



ศึกษาอนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
A STUDY OF NON-SELF CHARACTERISTIC (ANATTALAKKHANA) OF
MATTER AND MIND (RŪPA-NĀMA) IN THE INSIGHT
MEDITATION PRACTICE

พระครูสุธีจันทวงศ์ (ชอบ จนทวิโส)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘



ศึกษาอันตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระครูสุธีจันทวงศ์ (ชอบ จนทวโส)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of Non-Self Characteristic (Anattalakkhana) of Matter and
Mind (Rūpa-Nāma) in the Insight Meditation Practice**

Phrakhru Sutheechanthawong (Chob Candavaṅso)

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 อนุมัติให้นักศึกษานิพนธ์ เรื่อง “ศึกษานัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนากาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

(พระราชสิทธิมนี, ดร.)

ประธานกรรมการ

(พระราชวรเวที, ดร.)

กรรมการ

(พระมหาบุญไทย ปุณณมโน, ดร.)

กรรมการ

(ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง)

กรรมการ

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระราชวรเวที, ดร.
ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง

ประธานกรรมการ

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูสุธีจันทวงศ์)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาอเนตต์ลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
 ผู้วิจัย : พระครูสุธีจันทวงศ์ (ชอบ จันทวีโส)
 ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
 คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์
 : พระราชวรเวที (เฉลา เตชวโนโต), ป.ธ. ๙, พธ.ม., พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
 : ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง, ป.ธ. ๙, พธ.ม., พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
 วันสำเร็จการศึกษา : ๗/มีนาคม/๒๕๕๙

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาหลักอเนตต์ลักษณะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษารูปนามในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาอเนตต์ลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทและเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวม สรุป วิเคราะห์ เรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษาพบว่า

จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น ก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์ สะอาด หมดจดกระทั่งถึงบรรลุ มรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงมอบพระพุทธศาสนาให้เป็นสมบัติของพุทธบริษัท ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา การที่บริษัทใดบริษัทหนึ่งได้บรรลุธรรมระดับใดก็ตาม ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาก็ย่อมจะทำให้พุทธบริษัทอื่นเกิดความมั่นใจในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

การเจริญวิปัสสนาภาวนาสามารถพัฒนาจิตของตนขึ้นเรื่อย ๆ จนกระทั่งสามารถบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพานได้ และจะได้ช่วยสังคมโลกได้รับประโยชน์คือสันติภาพ ปัญหาต่าง ๆ ที่โลกกำลังประสบอยู่ เช่น การเบียดเบียนทำลายล้างกัน การแย่งชิงผลประโยชน์จะลดน้อยลงไปตามลำดับ เพราะอาศัยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีจุดมุ่งหมายพื้นฐานคือการอบรมจิตใจให้สงบจากนิวรณ์ธรรม คือ ตัณหา มานะ ทิฏฐิ ความเร่าร้อน ไม่สบายใจ และระแวงสงสัย เป็นต้น จิตที่สงบจากนิวรณ์ธรรมทั้งหลายจักเข้าถึงสภาวะที่เรียกว่าสมาธิ

อเนตต์ลักษณะไม่มีอาตมันหรือวิญญาณแต่อย่างใด มีเพียงขันธ ๕ ที่ไม่อยู่ในบังคับบัญชาให้เที่ยงหรือเป็นสุขที่ถาวร อเนตต์ลักษณะจัดเป็นธรรมที่ละเอียดเข้าใจยาก ผู้ที่ยังไม่เข้าใจอเนตต์ลักษณะไม่อาจบรรลุมรรคผลได้ และพบในพระพุทธศาสนาเท่านั้น ไม่ปรากฏในศาสนาอื่น

ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นต้องกำหนดรู้อารมณ์ของวิปัสสนา คือ วิปัสสนาภูมิเท่านั้นได้แก่ ขันธ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ อริยสัจ ๔ เมื่อย่อลงแล้วได้แก่ นามรูป ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา หรือเป็นธรรมที่อบรมให้เกิดปัญญา และสรรพสิ่งทั้งปวงล้วนเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาทั้งสิ้น เพราะว่า เมื่อเรากำหนดสิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างมีสติและไม่ยึดมั่นในสิ่งทั้งปวงนั้น พิจารณาตามความเป็นจริง จะเกิดสภาวะเห็นแจ้งพระไตรลักษณ์ ก็จัดเป็นอารมณ์วิปัสสนาภาวนาได้อย่างแท้จริง จากนั้นการเห็นพระไตรลักษณ์จะเกิดสภาวะเห็นแจ้งรู้ได้ด้วยญาณ คือ วิปัสสนาญาณตามลำดับไป

Thesis Title : A Study of Non-Self Characteristic (Anattalakkhana) of Matter and Mind (Rūpa-Nāma) in the Insight Meditation Practice

Researcher : Phrakhru Sutheechanthawong (Chob Candavaṅso)

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Thesis Supervisory Committee

Phra Ratworavethi (Chalao Tejavanto), Pali IX, B.A., Ph.D.
(Buddhist Studies)

: Dr. Viroj Koomkrong, Pali IX, M.A., Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : 7/March/2016

Abstract

This thesis had three objectives; to study the principle of soulless characteristic in Theravada Buddhist Scripture, to study mind and matter in Theravada Buddhist Scripture and, to study soulless characteristic of mind and matter in Theravada Buddhist 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;

It was found that the goal of insight development practice is to purify one's mind for the attainment of the Path, the Fruition; hence, Nibbana which is the ultimate goal of Buddhism. Before the Buddha had dissolved the aggregates (Khandha) and entered into the stage of Parinibbana, He bequeathed the four assemblies of Buddhists (Buddhaparisa), i.e., Bhikkhu, Bhikkhuni, lay devotee (Upasaka) and female devotee (Upasika), to administer His religion. When some of these assemblies practices the insight development and ultimately attain at any particular level, their attainment will praise confidence to other assemblies as well.

The insight development practice helps to perfect one's mind until the Final Goal has been achieved; hence, benefits the society as a whole. The world will productively be peaceful. Consequently, all sorts of problems that we are facing, e.g., wars, exploitation, massacre, deprivation of benefits, can gradually be decreased. The

fundamental target of the insight development practice is to train one's mind to banish from hindrances (Navarana Dhamma), i.e., sensual desire or greed (Tanha), pride (Mana), misbelief (Ditthi), anxiety, worries and doubt, etc. Mind without these hindrances can then proceed into the state of concentration.

Soulless characteristic (Anattata Lakkhana) has no self (Atta) nor soul (Vinnana), but the five aggregates which cannot be forced to be permanent nor everlasting contented. The soulless characteristic is one of the most difficult doctrines to comprehend. Those who do not understand it completely will never be capable of achieving the highest goal. This is the only teaching found in Buddhism, not in any other religions.

Essentially, the insight development practice requires the knowledge of the sense-objects called Insight Plane of Consciousness (Vipassana Bhumi). These planes include the five aggregates (Khandha), the twelve spheres (Ayatana), the eighteen natural conditions (Dhatu), the twenty-two sense-faculties (Indriya), the twelve Dependent Origination (Paticcasamuppada) and the Four Noble Truths (Ariyasacca). Once condensed, they are summarized to just "mind and matter". These two are the insight's sense-objects or the cognizable objects that lead to wisdom. In fact, all things are the insight's sense-objects. When we observe something with mindfulness, by its true natural condition and without attachment, we will discover the reality of the Three Characteristics. Hence, it is the actual insight's sense-objects. From that observation, one will progressively attain the wisdom, thus the insight knowledge in succession.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เป็นอย่างสูงยิ่งที่พระเดชพระคุณฯ ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา อันส่งผลให้เกล้าฯ ได้เข้ามาศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลาถึง ๗ เดือน อีกทั้งส่งผลให้เกิดการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแพร่หลายในทั่วประเทศ ดังเป็นที่ประจักษ์ชัดในปัจจุบัน ขออนุโมทนากองทุนเล่าเรียนหลวงสำหรับพระสงฆ์ไทยที่ได้อุปถัมภ์การศึกษาในครั้งนี้

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จด้วยดี เพราะคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ทั้ง ๒ ท่าน คือ พระราชวรเวที, ดร. และ ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง, ที่ให้ความรู้แนะนำในการแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ เกี่ยวกับการทำวิทยานิพนธ์ ขอขอบคุณในความเมตตาจาก พระมหาสุรชัย วราสโม, ดร. ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ พระมหาณรงค์ฤทธิ ธรรมโสภโณ รักษาการผู้อำนวยการสำนักวิชาการ พระภิกษุไพศาลเมธี, วิ. รศ.เวทย์ บรรณกรกุล ดร, ชัยชาญ ศรีหามู, คณาจารย์วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ผู้ให้ความรู้วิชาการ ให้ความช่วยเหลือเกื้อกูลด้านเอกสาร หนังสือ และกำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ ให้ผ่านไปด้วยดี

ขอขอบคุณเพื่อนนิสิต รุ่น ๙ ทุกรูปทุกคน ที่ช่วยเหลือเป็นกำลังใจตลอดมา ขออนุโมทนาขอบคุณเจ้าหน้าที่ห้องสมุด และเจ้าหน้าที่ส่วนงานอื่น ๆ ของวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกท่านที่ช่วยเหลืออำนวยความสะดวกในการยืมหนังสือ วิทยานิพนธ์ต่าง และอำนวยความสะดวกด้านเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

ขออนุโมทนากับญาติโยมทุก ๆ ท่านที่ได้ช่วยเหลือสนับสนุนปัจจัย ๔ เป็นทุนในการศึกษา สาขาวิปัสสนาภาวนานี้ ด้วยอานิสงส์แห่งบุญกุศลในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่ได้ปฏิบัติมาแล้วนี้ ด้วยผลานิสงส์แห่งวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ขอน้อมนำสักการะต่อคุณพระรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอบุญกุศลนี้จงเป็นปัจจัยแห่งมรรคผลนิพพาน ด้วยกันทุกท่าน ทุกคนเทอญฯ

พระครูสุธีจันทวงศ์ [ขอบ จนทวิโส (เกตุนาค)]

วันที่ ๗ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(๑)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(๓)
กิตติกรรมประกาศ	(๕)
สารบัญ	(๖)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(๘)
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๘
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๘
บทที่ ๒ หลักอนัตตลักษณะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๙
๒.๑ ความหมายและลักษณะของอนัตตลักษณะ	๙
๒.๒ ความสัมพันธ์หลักอนัตตลักษณะกับหลักขั้น ๕	๑๔
๒.๓ ความสัมพันธ์หลักอนัตตลักษณะกับหลักไตรลักษณ์	๑๖
๒.๔ สิ่งที่ปิดบังอนัตตลักษณะ	๑๘
๒.๕ วิธีการสอนเกี่ยวกับอนัตตลักษณะของพระพุทธเจ้า	๒๐
๒.๖ สรุปท้ายบท	๒๔
บทที่ ๓ รูปนามในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๒๕
๓.๑ ความหมายของรูป-นาม	๒๕
๓.๒ รูปนามกับอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา	๓๐
๓.๓ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา	๓๔
๓.๔ ความสำคัญของวิปัสสนาภาวนา	๔๐
๓.๕ วิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๔๓
๓.๖ ประโยชน์จากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๕๐
๓.๗ การกำหนดรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๕๒
๓.๘ สรุปท้ายบท	๕๙
บทที่ ๔ อนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๖๐

๔.๑	ลักษณะของอดีตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๖๐
๔.๒	ผลจากการกำหนดรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๖๓
๔.๓	สรุปท้ายบท	๙๕
บทที่ ๕	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๙๖
๕.๑	สรุปผลการวิจัย	๙๖
๕.๒	ข้อเสนอแนะ	๙๘
บรรณานุกรม		๙๙
ประวัติผู้วิจัย		๑๐๓

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙ โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังอักษรย่อชื่อคัมภีร์ เช่น อง.ติก. (บาลี) ๒๐/๕๗๖/๓๖๘. หมายถึงพระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิปาตปาติ พระไตรปิฎกภาษาบาลี เล่ม ๒๐ ข้อ ๓๖๘ หน้า ๓๖๘. และ อง.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๓๗/๓๘๕. หมายถึง พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต ภาษาไทย เล่ม ๒๐ ข้อ ๑๓๗ หน้า ๓๘๕.

พระวินัยปิฎก (บาลีและไทย)

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์
๔	วิ.ม. (ไทย)	วินยปิฎก มหาวคคปาติ (ภาษาไทย)

อักษรย่อพระสุตตันตปิฎก (บาลีและไทย)

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์
๙	ที.สี.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค (ภาษาไทย)
๑๐	ที.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎีกาวรรค (ภาษาไทย)
๑๒	ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ (ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสก์ (ภาษาไทย)
๑๔	ม.อุ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปณณาสก์ (ภาษาไทย)
๑๕	ส.ส.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค (ภาษาไทย)
๑๖	ส.นิ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย นิทานวรรค (ภาษาไทย)
๑๗	ส.ข.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ขันธวรรค (ภาษาไทย)
๑๘	ส.สพ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค (ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
๒๐	อง.ติก.	(บาลี) = สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิปาตปาติ (ภาษาบาลี)
๒๐	อง.ติก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต (ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตุกก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต (ภาษาไทย)
๒๒	อง.ปญจก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปญจกนิบาต (ภาษาไทย)
๒๓	อง.สตตก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย สตตกนิบาต (ภาษาไทย)
๒๓	อง.นวก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต (ภาษาไทย)

๒๔	อง.ทสก.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคตตรนิกาย	ทสกนินบาต	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
๓๑	ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

อักษรย่อคัมภีร์พระอภิธรรมปิฎก (บาลีและไทย)

เล่ม	คำย่อ			ชื่อคัมภีร์	
๓๓	อภ.สง.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี (ภาษาไทย)
๓๔	อภ.วิ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิมังค์ (ภาษาไทย)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

ใช้อรรถกถาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๙/๔๕. หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินีมหาวคค อรรถกถา ภาษาบาลี เล่มที่ ๒ ข้อที่ ๓๖๙ หน้าที่ ๔๕.

อักษรย่อคัมภีร์อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก (บาลีและไทย)

คำย่อ			ชื่อคัมภีร์	
ที.ม.อ.	(บาลี)		ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวคคอรรถกถา	(ภาษาบาลี)
ที.ม.อ.	(ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรค อรรถกถา	(ภาษาไทย)
ม.ม.อ.	(ไทย)	=	มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทนี มูลปณณาสกอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ม.อ.อ.	(ไทย)	=	มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทนี อุปริปณณาสกอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.อ.	(ไทย)	=	ขุททกนิกาย ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.อ.	(ไทย)	=	ขุททกนิกาย สัทธัมมปกาสินี ปฎิสัมภิทามรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.ทศก.อ.	(ไทย)	=	อังคตตรนิกาย มโนรถปุรณี ทุกนินบาตอรรถ	(ภาษาไทย)
อง.สศตก.อ.	(ไทย)	=	อังคตตรนิกาย มโนรถปุรณี สัตตกนินบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ค. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ฎีกา

การอ้างอิงคัมภีร์ฎีกาให้ใช้ระบบอักษรย่อ ตามที่ทางบัณฑิตวิทยาลัยกำหนดไว้ โดยระบุ ชื่อคัมภีร์ตามด้วยเล่ม (ถ้ามี) ข้อ/หน้า เช่น มูล.ฎีกา. (บาลี) ๒/๙๑. หมายถึง มูลสิกขาฎีกา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๙๑ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นต้น

อักษรย่อคัมภีร์ฎีกาพระวินัยปิฎก (บาลีและไทย)

คำย่อ			ชื่อคัมภีร์	
วินย.ฎีกา.	(บาลี)	=	วินยาลงการฎีกา	(ภาษาบาลี)
มูล.ฎีกา.	(บาลี)	=	มูลสิกขาฎีกา	(ภาษาบาลี)

อักษรย่อคัมภีร์ฎีกาปกรณ์วิเสส (บาลีและไทย)

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	
วิสุทธิ.ฎีกา. (ไทย)	=	ปรมัตถมัณฑุสา วิสุทธิมรรคมหา (ภาษาไทย)

ปกรณ์วิเสส

วิสุทธิ. (บาลี)	=	วิสุทธิมคฺปกรณ์ (ภาษาบาลี)
วิสุทธิ. (ไทย)	=	วิสุทธิมรรคปกรณ์ (ภาษาไทย)

ง. คำย่อเกี่ยวกับภาษาไทย

ม.ป.ท. = ไม่ปรากฏที่พิมพ์และปีที่พิมพ์

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

บุคคลที่ต้องการหลุดพ้นจากความทุกข์ตามหลักแห่งพระพุทธศาสนา บุคคลนั้นจะต้องใช้ความพากเพียรในการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ตามที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ในอุทเทสแห่งมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายหนึ่ง เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ”^๑ สติปัฏฐาน ๔ ประการ ได้แก่ ๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ ๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ ๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ ๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

การเจริญวิปัสสนานั้นต้องตั้งสติเอาไว้ที่ฐาน คือ ชันธ ๕ โดยวิธีการกำหนดพิจารณารูป ชันธเป็นต้นโดยลำดับเห็นว่ามีกำเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสว่าภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปทานชันธ ๕ อยู่ว่า รูปเป็นอย่างนี้ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นอย่างนี้ ความเกิดแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้^๒ อนึ่ง การพิจารณาเพื่อให้รู้แจ้งในชันธทั้ง ๕ นี้ ต้องพิจารณาอย่างต่อเนื่องด้วยความเพียร ด้วยสติ และสัมปชัญญะ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในพระไตรลักษณ์ ได้แก่ ความไม่เที่ยงแท้ (อนิจจัง) ความทนอยู่ในสภาวะเดิมไม่ได้ (ทุกขัง) ความปราศจากตัวตน (อนัตตา) ว่าบุคคลคือองค์ประกอบของชันธ ๕ เท่านั้น ลักษณะ ๓ ประการ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นลักษณะที่เป็นสากลของสิ่งทั้งหลาย เพราะสิ่งทั้งหลายทั้งหมดในจักรวาลนี้ ทั้งที่เป็นรูปธรรมนามธรรม ย่อมประกอบด้วยลักษณะทั้ง ๓ ประการ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่ง ลักษณะทั้ง ๓ ประการนี้ เป็นลักษณะของสังขตธรรมทั้งสิ้น แต่ละลักษณะจะมีความเกี่ยวข้องกัน เมื่อรู้ลักษณะใดลักษณะหนึ่ง ก็จะสามารถที่จะเชื่อมโยงสวไปยังลักษณะอื่นได้อีกแต่โดยทั่วไป ตามพระคัมภีร์ จะเริ่มต้นที่ อนิจจลักษณะ คือ ลักษณะแห่งความไม่เที่ยงของสิ่งทั้งหลาย ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม เมื่อเห็นความไม่เที่ยงของรูปธรรมนามธรรมแล้ว ก็จะต้องต่อไปว่า ความไม่เที่ยงของรูปธรรมนั้น เป็นความทุกข์ ของรูปธรรมอีกด้วย ซึ่งก็หมายถึง การมองเห็นทุกขลักษณะพร้อมไปกับอนิจจลักษณะด้วย ดังพระบาลีว่า ยทนิจจ ตทุกขํ สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์^๓ ทุกขลักษณะจึงตั้งอยู่บนพื้นฐานแห่ง

^๑ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๑.

^๒ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘-๓๑๙.

^๓ ส.ส. (บาลี) ๑๗/๑๕/๑๙, ๑๘/๑/๑.

อนิจลักษณะด้วยส่วนอนัตตลักษณะ คือลักษณะแห่งความไม่มีตัวตน หรือความว่างจากตัวตน เป็นผลเนื่องมาจากการเห็นแจ้งในอนิจลักษณะกับทุกขลักษณะ กล่าวคือ เมื่อพระโยคาวจร หรือผู้ทำความเพียร กำหนดดูรูปนาม จนเห็นความไม่เที่ยง และความทุกข์ ก็จะทำให้เบื่อหน่ายคลายจากความยึดมั่นถือมั่นในรูปนามนั้น จากนั้น อนัตตลักษณะคือความไม่มีตัวตนของรูปนามและสรรพสิ่งในโลก ก็ จะ ปรากฏชัด จิตของผู้เห็น อนัตตลักษณะขณะนั้น ก็จะว่างจากตัวตน (สูญญตา) ไปด้วย

ดังนั้น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จึงมีความเกี่ยวเนื่องถึงกัน ในฐานะเป็นหลักธรรมที่เป็นนิพพานสปปายปฏิบัติ คือเป็นทางไปสู่พระนิพพาน หรือความหลุดพ้นจากกองทุกข์ทั้งปวงแม้ว่าคำสอนเรื่องไตรลักษณ์ จะเป็นคำสอนสากลใช้กับทุกสิ่งทุกอย่าง แต่พระพุทธองค์ทรงเน้นสอนไตรลักษณ์ที่เป็นลักษณะเกี่ยวข้องกับชีวิตของมนุษย์ที่ประกอบด้วยรูปธรรมและนามธรรมเพราะคำสอนของพระพุทธองค์ เป็นสัจธรรมของชีวิตที่สอนให้มนุษย์รู้ชีวิตตามความเป็นจริง แล้วดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับความจริง เพื่อนำชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ที่เรียกว่า พระนิพพาน ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดของชีวิต หลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางสายเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งในสัจธรรม และเข้าถึงความจริงในชีวิต ซึ่งเป็นภาวะที่กิเลสถูกทำลายไป อันเป็นจุดหมายของผู้ปฏิบัติ ฉะนั้น พระวิปัสสนาจารย์จึงใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร ด้วยการกำหนดรู้ใน กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นกรอบในการปฏิบัติและตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิตประเด็นสำคัญอยู่ที่ผู้ปฏิบัติต้องมีสติกำหนดรู้ในรูปนามที่เป็นปัจจุบันอารมณ์จนเห็นไตรลักษณ์ และมีพระวิปัสสนาจารย์ตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิตที่ปรากฏผลอันเป็นที่รู้ได้เฉพาะตนและให้ผลได้ไม่จำกัดกาล ซึ่งกระบวนการเจริญวิปัสสนาที่นำมาใช้ในครั้งนี้อยู่สอดคล้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก และเอกสารที่เกี่ยวข้องพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ที่ตรัสรู้เองโดยชอบจนบรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณ และได้ทรงสั่งสอนแก่บุคคลทั้งหลาย คือ การชำระจิตให้บริสุทธิ์ซึ่งมีเฉพาะในพระพุทธศาสนานั้น ซึ่งเป็นการอบรมจิตของตนอย่างแท้จริง และควบคุมการกระทำทางกายและวาจา ด้วยการเจริญวิปัสสนาเพื่อพัฒนาจิตของตนเองให้เกิดปัญญาจนเห็นไตรลักษณ์ ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงสภาวะธรรมตามความเป็นจริงพบกับความสุขที่แท้จริงได้

ไตรลักษณ์ มีความสำคัญอย่างมากต่อการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ทุกคนสามารถพิสูจน์ได้ด้วยตนเอง แล้วนำประสบการณ์ที่พบเห็นมาใช้ในชีวิตประจำวัน อันเป็นการพัฒนาจิตหรือยกระดับจิตให้สูงขึ้นในทางพ้นทุกข์จากการทำหน้าที่ร่วมกันของ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่เห็นไตรลักษณ์โดยความเป็นอนิจลักษณะ เป็นต้น ซึ่งเป็นพลังงานทางจิตที่มีอยู่ในตัวบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนา เพื่อไปให้ถึงจุดหมายปลายทางด้วยเหตุนี้ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาจนเห็นไตรลักษณ์ ซึ่งคุณค่าของไตรลักษณ์นี้มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนาเป็นที่สุด ทำให้มองสรรพสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริงและขจัดอนุสัยกิเลส ให้หมดไปด้วยมรรคญาณ ส่งผลให้จิตนั้นหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงพบความสุขที่แท้จริง อันเป็นกระบวนการของการชำระจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใสที่มีแต่ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาอนัตตลักษณะของรูปนามในการเจริญวิปัสสนาภาวนา” เพื่อให้ทราบเกี่ยวกับประเด็นต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับหลักอนัตตลักษณะในการประยุกต์ใช้เพื่อปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาอดีตลักษณะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษารูปนามในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาหลักอดีตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ อนัตตลักษณะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ รูปนามในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ หลักอนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยเป็นสองส่วน คือ ขอบเขตด้านเนื้อหาเพื่อกำหนดเอกสารที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และขอบเขตด้านการศึกษาเพื่อกำหนดขอบเขตเนื้อหาประเด็นต่าง ๆ ที่จะศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ มีรายละเอียดดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษาเนื้อหาหลักอนัตตลักษณะในไตรลักษณ์ในฐานะที่เป็นหลักวิปัสสนาภาวนา โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ คัมภีร์พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย แปล ชุต ๙๑ เล่ม ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๔๑ อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสสอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น แล้วนำมาสรุป เรียบเรียง นำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

การวิจัยในเรื่องนี้ มีกำหนดขอบเขตเฉพาะการนำหลักอนัตตลักษณะเพื่อเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเท่านั้น โดยทำการศึกษาในประเด็นคือ ๑) หลักอนัตตลักษณะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ๒) รูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และ ๓) หลักอนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

- ๑.๕.๑ ไตรลักษณ์ หมายถึง ลักษณะ ๓ หรือ อากาโร ๓ อย่าง ได้แก่ อนิจจตา ความไม่เที่ยง ทุกขตา ความเป็นทุกข์ อนัตตตา ความไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน
- ๑.๕.๒ อนัตตลักษณะ หมายถึง ลักษณะความไม่ใช่ตัวตน ไม่มีอะไรเป็นตัวเราของเรา
- ๑.๕.๓ วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การปฏิบัติ หรือการฝึกอบรมที่ทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในสภาวะธรรมอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏในทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ตามความเป็นจริง ว่าเป็นอนิจจัง ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ตั้งอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ เป็นอนัตตา บังคับให้อยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ไม่

เป็นไปตามอำนาจบังคับของใคร

๑.๕.๔ รูป หมายถึง สิ่งที่ถูกรู้ไม่มีความรู้สึกนึกคิด

๑.๕.๖ นาม หมายถึง สภาพที่รับรู้ สภาพที่รับรู้อารมณ์ คือจิต เจตสิก

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งเอกสารออกเป็นสองส่วน คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ประกอบด้วยคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา และปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค และเอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ หนังสือตำรา บทความ เอกสารทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ในส่วนของงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน ผู้วิจัยได้ทบทวนรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งเผยแพร่ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๕๓ เป็นต้นมา มีรายละเอียดดังนี้

๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๑.๑ คัมภีร์พระไตรปิฎก เล่มที่ ๓ สังยุตตนิกาย สคาถวรรค มีเนื้อความกล่าวถึง อนัตตา สรุปได้ว่า อนัตตานี้หมายถึง สภาพที่ไร้เจ้าของ คือไม่เป็นตัวตนของใคร และไม่เป็นของของตัวตนใดๆ ไม่มีตัวตนอยู่ต่างหากที่จะเป็นเจ้าของครอบครองสังขารธรรมทั้งหลาย มันเป็นเพียงกระบวนการล้วน ๆ เป็นไปโดยลำพังตามเหตุปัจจัย ดังพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า สิ่งใดเป็นอนัตตา สิ่งนั้นพึงเห็นด้วยสัมมาปัญญาตามที่มันเป็นว่า มันไม่ใช่เรา มิใช่เราเป็นมัน มันไม่เป็นตัวตนของเรา

๑.๖.๑.๒ คัมภีร์อรรถกถา เล่มที่ ๓ ขุททกนิกาย ธรรมบทอรรถกถา มีเนื้อความกล่าวถึงหลักอนัตตา สรุปได้ว่า เหตุที่คนทั่วไปไม่อาจมองเห็นหรือเข้าใจหลักไตรลักษณ์ ซึ่งเป็นลักษณะสามัญของสิ่งทั้งหลายอันเป็นความจริงที่แสดงตัวของมันเองอยู่ตามธรรมดาตลอดทุกเวลาได้นั้น เพราะมีบางสิ่งปิดบังไว้ ดังนั้น หากเราไม่มโนสึการ คือไม่ใส่ใจพิจารณาอย่างถูกต้องก็จะมองไม่เห็น สำหรับสิ่งที่ปิดบังไว้ไม่ให้เราเห็นไตรลักษณ์ได้นั้น ก็คือ สันตติ ปิดบังอนิจจลักษณะ อริยาบถ ปิดบังทุกขลักษณะ และขณะ ปิดบังอนัตตลักษณะ

๑.๖.๑.๓ คัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค มีเนื้อความกล่าวถึงอนัตตา สรุปได้ว่า คำว่าอนัตตา มีความหมายว่า ไม่มีสาระ หมายความว่า ไม่มีแก่นสาร คือตัวตนที่คาดคิดกันว่า เป็นอาตมัน (อัตตา) เป็นผู้สิงอยู่ (นิวาสี) เป็นผู้สร้างผู้บันดาล (การกะ) เป็นผู้เสวย (เวทกะ) เป็นผู้มีอำนาจใจตัว (สยงวสี) เพราะว่ามีสิ่งใดไม่เที่ยง หรือความบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้นหรือความเสื่อมสิ้นไป แม้ตัวของมันเองได้ แล้วความเป็นผู้สร้างผู้บันดาล เป็นต้นของมัน จะมีมาจากที่ไหน เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ก็ถ้ารูปนี้จักได้เป็นอัตตาแล้วไซ้ รูปนี้ก็จะไม่พึงเป็นไปเพื่ออาพาธ ดังนี้เป็นอาทิ

๑.๖.๒ เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๒.๑ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) ได้เขียนหนังสือเรื่อง “พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ” มีเนื้อความกล่าวถึงหลักไตรลักษณ์ สรุปได้ว่า พระพุทธเจ้าตรัสสอนเรื่องไตรลักษณ์ว่า “กฎธรรมชาตินี้ เป็นธรรมชาติ คือภาวะที่ทรงตัวอยู่โดยธรรมดา เป็นธรรมฐิติ คือภาวะที่ตั้งอยู่ หรือ

ยืนตัวเป็นหลักแน่นนอนอยู่โดยธรรมดา เป็นธรรมนิยาม คือกฎธรรมชาติ หรือกำหนดแห่งธรรมดา ไม่เกี่ยวกับผู้สร้างผู้บันดาล หรือการเกิดขึ้นของศาสนาหรือศาสดาใด ๆ กฎธรรมชาตินี้แสดงฐานะเอง ศาสดาในความหมายของพุทธธรรม ด้วยว่าเป็นผู้ค้นพบกฎเหล่านี้ แล้วนำมาเปิดเผยชี้แจงแก่ชาวโลก ตถาคต (พระพุทธเจ้า) ทั้งหลายจะอุบัติหรือไม่อุบัติก็ตาม ธาตุ (หลัก) นั้นก็ยังคงมีอยู่ เป็นธรรมฐิติ^๔ เป็นธรรมนิยามว่า สพเพ สงขารา อนิจจา สังขารทั้งปวง ไม่เที่ยง สพเพ สงขารา ทุกขา สังขารทั้งปวง เป็นทุกข์ สพเพ ธมมา อนตตา ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา “ตถาคตตรัสรู้ เข้าถึงหลักนั้นแล้ว จึงบอก แสดง วางเป็นแบบ ตั้งเป็นหลัก เปิดเผย แจกแจง ทำให้เข้าใจง่ายว่า สังขารทั้งปวง ไม่เที่ยง สังขารทั้งปวง เป็นทุกข์ ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา”^๕

๑.๖.๒.๒ พุทธทาสภิกขุ ได้เขียนหนังสือเรื่อง “คู่มือมนุษย์” มีเนื้อความกล่าวถึงหลักไตรลักษณ์ สรุปได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนว่า มนุษย์จะต้องพิจารณาเป็นเบื้องต้น ถึงความลำบากและความทุกข์ที่มีอยู่คืออะไร ความเกิดขึ้น ความเป็นอยู่ ความเศร้าโศกเสียใจ ความเปลี่ยนแปลงไป เป็นทุกข์หรือ หรือว่าอะไรเป็นทุกข์และอะไรคือมูลเหตุให้เกิดทุกข์ความเป็นจริง ลักษณะของความเปลี่ยนแปลงมีอยู่ตลอดเวลา คือมีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับสลายไป เป็นไปอย่างรวดเร็ว แต่หากว่าบุคคลมีความไม่รู้จักในลักษณะนี้ จึงไม่สามารถมองเห็นหรือเข้าถึงได้ง่าย จะต้องได้รับการศึกษา และนำไปปฏิบัติจริงๆจึงจะเกิดผลได้ “สิ่งทั้งหลายทั้งปวง ประกอบอยู่ด้วยลักษณะอันเรียกว่า ไตรลักษณ์ หรือลักษณะ ๓ประการ กล่าว คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา”^๖

๑.๖.๒.๓ ชาญ วรศบาลี ได้กล่าวถึงเรื่องไตรลักษณ์ไว้ในหนังสือพระวิสุทธิมรรคว่า พระผู้มีพระภาคตรัสเทศนาไว้ด้วยบาทพระคาถาว่า “สพเพ สงขารา อนิจจาติ, ยथा ปญญาเย ปสฺสตี” ดูกรภิกษุทั้งหลายในกาลใดภิกษุในพระพุทธศาสนานี้ พิจารณาเห็นด้วยปัญญาว่า ธรรมอันยุติในภูมิ ๓ คือ กามาวจรภูมิ รูปาวจรภูมิ อรูปาวจรภูมิ ทั้ง ๓ นี้ เป็นอนิจจัง มิได้เที่ยง ในกาลนั้นคือกาลอันมีในภายหลัง ตั้งแต่บังเกิดขึ้นแห่งญาณทั้งหลาย มีอุทยัพพญาณ คือ ปัญญาอันพิจารณาเห็นซึ่งความดับเป็นอาทิพระภิกษุนั้นก็จะเหนื่อยหน่ายในกองทุกข์ คือ ปัญจักขันธ์ อันเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพทั้ง ๓ นี้กามาวจรภพเป็นอาทิ “เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา” แปลว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรม กล่าวคือ นิพพาน ญาณปัญญาที่เหนื่อยหน่ายในกองทุกข์ กล่าวคือ ปัญจักขันธ์นี้ ชื่อว่าเป็นอุบายที่จะให้ตรัสรู้พระนิพพาน”^๗

๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

^๔ อัง.ติก. (บาลี) ๒๐/๕๗๖/๓๖๘., อัง.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๓๗/๓๘๕.

^๕ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๓๐๖, ๓๙๙.

^๖ พุทธทาส อินทปัญโญ, **คู่มือมนุษย์**, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๐๑), หน้า ๓๑.

^๗ ชาญ วรศบาลี, **พระวิสุทธิมรรค**, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมบรรณาคาร, ๒๕๒๕), หน้า ๒๗.

๑.๖.๓.๑ พระมหานियม สีส่วโร (เสนารินทร์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิดเรื่องอนัตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท”^{๘๘} ผลการวิจัยพบว่า หลักอนัตตาถือได้ว่าเป็นบทสรุป หรือเป็นหลักการขั้นพื้นฐานของพุทธธรรม หลักคำสอนทั้งหมดในพระพุทธศาสนาย่อมสืบเนื่องหรือเริ่มต้นมาจากพื้นฐานความคิดเรื่องอนัตตาด้วยกันทั้งสิ้น โดยหลักการแล้ว อาจกล่าวสรุปได้ว่า พระพุทธเจ้าทรงแสดงอนัตตาก็เพื่อจุดมุ่งหมาย ๒ ประการคือ ๑) ทรงแสดงอนัตตาเพื่อแก้ความเข้าใจผิดในเรื่องอัตตาหรือตัวตน ๒) ทรงแสดงอนัตตาเพื่อมุ่งถ่ายทอดความยึดมั่นในอัตตาหรือตัวตน อันเป็นที่ตั้งของกิเลส และเป็นเหตุแห่งความทุกข์ในชีวิต อัตตาหรือตัวตนอันเกิดจากความยึดมั่นนี้ก็คือ ตัวตนแห่งอุปาทาน หรืออุปาทานชั้น ๕

๑.๖.๓.๒ พระมหาสุภินันท์ จันทโสภโณ (ดิษฐ์สุนันท์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาคำสอนเรื่องไตรลักษณ์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท”^{๘๙} ผลการวิจัยพบว่า หลักคำสอนเรื่องไตรลักษณ์เป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนแก่พุทธบริษัททั้ง ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก และ อุบาสิกา เป็นประจำที่เรียกว่า พุทธศาสนิกชน ทรงสอนให้เห็นถึงความจริงของชีวิตไม่ให้ยึดมั่นถือมั่นในชั้น ๕ เพราะเมื่อยังมีทิฐิคือความเห็นว่สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นของเที่ยงแท้ แน่นอน มั่นคง ก็จะมองไม่เห็นความสงบสุขอย่างแท้จริง

๑.๖.๓.๓ ชเอิญศรี อิศรางกูร ณ อยุธยา ได้ทำการวิจัยเรื่อง “อัตตาและอนัตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท”^{๙๐} ผลการวิจัยพบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างตัวตนและโลกเกี่ยวข้องกับทัศนะเรื่องกรรมและการเกิดใหม่ การเกิดขึ้นและการดับลงของตัวตน โลก และความทุกข์ เป็นไปตามหลักปฏิจจนสมุปบาท สมบูรณ์ภาพหรือนิพพาน คือการสิ้นสุดลงแห่งความทุกข์ เป็นสิ่งประเสริฐที่สุด

๑.๖.๓.๔ อณิวัชร เพชรนรรัตน์ ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัทยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”^{๙๑} ผลการวิจัยพบว่า แม้พระไตรปิฎกจะให้ความหมายของคำว่า วิปัสสนา ไว้หลายนัยก็ตามแต่ผู้ปฏิบัติก็ต้องผ่านกระบวนการฝึกวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในพระไตรปิฎก จึงจะสามารถพัฒนาวิปัสสนาปัญญาให้เกิดขึ้นได้

^{๘๘} พระมหานियม สีส่วโร (เสนารินทร์), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิดเรื่องอนัตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๘๒.

^{๘๙} พระมหาสุภินันท์ จันทโสภโณ (ดิษฐ์สุนันท์), “การศึกษาคำสอนเรื่องไตรลักษณ์ในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๑๐๕.

^{๙๐} ชเอิญศรี อิศรางกูร ณ อยุธยา, “อัตตาและอนัตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท”, *วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๑๗), หน้า ๖.

^{๙๑} อณิวัชร เพชรนรรัตน์, “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัทยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๔๒.

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้มองเห็นว่า คำสอนเรื่องอนัตตา เป็นหลักความจริงพื้นฐานของพระพุทธศาสนา ความเป็นอนัตตาอธิบายได้ด้วยหลักไตรลักษณ์ และหลักปฏิจจนสมุปบาท เราจะรู้ว่าโลกและชีวิตเป็นอย่างไรก็ด้วยกฎธรรมชาติ คือไตรลักษณ์ ซึ่งรวมทั้งหลักอนัตตา แต่ทั้งนี้ยังไม่มีปรากฏการศึกษาวิจัยในเชิงเอกสารเรื่องอนัตตลักษณ์ของรูปนาม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จึงเป็นเหตุให้ผู้วิจัยนำมาศึกษาให้มีความชัดเจนยิ่งขึ้น

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary source) ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรค

๑.๗.๒ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary source) ได้แก่ และหนังสือ ตำรา วารสาร บทความทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

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 ทำให้ทราบอนัตตลักษณ์ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบรูปนามในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๓ ทำให้ทราบหลักอนัตตลักษณ์ของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

บทที่ ๒

หลักอนัตตลักษณะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

กฎธรรมชาติที่มีอยู่ทั่วไปในสรรพสิ่ง กฎธรรมชาตินี้เป็นภาวะที่ทรงตัวอยู่เองโดยธรรมชาติ เป็นหลักหรือกฎเกณฑ์ที่แน่นอนตายตัว เป็นสิ่งธรรมดา ไม่มีผู้สร้างบันดาล เกิดเอง เป็นเอง พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงกฎธรรมชาตินี้ไว้ว่า ไม่ว่าจะพูดเจ้าทั้งหลายจะอุบัติขึ้นในโลกหรือไม่ก็ตาม กฎธรรมชาตินี้ก็ยังคงมีอยู่ และเป็นไปตลอดกาล โดยกำหนดประเด็นการศึกษาไว้ดังนี้

- ๒.๑ ความหมายและลักษณะของอนัตตลักษณะ
- ๒.๒ ความสัมพันธ์หลักอนัตตลักษณะกับหลักขั้น ๕
- ๒.๓ ความสัมพันธ์หลักอนัตตลักษณะกับหลักไตรลักษณ์
- ๒.๔ สิ่งที่ปิดบังอนัตตลักษณะ
- ๒.๕ วิธีการสอนเกี่ยวกับอนัตตลักษณะของพระพุทธเจ้า
- ๒.๖ สรุปท้ายบท

๒.๑ ความหมายและลักษณะของอนัตตลักษณะ

คัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค^๑ แสดงความหมายของอนัตตาไว้อย่างเดียวว่า “อนตตา อสารกฺกุเณ” แปลว่า ชื่อว่าเป็น อนัตตา โดยความหมายว่า ไม่มีสาระ

คัมภีร์วิสุทธิมรรค^๒ อธิบายความหมายไว้ว่า “โดยความหมายว่า ไม่มีสาระ หมายความว่า ไม่มีแก่นสาร คือตัวตนที่คาดคิดกันว่า เป็นอาตมัน (อัตตา) เป็นผู้สิงอยู่ (นิวาสิ) เป็นผู้สร้างผู้บันดาล (การกะ) เป็นผู้สวดย (เวทกะ) เป็นผู้มีอำนาจในตัว (สยงวสิ) เพราะว่า สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นย่อมเป็นทุกข์ (คงอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้) มันไม่สามารถห้ามความไม่เที่ยง หรือความบีบคั้นด้วยความเกิดขึ้น และความเสื่อมสิ้นไป แม้ของตัวมันเองได้ แล้วความเป็นผู้สร้างผู้บันดาล เป็นต้นของมัน จะมีมาจากที่ไหน เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ก็ถ้ารูปร่างจักได้เป็นอัตตาแล้วไซ้ รูปร่างก็ไม่พึงเป็นไปเพื่ออาหาร ดังนี้เป็นอาทิ”

จะสังเกตเห็นว่า ความหมายที่ว่าไม่มีสาระคือตัวตนนี้ ท่านกล่าวไว้โดยสัมพันธ์กับความหมายว่าตนบันดาลไม่ได้ หรือไม่มีอำนาจในตัว ทั้งนี้เพราะถ้ามีตัวตนคงที่ยั่งยืนอยู่เป็นแก่นเป็นแก่นจริงแล้ว ก็ย่อมขึ้นย้อมผืนความเปลี่ยนแปลงได้ ไม่ต้องเป็นไปตามความเปลี่ยนแปลงนั้น ยิ่งถ้าเป็นผู้ครอบครอง ก็ย่อมต้องมีอำนาจบังคับสิ่งที่ถูกครอบครองให้เป็นไปอย่างไร ๆ ก็ได้ตามปรารถนา แต่ความเป็นจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ ความไม่เป็นตัวตนและความไม่มีตัวตนสิ่งสู่อยู่ครองจึงมีความหมายเด่นในแง่ที่ว่า ไม่มีอำนาจบังคับ ไม่เป็นไปในอำนาจ ขัดแย้งต่อความปรารถนาและโดยนัยนี้ คัมภีร์รุ่นอรรถกถาจึงนิยมแสดงความหมายของอนัตตาว่า

^๑ พ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๘/๕๕.

^๒ วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๒๓-๖

“ชื่อว่าเป็นอนัตตา โดยความหมายว่า ไม่เป็นไปในอำนาจ (อวาสตตณฺณเจน หรือ อวาสตตณฺโต เพราะไม่เป็นไปในอำนาจ)”^๓ และอธิบายในทำนองว่า ไม่มีใครมีอำนาจบังคับ (ตามใจปรารถนาโดยไม่ทำตามเหตุปัจจัย) ต่อสังขารทั้งหลายว่า สังขารที่เกิดขึ้นแล้ว จงอย่าถึงความทรงอยู่ ที่ถึงความทรงอยู่แล้ว อย่าชรา ที่ถึงชราแล้ว จงอย่าแตกดับ จงอย่าบอบโทรมด้วยการเกิดขึ้นและการเสื่อมสลาย^๔ ตลอดจนอ้างพุทธพจน์ที่ตรัสว่า “บุคคลย่อมไม่ได้ (ตามปรารถนา) ในรูป (และในชั้นอื่น ๆ) ว่า รูปของเราจะเป็นอย่างนี้ รูปของเราอย่าได้เป็นอย่างนี้”^๕

ขยายความว่า สิ่งทั้งหลายทั้งปวงที่ปรากฏเป็นต่าง ๆ นั้น เมื่อวิเคราะห์ตามสภาวะถึงที่สุดแล้วหาใช่มีตัวแท้ตัวจริงที่คงที่คงตัวยั่งยืนอยู่ยงดั่งที่เรียกกันว่าอย่างนั้นอย่างนี้ไม่ แต่เป็นเพียงกระบวนการธรรม (ธรรมปวัตติ) คือ กระบวนการแห่งสังขารธรรมทั้งหลาย หรือกระบวนการแห่งรูปธรรมและนามธรรม (ขันธปวัตติ) ที่เกิดจากองค์ประกอบต่าง ๆ มาประชุมหรือประมวลกันเข้าและองค์ประกอบเหล่านั้นแต่ละอย่าง ๆ ล้วนมีการเกิดขึ้น และความเสื่อมสลาย เป็นไปโดยอาการที่สัมพันธ์สืบเนื่องส่งทอดเป็นเหตุเป็นปัจจัยกันแก่กัน ทั้งภายในกระบวนการที่กำหนดแยกกว่าเป็นกระบวนการหนึ่ง ๆ และระหว่างกระบวนการต่างกระบวนการทั้งหลาย ในสภาวะเช่นนี้ มีสิ่งที่ควรกำหนดเป็นข้อเด่นอยู่ ๔ ประการ คือ

- ๑) ไม่มีตัวตนที่แท้จริงของสิ่งนั้นยืนตัวเป็นแก่นสาร
- ๒) สภาพที่ปรากฏเหล่านั้นจากองค์ประกอบต่าง ๆ มาประชุมกันปรุงแต่งขึ้น
- ๓) องค์ประกอบเหล่านั้นเกิดขึ้นแล้วเสื่อมสลายอยู่ตลอดเวลา และสัมพันธ์เป็นปัจจัยแก่กันประมวลขึ้นเป็นกระบวนการ
- ๔) ถ้ากำหนดแยกออกเป็นกระบวนการย่อย ๆ มากหลาย ก็มีความสัมพันธ์เป็นปัจจัยต่อกันระหว่างต่างกระบวนการด้วย

กระบวนการที่องค์ประกอบต่าง ๆ ซึ่งเกิดสลายและสัมพันธ์เป็นปัจจัยแก่กันประมวลขึ้นนี้ดำเนินไปเรื่อย ๆ ปรากฏภาพและกลายไปต่าง ๆ ทั้งนี้จะปรากฏภาพและกลายไปอย่างไร ก็สุดแต่องค์ประกอบและความเป็นเหตุปัจจัยแก่กันนั่นเอง เป็นเรื่องสำเร็จเสร็จสิ้นครบถ้วนในกระบวนการ โดยไม่มีตัวอะไรอื่นอีกที่จะเข้ามาแทรกแซงหรือทำให้เป็นไปอย่างอื่นได้ คือไม่มีตัวตนต่างหากจากกระบวนการนั้น ไม่ว่าจะให้ความหมายว่า เป็นตัวแก่นภายในที่ยืนยงคงที่ผืนความเป็นไปตามเหตุปัจจัยสามารถทำให้เป็นไปโดยลำพังความปรารถนาของตนได้ หรือในความหมายว่าเป็นตัวการภายนอกที่สามารถสร้างสรรค์บันดาลให้เป็นไปอย่างอื่น โดยไม่ต้องเป็นไปตามเหตุปัจจัย

เมื่อองค์ประกอบต่าง ๆ ประชุมกันเข้าและสัมพันธ์ เป็นปัจจัยแก่กันปรากฏเป็นภาพรวมอย่างหนึ่ง ๆ ขึ้น มนุษย์มักตั้งชื่อเรียกภาพรวมนั้น เช่นว่า คน ม้า แมว มด รถ ร้าน บ้านนาฬิกา ปากกา นาย ก. เด็กหญิง ข. เป็นต้น แต่ชื่อเหล่านั้นเป็นเพียงคำเรียกขานที่สมมติกันขึ้นใช้ เพื่อให้เกิดความสะดวกในการสื่อสารสำหรับความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันของมนุษย์เท่านั้น ถ้าแยกส่วนประกอบทั้งหลายออกจากกัน ก็จะมีเพียงส่วนประกอบแต่ละหน่วยที่มีชื่อเรียกเฉพาะอย่าง ๆ ของมันอยู่แล้ว หาตัวตนของภาพรวมทั้งตั้งชื่อให้มันไม่พบ จะชี้ตัวลงไปไหนก็ไม่พบ ชื่อที่ตั้งให้แก่

^๓ วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๒๖๐, ๒๗๖.

^๔ วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๒๔๖-๗., วินย. ฎีกา. (บาลี) ๔/๗๙.

^๕ ส.ข. (ไทย) ๑๗/๔๙/๕๕-๕๖.

ภาพรวมนั้นเป็นตัวตนสมมติที่สร้างขึ้นขึ้นซ้อนสถานะที่เป็นจริง ซ้อนอยู่ลอย ๆ ไม่มีความสัมพันธ์โดยตรง ไม่มีอำนาจ ไม่มีผลกระทบกระเทือนต่อกระบวนการธรรมที่กำลังเป็นไปอยู่นั้นเลย นอกจากโดยความยึดถือ (ซึ่งก็เป็นองค์ประกอบอย่างหนึ่งอยู่ในกระบวนการธรรมเอง) ในเมื่อเป็นเพียงสมมติและเป็นของซ้อนกันอยู่ลอย ๆ ก็เป็นธรรมดาอยู่เองที่มันจะไม่มีอำนาจหรือไม่มีทางที่จะไปบังคับ กระบวนธรรมหรือกระบวนการแห่งสังขารธรรมก็เป็นไปของมันตามเหตุปัจจัย ไม่เป็นไปตามความปรารถนาไม่ขึ้นต่อตัวตนที่ซ้อนลอยนั้น ที่ว่าไม่เป็นไปตามความปรารถนา ก็เพราะเมื่อว่าตามความเป็นจริงแล้ว ความปรารถนานั้นก็ทำให้เป็นความปรารถนาของตัวตนไม่ แต่เป็นเพียงองค์ประกอบอย่างหนึ่งอยู่ในกระบวนการ และเป็นองค์ประกอบที่ไม่ใช่ตัวให้สำเร็จกิจ มันจะให้สำเร็จผลได้ก็ต่อเมื่อมันเป็นตัวผลักดันให้เกิดปัจจัยขึ้นต่อไป คือการลงมือทำหรือปฏิบัติการ ซึ่งก็คือเป็นไปตามกระบวนการแห่งเหตุปัจจัยนั่นเอง การที่จะมีตัวตนซ้อนลอยเป็นตัวตนต่างหากอยู่จริง ๆ ย่อมเป็นไปได้ เพราะถ้าเป็นไปได้ ความเป็นไปตามเหตุปัจจัยย่อมไปไม่ได้ เพราะตัวคงที่ ซึ่งไม่เป็นไปตามเหตุปัจจัยขวางชินกระแสนอยู่ พาไปองค์ประกอบต่าง ๆ เรรวนไปหมด ไม่เป็นกระบวนการ ยิ่งกว่านั้น ตัวตนซ้อนนั้นก็อาจจะขัดขวางแทรกแซงกระบวนการทั้งหลายให้เป็นไปอย่างอื่นจากความเป็นไปตามเหตุปัจจัยอีกด้วย แต่ความเป็นไปที่จริงแท้ก็คือ สังขารธรรมทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัย ดังนั้น ตัวตนต่างหากจากกระบวนการจึงไม่มีอยู่จริง ไม่ว่าจะภายในหรือภายนอกกระบวนการนั้นก็ตาม

เมื่อส่วนประกอบทั้งหลายรวมกันเข้า ปรากฏรูปเป็นอย่างไรอย่างหนึ่ง ก็มีการบัญญัติเรียกชื่อเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ อันยอมรับกันโดยสมมติ เมื่อองค์ประกอบทั้งหลายพร้อมอยู่ ปัจจัยต่าง ๆ คำจุนหล่อเลี้ยงอำนาจ ก็คงรูปร่างหรือคงสภาพอยู่ตามที่สมมติเป็นตัวตนอย่างนั้น แต่เมื่อใดองค์ประกอบทั้งหลายแยกพรากจากกัน หรือปัจจัยแวดล้อมไม่เกื้อกูล สภาพตัวตนนั้นก็หายไปเหมือนดังเมื่ออุณหภูมิสูงขึ้นถึงระดับหนึ่งน้ำแข็งก็ละลาย ตัวตนที่ชื่อว่าน้ำแข็งหายไปเหลืออยู่แต่น้ำเหลว เมื่อความร้อนเพิ่มขึ้น ถึงระดับหนึ่งโดยสัมพันธ์กับความกดอากาศ น้ำเหลวก็ระเหยกลายเป็นไอน้ำ สภาพตัวตนของน้ำเหลวก็สิ้นไป หรือเมื่อกระดาษถูกเผาไฟไหม้หมดแล้วเหลือแต่ฝุ่นเถ้าไฟ ก็หาตัวตนที่จะเรียกว่ากระดาษไม่ได้อีกต่อไป

ความหมายของอนัตตาที่ว่า สิ่งทั้งหลายเกิดจากองค์ประกอบต่าง ๆ มาประชุมกันเข้าสัมพันธ์กันเป็นไปตามเหตุปัจจัย วางเปล่าจากตัวตนที่เป็นแกนอันยืนยงคงตัว ปราศจากตัวการที่สร้างสรรค์บันดาลนี้ เป็นความหมายพื้นฐานที่อาจจะอ้างความในคัมภีร์มาช่วยเสริมความเข้าใจได้หลายแห่ง เช่น พระบาลีว่า

“อาศัยเครื่องไม้ เถาเชือก ดินฉาบ และหญ้ามุง มีช่องว่างแวดล้อม ย่อมเรียกกันว่า เป็นเรือนฉนใด อาศัยกระดูก เส้นเอ็น เนื้อ หนัง มีช่องว่างแวดล้อม ย่อมเรียกกันว่า เป็นตัวตน (รูป) ฉนั้น”^๖

มารถามพระวชิราภิกษุณีว่า “สัตว์นี้ (ตัวบุคคลนี้) ใครสร้าง ผู้สร้างสัตว์ อยู่ที่ไหน สัตว์เกิดที่ไหน สัตว์ดับที่ไหน?”

วชิราภิกษุณีตอบว่า “นี่แน่ะมาร ท่านเชื่อหรือว่าเป็นสัตว์ (เป็นตัวบุคคล) ท่านมีความเห็น (อย่างนั้น) หรือ ? นี่คือกองแห่งสังขารล้วน ๆ จะหาตัวสัตว์ ในนี้ไม่ได้เลย เพราะประชุม

^๖ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๐๖/๒๖๙.

ส่วนประกอบเข้าด้วยกัน ย่อมมี ศัพท์เรียกว่า รัตนินโต เมื่อขันธ (กองแห่งรูปธรรม และนามธรรม) ทั้งหลายมีอยู่ ก็มีสมมุติเรียกว่า สัตว์ ฉะนั้น แท้จริง ทุกข์ (สภาพไม่คงตัว) เท่านั้นเกิดมี และทุกข์ก็ตั้งอยู่และเสื่อมสลายไป นอกจากทุกข์ (สภาพไม่คงตัว) ไม่มีอะไรเกิด นอกจากทุกข์ ไม่มีอะไรดับ”^๗

พระเสลาภิกษุณีตอบว่า “ร่างนี้ ไม่มีใครสร้าง ตัวนี้ไม่มีใครบันดาล อาศัยเหตุมันก็เกิดมี เพราะเหตุสลายมันก็ดับเมื่อดับไปอย่างใดอย่างหนึ่งที่เขาหว่านในนา อาศัยรสในแผ่นดินและยางในเมล็ดพืชทั้ง สองอย่างนี้ ก็ย่อมงอกงามขึ้นได้ฉนั้น ฉะนั้นเหมือนกัน ประดาขันธ ธาตุทั้งหลาย และอายตนะทั้ง ๖ เหล่านี้ อาศัยเหตุย่อมเกิดมี เพราะเหตุสลาย ก็ย่อมดับไป”^๘

ช่าง ม้า เหล่าทหารและยานรบทั้งหลายรวมๆเข้าด้วยกัน ก็เรียกว่ากองทัพ ตีกราม บ้านเรือนผู้คนและกิจการต่าง ๆ มากหลายชุมนุมกันอยู่ ก็เรียกว่าเมือง มือกับนิ้วรวมเข้าด้วยกันในท่าหนึ่ง เขาเรียกว่ากำปั้น หรือหมัด กำปั้นหรือหมัดไม่มีอยู่จริง มีแต่มือและนิ้ว มือและนิ้วเมื่อแยกส่วนประกอบย่อย ๆ ออกไป ก็ไม่มีเช่นเดียวกัน วิเคราะห์กระจายส่วนออกไปได้โดยลำดับ จนหาตัวตนอะไร เป็นขึ้นเป็นอันไม่ได้ พระสูตรทั้งหลายมากมาย แสดงแต่เรื่องนามรูป หรือนามธรรม และรูปธรรม ไม่กล่าวถึงสัตว์หรือบุคคลเลย^๙

เมื่อว่าโดยสรุป พระอรธกถาจารย์ประมวลความหมายของ “อนัตตา” แสดงไว้เป็นหมวดรวม ๔ นัยคือ^{๑๐}

๑) สุลญโต เพราะเป็นสภาพว่างเปล่า คือ ปราศจากตัวตนที่เป็นแก่นเป็นแกน (อัตตสาระ) หรือ ว่างจากความเป็นสัตว์บุคคลตัวตน เราเขาที่แท้จริง ไม่มีตัวผู้สั่งอยู่ครอง ไม่มีตัวผู้สร้างสรรค์บันดาล ไม่มีตัวผู้ส่วย นอกเหนือจากกระบวนการแห่งองค์ประกอบทั้งหลาย ที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย และนอกจากโดยการสมมุติ พุดง่าย ๆ ว่า ว่างเปล่าจากความเป็นสัตว์บุคคลตัวตน เรา เขา จากความเป็นนั้นเป็นนี้ ที่กำหนดหมายกันขึ้น

๒) อสสามิกโต เพราะเป็นสภาพไร้เจ้าของ คือไม่เป็นตัวตนของใคร และไม่เป็นที่ของของตัวตนใด ๆ ไม่มีตัวตนอยู่ต่างหาก ที่จะเป็นเจ้าของครอบครองสังขารธรรมทั้งหลาย มันเป็นแต่เพียงกระบวนการเองล้วน ๆ เป็นไปโดยลำพังตามเหตุปัจจัย (ไม่มีใครเป็นเจ้าของ ไม่เป็นที่ของใครจริง ไม่เป็นตัวตนของใคร)

๓) อวสวตตนโต เพราะไม่เป็นไปในอำนาจ คือ ไม่อยู่ในอำนาจของใคร ไม่ขึ้นต่อผู้ใด ไม่มีใครมีอำนาจบังคับมัน จะเรียกร้องหรือปรารถนาให้มันเป็นอย่างใด ๆ ไม่ได้ นอกจากทำ การตามเหตุปัจจัย ใช้ศัพท์อีกอย่างหนึ่งว่า อนิสสรโต แปลว่า เพราะไม่เป็นเจ้าใหญ่ หรือไม่เป็นใหญ่ในตัว คือ จะบงการหรือใช้อำนาจบังคับเอาไม่ได้ มีแต่จะต้องให้เป็นไปตามเหตุปัจจัย บางแห่งใช้ว่า อากามการียโต แปลว่า เพราะเป็นสภาพที่ไม่อาจทำได้ตามความอยาก คือ จะให้เป็นไปตามความอยากความปรารถนามิได้ หรือจะเอาใจอยากเข้าว่าไม่ได้ แต่เป็นเรื่องของความเป็นไปตามเหตุปัจจัย จะให้เป็นอย่างไร ก็จะต้องทำตามเหตุปัจจัย หรือต้องทำเหตุทำปัจจัยเอา หรือต้องทำให้เป็นเหตุเป็นปัจจัย

^๗ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๗๑/๑๖๒-๑๖๓.

^๘ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๗๐/๑๖๑-๑๖๒.

^๙ วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๒๑๔-๕

^{๑๐} วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๒๔๗.

ขึ้นมารวมความว่า ไม่อยู่ในอำนาจ หรือไม่มีใครเป็นใหญ่ คือ ใครจะสั่งบังคับให้เป็นไปตามปรารถนา ไม่ได้มันขึ้นต่อเหตุปัจจัย ไม่ได้ขึ้นต่ออำนาจหรือความปรารถนาของใคร เช่น มันเกิดขึ้นแล้วจะสั่งว่าอย่าตั้งอยู่ มันตั้งอยู่แล้วจะสั่งว่าอย่าโทรม มันโทรมแล้วจะสั่งว่าอย่าสลายไม่ได้ทั้งนั้น

๔) อตตปฏิภเวปโต เพราะแย้งต่ออตตตา คือ โดยสภาวะของมันเองก็ปฏิเสธอตตตาอยู่ในตัว หมายความว่า ความเป็นกระบวนธรรม คือการที่องค์ประกอบทั้งหลายสัมพันธ์กันดำเนินไปโดยความเป็นไปตามเหตุปัจจัยนั่นเอง เป็นการปฏิเสธอยู่ในตัวว่า ไม่มีตัวตนต่างหากซ้อนอยู่ที่จะมาแทรกแซงบงการ หรือแม้แต่ขวางขึ้นความเป็นไปตามเหตุปัจจัย และตัวตนต่างหากเช่นนั้นไม่ได้ เพราะถ้ามี ก็ไม่อาจมีความเป็นไปตามเหตุปัจจัย แต่จะกลับกลายเป็นว่า ต้องเป็นไปตามความบังคับบงการของตัวตนนั้น อีกอย่างหนึ่ง กระบวนธรรมที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยนั้น มีความสำเร็จเสร็จสิ้นสมบูรณ์พร้อมในตัวอยู่แล้ว ไม่จำเป็นต้องมีตัวการอย่างอื่นที่จะเข้ามาแทรกแซงสั่งการอีกได้

มีความหมายอีก ๒ อย่าง ซึ่งแม้จะรวมอยู่ในความหมาย ๔ ข้อ ต้นแล้ว แต่เห็นว่ามี ความสำคัญเป็นพิเศษควรนับเป็นข้อต่างหากไว้ เพราะเป็นลักษณะของความเป็นกระบวนธรรม อันจะเห็นเด่นชัด เมื่อวิเคราะห์กระบวนธรรมออกไปจึงขอนำมาเพิ่มต่อไว้ด้วย คือ

๑) สุทฺธสงฺขารปฺยุชฺโต หรือ สุทฺธธมฺมปฺยุชฺโต เพราะเป็นกองแห่งสังขารทั้งหลายล้วน ๆ หรือเป็นกองแห่งธรรมทั้งหลาย (รูปธรรมและ/หรือนามธรรม) ล้วน ๆ หรือ องค์สมการโต เพราะเป็นการประกอบกันขึ้นของส่วนย่อยต่าง ๆ คือ เกิดจากส่วนประกอบย่อย ๆ ทั้งหลายมาประชุมหรือประมวลกันขึ้น ไม่เป็นตัวตนขึ้นอัน ที่สมบูรณ์ในตัว ที่จะยังยืนคงตัวอยู่ได้ ไม่มีสัตว์บุคคลตัวตนที่แท้จริงนอกเหนือจากส่วนประกอบเหล่านั้น (ความหมายข้อนี้ เน้นอยู่แล้วในความหมายข้อที่ ๑. ข้างต้น)

๒) ยถาปจฺจยปวตฺตโต เพราะความเป็นไปตามเหตุปัจจัย คือ องค์ประกอบทั้งหลายที่ ประมวล หรือประชุมกันเข้านั้นต่างสัมพันธ์เป็นปัจจัยแก่กัน เรียกรวม ๆ ว่า กระบวนธรรมนั้นเป็นไปตามเหตุปัจจัยไม่เป็นไปตามความปรารถนาของใคร และไม่อาจมีตัวตน ไม่ว่าจะเป็นตัวแกนภายใน หรือตัวการภายนอก ที่จะขวางขึ้นหรือบงการบังคับมันได้ (ความหมายข้อนี้แทรกอยู่ทั่วไปในความหมายทั้ง ๔ ข้อข้างต้น โดยเฉพาะข้อที่ ๓ และ ๔)

รวมความก็คือ สิ่งทั้งหลายเป็นไปตามเหตุปัจจัยของมันเอง ตามธรรมดา เหตุปัจจัยมีที่จะให้เป็นอย่างนั้นมันก็เกิดเป็นอย่างนั้น เหตุปัจจัยที่จะให้เป็นอย่างนั้นหมดมันก็ดับจากสภาพอย่างนั้น มันหาฟังเสียงเราอ่อนวอนขอร้องหรือปรารถนาไม่ มันไม่เป็นตัว เป็นอะไร ๆ อย่างที่วากัน หรือเป็นของใครทั้งนั้น

๒.๒ ความสัมพันธ์หลักอนัตตลักษณะกับหลักขั้นที่ ๕

ส่วนประกอบของชีวิตพร้อมองค์ประกอบทั้งหมด ที่บัญญัติเรียกว่า “สัตว์บุคคล ตัวตน เรา เขา โดยแบ่งออกเป็น ๕ ส่วน เรียกว่า “เบญจขันธ์” คือ

๑. รูป ได้แก่ส่วนประกอบฝ่ายรูปธรรมทั้งหมด ร่างกายและพฤติกรรมทั้งหมดของร่างกาย หรือสสารและพลังงานฝ่ายวัตถุ พร้อมทั้งคุณสมบัติและพฤติกรรมต่าง ๆ ของสสารพลังงานเหล่านั้น

๒. เวทนา ได้แก่ความรู้สึกสุข ทุกข์ หรือเฉย ๆ ซึ่งเกิดจากผัสสะทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ

๓. สัญญา ได้แก่ความกำหนดได้ หรือหมายรู้ คือ กำหนดรู้อาการเครื่องหมายลักษณะต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์ (สิ่งที่ถูกรับรู้) นั้น ๆ ได้

๔. สังขาร ได้แก่องค์ประกอบหรือคุณสมบัติต่าง ๆ ของจิต ที่ปรุงแต่งจิตให้ดีหรือชั่ว หรือเป็นกลาง ๆ โดยมีเจตนาเป็นตัวนำ

๕. วิญญาณ ได้แก่ความรู้แจ้งอารมณ์ทางประสาททั้ง ๕ และทางใจ คือ การเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การรู้สัมผัสทางกาย และการรู้อารมณ์ทางใจ

ขั้น ๕ คือ สภาพที่ปรากฏเป็นธรรมชาติธรรมชาติของชีวิต แต่ที่เป็นปัญหาก็คือการเข้าไปยึดถือสภาพที่ปรากฏนั้น ในปฐมเทศนาธัมมจักกัปปวัตตนสูตร พระพุทธเจ้าทรงแสดงเรื่องขั้น ๕ ในอริยสัจข้อ ๑ คือ ข้อว่าด้วยทุกข์ โดยทรงแสดงความหมายของทุกข์ด้วยวิธียกตัวอย่างเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่มองเห็นเป็นธรรมดาในชีวิตของบุคคล และสุดท้ายพระองค์ตรัสสรุปลงเป็นข้อเดียวว่า อุปาทานขั้น ๕ (ความยึดถือในขั้น ๕) เป็นทุกข์ ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย นี่คือ ทุกขอริยสัจ : ความเกิดเป็นทุกข์ความแก่เป็นทุกข์ ความเจ็บเป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ ความประสบกับสิ่งไม่เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักเป็นทุกข์ ความไม่ได้สิ่งที่ตนปรารถนาเป็นทุกข์ ว่าโดยย่อ ความยึดมั่นขั้น ๕ เป็นทุกข์”^{๑๑}

ในขั้นธสุตร พระพุทธเจ้าทรงแสดงเรื่องขั้น ๕ และความยึดถือในขั้น ๕ (เบญจขั้นและเบญจอุปาทานขั้น) ไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงขั้น ๕ และอุปาทานขั้น ๕ เธอทั้งหลายจงฟัง” “ขั้น ๕ เป็นไฉน ? รูป...เวทนา...สัญญา...สังขาร...วิญญาณ อันใดอันหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน เป็นภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม หยาบก็ตาม ละเอียด ก็ตาม ทรามก็ตาม ประณีตก็ตาม ไกลหรือใกล้ก็ตาม... เหล่านี้ เรียกว่า อุปาทานขั้น ๕” อุปาทานขั้น ๕ เป็นไฉน ? รูป... เวทนา... สัญญา... สังขาร... วิญญาณ อันใดอันหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน เป็นภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม หยาบก็ตาม ละเอียดก็ตาม ทรามก็ตาม ประณีตก็ตาม ไกลหรือใกล้ก็ตาม ที่ประกอบด้วยอาสวะ เป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน(หรือถูกอุปาทานครอบงำในปฏิจจสมุปบาทนั่นเอง)...เหล่านี้ เรียกว่า อุปาทานขั้น ๕”^{๑๒}

ในอุปาทานียสูตร พระพุทธเจ้าทรงแสดงเรื่องธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน และตัวอุปาทานไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงธรรมทั้งหลายซึ่งเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน และตัวอุปาทาน เธอทั้งหลายจงฟัง” “รูป...เวทนา...สัญญา...สังขาร...วิญญาณ คือ ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทาน ฉันทราคะ (ความอยากเกาะติด) ในรูป...เวทนา...สัญญา...สังขาร...วิญญาณ นั้น คือ อุปาทานในสิ่งนั้น ๆ”^{๑๓}

สืบเนื่องจากปฐมเทศนา พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดง อนัตตลักษณะสูตร แสดงให้เห็นความเป็นอนัตตาของขั้น ๕ ผลแห่งพระธรรมเทศนาทำให้ภิกษุปัญจวัคคีย์มีจิตหลุดพ้นจากอาสวะ เพราะไม่ถือมั่นด้วยอุปาทานบรรลุเป็นพระอรหันต์ เนื้อความย่อแห่งพระธรรมเทศนานั้นว่า

“ภิกษุทั้งหลาย รูป...เวทนา...สัญญา...สังขาร...วิญญาณ เป็นอนัตตา หากรูป...เวทนา...สัญญา...สังขาร...วิญญาณ จักเป็นอัตตาแล้วไซ้ร้ มันก็จะไม่เป็นไปเพื่ออาพาธ ทั้งยังจะได้

^{๑๑} วิ.ม. (ไทย) ๔/๔/๑๔.

^{๑๒} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๔๘/๓๙.

^{๑๓} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๙/๕๕-๕๖.

ตามใจปรารถนาในรูป....ในเวทนา...ในสัญญา... ในสังขาร...ในวิญญาณว่า “ขอรูป....ขอเวทนา.... ขอสัญญา.... ขอสังขาร....ขอวิญญาณของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย” แต่เพราะเหตุที่รูป....เวทนา....สัญญา....สังขาร....วิญญาณเป็นอนัตตา ฉะนั้น รูป....เวทนา....สัญญา....สังขาร....วิญญาณ จึงเป็นไปเพื่ออาพาธ และใคร ๆ ก็ไม่อาจได้ตามความปรารถนาในรูป....เวทนา....สัญญา....สังขาร....วิญญาณ ว่า “ขอรูป.... ขอเวทนา....ขอสัญญา.... ขอสังขาร...ขอวิญญาณ ของเราจงเป็นอย่างนี้เถิด อย่าได้เป็นอย่างนั้นเลย”

“ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายมีความเห็นเป็นไฉน ?” “รูป...เวทนา...สัญญา...สังขาร...วิญญาณเที่ยง หรือไม่เที่ยง?” “ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า” “ก็สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ หรือเป็นสุข?” “เป็นทุกข์ พระเจ้าข้า” “สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา ควรหรือหนอที่จะตามเห็นสิ่งนั้นว่า “นั่นของเรา เราเป็นนั่น นั่นเป็นอัตตาของเรา (เอต มม เอโสหสมมิ เอโส เม อตตาทา) ?” “ไม่ควรเห็นเป็นอย่างนั้น พระเจ้าข้า” “ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนี้แล รูป....เวทนา....สัญญา....สังขาร....วิญญาณ อย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็น อดีต ปัจจุบัน อนาคต ทั้งภายในและภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ทั้งที่ไกลและที่ใกล้ ทั้งหมดนั้น เธอทั้งหลายพึงเห็นด้วยปัญญาอันถูกต้อง ตามที่มันเป็นว่า “นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่ใช่ นั่น ไม่ใช่ตัวตนของเรา (เนต มม, เนโสหสมมิ, น เมโส อตตาทา)”

“ภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกผู้ได้สดับแล้ว เห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในรูป...แม้ในเวทนา...แม้ในสัญญา...แม้ในสังขาร...แม้ในวิญญาณ... เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมคลายกำหนัด เพราะคลายกำหนัด จึงหลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นแล้ว ย่อมมีญาณหยั่งรู้ว่า “หลุดพ้นแล้ว” รู้ชัดว่า “ชาติสิ้นแล้ว” ได้ประพาศพรหมจรรย์สมบูรณ์แล้ว กิจที่ควรทำ ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้มิได้มี”^{๑๔}

๒.๓ ความสัมพันธ์หลักก่อนัตตลักษณะกับหลักไตรลักษณ์

พระพุทธศาสนาแสดงหลักความจริงในรูปของกฎธรรมชาติ “กฎธรรมชาตินี้เป็น ธรรมชาตฺ คือ คือภาวะที่ตั้งอยู่หรือยืนตัวเป็นหลักแน่นอนอยู่โดยธรรมดา เป็น ธรรมนิยาม คือ กฎธรรมชาติ หรือกำหนดแห่งธรรมดา ไม่เกี่ยวกับผู้สร้างผู้บันดาล หรือการเกิดขึ้นของศาสนาหรือศาสนาใด ๆ กฎธรรมชาตินี้แสดงฐานะของศาสดาในความหมายของพุทธธรรมด้วยว่าเป็นผู้ค้นพบกฎเหล่านี้แล้วนำมาเปิดเผยชี้แจงแก่ชาวโลก”^{๑๕}

ไตรลักษณ์ คือ ลักษณะอันเป็นธรรมชาติของสิ่งทั้งปวง ไตรลักษณ์เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สามัญญลักษณะ แปลว่า ลักษณะที่ทั่วไป หรือเสมอเหมือนกันแก่สิ่งทั้งปวง มีพุทธพจน์แสดงหลักไว้ในรูปของกฎธรรมชาติว่าดังนี้”

^{๑๔} วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๐-๒๔-๑๗-๒๐.

^{๑๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๖๗-๖๘.

“ตลาคคต ทั้งหลายจะอุบัติหรือไม่ก็ตาม ธาตุ นั้นก็ยังคงมีอยู่ เป็นธรรมฐิติ เป็นธรรมนิยาม ว่า ๑) สังขารทั้งปวง ไม่เที่ยง.... ๒) สังขารทั้งปวง^{๑๖} เป็นทุกข์.... ๓) ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา... ตลาคคตตรัสรู้ เข้าถึงหลักนั้นแล้ว จึงบอก แสดง วางเป็นแบบ ตั้งเป็นหลัก เปิดเผยแจกแจง ทำให้เข้าใจง่ายว่า “สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง...สังขารทั้งปวง เป็นทุกข์...ธรรมทั้งปวง เป็นอนัตตา”^{๑๗}

ลักษณะอันเป็นธรรมชาติของสิ่งทั้งปวงทั้ง ๓ ประการ จากพุทธพจน์นี้จะเห็นถึงความแตกต่างระหว่างความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา นั่นคือความไม่เที่ยง และความเป็นทุกข์ จะมีเฉพาะแก่สังขารทั้งปวงเท่านั้น ส่วนความเป็นอนัตตาจะครอบคลุมทุกสิ่งไม่มียกเว้น กล่าวคือทั้งสิ่งที่เป็นสังขารและสิ่งที่เป็นวิสังขาร (สิ่งที่ไม่อาศัยเหตุปัจจัยปรุงแต่ง ได้แก่นิพพาน) ต่างก็เป็นอนัตตา

ด้วยเหตุนี้ “อนัตตา” จึงเป็นลักษณะร่วมของทุกสิ่งคือ ทั้งสังขารและวิสังขาร พุทธพจน์ใช้คำว่า “ธรรม” (แปลว่า สิ่ง) เมื่อแสดงถึงความเป็นอนัตตา อนัตตตวจึงเป็นลักษณะหรือธรรมชาติอันแท้จริงของสิ่ง (ธรรม) ทั้งปวง และถือเป็นหลักการสำคัญที่ใช้อธิบายความมีอยู่ของทุกสิ่งโดยไม่ยกเว้น

จากที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า หลักไตรลักษณ์มีเนื้อหาสาระสรุปรวมลงในหลักการอันเดียวคือ หลักอนัตตา ความเป็นอนัตตา ได้รวมเอาความหมายของความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ เข้าไว้ได้อย่างสมบูรณ์ นั่นคือ เพราะสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยง สิ่งทั้งหลายจึงเป็นทุกข์ และเพราะสิ่งทั้งหลายไม่เที่ยงเป็นทุกข์ สิ่งทั้งหลายจึงเป็นอนัตตา ดังนั้น จึงพอสรุปได้ว่า หลักไตรลักษณ์ เป็นคำสอนที่สะท้อนให้เห็นถึงทัศนะพื้นฐานของพุทธธรรมด้วยเรื่องอนัตตานั่นเอง

หลักไตรลักษณ์ ได้สะท้อนถึงทัศนะพื้นฐานของพุทธธรรมที่ว่า สิ่งทั้งปวงที่เกิดจากเหตุปัจจัยปรุงแต่ง (สังขาร) จะเป็นรูปธรรมหรือนามธรรมก็ตาม ย่อมปรากฏอยู่ในลักษณะทั้ง ๓ ประการ อนิจจัง (ไม่เที่ยง) ทุกข์ (เป็นทุกข์) อนัตตา (ไม่ใช่ตัวตน, ไม่เป็นตัวตน) ด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น

หนังสือ พุทธธรรม ได้แสดงความหมายของ ไตรลักษณ์ ไว้โดยย่อ ดังนี้

๑. อนิจจตา ความไม่เที่ยง ความไม่คงที่ ความไม่คงตัว ภาวะที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมและสลายไป
๒. ทุกขตา ความเป็นทุกข์ ภาวะที่ถูกบีบคั้นด้วยการเกิดขึ้นและสลายตัว ภาวะที่กดดันฝืนและขัดแย้งอยู่ในตัว เพราะปัจจัยที่ปรุงแต่งให้มีสภาพเป็นอย่างนั้นเปลี่ยนแปลงไปจะทำให้คงอยู่ในสภาพนั้นไม่ได้ ภาวะที่ไม่สมบูรณ์มีความบกพร่องอยู่ในตัว ไม่ให้ความสมอยากแท้จริง หรือความพึงพอใจเต็มที่แก่ผู้อยากด้วยตัณหา และก่อนให้เกิดทุกข์แก่ผู้เข้าไปอยากเข้าไปยึดด้วยตัณหาอุปาทาน
๓. อนัตตา ความเป็นอนัตตา ความไม่ใช่ตัวตน ความไม่มีตัวตนที่แท้จริงของมันเอง^{๑๘}

๒.๔ สิ่งที่ปิดบังอนัตตลักษณะ

^{๑๖} สังขารในชั้น ๕ = ความดี ความชั่ว ที่ปรุงแต่งจิตใจ เป็นนามธรรมอย่างเดียว ส่วนสังขารในไตรลักษณ์ = สิ่งทั้งปวงที่เกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง หรือที่เกิดจากส่วนประกอบต่าง ๆ ประชุมกันเข้าทั้งรูปธรรม และนามธรรม

^{๑๗} อง.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๓๗/๒๗๘-๒๗๙.

^{๑๘} วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๒๗๕.

ทั้งความเป็นอนิจจัง ทุกข์ และอนัตตา นี้ เป็นลักษณะสามัญของสิ่งทั้งหลาย เป็นความจริงที่แสดงตัวของมันเองอยู่ตามธรรมดาตลอดทุกเวลา แต่คนทั่วไปก็มองไม่เห็น ทั้งนี้เพราะเป็นเหมือนมีสิ่งปิดบังคอยซ่อนคลุมนี้ ถ้าไม่มนสิการ คือไม่ใส่ใจพิจารณาอย่างถูกต้อง ก็มองไม่เห็นสิ่งที่เป็นเหมือนเครื่องปิดบังซ่อนคลุมเหล่านี้ คือ^{๑๙}

๑. สันตติ บังอนิจจลักษณะ
๒. อิริยาบถ บังทุกขลักษณะ
๓. ฆนะ บังอนัตตลักษณะ

๑) เพราะมิได้มนสิการความเกิดและความดับหรือความเกิดขึ้นและความเสื่อมสิ้นไป ก็ถูก สันตติ คือ ความสับสนหรือความเป็นไปอย่างต่อเนื่อง ปิดบังไว้ อนิจจลักษณะจึงไม่ปรากฏ

สิ่งทั้งหลายที่เราดูเราเห็นนั้นล้วนแต่มีความเกิดขึ้นและความแตกสลายอยู่ภายในตลอดเวลา แต่ความเกิดดับนั้นเป็นไปอย่างหมุนเนื่องติดต่อกันรวดเร็วมาก คือ เกิด-ดับ-เกิด-ดับ...ความเป็นไปอย่างต่อเนื่องอย่างรวดเร็วยิ่งนั้น ทำให้เรามองเห็นเป็นว่า สิ่งนั้นคงที่ถาวรเป็นอย่างหนึ่งอย่างเดิม ไม่มีความเปลี่ยนแปลงเหมือนอย่างตัวเราเอง หรือคนใกล้เคียงอยู่ด้วยกัน มองเห็นกันเสมือนว่าเป็นอย่างเดิม ไม่เปลี่ยนแปลงแต่เมื่อเวลาผ่านไปนาน สังเกตดู หรือไม่เห็นกันนาน ๆ เมื่อพบกันอีกจึงรู้ว่าได้มีเปลี่ยนแปลงไปแล้วจากเดิม แต่ตามความเป็นจริง ความเปลี่ยนแปลงนั้นเกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลาที่ละน้อยและต่อเนื่อง จนไม่เห็นช่องว่างตัวอย่าง เปรียบเทียบพอให้เห็นง่ายขึ้น เช่น ใบพัดที่กำลังหมุนอยู่อย่างรวดเร็ว มองเห็นเป็นแผ่นกลมแผ่นเดียวหนึ่ง เมื่อทำให้หมุนช้าลง ก็เห็นเป็นใบพัดกำลังเคลื่อนไหว แยกเป็นใบ ๆ เมื่อจับหยุดมองดูก็เห็นชัดว่าเป็นใบพัดต่างหากกัน ๒ ใบ ๓ ใบ หรือ ๔ ใบ หรือ เหมือนคนเอามือจับก้านรูปที่จุดไฟติดอยู่แล้วแกว่งหมุนอย่างรวดเร็วเป็นรูปวงกลม มองดูเหมือนเป็นไฟรูปร่างกลม แต่ความจริง เป็นเพียงรูปก้านเดียวที่ทำให้เกิดรูปต่อเนื่องติดเป็นพัดไป หรือ เหมือนหลอดไฟฟ้าที่ติดไฟอยู่สว่างจ้า มองเห็นเป็นดวงไฟที่สว่างคงที่ แต่ความจริงเป็นกระแสไฟฟ้าที่เกิดดับไหลเนื่องผ่านไปอย่างรวดเร็ว หรือ เหมือนมวนน้ำในแม่น้ำ ที่มองดูเป็นผืนหนึ่งผืนเดียว แต่ความจริงเป็นกระแสน้ำที่ไหลผ่านไป ๆ เกิดจากน้ำหยดน้อย ๆ มากมายมารวมกัน และไหลเนื่อง สิ่งทั้งหลายดังตัวอย่างเหล่านี้ เมื่อใช้เครื่องมือ หรือวิธีการที่ถูกต้อง มากำหนดแยกมนสิการ เห็นความเกิดขึ้นและความดับไป จึงจะประจักษ์ความไม่เที่ยงแท้ ไม่คงที่ เป็นอนิจจัง

๒) เพราะมิได้มนสิการความบีบคั้น กัดดันที่มีอยู่ตลอดเวลา ก็ถูก อิริยาบถ คือความยกย้ายเคลื่อนไหวปิดบังไว้ ทุกขลักษณะจึงไม่ปรากฏ

ภาวะที่ทนอยู่ มิได้ หรือ ภาวะที่คงสภาพเดิม อยู่มิได้ หรือ ภาวะที่ไม่อาจคงอยู่ในสภาพเดิมได้ด้วยมีแรงบีบคั้น กัดดันขัดแย้ง เร้าอยู่ภายในส่วนประกอบต่าง ๆ นั้นจะถึงระดับที่ปรากฏแก่สายตา หรือ ความรู้สึกของมนุษย์ มักจะต้อง ใช้เวลาระยะหนึ่ง แต่ในระหว่างนั้น ถ้ามีการคืบเคลื่อนยกย้าย หรือ ทำให้แปรรูป เป็นอย่างอื่นไปเสียก่อน ก็ดี สิ่งที่ถูกสังเกตเคลื่อนย้ายพ้นจากผู้สังเกตไปเสียก่อน หรือ ผู้สังเกตแยกพราวจากสิ่งที่ถูกสังเกตไปเสียก่อนก็ดี ภาวะที่บีบคั้นกัดดันขัดแย้งนั้น ก็ไม่ทันปรากฏให้เห็น ปรากฏการณ์ส่วนใหญ่มักเป็นเช่นนี้ ทุกขลักษณะจึงไม่ปรากฏ ตัวอย่างง่าย ๆ ก็คือในร่างกายของมนุษย์นี้แหละ ไม่ต้องรอให้ถึงขั้นชีวิตแตกดับดอก แม้ในชีวิตประจำวันนี้เองความ

^{๑๙} วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๒๗๕.

บีบคั้น กดดันขัดแย้งก็มีอยู่ตลอดเวลาทำนองคาพยพ จนทำให้มนุษย์ไม่อาจอยู่นิ่งเฉยในท่าเดียวได้ ถ้าเราอยู่ หรือต้องอยู่ในท่าเดียวนานมาก ๆ เช่น ยืนอย่างเดียว นั่งอย่างเดียว เดินอย่างเดียว นอนอย่างเดียว ความบีบคั้น กดดันตามสภาวะจะค่อย ๆ เพิ่มมากขึ้น ๆ จนถึงระดับที่เกิดเป็นความรู้สึกบีบคั้น กดดัน ที่คนทั่วไปเรียกว่า เป็นทุกข์ เช่น เจ็บปวดเมื่อย จนในที่สุดก็จะทนไม่ไหวและต้องยกย้าย เปลี่ยนไปสู่ทำนองที่เรียกว่าอิริยาบถอื่น เมื่อความบีบคั้นกดดันอันเป็นทุกข์ตามสภาวะนั้นสิ้นสุดลง ความรู้สึกบีบคั้นกดดันที่เรียกว่าความรู้สึกทุกข์ (ทุกข์เวทนา) ก็หายไปด้วย (ในตอนที่มีความรู้สึกทุกข์ หายไปนี้ มักจะมีความรู้สึกสบายที่เรียกว่าความสุขเกิดขึ้นมาแทนด้วย แต่อันนี้เป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้น ว่าโดยสภาวะแล้ว มีแต่ความทุกข์หมดไปอย่างเดียว เข้าสู่ภาวะปราศจากทุกข์) ในความเป็นอยู่ประจำวันนั้น เมื่อเราอยู่ในท่าหนึ่ง หรืออิริยาบถหนึ่งนาน ๆ พอจะรู้สึก ปวดเมื่อยเป็นทุกข์ เราก็ชิงเคลื่อนไหว เปลี่ยนไปสู่ทำนองหรืออิริยาบถอื่นเสียหรือเรามักจะเคลื่อนไหวเปลี่ยนท่าเปลี่ยนอิริยาบถอยู่เสมอ จึงหนีรอดจากความรู้สึกทุกข์ไปได้ เมื่อไม่รู้สึกทุกข์ ก็เลยพลอยมองข้ามไม่เห็นความทุกข์ที่เป็นความจริงตามสภาวะ ไปเสียด้วยท่านจึงว่าอิริยาบถบังทุกขลักษณะ

๓) เพราะมิได้มันสิการความแยกย่อยออกเป็นธาตุต่าง ๆ ก็ถูก “ขณะ” คือ ความเป็นแห่ง เป็นก้อนเป็นอันเป็นอันเป็นมวยหรือเป็นหน่วยรวม ปิดบังไว้ “อนัตตลักษณะ” จึงไม่ปรากฏสิ่งทั้งหลาย ที่เรียกชื่ออย่างนั้นอย่างนี้ ล้วนเกิดจากเอาส่วนประกอบทั้งหลายมารวมปรุงแต่งขึ้น เมื่อแยกย่อยส่วนประกอบเหล่านั้นออกไปแล้ว สิ่งที่เป็นหน่วยรวมเรียกชื่ออย่างนั้น ๆ ก็ไม่มีโดยทั่วไป มนุษย์มองไม่เห็น ความจริงนั้นเพราะถูก “ชนสัญญา” คือ ความจำหมายหรือความสำคัญ หลายเป็นหน่วยรวมคอยปิดบังไว้ เข้ากับคำกล่าวอย่างชาวบ้านว่า “เห็นเสื้อแต่ไม่เห็นผ้า เห็นแต่ตุ๊กตามองไม่เห็นเนื้อยาง” คือ คนที่ไม่ได้คิดไม่ได้ พิจารณาบางทีก็ถูกภาพตัวตนของเสื้อปิดบังตา หลอกไว้ ไม่ได้มองเห็นเนื้อผ้าที่ปรุงแต่งขึ้นเป็นรูปเสื้อนั้น ซึ่งว่าที่จริงผ้าอันนั้นก็ไม่มี มีแต่เส้นด้ายมากมายที่มาเรียงกันเข้าตามระเบียบ ถ้าแยกด้ายทั้งหมดออกจากกัน ผ้าอันนั้นก็ไม่มี หรือเด็กที่มองเห็นแต่รูปตุ๊กตา เพราะถูกภาพตัวตนของตุ๊กตาปิดบังหลอกตาไว้ ไม่ได้มองเห็นเนื้อยางเป็นสาระที่แท้จริงของตัวตุ๊กตานั้น เมื่อจับเอาแต่ตัวจริง ก็มีแต่เนื้อยาง หามิตุ๊กตาไม่ แม้เนื้อยาง นั้นเองก็เกิดจากส่วนผสมต่าง ๆ มาปรุงแต่งขึ้นต่อ ๆ กันมา “ชนสัญญา” ย่อมบัง “อนัตตลักษณะ” ไว้ในทำนองแห่งตัวอย่างง่าย ๆ ที่ได้ยกมากล่าวไว้นี้ เมื่อใช้อุปกรรมหรือวิธีการที่ถูกต้องมาวิเคราะห์มันสิการเห็นความแยกย่อยออกเป็นส่วนประกอบ ต่าง ๆ จึงจะประจักษ์ในความมิใช่ตัวตน มองเห็นว่าเป็น “อนัตตา”

ในหลักไตรลักษณ์นี้ พระพุทธองค์ทรงยกขึ้นแสดงในฐานะเป็นหลักความจริงทั่วไปแก่สิ่งทั้งปวง หากแต่โดยจุดหมายแล้ว หลักไตรลักษณ์ กลับเป็นหลักคำสอนที่ทรงแสดงเพื่อใช้เป็นหลักพิจารณา (โยนิโสมนสิการ) ความเป็นไปในธรรมชาติทั้งหลาย คือ ชันธ ๕ (ในมหาสติปัฏฐานแยกเป็น ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม) ทั้งนี้โดยมุ่งที่จะให้เกิดปัญญาความรู้แจ้งในความเป็นจริงของชีวิตมนุษย์ เป็นสำคัญ อันจะเป็นผลให้เกิดเป็นความเบื่อหน่ายคลายกำหนดถ่ายถอนความยึดมั่นถือมั่นวาทะว่าตน (อัตตวาทุพาทาน) หลุดพ้นจากทิวฏฐิคือ ความตายเห็นว่าเป็นตัวตน (อัตตานุทิวฏฐิ) ได้ในที่สุด

๒.๕ วิธีการสอนเกี่ยวกับอนัตตลักษณะของพระพุทธเจ้า

หลักคำสอนเรื่องอนัตตา แสดงลักษณะธรรมดาของสิ่งทั้งหลายว่า เพราะสิ่งทั้งหลายปรากฏให้เห็นเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เกิดขึ้น ตั้งอยู่และแปรปรวนไป สิ่งทั้งหลายจึงไม่อาจเรียกได้

ว่าเป็น “อัตตา” หรือ “ตัวตน” ทุกสิ่งที่มีอยู่จึงเป็น “อนัตตา” และเพราะเหตุที่ทุกสิ่งเป็นอนัตตา กล่าวคือไม่มีตัวตนแท้จริงของมันเอง พุทธธรรมจึงมองเห็นสิ่งทั้งหลายในสภาพที่ต้องสัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อแก่กันและกันเป็นกระแส อาการที่สิ่งทั้งหลายเกิดดับสืบเนื่องเป็นเหตุปัจจัยแก่กันนี้เอง ที่พุทธธรรมแสดงให้เห็นในรูปของกฎธรรมชาติที่เรียกเป็นคำสอนว่า “ปฏิจลสมุปบาท” มีพุทธพจน์ แสดงปฏิจลสมุปบาทในรูปของกฎธรรมชาติดังนี้

“ตถาคตทั้งหลาย จะอุบัติหรือไม่ก็ตาม ธาตุ นั้นก็ยังคงมีอยู่ เป็นธรรมชาติเป็นธรรมนิยาม คือ หลักอิทัปปัจจยตา”^{๒๐} ตถาคตตรัสรู้ เข้าถึงหลักนั้นแล้ว จึงบอกแสดง วางเป็นแบบ ตั้งเป็นหลัก เปิดเผย แจกแจง ทำให้เข้าใจง่าย และจึงตรัสว่า “จงดูสิ” “เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยจึงมีสังขาร ฯลฯ” “ภิกษุทั้งหลาย ตถตา (ภาวะที่เป็นอย่างนั้น) อวิตถตา (ภาวะที่ไม่คลาดเคลื่อนไปได้) อนัญญตตา(ภาวะที่ไม่เป็นอย่างอื่น) คือ หลักอิทัปปัจจยตา ดังกล่าวมานี้แล้ว เรียกว่า ปฏิจลสมุปบาท”^{๒๑}

พุทธพจน์ที่เป็นตัวบทแสดงหลักปฏิจลสมุปบาทนั้น แยกได้เป็น ๒ ประเภท คือ ๑) หลักทั่วไป ๒) หลักประยุกต์ หลักทั้ง ๒ อย่างนั้น แต่ละอย่างแบ่งออกได้เป็น ๒ ท่อน คือ ๑) ท่อนแรกแสดงกระบวนการเกิด เรียกว่า “สมุทวาร” ๒) ท่อนหลังแสดงกระบวนการดับ เรียกว่า “นิโรธวาร” แสดงตัวบททั้ง ๒ อย่าง ดังนี้

๑) หลักทั่วไป

ก. สมุทวาร

อิมสมิ สติ อิทั โหติ

เมื่อสิ่งนี้มี สิ่งนี้ย่อมมี

อิมสสุปปาทา อิทั ออุปชชติ

เพราะความเกิดขึ้นแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น.

ข. นิโรธวาร

อิมสมิ อสติ อิทั น โหติ

เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้ย่อมไม่มี

อิมสส นิโรธา อิทั นิรุชฺชติ^{๒๒}

เพราะความดับไปแห่งสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงดับไป.

๒) หลักประยุกต์

ก. สมุทวาร

อวิชชาปจฺจยา สงฺขารา

เพราะอวิชชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี

สงฺขารปจฺจยา วิญญาณํ

เพราะสังขาร เป็นปัจจัย วิญญาณจึงมี

วิญญาณปจฺจยา นามรูปํ

เพราะวิญญาณ เป็นปัจจัย นามรูป จึงมี

นามรูปปจฺจยา สฬายตนํ

เพราะนามรูป เป็นปัจจัย สฬายตนะจึงมี

สฬายตนปจฺจยา ผสฺโส

เพราะสฬายตนะ เป็นปัจจัย ผัสสะจึงมี

ผสฺสปจฺจยา เวทนา

เพราะผัสสะ เป็นปัจจัย เวทนาจึงมี

เวทนาปจฺจยา ตณฺหา

เพราะเวทนา เป็นปัจจัย ตัณหาจึงมี

ตณฺหาปจฺจยา อูปาทานํ

เพราะตัณหา เป็นปัจจัย อูปาทานจึงมี

^{๒๐} เป็นชื่อหนึ่งของหลักปฏิจลสมุปบาท แปลว่า การประชุมปัจจัยของสิ่งเหล่านี้ หรือภาวะที่มีอันนี้ ๆ เป็นปัจจัย ; อภิธรรม นิยมเรียกว่า “ปัจจัยการ” แปลว่า อาการที่เป็นปัจจัย

^{๒๑} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๒๐/๒๖.

^{๒๒} ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๓๗/๖๒-๖๓.

อุปาทานปัจจัย ภาโว	เพราะอุปาทาน เป็นปัจจัย ภาวจึงมี
ภวปัจจัย ชาติ	เพราะภพ เป็นปัจจัย ชาติจึงมี
ชาติปัจจัย ชรามรณ	เพราะชาติ เป็นปัจจัย ชรามรณะจึงมี

โสภปริเทวทุกขโทมนสสุปายาสา สมภวนติ ความโศก ความคร่ำครวญ ทุกข์ โทมนัส และ ความคับแค้นใจ จึงมีพร้อม

เอวเมตสส เภลสส ทุกขกขณตสส สมุทโย โหติ ความเกิดขึ้นแห่งกองทุกข์ทั้งปวงนี้ จึงมี ได้ ประการฉะนี้

ข.นิโรธวาร

อวิชชาเตวว อเสสวिरาคนิโรธา	เพราะอวิชชาสำรอกดับไปไม่เหลือ
สังขารนิโรโธ	สังขารจึงดับ
สังขารนิโรธา วิญญานนิโรโธ	เพราะสังขารดับ วิญญานจึงดับ
วิญญานนิโรธา นามรูปนิโรโธ	เพราะวิญญานดับ นามรูปจึงดับ
นามรูปนิโรธา สฬายตนนิโรโธ	เพราะนามรูปดับ สฬายตนะจึงดับ
สฬายตนนิโรธา ผสสนนิโรโธ	เพราะสฬายตนะดับ ผัสสะจึงดับ
ผสสนนิโรธา เวทนานิโรโธ	เพราะผัสสะดับ เวทนาจึงดับ
เวทนานิโรธา ตณฺหานิโรโธ	เพราะเวทนาดับ ตณฺหาจึงดับ
ตณฺหานิโรธา อุปาทานนิโรโธ	เพราะตณฺหาดับ อุปาทานจึงดับ
อุปาทานนิโรธา ภวนิโรโธ	เพราะอุปาทานดับ ภวจึงดับ
ภวนิโรธา ชาตินิโรโธ	เพราะภพดับ ชาติจึงดับ
ชาตินิโรธา ชรามรณ	เพราะชาติดับ ชรามรณะ (จึงดับ)

โสภปริเทวทุกขโทมนสสุปายาสา นิรุชฌนติ ความโศก ความคร่ำครวญ ทุกข์โทมนัส ความ คับแค้นใจ ก็ดับ

เอวเมตสส เภลสส ทุกขกขณตสส นิโรโธ โหติ^{๒๓} ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งหมดนี้มี ด้วยประการฉะนี้

คำว่า “ปฏิจจสมุปบาท” ตามรูปศัพท์แปลว่า การเกิดขึ้นพร้อมโดยอาศัยกัน การอาศัย กันเกิดขึ้นพร้อมกัน ถือเอาความโดยยรรถว่า การเกิดขึ้นโดยอาศัยกันและกัน, ธรรมที่อาศัยกันและกัน แล้วเกิดขึ้น อากาโรที่สิ่งหนึ่งเกิดขึ้นโดยเป็นเหตุเป็นผลต่อเนื่องกัน

จากความหมายของคำว่า ปฏิจจสมุปบาท แสดงว่า “ปฏิจจสมุปบาท” เป็นกฎธรรมชาติ ที่ชี้ให้เห็นอาการของสิ่งต่าง ๆ อาศัยกันและกันแล้วเกิดขึ้นสืบเนื่องแก่กัน ปฏิจจสมุปบาทชี้ให้เห็นถึง กระบวนการของชีวิตที่เป็นไปตามเหตุปัจจัย โดยเฉพาะก็คือ ปฏิจจสมุปบาททั้งหมด มีความมุ่งหมาย เพื่อแสดงความเกิดดับของทุกข์ และคำว่า “ทุกข์” ก็เป็นคำที่มีความสำคัญและบทบาทมากในพุทธ ธรรม ปฏิจจสมุปบาทเป็นกฎธรรมชาติที่แสดงสภาวะแห่งเหตุปัจจัยที่ทุกข์เกิดและเหตุปัจจัยที่ทุกข์ดับ โดยแจกแจงองค์ประกอบของแต่ละหัวข้อปัจจัยที่สืบทอดกันไป ความสัมพันธ์ของแต่ละหัวข้อปัจจัย เป็นไปตามหลักสากล หรือ อิทัปปัจจยตา กล่าว คือ

^{๒๓} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑-๓/๑-๓ .

อวิชาเป็นเหตุปัจจัยในกระบวนการฝ่ายเกิดทุกข์ เป็นไปตามหลักที่ว่า เพราะอวิชาเป็นปัจจัย สังขารจึงมี ฯลฯ และไปสรุปตอนท้ายว่า ความเกิดแห่งกองทุกข์ทั้งปวงนี้ จึงมีได้ ด้วยประการฉะนี้

ในกระบวนการฝ่ายดับทุกข์ก็คือ เพราะอวิชาสำรองดับไปไม่เหลือ สังขารจึงดับ ฯลฯ ความดับแห่งกองทุกข์ทั้งมวลนี้ ย่อมมีด้วยประการฉะนี้

จากหลักการดังกล่าว เราสามารถมองกฎปฏิจจนสมุปบาท ได้ ๒ แห่งคือ

แห่งที่หนึ่ง มองในช่วงกว้าง คือ ปฏิจจนสมุปบาท เป็นกฎที่ครอบคลุมสากลจักรวาลทั้งหมด ปราภฏการณในเอกภพอยู่ภายใต้กฎนี้ นั่นคือ หลักสากลของปฏิจจนสมุปบาท

แห่งที่สอง มองในช่วงแคบ คือ ปฏิจจนสมุปบาทครอบคลุมเฉพาะสภาพชีวิตของมนุษย์ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง กระบวนการเกิดทุกข์ และดับทุกข์ของมนุษย์ กล่าวได้ว่า แนวที่สองเป็นพุทธประสงค์โดยแท้ ซึ่งได้แก่ หลักประยุกต์ของปฏิจจนสมุปบาท

หลักปฏิจจนสมุปบาท เมื่อพิจารณาโดยสัมพันธ์กับหลักอนัตตาในไตรลักษณ์แล้วจะเห็นได้ว่า หลักคำสอนทั้งสองต่างมีความสัมพันธ์สอดคล้องต่อกันเป็นอย่างดี นั่นคือ ทั้งปลักปฏิจจนสมุปบาท และหลักไตรลักษณ์ พระพุทธเจ้าทรงแสดงในรูปของกฎธรรมชาติเหมือนกัน และถือได้ว่าเป็นกฎเดียวกัน แต่แสดงในคนละแง่หรือคนละแนว เพื่อมองเห็นความจริงอย่างเดียวกันคือ

ไตรลักษณ์ มุ่งแสดงลักษณะของสิ่งทั้งหลาย ซึ่งปรากฏให้เห็นว่าเป็นอย่างนั้น ในเมื่อสิ่งเหล่านั้นเป็นไปโดยอาการที่สัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อแก่กัน ตามหลักปฏิจจนสมุปบาท

ปฏิจจนสมุปบาท มุ่งแสดงถึงอาการที่สิ่งทั้งหลายมีความสัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อแก่กันเป็นกระแส จนมองเห็นลักษณะได้ว่าเป็นไตรลักษณ์

ดังนั้น จึงอาจกล่าวสรุปได้ว่า ทั้งหลักคำสอนเรื่องอนัตตา และปฏิจจนสมุปบาท ต่างก็แสดงและยืนยันว่า “สิ่งทั้งปวงมีอยู่ และเป็นไปในรูปของกระแสแห่งเหตุปัจจัยที่สืบเนื่องอาศัยกันและกัน มีการเริ่มต้น ดำรงอยู่ สลายไป เกิด-ดับ ๆ ตลอดเวลา ไม่ใช่ตัวตน และไม่มีตัวตนให้ยึดถือได้ เพราะสิ่งทั้งปวง เป็นอนัตตา”

๒.๖ สรุปท้ายบท

ภาวะที่ทรงตัวอยู่เองโดยธรรมชาติ เป็นหลักหรือกฎเกณฑ์ที่แน่นอนตายตัว เป็นสิ่งธรรมดา ไม่มีผู้สร้างบันดาล มีเกิด มีเปลี่ยนแปลง และแตกสลายในที่สุด ตามกฎธรรมชาติ นี้ก็ยังคงมีอยู่ และเป็นไปตลอดกาล

หลักคำสอนเรื่องอนัตตา แสดงลักษณะธรรมดาของสิ่งทั้งหลายว่า เพราะสิ่งทั้งหลายปรากฏให้เห็นเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เกิดขึ้น ตั้งอยู่และแปรปรวนไป สิ่งทั้งหลายจึงไม่อาจเรียกว่าเป็น อัตตา หรือ ตัวตน ทุกสิ่งที่มีอยู่จึงเป็น อนัตตา และเพราะเหตุที่ทุกสิ่งเป็นอนัตตากล่าว คือไม่มีตัวตนแท้จริงของมันเอง พุทธธรรมจึงมองเห็นสิ่งทั้งหลายในสภาพที่ต้องสัมพันธ์เนื่องอาศัยเป็นเหตุปัจจัยสืบต่อแก่กันและกันเป็นกระแส อาการที่สิ่งทั้งหลายเกิดดับสืบเนื่องเป็นเหตุปัจจัยแก่กัน

ในรูปของกฎธรรมชาติที่เรียกเป็นคำสอนว่า ปฏิจจสมุปบาท ในรูปของกฎธรรมชาติ ดังนี้
สรรพสิ่งทั้งหลาย จะเกิดขึ้นหรือไม่ก็ไม่เกิดขึ้นนั้น สรรพสิ่งนั้นก็ยังคงมีอยู่ เป็นธรรมฐิติเป็นธรรมนิยาม
คือ หลักอิทัปปัจจยตา เมื่อมีผู้เข้าถึงหลักธรรมนั้นแล้ว จึงบอกแสดง วางเป็นแบบ ตั้งเป็นหลัก
เปิดเผย แจกแจง ทำให้เข้าใจง่าย อวิชชาเป็นปัจจัยจึงมีสังขาร ตถตา (ภาวะที่เป็นอย่างนั้น) อวิตถตา
ภาวะที่ไม่คลาดเคลื่อนไปได้ อนัญญตถตา ภาวะที่ไม่เป็นอย่างอื่น คือ หลักอิทัปปัจจยตา ดังกล่าวมานี้
เรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท

บทที่ ๓

รูปนามในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

คนทั่วไปมักสำคัญรูปนามในลักษณะของสมมติบัญญัติ จึงกล่าวว่า เรานั่ง เรายืน เราเดิน เราเหยียด เราโค้ง เราเห็น เราได้ยิน ความจริงแล้วไม่มีบุคคลผู้ทำการนั่ง ยืน เดิน เป็นต้น มีเพียงรูปนามสองอย่างเป็นที่ประชุมกัน สภาวะที่ปรากฏในร่างกายนี้ตามประสบการณ์ในการปฏิบัติ คือสภาวะที่แปรปรวนจากระยะหนึ่งไปสู่ระยะหนึ่ง หรือสภาวะที่ไม่รู้อารมณ์ (รูป) พร้อมทั้งสภาวะที่โน้มไปสู่อารมณ์ คือรู้อารมณ์นั่นเอง (นาม) ปัญญาที่เข้าใจอย่างนี้เป็นการหยั่งเห็นตามความเป็นจริง ดังนี้

- ๓.๑ ความหมายของรูป-นาม
- ๓.๒ รูปนามกับอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๓ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๔ ความสำคัญของวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๕ วิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๖ ประโยชน์จากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๗ การกำหนดรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๘ สรุปท้ายบท

๓.๑ ความหมายของรูป-นาม

๓.๑.๑ ความหมายหลักอรรถนัย

๑. รูป คือ สิ่งที่จับต้องได้ในอาการกาย ๓๒ ประการ เป็นสภาพที่ทนได้ยาก เป็นสภาพบีบคั้นตามความหมายในหนังสืออภิธานวรรณนาได้ให้ ความหมายตามหลักสัททนต์ยไว้ดังนี้ คือ

รูป (รูป ปกาสะเน+อ) รูป. รูปยติ ปกาเสติ อตตโน สภาวนติ รูป รูปที่ประกาศสภาพของตน ชื่อว่า รูปะ. (รูป รูปปะเน+อ, ทีฆ อุ เป็นอุ). นอกจากนี้ รูปยังมีอรรถว่า กุปะปนั ความกำเริบ, ฆฎฎัน การเสียดสี, ปิฬนั ความบีบคั้น.

ดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า รูปปตติ โข ภิกขเว ตสมา รูปนตฺวจจติ. เกน รูปปติ. สีเตนปิ รูปปติ, อุณฺเหรณปิ รูปปติ, ชิฆจฺฉายปิ รูปปติ, ปิปาสาณปิ รูปปติ, ฌสมกสวาตตปสิริสพสมผสเสนปิ รูปปติ ภิกษุทั้งหลาย เพราะฉะนั้น คำว่า สิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปท่านเรียกว่ารูป เปลี่ยนแปลงเพราะอะไร เปลี่ยนแปลงไปเพราะความเย็นบ้าง เพราะความร้อนบ้างเพราะความหิวกระหายบ้าง เพราะสัตว์ เหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานกัดต่อยบ้าง รูป อนิจจัง รูปไม่เที่ยง

สทฺท (สปป อุจฺจารณ +อ) เสียง ปปติ อุจฺจารียตฺติ สทฺโท เสียงที่บุคคลพูดชื่อว่าสัททะ (อาเทศ ปป เป็น ทฺท). สปปเตายเต อนเณตติ สทฺโท เสียงที่รู้เนื้อความชื่อว่าสัททะ (สปปาเน+อ, อาเทศ ปป เป็น ทฺท) สปนติ อนเณตติ สทฺโท เสียงที่ทำให้ได้ยินชื่อว่าสัททะ (สปป สทฺเท+ท, อาเทศ ป เป็น ทฺท). สทฺทียตฺติ สทฺโท, สทฺทียตฺติ อตฺถเ อนเณตติ วา สทฺโท เสียงที่บุคคลได้ยินหรือเสียงที่ทำให้รู้

เนื้อความ ชื่อว่าสัททะ (สทท สททเน+อ) นภิกขเว โท สทโท จิร ภาวิสสติ ภิกษุทั้งหลาย เสียงนั้นจักมีอยู่ไม่นาน

คนธ (คนธ ปกาสเน +อ) กลิ่น. คนธเถติ อตตโน วตถุ สุขเจติ ปกาเสตีติ คนโท กลิ่นที่ประกาศวัตถุของตน ชื่อว่าคนธะ คนโท นาม โย โภจิ คนธโร กลิ่นทุกอย่างชื่อว่ากลิ่น

รส (รส อสสารทเน+อ) รส. รสนติ ตํ สตตา อสสาเทนตีติ รโส รสที่ทำให้สัตว์ยินดีชื่อว่า รสะ น วณโณ น คนธโร น รโส ปณายติ ไม่ปรากฏชื่อ กลิ่นและรส

ผัสสะ (ผัส สมผัสเส+อ)สัมผัส, ผัสสะ. ผัสยตีติ ผัสโส สัมผัสที่สัตว์กระทบชื่อว่า ผัสสะ (อาเทศ ผัส เป็นผัสส) สหายตนปัจจยา ผัสโส ผัสสปัจจยา เวทนา เพราะอายตนะ ๖ เป็นปัจจัย จึงมีผัสสะ เพราะผัสสะเป็นปัจจัยจึงมีเวทนา

ธम्म (ธธ ธาธเน+ธมม) ธรรม ธตตีติ ธมโม สภาพที่ทรงไว้ ชื่อว่า ธัมมะ^๑ (ลป ร ที่สุด ธาตุ และ ร ของปัจจัย)

สญญาขยาวหา สมญา จา ภิธานํ นามมวุทโย นามเธยยาธิวจนํ ปฏิวากุญฺ ตู อุตฺตรํ.

ชื่อ, นาม ๙ ศัพท์

สญญา (ส+ญา อวโพธเน +กวิ) ชื่อ นาม ส ขานนติ เอตยาติ สญญา ชื่อเป็นเครื่องหมายให้บุคคลรู้ ชื่อว่าสญญา (อาเทศนิกหิตเป็น, ลป กวิ)

อาชยา (อา+ชยา กเถน +กวิ) ชื่อ นาม อาชยา เต เอตยาติ อาชยา ชื่อเป็นคำเรียกใช้บุคคล ชื่ออาชยา ลป กวิ)

อวหา (อา+เวห อวหาเน+อ+อา) ชื่อ นาม อวหเต เอเตยาติ อวหา ชื่อที่ใช้เรียกบุคคลชื่อว่า อวหา (รัสสะ อา เป็น อ, ลปสรรหน้า)

สมญญา (สม+า อวโพธเน+กวิ) ชื่อ นาม สมญา สมญานาม สมมา ชานาติ สมํ วาชานาติ เอตยาติ สมญญา ชื่อที่ทำให้รู้จักบุคคลได้ดี ชื่อว่าสมญญา (อาเทศนิกหิตเป็น, ลปกวิ). ตสส ปเทตสส อญฺ สมญา นี้เป็นชื่อของสถานที่นั้น

อภิธาน (อภิ+ธา กถเน+ยฺ) ชื่อ นาม. อภิธยเต เอเตนาติ อภิธานํ ชื่อที่ท่านใช้เรียก ชื่อว่า อภิธานะ (อาเทศยฺ เป็น อน, ลป อ)

อธิวจน (อธิ+วจน) ชื่อ นาม. อธิณํ วจนํ อธิวจนํ คำเรียกที่ท่านทำให้ยังชื่อว่า อธิวจนะ มหา มิคสงฺโขติ โข ภิกขเว สตตทานเมตํ อธิวจนํ ภิกษุทั้งหลายคำว่า “มหา มิคสงฺโข” นี้ เป็นชื่อเรียกสัตว์ทั้งหลาย^๒ ในคัมภีร์ปรมัตถโชติกะ กล่าวว่า รูป นาม เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของวิปัสสนา

รูป เป็นธรรมชาติที่มีการผันแปรเปลี่ยนแปลงสลายไป (รูปปนลกฺขณ) ในเมื่อได้กระทบกันกับเหตุที่ไม่ถูกกันขึ้น เหตุที่ไม่ถูกกันนั้นเรียกว่า วิโรธปัจจัย ได้แก่ ความเย็น, ร้อน, หิว, กระจาย, ยุบ, รื่น, เหลือบ, ไร, ลม, แดด เป็นต้น ดังมีวจนัตถะว่า สัตฺตุนหาทิวโรธิจฺจเยหิ รูปปตีติ = รูป

^๑ พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท ประยูรวงศ์พรี้นติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๑๕๐.

^๒ พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า ๑๗๑-๑๗๒.

ธรรมชาติโดยอ้อมเปลี่ยนแปลงสลายไปเพราะวิโรธปัจจัย มีความเย็น ร้อน (อาการกาย ๓๒ ประการ) เป็นต้น ฉะนั้นธรรมชาตินั้น ชื่อว่า รูป^๓

อรรถกถาจารย์ ได้ให้ความหมายรูปนามไว้ดังนี้ คือรูปรูปนาม เช่น ขณะตาเห็น หูได้ยิน เสียงชั้น ๕ เกิดขึ้นแล้ว ชั้น ๕ นั้นแหละเป็นรูปกับนาม ตัวอย่างเวลาเห็นนาฬิกา นาฬิกาเป็นรูป ตาเป็นรูป เห็นนาฬิกาตาม ๆ แล้วสบาย ความสบายนั้นเป็นเวทนา จำนาฬิกาได้ว่างาม ความจำได้นั้นเป็นสัญญา แต่งใจให้งามเป็นสังขาร เห็นนาฬิกา ผู้เห็นเป็นวิญญานคือ จักขุวิญญาน เป็นจิตดวงหนึ่งเกิดจากจักขุทวาร ตาเห็นรูปครั้งหนึ่งครบชั้น ๕ พอดียอชั้น ๕ เป็น ๒ คือ รูปคงเป็นรูปตามเดิม เวทนาสัญญา สังขาร วิญญานทั้ง ๔ ชั้นนี้ ย่อลงเป็นหนึ่ง เรียกว่านาม เมื่อย่อลงมาในแนวปฏิบัติ จึงเหลือเพียงรูปกับนามเท่านั้น ปัญญาที่รู้ว่า ขณะตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายถูกเย็น ร้อน อ่อน แข็ง (อาการกาย ๓๒ ประการ) ก็มีเพียง ๒ อย่างเท่านั้น คือมีแต่รูปกับนามเป็นอย่างนี้ทั่วสากลโลก นี่เป็นสัจธรรมแท้ไม่แปรผัน

๒. นาม (นม นมเน +อ) ชื่อ, นาม นมียเต อพกสเสเต อสมินติ นาม ชื่อที่น้อมเอาวัตถุสิ่งของมาไว้ในตน (โยงวัตถุมา) ชื่อว่านามะ (วุทธิ อ เป็น อา). นมตี นามยตีติ วา นาม ชื่อที่น้อมเข้าไปหาวัตถุ (โยงไปหาวัตถุ) ชื่อว่านามะ (วุทธิ อ เป็น อา). อถ โข อายสมโต สุตินนสส สหยาภาตสส ทารกสส พิชโกติ นาม อสุก , อายสมโต สุตินนสส ปุราณทุติยกาย พิชกมาตาดิ นาม อสุก ครั้งนั้น สหายของท่านสุทินตั้งชื่อเด็กนั้นว่า พิชกะ ตั้งชื่อภรรยาเก่าของท่านสุทินว่า พิชกมารดา และตั้งชื่อท่านสุทินว่า พิชกบิดา

อวหย (อา+วห อวหาเน +อ) ชื่อ นาม อวหยเตติ อวหโย นามที่ท่านเรียก ชื่อว่าอวหยะ (รัสส อา เป็ อ, อาเทศ เอ เป็น อย)

นามเขยย (นาม+เขยย) ชื่อ นาม. นามเมว นามเขยย, นามรูปเปหิ สกตเถ เขยโย ยทาทีนา นามะนั้นแหละชื่อว่านามเขยยะ, ลง เขยย หลังจากนามและรูปศัพท์ในสังกัดละ (ไม่มีความหมาย) ด้วยสูตร ยทนูปปนา นิปาตนา สีขณนติ. ตัญญูติ วา เอตถ อตโถติ เขยย, นามเมว เขยย , ธีริเต อจจารียเตติ วา เขยย, นามเมว เขยย นามเขยย ชื่อเป็นที่ตั้งของเนื้อ ความ จึงชื่อว่า เขยยะ, หรือชื่อที่ท่านสวดเรียกว่า เขยยะ, ชื่อที่ท่านเรียกชื่อว่านามเขยยะ. ปุพเพ เอวรूपิ นามเขยย สดี เมื่อก่อนเคยได้ยินชื่ออย่างนี้

จากการศึกษาภูมิของวิปัสสนาทำให้เราทราบว่ วิปัสสนาต้องมีเครื่องยึดเหนี่ยวเป็นอารมณ์ที่จะให้สังเกต เพื่อให้สติเกิดขึ้น ซึ่งก็ได้แก่ รูป และนาม ในรูปและนามนี้ย่อมมีลักษณะพิเศษหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ลักษณะที่จตุกกะอยู่ ๔ ประการ ซึ่งมีลักษณะหน้าที่เฉพาะ และจะทำให้เข้าใจเนื้อแท้ของรูป-นาม ได้เป็นอย่างดี

รูป คือธรรมชาติที่แตกดับ เมื่อว่าโดยลักษณะที่จตุกกะคือมีการสลายแปรปรวน เป็นลักษณะ มีการแตกแยกกันเป็นกิจ (กับจิต)ได้เป็นกิจ มีความเป็นอพยากธรรมเป็นผลมีวิญญานเป็นเหตุใกล้ ส่วนนามเป็นธรรมชาติที่น้อมไปหาอารมณ์ เมื่อว่าโดยลักษณะที่จตุกกะคือมีการรู้อารมณ์เป็นลักษณะ มีการเกิดก่อนและเป็นประธานในธรรมทั้งปวงเป็นกิจ มีการเกิดขึ้นต่อเนื่องกันไม่ขาดสายเป็นผล มีนามรูปเป็นเหตุใกล้ให้เกิดดังนี้

^๓ พระสังฆมณฑลสังฆคณาจารย์, ปรหมัตตสังฆคณาจารย์, ปรหมัตตสังฆคณาจารย์, ปรหมัตตสังฆคณาจารย์ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บจก.วี อินเตอร์, ๒๕๔๗), หน้า ๑๐.

ลักษณะที่จตุกกะของรูป

รูปปนลกขณ	มีความเสื่อมสลายไปเป็นลักษณะ
วิภินทรส	มีการแยกจากกัน (จิต) ได้เป็นกิจ
อวยยากตปจจุภูจจัน	มีความเป็นอภัยกตธรรมเป็นผลปรากฏในปัญญาของบัณฑิต
วิญญานปทภูจจัน	มีวิญญานเป็นเหตุใกล้ ^๔
ลักษณะที่จตุกกะ	ของนาม
นมนลกขณ	มีการน้อมไปสู่อารมณ์เป็นลักษณะ
สมปโยครส	มีการประกอบกับจิตและประกอบกันเอง โดยอาการที่เป็น
เอกุปปาพะ	เป็นต้น เป็นกิจ
อวินิพโกคปจจุภูจจัน	มีอันไม่แยกจากกันกับจิตเป็นผลปรากฏ
วิญญานปทภูจจัน	มีวิญญานเป็นเหตุใกล้ ^๕

พระธรรมของพระศาสดารวมเป็นพระไตรปิฎก พระสูตรต้นตปิฎก และพระอภิธรรมปิฎก คือธรรมที่แสดงไว้ล้วนเป็นส่วนปรมัตตสัจจะ ซึ่งเป็นความจริงอันมีเนื้อความไม่เปลี่ยนแปลงผันแปร เพื่อให้ เห็นแจ้งในสภาวะธรรมนั้น ๆ โดยไม่กล่าวอ้างบุคคลมาเป็นสำคัญพระอภิธรรม เป็นพื้นฐานใน อันสร้างสรรคให้มัสติ ว่องไวมั่นคง และมีปัญญาหลักแหลม โดยเฉพาะพระอภิธรรมนั้น แสดงธรรม ๒ ประการคือ ปรมัตตธรรมหรือปรมัตตสัจจะ ๑ และบัญญัติธรรมหรือสมมติบัญญัติ

ปัญญาที่รู้ว่า ขณะตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายถูก เย็น ร้อน อ่อน แข็ง (อาการกาย ๓๒ ประการ) ก็มีเพียง ๒ อย่างเท่านั้น คือ มีแต่รูปกับนามเป็นอย่างนี้ทั่วสากลโลก นี้ เป็นสัจจะธรรมแท้ไม่แปรผัน

พระธรรมคำสั่งสอนของพระศาสดารวมเป็นพระไตรปิฎกได้แก่ พระวินัย บัญญัติธรรม หรือสมมุติสัจจะ ๑

ปรมัตตธรรม เป็นธรรมที่มีเนื้อความอันไม่วิปริตผันแปรเปลี่ยนแปลงเลย จำแนกได้เป็น ๔ คือ จิต เจตสิก รูป และนิพพาน ส่วนบัญญัติธรรมนั้นไม่ใช่สิ่งที่มีเองเป็นเองแต่เป็นสิ่งที่บัญญัติขึ้น สมมติขึ้น เพื่อใช้พูดจาว่าขานกันตามโวหารของชาวโลก ตามความนิยมเฉพาะหมู่เฉพาะเหล่า บัญญัติ ธรรมหรือธรรมที่เป็นบัญญัตินี้ กล่าวโดยย่อจำแนกได้เป็น ๒ ประการคืออตถบัญญัติและสัททบัญญัติ

อตถบัญญัติได้แก่ การสมมติขึ้นเพื่อให้รู้เนื้อความหรือความหมายแห่งรูปร่าง สันฐาน ลักษณะ อาการของชื่อนั้น ๆ เช่น ภูเขา ต้นไม้ บ้านเรือน เดิน วิ่ง เป็นต้น

สัททบัญญัติ ได้แก่ รู้จักเสียงที่เรียกชื่อนั้น ๆ คือรู้ด้วยเสียงที่หมายถึงอตถะนั้น ๆ เช่น ในขณะที่ไม่เห็นภูเขา ไม่ได้เห็นต้นไม้ แต่เมื่อออกเสียงว่าภูเขา พูดว่าต้นไม้ก็รู้และเข้าใจได้ว่าภูเขา ต้นไม้มีรูปร่างสันฐานเป็นอย่างนั้น ๆ หรือไม่เห็นในขณะที่เดินขณะที่วิ่ง แต่เมื่อออกเสียงพูดว่า เดิน วิ่ง ก็รู้และเข้าใจได้ว่า เดิน วิ่ง มีอาการอย่างนั้น ๆ เช่นนี้เป็นต้น

^๔ ประชุม เรื่องวาริ (เปรียญ ๙), ลักษณะที่จตุกกะ, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์ , ๒๕๕๑), หน้า ๒๐.

^๕ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒.

ธรรมที่เป็นเนื้อความอันไม่วิปริตผันแปรเปลี่ยนแปลง^๖ คือปรมาตถธรรมนั้นมีลักษณะ อยู่ ๒ ประการ เรียกชื่อ ว่า สามัญญลักษณะ ๑ และวิเสสลักษณะ ๑ สามัญญลักษณะเป็นลักษณะสามัญ โดยทั่ว ๆ ไปเป็นลักษณะตามธรรมดาตามธรรมชาติ ตามปกติที่ปรมาตถธรรมทั้งหลาย (เวณนิพพาน) จะต้องมีต้องเป็นเหมือน ๆ กันอยู่ ๓ ประการคืออนิจจัง ทุกขังและอนัตตา

อนิจจังมีลักษณะไม่เที่ยง ไม่มั่นคง ไม่ยั่งยืนอยู่ได้ตลอดกาลโดยมีความเกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมไปในที่สุดโดยความแปรปรวน โดยเป็นของชั่วคราว โดยค้ำกับความเที่ยง

ทุกขังมีลักษณะทนอยู่ไม่ได้ จำต้องเสื่อมสลายสูญสิ้นไป โดยความบีบคั้นอยู่เสมอ โดยความทนได้ยาก โดยเป็นที่ตั้งแห่งความทุกข์ โดยค้ำกับความสุข

อนัตตามีลักษณะที่ว่างเปล่าจากตัวตน จึงบังคับบัญชาไม่ได้ จะให้เป็นไปตามที่ใจปรารถนาก็หาได้ไม่ โดยความเป็นของศูนย์ โดยความไม่มีเจ้าของ โดยไม่มีสิ่งอะไรที่จะพึงทำตามโดยค้ำกับอดีต เพราะเหตุว่า สามัญญลักษณะนี้ มี ๓ ประการ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ดังที่ได้กล่าวมาจึงได้ชื่ออีกอย่างหนึ่งว่า ไตรลักษณ์ จิต เจตสิก รูป มีสามัญญลักษณะหรือไตรลักษณ์ครบบริบูรณ์ทั้ง ๓ ประการ แต่นิพพานมีสามัญญลักษณะเพียง ๑ คืออนัตตาเท่านั้น ส่วนบัญญัติธรรมไม่มีสามัญญลักษณะหรือไตรลักษณ์นี้แต่อย่างใด

๓.๒ รูปนามกับอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา

หลักการปฏิบัติวิปัสสนาจนบรรลุทิวฐิวิสุทธิเป็นต้น ไปจนถึงญาณทัสสนวิสุทธิในปริเฉทญาณนี้ จะกล่าวถึงวิปัสสนาญาณมีนามรูปปริเฉทญาณเป็นต้น ที่เกิดขึ้นตามลำดับแก่ผู้ปฏิบัติธรรมพร้อมด้วย วิสุทธิ ๕ มีทิวฐิวิสุทธิ เป็นต้น

ความหมายของวิสุทธิกล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า นามรูปานํ ยถาวทสสนํ ทิวฐิวิสุทธินาม^๗ “การหยั่งเห็นรูป (สภาพแปรปรวน) และนาม (สภาพโน้มไปสู่อารมณ์ สภาพรู้ อารมณ์) ตามความเป็นจริงชื่อว่า ทิวฐิวิสุทธิ”

ผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อสมาธิมีกำลังมากขึ้น ความฟุ้งซ่านที่เป็นนิรวณณ์ มักไม่ค่อยปรากฏขึ้น ครอบงวนจิต สติมีกำลังต่อเนื่องชัดเจนแม้ในบางขณะความฟุ้งซ่านจะเกิดขึ้นบ้างก็ถูกกำหนดได้โดยเร็วแล้วหายไปในขณะที่นั้น สภาวะธรรมทางกายคือวาโยธาตุอันเป็นมหาภูตรูปที่กระทบสัมผัสไว้ (วาโยโผฏฐัพพภูตรูป) คือ สภาวะพอง ยุบ นิ่ง ยืน เดิน นอน เหยียด คู้ เคลื่อนไหวเป็นต้น ย่อมเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมอย่างชัดเจน อีกทั้งมหาภูตรูปที่เป็นความแข็ง อ่อน เย็น ร้อน หย่อน ตึง ซึ่งบุคคลกระทบสัมผัสได้ก็เปลี่ยนแปลงชัดเจน ผู้ปฏิบัติย่อมเข้าใจว่า “สภาวะธรรมเหล่านั้นย่อมแปรปรวนชัดเจน ” และเข้าใจว่า “เป็นสภาวะอารมณ์ที่ไม่อาจ รู้อารมณ์ได้ เหมือนท่อนไม้ ก้อนหิน เม็ดทราย”

นอกจากนั้น ในบางขณะผู้ปฏิบัติธรรมยังเข้าใจอุปาทายรูป (รูปละเอียดที่อาศัยรูปหยาบเกิดขึ้น) เป็นต้นว่า

^๖ ขุนสรรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะทิวฐิวิสุทธิแห่งปรมาตถธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัท คลเลอร์ส โฟร์ จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๑-๔.

^๗ วิสุทธิ. (ไทย) ๒/๒๒๒.

- สีเป็นสิ่งที่ถูกเห็น และจักขุประสาทเป็นรูปใสที่เห็นสีได้
- เสียงเป็นสิ่งที่ถูกได้ยิน และโสตประสาทเป็นรูปใสที่ได้ยินเสียง
- กลิ่นเป็นสิ่งที่รับรู้ และฆานประสาทเป็นรูปใสที่ดมกลิ่น
- รสเป็นสิ่งที่ถูกรับรู้ และชีวหาประสาทเป็นรูปใสที่ถูกล้มรส
- เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อนตึงเป็นสิ่งที่ถูกกระทบสัมผัสและกายประสาท เป็นรูปใสที่

กระทบสัมผัสความเย็น ร้อน เป็นต้น

- ทหยวัตถุเป็นที่อาศัยของความนึกคิด

จักขุเป็นปสาทรูป คือ รูปใสที่สามารถสะท้อนรูปที่ปรากฏตรงหน้าของตนได้โดยใช้แสงสว่างเป็นเครื่องช่วย เหมือนกระจกเงาใสที่สะท้อนภาพได้ตามหลักพระอภิธรรม ปสาทรูปที่เหมือนกระจกเงามี ๕ ประเภท คือ

๑. จักขุประสาท ดำรงอยู่ซุ้มขาบเยื่อตา ๗ ชั้นเหมือนน้ำมันซุ้มซับปุยนุ่น ๗ ชั้นในฐานะที่เห็นได้ ซึ่งเป็นที่เกิดแห่งสรีระฐานของผู้ยืนอยู่ตรงหน้า มีขนาดเท่าหัวเส้นอยู่กลางแวงตาดำที่มีตาขาวแหวดล้อม

๒. โสตประสาท ดำรงอยู่ซุ้มขาบ ตลอดสถานที่มีขนแดงเล็ก งอกขึ้นคล้ายวงแหวนภายในช่องหู ๓. ฆานประสาท ดำรงอยู่ซุ้มขาบตลอดสถานที่มีสัณฐานดั่งกลีบแพะภายในจมูก

๔. ชิวหาประสาท ดำรงอยู่ซุ้มขาบตลอดสถานที่มีสัณฐานดั่งกลีบบัวเท่ากลางลิ้นที่ประกอบด้วยอวัยวะสัณฐาน

๕. กายประสาท ดำรงอยู่ซุ้มขาบตลอดร่าง กายทั้งหมด ไม่มีเหลือประดุงน้ำมันรดลงที่ผ้านุ่มผืนใหญ่ โดยยกเว้นที่ตั้งของไฟธาตุที่ย่อยอาหาร ปลายผม ปลายขน ปลายเล็บ และหนังแท้

การรู้เห็นรูปในลักษณะแปรปรวนและไม่อาจรู้อารมณ์ได้นี้ เป็นการรู้เห็นรูปตามความเป็นจริง (รูปยถาทสสน) เพราะเป็นความเข้าใจรูปโดยลักษณะที่แปรปรวน (รูปปลกฺขณ) และโดยอาการปรากฏที่ไม่รู้อารมณ์ (อพฺยากตปจฺจุปฺภูจฺจํ) ดังข้อความในคัมภีร์มูลฎีกาและมหาฎีกาว่า อเจตโนอพฺยากโตติ เอตถ วีย อนารมฺมณตา วา อพฺยากตตา ทฎฺฐพฺพา。“อีกนัยหนึ่งพึงทราบว่า การไม่รู้รู้ อารมณ์เป็นอภัยกตตะ ดังคำว่าอเจตโน อพฺยากโต (ไม่มีเจตนา ไม่รู้อารมณ์) นี้” ข้อความข้างต้นหมายความว่า คำว่า อพฺยากตปจฺจุปฺภูจฺจํ แปลว่า “มีอาการปรากฏที่ไม่รู้อารมณ์” ดังคำว่า อพฺยากโตแปลว่า ไม่รู้อารมณ์ ที่พบในคัมภีร์อรรถกถาว่า อิติ เกสา นาม อิมสฺมี สรีเร ปาฎิเยกโก โภจฺจาโสเจตโน อพฺยากโต สฺยุโณนิสฺสโต ตทฺโท ปรวิธาตุ。“โดยประการดังนี้ ธรรมดาผมว่าเป็นปฐวี ธาตุเป็นอวัยวะเฉพาะส่วนหนึ่งในสรีระนี้ไม่มีเจตนา ไม่รู้อารมณ์ วางเปล่า ไม่ใช่บุคคล มีความแข็ง。”

นอกจากนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมย่อมรู้สีกว่าจิตที่กำหนดรู้เหมือนแล่นเข้าไปหาสภาวะธรรมมีการพอง การยุบ เป็นต้น^{๑๐} และจิตที่เห็นได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส กระทบสัมผัส ต้องการจะเหยียดหรือคู้ เหมือนกับแล่นไปหาสภาวะธรรมที่พบอยู่ ความรู้สึกอย่างนี้เป็นการรู้เห็นนามตามความเป็นจริง (นามยถาทสสน) เพราะเป็นความเข้าใจนามโดยลักษณะที่นุ่มไปสู่อารมณ์ (นมลกฺขณ) ในเวลาก่อน

^๘ มูล.ฎีกา. (ไทย) ๒/๙๑., วิสุทธิ.ฎีกา. (ไทย) ๒/๒๕๔.

^๙ วิสุทธิ.ฎีกา. (ไทย) ๑/๓๙๑.

^{๑๐} วิสุทธิ.ฎีกา. (ไทย) ๒/๔๐๕.

ปฏิบัติธรรมคนทั่วไปมักรับรู้สมมติบัญญัติที่เป็นรูปร่างสัมฐาน หรือคำสื่อความหมายจึงเข้าใจว่ามีตัวเราของเรา บุรุษหรือสตรี ผู้ที่เห็นสภาวะธรรมรูปนามตามความเป็นจริงว่า รูปมีสภาพแปรปรวนหรือไม่รู้อารมณ์ ส่วนนามมีสภาพนุ่มไปสู่อารมณ์ ย่อมไม่รู้สีกว่ามีตัวตน ในขณะที่นั้นจะรู้สึกถึงความต่างกันของรูปนาม

- สภาวะpongในขณะpong เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด
- สภาวะyupในขณะyup เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด
- สภาวะningในขณะning เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด
- สภาวะheyidในขณะheyid เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด
- สภาวะkuiในขณะkui เป็นคนละส่วนกับจิตที่กำหนด
- สภาวะhenในขณะhen เป็นคนละส่วนกับดวงตาหรือจิตที่กำหนด

สภาวะที่ปรากฏในร่างกายนี้ ตามประสบการณ์ในการปฏิบัติ คือสภาวะที่แปรปรวนจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง หรือสภาวะที่ไม่รู้อารมณ์ (รูป) พร้อมทั้งสภาวะที่นุ่มไปสู่อารมณ์คือรู้อารมณ์นั่นเอง (นาม) ปัญญาที่เข้าใจอย่างนี้เป็นการหยั่งเห็นตามความเป็นจริง ความจริงแล้วการเปรียบเทียบดังที่กล่าวไว้ในคัมภีร์นั้นไม่ใช่หลักสำคัญ ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมเข้าใจรูปนามอย่างชัดเจนโดยแยกส่วนจากกันได้ว่า ในร่างกายนี้มีเพียงสภาวะที่ไม่รู้อารมณ์ (รูป) และสภาวะที่รู้อารมณ์ (นาม) ไม่มีบุคคล อัตตา หรือวิญญาณที่ซ่อนอยู่ในร่างกายนี้ ความเข้าใจดังกล่าวจัดเป็นนามรูปเฉพาทฤษฎีอย่างสมบูรณ์แล้ว ญาณประเภทนี้ชื่อว่าทิวฐิวสุทธิ คือความหมดจดแห่งความเห็น เพราะขจัดความเห็นผิดว่ามีตัวตน (อตตทิวฐิว) ดังคัมภีร์มหาภูทิกากล่าวว่า

๑) นามรูปานํ ยถาทสสนนติ อิหํ นามํ , เอตถกํ นามํ, น อิติ ภิกโย. อิหํ รูปํ, น อิติ ภิกโยติ จ เตสํ ลกขณสลลกขณมุขเณ รมมตตทิวฐิวสนนํ.

๒) อตตทิวฐิวสนนโต ทิวฐิวสุทธิติ เวทิตพพ.^{๑๑}

คำว่า นามรูปานํ ยถาทสสนนํ (การรู้เห็นรูปนามตามความเป็นจริง) หมายความว่า การรู้เห็นตามความเป็นจริงเป็นเพียงสภาวะธรรม โดยมุ่งกำหนดลักษณะของรูปนามเหล่านั้นว่า สภาวะที่กำหนดนี้เป็นามที่นุ่มไปสู่อารมณ์ สภาวะที่กำหนดเพียงเท่านั้นเป็นนาม ไม่มีบุคคลที่นอกจากนามนี้ สภาวะที่ถูกกำหนดนี้เป็นรูปที่แปรปรวน สภาวะที่ถูกกำหนดเพียงเท่านั้นเป็นรูปไม่มีบุคคลนอกจากรูปนี้

พึงทราบว่ชื่อว่า ทิวฐิวสุทธิ เพราะขจัดมลทินคือความเห็นผิดว่ามีตัวตน ”กล่าวโดยสรุป วิปัสสนาญาณนี้ชื่อว่า นามรูปปริเฉทญาณ^{๑๒} คือ ญาณกำหนดรูปนามสามารถกำหนดรู้ได้ว่ามีเพียงรูปนามโดยปราศจากสมมติบัญญัติที่เป็นบุคคล เรา ของเรา บุรุษ สตรี การกำหนดรูปนามนั้นเป็นการรู้เห็นลักษณะพิเศษ คือสภาวะลักษณะของรูปนามอย่างแท้จริงกล่าว คือ

- รูป เป็นสภาวะแปรปรวนและไม่รู้อารมณ์
- นาม เป็นสภาวะนุ่มไปสู่อารมณ์

วิปัสสนาญาณนี้ยังเป็นการรู้เห็นลักษณะพิเศษของรูปและนามแต่ละอย่าง เช่น

^{๑๑} วิสุทธิ.ฐีกา. (ไทย) ๒/๔๐๕.

^{๑๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), รจนา, วิปัสสนานัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิวังค์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ, (นครปฐม: หจก.ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า๘๐-๘๒.

- ความแข็งอ่อน เป็นลักษณะพิเศษของธาตุดิน (อาการกาย ๓๒)
- การกระทบ เป็นลักษณะพิเศษของผัสสะ
- การเสวย เป็นลักษณะพิเศษของเวทนา
- การจำได้หมายรู้ เป็นลักษณะพิเศษของสัญญา
- การรู้อารมณ์ เป็นลักษณะพิเศษของวิญญาณ

อนึ่งลักษณะพิเศษของรูปนามดังกล่าวปรากฏในปัจจุบัน ขณะที่ประกอบด้วยขณะจิต ๓ คืออุปาทกขณะ (ขณะเกิดขึ้น) ฐิตีขณะ (ขณะตั้งอยู่) และภังคขณะ (ขณะดับไป) ไม่ปรากฏในอดีตที่ดับไปแล้วและอนาคตที่ยังมาไม่ถึง ดังนั้นจึงควรกำหนดรูปนามในปัจจุบันขณะเท่านั้น

รูปรูปนามได้ดี คือหายความสงสัยในคำว่ารูปนามจริง ๆ เกิดขึ้นเพราะการ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เรียกว่า นามรูปปริเฉทญาณ เช่น พองกับยุบเป็นคนละอัน หูกับเสียงเป็นคนละอัน จมูกกับกลิ่นเป็นคนละอัน ลิ้นกับรสเป็นคนละอัน เป็นต้น รู้เหตุปัจจัยของรูปนาม บางครั้งรูปเป็นเหตุนามเป็นผลก็มี บางครั้งนามเป็นเหตุรูปเป็นผลก็มี เช่น ท้องพองขึ้นเสียก่อนแล้วสติจึงตามไปกำหนดที่หลัง หรือตั้งใจจะกำหนดก่อนแล้ว ท้องจึงพองขึ้นไปทีหลัง เป็นต้น เรียกว่าปัจจัยปริคคญาณ รู้ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาของรูปนาม เช่น พิจารณารูปนาม คือร่างกายและใจนี้ว่าเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์ คือทนอยู่ไม่ได้เป็นอนัตตา คือไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใคร ๆ ทั้งสิ้น พิจารณากาลไกล ๆ เช่น เมื่อก่อนเป็นเด็ก ๆ แต่เดี๋ยวนี้ รูปนามนั้นแก่ เฒ่า ชราลงไปมากแล้ว เพราะรูปนามเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาจึงเป็นไปอย่างนี้

พิจารณาว่า รูปนามอดีตก็ดับไปในอดีต^{๑๓} รูปนามอนาคตก็ดับไปในอนาคต รูปนามปัจจุบันก็ดับไปในปัจจุบัน รูปนามอดีตจะกลับเป็นไปรูปนามอนาคตไม่ได้ รูปนามอนาคตจะกลับเป็นไปรูปนามอดีต หรือเป็นรูปนามอนาคตไม่ได้ เช่น ขณะที่เราเอาไม้เคาะกระดานเสียงดังขึ้น เมื่อหยุดเคาะเสียงก็ดับไป เสียงกับหูเป็นรูป ได้ยินเป็นนาม รูปกับนามนี้เกิดชั่วขณะนิดหน่อยแล้ว ก็ดังไปตามธรรมชาติของเขาใครจะรู้หรือไม่รู้ก็ตาม เป็นธรรมนิยามเป็นธรรมฐิตีอยู่อย่างนี้ตั้งแต่ไหนแต่ไรมาแล้ว พระพุทธเจ้าจะอุบัติขึ้นมาตรัสในโลก หรือไม่ก็ตามรูปนามย่อมเป็นไปอย่างนี้ตลอดทั้งนี้เพราะรูปนามเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตานั้นเอง พิจารณาทุกขณะลมหายใจเข้าออก ทุกขณะที่ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่นว่า ลมเข้าและลมออกก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แม้อรูปนามทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทำนองเดียวกันอย่างนี้ การพิจารณารูปนามเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์คือทนอยู่ไม่ได้เป็นอนัตตาคือบังคับบัญชาไม่ได้ อย่างนี้เรียกว่าสัมมสนญาณจากการศึกษาพบว่าที่กำหนดรู้ รูปนามด้วยสามารถแห่งลักขณาที่จตุกะ แม้จะรู้ไม่ครบหมดทั้ง ๔ ประการก็ตามเพียงแต่รู้ อย่างใดใน ๔ ประการนั้นอย่างเดียวได้ชื่อว่ารู้แล้ว แต่ว่าในลักขณาที่จตุกะ ปัจจุบันฐาน คืออาการปรากฏ หรือผลปรากฏ เป็นการที่สำคัญกว่า จึงเป็นประการที่ควรจักต้องรู้ โดยแท้ ก่อนอื่นต้องทำความเข้าใจไว้อย่างแน่นอนว่า การ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา นั้นต้องมี ปรมัตถอารมณ์ เป็นกรรมฐาน มีอารมณ์เป็นบัญญัติ หรือ เอาบัญญัติมาเป็นอารมณ์ในการ ปฏิบัติวิปัสสนา หาได้ไม่ปรมัตถอารมณ์ชั้น ๕ รูปชั้น ๖ เวทนาชั้น ๗ สัญญาชั้น ๘ สังขารชั้น ๙ วิญญาณชั้น ๑๐ ชั้น ๕ สงเคราะห์ คือ รูป นาม

^{๑๓} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D., อริยวงศ์ปฏิปทา, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๔๐-๔๒.

เป็นอาการของธรรม รูปธรรม นามธรรมที่ต้องพิจารณาให้เห็นแจ้ง คือ รูปนาม การที่จะให้เห็นแจ้งในรูปนาม ต้องดำเนินการตามนัยแห่ง สติปัญญา วิธีเดียว จะดำเนินการอย่างอื่นใดให้ปรากฏ รูปนาม ตามสภาพแห่งความเป็นจริงนั้นไม่มี

๓.๓ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

วิปัสสนา หมายถึงการอบรมจิตให้เกิดปัญญา โดยเกิดการพิจารณาทางปัญญาจนเห็นสภาวะตามความเป็นจริงในกฎแห่งหลักไตรลักษณ์^{๑๔} ว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาพร้อมทั้งเข้าถึงความหลุดพ้น ออกจากกิเลสตัณหาอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ หรือทำให้สิ้นอาสวะ ซึ่งหมายถึงการบรรลุธรรมอันสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือการเข้าถึงนิพพานเป็นหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าโดยมีหลักการปฏิบัติด้วยวิธีปฏิบัติวิปัสสนา “วิปัสสนา” คือ ตัวปัญญาที่รู้แจ้งรูป นาม โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นต้น วิปัสสนา โดยองค์ธรรมคือ ปัญญาเจตสิก และ สหชาตธรรมที่เกิดร่วมกับปัญญา ได้แก่ วิริยะ สัมปชัญญะ สติ และสมาธิ เป็นต้น

๓.๓.๑ ความหมายตามหลักสัทนัย

วิปัสสนา ความหมายตามหลักสัทนัย ในคัมภีร์อภิธานวรรณนา ได้ให้ความหมายไว้ดังนี้ วิปัสสนาสมมาทิฏฐิปฏิบัติภา ปญญาเกทา วิปัสสนาและสัมมาทิฏฐิเป็นต้น เป็นชื่อของปัญญา วิปัสสนาทย เนปฏกนตา ปริยาया ปญญาเกทา ปญญาวิเสสา ตั้งแต่ วิปัสสนา ศัพท์ เนปฏก ศัพท์ เป็นประเภทของปัญญา

วิปัสสนา (วิ + ทิส เปกฺขเน + ยุ + อา) วิปัสสนา, ปัญญา, ปัญญาที่รู้แจ้ง. วิวิธ อนิจจาतिकังสงฺขารสฺส ปสฺสตีติ วิปัสสนา ที่เห็นสภาวะธรรมต่าง ๆ มีอนิจจลักษณะเป็นต้นในสังขาร ชื่อว่าวิปัสสนา (อาเทศ ทิส ธาตุเป็น ปสฺส , ยุ เป็น อน , ลบสระหน้า) สยฺยเวทิตนโรธสมาปตติยา โช คหปติ เทวธมฺมา พหุปการา สมโถ จ วิปัสสนา จ คฤหบดีธรรม ๒ อย่าง คือสมณะและวิปัสสนามีอุปการะมากต่อสัตถุเวทิตนโรธสมาบัติ^{๑๕} สมมาทิฏฐิ (สมมาสทฺทูปปท + ทิส เปกฺขเน + ติ) สัมมาทิฏฐิ, ปัญญา, ความเห็นถูก. สมมา ทสฺสน สมมาทิฏฐิ ความเห็นถูก ชื่อว่าสัมมาทิฏฐิ (อาเทศ สต เป็น ฐ) สมมาทสฺสนลกขณา สมมาทิฏฐิ สัมมาทิฏฐิมีความเห็นถูกเป็นลักษณะ สา ทูริชาโลกียโลกุตตรวเสน, ตตถ ปุริมาฉนพิสุทฺธิปฺปวตติกาเล อิตฺราณทสฺสนวิสุทฺธิกาเล ลพฺภติ สัมมาทิฏฐินันมี ๒ อย่าง คือ โลกียสัมมาทิฏฐิ และโลกุตตรสัมมาทิฏฐิ, ใน ๒ อย่างนั้น อย่างแรกได้ในเวลาที่ความบริสุทธิ์ ๖ อย่างเกิดขึ้น, อย่างหลังได้ในเวลาบริสุทธิ์ด้วยญาณทัสสนะ. ทสวตฺถุกาสมมาทิฏฐิ สัมมาทิฏฐิมิวตฺถ ๑๐ อย่าง^{๑๖}

วิมังสา (วิ + มาน วิมฺ สาย + ส + อา) วิมังสา, ปัญญา, ปัญญาพิจารณา, ทดลอง. วิเสเสน มานียเตติ วิมังสา, จิตฺตาโกคาติ ปัญญาที่พิจารณาเป็นพิเศษ ชื่อว่าวิมังสา หมายถึง การเอาใจ

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๙.

^{๑๕} พระมหาสมปอง มุฑิต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า ๒๑๑.

^{๑๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔๑.

จดจ่อเป็นต้น (อาเทศ มาณ เป็น ม, ทีฆะ อี เป็น อี, ลบสระหน้า) วิมังสา วิมังสา การพิจารณา ชื่อว่า วิมังสา (วิ + มัง วิมังเสน + อ, ทีฆะ อี เป็น อี)

สัทธาหโต มหานาโค อุเปกขาเสตทนต์วา สติ คีวา สิโร ปณณา วิมังสา ฌมมจินตนา. ช้าง ตัวประเสริฐมีศรัทธาเป็นวงอุเบกขาเป็นงาอันขาวสะอาด สติเป็นคอ ปัญญาที่พิจารณาธรรมเป็นศรัทธา วิจาร์ณา (วิ + จร สยจเย + ยุ + อา) ปัญญา, วิจาร์ณญาณ, ปัญญาพิจารณา. วิจาร์ยเต เอตยาติ วิจาร์ณา ปัญญาเครื่องพิจารณา ชื่อว่าวิจาร์ณา (วุทธิ อ เป็น อา, อาเทศ ยุ เป็น อน, น เป็น ณ) วิจาร์ณปณณาเว เสฎฐา ปัญญาเครื่องพิจารณานั้นแหละประเสริฐสุด เอสา เต วิจาร์ณาปัญญา ปัญญาพิจารณานั้นไม่มีแก่ท่าน.^{๑๗}

สมปชฌ (ส + ป + ๑ อวโพธเน + ยุ) สติปัญญา, ปัญญา, สัมปชฌัญญะปัญญาผู้ประโยชน์ และมีใช้ประโยชน์เป็นต้น สมปชฌานาสติ สมปชฌาโน ปัญญาที่เรารู้ทั่วไปถึงชื่อว่าสัมปชฌานะ (อาเทศ นิหิตเป็น ม, ๑ เป็น ชา, ยุ อน, ลบ อ) สมปชฌานสสกาโว สมปชฌ ความเป็นปัญญาผู้ทั่วถึง ชื่อว่า สัมปชฌัญญะ (สมปชฌาน + ณย, ลบ ณ แลสระที่ น, อาเทศ นย เป็น, ซ้อน) ภิกขุ อาตาศิ สมปชฌน ริณจติ ภิกขุผู้บำเพ็ญเพียร ย่อมไม่ทอดทิ้งสัม ปชฌัญญะ สาทถกสมปชฌ สบปายสมปชฌ อสมโมห สมปชฌ นติ จตุพพิธ สมปชฌ ปัญญามี ๔ ประการ คือ ปัญญาผู้รู้สิ่งที่เป็นประโยชน์, ปัญญาผู้รู้ความ และไม่รู้ความ, ปัญญาผู้รู้สถานที่ควรไปและไม่ควรไป, ปัญญาไม่หลงลืม

เนปกก (นิ + ปจ ปาเก + อ) สติปัญญา, ปัญญา, ปัญญาบ่มกุศลธรรมให้สูง นิสเสสโตปา เจติ กุศลธมเมติ นิปโกฌาณิ บุคคโล บุคคลผู้บ่มกุศลธรรมทั้งหลายให้สูงโดยไม่มีเหลือชื่อว่านิปกะ ได้แก่บุคคลผู้มีปัญญา (อาเทศ จ เป็น ก) นิปกสส ภาโว เนปกก ความเป็นผู้มีปัญญาชื่อว่า เนปกกะ (นิปก + ณย, ลบ ณ และสระที่ ก, วุทธิ อี เป็น เอ, อาเทศ กย ก, ซ้อน ก) เนปกก วุจจติ ปณณา ปัญญาท่านเรียกว่า เนปกกะ

๓.๓.๒ ความหมายตามหลักอรรถนัย

วิปัสสนา ความหมายตามหลักอรรถนัย ในคัมภีร์ และอรรถกถาให้ความหมายของคำว่า วิปัสสนา ไว้ว่า คำว่า “วิปัสสนาภาวนา” ในพระไตรปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค อธิบายไว้ว่า วิปัสสนา คือ ปัญญา ที่หยั่งรู้สภาวะ (ปรากฏการณ์) ของสภาวะธรรม อารมณ์ภายในกายใจหรือ รูป กับนาม ตามความเป็นจริงว่าสภาวะธรรมทั้งหลาย ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ ใสสัตว์ ไม่ใช่ บุคคลตัวตนมี ๔ ประการ คือ วิปัสสนาญาณ ๔ ได้แก่ อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ ภัคานุปัสสนาญาณ ภาวนุปัสสนาญาณ อาทีนวานุปัสสนาญาณ นิพพิทานุปัสสนาญาณ มุญจิตุกัมมตาญาณ ปฏิสังขานุปัสสนาญาณสังขารุเปกขาญาณ สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ^{๑๘}

ในอภิธรรมปิฎก ฌมมสังคินิ ได้กล่าวถึง วิปัสสนา ว่าเป็น ปัญญาที่รู้ชัดความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าใจกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญา เหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้งความรู้ดี ปัญญาเหมือน ปฏักปัญญาอินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่าง คือ ปัญญา

^{๑๗} อ่างแล้ว, หน้า ๒๑๑.

^{๑๘} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗๑/๑๒๑.

แสงสว่าง คือ ปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ นี้ชื่อว่า วิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^{๑๙}

ตามความหมายที่กล่าวไว้ในคัมภีร์อรรถกถา ได้กล่าวถึงวิปัสสนาไว้หลายที่ดังที่ มีความหมายว่า “วิปัสสนาภาวนา” คือ การเห็นแจ้งหรือวิธีทำให้เห็นแจ้งจนตัดละว่า อนิจจา ทิวเสน วิวิธเน อากาเรหิ ธมเม ปสฺสตีติ วิปัสสนา^{๒๐} ปัญญาใด ย่อมเห็นสังขตธรรมมีขันธเป็นต้น ด้วยอาการต่าง ๆ มีความไม่เที่ยงเป็นต้น ฉะนั้น ปัญญา นั้น ชื่อว่าวิปัสสนา และนอกจากนี้ยังมีความหมายอีก คือ คัมภีร์อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต ให้ความหมายว่า ปัญญากำหนดรู้สังขาร^{๒๑}

คัมภีร์อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต ให้ความหมายว่า การใคร่ครวญธรรม หมายถึง การเพ่งพินิจพิจารณาเห็นธรรม โดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา^{๒๒}

คัมภีร์อังคุตตรนิกาย ให้ความหมายว่า เอกัคคตาจิตและสังขารปริคคหวิปัสสนาญาณ ปัญญาเห็นแจ้งการกำหนดสังขารว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

คัมภีร์อริยมรรคภาวินีได้อธิบายไว้ว่า “อนิจจาทิววิธการโต ทสฺสนตเถน วิปัสสนาสงขาทานญจ” แปลว่า ที่เรียกว่าวิปัสสนาเพราะ อธิบายว่าเห็นโดยอาการต่าง ๆ ตลอดจนอนิจจะ คือ ความไม่เที่ยงและท่านวิปัสสนาจารย์ได้ให้วิเคราะห์ศัพท์ไว้อีกในหนึ่งว่า “วิเสเสน ปสฺสตีติวิปัสสนาวิสิฏฺฐ ตโต วิเสสสทฺโท” เรียกว่า วิปัสสนา เพราะอธิบายว่า เห็นแปลกประหลาด ศัพท์ว่า วิเสสะ มีอรรถว่า แปลกประหลาด คือ เห็นสภาวะหรือปรากฏการณ์แปลก ๆ ประหลาด ๆ ถ้าเป็นรูปหรือนิमितก็เห็นได้แจ่มแจ้งชัดเจนยิ่งกว่ามองเห็นด้วยตาเนื้อ คือ ลืมตาดูเสียอีกและได้เห็นต่าง ๆ เห็นแปลก ๆ เพราะฉะนั้น

เห็นได้ว่า คำว่า “วิปัสสนา” ตามที่กล่าวมานี้ พอสรุปความหมายตามที่กล่าวมาได้ว่า “วิปัสสนา” หรือที่เรียกว่า การกระทำอันเป็นที่ตั้งแห่งการเห็นแจ้งในรูปนาม โดยความเป็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ที่เกิดขึ้นทางทวารทั้ง ๖ องค์ธรรมของวิปัสสนาภาวนาได้แก่ปัญญา เจตสิก ในอีกความหมายหนึ่ง วิปัสสนามา จากคำสองคำ คือ วิ แปลว่า แจ่มชัด กับ ปัสสนาแปลว่า การเห็น วิปัสสนา จึงหมายถึง ปัญญาที่เห็นแจ้งชัดในรูปนามหรือขันธ ๕ ว่ามีลักษณะของความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่ใช่ตัวตน เป็น ภาวนามยปัญญาที่ทำให้เข้าใจถึงอริยสัจ ๔ จนบรรลุ มรรคผล นิพพาน ตามกำลังสติปัญญาญาณของโยคีบุคคล^{๒๓}

ความหมายของ “วิปัสสนา” ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ความหมายของ วิปัสสนา นั้น มีอยู่ในพระอภิธรรมปิฎกชั้นมสังคณีว่า กตมา ตสฺมี สมเย วิปัสสนา โหติ? ยา ตสฺมี สมเย ปญฺญา ปชานา, วิจโย ปวิจโย ธมมวิจโย, สลลภขณา อุลภภขณา ปจฺจุปภภขณา,ปณฺธิจฺจ โภสฺสเลนปญฺญ, เวภพฺยาจินฺตาทูปปริกฺขา, ภูรี เมธา ปริณายิกา, วิปัสสนา สมฺปชฺย ปโตโท, ปญฺญา

^{๑๙} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖-๓๗.

^{๒๐} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๑/๑๕๕/๓๒๘.

^{๒๑} อจ.ทุก.อ. (ไทย) ๒/๑๗๓/๗๑.

^{๒๒} อจ.สตัดก.อ. (ไทย) ๓/๒๐/๑๖๕.

^{๒๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๔๒๖-๔๒๘.

ปณฺ ทุริย ปณฺ ณาพล, ปณฺ ณาสตถ ปณฺ ณาปาสาโท ปณฺ ณาอาโลโก ปณฺ ณาโอภาโส ปณฺ ณาปชฺโชโต ปณฺ ณาารตน, อโม่โท ธมฺมวิจโย สมฺมาทิฏฺฐิ; อย ตสฺมี สมเย วิปสฺสนา โหติ.^{๒๔}

วิปสฺสนา ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน ? ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจยั ความเลือกสรร ความวิจยัธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญปัญญา เหมือนแผ่นดินปัญญาเครื่องนำ ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนปฏัก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนคัสตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่าง คือ ปัญญา ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงมกมาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ ธมฺมวิจยัสัมโพชฌงค์ อันเป็นองค์มรรค นับเนื่องในมรรคในสมัยนั้น นี้ชื่อว่าวิปสฺสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^{๒๕}

อีกนัยหนึ่งก็คือ ธรรม ๒ ประการ ที่ควรเจริญ คือ สมถะ การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ และวิปสฺสนา ความเห็นแจ้ง^{๒๖} อารมณ์ที่เป็นปรมัตถธรรม คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน หรือ รูป-นาม จิต เจตสิก รูป เป็นธรรมชาติดำรงอยู่ชั่วขณะ ประจวบตามเหตุปัจจัย เป็นสังขตธรรมหรือสังขาร ส่วนพระนิพพานเป็นอสังขตธรรมหรือวิสังขาร การพัฒนาจิต เจตสิกที่เหมาะสมแก่งานให้เกิดขึ้นอันประกอบด้วยสติ สมาธิ และปัญญา กระบวนการอันนี้ คือ วิปสฺสนา มีลักษณะ ๓ คือ

๑. วิปสฺสนา กำหนดรู้ สังขาร

๒. วิปสฺสนาที่เป็นผลของสมาบัติ

๓. วิปสฺสนาที่เป็นนิโรธสมาบัติ วิปสฺสนา แปลว่า รู้แจ้ง รู้วิเศษ หรือ เห็นแจ้ง เห็นวิเศษ เป็นชื่อของปัญญา ได้แก่ ปัญญาที่รู้แจ้งปัจจุบัน รูปนาม ไตรลักษณ์ มรรค ผล นิพพาน ปัญญาที่รู้แจ้ง วิสุทธิ ๗ หรือ ปัญญาที่รู้แจ้งวิปสฺสนาญาณ ๑๖ เพราะธรรม ๒ ประการ คือ สมถะ และ วิปสฺสนา จัก เป็นไปเพื่อรู้แจ้งธรรมชาติหลายประการ^{๒๗} โดยมีใจความว่า “เมื่อบุคคลนั้นเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ นี้ อยู่อย่างนี้ สติปฏิฐาน ๔ กิติ สัมมปธาน ๔ กิติอิทธิบาท ๔ กิติ อินทรีย์ ๕ กิติ พละ ๕ กิติ โพชฌงค์ ๗ กิติ ย่อมถึงความเจริญเต็มที่ ธรรม ๒ นี้คือ (๑) สมถะ (๒) วิปสฺสนา ของเขาย่อมเคียงคู่กันไป บุคคล นั้นกำหนดรู้ธรรมที่ควรกำหนดรู้ด้วยปัญญาอันยิ่ง (อุปาทานชั้น ๕) ย่อมละธรรมที่ควรละด้วยปัญญา อันยิ่ง (๑. อวิชชา ๒. ภวตัณหา) ย่อมเจริญธรรมที่ควรเจริญด้วยปัญญาอันยิ่ง (๑. สมถะ ๒ วิปสฺสนา) ย่อมทำให้แจ้งธรรมที่ควรทำให้แจ้งด้วยปัญญาอันยิ่ง (๑. วิชชา ๒. วิมุตติ) ^{๒๘}

หลักการปฏิบัติกรรมฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก มี ๒ ประเภท คือ

สมถกรรมฐาน หมายถึง อุบายพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบ (จากนิวรรณ์ ๕) โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดสมาธิ ฌานสมาบัติ หรือ โลกียอภิญญา เป็นขบวนการพัฒนาศักยภาพของ สมาธิมี ๗ หมวด ๔๐ กอง คือ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อารูป ๔ สัญญา ๑

^{๒๔} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

^{๒๕} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

^{๒๖} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔, ๓๕๒/๒๕๖, ๓๖๙.

^{๒๗} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๙๗/๒๓๕.

^{๒๘} วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๔๗/๑๑๙.

วชิฐฐาน ๑^{๒๙} สมถกรรมฐาน มีสมมุติบัญญัติเป็นอารมณ์ จุดมุ่งหมายสูงสุดได้เพียงโลกียสุข คือสุขที่
ท่องเที่ยวอยู่ในวิภวสังสารและองค์ประกอบที่สำคัญมี ๓ อย่าง คือ

- ๑) นิจจลักษณะ เห็นสรรพสิ่งทั้งหลายว่าเที่ยงแท้แน่นอน
- ๒) สุขลักษณะ พอใจในฉานสมาบัติไม่ปรารถนาความหลุดพ้น
- ๓) อุตตลักษณะ มีอิตตาตัวตนสามารถบังคับได้ตั้งใจปรารถนาเป็นโลกียอภิญญา

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง วิธีการฝึกฝนพัฒนาปัญญา อาศัยสมมุติบัญญัติเป็นฐานเพื่อ
เข้าถึงปรมาตม์เป็นอารมณ์ มี ๖ หมวด หรือเรียกว่าวิปัสสนาภูมิ มีชั้น ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘
อินทริย ๒๒ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ อริยสัจ ๔ เมื่อกกล่าวโดยองค์รวมก็คือ สติปัฏฐานสูตร^{๓๐} นั่นเอง ที่
เป็นแนวทางการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา เพราะเป็นทั้งสมถและวิปัสสนาอยู่ในตัว เป็นมรรควิธี
หรือมรรคภาวนา ที่ผู้ใฝ่ความหลุดพ้นพึงสำเหนียก มรรคปฏิบัติที่ให้ถึงความดับทุกข์ เปรียบเหมือน
แพที่อาศัยข้ามห้วงน้ำใหญ่กล่าวคือโอชะ ทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม^{๓๑} เพื่อให้แจ้งอรหัตผล กล่าวคือ
ธรรมอันเกษมจากโยคะ^{๓๒} เพื่อละระคะ โทสะ โมหะ กระทำให้แจ้งพระนิพพาน^{๓๓} คือ ความบริสุทธิ์
แห่งพรหมจรรย์อันเป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

ในเบื้องต้นของหลักพุทธธรรมนั้น มุ่งพัฒนาความบริสุทธิ์แห่งศีล สारรวมในพระปาติโมกข์
เพียบพร้อม ด้วยอาจารย์และโคจร มีปกติเห็นภัยในโทษแม้เล็กน้อย สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบท
ทั้งหลาย สงดจากกาม ละอกุศลธรรมทั้งหลาย เป็นฐานพัฒนาองค์ธรรมอื่น ๆ ความถึงพร้อมด้วยศีล
สัมปทาส่งผลให้ได้บรรลुरुปมาน ๔ อรูปมาน ๔ จัดเป็นสมาธิสัมปทา เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง
ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมอง จิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุณั้ย่อมโน้มจิตไป
เพื่อวิชา ๘ ประการ จัดเป็นปัญญาสัมปทา^{๓๔} เป็นเหตุให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ เป็นหลักเป็นแก่นของ
ศาสนาเป็นธรรมที่พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญ^{๓๕} ดังพระพุทธองค์ตรัสว่า เราตถาคตเป็นผู้เลิศในศีลอัน
ยอดเยี่ยมคือ อธิศีล เป็นผู้เลิศในตบะที่กีดกันกิเลสอันยอดเยี่ยมคือ อธิเชคฺฉณะ เป็นผู้เลิศในปัญญาอัน
ยอดเยี่ยมคือ อธิปัญญา เป็นผู้เลิศในเรื่องความหลุดพ้น คือ อธิวิมุตติ^{๓๖} อย่างอื่นที่ยอดเยียมกว่าและ
ประณีตกว่าสัมปทาเหล่านี้ไม่มีอีกแล้ว มรรคปฏิบัติหรือทางและข้อปฏิบัติที่ผู้ปฏิบัติตามจะรู้เอง พึง
ทำให้แจ้งแจ้โตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ อันไม่มีอาสวะด้วยปัญญาอันยิ่ง เข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน เป็นธรรม
ที่ประณีตที่ผู้มุ่งประพตติพรหมจรรย์มุ่งเพื่อจะบรรลุ อันเป็นหนทางแห่งมรรควิธี เมื่อกกล่าวโดยหลัก
ทฤษฎีและหลักวิชาการแล้ว คือ พระสัทธรรม ๓ ประการ ที่เป็นโครงสร้างหลักในการพัฒนาจิต
วิญญาณจากปุถุชนให้เป็นปัญญาชนและเข้าถึงความเป็นอริยบุคคลในที่สุด คือ

^{๒๙} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒-๓๕๔/๑-๓๐๕.

^{๓๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒.

^{๓๑} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๖/๔๕๑.

^{๓๒} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๗๔/๑๓๒.

^{๓๓} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๓๐/๓๔๘.

^{๓๔} ที.สี. (ไทย) ๙/๗-๒๗/๓-๑๐.

^{๓๕} อง.ติก. (ไทย) ๒๐/๑๔๔/๓๙๓.

^{๓๖} ที.สี. (ไทย) ๙/๔๐๒/๑๗๑.

๑) ปริยัติศีลธรรม คือ คำสั่งสอนที่จะต้องเล่าเรียน ได้แก่ พุทธพจน์ เปรียบเหมือน การศึกษาแผนที่ในการเดินทาง

๒) ปฏิบัติศีลธรรม คือ ปฏิบัติที่จะต้องปฏิบัติ ได้แก่ อัฐังคิกมรรค หรือ ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา

๓) ปฏิเวธศีลธรรม หรือ อธิคมศีลธรรม คือ ผลอันจะพึงเข้าถึงหรือบรรลุด้วยการปฏิบัติ ได้แก่ มรรค ผล และนิพพาน

๓.๔ ความสำคัญของวิปัสสนาภาวนา

รูปแบบที่ปรากฏในพระไตรปิฎกเป็นรูปธรรมมากที่สุดก็คือมหาสติปัฏฐานสูตร^{๓๗} ซึ่งเป็นได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา เป็นแนวทางที่จะทำให้เกิดวิปัสสนาปัญญา ดังที่สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ นิคมของชาวกุรุ ชื่อ กัมมาสัมมะแคว้นกุรุ ณ ที่นั่นแล พระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย” ภิกษุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสเรื่องนี้ ว่า

เอกายโน อัย ภิกขเว มคโค สุตตานัง วิสุทฺธิยา โสกปริเทวานัง สมติกกมาย ทุกฺขโทมนสฺसानัง อตถงคมาย ฌายสส อธิคมาย นิพฺพานสส สจฺฉิกิริยาย ยทิทํ จตฺตารโ สติปฏฺฐานา. กตเม จตฺตารโ อธิภิกขเว ภิกขุ กายเ กายานุปฺสสี วิหฺรติ อาตاپิ สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺส เวทนาสุ เวทนานุปฺสสี วิหฺรติ อาตاپิ สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺส จิตฺเตจิตฺตานุปฺสสี วิหฺรติ อาตاپิ สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺส ฌเมสุ ฌมานุปฺสสี วิหฺรติ อาตاپิ สมฺปชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺส .

ภิกษุทั้งหลายทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะ และปริเทวะเพื่อดับทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้ คือ สติปัฏฐาน^{๓๘} ๔ ประการ. สติปัฏฐาน ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้.^{๓๙}

การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย เรียกว่า กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอาการ ๑๔

การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา เรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอาการ ๙

^{๓๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๙/๑๐๑.

^{๓๘} ที.ม.อ. (ไทย) ๓๗๓/๓๖๘.

^{๓๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒.

การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต เรียกว่า จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอาการ ๑๖
 การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม เรียกว่า ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอาการ ๕
 กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๔๐} คือ การพิจารณาภายในกายอยู่ในอาการกาย ๓๒ มีความ
 เพียรกำหนดในอิริยาบถสี่ มีสติระลึกรู้เท่าทันปัจจุบันทุกขณะ การพิจารณากายแบ่งออกเป็น ๖
 หมวด

๑. พิจารณาลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ให้เห็นการไหลเข้าไหลออกติดต่อกัน
๒. พิจารณาอิริยาบถ คือพิจารณาให้รู้ความเป็นไปของการเดิน ยืน นั่ง นอน
๓. พิจารณาสัมผัสัญญะ คือพิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหวทางกาย
๔. พิจารณาสิ่งปฏิกุศล คือพิจารณาอาการกาย ๓๒ ในกายของตนตั้งแต่เส้นผมจนถึงปลายเท้า
๕. พิจารณาธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ในกายของตนตามความเป็นจริง
๖. พิจารณาซากศพ ซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ กันถึง ๙ ลักษณะในป่าช้า ๙ ในฐานกาย

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกายคือเอา
 สติไปตั้งไว้ที่ภายในอิริยาบถต่าง ๆ ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ในพระไตรปิฎกมีพระบาลีรับรองว่า
 “กาย ภาวา นุปสสี วิหริตี อาตปปี สมปชาโน สติมา”^{๔๑} ตามกำหนดรู้อาการของกาย อย่างหนึ่งใน
 บรรดาอาการที่ปรากฏอยู่ได้แก่ การตามรู้ลมหายใจ การตามรู้อิริยาบถใหญ่ทั้งสี่คือ ยืน เดิน นั่ง และ
 นอน การตามรู้อิริยาบถย่อยต่าง ๆ เช่น การเหยียด การคู้ การเหยี้ยว การแล การเคลื่อน การก้ม
 การหัน การเอี้ยว การย่น การตะแคง การถู การละ เป็นต้น^{๔๒}

ในพระสูตรต้นตปิฎกพระพุทธเจ้า ได้ตรัสไว้ว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้ พิจารณาภายใน
 กาย เป็นภายใน มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกอยู่ เมื่อภิกษุ
 พิจารณาภายในกายเป็นภายในอยู่ ย่อมตั้งจิตไว้โดยชอบผ่องใสโดยชอบ ในกายานุปัสสนานั้น^{๔๓}

๑. อิริยาบถบรรพ

ว่าด้วยการตามกำหนดรู้อิริยาบถใหญ่ของร่างกาย ๔ อย่าง คือ การยืน การเดิน การนั่ง
 และการนอน ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า ภิกษุเมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่าเราเดิน เมื่อยืนก็รู้ชัดว่าเรายืน เมื่อ
 นั่ง ก็รู้ชัดว่าเรานั่ง เมื่อนอนก็รู้ชัดว่าเรานอน หรือ เธอตั้งกายไว้ด้วยอาการอย่างใด ๆ ก็รู้ชัดอาการ
 อย่างนั้น ๆ ดังพรรณนามาฉะนี้

ก) อิริยาบถยืน การยืน คือ กายทั้งส่วนบนและส่วนล่างตั้งตรงและนั่งหรือการเหยียดทั้ง
 ในแนวตั้ง ซึ่งเป็นการตั้งตรงของร่างกายอันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุลมกำหนด อิริยาบถยืนเป็นการ
 ฝึกปฏิบัติสติปัฏฐานในหมวดว่าด้วยอิริยาบถซึ่งพระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า ดูกรภิกษุทั้งหลาย เมื่อยืนก็
 รู้ชัดว่าเรายืน สติของเธอที่ตั้งมั่น อยู่ว่า กายมีอยู่ ก็เพียงสักว่าความรู้ เพียงสักว่าอาศัยระลึก

^{๔๐} ม.ม. (ไทย) ๑๐/๑๐๗/๑๐๒-๑๐๙.

^{๔๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๓/๓๒๒.

^{๔๒} ที.ส. (ไทย) ๑๐/๓๗๔-๓๗๙/๒๔๘-๒๕๔.

^{๔๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๓-๓๐๔.

เท่านั้น^{๔๔} ดังในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า จิตฺวา จิตฺมเหตีติ ปชานาติ^{๔๕} แปลว่า เมื่อยืนอยู่ ก็มีสติกำหนด รู้ตัวว่ายืนอยู่คำกำหนด ยืนหนอ เรียกว่า การยืน^{๔๖}

ข) อิริยาบถเดิน การเดินจงกรม เป็นการฝึกปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ในหมวดอิริยาบถบรรพ พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า ภิกษุเมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่าเราเดิน สติของเธอที่ตั้งมั่น อยู่ว่า กายมีอยู่ ก็เพียงสักว่าความรู้ เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น^{๔๗} ดังมีพระบาลีอ้างว่า คจฺจนฺโต วา คจฺจามิตฺติ ปชานาติ^{๔๘} เมื่อเดินอยู่ ก็กำหนดรู้ว่าเดินอยู่ และเมื่อเดินจงกรม ไป ยืน กลับ ก็เป็นการ เจริญสติปัฏฐานในหมวดสัมปชัญญะ บรรพมีว่า อภิกฺกนฺเต ปฏิกฺกนฺเต สมฺปชานกาเร โหติ^{๔๙} เป็นผู้ทำ ความรู้ตัวทั่วในอรรถกถาได้กล่าวถึงในการยืนไว้ว่า ในบรรดาการยืนนั้นจิต (ความคิด) เกิดขึ้นว่า เรา จะยืน จิตนั้นจะให้วโยเกิด จะให้การไหววโยเกิด ภาวะที่กายทั้งหมดตั้งแต่ที่สุด (คือ ศีรษะถึงปลาย เท้า) ยึดขึ้นโดยกายแผ่ขยายของวโยธาตุที่เกิดจากกิริยา ของจิตพร้อมในการก้าวไปข้างหน้า ในการ ถอยกลับข้างหลัง

ในอรรถกถาได้กล่าวถึงการเดินไว้ว่า ความว่า เดินไป โดยการแผ่ขยายของวโยธาตุที่เกิด จากกิริยาของจิต วโยธาตุเกิดจากจิตเพราะฉะนั้น ภิกษุนี้ จะรู้ชัด (อิริยาบถ) อย่างนี้ว่า จิต (ความคิด) เกิดขึ้นว่า เราจักเดิน จิตนั้นจะให้วโยเกิด จะให้การไหววโยเกิด การเคลื่อนไหวกาย ทั้งหมดไปข้างหน้า โดยการแผ่ขยายของวโยธาตุอันเกิดจากกิริยาของจิต เรียกว่า การเดิน^{๕๐}

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวถึงการเดินก้าวเท้าไว้ ๖ ส่วน หรือ ๖ ระยะเวลาไว้ดังนี้ “ตโต เอกปทวาริ อุตฺตรณ-อติหรณ-วิตฺติหรณ-โวสสชฺชน-สนฺนิกฺเขปน-สนฺนิรุมฺภน-วเสน ฉ โภฏฺฐาเส กโรติ” แปลว่า ครั้นแล้วกระทำการแบ่งก้าวเท้าก้าวหนึ่งออกเป็น ๖ ส่วน คือ^{๕๑}

๑. อุตฺตรณํ นาม ปาทสฺส ภูมิตฺ อุกฺขิปน -ยกเท้าขึ้นจากพื้น เรียกว่า อุตฺตรณะ (ยก)
๒. อติหรณํ นาม ปฺรโต หรณ -ยืนเท้าไปข้างหน้า เรียกว่า อติหรณะ (ย่าง)
๓. วิตฺติหรณํ นาม ขาณฺุ กณฺุทฺทํ ทิฆฺชาติอาทิสฺสุ กิณฺุจิทฺเว ทิสฺวา อิตฺ จิตฺ จ ปาทสฺสจฺจรณํ เมื่อเห็นหนามหรือเห็นทิวเขาเป็นต้น อย่างใดอย่างหนึ่ง แล้วก้าวเท้าไปข้างโน้น และข้างนี้เรียกว่า วิตฺติหรณะ (ย้าย หรือ ยั้ง)
๔. โวสสชฺชนํ นาม ปาทสฺส โอรฺปนํ -หย่อนเท้าลงต่ำ เรียกว่า โวสสชฺชนะ (ลง)
๕. สนฺนิกฺเขปนํ นาม ปจฺจวิตฺเต จจฺปนํ -วางเท้าลงบนพื้นดิน เรียกว่า สนฺนิกฺเขปนะ (เหยียบ)
๖. สนฺนิรุมฺภนํ นาม ปฺน ปาทุทฺตรณกาเล ปาทสฺส ปวียา สทฺธิ อภินิปปิพฺน -กดเท้าข้างหนึ่ง เรียกว่า นิรุมฺภณะ (กด)

^{๔๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๕/๒๑๗.

^{๔๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

^{๔๖} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๙๙.

^{๔๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๕/๒๑๗.

^{๔๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

^{๔๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

^{๕๐} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๙๙.

^{๕๑} วิสุทธิ. (บาลี) ๓/๒๕๑.

ปลงกั อากุชิตวา อุชฺช กาย ปณิธาย, ปริมุขํ สตี อุปลุฏฺเฐตฺวา” แปลว่า นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า ดังนี้

อีกประการหนึ่งในคัมภีร์อรรถกถาได้แสดงอิริยาบถนั่งไว้ว่า การนั่งได้เพราะการแผ่ไปของวาโยธาตุอันเกิดแต่การทำของจิต เพราะฉะนั้น ภิกษุผู้นั่งย่อมรู้ชัด (อิริยาบถ) อย่างนี้ คือ จิต (ความคิด) เกิดขึ้นว่า เราจะนั่ง จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุ ๆ ก็ทำให้เกิดวิญญูติความเคลื่อนไหว ความคู้กายเบื้องล่างลง ทรงกายเบื้องบนตั้งขึ้น ด้วยความไหวตัวแห่งวาโยธาตุอันเกิดแต่การทำของจิต เรียกว่านั่ง^{๕๕}

อิริยาบถนอน การนอน คือ การเหยียดทางขวางโดยวางราบทั้งตัวอันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุลมซึ่งพระพุทธรเจ้าได้ตรัสไว้ในพระสูตรตันปิฎก เล่มที่ ๑๐ ว่า ดูกุณภิกษุทั้งหลาย ภิกษุ เมื่อนอนก็รู้ชัดว่าเรานอน สติของเธอที่ตั้งมั่น อยู่ว่า กายมีอยู่ ก็เพียงสักว่าความรู้ เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น^{๕๖}

การกำหนดอิริยาบถนอน ดังมีปรากฏในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานแห่งมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “สยาโนวา สยาโนมหิติ ปชานาติ”^{๕๗} เมื่อนอนอยู่ก็ให้รู้ชัดว่านอนอยู่

ในอรรถกถาได้กล่าวถึงอิริยาบถนอนไว้ว่า จิตเกิดขึ้นว่า เราจะนอน จิตจะให้วาโยนั้นเกิด จะให้การเคลื่อนไหววาโยเกิด การเหยียดร่างกายทั้งหมดออกไปตามทางขวาง โดยการแผ่ขยายของวาโยธาตุที่เกิดจากกิริยาของจิต เรียกว่า การนอน^{๕๘}

๑. อิริยาบถสัมปชัญญะบรรพ

ในอิริยาบถย่อยยมีมากที่สุดแต่แต่กายจะเคลื่อนไหวไปมา เช่น ก้าวไป ถอยกลับ เหลียวซ้ายแลขวา คู้ เหยียด เป็นต้น เมื่อจะกล่าวโดยย่อ ๆ ก็ได้แก่ อาการเคลื่อนไหวไปมาต่าง ๆ ของร่างกายนั่นเองดังมีที่มาในพระสูตรตันปิฎก พระพุทธรเจ้าตรัสไว้ว่า ภิกษุยอมทำความรู้สึกตัวในการ ก้าว ในการถอย ในการแล ในการเหลียว ในการคู้เข้า ในการเหยียดออก ในการทรงผ้าสังฆาฏิบาตรและจีวร ในการฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม ใน การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ย่อมทำความรู้สึกตัว ในการเดิน การยืน การนั่ง การหลับ การตื่น การพูด การนิ่ง ดังพรรณนามาฉะนี้^{๕๙}

ในอรรถกถาได้กล่าวว่า ภิกษุยอมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ (ความเป็นผู้รู้พร้อม) ในการก้าวไปข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการแลไปข้างหน้า แลเหลียวไปข้างซ้าย ข้างขวา ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการคู้อวัยวะเข้า เหยียดอวัยวะออกยอมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการกิน ดม เคี้ยว และลิ้ม ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการเดิน ยืน นั่งหลับ ตื่นพูด และความเป็นผู้นิ่งอยู่^{๖๐} ส่วนวิธีกำหนดนั้น ในที่นี้จะแสดงตัวอย่างพอเป็นดังนี้

^{๕๕} ที.ม.อ. (ไทย)๑๔/๒๙๙.

^{๕๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๕๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๕๗/๒๔๙.

^{๕๘} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑๓๔/๖๗๕.

^{๕๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๖๐} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๗๖/๒๑๒.

วิธีปฏิบัติในการก้าว ในการถอย อภิกกนเต ปฏิกกนเต สมปะขานการี โหติ^{๖๑} (ย่อมทำ ความรู้สึกตัวในการ ก้าว ในการถอย)หมายความว่า ในขณะที่ก้าวหรือถอยพึงตามรู้สภาวะก้าวหรือถอย บริกรรมว่า, ก้าวหนอ/ ไปหนอ/ ย่างหนอ/ ถอยหนอ “เมื่อวิปัสสนาญาณมีกำลังมากขึ้นจะรับรู้จิตที่ ต้องการจะก้าวจะถอย พร้อมทั้งสภาวะก้าวถอยที่เป็นสภาวะเคลื่อนไหว อย่างชัดเจน ปรากฏจากตัวตน เรา ของเรา ย่อมกำหนดรู้อยู่อย่างนี้ ดังมีคำพระพุทธดำรัสในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า คจจณโต วา คจจณมิติ ปชานาติ “เมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ว่าเดินอยู่”^{๖๒} แม้ในอิริยาบถสัมปชัญญะบรรพอื่น ๆ ที่เหลือ จากนี้ก็มีกำหนดนัยเดียวกัน

๒. ชาติมนสิการบรรพ

ชาติมนสิการว่าด้วยการพิจารณาร่างกายโดยความเป็นธาตุตั้งที่ พระพุทธองค์ตรัสว่า ร่างกายเป็นสิ่งที่น่ารังเกียจเป็นปฏิกุลโดยให้พิจารณาว่ารูปร่างของกายนี้ประกอบขึ้นจากองค์รวมแห่ง ธาตุอันว่างเปล่าจากความเป็นตัวตน พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ในพระไตรปิฎก ว่า

ภิกษุพิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ตาม ที่ดำรงอยู่โดยความเป็นธาตุว่า ‘ในกายนี้ มีธาตุ ดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟธาตุลมอยู่’ “ภิกษุทั้งหลาย คนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้มีความชำนาญ ครั้นฆ่าโคแล้วแบ่งอวัยวะออกเป็นส่วน ๆ นิ่งอยู่ที่หนทางใหญ่สี่แพร่ง แม้นั้นใด ภิกษุก็ฉนั้นนั้น เหมือนกัน พิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ‘ในกายนี้ มี ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่’ ด้วยวิธีนี้”^{๖๓}

ในอรรถกถาได้กล่าวถึงชาติมนสิการว่า ภิกษุย่อมพิจารณากายอันตั้งอยู่ตามที่ตั้งอยู่ ตามปกตินี้แล โดยความเป็นธาตุว่า มีอยู่ในกายนี้ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม .ดูก่อนภิกษุ ทั้งหลาย คนฆ่าโค หรือลูกมือคน ฆ่าโคผู้ฉลาด ฆ่าแม่โคแล้ว พึ่งแบ่งออกเป็นส่วน แล้วนั่งอยู่ที่ หนทางใหญ่ ๔ แพร่ง แม้นั้นใดดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุ ฉนั้นนั้นนั้นแล ย่อมพิจารณากาย อัน ตั้งอยู่ตาม ที่ตั้งอยู่ตามปกตินี้แล โดยความเป็นธาตุว่า มีอยู่ในกายนี้ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ดังนี้.^{๖๔}

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้กล่าวว่า ธาตุ ๔ เหล่านี้ บางแห่งเรียกว่า มหาภูต รูป คือ รูปใหญ่โตปรากฏชัด หมายความว่า รูปที่ใหญ่โตโดยรูปร่างและปรากฏชัดโดยลักษณะเพราะ วัตถุสิ่งของทั้งสี่ประกอบขึ้นจากรูปเหล่านี้ซึ่งมีลักษณะเฉพาะตนเด่นชัดกล่าว คือ^{๖๕}

๑. ปฐวีธาตุ ธาตุดิน มีลักษณะแข็ง หรืออ่อน
๒. อาโปธาตุธาตุน้ำ มีลักษณะไหล หรือเกาะกุม
๓. เตโชธาตุ ธาตุไฟ มีลักษณะเย็น หรือร้อน
๔. วาโยธาตุ ธาตุลม มีลักษณะหยาบ หรือตึง

^{๖๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๕/๓๒๔.

^{๖๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๒๖.๖.

^{๖๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗.

^{๖๔} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๗๘/๒๑๔-๒๑๕.

^{๖๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๘๘.

ธาตุทั้ง ๔ เหล่านี้ มีความเด่นชัดตามสมควรแก่วัตถุสิ่งของ เช่นในดินหรือไม้เป็นต้น มีธาตุดินปรากฏชัด ในน้ำมีธาตุน้ำปรากฏชัด ในไฟมีธาตุไฟปรากฏชัด ในลมมีธาตุลมปรากฏชัด แม้ อวัยวะที่เรียกว่า อากาโร ๓๒ ก็แบ่งตามธาตุได้เป็น ๒ ลักษณะ (รวมได้อากาโร ๓๒ อย่าง)

๑. ธาตุดิน คือ อากาโร ๒๐ อย่าง ได้แก่ ฌม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ไชกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า (อุจจาระ) มันสมอง

๒. ธาตุน้ำ คือ อากาโร ๑๒ อย่าง ได้แก่ ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ ปัสสาวะ ส่วนภายในร่างกายยังมีธาตุอีก ๒ ลักษณะ (รวมเป็นอากาโร ๑๐ อย่าง) คือ

๑. ธาตุไฟ คือ ไอออุ่น ไฟทำให้เสื่อมโทรม ไฟแผดเผาและไฟที่ย่อยอาหาร (อากาโร ๔)

๒. ธาตุลม คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมพัดไปตาม อวัยวะน้อยใหญ่ และลมหายใจ (อากาโร ๖)

เมื่อสาธยายอากาโร ๓๒ ตามลำดับอย่างนี้ จิตของนักปฏิบัติย่อมรับรู้อาการอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่เด่นชัดมากที่สุด ในขณะที่จิตของเขา ย่อมตั้งมั่นในสภาวะของธาตุ บรรลุขณิกสมาธิ คือ สมาธิ ช่วงขณะในวิปัสสนาซึ่งมีกำลังเทียบเท่าอุปปจารสมาธิ เพราะมีอารมณ์เป็นสภาวะธรรม (เชิงอรรถ) ความจริงสมาธิของวิปัสสนานั้น มีกำลังเสมอกับอุปปจารสมาธิในขณะบรรลุวิปัสสนาญาณ และเทียบเท่าปฐมฌานในขณะบรรลุมรรคผล แต่เพราะวิปัสสนามีอารมณ์หลากหลายตามปัจจุบันขณะนั้น ๆ ดังนั้น จึงเรียกว่า ขณิกสมาธิ ข้อนี้ต่างจากสมาธิในสมถภาวนาที่มีอารมณ์อย่างเดียว เช่น ลมหายใจ หรือ กสิณเป็นต้น

การเจริญสติตามแบบพอง-ยุบนี้ เน้นการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ โดยมีธาตุลมเป็นหลักจัดเป็น สติปัญญาประเภทกายานุปัสสนา สภาวะการพอง-ยุบนั้นเป็นลมที่เกิดภายในท้อง ซึ่งเป็นหนึ่งในลม ๖ ประเภท คือ^{๖๖}

๑. ธาตุลมที่พัดขึ้นสู่เบื้องบน (อุทฺธังคมาโย) ทำให้เกิดอาการเรอ คลื่นไส้ อาเจียน หน้า มีดวงเวียง ตาตาย ปวดศีรษะ และความดันโลหิตสูง

๒. ธาตุลมที่พัดลงเบื้องล่าง (อโธคังคมาโย) ทำให้เกิดอาการผายลมการถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ และการคลอดบุตร

๓. ธาตุลมที่อยู่ในช่องท้อง (กุกคังคมาโย) ทำให้เกิดอาการพอง และอาการยุบ การเจริญ วิปัสสนากรรมฐานแบบพอง-ยุบหนอ คือ การกำหนดธาตุลมที่อยู่ในช่องท้องนี้

๔. ธาตุลมที่อยู่ในลำไส้ (โกฏฐาสาโย) ทำให้เกิดก๊าซ และอาการแน่น อึดอัดในท้อง เช่นท้องอืด แน่นท้อง ท้องเฟ้อ มีเสียงในกระเพาะและลำไส้

๕. ธาตุลมที่แล่นไปทั่วร่างกาย (อังกมังคานุสาโรธาโย) ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย การเคลื่อนไหวของอิริยาบถใหญ่ เช่น ยืน เดิน นั่งและนอน การเคลื่อนไหวของอิริยาบถย่อย เช่น กระทบตา ก้ม เงย คู้แขนเหยียดแขน การพูด การรับประทานอาหาร การดื่มน้ำ การนุ่งห่มเสื้อผ้า เป็นต้น ล้วนเกิดจากธาตุลมชนิดนี้ การเดินจงกรมระยะต่าง ๆ ก็คือการกำหนดธาตุลมที่มีลักษณะของการเคลื่อนไหว ธาตุลมชนิดนี้ในทางการแพทย์เรียกว่ากระแสประสาท

^{๖๖} ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นายแพทย์จำลอง ดิษยวันนิช, วิปัสสนากรรมฐานและเขาวนอารมณ์, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๙), หน้า ๕๑.

๖. ชาติลมหายใจเข้าออก (อัสสาสปีสสาสวาโย) คือ ลมหายใจเข้าออก และเกี่ยวข้องกับ สรีรวิทยาของการหายใจดังกล่าวแล้ว ชาติลมนชนิดนี้ใช้เป็นอารมณ์กำหนดในอานาปานสติ ซึ่งอยู่ใน อารมณ์ของสมถกรรมฐาน ๔๐ อย่าง^{๖๗}

การตามรู้สภาวะพอง-ยุบของท้องที่สอนกันอย่างแพร่หลายในปัจจุบันนั้น จัดเป็นชาติลมนกรรมฐาน เพราะสภาวะพองยุบเป็นลักษณะตั้งหย่อนของลมในท้องนอกลำไส้ที่เรียกว่า กุจฉิสยวาโย ความจริงลมหายใจที่สุดเข้าไปในปอดมิได้เคลื่อนไปในท้องดังที่เข้าใจกันโดยทั่วไป การหายใจนั้นเป็น กระบวนการที่เกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อกะบังลม ทรวงอก และกระดูกซี่โครง กะบังลมกั้นอยู่ ระหว่างช่องอกและช่องท้อง โดยอยู่ด้านล่างของปอด ตามปกติเมื่อเราหายใจเข้ากะบังลมจะหดตัวกด อวัยวะในช่องท้องส่งผลให้ลมในท้องพองออกมา และเมื่อหายใจออก กะบังลมจะยืดขึ้น ส่งผลให้ลม ในท้องยุบลงพร้อมกับดันลมออกจากปอด ดังนั้น สภาวะพองยุบจึงเป็นลมในท้องที่มีอยู่เดิม และเป็น อารมณ์กรรมฐานอย่างหนึ่งตามหลักกายานุปัสสนา

ผู้ที่เจริญสติระลึกรู้เท่าทันธาตุทั้ง ๔ ตามนัยที่กล่าวมานี้ ย่อมรู้ชัดว่ามีเพียงสภาวะ แข็ง -อ่อน ไหล-เกาะกุม เย็น-ร้อน หรือหย่อน- ตึง ไม่มีบุคคล เรา ของเรา บุรุษ สตรี สมดังพระ พุทธพจน์ว่า ปุน จปริ ภิกขเว ภิกขุ อิมเมว กายิ ยถา จิตฺ ยถาปณฺหิตํ ธาตุสฺสัจจเวทฺหติ “อตฺถิ อิมสมิ กายเ ปถวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ”^{๖๘} แปลความว่า, ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้อ ปฏิบัติอีกข้อหนึ่ง คือภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายนี้ ตามที่ตั้งอยู่ดำรงไว้ โดยความเป็นธาตุว่า ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม มีอยู่ในกาย นี้”

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๖๙} กำหนดโดยอาการ ๙ ดังมีพุทธพจน์ ว่า

ภิกษุในธรรมวินัย นี้ เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยสุขเวทนา” เมื่อเสวย ทุกขเวทนา ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยทุกขเวทนา” เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยยทุกขมสุขเวทนา” เมื่อเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส” เมื่อ เสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส” เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่มี อามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส” เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส” เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยยทุกขม สุขเวทนาที่มีอามิส” เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยยทุกขม สุขเวทนาที่ไม่มีอามิส” ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ทั้ง ภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็น ธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุ ดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “เวทนามีอยู่” ก็เพียง เพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ต้นหา และทิวฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่น อะไร ๆ ในโลกภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ อย่างนี้แล

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๗๐} กำหนดโดยอาการ ๑๖ ดังมีพุทธพจน์ ว่า

^{๖๗} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๓ และ ๗, หน้า ๕๗-๖๑.

^{๖๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘/๒๖๒.

^{๖๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๓/๑๐๙-๑๑๐.

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีราคะ” จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากราคะ” จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีโทสะ” จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากโทสะ” จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีโมหะ” จิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากโมหะ” จิตหตฺหุ ก็รู้ชัดว่า “จิตหตฺหุ” จิตฟงฺซาน ก็รู้ชัดว่า “จิตฟงฺซาน” จิตเป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า “จิตเป็นมหัคคตะ” จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่เป็นมหัคคตะ” จิตมีจิตอันยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า “จิตมีจิตอันยิ่งกว่า” จิตไม่มีจิตอันยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่มีจิตอันยิ่งกว่า” จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า “จิตเป็นสมาธิ” จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่เป็นสมาธิ” จิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ชัดว่า “จิตหลุดพ้นแล้ว” จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่หลุดพ้น” ด้วยวิธีนี้ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิต ในจิตภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่หรือ พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณฺหา และทิวฺฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ อย่างนี้แล

จัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๗๑} กำหนดโดยอาการ ๕ สรุปใจความได้ว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ

๑) นีวรณฺ ๕ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุททัจจกุกฺกัจจะ วิจิกิฉณา

๒) อุปาทานขันธ ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

๓) आयตนะภายใน ๖ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และอายตนะภายนอก ๖ รูป เสียง กลิ่นรส สัมผัสทางกาย จมฺมารมณฺ

๔) โพชฌนคฺ ๗ คือ สติ จมฺมวิจยะ วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา

๕) อริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรม เป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือ พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้าว่า “ธรรมมีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณฺหา และทิวฺฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่

อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ พระผู้มีพระภาค ตรัสไว้ สรุปใจความได้ว่า บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๗ ปี, ๖ ปี, ๕ ปี, ๔ ปี, ๓ ปี, ๒ ปี, ๑ ปี, ๗ เดือน, ๖ เดือน, ๕ เดือน, ๔ เดือน, ๓ เดือน, ๒ เดือน, ๑ เดือน, ๑๕ วัน, ๗ วัน พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คือ อรหัตตผลใน

^{๗๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

^{๗๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

ปัจจุบันหรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ ก็จักเป็นอนาคามี^{๗๒} ถือว่าเป็นบุคคลที่ออกจากทุกข์โดยสิ้นเชิง^{๗๓}

๓.๖ ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ในการดำเนินชีวิตประจำวัน จะต้องมีการเกี่ยวข้องกับเรื่องต่าง ๆ ที่เข้ามาให้รับรู้ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เป็นประจำ เมื่อรับรู้แล้วบางอารมณ์มีอิทธิพลต่อจิตใจในการที่จะทำให้เกิดความสุขหรือความทุกข์ ส่งผลให้ทำถูกหรือทำผิดนั้น ขึ้นอยู่กับการสัมผัสอารมณ์ที่มากกว่าสัมผัสอารมณ์ต่าง ๆ เหล่านั้นด้วยความรู้หรือความไม่รู้ คือมีสติสัมปชัญญะหรือไม่ ถ้ามีสติสัมปชัญญะทำให้สามารถควบคุมการปรุงแต่งของจิตไว้ได้ ในลักษณะที่ไม่เกิดกิเลสและความทุกข์ ถ้าปราศจากสติสัมปชัญญะก็ตรงกันข้าม^{๗๔} ซึ่งโดยธรรมชาติแล้วจิตเป็นสิ่งที่ควบคุมได้ยากเปลี่ยนแปลงตัวเองตลอดเวลา ชอบที่จะตกไปตามอารมณ์ที่เป็นอกุศลอยู่เสมอ เรียกว่าเป็นจิตที่ยังไม่ได้รับการพัฒนา จิตที่ได้รับการพัฒนาแล้วจะเป็นจิตที่มีคุณภาพดีมีความสะอาด สว่าง สงบ ซึ่งเป็นเหตุ นำความสุขมาให้^{๗๕} ผู้ที่สามารถควบคุมระวางรักษาจิตตัวได้เองอยู่เสมอ จึงจะพ้นจากบ่วงมารคือพันธนาการของสรรพกิเลสได้^{๗๖}

การพัฒนาคุณภาพชีวิตตามหลักการทางพระพุทธศาสนาให้ความสำคัญในการพัฒนา มนุษย์เป็นอันดับแรกจึงจะเป็นการพัฒนาที่ได้ผล^{๗๗} เพราะองค์ประกอบฝ่ายมนุษย์มีความสำคัญยิ่ง โดยเน้นการพัฒนากระบวนการดำเนินชีวิตของมนุษย์ทั้งด้านพฤติกรรม จิตใจ และปัญญา โดยให้คนที่พัฒนาเต็มระบบเป็นแกนกลางนำการพัฒนาคนและคนที่พัฒนาแล้วไปประสานปรับเปลี่ยนบูรณาการ ในระบบสัมพันธ์องค์รวมใหญ่ของการพัฒนา คือ ทั้งมนุษย์ สังคมธรรมชาติ และเทคโนโลยี เพื่อให้เกิดประโยชน์และความสุขร่วมกันระหว่างบุคคล สังคมและสภาพแวดล้อมคือธรรมชาติ ให้ดำรงอยู่ได้ด้วยดีอย่างเกื้อกูลต่อเนื่องสม่ำเสมอเรื่อยไปพระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่ให้ความสำคัญในด้านจิตใจมากที่สุด ดังพุทธพจน์ที่ตรัสถึงความสำคัญของใจในฐานะเป็นใหญ่ เป็นสิ่งประเสริฐสุด และเป็นแหล่งกำเนิดแห่งธรรม คือ สรรพสิ่ง^{๗๘} บุคคลที่แสดงพฤติกรรมทางวาจาหรือกายออกมาในทางที่ไม่ดีนั้น เป็นเพราะอาการที่เกิดจากใจขุนมัวเศร้าหมองนั้นเป็นต้นเหตุ และย่อมส่งผลให้เกิดความทุกข์ติดตามตัวเขาตลอดเวลา เหมือนล้อหมุนตามรอยเท้าโคถึกตัวกำลังลากเกวียนไป ตรงกันข้ามถ้าบุคคลแสดงพฤติกรรมทางวาจาหรือทางกายออกไปขณะที่ใจดี เพราะเกิดจากจิตใจดีงามนั้นเป็นต้นเหตุ ย่อมส่งผลให้ความดีความสุขติดตามตัวเขาไปตลอดเวลาเหมือนเงาตามตัว หลักคำสอนในพระพุทธศาสนาส่วนใหญ่จึงมุ่งเน้นไปที่การพัฒนาจิตใจ วิธีชำระจิตให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้วนี้ไม่มีในคำสอน

^{๗๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔-๔๐๔/๓๐๒-๓๔๐.

^{๗๓} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๒๒/๓๕.

^{๗๔} พุทธทาสภิกขุ, **มรดกธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๓๘), หน้า ๕๐.

^{๗๕} ชู.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๖/๒๒.

^{๗๖} ชู.ธ. (ไทย) ๒๕/๓๗/๒๒.

^{๗๗} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **การพัฒนาที่ยั่งยืน**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๒๓๘.

^{๗๘} ชู.ธ. (ไทย) ๒๕/๑-๒/๑๕๓.

ของศาสนาใดๆ ในโลก มีแต่เฉพาะในพระพุทธศาสนาเท่านั้น เพราะพระพุทธองค์ทรงเห็นว่าการที่จะไม่ให้มนุษย์ทำความชั่วได้อย่างแท้จริงนั้น ต้องให้มนุษย์ชำระจิตใจบริสุทธิ์ปราศจากกิเลสเสียก่อน นอกจากจะทรงสอนให้มนุษย์ทำแต่ความดีและความชั่วแล้ว พระพุทธองค์ยังทรงสอนให้มนุษย์ชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ผ่องใสอีกด้วย ดังหลักฐานที่ปรากฏในพุทธวจนะ ที่เรียกว่า “โอวาทปาติโมกข์”^{๗๙} คือ

สพฺพปาปสฺส อภฺรณํ	กุสลสฺสุปสมฺปทา
สจิตฺตปริโยทปนํ	เอตํ พุทฺธาน สาสนํ ^{๘๐}
การไม่ทำบาปทั้งปวง	การทำกุศลให้ถึงพร้อม
การทำจิตของตนให้ผ่องแผ้ว	นี่เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ^{๘๑}

เมื่อจิตบริสุทธิ์แล้วมนุษย์ทั้งปวงย่อมจะไม่ทำความชั่ว การชำระจิตใจให้บริสุทธิ์ตามวิธีปฏิบัติที่สามเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ทรงวางไว้เรียกว่า “กัมมัฏฐาน” จิตที่ได้รับการพัฒนาหรือฝึกอบรมด้วยกัมมัฏฐานอย่างถูกต้องแล้วจะเป็นจิตประกอบด้วยสัมมาสมาธิ ซึ่งมีคุณสมบัติคือ ตั้งมั่นบริสุทธิ์ ผ่องใส ผุดผ่อง ไม่มีสิ่งมัวหมองนุ่นนวล ควรแก่การใช้ในการประกอบกิจ ทรงตัวอยู่ได้ไม่หวั่นไหว^{๘๒} คุณสมบัติของจิตดังกล่าวเป็นสิ่งที่พึงประสงค์ของชาวพุทธ แม้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ก็ทรงชักชวนให้พุทธบริษัทพยายามพัฒนาจิตของตนให้เข้าถึงความสงบ เพื่อเป็นพื้นฐานให้เกิดปัญญาเข้าใจสภาวะธรรมตามความเป็นจริง^{๘๓} เมื่อว่าโดยหน้าที่ในฐานะเป็นพุทธศาสนิกชน ชาวพุทธทุกคนนอกจากจะประกอบอาชีพการงานซึ่งเป็นหน้าที่ของตนประจำอยู่แล้ว ยังต้องมีหน้าที่หลักที่สำคัญ คือ การพัฒนาจิตใจของตนให้สงบหมดจดจากอกุศลธรรม อันจะทำให้จิตใจให้ตกต่ำด้วยกัมมัฏฐานวิธีตามกำลังสติปัญญาของตน ด้วยว่าจิตใจที่สงบยอมเป็นพื้นฐานรองรับความดีทุกอย่าง และเป็นเหตุนำมาซึ่งความสงบสุขแก่ตนเองและสังคม กัมมัฏฐานเป็นศาสตร์และศิลป์แห่งการดำเนินชีวิตและเป็นธุระอันสำคัญยิ่งทางพระพุทธศาสนาเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าการปฏิบัติกัมมัฏฐาน คือ การบริหารจิตหรือการพัฒนาจิต การฝึกอบรมและพัฒนาจิตอย่างสม่ำเสมอเพื่อให้เรารู้จักการป้องกันรักษาคุ้มครองจิตด้วย จากอกุศลธรรมและความเครียดที่เกิดกับร่างกายและจิตของเรา เพื่อให้จิตมีความเข้มแข็งมั่นคงสามารถนำมาใช้ในการปฏิบัติงานทุกหน้าที่ทุกอาชีพและก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดี เพราะจิตที่พัฒนาดีแล้วย่อมมีความสุข และมีความเกษมสำราญในการทำงาน ประกอบกรรมดีและเป็นประโยชน์ต่อส่วนรวมและตนเอง^{๘๔}

๓.๗ การกำหนดรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

^{๗๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๙๐/๕๐.

^{๘๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๙๐/๔๓.

^{๘๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๙๐/๕๐.

^{๘๒} ที.สี (ไทย) ๙/๒๓๔/๗๗.

^{๘๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๗/๓๖๑.

^{๘๔} วรียา ชินวรรณ และคณะ, สมาธิในพระไตรปิฎกวิวัฒนาการการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธศาสนา ฝ่ายเถรวาทในประเทศไทย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๗.

จากการศึกษาพบว่า รูป คือ ธรรมชาติที่แตกดับ เมื่อว่าโดยลักษณะที่จตุกะ คือ มีการสลายแปรปรวน เป็นลักษณะ มีการแตกแยกกันเป็นกิจ (กับจิต) ได้เป็นกิจ มีความเป็นอภัยกตธรรม เป็นผลมีวิญญานเป็นเหตุใกล้ ส่วนนามเป็นธรรมชาติที่น้อมไปหาอารมณ์เมื่อว่าโดยลักษณะที่จตุกะ คือ มีการรู้อารมณ์เป็นลักษณะ มีการเกิดก่อนและเป็นประธานในธรรมทั้งปวงเป็นกิจ มีการเกิดขึ้นต่อเนื่องกันไม่ขาดสายเป็นผล มีนามรูปเป็นเหตุใกล้ให้เกิดดังนี้ ปัญญาที่รู้ว่า ขณะตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้รส กายถูก เย็น ร้อน อ่อน แข็ง (อาการกาย ๓๒ ประการ) ก็มีเพียง ๒ อย่างเท่านั้น คือมีแต่รูปกับนามเป็นอย่างนี้ทั่วสากลโลก นี่เป็นสังขธรรมแท้ไม่แปรผัน

พระธรรมคำสั่งสอนของพระศาสดารวมเป็นพระไตรปิฎกได้แก่ พระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก และพระอภิธรรมปิฎก คือธรรมที่แสดงไว้ล้วนเป็นส่วนปรมาตตสัจจะ ซึ่งเป็นความจริงอันมีเนื้อความไม่เปลี่ยนแปลงผันแปร เพื่อให้เห็นแจ้งในสภาวะธรรมนั้น ๆ โดยไม่กล่าวอ้างบุคคลมาเป็นสำคัญ พระอภิธรรมเป็นพื้นฐานในอันสร้างสรรค์ให้มีสติว่องไวมั่นคง และมีปัญญาหลักแหลม โดยเฉพาะพระอภิธรรมนั้น แสดงธรรม ๒ ประการ คือ ปรมาตตธรรมหรือปรมาตตสัจจะ ๑ และบัญญัติธรรมหรือสมมุติสัจจะ ๑

อายตนะ^{๕๕} แปลว่าที่เกิด หมายความว่า เป็นที่เกิดของบุญ และบาป คือ บุญและบาป อาศัยเกิดตามอายตนะนี้ทั้งนั้น และนอกจากนี้ยังเป็นที่เกิดของจิตกับเจตสิกอีกด้วย เป็นที่อยู่อาศัยของรูปกับนาม รูปและนามอาศัยเกิดขึ้นที่นี้ ที่ประชุมเหตุปัจจัยมาประชุมกัน เช่น ตาเห็นรูปครั้งหนึ่ง ๆ ต้องประชุมพร้อมด้วยเหตุ ๔ อย่างคือ จักขุปสาท รูปารมณ์ แสงสว่าง มนสิการ หูได้ยินเสียงก็ต้องประชุมพร้อมด้วยเหตุ ๔ โดยทานองเดียวกันนี้คือ โสตปสาท สัทธารมณ์ ช่องว่างและมนสิการ จมูกได้กลิ่นก็ต้องประชุมพร้อมด้วยเหตุ ๔ โดยทานองเดียวกันนี้คือ โสตปสาท คันธารมณ์ สัมผัสและมนสิการ ทำให้สังสารทุกข์เกิดขึ้น หมายถึงสรรพสัตว์พากันจมหลงอยู่ในวัฏสงสาร ไม่รู้จักหนทางไปสู่มรรค ผลนิพพาน เกิดความมืดมนอนธการเพราะอวิชชาทอหุ้ม จึงพากันทำชั่วอยู่ตลอดเวลา เมื่อทำกรรมแล้ว ย่อมได้รับผล ของกรรมคือวิบาก เมื่อวิบากเกิดแล้วกิเลสก็เกิดอีก วนกันอยู่ในห้วงมรรณพภพสงสาร อย่างนี้ตลอดไป ไม่รู้จักสิ้นสุดยุติลงได้ทั้งนี้ก็เพราะอาศัยอายตนะเป็นเหตุ.

๑. ความหมายของอายตนะ

พระพุทธองค์ได้ตรัสในพระสุตตันตปิฎก ว่า ปุน จปริ ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ ฌมมานุปัสสี วิหริติ ฌสุ อชฌตติกาหิเรสุ อายตเนสุ. ถยจ ปน ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ ฌมมานุปัสสี วิหริติ ฌสุ อชฌตติกาหิเรสุ อายตเนสุ^{๕๖} แปลความว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง คือ ภิกษุตามรู้ในสภาวะธรรมคืออายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ ว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่ ภิกษุตามรู้ในสภาวะธรรมคืออายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ ว่าเป็นสภาวะธรรมอยู่อย่างไร”

ในพระสุตตันตปิฎก พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่งภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อายตนะภายใน ๖ และภายนอก ๖ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมใน

^{๕๕} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), **วิปัสสนากรรมฐาน**, ในงานพระราชทานเพลิงศพพระเทพโพธิวิเทศ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัทประยูรวงศ์พรินท์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๙๔๐-๙๔๕.

^{๕๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๙๒/๓๓๔.

ธรรมคือ อายตนะภายใน ๖ และภายนอก ๖ อย่างไรเล่า ? ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักตา รู้จักรูป และรู้จักสังโยชน์ที่อาศัยตาและรูปทั้ง ๒ นั้นเกิดขึ้น อนึ่ง สังโยชน์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สังโยชน์ที่จะได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยภิกษุย่อมรู้จักหู รู้จักเสียง ย่อมรู้จักจมูก รู้จักกลิ่น ..ย่อมรู้จักลิ้น รู้จักรส ย่อมรู้จักกาย รู้จักโณภูมัพพะ ภิกษุย่อมรู้จักใจ รู้จักธรรมารมณ และรู้จักสังโยชน์ที่อาศัยใจและธรรมารมณทั้ง ๒ นั้นเกิดขึ้น อนึ่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยดังพรรณนามาฉะนี้.^{๘๗}

ในสุดตันตปิฎกได้กล่าวถึง อายตนะ คือ ที่เชื่อมต่อให้เกิดความรู้ แบ่งเป็น ๒ พวก คือ อายตนะภายในได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจและอายตนะภายนอกได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส โณภูมัพพะ ซึ่งพระผู้มีพระภาคตรัสว่าไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตา^{๘๘}

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค พระพุทธโฆษาจารย์ ได้แสดงไว้ว่า อายตนะ (ศัพท์) พึงทราบโดยอรรถว่าจำแนกออกเป็น ๕ ความหมายด้วยกัน ดังนี้

๑. สถานที่อยู่ เรียกว่า อายตนะ (ได้) ในคำว่า "อิสสรายตนะ -ศาลพระอิศวร วาสูเทวายตนะ-ศาลพระवासुเทพ" เป็นต้น

๒. บ่อเกิด ก็เรียก อายตนะ (ได้) ในคำว่า "สุวรรณายตนะ -บ่อทอง รตนายตนะ - บ่อแก้ว (เพชรพลอย)" เป็นต้น

๓. สถานที่ชุมนุม ก็เรียก อายตนะ (ได้) ในคำว่า "มนोरเม อายตนะ เสวนติ น วิหังคมา- ผูกวิหคในอรัญอันเป็นที่ชุมนุมที่นารัณรมยในยอมเสพต้นไม้ใหญ่นั้น" เป็นต้น

๔. ถิ่น (หรือแหล่ง) กำเนิด ก็เรียก อายตนะ (ได้) ในคำว่า "ทกขินาปโต คุณนอายนตี ประเทศทกขินาปถ (แถบใต้) เป็นถิ่นกำเนิดแห่งโคทั้งหลาย" เป็นต้น

๕. เหตุ ก็เรียก อายตนะ (ได้) ในคำว่า "ตตร ตเตรว สกขิปพพตี ปาปุณาตี สติ สติ อายตนะ เมื่อเหตุมีอยู่ เป็นอยู่ ภิกษุนั้นยอมถึงความเป็นผู้อาจทำให้ประจักษ์ในธรรมนั้น ๆ ที่เดียว" เป็นต้น

ในพระอภิธรรมมัตถสังคหะกล่าวถึงอายตนะอยู่ในศัพท์สังคหะกองที่ ๔ ได้ให้ความหมายของ คำว่า อายตนะ แปลอย่างสั้นที่สุดก็ว่า เครื่องต่อ และมีความหมายหลายนัย คือ

๑. สยชาติเทสสุ เป็นที่เกิด หมายความว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้ชื่อ ว่า อายตนะ เป็นเครื่องต่อให้เกิดจิตและเจตสิก ถ้าไม่มีอายตนะแล้ว ก็ไม่มีเครื่อง ต่อให้เกิดจิตและเจตสิก ไม่มีวิถีจิต ไม่มีบุญไม่มีบาป

๒. นิวาสุ เป็นที่อยู่ หมายความว่า อายตนะเป็นที่อาศัยอยู่ของจิตและ เจตสิก จิตเจตสิก ไม่ได้อาศัยอยู่ที่อื่นเลย

^{๘๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๔๓/๘๐.

^{๘๘} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๑/๑.

๓. อากรฐ เกิดแก่สัตว์ทั่วไปหมายความว่า อายุตนะนี้เกิดแก่สัตว์ทั้งหลายไม่เลือกชั้นวรรณะ ๔. สโมสฺรฐ เป็นที่ประชุม หมายความว่า อายุตนะภายในกับอายุตนะภายนอกมาประชุมกันมาร่วมกัน มาต่อกันเมื่อใด จิตและเจตสิกก็จะเกิดขึ้นเมื่อนั้น ถ้าอายุตนะไม่ประชุมกัน ไม่ต่อกัน จิตเจตสิกก็เกิดขึ้นไม่ได้เลย

๕. การณฐฐ เป็นเหตุให้เกิด หมายความว่า ถ้าไม่มีอายุตนะเป็นเหตุเป็นปัจจัยแล้วจิตเจตสิกก็เกิดขึ้นไม่ได้ เมื่อมีอายุตนะเป็นเหตุเป็นปัจจัย จิตเจตสิกก็เกิดขึ้นเป็นเหตุให้เกิดบุญหรือบาปต่อไป^{๘๙}

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า อายุตนะเป็นเครื่องต่อที่สำคัญอันทำให้สัตว์ ต้องเวียนว่าย ตายเกิดไม่มีที่สิ้นสุด และเมื่อเกิดมาแล้ว ก็อายุตนะนี้เองเป็นปัจจัยให้ประพตติเป็นไปในเหตุที่จะให้เกิดทุกข์ หรือจะให้พ้นทุกข์ ขึ้นชื่อว่าสัตว์แล้วจะไม่ต้องอาศัย อายุตนะเลยนั้น เป็นไม่มีอายุตนะ จำแนกโดยประเภทแห่งทวารก็มี ๖ เรียกว่า อชฺมตติกายตน เป็นอายุตนะภายใน จำแนกโดยประเภทแห่งอารมณ์ ก็มี เหมือนกันเรียกว่า พาหิรายตน เป็นอายุตนะภายนอก รวม อายุตนะมี ๑๒^{๙๐}

๒. วิธีกำหนดอายุตนะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานโดยกำหนดเอาธรรม คืออายุตนะ ๑๒ เป็นอารมณ์นี้ พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ในพระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๐ ว่า ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คืออายุตนะภายในและภายนอก ๖ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อายุตนะภายในและภายนอก ๖ อย่างไรเล่าภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักนัยนตา รู้จักรูป และรู้จักนัยนตาและรูปทั้ง ๒ นั้น อันเป็นที่อาศัยบังเกิดของสังโยชน อนึ่ง สังโยชนที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยสังโยชน ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สังโยชนที่ ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย ภิกษุย่อม รู้จักหู รู้จักเสียง. ภิกษุย่อมรู้จักจมูก รู้จักกลิ่น. ภิกษุย่อมรู้จักลิ้น รู้จักรส ภิกษุย่อมรู้จักกาย รู้จักสิ่งที่จะพึงถูกต้องด้วยกาย. ภิกษุย่อมรู้จักใจ รู้จักธรรมารมณ และรู้จักใจและธรรมารมณทั้ง ๒ นั้น อันเป็นที่อาศัยบังเกิดของสังโยชน อนึ่ง สังโยชนที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการ นั้นด้วย สังโยชนที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น ด้วย สังโยชนที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการ นั้นด้วย ดังพรรณนามาฉะนี้^{๙๑}

คำว่า “อายุตนะ” หมายถึง แดนที่เชื่อมต่อระหว่างโลกภายในกับโลกภายนอก แบ่งเป็น ๒ ประเภทใหญ่ ๆ คือ (๑) อายุตนะภายใน ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ (๒) อายุตนะภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ อายุตนะภายนอกเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “อารมณ์” หมายถึง ธรรมชาติสำหรับให้จิตห่วงหาเหวี่ยง ขณะดำเนินชีวิตอยู่อายุตนะทั้ง ๒ ประเภทต้องทำหน้าที่ควบกันไปเป็นคู่ ๆ ดังนี้ คือ

^{๘๙} พระสังฆมณฑลสังฆราช, ปรมัตถโคตติกา, หน้า ๑๔๓-๑๔๔.

^{๙๐} นายบุญมี เมธางกูร, นายวรรณสิทธิ์ ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมถลสังคหะ ปริเฉทที่ ๗ สมุจจยสังคหวิภาค, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่เทพประทานการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๐๑-๑๐๒.

^{๙๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๙๒/๒๒๕.

๑. รู้ซัดตา รู้ซัดรูป สัณโยชนใดอาศัยตาและรูปทั้ง สองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ซัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้ และสังโยชนที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้^{๙๒}

๒. รู้ซัดหู รู้ซัดเสียง สัณโยชนใดอาศัยหูและเสียงทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ซัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้ และสังโยชนที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไป อีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้

๓. รู้ซัดจมูก รู้ซัดกลิ่น สัณโยชนใดอาศัยจมูกและกลิ่นทั้งสองนั้น เกิดขึ้น ก็รู้ซัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ยังไม่ เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ และสังโยชนที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้^{๙๓}

๔. รู้ซัดลิ้น รู้ซัดรส สัณโยชนใดอาศัยลิ้นและรสทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ซัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ และสังโยชนที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้

๕. รู้ซัดกาย รู้ซัดโณภูมัพพะ สัณโยชนใดอาศัยกายและโณภูมัพพะทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ซัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ และสังโยชนที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้

๖. รู้ซัดใจ รู้ซัดธรรมารมณฺ์ สัณโยชนใดอาศัยใจและธรรมารมณฺ์ ทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ซัดสังโยชนนั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชนที่ ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ การละสังโยชนที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้ และสังโยชนที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้

อายตนะทั้ง ๑๒ นี้ก็เป็นรูป ๕ คู่ อายตนะภายใน คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เป็นรูปธรรมทั้งหมด ภายนอก คือ สี เสียง กลิ่น รส โณภูมัพพะเป็นรูปธรรม ส่วนคู่ที่ ๖ ภายในได้แก่ มนายตนะเป็นนามทั้งหมด ส่วนอายตนะภายนอก ธรรมายตนะนั้นเป็นรูปก็มี นามก็มี เจตสิกนั้นเป็นนามธรรม สุขุมรูปเป็นรูปธรรม ส่วนนิพพานเป็นนามธรรม

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ‘ธรรมมีอยู่’ ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณฺหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายคืออายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ อยู่ อย่างนี้แล^{๙๔}

๓. สงเคราะห์อายตนะ๑๒ เป็นรูป-นาม

^{๙๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๒๐.

^{๙๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๒๐.

^{๙๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๒๑.

ในวิสุทธิมรรคแปลเล่มที่ ๓ ได้กล่าวไว้ว่า พระโยคาวจรอีกผู้หนึ่ง กำหนดนามรูปทางอายตนะ ๑๒ กำหนดอย่างไร กำหนดแต่จักขุประสาท เว้นรูป ๕๓ ตามนัยที่กล่าวใน (ตอน) จักขุธาตุเสีย ว่าเป็นจักขายตนะ และกำหนดโสตธาตุ ฆานธาตุ ชิวหาธาตุ กายธาตุ ตามนัยที่กล่าวใน (ตอน) จักขุธาตุนั้นเหมือนกันว่าเป็นโสตายตนะ ฆานายตนะ ชิวหายตนะ กายายตนะ กำหนดธรรม ๕ อันเป็นวิสัยแห่งอายตนะ ๕ นั้น ว่าเป็นรูปายตนะ สัททายตนะ คันธายตนะ รสชาติตนะ โภกฐัพพายตนะ กำหนดโลกียจิต และสัตตวิญญานธาตุ ว่าเป็นมนายตนะ กำหนดธรรมทั้งหลายมีผัสสะ เป็นต้นที่สัมปยุตกับวิญญานธาตุนั้น และรูปที่เหลือ ว่าเป็นธรรมายตนะ ในอายตนะ ๑๒ นี้ อายตนะ ๑๐ กิ่งเป็นรูป อายตนะ ๑ กิ่งเป็นนาม ดังนี้แล^{๕๕}

ในคู่มือการศึกษาพระอภิธรรมัตถสังคหะได้แสดงถึง อายตนะทั้ง ๑๒ มีความหมายและองค์ธรรมดังนี้^{๕๖}

๑. จักขวยตนะ มักจะเรียกกันสั้น ๆ ว่า จักขายตนะ คือ จักขุทวาร เป็น เครื่องต่อ หรือ ต่อทางจักขุทวาร องค์ธรรมได้แก่ จักขุประสาท เป็นรูปธรรม

๒. โสตายตนะ คือ โสตทวารเป็นเครื่องต่อ องค์ธรรมได้แก่ โสตประสาท เป็นรูปธรรม

๓. ฆานายตนะ คือ ฆานทวารเป็นเครื่องต่อ องค์ธรรมได้แก่ ฆานประสาท เป็นรูปธรรม

๔. ชิวหายตนะ คือ ชิวหาทวารเป็นเครื่องต่อ องค์ธรรมได้แก่ ชิวหาประสาท เป็นรูปธรรม

๕. กายายตนะคือกายทวารเป็นเครื่องต่อ องค์ธรรมได้แก่ กายประสาท เป็น รูปธรรม

๖. มนายตนะ คือ จิตใจเป็นเครื่องต่อ โดยเฉพาะในที่นี้หมายถึงทวารองค์ธรรมได้แก่ มโนทวาร เป็นนามธรรม (นามจิต)

๗. รูปายตนะ คือ รูป (วรรณ หรือ สี) เป็นเครื่องต่อ องค์ธรรมได้แก่ รูปารมณ เป็น กลิ่น เป็นรูปธรรม

๘. สัททายตนะ คือ เสียงเป็นเครื่องต่อ องค์ธรรมได้แก่ สัททารมณ เป็น รูปธรรม

๙. คันธายตนะ คือ เครื่องต่อ องค์ธรรมได้แก่ คันธารมณ เป็น รูปธรรม

๑๐. รสชาติตนะ คือ รสเป็นเครื่องต่อ องค์ธรรมได้แก่ รสอารมณ เป็น รูปธรรม

๑๑. โภกฐัพพายตนะ คือ โภกฐัพพะเป็นเครื่องต่อองค์ธรรมได้แก่ โภกฐัพพารมณ ซึ่งมี ๓ คือ

๑) ปฐวีโภกฐัพพารมณ ได้แก่ แข็ง อ่อน เป็น รูปธรรม

๒) เตโชโภกฐัพพารมณ ได้แก่ ร้อน เย็น เป็น รูปธรรม

๓) วาโยโภกฐัพพารมณ ได้แก่ หย่อน ตึง เป็น รูปธรรม

๑๒. ธัมมายตนะ คือ ธรรมเป็นเครื่องต่อองค์ธรรมได้แก่ธรรม ๖๙ คือ

๑) สุขุมรูป ๑๖ เป็นรูปธรรม

๒) เจตสิก ๕๒ เป็นนามธรรม (นามเจตสิก)

๓) นิพพาน ๑ เป็นนามธรรม (นามนิพพาน)

^{๕๕} มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๗-๘.

^{๕๖} นายบุญมี เมธางกูร, นายวรรณสิทธิ์ ไหวยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมัตถสังคหะปริเฉทที่ ๗ สมถจยสังคหวิภาค, หน้า ๑๐๔.

อายตนะที่พระพุทธรองค์ตรัสไว้ ๑๒ อย่าง เพราะทรงกำหนดถึงทวารอันเป็นที่เกิด และ อารมณอันเป็นที่รู้แห่งวิญญาณ ๖ เมื่อจำแนกออกเป็นอายตนะภายใน และอายตนะภายนอกแล้วได้ อย่างละ ๖ พร้อมกับสังเคราะห์ลงในรูปนาม ดังนี้ ธัมมายตนะนั้นเป็นทั้งรูปทั้งนามคือ สุขุมรูป ๑๖ เป็นรูปธรรม เจตสิก ๕๒ นิพพาน ๑ เป็นนามธรรม อายตนะ ๑๒ ซึ่งเป็นธรรมชาติที่เกิด ในทวาร ทั้ง ๖ และอารมณ ๖ เป็นบ่อเกิดของธรรมเหล่าอื่น เป็นที่ไหลมาแห่งบุญ และบาป มีจิตและ เจตสิกขบอบอยู่ที่นี้ย่อมไหลนำไปสู่ทุกขในสังสารวัฏ อายตนะที่เป็นสัญชาติหรือประเทศของจิต และ เจตสิกเป็นที่อยู่อาศัยของจิตและเจตสิก เป็นที่ปะปนกันเป็นที่สโมสรของจิตและเจตสิก สรุปแล้วที่เป็น เฉพาะรูปธรรม ๑๐ นามธรรม ๑ เป็นทั้งรูปธรรมนามธรรมมี ๑ เพราะฉะนั้น อายตนะ ๑๒ คือ รูปนามนั่นเอง^{๙๗}

๓.๘ สรุปท้ายบท

การกำหนดรูปนาม การที่จะกำหนดรูปนามนั้น เราต้องรู้จักรูปกับนามเสียก่อน เช่น ขณะ ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง ชันธ ๕ เกิดแล้ว ชันธ ๕ นั้นแหละเป็นรูปกับนาม ตัวอย่าง เวลาเห็นนาฬิกา นาฬิกาเป็นรูป ตาเป็นรูป เห็นนาฬิกาตาม ๗ แล้วใจสบาย ความสบายนั้นเป็นเวทนา จำนาฬิกาได้ว่า งามความจำได้นั้นเป็นสัญญา แต่งใจให้เห็นว่างามเป็นสังขาร เห็นนาฬิกา ผู้เห็นเป็นวิญญาณ คือ จักขุวิญญาณจิต เป็นจิตดวงหนึ่งเกิดทางจักขุทวาร ตาเห็นรูปครึ่งหนึ่งครบชันธ ๕ พอดี ย่อชันธ ๕ ลงเป็น ๒ คือ รูปคงเป็นรูปไว้ตามเดิม เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณทั้ง ๔ ชันธนี้ ย่อลงเป็นหนึ่ง เรียกว่า นาม เมื่อย่อลงมาในแนวปฏิบัติจึงเหลือเพียงรูปกับนามเท่านั้น เมื่อรู้จักรูปนามแล้ว จะกำหนด รู้รูปนาม ต้องอาศัยสติ คือ ธรรมชาติหรือสภาพระลึกได้ คือ ระลึกสภาวะที่กำลังปรากฏ สัมผัสัญญะ พิจารณาเพียงแค่สังเกต วิเสสลักษณะ และสามัญญลักษณะของสภาวะที่กำลังปรากฏ วิเสสลักษณะ คือ ลักษณะโดยเฉพาะของแต่ละรูป แต่ละนามไม่เหมือนกัน รูปเดินจะมีลักษณะแข็งหรืออ่อน รูปไฟ จะมีลักษณะร้อนหรือเย็น รูปลมจะมีลักษณะตั้งหย่อน เห็นนามจะมีลักษณะรู้สี นามได้ยินจะมีเสียง นามนึกคิดจะมีลักษณะรู้เรื่องราวต่าง ๆ เป็นต้น สามัญญลักษณะ คือ ลักษณะโดยทั่วไป เหมือนทุกรูป นาม ได้แก่ อนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ต้องดับไป และอนัตตา บังคับบัญชา ไม่ได้

การกำหนดรู้ จึงแตกต่างกับรู้ที่เป็นความรู้ของวิญญาณของสัญญา ไม่ละความยึดมั่นถือมั่น ส่วนรู้ด้วยการกำหนดรู้ เป็นความรู้ด้วยปัญญา รู้เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือรูป และนาม สามารถละความยึดมั่นถือมั่นอุปาทานชันธ ๕ เพิกถอนความสำคัญผิดว่า เป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขาได้ มีความแปรปรวน เปลี่ยนแปลง เกิดดับบังคับไม่ได้อยู่ตลอดเวลา สติกำหนดรู้อารมณ์อย่างมีสติ

^{๙๗} บุญมี เมธางกูร, นายวรรณสิทธิ์ ไวยะเสวี, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (พิมพ์ที่เทพประทานการพิมพ์ หน้า ๑๐๔, วิปัสสนากัมมัฏฐานรูป-นาม ตามแนวคาถาของพระครูภาวนาวิสุทธิญาณ, (หลวงพ่อดมฺหาพันธ์ สิริวิสุทธิ: จ.เลย พิมพ์ ที่รุ่งแสงธุรกิจการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๓๐.

บทที่ ๔

อนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การกำหนด รูป นาม เป็นฐานในการปฏิบัติวิปัสสนาก็คือการกำหนดรู้ฐานทั้ง ๒ ที่เข้ามากระทบทางทวาร ๒ อันได้แก่ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจในการปฏิบัติทวารทั้ง ๒ เป็นฐานในการเจริญสติ ถ้าไม่มีฐานแล้วเราก็ไม่สามารถที่จะกำหนดอะไรได้เลยเพราะว่าไม่มีอะไรให้เป็นเครื่องหมายได้ ดังนั้น ฐาน ในการกำหนดวิปัสสนาจึงมีความสำคัญเช่นกันในการศึกษาครั้งนี้ผู้ศึกษามีความประสงค์ที่จะศึกษารูปนามทางวิญญาณ ๒ ในการ ปฏิบัติวิปัสสนาในสติปัฏฐาน ๔ ผู้วิจัยจึงได้กำหนดหัวข้อศึกษาไว้ ดังนี้

- ๔.๑ ลักษณะของอนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๔.๒ ผลจากการกำหนดรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๔.๓ สรุปท้ายบท

๔.๑ ลักษณะของอนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ป่าอิสิปตนมฤคทายวัน เขตกรุงพาราณสี ณ พระผู้มีพระภาคได้ตรัสแสดงกับพระปัญจวัคคีย์ เรื่องอนัตตลักษณะสูตร ว่า

พระบรมศาสดาได้ทรงแสดง รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ว่าเป็นอนัตตา มิใช่อัตตาตัวตน ถ้าทั้งห้านี้ พึงเป็นอัตตาตัวตน ทั้งห้านี้ก็ถึงไม่เป็นไปเพื่ออาหาร และบุคคลก็จะพึงได้ในส่วนทั้งห้านี้ว่า ขอให้เป็นอย่างนี้เถิด อยาได้เป็นอย่างนั้นเลย แต่เพราะเหตุว่าทั้งห้านี้มีใช่อัตตาตัวตน ฉะนั้น ทั้งห้านี้จึงเป็นไปเพื่ออาหาร และบุคคลก็ย่อมไม่ได้ส่วนทั้งห้านี้ว่า ขอให้เป็นอย่างนี้เถิด อยาได้เป็นอย่างนั้นเลย

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอบความรู้ความเห็นของท่านทั้งห้านี้ ตรัสถามว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้งห้านี้เที่ยงหรือไม่เที่ยง ท่านทั้งห้า ทูลตอบว่า ไม่เที่ยง ตรัสถามอีกว่า สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุข ท่านทั้งห้ากราบทูลว่าเป็นทุกข์ ก็ตรัสถามต่อไปว่า สิ่งใดไม่เที่ยง เป็นทุกข์มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา ควรหรือจะเห็นสิ่งนั้น^๑

พระพุทธเจ้าได้ตรัสสรุปว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้งห้านี้ที่เป็นส่วนอดีตก็ดี เป็นส่วนอนาคตก็ดี เป็นส่วนปัจจุบันก็ดี เป็นส่วนภายในก็ดี เป็นส่วนภายนอกก็ดี เป็นส่วนหยาบก็ดี เป็นส่วนละเอียดก็ดี เป็นส่วนเลวก็ดี เป็นส่วนประณีตก็ดี อยู่ในที่ไกลก็ดี อยู่ในที่ใกล้ก็ดี ทั้งหมดก็สักแต่ว่าเป็นรูป เป็นเวทนา เป็นสัญญา เป็นสังขาร เป็นวิญญาณ ควรเป็นด้วยปัญญาชอบตามที่เป็นอย่างนี้แล้ว หนี่ไม่ใช่ของเรา เราไม่ใช่หนี่ หนี่ไม่ใช่ตัวตนของเรา

พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงผลที่เกิดแก่ผู้ฟัง และเกิดความรู้เห็นชอบดังกล่าวนั้นต่อไปว่า อริยสาวก คือ ผู้ฟังผู้ประเสริฐซึ่งได้สดับแล้วอย่างนี้ ย่อมเกิดนิพพิทา คือ ความหน่ายในรูป หน่ายใน

^๑ ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๙/๙๔.

หลักการปฏิบัติกรรมฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก มี ๒ ประเภท คือ

สมถกรรมฐาน หมายถึง อุบายพัฒนาจิตใจให้เกิดความสงบ (จากนิวรรณ์ ๕) โดยมี วัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดสมาธิ ฌานสมาบัติ หรือ โลภียอภิญญา เป็นขบวนการพัฒนาศักยภาพของสมาธิมี ๗ หมวด ๔๐ กอง คือ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ อารูป ๔ สัจญา ๑ วัฏฐาน ๑^๖ สมถกรรมฐาน มีสมมุติบัญญัติเป็นอารมณ์ จุดมุ่งหมายสูงสุดได้เพียงโลภียสุขคือสุขที่ยังท่องเที่ยวอยู่ในวิภวสังสารและองค์ประกอบที่สำคัญมี ๓ อย่าง คือ

- ๑) นิจจลักษณะ เห็นสรรพสิ่งทั้งหลายว่าเที่ยงแท้แน่นอน
- ๒) สุขลักษณะ พอใจในฌานสมาบัติไม่ปรารถนาความหลุดพ้น
- ๓) อตตลักษณะ มีอัตตาตัวตนสามารถบังคับได้ตั้งใจปรารถนาเป็นโลภียอภิญญา

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง วิธีการฝึกฝนพัฒนาปัญญา อาศัยสมมุติบัญญัติเป็นฐานเพื่อเข้าถึงปรมาตม์เป็นอารมณ์ มี ๖ หมวด หรือเรียกว่าวิปัสสนาภูมิ มีชั้น ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ อริยสัจ ๔^๗

เมื่อกกล่าวโดยองค์รวมก็คือ สติปัฏฐานสูตร^๘ นั่นเอง ที่เป็นแนวทางการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา เพราะเป็นทั้งสมถและวิปัสสนาอยู่ในตัว เป็นมรรควิถีหรือมรรคภาวนา ที่ผู้ใฝ่ความหลุดพ้นพึงสำเหนียก มรรคปฏิบัติพาให้ถึงความดับทุกข์ เปรียบเหมือนแพที่อาศัยข้ามห้วงน้ำใหญ่ กล่าวคือโอชะ ทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม^๙ เพื่อทำให้แจ้งอรหัตผล กล่าวคือ ธรรมอันเกษมจากโยคะ^{๑๐} เพื่อละระคะ โทสะ โมหะ กระทำให้แจ้งพระนิพพาน^{๑๑} คือความบริสุทธิ์แห่งพรหมจรรย์อันเป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา

“สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง” ครั้นรู้ บรรลุแล้วจึงบอก แสดงบัญญัติ กำหนด เปิดเผย จำแนก ทำให้ง่ายว่า “สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง” ตถาคตเกิดขึ้นก็ตามไม่เกิดขึ้นก็ก็ตาม ธาตุนั้นคือความตั้งอยู่ตามธรรมดา ความเป็นไปตามธรรมดา ก็คงตั้งอยู่อย่างนั้น ตถาคตรู้ บรรลุธาตุนั้นว่า “สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์” ครั้นรู้ บรรลุแล้วจึงบอก แสดงบัญญัติ กำหนด เปิดเผย จำแนก ทำให้ง่ายว่า “สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์” ตถาคตเกิดขึ้นก็ตาม ไม่เกิดก็ตาม ธาตุนั้นคือความตั้งอยู่ตามธรรมดา ความเป็นไปตามธรรมดาก็คงตั้งอยู่อย่างนั้น ตถาคตรู้ บรรลุธาตุนั้นว่า “ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา”^{๑๒} ครั้นรู้ บรรลุแล้วจึงบอก แสดง บัญญัติ กำหนด เปิดเผย จำแนก ทำให้ง่ายว่า “ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา”

สัพเพ ธมมา อนตตา ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา “ธรรม” ในที่นี้ มีความหมายกว้างกว่าสังขาร คือ หมายถึงพระนิพพานด้วย เพราะพระนิพพานนั้นไม่ใช่สังขาร แต่จัดเป็นวิสังขาร หรือ อสังขตธรรม คือธรรมที่ไม่ถูกปัจจัยปรุงแต่ง คือ ไม่มีลักษณะเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป แต่เป็น

^๖ อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒-๓๕๔/๑-๓๐๕.

^๗ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒.

^๘ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒.

^๙ ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๗๖/๔๕๑.

^{๑๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๗๔/๑๓๒.

^{๑๑} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๓๐/๓๔๘.

^{๑๒} ดุรายละเอียดใน อง.ตัก. (ไทย) ๒๐/๑๓๗/๓๘๕.

สภาวะที่เที่ยงแท้แน่นอน และเป็นสุขตลอดกาล แต่พระนิพพานก็เป็นอนัตตา คือไม่ใช่ตัวตนและหาเจ้าของไม่ได้

ฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสว่า “ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา” แต่ไม่ตรัสว่า “ธรรมทั้งปวงไม่เที่ยง” หรือตรัสว่า “ธรรมทั้งปวงเป็นทุกข์” ตรัสแต่เพียงว่า “ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา” ตรัสเฉพาะสังขารทั้งปวงเท่านั้นว่า “ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา”

๔.๒ ผลจากการกำหนดรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติกัมมัฏฐานนั้น ก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติ ให้บริสุทธิ์สะอาดหมดจนกระทั่งถึงบรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงมอบพระพุทธศาสนาให้เป็นสมบัติของพุทธบริษัท ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา การที่บริษัทใดบริษัทหนึ่งได้บรรลุธรรมระดับใดก็ตาม ด้วยการเจริญพระกัมมัฏฐานก็ย่อมจะทำให้พุทธบริษัทอื่นเกิดความมั่นใจในการเจริญพระกัมมัฏฐาน โดยเห็นว่าการเจริญพระกัมมัฏฐานเป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ให้บรรลุถึงพระนิพพานได้ ผู้ที่เคยเจริญพระกัมมัฏฐานอย่างไร้จุดหมายหรือมีความท้อแท้หมดกำลังใจ จะได้มีกำลังใจในการปฏิบัติมากขึ้น ในขณะที่เดียวกันผู้ที่ยังไม่สามารถบรรลุธรรมระดับใดระดับหนึ่ง ก็สามารถพัฒนาจิตของตนขึ้นเรื่อย ๆ จนกระทั่งสามารถบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพานได้ สังคมโลกก็จะได้รับประโยชน์คือสันติภาพ ปัญหาต่าง ๆ ที่โลกกำลังประสบอยู่ เช่น การเบียดเบียนทำลายล้างกัน การแย่งชิงผลประโยชน์จะลดน้อยลงไปตามลำดับ เพราะอาศัยการปฏิบัติกัมมัฏฐาน การปฏิบัติกัมมัฏฐานจึงไม่ขึ้นกับโลกธรรมและกามคุณดังกล่าวและมีจุดหมายพื้นฐานคือ การอบรมจิตใจให้สงบจากนิวรณ์ธรรม คือ ตัณหา มานะ ทิฏฐิ ความคิดมุ่งร้าย ความเกียจคร้าน ความเร่าร้อน ไม่สบายใจ และระแวงสงสัย เป็นต้น จิตที่สงบจากนิวรณ์ธรรมทั้งหลายจักเข้าถึงสภาวะที่เรียกว่าสมาธิ

ลักษณะเด่นที่สุดของจิตที่เป็นสมาธิคือ ความสมควรแก่งานหรือความเหมาะสมแก่การใช้งานและเป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงานการเล่าเรียนและการทำกิจทุกอย่าง เพราะจิตที่เป็นสมาธิแน่วแน่อยู่กับสิ่งที่กำลังกระทำไม่ฟุ้งซ่าน ไม่วอกแวก ไม่เลื่อนลอยยอมช่วยให้เรียนให้คิดให้ทำงานได้ผลดี การงานย่อมดำเนินไปโดยรอบคอบไม่ผิดพลาดและป้องกันอุบัติเหตุได้ดี เพราะเมื่อมีสมาธิย่อมมีสติกำกับอยู่ด้วย เรียกว่าจิตเป็น กัมมณียะ หรือกรรมนียะ แปลว่า ควรแก่งานหรือเหมาะสมแก่การใช้งาน การฝึกให้จิตใจให้มีสมาธิ มีจิตใจเข้มแข็ง มั่นคง แน่วแน่ สามารถควบคุมตนได้ดี เป็นเหตุให้จิตสงบ ผ่องใส เป็นสุข บริสุทธิ์ ปราศจากสิ่งรบกวน หรือทำให้เศร้าหมอง อยู่ในสภาพเหมาะสมแก่การใช้งานมากที่สุด โดยเฉพาะการใช้ปัญญาอย่างลึกซึ้งและตรงตามความเป็นจริง บุคคลที่ฝึกอบรมพัฒนาจิตดีแล้วย่อมได้ ๓ ลักษณะคือ

๑) ด้านคุณภาพของจิต คือให้มีคุณธรรมต่าง ๆ ที่เสริมจิตใจให้ดีงาม เป็นจิตใจที่สุจริต ประณีต เช่น มีเมตตา มีความรัก ความเป็นมิตร มีกรุณา อภัยช่วยเหลือ ปลอดเปลื้องทุกข์ของผู้อื่น มีจาคะ คือมีน้ำใจเผื่อแผ่ มีคารวะ มีความกตัญญู เป็นต้น

๒) ด้านสมรรถภาพของจิต คือให้เป็นจิตที่มีความสามารถ เช่น มีสติ มีวิริยะ คือความเพียร มีขันติ คือ อดทน มีสมาธิ คือจิตตั้งมั่นแน่วแน่ มีสัจจ คือจริงจัง มีอธิษฐาน คือเด็ดเดี่ยวแน่วแน่

ต่อจุดหมายที่ทำ เป็นจิตใจที่พร้อมและเหมาะที่จะใช้งานโดยเฉพาะงานทางปัญญา คือการคิดพิจารณาให้เห็นความจริงชัดเจนถูกต้อง

๓) ด้านสุขภาพของจิต คือให้เป็นจิตที่มีสุขภาพที่ดี มีความสุข สดชื่น ร่าเริงเบิกบาน ปลอดโปร่ง สงบ ผ่องใส พร้อมที่จะยิ้มแย้มได้ มีปีติ ปราโมทย์ ไม่เครียด ไม่กระวนกระวาย ไม่คับข้องใจ ไม่ขุ่นมัวเศร้าหมอง ไม่หดหู่โศกเศร้า เป็นต้น^{๓๓}

ในการปฏิบัติก็มีมาตรฐานตามหลักที่จะให้บรรลุถึงจุดหมายนั้น ระหว่างทางมีทางรก ทางเลี้ยว ทางหลุม ทางบ่อ ทางแยกมากมาย ถ้าผู้ปฏิบัติไม่มีความรู้ อาจจะปฏิบัติไปผิดทาง หรือประสบอันตราย ซึ่งขึ้นอยู่กับความฉลาดของผู้ปฏิบัติ แต่ถ้าผู้ปฏิบัติได้ศึกษาปริยัติได้รับคำสั่งแนะจากประสบการณ์ของผู้ที่ผ่านมาแล้ว เอามาใช้ประโยชน์จะสามารถช่วยผู้ปฏิบัติได้ แต่ถ้าผู้ปฏิบัติไม่ศึกษาปริยัติไม่รับเอาคำแนะนำจะมีผู้ประสบการณ์ ผู้ปฏิบัติก็เสี่ยงต่อการที่จะปฏิบัติก็มีมาตรฐานผิดพลาด^{๓๔} การปฏิบัติก็มีมาตรฐานในพระพุทธศาสนามีหลายวิธีด้วยกันแต่พระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทมีความเชื่อและยอมรับแนวการปฏิบัติพระก็มีมาตรฐานตามที่มีปรากฏหลักฐานอยู่ในพระไตรปิฎกและอรรถกถาว่าเป็นวิธีการที่ถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้าและสามารถทำให้พุทธศาสนิกชนได้พัฒนาตนจากรดับปุถุชนธรรมดาเป็นพระอริยบุคคล ซึ่งเป็นบุคคลในอุดมคติของพระพุทธศาสนา^{๓๕} ดังนั้นในการปฏิบัติก็มีมาตรฐานผู้ปฏิบัติมีความจำเป็นที่จะต้องทราบเกี่ยวกับความหมายและประเภทของการปฏิบัติก็มีมาตรฐานว่ามีกี่ประเภทและแต่ละประเภทนั้นมีความหมายและมีวิธีการปฏิบัติอย่างไร เพื่อจะได้ทำให้ผู้ปฏิบัติไม่ไขว่เขวและเชื่อมั่นต่อการปฏิบัติว่าได้ทำถูกต้องขั้นตอนต่าง ๆ ครบถ้วนแล้ว เพียงแต่ต่างกันไปโดยวิธีปฏิบัติเท่านั้น ไม่ว่าจะเป็นการปฏิบัติแบบใช้สมณะนำหน้าหรือการใช้วิปัสสนาหน้า หรือปฏิบัติควบคู่ไปพร้อม ๆ กัน และการปรับจิตของตนในคราวปฏิบัติผิดจนเกิดความหลงเข้าใจผิดว่าตนได้บรรลุพระนิพพาน

การสงเคราะห์วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

๑) การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นทั้งสมณะ และวิปัสสนา คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอริยابถบรรพ สัมปชัญญะบรรพ ธาตุบรรพ เป็นวิปัสสนา ส่วนอาณาปานบรรพ ปฏิกุลบรรพ อสุภบรรพ ต้องเจริญสมณะเสียก่อนแล้วจึงยกขึ้นสู่วิปัสสนาภายหลัง ส่วนเวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นวิปัสสนาล้วน

๒) การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นี้ ได้แก่ชั้น ๕ หรือรูปนามนั่นเอง คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ รูปชั้น เป็นรูปะธรรม เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ เวทนาชั้น เป็นนามธรรม จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่ วิญญาณชั้น เป็นนามธรรมธัมมานุปัสสนา สติปัฏฐาน ได้แก่ ชั้นทั้ง ๕ เป็นรูปธรรมและนามธรรม

^{๓๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ความสำคัญของพระพุทธศาสนาในฐานะศาสนาประจำชาติ, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๐), หน้า ๘๐-๘๑.

^{๓๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง, พิมพ์ครั้งที่ ๘๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด), ๒๕๕๑, หน้า ๑๗.

^{๓๕} พระราชวรมุนี, เก็บเพชรจากคัมภีร์พระไตรปิฎก, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า ๓๐๑-๓๐๒.

๓) การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ท่านวางจิตไว้ ๒ อย่าง^{๑๖} เพื่อให้เหมาะกับ อธิษฐานของผู้ปฏิบัติคือ ตัณหาจิตกับทิวฏฐิตจิต ใน ๒ นี้แยกออกไปอีกจิตละ ๒ อย่างคือตัณหาจิต แยกออกเป็นปัญญาน้อยกับปัญญากล้า และทิวฏฐิตจิตก็แยกออกเป็นปัญญาน้อยกับปัญญากล้า คือ

การพิจารณากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เหมาะแก่ผู้มีตัณหาจิตหยาบที่มีปัญญาน้อย การพิจารณาเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เหมาะแก่ผู้มีตัณหาละเอียดที่มีปัญญากล้า การพิจารณาจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เหมาะแก่ผู้มีทิวฏฐิตจิตอ่อนที่มีปัญญาน้อย การพิจารณาธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เหมาะแก่ผู้มีทิวฏฐิตจิตกล้าที่มีปัญญากล้า

การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์อรรถกถา^{๑๗} กล่าวว่าสติ ปัฏฐาน ๔ มุ่งแสดงการละหรือ ทำลายวิปลาสธรรมทั้ง ๔ เป็นหลักกว่าคือ

๑) สุขวิปลาส ทำลายได้ด้วยกายานุปัสสนา ละสุขสัญญา คือ เห็นความสำคัญว่า รูปนามเป็นของสวยงาม

๒) สุขวิปลาส ทำลายได้ด้วยเวทนานุปัสสนา และสุขสัญญา คือ เห็นความสำคัญว่า รูปนามเป็นสุข

๓) นิจจวิปลาส ทำลายได้ด้วยจิตตานุปัสสนา ละนิจจสัญญา คือเห็นความสำคัญว่า รูปนามเป็นของเที่ยง

๔) อัตตวิปลาส ทำลายได้ด้วยจิตตานุปัสสนา ละอัตตสัญญา คือเห็นความสำคัญว่า รูปนามเป็นตัวเป็นตน

การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ เพื่อทำลายอภิชณา (ความยินดี) โทมนัส (ความยินร้าย) ได้นั้น ต้องรู้จักอารมณ์ของสติปัฏฐาน ๔ (อารมณ์ที่ถูกรู้) ได้แก่ กายเวทนา จิต ธรรมหรือรูปกับนามและผู้ กำหนดรู้ ได้แก่ อาตปปี (ความเพียร) สัมปชาโน (ปัญญา) สติมา(สติ)ฉะนั้น องค์ธรรมของสติปัฏฐาน ๔ ได้แก่ อารมณ์ที่ถูกรู้ และผู้กำหนดรู้ (ฐานอุปจาระกล่าวถึงฐานนี้คือสภาวะธรรมแต่หมายถึงบุคคลผู้ปฏิบัติที่กำหนดรู้สภาวะธรรมนั้น)

๔.๒.๑ ผลจากการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานสูตรไว้ ในตอนท้ายของพระสูตรนี้ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ผู้ใดผู้หนึ่ง พึงปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ (วิปัสสนา) นี้อย่างนี้ ตลอด ๗ วัน เป็นอย่างน้อยก็หวังได้ว่า เขาพึงหวังผลในปัจจุบันอย่างใดอย่างหนึ่ง ในจำนวนผล ๒ อย่าง คือ ๑ จะได้บรรลอรหัตตผล ๒. ถ้ายังมีอุปาทานเหลืออยู่ จะบรรลุนาคามิผล^{๑๘}

ดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ทั้งหลายเพื่อก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน (อริยมรรค) เพื่อทำให้แจ้งพระนิพพาน หนทางสายนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ (วิปัสสนา)^{๑๙} อานิสงส์แห่งการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ ๑) เมื่อตายจะได้สติ ๒) ตายแล้วไม่ตกอบาย จะได้ไปเกิดในสุคติ โลกสวรรค์

^{๑๖} ม.อ.อ. (บาลี) ๑/๓๒๙/๒๒.

^{๑๗} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๙/๔๕.

^{๑๘} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๔๐๔/๔๒๒.

^{๑๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๐๐/๒๓๒.

๓) เป็นเชื้อ เป็นพื้นฐานเป็นนิสัยตามส่งให้ได้มรรคผลนิพพานในชาติหน้าเร็วขึ้น ๔) ถ้าปฏิบัติต่อเนื่องกัน ๗ ปี จะได้ผล ๒ ประการคือ ๑) จะได้เป็นพระอนาคามี ๒) ถ้าอินทรีย์แก่กล้า ก็จะได้เป็นพระอรหันต์ในปัจจุบันชาตินั้น

๗ ปีขงยกไว้ ๕๕^{๒๐} บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๖ ปี พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คือ อรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี

๖ ปีขงยกไว้บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๕ ปี พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี

๕ ปีขงยกไว้บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๔ ปี พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี

๔ ปีขงยกไว้บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๓ ปี พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี

๓ ปีขงยกไว้บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๒ ปี พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี

๒ ปีขงยกไว้บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอด ๑ ปี พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี

๑ ปีขงยกไว้บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ตลอดครึ่งเดือน พึงหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่างคืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี

หลักธรรมคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้ามีมากมาย แต่ที่จัดว่าเป็นหลักธรรมที่สำคัญเพื่อนำไปสู่มรรคผลนั้น ได้แก่ โภธิปักขิยธรรม หมายถึง ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายของการตรัสรู้ คือ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ ธรรมที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ แบ่งเป็น ๗ หมวด ดังนี้

๑. สติปัฏฐาน ๔
๒. สัมมัปปธาน ๔
๓. อิทธิบาท ๔
๔. อินทรีย์ ๕
๕. พละ ๕
๖. โพชฌงค์ ๗
๗. มรรคมืองค์ ๘

รวมเป็น ๓๗ ประการ จึงเรียกว่า โภธิปักขิยธรรม ซึ่งในแต่ละหมวดมีความสมบูรณ์ในตัวอยู่แล้ว การปฏิบัติตามธรรมหมวดใดหมวดหนึ่งก็ได้ชื่อว่าปฏิบัติธรรมหมวดอื่น ๆ ด้วย

ตามที่ได้ศึกษาวิจัย พบว่า โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ทั้งหมดนี้มีความเกี่ยวเนื่องกัน เช่น สาเหตุที่ท่านแบ่งไว้ถึง ๗ ประการอย่างนี้ เป็นเพียงการจำแนกตามเกณฑ์ที่มาเป็นกรอบในการพิจารณา เช่น สติเป็นเกณฑ์ก็เป็น สติปัฏฐาน ๔ ถ้ากำลังในการปฏิบัติเป็นเกณฑ์ก็เป็น พละ ๕ ถ้าองค์แห่งความรู้เป็นเกณฑ์เป็นโพชฌงค์ ๗ ถ้าหนทางในการปฏิบัติเป็นเกณฑ์เป็น มรรคมืองค์ ๘ ดังนี้เปรียบเทียบเสมือนมนุษย์ ถ้าเราจะแบ่งความเป็นมนุษย์ก็สามารถแบ่งได้หลายอย่าง เช่น ถ้าเพศเป็นเกณฑ์

^{๒๐} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๔๐๔/๔๒๒.

ก็มี ๒ เพศ คือ ชายกับหญิง ถ้าอวัยวะเป็นเกณฑ์มี ๓๒ ประการ มี เนื้อ หนึ่ง กระดูก หัวใจ ตับ อาหารเก่า เสลด น้ำเลือด เป็นต้น ถ้าระบบการทำงานของร่างกายเกณฑ์เป็น ๗ ประการ เช่น ระบบหายใจ ระบบกล้ามเนื้อ ระบบประสาท ระบบต่อมไร้ท่อ เป็นต้น จะเห็นว่ามนุษย์ในความหมายที่เรา รู้จัก สามารถแบ่งส่วนต่าง ๆ ให้เห็นได้ในหลายแง่มุม ในหลักธรรมเพื่อการบรรลุธรรมก็เช่นกัน สามารถแบ่งออกเป็นหลายเช่นเดียวกัน

ความสำคัญของ โภธิปักขิยธรรม ที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ มีดังนี้

โภธิปักขิยธรรม อันบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อละสังโยชน์ เพื่อถอนอนุสัย เพื่อกำหนดรู้สังสารวัฏอันยืดยาว เพื่อความสิ้นอาสวะ^{๒๑} และหวังผล ๒ อย่าง คือ อรหัตตผล ปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีความถ่อมมั่นเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี^{๒๒}

๑. สติปัฏฐาน ๔

ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือ ตามที่สิ่ง ๆ นั้น ๆ มันเป็นของมันเอง^{๒๓} เป็นหลักธรรมที่เป็นตัวปฏิบัติแท้ ๆ ด้วยการเอาสติเป็นหลัก คือ กำหนดสติมีความรู้ตัวอยู่ตลอดเวลาทุกขณะในเวลาทำ พูด หรือ คิด เมื่อทำได้อย่างนี้แล้ว สติจะเป็นตัวกันกระแสนาสิกเลสทั้งปวงมิให้เกิดขึ้น และเมื่อประกอบด้วยสติ (ความระลึกได้) สัมปชาโน (ความรู้ตัวทั่วพร้อม) อาตปปี (ความเพียรเผากิเลส) พิจารณาสิ่งต่าง ๆ โดยความไม่เป็น สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา พิจารณาเห็นความเกิดขึ้นและความเสื่อมในธรรมทั้งหลาย ทั้งภายในและภายนอก บุคคลอื่น) โดยใช้สติตั้งมั่นอยู่เพียงแต่สักว่าความรู้ สักว่าอาศัยระลึก ไมถ่อมมั่นอะไร ๆ ในโลก อย่างนี้ชื่อว่า การเจริญสติ

สติปัฏฐาน ๔ แบ่งออกเป็น ๔ หมวด คือ กาย เวทนา จิตและธรรม

๑. หมวดกายที่เรียกว่า กายานุปัสสนา สติปัฏฐาน มี ๖ บรรพ คือ

ก. กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ ให้ใช้สติพิจารณาลมหายใจเข้า หายใจออก โดยให้มีสติกำหนดรู้ลักษณะของลมหายใจ ว่ายาวสั้นอย่างไร และดูการเปลี่ยนแปลงของร่างกายและอารมณ์ที่เกิดจากลมหายใจ ให้มีความรู้เท่าทันและเข้าใจจนหมดความยึดมั่นในกายนี้ ที่มี ลมหายใจ เป็นองค์ประกอบหนึ่ง

ข. กายานุปัสสนา อิริยาปถบรรพ ให้ใช้สติพิจารณาอาการเคลื่อนไหวของร่างกาย ที่เป็นอิริยาบถใหญ่ ๆ คือ เดิน ยืน นั่ง นอน ให้เห็นว่าเป็นการเปลี่ยนแปลงไปตลอดเวลา ไม่สามารถจะดำรงอยู่ในอิริยาบถหนึ่งอิริยาบถใดได้ตลอดไป ด้วยเหตุที่มีความจำเป็นในการดำเนินชีวิต และการดับทุกข์ทุกขเวทนาที่เกิดจากการอยู่ในอิริยาบถใดนาน ๆ จะเห็นว่าเราไม่สามารถบังคับบัญชาให้เป็นดังใจปรารถนาได้

ค. กายานุปัสสนา สัมปชัญญะบรรพ ให้ใช้สติพิจารณาอิริยาบถย่อยต่างๆ คือ การก้าว การถอย การเหยียด การทรงบาตร จีวร การฉัน การอุจจาระปัสสาวะ เป็นต้น หมวดนี้ต้องการให้

^{๒๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๒๑-๔๒๓/๓๖๖-๓๖๗.

^{๒๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๕๓๕/๓๖๘.

^{๒๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๖๕.

พิจารณาให้ละเอียดลงไปถึงการเคลื่อนไหวร่างกายนี้ล้วนมีความจำเป็นมีเหตุผลของการกระทำอย่าเข้าไปยึดมั่นว่าจะต้องเป็นอย่างนั้นอย่างนี้เท่านั้น ต้องมีความเกิดและดับสลับสับเปลี่ยนไปอยู่ตลอดเวลา

ง. กายานุปัสสนา ปฏิกุศลมนสิการบรรพ ให้ใช้สติพิจารณาร่างกายนี้ว่า อากาณ ๓๒ คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ไม่มีส่วนใดที่เป็นตัวตนให้เราต้องยึดมั่น เป็นเพียงองค์ประกอบของอวัยวะทั้งหลายมารวมตัวกันเท่านั้น

จ. กายานุปัสสนา ธาตุมนสิการบรรพ ให้ใช้สติพิจารณาร่างกายนี้เป็นเพียงธาตุ ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ มาประกอบกันเข้าจึงเรียกว่าคน เมื่อแยกออกเป็นธาตุแล้วก็ไม่มีอะไรเป็นแก่นสาร เป็นเพียงการรวมตัวของธาตุทั้ง ๔ เท่านั้น

ฉ. กายานุปัสสนา นวสัทธิกาบรรพ ให้ใช้สติพิจารณาร่างกายนี้เมื่อสิ้นชีพลง ต้องมีการเปลี่ยนแปลงไปต่าง ๆ ไม่คงทนถาวรอยู่ได้ ในที่สุดก็กลายเป็นดิน เป็นน้ำ เป็นลม กลับสู่ความเป็นธาตุ ๔

สติปฏิฐาน ๔ หมวตว่าด้วยกายนี้ เป็นการให้ปฏิบัติพิจารณาความจริงของร่างกายนี้ ว่ามีธรรมชาติเป็นอย่างไร มีความแปรปรวนอย่างไร เมื่อเข้าใจความจริงอย่างนี้แล้ว จะทำให้หมดความยึดมั่นในกาย ความสำคัญผิดว่ากายนี้ คือ ตัวตนที่ต้องคอยยึดถือ ครอบครอง และหวงแหนและเมื่อเข้าใจความจริงของกายแล้วก็เกิดกายปล่อย่าง ละ สละคืนไม่พัวพันอยู่แต่กายนี้อีกต่อไป

๒. หมวตเวทนาที่เรียกว่า เวทนานุปัสสนา สติปฏิฐาน คือการใช้สติพิจารณาถึงเวทนาที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็น สุขเวทนา ทุกขเวทนา หรือไม่ทุกข์ไม่สุข และเวทนาเหล่านั้นจะเกิดเพราะอามิสเป็นวัตถุกามทำให้เกิดเวทนาขึ้นหรือว่าไม่มีอามิสเป็นวัตถุกามแต่เป็นธรรมารมณ์อันปราศจากอามิส เช่น ความปลื้มปีติใจสุขใจเพราะประสบผลสำเร็จอย่างหนึ่งอย่างใด เป็นต้น

การมีสติเข้าไปรู้เวทนาต่าง ๆ เหล่านั้นทำให้เกิดความเข้าใจในชีวิตว่า ล้วนมีทุกข์มีสุขปะปนกัน และทุกข์สุขนั้นก็เกิดเพราะมีเหตุปัจจัย มิใช่เกิดขึ้นลอย ๆ ความเข้าใจอย่างนี้ทำให้เกิดการยอมรับธรรมชาติของชีวิตว่าจะต้องเป็นอย่างนี้ เมื่อคราวมีสุขจะได้ไม่หลงระเริงกับความสุขจนเกิด

ความประมาท มัวเมา คราวมีทุกข์ก็ไม่ท้อแท้สิ้นหวัง คิดว่าสักวันความทุกข์จะต้องหมดไปเพราะเข้าใจเหตุปัจจัยของทุกข์และสุขเช่นนี้ ทำให้รู้จักสร้างเหตุปัจจัยให้เหมาะสมกับสิ่งที่ต้องการ ต้องการความสุขก็สร้างเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดความสุข ต้องการพ้นทุกข์ก็ไม่สร้างเหตุปัจจัยที่จะทำให้เกิดทุกข์ ทุกข์จึงไม่เกิดขึ้น

๓. หมวตจิตหรือที่เรียกว่า จิตตานุปัสสนา สติปฏิฐาน เป็นการกำหนดสติพิจารณาความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ในจิตใจของเราที่ประกอบไปด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง โดยให้พิจารณาจิตในขณะว่าขณะนั้น ๆ ประกอบไปด้วยองค์ประกอบอะไร คือ จิตมีราคะ จิตไม่มีราคะ จิตมีโทสะ จิตไม่มีโทสะ จิตมีโมหะจิตไม่มีโมหะ เข้าไปกำหนดรู้อย่างนี้พร้อมกับกำหนดรู้เหตุที่ทำให้จิตเป็นไปอย่างนั้น ๆ ด้วย เมื่อสติเข้าไปพิจารณารู้อย่างนี้แล้ว สติจะช่วยกันไม่ให้เกิดกิเลสต่าง ๆ หรือเป็นการรู้เท่าทันกิเลส ทำให้ไม่ตกไปในอำนาจของกิเลสต่าง ๆ ได้

๔. หมวตธรรมหรือที่เรียกว่า ธมมานุปัสสนา สติปฏิฐาน เป็นการกำหนดสติพิจารณาธรรมต่าง ๆ ได้แก่ นีวรณ ๕ ชั้นธ ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และอรหัสจ ๔ ซึ่งเป็นหมวตธรรมที่เกี่ยวข้องกับชีวิตและการบรรลุธรรม ๓ หมวตแรก คือ นีวรณ ชั้นธและอายตนะ เป็นการพิจารณา

สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นเมื่อต้องเกี่ยวข้องกับโลกและสังคม โดยมีร่างกายเป็นศูนย์กลาง ได้แก่ขั้น ๕ ที่ประกอบด้วย รูป เวทนา สัญญา สังขารและวิญญาณ มีสื่อกลางคืออายตนะภายในและภายนอกเป็นตัวเชื่อมประสาน ทำให้เกิดนิรวณธรรมต่าง ๆ ขึ้น การเข้าไปรู้เท่าทันสภาวะธรรมต่าง ๆ เท่ากับการรู้ความจริงของชีวิตและโลก จนเกิดความปล่อยวางหรือรู้วิธีในการที่จะปฏิบัติอย่างไรกับสิ่งเหล่านั้น ส่วนธรรม ๒ หมวดสุดท้าย คือ โภชณงค์ และอริสัจ เป็นการดำเนินไปของจิตที่เมื่อเข้าใจความจริงของชีวิตและโลกแล้ว ก็จะดำเนินไปสู่มรรคและผลอันเป็นส่วนให้นำไปสู่การบรรลุธรรมในที่สุด

๒. สัมมัตถ์ปธาน ๔

สัมมัตถ์ปธาน ๔ หรือในบางสูตร เรียกว่า ปธาน ๔ คือ มีความเพียร ๔ ประการมีเนื้อความในสุตตันตปิฎกอยู่ ๒ สูตร คือ ปธานสูตร^{๒๔} และสังวรสูตร^{๒๕} มีความย่อ ดังนี้

สัมมัตถ์ปธาน ๔ ประการ คือ ภิกษุ ในธรรมวินัยนี้ ย่อมยังฉันทะให้เกิด พยายาม ปราศจากความเพียร ประคองจิต ตั้งจิตมั่น เพื่อไม่ให้กุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดขึ้น ๑ (สังวรปธาน) ... เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่เกิดขึ้นแล้ว ๑ (ปธานปธาน) ... เพื่อให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ๑ (ภาวนापธาน) ... เพื่อความตั้งมั่น เพื่อความไม่หลงลืม เพื่อความไพบูลย์ เพื่อความเจริญเพื่อให้บริบูรณ์แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ๑ (อนุรักษนาปธาน)^{๒๖}

ข้อพิจารณา สัมมัตถ์ปธาน ๔ เป็นหมวดธรรมที่กล่าวถึงความเพียร ๔ ประการ ข้างต้นเปรียบเหมือนการวางหลักการในการปฏิบัติไว้เป็นหลักใหญ่ ๆ ๔ ประการ เพียงแต่ผู้ปฏิบัติเข้าใจในหลักการแล้วก็สามารถปฏิบัติให้เป็นไปตามหลักการที่วางไว้ อะไรที่นอกไปจากหลักการก็ไม่ทำ ทำไปตามหลักการอย่างเคร่งครัดก็จะบรรลุจุดประสงค์คือการบรรลุธรรมได้ ส่วนรายละเอียดมิได้วางไว้ เพราะเป็นที่เข้าใจกันดีอยู่แล้ว อะไรคือความชั่วที่ต้องละเว้น สังวรระวัง อะไรคือความดีที่ต้องหมั่นประกอบอยู่เนื่อง ๆ พร้อมระวังรักษาไว้ให้พอกพูนยิ่งขึ้น

สัมมัตถ์ปธาน ๔ ซึ่งหมายถึง ความเพียร ๔ ประการ นั้น เป็นหมวดธรรมหนึ่งที่อยู่ในมรรคมีองค์ ๘ เป็นความเพียรที่ผู้ปฏิบัติ ต้องมีความเพียรปฏิบัติอยู่อย่างสม่ำเสมอ ความเพียรเป็นตบะที่คอยผดเผากิเลสให้เหือดแห้งไป เปรียบเหมือนไฟที่สามารถทำลายได้ทุกอย่างแม้กระทั่งน้ำก็ถูกไฟเผาให้เหือดแห้งไปได้

๓. อิทธิบาท ๔

อิทธิบาท ๔ คุณเครื่องให้ถึงความสำเร็จ คุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จแห่งผลที่มุ่งหมาย

คำว่า อิทธิ ได้แก่ ความสำเร็จ ความได้ ความถึง ความถูกต้อง ความกระทำให้แจ้ง ความเข้าถึง ซึ่งธรรมเหล่านั้น^{๒๗}

บุคคลใดที่ต้องการความสำเร็จในชีวิต ต้องใช้คุณธรรมข้อนี้ในการดำเนินชีวิต ตั้งแต่เรื่องเล็กน้อยไปจนถึงเรื่องใหญ่โต แม้กระทั่งการบรรลุมรรคผล ก็ต้องใช้คุณธรรมข้อนี้เช่นเดียวกัน

^{๒๔} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓/๑๗-๑๘.

^{๒๕} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๔/๑๘.

^{๒๖} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓/๑๗-๑๘.

^{๒๗} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๕๖/๒๖๙.

อิทธิบาท ๔ ได้แก่

๑. ฉันทะ ความพอใจ คือ ความต้องการที่จะทำ ใฝ่ใจรักที่จะทำสิ่งนั้นอยู่เสมอ และปรารถนาที่จะทำได้ผลดียิ่ง ๆ ขึ้นไป

๒. วิริยะ ความเพียร คือ ขยันหมั่นประกอบสิ่งนั้นด้วยความพยายาม เข้มแข็ง อดทน เอาธุระไม่ทอดทิ้ง

๓. จิตตะ ความคิด คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำและทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝึกใฝ่ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่าน เลื่อนลอยไป

๔. วิมังสา ความไตร่ตรอง หรือ ทดลอง คือ หมั่นใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญ ตรวจสอบตรวหาเหตุผลและตรวจสอบข้อที่ยังหย่อนในสิ่งที่ทำนั้น มีการวางแผน วัตถุประสงค์ คัดค้นวิธีแก้ไขปรับปรุง เป็นต้น^{๒๘}

สำหรับอิทธิบาท ๔ ที่มีกล่าวไว้ในพระไตรปิฎกเป็นข้อความที่มุ่งสู่สมรรถผลนิพพานเป็นสำคัญ ดังนี้อิทธิบาท ๔ คือ

๑. ภิกษุในศาสนาี้ เจริญอิทธิบาทอันประกอบด้วยฉันทสมาธิปานสังขาร

๒. เจริญอิทธิบาทอันประกอบด้วยวิริยสมาธิปานสังขาร

๓. เจริญอิทธิบาทอันประกอบด้วยจิตตสมาธิปานสังขาร

๔. เจริญอิทธิบาทอันประกอบด้วยวิมังสาสมาธิปานสังขาร

๔. อินทรีย์ ๕ ธรรมที่เป็นใหญ่ในกิจของตน

อินทรีย์ ๕ ได้แก่

๑. สัทธินทรีย์

๒. วิริยอินทรีย์

๓. สตินทรีย์

๔. สมาธิินทรีย์

๕. ปัญญินทรีย์

เนื้อความเกี่ยวกับอินทรีย์ ๕ ที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก เป็นเนื้อความย่อ ๆ เป็นเพียงหัวข้อธรรมเท่านั้น เช่น ในสังคีตสูตร^{๒๙} ที่มีรายละเอียดมหาหน้อยก็ปรากฏในอภิธรรมปิฎก^{๓๐} ซึ่งให้ความหมายของ อินทรีย์ ๕ ดังนี้

สัทธินทรีย์ ศรัทธา กิริยาที่เชื่อ ความปลงใจเชื่อ ความเลื่อมใสยิ่ง อินทรีย์คือศรัทธา สัทธา พละ อันใด นี้เรียกว่า สัทธินทรีย์

วิริยอินทรีย์ การปรารถนาความเพียรทางใจ ความขะมักเขม้น ความบากบั่น ความตั้งหน้า ความพยายาม ความอดุสาหะ ความทนทาน ความเข้มแข็ง ความหมั่น ความก้าวไปอย่างไม่ทอดทิ้ง ความไม่ทอดทิ้งฉันทะ ความไม่ทอดทิ้งธุระ ความประคับประคองธุระ วิริยะ อินทรีย์คือ วิริยะ วิริย พละ สัมมาวายามะ อันใด นี้เรียกว่า วิริยอินทรีย์

^{๒๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๘๖-๑๘๗.

^{๒๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๐/๒๑๒.

^{๓๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒๒๐/๑๔๗-๑๔๘.

สตินทรีย์ สติ ความระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อน
ลอย ความไม่ลืม สติ อินทรีย์คือสติ สติพละ สัมมาสติ อันใด นี้เรียกว่า สตินทรีย์

สมาธิทรีย์ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไป
แห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะจิตที่ไม่ส่ายไป ความสงบ อินทรีย์ คือ สมาธิ สมาธิพละ
สัมมาสมาธิ อันใด นี้เรียกว่า สมาธิทรีย์

ปัญญินทรีย์ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ฯลฯ ความไม่หลงความวิจย
ธรรม สัมมาทัญญู อันใด นี้เรียกว่า ปัญญินทรีย์

พระเทพสิทธิมนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙) อธิบายเกี่ยวกับอินทรีย์ ๕ ไว้ดังนี้ อินทรีย์
สามารถแปล และมีความหมายได้ถึง ๖ ประการ คือ

๑. อินทรีย์ แปลว่า เป็นใหญ่ ความหมายว่า เป็นใหญ่กิจของตน เช่น สัทอินทรีย์ เป็น
ใหญ่ในทางเชื่อถือ เป็นต้น

๒. อินทรีย์ แปลว่า ทำเบื้องต้นให้บริสุทธิ์ หมายความว่า เป็นใหญ่ทางทำศีลให้บริสุทธิ์
เพราะศีลเป็นความงามในเบื้องต้นของพระศาสนาด้วย เป็นที่พึ่งในเบื้องต้นด้วย

๓. อินทรีย์ แปลว่า มีประมาณยิ่ง หมายความว่า มีประมาณมากในการทำให้เกิดฉันทะ
คือ ความเต็มใจในการละความเร่าร้อน อันเกิดด้วยความมีศรัทธา เกิดด้วยความประมาท เกิดด้วย
ความฟุ้งซ่าน เกิดด้วยอวิชชา และในการละกิเลสอันเป็นฝ่ายเดียวกับทัญญู ในการละกิเลสอย่างหยาบ
อย่างกลาง อย่างละเอียด มีประมาณยิ่งในการทำให้เกิดความปราโมทย์ ปีติ ปัสสัทธิ สุข แสงสว่าง
ความสลัดใจ ความตั้งใจมั่น ความประคองใจไว้ดี ความแพ่งดูใจที่ตั้งอยู่ดี ความหลุดพ้นจากกิเลส

๔. อินทรีย์ แปลว่า ตั้งมั่น หมายความว่า ตั้งมั่นในการละซึ่งความเร่าร้อน อันเกิดด้วย
ความไม่มีศรัทธา เกิดด้วยความเกียจคร้าน เกิดด้วยความประมาท เกิดด้วยความฟุ้งซ่าน เกิดด้วย
อวิชชา

๕. อินทรีย์ แปลว่า ครอบงำ หมายความว่า ครอบงำความไม่เชื่อถือ ครอบงำความเกียจ
คร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน อวิชชา ครอบงำกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ ตลอดถึงครอบงำ
กิเลสทั้งปวง

๖. อินทรีย์ แปลว่า ให้ตั้งอยู่ หมายความว่า ให้ตั้งอยู่ในความเชื่อ ในความประคองกำลังใจ ในความ
ปรากฏขึ้นในใจ ในความไม่ฟุ้งซ่าน ในความเห็นถูก ในเนกขัมมะ ในอภัยบาท ในอาโลกสัญญา^{๓๑}

๕. พละ ๕

พละ ๕ ธรรมอันเป็นกำลัง ทำให้เกิดความมั่นคง สิ่งอื่นไม่อาจเข้าครอบงำได้

๑. สัทธาพละ กำลังคือความเชื่อ

๒. วิริยพละ กำลังคือความเพียร

๓. สติพละ กำลังคือสติ

๔. สมาธิพละ กำลังคือสมาธิ

๕. ปัญญาพละ กำลังคือปัญญา^{๓๒}

^{๓๑} พระเทพสิทธิมนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), โพลีเทคขัยธรรม ๓๗ ประการ, (กรุงเทพมหานคร:
บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๗๐.

^{๓๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๙๘.

๖. โพชฌงค์ ๗

โพชฌงค์ ๗ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้

๑. สติ ความระลึกได้ มีปัญญาระลึกถึงการกระทำหรือคำพูดที่พูดมานานแล้ว สติกำหนดพิจารณาธรรมในภายในและในภายนอก เพื่อเป็นไปเพื่อการตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๒. ธัมมวิริยะ ความเพียรธรรม วิจัยเลือกสรร ใคร่ครวญพิจารณาธรรมด้วยปัญญา เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๓. วิริยะ ความเพียรทั้งทางกายและทางวาจา ความไม่ย่อหย่อน เลือกสรร ใคร่ครวญพิจารณาธรรมด้วยปัญญา เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๔. ปิติ ความอิมใจ อันปราศจากอามิส ไม่มีวิตกวิจารณ์หรือมิตกวิจารณ์ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๕. ปัสสัทธิ ความสงบกาย สงบใจ ความสงบระงับ อันเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๖. สมานิ ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วในอารมณ์ อันเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๗. อุเบกขา ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามความเป็นจริง วางเฉยในสังขารทั้งปวงอันเป็นไปเพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน^{๓๓}

๗. มรรคมือองค์ ๘

มรรคมือองค์ ๘ หรือ อัญฐานิกมรรค เรียกเต็มว่า อริยอัญฐานิกมรรค แปลว่า ทางมือองค์ ๘ ประการ อันประเสริฐ มีดังนี้

๑. สัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ

๒. สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ

๓. สัมมาวาจา เจรจาชอบ

๔. สัมมากัมมันตะ กระทำชอบ

๕. สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีพชอบ

๖. สัมมาวายามะ พยายามชอบ

๗. สัมมาสติ ระลึกชอบ

๘. สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ

มรรคมือองค์ ๘ นี้ได้ชื่อว่า มัชฌิมาปฏิบัติ แปลว่า ทางสายกลาง เพราะเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่จุดหมายแห่งความหลุดพ้นเป็นอิสระ ดับทุกข์ ปลอดภัย ไม่ติดข้องในที่สุดทั้งสอง คือ กามสุขัลลิกานุโยค และอัตตกิลมถานุโยค^{๓๔}

ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในนิโรธ ความรู้ในทุกนิโรธคามินีปฏิบัติ นี้เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ

ความดำรินั่นออกจากกาม ความดำรินั่นไม่พยาบาท ความดำรินั่นไม่เบียดเบียน นี้เรียกว่า สัมมาสังกัปปะ

^{๓๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๓๙.

^{๓๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๕๑-๒๕๒.

ความงดเว้นจากการพูดเท็จ ความงดเว้นจากการพูดส่อเสียด ความงดเว้นจากการพูดคำหยาบ ความงดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ นี้ เรียกว่า สัมมาวาจา

ความงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ ความงดเว้นจากการลักทรัพย์ ความงดเว้นจากการประพฤตินิन्दในกาม นี้เรียกว่า สัมมากัมมันตะ

บุคคลผู้อรียสาวกในศาสนา นี้ ละมิจฉาอาชีวะแล้ว เลี้ยงชีวิตอยู่ด้วยสัมมาอาชีวะ นี้ เรียกว่า สัมมาอาชีวะ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรรกความเพียรประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อป้องกันอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น มิให้เกิดขึ้น ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรรกความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อละบาปอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรรกความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อสร้างกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้น ให้เกิดขึ้น ทำฉันทะให้เกิด พยายาม ปรรกความเพียร ประคองจิตไว้ ทำความเพียร เพื่อความดำรงอยู่ ความไม่สาบสูญ ความภิชัยยิ่ง ความไพบุลย์ ความเจริญ ความบริบูรณ์ แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลาย นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ

พิจารณาเห็นกายในกายเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกเสียได้

พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกเสียได้

พิจารณาเห็นจิตในจิตเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกเสียได้

พิจารณาเห็นธรรมในธรรมเนื่อง ๆ อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกเสียได้ นี้เรียกว่า สัมมาสติ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สัจจจากาม สัจจจากอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ประกอบด้วยวิตก วิจารณ์ และสุขอันเกิดแต่วิเวกอยู่ บรรลุทุติยฌาน อันยังใจให้สงบใส เพราะวิตกวิจารณ์สงบไป เป็นธรรมเอกผุดขึ้นภายใน ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดแต่สมาธิอยู่เพราะคลายปีติได้อีกด้วย จึงเป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยนามกายบรรลุทุติยฌาน ซึ่งเป็นฌานที่พระอรียะทั้งหลายกล่าวสรรเสริญผู้ได้บรรลุว่า เป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุข ดังนี้อยู่ บรรลุจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับสนิทในก่อน มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ^{๓๕}

๔.๒.๒ วิธีปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม

การจะบรรลุธรรมได้นั้น จะต้องลงมือปฏิบัติอย่างจริงจัง เพียงแต่ศึกษาตามทฤษฎีอย่างเดียวไม่สามารถทำให้ผู้นั้นบรรลุธรรมได้ ในการจะปฏิบัติเพื่อนำไปสู่การบรรลุธรรมนั้นมีความแตกต่างกัน ท่านแยกไว้ ๔ แนวทางด้วยกัน คือ

๑. สมถพุทฺพังคมวิปัสสนา วิปัสสนามีสมถะนำหน้า การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะนำหน้า

^{๓๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๒๖๖-๒๖๗.

๒. วิปัสสนาปุพพังคสมถะ สมถะมีวิปัสสนานำหน้า การเจริญสมถะโดยมีวิปัสสนา
นำหน้า

๓. ยุคันทสมถวิปัสสนา สมถะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน การเจริญสมถะและวิปัสสนา
ควบคู่กันไป

๔. ธัมมัทธัจจวิคคหิตมานัส วิธีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้ขวดด้วยธรรมธัจจ คือความ
ฟุ้งซ่านธรรมหรือตื่นธรรม คือ การเข้าใจผิดยึดถือเอาผลที่ประสบในระหว่างว่าเป็นมรรคผลนิพพาน^{๓๖}

วิปัสสนามีสมถะนำหน้า คัมภีร์ปฏิสัมภิทามัคค์ อธิบายความว่า (เบื้องต้น) จิตมีอารมณ์
หนึ่งเดียว ไม่สายไปมา มีสมาธิเกิดขึ้น ด้วยอำนาจเนกขัมมะ (ความคิดสลัดออก ไม่โลภไม่พัวพันใน
กาม) กัฏฐิ ด้วยอำนาจไม่พยาบาท อาโลภสังขยา (ทำใจนึกถึงแสงสว่าง ไม่ให้เงาบัง) ความคิดไม่
ฟุ้งซ่าน กำหนดข้อธรรม ซึ่งทำให้ไม่มีวิจิกจจา ญาณ (ความรู้) ปราโมทย์ (ความแช่มชื่น) กัฏฐิ ด้วย
อำนาจปฐมฌาน ทุตติยาน ตติยาน จตุตถฌาน ด้วยอำนาจอากาสาณัญจายตนสมาบัติ วิญญาณัญ
จายตนสมาบัติ อากิญจัญจายตนสมาบัติ เนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติที่ดี ด้วยอำนาจกสิณ ๑๐ กั
ฐิ อนุสติ ๑๐ กัฐิ อสุภะ ๑๐ กัฐิ หรือวิธีปฏิบัติต่าง ๆ เกี่ยวกับอานาปานสติ ๓๒ รายการก็ดี ไม่ว่าจะ
อย่างหนึ่งอย่างใดก็ตาม เกิดปัญญามองเห็นแจ้งซึ่งธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้วในสมาธินั้น ๆ ว่าเป็นของ
ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา อย่างนี้เรียกว่า สมถะมาก่อน วิปัสสนามาทีหลัง^{๓๗}

สมถะมีวิปัสสนานำหน้า คัมภีร์ปฏิสัมภิทามัคค์ อธิบายความหมายว่า (เบื้องต้น)
วิปัสสนาใช้ปัญญาพิจารณาเห็นสิ่งต่าง ๆ ตามภาวะที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา (ครั้งแล้ว) จิตเกิด
ความปล่อยวางธรรมทั้งหลายอันปรากฏในวิปัสสนานั้น และยึดเอาภาวะปล่อยวางนั้นเป็นอารมณ์ จิต
จึงมีภาวะอารมณ์หนึ่งเดียว ปราศจากความซัดส่าย มีสมาธิ อย่างนี้ เรียกว่า วิปัสสนามาก่อน สมถะ
มาทีหลัง^{๓๘}

สมถะและวิปัสสนาคู่กัน คัมภีร์ปฏิสัมภิทามัคค์ อธิบายความหมายว่า ผู้ปฏิบัติเจริญสมถะ
และวิปัสสนาควบคู่กันไปโดยอาการ ๑๖ เช่น โดยอรรถเป็นอารมณ์ ยกตัวอย่าง เมื่อละอุทธัจจะ
(ความฟุ้งซ่าน) ก็เกิดสมาธิ กล่าวคือภาวะที่จิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว ไม่พลาญสาย ซึ่งมีนิโรธเป็นอารมณ์
(พร้อมกันนั้น) เมื่อละอวิชชา ก็เกิดวิปัสสนา คือ ตามดูรู้เห็นแจ้ง ซึ่งมีนิโรธเป็นอารมณ์ อย่างนี้เรียกว่า
ทั้งสมถะและวิปัสสนามีกิจเดียวกัน ควบคู่กัน ไม่เกินกัน โดยอรรถแห่งอารมณ์^{๓๙}

วิธีปฏิบัติเมื่อจิตเขวเพราะธรรมธัจจ คัมภีร์ปฏิสัมภิทามัคค์ อธิบายความหมายว่า เมื่อผู้
ปฏิบัติกำลังมโนการขั้น ๕ อย่างหนึ่งอย่างใดอยู่โดยไตรลักษณ์ เกิดมีโอภาส (แสงสว่าง) ญาณ ปีติ
ปีติสัทธา (ความสงบเย็น) สุข อธิโมกษ์ (ความปลงใจเชื่อหรือสัทธาแก่กล้า) ปคคาหะ (ความเพียรที่
พอดี) อุปฏิฐาน (สติซัดหรือสติกำกับอยู่) อุเบกขา (จิตเรียบเสมอเป็นกลาง) หรือนิกันติ (ความตั้งใจ)
ขึ้นอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ปฏิบัตินึกถึงโอภาสเป็นต้นนั้นว่าเป็นธรรม (คือเข้าใจว่าเป็นมรรค ผล หรือ
นิพพาน) เพราะเป็นการนึกไปเช่นนั้น ก็จะเกิดความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ผู้ปฏิบัติมีใจถูกชักให้เขวไป

^{๓๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘) หน้า ๓๒๖.

^{๓๗} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒-๓/๓๐๗-๓๐๘.

^{๓๘} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๓๑๐.

^{๓๙} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๓๑๑.

ด้วยอุทัจจะแล้ว ก็จะไม่รู้ตามความเป็นจริงซึ่งสภาพที่ปรากฏอยู่ โดยภาวะเป็นของ ไม่เที่ยง โดยภาวะเป็นทุกข์ โดยภาวะเป็นอนัตตา ดังนั้นจึงเรียกว่า มีจิตชักไปให้เขวด้วยธรรมุัจจะ แต่ครั้งมีเวลาเหมาะที่จิตตั้งมั่นสงบสนิทลงภายใน เคนซัดเป็นสมาธิ มรรคก็เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัตินั้นได้ วิธีปฏิบัติที่จะให้จิตสงบเป็นสมาธิได้ ก็คือกำหนดด้วยปัญญา รู้เท่าทันฐานะทั้ง ๑๐ มีโอกาสเป็นต้น ซึ่งเป็นเหตุให้จิตกวัดแกว่งหวั่นไหวเหล่านี้ เมื่อรู้เท่าทันก็จะเป็นผู้ฉลาดในธรรมุัจจะ จะไม่ลุ่มหลงคล้อยไป จิตก็ไม่หวั่นไหว จะบริสุทธิ์ ไม่หมองมัว จิตภาวนาก็จะไม่คลาด ไม่เสื่อมเสีย^{๔๐}

วิปัสสนูปกิเลส^{๔๑} คือ อุปกิเลสแห่งวิปัสสนา มี ๑๐ อย่าง ดังนี้

๑. โอภาส แสงสว่าง ซึ่งรู้สึกว่างามเจิดจ้า แผ่ซ่านไป สว่างไสวอย่างไม่เคยเห็นมาก่อน
 ๒. ญาณ ความหยั่งรู้ที่เฉียบแหลม รู้สึกเหมือนว่าพิจารณาอะไรเป็นไม่ติดขัด
 ๓. ปิติ ความเอิบอิ่มใจ รู้สึกเต็มเปี่ยมไปทั้งตัว
 ๔. ปัสสัทธิ ความสงบเย็น เกิดความรู้สึกว่าทั้งกายและใจสงบนิ่ง เบา นุ่มนวล คล่องแคล่ว แจ่มใสเหลือเกิน ไม่มีความกระวนกระวาย ความกระด้าง หนัก ความไม่สบาย หรือความรำคาญขัดข้องอย่างใดเลย

๕. สุข มีความสุขที่ประณีตละเอียดอ่อนลึกซึ้งอย่างยิ่งแผ่ซ่านไปทั่วตัว

๖. อธิโมกข์ เกิดศรัทธาอย่างแรงกล้า ประกอบเข้ากับวิปัสสนา ทำให้จิตใจมีความผ่องใสเหลือเกิน

๗. ปศุคาหะ ความเพียรที่ประกอบด้วยวิปัสสนา ซึ่งพอเหมาะพอดี เดินเรียบไป หย่อนไม่ตึง

๘. อุပ္ภูฐาน สติที่กำกับชัด มั่นคงไม่สั่นไหว รู้สึกว่าระลึกได้คล่องแคล่วชัดเจน เหมือนดังเล่น ไหลไปถึงหมด

๙. อุเบกขา ภาวะจิตที่ราบเรียบ เทียง เป็นกลางในสังขารทั้งปวง

๑๐. นิกันติ ความพอใจ ตัดใจที่สร้างความสำเร็จในวิปัสสนา มีอาการสงบ สุขุม ซึ่งความจริงเป็นต้นเหตุที่ละเอียด แต่ผู้ปฏิบัติไม่สามารถกำหนดจับได้ว่าเป็นกิเลส วิปัสสนูปกิเลส ทั้ง ๑๐ นั้นจะเกิดแก่ผู้ได้วิปัสสนาญาณอ่อน ๆ (ตรุณวิปัสสนา) ภาวะ ทั้ง ๑๐ เป็นสิ่งน่าชื่นชมอย่างยิ่ง และเป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติไม่เคยพบมาก่อน จึงชวนให้เข้าใจผิดว่าตนได้บรรลุผลแล้ว ทำให้มัวชื่นชมอยู่ละทิ้งกรรมฐานเดิมเสีย วิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง คือ ต้องรู้เท่าทันเมื่อมันเกิดขึ้น ก็ให้กำหนดพิจารณาด้วยปัญญาว่า โอภาสนี้ ญาณนี้ ฯลฯ หรือนิกันตินี้ เกิดขึ้นแล้วแก่เรา แต่มันเป็นของไม่เที่ยง เกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง เป็นปฏิจางสมุปปันธรรม จะต้องเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา ดังนี้เป็นต้น จนมองเห็นว่า สิ่งนี้ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา แล้วไม่ตื่นเต้นหวั่นไหวไปกับวิปัสสนูปกิเลสเหล่านั้น เป็นอันวางอุปกิเลสเสียได้ ดำเนินก้าวหน้าไปในมรรคที่ถูกต้องต่อไป จนบรรลุมรรคผลในที่สุด

วิธีปฏิบัติ ๒ อย่าง จะเห็นว่าการที่จะบรรลุธรรมได้นั้นเมื่อรวมแล้วก็มี ๒ วิธี คือ สมถะ และวิปัสสนา หรือบางทีเรียกว่า สมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน ส่วนวิธีที่ ๓ และวิธีที่ ๔ เป็น

^{๔๐} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๓๑๖.

^{๔๑} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๓๓๐.

เพียงวิธีปฏิบัติที่แรกเข้ามาในระหว่างเท่านั้น จึงจะขอกล่าวเฉพาะรายละเอียดของ ๒ วิธีข้างต้นเท่านั้น

สมณะ แปลว่า ธรรมเป็นเครื่องสงบระงับจิต ธรรมยังจิตให้สงบจากนิเวศูปกิเลส การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ^{๔๒} หรือ เรียกว่า “อุบายสงบใจ” ธรรมเนียม แปลว่า ฐานเป็นที่ตั้งแห่งการทำงาน สมถกรรมฐาน หมายถึง ความสงบเป็นที่ตั้งแห่งการงานทางจิต ในการลงมือเจริญสมถกรรมฐานนั้น จะต้องมีการเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับการปฏิบัติทั้ง ส่วนของความรู้ทางปริยัติเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติต่อไป และการเตรียมตัวอื่นอีก ดังนี้

ขั้นการเตรียมตัว

เมื่อได้ศึกษาหลักธรรมมาเป็นอย่างดีแล้ว เมื่อนำไปสู่การปฏิบัติอย่างแท้จริงการเตรียมตัวขั้นต่อไปจะต้องตัดความกังวล (ป्लीโพธ) ในเรื่องต่าง ๆ ให้หมดเสียก่อน เพราะความวิตกกังวลในเรื่องต่าง ๆ ที่เรามีอยู่นั้นจะเป็นเหตุขัดขวางต่อการปฏิบัติธรรมเป็นอย่างดี

๑ ป्लीโพธ

ป्लीโพธ แปลว่า เครื่องผูกพัน หรือห่วงเหนี่ยว ซึ่งเป็นเหตุให้ห่วงกังวล^{๔๓} ฉะนั้นจึงต้องตัดป्लीโพธซึ่งเป็นความห่วงกังวลในเรื่องต่าง ๆ ให้หมดสิ้น ก่อนลงมือปฏิบัติ เพื่อไม่ให้ป्लीโพธทำให้เกิดความล่าช้าหรืออาจทำให้การปฏิบัติไม่ก้าวหน้า เสียเวลาโดยเปล่าประโยชน์ ป्लीโพธที่ท่านกล่าวไว้มี ๑๐ ประการ ดังนี้

๑. อาวาสป्लीโพธ ความกังวลเรื่องที่อยู่
๒. กุลป्लीโพธ ความกังวลเรื่องตระกูล
๓. ลาภป्लीโพธ ความกังวลเรื่องลาภสักการะ
๔. คนป्लीโพธ ความกังวลเรื่องหมู่คณะ
๕. กัมมป्लीโพธ ความกังวลเรื่องการทำงาน
๖. อัถธานป्लीโพธ ความกังวลเรื่องการเดินทาง
๗. ญาติป्लीโพธ ความกังวลเรื่องญาติ
๘. อาพาธป्लीโพธ ความกังวลเรื่องความเจ็บป่วย
๙. คันถป्लीโพธ ความกังวลเรื่องการศึกษาเล่าเรียน
๑๐. อิทธิป्लीโพธ ความกังวลเรื่องการแสดงฤทธิ์^{๔๔}

๑. อาวาสป्लीโพธ ความกังวลเรื่องที่อยู่อาศัยนั้น หมายถึง ความห่วงกังวลสิ่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะป्लीโพธซึ่งเป็นสิ่งของที่ตัวสะสมไว้ การงานที่ค้างค้ำอยู่ หรือความสะดวกลสบายที่ตนได้รับจากการอยู่ในอาวาสนั้น เหล่านี้เรียกว่า อาวาสป्लीโพธ แต่ถ้าใครสามารถตัดความยินดีในเรื่องนั้น ๆ เสียแล้วไม่ว่าจะมีการงาน สิ่งของหรือความสะดวกลสบายอย่างไร ก็ไม่จัดว่าเป็นอาวาสป्लीโพธ

๒. กุลป्लीโพธ ความกังวลเรื่องตระกูล หมายถึง ความห่วงกังวลตระกูลญาติหรือตระกูลอุปฐากที่ตนเองชอบคลุกคลีด้วย เพราะความห่วงใยในความทุกข์สุขของตระกูลเหล่านั้น ทำให้ไม่

^{๔๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*, หน้า ๒๙๙.

^{๔๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ*, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, หน้า ๘๕๐.

^{๔๔} สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), *วิสุทธิมรรค*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทอัมรินทร์ พริ้นติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๓๓), หน้า ๑๔๑.

สามารถไปไหนได้ แม้แต่การจากไปเพื่อหาที่อันสงบวิเวกปฏิบัติธรรมก็ไม่อาจทำได้ นี้เรียกว่า กุลปติโพธ

๓. ลากปติโพธ ความกังวลเรื่องลาภสักการะ หมายถึง ความห่วงกังวลถึงปัจจัย ๔ ที่ตนเคยได้รับเมื่ออยู่ในอวาสนนั้น เช่น มีกิจนิมนต์มาก มีญาติโยมมาถวายภัตตาหาร ถวายสังฆทาน และปัจจัย ๔ อื่น ๆ เป็นประจำและจำนวนมาก จนเกิดความเสียดายไม่อยากจากไปไหนเพราะกลัวจะสูญเสียลาภเหล่านั้น นี้เรียกว่า ลากปติโพธ

๔. คนปติโพธ ความกังวลเรื่องหมู่คณะ หมายถึง ความห่วงหมู่คณะเพื่อนฝูงที่รู้จักมักคุ้นกัน หรือความห่วงกังวลในการสอนหนังสือ การแสดงธรรม การอบรมสั่งสอนหมู่คณะต่าง ๆ ที่ตนต้องรับ ผิดชอบอยู่ จนไม่อาจตัดใจละทิ้งหมู่คณะเหล่านั้นไปได้ นี้เรียกว่า คนปติโพธ

๕. กัมมปติโพธ ความกังวลเรื่องการทำงาน หมายถึง ความห่วงกังวลในเรื่องงานที่ตนทำอยู่ เช่น การซ่อม การก่อสร้าง การดูแล การบูรณะ การปรับปรุงอารามที่ตนอยู่ หรือที่ตนต้องรับผิดชอบ ความรับผิดชอบต้องคอยกำกับดูแลหรือลงมือทำงานต่าง ๆ เหล่านั้น ทำให้ไม่มีเวลาในการปฏิบัติธรรม นี้เรียกว่า กัมมปติโพธ

๖. อัถธานปติโพธ ความกังวลเรื่องการเดินทาง หมายถึง มีความจำเป็นจะต้องเดินทางไปทำกิจอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น เดินทางไปแสดงธรรม เดินทางไปเป็นอุปัชฌาย์ เดินทางไปเข้าปริวาสตามที่ตั้งต่าง ๆ จนไม่มีเวลาปฏิบัติธรรม นี้เรียกว่า อัถธานปติโพธ

๗. ญาติปติโพธ ความกังวลเรื่องญาติในวัด ได้แก่ พระอุปัชฌาย์ สิทธิวิหาริก อันเตวาลิก ภิกษุผู้ร่วมอุปัชฌาย์ ร่วมอาจารย์กัน ญาติในบ้าน เช่น โยมพ่อ โยมแม่ พี่น้อง ญาติเหล่านั้นที่เจ็บป่วยเป็นเหตุแห่งความห่วงกังวลของภิกษุ นี้เรียกว่า ญาติปติโพธ

๘. อาพาธปติโพธ ความกังวลเรื่องการเจ็บป่วย หมายถึง ความเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นในตน ทำให้เกิดความกังวลในการศึกษา หรือทุกข์เวทนาจากความเจ็บป่วย ทำให้เกิดอุปสรรคในการปฏิบัติธรรม นี้เรียกว่า อาพาธปติโพธ วิธีแก้ไขคือต้องรักษาอาการเจ็บป่วยเสียก่อนจนมีสุขภาพดีแล้ว หรือถ้าไม่สามารถรักษาให้หายได้ ก็ควรทำใจโดยคิดว่าเป็นธรรมดาของชีวิต เอาความเจ็บป่วยนั้นเป็นอุปกรรมในการพิจารณา ก็สามารถบรรลุธรรมได้เช่นกัน

๙. คันถปติโพธ ความกังวลเกี่ยวกับการศึกษาเล่าเรียน หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ต้องเอาเวลาทั้งหมดมาดูหนังสือ ทำรายงาน ค้นคว้าตำราต่าง ๆ จนไม่มีเวลาปฏิบัติธรรม ต้องกังวลอยู่กับการศึกษาเล่าเรียน นี้เรียกว่า คันถปติโพธ แต่สำหรับบางคนการศึกษาเล่าเรียนมิได้เป็นอุปสรรคแก่การปฏิบัติ กับเกื้อกูลแก่การปฏิบัติอีกด้วย โดยเฉพาะการศึกษาปริยัติธรรม ทำให้ผู้ศึกษามีความรู้ความเข้าใจในหลักธรรมยิ่งขึ้น จนเกิดปัญญาญาณ เห็นแจ้งในสัจธรรมบรรลุมรรคผลได้เช่นกัน ดังเรื่องพระจูฬยเถระ^{๔๔} เป็นต้น

๑๐. อิทธิปติโพธ ความกังวลเรื่องการแสดงฤทธิ์ หมายถึง พระภิกษุที่ได้มานอภิญญาจนสามารถแสดงฤทธิ์ต่าง ๆ เช่น ดำดิน เหาะไปในอากาศ หูทิพย์ ตาทิพย์ เป็นต้น ต้องกังวลในการระวังรักษาฤทธิ์ นั้นไม่ให้เสื่อม จึงต้องหมั่นฝึกฝนอยู่เสมอ จนไม่มีเวลาเจริญวิปัสสนา ความกังวลในการรักษาฤทธิ์ที่มีในตนมิให้เสื่อม นี้เรียกว่า อิทธิปติโพธ

^{๔๔} สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), วิสุทธิมรรค, หน้า ๑๕๐.

เมื่อตัดความกังวลห่วงใยในเรื่องต่าง ๆ ได้หมดสิ้นแล้ว เป็นอันว่าพร้อมแล้วในการเดินทางไปแสวงหาครูอาจารย์ที่จะเป็นผู้สอนกรรมฐาน

ในพระไตรปิฎกเรียกผู้ที่ให้ความรู้ช่วยอบรมสั่งสอนว่า “กัลยาณมิตร” พระผู้มีพระภาคเจ้าแสดงแก่พระอานนท์ว่า “ความมีกัลยาณมิตรเป็นทั้งหมดของพรหมจรรย์ทีเดียว”^{๔๖} ท่านเปรียบกัลยาณมิตรเหมือนความขี้ผึ้งที่ช่วยให้เด็กร้องไห้หยุดลง เหมือนถนนที่ดี เหมือนนายแพทย์ สามารถรักษาโรคขจัดความเจ็บป่วยออกไป เหมือนสายฝนที่ตกจากสวรรค์ทำให้ทุกสิ่งทุกอย่างชุ่มชื้นได้ เหมือนมารดาทะนุถนอมบุตรคอยแนะนำตักเตือน และปกป้องบุตรของตนจากภัยอันตราย ผู้ไม่มีกัลยาณมิตร เปรียบเหมือนบุคคลเดินทางไกลตามลำพัง ไม่มีผู้นำทาง ย่อมได้รับอันตรายและหลงทางได้^{๔๗}

คุณสมบัติของกัลยาณมิตร หรือครูอาจารย์ที่ดีที่ควรเข้าไปอยู่ด้วย และมีคำสั่งสอนแนะนำ นั้นควรมีคุณสมบัติ ดังนี้

๑. ปิโย น่ารัก ในฐานะเป็นที่สบายใจและสนิทสนม ขวนให้อยากเข้าไปปรึกษาไต่ถาม
๒. ครุ นำเคารพ ในฐานะประพฤติสมควรแก่ฐานะ ให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ เป็นที่พึ่งได้และปลอดภัย
๓. ภวานิโย นำเจริญใจ หรือน่ายกย่อง ในฐานะทรงคุณคือความรู้และภูมิปัญญาแท้จริง ทั้งเป็นผู้ฝึกอบรมและปรับปรุงตนเองอยู่เสมอ ควรเอาอย่าง ทำให้ระลึกและเอ๋ยอ้างด้วยความซาบซึ้งภูมิใจ
๔. วตตา รู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ รู้ว่าเมื่อไรควรพูดอะไรอย่างไร คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน เป็นที่ปรึกษาที่ดี
๕. วจนกฺขโม อดทนต่อถ้อยคำ คือ พร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษาซักถาม เสนอแนะวิพากษ์วิจารณ์ อดทน ฟังได้ไม่เบื่อ ไม่ฉุนเฉียว
๖. คมภีรณฺจ กถึ กตฺตา แกล้งเรื่องล้าลึกได้ สามารถอธิบายเรื่องยุ่งยากให้เข้าใจได้ และให้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้นไป
๗. โน จฺภูฏาเน นิโยชเย ไม่ชักนำในอสุภาน คือไม่แนะนำในเรื่องเหลวไหล หรือชักจูงไปในทางเสื่อมเสีย^{๔๘}

๒. จริต

จริต หมายถึงบุคคลที่มีพื้นเพของจิต หรือพื้นนิสัย ลักษณะความประพฤติหนักไปในทางใดทางหนึ่ง อันเป็นปกติประจำสันดาน พื้นเพของจิต อุปนิสัย พื้นนิสัย แบบหรือประเภทใหญ่ ๆ แห่งพฤติกรรมของของคน^{๔๙} จริต จัดเป็นประเภทใหญ่ได้ ๖ ประเภท คือ

๑. ราคจริต ผู้มีราคะเป็นความประพฤติปกติ มีลักษณะนิสัยหนักไปในทางราคะ มีความรักสวย รักงาม ละมุนละไม

^{๔๖} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๒๙/๑๐๔.

^{๔๗} พระอุปัชฌาย์, วิมุตติธรรม, พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธรรมจิตโต) และคณะ แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ยาม บริษัทเคล็ดไทย จำกัด, ๒๕๓๘) หน้า ๕๙.

^{๔๘} คุรยละเอียดยใน อง.สศตก. (ไทย) ๒๓/๓๕/๕๓-๕๔.

^{๔๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, หน้า ๒๒๑.

๒. โทสจจริต ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติปกติ มีลักษณะนิสัยหนักไปในทางโทสะ มีใจร้อน หงุดหงิดง่าย

๓. โมหจจริต ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติปกติ มีลักษณะนิสัยหนักไปในทางโมหะ มีความเขลา เหนงซึ่ม งมงาย ใครว่าอย่างไรก็เห็นคล้อยตามไป

๔. สัทธาจจริต ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติปกติ มีลักษณะนิสัยมากไปด้วยศรัทธา มีจิตซาบซึ้ง ซึ่นบาน น้อมใจเลื่อมใสง่าย

๕. พุทธิจจริต ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติปกติ มีลักษณะนิสัยชอบหาความรู้ ชอบใช้ความคิดพิจารณาหาความจริง และมองไปตามความจริงนั้น ๆ

๖. วิตกจจริต ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติปกติ มีลักษณะนิสัย ชอบครุ่นคิด วทวน นึกคิดจับจด ฟุ้งซ่าน ไม่กล้าตัดสินใจ^{๕๐}

บุคคลทั่วไปมักมีจริตต่าง ๆ กัน แต่ไม่ใช่ว่าคนนั้น ๆ จะมีจริตอย่างหนึ่งอย่างใดเท่านั้น บางคนอาจมีจริตปนกัน เช่น รากโทสจจริต รากโมหจจริต โทสโมหจจริต รากโทสโมหจจริต สัทธาพุทธิจจริต สัทธาวิตกจจริต พุทธิวิตกจจริต สัทธาพุทธิวิตกจจริต^{๕๑}

ตัวความประพฤติเรียกว่า จริยา บุคคลผู้ประพฤติอย่างนั้นเรียกว่า จริต ดังนั้นอาจารย์ผู้สอนกรรมฐานจะต้องรู้ว่าศิษย์ของตนนั้น ๆ มีจริตอย่างไร ควรให้กรรมฐานแบบไหนให้เหมาะสมกับจริตนิสัยของศิษย์คนนั้น ๆ

วิธีสังเกตจริต ในหนังสือวิมุตติมรรคท่านได้แสดงวิธีสังเกตจริตไว้ ๗ ประการ คือ

๑. ลักษณะการมองดูรูป
๒. ลักษณะการเดิน
๓. ลักษณะการนุ่งห่ม
๔. ลักษณะการบริโภค
๕. ลักษณะการทำงาน
๖. ลักษณะการนอน
๗. กิเลส^{๕๒}

๑. ลักษณะการมองดูรูป บุคคลรากจจริต มองดูรูปเสมือนหนึ่งเขาไม่เคยเห็นมาก่อน เขา มองไม่เห็นข้อเสียของรูปนั้น และไม่ได้พิจารณาแม้คุณความดีของรูปแม้เพียงเล็กน้อย เขาไม่เป็นอิสระ จากความต้องการใน รูปารมณนั้นได้ แม้หลังพิจารณาแล้วก็ยังไม่สามารถเป็นตัวของตัวเองได้

บุคคลโทสจจริต มองดูรูปไม่นานราวกับว่าเหนื่อยหน่าย เมื่อเขารู้สึกหงุดหงิดจะก่อการ ทะเลาะวิวาทกับผู้อื่นบ่อย ๆ แม้สิ่งใดดี ๆ เขาก็ไม่ชอบใจ วิธีชีวิตของเขากำหนดโดยโทสะเขามีท่าที่ต่อ อารมณ์ทางทวารอื่น ๆ ในทำนองเดียวกัน

บุคคลโมหจจริต มองดูรูป ด้วยอาการดังนี้ คือ ในเรื่องคุณและโทษของสิ่งใด ๆ ก็ตามเขา จะเชื่อคนอื่น ใครเห็นว่าอะไรมีค่าหรือน่าชม เขาก็ว่าตาม ใครว่าไม่ดีไม่น่าชม เขาก็ว่าตามทั้งนี้ก็ เพราะเขาไม่รู้อะไร เขามีท่าที่ต่ออารมณ์ทางทวารอื่น ๆ ในทำนองเดียวกัน

^{๕๐} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, หน้า ๘๕๘-๘๕๙.

^{๕๑} พระอุปัชฌาย์, วิมุตติมรรค, หน้า ๕๖.

^{๕๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๙.

๒. ลักษณะการเดิน บุคคลราคะจริต อากาการที่ก้าวเดินตามธรรมชาติ คือ ยกเท้าเดินเร็ว ก้าวสม่ำเสมอสั้นเท้าสม่ำเสมอ วางลงไม่ราบเต็มพื้นเท้า ยกเท้าก้าวเดินสง่างาม

บุคคลโทสจริต อากาการที่ก้าวเดินตามธรรมชาติ คือ กระตุกเท้ายกขึ้นและเวลาเหยียบลง ผลุนผลัน เท้าเฉียดกัน วางเท้าคล้ายกับจะขุดดิน

บุคคลโมหจริต อากาการที่ก้าวเดินตามธรรมชาติ คือ ยกเท้าปิดไปปิดมา และเวลาเหยียบลง ก็เช่นกัน ทำให้เท้ากระทบกัน

๓. ลักษณะการนุ่งห่ม บุคคลราคะจริต เธอไม่ชอบครองจีวรเก่าหรือขาด เวลาครองจีวรจะช้า ไม่ห้อยรุ่มร่าม ห่มจีวรเป็นปริณทล เรียบร้อย น่าดู น่าชม ควรให้ครองจีวรปอน ๆ ไม่ควรใช้จีวร สีสดใส

บุคคลโทสจริต จะครองจีวรเร็ว จีวรจะสูงเกินควร ไม่เป็นปริณทล ไม่เรียบร้อย ไม่น่าดู ไม่น่าชม ควรใช้สีจีวรที่สดใส และสะอาดหมดจด

บุคคลโมหจริต จะครองจีวรช้า แต่ไม่เป็นปริณทล ไม่เรียบร้อย ไม่น่าดู ไม่น่าชม

๔. ลักษณะการบริโภค บุคคลราคะจริต ชอบอาหารมีรสกลมกล่อม ประณีต มีรสหวาน ขณะบริโภคตะล่อมอาหารเรียบร้อยพอเหมาะเป็นคำ ๆ และค่อย ๆ บริโภคด้วยความพอใจในรส แม้จะไม่อร่อยนักก็รู้สึกพอใจมาก ต้องการอาหารพอสมควร

บุคคลโทสจริต ชอบอาหารมีรสเปรี้ยว ขณะบริโภค ไม่ตะล่อมให้เป็นคำเรียบร้อย บริโภคคำโต ถ้าอาหารมีรสไม่อร่อยจะไม่พอใจบริโภคน้อย

บุคคลโมหจริต ชอบอาหารมันไม่แน่นอน ขณะบริโภค ไม่ตะล่อมให้เป็นคำเรียบร้อย บริโภคคำเล็ก ทำอาหารเปรอะเปื้อน อาหารเข้าปากบ้าง ตกลงภาชนะบ้าง การบริโภคไม่สำรวม

๕. ลักษณะการทำงาน บุคคลราคะจริต จับไม้กวาดพอดีและกวาดอย่างมีเรื้องริบ ไม่ทำให้ ขยะกระจัดกระจาย ทำงานเรียบร้อย ทำอะไรทุกอย่างโดยสม่ำเสมอ โดยไม่คิดฟุ้งซ่านบุคคลโทสจริต คว่าไม้กวาดได้อย่างเรื้องริบและกวาดอย่างรวดเร็ว ทำให้ขยะกระจัดกระจาย ไปทั้งสองทาง และเกิด เสียงดังน่ารำคาญ ทำงานได้เรียบร้อยแต่ไม่สม่ำเสมอ และไม่ปล่อยใจให้เลื่อนลอยมีสมาธิในการ ทำงานบุคคลโมหจริต จับไม้กวาดเชื่องช้า ทำงานไม่เรียบร้อยและไม่สม่ำเสมอ มีจิตใจุ่นวาย ชอบ ทำงานหลายอย่างพร้อม ๆ กันแต่ไม่สำเร็จสักอย่าง

๖. ลักษณะการนอนหลับ บุคคลราคะจริต จัดเตรียมที่นอนเรียบร้อยไม่ริบร้อน ค่อย ๆ เอน ภายลงนอนและงอแขนงอขาเข้า เมื่อถูกปลุกให้ลุกขึ้นในเวลากลางคืนจะลุกขึ้นทันทีทันใดและตอบ แบบไม่เต็มใจควรรหาที่นอนที่นึ่งไต้ต้นไม้ริมน้ำที่ราบเรียบ หรือในที่ที่มีต้นไม้อปกคลุมสงบสงัด หรือใน วิกาทที่ยังไม่แล้วเสร็จ หรือในที่ที่มีเตียง ควรใช้อิริยาบถยืนหรือเดินทางไปมา

บุคคลโทสจริต ไม่จัดที่นอนให้เรียบร้อย ริบร้อนและนอนลง ณ สถานที่ที่ได้พบเกิดอาการ หน้านี้วคิ้วขมวดเวลานอนหลับ เมื่อถูกปลุกให้ตื่นในเวลากลางคืน จะลุกขึ้นทันทีและตอบแบบไม่ พอใจ ควรรหาที่นอนที่นึ่งไต้ต้นไม้ริมแม่น้ำที่ราบเรียบ หรือวิหารที่สร้างเสร็จแล้วหรือในที่ที่มีเตียง และผ้าปูนอนเรียบร้อย ควรใช้อิริยาบถนั่งหรือนอน

บุคคลโมหจริต ไม่เตรียมที่นอนให้เรียบร้อย เวลาหลับแขนขาอ้างอ้างออกเหลือแต่ตัวที่มี การปกคลุม เมื่อถูกเรียกให้ตื่นในเวลากลางคืน จะบ่นพึมพำและใช้เวลาานานจึงค่อยตอบควรอยู่ ใกล้ชิดครุอาจารย์จะได้ทำนเป็นที่พึ่ง ควรใช้อิริยาบถเดิน

๗. สังเกตจากกิเลส บุคคลราจริต มี ๕ ประการ คือ ริษยา มานะ มายา (เจ้าเล่ห์) สาไถย (โอ้อวด) มักมากบุคคลโทสจริต มี ๕ ประการ คือ โกรธ พยาบาท มักขะ (ลบหลู่คุณท่าน) ตระหนี่ อุปนาคะ (ผูกโกรธ,ผูกใจเจ็บ) บุคคลโมหจริต มี ๕ ประการ คือ กามฉันทะ (ยินดีในกาม) ถีนมิทระ (ง่วงเหงาซึ่มเซา) อุทธัจจกุกกุกจะ (หงุดหงิด รำคาญ เจ้าอารมณ์ วิจิกิจฉา (ความสงสัย) โมหะ (หลงใหลมงมาย)^{๕๓}

๓. สปัปายะ

ในการปฏิบัติธรรมนั้น สิ่งอำนวยความสะดวกแก่ผู้ปฏิบัติก็มีความสำคัญมาก เพราะจะเป็นเหตุเกื้อกูลให้การปฏิบัตินั้นมีความก้าวหน้าไม่ติดขัด ชัดชิ่ง และส่งเสริมให้การปฏิบัติดำเนินไปด้วยดี

สปัปายะ แปลว่า สิ่ง สถานที่ หรือบุคคล ซึ่งเป็นที่สบาย เหมาะสม เกื้อกูลแก่การบำเพ็ญ และระดับประการรักษาสมาธิ ช่วยสนับสนุนในการบำเพ็ญภาวนาให้ได้ผลดี ช่วยในสมาธิตั้งมั่น ไม่เสื่อมถอย^{๕๔} ท่านแสดงไว้ ๗ ประการ คือ

- | | |
|--------------------|---------------------------------------|
| ๑. อาวาสสปัปายะ | ที่อยู่อาศัยที่เหมาะสม |
| ๒. โคจรสปัปายะ | ที่หาอาหาร ที่เที่ยวบิณฑบาตที่เหมาะสม |
| ๓. ภัตตสปัปายะ | การพูดคุยที่เหมาะสม |
| ๔. บุคคลสปัปายะ | บุคคลที่ถูกต้องเหมาะสม |
| ๕. โภชนสปัปายะ | อาหารที่เหมาะสม |
| ๖. อุตสปัปายะ | ดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่เหมาะสม |
| ๗. อิริยาปถสปัปายะ | อิริยาบถที่เหมาะสม |

มีรายละเอียดดังนี้

๑. อาวาสสปัปายะ หมายถึง ที่อยู่ที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติจิตภาวนา จะต้องเป็นที่สงบ สดุด ไม่มีผู้คนพุกพลาณ ที่แสดงไว้ในสติปัฏฐานสูตร ได้แก่ ป่า โคนไม้ ที่ว่างจากเรือน^{๕๕} อาจจะเป็นในถ้ำ หรือในวัดป่าที่สงบไม่มีคนพุกพลาณ ไม่เป็นสถานที่ท่องเที่ยวก็ใช้ได้ หรือที่ที่เราเห็นว่าสงบแม้ว่าจะมีผู้คนมากแต่เราไม่ใส่ใจ ที่เช่นนั้นก็จัดเป็นอาวาสสปัปายะได้

๒. โคจรสปัปายะ หมายถึง ที่ที่เราอยู่อาศัยนั้นไม่ไกลเกินไปนักที่จะไปบิณฑบาตหรือสามารถบิณฑบาตได้อาหารที่สมบูรณ์ไม่อดอยาก แต่ไม่จำเป็นจะต้องมีกิจกรรมตมามากเพราะจะทำให้เสียเวลาในการปฏิบัติเจริญภาวนา มีแค่ที่บิณฑบาตที่สะดวกก็เพียงพอแล้ว

๓. ภัตตสปัปายะ หมายถึง การพูดคุยในเรื่องที่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติ และพูดแต่พอเหมาะพอควรไม่มากเกินไปจนเกิดความฟุ้งซ่าน

๔. บุคคลสปัปายะ หมายถึง บุคคลที่ถูกต้องกัน หรือบุคคลที่ทรงคุณธรรมทรงภูมิปัญญา สามารถเป็นที่ปรึกษาแก้ข้อขัดข้องต่าง ๆ ได้ มีการปฏิบัติเสมอกัน ทิฐิเสมอกัน ศีลเสมอกัน อยู่ด้วยกันอย่างมีเมตตาและเกื้อกูลกัน

^{๕๓} พระอุปติสสเถระ, *วิมุตติมรรค*, หน้า ๕๙-๖๑.

^{๕๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, หน้า ๒๔๓.

^{๕๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๒๔๘.

๕. โภชนสัปายะ หมายถึง ได้อาหารที่เหมาะสม ถูกกับร่างกาย เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ มีรสชาติถูกปาก ฉ้นได้ไม่ยาก

๖. อุตุสัปายะ หมายถึง มีดินฟ้าอากาศไม่ร้อน ไม่หนาว หรือฝนตกจนเฉอะแฉะไปไหนไม่สะดวก มีธรรมชาติแวดล้อมที่ดี ไม่มีมลพิษ ทางอากาศ ทางเสียงหรืออื่น ๆ ทำให้เป็นอุปสรรคในการปฏิบัติธรรม หรือเกิดความลำบากต่าง ๆ

๗. อิริยาปถสัปายะ หมายถึง อิริยาบถที่เหมาะสม เช่น บางคนชอบเดินจงกรม บางคนชอบนั่ง ตลอดจนมีการเคลื่อนไหวที่พอดี พอเหมาะแก่การปฏิบัติทำให้รู้สึกสบายไม่เครียด เมื่อได้เลือกหาสถานที่ สิ่งต่าง ๆ อันเหมาะสมสะดวกสบายแก่อริยาบถของตนได้แล้วเป็นอันว่าพร้อมแล้วในการลงมือเจริญสมถกรรมฐาน

๔. สมถกรรมฐาน

สมถกรรมฐาน พระอรรถกถาจารย์รวบรวมไว้มีทั้งสิ้น ๔๐ อย่าง ดังนี้

๑. กสิณ ๑๐ แปลว่า วัตถุอันจูงใจ หรือวัตถุสำหรับเพ่งเพื่อจูงจิตให้เป็นสมาธิ เป็นวิธีใช้วัตถุ ภายนอกเข้าช่วย โดยวิธีเพ่งเพื่อรวมจิตให้เป็นหนึ่ง มี ๑๐ อย่าง คือ

๑) ภูตกสิณ (กสิณ คือมหาภูตรูป) ๔ คือ ปฐวี (ดิน) อาโป (น้ำ) เตโช (ไฟ) วาโย (ลม)

๒) วรรณกสิณ (กสิณคือสี) ๔ คือ นิล (เขียว) ปิต (เหลือง) โลหิต (แดง) โอทาท (ขาว)

๓) กสิณอื่น ๆ คือ อาโลก (แสงสว่าง) ปริฉินนาทาส เรียกสั้น ๆ ว่า อากาศ (ช่องว่าง)

กสิณทั้ง ๑๐ นี้ จะใช้ของที่มีอยู่ตามธรรมชาติก็ได้ หรือตกแต่งจัดทำขึ้นให้เหมาะกับการใช้ เพ่ง โดยเฉพาะก็ได้

๒. อสุภะ ๑๐ ได้แก่ พิจารณาซากศพในระยะต่าง ๆ กันรวม ๑๐ ระยะ เริ่มแต่ศพที่ขึ้นอืดไปจนถึงศพที่เหลือแต่โครงกระดูก

๓. อนุสติ ๑๐ คือ อารมณ์ที่ตึงามที่ควรระลึกถึงเนื่อง ๆ ได้แก่

๑) พุทธานุสติ ระลึกถึงพระพุทธเจ้า และพิจารณาคุณของพระองค์

๒) ธัมมานุสติ ระลึกถึงพระธรรม และพิจารณาคุณของพระธรรม

๓) สังฆานุสติ ระลึกถึงพระสงฆ์ และพิจารณาคุณของพระสงฆ์

๔) สีลानุสติ ระลึกถึงศีล พิจารณาถึงศีลของตนที่ได้ประพฤติไม่ต่างพร้อม

๕) จาคานุสติ ระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้ว และพิจารณาเห็นคุณธรรม คือ ความ

เผื่อแผ่เสียสละที่มีในตน

๖) เทวตานุสติ ระลึกถึงเทวดา หมายถึงเทวดาที่ตนเคยได้ยืมมา และพิจารณาเห็นคุณธรรมซึ่งทำคนให้เป็นเทวดา ตามที่มีอยู่ในตน

๗) มรณสติ ระลึกถึงความตายอันจะมาถึงตนเป็นธรรมดา พิจารณาให้เกิดความไม่ประมาท

๘) กายคตาสติ สติอันเป็นไปในกาย หรือระลึกถึงองค์ประกอบที่รวมกันเป็นร่างกาย คือ กำหนดพิจารณากายนี้ ให้เห็นว่าประกอบด้วยส่วนต่าง ๆ คือ อากาโร ๓๒ อันไม่สะอาด ไม่งาม นำเกลียด เป็นทางรู้เท่าทันสภาวะของกายนี้ มิให้หลงใหลมัวเมา

๙) อานาปานสติ สติกำหนดลมหายใจเข้าออก

๑๐) อุปสมานุสติ ระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบคือนิพพาน และพิจารณาคุณของนิพพาน อันเป็นที่หายร้อนดับกิเลสและเป็นทุกข์

๔. อัปมัถญา ๔ คือ ธรรมที่พึงแผ่ออกไปในสัตว์ มนุษย์ ทั้งหลาย อย่างมีจิตใจสม่ำเสมอทั่วกันไม่มีประมาณ ไม่จำกัดขอบเขต โดยมากเรียกว่า พรหมวิหาร ๔ (ธรรมเครื่องอยู่อย่างประเสริฐ) คือ

ก) เมตตา ความรัก ความปรารถนาดี มีไมตรี อยากให้มนุษย์ สัตว์ มีความสุขทั่วหน้า

ข) กรุณา ความสงสาร อยากช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นทุกข์

ค) มุทิตา ความพลอยยินดี มีใจชื่นบาน เมื่อผู้อื่นอยู่ดีมีสุข และเจริญอกงามประสบผลสำเร็จยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ง) อุเบกขา ความมีใจเป็นกลาง วาจาจิตเรียบสงบ สม่ำเสมอ เที่ยงตรงดุจตราขึงมองเห็นมนุษย์ สัตว์ ทั้งหลาย ได้รับผลดี ตามเหตุปัจจัย ไม่เอนเอียงไปด้วยความชอบความชัง

๕. อหारेปฏิกูลสัญญา กำหนดหมาย ความที่อาหารเป็นสิ่งปฏิกูล น่าเกลียด

๖. จตฺธาตววิภูฏาน กำหนดพิจารณาธาตุ ๔ คือ พิจารณาให้เห็นร่างกายของตน โดยสักว่าเป็นธาตุ ๔ แตะละอย่าง ๆ

๗. อรูป ได้แก่ กำหนดภาวะที่เป็นอรุปรธรรมเป็นอารมณ์ ใช้ได้เฉพาะผู้ที่เพ่งกสิณ ๙ อย่าง แรกข้อใดข้อหนึ่ง จนได้จตุตถฌานมาแล้ว คือ

๑) อากาสนัญญาตนะ กำหนดช่องว่างหาที่สุดมิได้ (ซึ่งเกิดจากการเพิกกสิณออกไป) เป็นอารมณ์

๒) วิญญาณัญญาตนะ กำหนดวิญญาณหาที่สุดมิได้ (คือเล็กกำหนดที่ว่างเลยไปกำหนดวิญญาณที่แผ่ไปสู่ที่ว่างแทน) เป็นอารมณ์

๓) อากิญจัญญาตนะ (เล็กกำหนดวิญญาณเป็นอารมณ์เลยไป) กำหนดภาวะไม่มีอะไรเลยเป็นอารมณ์

๔) เนวสัญญานาสัญญาตนะ (เล็กกำหนดแม้แต่แม้แต่ภาวะไม่มีอะไรเลย) เข้าถึงภาวะมีสัญญาก็ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่กรรมฐาน ๔๐ อย่างนั้น แตกต่างกันโดยความเหมาะสมแก่ผู้ปฏิบัติ ซึ่งความเลือกให้เหมาะสมกับจริตนิสัยของแต่ละบุคคล ถ้าเลือกได้เหมาะสมก็จะทำให้การปฏิบัติได้ผลอย่างรวดเร็ว ถ้าเลือกผิดอาจทำให้การปฏิบัติล่าช้าหรือไม่ประสบผลสำเร็จได้

๕. สมာธิ

ในการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรม การเจริญสมานินบว่เป็นหัวใจของการปฏิบัติผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องทำความเข้าใจในเรื่องสมาธิให้ถ่องแท้งนเป็นสมาธิเสียก่อน จึงจะทำให้การปฏิบัติไม่ผิดพลาดเป็นมิจฉาสมาธิขึ้นมาได้

สมาธิ แปลว่า ความตั้งมั่นแห่งจิต การทำใจให้สงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน การมีจิตแน่วแน่อยู่กับสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยเฉพาะ^{๕๖}

สมาธิ ความคำจำกัดความในพระสูตรทั่วไป เจาะจงว่าได้แก่สมาธิตามแนวฉาน ๔ ดังนี้ ภิกษุทั้งหลาย สัมมาสมาธิเป็นไฉน ? ภิกษุในธรรมวินัยนี้

^{๕๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, หน้า ๓๐๒.

๑. สัตว์จากกามทั้งหลาย สัตว์จากอกุศลธรรมทั้งหลาย บรรลุปฐมฌาน ซึ่งมีวิตก มีวิจารณ์ มีปีติและสุข อันเกิดแต่วิเวกอยู่

๒. บรรลุทุติยฌาน ซึ่งมีความผ่องใสแห่งจิตในภายใน มีภาวะที่ใจเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ เพราะวิตกวิจารณ์ระงับไป มีแต่ปีติและสุขเกิดแต่สมาธิอยู่

๓. เพราะปีติจางไป เธอจึงมีอุเบกขาอยู่ มีสติและสัมปชัญญะ และเสวยสุขด้วยกาย บรรลุตติยฌานที่พระอรียะทั้งหลายกล่าวว่า “เป็นผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข”

๔. เพราะละสุขและทุกข์ และเพราะโสมนัสโทมนัสดับหายไปก่อน บรรลุจตุตถฌานอันไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่^{๕๗}

ส่วนในคัมภีร์อภิธรรม ให้ความหมายว่าสมาธิเป็นไฉน ? ความตั้งอยู่แห่งจิต ความตั้งแน่วแห่งจิต ความมั่นคงไปแห่งจิตความไม่ส่ายไป ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ความสงบ สมาธิทริย สมาธิพละ สัมมาสมาธิ สมาธิ สัมโพชฌงค์ ที่เป็นองค์แห่งมรรค นับเนื่องในมรรค อันใด นี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ^{๕๘}

๔.๒.๓ ระดับของสมาธิ

ในชั้นอรรถกถา ท่านจัดสมาธิออกเป็น ๓ ระดับ คือ

๑. ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิขั้นต้น ซึ่งคนทั่วไปอาจใช้การปฏิบัติหน้าที่การทำงานในชีวิตประจำวันให้ได้ผลดี และจะเป็นจุดตั้งต้นในการเจริญวิปัสสนา

๒. อุปจารสมาธิ สมาธิเฉียด ๆ หรือสมาธิจวนจะแน่วแน่ เป็นสมาธิขั้นระงับนิรวรณ ก่อนที่จะเข้าสู่ภาวะแห่งฌาน หรือสมาธิในบุพพภาคแห่งอัปนาสมาธิ

๓. อัปนาสมาธิ สมาธิแน่วแน่ หรือสมาธิที่แนบสนิท เป็นสมาธิระดับสูงสุด ซึ่งมีในฌานทั้งหลาย ถือว่าเป็นผลสำเร็จที่ต้องการของการเจริญสมาธิ^{๕๙}

๔.๒.๔ ระดับการบรรลุธรรม

หลักธรรมที่ใช้เป็นเกณฑ์แบ่งระดับการบรรลุธรรมคือสังโยชน์ ๑๐^{๖๐} โดยที่สังโยชน์ หมายถึง กิเลสที่ผูกใจสัตว์ หรืออกุศลธรรมที่ผูกมัดสัตว์ไว้กับทุกขในสังสารวัฏ เหมือนผูกเทียมสัตว์ไว้กับรถ^{๖๑} สังโยชน์ ๑๐ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิกิจฉา สีลพทตปรามาส กามราคะ ปฏิฆะ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะและอวิชชา การนำเสนอในรายละเอียดจะนำตัวอย่างบุคคลในครั้งพุทธกาลมาประกอบ โดยบางบุคคลในขณะนั้นยังคงเป็นบุคคลธรรมดาเพื่อสร้างความเข้าใจในสังโยชน์ แต่ในกรณีของผู้บรรลุธรรมยกเว้นพระอรหันต์ ยังคงมีสังโยชน์นี้บางประเภทอยู่เพียงแต่ปฏิบัติไม่รุนแรงเท่าของบุคคลธรรมดา

^{๕๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๒/๒๖๗.

^{๕๘} อภิ.วิ. ๓๕/๒๐๖/๑๒๘.

^{๕๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, หน้า ๘๒๖.

^{๖๐} พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๑๑๕.

^{๖๑} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, หน้า ๑๘๔.

สักกายทิฐิสังโยชน์ วิจิกิจฉาสังโยชน์ และสัสถัพพตปรามาสสังโยชน์ ในฐานะหลักธรรมที่ใช้เป็นเกณฑ์แบ่งระดับการบรรลุธรรม

สักกายทิฐิสังโยชน์ หมายถึง ความเห็นว่าเป็นตัวของตน ความเห็นที่ยังติดแน่นในสมมติว่าเป็นตัวตน เราเขา เป็นนั่นเป็นนี่ มองไม่เห็นสภาพความจริงที่สัตว์บุคคลเป็นเพียงองค์ประกอบต่าง ๆ อันได้แก่ชั้น ๕ มาประชุมกันเข้า ทำให้เกิดความเห็นแก่ตัวในชั้นหยาบ และความรู้สึกกระทบกระทั่งบีบคั้นเป็นทุกข์ได้รุนแรง ตัวอย่างเช่น ในสมัยพุทธกาล นางมาคันทิยาลูกสาวของพราหมณ์ชาวกรุงรัฐ ผู้เป็นบิดาไม่อนุญาตให้แต่งงานกับชายใด เนื่องจากหาผู้เหมาะสมไม่ได้ เมื่อได้พบพระสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงคิดจะยกลูกสาวให้ แต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงปฏิเสธและแสดงธรรมโดยนาร่างกายของนางมาคันทิยามาอธิบายว่าเป็นสิ่งปฏิภูล^{๖๒} จึงทำให้นางผูกใจเจ็บแค้นในพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตั้งแต่นั้นมา จากตัวอย่างนี้ การที่นางมาคันทิยา ผูกใจเจ็บนี้ มีสาเหตุหนึ่งมาจาก การที่นางมาคันทิยา มีความเห็นที่ยังติดแน่นในสมมติว่าเป็นสาวสวย มองไม่เห็นสภาพความจริงที่ตัวนางเองนั้นเป็นเพียงองค์ประกอบต่าง ๆ อันได้แก่ ชั้น ๕ มาประชุมกันเข้า ทำให้เกิดความรู้สึกกระทบกระทั่งบีบคั้นเป็นทุกข์ได้รุนแรง เมื่อได้ยินพุทธพจน์ที่ตรัสถึงนางซึ่งสาเหตุนี้กล่าวโดยสรุป คือสักกายทิฐิสังโยชน์ของนางมาคันทิยา ปฏิบัติการ จนทำให้เกิดทุกข์ จึงนำมาซึ่งการผูกใจเจ็บดังกล่าว^{๖๓}

วิจิกิจฉาสังโยชน์ หมายถึง ความลังเล สงสัย เคลือบแคลงต่าง ๆ^{๖๔} ตัวอย่างเช่น ในสมัยพุทธกาล พระจุลกาลผู้ซึ่งบวชเนื่องจากตั้งใจจะชวนพี่ชายสัก^{๖๕} และไม่ได้มรรคผลใด ๆ วันหนึ่งในขณะบิณฑบาตได้พบภรรยาทั้งสองคนของตนก่อนบวช และถูกภรรยาทั้งสองคนจับสึกโดยเจ้าตัวยินยอม^{๖๖} จากตัวอย่างนั้น การที่พระจุลกาลถูกภรรยาทั้งสองคนจับสึกแต่โดยดี สาเหตุหนึ่งมาจาก พระจุลกาล สึก ๆ แล้วสงสัยในสิกขา ในเรื่องที่มาที่ไปของชีวิต ในปฏิจสมุปบาท เป็นต้นทำให้ไม่มั่นใจ ไม่เข้มแข็งแก่ลัวกลัว ที่จะดำเนินชีวิตตามหลักธรรมด้วยความมีเหตุผล และในการที่จะเดินหน้าแนวตั้งไปในอริยมรรค ซึ่งเหตุนี้กล่าวโดยสรุป คือวิจิกิจฉาสังโยชน์ของพระจุลกาลปฏิบัติกร จึงนำมาซึ่งการถูกภรรยาทั้งสองคนจับสึกแต่โดยดี

สุดท้ายสัสถัพพตปรามาสสังโยชน์ หมายถึง ความถ้อยมั่นศีลพรต คือความยึดถือยึดติดพลาดไปว่า จะบริสุทธิ์หลุดพ้นได้เพียงด้วยศีลและพรต ได้แก่ การถือศีล ระเบียบ แบบแผน บทบัญญัติ และข้อปฏิบัติต่าง ๆ โดยสักว่าทำตาม ๆ กันไปอย่างมงาย เห็นเป็นขลังหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ ติดอยู่แค่รูปแบบหรือพิธีรีตอง ถ้อยด้วยตัณหาและทิฐิ คือปฏิบัติเพราะอยากได้ผล ประโยชน์ตอบแทนอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือเพราะเห็นว่าจะทำให้ได้เป็นนั่นเป็นนี่ ไม่เป็นไปตามความหมายและความมุ่งหมายที่แท้จริงของศีลและวัตร ทำให้ปฏิบัติเขวออกนอกกลุ่มนอกทางไม่เข้าสู่อริยมรรค ตัวอย่างเช่น ในสมัยพุทธกาล นายปุลณะ โกลิบุตร ผู้ประพฤติโควัตร และซีเปลือย ชื่อเสนียะ ผู้ประพฤติทุกุวัตร ถามพระ

^{๖๒} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๒๗๒.

^{๖๓} นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องชั้น ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, *วิทยานพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๘, หน้า ๑๗๒.

^{๖๔} อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๓/๒๑.

^{๖๕} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๙๔-๙๕.

^{๖๖} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๑๐๐.

สัมมาสัมพุทธเจ้าถึงชีวิตของพวกตนหลังจากตายจากโลกนี้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสตอบว่า ผู้ที่ประพฤติกุกรรมชั่วอย่างสมบูรณ์ หลังจากตายย่อมไปเกิดในหมู่มนุษย์ และในทำนองเดียวกันผู้ที่ประพฤติกุกรรมชั่วอย่างสมบูรณ์ หลังจากตายย่อมไปเกิดในหมู่มนุษย์^{๖๗} จากตัวอย่างนี้ การประพฤติกุกรรมของนายปุลณโณโลกิยะบุตร และการประพฤติกุกรรมชั่วของซีเปลือยเสนียะนี้ แสดงให้เห็นถึงปฏิบัติการแห่งศีลพทปราสาทสังโยชน์ของนายปุลณโณ โกลิยะบุตร และซีเปลือยเสนียะ ตามลำดับ กามราคสังโยชน์และปฏิฆสังโยชน์ในฐานะหลักธรรมที่ใช้เป็นเกณฑ์แบ่งระดับการบรรลุธรรม

กามราคสังโยชน์นี้ หมายถึง ความยินดีติดใจในกามคุณ เช่น ความยินดีติดใจในรูปที่สวยงามซึ่งสามารถจำแนกได้ ๓ ประเภท ได้แก่ กามราคะที่เป็นอปายคมนิยะ หมายถึงความยินดีติดใจในกามคุณที่นำไปสู่อบายภูมิ ในขณะที่เกิดความยินดีพอใจนี้มีผลทำให้ล่วงอกุศลกรรมบถ อันเป็นเหตุที่นำไปสู่อบายภูมิ กามราคะที่ไม่เป็นอปายคมนิยะชนิด โอรหาริกะ หมายถึง ความยินดีติดใจในกามคุณที่นำไปสู่อบายภูมิไม่ได้ชนิดหยาบ ในขณะที่เกิดความยินดีพอใจนี้ไม่มีความรุนแรงพอที่จะมีผลทำให้ล่วงอกุศล กรรมบถได้ และกามราคะที่ไม่เป็นอปายคมนิยะได้ ชนิดสุขุม หมายถึง ความยินดีติดใจในกามคุณที่นำไปสู่อบายภูมิไม่ได้ชนิดละเอียด ในขณะที่เกิดความยินดีพอใจนี้จะเกิดขึ้นเพียงชั่วขณะเท่านั้น และผ่านไปอย่างรวดเร็ว ตัวอย่างเช่น ในสมัยพุทธกาล มีภิกษุรูปหนึ่งปฏิบัติธรรมอยู่ในสวนร้าง มีอยู่วันหนึ่งโสเภณีคนหนึ่งนัดกับคู่ขาในสวนนี้แต่คู่ขาผิดนัด เธอเกิดความกำหนัดอย่างแรง จึงเข้าช่วยภิกษุรูปนี้^{๖๘} จากตัวอย่างนี้ ความกำหนัดนี้จัดเป็นการปฏิบัติการแห่งกามราคสังโยชน์^{๖๙} ส่วนปฏิฆสังโยชน์ หมายถึง ความกระทบกระทั่งในใจ ความหงุดหงิดขัดเคือง หรืองุ่นง่านใจ กล่าวคือความติดอยู่ในอารมณ์ไม่ดีที่มากกระทบ สามารถจำแนกได้ ๓ ประเภท ได้แก่ ปฏิฆะที่เป็นอปายคมนิยะ หมายถึง ความกระทบกระทั่งในใจที่สามารถนำไปสู่อบายภูมิ ปฏิฆะที่ไม่เป็นอปายคมนิยะชนิดโอรหาริกะ หมายถึง ความกระทบกระทั่งในใจที่ไม่สามารถนำไปสู่อบายภูมิได้ชนิดหยาบ และปฏิฆะไม่เป็นอปายคมนิยะชนิดสุขุมะ หมายถึง ความกระทบกระทั่งในใจที่ไม่สามารถนำไปสู่อบายภูมิได้ชนิดละเอียด ตัวอย่างเช่น ในสมัยพุทธกาล สามเณรติสสะ ผู้ซึ่งปกติไม่ได้แสดงธรรมอื่นใดต่อประชาชน ยกเว้นคำให้พรสั้น ๆ บทหนึ่งเท่านั้น วันหนึ่งพระ สารีบุตรให้สามเณรติสสะแสดงธรรม ซึ่งสามเณรนี้แสดงได้ดี ทำให้ประชาชนแบ่งเป็นสองพวก คือพวกที่ติเตียนที่เมื่อก่อนสามเณรไม่แสดงธรรม และพวกที่สรรเสริญ จากตัวอย่างนี้พวกที่ติเตียนนั้น ย่อมมีความหงุดหงิดขัดเคืองใจที่เมื่อก่อนสามเณรไม่เคยแสดงธรรมเลยความหงุดหงิดขัดเคืองใจนี้จัดเป็นการปฏิบัติการแห่งปฏิฆสังโยชน์

รูปราคสังโยชน์ อรูปปราคสังโยชน์ มานสังโยชน์ อุทัจจสังโยชน์ และอวิชาสังโยชน์ในฐานะหลักธรรมที่ใช้เป็นเกณฑ์แบ่งระดับผู้บรรลุธรรม

รูปราคสังโยชน์ คือความติดใจในรูปธรรมอันประณีต และส่วนหนึ่งแห่งสังขารขั้นที่เรียกว่าอรูปปราคสังโยชน์ คือความติดใจในอรูปธรรม ตัวอย่างเช่น ในสมัยพุทธกาล เจ้าชายสิทธัตถะหลังออกผนวช ทรงได้รูปฌาน ๔ และอรูปฌาน ๓ จากการศึกษาที่บอาฬารดาบส กาลามโคตร^{๗๐}

^{๖๗} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๗๘-๘๐/๗๕-๗๘.

^{๖๘} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๒/๔๑๒.

^{๖๙} นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, หน้า ๑๗๒.

^{๗๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๗๗/๓๐๐-๓๐๒.

และทรงได้อรูปฌาน ๔ จากการศึกษากับอุทกดาบส รามบุตร ผลสัมฤทธิ์แห่งฌานทำให้จิตใจสงบไม่ถูกกิเลสรบกวน แต่เมื่อออกจากฌานกิเลสก็ปรากฏเช่นเดิม จากตัวอย่างนี้การที่เจ้าชายสิทธัตถะเมื่อออกจากฌานกิเลสยังปรากฏอยู่นั้น สาเหตุหนึ่งมาจากเจ้าชายสิทธัตถะยังตั้งใจในอารมณ์แห่งรูปฌานและอรูปฌาน พอใจในรสความสุข ความสงบของสมาธิขั้นรูปฌานและอรูปฌาน ซึ่งความตั้งใจในอารมณ์แห่งรูปฌานและอรูปฌาน พอใจในรสความสุข ความสงบของสมาธิขั้นรูปฌานและอรูปฌาน ซึ่งความตั้งใจในอารมณ์แห่งรูปฌานนี้ จัดเป็นการปฏิบัติกรของรูปปราคสังโยชน์และความตั้งใจในอารมณ์แห่งอรูปฌานนี้ จัดเป็นการปฏิบัติกรแห่งอรูปปราคสังโยชน์^{๗๑} มานสังโยชน์ คือความถือตัวหรือสำคัญตนเป็นนั่นเป็นนี่ เช่น สูงกว่าเขา เท่าเทียมเขา ต่ำกว่าเขา ความถือตัวนี้เป็นเหตุให้ยึดถือขั้น ๕ เป็นสัตว์บุคคลตัวตนเราเขา^{๗๒} จำแนกเป็น ๒ ประเภท ได้แก่ อยาถวามานะ หมายถึง ความถือตัวที่ไม่เป็นไปตามความเป็นจริง และยาถวามานะ หมายถึง ความถือตัวที่เป็นไปตามความเป็นจริง^{๗๓} ตัวอย่างเช่น ในสมัยพุทธกาล พระติสสะเป็นพระโอรสของพระปิตุจฉาของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้บวชเมื่อชรา วันหนึ่งภิกษุอาคันตุกะหลายรูปมาเฝ้าพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ผ่านมาพบพระติสสะเข้าใจว่าเป็นพระเถระจึงเข้าไปทำความเคารพ โดยที่พระติสสะนั่งเฉย หลังสนทนากันภิกษุอาคันตุกะหลายรูปนี้ได้ทราบว่ พระติสสะ บวชได้ไม่กี่พรรษา จึงตำหนิพระติสสะในฐานะที่ไม่ทำความเคารพพระเถระ พระติสสะถือตัวว่าเป็นพระญาติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เกิดความไม่พอใจ ร้องให้เข้าไปฟ้องพระสัมมาสัมพุทธเจ้า^{๗๔} จากตัวอย่างนี้ การถือตัวของพระติสสะว่าเป็นพระญาติของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านี้ จัดเป็นการปฏิบัติกรแห่งมานสังโยชน์ประเภทยาถวามานะ^{๗๕}

อุทัจจสังโยชน์ คือความฟุ้งซ่าน จิตใจไม่สงบ ว้าวุ่น ซัดสาย คิดพล่านไป ตัวอย่างเช่นในสมัยพุทธกาล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสสอนอุบายแก้ง่วงแก่พระโมคคัลลานะ ใกล้หมู่บ้านกัลลวาลมุตตคาม แคว้นมคธ^{๗๖} หลังจากนั้นพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ประทานโอวาทให้พระโมคคัลลานะถือปฏิบัติพอสรุปความได้ว่า จักไม่เป็นคนซุงวง เข้าไปยังตระกูล จักไม่กล่าวถ้อยคำที่เป็นเหตุให้ทุ้มเถียงกัน ตลาคตสนับสนุนให้อยู่ในเสนาสนะที่มีเสียงน้อย ซึ่งหากไม่ปฏิบัติตามสองข้อแรกจะทำให้มีความฟุ้งซ่าน “เมื่อฟุ้งซ่าน จึงมีความไม่สำรวม เมื่อไม่สำรวมจิตจึงห่างจากสมาธิ” และพระโมคคัลลานะได้บรรลุอรหัตผลในวันนั้น จากตัวอย่างนี้ ความฟุ้งซ่านนี้ จัดเป็นการปฏิบัติกรแห่งอุทัจจสังโยชน์

สุดท้ายอวิชชาสังโยชน์ คือความไม่รู้จริง ไม่รู้เท่าทันสภาวะ ไม่เข้าใจกฎธรรมดาแห่งเหตุผลและผลหรือไม่รู้ร้อยสัจ ตัวอย่างเช่นในสมัยพุทธกาล นายจุนทะพ่อค้าฆ่าหมูขายใน กรุงราชคฤห์ กรรมวิธีในการฆ่าหมูของนายจุนทะสร้างความทรมานแก่หมูมาก ในวาระสุดท้ายของชีวิต

^{๗๑} นันทพล โจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕กับการบรรลุนิพพานในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, หน้า ๑๗๔-๑๗๕.

^{๗๒} อ.นวก. (ไทย) ๒๓/๗๐/๕๕๔.

^{๗๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, หน้า ๒๘๕,

^{๗๔} พ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๕๗-๕๘.

^{๗๕} นันทพล โจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขั้น ๕กับการบรรลุนิพพานในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, หน้า ๑๗๕.

^{๗๖} อ.ส.ต.ต. (ไทย) ๒๓/๖๑/๑๖๖.

นายจุนทะได้ประสบกับความทุกข์ทรมาน และส่งเสียงร้องคล้ายหนู จากตัวอย่างนี้การทำบาปของ นายจุนทะ สาเหตุหนึ่งมาจาก ความไม่รู้จักจริง ไม่รู้เท่าทันสถานะ ไม่เข้าใจกฎธรรมดาแห่งเหตุผลและ ผลว่า การกระทำนี้จะส่งผลมาสู่ตน สาเหตุดังกล่าวจัดเป็นการปฏิบัติการแห่งอวิชชาสังโยชน์^{๗๗}

๔.๒.๕ พระโสดาบัน

การบรรลุธรรมระดับที่ ๑ เรียกว่า พระโสดาบัน หมายถึง ผู้เข้าถึงกระแสสมรรคหรือผู้ เดินทางอย่างถูกต้องอย่างแท้จริง คือปฏิบัติถูกต้องตามอริยมรรคอย่างแท้จริง เป็นผู้ทำได้บริบูรณ์ใน ชั้นศีล ทำได้พอประมาณในชั้นสมาธิ และทำได้พอประมาณในชั้นปัญญา สามารถละสังโยชน์ได้ ๓ ข้อ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส มีศรัทธาไม่หวั่นไหวในพระพุทฺธ พระธรรมและ พระสงฆ์ เพราะปฏิบัติธรรมจนเข้าใจหลักธรรมที่พระสัมมาสัมพุทฺธเจ้า ทรงแสดงจนหมดความเคลือบ แคลงสงสัยใด ๆ ในหลักธรรมคำสอน และเชื่อมั่นในพระอริยสงฆ์ผู้ที่ปฏิบัติธรรมตามคำสอนของ พระสัมมาสัมพุทฺธเจ้าได้อย่างแท้จริง จนบรรลุความเป็นอริยบุคคลได้ พร้อมทั้งสามารถปฏิบัติตาม หลักธรรมอย่างถูกต้องตรงไปสู่พระนิพพาน พระโสดาบันจะท่องเที่ยวในมนุษยโลกและเทวโลกอีกไม่ เกิน ๗ ชาติ แล้วจะบรรลุอรหัตตผล พระโสดาบันมี ๓ ประเภท คือ ๑) เอกพีชี ๒) โกลังโกลโสดาบัน ๓) สัตตักขัตตุงปรมโสดาบัน การบรรลุขั้นนี้ ระดับมรรคเรียกว่า โสดาปัตติมรรค ชั้นผลเรียกว่า โสดา ปัตติผล พระอริยบุคคลผู้บรรลุมีชื่อว่า พระโสดาบัน

๔.๒.๖ พระสกทาคามี

การบรรลุธรรมระดับที่ ๒ เรียกว่า พระสกทาคามี หมายถึง ผู้บรรลุสกทาคามีผลใน มนุษยโลก จะไปเกิดในเทวโลก อยู่ในเทวโลกจนสิ้นอายุขัย แล้วกลับมาสู่มนุษยโลกนี้อีกครั้งเดียวก็จะ กำจัดทุกข์ให้สิ้นไปได้ จะบรรลุอรหัตตผลในมนุษยโลก และนิพพานในมนุษยโลก เป็นผู้ทำได้บริบูรณ์ ในชั้นศีล ทำได้พอประมาณในชั้นสมาธิ ทำได้พอประมาณในชั้นปัญญา นอกจากจะละสังโยชน์ ๓ ข้อ แรกได้แล้ว ยังทำราคะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางลงด้วย การบรรลุธรรมระดับนี้ ระดับมรรคเรียกว่า สกทาคามีมรรค ชั้นผลเรียกว่า สกทาคามีผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุมีชื่อว่า พระสกทาคามี

๔.๒.๗ พระอนาคามี

การบรรลุธรรมระดับที่ ๓ เรียกว่า พระอนาคามี หมายถึง ผู้มีปรินิพพานในที่ผู้เกิดขึ้นไม่ เวียนกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก เป็นผู้ทำได้บริบูรณ์ในศีล ทำได้บริบูรณ์ในสมาธิ แต่ทำได้พอประมาณ ในปัญญา สามารถละสังโยชน์ได้ ๕ ข้อ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ปฏิฆะ นั้น คือ สามารถละสังโยชน์เบื้องต้น (โอรัมภาคิยสังโยชน์) ได้หมดสิ้นแล้วคัมภีร์บุคคลบัญญัติได้ จำแนกพระอนาคามี ทั้งหมดมี ๕ ประเภท ๑) อันตราปรินิพพานยี่ ๒) อุพหัจจปรินิพพานยี่ ๓) อสังขารปรินิพพานยี่ ๔) สสังขารปรินิพพานยี่ ๕) อุทังโสโตอกนิภูคคามิ^{๗๘} การบรรลุธรรมระดับนี้

^{๗๗} นันทพล โรจนโกศล, “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องขันธ ๕กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา เถรวาท”, หน้า ๑๗๖.

^{๗๘} อุทังโสโต ออกนิภูคคามิ หมายถึง พระอนาคามีผู้มีกระแสในเบื้องต้นไปสู่ชั้นนอกนิภูคคามิ คือ พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภูมิ ภูมิใดภูมิหนึ่งแล้ว เมื่อจุติลงจะไปเกิดในรูปภูมิที่สูงขึ้นไปเรื่อย ๆ จนถึงชั้นนอกนิภูคคามิ แล้วปรินิพพาน.

ชั้นมรรคเรียกว่า อนาคามีมรรค ชั้นผลเรียกว่า อนาคามีผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุมีชื่อว่า พระอนาคามี

๔.๒.๘ พระอรหันต์

การบรรลุธรรมระดับที่ ๔ เรียกว่า พระอรหันต์^{๗๙} หมายถึง ผู้ควร (แก่ทักษิณาหรือการบูชาพิเศษ เป็นต้น) หรือผู้หักกำแพงสังสารจักรได้แล้ว เป็นผู้สิ้นอาสวะ เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อทำให้แจ้งอรหัตตผล เป็นผู้ได้บริบูรณ์ในสิกขาทั้งสาม คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ละสังโยชน์เบื้องสูง (อุทัมภาคิยสังโยชน์) ได้อีก ๕ ข้อ นั่นก็หมายความว่า พระอรหันต์ สามารถละสังโยชน์ทั้ง ๑๐ ได้จนหมดสิ้นนั่นเอง พระอรหันต์ มี หลายประเภท กล่าวคือ ๑) สุกขวิปัสสก ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๒) ปัญญาวิมุต ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา (ที่นอกจากสุกขวิปัสสก) ๓) อุภโตภาควิมุต ผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วน ๔) เติวชชะ ผู้ได้วิชชาสาม ๕) ฉฬภิญโญ ผู้ได้อภิญญาหก ๖) ปฏิสัมภีทปัตตะ ผู้บรรลุปฏิสัมภีทาสี การบรรลุธรรมระดับนี้ชั้นมรรค เรียกว่า อรหัตตมรรค ชั้นผลเรียกว่าอรหัตตผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุมีชื่อว่า พระอรหันต์

จะเห็นได้ว่าขั้นตอนหรือระดับการบรรลุธรรม (การเข้าถึงพระนิพพาน) อย่างที่รู้จักกันทั่วไป ก็คือการแบ่งมรรคผลหรือ มรรค ๔ ผล ๔ ได้แก่โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล สกทาคามีมรรค สกทาคามีผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค และอรหัตตผล การแบ่งแบบนี้มักพูดถึงโดยสัมพันธ์กับบุคคลผู้บรรลุ ผู้ที่ได้พระโสดาบันเป็นผู้ที่ถึงพร้อมด้วยโสดาปัตติมรรค และตั้งอยู่ในโสดาปัตติผล พระสกทาคามีเป็นผู้ที่ถึงพร้อมด้วยสกทาคามีมรรค และตั้งอยู่ในสกทาคามีผล พระอนาคามีเป็นผู้ที่ถึงพร้อมด้วยอนาคามีมรรค และตั้งอยู่ในอนาคามีผล และพระอรหันต์เป็นผู้ที่ถึงพร้อมด้วยอรหัตตมรรค และตั้งอยู่ในอรหัตตผล มรรคผลนั้นไม่ใช่ในนิพพาน แต่เป็นเพียงขั้นตอนหรือระดับแห่งการเข้าถึงนิพพาน มรรคข้อแรกคือ โสดาปัตติมรรค มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ทัสสนะ” (การเห็น) เพราะเป็นการเห็นนิพพานครั้งแรก ส่วนมรรคเบื้องสูงอีก ๓ คือ สกทาคามีมรรค อนาคามีมรรคและอรหัตตมรรค มีชื่อเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “ภาวนา” (การเจริญเพราะเป็นการเจริญธรรมที่โสดาปัตติมรรคเห็นไว้แล้วนั่นเอง ผู้ปฏิบัติเพื่อเข้านิพพานที่ประสบผลสำเร็จบรรลุจุดหมายแล้วก็ดี ผู้ที่ดำเนินก้าวหน้ามาในทางที่ถูกจนถึงขั้นที่มองเห็นจุดหมายอยู่เบื้องหน้าแล้ว และจะต้องบรรลุถึงจุดหมายนั้นอย่างแน่นอนก็ดี จัดเข้าในกลุ่มชนผู้เป็นสาวกที่แท้ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เรียกว่า สาวกสงฆ์ ดังข้อความในบทสวดสังฆคุณว่า “สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ” และมีคำเรียกเฉพาะเพื่อแสดงคุณสมบัติพิเศษของสาวกอีกหลาย คำ ได้แก่ “อริยบุคคล” หรือ “พระอริยะ” ซึ่งแปลว่าผู้เจริญ ท่านผู้ประเสริฐ ท่านผู้ไกลจากข้าศึกคือกิเลสบ้าง ส่วนระดับชั้นในภาษาบาลีใช้คำว่า ทักขิณเอย หรือ ทักขิณเอยบุคคล

จากที่ได้แบ่งระดับพระอริยะเป็น ๔ ระดับ สามารถสังเคราะห์ตามการฝึกฝน เป็น ๒ ประเภทคือ ๑) พระเสขะ แปลว่าผู้ยังต้องศึกษา คือยังมีกิจเกี่ยวกับการฝึกฝนอบรมตน ที่จะต้องทำต่อไปอีก จึงได้แก่ทักขิณเอยบุคคลระดับต้น ซึ่งจะต้องปฏิบัติในสิกขา เพื่อละสังโยชน์และบรรลุธรรมสูงขึ้นต่อไปจนถึงเป็นพระอรหันต์ ๒) พระอเสขะ แปลว่า ผู้ไม่ต้องศึกษา คือทำกิจเกี่ยวกับการฝึกฝนอบรมตนเสร็จสิ้นแล้ว บรรลุประโยชน์ตนแล้ว ไม่ต้องปฏิบัติในสิกขาต่อไป ไม่มีกิเลสที่ต้องพยายามละ

^{๗๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, หน้า ๒๘๖.

ต่อไปและไม่มีภูมิธรรมสูงกว่านั้นที่จะต้องชวนขยายบรรลู่อีก จึงได้แก่พระอรหันต์ หรือสามารถสังเคราะห์ตามกิเลส เป็น ๒ ประเภท คือ ๑) สอุปาทิเสสบุคคล คือผู้ยังมีอุปาทิเหลืออยู่ คือ ยังมีอุปาทิเสสบุคคล ซึ่งก็หมายถึงยังมีกิเลสเหลืออยู่บ้างนั่นเอง จึงได้แก่ทักษิณบุคคล ๓ ระดับ ต้น ๒) อนุปาทิเสสบุคคล คือผู้ไม่มีอุปาทิเหลืออยู่ คือ ไม่มีอุปาทานเหลือ ซึ่งก็หมายถึงว่า ไม่มีกิเลสเหลืออยู่แล้วนั่นเอง จึงได้แก่พระอรหันต์

๔.๓ สรุปท้ายบท

อนัตตลักษณะของรูปนาม คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้งห้าที่เป็นส่วนอดีต กิติ เป็นส่วนอนาคตกิติ เป็นส่วนปัจจุบันกิติ เป็นส่วนภายในกิติ เป็นส่วนภายนอกกิติ เป็นส่วนหยาบกิติ เป็นส่วนละเอียดกิติ เป็นส่วนเลวกิติ เป็นส่วนประณีตกิติ อยู่ในที่ไกลกิติ อยู่ในที่ใกล้กิติ ทั้งหมดก็สักแต่ว่าเป็นรูป เป็นเวทนา เป็นสัญญา เป็นสังขาร เป็นวิญญาณ ควรเป็นด้วยปัญญาชอบตามที่เป็นแล้วว่า นี่ไม่ใช่ของเรา เราไม่ใช่ นี่ไม่ใช่ตัวตนของเรา ความหน่ายในรูป หน่ายในเวทนา หน่ายในสัญญา หน่ายในสังขาร หน่ายในวิญญาณ เมื่อหน่ายก็ย่อมสิ้นราคะ คือ สิ้นความติด ความยินดี ความกำหนด เมื่อสิ้นราคะ ก็ย่อมวิมุตติ คือ หลุดพ้น เมื่อวิมุตติ ก็ย่อมมีญาณ คือความรู้ว่าวิมุตติ หลุดพ้นแล้ว และย่อมรู้ว่า ชาติ คือ ความเกิดขึ้นแล้ว

การที่สติเข้าไปตั้งอยู่ คือมีสติกำกับอยู่บ้าง ว่าโดยหลักการก็คือการใช้สติ หรือ วิธีปฏิบัติเพื่อใช้สติให้บังเกิดผลดีที่สุด การเจริญสติปัฏฐานนี้ เป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมาก และยกย่องนับถือกันอย่างสูง ถือว่ามีพร้อมทั้งสมณะและวิปัสสนาในตัว สติปัฏฐาน (รวมทั้งวิปัสสนาด้วย) ไม่ใช่หลักการที่จำกัดว่าจะต้องปลีกตัวหลบลิ้นไปนั่งปฏิบัติอยู่นอกสังคม หรือจำเพาะในกาลเวลาตอนใดตอนหนึ่ง โดยเหตุนี้จึงมีปราชญ์หลายท่านสนับสนุนให้นำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันทั่วไป ว่าโดยสาระสำคัญแล้วหลักของสติปัฏฐาน ๔ บอกให้ทราบ ว่า ชีวิตของเรามีจุดที่ควรใช้สติคอยกำกับดูแลทั้งหมดเพียง ๔ แห่งเท่านั้นเอง คือ ๑) ร่างกาย และพฤติกรรมของมัน ๒) เวทนา คือความรู้สึกสุขทุกข์ต่าง ๆ ๓) ภาวะจิตที่เป็นไปต่าง ๆ และ ๔) ความคิดนึกไตร่ตรอง ถ้าดำเนินชีวิตโดยมีสติคุ้มครอง จุดทั้งสี่นี้แล้ว ก็จะช่วยให้เป็นอยู่อย่างปลอดภัย ไร้ทุกข์ มีความสุขผ่องใส และเป็นปฏิปทานำไปสู่ความรู้แจ้งอริยสัจธรรม

การเจริญสติปัฏฐาน คือ การมีสติจดจ่ออย่างต่อเนื่องตามรู้เท่าทันอาการต่าง ๆ ที่กำลังเกิดอยู่ในกายกับจิตตามความเป็นจริง รู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์ได้โดยละเอียดไม่ขาดช่วง ไม่ลืมหำหนดรู้อารมณ์ที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เมื่อมีรูปกระทบที่ตา มีเสียงกระทบที่หู มีกลิ่นกระทบที่จมูก มีรสกระทบที่ลิ้น มีสัมผัสกระทบที่กาย มีความคิดเกิดที่ใจ ก็สามารถตามรู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์นั้น ๆ ได้ เพื่อก่อให้เกิดวิปัสสนาปัญญาที่รู้แจ้งไตรลักษณ์ ได้แก่นิจจัง ทุกขัง อนัตตา ผู้ที่ต้องการรู้แจ้งไตรลักษณ์ต้องมีธรรมที่สนับสนุน ๓ อย่าง คือ สติ สมาธิ และปัญญา

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวินิจฉัยเรื่อง ศึกษาอนัตตลักษณะของรูปนาม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีวัตถุประสงค์ ดังนี้ คือ ๑) เพื่อศึกษาอนัตตลักษณะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษารูปนามในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และ ๓) เพื่อศึกษาหลักอนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องแล้วรวบรวมข้อมูล เรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนาและตรวจสอบความถูกต้อง โดยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญด้านวิปัสสนาภาวนา สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ ศึกษาอนัตตลักษณะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

จากการศึกษา พบว่า ธรรมชาติที่แตกดับ เมื่อว่าโดยลักษณะที่จตุกะ มีการสลายแปรปรวน เป็นลักษณะ มีการแตกแยกกันเป็นกิจ (กบจิต) ได้เป็นกิจ มีความเป็นอพยากธรรมเป็นผล มีวิญญานเป็นเหตุไกล่ ส่วนนามเป็นธรรมชาติที่โน้มไปหาอารมณ์เมื่อว่าโดยลักษณะที่จตุกะ คือมีการรู้อารมณ์เป็นลักษณะ มีการเกิดก่อนและเป็นประธานในธรรมทั้งปวงเป็นกิจ มีการเกิดขึ้นต่อเนื่องกันไม่ขาดสายเป็นผล

ปัญญาที่รู้ว่า ขณะตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้ รส กายถูก เย็น ร้อน อ่อน แข็ง (อาการกาย ๓๒ ประการ) ก็มีเพียง ๒ อย่างเท่านั้น คือมีแต่รูปกับนามเป็นอย่างนี้ทั่วสากลโลก นี้เป็นสังขธรรมแท้ไม่แปรผันจากเนื้อหาหลักธรรมในการกำหนดรูปรูปนามทางวิญญาน ๖ การเรียนรู้รูปนาม ก็คือ การรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นภายในตนอยู่กับปัจจุบันทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจเสมอ เพื่อผู้ปฏิบัติจะได้ตั้งสติกำหนดถูก ในเมื่อรูปนามเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปตามทาง ทวาร ๖ นั้น ๆ พร้อมทั้งเหตุปัจจัยให้รูปนามเกิด พอสรุปประเด็นได้ดังต่อไปนี้

รูปนามทางอายตนะ ๑๒ จักขุประสาท (ตา) รูปารมณ์ (สี) เป็นรูป จักขุวิญญาน (เห็น) เป็นนาม โสตประสาท (หู) สัททารมณ์ (เสียง) เป็นรูป โสตวิญญาน (ได้ยิน) เป็นนาม ฆานประสาท (จมูก) คันธารมณ์ (กลิ่น) เป็นรูป ฆานวิญญาน (รู้กลิ่น) เป็นนาม ชิวหาประสาท (ลิ้น) รสธารมณ์ (รส) เป็นรูป ชิวหาวิญญาน (รู้รส) เป็นนาม กายประสาท (กาย) โภกฐัพพารมณ์ (เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ไหว และเคร่งตึง) หรือ อาการกาย ๓๒ เป็นรูป กายวิญญาน (รู้ถูกต้อง) เป็นนาม หทยวัตถุ ธรรมารมณ์ (อิริยาบถ) เป็นรูป มโนวิญญาน (รู้ธรรมารมณ์) เป็นนาม

๕.๑.๒ ศึกษารูปนามในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

จากการศึกษาพบว่า รูปนาม คือ ชั้นที่ ๕ เกิดทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานทั้งนั้น เป็นปัจจุบันอยู่ในขณะที่ตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นรู้รส กายถูก

สัมผัส ใจนึกคิดอารมณ์ ผู้ที่จะเข้าปฏิบัติต้องรู้ให้เข้าใจถึงรูปนามเหล่านี้เสียก่อน เพราะเห็นรูปครึ่งหนึ่งชั้น ๕ เกิดคือในขณะที่เห็นนั้นจักขุประสาทกับ รูปารมณ์เป็นรูป เกิดเวทนาขึ้นเช่นเห็นรูปดี มีความสุข เห็นรูปชั่วเกิดความทุกข์ ความสบายกายและไม่สบายใจนั้นเป็นเวทนาชั้น จากความสบายกายความไม่สบายใจเป็นสัญญาชั้น ชอบไม่ชอบเป็นสังขารชั้น เห็นเป็นวิญญาณชั้น เป็นต้น

ในการที่วิญญาณทั้ง ๖ จะเกิดขึ้นได้โดยหน้าที่ คือเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น รู้รส รู้ถูกต้อง รู้ธรรมารมณ์ได้นั้นก็ต้องอาศัยสภาวธรรม ตามที่เกิดขึ้นทางทวาร ทั้ง ๖ ทวารในสภาวะแห่งทวารละ ๔ นั้นเฉพาะในทวารทั้ง ๕ นั้นสภาวะ ๓ อย่างเป็นรูปธรรม คำว่ามนสิการทั้ง ๖ เป็นนามธรรมส่วนในทางมโนทวาร เฉพาะหทัยวัตถุเป็นรูป แต่ธรรมารมณ์เป็นได้ทั้งรูปทั้งนามแต่ในที่นี้กล่าวเฉพาะแต่อริยาบถ สำหรับอริยาบถนี้เป็นรูปนาม ส่วนมโนวิญญาณนั้นเป็นนามธรรมทั้งหมดตามธรรมดารูปนามนั้นย่อมปรากฏในทวารทั้ง ๖ คือ ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย และทางใจเสมอ ขณะที่จิตรู้อารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ แต่ละทวาร รูปนามจะปรากฏเป็นธรรมนิยามพร้อมกัน

ส่วนอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานนั้น เป็นปัจจุบันอยู่ในขณะตาเห็นรูป หูฟัง เสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส กายถูกเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ไหวและเคร่งตึง ใจนึกคิดอารมณ์ ดีใจเสียใจ ไม่นินตียินร้าย ผู้จะเข้าปฏิบัติต้องเรียนให้รู้ให้เข้าใจรูปนามเหล่านี้เสียก่อน เพราะเห็นรูปครึ่งหนึ่งชั้น ๕ เกิดคือในขณะที่เห็นนั้นจักขุประสาทกับรูปารมณ์เป็นรูป เห็นรูปดี สบายใจ เห็นรูปชั่วไม่สบายใจ ความสบายและไม่สบายนั้นเป็นเวทนาชั้น จากความสบายและความไม่สบายนั้นเป็นสัญญาชั้น ประจักษ์ให้ชอบไม่ชอบนั้นเป็นสังขารชั้น เห็นเป็นวิญญาณชั้น มีการเกิดดับโดยหลักของไตรลักษณ์

๕.๑.๓ ศึกษาหลักอนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

จากการศึกษาพบว่า อนัตตลักษณะของรูปนาม คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ทั้ง ๕ นี้ที่เป็นส่วนอดีตก็ดี เป็นส่วนอนาคตกก็ดี เป็นส่วนปัจจุบันก็ดี เป็นส่วนภายในก็ดี เป็นส่วนภายนอกก็ดี เป็นส่วนหยาบก็ดี เป็นส่วนละเอียดก็ดี เป็นส่วนเลวกก็ดี เป็นส่วนประณีตก็ดี อยู่ในที่ไกลก็ดี อยู่ในที่ใกล้ก็ดี ทั้งหมดก็สักแต่ว่าเป็นรูป เป็นเวทนา เป็นสัญญา เป็นสังขาร เป็นวิญญาณ ควรเป็นด้วยปัญญาชอบตามที่เป็นอย่างนี้แล้ว ว่า นี่ไม่ใช่ของเรา เราไม่ใช่ นี่ไม่ใช่ตัวตนของเรา ความหน่ายในรูป หน่ายในเวทนา หน่ายในสัญญา หน่ายในสังขาร หน่ายในวิญญาณ เมื่อหน่ายก็ย่อมสิ้นราคะ คือ สิ้นความติด ความยินดี ความกำหนด เมื่อสิ้นราคะ ก็ย่อมวิมุตติ คือ หลุดพ้น เมื่อวิมุตติ ก็ย่อมมีญาณ คือ ความรู้วิมุตติ หลุดพ้นแล้ว และย่อมรู้ว่า ชาติ คือ ความเกิดขึ้นแล้ว

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากศึกษาอนัตตลักษณะของรูปนาม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ได้เกิดองค์ความรู้ใหม่ ๆ ซึ่งมีข้อเสนอแนะไว้ ดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้

๑) ข้อเสนอแนะจากการศึกษาวิจัย ดังนี้ อนัตตลักษณะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีเนื้อหากว้างขวางครอบคลุมหลักพุทธธรรมทั้งหมด ผู้ศึกษาและผู้ปฏิบัติควรมีหลักในการนำอนัตตลักษณะ เพื่อนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด โดยสามารถพิจารณาขอบเขตในระดับของไตรลักษณ์ว่ามีองค์ประกอบแต่ละหมวดเป็นอย่างไร

๒) ผู้ศึกษาควรรู้การปฏิบัติตามกำหนดรู้รูปนามในพุทธศาสนา ว่าปฏิบัติอย่างไรให้ถูกต้องตามหลักของพุทธศาสนาที่วางไว้ เป็นหลักการ และวิธีปฏิบัติ ผู้ศึกษา และผู้ปฏิบัติควรศึกษาหลักของรูปนามแต่ละหมวดก่อนเพิ่มเติมโดยให้ละเอียดก่อนลงมือปฏิบัติ

๓) ศึกษาหลักอนัตตลักษณะของรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ อนัตตา ให้เล็งเห็นว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ หรือขั้น ๕ นั้น ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มีความแปรไปเป็นธรรมดา ไม่ควรที่จะเห็นโดยสำคัญด้วยตัณหา มานะ ทิฏฐิว่า นั้นเป็นของเรา นั้นเป็นเรา นั้นเป็นตัวตนของเรา ผู้ศึกษา และผู้ปฏิบัติควรศึกษาหลักของสติปัฏฐานแต่ละหมวดก่อนเพิ่มเติมโดยให้ละเอียดก่อนลงมือปฏิบัติ

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป

- ๑) การศึกษาธาตุในวิญญาณ ๖
- ๒) การศึกษาวิเคราะห์การกำหนดรูปนามเพื่อการบรรลุธรรม

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย:

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ปี ๒๕๐๐. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.
- _____. พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- _____. อรรถกถาภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.
- _____. ฎีกาภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- _____. ปกรณ์วิเสสภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๓๙.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปลชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

- ขุนสรรพกิจโกศล (ไกรวิท ปัทมะสุนทร). ลักษณะทิวทัศน์แห่งปริมัตถธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัท คัลเลอร์ส โฟร์ จำกัด, ๒๕๓๗.
- ชาญ วงศ์บาลี. พระวิสุทธิมรรค. กรุงเทพมหานคร: ธรรมบรรณาการ, ๒๕๒๕.
- ธนิต อยู่โพธิ์. วิปัสสนาภิธาน. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.
- นายบุญมี เมธางกูร. นายวรรณสิทธิ์ ไวทยะเสวี. คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะปริเฉทที่ ๗ สมุจจยสังคหวิภาค. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่เทพประทานการพิมพ์, ๒๕๔๐.
- _____. วิปัสสนากัมมัฏฐานรูป-นาม ตามแนวการสอนของพระครูภาวนาวิสุทธิญาณ. (หลวงปู่พระมหาพันธ์ สีลวิสุทธิ: จ.เลย พิมพ์ ที่รุ่งแสงธุรกิจการพิมพ์, ๒๕๕๑).
- ประชุม เรื่องวารีย์ (เปรียญ ๙). ลักษณะทิวทัศน์. กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๑.
- พระครูโฆสิตพุทธิศาสตร์. วิปัสสนาญาณ ๑๖. พิมพ์ครั้งที่ ๓, นนทบุรี: นิติธรรมการพิมพ์, ๒๕๕๔.
- พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี). เอกสารประกอบการสอนรายวิชา สัมมนาวิปัสสนาภาวนา (Seminer on Vipassanābhāvanā), (ม.ท.ป.).

- _____ . **อานาปานสติภาวนา**. กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.
- พระญาณธชเถระ (แลดี สยาดอ). **อานาปานที่ปณี**. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ, พระคัมภีร์สาราถวิวงศ์ แปลและเรียบเรียง. (กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖).
- พระเทพสิทธิมนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙). **โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อจ อาสภมหาเถร). **วิสุทธิมรรค**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทอัมรินทร์ พริ้นติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๓๓.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙). **วิปัสสนากรรมฐาน**. ในงานพระราชทานเพลิงศพ พระเทพโพธิวิเทศ. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ บริษัทประยูรวงศ์พริ้นท์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๐. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖.
- _____ . **การพัฒนาที่ยั่งยืน**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๑.
- _____ . **ความสำคัญของพระพุทธศาสนาในฐานะศาสนาประจำชาติ**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๐.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- _____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- _____ . **ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง**. พิมพ์ครั้งที่ ๘๖. กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๑.
- พระมหาสมปอง มุทิโต. **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บริษัท ประยูรวงศ์พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗.
- พระราชวรมนี. **เก็บเพชรจากคัมภีร์พระไตรปิฎก**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.
- พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บจก.วี อินเตอร์, ๒๕๔๗.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาดอ). รจนา. **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**. แปลโดย พระคัมภีร์สาราถวิวงศ์. สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). ศาสตราจารย์พิเศษ. ป.ธ.๙, M.A., Ph.D. ตรวจชำระ. นครปฐม: หจก.ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๖.
- _____ . **มหาสติปัญญาสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ แปลและเรียบเรียงโดย พระคัมภีร์สาราถวิวงศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วน จำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.
- _____ . **หลักปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๖.

_____ . **วิสุทธิญาณกถา ว่าด้วยวิสุทธิ ๗ และญาณ ๑๖**. ธนิต อยู่โพธิ์ แพลและเรียบเรียง. (ม.ท.ป.), ๒๕๑๗.

พระอุปัชฌายะ. **วิมุตติมรรค**. พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธมมจิตโต) และคณะ แพล. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ยาม บริษัทเคล็ดไทย จำกัด, ๒๕๓๘.

พุทธทาส อินทปัญโญ. **คู่มือมนุษย์**. กรุงเทพมหานคร:ธรรมสภา, ๒๕๐๑.

พุทธทาสภิกขุ. **มรดกธรรม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๓๘.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๒**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

วริยา ชินวรรณ และคณะ. **สมาธิในพระไตรปิฎกวิวัฒนาการการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธศาสนา ฝ่ายเถรวาทในประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. **พรรษาของพระพุทธเจ้า**. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D. **อริยวัจนปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสี สยาดอ). **วิปัสสนาขุณี**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๒.

(๒) วิทยานิพนธ์:

ชเอิญศรี อิศรางกูร ณ อยุธยา. “อรรถาและอนัตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๑๗.

นันทพล โรจนโกศล. “การศึกษาวิเคราะห์แนวคิดเรื่องชั้น ๕ กับการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง). “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.

พระมหานิยม สีลสวโร (เสนารินทร์). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิดเรื่องอนัตตาในพุทธปรัชญาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

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

อณิวัชร เพชรนรรัตน์. “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของ
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.
บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ประวัติผู้วิจัย



ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระครูสุธีจันทวงศ์ [ชอบ จันทวีโส (เกตุนาค)]

วัน/เดือน/ปี เกิด : ๒ มิถุนายน พ.ศ.๒๔๘๘

ภูมิลำเนา : หมู่ ๑๖ ต.ไทรน้อย อ.ไทรน้อย จ.นนทบุรี

การศึกษาทางโลก

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

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๕๖ : ปริญญาตรี พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) สาขาพระพุทธศาสนา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การศึกษาทางธรรม

พ.ศ. ๒๕๒๓ : นักธรรมชั้นเอก วัดเขาถ้ำเสือ สำนักเรียนคณะจังหวัดสุพรรณบุรี

พ.ศ. ๒๕๓๕ : เปรียญธรรม ๖ ประโยค วัดสุวรรณาราม สำนักเรียนวัดสุวรรณาราม กรุงเทพมหานคร

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. ๒๕๕๓ : ผ่านการฝึกอบรมพระวิปัสสนาจารย์ ตามหลักสูตรการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในเขตปกครองคณะสงฆ์ภาค ๑ ที่ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี”

พ.ศ. ๒๕๕๗ : ผ่านการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นเวลา ๗ เดือน ตามหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา รุ่นที่ ๙ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบانیศึกษาพุทธโฆส

บรรพชา/อุปสมบท : ๐๗ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๒

สังกัดวัด : วัดสุวรรณาราม แขวงศิริราช เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร

ตำแหน่งหน้าที่ : ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง วัดสุวรรณารามราชวรวิหาร

ผู้ช่วยอาจารย์ใหญ่ สำนักเรียนวัดสุวรรณาราม

ผู้ช่วยผู้อำนวยการ ศูนย์ศึกษาพระพุทธศาสนาวันอาทิตย์วัดสุวรรณาราม

ปีที่เข้าศึกษา : ๑ มิถุนายน ๒๕๕๖

ปีที่สำเร็จการศึกษา : ๗ มีนาคม ๒๕๕๙

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดสุวรรณาราม แขวงศิริราช เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ : ๐๘๔-๑๗๖-๖๗๗๓