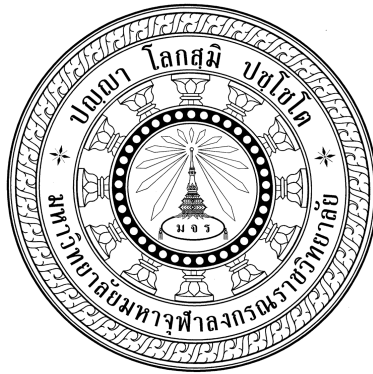


เอกสารประกอบการสอน

รายวิชา สติปัฏฐานภาวนา (Satipatthanabhavana)



โดย

พระภิกษุไพศาลเมธี วิ.

ป.ธ.๘, พธ.บ.(เกียรติคุณอันดับ ๑), พธ.ม.(วิปัสสนาภาวนา)

หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

เอกสารประกอบการสอน : สติปัฏฐานภาวนา (Satipatthanabhavana)
รหัสวิชา ๖๐๖ ๒๐๒ ๓ (๓-๐-๖)

ภาควิชา / คณะ / หมวด : บัณฑิตวิทยาลัย หมวดวิชาบังคับแบบนับหน่วยกิต
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

สำหรับนิสิตชั้นปีที่ ๑ ภาคเรียนที่ ๒

สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา ศูนย์บัณฑิตศึกษาวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
และผู้สนใจศึกษาวิชาสติปัฏฐานภาวนาทั่วไป

ผู้รวบรวม/เรียบเรียง

พระภิกษุไพศาลเมธี วิ.

น.ธ. เอก, ป.ธ.๘, พธ.บ.(เกียรติคุณอันดับ ๑), พธ.ม. (วิปัสสนาภาวนา)

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ศูนย์บัณฑิตศึกษาวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

พ.ศ. ๒๕๖๖

คำนำ

พระพุทธเจ้าทรงได้รับข่าวพระนาม อีกนามหนึ่งว่า “พระสัพพัญญู” แปลว่า ผู้รู้ทั้งปวง คือ ทรงรู้หมดทุกอย่าง ด้วยความที่พระองค์ทรงรู้ทุกสิ่งทุกอย่างนี้เอง จึงมีพระดำริว่า ถ้าหากทรงสอนทั้งหมด หรือบอกทั้งหมดที่ทรงรู้ก็จะก่อให้เกิดโทษ เกิดหายนะแก่มวลสรรพสัตว์เสียมากกว่า พระองค์จึงทรงเลือกที่จะสอนเฉพาะเรื่องที่เป็นไปเพื่อดับความทุกข์ เพื่อคลายความโศกเท่านั้น พระพุทธเจ้าเปรียบเหมือน หมอผ่าตัดผู้บาดเจ็บที่ถูกลูกศรยิงปักอก หมอไม่จำเป็นต้องใส่ใจว่า คนยังเป็นใคร ทำไมจึงยิง หมอทำหน้าที่เพียงเร่งผ่าตัดช่วยชีวิตให้เร็วที่สุด แต่ถ้าผู้ป่วยไม่ยอมให้ผ่าตัดเอาลูกศรออก โดยตั้งเงื่อนไขว่า “ต้องหากคนยิงให้ได้ก่อน ว่าเขาหน้าตาเป็นอย่างไร? ผู้หญิงหรือผู้ชาย ต้องให้เขาบอกเหตุผลที่ยิงให้ได้ ก่อนจึงจะยอมให้หมอผ่าตัดเอาลูกศรออก” ถ้าเป็นเช่นนั้นก็รับรองได้ว่าผู้ป่วยต้องเสียชีวิตก่อนอย่างแน่นอน ศาสนาพุทธมุ่งแก้ปัญหาด้วยความรู้ที่ถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริงของชีวิต ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามรู้ความจริง เพราะระบบความรู้นี้มีขึ้นเกิดจากเพียงการคิดวิเคราะห์ หรืออ้างเหตุผลจากแหล่งความรู้อื่น แต่เริ่มต้นจากประสบการณ์ตรงของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเอง และถูกพิสูจน์อย่างประจักษ์แจ้งโดยประสบการณ์ตรงของพระภิกษุในพุทธศาสนาทุกยุคทุกสมัย

การเจริญวิปัสสนา คือ การเพ่งพินิจพิจารณาธรรมตามเป็นจริง แต่ที่เราไม่เห็นรูป-เห็นนามตามความเป็นจริงคือโดยความเป็นไตรลักษณ์ ได้โดยง่ายนั้น ก็เพราะมีสิ่งขวางกั้นไว้ คือ สันตติปัตติบังอนิจจัง อริยาบถปิดบังทุกข์ ขณสังขญาปิดบังอนัตตา อันก่อให้เกิดความเข้าใจผิด รู้ผิด เห็นผิด ๔ ประการ คือ (๑) สำคัญผิดว่ารูปสังขารเป็นของสวยงาม (๒) สำคัญผิดว่ารูป-นามเป็นสุข (๓) สำคัญผิดว่ารูป-นามเป็นของเที่ยง (๔) สำคัญผิดว่ารูป-นามสังขารเป็นตัวตน วิธีการที่จะกำจัดความสำคัญผิดทั้ง ๔ ประการนี้ได้ มีอยู่เพียงทางเดียวเท่านั้น นั่นคือการตามรู้ ตามเห็น ความจริงของรูป-นามตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นอกจากนี้ไม่มีทางใดอีกเลย

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ทำให้เกิดวิปัสสนาปัญญาเห็นแจ้งความจริงของรูป-นาม ในคัมภีร์ อรรถกถากล่าวว่า สติปัฏฐาน ๔ มุ่งแสดงการละหรือทำลายวิปลาสธรรมเป็นหลัก คือ สุขาวิปลาส กำจัดได้ด้วยการเจริญกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน สุขวิปลาสกำจัดได้ด้วยการเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน นิจจวิปลาสกำจัดได้ด้วยการเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน อตตวิปลาสกำจัดได้ด้วยการเจริญธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้ จึงกล่าวได้ว่าวิปัสสนาและสติปัฏฐานเป็น สิ่งเดียวกันโดยความเป็นเหตุเป็นผลกัน คือ วิปัสสนาญาณจะมีขึ้นไม่ได้เลยหากขาดกระบวนการพิจารณาธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔

หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กำหนดให้บัณฑิตต้องศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐานสูตร

และสูตรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติ จัดระบบหน่วยกิตการเรียนหมวดวิชาเอก
หนึ่งเนื้อหาวิชาที่มีมากและพิศดาร ไม่อาจทำได้ในเวลาอันจำกัดตาม ระบบหน่วยกิต
ผู้บรรยายในฐานะอาจารย์ผู้รับผิดชอบประจำรายวิชา จึงได้จัดทำเอกสารประกอบการสอน
ประจำรายวิชา สรุปใจความแบ่งเนื้อหาเป็น ๖ บท

เอกสารประกอบการสอนรายวิชาสติปัญญาญาณภาวนานี้ แสดงวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
ตามแนวสติปัญญาสูตร และสูตรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติ แสดงสาระสำคัญ ๖ ประการ คือ
ที่มาและความสำคัญของคัมภีร์พุทธศาสนาและมหาสติปัญญาสูตร ความหมายและเนื้อหาของ
มหาสติปัญญาสูตร เนื้อหาหลักธรรมในมหาสติปัญญาสูตร วิธีการและลำดับขั้นตอนของการเจริญ
สติปัญญา ๔ วิธีฝึกปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัญญา ๔ ในอิริยาบถต่างๆ อานิสงส์และ
ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการเจริญสติปัญญาญาณภาวนา

หวังว่า เอกสารประกอบการสอนรายวิชาสติปัญญาญาณภาวนานี้ จะเอื้อประโยชน์ในการ
ศึกษาค้นคว้าสำหรับนิสิตมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา และผู้สนใจศึกษาภาษาบาลีทั่วไป

กุศลที่เกิดขึ้นจากการเขียนเรียบเรียง ขออุทิศให้แก่ท่านพระครูปกาศิตพุทธศาสตร์
ผู้ให้ความรู้ทางธรรมและโอกาสทางการศึกษาแก่ผู้เขียน และขอน้อมถวายเป็นอาจริยบูชา
แต่พระพรหมมังคลาจารย์ (หลวงพ่อปัญญาันทะ) พระครูศรีคณาภิรักษ์ (อาจารย์ผู้สอนภาษาบาลี)
โดยเฉพาะอย่างยิ่งเจ้าประคุณ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) ผู้ก่อตั้งสถาบัน
บาฬีศึกษาพุทธโฆส พระมหาเถระผู้ชวนชวนเพื่อให้วิชาวิปัสสนาภาวนากลับมาเฟื่องฟูในวงการ
คณะสงฆ์อีกครั้งหนึ่ง ซึ่งมีอุปการคุณต่อผู้เขียนอย่างหาประมาณมิได้ ที่ให้โอกาสแก่ผู้เขียนได้รู้ว่า
วิปัสสนาที่ถูกต้องแท้จริงเป็นอย่างไร ขอกราบอภิวาทน้อมในพระคุณบูรพาจารย์ผู้รักษาสืบทอด
พระพุทธศาสนา ให้ยืนยาวมาจนถึงปัจจุบัน อาจารย์ผู้รจนาคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทสำหรับ
ศึกษา คำนคว้าทุก ๆ ท่าน

ความผิดพลาดที่เกิดขึ้นในเอกสารนี้ ผู้เขียนขอน้อมรับขอเสนอแนะ และพร้อมจะนำไป
แก้ไข ให้ถูกต้อง ในการจัดพิมพ์ครั้งต่อไป

พระภิกษุไพศาลเมธี วิ.(ประเสริฐ มนต์เสวี)

๒๓ ตุลาคม ๒๕๖๖



คำอธิบายรายวิชา (Course Syllabus)

๑. ชื่อรายวิชา : สติปัญญาญาณภาวนา (Satipatthanabhavana)
๒. รหัสวิชา : ๖๐๖ ๒๐๒ ๓ (๓-๐-๖)
ภาควิชา : บัณฑิตวิทยาลัย สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
จำนวนหน่วยกิต : ๓ หน่วยกิต
หมวดวิชา : หมวดวิชาเอก
ปีการศึกษา : ชั้นปีที่ ๑ ภาคการศึกษาที่ ๒
สภาพรายวิชา : เป็นวิชาเอก สำหรับนิสิตมหาบัณฑิต หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
เวลาศึกษา : จำนวน ๔๕ คาบเรียน โดยจัดชั่วโมงทฤษฎี ๓ คาบต่อสัปดาห์ ตลอดเวลา ๑๖ สัปดาห์ นอกจากนี้ นิสิตจะต้องใช้เวลาศึกษาค้นคว้าด้วยตัวเอง และทำงานที่ได้รับมอบหมาย สัปดาห์ละ ๖ ชั่วโมง ตลอดระยะเวลาศึกษา
๓. อาจารย์ประจำวิชา/ผู้บรรยาย : พระภิกษุญาณพิศาลเมธี วิ. และคณะ
๔. รายละเอียดประจำวิชา
ศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัญญาญาณสูตร และสูตรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติ
๕. จุดประสงค์การเรียนรู้
 ๑. สามารถบอกที่มาและความสำคัญ ของคัมภีร์พุทธศาสนาและมหาสติปัญญาญาณสูตรได้
 ๒. สามารถบอกความหมาย และเนื้อหาของมหาสติปัญญาญาณสูตรได้
 ๓. สามารถอธิบายเนื้อหาหลักธรรมในมหาสติปัญญาญาณสูตรได้
 ๔. สามารถอธิบายวิธีการและลำดับขั้นตอนของการเจริญสติปัญญาญาณ ๔ ได้
 ๕. สามารถบอกวิธีฝึกปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัญญาญาณ ๔ ในอิริยาบถต่าง ๆ ได้
 ๖. สามารถบอกอานิสงส์และประโยชน์จากการเจริญสติปัญญาญาณภาวนาได้

๖. จุดประสงค์ย่อยเพื่อวัดผลหลังเรียน

๑. สามารถบอกที่มาและความสำคัญของคัมภีร์พุทธศาสนาและมหาสติปัญญาญาณสูตร ได้ถูกต้อง
๒. สามารถบอกความหมาย และเนื้อหาของมหาสติปัญญาญาณสูตร ได้ถูกต้อง
๓. สามารถอธิบายเนื้อหาของหลักธรรมในมหาสติปัญญาญาณสูตร ได้ถูกต้อง
๔. สามารถอธิบายวิธีการและลำดับขั้นตอนของการเจริญสติปัญญา ๔ ได้ถูกต้อง
๕. สามารถบอกวิธีฝึกปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัญญา ๔ ในอิริยาบถต่าง ๆ ได้ถูกต้อง
๖. สามารถบอกอานิสงส์และประโยชน์จากการเจริญสติปัญญาญาณภาวนา ได้ถูกต้อง

๗. จุดประสงค์เชิงคุณธรรม

๑. นิสิตมีความรู้ เข้าใจ เกิดศรัทธาและวิริยะเต็มเปี่ยมต่อการเจริญสติปัญญาญาณภาวนา ในพระพุทธรศาสนา อันส่งผลให้อิทธิยัสสมบูรณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต่อไป
๒. นิสิตเห็นคุณค่าของการศึกษาและปฏิบัติสติปัญญาญาณภาวนา อันเป็นแนวทางที่ถูกต้องในการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

๘. ลำดับเนื้อหา

รายวิชาสติปัญญาญาณภาวนา แสดงวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัญญาญาณสูตร และสูตรอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ การเจริญสติ ขอบข่ายเนื้อหา ดังนี้

- บทที่ ๑ บทนำ ว่าด้วยที่มาและความสำคัญของคัมภีร์พุทธศาสนาและสติปัญญาญาณสูตร
- บทที่ ๒ มหาสติปัญญาญาณสูตร ว่าด้วยความหมาย และเนื้อหาของมหาสติปัญญาญาณสูตร
- บทที่ ๓ อรรถาธิบายมหาสติปัญญาญาณสูตร ว่าด้วยเนื้อหาของหลักธรรมในมหาสติปัญญาญาณสูตร
- บทที่ ๔ หลักสติปัญญาญาณภาวนา ว่าด้วยวิธีการ และลำดับขั้นตอนของการเจริญสติปัญญา ๔
- บทที่ ๕ ฝึกปฏิบัติสติปัญญาญาณภาวนา ว่าด้วยวิธีฝึกปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัญญา ๔ ในอิริยาบถต่าง ๆ
- บทที่ ๖ บรรลูลิขชาและวิมุตติ ว่าด้วยอานิสงส์และประโยชน์จากการเจริญสติปัญญาญาณภาวนา

๕. รายละเอียดของวิชาและแผนการสอน

สัปดาห์ที่/คาบที่	หัวข้อ/เรื่อง	สื่อ/กิจกรรม
๑ ๑ - ๒ - ๓	<p>แนะนำรายวิชา</p> <p>บทที่ ๑. บทนำ</p> <p>ที่มาและความสำคัญของคัมภีร์พุทธศาสนา และสติปัญญาญาณสูตร</p>	<p>๑. เอกสารประกอบการสอน</p> <p>๒. vdo บรรยายของผู้ทรงคุณวุฒิ</p>
๒ ๔ - ๕ - ๖	<p>บทที่ ๒. มหาสติปัญญาญาณสูตร</p> <p>ความหมาย และเนื้อหาของมหาสติปัญญาญาณสูตร</p> <ul style="list-style-type: none"> - ความเป็นมา - ใจความสำคัญ และหลักการเบื้องต้น 	<p>๓. งานมอบหมาย ค้นข้อมูลจากคัมภีร์บาลีแปล</p> <p>๔. เขียนบทความ แสดงความคิดเห็นจากบทเรียน</p>
๓ ๗ - ๘ - ๙	<p>บทที่ ๒. มหาสติปัญญาญาณสูตร</p> <p>ความหมาย และเนื้อหาของมหาสติปัญญาญาณสูตร</p> <ul style="list-style-type: none"> - แปลพระบาลี กายานุปัสสนาสติปัญญาญาณ - แปลพระบาลี เวทนานุปัสสนาสติปัญญาญาณ - แปลพระบาลี จิตตานุปัสสนาสติปัญญาญาณ 	
๔ ๑๐ - ๑๑ - ๑๒	<p>บทที่ ๒. มหาสติปัญญาญาณสูตร</p> <p>ความหมาย และเนื้อหาของมหาสติปัญญาญาณสูตร</p> <ul style="list-style-type: none"> - แปลพระบาลี ธัมมานุปัสสนาสติปัญญาญาณ - หลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับสติปัญญาญาณ ๔ 	

สัปดาห์ที่/คาบที่	หัวข้อ/เรื่อง	สื่อ/กิจกรรม
<p>๕ ๑๓ - ๑๔ - ๑๕</p>	<p>บทที่ ๓. อรรถาธิบายมหาสติปัญญาสูตร เนื้อหาหลักธรรมในมหาสติปัญญาสูตร</p> <ul style="list-style-type: none"> - อธิบายพระบาลี สติปัญญา - อธิบายหลักธรรม กายานุปัสสนาสติปัญญา 	<p>๑. เอกสารประกอบการสอน</p>
<p>๖ ๑๖ - ๑๗ - ๑๘</p>	<p>บทที่ ๓. อรรถาธิบายมหาสติปัญญาสูตร เนื้อหาหลักธรรมในมหาสติปัญญาสูตร</p> <ul style="list-style-type: none"> - อธิบายหลักธรรม เวทนานุปัสสนาสติปัญญา - อธิบายหลักธรรม จิตตานุปัสสนาสติปัญญา 	<p>๒. vdo บรรยายของผู้ทรงคุณวุฒิ</p> <p>๓. งานมอบหมาย ค้นข้อมูลจากคัมภีร์บาลีแปล</p>
<p>๗ ๑๙ - ๒๐ - ๒๑</p>	<p>บทที่ ๓. อรรถาธิบายมหาสติปัญญาสูตร เนื้อหาหลักธรรมในมหาสติปัญญาสูตร</p> <ul style="list-style-type: none"> - อธิบายหลักธรรม ฌมมานุปัสสนาสติปัญญา - อธิบายหลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับสติปัญญา ๔ 	<p>๔. เขียนบทความแสดงความคิดเห็นจากบทเรียน</p>
<p>๘ ๒๒ - ๒๓ - ๒๔</p>	<p>บทที่ ๔. หลักสติปัญญาญาณ วิธีการและลำดับขั้นตอนของการเจริญสติปัญญา ๔</p> <ul style="list-style-type: none"> - การเจริญกายานุปัสสนาสติปัญญา - หลักธรรมที่เกี่ยวข้องของกายานุปัสสนาสติปัญญา 	
<p>๙ ๒๕ - ๒๖ - ๒๗</p>	<p>บทที่ ๔. หลักสติปัญญาญาณ วิธีการและลำดับขั้นตอนของการเจริญสติปัญญา ๔</p> <ul style="list-style-type: none"> - การเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัญญา - หลักธรรมที่เกี่ยวข้องของเวทนานุปัสสนาสติปัญญา - การเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัญญา - หลักธรรมที่เกี่ยวข้องของจิตตานุปัสสนาสติปัญญา 	

ลำดับที่/ คาบที่	หัวข้อ/เรื่อง	สื่อ/กิจกรรม
๑๐ ๒๘ - ๒๙ - ๓๐	สอบกลางภาค - สอบเก็บคะแนนระหว่างภาคเรียน ๖๐ คะแนน	
๑๑ ๓๑ - ๓๒ - ๓๓	บทที่ ๔. หลักสถิติพื้นฐานภาวณา วิธีการและลำดับขั้นตอนของการเจริญ สถิติพื้นฐาน ๔ - การเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน - หลักธรรมที่เกี่ยวข้องของธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน - หลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสติ	๑. เอกสารประกอบ การสอน ๒. vdo บรรยายของ ผู้ทรงคุณวุฒิ ๓. งานมอบหมาย ค้นข้อมูลจากคัมภีร์ บาลีแปล
๑๒ ๓๔ - ๓๕ - ๓๖	บทที่ ๕. ฝึกปฏิบัติสถิติพื้นฐานภาวณา วิธีฝึกปฏิบัติสถิติพื้นฐาน ๔ ในอริยาบถต่าง ๆ - วิธีฝึกปฏิบัติกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน - วิธีฝึกปฏิบัติในอริยาบถต่าง ๆ	๔. เขียนบทความ แสดงความคิดเห็นจาก บทเรียน
๑๓ ๓๗ - ๓๘ - ๓๙	บทที่ ๕. ฝึกปฏิบัติสถิติพื้นฐานภาวณา วิธีฝึกปฏิบัติสถิติพื้นฐาน ๔ ในอริยาบถต่าง ๆ - วิธีฝึกปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน - วิธีฝึกปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	
๑๔ ๔๐ - ๔๑ - ๔๒	บทที่ ๕. ฝึกปฏิบัติสถิติพื้นฐานภาวณา วิธีฝึกปฏิบัติสถิติพื้นฐาน ๔ ในอริยาบถต่าง ๆ - วิธีฝึกปฏิบัติธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	
๑๕ ๔๓ - ๔๔ - ๔๕	บทที่ ๕. บรรลุมรรคและนิมุตติ อานิสงส์และประโยชน์จากการเจริญสติปัฏฐาน - แนวทางการบรรลุมรรค - แนวทางการบรรลุนิมุตติ	
๑๖ ๔๖ - ๔๗ - ๔๘	นำเสนอรายงาน สอบปลายภาค - เสนอรายงาน และสอบปลายภาค ๔๐ คะแนน	

๑๐. การประเมินผล : แบ่งคะแนนวัดผลระหว่างภาค และปลายภาคการศึกษา ออกเป็นดังนี้

๑) หลักการ

หลักแบ่ง	ภาคการศึกษา		คะแนน
	ระหว่างภาค	ปลายภาค	
ภาคทฤษฎี			
- ความเข้าใจ	๒๐	๑๐	๓๐
- ความจำ	๒๐	๑๐	๓๐
- การนำไปใช้	๑๐	๑๐	๒๐
ภาคกิจกรรม	๑๐	๑๐	๒๐
รวม	๖๐	๔๐	๑๐๐

๒) เกณฑ์/ระดับคะแนน

- ๒.๑ มีระดับคะแนนเมื่อรวมทุกส่วนแล้วไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๘๐ และ
- ๒.๒ มีเวลาเรียนไม่ต่ำกว่าร้อยละ ๘๐ ของเวลาเรียนตลอดรายวิชา
- ๒.๓ มีระดับคะแนนและเกณฑ์วัดผลประเมินผล ดังนี้

เกณฑ์คะแนน

คะแนน	เกรด	ระดับ	ผล
ต่ำกว่า ๘๐	F	๐	ไม่ผ่าน (Failed)
๘๐ - ๘๔	B	๓.๐๐	ผ่าน / ดี (Good)
๘๕ - ๘๙	B+	๓.๓๓	ผ่าน / ดีมาก (Fairly Good)
๙๐ - ๙๔	A-	๓.๖๗	ผ่าน / เยี่ยม (Very Good)
๙๕ - ๑๐๐	A	๔.๐๐	ผ่าน / เยี่ยมมาก (Excellent)

ในรายวิชาที่หลักสูตรกำหนดไว้เป็นรายวิชาบังคับ และวิชาเอก นิสิตได้ต่ำกว่า B ต้องลงทะเบียนรายวิชานั้นใหม่

๓) ตารางกำหนดคะแนน (ระหว่างภาค / ปลายภาค)

วัดผล ครั้งที่	น้ำหนักคะแนน เรื่องวัดผล / ประเมินผล	คะแนนรวม	เกณฑ์ผ่าน / ร้อยละ	น้ำหนักคะแนน				
				พุทธิพิสัย			ทักษะพิสัย	กิจกรรม / งานที่มอบหมาย
				ความเข้าใจ	ความจำ	การนำไปใช้		
๑.	บทที่ ๑. ศาสนาพุทธ	๑๐	๘๐	๓	๓	๕	-	๕
๒.	บทที่ ๒ มหาสติปัฏฐานสูตร	๒๐	๘๐	๖	๖	๘	-	๘
๓.	บทที่ ๓ อรรถาธิบายมหาสติปัฏฐานสูตร	๒๐	๘๐	๖	๖	๘	-	๘
๔.	บทที่ ๔ หลักสถิติพื้นฐานภาวณา	๒๐	๘๐	๖	๖	๘	-	๘
๕.	บทที่ ๕ ผูกปฏิบัติสถิติพื้นฐานภาวณา	๒๐	๘๐	๖	๖	๘	-	๘
๖.	บทที่ ๖ บรรลุมัชชาและวิมุตติ	๑๐	๘๐	๓	๓	๕	-	๕
	รวมคะแนนวัดผลระหว่างภาคการศึกษา	๖๐	๘๐	๒๐	๒๐	๑๐	-	๑๐
	รวมคะแนนวัดผลปลายภาคการศึกษา	๔๐	๘๐	๑๐	๑๐	๑๐	-	๑๐
	- คะแนนภาคพุทธิพิสัย	๘๐	๘๐	๓๐	๓๐	๒๐	-	-
	- คะแนนภาคกิจนิสัย / งานที่มอบหมาย	๒๐	๘๐	-	-	-	-	๒๐
	รวมคะแนนตลอดภาคการศึกษา	๑๐๐	๘๐					



เกียรติคุณประกาศ

บุญกุศลใด ๆ ที่เกิดจากการเขียนและเผยแพร่หนังสือเล่มนี้ ขออุทิศให้แก่ท่าน พระครูภาสิตพุทธศาสตร์ ผู้ให้ปฏิบัติทางธรรมและโอกาสทางการศึกษาแก่ผู้เขียน และอุทิศบุญกุศลให้แก่ พระธรรมวิมลโมลี (รุ่น อธิปถุญ) พระศีลาจารย์พิพัฒน์ พระครูวิสุทธิธีรญาณ (ไวพจน์ กตปุณฺโณ) อาจารย์นิมิตร โพธิพัฒน์ อาจารย์มลล ทัตตะโสภณ ตลอดถึงบูรพาจารย์ และบรรพบุรุษทุก ๆ ท่าน

ขออนุโมทนาบุญกับอุบาสกอุบาสิกาทุกท่าน ผู้ร่วมกันชวนชวนในการ จัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

ข้อมูลใด ๆ ในหนังสือเล่มนี้จะมีไม่ได้เลยหากผู้เขียนไม่ได้รับการสั่งสอน ฝึกฝนอบรม และอุปถัมภ์การศึกษาจากพระมหาเถระ ๔ รูปนี้ คือ

๑. พระธรรมโกศาจารย์ (หลวงพ่อปัญญาจารย์)
๒. สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ)
๓. สยาดอภัททันตะ วิโรจนะ (วัดจตุรพักตรพิมาน)
๔. พระครูศรีศรัณมณีรักษ์ (เจ้าคณะอำเภอรอนด)

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	[3]
คำอธิบายรายวิชา	[5]
- ชื่อรายวิชา	[5]
- รหัสวิชา	[5]
- รายละเอียดประจำวิชา	[5]
- จุดประสงค์การเรียนรู้	[5]
- ลำดับเนื้อหา	[6]
- รายละเอียดของวิชาและแผนการสอน	[7]
- การประเมินผล	[10]
เกียรติคุณประกาศ	[12]
สารบัญ	[13]
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	[20]
บทที่ ๑ ศาสนาพุทธสอนอะไร	๑
๑.๑ พุทธศาสนาเถรวาท	๑
๑.๑.๑ ประวัติความเป็นมา	๑
๑.๑.๒ ความหมายตามภาษาอังกฤษ	๒
๑.๑.๓ มูลเหตุที่ทำให้เกิดศาสนา	๓
๑.๑.๔ องค์ประกอบของศาสนา	๔
๑.๑.๕ ประเภทของศาสนา	๖
๑.๒ ศาสนาพุทธ	๗
๑.๒.๑ พุทธศาสนาเถรวาท	๗
๑.๒.๒ พระไตรปิฎก	๗
๑.๓ เป้าหมายของพระพุทศาสนา	๑๒
๑.๓.๑ พระพุทธเจ้าสอนอะไร	๑๒
๑.๓.๒ รู้จักกิเลส เห็นแจ้งทุกข์ เข้าถึงธรรม	๑๔
๑.๓.๓ การระงับกิเลสในแต่ละระดับ	๑๖
๑.๓.๔ การระงับอนุสัยกิเลส	๑๗
๑.๓.๕ วิปัสสนาภาวนา	๒๐

๑.๓.๖ วิปัสสนาปัญญาเกิดจากการเจริญสติปัฏฐาน ๔

๒๒

บทที่ ๒ มหาสติปัฏฐานสูตร

๒๕

๒.๑ ความเป็นมาของมหาสติปัฏฐานสูตร

๒๕

๒.๒ ใจความสำคัญของมหาสติปัฏฐานสูตร

๒๘

๒.๓ สติปัฏฐานทำไมต้องมี ๔

๓๐

๒.๓.๑ วิปัสสนาธรรม ๔

๓๔

๒.๓.๒ โขธะ ๔

๓๕

๓.๓.๓ โยคะ ๔

๓๖

๒.๓.๔ อาสวะ ๔

๓๗

๒.๓.๕ คันถะ ๔

๓๘

๒.๓.๖ อุปาทาน ๔

๔๐

๒.๓.๗ อคติ ๔

๔๒

๒.๓.๘ อาหาร ๔

๔๓

๒.๔ แปลบาลี มหาสติปัฏฐานสูตร

๔๖

๒.๔.๑ แปลบาลี กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๔๘

๑) อานาปานปัพพะ

๔๘

๒) อิริยาปถปัพพะ

๕๔

๓) สัมปชัญญปัพพะ

๕๕

๔) ปฏิกุลมนสิการปัพพะ

๕๖

๕) ธาตุมนสิการปัพพะ

๕๙

๖) นวสีกติกปัพพะ

๖๐

๒.๔.๒ แปลบาลี เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๖๕

๒.๔.๓ แปลบาลี จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๖๗

๒.๔.๔ แปลบาลี ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๖๘

๑) นีวรณปัพพะ

๖๘

๒) ชันธปัพพะ

๗๑

๓) อายตนปัพพะ

๗๓

๔) โพชฌังคปัพพะ

๗๔

๕) สัจจปัพพะ

๗๗

๒.๒.๕ แปลบาลี อานิสงส์การเจริญสติปัฏฐาน ๔

๙๑

๒.๕ วิธีทำสติปัฏฐาน ๔ วิชชา ๘ และวิมุตติให้บริบูรณ์

๙๓

๓.๑๓.๔ อรรถกถาอธิบาย โปชนังคปัพพะ	๒๓๗
๓.๑๓.๕ อรรถกถาอธิบาย สัจจปัพพะ	๒๖๑
๑) ทุกขอริยสัจ	๒๖๒
๒) ทุกขสมุทัยอริยสัจ	๒๗๕
๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ	๒๘๐
๔) มรรคอริยสัจ	๒๘๕
๓.๑๔ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายอานิสงส์	๒๙๗
๓.๑๕ สติปัฏฐาน ๔ ทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์	๓๐๐
บทที่ ๔ หลักสติปัฏฐานภาวนา	๓๐๑
๔.๑ ความหมายและความสำคัญของสติปัฏฐาน ๔	๓๐๑
๔.๑.๑ อธิบายศัพท์ “สติปัฏฐาน”	๓๐๑
๔.๑.๒ อธิบายความหมาย “สติปัฏฐาน”	๓๐๓
๔.๑.๓ ความสำคัญของสติปัฏฐาน ๔	๓๐๕
๔.๑.๔ องค์ประกอบสำคัญในการเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๐๙
๔.๑.๕ จุดมุ่งหมายของสติปัฏฐาน ๔	๓๑๒
๔.๒ หลักปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔	๓๑๓
๔.๒.๑ อธิบาย กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๑๔
๑) อานาปานปัพพะ	๓๑๖
๒) อิริยาปถปัพพะ	๓๒๐
๓) สัมปชัญญูปัพพะ	๓๒๓
๔) ปฏิกุลมณสิการปัพพะ	๓๒๖
๕) ธาตุมนสิการปัพพะ	๓๒๗
๖) นวสีวติกापัพพะ	๓๒๙
๔.๒.๒ อธิบายเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๓๑
- อานิสงส์ของการตามรู้เวทนา	๓๔๑
๔.๒.๓ อธิบาย จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๔๒
- ประเภทของจิต	๓๔๕
- วิธีกำหนดจิต	๓๔๘
- การบังคับจิต	๓๕๐
๔.๒.๔ อธิบาย ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๕๑
๑) นีวรณ์ธรรม ๕	๓๕๒

๒) อุปาทานขันธุ์ ๕	๓๕๓
๓) आयตนะ ๑๒	๓๕๔
๔) โพชฌงค์ ๗	๓๕๖
๕) อริยสัจ ๔	๓๖๒
๔.๒.๕ อานิสงส์การเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๖๔
๔.๓ วิปัสสนาภูมิ ๖ ในสติปัฏฐาน ๔	๓๖๕
๔.๔ การปฏิบัติสุทธวิปัสสนาแบบกำหนดพอง-ยุบ	๓๗๑
๔.๔.๑ การนั่งกำหนดพอง-ยุบ	๓๗๑
๔.๔.๒ กำหนดพอง-ยุบเจริญสติปัฏฐาน ๔	๓๗๒
๔.๔.๓ การบริกรรม	๓๗๓
๑) คำบริกรรมว่า “หนอ”	๓๗๔
๒) การกำหนดบริกรรมภาวนา	๓๗๕
๔.๔.๔ ระเบียบปฏิบัติของสำนักกรรมฐาน	๓๗๗
๑) ระเบียบปฏิบัติของสำนักในวันแรก	๓๗๗
๒) กิจที่พึงทำก่อนนั่งสมาธิ	๓๗๙
๓) บุปผกิจของโยคี (การเตรียมตัว)	๓๘๐
ก. ขอขมาต่อพระรัตนตรัย	๓๘๐
ข. ขอขมาต่อพระอุปัชฌาย์ มารดา-บิดา	๓๘๐
ค. ขอขมาต่อท่านผู้ที่มีคุณศีล มีคุณธรรม	๓๘๑
ง. เจริญจตุรารักษ์กรรมฐาน	๓๘๒
๔.๕ พระวิปัสสนาจารย์สอบอารมณ์กรรมฐาน	๓๘๓
๔.๕.๑ ความสำคัญ	๓๘๓
๔.๕.๒ ประโยชน์ของการสอบอารมณ์	๓๘๔
๔.๕.๓ พระวิปัสสนาจารย์	๓๘๔
๔.๕.๔ การสอบอารมณ์	๓๘๕
๔.๕.๕ การสอบอารมณ์แก้สภาวะธรรมในคัมภีร์	๓๘๖
๑) พระผู้มีพระภาคเจ้าสอบอารมณ์ภิกษุ ๕๐๐ รูป	๓๘๖
๒) พระผู้มีพระภาคเจ้าสอบอารมณ์พระสมิทธิ	๓๘๗
๓) พระผู้มีพระภาคเจ้าสอบอารมณ์พระโสณโกปิวิสะ	๓๘๘
๔) พระผู้มีพระภาคเจ้าสอบอารมณ์พระมหาโมคคัลลานะ	๓๙๐
๕) พระสารีบุตรเถระสอบอารมณ์พระอนุรุทธะ	๓๙๓

บทที่ ๕ ฝึกปฏิบัติสติปัฏฐานภาวนา	๓๙๕
๕.๑ วิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน	๓๙๕
๕.๑.๑ วิปัสสนาแนวสติปัฏฐาน ๔ เพื่อละวิปัสสนา ๔	๓๙๕
๕.๑.๒ โยนิโสมนสิการเครื่องพิจารณาธรรมแนวสติปัฏฐาน ๓	๓๙๗
๕.๒ วิธีปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ แบบสุทธวิปัสสนา	๔๐๒
๕.๓ วิธีฝึกปฏิบัติกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๑๑
๕.๓.๑ วิธีกำหนดในอิริยาบถกราบ	๔๑๐
๕.๓.๒ วิธีกำหนดในอิริยาบถยืน	๔๑๙
๕.๓.๓ วิธีกำหนดในอิริยาบถเดินจงกรม	๔๒๐
๕.๓.๔ วิธีกำหนดในอิริยาบถนั่ง	๔๓๑
๕.๓.๕ วิธีกำหนดในอิริยาบถนอน	๔๔๑
๕.๓.๖ วิธีกำหนดในอิริยาบถย่อย	๔๔๒
๑) วิธีกำหนดในการก้าว ในการถอย	๔๔๓
๒) วิธีกำหนดในการเหลียวมอง	๔๔๔
๓) วิธีกำหนดในการคู้เข้า และเหยียดออก	๔๔๔
๔) วิธีกำหนดในการนั่ง, ห่ม	๔๔๕
๕) วิธีกำหนดในการฉัน	๔๔๕
๖) วิธีกำหนดในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ	๔๔๖
๗) วิธีปฏิบัติในอิริยาบถอื่นๆ	๔๔๖
๕.๔ วิธีฝึกปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๕๓
๕.๔.๑ วิธีกำหนดทุกขเวทนา	๔๕๔
๕.๔.๒ ตัวอย่างการกำหนดเวทนาในคัมภีร์	๔๕๙
๕.๕ วิธีฝึกปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๖๒
๕.๕.๑ การกำหนดต้นจิต	๔๖๓
๕.๕.๒ วิธีกำหนดจิตคิด	๔๖๔
๕.๕.๓ วิธีกำหนดจิตประเภทต่างๆ	๔๖๕
๕.๖ วิธีฝึกปฏิบัติธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๖๗
๕.๖.๑ วิธีกำหนดนิ वर्ณธรรม ๕	๔๖๘
๕.๖.๒ วิธีกำหนดอุปาทานขันธ์ ๕	๔๖๙
๕.๖.๓ วิธีกำหนดอายตนะ ๑๒	๔๗๑
๕.๖.๔ วิธีกำหนดโพชฌงค์ ๗	๔๗๒
๕.๖.๕ วิธีกำหนดอริยสัจ ๔	๔๗๕

บทที่ ๖ บรรลู่วิชาและวิมุตติ	๔๘๑
๖.๑ การบรรลุธรรม	๔๘๑
๖.๑.๑ ความหมาย	๔๘๑
๖.๑.๒ ประเภทของการบรรลุธรรม	๔๘๒
๖.๑.๒.๑ เจโตวิมุตติ	๔๘๔
๖.๑.๒.๓ ปัญญาวิมุตติ	๔๘๕
๖.๒ เหตุให้เกิดการบรรลุธรรม	๔๙๐
๖.๓ แนวทางการบรรลุธรรม	๔๙๓
๖.๓.๑ สीलวิสุทธิ	๔๙๕
๖.๓.๒ จิตตวิสุทธิ	๔๙๕
๖.๓.๓ ทิฏฐิวิสุทธิ	๔๙๖
๖.๓.๔ กังขาตรณวิสุทธิ	๕๙๘
๖.๓.๕ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ	๕๙๘
๖.๓.๖ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ	๕๐๐
๖.๓.๗ ญาณทัสสนาวิสุทธิ	๕๐๗
๖.๔ พระอริยบุคคลผู้บรรลุธรรมแล้ว	๕๑๐
๖.๔.๑ พระโสดาบัน	๕๑๐
๖.๔.๒ พระสกทาคามี	๕๑๙
๖.๔.๓ พระอนาคามี	๕๒๒
๖.๔.๔ พระอรหันต์	๕๒๖
- ปัจจุบันยังมีพระอรหันต์อยู่อีกหรือไม่?	๕๓๘
๖.๕ เหตุสนับสนุนให้เกิดวิชาและวิมุตติ	๕๔๑
๖.๕.๑ วิชา	๕๔๑
๖.๕.๒ วิมุตติ	๕๔๓
๖.๕.๓ อาหารของวิชาและวิมุตติ	๕๔๗
๖.๕.๔ เจริญสติปฏิฐานทำโพชฌงค์ ๗ วิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์	๕๔๘
บรรณานุกรม	๕๕๑

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

หนังสือฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี) ๙/๓/๓๖ หมายถึง สุตตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีสกขนวรรค พระไตรปิฎก ภาษาบาลี เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๓ หน้า ๓๖, ที.สี. (ไทย) ๙/๑๗๐/๕๖ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีส-ขันธวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๑๗๐ หน้า ๕๖

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (ไทย) =	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.มหา. (บาลี) =	วินัยปิฎก	มหาวิภังคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.ป. (ไทย) =	วินัยปิฎก	ปริวาร	(ภาษาไทย)
วิ.ป. (บาลี) =	วินัยปิฎก	ปริวารวคคปาติ	(ภาษาบาลี)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี. (บาลี) =	สุตตตันตปิฎก	ทีฆนิกายปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.สี. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย สีสขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (บาลี) =	สุตตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม. (บาลี) =	สุตตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มุลป้ณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มุลป้ณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.ม. (บาลี) =	สุตตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มัชฌิมป้ณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มัชฌิมป้ณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (บาลี) =	สุตตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย อุปริป้ณณาสกวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.อุ. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย อุปริป้ณณาสก	(ภาษาไทย)
ส.ส. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ส. (บาลี) =	สุตตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สคาถวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ส.นิ. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย นิทานวรรค	(ภาษาไทย)
ส.นิ. (บาลี) =	สุตตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย นิทานวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ส.ข. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)

ส.ข.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	สังยุตฺตนิคาย ขนฺธวาวรรคฺคปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ส.สพ.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	สังยุตฺตนิคาย สพายตฺนวรรค	(ภาษาไทย)
ส.สพ.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	สังยุตฺตนิคาย สพายตฺนคฺคปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ส.ม.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	สังยุตฺตนิคาย มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	สังยุตฺตนิคาย มหาวารวรรค	(ภาษาบาลี)
อง.เอกก.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	อังคฺตฺตฺรนิคาย เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	องคฺตฺตฺรนิคาย เอกกนิบาตปาฬิ	(ภาษาบาลี)
อง.จตุกก.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	อังคฺตฺตฺรนิคาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	องคฺตฺตฺรนิคาย จตุกกนิบาตฺรปาฬิ	(ภาษาบาลี)
อง.ปญจก.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	อังคฺตฺตฺรนิคาย ปญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ปญจก.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	องคฺตฺตฺรนิคาย ปญจกนิบาตปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	ขุทฺทกนิคาย ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	ขุทฺทกนิคาย ธรรมบทปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ขุ.อุ.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	ขุทฺทกนิคาย อุทาน	(ภาษาไทย)
ขุ.อุ.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	ขุทฺทกนิคาย อุทานปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ม.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	ขุทฺทกนิคาย มหานิเทศ	(ภาษาไทย)
ขุ.ม.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	ขุทฺทกนิคาย มหานิเทศปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ป.	(ไทย) = สุตตฺตฺนตปิฎก	ขุทฺทกนิคาย ปฏิสฺมภิกามรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(บาลี) = สุตตฺตฺนตปิฎก	ขุทฺทกนิคาย ปฏิสฺมภิกามคฺคปาฬิ	(ภาษาบาลี)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.สง.	(บาลี) = อภิธมฺมปิฎก	ธมฺมสงฺคณิปาฬิ	(ภาษาบาลี)
อภิ.สง.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ.	(บาลี) = อภิธมฺมปิฎก	วิภังคปาฬิ	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	วิภังคปกรณ์	(ภาษาไทย)
อภิ.ปุ.	(บาลี) = อภิธมฺมปิฎก	ปุคฺคลปณฺณตฺติปาฬิ	(ภาษาบาลี)
อภิ.ปุ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	บุคคลบัญญัติปกรณ์	(ภาษาไทย)
อภิ.ป.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	มหาปฏิฐานปกรณ์	(ภาษาไทย)
อภิ.ป.	(บาลี) = อภิธรรมปิฎก	มหาปฏิฐานปาฬิ	(ภาษาบาลี)

มูล.ฎีกา.	(บาลี)	=	มูลสิกขาฎีกา (ภาษาบาลี)
ที.สี.ฎีกา	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย ลีนตถูปกาสนี สীগฺกชนธวคฺคฎีกา (ภาษาบาลี)
ที.ม.ฎีกา	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย ลีนตถูปกาสนี มหาวคฺคฎีกา (ภาษาบาลี)
ที.สี.อภิวนฎีกา	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย สาธฺวิลาสินี สীগฺกชนธวคฺคอภิวนฎีกา(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ.ฎีกา	(บาลี)	=	ธมมปทมหาฎีกา (ภาษาบาลี)
อภิ.สง.มูลฎีกา	(บาลี)	=	อภิธมมปิฎก ธมมสงคณีมูลฎีกา (ภาษาบาลี)
อภิ.วิ.มูลฎีกา	(บาลี)	=	อภิธมมปิฎก วิภังคมูลฎีกา (ภาษาบาลี)
ม.ฎีกา	(บาลี)	=	มณิทีปฎีกา(ภาษาบาลี)

ง. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ปกรณ์วิเสส

หนังสือฉบับนี้ใช้ปกรณ์วิเสส วิสุทฺธิมรรค ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๕๗๘/๑๗๐. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่มที่ ๒ ข้อที่ ๕๗๘ หน้าที่ ๑๗๐

เนตฺติ.	(บาลี)	=	เนตฺติปกรณ์ (ภาษาบาลี)
มิลินฺท.	(บาลี)	=	มิลินฺทปถหปกรณ (ภาษาบาลี)
สงคฺท.	(บาลี)	=	อภิธมมตถสงคฺท (ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ.	(บาลี)	=	วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์ (ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ.มหาฎีกา	(บาลี)	=	ปรมตถมณฺชฺสา วิสุทฺธิมคฺคมหาฎีกา (ภาษาบาลี)
วิภาวินี.	(บาลี)	=	อภิธมมตถวิภาวินีฎีกา (ภาษาบาลี)

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ : พระภวนาพิศาลเมธี วิ.

[ประเสริฐ มนต์เสวี (พรหมจันทร์)]

การศึกษา :

- นักธรรมชั้นเอก (พ.ศ.๒๕๓๘) วัดราษฎร์บำรุง อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา,
- ป.ธ. ๘ (พ.ศ.๒๕๔๖) วัดมหาสวัสดิ์นาคพุมาราม อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม,
- ปริญญาตรี พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.บาลีพุทธศาสตร์ เกียรตินิยมอันดับหนึ่ง) มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม รุ่นที่ ๕๐ ปีการศึกษา ๒๕๔๖
- ปริญญาโท พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พธ.ม.วิปัสสนาภาวนา วิทยานิพนธ์ระดับ ดี (good)) มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ประสบการณ์ :

- พ.ศ. ๒๕๔๗ - ๒๕๕๐ ครูสอนปริยัติธรรมแผนกบาลี วัดมหาสวัสดิ์นาคพุมาราม
- พ.ศ.๒๕๕๒ – ปัจจุบัน เป็นพระวิปัสสนาจารย์ โครงการอบรมพระวิปัสสนาจารย์ หลักสูตร ๓ เดือน และ ๔ เดือน ของคณะสงฆ์หนกลาง ณ สำนักปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา
- พ.ศ. ๒๕๕๔ - ปัจจุบัน เป็นพระวิปัสสนาจารย์ ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา (หลักสูตร ๗ เดือน) ประจำศูนย์ปฏิบัติธรรม“ธรรมโมลี” ถนนนระรัชต์-เขาใหญ่ อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

งานปกครอง

- พ.ศ. ๒๕๕๖ เป็นผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารามหลวง วัดพิชยญาติการาม วรวิหาร แขวงสมเด็จเจ้าพระยา เขตคลองสาน กรุงเทพมหานคร

ที่อยู่ปัจจุบัน

วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม วัดมหาสวัสดิ์นาคพุมาราม ถนนศาลายา-นครชัยศรี อ. พุทธมณฑล จ. นครปฐม
ศูนย์ปฏิบัติธรรม“ธรรมโมลี” ถ.นระรัชต์-เขาใหญ่ อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา 30450

Email pm.montasavi@gmail.com [www.facebook.com/ พระภวนาพิศาลเมธี](http://www.facebook.com/พระภวนาพิศาลเมธี)

บทที่ ๑

ศาสนาพุทธสอนอะไร

๑.๑ พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๑.๑ ประวัติความเป็นมา

คำว่า “ศาสนา” ตามรูปศัพท์แปลมาจากภาษาสันสกฤตว่า ศาสน์, ภาษาบาลีว่า สาสน์ แปลว่า “คำสั่งสอน”^๑ นอกจากความหมายตามรูปศัพท์ดังกล่าวแล้ว ยังมีความหมายตามเนื้อหา ซึ่งมีนักปราชญ์ทั้งหลายได้แสดงทรรศนะไว้ พอจะนำมากล่าวในที่นี้ดังนี้

ลักษณะที่เรียกว่า ศาสนาได้ หรือ เรียก “religion” ได้มีหลักดังนี้คือ ต้องเป็นเรื่องเชื่อถือได้โดยมีความศรัทธา มีคำสอนทางธรรมจรรยา มีศาสดา และมีผู้สืบทอดคำสอนที่เรียกกันว่า พระหรือนักบวช

สุชีพ ปุญญานุภาพ กล่าวเน้นลักษณะของคำสอนทางศาสนา โดยกล่าวว่า “คำสอนที่นับว่าเป็นศาสนานั้นว่าด้วยเรื่องต่างๆ คือ ความเชื่อในอำนาจที่มองไม่ได้ด้วยตาบางอย่าง เช่น อำนาจของกรรมหรืออำนาจของพระเจ้ามีหลักศีลธรรม มีคำสอนว่าด้วยจุดหมายสูงสุดแห่งชีวิต และมีพิธีกรรม”^๒

คำนิยามศาสนา ในพจนานุกรมของราชบัณฑิตยสถานได้ให้คำจำกัดความไว้ว่า ศาสนา คือ ลัทธิความเชื่อถือของมนุษย์อันมีหลัก คือแสดงกำเนิดและความสิ้นสุดของโลกเป็นต้น อันเป็นไปในฝ่ายปรมาตมประการหนึ่ง แสดงหลักกรรมเกี่ยวกับบุญบาปอันเป็นไปในฝ่ายศีลธรรมประการหนึ่ง พร้อมทั้งลัทธิพิธีที่กระทำตามความเห็นหรือตามคำสั่งสอนในความเชื่อถือ นั้นๆ^๓

กล่าวโดยสรุป คำสั่งสอนที่จัดได้ว่าเป็นศาสนาตามความหมายในภาษาไทย มักเป็นคำสั่งสอนที่ว่าด้วยเรื่องต่างๆ ดังนี้

^๑ สุชีพ ปุญญานุภาพ, ประวัติศาสตร์ศาสนา, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรพิทยากาพิมพ์, ๒๕๓๘), หน้า ๑.

^๒ สุชีพ ปุญญานุภาพ, ประวัติศาสตร์ศาสนา, อ้างแล้ว, หน้า ๒.

^๓ พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๒๕), หน้า ๗๘๓.

๑. ว่าด้วยเรื่องความเชื่อในอำนาจที่มองไม่เห็นด้วยตาบางอย่าง เช่น อำนาจของกรรม (ตามคติแห่งศาสนาพุทธ) , อำนาจของพระเจ้า (ตามคติของศาสนาที่นับถือพระเจ้า) เป็นต้น

๒. ว่าด้วยหลักศีลธรรม คือ มีหลักศีลธรรมทางศาสนาให้เว้นชั่ว ประพฤติความดี ซึ่งแต่ละศาสนาก็อาจจะมีหลักคำสอนที่ต่างกันออกไป แต่มีจุดมุ่งหมายคือ ให้เว้นชั่ว ประพฤติดี

๓. ว่าด้วยจุดหมายสูงสุดแห่งชีวิต เช่น นิพพาน (ในพระพุทธศาสนา), การมีชีวิตอยู่กับพระเจ้าในสวรรค์ (ตามคติแห่งศาสนาคริสต์และอิสลาม) เป็นต้น

๔. มีพิธีกรรมทางศาสนา คือระเบียบวิธีปฏิบัติ เพื่อให้เกิดความตั้งงามตามหลักศาสนา นั้นๆ เช่น การบรรพชา - อุปสมบท (ตามคติแห่งพระพุทธศาสนา) , การรับศีลล้างบาป การรับศีลมหาสนิท (ตามคติแห่งศาสนาคริสต์) เป็นต้น^๔

๑.๑.๒ ความหมายตามภาษาอังกฤษ

คำว่า “ศาสนา” ตรงกับคำภาษาอังกฤษว่า “religion” และคำว่า religion นักปราชญ์ทางภาษาศาสตร์ได้สันนิษฐานว่ามาจากคำ ๒ คำ คือ

“reoegere” แปลว่า การปฏิบัติต่อ หรือ การเกี่ยวข้อด้วยความระมัดระวัง “religare” แปลว่า การผูกพัน ดังนั้น ความหมายของคำว่า religion จึงหมายถึง การปฏิบัติต่อ การเกี่ยวข้อ หรือ ผูกพันอย่างระมัดระวัง ซึ่งในที่นี้คงหมายถึง การปฏิบัติต่อพระเจ้าด้วยความพิถีพิถันการเกี่ยวข้อกับพระเจ้าด้วยความจงรักภักดี หรือการผูกพันกับพระเจ้าด้วยความรักและศรัทธา^๕

ความหมายของคำว่า Religion ตามที่กล่าวมานี้จะมีความเกี่ยวข้องกับพระเจ้า เป็นหลัก เพราะตามรูปศัพท์ดังกล่าวนี้ ฤกษ์บัญญัติขึ้นโดยชาวตะวันตก ซึ่งได้รับการอบรมกันมาให้เชื่อถือในเรื่องของพระเจ้า ดังนั้น ศาสนาในทรรศนะของตะวันตกนี้จึงไม่อาจแยกออกจากพระเจ้าได้จนมีคำกล่าวว่า เมื่อไม่มีพระเจาก็ไม่มีศาสนา

พจนานุกรมภาษาอังกฤษ ของ Webster's ได้ให้ความหมายไว้ว่า ศาสนา คือ การรับใช้และการบูชาพระเจ้าองค์เดียว (God) หรือเทพองค์ใดองค์หนึ่ง (a god) ซึ่งแสดงออกมาในรูปของการกราบไหว้บูชา เชื่อฟังในข้อบัญญัติของพระองค์ อันเป็นการแสดงออกซึ่งวิถีชีวิต ที่ถือเหมือนเป็นหน้าที่ของผู้ศรัทธาอย่างแท้ จริง^๖

^๔ สุชีพ ปุญญานุภาพ, ประวัติศาสตร์พุทธศาสนา, อ่างแล้ว, หน้า ๑-๒.

^๕ คุณ โทซันท์, ศาสนาเปรียบเทียบ, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, ๒๕๒๗), หน้า ๑.

^๖ สุจิตรา (อ่อนค้อม) ธรณีน, ศาสนาเปรียบเทียบ, อ่างแล้ว, หน้า ๑-๒.

อิงเกอร์โซล ได้แสดงทัศนะไว้ว่า การสอนให้รักความยุติธรรม ต้องการแต่สิ่งที่ถูกรักความเมตตากรุณาต่อสัตว์ที่ได้ทุกข์ ช่วยเหลือคนที่อ่อนแอ ไม่มีความริษยาพยาบาทใคร ตั้งใจแต่จะทำประโยชน์ให้ทั่วไป รักษาความสัตย์จริง พูดคำที่สุจริตมิให้ใครเดือดร้อน รักความเป็นไท ปลุกใจให้ประพฤติดีและมีความกล้าหาญ ตัดทิ้งตัวลำเอียง ตัวโทสะเสีย ดังนั้น คือ องค์แห่งศาสนา^๑

จากที่กล่าวมาแล้วข้างต้นพบว่า ความหมายและคำจำกัดความของคำว่า“ศาสนา” และคำว่า“ religion” ไม่สู้จะตรงกันนัก ทั้งนี้เพราะทฤษฎะตะวันตกกับตะวันออกแตกต่างกัน โดยศาสนาในทฤษฎะของตะวันตกจะมีความเกี่ยวข้องกับหรือเกี่ยวพันกับพระเจ้า (God) คือถ้าพูดถึงศาสนาก็จะนึกถึงพระเจ้า ถ้าไม่มีพระเจ้านี้ก็ไม่มีศาสนา แต่ศาสนาในทฤษฎะตะวันออกมีทั้งศาสนาที่นับถือพระเจ้าและไม่นับถือพระเจ้า การให้ความหมายของคำว่า “ศาสนา” และคำว่า “ religion” จึงไม่สู้จะตรงกันทีเดียว อีกนัยหนึ่ง คำว่า Religion จะแปลว่า “ศาสนา” ไม่ได้ เพราะแปลอย่างนั้นผิดความหมาย ถ้าแปลว่า “เทวศรัทธา” ถือว่าพอใช้ได้เพราะใกล้เคียงกับรากศัพท์เดิมในเบื้องต้น

๑.๑.๓ มูลเหตุที่ทำให้เกิดศาสนา

มูลเหตุที่ทำให้เกิดศาสนา หากจะกล่าวตามวิวัฒนาการทางความคิดด้านศาสนาและการดำรงชีวิตของมนุษย์ พอจะแยกได้ดังนี้

๑) เกิดจากความไม่รู้ (อวิชชา) ความไม่รู้เป็นสาเหตุเริ่มแรกของการเกิดศาสนา และความไม่รู้ในที่นี้ หมายถึง ความไม่รู้เหตุผลทางภูมิศาสตร์ ทางดาราศาสตร์ ทางชีววิทยา ตลอดจนการไม่รู้จักธรรมชาติอื่นๆ ที่อยู่รอบๆ ตัวของมนุษย์

๒) เกิดจากความกลัว ซึ่งสืบเนื่องมาจากสาเหตุข้อแรก คือ เมื่อมนุษย์ไม่รู้ ไม่เข้าใจธรรมชาติของสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบตัวเอง เช่น เมื่อเกิดฝนตก พายุพัด ไฟไหม้ น้ำท่วม ความมืด เป็นต้น เมื่อไม่รู้ ไม่เข้าใจก็เกิดความกลัวต่อปรากฏการณ์ทางธรรมชาติต่างๆ และคิดว่าธรรมชาติต่างๆ มีเทพเจ้าให้คุณและโทษแก่มนุษย์ได้ จึงได้มีการกราบไหว้บูชาธรรมชาตินั้นๆ ดังปรากฏในพระไตรปิฎกอรุทธกถาว่า

พหูเว สรณฺ ยนฺติ	ปพฺพตานิ วนานิ จ
อารามรฺกฺขเจตยานิ	มฺนุสฺสา ภยตชฺชิตา
เนตฺ โข สรณฺ เขมํ	เนตฺ สรณมฺตฺตมํ
เนตฺ สรณฺมาคฺคม	สพฺพทฺกฺขา ปมฺุจฺจนฺติ ^๒

^๑ พระญาณวโรดม (ประยูร สนฺตงฺกูโร), ศาสนาต่าง ๆ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาภูมิภววิทยาลัย์, ๒๕๓๘), หน้า ๒.

^๒ ขุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๒๔/๔๐.

เมื่อมนุษย์เป็นจำนวนมาก ถูกความกลัวเข้าคุกคาม ต่างก็ระลึกถึง ภูเขา ป่าไม้ สวน ต้นไม้ และเจดีย์ทั้งหลาย เป็นที่พึ่งของตน เพราะบุคคลอาศัยสรวงนั้น ย่อมไม่พ้นจากทุกข์ทั้งปวงได้

๓) เกิดจากความจงรักภักดี เป็นความวางใจในสิ่งที่ตนนับถือ โดยเชื่อว่า สิ่งที่ตนนับถือนั้นจักสามารถคุ้มครองป้องกันจากภัยพิบัติต่าง ๆ ได้ ตลอดจนสามารถอำนวยความสะดวกให้กับตนเองได้ ด้วยความภักดีและความเชื่อศรัทธาดังกล่าว มนุษย์จึงยอมตนถวายด้วยการ เช่น ให้อาหารบูชาต่อสิ่งนั้น ๆ อย่างสุดใจสุดกำลัง ความภักดีหรือความศรัทธาที่ ฟังดูเหมือนจะคล้ายกันกับความกลัวที่กล่าวแล้ว แต่ตามความเป็นจริงแล้วต่างกัน กล่าวคือ ความภักดีหรือความศรัทธาจะไม่มี ความกลัวอยู่ จะเป็นความวางใจ ความมอบอุทิศสิ่งที่ตนนับถือนั้น

๔) เกิดจากปัญญา (เหตุผล) หรือความต้องการเหตุผล เมื่อมนุษย์มีความเจริญขึ้น มีสติปัญญามากขึ้น สามารถพิจารณาเหตุผลหรือความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ ได้ ตลอดจนสามารถรู้ความจริงในชีวิตได้ ซึ่งถือได้ว่าเป็นการยกระดับฐานะทางความคิดของมนุษย์ให้สูงขึ้น โดยมนุษย์ได้มีการแสวงหาความจริงตามธรรมชาติและชีวิต แล้วเกิดการยอมรับนับถือตามความจริงนั้น (สัจจะ) จนกลายเป็นลัทธิความเชื่อหรือศาสนาขึ้น

๕) เกิดจากอิทธิพลของบุคคลสำคัญ ศาสนาที่เกิดจากอิทธิพลของบุคคลสำคัญ สืบเนื่องมาจากการบูชาบรรพบุรุษในครอบครัว เป็นศาสนาที่เกิดจากความสำคัญของบุคคล (ในทางประวัติศาสตร์) ซึ่งศาสนาประเภทนี้เกิดขึ้นได้ทุกหนทุกแห่ง และบุคคลสำคัญดังกล่าว อาจเป็นคนที่ชื่อสัตย์ในประวัติศาสตร์ เช่น กวนอูผู้ชื่อสัตย์ของจีน กลายเป็นเทพเจ้าแห่งความชื่อสัตย์ เจ้าแม่ศรีสุริโยทัยสตรีผู้ยิ่งใหญ่ด้วยความจงรักภักดีต่อพระสวามี เป็นต้น

๖) เกิดจากลัทธิทางการเมือง ลัทธิการเมืองที่เป็นสาเหตุให้เกิดศาสนานี้ เพราะบางยุคสมัย ลัทธิการเมืองเฟื่องฟูขึ้นมา มีอิทธิพลต่อจิตใจของคนจนละทิ้งความเชื่อถือที่มีต่อศาสนาเดิมแล้วนับถือลัทธิการเมืองนั้นว่า “เป็นศาสนาประจำสังคมและชาติ”^๙

จากมูลเหตุการเกิดของศาสนาที่กล่าวมา ศาสนาที่เกิดจากมูลเหตุ ๒ ประการหลัง มักตั้งอยู่ได้ไม่นาน ทั้งนี้เพราะการเปลี่ยนยุคสมัยอาจทำให้คนขาดความนิยมต่อบุคคลหรือลัทธิการเมืองนั้นๆ ก็ได้จึงไม่อาจตั้งอยู่ได้นาน

๑.๑.๔ องค์ประกอบของศาสนา

ศาสนาทุกศาสนา มีประวัติความเป็นมาและองค์ประกอบที่สำคัญแตกต่างกันไปบ้าง แต่โดยทั่วไปแล้ว ศาสนาจะมีองค์ประกอบดังนี้

๑. มีศาสดา หรือ ผู้ก่อตั้งศาสนา (Founder Prophet) เช่น

^๙ เสฐียร พันธรั้ง, ศาสนาเปรียบเทียบ, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แพรวพินทยา ๒๕๑๖), หน้า ๑๖-๒๗.

- (๑) พระพุทธเจ้า เป็น ศาสดาของพระพุทธศาสนา
- (๒) พระเยซู เป็น ศาสดาของศาสนาคริสต์
- (๓) โมเสส เป็น ศาสดาของศาสนายิว
- (๔) พระนบีมุฮัมมัด เป็นศาสดาของศาสนาอิสลามเป็นต้น

๒. มีศาสนธรรม (Teachings) คือ คำสั่งสอนอันเป็นหลักของศาสนา โดยมีคัมภีร์เป็นที่รวบรวมหลักคำสอน คือ

- (๑) พระพุทธศาสนา มีคัมภีร์พระไตรปิฎก
- (๒) ศาสนาคริสต์ มีคัมภีร์ไบเบิล
- (๓) ศาสนาอิสลาม มีคัมภีร์อัล-กุรอาน
- (๔) ศาสนาพราหมณ์-ฮินดู มีคัมภีร์ พระเวท เป็นต้น

๓. มีศาสนพิธี หรือ พิธีกรรมทางศาสนา กล่าวคือ ต้องมีพิธีกรรมที่เป็นหลัก ปฏิบัติร่วมกันของผู้นับถือ ซึ่งมีความเกี่ยวเนื่องกันกับหลักคำสอนในศาสนานั้น ๆ

- (๑) พิธีบรรพชา-อุปสมบท (ตามคติแห่งพระพุทธศาสนา)
- (๒) พิธีล้างบาป (ตามคติแห่งศาสนายิวและคริสต์)
- (๓) การประกอบพิธีฮัจญ์ (ตามคติแห่งศาสนาอิสลาม) เป็นต้น

๔. มีศาสนบุคคล นักบวชหรือสาวก ผู้สืบทอดหลักคำสอนของศาสดา เช่น

- (๑) พระภิกษุสามเณร (แห่งพระพุทธศาสนา)
- (๒) บาทหลวง (แห่งศาสนาคริสต์) เป็นต้น

๕. มีศาสนสถาน เป็นที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา เช่น

- (๑) พระพุทธศาสนา มีโบสถ์ วิหาร ศาลาการเปรียญ
- (๓) ศาสนาคริสต์ มี โบสถ์ วิหาร
- (๔) ศาสนาอิสลาม มี สุเหร่า
- (๕) ศาสนาพราหมณ์-ฮินดู มี เทวาลัย เป็นต้น

๖. มีศาสนิกชน คือ หมู่ชนที่นับถือหรือเลื่อมใสในศาสนานั้น ๆ เช่น

- (๑) ผู้นับถือศาสนาพุทธ เรียกว่า พุทธศาสนิกชน
- (๒) ผู้นับถือศาสนาคริสต์ เรียกว่า คริสต์ศาสนิกชน หรือ คริสตชน
- (๓) ผู้นับถือศาสนาอิสลาม เรียกว่า มุสลิม
- (๔) ผู้นับถือศาสนาพราหมณ์^{๑๐}

^{๑๐}คุณ โทชน์, ศาสนาเปรียบเทียบ, (กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์, ๒๕๓๗,) หน้า ๓ - ๔.

๑.๑.๕ ประเภทของศาสนา

ศาสนาในโลกถึงแม้จะมีมาก แต่ถ้าจัดเป็นประเภทก็ได้เป็น ๓ ประเภท คือ

๑) ศาสนาประเภทธรรมชาติเทวนิยม(Deism) คือศาสนาที่เชื่อว่ามีเทพเจ้าต่าง ๆ อยู่มากมายสิ่งสถิตย์อยู่ตามธรรมชาติต่าง ๆ เหล่านั้น ทั้งสามารถบันดาลให้ธรรมชาติเป็นไปต่าง ๆ ตามความประสงค์ของพระองค์ได้

๒) ศาสนาประเภทเทวนิยม (Theism) คือ ศาสนาที่เชื่อว่าเทพเจ้าผู้ยิ่งใหญ่เหนือกว่าเทพเจ้าทั้งหลายหรือที่เรียกกันว่าพระเจ้า พระองค์เป็นผู้สร้างโลกและสรรพสิ่ง และผู้ที่นับถือศาสนาประเภทนี้ยังเชื่อว่าพระเจ้าอาจติดต่อกับมนุษย์ โดยผ่านทางศาสตพยากรณ์ของพระองค์ เช่น พระอัลเลาะห์ทรงติดต่อผ่านท่านนบีมุฮัมมัด พระยะโฮวาทรงติดต่อผ่านท่านโมเสส เป็นต้น ศาสนาประเภทนี้อาจแบ่งออกไปอีก ตามจำนวนพระเจ้าที่นับถือ คือ

๒.๑) เอกเทวนิยม (Monotheism) ถือว่าพระเจ้าสูงสุดมีองค์เดียว เช่น ศาสนาคริสต์ ศาสนาอิสลาม

๒.๒) ทวิเทวนิยม (Dualtheism) ถือว่าพระเจ้าสูงสุดมีอยู่ ๒ องค์ เช่น ศาสนาโซโรอัสเตอร์ ศาสนามณีกี เป็นต้น

๒.๓) พหุเทวนิยม (Polytheism) ถือว่าพระเจ้าสูงสุดมีหลายองค์ เช่น ศาสนาพราหมณ์

๓) ศาสนาประเภทอเทวนิยม (Atheism) ศาสนาประเภทนี้ไม่เชื่อว่ามีพระเจ้าผู้สร้างโลกและสรรพสิ่ง ไม่เชื่อว่ามีเทพเจ้าหรือพระเจ้าคอยบันดาลให้บุคคลเจริญหรือเสื่อม แต่เชื่อว่าทุกอย่างเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย และเชื่อว่ากรรมเป็นพลังแห่งการเปลี่ยนแปลง เช่น การกระทำของตนเองเป็นผู้บันดาลสิ่งต่าง ๆ ให้ตัวเอง เป็นผู้กำหนดโชคชะตาชีวิตของตนเอง ทุกสิ่งเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีอะไรเกิดขึ้นได้เองโดยไม่อาศัยอะไร ศาสนาประเภทนี้ก็มีศาสนาพุทธ ศาสนาเซน^{๑๑}

^{๑๑} สุชีพ ปุญญานุภาพ, คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑,) หน้า ๘.

๑.๒ ศาสนาพุทธ

๑.๒.๑ พุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธศาสนามีนิกายหลักอยู่ ๒ นิกาย คือ “เถรวาท” ได้แก่ นิกายที่ยอมรับมติของพระเถระในสังคายนาครั้งที่ ๑ ภายหลังพุทธปรินิพพาน ๓ เดือน โดยทั่วไปจะเรียกนิกายนี้ว่า “พระพุทธศาสนายุคแรก” ส่วนอีกนิกายหนึ่งคือ นิกาย “มหายาน” ที่พัฒนามาจากพระภิกษุกลุ่มหนึ่งที่ไม่ยอมรับมติสังคายนาครั้งที่ ๑ โดยทั่วไปจะเรียกนิกายนี้ว่า “พระพุทธศาสนายุคหลัง”^{๑๒}

ตั้งแต่เมื่อพระพุทธเจ้าปรินิพพานแล้ว ๓ เดือน พระสงฆ์องค์อรหันต์มีพระมหากัสสปะเถระเป็นประธาน และพระสงฆ์ อื่นๆ อีก ๕๐๐ รูป ได้กระทำสังคายนา ร้อยกรองพระธรรมวินัย ประมวลหลักธรรมวินัยที่ถูกต้องไว้เป็นข้อตกลง เป็นแนวทางเดียวกัน เป็นหลักการของพระพุทธศาสนา เพื่อที่จะได้เป็นหลักในการประพฤติปฏิบัติ หลักในการตัดสินว่า อะไรเป็นธรรม อะไรเป็นวินัย หากมีความแปลกปลอมเกิดขึ้นมาในยุคหลัง ก็จะสามารถกลับไปหาความจริงแท้ของพระธรรมวินัยได้จากที่ท่านได้ประมวลเอาไว้ในปฐมสังคายนานั้น

นิกายเถรวาทเป็นนิกายที่รักษาหลักการเดิมของพระพุทธศาสนาได้อย่างดีที่สุดในการทำสังคายนาครั้งแรกได้มีการประกาศญัตติที่ประชุมสงฆ์ประการหนึ่งขึ้นมาว่า จะไม่เพิกถอนสิกขาบท ไตฺยที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ และจะไม่เพิ่มเติมสิกขาบทใหม่ขึ้นมา นอกเหนือจากที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ ประพฤติตามพระธรรมวินัย อย่างบริบูรณ์ไม่ขาดตกบกพร่อง เป็นหลักการที่พระสงฆ์องค์อรหันต์ทั้ง ๕๐๐ รูป ได้ตกลงกันเป็นเอกฉันท์มติ

ในกาลต่อมาจากนั้น พระสงฆ์ที่ท่านได้ถือปฏิบัติตามแนวทางที่พระอรหันต์ ๕๐๐ รูป ในครั้งปฐมสังคายนาได้วางไว้นั้น ก็ถูกเรียกว่าปฏิบัติตามแนวทางของเถรวาท หรือ ปฏิบัติตามวาทะ ข้อตกลงของพระอรหันต์ ๕๐๐ ที่จะธำรงรักษาพระธรรม วินัยที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติทรงแสดงไว้ ที่ได้มาประชุมสังคายนาไว้แล้ว ให้บริบูรณ์ ไม่ขาดตกบกพร่อง ไม่เพิ่มเติม ไม่เพิกถอนสิ่งที่มีอยู่เดิม นี่จึงเป็นต้นกำเนิดของคำว่า นิกายเถรวาท^{๑๓}

๑.๒.๒ พระไตรปิฎก

ถาม : เราจะรู้ได้อย่างไรว่า เมื่อ ๒๕๐๐ ปีก่อนพระพุทธเจ้าตรัสสอนอะไรไว้บ้าง

ถาม : ในสมัยพระพุทธเจ้า มีพระอรหันต์รูปหนึ่งไม่ยอมลงอุโบสถด้วยเข้าใจว่าหมดกิจที่จะต้องทำแล้ว^{๑๔} และมีพระอรหันต์มากมายในสมัยนั้นที่แสดงธรรมใด ๆ ไม่ได้เลย ในเมื่อ

^{๑๒} ปัจจุบันแพร่หลายในทิเบต จีน ไต้หวัน เกาหลี มองโกเลีย ญี่ปุ่น ภูฏาน เนปาล เวียดนาม และอินเดีย บางส่วน.

^{๑๓} พัทธน์ เฟิงผลา. บาลีสันสกฤตในภาษาไทย. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๑๗

^{๑๔} วิ.มหา. (ไทย) ๔/๑๓๗/๒๑๔

พระอรหันต์ในสมัยพระพุทธเจ้ายังมีข้อบกพร่องถึงเพียงนี้ แล้วเราจะมั่นใจได้อย่างไร ว่าสิ่งที่พระอริยเจ้าท่านสอนกันในปัจจุบันนี้จะถูกต้องไปเสียทั้งหมด..เราจะตรวจสอบความถูกต้องของคำสอนได้โดยวิธีใด?



ตอบ : ตรวจสอบจากข้อความที่บันทึกอยู่ในพระคัมภีร์ ...!

ก่อนปรินิพพาน พระพุทธเจ้าได้ตรัสทำนองสั่งเสียกับพระอานนท์ว่า เมื่อพระองค์ปรินิพพานล่วงลับไปแล้ว จะไม่ทรงตั้งภิกษุรูปใดแทนพระองค์ หากแต่ให้ชาวพุทธทั้งหลายยึดพระธรรมวินัยเป็นศาสดาแทนพระองค์ ตามพระพุทธพจน์ว่า "โย โว อานนท มยา ธมฺโม จ วินโย จ เทสิโต ปญฺญุตโต โส โว มมจฺเจเน สตุฏฺธา"^๔ แปลว่า ดูก่อนอานนท์ ธรรมและวินัยใดที่เราได้แสดงแล้วและบัญญัติแล้วแก่เธอทั้งหลาย ธรรมและวินัยนั้น เป็นศาสดาของเธอทั้งหลาย โดยกาลที่เราล่วงลับไป

หลังปรินิพพาน ๓ เดือน พระอรหันตสาวก ๕๐๐ รูป นำโดยพระมหากัสสปะเถระได้ร่วมกัน ประชุมทำสังคายนา คือ ดำเนินการรวบรวมพระดำรัสของพระพุทธเจ้า จัดเป็นหมวดหมู่ ในตอนต้น คือตั้งแต่ครั้งพุทธกาล คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามิได้เรียกว่า "พระไตรปิฎก" แต่เรียกว่าพระธรรมวินัยบ้าง พระสัทธรรมบ้าง ปาพจน์บ้าง สัตถุศาสน์บ้าง พระบาลีบ้าง สุตตะบ้าง แม้หลังพุทธปรินิพพานก็ยังไม่เรียกว่าพระไตรปิฎก คงเรียกว่าพระธรรมวินัย เช่น การสังคายนา ครั้งที่ ๑-๔ ยังคงเรียกว่า "สังคายนาพระธรรมวินัย" ได้เรียกว่า "พระไตรปิฎก" เมื่อการสังคายนาครั้งที่ ๕ เมื่อ พ.ศ. ๔๕๐ ณ ประเทศศรีลังกา โดยได้จารึกลงในใบลาน ซึ่งได้แบ่งพระธรรมวินัยเป็น ๓ หมวด จึงได้เรียกว่า "พระไตรปิฎก" ตั้งแต่บัดนั้น^๖

อรรถกถาสมันตปาสาทิกาอธิบายการจำแนกหมวดหมู่ของพระธรรมวินัย ออกเป็น ๓ ปิฎก ดังนี้

นัยที่ ๑

พระวินัยปิฎก เป็นอาณาเทศนา คือการแสดงธรรมในลักษณะเป็นข้อบังคับโดยส่วนมาก

พระสุตตันตปิฎก เป็นโวหารเทศนา คือการแสดงความยกย่ำยำนวนให้เหมาะสมแก่จริตอัธยาศัยของผู้ฟัง

พระอภิธรรมปิฎก เป็นปรมัตถเทศนา คือแสดงธรรมเจาะจงประโยชน์อย่างยิ่ง

^๔ ที.มหา.(บาลี) ๑๐/๒๑๖/๑๓๔

^๖ จลادت บุญลอย.ประวัติวรรณคดีบาลี . พระนคร ; มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๖.

นัยที่ ๒

- วินัยปิฎก เป็นนถาปราชสาสนะ คือการสอนตามความผิดหรือโทษชนิดต่าง ๆ ที่พึงเว้น
- พระสุตตันตปิฎก เป็นนถานุโลกสาสนะ คือการสอนโดยอนุโลมแก่จริตอัธยาศัยของผู้ฟังซึ่งมีต่างๆ
- พระอริชธรรมปิฎก เป็นนถาธัมมสาสนะ คือการสอนตามเนื้อหาต่างๆ ของธรรม

นัยที่ ๓

- วินัยปิฎก เป็นสังวรราชังวรกถาคือข้อความที่ว่าด้วยการสำรวมและไม่สำรวม
- พระสุตตันตปิฎก เป็นทักขิวินิเวฐานกถา คือถ้อยคำที่สอนให้ผ่อนคลายทักขิ คือความเห็นผิด
- พระอริชธรรมปิฎก เป็นนามรูปปริจเจทกถา คือถ้อยคำที่สอนให้กำหนดนามรูป คือร่างกายและจิตใจ

นัยที่ ๔

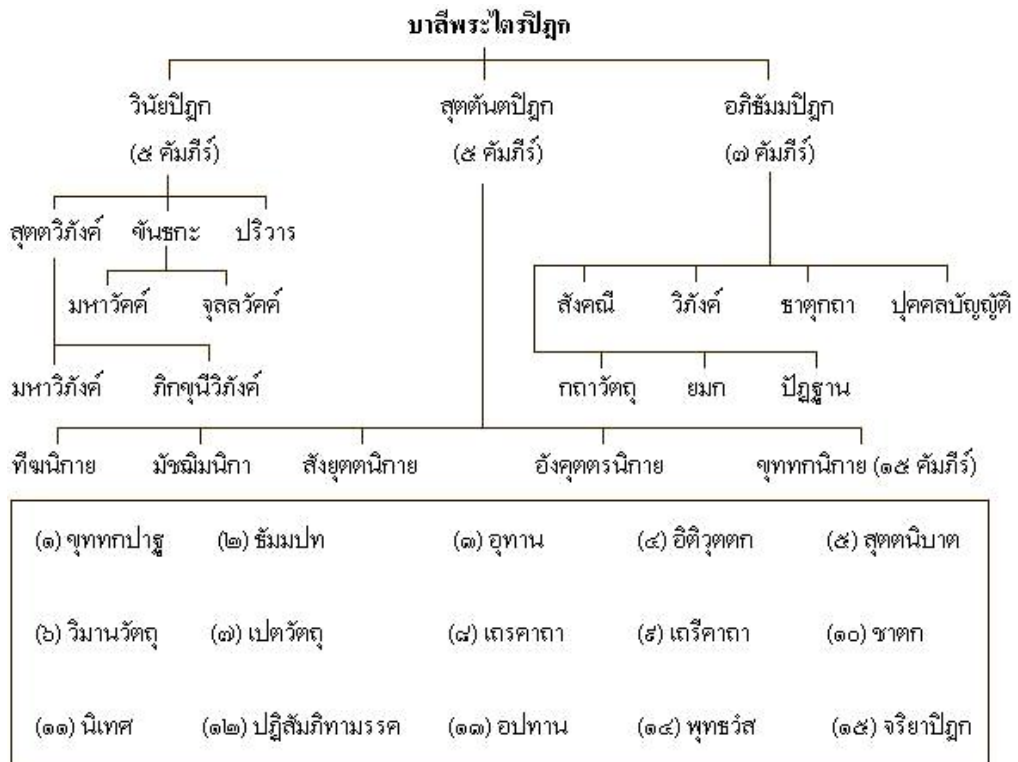
- วินัยปิฎก เป็นนริศีลสิกขา คือข้อศึกษาเกี่ยวกับศีลชั้นสูง
- พระสุตตันตปิฎก เป็นนริจิตสิกขา เป็นข้อศึกษาเกี่ยวกับสมาธิชั้นสูง
- พระอริชธรรมปิฎก เป็นนริปัญญาสิกขา คือข้อศึกษาเกี่ยวกับปัญญาชั้นสูง

นัยที่ ๕

- วินัยปิฎก เป็นนิติกกมปทาน คือ เครื่องละกิเลสอย่างหยาบ ที่เป็นเหตุให้ล่วงละเมิดศีล
- พระสุตตันตปิฎก เป็นปริยฎฐานปทาน คือเครื่องละกิเลสอย่างกลางอันรัดรั้งจิต ได้แก่ นีวรณ คือกิเลส อันกั้นจิตมิให้เป็นสมาธิ
- พระอริชธรรมปิฎก เป็นอนุสยปทาน คือเครื่องละกิเลสอย่างละเอียด คือกิเลสที่นอนอยู่ในสันดาน ดุจตะกอนนอนอยู่กันตุ่ม ไม่มีอะไรกวาก็ไม่แสดงตัวออกมา^{๑๗}

^{๑๗} พระวินัยปิฎก มหาวิภังค์ เล่ม ๑ ภาค ๑ - หน้า ๔๘. (มหามกุฏฯ)

โดยในแต่ละปิฎกมีรายละเอียด ดังนี้



๑) พระวินัยปิฎก บทบัญญัติและกฎเกณฑ์ที่บัญญัติให้พระภิกษุ และภิกษุณีปฏิบัติ ตาม หากมีการฝ่าฝืนก็จะมีโทษตามความผิดนั้น ๆ มีโทษสถานหนัก ปานกลาง และอย่างเบา พระวินัยแบ่งออกเป็น ๕ คัมภีร์ คือ

๑.๑ มหาวิภังค์ ว่าด้วยสิกขาบท(ศีล) ของพระภิกษุ ๒๒๗ ข้อ คือ ปาราชิก ๔, สังฆาทิเสส ๑๓,อนิยต ๒,นิสสัคคิยปาจิตตีย์ ๓๐,ปาจิตตีย์ ๙๒,ปาฏิเทสนียะ ๔, เสนิยวัตร ๗๕, อธิกรณสมถ ๗ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สิกขาบทในปาติโมกข์

๑.๒ ภิกษุณีวิภังค์ว่าด้วยสิกขาบทของนางภิกษุณี หรือภิกษุณีปาติโมกข์ ๓๑๑ สิกขาบท

๑.๓ มหาวรรค เล่าเรื่องตั้งแต่พระพุทธเจ้าตรัสรู้ เสด็จออกไปประกาศพระศาสนา การประทานอุปสมบทแก่ผู้มาขอบวช พุทธถึงการอุปสมบท อุโบสถ การจำพรรษา เครื่องหนัง เกสัช กฐิน จีวร นิคหกรรม การออกจากอาบัติ การระงับอธิกรณ์ การทะเลาะวิวาท และสามัคคี

๑.๔ จุลวรรค ว่าด้วยการบัญญัติปลีกย่อย เรื่องเสนาสนะ สังฆเภท วัตรปฏิบัติ ต่าง ๆ การงดสวดปาติโมกข์เรื่องกำเนิดและพัฒนาการของภิกษุณีสงฆ์ลงท้ายด้วย ประวัติการทำสังคายนาครั้งที่ ๑ และที่ ๒

๑.๕ ปรีวาร ประมวลเรื่องเบ็ดเตล็ด เกี่ยวกับสิกขาบทของภิกษุและภิกษุณี เป็นคู่มือศึกษาพระวินัย นำเสนอโดยแต่งเป็นคำถามคำตอบเพื่อให้เข้าใจแจ่มแจ้ง

๒) **พระสุตตันตปิฎก หรือพระสูตร** เป็นคำสอนที่พระพุทธองค์ทรงแสดงแก่บุคคลต่าง ๆ หรือเทศนาของพระสาวก ที่แสดงไว้ประกอบด้วยบุคคล สถานที่ เวลา ที่เกิดขึ้นกับเหตุการณ์นั้นๆ พระสูตรแบ่งออกเป็น ๕ หมวด คือ

๒.๑ ที่มณิกาย ได้แก่คัมภีร์หมวดที่รวบรวมพระสูตรที่มีเนื้อหาใจความยาวกว่านิกายอื่น จัดเป็นหมวดหมู่เป็นเรื่องรวมเป็นนิกายแรก

๒.๒ มัชฌิมนิกาย ได้แก่คัมภีร์ที่รวบรวมพระสูตร ที่มีเนื้อหาใจความยาวขนาดกลาง ไม่สั้นหรือยาวเกินไป

๒.๓ สังยุตตนิกาย ได้แก่คัมภีร์หมวดที่รวบรวมพระสูตรที่มีเนื้อเรื่องประเภทเดียวกันไว้เป็นหมวดหมู่ เป็นเรื่องเทวดา ก็มีชื่อว่า เทวดาสังยุตต์ คือประมวลเรื่องเทวดา เรื่องเกี่ยวกับป่าก็เป็นวนสังยุตต์ เป็นต้น

๒.๔ อังคุตตรนิกาย ได้แก่คัมภีร์หมวดที่รวบรวมพระสูตรที่กล่าวถึงธรรมที่เป็นหมวดจำนวนน้อยขึ้นไปตามลำดับ

๒.๕ ขุททกนิกาย ได้แก่คัมภีร์หมวดที่รวบรวมพระสูตรเล็กน้อยๆ นอกเหนือจากนิกายทั้ง ๔ รวมเป็นหมวดหมู่ไว้ในขุททกนิกายนี้

๓) **พระอภิธรรมปิฎก** กล่าวถึงหลักธรรมที่เป็นปรมาัตถ์ และเป็นธรรมะที่ลึกซึ้ง ไม่กล่าวถึงบุคคล สถานที่ เวลา สถานการณ์ใดๆ แบ่งออกเป็น ๗ คัมภีร์ คือ

๓.๑ ธรรมสังคณี ว่าด้วยการรวบรวมกลุ่มธรรมะ คือจัดระเบียบธรรมต่าง ๆ ที่กระจัดกระจายอยู่รวมเข้าเป็นหมวดหมู่

๓.๒ วิภังค์ ว่าด้วยการแยกแยะหรือวิเคราะห์ข้อธรรมที่สำคัญต่าง ๆ เช่น ชันฐ์ อายตนะ ธาตุ และอริยสัจ เป็นต้น แสดงให้เห็นรายละเอียดอย่างพิสดาร

๓.๓ ธาตุกถา ว่าด้วยการจัดธรรมหรือสังเคราะห์ข้อธรรมต่างๆ เข้าเป็น ๑ ประเภท คือ ชันฐ์ อายตนะ ธาตุ ว่าเข้ากันได้หรือไม่

๓.๔ ปุคคลบัญญัติ ว่าด้วยการบัญญัติหรือกำหนดลักษณะบุคคลตามระดับคุณธรรมของบุคคลนั้น ๆ

๓.๕ กถาวัตถุ ว่าด้วยเรื่องของถ้อยคำแถลงพรรณนะชัดแย้งของนิกายต่างๆ ซึ่ให้เห็นว่าพรรณนะที่ถูกต้อนั้นเป็นอย่างไร โดยเน้นฝ่ายมติเถรวาทเป็นหลัก

๓.๖ ยมก ว่าด้วยการการจัดธรรมเป็นคู่ ๆ โดยตั้งคำถามเพื่อเข้าใจที่แจ่มแจ้ง

๓.๗ ปฎิฐาน ว่าด้วยการอธิบายเงื่อนไขทางธรรมหรือปัจจัยทั้ง ๒๔ อย่างว่ามีธรรมข้อใดเป็นปัจจัยกันและกันบ้าง

๑.๓ เป้าหมายของพระพุทธศาสนา

๑.๓.๑ พระพุทธเจ้าสอนอะไร

คำสอนของพระพุทธเจ้ามีมากมายถึง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ บรรจุอยู่ในคัมภีร์พระไตรปิฎก จำนวน ๔๕ เล่ม เหตุที่พระพุทธศาสนามีคำสอนมากมายเช่นนี้ เพราะพระบรมศาสดาได้ทรงประกาศคำสั่งสอนเป็นเวลายาวนานถึง ๔๕ ปี แม้คำสอนของพระพุทธเจ้าจะมีมากมายเช่นนี้ แต่เมื่อประมวลคำสอนที่เป็นหลักใหญ่ เป็นหัวใจของพุทธศาสนาก็มีอยู่เพียง ๓ ประการเท่านั้น^{๑๘} คือ

๑. สัพพปาปสฺส อภินิ การไม่ทำบาปทั้งปวง ได้แก่ การไม่ทำบาปทุจริตทางกาย วาจา ใจ เช่น ฆ่าสัตว์ ๕ ศีล ๘ เป็นต้น^{๑๙}

๒. กุสลสฺสุปสมฺปทา การทำกุศลให้ถึงพร้อม ได้แก่ การให้ทาน การสร้างสมบุญกุศล ประพฤติสุจริตทางกาย วาจา ใจ มีเมตตา กรุณา ประกอบสัมมาอาชีพ มีความซื่อสัตย์ ขยันหมั่นเพียร เสียสละ อุตุน เป็นต้น^{๒๐} และการเจริญสมถภาวนา (สมาธิ)^{๒๑}

ผลการปฏิบัติสมถภาวนา จะทำให้ได้บรรลุถึงฌานอภิญญาได้ แต่ยังไม่บรรลุธรรม ผู้ปฏิบัติสมถกรรมฐานที่ปรารถนาบรรลุมรรค ผล นิพพานจะ ต้องปฏิบัติวิปัสสนาต่อไปอีก

๓. สจิตฺตปริโยทปนํ การทำให้บริสุทธิ์ผ่องแผ้ว^{๒๒} ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา (ปัญญา^{๒๓}) การใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นแจ้งในอามร์ที่ปรากฏในขณะปัจจุบัน ผลการปฏิบัติวิปัสสนา จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุถึงมรรคผลนิพพาน ประหาณกิเลสตัณหาได้อย่างเด็ดขาด

เป้าหมายของพระพุทธศาสนา คือความหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงโดยสิ้นเชิง^{๒๔} ดับภพชาติหยุดการเวียนว่ายตายเกิด เพราะเมื่อไม่เกิดอีกเราก็ไม่ต้องแก่ ไม่ต้องเจ็บ ไม่ต้องตาย ไม่ต้องทุกข์กายทุกข์ใจ และไม่ต้องตกนรกอีกต่อไป

ส่วนการทำบุญให้ทานที่นิยมทำกันโดยทั่วไปในปัจจุบันมีอันสูงส่งที่สุดเพียงแต่ความสุขในเทวโลกเท่านั้น ไม่สามารถกำจัดกิเลสตัณหาพาสู่ความพ้นทุกข์ได้ เพราะแม้จะได้

^{๑๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๙๐/๕๐ , ที.ม.อ. (บาลี) ๙๐/๗๖, วิ.มหา.อ. (บาลี) ๑/๑๙/๑๙๐-๑๙๒.

^{๑๙} พระสังฆมณฑลชวติกะ ธรรมจริยะ. **ปรมัตถชวติกะ ปริจเฉทที่ ๙ สมถกัมมัฏฐานที่ปณี** , พิมพ์ครั้งที่ ๔ (กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์ ทิพยวิสุทธี), หน้า ๔๑.

^{๒๐} ที.ป.อ. (ไทย) ๓/๒/-/๓๙๙. อัง.นวก.อ. (ไทย) ๔/-/-/๔๙๓.

^{๒๑} ที.ป.อ. (ไทย) ๓/๒/-/๓๙๙. อัง.นวก.อ. (ไทย) ๔/-/-/๔๙๓.

^{๒๒} ผ่องใสปราศจากนิวรณ์ ๕ ประการ ดูใน ชุ.ธ.อ. (บาลี) ๖/๔/๙๕

^{๒๓} ชุ.เถร.อ. (ไทย) ๒/๓/๑/๒๓, ชุ.ธ. (บาลี) ๒๕/๑๙๓/๔๙.

^{๒๔} ดูรายละเอียดใน ชุ.ม. (ไทย) ๒๙ /๑๗๗/๕๐๖.

เกิดเป็นเทวดาแล้ว แต่เมื่อหมดบุญก็ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอีก คือ ยังต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพทั้ง ๕ คือ เทพ มนุษย์ เดรัจฉาน เปรต/อสุรกาย นรก อย่างไม่มีที่สิ้นสุด^{๒๕} มีหลักฐานปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกว่า

ครั้งหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงใช้ปลายพระนขา(เล็บ)ซ้อนฝุ่นขึ้นมาเล็กน้อย แล้วตรัสถามภิกษุทั้งหลายว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอเข้าใจความซ้อนนี้อย่างไร ฝุ่นที่เราใช้ปลายเล็บซ้อนขึ้นมากับแผ่นดินใหญ่นี้ได้อย่างไรจะมากกว่ากัน”

เหล่าภิกษุทูลตอบว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ แผ่นดินใหญ่นี้แลมากกว่า ฝุ่นที่ปลายพระนขามีเพียงเล็กน้อย เมื่อเทียบกับแผ่นดินใหญ่แล้ว คำนวนไม่ได้ เทียบกันไม่ได้ หรือไม่ถึงส่วนเสี้ยว”

ภิกษุทั้งหลาย ข้อนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน สัตว์ที่จุติจากเทวดามาเกิดในเทวดามีจำนวนน้อย ส่วนเทวดาที่เคลื่อนจากสวรรค์แล้วไปเกิดในนรก เป็นเปรต มีจำนวนมากกว่า พวกเทพชั้นเวหน์ผลาที่ไม่ได้สดับพุทธธรรมมีอายุประมาณ ๕๐๐ กัป เมื่อสิ้นอายุให้ระยะเวลาที่เป็นกำหนดอายุหมดไป แล้วไปสู่นรกบ้าง ไปสู่แดนเปรตบ้าง^{๒๖}

ฉะนั้น เมื่อเรายังต้องเกิดอีกสิ่งที่จะตามมาด้วย คือ ความแก่ ความเจ็บ ความตาย ความทุกข์กายทุกข์ใจ และการตกนรก ดังพระจาลาภิกษุณีกล่าวว่ “ความตายย่อมมีแก่ผู้ที่เกิดมาแล้ว ผู้ที่เกิดมาแล้วย่อมประสบทุกข์ เพราะเหตุนี้แล เราจึงไม่ชอบความเกิด”^{๒๗}

วิธีที่จะรอดพ้นจากความทุกข์ทรมานเหล่านี้ได้ก็มีอยู่เพียงวิธีเดียวเท่านั้น นั่นก็คือ “การไม่เกิดอีก” เพราะเมื่อไม่เกิดอีกเราก็ไม่ต้องแก่ ไม่ต้องเจ็บ ไม่ต้องตาย และไม่ต้องตกนรกอีกต่อไป^{๒๘} การเจริญวิปัสสนาจนบรรลุเข้าสู่มรรคผล สามารถกำจัดกิเลสตัณหา^{๒๙} อันเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดการถือกำเนิดในภพใหม่ได้^{๓๐} เพราะกิเลสตัณหาทั้งหลายเป็นเชื้อเหตุให้ต้องไปถือกำเนิดในภพใหม่ ดังพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสกับพระอานนท์ว่า

“กรรมชื่อว่าเป็นไธนา วิญญาณชื่อว่าเป็นพีช ตัณหาชื่อว่ายางเหนียวในเมล็ดพีช วิญญาณดำรงอยู่ได้เพราะธาตุหยาบของสัตว์ มีความหลงไม่รู้ความจริง เป็นเครื่องปิดกัน มีตัณหาเป็นเชื้อเครื่องผูกเหนียวใจไว้ การเกิดใหม่จึงมีต่อไป

^{๒๕} ติฎรายละเอียดใน อัง.สตุตต. (ไทย) ๒๓ /๔๔/ ๖๗.

^{๒๖} ส.ม. (ไทย) ๑๗/๑๑๗๘/๖๕๔, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑ /๑๗๓/๑๒๕.

^{๒๗} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๖๗/๒๒๓.

^{๒๘} ติฎรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย)๑๐/๕๗/๓๑, ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๔/๑๐-๑๓.

^{๒๙} ติฎรายละเอียดใน ส.ส. (ไทย) ๑๕/๕๕/๖๘.

^{๓๐} ติฎรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๕/๗๗ , ที.ม.อ. (บาลี) ๑๕๕/๑๔๔.

อีก”^{๓๑} และตรัสอีกว่า “ตัณหาทำให้สัตว์ต้องเกิดอีก จิตของสัตว์ย่อมแล่นไป สัตว์ที่ยังต้องเวียนว่ายในสังสารวัฏฏ์ย่อมไม่อาจหลุดพ้นจากทุกไปได้”^{๓๒}

เมื่อมนุษย์เจริญวิปัสสนาจนเกิดมรรคจิตครบ ๔ ครั้ง ก็จะกำจัดกิเลสตัณหาในจิตของตนเองให้หมดสิ้นไปได้อย่างสิ้นเชิง^{๓๓} เขาจะไม่ต้องเกิดใหม่อีกต่อไป เปรียบเหมือนเมล็ดพันธุ์มะม่วงที่มียางเหนียวอยู่ภายในเมื่อนำไปปลูกจะงอกเป็นต้นมะม่วงได้อีก แต่ถ้านำไปต้มกำจัดยางเหนียวให้หมดไป หลังจากนั้นนำไปปลูกโดยวิธีใดก็ตามจะไม่งอกอีกแล้ว กิเลสตัณหาในดวงจิตของเราก็คงเช่นกัน แต่ถ้าไม่สามารถทำมรรคจิตให้เกิดครบ ๔ ครั้งได้ แม้สามารถทำมรรคจิตให้เกิดเพียงครั้งเดียวก็จัดว่าเข้าสู่กระแสพระนิพพานแล้วที่เรียกกันว่าบรรลุโสดาบัน^{๓๔} เมื่อเจริญวิปัสสนากาฬานาจนวิปัสสนาญาณขึ้นถึงญาณที่ ๑๔ โสดาบันตัดมรรคจะทำหน้าที่ประหาณตัวมิถิชาที่ภุมิ ที่นอนเนื่องอยู่ในจิตสันดานได้อย่างเด็ดขาดสิ้นเชิง เมื่อบรรลุโสดาบันได้แล้วไม่ว่าในอดีตชาติหรือชาติปัจจุบันได้เคยทำบาปอกุศลไว้มากมายเพียงใดก็ตาม ก็ไม่ต้องไปชดใช้กรรมในนรกอีกต่อไป และจะเกิดในสุคติภูมิ (โลกมนุษย์,สวรรค์)ได้อีกไม่เกิด ๗ ชาติแล้วจะบรรลอรหันต์โดยอัตโนมัตินี้^{๓๕}

สัตว์โดยทั่วไปต้องเวียนว่ายตายเกิดอยู่ใน ๓๑ ภูมิ (คือ อรูปพรหม ๔ ชั้น รูปพรหม ๑๖ ชั้น เทวดา ๖ ชั้น มนุษย์ ๑ เดรัจฉาน ๑ เปรต ๑ อสุรกาย ๑ และนรก ๑)^{๓๖} หากเบื้องต้นและที่สุดไม่พบ ต้องตกอบายทุกข์ทรมานในนรกอยู่เป็นอาจินเหมือนบ้านเก่าที่ต้องแวะเวียนไปอยู่เสมอ แต่ถ้าเราสามารถบรรลุโสดาบันได้ภายในชาตินี้ ก็ไม่ต้องตกอบายอีกแล้ว และจะบรรลอรหันต์เข้าถึงความดับภพชาติโดยสิ้นเชิง ไม่เกิดใหม่อีกต่อไป ภายใน ๗ ชาติเป็นอย่างยิ่ง

๑.๓.๒ รู้จักกิเลส เห็นแจ้งทุกข์ เข้าถึงธรรม

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ปภัสสรมีทำ ภิกษุเว จิตตํ อาคนตุเกหิ อุปุกกิลเสหิ อุปุกกิสัญญํ แปลว่า จิตนี้ประภัสสรผ่องใส แต่เศร้าหมองเพราะมีอุปกิลเสจรมมา^{๓๗}

บางคนตีความพระพุทธพจน์บทนี้ว่า จิตประภัสสรผ่องใส คือ ไม่มีอะไรเลย เด็กเกิดมาไม่มีกิเลสตัณหา การตีความเช่นนี้ทำให้จิตของเด็กดูเหมือนจะใสบริสุทธิ์ไม่ต่างจากจิตของ

^{๓๑} ดูรายละเอียดใน อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๗๘/๓๐๑.

^{๓๒} ดูรายละเอียดใน ส.ส. (ไทย) ๑๕/๕๗/๗๐.

^{๓๓} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๐/๗๗.

^{๓๔} โสดาบัน หมายถึงผู้ประกอบด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘ คำว่า โสตะ เป็นชื่อของอริยมรรคมีองค์ ๘ ดูใน อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๓๑/๔๒ ดูประกอบใน ส.ม. (ไทย) ๑๗/๑๐๐๑/๓๐๐.

^{๓๕} ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๗/๑๘๖, อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๗/๒๔๒.

^{๓๖} ดูรายละเอียดใน อัง.สตตก. (ไทย) ๒๓ /๔๔/ ๖๗.

^{๓๗} ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๗๑/๑๘๑, อัง.เอกก.อ. (บาลี) ๑/๔๗/๕๓

พระอรหันต์... อันที่จริง คำบาลีว่า ประภัสสร มาจากคำว่า ปภา แปลว่าแสงหรือรัศมี กับคำว่า สร แปลว่า ส่งแสงหรือแผ่ซ่าน ดังนั้น จิตของเราส่งแสงแผ่ซ่านไปในที่ใด ที่นั้นก็เปิดเผยให้เราได้รับรู้... ไม่ใช่ปราศจากกิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในจิตสันดาน

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายว่า กิเลสเหตุ อุปตาเป็นเหตุ กิเลสผล แปลว่า ธรรมชาติใดย่อมทำให้เราร้อนเศร้าหมอง ธรรมชาตินั้นชื่อว่า กิเลส^{๓๔}

กิลิสสติ เอเตหิติ กิเลสฯ สัมปยุตตธรรม (คือ จิตและเจตสิก) ย่อมเศร้า หมองด้วย ธรรมชาติใด ธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งการเศร้าหมองของสัมปยุตตธรรม นั้นชื่อว่า กิเลส

สงฺกิลเสตฺติ สงฺกิลโส วิพาทติ อุปฺปาเปติ จาติ อตุโถ. ธรรมเหล่าใด ย่อมเศร้าหมอง ธรรมเหล่านั้นชื่อว่า สังกิเลส เพราะอรรถว่ายังสัตว์ให้เราร้อน^{๓๕}

รวมหมายความว่า กิเลสเป็นสภาพธรรมที่เศร้าหมองและเราร้อน ทำให้สัตว์ทั้งหลาย ที่ยังมีกิเลสต้องเศร้าหมองและเราร้อน

กิเลส ๑๐ ประการ

๑. โลกกิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะยินดีชอบใจในอารมณ์ ๖ องค์ ธรรม ได้แก่ โลกเจตสิก ที่ในโลภมูลจิต ๘

๒. โทสกิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะไม่ชอบใจในอารมณ์ ๖ องค์ ธรรม ได้แก่ โทสเจตสิก ที่ในโทสมูลจิต ๒

๓. โมหกิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะความมัวเมาลุ่มหลง ไม่รู้สึกตัว ปราศจากสติสัมปชัญญะ องค์ธรรม ได้แก่ โมหเจตสิก ที่ในอกุศลจิต ๑๒

๔. มานกิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะความทงตนถือตัว องค์ธรรม ได้แก่ มานเจตสิก ที่ในทิฏฐิคตวิปยุตตจิต ๔

๕. ทิฏฐิกิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะความเห็นผิดจากเหตุผลตาม ความ เป็นจริง องค์ธรรม ได้แก่ ทิฏฐิเจตสิก ที่ในทิฏฐิคตสัมปยุตตจิต ๔

๖. วิจิกิจฉากิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะความสงสัยลังเลใจใน พระ พุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นต้น องค์ธรรม ได้แก่ วิจิกิจฉาเจตสิก ที่ในวิจิกิจฉา สัมปยุตตจิต ๑

๗. ถีนกิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะหดหู่ท้อถอยจากความเพียร องค์ ธรรม ได้แก่ ถีนเจตสิก ที่ในอกุศลสังขาริกจิต ๕

๘. อุทธัจจกิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะเกิดฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่างๆ องค์ ธรรม ได้แก่ อุทธัจจเจตสิก ที่ในอกุศลจิต ๑๒

๙. อหิริกกิเลส เศร้าหมองและเราร้อนเพราะไม่ละอายในการกระทำบาป องค์ ธรรม ได้แก่ อหิริกเจตสิก ที่ในอกุศลจิต ๑๒^{๓๖}

^{๓๔} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน เล่ม ๑ ภาค ๓ - หน้าที่ ๓๖๓. (มหามกุฏฯ)

^{๓๕} ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๕๑/๔๑๒.

๑๐. อโนตตปปกิเลส เศร้าหมองและเร่าร้อนเพราะไม่เกรงกลัวผลของการ กระทำ บาบ องค์ธรรมได้แก่ อโนตตปปกเจตสิก ที่ในอกุศลจิต ๑๒^{๕๐}

จำแนกกิเลสออกตามอาการของกิเลส ก็จำแนกได้เป็น ๓ จำพวก คือ

- ๑) **อนุสัยกิเลส** เป็นกิเลสอย่างละเอียด เมื่อยังไม่ได้ดับกิเลส อนุสัยกิเลสก็นอนเนื่องอยู่ในจิตที่เกิดดับสลับต่อกัน เป็นเชื้อเป็นปัจจัยให้เกิดปฏิกุฐานกิเลส หมายความว่า กิเลสจำพวกนี้นอนสงบนิ่งอยู่ ยังไม่ได้ลุกขึ้นมาแผลงฤทธิ์ ซึ่งตัวเองก็ไม่สามารถรู้ได้ และคนอื่นก็ไม่สามารถรู้ได้
- ๒) **ปฏิกุฐานกิเลส** เป็นกิเลสอย่างกลางที่เกิดร่วมกับอกุศลจิต แต่ไม่ถึงขั้นล่วงเป็นทุจริตกรรม หมายความว่า กิเลสจำพวก นี้เกิดอยู่ในมโนทวารเท่านั้น คือลุกขึ้นมาแผลงฤทธิ์อยู่ในใจ ยังไม่ถึงกับแสดงออกทางวาจาหรือทางกาย
- ๓) **วิติกมมกิเลส** เป็นกิเลสอย่างหยาบ ทำให้ล่วงเป็นทุจริตกรรมทางกาย วาจา หมายความว่า กิเลสจำพวกนี้ได้ล่วงออกมาแล้วทางกายทวารหรือวจีทวาร

อนุสัยกิเลสเป็นธรรมชาติที่ละเอียดซ่อนเร้นอยู่เป็นประจำในชั้นธสันดานของบุคคล (ยกเว้นพระอรหันต์) ไม่แสดงออกมาให้ปรากฏทางทวารใดเลย ต่อเมื่อมีอารมณ์มากระทบ อนุสัยกิเลสที่นอนนิ่งอยู่นั้นก็จะแปรสภาพเป็น**ปฏิกุฐานกิเลส** เกิดความยินดียินร้ายต่ออารมณ์นั้น และถ้าปฏิกุฐานกิเลสนั้นมีกำลังมากขึ้น ก็จะแปรสภาพเป็น**วิติกมมกิเลส** เกิดเป็นกิเลสอย่างหยาบ ปรากฏขึ้นเป็นการกระทำที่แสดงออกทางกาย และวาจา

๑.๓.๓ การระงับกิเลสในแต่ละระดับ

อรรถกถาพระอภิธรรมอธิบายว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสอริศีลสิกขาไว้ในพระวินัยปิฎก ตรัสอริจิตตสิกขาไว้ในพระสุตตันตปิฎก และตรัสอริปัญญาสิกขาไว้ในพระอภิธรรมปิฎก อนึ่ง พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสการละวิติกมมกิเลสไว้ในพระวินัยปิฎก เพราะความที่ศีลเป็นปฏิปักษ์ต่อการก้าวล่วงของกิเลส(วิติกมมกิเลส) ตรัสการปราบปฏิกุฐานกิเลสไว้ในพระสุตตันตปิฎก เพราะความที่สมาธิเป็นปฏิปักษ์ต่อกิเลสที่ลุ่มุ่ม(ปฏิกุฐานกิเลส) ตรัสการปราบอนุสัยกิเลสไว้ในพระอภิธรรมปิฎก เพราะความที่ปัญญาเป็นปฏิปักษ์ต่ออนุสัยกิเลส^{๕๑}

^{๕๐} ม.ม.อ.(บาลี) ๑/๗๑/๑๘๑, อ.อ.ก.อ. (บาลี) ๑/๔๙/๕๓.

^{๕๑} พระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี เล่ม ๑ ภาค ๑ - หน้า ๔๙

วิธีระงับกิเลส แบ่งออกเป็น ๓ ระดับ ดังนี้

๑.๓.๑ วิติกมกิเลสเป็นกิเลสอย่างหยาบระงับไว้ได้ด้วยอำนาจของศีล เช่น ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ และศีล ๒๒๗ เป็นต้น สงบได้เป็นครั้งคราว ขณะที่ยังมีการรักษาศีลอยู่ การประหัดในลักษณะนี้ เรียกว่า ตหังคปหาน

๑.๓.๒ ปริยภูฐานกิเลส เป็นกิเลสอย่างกลาง ที่เกิดอยู่ภายในใจ สามารถข่มไว้ได้ด้วยอำนาจของสมาธิ (อัปปนาสมาธิ) เป็นเวลานานตราบเท่าที่ สมาธิยังไม่เสื่อม การประหัดในลักษณะนี้ เรียกว่า วิกขัมภนปหาน^{๔๒}

๑.๓.๓ อนุสัยกิเลส เป็นกิเลสอย่างละเอียด ที่นอนเนื่องอยู่ในสันดาน ต้องประหัดด้วยวิปัสสนาปัญญาในมัคคจิตทั้ง ๔ เท่านั้นจึงจะไม่กลับมีขึ้นอีก การประหัดในลักษณะนี้ เรียกว่า สมุจเฉทปหาน^{๔๓}

โสดาปัตติมัคคจิต ประหัดโลภมูลจิต ที่ประกอบด้วยความเห็นผิด ๔ ดวง และโมหมูลจิต ที่ประกอบด้วย ความสงสัย

สกทาคามีมัคคจิต ประหัดกิเลสที่เหลือ ให้มีกำลังเบาบางลง

อนาคามีมัคคจิต ประหัดโทสมูลจิตทั้ง ๒ ดวง

อรหัตตมัคคจิตประหัดโลภมูลจิต ที่ไม่ประกอบด้วยความเห็นผิด ๔ ดวง และ โมหมูลจิตที่ประกอบด้วย ความฟุ้งซ่าน ๑ ดวง

๑.๓.๔ การระงับอนุสัยกิเลส

สตุตสนุนตานะ อนุเสหุติ อนุปวัตตุนตตีติ อนุสยา^{๔๔} สภาพที่นอนเนื่องอยู่ในสันดานของสัตว์ทั้งหลาย ชื่อว่าอนุสัย^{๔๕} เป็นกิเลสอย่างละเอียดที่สะสมอยู่ในภวังคจิต หรือจิตไร้สำนึกของคนเรา ถ้ายังไม่มีอารมณ์ภายนอกมากระทบแล้ว กิเลสชนิดนี้ก็ยังนอนสงบอยู่ ไม่แสดงอาการปรากฏออกมาให้เห็น เป็นกิเลสที่ละเอียดอย่างยิ่ง และนอนเนื่องอยู่ในชั้นสันดานของทุกคน จะแสดงตัวก็ต่อเมื่อมีเหตุปัจจัยมากระตุ้น อุปมาเหมือนตะกอนที่นอนอยู่กันแก้ว น้ำในแก้วดูใสสะอาด ถ้าไม่สังเกตให้ดีจะมองไม่เห็นตะกอนที่สะสมอยู่เบื้องล่าง ตะกอนนี้เปรียบได้กับอนุสัยกิเลส

กิเลสชนิดนี้นอกจากพระอรหันต์แล้วย่อมมีนอนเนื่องอยู่ในสันดานของสัตว์ทั้งหลาย ตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงจุติ จึงกล่าวได้ว่าไม่มีอุปาทะ (การเกิดขึ้น) จิตติ (การตั้งอยู่) และภังคะ (การ

^{๔๒} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค เล่ม ๗ ภาค ๑ - หน้าที่ ๙๐๒

^{๔๓} พระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี เล่ม ๑ ภาค ๑ - หน้าที่ ๔๙

^{๔๔} ขุททกนิกายภูทกเถรา จุฬนิตฺตสวณฺณนา (สทุทฺทมปชฺชิตฺติกา) - หน้าที่ ๓๒๙.

^{๔๕} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน เล่ม ๑ ภาค ๓ - หน้าที่ ๓๖๓.

ดับไป) ไม่ปรากฏอาการให้เกิดเป็นความรู้สึกขึ้นโดยประการใดเลย ก็เลสอย่างละเอียดนี้สามารถขจัดและทำลายได้ด้วยปัญญา ที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น

อนุสัยกิเลส แบ่งรายละเอียดออกได้ เป็น ๗ ประการ คือ

๑) กามราคานุสัย กิเลสปรุ่งแต่งจิตให้เกิดความกำหนัด พอใจ ปรารถนาในวัตถุสามสิ่งหลาย คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ ซึ่งมากกระทบจิตแล้ว ทำจิตให้เกิดความรู้สึกดังกล่าว

๒) ปฏิฆานุสัย ความหงุดหงิดไม่พอใจ การกระทบกระทั่งทางใจ อันอาศัยรูปเป็นต้นดังกล่าว แต่เป็นไปในทางไม่น่าปรารถนา ไม่น่าพอใจ เมื่อสิ่งเหล่านั้นมากกระทบจิต ความรู้สึกหงุดหงิด ชัดเคือง จนถึงโกรธ ประทุษร้ายก็จะเกิดขึ้นที่จิต

๓) ทิฏฐานุสัย ความเห็นผิด เช่น เห็นว่าทำดีไม่ได้ดี มารดาบิดาไม่มีคุณ เป็นต้น ทิฏฐิเหล่านั้นนอนสงบอยู่ในจิต เมื่อได้รับอารมณ์อันเป็นฝ่ายเดียวกับตน ก็เกิดฟูขึ้น เพิ่มความเข้มข้นให้แก่ทิฏฐิที่เป็นอนุสัยภายในจิต ให้มีความเห็นผิดมากยิ่งขึ้น

๔) วิจิกิจฉานุสัย ความลังเลสงสัยตัดสินใจอะไรไม่ได้ว่าเป็นอย่างไร ความสงสัยนั้นอาจสรุปลงในความสงสัยในคุณของพระรัตนตรัย ไตรสิกขา กาลทั้งอดีต อนาคต และกฎแห่งปัจจุสมุปบาท

๕) มานานุสัย ความถือตัว ถือชาติ ตระกูล ทรัพย์ ตำแหน่งงาน ยศ ฐานะในสังคม เป็นต้น มาแสดงตนว่า สูงกว่าเขา เสมอเขา หรือเร็วกว่าเขา ท่านเรียกชื่อว่า อติมานะ คือ ดูหมิ่นท่าน อวมานะ คือ ดูหมิ่นตน เป็นต้น

๖) ภวราคานุสัย อนุสัยคือการกำหนดติดในภพ ได้แก่การพอใจในฐานะ ตำแหน่ง ยศ เป็นต้นที่ตนเห็นว่า น่าปรารถนา พอใจตลอดจนการเกิดความพอใจ ติดใจในความสุขที่ได้จากการอุปบัติในภพต่าง ๆ ตามที่ท่านแสดงไว้ แล้วเกิดความอยากจะได้ในภพนั้น ๆ

๗) อวิชชานุสัย กิเลสที่นอนสงบอยู่ในภายในคืออวิชชา ความเขลา โมหะ ได้แก่ความไม่รู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง^{๕๖}

อนุสัยว่าโดยสภาพธรรมแล้วมี ๖ คือ .

๑. กามารานุสัย และภวราคานุสัย ได้แก่ โลภเจตสิก

๒. ปฏิฆานุสัย ได้แก่โทสเจตสิก

๓. มานานุสัย ได้แก่มานเจตสิก

๔. ทิฏฐานุสัย ได้แก่ทิฏฐิเจตสิก

๕. วิจิกิจฉานุสัย ได้แก่วิจิกิจฉาเจตสิก

๖. อวิชชานุสัย ได้แก่โมหเจตสิก

^{๕๖}ที่.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๓๒/๒๒๓, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๗๖/๕๕, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๔๙/๖๐๕-๖๐๖, อัง.สตต. (ไทย) ๒๓/๑๑/๑๗, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๔๙/๖๐๕-๖๐๖.

การละกิเลสและอนุสัยด้วยมรรค

๑) ผู้เป็นพระโสดาบัน ย่อมมีจิตสังัดจากสักกายทิฏฐิ^{๔๗} วิจิกิจจา^{๔๘} สิลัปปต-
ปรามาส^{๔๙} ฏิกฺขณานุสัย^{๕๐} วิจิกิจจานุสัย^{๕๑} และเหล่ากิเลสที่อยู่ในพวกเดียวกับสักกายทิฏฐินั้น

๒) ผู้เป็นพระสกทาคามี ย่อมมีจิตสังัดจากกามราคสังโยชน์^{๕๒} ปฏิฆสังโยชน์อย่าง
หยาบ กามราคานุสัย ฏิกฺขณานุสัย อย่างหยาบ และเหล่ากิเลสที่อยู่ในพวกเดียวกับกามราค
สังโยชน์เป็นต้นนั้น

๓) ผู้เป็นพระอนาคามี ย่อมมีจิตสังัดจากกามราคสังโยชน์ ปฏิฆสังโยชน์อย่างละเอียด
กามราคานุสัย ฏิกฺขณานุสัย อย่างละเอียด และเหล่ากิเลสที่อยู่ในพวกเดียวกับกามราคสังโยชน์
เป็นต้นนั้น

๔) ผู้เป็นพระอรหันต์ ย่อมมีจิตสังัดจากรูปราคะ^{๕๓} อรูปราคะ^{๕๔} มานะ อุทฺธัจจะ
อวิชชา มานานุสัย ภวราคานุสัย อวิชชานุสัย เหล่ากิเลสที่อยู่ในพวกเดียวกับรูปราคะเป็นต้นนั้น

^{๔๗} สักกายทิฏฐิมิวัตถุ ๒๐ คือปุถุชนผู้ไม่ได้ดับ ๑) ย่อมตามเห็นรูปเป็นอัตตา ๒) เห็นอัตตามีรูป ๓) เห็นรูปในอัตตา ๔) เห็นอัตตาในรูป ๕) ย่อมตามเห็นเวทนาเป็นอัตตา ๖) เห็นอัตตามีเวทนา ๗) เห็นเวทนาในอัตตา ๘) เห็นอัตตาในเวทนา ๙) ย่อมตามเห็นสัญญาเป็นอัตตา ๑๐) เห็นอัตตามีสัญญา ๑๑) เห็นสัญญาในอัตตา ๑๒) เห็นอัตตาในสัญญา ๑๓) ย่อมตามเห็นสังขารเป็นอัตตา ๑๔) เห็นอัตตามีสังขาร ๑๕) เห็นสังขารในอัตตา ๑๖) เห็นอัตตาในสังขาร ๑๗) ย่อมตามเห็นวิญญาณเป็นอัตตา ๑๘) เห็นอัตตามีวิญญาณ ๑๙) เห็นวิญญาณในอัตตา ๒๐) เห็นอัตตาในวิญญาณ (สัง.ข. (ไทย) ๑๗/๑๕๕/๑๔๙, ขุ.ม.อ. (บาลี) ๑๒/๑๕๕)

^{๔๘} วิจิกิจจา ความลังเลสงสัยในฐานะ ๘ อย่าง คือ (๑) ความสงสัยในทุกข์ (๒) ความสงสัยในทุกขสมุทัย (๓) ความสงสัยในทุกขนิโรธ (๔) ความสงสัยในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา (๕) ความสงสัยในส่วนเบื้องต้น (๖) ความสงสัยในส่วนเบื้องปลาย (๗) ความสงสัยทั้งในส่วนเบื้องต้นและส่วนเบื้องปลาย (๘) ความสงสัย ในธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้น คือ ความที่ปฏิจจสมุปบาทมีอวิชชาเป็นปัจจัย ตูรายละเอียด ขุ.มหา. (ไทย) ๒๙ ๑๗๔/๔๙๔

^{๔๙} สิลัปปตปรามาส คือความถือมั่นศีลพรต โดยสักว่าทำตาม ๆ กันไปอย่างมงาย เห็นว่าจะบริสุทธิ์ หลุดพ้นได้ด้วยศีลพรต (ขุ.ม.อ. (บาลี) ๗/๙๘)

^{๕๐} มิจฉาทิฏฐิมิวัตถุ ๑๐ คือ ๑) ทานที่ให้แล้วไม่มีผล ๒) การบูชาไม่มีผล ๓) การบวงสรวงไม่มีผล ๔) กรรมที่ทำไว้ดีและทำไว้ไม่ดีไม่มีผล ๕) โลกนี้ไม่มี ๖) โลกหน้าไม่มี ๗) มารดาไม่มี ๘) บิดาไม่มี ๙) สัตว์ที่เป็นโอปปาติกะไม่มี ๑๐) สมณพราหมณ์ที่ดำเนินตนชอบ ปฏิบัติชอบ ผู้ทำให้แจ้งในโลกนี้และ โลกหน้าด้วยตนเองแล้วประกาศให้(ผู้อื่น)ทราบ ไม่มี (ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๑๔๓/๒๘๘)

^{๕๑} อนุสัย คือกิเลสที่แฝงตัวนอนเนื่องอยู่ในสันดานของสัตว์ มี ๗ คือ ๑) กามราคะ ความกำหนัดในกาม ๒) ปฏิฆะ ความหงุดหงิดขัดเคือง ๓) ฏิกฺขณทิฏฐิความเห็นผิด ๔) วิจิกิจจาความลังเลสงสัย ๕) มานะ ความถือตัว ๖) ภวราคะ ความกำหนัดในภพ (๗) อวิชชา ความไม่รู้จริง (ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๓๒/๒๒๓)

^{๕๒} กามราคสังโยชน์ กิเลสอันผูกใจสัตว์ ธรรมที่มัดสัตว์ไว้กับทุกข์หรือผูกกรรมไว้กับผล คือความกำหนัดในกาม ความติดใจในกาม (อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๖๙/๖๒๐)

^{๕๓} รูปราคะ คือ ความกำหนัดด้วยอำนาจความพอใจในรูปภพ (ขุ.ม.อ. (บาลี) ๗/๑๐๐)

^{๕๔} อรูปราคะ คือ ความกำหนัดด้วยอำนาจความพอใจในอรูปภพ (ขุ.ม.อ. (บาลี) ๗/๑๐๐)

และสังขารนิमितทั้งปวงในภายนอก^{๕๕}

อนุสัยกิเลส เป็นกิเลสอย่างละเอียดที่นอนเนื่องอยู่ในจิตสันดาน ต้องประหาณด้วยมรรคปัญญาที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนากาวนาเพียงเท่านั้น

๑.๓.๕ วิปัสสนากาวนา

วิปัสสนา แปลว่า ปัญญาหยั่งรู้ หยั่งเห็น เห็นแจ้งโดยประการต่าง ๆ ในสภาวะลักษณะรูปธรรมและนามธรรมตามความเป็นจริงว่า สภาวะธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา ไม่อยู่ในบังคับบัญชา

คัมภีร์ธรรมสังคณีให้ความหมายไว้ว่า กตมา ตสุมี สมเย วิปัสสนา โหติ ยา ตสุมี สมเย ปญญา ปชานนา วิจโย ปวิจโย ฌมฺมวิจโย สลฺลกุขณา อุปลกุขณา ปจฺจุปลกุขณา ปณฺติจฺจํ โกสฺลํ เนปฺปญฺญํ เวภฺพยา จินฺตา อุปปริกฺขา ภูรีเมธา ปริณายิกา วิปัสสนา สมฺปชฺฌญฺญํ ปญญา ปญฺญินฺทริยํ ปญญาพลํ ปญญาสตุถํ ปญญาปาสาโท ปญญาอาโลโก ปญญาโอภาโส ปญญาปชฺโชโต ปญญาารตฺนํ อโมโห ฌมฺมวิจโย สมฺมาทิฏฺฐิยา อโย ตสุมี สมเย วิปัสสนา โหติ.^{๕๖}

วิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉน คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า วิปัสสนา ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^{๕๗}

คัมภีร์อรรถกถาปฏิสัมภิกามรรค ให้ความหมายว่า วิปัสสนา คือ การเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง มีบทบาทวิเคราะห์ว่า อนิจจาทิวเสน วิวิเรน อากาเรน ฌมฺเม ปสฺสตีติ วิปัสสนา^{๕๘} ปัญญาใด ย่อมเห็นสังขตธรรมมีขันธเป็นต้น ด้วยอาการต่าง ๆ มีความไม่เที่ยงเป็นต้น ฉะนั้น ปัญญานั้น ชื่อว่า วิปัสสนา

อรรถกถามัชฌิมนิกายอธิบายว่า วิปัสสนา คือการพิจารณาเห็นลักษณะของสภาวะธรรมที่ปรากฏ^๗ ประการ คือ

^{๕๕} ชุ.ม.หา. (ไทย) ๒๙/๗/๓๓.

^{๕๖} อภิ.สง. (บาลี) ๓๔/๕๕/๓๐.

^{๕๗} อภิ.สง.(ไทย) ๓๔/ ๕๕/๓๖.

^{๕๘} ชุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๑๕๕/๓๒๘ ,อภิ.สง.อ. (บาลี) ๑/๑๐๐/๑๐๐.

- ๑) อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง
- ๒) ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์
- ๓) อนัตตานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน
- ๔) นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย
- ๕) วิราคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนด
- ๖) นิโรธานุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส
- ๗) ปฏินิสัสคคานุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส^{๕๙}

คัมภีร์อภิธรรมมัตถกถาวิภาวินีได้อธิบายไว้ว่า “อนิจจาทิววิธการโต ทสฺสนตเถน วิปสฺสนา สงฆาตานุญจ” แปลว่า ที่เรียกว่าวิปัสสนา เพราะอธิบายว่าเห็นโดยอาการต่างๆ มี ความไม่เที่ยง เป็นต้น^{๖๐}

ในหนังสือพุทธธรรม อธิบายว่า วิปัสสนา แปลว่า การเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง หมายความว่าข้อปฏิบัติต่างๆ ในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดสิ่งทั้งหลายตรงต่อสภาวะของมัน คือให้เข้าใจตามความเป็นจริง หรือตามที่สิ่งเหล่านั้นมันเป็นของมันเอง (ไม่ใช่เห็นไปตามที่เราวาดภาพให้มันเป็นด้วยความชอบความชัง ความอยากได้ หรือความขัดใจของเรา) รู้แจ้งชัดเข้าใจจริง จนถอนความหลงผิดรู้ผิดและยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ทั้งทำที่แห่งการมอง การรับรู้ การวางจิตใจ และความรู้ สึกทั้งหลาย ความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เกิดขึ้นเรื่อย ๆ ในระหว่างการปฏิบัตินั้น เรียกว่า ญาณ มีหลายระดับญาณสำคัญในขั้นสุดท้ายเรียกว่า วิชชา เป็นภาวะตรงข้ามที่กำจัดอวิชชา คือความหลงผิดไม่รู้แจ้งไม่รู้จักจริงให้หมดไป ภาวะจิตที่มีญาณหรือวิชชานั้น เป็นภาวะที่สุขสงบ ผ่องใสและเป็นอิสระ เพราะลอยตัวพ้นจากอำนาจครอบงำของกิเลส เช่น ความชอบความชัง ความติดใจและความขัดใจ เป็นต้นไม่ถูกบังคับหรือชักจูงโดยกิเลสเหล่านั้น ให้มองเห็นหรือรับรู้สิ่งต่าง ๆ อย่างบิดเบือน จนพาความคิดและการกระทำที่ติดตามมาให้หันเหไปและไม่ต้องเจ็บปวดหรือเร่าร้อนเพราะถูกบีบคั้นหรือต่อสู้กับกิเลสเหล่านั้น ญาณและวิชา จึงเป็นจุดมุ่งของวิปัสสนา เพราะนำไปสู่วิมุตติ คือความหลุดพ้นเป็นอิสระที่แท้จริงซึ่งยั่งยืนถาวร ท่านเรียกว่า สมุจเฉตนิโรธ หรือสมุจเฉตวิมุตติ แปลว่า ดับกิเลส หรือหลุดพ้นโดยเด็ดขาด^{๖๑}

สรุปว่า วิปัสสนาภาวนา คือ การเห็นประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ในรูปที่เห็น อาการที่เคลื่อนไหว ใจที่คิด เป็นต้น เป็นวิธีการปฏิบัติให้เข้าถึงสภาวะดับ สงบเย็น(นิพพาน)ได้^{๖๒} ถ้า

^{๕๙} ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๖๕/๑๖๙.

^{๖๐} ธนิต อยุโพธิ์, วิปัสสนานิยม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๕๐), หน้า ๓๗๘.

^{๖๑} พระราชวรมณี. พุทธธรรม. พิมพ์ที่ บริษัท ด้านสุทธาการพิมพ์ จำกัด: พ.ศ. ๒๕๒๙ หน้า๑๖-๑๗

^{๖๒} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘,ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

ต้องการสุขแท้ สุขถาวรที่ไม่กลับมาทุกข์อีกก็ต้องดำเนินไปตามหนทางนี้เท่านั้น ไม่มีทางอื่น^{๖๓} เป็นข้อปฏิบัติต่างๆในการอบรมปัญญาให้เข้าใจตามความจริง ไม่ใช่เห็นตามที่เราวาดภาพให้เป็นด้วยความชอบ ความซึ้ง ความอยากได้ หรือความขี้ใจของเรา รู้แจ้งชัดเข้าใจจริง จนถอนความหลงผิด และยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เกิดขึ้นเรื่อยๆ มีความสุขสงบผ่องใสและเป็นอิสระ เพราะพ้นจากอำนาจครอบงำของกิเลสที่สุดคือนำไปสู่ความหลุดพ้นที่แท้จริงยังยืนถาวร(สมุจเฉทวิมุตติ)^{๖๔}

๑.๓.๖ วิปัสสนาปัญญาเกิดจากการเจริญสติปัฏฐาน ๔

วิปัสสนาปัญญา คือ ความรู้แจ้งในสติปัฏฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และสภาวะธรรมที่ปรากฏโดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา ในคัมภีร์อรรถกถาแสดงไว้ว่า ยสฺมา ปน กายเวทนาจิตตธรรมเมสุ กณฺหิ ฐมฺมํ อนามสฺติวาทา นานา นาม นตฺถิ.ตสฺมา เตปิ อิมินาว มคฺเคน โสกปริเทเว สมตฺติกนฺตาทิ เวทิตพฺพา.^{๖๕}

“อนึ่ง ขึ้นชื่อว่าภาวนาย่อมไม่มี โดยมีได้กำหนดธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม ดังนั้นควรทราบว่ แม้สันตติอำมาตย์และนางปฐาจาราเหล่านั้น ได้ล่วงพ้นความเศร้าโศกและความคร่ำครวญ ด้วยหนทางนี้”^{๖๖}

การเจริญวิปัสสนา คือ การใคร่ครวญธรรม หมายถึง การเพ่งพินิจพิจารณาเห็นธรรม โดยความเป็นไตรลักษณ์^{๖๗} ตามเป็นจริง แต่ที่เราไม่เห็นรูป-เห็นนามตามความเป็นจริง (โดยความเป็นไตรลักษณ์) ได้โดยงายนั้น ก็เพราะว่ามีธรรม ๓ ประการเป็นเครื่องขวางกั้นไว้ คือ สันตติปิดบังอนิจจัง อิริยาบถปิดบังทุกข์ ฆนสัณญญาปิดบังอนัตตา^{๖๘}

๑) สันตติปิดบังอนิจจัง สันตติ หมายถึงการเกิดขึ้นติดต่อกันของรูปและนามอย่างรวดเร็ว คือความสืบทอดแห่งกรรม ฤดู จิต อาหาร ตัวอย่างที่เข้าใจได้ง่าย เช่น ขนเก่า หลุดล่วงไป ขนใหม่เกิดขึ้นแทน ความคิดเก่าดับไปความคิดใหม่มาแทน มาปิดบังไม่ให้เห็นความเป็นอนิจจัง จึงเป็นเครื่องปิดบังไม่ให้เห็นความไม่เที่ยงของนามและรูป ทำให้เห็นเหมือนกับว่า นามและรูปนี้ยังมีอยู่เรื่อยๆ ไป เมื่อเห็นความจริงของนามและรูปไม่ได้ก็เกิดความสำคัญผิดในนามรูปว่า “เป็นของเที่ยง” เรียกว่า นิจจวิปลาส

^{๖๓} ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗/๓/๗๕๙.

^{๖๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พุทธธรรม, (กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๓๐๖.

^{๖๕} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๒.

^{๖๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาหัย เล่ม ๑, หน้า ๓๐.

^{๖๗} อัง.สตตก.อ. (บาลี) ๓/๒๐/๑๖๕, อัง.สตตก.ฎีกา. (บาลี) ๓/๒๐/๑๙๒.

^{๖๘} ดูใน อัง.สตตก.ฎีกา. (บาลี) ๑/๓๔๑.

๒) อิริยาบถปิดบังทุกข์ คือ การเปลี่ยนอิริยาบถมาปิดบังทุกข์ ตัวอย่าง เช่น เมื่อเราเดินเมื่อย เราก็เปลี่ยนเป็นนั่ง นั่งเมื่อยก็เปลี่ยนเป็นนอน ทำให้คิดว่าขั้น ๕ ของเราเป็นสุข การที่ไม่ได้พิจารณาอิริยาบถจึงไม่เห็นความจริงของนามและรูปว่า มีทุกข์เบียดเบียนบีบคั้นอยู่ตลอดเวลา เมื่อไม่เห็นทุกข์ ก็เข้าใจว่าเป็นสุข เรียกว่า “สุขวิปlass” สำคัญว่า นามรูปเป็นสุข เป็นของดีด้วยอำนาจของความเห็นผิด เป็นปัจจัยแก้ตัณหาทำให้ปรารถนาดิ้นรนไปตามอำนาจของตัณหาที่อาศัยนามรูปเกิดขึ้น เพราะเหตุที่ไม่ได้พิจารณาอิริยาบถ จึงทำให้ไม่เห็นทุกข์และทำให้ “สุขวิปlass” เกิดขึ้น

๓) ขณสัญญาปิดบังอนัตตา ขณสัญญา แปลว่าความสำคัญว่าเป็นกลุ่มก้อน คือความสำคัญผิดของสภาวะธรรมที่รวมกันอยู่เป็นกลุ่มเป็นก้อนของขั้น ๕ ว่าเป็นตัวเป็นตน และสำคัญว่ามีสาระแก่นสาร จึงทำให้ไม่สามารถเห็นความแยกกันของรูปนามเป็นคนละอย่างได้ เมื่อไม่สามารถกระจายความเป็นกลุ่มเป็นก้อน คือขณสัญญาให้แยกออกจากกันได้ จึงไม่มีโอกาสที่จะเห็นความไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตนได้ ทำให้หลงยึดถือว่าเป็นตัวเป็นตน แต่แท้จริงแล้วเป็นเพียงธาตุต่าง ๆ ประกอบขึ้นเป็นคน ถ้าแยกออกแล้วไม่มีความเป็นคนเลย ต่อเมื่อรวมกันเข้าจึงสมมติชื่อว่าเป็นสิ่งนั้น สิ่งนี้ นี่คือนั่นที่เรียกว่าขณสัญญา ที่เข้ามาปิดบังปัญญาไม่เห็นความเป็นอนัตตาของสรรพสิ่งทั้งปวง เมื่อไม่เห็นอนัตตา วิปlass ที่เรียกว่า “อัตตวิปlass” คือความสำคัญผิด คิดว่าเป็นตัวเป็นตน หรือเป็นเราก็ต้องเกิดขึ้นและเป็นปัจจัยแก้ตัณหา^{๖๙}

วิธีทำลายเครื่องปิดบังไตรลักษณ์ทั้ง ๓ ประการนี้ได้มีอยู่เพียงทางเดียวเท่านั้น คือ ปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นอกจากนี้ไม่มีทางอื่นใดอีกเลย^{๗๐} สติปัฏฐาน ๔ เท่านั้นที่สามารถทำลายวิปlass และทำให้เกิดวิปlass ญาณเห็นความจริงของรูปนามที่เป็นไตรลักษณ์ได้ ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้ จึงกล่าวได้ว่าวิปlass และสติปัฏฐานเป็นสิ่งเดียวกันโดยความเป็นเหตุเป็นผลกับ คือ วิปlass ญาณจะมีขึ้นไม่ได้เลยหากขาดกระบวนการพิจารณาธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔

อีกนัยหนึ่ง วิปlass หมายถึงเห็นตามเหตุ ตามการณ ด้วยปัญญาตามความเป็นจริง^{๗๑} แต่ที่มนุษย์เห็นผิดไปจากความเป็นจริงนั้นก็เพราะวิปlass ธรรม ๓ ประการ คือ ทิฏฐิ-

วิปlass (ความเห็นผิด) จิตวิปlass (รู้ผิด) และสัญญาวิปlass (จำผิด) องค์ของวิปlass มี ๔ คือ

- ๑) สุขวิปlass สำคัญผิดว่ารูปสังขารเป็นของสวยงาม
- ๒) สุขวิปlass สำคัญผิดว่ารูป-นามเป็นสุข

^{๖๙} วิสุทธิ. (บาลี) ๓/๒๗๕, วิสุทธิ. ฎีกา. (บาลี) ๓/๕๒๒.

^{๗๐} ตูรายละเอียดใน ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๔.

^{๗๑} ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๓๙๙/๒๕๗.

- ๓) นิจจวิปลาส สำคัญว่ารูป-นามเที่ยง
 ๔) อัตตวิปลาส สำคัญว่ารูป-นามเป็นตัวตน^{๗๒}

วิปลาสธรรมนี้เกิดขึ้นเพราะไม่ได้กำหนดรู้ความจริงของรูป-นาม การที่จะละวิปลาสธรรมนี้ได้ก็โดยการกำหนดนามรูปตามนัยของสติปัฏฐาน ๔ เท่านั้น ในคัมภีร์อรรถกถา^{๗๓} กล่าวว่า สติปัฏฐาน ๔ มุ่งแสดงการละหรือ ทำลายวิปลาสธรรมทั้ง ๔ เป็นหลัก คือ

- ๑) สุขวิปลาส กำจัดได้ด้วยกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ละความสำคัญผิดว่ารูป-นามเป็นของสวยงามเสียได้
 ๒) สุขวิปลาส กำจัดได้ด้วยเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ละความสำคัญผิดว่ารูป-นามเป็นสุขเสียได้
 ๓) นิจจวิปลาส กำจัดได้ด้วยจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ละความสำคัญผิดว่ารูป-นามเป็นของเที่ยงเสียได้
 ๔) อัตตวิปลาส กำจัดได้ด้วยธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ละความสำคัญผิดว่ารูป-นามเป็นตัวเป็นตนเสียได้^{๗๔}

ด้วยเหตุนี้ การเจริญวิปัสสนากับการเจริญสติปัฏฐานจึงเป็นอย่างเดียวกัน โดยความเป็นเหตุเป็นผลกัน

^{๗๒} ดูรายละเอียด อง.จตุ. (ไทย) ๒๑/๔๗/๔๔ , วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๓๖๖.

^{๗๓} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๗.

^{๗๔} ดูรายละเอียด ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๔ , วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๓๖๑.

บทที่ ๒

มหาสติปัฏฐานสูตร

๒.๑ ความเป็นมาของมหาสติปัฏฐานสูตร

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจากพระโอรสผู้พระองค์เอง ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร^๑ และมีปรากฏในพระสูตรต่างๆ อีกมากมาย เช่น พระสูตรในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค สติปัฏฐานสังยุต ๑๐๔ สูตรและตรัสในที่อื่นๆ อีกหลายแห่ง เช่น ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่ม ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐ มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ เล่ม ๑๒/๑๐๕-๑๓๘/๑๐๑-๑๓๑ สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค เล่ม ๑๙/๓๖๗-๔๗๐/๒๑๐-๒๘๐ ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามวรรค เล่ม ๓๑/๔๑/๕๐๖-๕๐๘, ๓๔-๓๕/๕๙๒-๕๙๖ เป็นต้น

หลักการสติปัฏฐาน ๔ กล่าวไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร สรุปได้ว่า “อิท ภิกุขเว ภิกุขุ กายเ กายานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมุปชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิขุฉาโทมนสฺส ... เวทนาสุ เวทนานุปัสสี ..จิตเต จิตตานุปัสสี ..ชฺมเมสุ ชฺมมานุปัสสี..”

“ภิคุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ...พิจารณาเห็นจิตในจิต .. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งหลาย..”^๒

ในการปฏิบัติมีองค์ประกอบ ๓ ประการ คือ “อาตปปี สมุปชาโน สติมา”

อาตปปี ความเพียรเผากิเลส ที่เรียกว่า สัมมัปปธาน ๔ เพื่อละอกุศล เพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพื่อทำกุศลใหม่ และเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่า(จัดจ่อในรูปนามปัจจุบัน)

สมุปชาโน มีสัมปชัญญะ(ความรู้ตัวทั่วพร้อม) ยังเห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริง สติมา มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิท^๓(สติไม่ขาดช่วง)

^๑ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๓/๒๕๗.

^๒ ที.ม. (บาลี)๑๐/๓๗๓/๒๕๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒, ม.มู. (บาลี) ๑๒/๑๐๖/๗๗, ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑-๑๐๒.

^๓ รายละเอียดดูใน พระโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสีสยาตอ), พระคันธสาราภิงค์ เรียบเรียง, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D) ตรวจชำระ, มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๙), หน้า ๓๐-๓๓.

มหาสติปัฏฐานสูตร แปลว่า พระสูตรว่าด้วยการเจริญสติปัฏฐานสูตรใหญ่ พระสูตรนี้พระพุทธองค์ทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ขณะประทับอยู่ ณ นิคมของชาวกุรุ ชื่อกัมมาสธัมมะ ปัจจุบันเรียกว่า แคว้นกุรุ ทรงแสดงธรรมแก่พุทธบริษัท ชาวกัมมาสธัมมะมีความสนใจในการเจริญสติปัฏฐานกันอย่างมาก แม้ทาส กรรมกร ก็พูดกันแต่เรื่องสติปัฏฐาน^๔

แคว้นกุรุเป็นแคว้นหนึ่งในสมัยพุทธกาลอยู่ทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือของประเทศอินเดีย ปัจจุบันคือบริเวณกรุงนิวเดลี ส่วนนิคมกัมมาสธัมมะ เป็นหมู่บ้านชุมชนใหญ่มีร้านค้า ตลาด พลุกพล่านไปด้วยประชาชนไม่มีกำแพงกันและปราศจากกษัตริย์ปกครองเหมือนนครโดยทั่วไป ลักษณะการตั้งชุมชนในสมัยพุทธกาลแบ่งออกเป็น ๓ แบบ คือ

- ๑) หมู่บ้าน คือ สถานที่ไม่มีตลาดและไม่มีกำแพงเมือง
- ๒) นิคม คือ สถานที่มีตลาด แต่ไม่มีกำแพงเมือง
- ๓) นคร คือ สถานที่มีตลาดและมีกำแพงเมือง

ดั่งมีหลักฐานในเรื่องนี้ว่า “เอตถ จ อปาการปริกฺเขโป สาปโณ นิคโม.สปาการาปน นคร.ตํ ตํ วิปริโต คาโมติ อิมสํ ตินฺณํ วิเสโส ทฎฺฐุโพ”^๕ อื่นๆ ในเรื่องนี้ พึงทราบความต่างกันของนิคม นคร และหมู่บ้าน ทั้งสามอย่างนี้ว่า นิคม คือ สถานที่มีตลาด ไม่มีกำแพงล้อม นคร คือ เมืองที่มีกำแพงและตลาด หมู่บ้าน คือสถานที่ตรงกันข้ามกับนิคมและนครนั้นๆ

คัมภีร์อรรถกถา^๖ กล่าวว่า ชาวแคว้นกุรุในสมัยนั้นมีสุขภาพสมบูรณ์ด้วยฤดูกาลและอาหาร เป็นต้น ที่เหมาะสม อีกทั้งคฤหิ์สถ์และบรรพชิตในแคว้นกุรุ ก็มักกล่าวกันถึงการเจริญสติปัฏฐานและพากเพียรเจริญสติปัฏฐานกันอย่างกว้างขวาง พระบรมศาสดาจึงตรัสพระสูตรนี้แก่ชาวแคว้นกุรุ แม้พระพุทธองค์ได้ตรัสการเจริญสติปัฏฐานไว้โดยสังเขปมาก่อนในหลายพระสูตรดังที่ปรากฏในสติปัฏฐานสังยุตต์ แต่การแสดงพระสูตรนี้จัดว่าเป็นการประกาศแนวทางการเจริญสติปัฏฐาน^๔ อย่างสมบูรณ์เป็นครั้งแรก

มหาสติปัฏฐานสูตร เป็นการบรรยายโวหารแบบถามเอง-ตอบเอง และมีอุปมาอุปไมยผสมด้วย เป็นกระบวนการบรรยายที่สมบูรณ์แบบ มีทั้งภาคอุเทศ ภาคนิเทศ ภาคอานิสงส์ การบรรยายที่เข้าใจง่าย ปฏิบัติตามได้ถูกต้อง

เป้าหมายสำคัญของการเจริญสติปัฏฐาน^๔ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงยกหัวข้อการบรรยายขึ้นเป็น อุเทศว่า “ภิกษุทั้งหลายทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อ...

- ๑) สุตตานํ วิสุทฺธิยา เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์
- ๒) โสกปริเทวานํ สมติกุมาเย เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ
- ๓) ทุกฺขโทมนสฺसानํ อตฺถจฺจมาเย เพื่อดับทุกข์และโทมนัสทั้งหลาย

^๔ ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๗๓/๒๐๙.

^๕ กงฺขา.อภินวฎีกา (บาลี) หน้า ๒๗๑.

^๖ ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๕๗.

- ๔) ญาสสุ อธิคมาย เพื่อบรรลุนิพพาน คือ อริยมรรค
 ๕) นิพพานสสุ สัจฉิกิริยาย เพื่อให้แจ้งพระนิพพาน”

สติปัฏฐาน คือ การตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกให้ได้ โดยแยกพิจารณาเป็น ๔ ประการ ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า “อิธ ภิกขเว ภิกขุ กายะ กายานุปสฺสี วิหริติ อาตปปี สมุปชาโน สติมา วิเนยฺย โลกเ อภิชฌาโทมนสฺส ...เวทนาสุ เวทนานุปสฺสี ..จิตฺเต จิตฺตานุปสฺสี ..ธมฺเมสุ ธมฺมานุปสฺสี..”

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้”^๗

- ๑) พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^๘
- ๒) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^๙
- ๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้
- ๔) พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งหลายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงสติปัฏฐานไว้ในที่ต่าง ๆ หลายแห่ง แต่ที่ตรัสไว้ได้มีรูปแบบมีปรากฏอยู่ ๒ แห่งเท่านั้น คือ ในที่ฌนิกายมหาวรรคและมัชฌิมนิกาย มูลปธานาสกั ข้อที่นำสังเกตต่อไป คือ อรรถกถาของทีฆนิกายมหาวรรค และอรรถกถาของมัชฌิมนิกายมูลปธานาสกั ระบุไว้ชัดว่า สติปัฏฐานสูตร ในมัชฌิมนิกายมูลปธานาสกัมีชื่อว่า สติปัฏฐานสูตร ส่วนในทีฆนิกาย มหาวรรค มีชื่อว่ามหาสติปัฏฐานสูตร^{๑๐} พระสูตรทั้งสองนี้จัดอยู่ในพระสูตรที่มีอรรถกถาซึ่ง (คัมภีร์ตถาณิ) จำนวน ๘ สูตร อยู่ในทีฆนิกาย ๒ สูตร คือ มหานิทานสูตร และมหาสติปัฏฐานสูตร ในมัชฌิมนิกาย ๖ สูตร คือ สติปัฏฐานสูตร สาโรปมสูตร รุกโขปมสูตร รัฏฐपालสูตร มาคคณทียสูตร และอาเนญชสัปปายสูตร พระสูตรเหล่านี้ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่ พุทธบริษัทชาวกุรุ เพราะมีความสนใจในการเรียนธรรม และปฏิบัติธรรมอย่างมาก ท่านอุปมาไว้ว่า บุรุษที่ได้ผอบทอง แล้วเก็บดอกไม้มานานาชนิดมาใส่ไว้ในผอบนั้น ฉันทิด หรือบุรุษได้หีบทองแล้วเก็บรัตนะ ๗ ประการ มาใส่ไว้ในหีบนั้น ฉันทิด พระผู้มีพระภาคทรงได้พุทธบริษัทชาวกุรุแล้ว ก็ทรงแสดงพระธรรมเทศนาที่มี อรรถกถาซึ่งแก่พุทธบริษัทนั้น ฉันทิดเหมือนกัน

^๗ ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๖/๗๗, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๖/๑๐๑-๑๐๒.

^๘ ที.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๗-๑๑๒/๑๐๒-๑๐๙, ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๗๔-๒๘๗/๒๒๐-๒๒๑.

^๙ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑, ที.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๓/๑๐๙-๑๑๐, ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๘๘/๒๒๑.

^{๑๐} ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๔๓, ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๕๗.

๒.๒ ใจความสำคัญของมหาสติปัฏฐานสูตร

๑) กายานุสัสนมหาสติปัฏฐาน หมายถึง การมีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่ง กาย คือ รูปขันธ์ ด้วยความเพียร ด้วยสัมปชัญญะ ด้วยสติและไม่ยินดียินร้าย พระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้เป็น ๖ หมวด คือ

๑.๑) พิจารณาลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ให้เห็นการไหลเข้า ไหลออกติดต่อกัน เป็นลำ ยาว สั้น สลับกันไป

๑.๒) พิจารณาอิริยาบถ คือ พิจารณาการเดิน ยืน นั่ง นอน ให้รู้ความเป็นไป

๑.๓) พิจารณาสัมปชัญญะ คือ พิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหวทางกาย เช่น การก้าวไป การถอยกลับ การคู้ การเหยียด โดยกำหนดให้รู้ทันทุกอากัปภิกิริยา

๑.๔) พิจารณาสังปฏิภูม คือ พิจารณาอาการ ๓๒ ในกายของตนมี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ให้เห็นว่าเป็นของนาเกลียด

๑.๕) พิจารณาธาตุ คือ พิจารณาดิน น้ำ ไฟ ลม ในกายของตน ให้เห็นโดยความเป็นธาตุ เหมือนคนฆ่าโค แบ่งอวัยวะของโคที่ฆ่าแล้ว ออกเป็นส่วน ๆ อย่างชำนาญ

๑.๖) พิจารณาซากศพ มีลักษณะต่าง ๆ กัน ถึง ๙ ลักษณะ เช่น ซากศพที่ตายแล้ว ๑ วัน ถึง ๓ วัน แล้วนำมาเปรียบเทียบกับกายของตนว่า มีสภาพอย่างเดียวกัน^{๑๑}

๒) เวทนานุสัสนมหาสติปัฏฐาน หมายถึงการมีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์หรือเฉย ๆ เมื่อคราวได้เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้ถูกต้องสัมผัสด้วยกาย และได้นึกถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เคยสัมผัสมาแล้วทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย โดยพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงความรู้สึก ไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืนไม่ใช่ตัวตน พระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้ ๙ ประการ คือ

๒.๑) เสวยสุขเวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนา

๒.๒) เสวยทุกข์เวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกข์เวทนา

๒.๓) เสวยอุเบกขาเวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนา

๒.๔) เสวยสุขเวทนามีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนามีอามิส

๒.๕) เสวยทุกข์เวทนามีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกข์เวทนามีอามิส

๒.๖) เสวยอุเบกขาเวทนามีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนามีอามิส

๒.๗) เสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส

๒.๘) เสวยทุกข์เวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกข์เวทนาไม่มีอามิส

๒.๙) เสวยอุเบกขาเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนาไม่มีอามิส

^{๑๑} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๘.

๓) **จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน** หมายถึงการมีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนื่องๆ ซึ่งจิต คือ ความคิดต่างๆ เช่น พิจารณาดูว่าจิตมีราคะหรือไม่มีราคะ จิตมีโทสะหรือไม่มีโทสะ จิตมีโมหะหรือไม่มีโมหะ โดยพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงความคิด ไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน พระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้ ๑๖ประการ คือ

- ๓.๑) เมื่อจิตมีราคะเกิดขึ้น สติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีราคะ
- ๓.๒) เมื่อจิตปราศจากราคะ สติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากราคะ
- ๓.๓) เมื่อจิตมีโทสะเกิดขึ้น สติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโทสะ
- ๓.๔) เมื่อจิตปราศจากโทสะ สติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโทสะ
- ๓.๕) เมื่อจิตมีโมหะเกิดขึ้น สติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโมหะ
- ๓.๖) เมื่อจิตปราศจากโมหะ สติตามกำหนดรู้ว่าจิตปราศจากโมหะ
- ๓.๗) เมื่อจิตหดหู่และท้อถอย สติตามกำหนดรู้ว่า จิตหดหู่ และท้อถอย
- ๓.๘) เมื่อจิตฟุ้งซ่าน สติตามกำหนดรู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
- ๓.๙) เมื่อจิตเป็นมหัคคตะ สติตามกำหนดรู้ว่า จิตเป็นมหัคคตะ
- ๓.๑๐) เมื่อจิตไม่เป็นมหัคคตะ สติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ
- ๓.๑๑) เมื่อจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า (สอตุตตร) ให้เอาสติกำหนดรู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
- ๓.๑๒) เมื่อจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า (อนตุตตร) สติกำหนดรู้ว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
- ๓.๑๓) เมื่อจิตสงบแล้ว (สมาหิตจิต) สติตามกำหนดรู้ว่า จิตสงบ
- ๓.๑๔) เมื่อจิตไม่สงบ (อสมามหิตจิต) สติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่สงบ
- ๓.๑๕) เมื่อจิตพ้นจากกิเลสแล้ว (วิมุตตจิต) สติตามกำหนดรู้ว่า จิตพ้นจากกิเลส
- ๓.๑๖) เมื่อจิตไม่พ้นจากกิเลส (อวิมุตตจิต) สติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่พ้นจากกิเลส^{๑๒}

๔) **ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** หมายถึง การพิจารณาธรรมอันเป็นสภาวะโดยรวม ทั้งรูปธรรมและนามธรรม ทั้งภายในและภายนอก ไปตามลำดับ ตั้งแต่อย่างหยาบไปจนถึงอย่างละเอียดที่สุด ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติที่ลึกซึ้งกว่าการพิจารณาเห็นกาย เวทนา และจิต อย่างที่ได้ปฏิบัติมา ให้ความจริงแบบอริยสัจ คือ ไม่ใช่แค่ให้กำหนดรู้เรื่องสภาวะธรรมอันเป็นทุกข์ทั้งปวงเท่านั้น แต่ต้องมีการกำหนดรู้ทางดับทุกข์รวมไว้ด้วย พระพุทธองค์ทรงจำแนกไว้ ๕ หมวด คือ

- ๔.๑) หมวดนิรวรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้น หรือห้ามไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มี ๕ ประการ คือ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทริจจกุกุกจะ วิจิกิจฉา
- ๔.๒) หมวดขันธ์ คือ อุปาทานขันธ์ ๕ (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ)
- ๔.๓) หมวดอายตนะ คือ อายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และอายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์

^{๑๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

๔.๔) หมวดโพชฌงค์ คือ องค์แห่งธรรมเครื่องตรัสรู้ ๗ ประการ คือ สติ ธรรมวิจ
ยะ วิริยะ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา

๔.๕) หมวดสังขจะ คือ สภาวธรรมที่เป็นจริง ๔ ประการ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค^{๑๓}

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐานว่า บุคคลผู้เจริญสติปัฏ
ฐาน ๔ ประการนี้ แม้เพียง ๗ วัน เป็นอย่างน้อย ก็หวังได้ว่า จะมีผลในปัจจุบันอย่างใดอย่าง
หนึ่ง ในจำนวนผล ๒ อย่าง คือ (๑) จะได้บรรลอรหัตตผล (๒) ถ้ายังมีอุปาทิเหลืออยู่ จะบรรล
อนาคามีผล

๒.๓ สติปัฏฐานทำไมต้องมี ๔

สติปัฏฐาน ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติหรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน^{๑๔} เพราะเหตุใดพระ
ผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสสติปัฏฐานว่ามี ๔ ไม่หย่อน ไม่ยิ่ง ตอบว่า ก็เพราะจะทรงให้เป็น
ประโยชน์เกื้อกูล แก่เวไนยสัตว์ผู้มีจริตที่แตกต่างกัน

คัมภีร์อรรถกถากล่าวจริตของผู้เจริญวิปัสสนาหรือสติปัฏฐาน ๔ ว่ามี ๒ จริต คือ
ตถหาจริตกับทิกขุจริต

ในจริตทั้ง ๒ นี้ แยกย่อยออกไปอีกอย่างละ ๒ คือ ตถหาจริตที่มีปัญญาอ่อน กับ
ตถหาจริตที่มีปัญญากล้า และทิกขุจริตที่มีปัญญาอ่อนกับทิกขุจริต ที่มีปัญญากล้า ในอรรถกถา
มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์ มีอธิบายประเภทบุคคลที่เหมาะสมกับสติปัฏฐาน ๔ ไว้ว่า บุคคลผู้
เจริญสมณะและวิปัสสนา แบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ

๑) มนธบุคคล บุคคลที่มีปัญญาอ่อน

๒) ติกขบุคคล บุคคลที่มีปัญญากล้า

หากจะแบ่งให้ละเอียด มีถึง ๔ จำพวก คือ ตถหาจริตของผู้มีปัญญาอ่อน และตถหา
จริตของผู้มีปัญญากล้า ทิกขุจริตของผู้มีปัญญาอ่อน และทิกขุจริตของผู้มีปัญญากล้า ดังนี้คือ

(๑) ตถหาจริตบุคคล

- ตถหาจริตที่มีปัญญาอ่อน ควรเจริญกายานุสสนาสติปัฏฐาน จึงจะเป็นผลดีเพราะ
เป็นของหยาบ เห็นได้ง่าย และเหมาะกับอัธยาศัยของบุคคลพวกนี้

- ตถหาจริตที่มีปัญญากล้า ควรเจริญเวทนานุสสนาสติปัฏฐาน จึงจะเป็นผลดี เพราะ
เป็นกัมมัฏฐานละเอียด คนมีปัญญากล้าสามารถเห็นได้ง่าย และเหมาะกับอัธยาศัยของบุคคล
พวกนี้

^{๑๓} ที่.ม.(บาลี)๑๐/๓๘๓/๒๕๗.

^{๑๔} ที่.ม.อ. (บาลี) ๓๗๓/๓๖๘, ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๒๕๓.

(๒) ทิฏฐิจริตบุคคล

- ทิฏฐิจริตที่มีปัญญาอ่อน ควรเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะเป็นผลดี เพราะไม่หยาบ ไม่ละเอียดเกินไป เหมาะกับอรรถยาศัยของบุคคลพวกนี้
- ทิฏฐิจริตที่มีปัญญากล้า ควรเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะได้ผลดีเพราะเป็นกัมมัฏฐานละเอียด คนที่มีปัญญากล้าสามารถเห็นได้ง่าย และเหมาะกับอรรถยาศัยของบุคคลพวกนี้

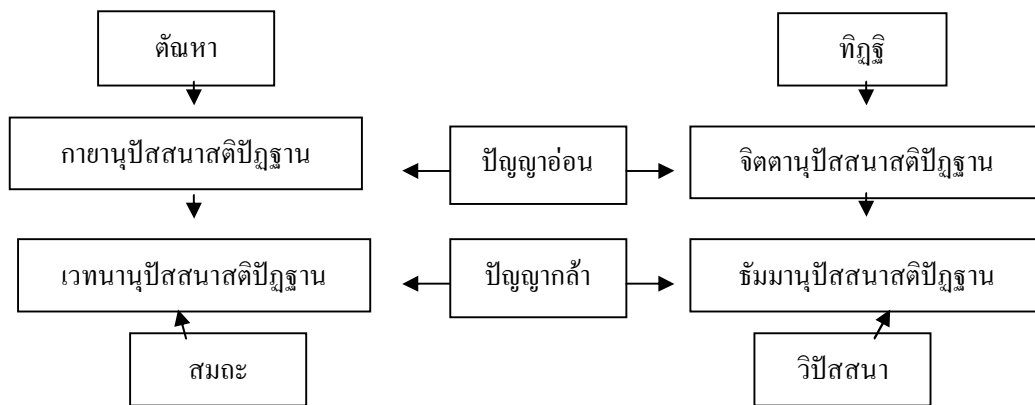
(๓) สมถยานิกบุคคล

- ที่มีปัญญาอ่อน ควรเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะได้ผลดี เพราะมีนิมิตพึงถึงได้โดยไม่ยากนัก
- ที่มีปัญญากล้า ควรเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะได้ผลดี เพราะไม่ตั้งอยู่ในอารมณ์หยาบและเหมาะกับอรรถยาศัยของบุคคลพวกนี้

(๔) วิปัสสนายานิกบุคคล

- ที่มีปัญญาอ่อน ควรเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะได้ผลดี เพราะไม่หยาบ ไม่ละเอียดเกินไป เหมาะกับอรรถยาศัยของบุคคลพวกนี้
- ที่มีปัญญากล้า ควรเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะได้ผลดี เพราะเป็นกัมมัฏฐานละเอียดมาก และเหมาะกับอรรถยาศัยของบุคคลพวกนี้^{๑๕}

แผนภาพที่ ๓ แสดงประเภทบุคคลที่เหมาะสมกับสติปัฏฐาน ๔



^{๑๕} ดูรายละเอียดใน ม.ม.อ. (บาลี) ๑๒/๖๕๙.

ในเรื่องนี้ตรงกับบรรดกถาของมัชฌิมนิกาย ท่านได้อธิบายไว้ว่า

ตณฺหาจริตฺทิกฺขจฺริตสมถยานิกวิปสฺสนา
ยานิเกสุ หิ มนฺหติกฺขวเสน เทวธา เทวธา

ปวตเตสุ เวเนยฺเยสุ มนฺหสฺส ตณฺหา
จริตสฺส โอปาริกิ กายานุปสฺสนาสติปฺภุจฺจํ
วิสุทฺธิมคฺโค.

ติกฺขสฺส สุกฺขุมิ เวทนานุปสฺสนาสติปฺภุจฺจํ.

ทิกฺขจฺริตสฺสาปิ มนฺหสฺสนาติปฺปเภทคํ
จิตฺตานุปสฺสนาสติปฺภุจฺจํ วิสุทฺธิมคฺโค.

ติกฺขสฺส อติปฺปเภทคํ ฐมฺมานุปสฺสนา
สติปฺภุจฺจํ.

สมถยานิกสฺส จ มนฺหสฺส อภิจฺเณน
อธิคนฺตพฺพนิมิตฺตํ ปจฺมํ สติปฺภุจฺจํ วิสุทฺธิมคฺ
โค

ติกฺขสฺส โอปาริการมฺมเณ สนฺจหนโต
ทฺฤติยํ.

วิปสฺสนายานิกสฺสปิ มนฺหสฺส นาติปฺปเภท
คตารมฺมณํ ตติยํ .

ติกฺขสฺส อติปฺปเภทคตารมฺมณํ จตฺตถํ

อิติ จตฺตาโรว วุตฺตา อนฺุณา อนฺธิกาติ.

บรรดาเวไนยสัตว์ทั้งหลาย พวกตณฺหา
จริต พวกทิกฺขจฺริต พวกสมถยานิกะ และ
วิปัสสนายานิกะ (แยก)เป็นพวกละ ๒ ตาม
อ่อนและแก่กล้า

ผู้มีตณฺหาจริตอย่างอ่อน มีกายานุปัสสนา
สติปัฏฐาน มีอารมณ์หยาบเป็นทางแห่งความ
บริสุทธิ์

แต่ผู้มีตณฺหาจริตแก่กล้า มีเวทนานุปัสสนา
สติปัฏฐานที่ละเอียด เป็นทางแห่งความ
บริสุทธิ์.

แม้ผู้มีทิกฺขจฺริตอย่างอ่อน มีจิตตานุปัสสนา
สติปัฏฐาน ที่มีอารมณ์แยกออกไม่มากนัก
เป็นทางแห่งความบริสุทธิ์.

แต่ผู้มีทิกฺขจฺริตแก่กล้า มีธมฺมานุปัสสนา
สติปัฏฐาน ที่มีอารมณ์แยกประเภทออกไป
มาก เป็นทางแห่งวิสุทฺธิ.

สติปัฏฐานข้อแรกที่มีนิमित ที่พึงประสบได้
ไม่ยาก เป็นทางแห่งความบริสุทธิ์ของสมถ
ยานิกบุคคลประเภทยังอ่อน

ข้อที่ ๒ เป็นทางแห่งวิสุทฺธิสมถยานิก-
บุคคลประเภทแก่กล้า เพราะท่านดำรงอยู่ได้
ไม่มั่นคงในอารมณ์ที่หยาบ

ข้อที่ ๓ ที่มีอารมณ์แยกประเภทออกไปไม่
มากนัก เป็นทางแห่งความบริสุทธิ์แม้ของ
วิปัสสนายานิกบุคคลประเภทยังอ่อน

ข้อที่ ๔ มีอารมณ์แยกประเภทออกไปมาก
เป็นทางแห่งความบริสุทธิ์ ของวิปัสสนายานิก
บุคคลประเภทแก่กล้า

สติปัฏฐานจึงตรัสไว้ ๔ อย่างเท่านั้นไม่ยิ่ง
ไม่หย่อน ด้วยประการดังที่พรรณนามา

สุกฺขนิจฺจอตฺตภาววิปลาสปฺปหฺนตฺถํ
วา.

กาโย หิ อสุโก.

ตตฺถ จ สุกฺวิปลาสวิปลลฺภฺจา สตฺตา.

เตสํ ตตฺถ อสุภภาวทสฺสเนน ตสฺส
ปฺหฺนตฺถํ ปจฺมํ สติปัฏฺฐานํ วุตฺตํ.

สุขํ นิจฺจํ อตฺตาทิ คหิตฺเตสุปิ เวทนาทีสุ จ
เวทนา ทุกฺขา. จิตฺตํ อนิจฺจํ . ธมฺมา อนตฺตา

เต สุกฺสุข นิจฺจอตฺตวิปลาสวิปลลฺภฺจา
สตฺตา .

เตสํ ตตฺถ ทุกฺขาภิภาวทสฺสเนน เตสํ
วิปลาสานํ ปฺหฺนตฺถํ เสสฺยานิ ตีณิ วุตฺตานีติ

เอวํ สุกฺสุขนิจฺจอตฺตภาววิปลาส
ปฺหฺนตฺถํ วา จตฺตาโรว วุตฺตา อญฺญา อนธิกาติ
เวทิตพฺพา.

น เกวลญจ วิปลาสปฺปหฺนตฺถเมว จตุ
โรชโยค อาสวคฺคณฺอุปาทานอคฺคตฺติปฺปหฺนตฺถํปิ
จตุพฺพิธาหารปริยฺญาตตฺถํ จ จตฺตาโรว วุตฺตา
ติ เวทิตพฺพา”^{๑๖} .

อีกอย่างหนึ่ง สติปัฏฐานที่ทรงแสดงไว้ ๔
เท่านั้น เพื่อละวิปลาส คือความสำคัญผิดว่า
งาม ว่าสุข ว่าเที่ยงและความเป็นตน

ความจริง กายเป็นของไม่งาม

แต่สัตว์ทั้งหลายดำรงอยู่อย่างวิปริต
สำคัญผิดในกายนั้นว่างาม

สติปัฏฐานข้อที่ ๑ ตรัสไว้สำหรับสัตว์
เหล่านั้น เพื่อให้ละสุขวิปลาสนั้น ด้วยการ
เห็นว่าไม่งามในกายนั้น และในเวทนาเป็นต้น

แม้ที่สัตว์ทั้งหลายยึดถือว่าเป็นสุข เที่ยง
เป็นอตฺตา ก็มีนัยนี้คือ เวทนาเป็นทุกข์ จิตไม่
เที่ยง ธรรมทั้งหลายเป็นอนตฺตา

แต่สัตว์เหล่านั้นดำรงอยู่อย่างวิปริต
สำคัญผิดในเวทนา จิต และธรรมเหล่านั้นว่า
เป็นสุข เที่ยง และเป็นอตฺตา

ตรัสสติปัฏฐาน ๓ อย่างที่เหลือไว้
สำหรับสัตว์เหล่านั้นเพื่อให้ละวิปลาสที่เหลือ
เหล่านั้น ด้วยการเห็นเวทนาเป็นต้นเหล่านั้น
ว่า เป็นทุกข์เป็นต้น

เมื่อเป็นเช่นนี้ สติปัฏฐาน ก็ควรเข้าใจไว้
ว่า พระองค์ตรัสไว้ ๔ อย่างเท่านั้น ไม่ยิ่งไม่
หย่อนไปกว่านี้ ก็เพื่อให้ละสุขวิปลาส สุข
วิปลาส นิจฺจวิปลาส และอตฺตวิปลาส”^{๑๗}

และไม่ใช่เพียงตรัสไว้เพื่อให้ละวิปลาส
อย่างเดียวเท่านั้น แต่ควรเข้าใจไว้ว่า ตรัสสติ
ปัฏฐานไว้ ๔ อย่างเท่านั้นก็เพื่อให้ละโอชะ ๔
โยคะ ๔ อาสวะ ๔ คันถะ ๔ และอุปาทานทั้ง ๔
และอคฺคิ ๔ ด้วย เพื่อให้กำหนดรู้อาหารทั้ง ๔
ด้วย”^{๑๘}

^{๑๖} ม.ม.อ.(บาลี) ๗/๑/๔๐๖.

^{๑๗} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑/๖๖๐.

^{๑๘} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑/๖๕๙.

๒.๓.๑ วิปัสสนาธรรม ๔

การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ กำหนดพิจารณาให้รู้สิ่งที่เป็นรูปกับนาม โดยความเป็นปรกติจะ ชันตันต้องพิจารณาให้เห็นรูปนามก่อน แล้วกำหนดดูจนเห็นปัจจัยที่ให้เกิดรูปนาม ต่อจากนั้นจึงเพ่งให้เห็นแจ้งไตรลักษณ์ว่า รูปนามมีลักษณะที่ไม่เที่ยง ทนอยู่ไม่ได้ บังคับบัญชาให้เป็นไปตามใจชอบไม่ได้ เมื่อเพ่งจนเห็นไตรลักษณ์ ก็จะได้ละความเห็นผิด เข้าใจผิด จำผิด ว่ารูปนามเป็นของเที่ยง เป็นสุข เป็นตัวตน ตลอดจนว่าเป็นสิ่งที่สวยงาม การเห็นผิดเข้าใจผิดเช่นนี้เรียกว่า วิปัสสนาธรรม คือเป็นสิ่งที่วิปัสสนาคลาดเคลื่อนไปจากความเป็นจริง ๔ ประการ คือ

๑. สัญญาวิปัสสนา^{๑๙} จิตวิปัสสนา ทิฏฐิวิปัสสนา ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง
๒. สัญญาวิปัสสนา จิตวิปัสสนา ทิฏฐิวิปัสสนา ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข
๓. สัญญาวิปัสสนา จิตวิปัสสนา ทิฏฐิวิปัสสนา ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา
๔. สัญญาวิปัสสนา จิตวิปัสสนา ทิฏฐิวิปัสสนา ในสิ่งที่ไม่งามว่างาม

วิปัสสนาธรรม	ทิฏฐิวิปัสสนา (เห็นผิด)	จิตวิปัสสนา (เข้าใจผิด)	สัญญาวิปัสสนา (จำผิด)
สุขวิปัสสนา	๑) เห็นผิดว่าสวयว่างาม	๒) เข้าใจผิดว่าสวยว่างาม	๓) จำผิดว่าสวยว่างาม
สุขวิปัสสนา	๔) เห็นผิดว่าสุขว่าสบาย	๕) เข้าใจผิดว่าสุขว่าสบาย	๖) จำผิดว่าสุขว่าสบาย
นิจจวิปัสสนา	๗) เห็นผิดว่าเที่ยง	๘) เข้าใจผิดว่าเที่ยง	๙) จำผิดว่าเที่ยง
อตตวิปัสสนา	๑๐) เห็นผิดว่าเป็นตัวเป็นตน	๑๑) เข้าใจผิดว่าเป็นตัวเป็นตน	๑๒) จำผิดว่าเป็นตัวเป็นตน

ปรากฏข้อความในพระไตรปิฎกว่า

เหล่าสัตว์ผู้ถูกมิจฉาทิฏฐิทำลาย มีจิตซัดส่าย สำคัญผิดหมายรู้ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง หมายรู้ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข หมายรู้ในสิ่งที่ไม่งามว่างาม สัตว์เหล่านั้นชื่อว่าติดอยู่ในเครื่องประกอบของมาร ไม่มีความเกษมจากโยคะ ประสบกับความเกิดและความตาย ท่องเที่ยวไปสู่อสังสารวัฏ ก็ในกาลใดพระพุทธรเจ้าผู้จุดประกายให้แสงสว่าง เสด็จอุบัติขึ้นในโลก ในกาลนั้นพระองค์ย่อมประกาศธรรม^{๒๐} นี้ ที่ให้สัตว์ถึงความดับทุกข์ สัตว์เหล่านั้นผู้มีปัญญา ฟังธรรมของพระพุทธรเจ้าเหล่านั้น กลับได้ความคิดเป็นของตนเอง ได้เห็นสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง ได้เห็นสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นทุกข์ ได้เห็นสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอนัตตา ได้เห็นสิ่งที่ไม่งามว่างาม ยึดถือสัมมาทิฏฐิ พ้นทุกข์ทั้งหมดได้^{๒๑}

^{๑๙} สัญญาวิปัสสนา ความคลาดเคลื่อนของการรับรู้ หมายถึงการรับรู้สิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยงเป็นต้น (อง.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๔๙/๓๔๖)

^{๒๐} ธรรม หมายถึงสัจธรรม ๔ ประการ (ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค) (อง.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๔๙/๓๔๗)

^{๒๑} อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๗๙

๒.๓.๒ โอฆะ ๔

อวตฺถริตฺวา หนนฺตึตฺติ โอฆา. ธรรมชาติไดย่อมท่อมทับเบียดเบียนสัตว์ทั้งหลาย
 ธรรมชาตินั้นชื่อว่า โอฆะ คือ ห้วงน้ำ

อวหนฺนติ โอสีทาเปนฺตึตฺติ โอฆา. ธรรมเหล่าใดทำให้สัตว์ทั้งหลายจมลง ธรรมเหล่านั้น
 ชื่อว่า โอฆะ

โอฆะ มีความหมายว่า เป็นอ่าวหรือเป็นห้วงน้ำ และเป็นห้วงน้ำที่ไหลวน มีลักษณะที่
 ดูดสัตว์ให้จมลงสู่ที่ต่ำ กล่าวโดยภูมิ และกล่าวโดยจิตก็เป็นไปในทำนองเดียวกับอาสวะ
 กล่าวคือ จมอยู่ในระหว่างอบายถึงพรหม จนกว่าจะวายแหวกไปถึง โคตรภูญาณ

โอฆะ หมายถึง กิเลสดูจน้ำท่วมพาผู้ตกไปให้พินาศ ได้แก่สภาวะอกุศลธรรมที่เป็น
 ดูจห้วงน้ำ เป็นเหมือนกระแสน้ำที่ไหลหลากท่วมใจสัตว์ พัดพาสัตว์ให้จมลงสู่ที่ต่ำ ให้ถึงความ
 พินาศล่มจม เป็นเหตุนำสัตว์ไปให้ตกไปในเบื้องต่ำ ยังสัตว์ทั้งหลายที่อยู่ในอำนาจให้ตกไปใน
 เบื้องต่ำ คือ ให้เกิดในทุกคติต่าง ๆ มีนรกเป็นต้น^{๒๒} มี ๔ ประการ คือ

๑) กาโมฆะ โอฆะคือกาม กิเลสที่ท่วมใจสัตว์ให้จมอยู่ในสังสารวัฏด้วยความรักใคร่
 ตีใจในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรือได้แก่ กิเลสที่ท่วมใจสัตว์ให้จมอยู่ใน
 กามภพ องศ์ธรรมได้แก่ โลกเจตสิก ที่ในโลภมูลจิต ๘

๒) ภาโวฆะ โอฆะคือภพ ได้แก่ กิเลสที่ท่วมใจสัตว์ให้จมอยู่ในรูปภพ อรูปภพ ความ
 ยินดีพอใจในรูปารูปภพและความใคร่ในฌาน ย่อมเกิดขึ้นในจิตอุปบาทอันสหระคตด้วยโลกทิว
 จูคติวิปยุต ๔ ดวง. องศ์ธรรมได้แก่ โลกเจตสิกที่ในทิวจูคติ วิปยุตตจิต ๔

๓) ทิวจูฆะ โอฆะคือมิจฉาทิวจู หรือห้วงแห่งมิจฉาทิวจู เช่น มิจฉาทิวจู ๖๒
 ประการ คือ ปุพพันตักปัฏทิวจู ๑๘ และอปันตักปัฏทิวจู ๔๔ ซึ่งท่วมใจสัตว์ให้จมอยู่ใน
 สังสารวัฏ ด้วยความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม ย่อมเกิดขึ้นในจิตอุปบาทอันสหระคตด้วยโลก
 เจตสิก ที่ในทิวจูคติสัมปยุตตจิต ๔ องศ์ธรรมได้แก่ ทิวจูเจตสิกที่ในทิวจูคติสัมปยุตต จิต ๔

๔) อวิชโชฆะ โอฆะคืออวิชชา ความไม่รู้ในสัจจะ ๔ ย่อมเกิดขึ้นในจิตอุปบาทอันส
 หระคตด้วยโมหเจตสิก ที่ในอกุศลจิต ๑๒^{๒๓} องศ์ธรรมได้แก่โมหเจตสิกที่ในอกุศลจิต ๑๒

ในบรรดาโอฆะ ๔ เหล่านี้ กาโมฆะ ภาโวฆะ ทิวจูฆะ อวิชโชฆะย่อมเกิดขึ้นใน
 อกุศลทั้งปวง รวมโอฆะมี ๔ แต่องศ์ธรรมมีเพียง ๓ คือ โลกเจตสิก ทิวจูเจตสิก และ โมห
 เจตสิก (เท่ากันและเหมือนกันกับองศ์ธรรมของอาสวะ)

โสตาปัตติมคคประหารทิวจูฆะ อนาคามีมคคประหารกาโมฆะ อรหัตตมคค
 ประหารภาโวฆะและอวิชโชฆะ

^{๒๒} พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค เล่ม ๑ ภาค ๑ - หน้าที่ ๓๔.

^{๒๓} ที.ปา.อ. (บาลี) ๓/๑๒/๒๒๑, อ.จ.ต.ก.อ. (บาลี) ๒/๑๙๖/๔๑๘, ที.ม.อ. (บาลี) ๓๔๐/๓๐๗.

พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค เล่ม ๑ ภาค ๑ - หน้าที่ ๓๔.

๓.๒.๓ โยคะ ๔

วฏฺฐุสฺสมี สตุเต โยเชนฺตฺติ โยคา . ธรรมทีประกอบสัตว์ให้ติดอยู่ในวฏฺฐุ ทุกข์ (คือภพต่าง ๆ) นั้นชื่อว่า โยคะ

โยคะ หมายความว่า เครื่องประกอบ ทำหน้าที่ประกอบสัตว์ทั้งหลายไว้ในสังสารทุกข์ เหมือนตะปูที่ตอกตรึงเครื่องประกอบบ้านเรือนไว้ อีกนัยหนึ่งหมายความว่า ประกอบสัตว์ให้ติดแน่นในสังสารวัฏฏเหมือนติดไว้ด้วยกาบ ยากแก่การที่จะถอนให้หลุดพ้นจากวัฏฏสงสาร

โยคะ แปลว่า เครื่องเกาะเกี่ยว สมภาวะที่ประกอบสัตว์ไว้ผูกสัตว์ไว้ในวฏฺฐุหรือสังสารทุกข์เหมือนตاپุดอกเครื่องประกอบบ้านเรือนให้ติดกันอยู่ มี ๔ อย่าง

๑. กามโยคะ โยคะคือกาม ได้แก่สมภาวะที่ประกอบสัตว์ตรึงใจสัตว์ให้ติดอยู่ในสังสารวัฏด้วยความรักใคร่ติดใจในกามคุณ ๕ มี รูป เป็นต้น ได้แก่โลภเจตสิก ที่ในโลภมุลจิต ๘

๒. ภวโยคะ โยคะคือภพ ได้แก่สมภาวะที่ประกอบสัตว์ ตรึงใจสัตว์ให้ติดอยู่ในรูปภพอรูปภพ ได้แก่โลภเจตสิก ที่ในทิวฏฐิตวิปปยุตตจิต ๔

๓. ทิวฏฐิโยคะ โยคะคือคือมิจฉาทิวฏฐิ เช่น มิจฉาทิวฏฐิ ๖๒ ประการ ซึ่งเป็นเครื่องประกอบสัตว์ ตรึงใจสัตว์ให้ติดอยู่ในสังสารวัฏ ด้วยความเห็นผิดจากทำนองคลองธรรม ได้แก่ทิวฏฐิเจตสิก ที่ในทิวฏฐิสัมปยุตตจิต ๔

๔. อวิชชาโยคะ โยคะคืออวิชชา^{๒๔} ได้แก่ความไม่รู้แจ้งในฐานะ ๘ ประการ คือไม่รู้ทุกข์ขอรียสัจ เป็นต้น ซึ่งเป็นเครื่องประกอบสัตว์ ตรึงใจสัตว์ให้ติดอยู่ในสังสารวัฏ ด้วยความโง่ความหลง ได้แก่ โมหเจตสิก ที่ในอกุศลจิต ๑๒

การละโยคะ ๔ อย่างนี้ได้ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนญาณแก่กล้า สามารถบรรลुरुยิมรรค อริยผล เมื่อปฏิบัติได้ดังนี้ จึงจะละโยคะ ๔ อย่างนี้ได้เด็ดขาด กล่าวคือ กามโยคะละได้ด้วยอนาคามีมรรค ภวโยคะละได้ด้วยอรหัตตมรรค ทิวฏฐิโยคะละได้ด้วยโสตาปัตติมรรค อวิชชาโยคะ ละได้ด้วยอรหัตตมรรค

อนึ่ง อาสวะ โยคะ ทั้ง ๓ กองที่กล่าวแล้วนี้ แต่ละกองก็มีธรรม ๔ ประการเท่ากัน ชื่อของธรรมก็เหมือนกัน คือ มี กาม ภวะ ทิวฏฐิ อวิชชา และ องค์ธรรมก็มี ๓ เท่ากันและเหมือนกัน คือ โลภะ ทิวฏฐิ โมหะ

^{๒๔} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๕๔/๓๗๗.

๒.๓.๔ อาสวะ ๔

อาสวนุติ จิระ ปริวสนุติ อาสวา. สิ่งใดถูกหมักต้องอยู่นานๆ สิ่งนั้นชื่อว่า อาสวะ
 อาสว = อา (วิภวทุกขที่ยาวนาน หากำหนดมิได้) + สว (เจริญรุ่งเรือง) = ธรรม ที่ทำให้วิภว
 ทุกข์อันยาวนาน ไม่มีกำหนดนั้น เจริญรุ่งเรืองไม่มีที่สิ้นสุด

อายตฺ สงฺสารทุกฺขํ สนวนฺติ ปสฺวนฺติ วฑฺฒนฺตํ อาสวา. ธรรมเหล่านี้ ทำให้วิภว
 ทุกข์ที่ยาวนานนั้นเจริญรุ่งเรือง ธรรมเหล่านี้ชื่อว่า อาสวะ

ภาวโต อภาวคฺคา ฆมฺมโต อาโคตรภุมฺหา สนวนฺติ อารมฺมณกรณวเสน ปวตฺตนฺตํ อา
 สวา . ธรรมเหล่านี้ไหลไปถึงหรือเกิดได้ถึง ว่าโดยภูมิถึงภวคคภูมิ ว่าโดยธรรมถึงโคตรภู ด้วย
 อำนาจกระทำให้เป็นอารมณ์ ธรรมเหล่านี้ชื่อว่า อาสวะ

อาสว = อา (มีขอบเขตถึงภวคคภูมิ คือเนวสัญญานาสัญญาตนภูมิ หรือมี ขอบเขต
 ถึงโคตรภู) + สว (เกิดได้ไหลไปได้)

กิเลสนี้แหละ เมื่อเกิดบ่อย ๆ ก็เคยชิน เลยสะสมจมตองอยู่ในจิตตสันดาน ครั้นจิต
 ประสพกับอารมณ์ใด ด้วยความเคยชินของกิเลสที่หมักหมมจมตองอยู่ ก็ขึ้น มาปรุงแต่งจิตให้
 น้อมไปตามกิเลสนั้น ๆ อาการที่หมักหมมจมตองอยู่เช่นนี้ จึงเรียก ว่า อาสวะ เมื่อยังมีอาสวะ
 อยู่ตราบใด ตราบนั้นก็ยังคงวนเวียนอยู่ใน สังสารวิภว

ขุณฺธานญจ ปฏิปาทฺฐิ ธาตุอายตฺนानญจ อพฺโพจฺจินฺนํ วตฺตมานา สฺสาโรติ ปวฺจฺจติ .
 (อภฺฐสาลินี) แปลความว่า ลำดับของขั้นธ ธาตุ อายตนะ ที่เป็นอยู่โดยไม่ขาดสายนั้น เรียกว่า
 สังสภาวะ

อาสวะ ๔ คือ กามาสวะ (อาสวะคือกาม) ภวาสวะ (อาสวะคือภพ) ทิฏฐาสวะ (อา
 สวะคือทิฏฐิ) อวิชชาสวะ (อาสวะคืออวิชชา)^{๒๔}

๑. กามาสวะ จมอยู่ในความติดใจแสวงหากามคุณทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และ
 การสัมผัสถูกต้อง องค์ธรรมได้แก่ โลกเจตสิกที่ในโลภมูลจิต ๘

อภฺฐสาลินีอรรถกถา แสดงความหมายแห่งอาสวะทั้ง ๔ นี้ว่า ปญจกามคุณิโก ราโค
 กามาสโว นาม ความติดใจใคร่ได้ในกามคุณ ๕ ชื่อว่า กามาสวะ

๒. ภวาสวะ จมอยู่ในความชอบใจยินดีในอัตภาพของตน ตลอดจนชอบใจ อยากได้ใน
 รูปภพ อรูปภพ องค์ธรรมได้แก่ โลกเจตสิกที่ในทิฏฐิตวิปปยุตตจิต ๔

รูปารูป ภเวสุ ฉนฺทราโค ฉานนิกนฺติ สฺสสฺตทิฏฺฐิ สหชาโต ราโค ภวเสน ปตฺถนา
 ภวาสโว นาม ความชอบใจรักใคร่ในรูปภพ อรูปภพ ความใคร่ในฉาน รากะที่เกิดพร้อมด้วยสัส
 สตทิฏฐิ ความปรารถนาด้วยอำนาจมุ่งภพ ชื่อว่า ภวาสวะ

๓. ทิฏฐาสวะ จมอยู่ในความเห็นผิดจากความเป็นจริงแห่งสภาวธรรมหรือผิด ทำนอง

^{๒๔} ส.สพ.อ. (บาลี)๓/๕๓-๖๒/๑๔, อ.จ.ก.อ. (บาลี) ๓/๕๘/๑๔๐

คลองธรรม จึงมีความตั้งใจในความเห็นผิวนั้น องค์ธรรมได้แก่ ทิฏฐิเจตสิก ที่ในทิฏฐิคติ สัมปยุตตจิต ๔

ทวารัฐิทิฏฐิโย ทิฏฐิสโว นาม. ทิฏฐิ ๖๒ ชื่อว่า ทิฏฐาสวะ

๔. อวิชชาสวะ จมอยู่ในความไม่รู้เหตุผลตามความเป็นจริง จึงได้ โลก โกรธ หลง องค์ธรรมได้แก่ โมหเจตสิก ที่ในอกุศลจิต ๑๒

อฏฺฐสุ จาเนสฺ อญฺเณอํ อวิชฺชาสโว นาม. ความไม่รู้ในฐาน ๘ ชื่อว่า อวิชชาสวะ ไม่รู้ในฐาน ๘ คือ ไม่รู้ริยสัจ ๔, ไม่รู้อดีต ๑, ไม่รู้อนาคต ๑, ไม่รู้ทั้งอดีต ทั้งอนาคต ๑, และไม่รู้จักสมุปปาต ๑

รวมอาสวะมี ๔ แต่องค์ธรรมมีเพียง ๓ เท่านั้นคือ โลกเจตสิก ทิฏฐิเจตสิกและ โมหเจตสิก

กามาสโว อนาคามิมคฺเคน ปหียตี ภวาสโว อรหตุตมคฺเคน ทิฏฐาสโว โสตาปตฺติมคฺเคน อวิชฺชาสโว อรหตุตมคฺเคน.

อนาคามีมคฺคประหารกามาสวะ อรหตุตมคฺคประหารภวาสวะ โสตาปตฺติมคฺคประหาร ทิฏฐาสวะ อรหตุตมคฺคประหารอวิชฺชาสวะ

๒.๓.๕ คันถะ ๔

กายเณ กายํ คนฺเณตฺติ กายคนฺธา . ธรรมเหล่าใดผูก คือเกี่ยวคล้องไว้ ระหว่างนาม กายในรูปกายปัจจุบันภพ กับนามกายรูปกายในอนาคตภพ ธรรมเหล่า นั้นชื่อว่า กายคันถะ

คนฺถ กรณํ สงฺขลิก จกฺกลกานํ วีย ปฏิพนฺดา กรณํ วา คนฺถนํ คนฺโถ. การร้อยรัดหรือผูกพันให้ติดอยู่ประดุจจะไซ้เหล็กนั้น ชื่อว่า คันถะ

คันถะ มีความหมายว่า ผูกมัดหรือทำให้เป็นปม อีกนัยหนึ่งหมายความว่า เป็นห่วงที่ร้อยรัดไว้ในระหว่าง จุติ - ปฏิสนธิ ให้เกิดต่อเนื่องกันไม่ให้พ้นไปจาก วัฏฏทุกข์ได้

คันถะ (เครื่องร้อยรัด) ๔ คือ ๑. อภิชฌากายคันถะ(กายคันถะคืออภิชฌา) ๒. พยาปาทกายคันถะ(กายคันถะคือพยาบาท) ๓. สิลฺพพตฺปรามาสกายคันถะ(กายคันถะคือสิลฺพพตฺปรามาส) ๔. อิหังสัจจาภินเวสกายคันถะ(กายคันถะคือความยึดถือว่าสิ่งนี้เท่านั้นจริง)^{๒๖}

คันถะ (กิเลสเครื่องผูก) แปลว่า กิเลสเครื่องร้อยรัด หรือผูกมัดใจสัตว์ไว้ให้ติดอยู่ในสังสารวัฏ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า กายคันถะ ซึ่งแปลว่า กิเลสเครื่องร้อยรัดหรือผูกมัดนามกายรูปกายในภพปัจจุบัน ให้ติดเนื่องกับนามกาย รูปกายในอนาคต อันได้แก่กิเลสเครื่องร้อยรัดผูกมัดสัตว์ ให้เวียนว่ายตายเกิดเป็นนามรูปในภพในชาติต่าง ๆ นั้นเอง คันถะนี้มี ๔ อย่าง คือ

๑. อภิชฌากายคันถะ กิเลสเครื่องผูกกายคืออภิชฌา ได้แก่ ความเพ่งเล็งอยากได้ ความชอบใจในทรัพย์สมบัติของผู้อื่น หรือแม้ตั้งใจอยู่ในสมภารัตตนเอง จะเป็นของที่ได้มาโดย

^{๒๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๗๕/๑๐๒-๑๐๓.

ชอบธรรม หรือไม่ชอบธรรม จัดเป็นอกิษฌากายคันถะทั้งสิ้น พึงเห็นว่า อกิษฌาในที่นี้แตกต่างจากอกิษฌาในมโนหุจจริต ตรงที่ว่าอกิษฌาที่เป็นมโนหุจจริตนั้น หมายถึงเฉพาะอกิษฌาอย่างหยาบ มีสภาพอยากได้สมบัติของคนอื่นมาเป็นของตนเท่านั้น ส่วนอกิษฌากายคันถะนี้ เป็นได้ทั้งความอยากอย่างหยาบและอย่างละเอียด ได้แก่โลภเจตสิก ที่ในโลภมุลจิต ๘

อกิษฌาที่เป็นมโนหุจจริตนั้น เป็นโลภะอย่างหยาบ มีสภาพอยากได้ทรัพย์ สมบัติของผู้อื่นมาเป็นของตนโดยไม่ชอบธรรม ส่วนอกิษฌาที่เป็นคันถะนี้ เป็นได้ทั้งโลภะอย่างหยาบ และอย่างละเอียดทั้งหมดที่เกี่ยวกับความอยากได้ความพอใจในทรัพย์สมบัติของผู้อื่น หรือแม้ของตนเอง จะโดยชอบธรรมก็ตาม ไม่ชอบธรรมก็ตาม จัดเป็นอกิษฌากายคันถะทั้งสิ้น

๒. พยาบาทกายคันถะ กิเลสเครื่องผูกกายคือพยาบาท ได้แก่ความอาฆาตมาดร้ายผู้อื่น ความโกรธเคือง ความไม่พอใจคิดปองร้ายผู้อื่น พึงทราบว่ พยาบาทในที่นี้ต่างจากพยาบาทในมโนหุจจริตตรงที่ว่า พยาบาทที่เป็นมโนหุจจริตนั้น หมายถึงความพยาบาทอย่างหยาบ เป็นการปองร้ายผู้อื่น คิดให้คนอื่นได้รับความลำบาก ได้รับความหายนะต่าง ๆ ส่วนพยาบาทกายคันถะนี้ หมายถึงความพยาบาทอย่างหยาบ เป็นการปองร้ายผู้อื่น คิดให้คนอื่นได้รับความลำบาก ได้รับความหายนะต่าง ๆ และหมายถึงความพยาบาทอย่างละเอียด เช่น ความไม่พอใจ ความเกลียด ความกลัว ความกลุ่มใจ ความเสียใจ เป็นต้น อันเป็นเหตุให้ทำปาณาติบาต หรือกล่าวผรุสวาท พยาบาทกายคันถะ ได้แก่ โทสะเจตสิก ที่ในโทสมุลจิต ๒

พยาบาทที่เป็นมโนหุจจริต ได้แก่ โทสะอย่างหยาบ เกี่ยวกับการปองร้ายผู้อื่น ตลอดจนการนึกคิดให้เขามีความลำบากเสียหายต่าง ๆ หรือนึกแข่งผู้อื่นที่เขาไม่ชอบนั้นให้ถึงแก่ความตาย ส่วนพยาบาทที่เป็นคันถะนี้ ได้แก่ โทสะทั้งอย่างหยาบทั้งอย่างละเอียด คือ ความไม่พอใจ ไม่พอใจ โกรธ เกลียด กลัว กลุ่มใจ เสียใจ ตลอดไปจนถึงการทำปาณาติบาต ผรุสวาท เหล่านี้ จัดเป็นพยาบาทกายคันถะทั้งสิ้น

๓. สิลัปปตปรามาสกายคันถะ กิเลสเครื่องผูกกายคือความถือมั่นศีลพรต การยึดมั่นในศีลและพรตนอกพระพุทธศาสนา ด้วยความเห็นผิดว่า การถือศีลที่ผิด ๆ การประพฤติพรตที่ผิด ๆ เช่น ถือว่า การยืน ถ้ายอจุจาระ ปัสสาวะตลอดชีวิต การประพฤติเป็นคนเปลือยตลอดชีวิต การถอนผมด้วยแหบตลอดชีวิต ด้วยความยึดมั่นว่า ปฏิบัติอย่างนั้นจะเป็นทางพ้นทุกข์ได้ แต่ถ้าหากว่ามีผู้รู้แนะนำสั่งสอนทางที่ถูกต้องให้ ก็สามารถกลับใจได้ จึงเปรียบไว้ว่าเป็นทิวฐิฐันลูกศิษย์ พอจะแก้ไขได้

๔. อิทังสัจจาภินิเวสกายคันถะ กิเลสเครื่องผูกกายคือความยึดมั่นว่าสิ่งนี้จริง ได้แก่ความยึดมั่นถือมั่นอย่างแน่วแน่ ความเห็นผิด ๆ ของตนเท่านั้นเป็นความจริงแท้ แต่ของคนอื่นเป็นโมฆะ เปล่าประโยชน์ เหลวไหล แล้วยกย่องวาทะที่ผิด ๆ ของตน ดูหมิ่นเหยียดหยามวาทะหรือติคนอื่นด้วยความเห็นผิดอย่างยิ่ง ยากที่จะแก้ไขได้ ผูกมัดอยู่ในความพอใจในการปฏิบัติที่ผิด แต่ว่ารุนแรงมั่นคงแน่วแน่นมากกว่าในข้อ ๓ นอกจากนั้นแล้วยังดูหมิ่นและเหยียบย่ำทับถมวาทะ หรือมติของผู้อื่นด้วย ถึงแม้ว่าจะมีผู้รู้มาชี้แจงแสดงเหตุผลในทางที่ถูก ที่ชอบ

ประการใด ๆ ก็ไม่ยอมกลับใจได้เลย จึงมีข้อเปรียบเทียบไว้ว่าเป็นทิวทัศน์ชั้นอาจารย์ เพราะไม่สามารถที่จะแก้มือในทางที่ชอบได้ สิ้นพตปรามาสกายคันถะ และอิทังสัจจาภินิเวสกายคันถะ ๒ อย่างนี้ ได้แก่ ทิวทัศน์เจตสิก ที่ในทิวทัศน์คตสัมปยุตตจิต ๔

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแนะนำว่า “ภิกษุพึงเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ เพื่อรู้อย่างนี้ เพื่อกำหนดรู้ เพื่อความสิ้นไป เพื่อละคันถะทั้ง ๔ ประการ”^{๒๗}

การละคันถะ ๔ อย่างนี้ เป็นอกุศลธรรม เป็นธรรมที่ควรละ แต่จะละได้ด้วยการปฏิบัติธรรม กล่าวคือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จนญาณแก่กล้าสามารถบรรลุ อริยมรรค อริยมผล เมื่อปฏิบัติได้อย่างนี้ จึงจะละคันถะ ๔ อย่างนี้ได้เด็ดขาด กล่าวคือ อภิชฌากายคันถะ ละได้ด้วยอรหัตตมรรค พยาบาทกายคันถะ ละได้ด้วยอนาคามีมรรค สิ้นพตปรามาสกายคันถะ และอิทังสัจจาภินิเวสกายคันถะ ละได้ด้วยโสดาปัตติมรรค

รวมคันถะมี ๔ แต่องค์ธรรมมีเพียง ๓ คือ โลกเจตสิก โทสเจตสิก และทิวทัศน์ เจตสิก (จำนวน ๓ เท่ากัน แต่องค์ธรรมไม่เหมือนกันกับของ อาสวะ โยคะ โยคะ)

โสดาปัตติมคคประหาร สิ้นพตปรามาสกายคันถะและ อิทังสัจจาภินิเวสกายคันถะ
อนาคามีมคคประหารพยาบาทกายคันถะ
อรหัตตมคคประหารอภิชฌากายคันถะ

๒.๓.๖ อุปาทาน ๔

อุปาทาน = อุป (มัน) + อทาน (ยึด) = ยึดมัน

อุปาทานที่ดี อุปาทานานิ. ธรรมเหล่าใดย่อมยึดมั่นในอารมณ์ ฉะนั้นธรรม เหล่านั้นชื่อว่า อุปาทาน

ภุสฺส อาทิยณฺติ อมฺฤจฺจกาหํ คณฺหณฺตฺติ อุปาทานานิ. ธรรมเหล่าใดยึดถือ อย่างแรงกล้า (คือถือไว้ไม่ปล่อย) ฉะนั้นธรรมเหล่านั้นชื่อว่า อุปาทาน

ตัณหา คือ ความอยากได้ในอารมณ์ที่ตนยังไม่ได้

อุปาทาน คือ ความยึดมั่นในอารมณ์ที่ตนได้มาแล้วนั้นโดยไม่ยอมปล่อย

อีกนัยหนึ่ง ตัณหา คือ ความชอบใจต้องการอารมณ์ที่ตนได้พบครั้งแรก อุปาทาน คือ ความติดใจในอารมณ์ที่ตนได้พบนั้นไม่หาย ครุ่นคิดถึงอยู่เสมอ ตัณหาเปรียบไว้ว่าเหมือนต้นไม้ที่ยังเล็กอยู่ ย่อมถอนได้ง่าย ส่วน อุปาทาน เหมือนต้นไม้ที่ใหญ่โตแล้ว ถอนยาก เพราะรากแก้ว ยึดมั่นเสียแล้ว

อุปาทาน (ความยึดมั่นถือมั่น) ๔ คือ ๑. กามุปาทาน (ความยึดมั่นในกาม) ๒. ทิวทัศน์อุปาทาน (ความยึดมั่นในทิวทัศน์) ๓. สิ้นพตอุปาทาน (ความยึดมั่นในศีลและวัตร) ๔. อัตตวาทุ

^{๒๗} ส.ม. (ไทย) ๑๗/๑๗๕/๑๐๒

ปาทาน (ความยึดมั่นในวาทะว่ามีอัตตา)^{๒๘}

อุปาทาน แปลว่า ความยึดมั่น ความถือมั่นด้วยอำนาจกิเลส ความยึดติดในอารมณ์อย่างแรงกล้า อันเนื่องมาจากตัณหา อุปาทานนี้มี ๔ อย่าง คือ กามุปาทาน ทิฏฐุปาทาน สีสัพพตูปาทาน และอัตตวาทุปาทาน

๑) กามุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่นในกาม ได้แก่ ความยึดมั่นถือมั่นใน รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ตลอดจนถึงธรรมารมณ์ โดยยึดมั่นว่าเป็นของตน ของเนื่องด้วยตน ด้วยมีใจผูกพันอยู่เป็นนิตย์ ไม่ยอมปล่อยวาง ได้แก่ โลภเจตสิก ที่ในโลภมูลจิต ๘

๒) ทิฏฐุปาทาน ความยึดมั่นถือมั่นในมิจฉาทิฏฐิ คือความเห็นผิด ได้แก่ทฤษฎี ลัทธิ หรือหลักคำสอนที่ผิดจากทำนองคลองธรรม ผิดจากคำสอนในพระพุทธศาสนา ความยึดมั่นในการเห็นผิด มี นียตมิจฉาทิฏฐิ ๓ และ ทิฏฐิ ๖๒ (ที่นอกจาก สีสัพพตทิฏฐิ และสักกายทิฏฐิ ซึ่งจะกล่าวต่อไปเป็นข้อ ๓ และ ข้อ ๔) องค์ธรรมได้แก่ ทิฏฐิเจตสิก ที่ในทิฏฐิคตสัมปยุตตจิต ๔

๓) สีสัพพตูปาทาน ความยึดมั่นถือมั่นในศีลและพรตที่ผิด ๆ นอกพระพุทธศาสนา นอกไปจากมัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่ความยึดมั่นถือมั่นในหลักความประพฤติ ข้อปฏิบัติ แบบแผนระเบียบวิธี ขนบธรรมเนียมประเพณี ลัทธิพิธีต่าง ๆ โดยยึดถือมั่นว่าจะต้องเป็นอย่างนั้น ๆ โดยสักว่าปฏิบัติสืบต่อกันมา ทำตามกันมาอย่างงมงาย หรือโดยนิยมว่าเป็นของขลัง ของศักดิ์สิทธิ์ การยึดมั่นในการปฏิบัติที่ผิดเช่นนี้ บางทีก็เรียกว่า สีสัพพตทิฏฐิ องค์ธรรมได้แก่ ทิฏฐิเจตสิกที่ใน ทิฏฐิคตสัมปยุตตจิต ๔

๔) อัตตวาทุปาทาน ความยึดมั่นในขันธ ๕ ว่าเป็นตัวเป็นตน หรือว่ามีตัว มีตนอยู่ในเบญจขันธ ได้แก่ สักกายทิฏฐิ ๒๐ ประการ^{๒๙} องค์ธรรมได้แก่ ทิฏฐิเจตสิก ที่ในทิฏฐิคตสัมปยุตตจิต ๔

อุปาทาน ๔ อย่างนี้เป็นอกุศลธรรม เป็นธรรมที่ควรละ แต่จะละได้ด้วยการปฏิบัติธรรม กล่าวคือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จนได้ญาณแก่กล้า สามารถบรรลุอุปริยมรรคอริยมผล เมื่อปฏิบัติได้ดังนี้ จึงจะละอุปาทาน ๔ อย่างนี้ได้เด็ดขาด กล่าวคือ

กามุปาทานอันยังสัตว์ให้ไปอบาย มรรคที่ ๑ ให้สิ้นไป ที่เป็นกามราคะอย่างหยาบ มรรคที่ ๒ ให้สิ้นไป กามราคะและพยาบาทอย่างละเอียด มรรคที่ ๓ ให้สิ้นไป การละรูปราคะ อรูปราคะมรรคที่ ๔ ให้สิ้นไป รวมความว่าอุปาทานอันมรรคทั้ง ๔ ให้สิ้นไป^{๓๐}

ทิฏฐุปาทาน สีสัพพตูปาทาน และอัตตวาทุปาทาน ละได้ด้วยโสดาปัตติมรรค^{๓๑}

^{๒๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๙๕/๙๐.

^{๒๙} ดูที่หน้า ๑๙

^{๓๐} ชุ.อุ. อ. (ไทย) ๑ / ๓ /- / ๓๗๒.

^{๓๑} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๗/๓๓.

๒.๓.๗ อคติ ๔

อคติ (ความลำเอียง) ๔ คือ ๑. จันทาคติ(ลำเอียงเพราะชอบ) ๒. โทสาคติ(ลำเอียงเพราะชัง) ๓. โมหาคติ(ลำเอียงเพราะหลง) ๔. ภยากติ(ลำเอียงเพราะกลัว)^{๓๒}

คัมภีร์อรรถกถาพระวิภังค์อธิบายว่า^{๓๓}

๑) บุคคลใดยอมกระทำวัตถุอันไม่ใช่เจ้าของ ให้เป็นเจ้าของ ด้วยสามารถแห่งความพอใจรักใคร่ว่า บุคคลนี้เป็นมิตรของข้าพเจ้าหรือว่าเป็นเพื่อน (สนิทปฏิญ) หรือว่าเป็น ผู้ร่วมกินร่วมนอน (สมภัตตะ) หรือว่าเป็นญาติของข้าพเจ้า ก็หรือว่า บุคคลนี้ยอมให้สินบนแก่ข้าพเจ้า ดังนี้ บุคคลนี้ ชื่อว่า ย่อมลำเอียงเพราะรักใคร่ (จันทาคติ).

๒) บุคคลใดยอมกระทำวัตถุอันเป็นของมีเจ้าของให้เป็นของไม่ใช่เจ้าของ ด้วยสามารถแห่งปกติเวร (คือ การไม่ชอบพอกันมาก่อน) หรือว่า ด้วยสามารถแห่งความโกรธอันเกิดขึ้นในขณะนั้นนั่นแหละว่า ผู้นี้เป็นศัตรูของเราดังนี้ บุคคลนี้ ชื่อว่า ย่อมลำเอียงเพราะความไม่ชอบกัน (โทสาคติ)

๓) บุคคลใดกล่าวคำใด ย่อมทำวัตถุอันเป็นของมีเจ้าของ ให้ไม่ใช่เจ้าของ เพราะความเียงเลา เพราะเป็นคนทึบ บุคคลนี้ ชื่อว่า ย่อมลำเอียงเพราะหลง (โมหาคติ).

๔) บุคคลใด มีความกลัวว่า ผู้นี้ เป็นราชวัลลภหรือว่าผู้ที่มีความประพฤติไม่เรียบร้อย หรือว่า บุคคลนี้ จะพึงทำความฉิบหายให้แก่เรา ดังนี้ ย่อมทำบุคคลผู้มีไม่ใช่เจ้าของทรัพย์ ให้เป็นเจ้าของทรัพย์ ผู้นี้ ชื่อว่า ย่อมลำเอียงเพราะความกลัว (ภยากติ).

ก็อีกอย่างหนึ่ง

บุคคลใด เมื่อแบ่งสิ่งใดสิ่งหนึ่งในฐานะที่ควรแบ่งยอมให้มากกว่าผู้อื่น ด้วยอำนาจแห่งความรักว่า ผู้นี้ เป็นมิตรของเรา หรือว่าเป็นเพื่อน หรือว่าเป็นผู้ร่วมกินร่วมนอน ดังนี้ ย่อมให้น้อยด้วยอำนาจแห่งโทสะว่า ผู้นี้เป็นศัตรูของเรา ดังนี้ เมื่อไม่รู้ว่ สิ่งนี้อันเราให้แล้วหรือว่ายังมีให้ เพราะความที่ตนเป็นคนเขลา ย่อมให้สิ่งของมากแก่คนบางคนยอมให้น้อยแก่คนบางคน ดังนี้ เป็นผู้กลัวว่า เมื่อเราไม่ให้สิ่งนี้ ผู้นี้ พึงทำความฉิบหายแก่เรา ดังนี้ ย่อมให้สิ่งของแก่คนบางคน. บุคคลแม้ทั้ง ๔ จำพวกนี้ ชื่อว่า ย่อมดำเนินไปสู่จันทาคติเป็นต้นตามลำดับ.

พระอริยะทั้งหลาย ย่อมไม่ดำเนินไปเพราะธรรมมีฉันทะเป็นต้นนี้ เพราะเหตุนี้ ธรรมนี้ จึงชื่อว่าอคติ. ชนทั้งหลายมิใช่พระอริยะ ย่อมดำเนินไปสู่อคติ ด้วยธรรมมีฉันทะเป็นต้นนี้

^{๓๒} ที.ปา.(ไทย) ๑๑/๓๑๑/๒๘๘.

^{๓๓} พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ เล่ม ๒ ภาค ๒ - หน้าที่ ๙๓๕

๒.๓.๘ อาหาร ๔

อาหาร ๔ ได้แก่

๑) กวฬิงการาหาร อาหารคือคำข้าว

๒) ผัสสาหาร อาหารคือผัสสะ

๓) มโนสัญเจตนาหาร อาหารคือมโนสัญเจตนา

๔) วิญญาณาหาร อาหารคือวิญญาณ หมายถึงปฏิสนธิวิญญาณ ๑๙ ประเภท^{๓๔} อยู่ท่ามกลางระหว่างนามกับรูป เพราะวิญญาณเป็นตัวก่อปัจจัยให้เกิดรูปกับนาม^{๓๕} ได้แก่ ปฏิสนธิจิต ซึ่งมีจำนวน ๑๙ ดวงนี้ มีการแสดงโดยนัย ต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

กล่าวโดย นัยแห่งมิสสกะและสุทธะ มี ๒ คือ

๑. รูปมิสสกะวิญญาณ ปฏิสนธิวิญญาณที่มีรูปเกิดพร้อมด้วยนั้น มี ๑๕ ดวง ได้แก่

อุเบกขาสันตிரณะ ๒ มหาวิบาก ๘ และรูปาวจรวิบาก ๕

๒. รูปอามิสสกะวิญญาณ ปฏิสนธิวิญญาณที่ไม่มีรูปเกิดพร้อมด้วยนั้นมี ๔ ดวง ได้แก่ อรูปาวจรวิบาก ๔ เพราะไม่มีรูปเกิดมาปะปนด้วย จึงได้ชื่อว่า สุทธะ

กล่าวโดยนัยแห่งภุมิ ก็มี ๓ คือ

๑. กามวิญญาณ หมายถึง ปฏิสนธิวิญญาณในกามภุมิ มีจำนวน ๑๐ ดวง ได้แก่ อุเบกขาสันตிரณะ ๒ และมหาวิบาก ๘

๒. รูปวิญญาณ หมายถึงปฏิสนธิวิญญาณในรูปภุมิ มีจำนวน ๕ ดวง ได้แก่ รูปาวจรวิบาก ๕

๓. อรูปวิญญาณ หมายถึงปฏิสนธิวิญญาณในอรูปภุมิ มีจำนวน ๔ ดวง ได้แก่ อรูปาวจรวิบาก ๔

กล่าวโดย นัยแห่งกำเนิด ก็มี ๔ คือ

๑. อັນทชวิญญาณ คือ ปฏิสนธิวิญญาณในไข่ มีจำนวน ๑๐ ดวง ได้แก่ อุเบกขาสันตிரณะ ๒ และมหาวิบาก ๘

๒. ชลาพุชวิญญาณ คือ ปฏิสนธิวิญญาณในครรภ์มารดา มีจำนวน ๑๐ ดวง ได้แก่ อุเบกขาสันตிரณะ ๒ และ มหาวิบาก ๘

๓. สังเสทชวิญญาณ คือ ปฏิสนธิวิญญาณในที่เปียกชื้น มีจำนวน ๑๐ ดวง อุเบกขาสันตிரณะ ๒ และมหาวิบาก ๘

^{๓๔} พุ.จ.อ.(บาลี) ๑/๑๐๔/๘๕

^{๓๕} อัง.จก.อ. (บาลี) ๓/๖๑/๑๔๗

๔. โอปปาทิกวิญญาณ คือ ปฏิสนธิวิญญาณที่ไม่ได้อาศัยที่เกิดเหมือน ๓ อย่างข้างต้นนั้น แต่เกิดโดยอาการที่ผุดหรือโผล่ขึ้นมาเต็มทีเลยทีเดียว มีจำนวน ๑๙ ดวง คือ ปฏิสนธิวิญญาณทั้ง ๑๙ อันได้แก่ อุเบกขาสันตীরณ ๒, มหาวิบาก ๘ และ มหัคคตวิบาก ๙ นั้นเอง

กล่าวโดย นัยแห่งคติ ก็มี ๕ คือ

๑. เทวคตวิญญาณ หมายถึง ปฏิสนธิวิญญาณในเทวภูมิ ๖, ในรูปภูมิ ๑๕ และในอรุณภูมิ ๔ นั้น มีจำนวน ๑๘ ดวง ได้แก่ อุเบกขาสันตীরณกุศลวิบาก ๑, มหาวิบาก ๘ และมหัคคตวิบาก ๙

๒. มนุสสคตวิญญาณ หมายถึง ปฏิสนธิวิญญาณในมนุสสภูมิ มีจำนวน ๙ ดวง ได้แก่ อุเบกขาสันตীরณกุศลวิบาก ๑ และ มหาวิบาก ๘

๓. ตีรจจนคตวิญญาณ

๔. เปตคตวิญญาณ

๕. นิรยคตวิญญาณ

ทั้ง ๓ ประการหลังนี้ มีปฏิสนธิวิญญาณ ๑ ดวง ได้แก่ อุเบกขาสันตীরณอกุศลวิบากดวงเดียวเท่านั้น

กล่าวโดย นัยแห่งวิญญาณฐิติ คือภูมิอันเป็นที่ตั้งแห่งวิญญาณนั้น ก็มี ๗ ได้แก่

๑. นานัตตกายนานัตตสัณญีวิญญาณ ปฏิสนธิวิญญาณในภูมิที่มีรูปร่าง ต่างกัน และปฏิสนธิจิตก็ต่างกัน อันได้แก่ ปฏิสนธิในกามสุคติภูมิ ๗ นั้น มีปฏิสนธิ วิญญาณ ๙ ดวง คือ อุเบกขาสันตীরณกุศลวิบาก ๑ และมหาวิบาก ๘

คำว่า นานัตตะ นี้บางทีก็ใช้อย่าง ที่ณะ ว่า นานาตตะ

๒. นานัตตกายเอกัตตสัณญีวิญญาณ ปฏิสนธิวิญญาณในภูมิที่มีรูปร่าง ต่างกัน แต่มีปฏิสนธิวิญญาณอย่างเดียวกัน อันได้แก่ ปฏิสนธิในอบายภูมิ ๔ และ ในปฐมฌานภูมิ ๓ รวม ๗ ภูมิด้วยกัน

ปฏิสนธิในอบายภูมิ ๔ มี ปฏิสนธิวิญญาณ ๑ ดวง คือ อุเบกขาสันตীরณ อกุศลวิบาก ๑

ปฏิสนธิในปฐมฌานภูมิ ๓ มี ปฏิสนธิวิญญาณ ๑ ดวง คือ รูปาวจรปฐม ฌานวิบาก ๑

๓. เอกัตตกายนานัตตสัณญีวิญญาณ ปฏิสนธิวิญญาณในภูมิที่มีรูปร่าง เหมือนกันแต่มีปฏิสนธิวิญญาณต่างกัน อันได้แก่ ปฏิสนธิในทุติยฌานภูมิ ๓ มี ปฏิสนธิวิญญาณ ๒ ดวง คือ รูปาวจรทุติยฌานวิบาก ๑ และรูปาวจรตติยฌาน วิบาก ๑

๔. เอกัตตกายเอกัตตสัณฺณีวิญญาณ ปฏิสนธิวิญญาณในภุมิที่มีรูปร่าง เหมือนกัน และมีปฏิสนธิวิญญาณก็อย่างเดียวกัน อันได้แก่ ปฏิสนธิในตติยฌานภุมิ ๓, เวหัพผลาภุมิ ๑ และสุททาวาสภุมิ ๕ รวม ๙ ภุมิ มีปฏิสนธิวิญญาณ ๒ ดวง คือ

ปฏิสนธิใน ตติยฌานภุมิ ๓ มีปฏิสนธิวิญญาณ ๑ ดวง คือ รูปาวจรจตุตถ ฌานวิบาก ๑

ปฏิสนธิในเวหัพผลาภุมิ ๑ และสุททาวาสภุมิ ๕ นั้น มีปฏิสนธิวิญญาณ ๑ ดวง คือ รูปาวจรปัญจฌานวิบาก ๑

๕. อากาสาณัญจายตนวิญญาณ ปฏิสนธิในอากาสาณัญจายตนภุมิ มี ปฏิสนธิวิญญาณ ๑ ดวง คือ อากาสาณัญจายตนวิบาก ๑

๖. วิญญาณัญจายตนวิญญาณ ปฏิสนธิในวิญญาณัญจายตนภุมิ มีปฏิสนธิวิญญาณ ๑ ดวง คือ วิญญาณัญจายตนวิบาก ๑

๗. อากิญจัญญายตนวิญญาณ ปฏิสนธิในอากิญจัญญายตนภุมิ มีปฏิสนธิวิญญาณ ๑ ดวง คือ อากิญจัญญายตนวิบาก ๑

ตามนัยแห่งวิญญาณฐิตินี้ ไม่ได้กล่าวถึง อสัณฺณุสัตตภุมิ และเนวสัณฺณานา สัณฺณายตนภุมิ เพราะว่า อสัณฺณุสัตตภุมิเป็นภุมิของสัตว์ที่ไม่มีปฏิสนธิวิญญาณ ส่วนเนวสัณฺณานา สัณฺณายตนภุมิ แม้จะเป็นภุมิของสัตว์ที่มีปฏิสนธิวิญญาณก็จริง แต่ว่าวิญญาณนั้นไม่ปรากฏชัด จะว่ามีก็ไม่ใช่จะว่าไม่มีก็ไม่เชิง ด้วยเหตุนี้จึงไม่จัด เข้าในวิญญาณฐิติ ๗ นี้ด้วย

๒.๔ แปลบาลี มหาสติปัฏฐานสูตร

มหาสติปัฏฐานสูตรตปาลี	มหาสติปัฏฐานสูตร แปล
เอวมเม ^{๓๖} สุตํ	ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้
เอกํ สมยํ	ในสมัยหนึ่ง
ภควา กุรุสุ วิหริติ	พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ในกุรุชนบท
กมมาสทम्मํ นาม กุณฺโณ นิคโม.	มีนิคมของชาวกุรุ ชื่อว่า กัมมาสทัมมะ
ตตฺร โข ภควา ภิกฺขุ อามนฺเตสิ	ณ ที่นั้น พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกภิกษุทั้งหลายว่า
ภิกฺขโวติ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
ภทฺเตเต เต ภิกฺขุ ภควโต ปจฺจสฺสิสฺสุ	ภิกษุเหล่านั้นทูลรับพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า พระเจ้าข้า
ภควา เอตทโวจ.	พระผู้มีพระภาค ได้ตรัสพระพุทธานุญาตนี้ว่า
เอกายโน อยํ ภิกฺขเว มคฺโค ^{๓๗}	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย หนทาง ^{๓๘} นี้ เป็นทางสายเอก ^{๓๙}
สตุตฺตานํ วิสุทฺธิยา ^{๔๐}	เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์
โลกปริเทวานํ สมตฺติกฺกมฺยา	เพื่อความก้าวล่วงความโศกและพิโรธรำพัน
ทุกฺขโทมนสฺसानํ อตฺถงฺคมฺยา	เพื่อความดับสูญ แห่งทุกข์และโทมนัส
ญายสฺส ^{๔๑} อธิคฺมฺยา	เพื่อบรรลุธรรมที่ถูกต้อง
นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยา ^{๔๒}	เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน

^{๓๖} ข้าพเจ้า ในตอนเริ่มต้นของพระสูตรนี้และพระสูตรอื่นๆ หมายถึง พระอานนท์ (ผู้ทรงจำมา)

^{๓๗} เป็นเครื่องเดินไปสู่พระนิพพานอย่างหนึ่งอันผู้ต้องการพระนิพพานพึงค้นหา

^{๓๘} ทาง หมายถึง ทางที่ผู้ต้องการพระนิพพานควรดำเนินไป (ที.ม.อ.(บาลี)๓๗๑/๓๖๑)

^{๓๙} ทางเดียว หมายถึง เป็นทางที่บุคคลผู้ละการเกี่ยวข้องกับหมู่คณะประพฤติธรรมอยู่แต่ผู้เดียว เป็นทางของบุคคลผู้เดียว เป็นทางปฏิบัติในศาสนาเดียวคือพระพุทธานุศาสน์ เป็นทางสายเดียวที่ดำเนินไปสู่จุดหมายเดียว คือพระนิพพาน ที.ม.อ.(บาลี)๓๗๓/๓๕๙

^{๔๐} หมายความว่า เพื่อประโยชน์แก่ความหมดจดของสัตว์ทั้งหลายผู้มีจิตเศร้าหมอง เพราะมลทินทั้งหลายมีรากเป็นต้น และเพราะอุปกิเลสทั้งหลาย มีอวิชชาวิสมโลภะ เป็นต้น

^{๔๑} ญายธรรม หมายถึง อริยมรรค (ที.ม.อ. (บาลี)๒๑๔/๑๙๗)

ญายธรรม คือ ธรรมที่ควรรู้ มี ๕ ประการ ได้แก่

๑. สังขาร คือธรรมที่ปรุงแต่ง ได้แก่ อุปาทินนสังขาร และอนุปาทินนสังขาร

๒. วิการ คือธรรมที่ผันแปร ได้แก่ ความเปลี่ยนแปลงของสัตว์ ที่เป็นไปในภูมิต่าง ๆ

๓. ลักษณะ คือธรรมที่เป็นเหตุให้รู้เห็น ได้แก่ ลักษณะของสภาวะ

๔. นิพพาน คือธรรมที่พ้นแล้วจากกิเลส ได้แก่ ความดับที่ไม่เกิดอีกเลย

๕. บัญญัติ คือธรรมที่เพียงแต่ใช้พูดจากล่าวขานกันเท่านั้น ได้แก่ อัถถ บัญญัติ สัททบัญญัติ

^{๔๒} เพื่อประจักษ์ด้วยตนเองซึ่งอมตธรรม เพราะเว้นจากตัณหาเครื่องร้อยรัด

ยทิกทำ	ทางสายนี้ ได้แก่อะไร
จตุตตารโ สติปัฏฐานา ^{๔๓}	ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ ประการ
กตเม จตุตตารโ	สติปัฏฐาน ๔ ประการ เป็นอย่างไร
อิธ ภิกขเว ภิกขุ ^{๔๔}	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
กาเย กายานุปัสสี ^{๔๕} วิหริติ	มีสติตามพิจารณาเห็นกายในกายอยู่เนื่องๆ
อาตปปี	มีความเพียรเพ่งเผือกิเลสให้เร่าร้อน
สมุปชาโน	มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามสภาวะ
สติมา ^{๔๖}	มีความระลึกจำตัว
วิเนยเย ^{๔๗} โลก อภิชฌาโทมนสสุ ^{๔๘}	พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้
เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริติ	พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่เนื่องๆ
อาตปปี	มีความเพียรเพ่งเผือกิเลสให้เร่าร้อนทั่ว
สมุปชาโน	มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามสภาวะ
สติมา	มีความระลึกจำตัว
วิเนยเย โลก อภิชฌา โทมนสสุ	พึงกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้

^{๔๓} สติปัฏฐาน ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติหรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน (ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๓/๓๖๘, ม.ม.อ.(บาลี)๑/๒๕๓)

^{๔๔} พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า หมายถึง พระผู้เป็นกัลยาณบุรุษน พระเสขะ และ พระอรหันต์ อรรถกถา มหาสติปัฏฐานสูตรที่ฉนิกาย มหาวรรคอธิบายอีกว่า คำว่า **ภิกษุ** เป็นคำแสดงถึงบุคคลผู้ถึงพร้อมด้วยข้อปฏิบัติ ซึ่งเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ก็ดำเนินการปฏิบัติให้พร้อมได้เช่นกัน คือ เมื่อมุ่งถึงภิกษุแล้วก็มั่นอนันต์ถึงคนทั้งหลายที่เหลือด้วย เหมือนอย่างในการเสด็จพระราชดำเนิน เป็นต้น ราชบริพาร นอกนั้นก็มั่นอันท่านรวมไว้ด้วยศัพท์ว่า ราชา

^{๔๕} คำว่า **กาเย** หมายถึง รูปกาย คือ กัมมชรูป ส่วนคำว่า **กายานุปัสสี** หมายถึง เพียรให้เห็นให้กำหนดดูแต่รูปธรรมเท่านั้น คือให้กำหนดดูเฉพาะรูปอย่างเดียว ไม่ใช่ให้ดูจิต เจตสิก ที่มีอยู่ในสังขารร่างกายนี้ กัมมชรูป มี ๑๘ คือ มหาภูตรูป ๔ ปสาทรูป ๕ โคจรรูป ๓ (เวฬุสัทตะ) ภาวรูป ๒ หทยรูป ๑ ชีวิตรูป ๑ อาหารรูป ๑ และปริจเจทรูป ๑.

^{๔๖} อาตปปี สมุปชาโน สติมา ได้แก่ มีสัมมาวายามะ สัมมาทิฏฐิ และสัมมาสติ เป็นองค์มรรค

^{๔๗} คำว่า **นำออกเสีย** หมายความว่า นำออกเสียด้วยการนำออกชั่วขณะหรือด้วยการนำออกด้วยการข่มไว้ คำว่า **ในโลก** ก็คือในกาย จริงอยู่ภายในที่นี้ทรงหมายถึงโลกเพราะอรรถว่าชำระชุดุทธม.

^{๔๘} **โลก อภิชฌาโทมนสสุ** ความว่า กายนั้นแล ชื่อว่าโลก อุปาทานชั้นแม่ทั้ง ๕ ก็ชื่อว่าโลก นี้เรียกว่าโลก. อภิชฌาในคำนี้เป็นอย่างไร ความกำหนัด ความกำหนัดนัก ความดีใจ ความยินดี ความเพลิดเพลิน ความกำหนัด ด้วยอำนาจความเพลิดเพลิน ความกำหนัดนักแห่งจิต นี้เรียกว่าอภิชฌา โทมนัสในคำนี้เป็นอย่างไร ความไม่สำราญทางใจ ทุกข์ทางใจ ฯลฯ เวทนาที่ไม่สำราญเป็นทุกข์ อันเกิดแก่สัมผัสทางใจ นี้เรียกว่า โทมนัส

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหริตี	พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เนื่อง ๆ
อาตาปี	มีความเพียรเพ่งเผือกิเลสให้เร่าร้อน
สมปชาโน	มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามสภาวะ
สติมา	มีความระลึกถึงตัว
วิเนยฺย โลกํ อภิชฌาโทมนสฺส	พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้
ธมฺเมสุ ธมฺมานุปัสสี วิหริตี	พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย อยู่เนื่อง ๆ
อาตาปี	มีความเพียรเพ่งเผือกิเลสให้เร่าร้อน
สมปชาโน	มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามสภาวะ
สติมา	มีความระลึกถึงตัว
วิเนยฺย โลกํ อภิชฌาโทมนสฺส ๗	พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ๗
อุทฺเทสวารกถา นิฏฺฐิตา.	จบแล้ว

๒.๔.๑ แปลบาลี กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การกำหนดรู้กาย จำแนกไว้เป็น ๖ หมวด คือ

- ๑.๑) พิจารณาลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ให้เห็นการไหลเข้า ไหลออกติดต่อกัน
- ๑.๒) พิจารณาอิริยาบถ คือ พิจารณาให้รู้ความเป็นไปของการเดิน ยืน นั่ง นอน
- ๑.๓) พิจารณาสัมปชัญญะ คือ พิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหวทางกาย
- ๑.๔) พิจารณาสัมผัสปฏิภูม คือ พิจารณาอาการ ๓๒ ในกายของตนมี ผม ขน เล็บ ฟัน

หนัง เป็นต้น ให้เห็นว่าเป็นของน่าเกลียด

๑.๕) พิจารณาธาตุ คือ พิจารณาดิน น้ำ ไฟ ลม ในกายของตน ให้เห็นโดยความเป็นธาตุ เหมือนคนฆ่าโคแบ่งอวัยวะของโคที่ฆ่าแล้ว ออกเป็นส่วน ๆ อย่างชำนาญ

๑.๖) พิจารณาซากศพ ซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ กัน ถึง ๙ ลักษณะ เช่น ซากศพที่ตายแล้ว ๑ วัน ถึง ๓ วัน แล้วนำมาเปรียบเทียบกับกายของตนว่า มีสภาพอย่างเดียวกัน

๑) อาณาปานปัพพะ

กถญจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเย กายานุปัสสี วิหริตี. ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างไร

อิธ^{๔๙} ภิกฺขเว ภิกฺขุ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้

^{๔๙} อิธ แปลว่า ในธรรมวินัยนี้ อรรถกถาอธิบายว่า แสดงถึงพระศาสนานั่นเป็นที่ก่อเกิดแห่งบุคคลผู้ยังอาณาปานสติสมาธิมีประการทั้งปวงให้เกิด และ เป็นการปฏิเสธความเป็นอย่างนั้นแห่งศาสนานั่น สมจริงดังคำที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่าดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สมณะที่มีอยู่ในพระศาสนานี้เท่านั้น ฯลฯ ลัทธิอื่น ๆ วางเปล่าจากสมณะทุกจำพวก

อภยภาโต वा रुक्ขमुลคโต वा	ไปสู่ปากก็ดี ไปโคนไม้ก็ดี
สุญญาคารคโต वा	ไปเรือนว่างก็ดี
นิสีทติ पल्लङ्गं ^{๔๐} आगुचित्वा	นั่งคู้เข้าซึ่งบัลลังก์
อุच्छुं कायं पณิธาย ^{๔๑}	ตั้งกายให้ตรง
ปริมุขं สती उपฐฐเปตวา	ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า
โส สโต वा อสฺสสตี สโต ปสฺสสตี	ภิกษุนั้นมีสติอยู่ย่อมหายใจออก มีสติอยู่ ย่อมหายใจเข้า
๑. ที่ขมิ้ว वा อสฺสสนฺโต ที่ขมิ้วสฺสสามีติ ปชานาติ	เมื่อหายใจออกยาวอยู่ก็รู้ว่าเราหายใจออกยาว
ที่ขมิ้ว वा ปสฺสสนฺโต ที่ขมิ้ว ปสฺสสามีติ ปชานาติ	เมื่อหายใจเข้ายาวอยู่ ก็รู้ว่า เราหายใจเข้ายาว
๒. รสฺสํ वा อสฺสสนฺโต รสฺสํ อสฺสสามีติ ปชานาติ	เรอหายใจออกสั้นอยู่ก็รู้ว่า เราหายใจออกสั้น
รสฺสํ वा ปสฺสสนฺโต รสฺสํ ปสฺสสามีติ ปชานาติ	เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ว่า เราหายใจเข้าสั้น
๓. สพฺพกายปฏิสฺสเวที อสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	เธอสำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้รู้ตลอดกายทั้งหมด หายใจออก
सพฺพกายปฏิสฺสเวที ปสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ตลอดกายทั้งหมด หายใจเข้า
๔. ปสฺสมภยํ กายสงฺขารํ อสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร หายใจออก
ปสฺสมภยํ กายสงฺขารํ ปสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร หายใจเข้า
๕. ปิตฺติปฏิสฺสเวที อสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดซึ่งปิตติหายใจออก
ปิตฺติปฏิสฺสเวที ปสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดซึ่งปิตติหายใจเข้า
๖. สุขปฏิสฺสเวที อสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดซึ่งสุขหายใจออก
สุขปฏิสฺสเวที ปสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดซึ่งสุขหายใจเข้า
๗. จิตฺตสงฺขารํ ปฏิสฺสเวที อสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดซึ่งจิตตสังขาร หายใจออก
จิตฺตสงฺขารํ ปฏิสฺสเวที ปสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดซึ่งจิตตสังขาร หายใจเข้า

^{๔๐} บทว่า ปลลङ्गं ได้แก่การนั่งพับขาโดยรอบ นั่งขัดสมาธิ หมายถึงนั่งพับขาเข้าหากันทั้ง ๒ ข้าง เรียกว่า นั่งขัดสมาธิ วิ.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๖๕/๔๔๕.

^{๔๑} บทว่า อุच्छุं कायं पणิธาย แปลว่า ตั้งร่างกายส่วนบนให้ตรง คือ ยังกระดูกสันหลัง ๑๔ ท่อนให้ที่สุดจรดกัน เพราะเมื่อพระโยคาวจรนั่งอย่างนั้น หนึ่งเนื้อและเอ็นย่อมไม่ตึงเมื่อเป็นอย่างนั้น เวทนาซึ่งมีการตึงหนึ่งเนื้อและเอ็นเหล่านั้นเป็นปัจจัยที่จะพึงเกิดขึ้นทุก ๆ ขณะแก่พระโยคาวจรนั้น ก็ไม่เกิดขึ้น เมื่อเวทนาเหล่านั้นไม่เกิดขึ้น จิตก็ย่อมมีอารมณ์เป็นหนึ่งกรรมฐานย่อมไม่ตกถอย ย่อมเข้าถึงความเจริญงอกงามขึ้น

- ๘.ปัสสุมภยํ จิตตสงขารํ อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักเป็นผู้ระงับจิตตสังขาร
หายใจออก
- ปัสสุมภยํ จิตตสงขารํ ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักเป็นผู้ระงับจิตตสังขาร
หายใจเข้า
๙. จิตตปฏิสฺสเวทึ อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักเป็นผู้กำหนดรู้จิตหายใจออก
จิตตปฏิสฺสเวทึ ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักเป็นผู้กำหนดรู้จิตหายใจเข้า
๑๐. อภิปรโมทยํ จิตตํ อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักเป็นผู้ทำจิตให้บันเทิงหายใจออก
อภิปรโมทยํ จิตตํ ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักเป็นผู้ทำจิตให้บันเทิงหายใจเข้า
๑๑. สมหาทฺหํ จิตตํ อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักตั้งจิตมั่นหายใจออก
สมหาทฺหํ จิตตํ ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักตั้งจิตมั่นหายใจเข้า
๑๒. วิโมจยํ จิตตํ อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักเปลื้องจิตหายใจออก
วิโมจยํ จิตตํ ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักเปลื้องจิตหายใจเข้า
๑๓. อนิจฺจานุปฺสฺสี อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่าเราจักพิจารณาว่าไม่เที่ยงหายใจออก
อนิจฺจานุปฺสฺสี ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยงหายใจเข้า
๑๔. วิราคานุปฺสฺสี อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักพิจารณาเห็นความคลาย
ไปหายใจออก
วิราคานุปฺสฺสี ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักพิจารณาเห็นความคลาย
ไปหายใจเข้า
๑๕. นิโรธานุปฺสฺสี อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักพิจารณาเห็นความดับไป
หายใจออก
นิโรธานุปฺสฺสี ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักพิจารณาเห็นความดับไป
หายใจเข้า
๑๖. ปญฺ्हินิสฺสคฺคานุปฺสฺสี อสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักพิจารณาเห็นความสละทิ้ง
หายใจออก
ปญฺ्हินิสฺสคฺคานุปฺสฺสี ปัสสสิสฺสามีติ สิกฺขติ สำเหนียกว่า เราจักพิจารณาเห็นความสละทิ้ง
หายใจเข้า
- เสยฺยถาปิ ภิกฺขเว ทฺกฺโข ภมฺกาโร วา ภมฺการณฺเตวาสี วา ภิกฺษุทํหฺลหาย ช่างกลิ้งหรือลูกลมมี
ช่างกลิ้งผู้มีความชำนาญ
- ทีฆํ วา อณฺณโต ทีฆํ อณฺณามีติ ปชานาติ เมื่อชักเชือกยาวก็รู้ชัดว่า เราชักเชือกยาวอยู่
รสฺสํ วา อณฺณโต รสฺสํ อณฺณามีติ ปชานาติ เมื่อชักเชือกสั้นก็รู้ชัดว่า เราชักเชือกสั้นแม้ฉันใด
เอวเมว โข ภิกฺขเว ภิกฺขุ ภิกฺษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน
๑. ทีฆํวา อสฺสสนฺโต ทีฆํ อสฺสสามีติ ปชานาติ เมื่อหายใจออกยาวก็รู้ว่า เราหายใจออกยาว
ทีฆํ วา ปัสสสนฺโต ทีฆํ ปัสสสามีติ ปชานาติ เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ว่า เราหายใจเข้ายาว

๒. รสสุ์ว่า อสฺสสนฺโต รสฺสอฺสฺสสามีติ ปชานาติ หายใจออกสั้นอยู่ก็รู้ว่า เราหายใจออกสั้น
รสฺสํ ว่า ปสฺสสนฺโต รสฺสปสฺสสามีติ ปชานาติ เมื่อหายใจเข้าสั้นอยู่ ก็รู้ว่า เราหายใจเข้าสั้น
๓. สพฺพกายปฏิสฺสเวทึ อสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ เธอสำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้รู้ตลอดกาย
ทั้งหมดหายใจออก
สพฺพกายปฏิสฺสเวทึ ปสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ตลอดกายทั้งหมด
หายใจเข้า
๔. ปสฺสมฺภยํ กายสงฺขารํ อสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร
หายใจออก
ปสฺสมฺภยํ กายสงฺขารํ ปสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร
หายใจเข้า

แผนภาพที่ ๑ การเจริญอานาปานสติภาวนา ๑๖ ขั้น

การเจริญอานาปานสติภาวนา			
อานาปานสติ ๑๖ ขั้น	สติปัฏฐาน ๔	กรรมฐาน ๒	วิธีปฏิบัติ ๘ หน้
๑. รู้ลมหายใจเข้า-ออกยาว	กายานุปัสสนา	สมถ ล้วน สมถและ วิปัสสนา	๑. คณน้านัย ๒. อนุพินธน้านัย ๓. ผู้สน้านัย ๔. ฐปน้านัย
๒. รู้ลมหายใจเข้า-ออกสั้น			
๓. รู้ชัดกองลมทั้งหมด			
๔. ระงับลมหายใจ			
๕. รู้ชัดปีติ	เวทนานุปัสสนา	สมถและ วิปัสสนา เจือกัน	๕. สัลลิกขณ้านัย (เจริญวิปัสสนา) ๖. วิวิญญณ้านัย (มรรค) ๗. ปาริสุทธิน้านัย (ผล)
๖. รู้ชัดสุข			
๗. รู้ชัดจิตสังขาร			
๘. ระงับจิตสังขาร			
๙. กำหนดรู้จิต	จิตตานุปัสสนา	สมถและ วิปัสสนา เจือกัน	๕. สัลลิกขณ้านัย (เจริญวิปัสสนา) ๖. วิวิญญณ้านัย (มรรค) ๗. ปาริสุทธิน้านัย (ผล)
๑๐. ทำจิตให้บันเทิง			
๑๑. ตั้งใจไว้มั่น			
๑๒. เปลื้องจิต			
๑๓. เห็นความไม่เที่ยง	ธัมมานุปัสสนา	วิปัสสนาล้วน	๕. สัลลิกขณ้านัย (เจริญวิปัสสนา) ๖. วิวิญญณ้านัย (มรรค) ๗. ปาริสุทธิน้านัย (ผล)
๑๔. เห็นความคลายออกได้			
๑๕. เห็นความดับไป			
๑๖. เห็นความสละคืน			
			๘. เตสังปฏิบัติสน้านัย

^{๕๒} ญาณที่นับเข้าในวิปัสสนา มี ๙ อย่าง ได้แก่ (๑) อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ (๒) กังคานุปัสสนาญาณ (๓) ภยตูปัฏฐานญาณ (๔) อาทีนวานุปัสสนาญาณ (๕) นิพพิทานุปัสสนาญาณ (๖) มุญจจิตกัมยตาญาณ (๗) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ (๘) สังขารุเปกขญาณ (๙) สัจจานุโลมิกญาณ ดูใน อง.จตุกก.อ. (บาลี)๒/๑๖๒/๓๘๗, อง.จตุกก.ฎีกา (บาลี) ๒/๑๖๒/๔๒๕.

อติ อชุตตัม วา กายะ กายานุปัสสี วิหริติ	ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็น ^{๕๓} กายในกาย ภายใน ^{๕๔} อยู่
พหิทฺฐา วา กายะ กายานุปัสสี วิหริติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอก ^{๕๕} อยู่
อชุตตพหิทฺฐา วา กายะ กายานุปัสสี วิหริติ	หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้ง ภายนอกอยู่
สมุทฺถมฺมานุปัสสี ^{๕๖} วา กายสมฺมึ วิหริติ	พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดแห่งลมหายใจ ในกายอยู่
วยฺธมฺมานุปัสสี ^{๕๗} วา กายสมฺมึ วิหริติ	พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับแห่งลมหายใจ ในกายอยู่
สมุทฺถวยฺธมฺมานุปัสสี ^{๕๘} วา กายสมฺมึ วิหริติ	หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรม เป็นเหตุดับในกายอยู่
อตุตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจฺจิตา โหติ	หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่
ยวาทฺเว ฅาณมตฺตตาย ปฏิสฺสตีตมตฺตตาย ฯ	ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น
อนิสฺสึโต ^{๕๙} จ วิหริติ	ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่

^{๕๓} คำว่า พิจารณาเห็น พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า พิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ไม่พิจารณาเห็นโดยความเที่ยง พิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นสุข พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นอัตตา ย่อมเบื่อหน่าย ไม่ยินดี ย่อมคลายกำหนด ไม่กำหนด ย่อมทำราคะให้ดับ ไม่ให้เกิด ย่อมละละคืน ไม่ยึดถือ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ย่อมละนิจฺจสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ย่อมละสุขสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ย่อมละอัตตสัญญาได้ เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมละนันทิ(ความยินดี)ได้ เมื่อคลายกำหนดย่อมละราคะได้ เมื่อทำราคะให้ดับ ย่อมละสมุทฺถยได้ เมื่อละละคืน ย่อมละความยึดถือได้ ภิกษุนั้นพิจารณาเห็นกายนั้นอย่างนี้ (ขุ.ปฏฺ. (ไทย) ๓๑/๑๖๗/๒๕๘)

^{๕๔} กายภายใน ในที่นี้หมายถึงลมหายใจเข้าออกของตน ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๔/๓๗๘.

^{๕๕} กายภายนอก ในที่นี้หมายถึงลมหายใจเข้าออกของผู้อื่น ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๔/๓๗๘.

^{๕๖} ความว่า ลมอาศัยสูบลของช่างทอง ๑ ลูกสูบล ๑ ความพยายามอันเกิดแต่ลูกสูบลนั้น ๑ จึงจะสัญญาจรไปมาได้ฉันท กายคือลมอัสสาสะปัสสาสะก็อาศัยกรัชกาย ๑ ช่องจุมุก ๑ จิต ๑ ของภิกษุจึงสัญญาจรไปมาได้ ฉันทนั้น ภิกษุเห็นธรรมมีกายเป็นต้น ซึ่งมีความเกิดเป็นธรรมตา ท่านเรียกว่า พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดในกาย.

^{๕๗} ความว่า เมื่อสูบลถูกนำออกไปแล้ว เมื่อลูกสูบลแตกแล้ว เมื่อความพยายามอันเกิดแต่ลูกสูบลนั้น ไม่มีลมนั้นย่อมเป็นไปไม่ได้ฉันท เมื่อกายแตกแล้ว เมื่อช่องจุมุกถูกกำจัดเสียแล้ว และเมื่อจิตดับแล้ว ชื่อว่ากาย คือลมอัสสาสะปัสสาสะ ก็ย่อมเป็นไปไม่ได้ ฉันทนั้นเหมือนกัน ภิกษุผู้เห็นอยู่อย่างนี้ว่า ลมอัสสาสะปัสสาสะดับ เพราะกายเป็นต้นดับ

^{๕๘} หมายความว่าพิจารณาเห็นความเกิดตามกาล ความเสื่อมตามกาล.

น จ กิญจิ โลเก อุปาทิยติ ฯ	และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆในโลก
เอวมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ กายานุปัสสี	นี้แล ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายใน
วิหฺรติ ฯ	กายอยู่
อานาปานปพฺพํ นิฏฺฐิตํ ฯ	จบแล้ว

๒) อริยาปถปัพพะ การกำหนดอริยาบถใหญ่

อริยาบถ ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธเจ้าแสดงไว้ว่า

ปฺน จปริ ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
๑. ภิกฺขุ คจฺจนฺโต วา คจฺจามิตฺติ ปชานาติ	ภิกษุ เดินอยู่ ก็รู้ชัดว่า เราเดินอยู่
๒. จิตฺโต วา จิตฺตมฺหิตฺติ ปชานาติ	หรือยืนอยู่ ก็รู้ชัดว่า เรายืนอยู่
๓. นิสินฺโน วา นิสินฺนอมฺหิตฺติ ปชานาติ	หรือนั่งอยู่ ก็รู้ชัดว่า เรานั่งอยู่
๔. สยาโน วา สยาโนมฺหิตฺติ ปชานาติ	หรือนอนอยู่ ก็รู้ชัดว่า เรานอนอยู่
๕. ยถา ยถา วา ปนฺสฺส กายเ ปณฺหิตฺโต โหติ	เมื่อเธอ เป็นผู้ตั้งกายไว้ แล้วอย่างใด ๆ
ตถา ตถา นํ ปชานาติ	ก็ย่อมรู้ชัดอาการกายนั้น อย่างนั้น ๆ ดังนี้
อิตฺติ อชฺมตฺตํ วา กายเ กายานุปัสสี วิหฺรติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ภายในบ้าง
พหิทฺฐา วา กายเ กายานุปัสสี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายเป็นภายนอกบ้าง
อชฺมตฺตพหิทฺฐา วา กายเ กายานุปัสสี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายใน
	ภายนอกบ้าง
สมุทฺยชฺมมานุปัสสี วา กายสมฺมิตฺติ วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย
วยชฺมมานุปัสสี วา กายสมฺมิตฺติ วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
สมุทฺยวยชฺมมานุปัสสี วา กายสมฺมิตฺติ วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้น
	ทั้งความเสื่อมไปในกายอยู่บ้าง
อตุตฺติ กายเติ วา ปนฺสฺส สติ ปจฺจุปฺภวจิตฺตา โหติ	หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย ปฏิสฺสตีตมตฺตตาย	แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ เป็นที่อาศัยระลึก
อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ น จ กิญจิ โลเก อุปาทิยติ	เธอเป็นผู้อันตณหาและทิวฐิไม่อาศัยอยู่ด้วย
	ย่อมไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลกด้วย
เอวมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ กายานุปัสสี วิหฺรติ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็น
	กาย ในกายเนื่องๆ อยู่อย่างนี้
อริยาปถปพฺพํ นิฏฺฐิตํ.	จบข้อกำหนดว่าด้วยอริยาบถใหญ่ ^{๕๙}

^{๕๙} ไม่ถูกกิเลสอาศัย ด้วยอำนาจแห่งกิเลสเป็นที่อาศัย คือตณหาและทิวฐิอยู่

^{๖๐} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๔/๑๐๕., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๔/๗๔.

สติกำหนดอิริยาบถเป็นอริยสัจ ๔^{๖๑}

สติที่กำหนดอิริยาบถ ๔ เป็นอารมณ์ เป็นทุกขสัจ
 ตัณหาที่มีในก่อนอันยังสติที่กำหนดอิริยาบถ ๔ นั้นให้ตั้งขึ้นเป็นสมุทัยสัจ
 การหยุดทุกขสัจและสมุทัยสัจทั้งสอง เป็นนิโรธสัจ
 อริยมรรคที่กำหนดรู้ทุกข์ ละสมุทัยมีนิโรธเป็นอารมณ์ เป็นมรรคสัจ

๓) สัมปชัญญะปัพพะ

ปุณ จปรํ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิกขุ อภิกกนฺเต ปฏิกกนฺเต	ภิกษุ เมื่อก้าวไป เมื่อถอยกลับ
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
อาโลกิเต วิลกิเต	เมื่อแหงนแลดู เมื่อเหลียวแลดู
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
สมฺมิณฺชิเต ปสริเต	เมื่อคู้เข้า เขยียดออก
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
สงฺฆาปฏิปตฺตจิวรธารณ	ในการทรงผ้าสังฆาฏิบาตรและจีวร
สพฺพตฺถ อีทิสเมว นํ ปชานาติ	ย่อมรู้ตัวทั่วพร้อมในกิริยาอาการทั้งหมด
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
อสิเต ปีเต	ในการฉัน การดื่ม
ขายิเต สายิเต	ในการเคี้ยว ในการลิ้ม
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
อุจฺจารปฺสฺสาวกมฺเม	การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
คเต จิตฺ นิสินฺเน	ในการเดิน ในการยืน ในการนั่ง
สุตฺเต ชาคริเต	ในการหลับ ในการตื่น
ภาสิเต ตฺถุหิภาเว	ในการพูด ในการนิ่ง
สมฺปชานการี โหติ ^{๖๒}	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
อิตฺติ	ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺฉตฺตํว กายเ กายานุปสฺสี วิหริติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง
พหิทฺฐา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหริติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง
อชฺฉตฺตพหิทฺฐาวา กายเ กายานุปสฺสี วิหริติ	ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในภายนอกอยู่

^{๖๑} ที่.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๕/๓๘๓.

^{๖๒} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๕/๑๐๕.

สมุททยธมมานุปัสสี วา กายสมึ วิหริติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดในกายบ้าง
วยธมมานุปัสสี วา กายสมึ วิหริติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
สมุททวยธมมานุปัสสี วา กายสมึ วิหริติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง ความเสื่อมไปในกายบ้าง
อตถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฏฺฐิตา โหติ	หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย ปฏฺฐิสฺสติมตฺตตาย	เพียงสักแต่ว่าเป็นความรู้ เป็นที่อาศัยระลึก
อนิสฺสโต จ วิหริติ น จ กิณฺจ โลกเ อฺปาทียติ	เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวฏฐิไม่อาศัยอยู่ด้วย ย่อมไม่ถ่อมมันอะไรๆ ในโลกด้วย
เอวมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ กายานุปัสสี	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณา
วิหริติ	เห็นกายในกายเนื่องๆ อยู่ อย่างนี้
สมปชฅณฺพพฺ ฅินฺฏฺฐิตํ.	สัมปชฅณฺญบรรพจบแล้ว

สติกำหนดสัปชฅณฺญะเป็นอริยสัจ ๔

ในสัมปชฅณฺญบรรพนี้ สติกำหนดสัปชฅณฺญะ ๔ เป็นทุกขสัจ
 ตัณหาที่มีมาก่อน อันยังสติกำหนดสัปชฅณฺญะ ๔ นั้นให้ตั้งขึ้น เป็นสมุททัยสัจ
 การไม่เกิดทุกขสัจ และสมุททัยสัจทั้งสอง เป็นนิโรธสัจ
 อริยมรรคมีประการดั่งกล่าวมาแล้วเป็นมรรคสัจ^{๖๓}

๔) ปฏฺฐิณฺณมฺหสิการปัพพะ

ปุณ จปริ ภิกฺขเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกฺขุ อิมเมว กายเ อฺทฺธํ ปาทตลา อโธ เกสมตฺตถกา ตจฺปรียนฺตํ ปุณฺณานปฺปการสฺส อสุจฺโน
 ปจฺจเวกฺขติ.

ภิกษุ ย่อมพิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังเป็น
 ที่สุตรอบเต็มด้วยของไม่สะอาด มีประการต่างๆ ว่า

อตถิ อิมสมึ กายเ	สิ่งที่มีอยู่ในกายนี้
เกสา โลมา นขา	ผมทั้งหลาย ขนทั้งหลาย เล็บทั้งหลาย
ทนฺตา	ฟันทั้งหลาย
ตโจ มํสํ	หนัง เนื้อ
นหารู	เอ็นทั้งหลาย
อฏฺฐิ	กระดูกทั้งหลาย
อฏฺฐิมิณฺขํ	เยื่อในกระดูก
วฏกํ หทยํ	ม้าม หัวใจ

^{๖๓} ที่.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๖/๓๘๓.

ยกนํ กิโถมกํ	ดับ ผังผืด
ปิหกํ ปปผาสํ	ไต่ ปอด
อนตํ อนตคฺคณํ	ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก
อุทริยํ กรีสํ	อาหารใหม่ อาหารเก่า
ปีตตํ เสมหํ	ดี เสลด
ปุพฺพุโฬ โลหิตํ	หนอง เลือด
เสโท เมโท	เหงื่อ มันทัน
อสุสุ วสา	น้ำตา มันทเลว
เขโฬ สิณฑฺมาณิกา	น้ำลาย น้ำมูก
ลสิกา มุตฺตนฺติ	ไขข้อ น้ำมูตร
เสยฺยถาปี ภิกฺขเว อุภโต มฺหา มูโตพี	ภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือนถุ้งที่มีปากสองข้าง
ปุรา นานาวีหิตสฺส ฐณฺณสฺส	เต็มด้วยธัญชาติหลายชนิด
เสยฺยถิทํ	คืออะไร
สาสินํ	ข้าวสาลีทั้งหลาย
วีหีนํ	ข้าวเปลือกทั้งหลาย
มุกฺคานํ	ถั่วเขียวทั้งหลาย
มาसानํ	ถั่วเหลืองทั้งหลาย
ติลานํ	งาทั้งหลาย
ตณฺฑุลาณํ	ข้าวสารทั้งหลาย
ตเมนํ จกฺขุมา ปุริโส มุญฺจิตฺวา	บุรุษผู้มีนัยน์ตาดี แก่ถุ้งนั้นแล้ว
ปจฺจเวกฺเขยฺย	พึงพิจารณาเห็นว่า
อิเม สาสิ	เหล่านี้ข้าวสาลี
อิเม วีหิ	เหล่านี้ข้าวเปลือก
อิเม มุกฺคา	เหล่านี้ถั่วเขียว
อิเม มาสา	เหล่านี้ถั่ว
อิเม ติลา	เหล่านี้งา
อิเม ตณฺฑุลาติ	เหล่านี้ข้าวสาร
เอวเมว โข ภิกฺขเว	ภิกษุทั้งหลาย ก็ฉันนั้นเหมือนกัน
ภิกฺขุ อิมเมว กายํ อุทฺธํ ปาทตฺลา อโธ เกสมตฺถกา ตจฺปริญฺนตํ ปุรณฺนานปฺปการสฺส	
อสุจโน ปจฺจเวกฺขติ	
ภิกฺษุยมฺปิพิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังเป็นที่สุด	
รอบ เต็มด้วยของไม่สะอาดมีประการต่างๆ ว่า	

อตถิ อิมสฺมี กาเย	สิ่งที่มีอยู่ในกายนี้
เกสา โลมา นขา	ผมทั้งหลาย ขนทั้งหลาย เล็บทั้งหลาย
ทนต์ตา ตโจ มंसฺ	ฟันทั้งหลาย หนัง เนื้อ
นหารู	เอ็นทั้งหลาย
อฏฺฐี	กระดูกทั้งหลาย
อฏฺฐิมิณฺขั	เยื่อในกระดูก
วฏกํ หทยํ	ม้าม หัวใจ
ยกนํ กิโลมกํ	ตับ ผังผืด
ปิหกํ ปปฺผาสฺ	ไต ปอด
อนนฺตํ อนนฺตคฺคณํ	ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก
อุทรียํ กรีสํ	อาหารใหม่ อาหารเก่า
ปิตุตํ เสมหํ	ดี เสลด
ปุพฺพุโ พฺโหลหิตํ	หนอง เลือด
เสโท เมโท	เหงื่อ มันทัน
อสุสุ วสา	น้ำตา มันทเลว
เขโพบิ สิงฺฆาณิกา	น้ำลาย น้ำมูก
ลลิกา มุตฺตุนฺติ.	ไขข้อ น้ำมูตร
อิติ	ตั้งพรรณนามาจะนี้
อชฺชตฺตํ วา กาเย กายานุสฺสึ วิหฺรติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่บ้าง
พหิทฺฐา วา กาเย กายานุสฺสึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่บ้าง
อชฺชตฺตพหิทฺฐา วา กาเย กายานุสฺสึ วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่บ้าง
สมุทฺยธฺมมานุสฺสึ วา กายสฺมี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย
วยธฺมมานุสฺสึ วา กายสฺมี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
สมุทฺยวยธฺมมานุสฺสึ วา กายสฺมี วิหฺรติ.	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความเสื่อมไปในกายบ้าง
อตถิ กาโยติ วา ปนฺนสฺส สติ ปจฺจุปฺภุจฺจิตา โหติ	ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย ปภฺวิสฺสติมตฺตตาย
หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่แต่สักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก	
อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ น จ กิณฺนิจิ โลเก อุปาทียติ	เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวฐิไม่อาศัยอยู่ด้วย
แวมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายे กายานุสฺสึ วิหฺรติ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็น
	กายในกายอยู่เนื่องๆ อย่างนี้
ปฏฺิฏฺฐมฺนสิการปพฺพิ นินฺนุจฺจิตํ.	ปฏิภูลมนสิการบรรพจบแล้ว

๖) นวสีกติกาศัพท์พะ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งตายแล้ว ๑ วัน ตายแล้ว ๒ วัน หรือตายแล้ว ๓ วัน เป็นศพขึ้นอืด ศพเขียวคล้ำ ศพมีน้ำเหลืองเยิ้ม แม้นั้นใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไปเปรียบเทียบให้ เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้ ฉะนั้น

ปุณ จปรํ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
๑) ภิกขุ เสยฺยถาปี ปสฺเสยฺย สรีรํ	ภิกษุเหมือนกะว่า ฟังเห็นสรีระ
สีวติกาย ฉชฺชิตฺตํ เอกาหมตํ วา	ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า ตายแล้ววันหนึ่งบ้าง
ทฺวีหมตํ วา	ตายแล้ว สองวันบ้าง
ตีหมตํ วา	ตายแล้วสามวันบ้าง
อุทฺธุมาทกํ	ตายแล้วพองขึ้นอืดบ้าง
วินีลกํ วิปฺพุพฺกชาตํ	มีสีเขียวน่าเกลียด ไหลน่าเกลียด มีน้ำเหลือง
โส อิมเมว กายํ ^{๖๔} อุปฺสฺหฺรติ	เธอยอมน้อมเข้ามาสู่กายนี้แหละว่า
อยมฺปิ โข กาโย เอวํมโม ^{๖๖}	แม้ร่างกายนี้เล่า ก็มิอย่างนี้เป็นธรรมดา
เอวํภาวี เอวํ อนตฺโตตติ. ^{๖๗}	คงเป็น อย่างนี้ ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้
อิตติ	ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺฉตฺตํ วา กายเ กายานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง
พหิทฺธา วา กายเ กายานุปฺสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง
อชฺฉตฺตพหิทฺธา วา กายเ กายานุปฺสฺสี	ยอมพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายใน
วิหฺรติ	ภายนอกบ้าง
สมุทฺยชฺชมานุปฺสฺสี วา กายสมฺมึ วิหฺรติ	ยอมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย
วยชฺชมานุปฺสฺสี วา กายสมฺมึ วิหฺรติ	ยอมพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
สมุทฺยวยชฺชมานุปฺสฺสี วา กายสมฺมึ วิหฺรติ	ยอมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง
	ความเสื่อมไปในกายบ้าง
อตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺภูจิตฺตา โหติ	หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย ปฏฺฐิสฺสติมตฺตตาย	เพียงแต่สักว่าเป็นที่รู้ เพียงแต่สักว่าเป็นที่ระลึก

^{๖๔} โส อิมเมว กายํ ความว่า ภิกษุนั้น ใช้ญาณนั้นแหละน้อมนำกายของตนนี้ไปเปรียบกับกายอันนั้น เปรียบว่า กายนี้แล มีอย่างนั้นเป็นธรรมดาต้องเป็นอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้

^{๖๖} ที.มหา.(บาลี) ๑๐/๓๗๗/๒๕๒.

^{๖๗} กายนี้ยังทนยืน เดิน เป็นต้นอยู่ได้ ก็เพราะมีธรรม ๓ อย่างนี้คือ อายุ ให้อุ่น และวิญญาณ แต่เพราะธรรม ๓ อย่างนี้พราจากกัน แม้กายนี้จึงต้องมีอย่างนั้นเป็นธรรมดา คือมีสภาพเปื่อยเน่าอย่างนั้นเหมือนกัน ต้องเป็นอย่างนั้น คือจักเป็นประเภทศพขึ้นพองเป็นต้นอย่างนั้นเหมือนกัน

อนิสฺสิตโต จ วิหฺรติ น จ กิณฺจิ โลเก อุปาทียติ เอวมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ กายานุปฺสฺสี วิหฺรติ ๒) ปฺน จปริ ภิกฺขเว ภิกฺขุ เสยฺยถาปิ ปฺสฺเสยฺย สรีระ สีวธิกาย ฉชฺชิตฺตํ กาเกหิ วา ชชฺชมานํ กุลฺเลหิ วา ชชฺชมานํ คิชฺฌเมหิ วา ชชฺชมานํ สุวานเหหิ วา ชชฺชมานํ สิคาลเหหิ วา ชชฺชมานํ วิวิธเหหิ วา ปาณกฺขาเตหิ ชชฺชมานํ ๕ โส อิมเมว กายํ อุปสฺสฺหฺรติ อยมฺปิ โข กาโย เอวํธมฺโม เอวํภาวี เอวอนฺตํโตติ. ^{๖๔} อิติ อชฺฌตฺตํ วา กายเ กายานุปฺสฺสี วิหฺรติ พหิทฺฐา วา กายเ กายานุปฺสฺสี วิหฺรติ อชฺฌตฺตพหิทฺฐา วา กายเ กายานุปฺสฺสี วิหฺรติ สมุทฺยธมฺมานุปฺสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ วยธมฺมานุปฺสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ สมุทฺยวยธมฺมานุปฺสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ อตฺถิ กาโยติว ปนฺสฺส สติ ปจฺจุปฺภุจฺจิตา โหติ ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย ปภฺวิสฺสติมตฺตตาย อนิสฺสิตโต จ วิหฺรติ น จ กิณฺจิ โลเก อุปาทียติ เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวฏฐิไม่อาศัยอยู่ด้วย ย่อมไม่ถ้อยมันอะไรๆ ในโลกด้วย ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกาย ในกายเนื่องๆ อยู่ อย่างนี้ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ ที่เขาทิ้งไว้ ในป่าช้า อันฝูงกาจิกกินอยู่บ้าง ฝูงนกกตะกรุมจิกกินอยู่บ้าง ฝูงแร้งจิกกินอยู่บ้าง หมุ่นสุนัขกัดกินอยู่บ้าง หมุ่นสุนัขจิ้งจอกกัดกินอยู่บ้าง หมุ่นสัตว์ตัวเล็กๆ ต่างๆ กัดกินอยู่บ้าง เธอยอมน้อมเข้ามาสู่กายนี้แหละว่า ถึงร่างกายอันนี้เล่า ก็มืออย่างนี้เป็นธรรมดา คงเป็นอย่างนี้ ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้ ดังพรรณนามาจะนี้ ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง ยอมพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในภายนอก ยอมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย ยอมพิจารณาเห็นธรรมาคือความเสื่อมไปในกาย ยอมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง ความเสื่อมไปในกายบ้าง หรือสติของเธอที่ตั้งมันอยู่ว่า กายมีอยู่ แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่ระลึก
--

^{๖๔} ที.มหา.(บาลี) ๑๐/๓๗๗/๒๕๒

เอมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ ภิกฺขุทั้งหลาย ภิกฺขุยอมพิจารณาเห็นกายใน
 กายเเนื่องอยู่ อย่างนี้
 ๓) ปุณ จปริ ภิกฺขเว
 ภิกฺขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรีริ
 สิวตฺติกาย จตุทฺติตํ
 อภฺจิสฺสงฺขลิกํ สมํสโลหิตํ นหารุสมฺพนฺธํเปยฺ เป็นร่างกระดูก ยังมีเนื้อและเลือดมีเส้นเอ็นผูก
 รัตอยู่
 ๔) ปุณ จปริ ภิกฺขเว
 ภิกฺขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรีริ
 สิวตฺติกาย จตุทฺติตํ
 อภฺจิสฺสงฺขลิกํ
 นิมนฺส
 โลหิตมกฺขิตํ
 นหารุสมฺพนฺธํ เปยฺ
 ๕) ปุณ จปริ ภิกฺขเว
 ภิกฺขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรีริ
 สิวตฺติกาย จตุทฺติตํ
 อภฺจิสฺสงฺขลิกํ
 อปคตมํสโลหิตํ
 นหารุสมฺพนฺธํ เปยฺ
 ๖) ปุณ จปริ ภิกฺขเว
 ภิกฺขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรีริ
 สิวตฺติกาย จตุทฺติตํ
 อภฺจิกานิ
 อปคตนหารุสมฺพนฺธานิ
 ทิสาวิทฺสาวิกฺขิตฺตานิ
 อณฺเณน หตฺถภฺจิกํ
 อณฺเณน ปาทภฺจิกํ
 อณฺเณน ชงฺฆภฺจิกํ
 อณฺเณน อูรฺภฺจิกํ
 อณฺเณน กภฺภฺจิกํ
 อณฺเณน ปิฏฺจภฺจิกํ
 อณฺเณน กณฺฐภฺจิกํ
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ
 ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า
 เป็นร่างกระดูก
 ปราศจากเนื้อ
 แต่ยังเป็นเลือด
 ยังมีเส้นเอ็นผูกรัตอยู่ ฯลฯ
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ
 ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า
 เป็นร่างกระดูก
 ปราศจากเนื้อและเลือดแล้ว
 ยังมีเส้นเอ็นผูกรัตอยู่ ฯลฯ
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ
 ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า
 เป็นกระดูกทั้งหลาย
 ปราศจากเส้นเอ็นผูกรัตแล้ว
 เร็ยรายไปในทิศใหญ่ทิศน้อย คือ
 กระดูกมือไปทางหนึ่ง
 กระดูกเท้าไปทางหนึ่ง
 กระดูกแข้งไปทางหนึ่ง
 กระดูกขาไปทางหนึ่ง
 กระดูกสะเอวไปทางหนึ่ง
 กระดูกหลังไปทางหนึ่ง
 กระดูกสันหลังไปทางหนึ่ง

อณฺเณน ฝาสุกกฺกัจจิกํ	กระดุกสี่ข้างไปทางหนึ่ง
อณฺเณน อรุณฺกัจจิกํ	กระดุกหน้าอกไปทางหนึ่ง
อณฺเณน อังสฺกัจจิกํ	กระดุกไหล่ไปทางหนึ่ง
อณฺเณน พาหุณฺกัจจิกํ	กระดุกแขนไปทางหนึ่ง
อณฺเณน คีวณฺกัจจิกํ	กระดุกคอไปทางหนึ่ง
อณฺเณน หนุกกฺกัจจิกํ	กระดุกคางไปทางหนึ่ง
อณฺเณน ทนฺตณฺกัจจิกํ	กระดุกฟันไปทางหนึ่ง
อณฺเณน สีสกฺกฺกฺหาหํ	กระโหลกศีรษะไปทางหนึ่ง
โส อิมเมว กายํ อุปสํหฺรติ	เธอย่อมน้อมเข้ามาสู่กายนี้แหละว่า
อยมฺปิ โข กาโย	ถึงร่างกายอันนี้เล่า
เอวํธมฺโม	ก็มืออย่างนี้เป็นธรรมดา
เอวํภาวี	คงเป็นอย่างนี้
เอวํอนตฺตีโตติ.	ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้
อิตฺติ	ดังพรรณนามาฉะนี้
อชฺชตฺตตํ วา กายเ ย กายานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง
พหิทฺฐา วา กายเ ย กายานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง
อชฺชตฺตพหิทฺฐา วา กายเ ย กายานุปฺสฺสึ	ย่อมนพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายใน
วิหฺรติ	ภายนอกบ้าง
สมุทฺยธมฺมานุปฺสฺสึ วา กายสมฺมึ วิหฺรติ	ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย
วยธมฺมานุปฺสฺสึ วา กายสมฺมึ วิหฺรติ	ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมตาคือความเสื่อมในกาย
สมุทฺยวยธมฺมานุปฺสฺสึ วา กายสมฺมึ วิหฺรติ	ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง
	ความเสื่อมไปในกายบ้าง
อตฺถิ กาโยติว ปนฺสฺส สติ ปจฺจุปฺภวจิตฺตา โหติ	หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
ยวาทเว ฅาณมตฺตตาย ปฏฺฐิสฺสติมตฺตตาย	แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่ระลึก
อนิสฺสึโต จ วิหฺรติ น จ กิณฺจจิ โลเก	เธอเป็นผู้อันตณหาและทิวฐิไม่อาศัยอยู่ด้วย
อุปาทียติ	ย่อมนไม่ถือมั่นอะไรๆในโลกด้วย
เอวมฺปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ ย กายานุปฺสฺสึ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกาย
วิหฺรติ	ในกายอยู่เนื่องๆ อย่างนี้
๗) ปุณฺ จปรํ ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิกฺขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรีริ	ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ
สีวตฺติกาย ฅทฺทิตํ	ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า
อณฺฐิกานิ เสตานิ สงฺขวณฺณสนฺนิภานิ ฯเปฯ	คือ เป็นกระดุกมีสีขาว เปรียบด้วยสี่สังข์ ฯลฯ

๘) ปุณ จปรํ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิกขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรีรํ	ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ
สีวธิกาย ฉฯทิตํ	ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า
อภฺฐิกานิ ปุณฺชกิตานิ เตโรวสุสฺสิกานิ ฯเปฯ	เป็นกระดูกกองเรียงรายอยู่แล้วเกินปีหนึ่งขึ้นไป
๙) ปุณ จปรํ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิกขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรีรํ	ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ
สีวธิกาย ฉฯทิตํ	ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า
อภฺฐิกานิ ปุตฺตีนิ จุณฺณกขาตานิ ฯ	คือ เป็นกระดูกผุ เป็นจุนแล้ว
โส อิมเมว กายํ อุปสํหฺรติ	เธอย่อมน้อมเข้ามาสู่กายนี้แหละว่า
อยมปิ โข กาโย	ถึงร่างกายอันนี้เล่า
เอวํธมฺโม เอวํภาวํ	ก็มืออย่างนี้เป็นธรรมดา คงเป็นอย่างนี้
เอวํอนตํโธตติ ฯ	ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้
อิติ	ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺฉตฺตํ วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง
พหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง
อชฺฉตฺตพหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี	ย่อมนพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายใน
วิหฺรติ	ภายนอกบ้าง
สมุทฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสมฺมํ วิหฺรติ	ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย
วยธมฺมานุปสฺสี วา กายสมฺมํ วิหฺรติ	ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
สมุทฺยวยธมฺมานุปสฺสี วา กายสมฺมํ วิหฺรติ	ย่อมนพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง
	ความเสื่อมไปในกายบ้าง
อตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺภฺจิตา โหติ	หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย ปภฺยิสฺสติมตฺตตาย	แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่ระลึก
อนิสฺสํโธ จ วิหฺรติ น จ กิณฺจิ โลเก อุปาทิยติ	เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวฏฐิไม่อาศัยอยู่
	ด้วยย่อมน้อมไม่ถึงมันอะไรๆในโลกด้วย
เอวมปิ โข ภิกขเว ภิกขุ กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็น
	กายในกายอยู่เนื่องๆ อย่างนี้
นวาสีวธิกาปพฺพํ นิภฺฐิตํ ฯ	จบนวาสีวธิกابرพพ
กายานุปสฺสนา นิภฺฐิตา ฯ	จบกายานุปัสสนา

๒.๔.๒ แปลบาลี เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

พระพุทธองค์ตรัสการเจริญเวทนานุปัสสนาว่า “ภิกษุในพระศาสนา นี้ เมื่อเสวยสุข เวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยสุขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยทุกข์เวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกข์เวทนาอยู่ เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอุเบกขาเวทนาอยู่”^{๖๙}

กถณจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ เวทนาสุ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็น
เวทนานุปัสสี วิหริติ ฯ	เวทนาในเวทนาอยู่อย่างไรเล่า
อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
๑. สุขํ วา เวทนํ เวทยมาโน	เสวยสุขเวทนาอยู่
สุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนาอยู่
๒. ทุกฺขํ วา เวทนํ เวทยมาโน	เสวยทุกข์เวทนาอยู่
ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกข์เวทนาอยู่
๓. อทุกฺขมสุขํ วา เวทนํ เวทยมาโน	เสวยอทุกข์มสุขเวทนาอยู่
อทุกฺขมสุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกข์มสุขเวทนาอยู่
๔. สามิสฺสํ วา สุขํ เวทนํ เวทยมาโน	เสวยสุขเวทนามีอามิสอยู่
สามิสฺสํ สุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เรา เสวยสุขเวทนามีอามิสอยู่
๕. นiramissam va sukham vetanam vetayamano	เสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่
นiramissam sukham vetanam vetayamiti pchanati	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่
๖. สามิสฺสํ วา ทุกฺขํ เวทนํ เวทยมาโน	เสวยทุกข์เวทนามีอามิสอยู่
สามิสฺสํ ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกข์เวทนามีอามิสอยู่
๗. นiramissam va dukkham vetanam vetayamano	เสวยทุกข์เวทนาไม่มีอามิสอยู่
นiramissam dukkham vetanam vetayamiti pchanati	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกข์เวทนาไม่มีอามิสอยู่
๘. สามิสฺสํ วา อทุกฺขมสุขํ เวทนํ เวทยมาโน	เสวยอทุกข์มสุขเวทนามีอามิสอยู่
สามิสฺสํ อทุกฺขมสุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกข์มสุขเวทนามีอามิสอยู่
๙. นiramissam va odukkhamasukham vetanam vetayamano	เสวยอทุกข์มสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่
นiramissam odukkhamasukham vetanam vetayamiti pchanati.	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกข์มสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่ ^{๗๐}
อิติ	ดังพรรณนามาจะนี้
๑. อชฺฌตฺตํ วา เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา
	ภายในบ้าง
๒. พหิทฺธา วา เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริติ	พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายนอกบ้าง

^{๖๙} ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๗๐} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๓/๓๑๐.

- ๓ อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา เวทนาสุ เวทนานุปฺสฺสี วิหฺรติ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งภายใน
ทั้งภายนอก อยู่บ้าง
๔. สมุทฺยธมฺมานุปฺสฺสี วา เวทนาสุ วิหฺรติ พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในเวทนา
๕. วยธมฺมานุปฺสฺสี วา เวทนาสุ วิหฺรติ พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในเวทนา
๖. สมุทฺยวยธมฺมานุปฺสฺสี วา เวทนาสุ วิหฺรติ. พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง
ความเสื่อมในเวทนาบ้าง
- อตฺถิ เวทนาติ วา ปนฺสฺส สติ ปจฺจุปฺภูจิตฺตา โหติ อีกอย่างหนึ่ง สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า เวทนามี
ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย ก็เพียงสักว่าความรู้
ปฺภิสฺสฺสตีมตฺตตาย ฯ เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว
น จ กิณฺจิ โลเก อุปาทิยติ. และไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลก
เอวํ โข ภิกฺขเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
ภิกฺขุ เวทนาสุ เวทนานุปฺสฺสี วิหฺรติ. ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่
เวทนานุปฺสฺสนา นิฏฺฐิตา. จบเวทนานุปัสสนา.

๒.๔.๓ แปลบาลี จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

จิตเต จิตตานุปัสสี วิหริติ อาตาปี สมปะชาโน สติมา วิเนยฺย โลกเก อภิชฌาโทมนสฺส
มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ กำจัดอภิชฌาและโทมนัส
ในโลกเสียได้^{๑๑}

กถณฺจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ จิตฺเต จิตตานุปัสสี วิหริติ	ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิต อยู่อย่างไรเล่า
๑ อิทฺ ภิกฺขเว ภิกฺขุ สราคํ วา จิตฺตํ สรากลํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ จิตมีราคะ ก็รู้ว่า จิตมีราคะ
๒. วีตฺรากลํ วา จิตฺตํ วีตฺรากลํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตปราศจากราคะ ก็รู้ว่าจิตปราศจากราคะ
๓. สโทสํ วา จิตฺตํ สโทสํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตมีโทสะ ก็รู้ว่า จิตมีโทสะ
๔. วีตฺโทสํ วา จิตฺตํ วีตฺโทสํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ว่าจิตปราศจากโทสะ
๕. สโมหํ วา จิตฺตํ สโมหํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตมีโมหะ ก็รู้ว่า จิตมีโมหะ
๖. วีตฺโมหํ วา จิตฺตํ วีตฺโมหํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตปราศจากโมหะก็รู้ว่า จิตปราศจากโมหะ
๗. สงฺขิตฺตํ วา จิตฺตํ สงฺขิตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตหดหู่ ก็รู้ว่า จิตหดหู่
๘. วิกฺขิตฺตํ วา จิตฺตํ วิกฺขิตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
๙. มหคฺคตํ วา จิตฺตํ มหคฺคตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตมีความเป็นใหญ่ก็รู้ว่าจิตมีความเป็นใหญ่
๑๐. อมหคฺคตํ วา จิตฺตํ อมหคฺคตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตไม่มีความเป็นใหญ่ ก็รู้ว่าจิตไม่มีความ เป็นใหญ่
๑๑. สอฺตุตฺตรํ วา จิตฺตํ สอฺตุตฺตรํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
๑๒. อนอฺตุตฺตรํ วา จิตฺตํ อนอฺตุตฺตรํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ว่าไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
๑๓. สสมาหิตํ วา จิตฺตํ สสมาหิตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ว่าจิตเป็นสมาธิ
๑๔. อสสมาหิตํ วา จิตฺตํ อสสมาหิตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ว่าจิตไม่เป็นสมาธิ
๑๕. วิมฺุตฺตํ วา จิตฺตํ วิมฺุตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตหลุดพ้น ก็รู้ว่าจิตหลุดพ้น
๑๖. อวิมฺุตฺตํ วา จิตฺตํ อวิมฺุตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ว่าจิตไม่หลุดพ้น
อิติ	ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺฌตฺตํ วา จิตฺเต จิตตานุปัสสี วิหริติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ บ้าง
พหิทฺฐา วา จิตฺเต จิตตานุปัสสี วิหริติ	พิจารณาเห็น จิตในจิตภายนอกอยู่บ้าง
อชฺฌตฺตพหิทฺฐา วา จิตฺเต จิตตานุปัสสี วิหริติ	พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอก อยู่บ้าง.
สมุทฺยทฺมมานุปัสสี วา จิตฺตสฺมี วิหริติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในจิตอยู่

^{๑๑} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓, ที.ฎีกา (บาลี) ๒/๑๑๐.

วชฺชมานุปฺสฺสึ วา จิตฺตสฺมึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในจิตอยู่บ้าง
สมุทฺทวชฺชมานุปฺสฺสึ วา จิตฺตสฺมึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นความเสื่อมในจิตอยู่บ้าง
อตฺถิ จิตฺตฺนฺติ วา ปนฺสฺส สติ ปจฺจุปฺภฺจิตฺตา โหติ	อีกอย่างหนึ่ง สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า จิตมีอยู่ ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย
ปฏฺิสฺสฺตติมตฺตตาย.	ก็เพียงแต่สักว่าความรู้
อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ	เพียงแต่สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
น จ กิณฺจิ โลเก อุปาทิยติ.	เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว และไม่ถือมันอะไรๆในโลก
เอวํ โช ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
ภิกฺขุ จิตฺเต จิตฺตานุปฺสฺสึ วิหฺรติ. ^{๗๒}	ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เนื่องๆ
จิตฺตานุปฺสฺสนา นิภฺจิตฺตา.	จบจิตตานุปัสสนา

๒.๔.๔ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ธัมมานุปัสสนา หมายถึง การตามรู้สภาวะธรรม เป็นการกำหนดรู้กายใจรวมทั้งสิ่งอื่นภายนอกที่ล้วนเป็นสภาวะธรรม แบ่งเป็น ๕ หมวด

๑. นีวรณ ๕ (การกำหนดรู้นีวรณ)
๒. ชันธ ๕ (การกำหนดรู้ชันธ)
๓. อายตนะ ๑๒ (การกำหนดรู้อายตนะ)
๔. โพชฅงค ๗
๕. สัจจะ ๔ (การกำหนดรู้สัจจะ)^{๗๓}

๑) นีวรณปัพพะ

กถณฺจ ภิกฺขเว	ดูกรภิกษุทั้งหลาย
ภิกฺขุ ฆมฺเมสุ ฆมฺมานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย อยู่อย่างไรเล่า
อิธ ภิกฺขเว	ภิกษุในธรรมวินัยนี้
ภิกฺขุ ฆมฺเมสุ ฆมฺมานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งหลาย
ปณฺจสุ นีวรณฺสุ	คือนีวรณ ๕ ประการ
กถณฺจ ภิกฺขเว	อย่างไรเล่า
ภิกฺขุ ฆมฺเมสุ ฆมฺมานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งหลาย
ปณฺจสุ นีวรณฺสุ ๗	คือนีวรณ ๕ ประการ

^{๗๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๗๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

๑. อิธ ภิกษเว

ภิกษุ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ กามจฺจนํ
 อตฺถิ เม อชฺฌตฺตํ กามจฺจนํ โทติ ปชานาติ

๒. อสนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ กามจฺจนํ นตฺถิ
 เม อชฺฌตฺตํ กามจฺจนํ โทติ ปชานาติ

๓. ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส กามจฺจนทฺสส
 อุปฺปาโท โหติ

ตณฺจ ปชานาติ

๔. ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส กามจฺจนทฺสส
 ปหानํ โหติ

ตณฺจ ปชานาติ

๕. ยถา จ ปหีนสฺส กามจฺจนทฺสส อายตี
 อนุปฺปาโท โหติ

ตณฺจ ปชานาติ ๗

๖. สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ พฺยาปาทำ อตฺถิ
 เม อชฺฌตฺตํ พฺยาปาโทติ ปชานาติ

๗. อสนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ พฺยาปาทำ นตฺถิ
 เม อชฺฌตฺตํ พฺยาปาโทติ ปชานาติ

๘. ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส พฺยาปาทสฺส
 อุปฺปาโท โหติ

ตณฺจ ปชานาติ

๙. ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส พฺยาปาทสฺส
 ปหานํ โหติ

ตณฺจ ปชานาติ

๑๐. ยถา จ ปหีนสฺส พฺยาปาทสฺส อายตี
 อนุปฺปาโท โหติ

ตณฺจ ปชานาติ ๗

๑๑. สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ถีนมิทฺฐํ อตฺถิ
 เม อชฺฌตฺตํ ถีนมิทฺฐนฺติ ปชานาติ

๑๒. อสนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ถีนมิทฺฐํ นตฺถิ
 เม อชฺฌตฺตํ ถีนมิทฺฐนฺติ ปชานาติ

๑๓. ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส ถีนมิทฺฐสฺส
 อุปฺปาโท โหติ

ภิกษุในธรรมวินัยนี้

เมื่อกามฉันทน์มีอยู่ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า กามฉันทน์มีอยู่ ภายในจิตของเรา

หรือเมื่อ กามฉันทน์ไม่มีอยู่ ภายในจิต

รู้ชัดว่า กามฉันทน์ไม่มีอยู่ ภายในจิตของเรา

อนึ่ง กามฉันทน์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น

ด้วยประการใด

ย่อมรู้ชัดประการนั้น

กามฉันทน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้

ด้วยประการใด

ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

กามฉันทน์ที่ละได้แล้วจะไม่

เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด

ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

เมื่อพยาบาทมีอยู่ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า พยาบาทมีอยู่ ภายในจิตของเรา

เมื่อพยาบาทไม่มีอยู่ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า พยาบาทไม่มี ภายในจิตของเรา

พยาบาทที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วย

ประการใด

ย่อมรู้ชัดประการนั้น

พยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วย

ประการใด

ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

พยาบาทที่ละได้แล้วจะไม่

เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด

ย่อมรู้ชัดประการนั้น

เมื่อถีนมิทฐะมีอยู่ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า ถีนมิทฐะมีอยู่ ภายในจิตของเรา

เมื่อถีนมิทฐะไม่มีอยู่ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า ถีนมิทฐะไม่มีอยู่ภายในจิตเรา

ถีนมิทฐะที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้น

ด้วยประการใด

ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
๑๔. ยถา จ อุปปนฺนสฺส ถีนมิทฺทสฺส	ถีนมิทฺทะที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้
ปหานํ โหติ	ด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
๑๕. ยถา จ ปหีนสฺส ถีนมิทฺทสฺส อายตี	ถีนมิทฺทะที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไป
อนุปฺปาโท โหติ	ด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ ฯ	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
๑๖. สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ อุกฺทจฺจกุกฺกจฺจํ อตฺถิ	เมื่ออุทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะมีอยู่ ภายในจิต
เม อชฺฌตฺตํ อุกฺทจฺจกุกฺกจฺจนฺติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า อุทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะมีอยู่ ภายใน
	จิตของเรา
๑๗. อสนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ อุกฺทจฺจกุกฺกจฺจํ นตฺถิ	เมื่ออุทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะไม่มีอยู่ ภายในจิต
เม อชฺฌตฺตํ อุกฺทจฺจกุกฺกจฺจนฺติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่าอุทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะไม่มีอยู่ ภายใน
	จิตของเรา
๑๘. ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส อุกฺทจฺจกุกฺกจฺจสฺส	อุทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะ ที่ยังไม่เกิดจะ
อุปฺปาโท โหติ	เกิดขึ้น ด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
๑๙. ยถา จ อุปปนฺนสฺส อุกฺทจฺจกุกฺกจฺจสฺส	อุทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะที่เกิดขึ้นแล้ว
ปหานํ โหติ	จะละเสียได้ด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
๒๐. ยถา จ ปหีนสฺส อุกฺทจฺจกุกฺกจฺจสฺส	อุทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะที่ละได้แล้ว
อายตี อนุปฺปาโท โหติ	จะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ ฯ	ย่อมรู้ชัดด้วยประการ นั้น
๒๑. สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ วิจิกิฉนฺํ อตฺถิ	วิจิกิฉนามีอยู่ ภายในในจิต
เม อชฺฌตฺตํ วิจิกิฉนาคติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า วิจิกิฉนามีอยู่ ภายในจิตของเรา
๒๒. อสนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ วิจิกิฉนฺํ นตฺถิ	เมื่อวิจิกิฉนามีไม่มีอยู่ ภายในในจิต
เม อชฺฌตฺตํ วิจิกิฉนาคติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า วิจิกิฉนามีไม่มีอยู่ ภายในจิตเรา
๒๓. ยถา จ อนุปฺปนฺนนาย วิจิกิฉนาย	วิจิกิฉนาคติที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น
อุปฺปาโท โหติ	ด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
๒๔. ยถา จ อุปปนฺนนาย วิจิกิฉนาย	วิจิกิฉนาคติที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด
ปหานํ โหติ	
ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
๒๕. ยถา จ ปหีนนาย วิจิกิฉนาย	วิจิกิฉนาคติที่ละได้แล้ว -

อายตฺติ ออนุปฺปาโท โหติ	จะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ ๕	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
อิติ	ตั้งพรรณนามาจะนี้
อชฺฌตฺตํ วา ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
	ภายใน
พหิทฺฐา วา ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมทั้งหลาย
	ภายนอกบ้าง
อชฺฌตฺตพหิทฺฐา วา ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
สมุทฺยธมฺมานุปฺสฺสี วา ธมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรม
วยธมฺมานุปฺสฺสี วา ธมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรมบ้าง
สมุทฺยวยธมฺมานุปฺสฺสี วา ธมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งเสื่อม
	ไปในธรรมบ้าง
อตฺถิ ธมฺมาติ วา ปนฺสฺส สติ ปจฺจุปฺภวจิตฺตา โหติ	สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่
ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย	ก็เพียงแต่สักว่าความรู้
ปฏฺฐิสฺสตีมตฺตตาย	เพียงแต่สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ	เธอเป็นผู้อันตันทนหาและทิจฺฐิไม่อาศัยอยู่แล้ว
น จ กิณฺจ โสเก อูปาทียติ ๕	และไม่ถือมั่นอะไรๆในโลก
เอวํ โช ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
ภิกฺขุ ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมเนื่องๆ ในธรรม
ปณฺจสุ นีวรณฺสุ ๕	คือนิเวรณ ๕ อยู่
นีวรณปพฺพิ นินฺนิจิตํ ๕	จบนิเวรณบรรพ ^{๗๔}

๒) ชั้นรปัพพะ

ปฺน จปรํ ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิกฺขุ ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
ปณฺจสุ อูปาทานกฺขนฺธฺสุ ^{๗๕} ๕	คืออุปาทานชั้น ๕ อยู่เนื่องๆ
กถณฺจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ปณฺจสุ อูปาทานกฺขนฺธฺสุ
	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานชั้น ๕ อยู่เนื่องๆ อย่างไรก็ตาม
อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาว่า

^{๗๔}ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

^{๗๕}ชั้น ๕ แบ่งเป็น ๓ ชั้น คือ ชั้น ๕ กำเนิด ได้แก่ชั้นที่พ่อแม่และการรักษาศีล ๕ ในอดีตชาติ ชั้น ๕ ปัจจุบัน ได้แก่อุปาทานชั้นที่ยึดมั่น ชั้น ๕ บริสุทธ์ ได้แก่ชั้นของพระอรหันต์

๑. อิติ รูป

อิติ รูปสส สมุทโย

อิติ รูปสส อตฺถงฺคโม

๒. อิติ เวทนา

อิติ เวทนาย สมุทโย

อิติ เวทนาย อตฺถงฺคโม

๓. อิติ สัญญา

อิติ สัญญา สมุทโย

อิติ สัญญา อตฺถงฺคโม

๔. อิติ สังขาร

อิติ สังขารานํ สมุทโย

อิติ สังขารานํ อตฺถงฺคโม

๕. อิติ วิญญาณ

อิติ วิญญาณสส สมุทโย

อิติ วิญญาณสส อตฺถงฺคโมติ.

อิติ

อหฺมตฺตํ วา ฆมฺเมสุ ฆมฺมานุปฺปสฺสี วิหฺรติ
พหิทฺธา วา ฆมฺเมสุ ฆมฺมานุปฺปสฺสี วิหฺรติ
อหฺมตฺตพหิทฺธา วา ฆมฺเมสุ ฆมฺมานุปฺปสฺสี
วิหฺรติ

สมุทฺยฆมฺมานุปฺปสฺสี วา ฆมฺเมสุ วิหฺรติ
วยฆมฺมานุปฺปสฺสี วา ฆมฺเมสุ วิหฺรติ
สมุทฺยวยฆมฺมานุปฺปสฺสี วา ฆมฺเมสุ วิหฺรติ

อตุถิ ฆมฺมาติ วา ปนฺสส สติ ปจฺจุปฺปฏิจิตฺตา โหติ สติของ เธอที่ ตั้งมั่น อยู่ว่า ธรรม มีอยู่
ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย ปฏิสฺสตีมตฺตตาย
อนิสฺสตีโต จ วิหฺรติ

น จ กิณฺจิ โลเก อุปาทียติ.

เอวํ โข ภิกฺขเว

ภิกฺขุ ฆมฺเมสุ ฆมฺมานุปฺปสฺสี วิหฺรติ

ปณฺจสุ อุปาทานกฺขนฺธสุ

ขนฺธปพฺพํ นิฏฺฐิตํ.

อย่างนี้รูป

อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งรูป

อย่างนี้ความดับแห่งรูป

อย่างนี้เวทนา

อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งเวทนา

อย่างนี้ความดับแห่งเวทนา

อย่างนี้สัญญา

อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งสัญญา

อย่างนี้ความดับแห่งสัญญา

อย่างนี้สังขาร

อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งสังขาร

อย่างนี้ความดับแห่งสังขาร

อย่างนี้วิญญาณ

อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งวิญญาณ

อย่างนี้ความดับแห่งวิญญาณ

ตั้งพรรณนามาฉะนี้

ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในบ้าง
พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายนอกบ้าง
พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอก
อยู่บ้าง

พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง
พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรมบ้าง
พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความ
เสื่อมในธรรมบ้าง

ก็เพียงแต่สักว่าความรู้ สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
เธอเป็นผู้อันตันทาและทิจิไม่อาศัยอยู่แล้ว

และไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล

ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมเนื่องๆ ในธรรม

คือ อุปาทานชั้น ๕ อยู่

จบชั้นบรรพ

๓) อายตนบัพพะ

ปุณ จปริ ภิกขเว
 ภิกขุ ฌมเมสุ ฌมมานุปัสสี วิหริติ
 ฉสุ อชฌตติกพาหิเรสุ อายตเนสุ ฯ
 กถณจ ภิกขเว ภิกขุ ฌมเมสุ ฌมมานุปัสสี
 วิหริติ ฉสุ อชฌตติกพาหิเรสุ อายตเนสุ.
 ๑ อธิ ภิกขเว ภิกขุ
 จกขุณจ ปชานาติ
 รูเป จ ปชานาติ
 ยณจ ตกุกยํ ปฏิจจ อูปชชติ
 สณโฆชนํ ตณจ ปชานาติ
 ยถา จ อนุปปนฺนสฺส สณโฆชนสฺส
 อูปปาโท โหติ
 ตณจ ปชานาติ
 ยถา จ อูปปนฺนสฺส สณโฆชนสฺส
 ปหานํ โหติ
 ตณจ ปชานาติ
 ยถา จ ปหีนสฺส สณโฆชนสฺส
 อายตี อนุปปาโท โหติ
 ตณจ ปชานาติ
 โสตณจ ปชานาติ
 สทฺเท จ ปชานาติ
 ฆานณจ ปชานาติ
 คนฺเฑ จ ปชานาติ
 ชิวฺหณจ ปชานาติ
 รเส จ ปชานาติ
 กายณจ ปชานาติ
 โผฏฺฐพฺเพ จ ปชานาติ
 มนณจ ปชานาติ
 ฌมฺเม จ ปชานาติ
 ยณจ ตกุกยํ ปฏิจจ อูปชชติ สณโฆชนํ
 ตณจ ปชานาติ
 ยถา จ อนุปปนฺนสฺส สณโฆชนสฺส

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมเนื่องๆ ในธรรมทั้งหลาย
 คืออายตนะภายใน ๖ และภายนอก ๖ อยู่
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ
 อายตนะภายในและภายนอก ๖ อย่างไรเล่า?
 คือ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
 ย่อมรู้ชัดนัยันตา
 ย่อมรู้ชัดรูป
 และรู้ชัดนัยันตา และรูปทั้ง ๒ นั้น -
 อันเป็นที่อาศัยบังเกิดของสังโยชน์ โดยการที่...
 อหนึ่ง สังโยชน์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดประการนั้น
 สังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดประการนั้น
 สังโยชน์ที่ละได้แล้ว
 จะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดประการนั้น
 ภิกษุย่อมรู้ชัดหู
 ย่อมรู้ชัดเสียง
 ย่อมรู้ชัดจมูก
 ย่อมรู้ชัดกลิ่น
 ย่อมรู้ชัดลิ้น
 ย่อมรู้ชัดรส
 ย่อมรู้ชัดกาย
 ย่อมรู้ชัด สิ่งที่จะพึงถูกต้องด้วยกาย
 ย่อมรู้ชัดใจ
 ย่อมรู้ชัดธรรมารมณั์
 และรู้ชัดใจและธรรมารมณั์ทั้ง ๒ นั้น
 อันเป็นที่อาศัยบังเกิดของสังโยชน์
 อหนึ่ง สังโยชน์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น

อุปปาโท โหติ	ด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส สณฺโณชนสฺส	สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วย
ปหานํ โหติ	ประการใด
ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ยถา จ ปหีนฺสฺส สณฺโณชนสฺส อายติ	สังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไป
อนุปฺปาโท โหติ	ด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ จ	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
อิติ	ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺชตฺตํ วา ฌมฺเมสุ ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
	ภายใน
พหิทฺธา วา ฌมฺเมสุ ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกบ้าง
อชฺชตฺตพหิทฺธา วา ฌมฺเมสุ ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง
สมุทฺยฌมฺมานุปฺสฺสี วา ฌมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรม..
วยฺมฺมานุปฺสฺสี วา ฌมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรมบ้าง
สมุทฺยวยฺมฺมานุปฺสฺสี วา ฌมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้น
	และความเสื่อมในธรรมบ้าง
อตุฏฺฐิ ฌมฺมาติ วา ปนฺนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจิตฺตา โหติ	สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่
ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย	ก็เพียงแต่สักว่าความรู้
ปฏฺิสฺสตีมตฺตตาย	เพียงแต่สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
อนิสฺสึโต จ วิหฺรติ	เธอเป็นผู้อันค้นหาและที่รู้ไม่อาศัยอยู่แล้ว
น จ กิณฺจิ โลเก อุปฺปาทียติ ฯ	และไม่ถ่อมมันอะไรๆในโลก
เอวํ โข ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
ภิกฺขุ ฌมฺเมสุ ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
ฉนฺสุ อชฺชตฺติกพาหิเรสุ อายตเนสุ ฯ	คืออายตนะภายในและภายนอก ๖ อยู่เนื่องๆ
อายตนปพฺพํ นิฏฺฐิตํ	จบอายตบรรพ

๔) โพชฌังคปัพพะ

ปฺน จปรํ ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิกฺขุ ฌมฺเมสุ ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
สตุตฺตสุ โพชฌนฺจเณสุ.	คือโพชฌงค์ ๗ อยู่เนื่องๆ
กถณฺจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ ฌมฺเมสุ ฌมฺมานุปฺสฺสี	ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรม

วิหระติ	ในธรรมทั้งหลาย อยู่
สตุตฺสฺส โปชฌงฺคฺสฺส.	คือโพชฌงค์ ๗ อย่างไรเล่า
๑ อิท ภิภฺชเว	ภิกษุในธรรมวินัยนี้
ภิภฺชฺ สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ สติสฺมโปชฌงฺกํ อตฺถิ	เมื่อสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ภายในในจิต
เม อชฺชตฺตํ สติสฺมโปชฌงฺกโคติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์มีอยู่
	ภายในในจิตของเรา
๒.อสฺนฺตํ วา อชฺชตฺตํ สติสฺมโปชฌงฺกํ นตฺถิ	หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณภายในในจิต
เม อชฺชตฺตํ สติสฺมโปชฌงฺกโคติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่
	ภายในในจิตของเรา
๓ ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส สติสฺมโปชฌงฺกคฺคฺส	สติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น
อุปฺปาโท โหติ	ด้วยประการใด
ตญฺจ ปชานาติ.	ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
๔. ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส สติสฺมโปชฌงฺกคฺคฺส	สติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญ
ภาวนาปาริปุริ โหติ	บริบูรณ์ด้วยประการใด
ตญฺจ ปชานาติ.	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ยถา จ สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ	เมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์มีอยู่ ภายในในจิต
ธมฺมวิจยสฺมโปชฌงฺกํ โหติ	ด้วยประการใด
ตญฺจ ปชานาติ.	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ยถา จ สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ	เมื่อวิริยสัมโพชฌงค์มีอยู่ ภายในในจิต
วิริยสฺมโปชฌงฺกํ โหติ	ด้วยประการใด
ตญฺจ ปชานาติ.	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ยถา จ สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ ปีติสฺมโปชฌงฺกํ โหติ	เมื่อปีติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ภายในในจิต
	ด้วยประการใด
ตญฺจ ปชานาติ.	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ยถา จ สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ ปสฺสทฺธิสฺมโปชฌงฺกํ โหติ	ปัสสทฺธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ ภายในในจิต
	ด้วยประการใด
ตญฺจ ปชานาติ.	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ยถา จ สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ สมาริสฺมโปชฌงฺกํ โหติ	เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ ภายในในจิต
	ด้วยประการใด
ตญฺจ ปชานาติ.	ย่อมรู้ชัดประการนั้น
ยถา จ สนฺตํวา อชฺชตฺตํ อุเปกฺขาสฺมโปชฌงฺกํ อตฺถิ	เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ ภายในในจิต
เม อชฺชตฺตํ อุเปกฺขาสฺมโปชฌงฺกโคติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่
	ภายในในจิตของเรา

อสุนต์ วา อชฺฌตฺตํ อุกฺเขขาสมฺโพชฌงฺคํ นตฺถิ
เม อชฺฌตฺตํ อุกฺเขขาสมฺโพชฌงฺคตฺติ ปชานาติ

ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส อุกฺเขขาสมฺโพชฌงฺคสฺส
อฺปปาโท โหติ
ตณฺจ ปชานาติ.

ยถา จ อฺปปนฺนสฺส อุกฺเขขาสมฺโพชฌงฺคสฺส
ภาวนาปาริปุริ โหติ
ตณฺจ ปชานาติ.

อิติ

อชฺฌตฺตํ วา ฌมฺเมสฺส ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ

พหิทฺธา วา ฌมฺเมสฺส ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ

อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา ฌมฺเมสฺส ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ
สมฺมุทฺยฌมฺมานุปฺสฺสี วา ฌมฺเมสฺส วิหฺรติ
วฺยฌมฺมานุปฺสฺสี วา ฌมฺเมสฺส วิหฺรติ
สมฺมุทฺยวฺยฌมฺมานุปฺสฺสี วา ฌมฺเมสฺส วิหฺรติ

อตฺถิ ฌมฺมาติ วา ปนฺนสฺส สติ ปจฺจุปฺภูจฺจิตา โหติ
ยาวเทว ฌาณมฺมตฺตตาย

ปฏฺฐิสฺสตีมฺมตฺตตาย

อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ

น จ กิณฺณจฺจ โลกเ อฺปปาทิยติ ฯ

เอวํ โช ภิกฺขเว

ภิกฺขุ ฌมฺเมสฺส ฌมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ

สฺตตฺตสฺส โปชฌงฺคเสฺส.

โปชฌงฺคปพฺพํ นิฏฺฐิตํ.

เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ภายในจิต
ย่อมรู้ชัดว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่
ภายในในจิตของเรา

อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่
เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด
ย่อมรู้ชัดประการนั้น

อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว
จะเจริญบริบูรณ์ได้ด้วยประการใด
ย่อมรู้ชัดประการนั้น

ดังพรรณนาจะนี้

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
ภายใน อยู่บ้าง

พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมทั้งหลาย
ภายนอก อยู่บ้าง

พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอก..
พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรม
พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรม..
พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้น
และความเสื่อมในธรรมบ้าง

สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่
ก็เพียงสักว่าความรู้

เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว
และไม่ถ่อมมั่นอะไรๆในโลก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล

ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมเนื่องๆ ในธรรม
ทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อยู่.

จบโพชฌงคบรรพ.

๕) สัจจบัพพะ

อริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ มี ๔ อย่าง คือ^{๗๖}

๑. ทุกขอริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ คือ ทุกข์ ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความตาย ความโศก ความคร่ำครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ ความดับแค้นใจ การประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์ ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์

๒. ทุกขสมุทัยอริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ คือ เหตุเกิดแห่งทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา

๓. ทุกขนิโรธอริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ คือความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไป ความปล่อยวาง ความไม่ติดข้อง ความหลุดพ้น สงบ ปลอดโปร่งเป็นอิสระ คือ พระนิพพาน

๔. ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ ความจริงอันเป็นประเสริฐ คือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ^{๗๗}

ปุณ จปริ ภิกขเว
 ภิกขุ ฌเมสุ ฌมมานุปลัสสี วิหริติ
 จตุสุ อริยสจเจสุ.
 กถณจ ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสุ
 ฌมมานุปลัสสี วิหริติ จตุสุ อริยสจเจสุ.
 อิห ภิกขเว ภิกขุ อิหิ ทุกขนติ
 ยถาภูตํ ปชานาติ
 อยิ ทุกขสมุทโยติ ยถาภูตํ ปชานาติ
 อยิ ทุกขนิโรโหติ ยถาภูตํ ปชานาติ
 อยิ ทุกขนิโรธคามินี ปฏิปทาติ
 ยถาภูตํ ปชานาติ
 กถมณจ ภิกขเว ทุกขิ อริยสจจํ.
 ชาติปิ ทุกขา ชราปิ ทุกขา
 มรณมปิ ทุกขิ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
 คือ อริยสัจ ๔ อยู่เนืองๆ
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
 คือ อริยสัจ ๔ อยู่อย่างไรเล่า
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
 ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์
 ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขสมุทัย
 ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกขนิโรธ
 ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า
 นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ทุกขอริยสัจเป็นอย่างไรเล่า
 แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์ แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์
 แม้ตายก็เป็นทุกข์

^{๗๖} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.
^{๗๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖-๔๐๒/๒๖๐-๒๖๘.

โลกปริเทวทุกขโทมนสสุปายาสापि ทุกฺขา แม้ความเศร้าโศกเสียใจพิโรธรำพัน ความไม่สบาย
 กายความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์
 อปฺปิเยหิ สมฺปโยโคปิ ทุกฺโข ปิเยหิ แม้ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจก็เป็นทุกข์
 วิปฺปโยโคปิ ทุกฺโข แม้ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักก็เป็นทุกข์
 ยมฺปิจุณฺํ น ลภติ ตมฺปิ ทุกฺขํ ปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้แม้สิ่งนั้นนั้นก็ เป็นทุกข์
 สงฺขิตฺเตน ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา. ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้นทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์
 กตมา จ ภิกฺขเว ชาติ. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ชาติเป็นอย่างไรเล่า ?

ยา เตสํ เตสํ สุตตานํ ตมฺหิ ตมฺหิ สุตตนิกาเย ชาติ สมฺมชาติ โอกฺกนฺติ นิพฺพตฺติ
 อภินิพฺพตฺติ ขนฺธานํ ปาตุภาโว อายตนาณํ ปฏฺฐิลาโก

ความเกิด ความบังเกิด ความหยังลงเกิด เกิดจำเพาะ ความปรากฏแห่งชั้นนี้ ความได้
 อายตนะครบ ในหมู่มสัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้น

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว ชาติ. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เราเรียกว่า ชาติ
 กตมา จ ภิกฺขเว ชรา. ก็ชราเป็นอย่างไรเล่า?

ยา เตสํ เตสํ สุตตานํ ตมฺหิ ตมฺหิ สุตตนิกาเย ชรา ซีรณฺตา ขณฺธุจิจฺจํ ปาลิจิจฺจํ วฺลิตฺตจฺจา
 อายฺยุโน สํหาณี อินฺทฺริยานํ ปริปาโก

ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หนังเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ
 ความแก่หง่อมแห่งอินทรีย์ ในหมู่มสัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้น

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว ชรา. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เราเรียกว่า ชรา
 กตมณฺจ ภิกฺขเว มรณฺํ. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็มรณะเป็นอย่างไรเล่า ?

ยา เตสํ เตสํ สุตตานํ ตมฺหา ตมฺหา สุตตนิกาเย
 ความเคลื่อน ภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย

จฺจติ จวนฺตา เกโท อนฺตรธาณํ มจฺจุ มรณฺํ ความหายไป มฤตฺยู ความตาย การกระทำกาละ
 กาลกิริยา ขนฺธานํ เกโท - ความทำลายแห่งชั้นทั้งหลาย

ซีวิตินฺทฺริยสฺส อฺปฺจุเจโท - ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์
 กเพวรสฺส นิกฺเขโป ความทิ้งซากศพไว้จากหมู่มสัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้น

อิหํ วุจฺจติ ภิกฺขเว มรณฺํ. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เรียกว่ามรณะ

กตโม จ ภิกฺขเว โสโก. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็โสกะเป็นอย่างไรเล่า ?

โย โข ภิกฺขเว
 คือ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

อณฺณตฺรณฺณตฺเรณ พฺยสเนน สมฺนฺนาคตสฺส อณฺณตฺรณฺณตฺเรณ ทุกฺขชฺมเมณ ฝุฏฺจสฺส
 โสโก โสจนา โสจิตฺตตฺตํ อนฺโตโสโก อนฺโตปฺริโสโก

กตโม จ ภิกฺขเว อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค ทุกฺโข- ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็พบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไรเล่า?

อิธ ยสฺส เต โหนฺติ อนิฏฺฐา อกนฺตา อมฺนาปา รุปา สทฺทา คณฺธา รสา โผฏฺฐพฺพา

รูป เสียง กลิ่น รส การสัมผัส เย็นร้อนอ่อนแข็ง หย่อนตึง เป็นสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร ไม่น่าพอใจ มีอยู่แก่ผู้ใดในโลกนี้

เย วา ปนฺสฺส โหนฺติ อนตฺถกามา หรือว่า ปรารถนาสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่ไม่ดีตกามา อผาสฺสกามา อโยคฺกฺเขมกามา

ไม่เกื้อกูล ปรารถนาความไม่ผาสุก ปรารถนาความไม่เกษมจากโยคะมีอยู่แก่บุคคลใด เตสํ สงฺคฺติ สมาคโม สโมธานํ มิสฺสีภาโว ความประสบความพร้อมพร้อม ความร่วม ความระคน (ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร ไม่น่าพอใจ) ของบุคคลเหล่านั้น

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค ทุกฺโข ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เราเรียกว่า พบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

กตโม จ ภิกฺขเว ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ความพลัดพราก จากสิ่งที่รัก ก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไรเล่า

อิธ ยสฺส เต โหนฺติ อิฏฺฐา กนฺตา มฺนาปา รุปา สทฺทา คณฺธา รสา โผฏฺฐพฺพา

บุคคลใดแล มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันน่าปรารถนาน่าใคร่น่าพอใจ เย วา ปนฺสฺส โหนฺติ อตฺถกามา หิตกามา หรือว่าปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ปรารถนา สิ่งที่ไม่เกื้อกูล,

ผาสฺสกามา โยคฺกฺเขมกามา ปรารถนาความผาสุก ปรารถนาความเกษมจากโยคะ,

มาตาวา ปิตา วา ภาตาวา ภคินี วา หรือว่ามารดาบิดา, พี่ชายน้องชายพี่หญิงน้องหญิง,

มิตฺตาวา อมฺจฺจาวา ญาติสาโลหิตาวา มิตรญาติหรือญาติสาโลหิต, เหล่านี้

เตสํ อสงฺคฺติ อสมาคโม อสโมธานํ ความไม่ประสบ ความไม่พร้อมพร้อม ความไม่ร่วม

อมิสฺสีภาโว ความไม่ระคน ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันน่าปรารถนา น่าใคร่น่าพอใจ หรือปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์เป็นต้น เหล่านี้ (เกิดแก่บุคคลนั้น)

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข- ภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เราเรียกว่า ความพลัดพราก จากสิ่งที่รักก็ เป็นทุกข์.

กตมญฺจ ภิกฺขเว ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ ตมฺปิ ทุกฺขํ. แม้อันนั้น ก็เป็นทุกข์ เป็นไฉน

ชาติธมฺมานํ ภิกฺขเว สตฺตฺตานํ ความปรารถนา ย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีความเกิดเป็น

เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ ธรรมดา อย่างนี้ว่า

อโห วต มยํ น ชาติธมฺมา อสฺสาม โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเกิดเป็นธรรมดา

น จ วต โน ชาติ อากัจฉะยยาติ ขอความเกิดอย่ามีมาถึงเราเลย
 น โข ปเนตฺ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 อิทมฺปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขฺ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็เป็นที่ทุกข
 ชรารมฺมานํ ภิกฺขเว สุตฺตานํ เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ

ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีความแก่เป็นธรรมดาอย่างนี้ ว่า

อโห วต มยํ น ชรารมฺมา อสฺสาม โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความแก่เป็นธรรมดา
 น จ วต โน ชรา อากัจฉะยยาติ ขอความแก่อย่ามีมาถึงเราเลย
 น โข ปเนตฺ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 อิทมฺปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขฺ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็เป็นที่ทุกข
 พุยาธิรมฺมานํ ภิกฺขเว สุตฺตานํ ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้
 เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ ความเจ็บเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อโห วต มยํ น ชรารมฺมา อสฺสาม โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเจ็บเป็นธรรมดา
 น จ วต โน ชรา อากัจฉะยยาติ ขอความเจ็บอย่ามีมาถึงเราเลย
 น โข ปเนตฺ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 อิทมฺปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขฺ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็เป็นที่ทุกข
 มรณฺทมฺมานํ ภิกฺขเว สุตฺตานํ ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้
 เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ ความตายเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อโห วต มยํ น ชรารมฺมา อสฺสาม โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเจ็บเป็นธรรมดา
 น จ วต โน ชรา อากัจฉะยยาติ ขอความเจ็บอย่ามีมาถึงเราเลย
 น โข ปเนตฺ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 อิทมฺปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขฺ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็เป็นที่ทุกข
 โสภปริเทวทฺกฺขฺโทมนสฺสุปายาสรมฺมานํ ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีเศร้าโศกเสียใจ
 ภิกฺขเว สุตฺตานํ เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ. พิโรธำพัน มีทุกขโทมนัส อุปายาส เป็นธรรมดา
 อย่างนี้ว่า

อโห วต มยํ น โสภปริเทวทฺกฺขฺโทมนสฺสุปายาสรมฺมา อสฺสาม
 โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเศร้าโศกเสียใจพิโรธำพัน มีทุกขโทมนัสอุปายาสเป็นธรรมดา

น จ วต โน โสภปริเทวทฺกฺขฺโทมนสฺสุปายาสา อากัจฉะยฺยุนฺติ
 ขอความเศร้าโศกเสียใจพิโรธำพันมีทุกขโทมนัสอุปายาส อย่ามีมาถึงเราเลย
 น โข ปเนตฺ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 อิทมฺปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขฺ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็ เป็นทุกข
 กตเม จ ภิกฺขเว สงฺขิตฺเตน ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทฺกฺขา.

ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้น ๕ เป็นทุกขเป็นอย่างไรเล่า

เสวยดีทำ อุปาทานชั้น ๕ คืออะไร ?

รูปุปาทานกฺขนุโ
 เวทณุปาทานกฺขนุโ
 สณฺณูปาทานกฺขนุโ
 สงฺขารูปาทานกฺขนุโ
 วิญญาณูปาทานกฺขนุโ
 อีเม วุจฺจนฺติ ภิกฺขเว
 สงฺขิตฺเตน ปณฺจูปาทานกฺขนุธา ทุกฺขา.
 อิหํ วุจฺจติ ภิกฺขเว ทุกฺขํ อริยสจฺจํ.
 กตมณฺจ ภิกฺขเว ทุกฺขสมุทฺทยอริยสจฺจํ
 ยายํ ตณฺหา
 โปโนพฺภวิกา
 นนฺทิราคสทคตา
 ตตฺร ตตฺรารินฺนทินิ
 เสยฺยถิหํ
 กามตณฺหา ภวตณฺหา วิภวตณฺหา
 สา โข ปเนสา ภิกฺขเว ตณฺหา
 กตฺถ อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ
 กตฺถ นิวิสมานา นิวิสติ.
 ยํ โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรुปํ
 เอตฺถเสา ตณฺหา อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นิวิสมานา นิวิสติ.
 กิณฺจ โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.
 จกฺขุํ โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.
 โสถํ โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.
 ฆานํ โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.
 ชิวฺหา โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.
 กาโย โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.
 มโน โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ
 เอตฺถเสา ตณฺหา อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นิวิสมานา นิวิสติ.
 รูปา โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.
 สทฺธา โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.
 คณฺธา โลกํ ปิยรูปํ สาตฺรุปํ.

ชั้นอื่นเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือรูป เวทนา
 ชั้นอื่นเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ เวทนา
 ชั้นอื่นเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือสัญญา
 ชั้นอื่นเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือสังขาร
 ชั้นอื่นเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือวิญญาณ
 เหล่านี้ เราเรียกว่า
 โดยย่ออุปาทานชั้นทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์ ฯ
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เรียกว่า ทุกข์อริยสัจ
 ภิกษุทั้งหลาย ก็ทุกข์สมุทัยอริยสัจเป็นอย่างเล่า
 ตัณหาชนิด
 ซึ่งเป็นเหตุให้มีการเกิดในภพน้อยใหญ่อีก
 ประกอบด้วยความกำหนัด ความเพติดเพลิน
 เพติดเพลินยิ่งนักในอารมณ์นั้นๆ
 คืออะไร
 คือกามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา
 ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ตัณหานี้ นั้น เมื่อจะเกิด
 ย่อมเกิดในที่ไหน
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่ไหน
 ที่ใดเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหา นั้น เมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้
 อะไรเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตาเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 หูเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 จมูกเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ลิ้นเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 กายเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ใจเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหา เมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ ณ ที่นี้
 รูปที่รักที่เจริญใจในโลก
 เสียงที่รักที่เจริญใจในโลก
 กลิ่นที่รักที่เจริญใจในโลก

ธมมวิจาร์ โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี
 เอตฺตฺเตสา ตณฺหา อูปฺปชฺชฺมานา อูปฺปชฺชฺติ
 เอตฺถ นินฺวิสมานา นินฺวิสติ
 อิทํ วุจฺจติ ภิกฺขเว ทฺกฺขสมฺพุทธโ อริยสจฺจํ.

กตมณฺจ ภิกฺขเว ทฺกฺขนิโรธํ อริยสจฺจํ

โย ตสฺสาเยว ตณฺหาเยว อเสสฺวิราคฺคินโรธํ
 จาโค ปฏฺินิสฺสคฺโค มุตฺติ อนาลโย.

สา โข ปเนสา ภิกฺขเว ตณฺหา
 กตฺถ ปหฺยฺมานา ปหฺยฺติ

กตฺถ นินฺรุชฺชฺมานา นินฺรุชฺชฺติ

ยํ โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี

เอตฺตฺเตสา ตณฺหา ปหฺยฺมานา ปหฺยฺติ

เอตฺถ นินฺรุชฺชฺมานา นินฺรุชฺชฺติ

ภิกฺขเว โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

จกฺขุํ โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

โสตฺถํ โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

ฆานํ โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

ชีวฺหา โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

กาโย โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

มโน โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

เอตฺตฺเตสา ตณฺหา ปหฺยฺมานา ปหฺยฺติ

เอตฺถ นินฺรุชฺชฺมานา นินฺรุชฺชฺติ.

รูปา โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

สพฺพทา โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

คณฺธา โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี.

รสสา โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี

โผฏฺฐพฺพทา โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี

ธมฺมา โลเก ปิยรูปี สาตฺตฺรูปี

เอตฺตฺเตสา ตณฺหา ปหฺยฺมานา ปหฺยฺติ

เอตฺถ นินฺรุชฺชฺมานา นินฺรุชฺชฺติ.

ธมมวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

ตณฺหาเมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้

เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้ ฯ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เราเรียกว่า ก็ทุกข-
 สมุทัยอริยสัจ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลายก็ทุกขนิโรธอริยสัจเป็น
 อย่างไรเล่า

ความสํารอกและความดับโดยไม่เหลือ

ความสละความสงัด ความปล่อยวางความไม่มี
 อาลัยในตณฺหานั้น

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ตณฺหานั้น

เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่ไหน

เมื่อจะดับ ย่อมดับในที่ไหน

ที่ใดเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

ตณฺหานั้น เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้

เมื่อจะดับย่อมดับในที่นี้

อะไรเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

ตาเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

หูเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

จมูกเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

ลิ้นเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

กายเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

ใจเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

ตณฺหา เมื่อบุคคล จะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้

เมื่อจะดับย่อมดับในที่นี้ ฯ

รูปที่รักที่เจริญใจในโลก

เสียงที่รักที่เจริญใจในโลก

กลิ่นที่รักที่เจริญใจในโลก

รสที่รักที่เจริญใจในโลก

โผฏฺฐพฺพะที่รักที่เจริญใจในโลก

ธรรมารมณฺ์เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก

ตณฺหา เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้

เมื่อจะดับย่อมดับในที่นี้ ฯ

กตมณฺจ ภิกฺขเว ทุกฺขนิโรธคามินิ ปฏฺิปปทา อริยสจฺจํ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ทุกขนิโรธคามินิ ปฏิปทาอริยสัจเป็นอย่างไรเล่า
อยเมว อริโย อฏฺฺจงฺคิโก มคฺโค เสยฺยถิํ สมนฺมาทิฏฺฐิ สมนฺมาสงฺกปฺโป สมนฺมาวาจา สมนฺมากมฺมฺนฺโต สมนฺมาอาชีโว สมนฺมาวายาโม สมนฺมาสติ สมนฺมาสมาธิ	นี่คือมรรคมงคล ๘ อันประเสริฐ คือ สัมมาทิฏฐิ (ความเห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ความดำริชอบ) สัมมาวาจา (การกล่าววาจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (การงานชอบ) สัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีพชอบ) สัมมาวายามะ (ความพยายามชอบ) สัมมาสติ (สติชอบ) สัมมาสมาธิ (จิตตั้งมั่นชอบ).
กตมา จ ภิกฺขเว สมนฺมาทิฏฺฐิ ยํ โข ภิกฺขเว ทุกฺขเ ฉาณํ ทุกฺขสมฺหเย ฉาณํ ทุกฺขนิโรเธ ฉาณํ ทุกฺขนิโรธคามินิยา ปฏฺิปปทา ย ฉาณํ อयํ วุจฺจติ ภิกฺขเว สมนฺมาทิฏฺฐิ กตโม จ ภิกฺขเว สมนฺมาสงฺกปฺโป เนกฺขมฺมสงฺกปฺโป อพฺยาปาทสงฺกปฺโป อวิหีสาสงฺกปฺโป อयํ วุจฺจติ ภิกฺขเว สมนฺมาสงฺกปฺโป กตมา จ ภิกฺขเว สมนฺมาวาจา มุสฺสาวาทา เวรมณิํ ปิสฺสุณาย วาจา ย เวรมณิํ ผรุสฺสาย วาจา ย เวรมณิํ สมนฺปฺปลาปา เวรมณิํ อยํ วุจฺจติ ภิกฺขเว สมนฺมาวาจา กตโม จ ภิกฺขเว สมนฺมากมฺมฺนฺโต ปาณาติปาตา เวรมณิํ อทินฺนาทานา เวรมณิํ กาเมสุ มิจฺฉาจารา เวรมณิํ อยํ วุจฺจติ ภิกฺขเว สมนฺมากมฺมฺนฺโต	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็สัมมาทิฏฐิเป็นไฉน ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้ในทุกข์ ความรู้ในทุกขสมุทัย ความรู้ในทุกขนิโรธ ความรู้ในทุกขนิโรธคามินิปฏิปทา อันนี้เรียกว่า สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ เป็นไฉน ความดำริในการออกจากกาม ความดำริในความไม่พยายาท ความดำริในอันไม่เบียดเบียน นี้ เราเรียกว่า สัมมาสังกัปปะ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาวาจา เป็นไฉน การงดเว้นจากการพูดเท็จ งดเว้นจากการพูดส่อเสียด งดเว้นจากการพูดคำหยาบ งดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ นี้ เราเรียกว่า สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ เป็นไฉน การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์ งดเว้นจากการถือ เอาสิ่งของที่เขามิได้ให้ งดเว้นจากการประพฤติดิฉินในกาม นี้ เราเรียกว่า สัมมากัมมันตะ

กตโม จ ภิกขเว สมมาอาชีโว	สัมมาอาชีวะ เป็นไฉน
อิธ ภิกขเว อริยสาวโก	อริยสาวกในธรรมวินัยนี้
มิจฺจนาอาชีโว ปหาย	ละการเลี้ยงชีพที่ผิดเสีย
สมมาอาชีเวน ชีวิกัม กปฺเปติ	สำเร็จการเลี้ยงชีพด้วยการเลี้ยงชีพที่ชอบ
อโย วุจฺจติ ภิกขเว สมมาอาชีโว	นี้เรียกว่า สัมมาอาชีวะ
กตโม จ ภิกขเว สมมาวายาโม	สัมมาวายามะ เป็นไฉน
อิธ ภิกขเว ภิกขุ	ภิกษุในธรรมวินัยนี้
อนุปฺปนฺนํ ปาปกานํ อกุสลานํ	เพื่อมิให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น
ธมฺมานํ อนุปฺปาทาย	เพื่อให้กุศลธรรมที่ยัง ไม่เกิดบังเกิดขึ้น
ฉนฺทํ ชเนติ วายมตี	เกิดฉันทะ พยายาม
วิริยํ อารภติ	ปรารภความเพียร
จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ	ระคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้
อนุปฺปนฺนํ ปาปกานํ อกุสลานํ ธมฺมานํ ปหานาย	เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่บังเกิดขึ้นแล้ว
ฉนฺทํ ชเนติ วายมตี วิริยํ อารภติ	เกิดฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร
จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ	ระคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้
อนุปฺปนฺนํ กุสลานํ ธมฺมานํ อนุปฺปาทาย	เพื่อยึดกุศลธรรมที่ยังไม่บังเกิดขึ้นแล้ว
ฉนฺทํ ชเนติ วายมตี วิริยํ อารภติ	เกิดฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร
จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ	ระคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้
อนุปฺปนฺนํ กุสลานํ ธมฺมานํ จิตฺติยา	เพื่อความตั้งอยู่ไม่เลือนหาย เจริญ โปญฺพลย์
อสมฺโมสาย ภิกฺขโสภาวาย เวปฺลุลาย	บริบูรณ์ยิ่งขึ้นแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย
ภวานาย ปาริปุริยา	ที่เกิดขึ้นแล้ว
ฉนฺทํ ชเนติ วายมตี วิริยํ อารภติ	เกิดฉันทะ พยายามปรารภความเพียร
จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ	ระคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้
อโย วุจฺจติ ภิกขเว สมมาวายาโม	นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ
กตมา จ ภิกขเว สมมาสติ	สัมมาสติ เป็นไฉน
อิธ ภิกขเว	ภิกษุในธรรมวินัยนี้
ภิกขุ กายเ กายานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นกายในกายอยู่
อาตปปี สมฺปชาโน สติมา	มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ
วิเนยฺย โลเก อภิกฺขมาโทมนสฺส	พึงกำจัดอกิขฌา และโทมนัสในโลกเสียได้
เวทนาสุ เวทนานุปฺสฺสึ วิหฺรติ ๗เปยฺ	พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่
จิตฺเต จิตฺตานุปฺสฺสึ วิหฺรติ ๗เปยฺ	พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่
ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย อยู่
อาตปปี สมฺปชาโน สติมา	มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ

ทิฏฐุจฺเว ฐมฺเม อญฺญา
 สติ วา อุปาทิสเส อนาคามิตา.
 ติฏฐุนฺตุ ภิกฺขเว สตฺต มาसानิ.
 โย หิ โภจิ ภิกฺขเว
 อิเม จตฺตารโ สติปัฏฺฐาเน เอวํ ภาเวยฺย
 ฉ มาसानิฯเปฯ ปมฺจ มาसानิ...
 จตฺตาริ มาसानิ... ตีณิ มาसानิ...
 ทฺเว มาसानิ... เอกํ มาสํ... อหฺตฺมมาสํ...
 ทฺวินฺนํ ผลานํ อญฺญตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ
 ทิฏฐุจฺเว ฐมฺเม อญฺญา
 สติ วา อุปาทิสเส อนาคามิตา.
 ติฏฐุจฺเว ภิกฺขเว อหฺตฺมมาโส.
 โย หิ โภจิ ภิกฺขเว
 อิเม จตฺตารโ สติปัฏฺฐาเน เอวํ ภาเวยฺย
 สตฺตาทํ
 ตสฺส ทฺวินฺนํ ผลานํ อญฺญตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ
 ทิฏฐุจฺเว ฐมฺเม อญฺญา
 สติ วา อุปาทิสเส อนาคามิตา”ติ.
 เอกายโน อโย ภิกฺขเว มคฺโค
 สตฺตทานํ วิสุทฺธิยา
 โสภปริเทวานํ สมตฺติกฺกมฺยา
 ทฺกฺขชฺโทมนสฺसानํ อตฺตงฺคมฺยา
 ญฺายสฺส อธิคฺมฺยา
 นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยา
 ยทฺธิ จตฺตารโ สติปัฏฺฐานา”ติ.
 อิติ ยํ ตํ วุตฺตํ อิทเมตํ ปฏฺิจจ วุตฺตนฺติ.
 อิทมวโจ ภควา.
 อตฺตมฺนา เต ภิกฺขุ ภควโต ภาสิตํ อภินนฺทฺนฺติ. ภิกฺษุเหล่านั้ยนฺตี ชั้ณชฺมภาษิตฺของพระผู้มี

พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑
 หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑
 ๗ เดือนยกไว้
 ภิกษุ ผู้ใดผู้หนึ่ง
 เจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนี้
 ตลอด ๖ เดือน ..๕ เดือน
 ..๔ เดือน ..๓ เดือน
 ..๒ เดือน ..๑ เดือน ..กึ่งเดือน
 เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง
 คือพระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑
 หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑
 กึ่งเดือนยกไว้
 ภิกษุ ผู้หนึ่งผู้ใด
 เจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้
 ตลอด ๗ วัน
 เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง
 คือ พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑
 หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑ ๫
 ดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก
 เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์
 เพื่อล่วงความโศกและปริเทวะ
 เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์โทมนัส
 เพื่อบรรลุธรรมที่ถูกต้อง
 เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน
 หนทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ ฉะนี้แล
 คำที่เรากล่าวตั้งพรรณนามา ฉะนี้ เราอาศัยเอกาย
 มรรคกล่าวแล้ว
 พระผู้มีพระภาคตรัสพระพุทฺพพจนั้แล้ว
 พระภาคแล้ว ฉะนี้แล. ^{๗๘}

^{๗๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๐๐/๒๓๓, ที.ม. (บาลี) ๑๐/๔๐๕/๒๕๒.

๒.๕ วิธีทำสติปัฏฐาน ๔ วิชา ๘ และวิมุตติให้บริบูรณ์

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า^{๗๙} “โพชฌงค์ ๗ ประการที่บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ทำวิชา และวิมุตติให้บริบูรณ์ สติปัฏฐาน ๔ ประการที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วทำโพชฌงค์ ๗ ประการ ให้บริบูรณ์ สุจริต ๓ ประการที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วทำสติปัฏฐาน ๔ ประการให้บริบูรณ์ อินทรีย์สังวรที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วทำสุจริต ๓ ประการให้บริบูรณ์”

อินทรีย์สังวรที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงทำสุจริต ๓ ประการให้ บริบูรณ์ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เห็นรูปที่น่าชอบใจทางตาแล้ว ไม่หลงใหล ไม่เพลิดเพลिनรูปที่ น่าชอบใจ ไม่ให้เกิดความกำหนัด กายของเธอก็งที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้น ดีแล้ว หนึ่ง เธอเห็นรูปที่ไม่น่าชอบใจทางตาแล้ว ก็ไม่เก้อเขิน มีจิตไม่ติดอยู่ ไม่เสียใจ มีใจไม่ พยาบาท ทั้งกายของเธอก็งที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้ว

อีกประการหนึ่ง ภิกษุฟังเสียงทางหู ฯลฯ ดมกลิ่นทางจมูก ... ลิ้มรสทางลิ้น... ถูกต้อง โภกฐัพพะทางกาย.. รู้แจ้งธรรมารมณ์ที่น่าชอบใจทางใจแล้ว ไม่หลงใหลไม่เพลิดเพลिन ไม่ให้ เกิดความกำหนัด กายของเธอก็งที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้ว หนึ่ง เธอรู้ แจ้งธรรมารมณ์ที่ไม่น่าชอบใจทางใจแล้ว ก็ไม่เก้อเขิน มีจิตไม่ติดอยู่ ไม่เสียใจ มีใจไม่พยาบาท ทั้งกายของเธอก็งที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้ว

เพราะเหตุที่ภิกษุเห็นรูปทางตาแล้ว มีกายคงที่ และมีจิตที่คงที่ในภายใน มั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้วในรูปทั้งที่น่าชอบใจและไม่น่าชอบใจ ฟังเสียงทางหู ฯลฯ ดมกลิ่นทางจมูก... ลิ้มรส ทางลิ้น ... ถูกต้อง โภกฐัพพะทางกาย.. รู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้ว มีกายคงที่ และมีจิตที่คงที่ใน ภายในมั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้วในธรรมที่น่าชอบใจและไม่น่าชอบใจ

อินทรีย์สังวรที่บุคคลเจริญอย่างนี้แล ทำให้มากแล้วอย่างนี้ จึงทำสุจริต ๓ ประการให้ บริบูรณ์ สุจริต ๓ ประการนั้นที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงทำสติปัฏฐาน ๔ ประการให้บริบูรณ์ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ละกายทุจริต เจริญกายสุจริต ละวจีทุจริต เจริญวจี สุจริต ละมโนทุจริต เจริญมโนสุจริต

สติปัฏฐาน ๔ ประการที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงทำโพชฌงค์ ๗ ประการให้บริบูรณ์ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มี สัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ฯลฯ พิจารณาเห็นจิตในจิต ฯลฯ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งหลายอยู่ มีความ เพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ สติปัฏฐาน ๔ ประการที่บุคคล เจริญอย่างนี้แล ทำให้มากแล้วอย่างนี้ จึงทำโพชฌงค์ ๗ ประการให้บริบูรณ์

^{๗๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๘๗/๑๒๐.

โพชฌงค์ ๗ ประการที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์ คือ ฝึกฝนในธรรมวินัยนี้

๑. เจริญสติสัมโพชฌงค์อันอาศัยวิเวก(ความสงบ) อาศัยวิราคะ (ความคลายกำหนัด) อาศัยนิโรธ(ความดับ) น้อมไปในโอสถคคะ(ความสละคืน)

๒. ย่อมเจริญมัทธิยสัมโพชฌงค์ ...

๓. ย่อมเจริญวิริยสัมโพชฌงค์ ...

๔. ย่อมเจริญปีติสัมโพชฌงค์ ...

๕. ย่อมเจริญปัสสทธิสัมโพชฌงค์ ...

๖. ย่อมเจริญสมาธิสัมโพชฌงค์ ...

๗. ย่อมเจริญอุเบกขาสัมโพชฌงค์อันอาศัยวิเวก อาศัยวิราคะ อาศัยนิโรธ น้อมไปในโอสถคคะ

โพชฌงค์ ๗ ประการที่บุคคลเจริญอย่างนี้แล ทำให้มากแล้วอย่างนี้ จึงทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์”^{๕๐}

๒.๖ อาหารของวิชาและวิมุตติ

สภาพที่นำมาซึ่งผล เรียกว่าอาหาร ดังที่คัมภีร์อรรถกถาอธิบายว่า อุตฺตโน ผล อาหาร ตีติ อหาโร^{๕๑} ชื่อว่า อาหาร เพราะนำมาซึ่งผลแก่ตน

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสอธิบายหลักธรรมที่เป็นเหตุนำมาซึ่งวิชาและวิมุตติไว้ว่า

“อะไรเล่าเป็นอาหารของวิชาและวิมุตติ”^{๕๒} ควรตอบว่า ‘โพชฌงค์ ๗’

แม้โพชฌงค์ ๗ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของโพชฌงค์ ๗ ควรตอบว่า ‘สติปัฏฐาน ๔’

แม้สติปัฏฐาน ๔ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของสติปัฏฐาน ๔ ควรตอบว่า ‘สุจจริต ๓’

แม้สุจจริต ๓ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของสุจจริต ๓ ควรตอบว่า ‘ความสำรวมอินทรีย์’

แม้ความสำรวมอินทรีย์ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของความสำรวมอินทรีย์ ควรตอบว่า ‘สติสัมปชัญญะ’

แม้สติสัมปชัญญะ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหาร

^{๕๐} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๙๒/๑๐๙-๑๑๐.

^{๕๑} ขุททกนิกายกฎกถา จุฬนิกายเทสวณฺณนา (สทฺธมฺมปชฺโชติกา) - หน้า ๖๐.

^{๕๒} วิชาและวิมุตติ ในที่นี้หมายถึงผลญาณ และสัมปยุตตธรรมที่เหลือ อัง.ทสก.อ. (บาลี) ๓/๖๑-๖๒/๓๕๒.

ของสติสัมปชัญญะ ควรตอบว่า ‘การมนสิการโดยแยกกาย’

แม้การมนสิการโดยแยกกาย เราก็กล่าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่าไม่มีอาหารอะไรเล่า เป็นอาหารของการมนสิการโดยแยกกาย ควรตอบว่า ‘ศรัทธา’

แม้ศรัทธา เราก็กล่าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่าไม่มีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของ ศรัทธา ควรตอบว่า ‘การฟังสังฆธรรม’

แม้การฟังสังฆธรรม เราก็กล่าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่าไม่มีอาหาร อะไรเล่าเป็น อาหารของการฟังสังฆธรรม ควรตอบว่า ‘การคบสัตบุรุษ’

การคบสัตบุรุษที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้การฟังสังฆธรรมบริบูรณ์ การฟังสังฆธรรมที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ศรัทธาบริบูรณ์ ศรัทธาที่บริบูรณ์ย่อมทำให้การมนสิการโดยแยกกายบริบูรณ์ การ มนสิการโดยแยกกายที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สติสัมปชัญญะบริบูรณ์ สติสัมปชัญญะที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ความสำรวมอินทรีย์บริบูรณ์ ความสำรวมอินทรีย์ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สุจริต ๓ บริบูรณ์ สุจริต ๓ ที่บริบูรณ์ย่อมทำให้สติปัฏฐาน ๔ บริบูรณ์ สติปัฏฐาน ๔ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำ ให้โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์ โพชฌงค์ ๗ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้วิชชาและวิมุตติบริบูรณ์^{๕๓}

การคบสัตบุรุษย่อมทำให้การฟังสังฆธรรมบริบูรณ์

สัตบุรุษ คือ บุคคลผู้มีสัมมาทิฐิ มีสัมมาสังกัปปะ มีสัมมาวาจา มีสัมมากัมมันตะ มี สัมมาอาชีวะ มีสัมมาวายามะ มีสัมมาสติ มีสัมมาสมาธิ^{๕๔}

สัตบุรุษ คือ บุคคลผู้เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ ๗๗ เป็นผู้ไม่เพ่งเล็งอยากได้ของเขา เป็นผู้มีจิตไม่พยายาบท เป็นสัมมาทิฐิ บุคคลนี้เรียกว่า สัตบุรุษ^{๕๕}

สัตบุรุษที่ยิ่งกว่าสัตบุรุษ คือ บุคคลบางคนในโลกนี้ตนเองเป็นผู้มีสัมมาทิฐิและ ชักชวนผู้อื่นให้มีสัมมาทิฐิ ตนเองเป็นผู้มีสัมมาสังกัปปะและชักชวนผู้อื่นให้มีสัมมาสังกัปปะ ตนเองเป็นผู้มีสัมมาวาจาและชักชวนผู้อื่นให้มีสัมมาวาจา ตนเองเป็นผู้มีสัมมากัมมันตะและ ชักชวนผู้อื่นให้มีสัมมากัมมันตะ ตนเองเป็นผู้มีสัมมาอาชีวะและชักชวนผู้อื่นให้มีสัมมาอาชีวะ ตนเองเป็นผู้มีสัมมาวายามะและชักชวนผู้อื่นให้มีสัมมาวายามะ ตนเองเป็นผู้มีสัมมาสติและ ชักชวนผู้อื่นให้มีสัมมาสติ ตนเองเป็นผู้มีสัมมาสมาธิและชักชวนผู้อื่นให้มีสัมมาสมาธิ บุคคลนี้ เรียกว่า สัตบุรุษที่ยิ่งกว่าสัตบุรุษ^{๕๖}

^{๕๓} อัง.ทสก.(ไทย) ๒๔/๖๑/๑๓๖.

^{๕๔} ตูรายละเอียดยใน ส.มหา.(ไทย) ๑๗/๒๕/๒๗.

^{๕๕} อัง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๒๐๔/๓๒๔.

^{๕๖} อัง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๒๐๕/๓๒๖.

พระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย และสาวกของพระตถาคตทั้งหลาย บัณฑิตพึงทราบว่าเป็น**สัตบุรุษ** เพราะพระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย และสาวกของพระตถาคตทั้งหลายเหล่านั้น ชื่อว่าเป็นบุรุษผู้งดงาม เพราะประกอบด้วยคุณอันเป็นโลกุตตระ เหตุนั้น จึงชื่อว่า**สัตบุรุษ**

อีกนัยหนึ่ง สัตบุรุษเหล่านั้นทั้งหมด ท่านกล่าวแยกเป็น ๒ จำพวก แท้จริง พระพุทธเจ้าทั้งหลายก็ดี พระปัจเจกพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายก็ดี เป็นทั้งพระอริยะ เป็นทั้งสัตบุรุษ เหมือนที่ท่านกล่าวไว้ว่า

บุคคลใดแล เป็นคนกตัญญูกตเวที เป็นปราชญ์ มีกัลยาณมิตร

และมีความภักดีมั่นคง ช่วยกระทำกิจของมิตรที่ตกยากด้วยความเต็มใจ

บัณฑิตเรียกคนเช่นนั้นว่า สัตบุรุษ^{๕๗}

สัตบุรุษประกอบด้วยคุณอันเป็นโลกุตตระ คำสอนของท่านเหล่านั้นล้วนแล้วแต่เป็นแนวทางเพื่อให้สัตว์ทั้งหลายได้เข้าถึงความพ้นทุกข์ ให้พิจารณาเห็นความจริงของสังขารว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เมื่อพิจารณาเห็นโทษของสังขาร ก็จะเกิดความเบื่อหน่าย คลายความยินดีในสังขาร จิตใจก็จะนุ่มไปในธรรม อันเป็นที่ดับขันธ์ คือพระนิพพาน คำสอนของสัตบุรุษ

การฟังศีลธรรมที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ศรัทธาบริบูรณ์

การฟังศีลธรรมนั้น ก็ย่อมก่อให้เกิดอานิสงส์หรือผลที่จะได้รับอยู่ ๕ ประการ ดังนี้

๑. ย่อมได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยได้ฟังมาก่อน (อสุตฺตํ สฺขนาติ)
๒. ย่อมเข้าใจชัดเจนยิ่งขึ้นในสิ่งที่ได้ฟังแล้ว (สุตฺตํ ปริโยทเปติ)
๓. ย่อมบรรเทาความสงสัยในเรื่องต่าง ๆ ได้ (กมฺภี วิหนติ)
๔. ย่อมทำความเห็นให้ตรง (ถูกต้อง) ได้ (ทิกฺขสิ อุกฺกโรติ)
๕. จิตของผู้ฟังย่อมเลื่อมใส (จิตตสุสฺส ปสฺสิทติ)^{๕๘}

ศีลธรรม หมายถึงธรรมอันดีหรือศาสนา มี ๓ ประการ คือ^{๕๙}

๑. ปริยัติศีลธรรม ได้แก่หลักธรรมคำสั่งสอนอันเป็นสาระด้านเนื้อหาของพุทธปรัชญาเถรวาทที่พระพุทธเจ้าได้ทรงวางไว้เป็นแบบแผนอย่างบริสุทธิบริบูรณ์ เปรียบได้กับแผนที่

๒. ปฏิบัติศีลธรรม คือการที่สามิภรรยาเอาหลักธรรมที่ได้เล่าเรียนแล้วนั้นมาฝึกหัดปฏิบัติขัดเกลากาย วาจา และใจ ให้เกิดความตั้งงาม ความสงบเยือกเย็นในระดับต่าง ๆ ให้เข้าถึงชีวิตคู่ที่ประเสริฐ เปรียบเหมือนสามิภรรยาเดินไปตามแผนที่ แต่ถ้าสามิภรรยาผู้ใดเดิน

^{๕๗} พุ.ชา. (ไทย) ๒๗/๗๘/๖๐๘

^{๕๘} อัง. ปญจก. (บาลี) ๒๒ / ๒๐๒ / ๒๗๖.

^{๕๙} วิ.อ. (บาลี) ๒/๔๓๘/๔๒๕.

ออกนอกเส้นทางสามีภรรยานั้นก็หลงทาง ทางเดินของสามีภรรยาที่ถูกต้องก็คือการอบรมกาย วาจาและใจ

๓.อริยมรรคหรือปฏิบัติธรรมหรือปฏิบัติธรรม คือผลสัมฤทธิ์ที่สามีภรรยาจะพึงได้รับจากการศึกษาและปฏิบัติธรรมนั้น ๆ ตามสมควรแก่เหตุปัจจัย^{๙๐}

ปัญญาเกิดขึ้นจากการฟังจากผู้อื่น ที่เรียกว่า “สุตมยปัญญา” ซึ่งอาจรวมไปถึง การศึกษาเล่าเรียน จนได้กัมมัฏกตาญาณ หรือสัจจानุโลมิกญาณ อันหมายถึง ญาณอัน เป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้อริยสัจทั้ง ๔ ดังที่กล่าวมาแล้วในข้อที่หนึ่งนั้น ปัญญาเช่นนี้ เรียกว่าปัญญาที่เกิดขึ้นเพราะการฟัง ในการฟังเพื่อให้เกิดความรู้ หรือปัญญานั้น ผู้ฟังต้อง ปฏิบัติด้วยดีจึงจะเกิดปัญญาได้ ต้องรักษามารยาทในการฟัง คือมีความตั้งใจสนใจอย่างมี สติ เอาใจใส่จดจ่ออยู่กับเรื่องที่ฟังตั้งแต่ต้นจนจบเรื่อง โดยต้องพิจารณาใคร่ครวญตาม เรื่องราวที่ตนได้ฟังนั้นอย่างละเอียดรอบคอบ

เมื่อได้ฟังคำสอนของ สัตบุรุษแล้ว ก็เป็นเหตุให้เกิดโยนิโสมนสิการ คือการกระทำไว้ในใจ โดยอุบายที่ถูกทาง คือ ให้ถูกต้องตรงกับความเป็นจริง ในสังขารทั้งหลายว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน

ศรัทธาที่บริบูรณ์ย่อมทำให้การมนสิการโดยแยบคายบริบูรณ์

คำว่า “ศรัทธา” แปลว่า “ทรงไว้พร้อม” หมายความว่า ความเชื่อมั่นในประโยชน์ของ ตนที่กระทำอยู่ เมื่อกระทำอะไรก็ตามต้องมีความเชื่อมั่นเป็นปัจจัยสำคัญ ถ้าเรามีศรัทธาและมีความเข้าใจในงานที่ทำ มีความเชื่อมั่นในคุณค่าของงานนั้น งานที่เรากระทำก็จะมี ความก้าวหน้า

ศรัทธา เป็นหลักสำคัญประการแรกในคำสอนของพระพุทธเจ้า ผู้ที่จะปฏิบัติวิปัสสนาจนบรรลุมรรค ผล นิพพานได้ จะต้องปฏิบัติให้ก้าวหน้าในวิปัสสนาญาณแต่ละระดับ วิธีที่ช่วยให้มีความก้าวหน้าในการเจริญวิปัสสนาก็คือการปรับอินทรีย์ให้แก่กล้าและสมดุลงขึ้นไปเรื่อย ๆ เมื่อศรัทธาอินทรีย์ตั้งมั่นอย่างแก่กล้าแล้วก็จะส่งผลหนุนเนื่องให้อินทรีย์อื่นๆ ตั้งมั่นและแก่กล้าขึ้นตามไปด้วย เพราะอินทรีย์ทั้ง ๕ นี้ส่งผลเป็นปัจจัยต่อเนื่องกัน กล่าวคือ ศรัทธาทำให้เกิดความเพียร ความเพียรช่วยให้สติมั่นคง เมื่อสติมั่นคงแล้ว กำหนดอารมณ์ก็จะได้สมาธิ เมื่อมีสมาธิดีแล้วก็จะเกิดความเข้าใจมองเห็นซึ่งถึงโทษของอวิชชาตัณหาที่เป็นเหตุแห่งการเวียนว่ายตายเกิด มองเห็นคุณค่าของนิพพาน ซึ่งเป็นภาวะปราศจากความมืดแห่งอวิชชาและความทึบมัวแห่งตัณหา สงบประณีตดีเยี่ยม ครั้นเมื่อรู้ชัดเข้าใจแจ่มแจ้งด้วยตนเองแล้ว ก็จะมี

^{๙๐} คณะกรรมการแผนกตำรา, มหามกุฏราชวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, สมณุต ปาสาทิกานาม วินยฎกถา ปจโม ภาค, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๒๖๔.

ศรัทธาที่เป็นศรัทธาอย่างยิ่งหรือยิ่งกว่าศรัทธา หมุนเวียนกลับเป็นสัทธินทรีย์อีก^{๑๑}

พระพุทธศาสนาปลูกฝังให้มีความเชื่อที่มีเหตุผล โดยให้เชื่อในสิ่งเหล่านี้ คือ

๑. ตถาคตโพธิสัตถา (เชื่อปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า) มั่นใจในองค์พระตถาคตว่า ทรงเป็นพระสัมมาสัมพุทธะ ทรงพระคุณทั้ง ๙ ประการ ตรัสธรรมบัญญัติวินัยไว้ด้วยดี ทรงเป็นผู้นำทางที่แสดงให้เห็นว่า มนุษย์เราทุกวันนี้หากฝึกตนด้วยดีก็สามารถเข้าถึงภูมิธรรมสูงสุด บริสุทธิหลุดพ้นได้ดังที่พระองค์ทรงบำเพ็ญไว้เป็นแบบอย่าง

๒) กัมมสัทธา เชื่อกฎแห่งกรรม เชื่อว่ากรรมมีอยู่จริง คือเชื่อว่าทำอะไรโดยมีเจตนา คือจงใจทำทั้งรู้ หรือไม่รู้ ย่อมเป็นกรรม ความชั่วหรือความดีที่ทำแล้วต้องมีผล และผลดีผลชั่ว ต้องมีเหตุ ผลดีเกิดจากกรรมดี ผลชั่วเกิดจากกรรมชั่ว ที่มีขึ้นในตน เป็นเหตุเป็นปัจจัย ก่อให้เกิดผลดีร้ายสืบเนื่องต่อไป การกระทำไม่ว่างเปล่า และเชื่อว่าที่ต้องการจะสำเร็จได้โดยการกระทำ มิได้ด้วยการอ้อนวอนหรือนอนคอยโชค เป็นต้น

๓. วิปากสัทธา (เชื่อวิบาก) เชื่อผลของกรรม เชื่อว่าผลของกรรมมีจริง คือ เชื่อว่ากรรมที่ทำแล้วต้องมีผล และผลต้องมีเหตุ ผลดีเกิดจากกรรมดี ผลชั่วเกิดจากกรรมชั่ว

๔. กัมมัตสกตาสัทธา (เชื่อความที่สัตว์มีกรรมเป็นของตน) เชื่อว่าแต่ละคนเป็นเจ้าของ จะต้องรับผิดชอบเสวยวิบากเป็นไปตามกรรมของตน

การมนสิการโดยแยบคายที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สติสัมปชัญญะบริบูรณ์

โยนิโสมนสิการ หมายถึงการทำให้เข้าใจโดยถูกต้อง โดยถูกต้อง^{๑๒}

โยนิโสมนสิการ เป็นธรรมอย่างเอก ที่เป็นเหตุให้ธรรมต่างๆ อันเป็นกุศล ที่ยังไม่เกิดขึ้นได้เกิดขึ้น และทำให้ละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว พระพุทธเจ้าได้ตรัสยกย่องว่า “โยนิโสมนสิการ เป็นธรรมอย่างเอก”^{๑๓} ไว้ในที่หลายแห่ง เช่น

- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก กั้นวิจิกิจฉาไม่ให้เกิดขึ้นและละวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้น
- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก ที่เป็นเหตุทำให้เกิดกุศลธรรมและละอกุศลธรรม
- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก เป็นเหตุทำให้โพชฌงค์เกิดขึ้นและเจริญบริบูรณ์
- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างใหญ่
- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก ที่เป็นไปเพื่อความดำรงมั่นแห่งพระสัทธรรม

โยนิโสมนสิการนี้ เป็นปัจจัยภายในที่สำคัญในกระบวนการพัฒนาปัญญา ในระดับขั้น ลึกซึ่ง ยิ่งขึ้นไปในภายในจิตใจ ช่วยส่งเสริมทำให้เกิดสัมมาทิฐิ และปัญญาระดับโลกุตระซึ่ง เรียกว่า ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ ความเห็นชอบของบุคคลผู้มีจิต

^{๑๑} ส.ม.ห. (ไทย) ๑๘/๕๒๐/๓๓๓

^{๑๒} ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๕/๗๑

^{๑๓} อ.จ. (ไทย) ๒๐/๒๑/๕ , ๖๘/๑๕, ๗๖/๑๗ .

ไกลจากข้าศึกคือกิเลส มีจิตหาอาสวะมิได้(อนาสวะ) ถึงพร้อมด้วยอริยมรรค ปฏิบัติตามอริยมรรคอยู่ และโยนิโสมนสิการนี้

สติสัมปชัญญะที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ความสำรวมอินทรีย์บริบูรณ์

สติ แปลว่า ความระลึกได้หมายรู้ในสิ่งนั้น ๆ หรือในธรรมนั้น ๆ โดยจิตเป็นเครื่องกำหนดระลึกได้ทั้งในเรื่องที่เป็นอดีตที่ผ่านมา ทั้งในเหตุการณ์ปัจจุบันที่กำลังคิดอยู่ พุดอยู่ในเรื่องนั้น ๆ และสติยังเป็นเครื่องคอยเตือนใจอยู่เสมอเมื่ออารมณ์ต่าง ๆ เข้ามาทางอายตนะทั้ง ๖ ใจเข้าก็ระลึกได้อยู่ตลอด

สัมปชัญญะ แปลว่า ความรู้สึกตัว เช่น ในขณะที่คิด พุด และการกระทำที่มีความรู้สึกตัวทั่วพร้อมอยู่เสมอโดยไม่ปล่อยใจไปที่อื่น

สติสัมปชัญญะเป็นหลักธรรมที่มีอุปการะมากที่จะส่งผลให้บุคคลผู้ประพฤติปฏิบัติธรรมได้รู้แจ้งแทงตลอดซึ่งมรรคผลได้ง่าย การที่บุคคลเจริญสติสัมปชัญญะให้มีในตนอยู่ตลอดนั้นคุณธรรมอื่น ๆ เช่น หิริ และโอตตัปปะที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นตามลำดับ และเพื่อเป็นปทัฏฐานในการพัฒนาจิตได้สูงขึ้นตามลำดับจนถึงการสำรอกราคะออกไปได้และสามารถทำลายอาสวะกิเลสให้หมดไปได้^{๕๓}

ความสำรวมอินทรีย์ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สุจริต ๓ บริบูรณ์

ความสำรวม คือ ความมีสติระวัง การปิดกั้นอกุศลไม่ให้เกิดขึ้นทางทวารทั้ง ๖^{๕๔}

อินทรีย์สังวร หรือคัมครองทวารอินทรีย์ หมายถึง การสำรวมอินทรีย์ คือ ระวังไม่ให้บาปอกุศลธรรมครอบงำจิตใจ เมื่อรับรู้อารมณ์ด้วยอินทรีย์ ๖ ในขั้นนี้เป็นการควบคุมการรับรู้เมื่อติดต่อกว้างขวางกับโลกทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เป็นการควบคุมตามกฎเกณฑ์หรือมาตรฐานภายนอก การควบคุมที่วามันโดยสาระแล้วเป็นการระมัดระวังในขณะที่ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นได้ลิ้มรส กายได้สัมผัส และจิตใจคิดสิ่งต่างๆ อย่างใดอย่างหนึ่งหรือพร้อมกันหลาย ๆ อย่างก็ได้ โดยระมัดระวังไม่ให้หมายรู้หรือยึดถือเป็นสาระ ไม่ว่าจะโดยการตีความเอาจากลักษณะทั่วไป หรือลักษณะเฉพาะ เพราะถ้าไม่ระมัดระวังแล้ว ถ้าหมายรู้เอาว่าเป็นตัวตน ก็จะผลอใจไปตามความชอบความชัง ก็จะทำให้ความดีใจ เสียใจครอบงำจิตใจเอาได้ การระมัดระวังนี้ทำได้โดยตั้งสติกำหนดรู้อารมณ์ หลักการสำคัญคือ ไม่ถืออนิมิต ไม่ถืออณุปัญญาณะ^{๕๕}

^{๕๓} อ.จ. ทสก. (ไทย) ๒๓/๘๐/๔๐๕/๔๐๖.

^{๕๔} อ.จ.จก.อ. (บาลี) ๓/๕๘/๑๓๙.

^{๕๕} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๘/๒๓.

สุจริต ๓ ที่บริบูรณ์ย่อมทำให้สติปัฏฐาน ๔ บริบูรณ์^{๑๖}

๑) กายสุจริต ๓ คือ การประพฤติดีทางกาย ได้แก่

๑.๑. ปาณาติปาตา เวรมณี เจตนาเว้นจากการฆ่าสัตว์ การบีบคั้นเบียดเบียน มีเมตตากรุณาช่วยเหลือเกื้อกูลสงเคราะห์กัน

๑.๒. อทินนาทานา เวรมณี เจตนาเว้นจากการลักทรัพย์ และการเอาไร้อาเปรียบเปรียบ เคารพสิทธิในทรัพย์สินของกันและกัน

๑.๓. กาเมสุ มิจฉาราวา เวรมณี เจตนาเว้นจากการล่วงละเมิดในของรักของหวงของผู้อื่นไม่ข่มเหงจิตใจทำลายลบลู่เกียรติและวงศ์ตระกูลของกันและกัน

๒) วีสุจริต ๔ คือ การประพฤติทางวาจา ได้แก่

๒.๑. มุสาวาทา เวรมณี เจตนาเว้นจากการพูดเท็จโกหกหลอกลวง กล่าวแต่คำสัตย์ ไม่จงใจจะพูดให้ผิดจากความจริงเพราะเห็นแก่ประโยชน์ใด ๆ

๒.๒. ปิสุนวากาย เวรมณี เจตนาเว้นจากการพูดส่อเสียดหรือยุยงให้แตกแยก พูดแต่คำที่สมานส่งเสริมสามัคคี

๒.๓. ผรุสวากาย เวรมณี เจตนาเว้นจากการพูดคำหยาบคายสกปรกเสียหาย พูดแต่คำสุภาพนุ่มนวลชวนฟัง

๒.๔. สัมผัสปลลาปา เวรมณี เจตนาเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อเหลวไหล พูดแต่คำจริงมีเหตุมีผลมีสาระประโยชน์และถูกกาลเทศะ

๓) มโนสุจริต ๓ คือ การประพฤติดีทางใจ ได้แก่

๓.๑. อนภิชฌา ไม่คิดโลภอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตน ไม่เพ่งเล็งคิดหาทางเอาแต่จะได้อะไร คิดให้ คิดเสียสละทำจิตใจให้ผ่องแผ้วว่างขวาง

๓.๒. อพยาปาทะ ไม่คิดพยาบาทปองร้ายเบียดเบียนผู้อื่น หรือเพ่งเล็งมองในแง่ที่จะทำลาย ตั้งความปรารถนาดีแต่ไม่ตรี มุ่งให้เกิดประโยชน์สุขแก่กัน

๓.๓. สัมมาทิฏฐิ เห็นถูกต้องตามคลองธรรม เข้าใจในหลักกรรมว่าทำดีมีผลดี ทำชั่วมีผลชั่ว รู้เท่าทันความเป็นไปธรรมดาของโลกและชีวิตตามเหตุปัจจัย^{๑๗}

สติปัฏฐาน ๔ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์

โพชฌงค์ ๗ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้วิชชาและวิมุตติบริบูรณ์ (ดูรายละเอียดในบทที่ ๖)

^{๑๖} ที่.ปา.อ. (บาลี) ๑/๒๐๓/๑๑๒.

^{๑๗} ที่. ปา. (ไทย) ๑๑/๔๗๑/๓๓๖.

บทที่ ๓

อรรถาธิบายมหาสติปัฏฐานสูตร

๓.๑ ลำดับคัมภีร์ในพุทธศาสนาเถรวาท

คัมภีร์ในพุทธศาสนาเถรวาท มี ๕ ระดับ

๑. คัมภีร์พระไตรปิฎก หมายถึง คัมภีร์ที่บันทึกพระพุทธพจน์ไว้
๒. คัมภีร์อรรถกถา หมายถึง คัมภีร์ที่อธิบายพระไตรปิฎก
๓. คัมภีร์ฎีกา(มูลฎีกา) หมายถึง คัมภีร์ที่อธิบายอรรถกถา
๔. คัมภีร์อนุฎีกา หมายถึง คัมภีร์ที่อธิบายมูลฎีกา, ฎีกา
๕. คัมภีร์คันทันตระ หมายถึง คัมภีร์อื่น ๆ นอกจากนี้

๓.๑.๑ คัมภีร์พระไตรปิฎก

ถาม : เราจะรู้ได้อย่างไรว่า เมื่อ ๒๕๐๐ ปีก่อนพระพุทธเจ้าตรัสสอนอะไรไว้บ้าง

ถาม : ในสมัยพระพุทธเจ้า มีพระอรหันต์รูปหนึ่งไม่ยอมลงอุโบสถด้วยเข้าใจว่าหมดกิจที่จะต้องทำแล้ว^๑ และมีพระอรหันต์มากมายในสมัยนั้นที่แสดงธรรมใด ๆ ไม่ได้เลย ในเมื่อพระอรหันต์ในสมัยพระพุทธเจ้ายังมีข้อบกพร่องถึงเพียงนี้ แล้วเราจะมั่นใจได้อย่างไรว่าสิ่งที่พระอริยเจ้าท่านสอนกันในปัจจุบันนี้จะถูกต้องไปเสียทั้งหมด..เราจะตรวจสอบความถูกต้องของคำสอนได้โดยวิธีใด?



ตอบ : ตรวจสอบจากข้อความที่บันทึกอยู่ในพระคัมภีร์ ...เพียงเท่านั้น !

ก่อนปรินิพพาน พระพุทธเจ้าได้ตรัสทำนองสั่งเสียกับพระอานนท์ว่า เมื่อพระองค์ปรินิพพานสว่างลับไปแล้ว จะไม่ทรงตั้งภิกษุรูปใดแทนพระองค์ หากแต่ให้ชาวพุทธทั้งหลายยึดพระธรรมวินัยเป็นศาสดาแทนพระองค์ ดังพระพุทธพจน์ว่า "โย โว อานนท มยา ธมโม จ วินโย จ เทสิโต ปญญุตโต โส โว มมจฺเจเน สตุถา"^๒ แปลว่า ดูก่อนอานนท์ ธรรมและวินัยใดที่เราได้แสดงแล้วและบัญญัติแล้วแก่เราทั้งหลาย ธรรมและวินัยนั้น เป็นศาสดาของเราทั้งหลาย

^๑ วิ.มหา. (ไทย) ๔/๑๓๗/๒๑๔.

^๒ ที.มหา.(บาลี) ๑๐/๒๑๖/๑๓๔.

โดยกาลที่เราล่วงลับไป

หลังปรินิพพาน ๓ เดือน พระอรหันตสาวก ๕๐๐ รูป นำโดยพระมหากัสสปะเถระได้ร่วมกันประชุมทำสังคายนา คือ ดำเนินการรวบรวมพระดำรัสของพระพุทธเจ้า จัดเป็นหมวดหมู่ ในตอนต้นคือตั้งแต่ครั้งพุทธกาล คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามิได้เรียกว่า “พระไตรปิฎก” แต่เรียกว่าพระธรรมวินัยบ้าง พระสัทธรรมบ้าง ปาพจน์บ้าง สัตถุศาสน์บ้าง พระบาลีบ้าง^๓ สุตตะบ้าง แม้หลังพุทธปรินิพพานก็ยังไม่เรียกว่าพระไตรปิฎก คงเรียกว่าพระธรรมวินัย เช่น การสังคายนา ครั้งที่ ๑-๔ ยังคงเรียกว่า “สังคายนาพระธรรมวินัย” ได้เรียกว่า “พระไตรปิฎก” เมื่อสังคายนาครั้งที่ ๕ พ.ศ. ๔๕๐ ณ ประเทศศรีลังกา โดยได้จารึกลงในใบลานซึ่งได้แบ่งพระธรรมวินัยเป็น ๓ หมวด จึงได้เรียกว่า “พระไตรปิฎก” ตั้งแต่นั้น^๔

คัมภีร์บาลีดั้งเดิม พระพุทธพจน์อยู่ในลักษณะการท่องจำ แล้วบอกกันต่อๆ มา ด้วยมุขปาฐะ^๕ เมื่อมีการจารึกลงในใบลานจึงเกิดคัมภีร์ขึ้นเป็นครั้งแรก เรียกว่า บาลีพระไตรปิฎก

^๓ คำว่า บาลี มาจากคำว่า ปาลี ซึ่งวิเคราะห์มาจาก ปาล ชาติ ในความรักษา ลง ณี ปัจจัย มีรูปวิเคราะห์ว่า พุทธวจน ปาเลตตี ปาลี(ภาษา) แปลโดยพยัญชนะว่า ภาษาโดยยอมรับรักษาไว้ซึ่งพระพุทธวจนะ เพราะเหตุนั้น ภาษานั้นชื่อว่า ปาลี แปลโดยอรรถว่า ภาษาที่รักษาไว้ซึ่งพระพุทธวจนะ

^๔ ฉลาด บุญลอย. *ประวัติวรรณคดีบาลี*. พระนคร ; มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๖.

^๕ การสืบทอดกันมาโดยมุขปาฐะ คือ การท่องจำสืบทอดกันมา (Oral Tradition) จนถึงสังคายนาครั้งที่ ๕ ในลังกาทวีป มีผู้สงสัยว่า สมัยพุทธกาลคนไม่รู้จักการเขียนหนังสือหรืออย่างไร? จึงไม่ปรากฏว่ามีตำรับตำราจารึกไว้เป็นหลักฐาน พระมหาเสฐียรพงษ์ ปุณณวณโณ ได้ประมวลทัศนะนี้ไว้ในหนังสือ *ภาษาศาสตร์ภาษาบาลี* ไว้ว่า

ความจริงการเขียนหนังสือมีมาก่อนพุทธกาลแล้ว ในพระไตรปิฎกเองก็มีข้อความเกี่ยวกับการขีดเขียน เช่น ทรงห้ามภิกษุเล่นเกม *“อักษริกา”* การทายอักษรในอากาศ ในบทสนทนาภายในครอบครัว พ่อแม่ปรารถนาจะให้บุตรเรียนวิชาอะไรดี ถ้าจะให้เรียนเขียนหนังสือ บุตรก็อาจยังซีพอยได้อย่างสบาย แต่ก็อาจเจ็บนิ้วมือ ถ้าภิกษุเขียนหนังสือพรรณนาคุณของอัตตวินิบาตกรรม (การฆ่าตัวตายเอง) ปรับทุกกฎทุกตัวอักษร ถ้ามีผู้อ่านพบข้อความนั้นเข้าเห็นดีเห็นงามด้วย แล้วฆ่าตัวตายตามนั้นปรับอาบัติปาราชิก หลักฐานเหล่านี้แสดงว่าอักษรหรือการเขียนมีมาก่อนสมัยพระพุทธเจ้าแล้ว แต่ที่พระพุทธองค์ไม่นิยมใช้ทรงให้ใช้วิธีมุขปาฐะแทน น่าจะทรงเห็นประโยชน์อันสงบงามอย่าง แต่ข้อที่น่าคิดอยู่อย่างคือ วิธีเรียนด้วยมุขปาฐะนี้ นอกจากจะสร้างสัมพันธภาพอย่างใกล้ชิดระหว่างผู้เรียนและผู้สอนแล้ว ยังเป็นการสร้างสมาธิฝึกจิตของผู้เรียนไปในตัวด้วย นักปราชญ์ยุคก่อนที่มีความคิดเช่นนี้ก็ไม่น้อย *เปลโต้* เคยกล่าวไว้ว่า “การคิดอักษรขึ้นใช้แทนการท่องจำ ทำให้มนุษย์ขาดอานุภาพแห่งความทรงจำ คือแทนที่จะจดจำจากอินทรีย์ภายในต้องอาศัยสัญลักษณ์นอกเข้าช่วย”

พระมหาเสฐียรพงษ์ ปุณณวณโณ *ภาษาศาสตร์ภาษาบาลี, ชุตวรรณวิทยากร, กรุงเทพฯ* วัฒนาพานิช, ๒๕๑๔.

พระไตรปิฎก หมายถึงคัมภีร์ที่บันทึกพระพุทธพจน์ไว้ ซึ่งแบ่งออกเป็น ๓ คัมภีร์ คือ พระวินัย พระสูตร และพระอภิธรรม
คัมภีร์ทั้งหมดนี้เรียกว่า คัมภีร์ดั้งเดิม หรือบางที่เรียกว่า บาลีพุทธวจนะ (Canon)

๓.๑.๒ คัมภีร์อรรถกถา

คำอธิบายพระไตรปิฎก เป็นหลักฐานชั้น ๒ เรียกว่า อรรถกถา หรือ วรรณนา ซึ่งมีทั้ง อรรถกถาพระวินัยปิฎก อรรถกถาพระสูตรตันตปิฎก และอรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก ที่อธิบาย ต่อเนื่องกันจนตลอดก็มี ที่อธิบายเฉพาะคัมภีร์ๆ ก็มี

คัมภีร์อรรถกถา ได้แก่คัมภีร์ที่อธิบายเพื่อความในพระไตรปิฎกให้กระจ่างชัดโดยอรรถ สมบัติ พยัญชนสมบัติ บาลีมุตตกะ นานาวิวินิจฉัย ตลอดจนอธิบายวาทะระดับต่างๆ หรือที่ เรียกว่าปภินณฑเทศนา ที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้ในที่ต่างๆ แบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ

- ๑) พุทธสังวัณณิตะ คำอธิบายที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงเอง เรียกว่าปภินณฑเทศนา
- ๒) อนุพุทธสังวัณณิตะ คำอธิบายไขความที่พระสาวกทั้งหลายได้พรรณนาไว้

๓.๑.๓ คัมภีร์ฎีกา

คัมภีร์ฎีกาเป็นคัมภีร์อธิบายเพื่อความในอรรถกถา คือ คัมภีร์ที่เกิดขึ้นภายหลัง คัมภีร์อรรถกถา

คำว่า ฎีกา แปลว่า วาจาเป็นเครื่องกำหนดเล็งนัยเฉพาะคำพูด ความมุ่งหมายของ ฎีกา คือ การอธิบายคำในอรรถกถาที่ยากให้เข้าใจง่ายขึ้น ในคัมภีร์อรรถกถามีการอธิบาย พระไตรปิฎกในแง่มุม ต่างๆ ประกอบ ด้วยความคิดความเชื่อประเพณี วัฒนธรรม สังคม ฯลฯ ของท้องถิ่น ส่วนคัมภีร์ฎีกาจะเน้นข้อความที่ยากหรือไม่ชัดเจนมากกว่าแง่อื่น บางที่ใช้คำว่า ลินัตถปกาสณา หรือ ลินัตถปกาสินี นำหน้า คำว่า ฎีกา ซึ่งแปลความว่า การประกาศหรือ เปิดเผยเพื่อความที่ซ่อนเร้น นักปราชญ์ทางพุทธศาสนาที่เรียกว่าพระฎีกาจารย์ ได้แต่งเรียบ เรียงขึ้นในภายหลังอรรถกถา แบ่งตามอรรถกถาเป็น ๓ หมวด คือ ๑. ฎีกาพระวินัย ๒. ฎีกา พระสูตร ๓. ฎีกาพระอภิธรรม

คัมภีร์ฎีกา ได้แก่ฎีกาที่อธิบายลิตถบทในคัมภีร์วินัยอรรถกถา และสูตรตันตอรรถกถา ฎีกาในส่วนนี้เรียกว่า ปุราณฎีกา, อภินวฎีกา ส่วนคัมภีร์อภิธรรมฎีกาแยกเป็นมูลฎีกาและอนุ ฎีกา พระไตรปิฎกเป็นของมีมาก่อน ส่วนอรรถกถาแต่งขึ้นประมาณ พ.ศ. ๙๕๖ ส่วนฎีกาแต่ง เมื่อประมาณ พ.ศ. ๑๕๘๗ คัมภีร์อนุฎีกานั้น แต่งขึ้นภายหลังฎีกายุคต่อๆ มาเป็นคำอธิบาย ฎีกาอีกต่อหนึ่ง^๖

^๖ แยม ประพัฒน์ทอง. แยมบรรยาย. พระนคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม , ๒๕๒๓

พัฒน์ เฟื่องผลา. บาลีสันสกฤตในภาษาไทย. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๑๗

คัมภีร์พระไตรปิฎก เป็นคัมภีร์ชั้นปฐมภูมิของพุทธศาสนาเป็นคัมภีร์ที่มีความสำคัญอย่างยิ่งที่จารึกหลักธรรมคำสั่งสอนของพุทธศาสนาไว้ อรรถกถาสมันตปาสาทิกาอธิบายการจำแนกหมวดหมู่ของพระธรรมวินัย ออกเป็น ๓ ปิฎก ดังนี้

นัยที่ ๑

พระวินัยปิฎก เป็นอาณาเทศนา คือการแสดงธรรมในลักษณะเป็นข้อบังคับโดยส่วนมาก

พระสุตตันตปิฎก เป็นโวหารเทศนา คือการแสดงความยกย่ำยำนวนให้เหมาะสมแก่จริตอัธยาศัยของผู้ฟัง

พระอภิธรรมปิฎก เป็นปรมัตตเทศนา คือแสดงธรรมเจาะจงประโยชน์อย่างยิ่ง

นัยที่ ๒

วินัยปิฎก เป็นนถาปราชสาสนะ คือการสอนตามความผิดหรือโทษชนิดต่างๆ ที่พึงเว้น

พระสุตตันตปิฎก เป็นนถานุโลกสาสนะ คือการสอนโดยอนุโลมแก่จริตอัธยาศัยของผู้ฟังซึ่งมีต่างๆ

พระอภิธรรมปิฎก เป็นนถาธัมมสาสนะ คือการสอนตามเนื้อหาแท้ๆ ของธรรม

นัยที่ ๓

วินัยปิฎก เป็นสังวรราชสังวรกถาคือข้อความที่ว่าด้วยการสำรวมและไม่สำรวม

พระสุตตันตปิฎก เป็นทักขิวินิเวฐานกถา คือถ้อยคำที่สอนให้ผ่อนคลายทักขิ คือความเห็นผิด

พระอภิธรรมปิฎก เป็นนามรูปปริจเฉทกถา คือถ้อยคำที่สอนให้กำหนดนามรูป คือร่างกายและจิตใจ

นัยที่ ๔

วินัยปิฎก เป็นอธิศีลสิกขา คือข้อศึกษาเกี่ยวกับศีลชั้นสูง

พระสุตตันตปิฎก เป็นอธิจิตสิกขา เป็นข้อศึกษาเกี่ยวกับสมาธิชั้นสูง

พระอภิธรรมปิฎก เป็นอธิปัญญาสิกขา คือข้อศึกษาเกี่ยวกับปัญญาชั้นสูง

นัยที่ ๕

วินัยปิฎก เป็นวิตกกมปหาน คือ เครื่องละกิเลสอย่างหยาบ ที่เป็นเหตุให้ล่วงละเมิดศีล

พระสุตตันตปิฎก เป็นปริยฎฐานปหาน คือเครื่องละกิเลสอย่างกลางอันรัดจริงใจ ได้แก่ นิวรณ์ คือกิเลส อันกั้นจิตมิให้เป็นสมาธิ

พระอริชธรรมปิฎก เป็นอนุสัยปทาน คือเครื่องละกิเลสอย่างละเอียด คือกิเลสที่นอน
อยู่ในสันดาน ดุจตะกอนนอนนอนอยู่กันตม ไม่มีอะไรกวาก็ไม่แสดงตัว
ออกมา^๗

๓.๑.๔ คัมภีร์อนุฎีกา

คำอธิบายฎีกา เรียกว่า อนุฎีกา เป็นหลักฐานชั้น ๔ เช่น อนุฎีกาวิมตฺติวินยฺหิ ของพระ
วินัย เป็นต้น

อนุฎีกา ได้แก่ ฎีกาใหม่ที่แต่งเพิ่มเติมภายหลัง คำบาลีเรียกว่า อภินวฎีกา แปลว่า
ฎีกาใหม่ นักปราชญ์ทางพุทธศาสนาที่เรียกว่า พระอนุฎีกาจารย์ได้แต่งเรียบเรียงขึ้นภายหลัง
ฎีกา แบ่งเป็น ๓ หมวด คือ

๑. อนุฎีกาพระวินัย
๒. อนุฎีกาพระสูตร
๔. อนุฎีกาพระอภิธรรม

คัมภีร์คัณฐี

คัมภีร์คัณฐี ได้แก่ คัมภีร์ที่ชี้แจงสำคัญ หรือชี้ปมสำคัญ คัมภีร์คัณฐีเป็นคัมภีร์ที่มีได้
แสดงบท ตอบท ปาฐะต่อปาฐะเหมือนอย่างอรรถกถา แต่จัดเป็นคัมภีร์ฝ่ายพวกโคจรญาณ
เป็นคัมภีร์ที่แสดงเพียงบท ปาฐะ และอธิบายที่สืบสนธิได้ยาก และที่เป็นเงื่อนไขสลับซับซ้อน
เท่านั้น อธิบายข้อความบางตอนในพระไตรปิฎก

แบ่งตามพระไตรปิฎกเป็น ๓ หมวด

๑. คัณฐีพระวินัย
๒. คัณฐีพระสูตร
๓. คัณฐีพระอภิธรรม

คัมภีร์โยชนา

คัมภีร์โยชนา คือคัมภีร์ที่อธิบายความหมายของศัพท์และความสัมพันธ์ในประโยคของ
ภาษา ซึ่งเป็นอุปกรณ์ในการแปลคัมภีร์อรรถกถา และฎีกาอย่างแจ่มชัด ซึ่งนักปราชญ์ทางพุทธ
ศาสนาแต่งเรียบเรียงไว้ แบ่งตามพระไตรปิฎกเป็น ๓ หมวดคือ ๑. อรรถโยชนาพระวินัย
๒. อรรถโยชนาพระสูตร ๓. อรรถโยชนาพระอภิธรรม^๘

^๗ พระวินัยปิฎก มหาวิภังค์ เล่ม ๑ ภาค ๑ - หน้าที่ ๔๘.

^๘ แยม ประพัฒน์ทอง. แยมบรรยาย. พระนคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม , ๒๕๒๓.

พัฒน์ เพ็งผลา. บาลีสันสกฤตในภาษาไทย. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยรามคำแหง, ๒๕๑๗.

๓.๑.๕ คัมภีร์คันทันตระประเภทสัททศาสตร์

คัมภีร์ที่ว่าด้วยกฎเกณฑ์ทางไวยากรณ์บาลี อธิบายศัพท์ต่างๆ รวมเรียกว่า สัททาวีเสส เป็นชื่อที่เรียกกันในวงการนักปราชญ์บาลีฝ่ายไทย ดังปรากฏในพงศาวดารฉบับพระราชหัตถเลขาว่า เมื่อทำสังคายนาในรัชกาลที่ ๑ กรุงรัตนโกสินทร์ พ.ศ. ๒๓๓๑ เพื่อชำระพระไตรปิฎกนั้น ได้มีการชำระคัมภีร์สัททาวีเสสต่างๆ ด้วย โดยมี พระพุฒาจารย์ เป็นแม่กอง เช่นมูลกัจจายนปกรณ์ รูปสิทธิชาตูปทีปิกา อภิธาน์ปทีปิกา และสุจิ เป็นต้น^๔

คัมภีร์คันทันตระประเภทสัททศาสตร์นี้ เป็นคัมภีร์มูลรากของปริยัติธรรม มี ๔ คือ

๑. คัมภีร์ไวยากรณ์ เป็นคัมภีร์ที่แสดงข้อกำหนดกฎเกณฑ์ของมคธภาษาได้อย่างเป็นระบบ นักปราชญ์จัดคัมภีร์เหล่านั้นไว้เป็น ๒ ระดับ คือ

๑) คัมภีร์ไวยากรณ์ใหญ่ โดยคัมภีร์ไวยากรณ์ใหญ่มีองค์ประกอบ ๓ อย่าง คือ

๑. สูตร ๒. วุตติ ๓. อุทาหรณ์ คัมภีร์ไวยากรณ์ใหญ่ นักปราชญ์แบ่งออกเป็น ๓ สาย คือ ๑. กัจจายนะ ๒. โมคคัลลานะ ๓. สัททนีติ

๒. คัมภีร์ไวยากรณ์น้อย มีองค์ประกอบไม่ครบทั้ง ๓ เหมือนคัมภีร์ไวยากรณ์ใหญ่ แต่ก็รจนาขึ้นเพื่ออธิบายอรรถนัยอันลึกซึ้งในคัมภีร์ไวยากรณ์ใหญ่นั้นเอง โดยมุ่งหมายให้ผู้ฟังได้เข้าถึงอรรถนัยอันสุขุมคัมภีร์ภาพในพระไตรปิฎก อรรถกถาเป็นต้น

๒ คัมภีร์พจนานุกรม

คัมภีร์พจนานุกรม ได้แก่คัมภีร์ที่รวบรวมนามนามต่าง ๆ บ้าง ให้ความหมายของชาติต่างๆ บ้าง แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ

๒.๑. คัมภีร์พจนานุกรมประเภทอภิธาน

๒.๒. คัมภีร์พจนานุกรมประเภท ปาลี-ไทย

๓. คัมภีร์ฉันท

คัมภีร์ฉันท ได้แก่คัมภีร์ที่แสดงฉันทของภาษาบาลีที่กำหนดบังคับบาทต่าง ๆ ด้วยมาตราเสียงหนัก-เบา เป็นต้น

๔. คัมภีร์อสังการะ

คัมภีร์อสังการะ ได้แก่ คัมภีร์ที่แสดงถึงความวิจิตรพิสดาร ความงดงาม ความสามารถในการนำบทบาลีต่าง ๆ มาใช้ในการแต่งฉันท เป็นต้น

^๔ สุชีพ ปุญญานุภาพ, พระไตรปิฎกสำหรับประชาชน, กรุงเทพฯ, มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๔, หน้า ๒๔.

๓.๒. พระสูตร

พระสูตรต้นตปิฎก เป็นปิฎก ๑ ในจำนวน ๓ ปิฎกที่เรียกว่า พระไตรปิฎก คือ (๑) พระวินัยปิฎก (ประมวลพุทธพจน์หมวดพระวินัย) (๒) พระสูตรต้นตปิฎก(ประมวลพุทธพจน์หมวดพระสูตร) (๓) พระอภิธรรมปิฎก (ประมวลพุทธพจน์ หมวดพระอภิธรรม)

พระสูตรต้นตปิฎก ซึ่งประมวลพุทธพจน์หมวดพระสูตรนั้นประกอบด้วยพระธรรมเทศนาและธรรมบรรยายต่าง ๆ ที่ตรัสยกย่องให้เหมาะกับบุคคล เหตุการณ์ และโอกาสตลอดจนบทประพันธ์ เรื่องเล่า และเรื่องราวทั้งหลายที่เป็นชั้นเดิมในพระพุทธศาสนา

ที่เรียกพระธรรมเทศนาและธรรมบรรยายทั้งหลายในพระสูตรต้นตปิฎกว่า “สูตร” พระอรรถกถาจารย์ผู้รจนาคัมภีร์สุ่มังคลวิลาสนี้ อธิบายว่า เพราะมีความหมาย ๖ อย่าง คือ

๑. เพราะบังถึงประโยชน์ (อุตถานํ สฺจนโถ) คือชี้ให้เห็นประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น

๒. เพราะมีอรรถที่ตรัสไว้ดีแล้ว(สุตฺตโต) คือตรัสตามอุปนิสัย หรืออัยยาศัยของเวไนยสัตว์ (ผู้ควรแนะนำ)

๓. เพราะผลิตประโยชน์ (สฺวนโถ) คือก่อให้เกิดผลดุจข้าวกล้าที่เจริญ เติบโตแล้วผลิตรวงข้าวต่อไปได้

๔. เพราะหลังประโยชน์ (สฺทนโถ) คือทำให้ประโยชน์หลังไหลออกมาดุจแม่โคนมหลังน้ำนมออกมา

๕. เพราะป้องกันด้วยดี (สุตฺตตนา) คือรักษาประโยชน์ทั้งหลายไว้ได้ด้วยดี

๖. เพราะมีส่วนเสมอด้วยเส้นด้าย (สุตฺตสภาคโถ) คือใช้เป็นบรรทัดฐานในการประพฤติปฏิบัติของวิญญูชนดุจเส้นบรรทัดของช่างไม้^{๑๑}

มูลเหตุที่พระผู้มีพระภาค (รวมทั้งพระอรหันตสาวก) ทรงแสดงพระสูตร ทั้งหลาย พระอรรถกถาจารย์ผู้รจนาคัมภีร์สุ่มังคลวิลาสนี้ อธิบายว่ามี ๔ ประการ คือ

๑. อัตตัชฌาสาเยะ ทรงแสดงตามพระอัยยาศัยของพระองค์เอง โดยไม่ต้องมีผู้ใดทูลขอให้ทรงแสดง เช่น อากังเขยยสูตร (ม.ม.) วัตถสูตรหรือวัตถูปมสูตร (ม.ม.) มหาสติปัฏฐานสูตร (ที.ม.) มหาสพายตนสูตร (ม.อ.)

๒. ปรัชฌาสาเยะ ทรงแสดงตามอัยยาศัยของผู้อื่นที่ทรงตรวจดูด้วยพระญาณก่อนเสด็จไปโปรด เช่น รัมมจักกัปปวัตตนสูตร (ส.ม., วิ.ม.) จุพราหุโลวาทสูตร (ม.ม) ธาตุวิภังคสูตร(ม.อ.)

^{๑๑}วิ.มหา.อ. (บาลี) ๑/๔๔

๓. ปุจฉาวิสัทธิะ ทรงแสดงตามคำทูลถาม เช่น สามัญญผลสูตร(ที.สี.) เติวิชชสูตร (ที.สี.) สักกบัญญัติ (ที.ม.) มังคลสูตร (ขุ.ขุ.,ขุ.สุ.) พระสูตรต่างๆ ในโพชฌังคสังยุต (สั.ส.) มารสังยุต (สั.ส.) พรหมสังยุต (สั.ส.)

๔. อัตถูปัตติกะ ทรงแสดงตามเรื่องหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ๆ เช่น พรหมชาลสูตร (ที.สี.) รัชมทหายาทสูตร(ม.ม.)จุฬสีหนาทสูตร (ม.ม.) จันฑุปมสูตร (สั.นิ.) ปุตตมังสุปมสูตร (สั.นิ.) อัคคิกขันธุปมสูตร (สั.นิ.) เผณปิณฑุปมสูตร(สั.นิ.) ปาริจฉัตตูปมสูตร(สั.นิ.)^{๑๑}

โครงสร้างของพระสูตร มีองค์ประกอบ ๓ ส่วน คือ

๑. คำขึ้นต้นหรือข้อความเบื้องต้นที่เรียกว่า นิทานวจนะ ได้แก่ข้อความที่พระอานนท์กล่าวว่า “เอวมเม สุต” เป็นต้นไปจนจบข้อความที่บอกถึงความเป็นมาของพระสูตรนั้น ๆ

๒. เนื้อหาของพระสูตรหรือข้อความที่เป็นพระพุทธานุญาตหรือสาวกภาสิต เป็นต้น ได้แก่ข้อความที่ต่อจากนิทานวจนะเป็นต้นไปจนถึงนิคมวจนะ

๓. คำลงท้ายหรือข้อสรุป ที่เรียกว่านิคมวจนะ ได้แก่ข้อความที่ต่อจากเนื้อหาของพระสูตร เช่นข้อความที่ขึ้นต้นว่า “อิทมโวจ ภควา”

พระสูตรที่มีองค์ประกอบครบทั้ง ๓ ส่วนนี้ถือว่ามีความงาม ๓ อย่าง คือ (๑) งามในเบื้องต้นด้วยนิทานวจนะ (๒) งามในท่ามกลางด้วยเนื้อหาที่เป็นพระพุทธานุญาตหรือสาวกภาสิต (๓) งามในที่สุดด้วยนิคมวจนะ พระสิริมังคลาจารย์ ผู้รจนาคัมภีร์มังคลัตถที่ป็นีกกล่าวว่า มังคลสูตรเป็นตัวอย่างของพระสูตรที่มีความงาม ครบทั้ง ๓ อย่างดังกล่าว

นอกจากนี้ พระสูตรแต่ละสูตรในพระสุตตันตปิฎก ล้วนมีรูปแบบอย่างไร อย่างหนึ่งหรือหลายอย่าง ในรูปแบบ ๘ อย่างแห่งพุทธพจน์ ที่มีชื่อเฉพาะว่า “นวังคสัตถุศาสน์” (คำสั่งสอนของพระศาสดามีองค์ ๘) คือ

๑. สุตตะ คือ ระเบียบคำที่เป็นความเรียง แสดงหรือบรรยายข้อธรรมให้ผู้ฟังเห็นประจักษ์ บางกรณีอาจบรรยายเป็นอุปมาโวหารก็มี หรือตั้งประเด็นปัญหาขึ้นถามแล้วตอบเองก็ได้แก่ อุภโตวิภังค์ นิทเทส ชันธกะ ปริวาร พระสูตรในสุตตันนิบาต และพุทธวจนะอื่น ๆ ที่มีชื่อว่าสุตตะ หรือสุตตันตะ

๒. เคยยะ คือ ระเบียบคำที่เป็นประภท้อยกรองผสมกับคำประภท้อยแก้ว หมายถึงพระสูตรที่มีคาถาทันที โดยเฉพาะสคาถวรรคในสังยุตตนิบาต

๓. เวยยาकरणะ คือระเบียบคำที่เป็นประภท้อยแก้วล้วน เช่น ระเบียบคำในพระอภิธรรมทั้งหมดและพระสูตรทั้งหลายที่ไม่มีคาถาประพันธ์

^{๑๑}ที.สี.อ. (ไทย) ๑๑/๑๕๖.

๔. คาถา คือระเบียบคำที่เป็นประเภทร้อยกรองล้วน เช่น ระเบียบคำในธรรมบท (ขุ.ธ.) เถรคาถา (ขุ.เถร.) เถรีคาถา (ขุ.เถรี.)

๕. อุทาน พระคาถาหรือพระดำรัสที่ทรงเปล่งด้วยพระทัยอันสพรคตด้วยโสมนัส สัมปยุตด้วยญาณ อาจเป็นคำประเภทเวยายากรณะก็มี เป็นคำประเภทคาถาก็มี เช่น ระเบียบคำในอุทาน (มี ๘๒ สูตร)

๖. อิติวุตตกะ คือระเบียบคำที่มีการกล่าวอ้างข้อความอื่นมาประกอบโดย มีคำว่า “วุตฺตํ เหนฺ ภาควตา” (สมจริงดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้) เป็นคำเชื่อมความเพื่อนำเข้าสู่คาถา หรือพุทธพจน์ เช่น ระเบียบคำในคัมภีร์อิติวุตตกะ (มี ๑๑๐ สูตร)

๗. ชาตกะ คือระเบียบคำที่มุ่งเล่าเรื่องในอดีต เป็นบุพพจรिया เช่น ระเบียบ คำในชาตก ซึ่งเป็นคำประเภทร้อยกรองหรือคาถาล้วน

๘. อัပ္ภุตธรรม คือระเบียบคำที่แสดงถึงเรื่องที่นำอัศจรรย์ไม่เคยมี เช่นระเบียบคำในพระสูตรทั้งหลายที่กล่าวถึงอัပ္ภุตธรรม

๙. เวทัลละ คือระเบียบคำแบบถาม-ตอบ เช่น ระเบียบคำในพระสูตรที่เป็นปุจฉาสติ กะ คือที่พระผู้มีพระภาคทรงแสดงตามคำทูลถาม แต่มีลักษณะสำคัญ ๒ อย่าง คือ (๑) ทูลถาม เพื่อขอความรู้ (เวทณฺจ) (๒) ผู้ทูลถามฟังแล้วพอใจ ดิดใจ (ตุฏฺฐิณฺจ) ทูลถามต่อไปอีก เช่น ระเบียบคำในจุฬเวทัลลสูตร (ม.ม.) มหาเวทัลลสูตร (ม.ม.) สักกปัญหสูตร (ที.ม.) สัมมาทิฏฺฐิ สูตร (ม.ม.) มหาปุณณมสูตร (ม.อ.)

๓.๓ โครงสร้างมหาสติปัฏฐานสูตร

ที่มาของชื่อ

มหาสติปัฏฐานสูตร แปลว่า การเจริญสติปัฏฐาน สูตรใหญ่ ชื่อนี้ตั้งตามเนื้อหาสาระ ของพระสูตร

ที่มาของพระสูตร

พระสูตรนี้ พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ขณะประทับอยู่ ณ นิคมของ ชาวกรู ชื่อกัมมาสธัมมะ แคว้นกรู โดยทรงปรารภพุทธบริษัทชาวกัมมาสธัมมนิคมว่า มีความ สนใจในการเจริญสติปัฏฐานกันอย่างมาก แม้พวกทาสกรรมกร และบริวารชนก็พูดกันแต่เรื่อง สติปัฏฐาน เหตุเกิดของพระสูตรนี้ จัดอยู่ในประเภท ปรัชญาสยะ

รูปแบบของพระสูตร

รูปแบบของมหาสติปัฏฐานสูตร เป็นบรรยายโวหารแบบถามเอง-ตอบเอง และมีอุปมา

อุปไมยผสมด้วย นับเป็นกระบวนบรรยายที่สมบูรณ์ มีทั้งภาคอุทเทส ภาคนิทเทส และภาคอาหิงส์ เป็นการบรรยายกัมมัฏฐานที่เข้าใจง่าย

ใจความสำคัญของพระสูตร

ภาคอุทเทส พระผู้มีพระภาคทรงยกหัวข้อการบรรยายขึ้นเป็นอุทเทสว่า “ภิกษุทั้งหลายทางนี้เป็นทางสายเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน (อริยมรรค) เพื่อให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือสติปัฏฐาน สี่ ประการ

สติปัฏฐาน คือ การตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณากาย เวทนา จิตและธรรม เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกให้ได้ โดยแยกพิจารณาเป็น ๔ ประการ คือ

- (๑) การพิจารณาเห็นกายในกาย (๒) การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย
- (๓) การพิจารณาเห็นจิตในจิต (๔) การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย

ภาคนิทเทส

การพิจารณาเห็นกายในกาย แบ่งออกเป็น ๖ หมวด คือ

๑. พิจารณาลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ให้เห็นการไหลเข้า ไหลออก ติดต่อกัน เป็นลำ ยาว สั้น สลับกันไป

๒. พิจารณาอิริยาบถ คือ พิจารณาการเดิน ยืน นั่ง นอน ให้รู้ความเป็นไปของอิริยาบถนั้นๆ

๓. พิจารณาสัมปชัญญะ คือ พิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหวทางกาย เช่น การก้าวไป การถอยกลับ การคู้แขนเข้า การเหยียดแขนออก โดยกำหนดให้รู้ทันทุกอากัปภิกิริยานั้น ๆ

๔. พิจารณาสีปฏิกุศล คือ พิจารณาอาการ ๓๒ ในกายของตนมี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ให้เห็นว่าเป็นของน่าเกลียด

๕. พิจารณาธาตุ คือ พิจารณา ดิน น้ำ ไฟ ลม ในกายของตนให้เห็นโดยความเป็นธาตุ เหมือนคนฆ่าโค หรือลูกมือของคนฆ่าโคหนึ่งแบ่งอวัยวะของโคที่ฆ่าแล้วออกเป็นส่วน ๆ อย่างชำนาญ

๖. พิจารณาซากศพ ซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ กัน ถึง ๙ ลักษณะ เช่น ซากศพที่ตายแล้ว ๑ วันถึง ๒ วัน แล้วนำมาเปรียบเทียบกับกายของตนว่า มีสภาพอย่างเดียวกัน

การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย คือ พิจารณาความรู้สึกสุขทุกข์ ไม่ใช่สุขไม่ใช่ทุกข์ (อุเบกขา) ในตัวเอง แบ่งเป็น ๙ ประการ คือ

- ๑. เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็รู้ชัดเวทนานั้น

๒. เมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็รู้ชัดเวทนานั้น
๓. เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทนา ก็รู้ชัดเวทนานั้น
๔. เมื่อเสวยสุขเวทนามีอามิส ก็รู้ชัดเวทนานั้น
๕. เมื่อเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส ก็รู้ชัดเวทนานั้น
๖. เมื่อเสวยทุกขเวทนามีอามิส ก็รู้ชัดเวทนานั้น
๗. เมื่อเสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิส ก็รู้ชัดเวทนานั้น
๘. เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทนามีอามิส ก็รู้ชัดเวทนานั้น
๙. เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิส ก็รู้ชัดเวทนานั้น

การพิจารณาเห็นจิตในจิต คือ พิจารณาจิตของตนให้เห็นสภาวะตามที่ปรากฏในขณะนั้น ๆ และรู้ชัดตามความเป็นจริง แบ่งเป็น ๑๐ ประการตามสภาวะของจิต เช่น จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ

การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ พิจารณาว่าในขณะที่นั้น ๆ มีธรรมอะไรเกิดอยู่ในจิตของตน ก็รู้ชัดธรรมนั้น ๆ แบ่งเป็น ๕ หมวด คือ

๑. หมวดนิรวรณ
๒. หมวดขันธ์
๓. หมวดอายตนะ
๔. หมวดโพชฌงค์
๕. หมวดสังขะ

ตัวอย่างการพิจารณาเห็นนิรวรณ ๕ เช่น เมื่อกามฉันทะภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า “กามฉันทะภายในของเรามีอยู่” หรือเมื่อกามฉันทะภายในไม่มีอยู่ ก็รู้ชัดว่า “กามฉันทะภายในของเราไม่มีอยู่” นอกจากนี้ยังพิจารณาให้รู้ชัดความเกิดแห่งกามฉันทะ ความดับแห่งกามฉันทะ และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งกามฉันทะนั้นด้วย

ภาคอานิสงส์ของสติปัฏฐาน

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐานไว้ในตอนท้ายของพระสูตรนี้ว่า บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการนี้ แม้เพียง ๗ วันเป็นอย่างน้อยก็หวังไว้ว่า จะมีผลในปัจจุบันอย่างใดอย่างหนึ่ง ในจำนวนผล ๒ อย่าง คือ

๑. จะได้บรรลอรหัตตผล
๒. ถ้ายังมีอุปาทิเหลืออยู่ จะบรรลุนาคามีผล

จึงทรงสรุปว่า สติปัฏฐาน ๔ ประการนี้ เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน

๓.๔ คัมภีร์อรรถกถา อธิบายบาลีมหาสติปัฏฐานสูตร

๓.๔.๑ เอวมเม สุตัง

เอกั สมยั

ภควา กุรุสุ วิหริติ

กมฺมาสทฺมมํ นาม กุรฺนํ นิคโม. มีนิคมของชาวกุรุ ชื่อว่า กัมมาสทัมมะ

ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้

ในสมัยหนึ่ง

พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ในกุรุชนบท

คัมภีร์อรรถกถามัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสกั้อธิบายว่า

กุรุสุ วิหริตีติ กุรฺนามกา ชานปฺทโน
ราชกุมารรา. เตสํ นินฺวาโส เอโกปิ ชนปฺโท
รพฺพหิสทฺทเทน กุรุติ วุจฺจติ.^๑

ตตฺถ ปุพฺพวิเทหโต อาคตมนุสฺเสหิ
อาวสิตปฺปเทโส ตาเยว ปุริมสญฺญาย วิเท
หฺรฏฺฐนฺติ นามํ ลภิ.

อมฺรโคยานโต อาคตมนุสฺเสหิ อาวสิตปฺ-
ปเทโส อปรนตชนปฺโทติ นามํ ลภิ.

อตุตฺตรกุรุโต อาคตมนุสฺเสหิ อาวสิตปฺป
เทโส กุรุฏฺฐนฺติ นามํ ลภิ.^๒

พหุเก ปน คามนิกมาทโย อุปาทาย
พหุจเนน โวหเรยฺยุหนฺติ.

เตน วุตฺตํ กุรุสุ วิหริตีติ.

บทว่า กุรุสุ วิหริติ ความว่า ชนบทแม่
แห่งหนึ่ง เป็นที่อยู่ของราชกุมารผู้อยู่ใน
ชนบทชื่อว่ากุรุ เขาเรียกว่ากุรุ ด้วยคำที่
แผลงไปจากคำเดิม

ถิ่นที่มีคนมาจากบุพพิเทหทวีปอาศัย
อยู่ ได้นามว่า วิเทหรัฐ ตามชื่อเก่านั้นเอง.

ถิ่นที่มีคนมาจากอมรโคยานทวีปอาศัย
อยู่ ได้นามว่า อปรนตชนบท

ถิ่นที่มีคนมาจากอตุตตรกุรุทวีปอาศัยอยู่
ได้นามว่า กุรุรัฐ

แต่คนทั้งหลายเรียกด้วยพหูพจน์โดย
หมายถึงบ้านและนิคมจำนวนมาก

เพราะเหตุตั้งที่กล่าวมาแล้วนี้ ท่านพระ
อานนท์ จึงกล่าวว่าประทับอยู่ที่หมู่บ้านกุรุ
ทั้งหลาย^๓

^๑ มัชฌิมนิกายกฐกถา (ปปัญจสูทนี ๑) หน้า ๓๘๓

^๒ มัชฌิมนิกายกฐกถา (ปปัญจสูทนี ๑) หน้า ๓๘๕

^๓ พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสกั

เล่ม ๑ ภาค ๑ หน้า ๖๓๑

๓.๔.๒ กมฺมาสธมฺมํ

เอตเทวานามิ ภูมฺมวจนเนน กสฺมา น
วุตฺตนฺติ.

อวสโนกาสโต.

ภควโต กิร ตสฺมี นิคเม วสโนกาโส
โกจิ วิหาโร นาม นาโหสิ.

นิคมโต ปน อปกฺกมฺม อญฺญตรสฺมี
อุทกสมฺปนฺเน รมณียเ ภุมิภาเค มหา
วนสณฺโฑ อโหสิ.

ตตฺถ ภควา วิหาสิ ตํ นิคมํ โคจร
คามํ กตฺวา.

ตสฺมา เอวเมตฺถ อตฺถเ เวทิตพฺโพกฺข
สุ วิหริติ กมฺมาสธมฺมํ นาม กุรฺนํ นิคโม.
ตํ โคจรรคามํ กตฺวาติ. กมฺมาสธมฺมํ นาม
กุรฺนํ นิคโม. ตํ โคจรรคามํ กตฺวาติ.^๔

ถามว่า เหตุไฉนท่านจึงไม่กล่าวซึ่งนิคมที่อยู่
อาศัยกันแห่งนี้เท่านั้นไว้ด้วยสัตตมวิวิภตติ ใน
คำว่า กมฺมาสธมฺมํ นั้น

แก้ว่า เพราะพระผู้มีพระภาคเจ้า ไม่มี
โอกาสที่จะประทับ

ได้ทราบว่ามีวิหารอะไรที่เป็นโอกาสให้
พระผู้มีพระภาคเจ้าประทับในนิคมนั้น

แต่ห่างออกจากนิคมไปได้มีไพรสณฑ์ใหญ่
ในภูมิภาคแห่งหนึ่ง สมบูรณ์ด้วยน้ำเป็นรมณีย
สถาน

พระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จประทับที่มหาไพร
สณฑ์นั้น ทรงเอานิคมนั้นเป็นโคจรรคาม (เป็น
บ้านสำหรับรับบิณฑบาต)

เพราะฉะนั้น ควรเข้าใจความหมายในเรื่องนี้
ว่า พระผู้มีพระภาคเจ้า เสด็จประทับที่หมู่บ้าน
กุรุ ทรงเอานิคมของชาวกุรุที่ชื่อว่ากัมมาสธมฺมะ
เป็นโคจรรคาม.

^๔ที่ขมnikายภฏฐกถา (สุมงฺคลวิลาสินี๒) หน้า ๑๓๐

๓.๔.๓ บาลีว่า เอกายโน อัย ภิกขเว มคโค

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้ เป็นทางสายเอก

อรรถกถาสุมงคลวิลาสนี้ อธิบายว่า

เอกายโน อัย ภิกขเว มคโคติ กสมภาควา อิหํ สุตตมภาสิ. กุรุรภูจวาสินี คมภีรเทศนาปฏิคคทณสมตตตาย.

กุรุรภูจวาสีโน กิร ภิกขุภิกขุณีโย อุปาสกอุปาสิกาโย จ อุตฺตสปายาหิ สมปนฺนตตาทสฺส รฏฺฐสฺส สปปายอุตฺตปจฺจยเสวเนนินิจฺจํ กลฺลสรีรา กลฺลจิตฺตา จ โหนฺติ.

เต จิตฺตสรีรกลฺลตาย อนุกฺคหิตปณฺญาพลา คมภีรกถํ ปฏิคคเหตุํ สมตถา โหนฺติ.

เตน เตสํ ภควา อิมํ คมภีรเทศนาปฏิคคทณสมตตตํ สมปฺสสนฺโต เอกวีสติยาจาเนสุ กมฺมฏฺฐานํ อรหฺตเต ปกฺขิปิตฺวา อิหํ คมภีรตถํ มหาสติปญฺ्ञานสุตฺตํ อภาสิ.

ยถา หิ ปุริโส สุวณฺณจงฺโกฏฺฏกํ ลภิตฺวา ตตฺถ นานาปุปฺพานิ ปกฺขิปเยย. สุวณฺณมณฺฑลํ วา ปน ลภิตฺวา สตฺต รตนานิ ปกฺขิปเยย. เอวํ ภควาปิ กุรุรภูจวาสีปริสํ ลภิตฺวา คมภีรเทศนํ เทเสสิ

เตเนเวตฺถ อณฺฎานิปี คมภีรตถานิ อิมสฺมี ทิฆนิกายเ มหานิทานํ. มชฺฌิมนิกายเ สติปญฺ्ञานํ สาโรปมํ รุกฺโขปมํ รฏฺฐปาลํ มาคณฺฑทียํ อาเนณฺชสปปายนฺติ อณฺฎานิปี สุตฺตานิ เทเสสิ

อปิจ ตสฺมี ชนปเท จตฺสโส ปริสาปกตฺติยาเว สติปญฺ्ञานภาวนานุโยคมนุยุตฺตาวีหฺรณฺติ.

เพราะเหตุไร พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสพระสูตรนี้ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นทางเดียว. เพราะชนชาวแคว้นกุรุสามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งได้

เล่ากันว่า ชาวกุรุ ไม่ว่าจะเป็นภิกษุ ภิกษุณี และอุบาสกอุบาสิกา มีร่างกายและจิตใจสมบูรณ์ อยู่เป็นนิจ ด้วยเสพปัจจัยคือฤดูเป็นที่สบาย เพราะแคว้นนั้น สมบูรณ์ด้วยอุตุสัปปายะ

ชาวกุรุนั้น มีกำลังปัญญาอันร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์อดหนุนแล้ว จึงสามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งนี้ได้

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า เมื่อทรงเห็นความเป็นผู้สามารถรับเทศนาที่ลึกซึ้งอันนี้ จึงทรงยกกัมมัฏฐาน ๒๑ ฐานะ ใส่ลงในพระอหัตต ตรัสมหาสติปัญญาสูตรที่มีอรรถอันลึกซึ้งนี้ แก่ชาวกุรุเหล่านั้น.

เปรียบเสมือนบุรุษได้ผอบทองแล้ว พึงบรรจุใส่ดอกไม้ นานาชนิดลงในผอบทองนั้น หรือว่าบุรุษได้หีบทองแล้ว พึงใส่รัตนะ ๗ ลงในใจ แม้พระผู้มีพระภาคเจ้าฉันนั้น ทรงได้บริษัทชาวกุรุแล้ว จึงทรงวางเทศนาที่ลึกซึ้ง.

ด้วยเหตุนี้แล ในข้อนี้พระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ทรงแสดงพระสูตรอื่นอีก มีอรรถอันลึกซึ้งในคัมภีร์ที่ฌนิกายนี้ ก็คืออมหานิทานสูตร ในคัมภีร์มัชฌิมนิกาย ก็คือสติปัญญาสูตร สาโรปมสูตร รัฏฐปาลสูตร มาคณฺฑทียสูตร

อนึ่ง บริษัท ๔ ในแคว้นกุรุนั้น ต่างประกอบเนื่องๆ ในการเจริญสติปัญญาอยู่โดยปกติ

อนุดมโล ทาสกมมกราปิ สติปัฏฐาน-
ปฏิบัติยตุตตเมว กถิ กถนุติ. อุทกตติตถสตุ
ตกนตตณฏจानาที่สุปี นีรตถกถา นาม
นปวตตติ .

สเจ กาจิ อิตถิ อมม ตวั กตริ
สติปัฏฐาน มนสิการอัสสิติ ปุจจิตา น กิณจิติ
วทิต. ตั ครหนุติ ธิรตถุ ตว ชีวิต. ชีวมา
นาปี ตวั มตสทิสสชาติ.

อถ นั มาทานิ ปุณ เอวมกาสีติ
โอวทิตวา อณตริ สติปัฏฐาน อุกคณ
หาเปนติ. ยา ปน อหิ อสุกั สติปัฏฐาน
นาม มนสิการอัสสิติ วทิต. ตสสา สาธุ
สาธุติ สาธุการิ ทตวา สุกชีวิต. ตว ชีวิต.
ตวั นาม มนุสสุตต ตตต. ตวตถาย
สมมาสมพุทโธ อุปปนโนติ อาทีหิ
ปลัสสนุติ.

น เกวลั เจตถ มนุสสุชาติกา
สติปัฏฐานมนสิการยตุตต. เต นิสสาย
วิหรนุตา ติรจจันคตาปี.

เรื่องลูกนกแขกเต้า

ตตริทำ วตถุ เอโก กิร นฏโก สุวโปตกั
คเหตุวา สิภาเปนโต วิจจติ. โส ภิกขุณูปสสย
อุปนิสสาย วสิตวา คมนกาเล สุวโปตกั
ปมมุสสิตวา คโต.

ตัม สามเณริโย คเหตุวา ปฏิกคสิสุ.
พุทธรักขิตโตตติสส นามิ อักสุ. ตัม เอกทิวสิ
ปุโรโต นิสินนุ ทิสวา มหาเถริ อาห
พุทธรักขิตตาติ. กิ อยเยติ.

อตุถิ เต โกจิ ภาวนามนสิการอโรติ. นตุถิ
อยเยติ.

โดยที่ที่สุด คนรับใช้ และคนงานทั้งหลาย ก็
พูดกันแต่เรื่อง ที่เกี่ยวข้องกับ สติปัฏฐานกัน
ทั้งนั้น แม้แต่ในที่ทำน้ำ ที่กรอด้ายเป็นต้น ก็ไม่
มีการพูดกันถึงเรื่องที่ไร้ประโยชน์เลย

ถ้าสตรีบางคนถูกถามว่า คุณแม่จะ คุณแม่
ใส่ใจสติปัฏฐานข้อไหน นางจะไม่ตอบว่าอะไร
ชาวภรรยาจะติเตียนเขาว่าน่าตำหนิชีวิตของเจ้า
จริงๆ เจ้าถึงเป็นอยู่ ก็เหมือนตายแล้ว

ต่อนั้นก็สอนเขาว่าอย่าทำอย่างนี้อีก
ต่อไปนะ แล้วให้เขาเรียนสติปัฏฐานข้อใดข้อ
หนึ่ง แต่สตรีผู้ใดพูดว่า ดิฉันใส่ใจสติปัฏฐานข้อ
ไหนเจ้าคะ ชาวภรรยาจะกล่าวรับรองว่า สาธุ
สาธุ แก่นาง สรรเสริญด้วยถ้อยคำต่าง ๆ เป็น
ต้นว่า ชีวิตของเจ้าเป็นชีวิตดีสมกับ ที่เจ้าเกิด
มาเป็นมนุษย์ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงอุบัติ
มาเพื่อประโยชน์แก่เจ้าแท้ๆ.

ในข้อนี้ มิใช่ชาวภรรยาที่เกิดมาเป็นมนุษย์
ประกอบด้วยการใส่ใจสติปัฏฐาน แต่พวกเดียว
เท่านั้น แม้แต่สัตว์ดิรัจฉาน ที่อาศัยชาวภรรยาอยู่ก็
ใส่ใจ เจริญสติปัฏฐานด้วยเหมือนกัน.

เล่าว่า นักพ่อนรำผู้หนึ่งจับลูกนกแขกเต้า
ได้ตัวหนึ่ง ฝึกสอนมันพูดภาษาคน นักพ่อน
รำผู้นั้นอาศัยสำนักของนางภิกษุณีอยู่ เวลา
ไปในที่อื่นๆ ลืมลูกนกแขกเต้าเสียสนิทแล้วไป

เหล่าสามเณรก็จับมันมาเลี้ยงตั้งชื่อมันว่า
พุทธรักขิต วันหนึ่ง พระมหาเถริ. เห็นมันจับ
อยู่ตรงหน้า จึงเรียกมันว่า พุทธรักขิต. ลูกนก
แขกเต้าจึงขานถามว่า อะไรจะ แม่เจ้า.

จึงถามว่า การใส่ใจภาวนาอะไรๆ ของเจ้า
มีบ้างไหม มันตอบว่า ไม่มีจะแม่เจ้า.

อาวุโส ปพฺพชิตานํ สนฺตึเก วสนฺเตน
นาม วิสฺฐจอตฺตภาเวน วสิตฺตํ น วฏฺฐติ. โกจิ
เทว มนสิกาโร อิจฺฉิตพฺโพ. ตวํ ปน อณฺเณ
น สกฺขิสฺสสิ. อฏฺฐิ อฏฺฐิจฺฉิตฺติ สชฺฌายํ กโรหิตฺติ.

โส เถรียา โอวาทเ จตฺวา อฏฺฐิ อฏฺฐิจฺฉิตฺติ
สชฺฌายํ กโรนฺโต จรติ.

ตํ เอกทิวสํ ปาโตว โตรณคฺเค นิสิตฺติวา
พาลาตปํ ตปฺปมานํ เอกา สกฺุณคฺขมิ นชฺปณฺ
ชเรน อคฺคเหสิ.

โส กิริ กิริตฺติ สทฺทมกาสิ. สามเณริโย
สฺตฺวา อยฺเย พุทฺธรฺกฺขิตฺโต สกฺุณเณน คหิตฺโต. โม
เจม นนฺติ เลทฺทฺอุอาทินิ คเหตุวา อนฺุพนฺธิตฺ
วา โมเจสส. ตํ อาเนตฺวา ปฺุโรโต จปิตํ เถริ
อาห.

พุทฺธรฺกฺขิตฺ สกฺุณเณน คหิตฺกาเล กิจฺฉินฺเตสฺสิตฺติ.

อฺยเย อหํ น กิณฺจิจิ จินฺเตมิ. อฏฺฐิจฺปฺุณฺโฆว
อฏฺฐิจฺปฺุณฺชํ คเหตุวา คจฺฉติ. กตฺรสมฺมิ จาเน
วิปฺปกิริสฺสตีตฺติ เหวํ อฺยเย อฏฺฐิจฺปฺุณฺชเมว
จินฺเตสิณฺติ.

สาธฺุ สาธฺุ พุทฺธรฺกฺขิตฺ อนาคเต
ภวทฺทชฺยสฺส เต ปจฺจโย ภวิสฺสตีตฺติ.

เอวํ ตตฺถ ติรจฺฉานคตฺตาปี สติปฏฺุจฺฉานมฺนุ
ยุตฺตา.

ตสฺมา เนสิ ภควา สติปฏฺุจฺฉานวฺุฑฺฒิเมว
ชานนฺโต อิทํ สฺุตฺตํ อภาสิ.

อถฺวา เอเกน อยิตพฺุโพติ เอกายโน.

พระมหาเถรจึงสอนว่า ขึ้นชื่อว่าผู้อยู่ใน
สำนักของพวกนักบวช จะปล่อยตัวอยู่ไม่
สมควร ควรปรารถนาการใส่ใจบางอย่าง แต่
เจ้าไม่ต้องสำเหนียกอย่างอื่นดอก จงท่องเที่ยว
อฏฺฐิ อฏฺฐิจิ ก็พอ

ลูกนกแขกเต้านั้นก็อยู่ในโอวาทของพระ
เถรท่องเที่ยว อฏฺฐิ อฏฺฐิจิ อย่างเดียว เทียวไป.

วันหนึ่ง ตอนเช้า มันจับอยู่ที่ยอดประตู
ฝั่งแดดอ่อนอยู่ แม่เหยี่ยวตัวหนึ่งก็เฉี่ยวมัน
ไปด้วยกรงเล็บ

มันส่งเสียงร้อง กิริๆ เหล่าสามเณร ก็ร้อง
ว่าแม่เจ้าพุทธรักขิตถูกเหยี่ยวเฉี่ยวไป เราจะ
ช่วยมัน ต่างคว่ำก้นดินเป็นต้น ไล่ตามจน
เหยี่ยวปล่อย เหล่าสามเณรนำมันมาวางไว้
ตรงหน้าพระมหาเถร ๆ .

ถามว่า พุทธรักขิต ขณะถูกเหยี่ยวจับไป
เจ้าคิดอย่างไร

ลูกนกตอบว่า แม่เจ้าไม่คิดอะไรดอก คิด
แต่เรื่องกองกระดูกเท่านั้นจะแม่เจ้า ว่ากอง
กระดูกพากองกระดูกไป จักเรียราดอยู่ในที่
ไหนหนอ

พระมหาเถร จึงให้สาธุการว่า สาธฺุ พุทฺธ
รฺกฺขิต นั้นจักเป็นปัจจัยแห่งความสิ้นภพของ
เจ้า ในกาลภายภาคหน้าแล

แม้สัตว์ดิรัจฉานในแคว้นกुरुนั้น ก็ประกอบ
เนื่องๆ ซึ่งสติปัฏฐาน ด้วยประการฉะนี้

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าทรง
ทราบถึงความเจริญแพร่หลายแห่งสติปัฏฐาน
ของชาวกुरुเหล่านั้น จึงได้ตรัสพระสูตรนี้.

อีกนัยหนึ่ง ชื่อว่า เอกายนะ เพราะอรรถ
วิเคราะห์ว่า เป็นทางที่บุคคลพึงไปผู้เดียว

เอเกนาติ คณสงคณิกัม ปหาย วูปกฏเจน
ปวิวิตเตน. อยิตพฺโพติ ปฏิชฺชิตพฺโพ.

อยนฺติ วา เอเตนาติ อยโน. สํสารโต
นิพฺพานํ คจฺจนฺตํ อตุโถ.

เอกสฺส อยโน เอกายโน.

เอกสฺสาติ เสฏฺฐสฺส. สพฺพสตุตฺตเสฏฺฐโจ จ
โส ภควา.

ตสฺมา ภควโตติ วุตฺตํ โหติ.

กิญฺจาปิ หิ เตน อณฺเณปิ อยนฺติ. เอวํ
สนฺเตปิ ภควโตว โสอยโน เตน อูปฺปาทิตตฺตา.

ยถาห. โส หิ พุราหุมน ภควา
อนุปฺปนฺนสฺส มคฺคสฺส อูปฺปาเตตาติอาทิ.
อยตฺตีติ วา อยโน. คจฺจนฺติ ปวตฺตตฺตีติ อตุโถ.

เอกสฺมี อยโนติ เอกายโน.

อิมสฺมีเยว ฐมฺมวินฺเย ปวตฺตติ น อณฺเณตฺ
ถาติ วุตฺตํ โหติ.

ยถาห อิมสฺมี โข สุกฺกท ฐมฺมวินฺเย
อริโย อฏฺฐจฺจฺจโค มคฺโค อูปฺลพฺพทตฺตี
เทสนาเกโทเยว เหโส. อตุตฺโต ปเนโกว.

อปิจ เอกํ อยตฺตีติ เอกายโน.

ปฺพุพฺภาเค นานามุขภาวนานยปฺวตฺโตปิ
อปรภาเค เอกํ นิพฺพานเมว คจฺจนฺตํ วุตฺตํ
โหติ.

ยถาห พุรฺหฺมา สหฺมปฺติ

คำว่า ผู้เดียว คือ คนที่ละการคลุกคลีด้วย
หมู่ ปลีกตัวไปสงบ

อีกนัยหนึ่งชื่อว่า อยนะ เพราะอรรถ
วิเคราะห์ว่า เป็นเครื่องไป อธิบายว่า ไปจาก
สังสารวัฏ สู่นิพพาน.

ทางไปของผู้เป็นเอก ชื่อว่า เอกายนะ.

บทว่า เอกสฺส คือ ของบุคคลผู้ประเสริฐ
สุดแห่งสรรพสัตว์. ก็พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น
ทรงประเสริฐกว่าสรรพสัตว์

เพราะฉะนั้น ท่านจึงอธิบายว่า หนทาง
ของพระผู้มีพระภาคเจ้า

แม้สัตว์เหล่าอื่น ถึงจะเดินไปด้วยหนทาง
นั้นก็จริง แม้เช่นนั้น หนทางนั้นก็เป็นการเดิน
ของพระผู้มีพระภาคเจ้าเท่านั้น

เพราะเป็นทางที่พระองค์ทรงทำให้เกิดขึ้น
เหมือนอย่างที่เราเห็นว่า ดูก่อนพราหมณ์ พระ
ผู้มีพระภาคเจ้านั้นเป็นผู้ทำมรรคที่ยังไม่เกิด
ให้เกิดขึ้น

ทางไปในธรรมวินัยเดียว ชื่อว่า เอกายนะ
ท่านอธิบายว่า หนทางเป็นไปในธรรม
วินัยนี้เท่านั้นไม่เป็นไปในศาสนาอื่น

เหมือนอย่างที่เราเห็นว่า ดูก่อนสุภัททะ
มรรคมืองค์ ๘ ที่เป็นอริยะ บุคคลจะได้ก็แต่ใน
ธรรมวินัยนี้แล

อีกนัยหนึ่ง หนทางไปครั้งเดียว เหตุนั้น
หนทางนั้นจึงชื่อ เอกายนะ.

ท่านอธิบายว่า หนทางแม้เป็นไปโดยมุข
คือ ภาวนามีหลายอย่าง เบื้องต้น ในเมื่อปลาย
ก็ไปสู่พระนิพพานอันเดียวกันนั่นเอง

เหมือนอย่างที่ท่านกล่าวไว้ว่าทำสหัมบตี
พรหมกราบทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า

เอกายัน ชาติขยหุตทสฺสี
 มคฺคํ ปชานาติ หิตานุกมฺปิ
 เอเตน มคฺเคน ตริสฺสุ ปุพฺเพ
 ตริสฺสนหฺติ เย จ ตรฺนหฺติ โอมหฺติ

เกจิ ปน น ปาริ ทิคุณํ ынฺหฺติติ คาทานเยน
 ยสฺมา เอกวาริ นินฺพพานิ คจฺจติ.

ตสฺมา เอกายโนติ วทฺนฺติ. ตํ น ยุชฺชติ.
 อิมสฺส หิ อตฺถสฺส สกึ อยฺโนติ อิมินา
 พุณฺณชเนน ภวิตฺพุฬิ.

ยทิ ปน เอกํ อยฺนมนฺสฺส เอกา คติ
 ปวตฺตตีติ เอวํ อตฺถํ โยเซตฺวา วุจฺเจยฺย. พุณฺ
 ญฺชนิ ยุชฺเชยฺย.

อตฺถอ ปน อุกฺกยถาปี น ยุชฺชติ. กสฺมา.
 อธิ ปุพฺพภากมคฺคสฺส อธิปฺเปตฺตฺตา.

กายาทิจตุอารมฺมณปฺวตฺโต หิ ปุพฺพ
 ภากสตีปฺฏจฺานมคฺโค อธิ อธิปฺเปโต.

น โลกุตฺตโร. โส จ อนเกวาริปี อยฺติ.
 อนเกญฺจสฺส อยฺนํ โหติ .

มคฺโคติ เกนญฺเจน มคฺโค. นินฺพพาน
 คมนญฺเจน นินฺพพานตฺถิกเกหิ มคฺคนิยฺญฺเจน จ.

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเห็นธรรมเป็นที่
 สิ้นชาติ ทรงพระกรุณาอนุเคราะห์ด้วย
 ประโยชน์เกื้อกูล ทรงทราบชัดเอกายนมรรค
 พระพุทธะทั้งหลายในอดีตพากันข้ามโอฆะ
 ด้วยมรรคนั้นมาแล้ว พระพุทธะทั้งหลายใน
 อนาคตก็จัก ข้ามโอฆะด้วยมรรคนั้น และพระ
 พุทธะทั้งในปัจจุบัน ก็ข้ามโอฆะด้วยมรรค
 อย่างเดียวกันนั้นแล

แต่เกจิอาจารย์กล่าวตามนัยแห่งคาถา
 ที่ว่า ชนทั้งหลายไม่ไปสู่ฝั่ง (พระนิพพาน)
 สองครั้ง ดังนี้ว่า

เพราะบุคคลไปพระนิพพานได้คราวเดียว
 ฉะนั้น หนทางนั้นจึงชื่อว่า ไปคราวเดียว. คำ
 นั้นไม่ถูก. เพราะอรรถนี้ จะพึงมีพยัญชนะ
 อย่างนี้ว่า สกึ อยฺโน ไปคราวเดียว. ก็ถ้าหา
 กว่า จะพึงประกอบอรรถะ กล่าวอย่างนี้ว่า
 การไปครั้งเดียว คือการดำเนินครั้งเดียวของ
 มรรคนั้น เป็นไปอยู่ดังนี้ พยัญชนะก็น่าจะถูก.

แต่อรรถะ ไม่ถูกทั้งสองประการ. เพราะ
 เหตุไร. ก็เพราะในที่นี้ ท่านประสงค์แต่มรรคที่
 เป็นส่วนเบื้องต้น.

ท่านประสงค์เอาแต่มรรคที่มีสติปัฏฐาน
 เป็นส่วนเบื้องต้น ซึ่งเป็นไปโดยอารมณ ๔ มี
 กายเป็นต้น

มิได้ประสงค์เอามรรคที่เป็นโลกุตตระ
 ด้วยว่ามรรคที่เป็นส่วนเบื้องต้นนั้นย่อมดำเนิน
 ไปแม้มากครั้ง ทั้งการดำเนินไปของมรรคนั้น
 ก็มีใช้มีครั้งเดียว

ในชื่อว่า มรรค ที่ชื่อว่ามรรค เพราะอรรถ
 ว่าอะไร เพราะอรรถว่าเป็นเครื่องเดินไปสู่
 พระนิพพาน และเพราะอรรถว่า อันผู้ต้องการ
 พระนิพพานพึงค้นหา

๓.๔.๔ อรรถาธิบายบาลีว่า

สตदानํ วิสุทฺธิยา	เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์
โสภปริเทวานํ สมตฺกุกมมาย	เพื่อความก้าวล่วงความโศกและพิโรธรำพัน
ทุกฺขโทมนสฺसानํ อตฺถงฺคมาย	เพื่อความดับสูญ แห่งทุกข์และโทมนัส
ญายสฺส อธิคมาย	เพื่อบรรลุธรรมที่ถูกต้อง
นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยาย	เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน

อรรถกถาสุมงคลวิลาสินี อธิบายว่า

สตदानํ วิสุทฺธิยาติ ราคาที่หิ มเลหิ
อภิขฌาวิสมโลภาที่หิ จ อุปฺกุกิเลเสหิ สงฺกิ
สิฏฺฐจิตฺตทานํ สตฺตทานํ วิสุทฺธตฺถาย.

ตถา หิ อิมินาว มคฺเคน อิตฺถ สตฺสทสฺส-
กปฺปาทิกานํ จตฺตุนฺนํ อสงฺเขยฺยายํ อุปฺริ
เอกสมฺมีเยว กปฺเป นิพฺพตฺเต ตณฺหฺงกร-
เมธฺงกรสรณฺงกรที่ปฺงฺกรนามเก พุทฺเธ อาทิ
กตฺวา สกฺยมนุปริโยसानา อเนกสมฺมาสม
พุทฺธา อเนกสตา ปจฺเจกพุทฺธา คณฺนปถิ
วีติวตฺตา อริยสวากา จาติ อิเม สตฺตา สพฺเพ
จิตฺตมลฺลํ ปวาเหตุวา ปรมวิสุทฺธิ ปตฺตา.

รูปมลฺวเสน สงฺกิเลสโวทานปญฺจตฺติเยว
นตฺถิ.

ยถาห จิตฺตสงฺกิเลสสา ภิกฺขเว สตฺตา
สงฺกิลิสฺสนฺติ. จิตฺตโวทานา สตฺตา วิสุทฺถมฺนฺตีติ.

ตณฺจ จิตฺตโวทานํ อิมินา สติปัฏฺฐานมคฺ
เคน โหติ.

เตนาห สตฺตทานํ วิสุทฺธิยาติ.

ข้อว่า เพื่อความหมดจดของสัตว์ทั้งหลาย
หมายความว่า เพื่อประโยชน์แก่ความหมด
จดของสัตว์ทั้งหลายผู้มีจิตเศร้าหมอง เพราะ
มลทินทั้งหลายมีรากะเป็นต้น และเพราะ
อุปกิเลสทั้งหลาย มีอภิขฌาวิสมโลภะ เป็นต้น

เป็นความจริง สัตว์เหล่านี้คือ พระสัมมา-
สัมพุทธเจ้าเป็นอเนก ตั้งต้นแต่พระพุทธเจ้า
นามว่าตณฺหิงกร เมธิงกร สรณิงกร ที่ปิงกร
ซึ่งปรินิพพานในกัปเดียว เบื้องต้นแต่ ๔
อสงฺขยแสนกัป แต่กัปนี้ลงมา จนถึง
พระพุทธเจ้า นามว่าศากยมนีเป็นที่สุด พระ
ปัจเจกพุทธเจ้าหลายร้อยและพระอริยสวาก
อีกนับไม่ถ้วน ต่างลอยมลทินทางจิตทั้งหมด
ถึงความหมดจดอย่างยิ่งด้วยทางนี้เท่านั้น

การบัญญัติความเศร้าหมองและผ่องแผ้ว
โดยมลทินทางรูปอย่างเดียวไม่มี

เหมือนอย่างที่เราเห็นว่า ดูก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย สัตว์ทั้งหลายย่อมเศร้าหมอง เพราะ
จิตเศร้าหมอง ย่อมบริสุทธิ์ เพราะจิตผ่องแผ้ว

ก็ความผ่องแผ้วแห่งจิตนั้น ย่อมมีได้ด้วย
มรรคคือสติปัฏฐานนี้

เพราะฉะนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า
เพื่อความหมดจดของสัตว์ทั้งหลาย

โสภปริเทวานัน สมติกุกมายาติ โสภสฺส จ
 ปรีเทวสฺส จ สมติกุกมาย. ปหานายาติ อตุโธ.

อัย หิ มคฺโค ภาวีโต สนฺตติมหามตฺตา
 ที่นึ วิย โสภสมติกุกมาย ปฎาจาราที่นึ
 วิย ปรีเทวสมติกุกมาย สัวตฺตติ.

เตนาห โสภปริเทวานัน สมติกุกมายาติ.

ทุกฺขโทมนสฺसानัน อตฺถงฺคมายาติ กายิก
 ทุกฺขสฺส จ เจตสิกโทมนสฺสสฺส จาติ อิมสฺส
 ทฺวินฺน อตฺถงฺคมาย. นิโรธายาติ อตุโธ.

ยายสฺส อธิคมายาติ ฌายโย วุจฺจติ อริโย
 อฏฺฐงฺคโก มคฺโค.

อัย หิ ปุพฺพภาเค โลกิโย สติปฎิจานมคฺโค
 ภาวีโต โลกุตฺตรมคฺคสฺส อธิคมาย สัวตฺตติ.
 เตนาห ฌายสฺส อธิคมายาติ.

นิพฺพานสฺสสจฺฉิกิริยาयाติ ตณฺหาวาน-
 วิรหิตตฺตา นิพฺพานนฺติ ลทฺขนามสฺส อมตฺสฺส
 สจฺฉิกิริยา. อตฺตปจฺจกฺขตาयाติ วุจฺจติ โหติ.

อัย หิ มคฺโค ภาวีโต อนุพฺพเพน
 นิพฺพานสจฺฉิกิริยํ สาเชติ. เตนาห นิพฺพานสฺส
 สจฺฉิกิริยาयाติ.

ตตฺถ กิณฺจาปี สตฺตทานัน วิสุทฺธิยาติ วุจฺเจ
 โสภปริเทวานัน โสภสมติกุกมาที่นึ อาที่นึ
 อตฺถโต สิทฺธาเนว โหนติ.

จเปตฺวา ปน สาสนยฺยุตฺติโกวิทฺเท อญฺเฆสฺ
 น ปากฺฆานี.

ข้อว่า เพื่อก้าวล่วงโสภะ และปริเทวะ
 หมายความว่า เพื่อก้าวล่วง คือละโสภะและ
 ปริเทวะ.

จริงอยู่ มรรคนั้น อันบุคคลเจริญแล้ว ย่อม
 เป็นไปเพื่อก้าวล่วง โสภะ เหมือนอย่าง โสภะ
 ของสันตติมหาอำมาตย์เป็นต้น เพื่อก้าวล่วง
 ปริเทวะเหมือนอย่างปริเทวะของนางปฎาจา
 ราชเป็นต้น

เพราะเหตุนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัส
 ว่า เพื่อก้าวล่วงโสภะ และปริเทวะ.

ข้อว่าเพื่อดับทุกข์และโทมนัส หมายความว่า
 เพื่อตั้งอยู่ไม่ได้คือ ดับทั้งสองนี้ คือ ทุกข์
 ทางกาย และโทมนัสทางใจ.

มรรคมืองค์ ๘ ที่เป็นอริยะ เรียกว่า ฌาย
 ธรรม ในข้อที่ว่า ฌายสฺส อธิคมาย

จริงอยู่ มรรคคือสติปัฏฐาน ที่เป็นโลกิยะ
 เบื้องต้นนั้นอันบุคคลเจริญแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อ
 บรรลุ มรรคที่เป็นโลกุตตร เพราะเหตุนั้น พระ
 ผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า เพื่อบรรลุ ฌายธรรม.

ข้อว่า เพื่อให้แจ้งพระนิพพาน ท่าน
 อธิบายว่า เพื่อให้แจ้งคือเพื่อประจักษ์ด้วย
 ตนเอง ซึ่งอมตธรรมที่ได้ชื่อว่าเป็นนิพพาน
 เพราะเว้นจากตัณหาเครื่องร้อยรัด

จริงอยู่ มรรคนั้น อันบุคคลเจริญแล้ว ย่อม
 ยังการทำให้แจ้งพระนิพพานให้สำเร็จไป
 ตามลำดับ เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า
 จึงตรัสว่า เพื่อให้แจ้งพระนิพพาน ดังนี้.

ในพระสูตรนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัส
 ว่า เพื่อความหมดจดของสัตว์ทั้งหลายแล้ว
 ข้อที่ว่า เพื่อก้าวล่วงโสภะและปริเทวะเป็นต้น
 ก็เป็นอันสำเร็จใจความได้ก็จริง

แต่ยกเว้นผู้ฉลาดรู้ข้อยุติของคำสั่งสอน
 เสียแล้วก็ไม่ปรากฏแก่คนอื่น ๆ ได้

น จ ภควา ปจมี สาสนยุตฺติโกวิทชนํ
กตฺวา ปจฉา ฐมมํ เทเสติ. เตเน เตเนว ปน
สตุเตน ตํ ตํ อตฺถํ ฌาเปสิ .

ตสฺมา อิธ ยํ ยํ อตฺถํ เอกายนมหคฺโค
สาเชติ. ตํ ตํ ปากฺกํ กตฺวา เทเสนฺโต โสภ
ปริเทวานํ สมตฺติกฺกมายาติ อาทิมาน .

ยสฺมา วา ยา สตุตฺตานํ วิสุทฺธิ เอกาย
นมหคฺเคน สํวตฺตติ .

สา โสภปริเทวานํ สมตฺติกฺกเมน โหติ.
โสภปริเทวานํ สมตฺติกฺกโม ทุกฺขโทมนสฺसानํ
อตฺตงฺคเมน.

ทุกฺขโทมนสฺसानํ อตฺตงฺคโม ฌายสฺส
อริคฺเมน. ยายสฺส อริคฺโม นิพฺพานสฺส
สจฺฉิกิริยาย.

ตสฺมา อิมมปิ กมํ ทสฺเสนฺโต สตุตฺตานํ
วิสุทฺธิยาติ วตฺวา โสภปริเทวานํ สมตฺติกฺก
มายาติอาทิมาน.

อปิจ วณฺณภณฺนเมตฺติ เอกายนมหคฺคสฺส.

ยเถว हि ภควา ฐมมํ โว ภิกฺขเว
เทสิสฺสามิ อาทิกฺลยาณํ มชฺฌกฺลยาณํ
ปริโยสานกฺลยาณํ สาทฺถํ สพฺพยฺชนํ เกวล
ปริปฺนุณฺณํ ปริสุทฺธํ พุรฺหมจฺริยํ ปกาสิสฺสามิ
ยทฺธิ ฌ จกฺกานีติ ฌจกฺกเทสฺนาย อฏฺฐทฺธิ
ปเทหิ วณฺณํ อภาสิ.

แต่พระผู้มีพระภาคเจ้าหาได้ทรงทำให้ชน
ผู้ฉลาดรู้ข้อดีของคำสั่งสอนเสียก่อนแล้วทรง
แสดงธรรมในภายหลังไม่ หากแต่ทรงยังชน
ทั้งหลายให้รู้อรรถะนั้นๆ ด้วยสูตรนั้นๆ เลย

เพราะฉะนั้น ในที่นี้ เอกายนมรรคจะยัง
อรรถใด ๆ ให้สำเร็จได้ ก็ทรงแสดงอรรถนั้น
ๆ ให้ปรากฏจึงตรัสชื่อว่า เพื่อก้าวล่วงโสภะ
และปริเทวะเป็นต้น

หรืออีกนัยหนึ่ง ความหมจดจของสัตว์
ทั้งหลายย่อมเป็นไปได้ด้วยเอกายนมรรค

ความหมจดจนั้นย่อมมีได้ด้วยความก้าว
ล่วงโสภะ และปริเทวะ ความก้าวล่วงโสภะและ
ปริเทวะย่อมมีได้ด้วยความดับทุกข์และ
โทมนัส

ความดับทุกข์และโทมนัสย่อมมีได้ด้วย
การบรรลุญาณธรรม การบรรลุญาณธรรมย่อม
มีได้ด้วยการทำให้แจ้งพระนิพพาน

เพราะฉะนั้น เมื่อจะทรงแสดงลำดับการ
อันนี้ จึงตรัสว่าเพื่อความหมจดจของสัตว์
ทั้งหลาย แล้วตรัส ขั้วว่า เพื่อก้าวล่วงโสภะ
และปริเทวะเป็นต้นไป

อีกนัยหนึ่ง คำที่กล่าวมานี้เป็นการ
พรรณนาคุณของเอกายนมรรค.

เปรียบเหมือนอย่างว่า พระผู้มีพระภาค
เจ้าได้ตรัสคุณด้วยบททั้ง ๘ ด้วย ฉฉกก
เทศนา (ฉฉกกสูตร) ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
เราจักแสดงแก่ท่านทั้งหลาย ถึงธรรมอันงาม
ในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง งามในเบื้อง
ปลาย จักประกาศพรหมจรรย์อันบริสุทธิ์
บริบูรณ์สิ้นเชิงพร้อมทั้งอรรถพร้อมทั้ง
พยัญชนะ คือ ฉฉกกธรรม ๖ ดังนี้ ฉนี้ใจ

ยถา จ อริยวิสเทศนาย จตฺตาโรเม
ภิกฺขเว อริยวสา อคฺคณฺณารตฺตณฺณา วิสณฺณา
โปราณา.

อสงฺกิณฺณา อสงฺกิณฺณปฺพุพา น สงฺกียนฺติ
น สงฺกียิสฺสนฺติ อปฺปฏิกุฏฺฐจา สมณฺเหติ พฺราหฺม
มณฺเหวิญฺญูหีติ นวหิปเทหิ วณฺณํ อภาสิ

เอวํ อิมฺสฺสาปี เอกายนฺมคฺคสฺส สฺตฺตานํ
วิสุทฺธิยาติ อาทีหิ สฺตฺตฺหิ ปเทหิ วณฺณํ
อภาสิ.

กสฺมาติ เจ. เตสํ ภิกฺขุณํ อุตฺตฺสาหชนนฺตถํ.

วณฺณภาสํ หิ สฺตฺวา เต ภิกฺขู อโย กิร
มคฺโค หทยสนฺดาปฺภุตํ โสภํ. วาจาวิปฺปลาป
ภุตํ ปรีเทวํ. กายิกํ อสฺตฺภุตํ ทุกฺขํ. เจตฺสิกํ
อสฺตฺภุตํ โทมนฺสฺสนฺติ จตฺตาโร อฺปทุทเว
หฺรติ วิสุทฺธิ ฌายํ นิพฺพานนฺติ ตโย วิเสเส
อวหตีติ อุตฺตฺสาหชาตา อิมํ ฆมฺมเทสนํ
อคฺคเหตุพฺพํ ปรียาปฺถนิตพฺพํ ฐาเรตพฺพํ วา
เจตพฺพํ.

อิมญจ มคฺคํ ภาเวตพฺพํ มญฺญิสฺสนฺติ.

อิติ เตสํ ภิกฺขุณํ อุตฺตฺสาหชนนฺตถํ วณฺณํ
อภาสิ.

และตรัสคุณด้วยบททั้ง ๙ ด้วย อริยวังส
เทศนาว่า ตูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยวงศ์ ๔
เหล่านี้รู้กันว่าเลิศมีมานาน เป็นวงศ์พระอริยะ
เป็นของเก่า

ในอดีตก็ไม่มีใครรังเกียจไม่เคยรังเกียจ
ในปัจจุบันก็ไม่รังเกียจกัน ในอนาคตก็จักไม่
รังเกียจกัน สมณพราหมณ์ผู้รู้ก็ไม่เกลียดแล้ว
ดังนี้ ฉันทใด

พระผู้มีพระภาคเจ้าก็ได้ตรัสคุณของ
เอกายนมรรค แม้อันนี้ด้วยบททั้ง ๗ มีว่า เพื่อ
หมดจดของสัตว์ทั้งหลาย เป็นต้น ก็ฉันทนั้น

ถ้าจะถามว่าเพราะเหตุใด ก็ตอบได้ว่า
เพื่อให้เกิดอุตสาหะ

จริงอยู่ ภิกษุเหล่านั้นฟังการตรัสคุณของ
เอกายนมรรครู้ว่า มรรคนี้นำไปซึ่งอุปัตทวะ ๔
คือ โสกะอันเป็นเครื่องเผาใจ ปรีทวะอันเป็น
การพิโรธำพัน ทุกขะอันเป็นความไม่สำราญ
ทางกาย โทมนัสอันเป็นความไม่สำราญทาง
ใจ นำมาซึ่งคุณวิเศษ ๓ คือ วิสุทธิ ฌายธรรม
พระนิพพาน ดังนี้แล้วก็เกิดอุตสาหะ สำคัญ
เทศนาที่ว่า ควรเล่า ควรเรียน ควรทรงจำ
ควรบอกกล่าว

และจักสำคัญมรรคอันนี้ว่า ควรเจริญ

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัส
คุณ(ของเอกายนมรรค) เพื่อให้เกิดอุตสาหะ
แก่ภิกษุเหล่านั้น.

สติเยว สติปัฏฐานัน.
 อถวา สรณญฺเจน สติ.

อุปัฏฺฐานญฺเจน ปฏฺฐานัน.
 อิติ สติ จ สา ปฏฺฐานญฺจาติปิ สติปัฏฺฐานัน. อิทมิธ อธิปฺเปตํ .

ยทิ เอวํ กสฺมา สติปัฏฺฐานาติ พหฺวจัน.
 สติพหฺตุตฺตา. อารมฺมณฺเภาเทน ทิ พหฺกา เอตา สติโย.

อถ มคฺโคติ กสฺมา เอกวจัน.
 มคฺคญฺเจน เอกตฺตา. จตฺสฺโสปี ทิ เอตา สติโย มคฺคญฺเจน เอกตฺตํ คจฺจนฺติ.

วฺตุตฺตํ เหน็ด มคฺโคติ เกนญฺเจน มคฺโค.

นิพฺพานคฺมนญฺเจน. นิพฺพานตฺถิเกหิ มคฺคณิยญฺเจน จาติ. จตฺสฺโสปี เจตา อปรภาเค กายาทิสฺสุ อารมฺมณฺสฺสุ กิจจํ สาชฺยมานา นิพฺพานํ คจฺจนฺติ.

อาทิโต ปฏฺจาย จ นิพฺพานตฺถิเกหิ มคฺคิยนฺติ. ตสฺมา จตฺสฺโสปี เอโก มคฺโคติ วฺจฺจนฺติ.

เอวญฺจ สติวจฺนานุสฺสนฺธินา สานุสฺสนฺธิกาเว เทสนา โหติ.

มารเสนปฺปมทฺทหนํ โว ภิกฺขเว มคฺคํ เทเสสฺสามิ. ตํ สฺขณฺณ.

กตโม จ ภิกฺขเว มารเสนปฺปมทฺทโน มคฺโค. ยทิทํ สตฺต สมนฺโพชฺฆมฺงฺคาติ อาทิสฺสุ วิย.

สตินั้นเอง ชื่อว่าสติปัฏฐาน
 อีกนัยหนึ่ง ที่ชื่อว่าสติ เพราะอรรถว่า
 ระลึกได้

ชื่อว่า ปฏฺฐาน เพราะอรรถว่าเข้าไปตั้งไว้
 เพราะฉะนั้น สตินั้นด้วย ปฏฺฐานด้วย จึง
 ชื่อว่าสติปัฏฐาน

ถามว่า หากเป็นเช่นนั้นเหตุไร คำว่าสติ
 ปฏฺฐานจึงเป็นคำพหูพจน์ ตอบว่า เพราะต้อง
 มีสติมาก เป็นความจริงสติเหล่านั้นมีมาก
 เพราะต่างแห่งอารมณ์

เหตุไรคำว่า มรรค จึงเป็นเอกวจนะ
 ตอบว่า เพราะมีทางเดียว ด้วยอรรถว่า
 เป็นมรรค เป็นความจริง สติเหล่านั้นแม้มี ๔
 ก็นับว่าทางเดียว ด้วยอรรถว่าเป็นมรรค

สมจริงดังที่ท่านกล่าวไว้ว่า ถามว่า ในคำ
 ว่ามรรค ที่ชื่อว่ามรรค เพราะอรรถว่าอะไร

ตอบว่า เพราะอรรถว่าเป็นเครื่องไปสู่
 พระนิพพานด้วย เพราะอรรถว่า ผู้ต้องการ
 พระนิพพานจะพึงค้นหาด้วย สติทั้ง ๔ นั้นทำ
 กิจให้สำเร็จ ในอารมณ์ทั้งหลาย มีกายเป็น
 ต้นจึงถึงพระนิพพานในภายหลัง

แต่ผู้ต้องการพระนิพพานทั้งหลาย จำต้อง
 ดำเนินไปตั้งแต่ต้นมา เพราะฉะนั้น สติทั้ง ๔
 จึงเรียกว่า หนทางเดียว

เทศนาพร้อมด้วยอนุสนธิ ย่อมมีด้วยการ
 อนุสนธิคำว่าสติ

เหมือนดังในบาลีทั้งหลาย (สังยุตตนิกาย
 มหาวารวรรค)เป็นต้นว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
 เราจักแสดงมรรค เป็นเครื่องกำจัดกองทัฬมาร
 เธอจงฟัง

มรรคนั้นเป็นเครื่องกำจัดกองทัฬมารเป็น
 อย่างไม่รู้ คือสัมโพชฆมฺงฺค ๗ ดังนี้

ยถา มารเสนปฺปมทุทโนติ จ สตุต
สมโพชฌงฺกาติ จ อตุถโต เอกํ. พุยณฺชนเมว
น่าน.

เอวํ เอกายนฺมคฺโคติ จ จตุตาโร สติปฏฺฐ
จานาติ จ อตุถโต เอกํ. พุยณฺชนเมว น่าน.
ตสฺมา มคฺคภูเจน เอกตฺตา เอกวจนํ.

อารมฺมณภเวทน สติพฺหุตฺตา พฺหุวจนํ
เวทิตพฺพ.

กสฺมา ปน ภควตา จตุตาโรว สติปฏฺฐจนา
วตุตฺตา อานุนา อนธิกาติ. เวเนยฺยหิตตฺตา.

ตณฺหาจริตฺติภูจิจริตสมถยานิกวิปัสสนา
ยานิเกสุ หิ มนฺหติภฺขวเสน เทวธา ปวตฺเตสุ
เวเนยฺเยสุ มนฺทสฺส ตณฺหาจริตฺตสฺส โอปาริกํ
กายานุปัสสนาสติปฏฺฐจานํ วิสุทฺธิมคฺโค.

ติภฺขสฺส สฺขุมํ เวทนานุปัสสนาสติปฏฺฐจานํ.

ทิภูจิจริตฺตสฺสปี มนฺทสฺส นาติปฺปเภทคตํ
จิตฺตานุปัสสนาสติปฏฺฐจานํ วิสุทฺธิมคฺโค.

ติภฺขสฺส อติปฺปเภทคตํ ฐมฺมานุปัสสนา
สติปฏฺฐจานํ วิสุทฺธิมคฺโค.

สมถยานิกสฺส จ มนฺทสฺส อภิจฺเจน
อริคนฺตพฺพนิมิตฺตํ ปจฺมํ สติปฏฺฐจานํ วิสุทฺธิมคฺ
โค

คำว่า มรรคเป็นเครื่องกำจัดกองทัฬมาร
และคำว่า สัมโพชฌงค์ ๗ โดยอรรถก็เป็นอัน
เดียวกัน ต่างกันแต่พยัญชนะเท่านั้น ฉนฺได

คำว่า เอกายนมรรคกับคำว่า สติปัฏฐาน
๔ โดยอรรถก็เป็นอันเดียวกัน ต่างกันแต่
พยัญชนะเท่านั้น ก็ฉนฺนั้น เพราะฉนฺนั้น
บัณฑิตพึงทราบว่าเป็นเอกวจนะ ก็เพราะเป็น
ทางเดียว ด้วยอรรถว่าเป็นมรรค

เป็นพหุวจนะ ก็เพราะมีสติมาก โดยความ
ต่างแห่งอารมณ์

ถามว่า ก็เพราะเหตุไร พระผู้มีพระภาค
เจ้าจึงตรัสสติปัฏฐานว่ามี ๔ ไม่หย่อนไม่ยิ่ง.
ตอบว่า เพราะทรงให้เป็นประโยชน์แก่กุล แก่
เวไนยสัตว์.

แท้จริง ในจำพวกเวไนยสัตว์ที่เป็นตณฺหา
จริต ติภูจิจริต ผู้เป็นสมถยานิก และวิปัสสนา
ยานิก ที่เป็นไปโดยส่วนทั้งสอง คือ ปัญญา
อ่อนและปัญญากล้า กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
มีอารมณ์หยาบเป็นทางหมดจด สำหรับเวไนย
สัตว์ผู้มีตณฺหาจริต มีปัญญาอ่อน

เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานมีอารมณ์
ละเอียด เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์
ผู้มีตณฺหาจริต มีปัญญากล้า

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานที่มีอารมณ์ไม่
แยกออกมากนักเป็นทางหมดจด สำหรับ
เวไนยสัตว์ผู้มีทิภูจิจริต มีปัญญาอ่อน

ฐมฺมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่มีอารมณ์แยก
ออกมาก เป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์
ผู้มีทิภูจิจริต มีปัญญากล้า

อนึ่ง สติปัฏฐานข้อ ๑ ที่มีนิมิตอันจะพึง
บรรลุได้โดยไม่ยาก เป็นทางหมดจด สำหรับ
เวไนยสัตว์ผู้เป็นสมถยานิก มีปัญญาอ่อน

ติกุขสฺส โอพาริการมฺมเณ อสฺนฺจหนโต
ทฺตีย์.

วิปฺสฺสนา ยานิกสฺสาปิ มนฺทสฺส นาติปฺป
เภทคตารมฺมณฺ ตตีย์.

ติกุขสฺส อติปฺปเภทคตารมฺมณฺ จตุตถํ.

อิติ จตฺตาโรว วุตฺตา อฺนฺนา อนฺธิกาติ.

สุภสฺสฺนิจฺจอตฺตภาววิปฺลลาสฺปฺปหานตถํ
วา.

กาโย หิ อสุภ. ตตฺถ จ สุภวิปฺลลาส
วิปฺลลตฺตา สตฺตา. เตสํ ตตฺถ อสุภภาวทฺส
สเนน ตสฺส วิปฺลลาสฺส ปหานตถํ ปจฺม
สติปัฏฺฐานํ วุตฺตํ.

สุขํ นิจฺจํ อตฺตาทิ คหิตฺสฺปิ จ เวทนาทีสุ
เวทนา ทุกฺขา จิตฺตํ อนิจฺจํ ฆมฺมา อนตฺตา.

เอเตสุ จ สุขนิจฺจอตฺตวิปฺลลาสฺวิปฺลลตฺตา
สตฺตา.

เตสํ ตตฺถ ทุกฺขาทีภาวทฺสสเนน เตสํ
วิปฺลลาसानํ ปหานตถํ เสสานิ ตีณิ วุตฺตา

อิติ เอวํ สุภสฺสฺนิจฺจอตฺตภาววิปฺลลาสฺป
ปหานตถํ จตฺตาโรว วุตฺตา อฺนฺนา อนฺธิกาติ
เวทิตฺทฺพา. น เกวลญฺจ วิปฺลลาสฺปฺปหานตฺถ
เมว .

อถ โข จตุโรฆโยคาสวคณฺจอุปาทาน
อคติปฺปหานตถํปิ จตุพฺพิธาหารปริณฺตถํ จ
จตฺตาโรว วุตฺตาทิ เวทิตฺทฺพา.

อຍံ တာဝ ပကရဏနယံ.

สติปัฏฐานข้อที่ ๒ เพราะไม่ตั้งอยู่ใน
อารมณ์อย่างหยาบ จึงเป็นทางหมดจดสำหรับ
เวไนยสัตว์ผู้เป็นสมถยานิก มีปัญญากล้า

สติปัฏฐาน ข้อที่ ๓ มีอารมณ์ที่แยกออก.
ไม่มากนัก เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนย
สัตว์ผู้เป็นวิปัสสนายานิกมีปัญญาอ่อน

สติปัฏฐานข้อที่ ๔ มีอารมณ์ที่แยกออกมาก
เป็นทางหมดจดสำหรับเวไนยสัตว์ผู้เป็น
วิปัสสนายานิกมีปัญญากล้า

เพราะเหตุดังนั้น จึงกล่าวว่าสติปัฏฐานมี
๔ เท่านั้น ไม่หย่อนไม่ยิ่ง.

อีกอย่างหนึ่ง ก็ เพื่อละเสียซึ่งวิปลาส
ความสำคัญผิดว่างาม สุข เทียง เป็นตัวตน

แท้จริง กายเป็นอสุภะไม่งาม แต่สัตว์
ทั้งหลายก็ยังสำคัญว่างาม ด้วยทรงแสดง
ความไม่งามในกายนั้นแก่สัตว์เหล่านั้นจึงตรัส
สติปัฏฐานข้อที่ ๑ เพื่อละวิปลาสนั้นเสีย

และในเวทนาเป็นต้น ที่สัตว์ยึดถือว่าสุข
เที่ยงเป็นตัวตน เวทนาก็เป็นทุกข์ จิตไม่เที่ยง
ธรรมทั้งหลายเป็นอนัตตา

แต่สัตว์ทั้งหลายก็ยังสำคัญว่า สุข เทียง
เป็นตัวตน ในเวทนา จิต ธรรมนั้น

ด้วยทรงแสดงความเป็นทุกข์เป็นต้น ใน
เวทนา จิต ธรรมนั้นแก่สัตว์เหล่านั้น จึงตรัส
สติปัฏฐาน ๓ ที่เหลือเพื่อละวิปลาสเหล่านั้น

เพราะฉะนั้น บัณฑิตพึงทราบที่ตรัสว่า
สติปัฏฐาน ๔ ไม่หย่อนไม่ยิ่ง ก็เพื่อละ
ความสำคัญผิดว่า งาม สุข เทียง และตัวตน
เสีย มิใช่เพื่อละวิปลาสอย่างเดียวเท่านั้น

บัณฑิตพึงทราบที่ตรัสสติปัฏฐาน ๔ ก็
เพื่อละโอฆะ โยคะ อาสวะ คณฺฐะ อุปาทาน
และอคติ อย่างละ ๔ ด้วย เพื่อกำหนดรู้อาหาร
๔ อย่างด้วย

อภูจกถาย ปน สรณวเสน เจว เอกตตสโม
สรณวเสน จ เอกเมว สติปัญญา อารมมณ
วเสน จตตารโธติ เอตเทว วุตตัม.

ยถา หิ จตุทฺวาเร นคเร ปาจันโต
อาคจฺจนฺตา ปาจันทิสาย อฏฺฐานกั ภาณฺทํ
คเหตุวา ปาจันทฺวาเรน นครเมว ปวิสฺนฺติ.

ทกฺขิณฺโต. ปจฺฉิมฺโต.

อฺุตฺตรโต อาคจฺจนฺตา อฺุตฺตรทิสาย อฏฺฐา
นํ ภาณฺทํ คเหตุวา อฺุตฺตรทฺวาเรน นครเมว
ปวิสฺนฺติ.

เอวํ สมฺปทมิทํ เวทิตพฺพํ.

นคฺร์ วิย หิ นิพฺพานํ มหานครํ.

ทวาร์ วิย อฏฺฐจฺงคิโก โลกุตฺตรมคฺโค
ปาจันทิสาทโย วิย กายาทโย.

ยถา หิ ปาจันโต อาคจฺจนฺตา ปาจันทิสาย
อฏฺฐาณกั ภาณฺทํ คเหตุวา ปาจันทฺวาเรน นคร
เมว ปวิสฺนฺติ.

เอวํ กายานุสฺสนามุเขน อาคจฺจนฺตา
จฺทฺทสฺวิเชน กายานุสฺสนํ ภาเวตฺวา กายา
นุสฺสนาภาวนานุภาวนิพฺพตฺเตน อริยมคฺ
เคน เอกํ นิพฺพานเมว โอสฺรณฺติ.

ยถา ทกฺขิณฺโต อาคจฺจนฺตา ทกฺขิณทิสาย
อฏฺฐาณกั ภาณฺทํ คเหตุวา ทกฺขิณทฺวาเรน
นครเมว ปวิสฺนฺติ.

เอวํ เวทนานุสฺสนามุเขน อาคจฺจนฺตา
นวิเชน เวทนานุสฺสนํ ภาเวตฺวา เวทนา
นุสฺสนาภาวนานุภาวนิพฺพตฺเตน อริยมคฺเคน
เอกํ นิพฺพานเมว โอสฺรณฺติ.

ส่วนในอรรถกถาท่านกล่าวว่า สติปัฏฐาน
มีอันเดียวเท่านั้น โดยเป็นความระลึกและโดย
เป็นที่ประชุมลงเป็นอันเดียวกัน มี ๔ ด้วย
อำนาจอารมณ์

เปรียบเหมือนพระนครมี ๔ ประตู คนที่มา
แต่ทิศตะวันออก นำสิ่งของที่อยู่ทางทิศ
ตะวันออกมา เข้าพระนครทางประตูทิศ
ตะวันออก

คนที่มาแต่ทิศใต้ ทิศตะวันตกก็เหมือนกัน
คนที่มาแต่ทิศเหนือก็นำสิ่งของที่อยู่ทาง
ทิศเหนือ มาเข้าพระนครทางประตูทิศเหนือ
ฉันใด

ข้ออุปไมยนี้ก็ฉันนั้น

จริงอยู่นิพพาน เปรียบเหมือนนคร

โลกุตตรมรรคมืองค์แปด เปรียบเหมือน
ประตูพระนคร สติปัฏฐานมีกายเป็นต้นเปรียบ
เหมือนทิศทั้งหลายมีทิศตะวันออกเป็นต้น

ก็คนที่มาแต่ทิศตะวันออกนำสิ่งของที่อยู่
ทางทิศตะวันออกมาเข้าพระนครทางประตูทิศ
ตะวันออก ฉันใด

ผู้ปฏิบัติโดยมุขแห่งกายานุสสนา เจริญ
กายานุสสนา ๑๔ วิธี ย่อมหยั่งลงสู่พระ
นิพพานอันเดียวกันนั่นเอง ด้วยอริยมรรคที่
เกิดจากอานุภาพแห่งการเจริญกายานุสสนา
ก็ฉันนั้น.

คนที่มาแต่ทิศใต้ นำสิ่งของที่อยู่ ทางทิศ
ใต้ ย่อมเข้ามาสู่พระนครทางประตูทิศใต้ฉันใด

ผู้ปฏิบัติโดยมุขแห่งเวทนานุสสนา เจริญ
เวทนานุสสนา ๙ วิธี ย่อมหยั่งลงสู่พระ
นิพพานอันเดียวกันนั่นเอง ด้วยอริยมรรคที่
เกิดจากอานุภาพแห่งการเจริญเวทนานุสสนา
ก็ฉันนั้น

ยถา ปจฺจิมโต อากจฺจนฺตา ปจฺจิมทิสาย อุกฺกฺขณกั ภาณฺหิ คเหตุวา ปจฺจิมทฺวา เรน นครเมว ปวิสฺสตี.

เอวํ จิตฺตานุปฺสฺสนามุเขน อากจฺจนฺตา โสฬสฺวิเชน จิตฺตานุปฺสฺสนํ ภาเวตฺวา จิตฺตานุปฺสฺสนาภาวนานูปฺภาวนินิพฺพตฺเตน อริยมคฺเคน เอกํ นิพฺพานเมว โอสฺรณฺตี.

ยถา อุตฺตรโต อากจฺจนฺตา อุตฺตรทิสาย อุกฺกฺขณกั ภาณฺหิ คเหตุวา อุตฺตรทฺวาเรน นครเมว ปวิสฺสตี.

เอวํ ฐมฺมานุปฺสฺสนามุเขน อากจฺจนฺตา ปญฺจวิเชน ฐมฺมานุปฺสฺสนํ ภาเวตฺวา ฐมฺมานุปฺสฺสนาภาวนานูปฺภาวนินิพฺพตฺเตน อริยมคฺเคน เอกํ นิพฺพานเมว โอสฺรณฺตี.

เอวํ สรณฺวเสน เจว เอกตฺตสโมสรณฺวเสน จ เอกเมว สติปฺภฺจัน อารมฺมณฺวเสน จตฺตาโร วุตฺตาตี เวทิตฺตฺวา .

คนที่มาแต่ทิศตะวันตกนำสิ่งของที่อยู่ทางทิศตะวันตกย่อมนำมาสู่พระนครทางประตูทิศตะวันตกฉันใด

ผู้ปฏิบัติโดยมุขแห่งจิตตานุปัสสนา เจริญจิตตานุปัสสนา ๑๖ วิธี ย่อมหยั่งลงสู่พระนิพพานอันเดียวกันนั้นเองด้วยอริยมรรคที่เกิดจากอานุภาพแห่งการเจริญจิตตานุปัสสนาฉันนั้น

คนที่มาแต่ทิศเหนือนำสิ่งของที่อยู่ทางทิศเหนือ ย่อมเข้ามาสู่พระนครทางประตูทิศเหนือฉันใด

ผู้ปฏิบัติโดยธัมมานุปัสสนา เจริญธัมมานุปัสสนา ๕ วิธี ย่อมหยั่งลงสู่พระนิพพานอันเดียวกันนั้นเองด้วยอริยมรรคที่เกิดจากอานุภาพแห่งการเจริญธัมมานุปัสสนาก็ฉันนั้น

พึงทราบเวลาที่กล่าวว่า สติปัฏฐานมีอันเดียวกันนั้น ก็ด้วยอำนาจความระลึกได้ อย่างหนึ่ง ด้วยอานุภาพประชุมลงสู่ความเป็นอันเดียวกันหนึ่ง ที่กล่าวว่า มี ๔ ก็โดยจัดตามอารมณ์

๓.๔.๖ อรรถาธิบายบาลี ว่า

อิธ ภิกขเว ภิกขุ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
กาเย กายานุปัสสี วิหริติ	มีสติตามพิจารณาเห็นกายในกายอยู่เนื่อง ๆ
อาตาปี	มีความเพียรเพ่งเผากิเลสให้เร่าร้อน
สมปชาโน	มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามสภาวะ
สติมา	มีความระลึกถึงตัว

วิเนยฺย โลกํ อภิชฌาโทมนสฺสํ. พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

อรรถกถาสุมงฺคฺลวิลาสินี อธิบายว่า

อิธาติ อิมสฺมี สาสเน. ภิกขุติ ปฏิปตฺติ-
สมปาทกปฺกคฺคณิทสฺสนเมตฺตํ.

คำว่า ในธรรมวินัยนี้ คือ ในพระศาสนา.
คำว่า ภิกษุ นั้น เป็นคำแสดงถึงบุคคล ผู้ถึงพร้อมด้วยข้อปฏิบัติ.

อญฺเฌปี จ เทวมนุสฺสา ปฏิปตฺตี สม
ปาเทนฺติเยว. เสฏฺฐจตฺตา ปน ปฏิปตฺติยา
ภิกขุภาวทสฺสนโต จ ภิกขุติ อาท.

เทวดา และมนุษย์แม้เหล่าอื่น ก็ดำเนินการปฏิบัติให้พร้อมเหมือนกัน. แต่ที่ตรัสว่า ภิกษุ ก็เพราะเป็นผู้ประเสริฐ อย่างหนึ่ง เพราะทรงแสดงภาวะของภิกษุด้วยการปฏิบัติอย่างหนึ่ง.

ภควโต อนุสาสนึ สมฺปฏิจฺจนฺเตสุ ภิกขุ
เสฏฺฐโจ. สพฺพปปรการาย อนุสาสนียา ภาชน
ภาวโต. ตสฺมา เสฏฺฐจตฺตา ภิกขุติ อาท.

ในบุคคลทั้งหลายผู้รับคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า ภิกษุเป็นผู้ประเสริฐ เพราะเป็นประหนึ่งภาชนะรองรับคำสั่งสอนมีประการต่าง ๆ ฉะนั้น จึงตรัสว่า ภิกษุ เพราะเป็นผู้ประเสริฐ แต่เมื่อทรงถือเอาภิกษุ แล้วคนทั้งหลายที่เหลือ ก็เป็นอันทรงถือเอาด้วยเหมือนอย่างในการเสด็จพระราชดำเนิน เป็นต้น เหล่าราชบริพารนอกนั้น ก็เป็นอันทันทรวมไว้ด้วยศัพท์ว่า ราช.

ตสฺมี คหิตเต ปน เสสา คหิตาว โหนฺติ ราช
คมนาทีสุ ราชคฺคหณฺเน เสสปริสา วีย.

โย จ อิมํ ปฏิปตฺตี ปฏิปชฺชติ. โส ภิกขุ
นาม โหตีติ ปฏิปตฺติยา ภิกขุภาวทสฺสนโตปิ
ภิกขุติ อาท.

ผู้ใดปฏิบัติข้อปฏิบัตินี้ ผู้นั้นย่อมชื่อว่า ภิกษุ เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า ภิกษุ ก็เพราะจะทรงแสดงภาวะของภิกษุด้วยการปฏิบัติ.

ปฏิปนฺนโก หิ เทโว วา โหตุ มนุสฺโส
วา ภิกขุติ สงฺขยํ คจฺจติเยว. ยถาห

อลงฺกโต เจปี สมํ จเรยฺย
สนฺโต ทนฺโต นียโต พฺรหฺมจารึ
สพฺเพสุ ภูเตสุ นิธาย ทณฺฑํ
โส พฺรหฺมโณ โส สมโณ ส ภิกขุติ.^๕

เป็นความจริง ผู้ปฏิบัติจะเป็นเทวดา หรือมนุษย์ก็ตาม ย่อมนับได้ว่า เป็นภิกษุทั้งนั้น. เหมือนอย่างที่ตรัสไว้ว่า หากว่าบุคคลมีธรรมประดับแล้ว เป็นผู้สงบแล้ว ฝึกแล้ว เป็นคนแน่ เป็นพรหมจารี เลิกอาชญากรรมในสัตว์ทั้งปวงพึงประพฤติ สม่่าเสมออยู่ไซ้ ผู้นั้นก็ชื่อว่า พราหมณ์ ผู้นั้นก็ชื่อว่า สมณะ ผู้นั้นก็ ชื่อว่า ภิกษุ ดังนี้.

^๕ที่ขมุกายภูจกถา (สุมงฺคฺลวิลาสินี ๒) หน้า
๖๐๕

กาเยติ รูปกาเย. รูปกาโย หิ อิท
องคฺปจฺจฺคานํ เกสาทินญจ ฐมฺมานํสมฺภูญฺเจน
หตฺติกายรตฺตกายาทโย วีย กาโยติ อธิปฺเปโต.

ยถา จ สมฺภูญฺเจน.

เอวํ กุจฺฉิตานํ आयญฺเจน.

กุจฺฉิตานํ หิ ปรมฺเชคฺคฺจฺฉานํ โส อาโยติปิ
กาโย. อาโยติ อฺปฺปตฺติเตโส.

ตตฺถายํ วจฺนญฺโจ. आयนฺติ ตโตติ
อาโย. เก आयนฺติ. กุจฺฉิตา เกสาทโย. อิติ
กุจฺฉิตานํ อาโยติ อาโย.

กายานุสฺสึติ กาเย อนุสฺสสนฺสีโล กายฺวา
อนุสฺสสมาโน.

กาเยติ จ วตฺวาปิ ปฺน กายานุสฺสึติ
หุติยกายคฺคฺคณฺ อสมฺมิสฺสโต ววตฺถานมฺนวิ
นิพฺโปกคาคาทิสฺสนตฺถํ กตฺนฺติ เวทิตพฺพํ.

เตน น กาเย เวทฺหนานุสฺสึ วา
จิตฺตฐมฺมานุสฺสึ วา.

อถโข กายานุสฺสึเยวาทิ กายสงฺขาเต
วตฺถุสฺมี กายานุสฺสฺนาการสฺเสว ทสฺสเนน
อสมฺมิสฺสโต ววตฺถานํ ทสฺสิตํ โหติ.

ตถา น กาเย องคฺปจฺจฺคฺวินิมฺุตต
เอกฐมฺมานุสฺสึ. นาปิ เกสโลมาทิวินิมฺุตตอิตฺติ
ถิปฺริสฺสานุสฺสึ.

คำว่า ในกาย คือ ในรูปกาย. จริงแล้ว รูป
ภายในที่นั่นประสงคฺเอกาย เพราะอรรถว่า เป็น
ที่รวมอวัยวะน้อยใหญ่ และธรรมทั้งหลายมีผม
เป็นต้น เหมือนตัวของช้าง ตัวของรถ

ที่ชื่อว่ากายเพราะอรรถว่าเป็นที่รวมฉันใด

ที่ชื่อว่ากาย เพราะอรรถว่าเป็นแหล่งที่มา
ของสิ่งที่น่ารังเกียจฉันนั้น

จริงแล้ว กายนั้นเป็นแหล่งที่มาของสิ่งน่า
รังเกียจ คืออย่างยิ่ง แม้เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่า
กาย. คำว่าเป็นแหล่งที่มา คือเป็นถิ่นเกิด

ใจความของคำนั้น มีดังนี้ ธรรมชาติ
ทั้งหลายมาแต่กายนั้น เหตุนี้กายนั้น จึงชื่อว่า
เป็นแหล่งที่มา. อะไรมา. สิ่งอันน่าเกลียด
ทั้งหลายมีผมเป็นต้นย่อมมา ชื่อว่าอายะ เพราะ
เป็นแหล่งมาแห่งสิ่งน่าเกลียดทั้งหลาย

คำว่า พิจารณาเห็นกาย ความว่า มีปกติ
พิจารณาเห็นในกาย หรือพิจารณาเห็นกาย

พระผู้มีพระภาคเจ้าแม้จะตรัสว่าในกายแล้ว
บัณฑิตพึงทราบวาทรงกระทำศัพท์ว่ากาย ครั้งที่
สอง ว่าพิจารณาเห็นกายอีกครั้งหนึ่ง เพื่อทรง
แสดงการกำหนด และการแยกออกจากก่อนเป็น
ต้นโดยไม่ปนกัน

ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในกายหรือ
พิจารณาเห็นจิตในกาย หรือพิจารณาเห็นธรรม
ในกายหาไม่ได้

ที่แท้พิจารณาเห็นกายในกายต่างหาก
เพราะฉะนั้น จึงเป็นอันทรงแสดงการกำหนดไม่
ปนกันด้วยทรงแสดงอาการ คือพิจารณาเห็น
กายในวัตถุที่นับว่ากาย.

จริงอยู่ในข้อนั้น กายแม้ฉันใด ที่นับว่าเป็นที่
รวมของภูตรูปและอุปาทายรูป มีผมขนเป็นต้น
มิใช่พิจารณาเห็นธรรมอย่างหนึ่งที่พ้นจากภูตรูป
และอุปาทายรูป

โยปี เจตถ เกสโลมาทิกโก ภูตูปา
ทายสมุหสงขาโต กาโย.ตตถปิ น ภูตูปา
ทายวินิมุตตเอกธมมานุปลสฺสี.

อถโข รตสมุฏารานุปลสฺสโก วีย องค-
ปจจกสมุหานุปลสฺสี นคราวยวานุปลสฺสโก วีย
เกสโลมาทิสุมุหานุปลสฺสี กทลิกขนุชปตตวฏฺฐิ
วินิพุกุชชโก วีย รัตตมุกฺขิจินิพเพชโก วีย จ
ภูตูปาทายสมุหานุปลสฺสีเยวาติ นานปฺปการโต
สมุหเสเนว กายสงขาตสฺส จ วตฺถุโน
ทสฺสเนน ฆนวินิพุกุโโค ทสฺสโต โหติ.

น เหตุถ ยถาวุตตสมุหวินิมุตฺโต กาโย
วา ปุริโส วา อิตฺถิ วา อณฺโณ วา โกจิ
ธมฺโม ทิสฺสติ.

อโย หิ เอตสฺมี กาเย กายานุปลสฺสีเยว.
น อณฺณธมฺมานุปลสฺสีติ วุตฺตํ โหติ.

ยถา อนุทกภูตายปิ มรีจียา อุกทานุปลสฺสี
โน โหนติ. น เหว อนิจฺจทุกฺขานตฺตา อสุภฺภู
เตเยว อิมสฺมี กาเย นิจฺจสุขอตฺตสฺสกา
วานุปลสฺสี

อถโข กายานุปลสฺสี อนิจฺจทุกฺขานตฺตา-
อสุภาการสมุหานุปลสฺสีเยวาติ วุตฺตํ โหติ.

อถวา ยวายํ ปน ปุโรโต อิช ภิกฺขเว
ภิกฺขุ อรณฺณคโต วา .เป. โส สโตว อสฺสสตีติ
อาทินา นเยน อสฺสาสปสฺสาสาทิจฺจนฺนิกฺขาต-
อฏฺฐิกปริโยसानุ กาโย วุตฺโต.

มิใช่พิจารณาเห็นธรรมอย่างหนึ่งที่พ้นจาก
อวัยวะน้อยใหญ่ในกาย ทั้งมิใช่พิจารณาเห็น
เป็นหญิงหรือชาย ที่พ้นจากผมขนเป็นต้น.

ที่แท้พิจารณาเห็นกายเป็นที่รวมอวัยวะน้อย
ใหญ่ในกายแม้อันนั้น เหมือนพิจารณาเห็น
ส่วนประกอบของรถ ฉะนั้น พิจารณาเห็นกาย
เป็นที่รวมของผมขน เป็นต้น เหมือนพิจารณา
เห็นส่วนน้อยใหญ่ของพระนคร พิจารณาเห็น
กายเป็นที่รวมของภูตรูปและอุปาทายรูป
เหมือนแยกใบและก้านของต้นกล้วย และเหมือน
แบกมือที่ว่างเปล่าฉะนั้น เพราะฉะนั้น จึงเป็น
อันตรงแสดงการแยกออกจากกัน ด้วยตรงแสดง
วัตถุที่นับได้ว่ากาย โดยเป็นที่รวมโดยประการ
ต่าง

ที่จริง กายหรือชายหญิง หรือธรรมใดๆ อื่น
ที่พ้นจากกายอันเป็นที่รวมดังกล่าวแล้ว หา
ปรากฏในกายนั้นไม่ แต่สัตว์ทั้งหลายก็ยึดมั่น
ผิดๆโดยประการนั้นๆ ในกายที่สักว่าเป็นที่รวม
แห่งธรรม

ก็ภิกษุนี้ พิจารณาเห็นกายในกายนี้เท่านั้น
อธิบายว่า มิใช่เห็นธรรมอย่างอื่น.

คนทั้งหลายเห็นน้ำในพยับแดดแม้ที่ไม่มีน้ำ
ฉันใด ภิกษุเห็นกายอันนี้ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์
ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงามว่าเที่ยง เป็นสุข เป็น
ตัวตนและสวยงาม ฉะนั้น หามิได้

ที่แท้ ท่านอธิบายว่า พิจารณาเห็นกายเป็น
ที่รวมของอาการ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์มิใช่
ตัวตน และไม่สวยงามต่างหาก.

อีกอย่างหนึ่ง ก็กายอันนี้ใดที่ท่านกล่าวไว้
ข้างหน้าว่ามีลมอัสสาสะ ปัสสาสะ มีกระดูกที่ปน
เป็นที่สุด ตามนัยพระบาลีเป็นต้นว่า ดูก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไปปากก็ดี ฯลฯ เธอ
มีสติหายใจเข้า ดังนี้

โย จ อีเธกัจโจ ปจวีกายัง อนิจจโต
 อนุปัสสตี .เป.อา.ไป.กายัง เตชากายัง วาโยกายัง
 เกสกายัง โลมกายัง ฉวิกายัง จมมกายัง มัง
 สกายัง รุหิรกายัง นุหารุกายัง อภูจิกายัง อภูจิมิ
 ฌชกายันตุติ ปฏิสัมภิกายัง กาโย วุตโต.

ตสฺส สพฺพสฺส อิมสฺมีเยว กาเย
 อนุปัสสนโต กาเย กายานุปัสสตีติ เอวंपิ อตุโถ
 ทฏฺจพฺโพ.

อถวา กาเย อหนฺติ วา มมนฺติ วา เอวंपิ
 คเหตุพฺพสฺส ยสฺส กสฺสจि อนฺนุปัสสนโต. ตสฺส
 ตสฺเสว ปน เกสโลมาทิกสฺส นานาฯรมสมฺมุหสฺส
 อนุปัสสนโต กาเย เกสาทิฯรมสมฺมุหสฺสฯชาตกา
 ยานุปัสสตีติ เอวंपิ อตุโถ ทฏฺจพฺโพ.

วิหฺรตีติ อิริยตี. อาตานิตีติ ติสฺสุ กเวสฺสุ กิเล
 เส อาตปฺปตีติ อาตานิ.

วิริยสฺเสตัง นามัง. อาตานิ อสฺส อตุถิ
 ติ อาตานิ.

สมฺปชาโนติ สมฺปชฌณฺสงฺขาเตน ฌาเณน
 สมฺนฺนาคโต. สติมาติ กายปริคฺคาทิกาย สติยา
 สมฺนฺนาคโต.

อัย ปน ยสฺมา สติยา อารมฺมณัง ปริคฺคเหตุ
 วา ปญฺญา ย อนุปัสสตี. น หิ สติวิริยตีตสฺส
 อนุปัสสนา นาม อตุถิ.

เตเนวาท สติญจ ขวาทํ ภิกฺขเว
 สพฺพตฺถิกิ วทามิตี.

ตสฺมา เอตฺถ กาเย กายานุปัสสตี วิหฺรตีติ.
 เอตฺตาวตาท กายานุปัสสนา สติปัฏฺฐานัน วุตฺตัง
 โหตี.

และกายอันใดที่ท่านกล่าวไว้ในปฏิสัมภิกา
 มรรค ว่า ภิกษุบางรูปในธรรมวินัยนี้ พิจารณา
 เห็นกายคือดิน..น้ำ..ไฟ..ลม..ผม..ขน..ผิวหนัง
 ..หนัง ..เนื้อกายคือเลือด ..เอ็น ..กระดูก ..เยื่อ
 ในกระดูก โดยความเป็นของไม่เที่ยง

บัณฑิตพึงทราบเนื้อความของกายนั้น
 ทั้งหมด แม้อย่างนี้ว่า ภิกษุพิจารณาเห็นกายใน
 กาย โดยพิจารณาเห็นในกายอันนี้เท่านั้น.

อีกอย่างหนึ่ง พึงทราบความอย่างนี้ว่า
 พิจารณาเห็นกายที่นับว่า เป็นที่รวมแห่งธรรมมี
 ผมเป็นต้นในกาย โดยไม่พิจารณาเห็นส่วนใด
 ส่วนหนึ่ง ที่พึงถือว่าเป็นเรา เป็นของเราในกาย
 แต่พิจารณาเห็นกายนั้นๆ เท่านั้นเป็นที่รวมแห่ง
 ธรรมต่างๆ มีผม ขนเป็นต้น.

คำว่า อยู่ คือเป็นไปอยู่. คำว่า มีความเพียร
 มีอรรถว่า สภาพไดย่อมแผดเผากิเลสทั้งหลาย
 ในภพทั้ง ๓ สภาพนั้นชื่อว่า แผดเผากิเลส

คำนี้เป็นชื่อของความเพียร ความเพียรของ
 ผู้นั้นมีอยู่ ผู้นั้นชื่อว่าอาตานิ มีความเพียร

คำว่า มีสัมปชัญญะ คือ ผู้ประกอบด้วย
 ความรู้ที่นับว่า สัมปชัญญะ คำว่ามีสติ คือ
 ประกอบด้วยสติกำกับกาย

ก็ภิกษุรูปนี้กำหนดอารมณ์ ด้วยสติพิจารณา
 เห็นด้วยปัญญา ธรรมตาว่าปัญญาพิจารณาเห็น
 ของผู้เว้นจากสติ ย่อมมีไม่ได้

ด้วยเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสสั่ง
 ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่าสติแลจำ
 ประารถนาในที่ทั้งปวง

เพราะฉะนั้น ในที่นี้จึงตรัสว่า ย่อมพิจารณา
 เห็นกายในกายอยู่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
 เป็นอันอธิบายด้วยประการฉะนี้

คัมภีร์อรรถกถาปญจสุทธานิ อธิบายว่า

อาตาศิปิตี อาทิสฺสุ อาตาศาเปเน สมมุปปชานัน.
สติสมฺปชฌณเณ สพฺพตฺถกกมฺมฏฺฐานัน
กมฺมฏฺฐานปริหรณฺุปาโย วาย

สติยา วา กายานุสฺสนาวเสน ปฏฺิลท
ธสมโถ สมฺปชฌณเณ วิปฺสฺสนาย อภิขฺฉมาโท
มนสฺสวินเยน ภาวนาพลฺลวฺตฺตฺนฺติ เวทิตพฺพิย

กตมา อนุสฺสนา. ยา ปญฺญา ปชานนา
ยเปยฺย สมฺมาทิกฺกฺจฺจ. อຍ် วุจฺจติ อนุสฺสนา.

อิมาย อนุสฺสนาย อุเปโต โหติ สมฺเบโต
อุปากโต สมฺปากโต อุปฺปนฺโน สมฺปนฺโน
สมนฺนาคโต. เตเน วุจฺจติ อนุสฺสฺสตี.

วิหฺรตีติ อิริยตี วตฺตตี ปาเลตี ยเปตี
ยาเปตี หฺรตี วิหฺรตียฺ เตเน วุจฺจติ วิหฺรตีตี

ตตฺถ กตมํ อาตปฺปํ. โย เจตฺสึโก
วิริยารมฺโภ ยเปยฺย สมฺมาวาयाโม. อิทํ วุจฺจติ
อาตปฺปํ. อิมินา อาตปฺเปเน อุเปโต โหติ.
สมนฺนาคโต. เตเน วุจฺจติ อาตาศิปิตี.

ตตฺถ กตมํ สมฺปชฌณํ. ยา ปญฺญา
ปชานนา ยเปยฺย สมฺมาทิกฺกฺจฺจ. อิทํ วุจฺจติ
สมฺปชฌณํ.

อิมินา สมฺปชฌณเณ อุเปโต โหติ ยเปยฺย
สมนฺนาคโต. เตเน วุจฺจติ สมฺปชานนตี.^๖

ในบทว่า อาตาศิปี เป็นต้น พระองค์ตรัส
สัมมัตถนไว้ด้วยอาตาศิ ตรีสรกรรมฐานที่
ให้สำเร็จประโยชน์ทุกอย่าง หรืออุบายสำหรับ
บริหารกรรมฐานไว้ด้วยสติสัมปชัญญะ.

อีกอย่างหนึ่ง ตรัสสมณะที่ได้มาแล้วด้วย
อำนาจกายานุสสนาไว้ด้วยสติ. ตรีวิปัสสนา
ด้วยสัมปชัญญะ. ตรีสพลัแห่งภาวนาไว้ด้วย
การขจัดอภิขมาและโทมนัสออกไป.

อนุสสนา คืออะไร? คือปัญญาการรู้
ทั่วถึง ฯลฯ สัมมาทิกฺกฺจฺจ นี้เรียกว่า อนุสสนา.

ภิกษุเข้าถึง เข้าถึงเรียบร้อยแล้ว เข้ามาถึง
แล้ว เข้ามาถึงเรียบร้อยแล้ว เข้าไปถึงแล้ว ถึง
พร้อมแล้ว ประกอบแล้วด้วยอนุสสนานี้
เพราะเหตุนี้ เรียกว่า ผู้พิจารณาเห็นเนื่องๆ

บทว่า วิหฺรตี ความว่า ย่อมผลัด เปลี่ยน
เป็นไป ดำเนินไป ให้ (ร่างกาย) ดำเนินไป
นำไป พักผ่อน เหตุนี้จึงตรัสเรียกว่า วิหฺรตี.

บรรดาธรรมเหล่านั้น อาตาศิ คืออะไร?
คือ การปรารภความเพียรทางใจ ฯลฯ ความ
พยายามชอบ นี้เรียกว่าอาตาศิ ภิกษุเป็นผู้
เข้าถึงแล้ว ประกอบพร้อมแล้วด้วยอาตาศินี้
เหตุนี้ จึงตรัสเรียกว่า อาตาศิปี.

บรรดาธรรมเหล่านั้น สัมปชัญญะคือ
อะไร? คือปัญญาความรู้ทั่วถึง ฯลฯ สัมมาทิกฺกฺจฺจ
นี้เรียกว่าสัมปชัญญะ.

ภิกษุเป็นผู้เข้าถึงแล้ว ฯลฯ ประกอบพร้อม
แล้วด้วยสัมปชัญญะนี้ ด้วยเหตุนี้ จึงตรัส
เรียกว่า สมฺปชานนตี.^๗

^๖ มัชฌิมนิกายจกฺกถา (ปญฺจสุทธานิ ๑) หน้า ๔๑๕

^๗ มัชฌิมนิกายมูลป้ณณาสกั เล่ม ๑ ภาค ๑ หน้า ๖๗๑

สติมาติ ตตฺถ กตมา สติ. ยา สติ
อนุสฺสติ ๗เปฯ สมมาสตีฯ อัย วุจฺจติ สติ.

อิมาย สติยา อุเปโต โหติ ๗เปฯ สมน
นาคโต. เตน วุจฺจติ สติมาติ.

วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺสนฺติ ตตฺถ
กตโม โลโก. เสวว กาโย โลโก. ปญฺจปิ
อุปาทานกฺขนฺธา โลโก.

อัย วุจฺจติ โลโก.

ตตฺถ กตมา อภิชฺฌา. โย ราโค สาราโค
อนฺนโย อนฺโรโห นนฺทิ นนฺทิสราโค จิตฺตสฺส
สาราโค อัย วุจฺจติ อภิชฺฌา.

กตมฺ โทมนสฺส. ยํ เจตสิกํ อสาดํ. เจตสิกํ
ทุกฺขํ. เจโตสมฺผลสฺสชา อสาดตา ๗เปฯ ทุกฺขา
เวทนา. อิทํ วุจฺจติ โทมนสฺส.

อิติ อยญฺจ อภิชฺฌา อิทญฺจ โทมนสฺส
อิมฺมฺหิ โลเก วินีตา โหนฺติ ปฏิวินีตา สนฺตา
สมิตา วุปฺสนฺตา อตฺถงฺคตา อพฺภตฺถงฺคตา
อปฺปิตา พุยฺปฺปิตา โสสิตา วิโสสิตาพฺยนฺตีกตา

เตน วุจฺจติ วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโท
มนสฺสนฺติ.

อถวา ยสฺมา อนาตาปิโน อนฺโต สงฺเขโป
อนฺตรายกโร โหติ. อสมฺปชาโน อุบายปริคฺคเห
จ อนฺุบายปริวฺชฺชเน จ สมฺมุยฺหติ. มฺภูจฺสฺสติ
อุบายปริคฺคเห อนฺุบายปริจฺจาเค จ อสมฺตฺโต
โหติ. เตนสฺส ตํ กมฺมฏฺฐานํ น สมฺปชฺชติ.^๕

บทว่า สติมา ความว่า บรรดาธรรม
เหล่านั้น สติคืออะไร? คือ สติความระลึกได้
อนุสสติ ความระลึกถึงเนื่องๆ ๗๗ สัมมาสติ
ความระลึกชอบ นี้เรียกว่า สติ.

ภิกษุเป็นผู้เข้าถึงแล้ว ๗๗ ประกอบพร้อม
แล้วด้วยสตินี้ ด้วยเหตุนี้ เรียกว่า ผู้มีสติ.

บทว่า วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺส
ความว่า บรรดาธรรมเหล่านั้น โลกคืออะไร?
กายนั้นเอง ชื่อว่าโลก

โลกคืออุปาทานชั้นทั้ง ๕ นี้เรียกว่า โลก.

บรรดาธรรมเหล่านั้น อภิชฺฌาคืออะไร?
คือ ความกำหนัด ความกำหนัดแรงกล้า
ความยินดี ความคล้อยตาม ความเพลิดเพลिन
ความกำหนัดความเพลิดเพลिन ความกำหนัด
แรงกล้าแห่งจิต นี้เรียกว่า อภิชฺฌา.

โทมนัสคืออะไร? คือ ความไม่ยินดีทางใจ
ความทุกข์ทางใจ ความไม่ยินดี ทุกขเวทนา
เกิดแต่สัมผัสทางใจ นี้เรียกว่า โทมนัส.

ทั้งอภิชฺฌา ทั้งโทมนัสในโลก คือ ใจนี้
เป็นอันถูกขจัดแล้ว ถูกกำจัดออกไปแล้ว สงบ
แล้ว เงียบแล้ว ระวังแล้ว ถึงการดับแล้ว ถึง
การตั้งอยู่ไม่ได้แล้ว ถึงการดับสูญไป สิ้นปรีดา
แล้ว เห็นแห่งแล้ว เสื่อมสิ้นแล้ว

ด้วยเหตุนี้ พระองค์จึงตรัสว่า ขจัด
อภิชฺฌาและโทมนัสในโลก คือกายได้

อีกอย่างหนึ่ง ความท้อแท้ภายในย่อมทำ
อันตรายแก่ผู้ไม่มีความเพียร ผู้ไม่
สัมปชฺฌญฺะ ย่อมหลงลืมในการกำหนด อุบาย
ในการจงดเว้น สิ่งที่มีใ้ช้อุบาย ผู้มีสติหลงลืม
แล้วย่อมไม่สามารถในการกำหนดอุบายและ
ในการสละสิ่งที่ไม่ใช่อุบาย ด้วยเหตุนี้
กัมมฏฺฐานนั้นของภิกษุนี้ ย่อมไม่สำเร็จ

^๕ มัชฌิมนิกายกฎกถา (ปปัญจสูทนี ๑) หน้า ๔๑๕

ตสฺมา เยสํ ฌมฺมานํ อานุกาเวน ตํ
สมปชฺชติ. เตสํ ทสฺสนตฺถํ อาตาปี สมปชา
โน สติมาติ อิทํ วุตฺตุนฺติ เวทิตพฺพํ. อิติ
กายานุปัสสนาสติปัฏฐานํ สมปโยคฺจฺจกฺข
ทสฺเสตฺวา

อิทานิ ปหานงฺคํ ทสฺเสตฺถุ วิเนยฺย โลก
อภิขฺฉมาโทมนสฺสนฺติ วุตฺตํ.

ตตฺถ วิเนยฺยาติ ตทงฺควินยฺเณ วา
วิกฺขมฺภนวินยฺเณ วา วินยิตฺวา.

โลเกติ ตสฺมีเยว กายเ. กาโย หิ อิช
ลฺุชฺชนปฺลฺุชฺชนภูเจเน โลโกติ อธิปฺเบโต. ยสฺมา
ปนสฺส น กายมตฺเตเยว อภิขฺฉมาโทมนสฺสํ
ปหฺยียติ.

เวทนาที่สุปิ ปหฺยียติเยว. ตสฺมา ปณฺจปิ
อุปาทานกฺขนฺธา โลโกติ วิภงฺเก วุตฺตํ.

โลกสงฺฆาตตฺตา วา เตสํ ฌมฺมานํ อตฺถุท
ธารนยฺเเนตํ วุตฺตํ.

ยํ ปนาห ตตฺถ กตโม โลก. เสว กาย
โลโกติ อยเมเวตฺถ อตฺถโ.

ยสฺมา ปเนตฺถ อภิขฺฉาคหฺเณน กามจฺ-
ฉนฺโท โทมนสฺสคฺคหฺเณน พฺยาปาโท สงฺคหฺ
คจฺฉติ

ตสฺมา นีวรณฺปริยาปฺนฺนพลวชฺมมฺทวยทส
สเนน นีวรณฺปฺปหานํ วุตฺตํ โหตีติ เวทิตพฺพํ.

วิเสเสน เจตฺถ อภิขฺฉาวิเนยฺน กายสม
ปตฺติมฺมูลกสฺส อนุโรชฺส.

โทมนสฺสวินยฺเณ กายวิปตฺติมฺมูลกสฺส วิ
โรชฺส.

อภิขฺฉาวิเนยฺน จ กาย อภฺริตฺติยา.

เพราะฉะนั้น ก็มีปฏิฐานนั้น ย่อมสำเร็จ
ด้วยอานูกาภาพแห่งธรรมเหล่านี้ เพื่อแสดง
ธรรมนั้น ฟังทราบว่ามีพระภาคเจ้าตรัส
ว่ามีเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ทรงแสดงกา
ยานุปัสสนาสติปัฏฐานและองค์แห่งสัมปโยคะ

บัดนี้เพื่อทรงแสดงองค์แห่งการละ จึงตรัส
ว่า นำออกเสียซึ่งอภิขฉาและโทมนัสในโลก

บรรดาคำเหล่านั้น คำว่า นำออกเสีย
หมายความว่า นำออกเสียด้วยการนำออก
ชั่วขณะหรือด้วยการนำออกด้วยการข่มไว้

คำว่า ในโลก ก็คือในกายอันนั้นแหละ จริง
อยู่ กายในที่นี้ทรงหมายถึงโลก เพราะอรรถ
ว่าขารุคฺชุตฺโตรม. อภิขฉาและโทมนัสมิใช่พระ
โยคาวจรนั้นจะได้ในอารมณ์เพียงกายเท่านั้น

แม้ในเวทนาเป็นต้นก็จะได้เหมือนกัน
เพราะฉะนั้นท่านจึงกล่าวไว้ในวิภังค์ (สติปัฏ
ฐานวิภังค์) ว่า อุปาทานขันธ์ ๕ ก็ชื่อว่าโลก

คำนั้นท่านกล่าวตามนัยแห่งการขยาย
ความ เพราะธรรมเหล่านั้นนับได้ว่าเป็นโลก

แต่ท่านกล่าวคำอันใดไว้ว่า โลก เป็น
อย่างไร โลกก็คือกายอันนั้นแหละ

ก็เพราะในที่นี้ กามฉันทะรวมเข้ากับศัพท์
ว่า อภิขฉา พยาบาท รวมเข้ากับศัพท์ว่า
โทมนัส

ฉะนั้น จึงควรทราบว่าการอธิบาย การละ
นิวรณด้วยการทรงแสดงธรรมอันเป็นคู่ที่มี
กำลังนับเนื่องในนิวรณ

แต่โดยพิเศษในที่นี้ ตรัสการละความยินดี
ที่มีกายสมบัติเป็นมูลด้วยการกำจัดอภิขฉา

ตรัสการละความยินร้าย ที่มีกายวิบัติเป็น
มูล ด้วยการกำจัดโทมนัส

ตรัสการละความยินดียิ่งในกายด้วยการ
กำจัดอภิขฉา

โทมนัสสวินเยน กายภาวนาย อนภิริติ
ยา.

อภิขฌาวินเยน กาเย อภูตานํ สุขุขุภา
วาทินํ ปกุเขปสฺส.

โทมนัสสวินเยน กาเย ภูตานํ อสุกฺกุก
ขภาวาทินํ อปนยนสฺส จ ปหานํ วุตฺตํ .

เตน โยคาวจรสฺส โยคานุกาโว โยค
สมตฺตดา จ ทิปิตา โหติ.

โยคานุกาโว หิ เอส. ยทิทํ อนุโรหวิโรห
วิปฺปมฺตฺโต อรติรติสโห อภูตฺปกุเขปภูตา
ปนยนวิโรหิต จ โหติ

อนุโรหวิโรหวิปฺปมฺตฺโต เจส อรติรติสโห
อภูตํ อปกฺกฺชิปนฺโต ภูตญจ อนปนเนนฺโต
โยคสมตฺโต โหตีติ.

วิเนยฺย โลเก อภิขฌาโทมนสฺสนฺติ ตตฺถ
กตโม โลโก. เสวว กาโย โลโก. ปญฺจปิ
อุปาทานกฺขนฺธา โลโก. อัย วุจฺจติ โลโก.

ตตฺถ กตมา อภิขฌา. โย ราโค สาราโค
อนฺนโย อนุโรห นนฺทิกิราโค จิตฺตสฺส
สาราโค.อัย วุจฺจติ อภิขฌา.

ตตฺถ กตมํ โทมนสฺสํ. ยํ เจตสิกํ อสาดํ
เจตสิกํ ทุกฺขํ ฆเปยฺย เจโตสมมฺสฺสชา อสา
ตา ทุกฺขา เวทนา.อิทํ วุจฺจติ โทมนสฺสํ.

อิทญฺจ โทมนสฺสํ อิมสฺมิมํ โลเก วินิตฺตา
โหนติ ปฏฺวิวินิตฺตา สนฺตา สมิตา วุปฺสนฺตา
อตฺถงฺคตา อพฺภตฺถงฺคตา อปฺปิตา พุยฺยปฺปิตา
โสสิตา วิโสสิตา พุยนฺตีกตา.

ตรัสการละความไม่ยินดียิ่งในการเจริญกา
ยานุปีสนาด้วยการกำจัดโทมนัส

ตรัสการละภาวะเพ่งว่างามเป็นสุขเป็นต้น
ที่ไม่มีจริง ในกาย ด้วยการกำจัดอภิขฌา

และตรัสการละการเอาออกไปซึ่งภาวะที่
ไม่งาม เป็นทุกข์เป็นต้น ที่มีอยู่จริงในกายด้วย
การกำจัดโทมนัส

ด้วยพระดำรัสนั้น ทรงแสดงอานุภาพของ
ความเพียร และความเป็นผู้สามารถในการ
ประกอบความเพียรของพระโยคาวจร

แท้จริงอานุภาพของความเพียรนั้น ก็คือ
เป็นผู้หลุดพ้นจากความยินดียินร้าย ครอบงำ
ความไม่ยินดีและความยินดี และเว้นจากใส่สิ่ง
ที่ไม่มีจริง และนำออกซึ่งสิ่งที่มีจริง

ก็พระโยคาวจรนั้น เป็นผู้หลุดพ้นจาก
ความยินดียินร้าย ครอบงำความไม่ยินดีและ
ความยินดี ไม่ใส่สิ่งที่ไม่มีจริง ไม่นำออกซึ่งสิ่ง
ที่มีจริง ชื่อว่าสามารถประกอบความเพียร

ชื่อว่า วิเนยฺย โลเก อภิขฌาโทมนสฺสํ
ความว่า กายนั้นแลชื่อว่าโลก อุปาทานชั้น
แม้ทั้ง ๕ ก็ชื่อว่าโลก นี้เรียกว่าโลก.

อภิขฌาเป็นอย่างไร ความกำหนดดีใจ
ความยินดี ความเพลิตเพลิน ความกำหนด
ด้วยอำนาจความเพลิตเพลิน ความกำหนดหนัก
แห่งจิต นี้เรียกว่าอภิขฌา

โทมนัสในคํานั้นเป็นอย่างไร ความไม่
สำราญทางใจ ทุกฺขํทางใจ ฆลย เวทนาที่ไม่
สำราญเป็นทุกฺขํ อันเกิดแก่สัมผัสทางใจ นี้
เรียกว่า โทมนัส

อภิขฌา และโทมนัสนี้ เป็นอันพระ
โยคาวจรกำจัดเสียแล้ว นำออกไป ให้สงบแล้ว
ให้ระงับแล้ว ให้ถึงความตั้งอยู่ไม่ได้แล้ว ให้
ถึงความย่อยยับแล้ว ทำให้ถึงที่สุดแล้ว

๓.๔.๗ อรรถาธิบาย เวทนาสุข...จิตเต..ธมฺเมสุ ธมฺมานุสฺสี

เวทนาสุข เวทนาอนุสฺสี วิหริตี	พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่เนื่อง ๆ
อาตปปี	มีความเพียรเพ่งเผือกเลสให้เร้าร้อนทั่ว
สมฺปชาโน	มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามสภาวะ
สติมา	มีความระลึก รู้ตัว
วิเนยฺย โลก อภิชฺฌมา โทมนสฺสํ	พึงกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้
จิตเต จิตฺตานุสฺสี วิหริตี	พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เนื่อง ๆ
อาตปปี	มีความเพียรเพ่งเผือกเลสให้เร้าร้อน
สมฺปชาโน	มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามสภาวะ
สติมา	มีความระลึก รู้ตัว
วิเนยฺย โลก อภิชฺฌมา โทมนสฺสํ	พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้
ธมฺเมสุ ธมฺมานุสฺสี วิหริตี	พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่เนื่อง ๆ
อาตปปี	มีความเพียรเพ่งเผือกเลสให้เร้าร้อน
สมฺปชาโน	มีความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามสภาวะ
สติมา	มีความระลึก รู้ตัว
วิเนยฺย โลก อภิชฺฌมา โทมนสฺสํ.	พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้
อุทฺทเทสฺวารกฺกา นิฏฺฐิตา.	จบแล้ว

อรรถกถาสุมงคลวิลาสินี อธิบายว่า

เวทนาติ ติสฺโส เวทนา. ตา จ โลกียาเอว.
จิตฺตํปิ โลกียํ. ตถา ชมฺมา.

เตสํ วิภาโค นินฺทเทสวาเร ปากโฏ ภวิสฺสติ.
เกวลํ ปนฺธิช ยถา เวทนา อนุปฺสฺสิตพฺพา.
ตถา ตา อนุปฺสฺสนโต เวทนาสุ เวทนานุปฺสฺสี
ติ เวทิตพฺโพ.

เอเสว นโย จิตฺตรมฺเมสุปี.
กถญจ เวทนา อนุปฺสฺสิตพฺพาติ.
สุขา ตาว เวทนา ทุกฺขโต. ทุกฺขา สลฺลโต.
อทุกฺขมสุขา อนิจฺจโต. ยถาห

โย สุขํ ทุกฺขโต อหฺม ทุกฺขมทหฺมชิ สลฺลโต
อทุกฺขมสุขํ สนฺตํ อหฺมทหฺมิ น อนิจฺจโต
สเว สมฺมทหฺโส ภิกฺขุ ปริชานาติ เวทนาติ^๕

สพฺพาเอว เจตา ทุกฺขโตปี อนุปฺสฺสิตพฺพา.
วฺตุตฺตํ เหนฺตํ ยํภิกฺขุจึ เวทยิตํ. สพฺพหนฺตํ
ทุกฺขสมฺมินฺติ วทามิติ.
สุขา ทุกฺขโตปี อนุปฺสฺสิตพฺพา.

ยถาห สุขา เวทนา อุปฺปาทสุขา จิตฺตสุขา
วิปริณามทุกฺขาติ สพฺพํ วิตุถาเรตพฺพํ.
อปีจ อนิจฺจาหิสตฺตอนุปฺสฺสนาวเสนปี
อนุปฺสฺสิตพฺพา.

เวทนาได้แก่เวทนา ๓ ก็เวทนา ๓ นั้นเป็น
โลกียะอย่างเดียว แม้จิตก็เป็นโลกียะ ธรรม
ทั้งหลายก็เป็นโลกียะเหมือนกัน.

การจำแนกเวทนาจิตธรรมนั้น จักปรากฏ
ในนินทเทสวาร. ส่วนในอุทเทสวารนี้ ภิกษุผู้
พิจารณาเวทนา ๓ นั้น โดยประการที่คนฟัง
พิจารณาเห็นก็ฟังทราบว่าเป็นผู้พิจารณาเห็น
เวทนาในเวทนาทั้งหลาย.

แม้ในจิต และธรรมก็นัยนี้เหมือนกัน.

ถามว่า จะฟังพิจารณาเห็นเวทนาอย่างไร.

ตอบว่า ฟังพิจารณาเห็นสุขเวทนาโดย
ความเป็นทุกข์ เห็นทุกข์เวทนาโดยเป็นดุจ
ลูกศร เห็นอทุกขมสุขเวทนา โดยความเป็น
ของไม่เที่ยง. ดังที่ตรัสไว้ว่า

ภิกษุใดเห็นสุขเวทนาโดยความเป็น ทุกข์
เห็นทุกข์เวทนาโดยความเป็นดังลูก ศร เห็น
อทุกขมสุขเวทนาที่มีอยู่โดยความ เป็นของไม่
เที่ยง ภิกษุนั้นแลเป็นผู้เห็นชอบ จักเป็นผู้สงบ
เที่ยวไป ดังนี้.

อนึ่ง ฟังพิจารณาเห็นเวทนาทั้งหมดนั้น
แหละ โดยความเป็นทุกข์ด้วย.

สมจริง ดังที่ตรัสไว้ดังนี้ว่า เรากล่าวเวทนา
ทุกอย่างบรรดามี อยู่ในทุกข์ทั้งนั้น.

ฟังพิจารณาเห็นเวทนาโดยความเป็นสุข
เป็นทุกข์

ดังที่ตรัสไว้ว่า สุขเวทนา เป็นสุข เมื่อ
เกิดขึ้น เมื่อตั้งอยู่ เป็นทุกข์เมื่อแปรไป ดังนี้

อนึ่ง พระโยคาวจร ฟังพิจารณาเห็น แม้
ด้วยอำนาจอนุปัสสนา ๗ มี อนิจจานุปัสสนา
เป็นต้น.

^๕ ที่มณิกายฎกเถา (สุมงคลวิลาสินี ๒) หน้าที่ ๖๑๓

จิตตมเมสุปิ จิตฺตํ ตาว อารมมณาริพฺติ
 สหชาตญฺญิมิกมฺมวิปากกิริยาทีนํนตฺตเกทานํ
 อนิจฺจาทีอนุปฺสฺสนานํ นิตฺเตสวาระ อากตานิ
 สรคาคทีเกทานํ จ วเสน อนุปฺสฺสิตพฺพํ.

ธมฺมา สลกฺขณสามญฺจลฺกฺขณานํ สุญฺญต-
 ธมฺมสุส อนิจฺจาทีสฺตฺตานุปฺสฺสนานํ นิตฺเตสวาระ
 อากตานิ สนฺตาคทีเกทานํจ วเสน อนุปฺสฺสิตพฺพา.

กามญฺเจตฺถ ยสุส กายสงฺขาเต โลเก
 อภิชฺฉาโทมนสฺสํ ปหีนํ. ตสฺส เวทนาทีโลเก
 สุปี ตํ ปหีนเมว.

นํานาปฺคฺคฺลวเสน ปน นํานาจิตฺตฺกฺขณิกส
 ติปฏฺฐานภาวนาวเสน จ สพฺพตฺถ วุตฺตํ.

ยโต วา เอกตฺถ ปหีนํ เสเสสุปี ปหีนํเอว
 โหติ.

ก่อนอื่น บรรดาจิตและธรรม จิตอันพระ
 โยคาวจรพึงพิจารณา เห็นด้วยอำนาจประเภท
 แห่งจิตอันต่าง ๆ กัน มีอารมณ์มโนจิต อธิปติจิต
 สหชาตจิต ญมิจิต กัมมจิต วิปากจิตและกิริยา
 จิต เป็นต้น และด้วยอำนาจประเภทแห่งจิต มี
 จิตมีราคะเป็นต้น ซึ่งมาในนิตเทสวารแห่ง
 อนุปัสสนา มีอนิจจานุปัสสนา เป็นต้น.

ธรรมอันพระโยคาวจร พึงพิจารณาเห็น
 ด้วยอำนาจแห่งลักษณะเฉพาะ ตนและ
 ลักษณะทั่วไป และแห่งธรรมที่เป็นสภาพว่าง
 เปล่า และด้วยอำนาจ ประเภทแห่งธรรมมี
 ธรรมอันมีสงบเป็นต้น ซึ่งมาในนิตเทสวาร
 แห่งอนุปัสสนา ๗ มีอนิจจานุปัสสนา เป็นต้น.

อภิขฉา และโทมนัส ในโลกคือ กาย อัน
 พระโยคาวจรได้ละได้แล้ว ในกายานุปัสสนา
 สติปัฏฐานนี้ แม้อภิขฉา และโทมนัสในโลก
 คือเวทนาเป็นต้น ก็เป็นอันพระโยคาวจรนั้น
 ละได้แล้วเหมือนกัน ก็จริงอยู่

ถึงดังนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าก็ยังตรัสการ
 ละอภิขฉา และโทมนัสไว้ในสติปัฏฐานทุกข้อ
 ด้วยอำนาจแห่งบุคคลต่าง ๆ กัน และด้วย
 อำนาจแห่งสติปัฏฐานภาวนา อันเป็นไปใน
 ในขณะที่จิตต่างกัน.

อีกนัยหนึ่ง เพราะอภิขฉา และโทมนัสที่
 ละได้ในสติปัฏฐาน ข้อหนึ่งถึงในสติปัฏฐานที่
 เหลือทั้ง ๓ ข้อ ก็เป็นอันละได้เหมือนกัน.

๓.๕ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบาลี อานาปานปัพพะ

กถณจ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปสฺสี วิหริตี. ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่
อย่างไร

อิธ ภิกขเว ภิกขุ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
อรณคโคโต วา รุกขมุลโคโต วา	ไปสู่ป่าก็ดี ไปโคนไม้ก็ดี
สุญญาคารโคโต วา	ไปเรือนว่างก็ดี
นีสีหติ ปลลงกํ อากุชิตฺวา	นั่งคู้เข้าซึ่งบัลลังก์
อุชฺชุกายํ ปณิธาย	ตั้งกายให้ตรง
ปริมุขํ สตี อุปฺภูตฺวา	ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า

อรรถกถาสุมงคลวิลาสินี อธิบายว่า

อิทานิ เสยฺยถาปิ นาม เจโก วิสิพฺพการโก
ถูลกิลณฺชสนฺหกิลณฺชจงโกฏฺทกเปพาทฺตฺวาทีนึ
อุปฺกรณานิ กตฺตูกาโม เอกํ มหาเวพฺพ
ลภิตฺวา จตฺตฺวา ภินฺทิตฺวา ตโต เอกกํ เวพฺพ
ขนฺธํ คเหตุวาทฺตา เลตฺตวาทฺตํ อุปฺกรณํ กรายย.

เอวเมว ภควา สติปัฏฺฐานเทสนาย
สฺตฺตานํ นานปฺปการํ วิเสสชาติคัม กตฺตูกาโม
เอกเมว สมฺมาสตี จตฺตวาทฺโร สติปัฏฺฐานา.

กตเม จตฺตวาทฺโร.

อิธ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปสฺสี
วิหริตีตี อาทินา นเยน อารมฺมณฺวเสน
จตฺตฺวา ภินฺทิตฺวา ตโต เอกกํ สติปัฏฺฐานํ
คเหตุวาทฺตา กายํ วิภชฺชนฺโต กถณจ ภิกขเวตี
อาทินา นเยน นินฺทเทสวาทฺโร วตฺตุมารทฺโร.

อรณคโคโต วา รุกขมุลโคโต วา สุญฺญา-
คารโคโต วาตี อิทมฺสฺส สติปัฏฺฐานภาวนานุ
รูปเสนาสนปริคฺคหปรีทีปน.

นายช่างจักสานผู้ฉลาด ประสงค์จะทำ
เครื่องใช้ เช่น เสื่อหยาบ เสื่ออ่อน เตียบ ลุ้ง
และฝาชี ได้ไม้ไผ่ลำใหญ่มาลำหนึ่งตัดเป็น ๔
ท่อนแล้ว พึงเอาท่อนๆ หนึ่งแต่ ๔ ท่อนนั้นมา
ผ่าออกทำเป็นเครื่องใช้ชิ้นๆ แม้ฉันใด

พระผู้มีพระภาคเจ้าก็ฉันนั้นเหมือนกัน
บัดนี้ทรงประสงค์จะทำสัตว์ทั้งหลายให้บรรลु
คุณวิเศษต่างๆ ด้วยการทรงแสดงสติปัฏฐาน
จำแนกสัมมาสติอย่างเดียวเท่านั้น ออกเป็น ๔
ส่วน ด้วยสามารถแห่งอารมณ์

สติปัฏฐาน ๔ เป็นอย่างไร

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายใน
กายอยู่ ดังนี้ ทรงถือเอาสติปัฏฐานแต่ละอย่าง
จาก ๔ อย่างนั้น เมื่อจะทรงจำแนกกายจึงทรง
เริ่มตรัส นินทเทสวาท โดยนัยเป็นต้นว่า กถณจ
ภิกขเว

คำว่า ภิกษุไปป่าก็ดี ไปที่โคนไม้ก็ดี ไป
ยังเรือนว่างก็ดี นี้เป็นเครื่องแสดงการกำหนด
เอาเสนาสนะอันเหมาะแก่การเจริญสติปัฏฐาน
ของภิกษุนั้น.

อิมสฺส หิ ภิกฺขุโน ทิฆรตฺตํ รูปาทิสฺส อารมฺมเณสฺส อหฺวิสฺสํ จิตฺตํ กมฺมฏฺฐานวິถิ โอตฺริตฺถุณ อิจฺฉติ. กุฏฺโศคณฺยตฺตรโถ วิย อฺปฺปถเมว ชาวติ.

ตสฺมา เสยฺยถาปิ นาม โคโป กุฏฺเชนฺยาสพฺพํ ชีริ ปิวิตฺวา วทฺธิติ กุฏฺวจฺฉํ ทเมตฺถกาโม เชนฺโต อปฺเนตฺวา เอกมฺนฺเต มหนฺตํ ฅมฺภํ นิกฺขณฺติตฺวา ตตฺถ โยตฺเตน พนฺเชยฺย.

อถสฺส โส วจฺโฉ อิตฺโต จิตฺโต จ วิปฺนฺหิตฺวา ปลายิตฺตุํ อสฺสโกนฺโต ตเมว ฅมฺภํ อฺปนฺนีสึทฺถยฺย วา อฺปนฺนิปฺชเชยฺย วา.

เอวเมว อิมินา ภิกฺขุณา ทิฆรตฺตํ รูปารมฺมณาทิสฺสพานวทฺธิติ ทฺวฺจฺฉิตฺตํ ทเมตฺถกาเมน รูปาทิอารมฺมณโต อปฺเนตฺวา อรณฺญํ วา รุกฺขมฺมูลํ วา สฺสญฺญาคาริ วา ปวิสิตฺวา ตตฺถ สติปฺฏฺฐานารมฺมณตฺถมฺภเก สติโยตฺเตน พนฺธิตฺตพฺพํ.

เอวมสฺส ติจิตฺตํ อิตฺโต จิตฺโต จ วิปฺนฺหิตฺวาปิ ปุพฺพเพ อาจิณฺณารมฺมณํ อลภฺมานิ สติโยตฺตํ ฉินฺหิตฺวา ปลายิตฺตุํ อสฺสโกนฺตํ ตเมวอารมฺมณํ อฺปฺจารปฺปนาวเสน อฺปนฺนีสึทฺติ เจว อฺปนฺนิปฺชชติ จ.

เตนาหุ โปราธนา
 ยถา ฅมฺภะ นินฺพนฺเชยฺย วจฺฉิ ทมฺ
 นโร อิทฺ พนฺเชยฺยวั สกํ จิตฺตํ
 สติยารมฺมเณ ทพฺพหนฺติ.^{๑๑}

เพราะจิตของเธอเข้าไปในอารมณ์ทั้งหลาย มีรูปเป็นต้น มานานย่อมไม่ประสงค์จะลงสู่วิถีแห่งกัมมัฏฐาน คอยแต่จะแล่นออกนอกทางทำเดี๋ยว เหมือนเกวียนที่เทียมด้วยโคโคง

เพราะฉะนั้น ภิกษุผู้จะเจริญสติปัฏฐานนี้ ประสงค์จะทรมาณจิต ที่ร้าย ที่เจริญมาด้วยการดีมรส มีรูปารมณเป็นต้นมานาน ฟังพรากรออกจากอารมณ์ เช่น รูปารมณเป็นต้น แล้วเข้าไปปากก็ได้โคนไม้ก็ได้ เรือขวางก็ได้ แล้วเอาเชือก คือสติผูกเข้าไว้ที่หลัก คืออารมณ์ของสติปัฏฐานนั้น จิตของเธอแน่แม้จะดีนั้นไปทางนั้น ทางนี้ เมื่อไม่ได้อารมณ์ที่คุ้นเคยมาก่อน ไม่อาจตัดเชือก คือสติให้ขาดแล้วหนีไปได้ ก็จะแอบแนบสนิทเฉพาะอารมณ์นั้นอย่างเดี๋ยว ด้วยอำนาจเป็นอุปจารภาวนา และอฺปนาภาวนา เหมือนอย่างคนเลี้ยงโค ต้องการจะทรมาณลูกโคโคง ที่ดีมนมแม่โคตัวโคงจนเติบโต ฟังพรากรมันไปเสียจากแม่โคแล้วปักหลักใหญ่ไว้หลักหนึ่ง เอาเชือกผูกไว้ที่หลักนั้น

ครั้งนั้นลูกโคของเขานั้น ก็จะดีนไปทางโน้นทางนี้ เมื่อไม่อาจหนีไปได้ ก็หมอบ หรือนอนแนบหลักนั้นนั้น

เหตุนั้น พระโบราณจารย์จึงกล่าวว่า
 นรชนในพระศาสนานี้พึงผูกจิตของตนไว้
 ในอารมณ์ให้มั่นด้วยสติเหมือนคนเลี้ยงโค
 เมื่อจะฝึกกลูกโค ฟังผูกมันไว้ที่หลักจะนั้น

^{๑๑}ที่มณีกายภูจกถา (สมุทฺควลวิลาสินี ๒) หน้า ๖๑๔

เสนาสนะที่เหมาะสมแก่การเจริญอานาปานสติ

อปิจ ยสฺมา อิทิ กายานุปัสสนาย มุทฺธภูตํ สพฺพพุทฺธปจฺเจกพุทฺธสาวกานํ วิเสสธริคมทิกฺกุ จรมฺมุขวิหารปทฺฐจฺานํ อานาปานสติกมฺมุจฺจฺานํ อิตฺถิปุริสทตฺถิสฺสาทิสทฺทสมากุลํ คามนฺตํ อปริจฺจชิตฺวา น สุกฺรํ สมฺปาเทตฺถุ สทฺทกณฺฏกตฺตา ฌานสฺส.

อคามเก ปน อรณฺเณ สุกฺรํ โยคาวจเรณ อิทิ กมฺมุจฺจฺานํ ปรีคฺคเหตฺวา อานาปาน จตฺตตฺถฌานํ นิพฺพตฺเตตฺวา ตทฺเว ฌานํ ปาทกํ กตฺวา สงฺขารเสมฺมุสฺสิตฺวา อคฺคผลํ อรหฺตฺตํ ปาปฺณิตฺต.

ตสฺมา อสฺส ภิกฺขุโน อนุรูปเสนาสนํ ทสฺ เสนุโต ภควา อรณฺณคโต วาติ อาทิมาน.

วตฺถุวิขฺชาจริโย วีย หิ ภควา. โส ยถา วตฺถุวิขฺชาจริโย นครภูมิมิ ปสฺสิตฺวา สุกฺกุ อุปริกฺขิตฺวา เอตถ นครํ มาเปเถาติ อุปทิสฺติ. โส โสตฺถินา จ นครเณ นิฏฺฐิจิตฺเต ราชกุลโต มหาสกุการํ ลภติ.

เอวเมว โยคาวจรสฺส อนุรูปํ เสนาสนํ อุปริกฺขิตฺวา เอตถ กมฺมุจฺจฺานํ อนุยฺยุชิตฺวา พุทฺธชิตฺวา อุปทิสฺติ.

ตโต ตตฺถ กมฺมุจฺจฺานมฺนุยฺยุชฺชเตน โยคินา อนุยฺยุชฺชเตน อรหฺตฺเต ปตฺเต สมฺมาสมฺพุทฺโธ วต โส ภควาติ มหฺนฺตํ สกุการํ ลภติ.

อีกอย่างหนึ่ง เพราะพระโยคาวจรใน ละแวกบ้านอันนี้อឹងด้วยเสียงหญิงชาย ช้าง ม้าเป็นต้น จะบำเพ็ญอานาปานสติก็มีพื้นฐาน อันเป็นยอดในกายานุปัสสนา เป็นปทัฏฐาน แห่งการบรรลุคุณวิเศษ และธรรมเครื่องอยู่ เป็นสุขในปัจจุบันของพระพุทธเจ้า พระปัจเจก พุทธเจ้าและพระสาวกทั้งปวงนี้ให้สำเร็จ ไม่ใช่ ทำได้ง่ายๆ เลย เพราะฌานมีเสียงเป็นข้าศึก

แต่พระโยคาวจรกำหนดกัมมัฏฐานนี้แล้ว ให้จตุตถฌานมีอานาปานสติเป็นอารมณ์ เกิดขึ้น ทำฌานนั้นนั้นให้เป็นบาท พิจารณา สังขารทั้งหลาย แล้วบรรลุพระอรหัตต์ซึ่งเป็นผล อันยอดจะทำได้ง่ายก็แต่ในป่าที่ไม่มีบ้าน

ฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าเมื่อจะทรง แสดงเสนาสนะอันเหมาะสมแก่ภิกษุโยคาวจรนั้น จึงตรัสว่า อรณญคโต वा ไปป่าก็ดี เป็นต้น.

พระผู้มีพระภาคเจ้าเปรียบเหมือนอาจารย์ ผู้รู้ชัฏฐิ อาจารย์ผู้รู้ชัฏฐิเห็นพื้นที่ควรสร้าง นครแล้ว ใคร่ครวญถี่ถ้วนแล้ว ก็ชี้ว่า ท่าน ทั้งหลายจงสร้างนครตรงนี้ เมื่อเขาสร้างนคร เสร็จ โดยสวัสดิแล้ว ย่อมได้รับลาภสักการะ อย่างใหญ่จากราชสกุล ฉันท

พระผู้มีพระภาคเจ้านั้นก็ฉันทนั้น ทรง ใคร่ครวญถึงเสนาสนะอันเหมาะสมแก่พระ โยคาวจรแล้วทรงชี้ว่าเสนาสนะ ตรงนี้ พระ โยคาวจรควรประกอบกัมมัฏฐานเนื่อง ๆ

ต่อแต่นั้น พระโยคีเจริญกัมมัฏฐานเนื่อง ๆ ในเสนาสนะนั้น ได้บรรลุพระอรหัตต์ตามลำดับ ย่อมทรงได้รับสักการะอย่างใหญ่ว่า พระผู้มี พระภาคเจ้าพระองค์นั้น ทรงเป็นผู้ตรัสรู้เอง โดยชอบ จริงหนอ

บาลี อาณาปานปัพพะ

โส สโต วา อสฺสสฺสโต สโต ปสฺสสฺสโต	ภิกษุนั้นมีสติอยู่ย่อมหายใจออก มีสติอยู่ ย่อมหายใจเข้า
๑.ที่ฌัม วา อสฺสสนฺโต ที่ฌมฺ อสฺสสํมิตฺติ ปชานาติ	เมื่อหายใจออกยาวอยู่ก็รู้ว่าเราหายใจออกยาว
ที่ฌัม วา ปสฺสสนฺโต ที่ฌมฺ ปสฺสสํมิตฺติ ปชานาติ	เมื่อหายใจเข้ายาวอยู่ ก็รู้ว่า เราหายใจเข้ายาว
๒.รสฺสํ วา อสฺสสนฺโต รสฺสํ อสฺสสํมิตฺติ ปชานาติ	เรอหายใจออกสั้นอยู่ก็รู้ว่า เราหายใจออกสั้น
รสฺสํ วา ปสฺสสนฺโต รสฺสํ ปสฺสสํมิตฺติ ปชานาติ	เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ว่า เราหายใจเข้าสั้น
๓. สพฺพกายปฏฺฐิสฺสเวทึ อสฺสสิสฺสํมิตฺติ สิग्ghตฺติ	เรอสำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้รู้ตลอดกายทั้งหมด หายใจออก
सพฺพกายปฏฺฐิสฺสเวทึ ปสฺสสิสฺสํมิตฺติ สิग्ghตฺติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ตลอดกายทั้งหมด หายใจเข้า
๔.ปสฺสมุภโย กายสงฺขารํ อสฺสสิสฺสํมิตฺติ สิग्ghตฺติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร หายใจออก
ปสฺสมุภโย กายสงฺขารํ ปสฺสสิสฺสํมิตฺติ สิग्ghตฺติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร หายใจเข้า
เสยฺยธาปี ภิกฺขเว ทกฺโข ภมฺกาโร วา ภมฺการนฺตฺวาเส วา ภิกฺขุทั้งหลาย ช่างกลิ้งหรือลูกลมมือ ช่างกลิ้งผู้มีความชำนาญ	
ที่ฌัม วา อญฺจนฺโต ที่ฌมฺ อญฺจํมิตฺติ ปชานาติ	เมื่อชักเชือกยาวก็รู้ชัดว่า เราชักเชือกยาวอยู่
รสฺสํ วา อญฺจนฺโต รสฺสํ อญฺจํมิตฺติ ปชานาติ	เมื่อชักเชือกสั้นก็รู้ชัดว่า เราชักเชือกสั้นแม้ฉับใด
เอวเมว โข ภิกฺขเว ภิกฺขุ	ภิกษุก็ฉับนั้นเหมือนกัน
๑.ที่ฌัมวา อสฺสสนฺโต ที่ฌมฺ อสฺสสํมิตฺติ ปชานาติ	เมื่อหายใจออกยาวก็รู้ว่า เราหายใจออกยาว
ที่ฌัม วา ปสฺสสนฺโต ที่ฌมฺ ปสฺสสํมิตฺติ ปชานาติ	เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ว่า เราหายใจเข้ายาว
๒.รสฺสํวา อสฺสสนฺโต รสฺสํอสฺสสํมิตฺติ ปชานาติ	หายใจออกสั้นอยู่ก็รู้ว่า เราหายใจออกสั้น
รสฺสํ วา ปสฺสสนฺโต รสฺสํปสฺสสํมิตฺติ ปชานาติ	เมื่อหายใจเข้าสั้นอยู่ ก็รู้ว่า เราหายใจเข้าสั้น
๓. สพฺพกายปฏฺฐิสฺสเวทึ อสฺสสิสฺสํมิตฺติ สิग्ghตฺติ	เรอสำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้รู้ตลอดกาย ทั้งหมดหายใจออก
सพฺพกายปฏฺฐิสฺสเวทึ ปสฺสสิสฺสํมิตฺติ สิग्ghตฺติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้รู้ตลอดกายทั้งหมด หายใจเข้า
๔.ปสฺสมุภโย กายสงฺขารํ อสฺสสิสฺสํมิตฺติ สิग्ghตฺติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร หายใจออก
ปสฺสมุภโย กายสงฺขารํ ปสฺสสิสฺสํมิตฺติ สิग्ghตฺติ	สำเนียงกว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร หายใจเข้า

อิตติ อชฺฌตฺตํ วา กายเ ย กายานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็น กายในกายภายในอยู่
พหิทฺฐา วา กายเ ย กายานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่
อชฺฌตฺตพหิทฺฐา วา กายเ ย กายานุปฺสฺสึ วิหฺรติ	หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้ง
	ภายนอกอยู่
สมุทฺยธฺมมานุปฺสฺสึ วา กายสฺมึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดแห่งลมหายใจ
	ในกายอยู่
วยธฺมมานุปฺสฺสึ วา กายสฺมึ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับแห่งลมหายใจ
	ในกายอยู่
สมุทฺยวยธฺมมานุปฺสฺสึ วา กายสฺมึ วิหฺรติ.	หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรม
	เป็นเหตุดับในกายอยู่
อตุตฺติ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจิตฺตา โหติ	หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า
	กายมีอยู่
ยวาทเว ฌาณมตฺตตาย ปปฏิสฺสติมตฺตตาย.	ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น
อนิสฺสึโต จ วิหฺรติ	ไม่อาศัยตัณหาและทิฏฐิอยู่
น จ กิณฺจึ โลเก อฺปาทียติ.	และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆในโลก
เอวมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ ย กายานุปฺสฺสึ	นี้แล ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายใน
วิหฺรติ.	กายอยู่

อรรถกถาสุมงคลวิลาสินี อธิบายว่า

ตตถ อสฺสาสปฺสฺสาสกมฺมิโก อิเม
 อสฺสาสปฺสฺสาสา กีนิสฺสิตา. วตฺถุนิสฺสิตา.
 วตฺถุ นาม กรชกาโย. กรชกาโยนาม จตฺ
 ตาริ จ มหาภูตานิ อุปาหารูปญฺจาติ
 เอวํ รูปํ ปริคฺคณฺหติ.

ตโต ตทารมฺมเณ ผสฺสปญฺจมเก นามนฺติ.
 เอวํ นามรูปํ ปริคฺคเหตฺวา ตสฺส ปจฺจยํ
 ปริเยสนฺโต อวิชฺชาทิจฺฉินฺนสมุปฺปาทํ ทิสฺวา
 ปจฺจยปจฺจยูปฺปนฺนทฺมมตฺตเมเวตํ. อญฺเอย
 สตฺโต วา ปุคฺคโล วา นตฺถิตฺติ วิติณฺณกฺง
 โข สปจฺจยนามรูปํ ติลกฺขณํ อโรเปตฺวา
 วิปฺสฺสนํ วทฺเพนฺโต อนุกฺกเมน อรหตฺตํ
 ปาปฺณาติ.

อิทเมกสฺส ภิกฺขุโน ยาว อรหตฺตา
 นิยฺยานมุขํ.

ฌานกมฺมิโกปิ อิมานิ ฌานํคานิ กิ
 นิสฺสิตานิ. วตฺถุนิสฺสิตานิ .

วตฺถุ นาม กรชกาโย. ฌานํคานิ นาม
 กรชกาโย รูปนฺติ นามรูปํ วตฺถุเปตฺวา ตสฺส
 ปจฺจยํ ปริเยสนฺโต อวิชฺชาทิจฺฉยาการํ ทิสฺวา
 ปจฺจยปจฺจยูปฺปนฺนทฺมมตฺตเมเวตํ. อญฺเอย
 สตฺโต วา ปุคฺคโล วา นตฺถิตฺติ วิติณฺณกฺง
 โข สปจฺจยนามรูปํ ติลกฺขณํ อโรเปตฺวา วิปฺสฺสนํ
 วทฺเพนฺโต อนุกฺกเมน อรหตฺตํ ปาปฺณาติ.

อิทเมกสฺส ภิกฺขุโน ยาว อรหตฺตา
 นิยฺยานมุขํ.^{๑๑}

ในการกำหนดลมอัสสาสะปัสสาสะนั้น
 ภิกษุประกอบกัมมัฏฐาน ในลมอัสสาสะ
 ปัสสาสะ ย่อมกำหนดรูปอย่างนี้ว่า ลม
 อัสสาสะปัสสาสะเหล่านี้อาศัยอะไร อาศัยวัตถุ
 กรัชกาย ชื่อว่าวัตถุ มหาภูตรูป ๔ กับอุปา
 หารูป ชื่อว่ากรัชกาย

ต่อแต่นั้นจึงกำหนดในนามธรรมซึ่งมี
 ผัสสะเป็นที่ ๕ (๑.เวทนา๒. สัญญา ๓.เจตนา
 ๔.วิญญาณ ๕. ผัสสะ) มีรูปนั้นเป็นอารมณ์
 ครั้นกำหนดนามรูปนั้นอย่างนี้แล้วค้นหาปัจจัย
 แห่งนามรูปนั้นอยู่ เห็นปัจฉิมสมุปบาทมี
 อวิชชาเป็นต้นแล้ว ข้ามพ้นความสงสัยเสียได้
 ว่า นี่เป็นเพียงปัจจัย และธรรมที่เกิดขึ้นเพราะ
 ปัจจัยเท่านั้น

ไม่ใช่สัตว์หรือบุคคลจึงยกนามรูปกับทั้ง
 ปัจจัย ขึ้นสู่ไตรลักษณ์เจริญวิปัสสนาย่อม
 บรรลุพระอรหัตโดยลำดับ

นี่เป็นทางออกจากทุกข์จนถึงพระอรหัต
 ของภิกษุรูปหนึ่ง

ผู้เจริญฌานกัมมัฏฐาน กำหนดนามรูปว่า
 องค์ฌานเหล่านี้อาศัยอะไร อาศัยวัตถุรูป

กรัชกายชื่อว่าวัตถุรูป องค์ฌานจัดเป็น
 นาม กรัชกายจัดเป็นรูป เมื่อจะแสวงหา
 ปัจจัยแห่งนามรูปนั้น จึงเห็นปัจฉยาการมี
 อวิชชาเป็นต้น จึงข้ามความสงสัยเสียได้ว่า
 นี่เป็นเพียงปัจจัยและธรรมอาศัย ปัจจัยเกิดขึ้น
 ไม่ใช่สัตว์หรือบุคคล จึงยกนามรูปพร้อมทั้ง
 ปัจจัยขึ้นสู่ไตรลักษณ์เจริญวิปัสสนา บรรลุ
 พระอรหัตโดยลำดับ

นี่เป็นมุขของการออกจากทุกข์จนถึงพระ
 อรหัตของภิกษุรูปหนึ่ง

^{๑๑}ที่.ม.อ. (บาลี) ๓๗๔/๓๗๕.

อิติ อชฺฌตฺตํ วาติ เอวํ อตฺตโน วา
อสุสาสปฺสุสาสกาเย กายานุปฺสุสี วิหฺรติ.

พหิทฺธา วาติ ปรสฺส วา อสุสาสปฺสุสา
สกาเย.

อชฺฌตฺตพหิทฺธา วาติ กาเลน อตฺตโน.
กาเลน ปรสฺส อสุสาสปฺสุสาสกาเย. เอเตนสฺส
ปคฺคณกมฺมฏฺฐาณํ อฏฺฐเปตฺวา อปฺราปรํ
สญฺจรณกาโล กถิตฺ. เอกกาเล ปน อิํ
อุภยํ น ลพฺภติ.

สมุทฺยทฺมมานุปฺสุสี วาติ ยถา นาม
กมฺมารสฺส ภสฺตณฺจ คคฺคฺรนาพิณฺจ ตชฺชณฺจ
วายามํ ปฏฺวิจฺจ วาโต อปฺราปรํ สญฺจรติ.

เอวํ ภิกฺขุโน กรชากายณฺจ นาสปฺภูณฺจ
จิตฺตณฺจ ปฏฺวิจฺจ อสุสาสปฺสุสาสกาโย
อปฺราปรํ สญฺจรติ. กายาทโย ทฺมมา
สมุทฺยทฺมมา เต ปสฺสนฺโต สมุทฺยทฺมมานุปฺสุสี
วา กายสฺมี วิหฺรติตี วุจฺจติ.

วยทฺมมานุปฺสุสี วาติ ยถา ภสฺตาย
อปนีตาย คคฺคฺรนาพิยา ภินฺนาย ตชฺเช จ
วายาเม อสตี โส วาโต นปฺวตฺตติ.

เอวเมว กาเย ภินฺเน นาสปฺภู วิทฺเสต
จิตฺเต จ นินฺรุเท อสุสาสปฺสุสาสกาโย นาม
นปฺวตฺตติ.

กายาทินิโรธา อสุสาสปฺสุสาสนิโรโหติ
เอวํ ปสฺสนฺโต วยทฺมมานุปฺสุสี วา กายสฺมี
วิหฺรติตี วุจฺจติ.

สมุทฺยวยทฺมมานุปฺสุสี วาติ กาเลน
สมุทฺยํ กาเลน วยํ อนุปฺสนฺโต.

คำว่า **อิติ อชฺฌตฺตํ** ในกายภายในความ
ว่า พิจารณาเห็นภายในกาย คือลมอัสสาสะ
ปัสสาสะของตนอยู่อย่างนี้.

คำว่า **หรือ ภายนอก** ความว่า พิจารณาเห็น
ภายในกาย คือลมอัสสาสะปัสสาสะของคนอื่นอยู่.

คำว่า **ทั้ง ภายในทั้งภายนอก** ความว่า ใน
ภายในคือ ลมอัสสาสะปัสสาสะของตนตามกาล ของ
คนอื่นตามกาล ด้วยคำนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัส
กาลที่ภิกษุนั้นไม่หยุด ก็มีปฏิฐานที่คล่องแคล่ว
ให้กาย คือลมอัสสาสะปัสสาสะ สัญจรไปมาอยู่ ก็
กิจทั้งสองนี้ ย่อมไม่ได้ในเวลาเดียวกัน.

คำว่า **พิจารณาเห็นธรรมตา** คือความเกิด
ความว่า ลมอาศัยสูบ ของข้างทอง ๑ ลูกสูบ ๑
ความพยายามอันเกิดแต่ลูกสูบนั้น ๑ จึงจะสัญจร
ไป มาได้ฉันใด

กาย คือลมอัสสาสะปัสสาสะก็อาศัยกรัชกาย
๑ ช่องจุมูก ๑ จิต ๑ ของภิกษุ จึงสัญจรไปมาได้
ฉันนั้น. ภิกษุเห็นธรรมมีกายเป็นต้น ซึ่งมีความ
เกิดเป็นธรรมตา ท่านเรียกว่า พิจารณาเห็นธรรม
คือความเกิดในกาย.

คำว่า **พิจารณาธรรม** คือความเสื่อมก็ตี
ความว่า เมื่อลูกสูบถูกนำออกไปแล้ว เมื่อลูกสูบ
แตกแล้ว เมื่อความพยายามอันเกิดแต่ลูกสูบนั้น
ไม่มี ลมนั้นย่อมเป็น ไปไม่ได้ฉันใด

เมื่อกายแตกแล้ว เมื่อช่องจุมูกถูกกำจัดเสีย
แล้ว และเมื่อจิต ตับแล้ว ชื่อว่ากาย คือลม
อัสสาสะปัสสาสะ ก็ย่อมเป็นไปไม่ได้ ฉันนั้น
เหมือนกัน.

ภิกษุผู้เห็นอยู่อย่างนี้ว่า ลมอัสสาสะปัสสาสะ
ดับ เพราะกายเป็นต้น ดับ ดังนี้ ท่านเรียกว่า
พิจารณาเห็นธรรม คือ ความเสื่อมในกาย.

คำว่า **พิจารณาเห็นธรรม** คือความเกิด
และความเสื่อม หมายความว่า พิจารณาเห็น
ความเกิดตามกาล ความเสื่อมตามกาล.

อตุถิ กาโยติ วา ปนสฺสาสฺสตี กาโยว
อตุถิ.น สตุโต น ปุคฺคโล น อิตฺถี น ปุริโส
น อตุตา น อตุตฺตึนฺยํ นาทํ น มม น โกจิ
น กสฺสจฺจิติ เอวมสฺส สติ ปจฺจุปฺภวจิตฺตา โหติ.

ยาวทเวทติ ปโยชนปริจฺเฉทวตฺตปนเมตฺต.

อิทํ วุตฺตํ โหติ ยา สา สติ ปจฺจุปฺภวจิตฺตา
โหติ. สา น อณฺณตฺตถาย. อถโข ยาวทเว
ธามณตฺตถาย อปราปรี อุตฺตรุตฺตริธามณ-
ปมาณตฺตถาย เจว สติปมาณตฺตถาย จ.
สตีสมปชฺฌณานํ วชฺฐมตฺตถายาติ อตุโถ.

อนิสฺสิโต จ วิหฺรตีติ ตณฺหาณิสฺสยทิกฺกฺจि-
ณิสฺสยานํ วเสน อนิสฺสิโต วิหฺรติ.

น จ กิณฺจิจิ โลเก อฺปาทียตีติ โลกสมฺมึ
กิณฺจิจิ รูปี วา .เป. วิณฺญาณํ วา อยํ เม อตุตา
วา อตุตฺตึนฺยํ วาติ น คณฺหาติ.

อิมีนา ปน ปเทน ภควา อานาปานปพ
พเทสนํ นิยุยาเตตฺตวา ทสฺเสติ.

ตตฺถ อสฺสาสปสฺสาสปริคฺคาทิกา สติ
ทุกฺขสจฺจํ.

ตสฺสา สมฺภูจฺจาปิกา ปุริมตณฺหา
สมฺภูทสจฺจํ. อุกฺกิณฺนํ อปฺปวตฺติ นิโรธสจฺจํ.

ทุกฺขปริชานโน สมฺภูทปชฺชโน นิโรธารมฺม
โณ อริยมคฺโค มคฺคสจฺจํ.^{๑๒}

จตุสจฺจวเสน อสฺสทกฺกิตฺวา นิพฺพุตี ปาปฺภนา
ตีติ. อิทมกสฺส อสฺสาสปสฺสาसानวเสน อภิวิ
นิฏฺฐกฺกิกฺขุโน ยาว อรหตฺตา นิยุยานมฺุขนฺติ.

คำว่า สติของเธอปรากฏชัดว่ากายมี
อยู่ ความว่า สติของภิกษุ นั้น เข้าไปตั้งเฉพาะ
อย่างนี้ว่า กายแลมีอยู่ ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล
ไม่ใช่หญิง ไม่ใช่ชาย ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ของตน
ไม่ใช่เราไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ใคร ไม่ใช่ของใคร.

คำว่า เพียงเท่านั้น นี้เป็นเครื่องกำหนด
เขตแห่งประโยชน์.

อธิบายว่า สติที่เข้าไปตั้งอยู่นั้นหาใช่เพื่อ
ประโยชน์อย่างอื่นไม่ ที่แท้ก็เพียงเพื่อสักว่า
ความรู้ คือ ประมาณแห่งความรู้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป
และประมาณแห่งสติเท่านั้น อธิบายว่า เพื่อ
ความเจริญแห่งสติสัมปชัญญะ.

คำว่า ไม่ถูกกิเลส อาศัยอยู่ ความว่า ไม่
ถูกกิเลสอาศัย ด้วยอำนาจแห่งกิเลสเป็นที่
อาศัย คือตัณหา และทิกฺกฺจิอยู่.

คำว่า ไม่ยึดถือสิ่งใดในโลกด้วย ความ
ว่า ไม่ถือสิ่งใด ๆ ในโลก คือรูป ฯลฯ หรือ
วิญญาณว่า นี้เป็นตัวของเรา นี้มีในตัวของเรา.

ก็พระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงมอบเทศนา คือ
อานาปานบรรพแสดงแล้วด้วยบทนี้.

ในอานาปานบรรพนั้น สติที่กำหนดลม
อัสสาสะปัสสาสะเป็นอารมณ์ เป็นทุกขสัจ

ตัณหามีในก่อนอันยังทุกขสัจนั้นให้ตั้งขึ้น
เป็นสมุทสัจ ความไม่เป็นไปแห่งสัจจะทั้ง
สอง เป็นนิโรธสัจ

อริยมรรคที่กำหนดรู้ทุกขสัจ ละสมุทสัจ
มีนิโรธสัจเป็นอารมณ์ เป็นมรรคสัจ.

โยคาวจรชวนชวายด้วยอำนาจ สัจจะ ๔
อย่างนี้ ย่อมบรรลุความดับทุกขได้จะนี้. นี้เป็น
ทางปฏิบัตินำออกจากทุกข จนบรรลุพระ
อรหัตของภิกษุผู้ตั้งมั่นแล้ว ด้วยอำนาจแห่ง
ลมอัสสาสะ ปัสสาสะ รูปหนึ่งจะนั้นแล.

^{๑๒} ที.มหา.อ. (บาลี) ๒/๓๘๐

๓.๖ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบาลี อิริยาปถปัพพะ

ปุน จปริ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
๑. ภิกขุ คจจนฺโต वा คจจामีติ ปชานาติ	ภิกษุ เดินอยู่ ก็รู้ชัดว่า เราเดินอยู่
๒. จิโต वा จิตมเหตีติ ปชานาติ	หรือยืนอยู่ ก็รู้ชัดว่า เรายืนอยู่
๓. นิสินฺโน वा นิสินฺนอมเหตีติ ปชานาติ	หรือนั่งอยู่ ก็รู้ชัดว่า เรานั่งอยู่
๔. สยาโน वा สยาโนมเหตีติ ปชานาติ	หรือนอนอยู่ ก็รู้ชัดว่า เรานอนอยู่
๕. ยถา ยถา वा ปนสฺส กาโย ปณฺหิตो โหติ เมื่อเธอ เป็นผู้ตั้งกายไว้ แล้วอย่างใด ๆ	ก็ย่อมรู้ชัดอาการกายนั้น อย่างนั้น ๆ ดังนี้
ตถา ตถา น ปชานาติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกาย ภายในบ้าง
อิติ อชฺชตฺตํ वा กาเย กายานุปสฺสี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายเป็นภายนอกบ้าง
พหิทฺฐา वा กาเย กายานุปสฺสี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายใน
อชฺชตฺตพหิทฺฐา वा กาเย กายานุปสฺสี วิหฺรติ	ภายนอกบ้าง
สมุทฺยธมฺมานุปสฺสี वा กายสมฺมึ วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย
วฺยธมฺมานุปสฺสี वा กายสมฺมึ วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
สมุทฺยวฺยธมฺมานุปสฺสี वा กายสมฺมึ วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้น
อตุถิ กาโยติ वा ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจिता โหติ	ทั้งความเสื่อมไปในกายอยู่บ้าง
ยวาทฺเว ฅาณมฺมตฺตตาย ปฺปฏิสฺสติมตฺตตาย	หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ น จ กิณฺจ โลกํ อฺปาทียติ	แต่เพียงสักว่าเป็นที่รู้ เป็นที่อาศัยระลึก
เอวมฺปิ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปสฺสี วิหฺรติ	เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวฏฐิไม่อาศัยอยู่ด้วย
	ย่อมไม่ถือมั่นอะไร ๆ ในโลกด้วย
	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็น
	กายในกายเนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้ ^{๑๓}

^{๑๓}ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๔/๑๐๕., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๔/๗๔.

ตตฺราปี หิ ติฏฺฐามิตฺติ จิตฺตํ อูปฺปชฺชติ.
 ตํ วายํ ชเนติ. วาโย วิญญตฺตํ ชเนติ.

จิตฺตกิริยา วาโยชาตฺตวิปฺพาเรณ สกฺล
 กายสฺส โภจฺจิตฺตํ ปฏฺฐาย อุตฺตสิทฺธาโว จานฺนหฺตฺติ
 วุจฺจติ.

นิสฺสิทามิตฺติ จิตฺตํ อูปฺปชฺชติ. ตํ วายํ ชเนติ.
 วาโย วิญญตฺตํ ชเนติ. จิตฺตกิริยา วาโยชาตฺต
 วิปฺพาเรณ เหมจฺจิมกายนฺ สมนฺนิมฺมชฺชํ อูปฺริม
 กายนฺ อุตฺตสิทฺธาโว นิสฺสชฺชาตฺติ วุจฺจติ.

สยามีตฺติ จิตฺตํ อูปฺปชฺชติ. ตํ วายํ ชเนติ.
 วาโย วิญญตฺตํ ชเนติ. จิตฺตกิริยา วาโยชาตฺต
 วิปฺพาเรณ สกฺลสฺสริสฺส ติริยิตฺตํ ปสฺสารณํ สยนฺนหฺตฺติ
 วุจฺจติ.

เอตฺตสฺส เอวํ ปชานฺโต เอวํ โหติ สตฺโต
 คจฺจนฺติ. สตฺโต ติฏฺฐจฺจิตฺติ วุจฺจติ. อตฺถโต ปน
 โภจฺจิตฺตํ คณฺธา วา จาตา วา นตฺถิ.

ยถา ปน สกฺมํ คจฺจนฺติ. สกฺมํ ติฏฺฐจฺจิตฺติ
 วุจฺจติ. น จ กิณฺจ สกฺมํ นาม คจฺจนฺตํ วา
 ติฏฺฐจฺจิตฺติ วา อตฺถิ.

จตฺตาโร ปน โคณฺเณ โยเชตฺตวา เจกฺสฺมิมิ
 สสารณฺมहि ปาเชนฺเต สกฺมํ คจฺจนฺติ. สกฺมํ ติฏฺฐจฺจิตฺติ
 โวหารมตฺตํ โหติ.

เอวเมว อชานนฺนฺเจเน สกฺมํ วีย กาโย
 โคณฺวา วีย จิตฺตชฺวาตา
 สสารณิ วีย จิตฺตํ.

คจฺจนฺนํ ติฏฺฐามิตฺติ จิตฺเต อูปฺปนฺเน วาโย
 ชาตฺตํ วิญญตฺตํ ชนฺยมาณา อูปฺปชฺชติ.

จิตฺตกิริยา วาโยชาตฺตวิปฺพาเรณ คมนาทินิ
 ปวตฺตนฺตฺติ.

ตโต สตฺโต คจฺจนฺติ. สตฺโต ติฏฺฐจฺจิตฺติ. อหํ คจฺ
 จนฺนํ. อหํ ติฏฺฐามิตฺติ โวหารมตฺตํ โหติ.

จิตเกิดขึ้นว่า เราจะยืน จิตนั้นทำให้เกิด
 วาโยชาตฺต ๗ ทำให้เกิดวิญญูติความเคลื่อนไหว

การทรงสกลกายตั้งขึ้นแต่พื้นเท้าเป็นที่สุด
 ด้วยความไหวตัวแห่งวาโยชาตฺตอันเกิดแต่การทำ
 ของจิต เรียกว่า ยืน

จิตเกิดขึ้นว่า เราจะนั่ง จิตนั้นทำให้เกิด
 วาโยชาตฺต ๗ ก็ทำให้เกิดวิญญูติความเคลื่อนไหว
 ความคู้ กายเบื้องล่างลง ทรงกายเบื้องบนขึ้น
 ด้วยความไหวตัวแห่งวาโยชาตฺตอันเกิดแต่การทำ
 ของจิต เรียกว่านั่ง

จิตเกิดขึ้นว่า เราจะนอน จิตนั้นทำให้เกิด
 วาโยชาตฺต ๗ ทำให้เกิดวิญญูติความเคลื่อนไหว
 การเหยียดกายทั้งสิ้นเป็นทางยาว ด้วยความ
 ไหวตัวแห่งวาโยชาตฺตอันเกิดแต่การทำของจิต
 เรียกว่า นอน

เมื่อภิกษุนี้รู้ชัดอยู่อย่างนี้ ย่อมมีความ
 คิดเห็นอย่างนี้ว่า เขากล่าวกันว่า สัตว์เดิน สัตว์
 ยืน แต่โดยอรรถแล้ว สัตว์ใด ๆ ที่เดิน ที่ยืนไม่มี
 ประดุจคำที่กล่าวกันว่า เกวียนเดิน เกวียน
 หยุด แต่ธรรมดาว่า เกวียนไร ๆ ที่เดินได้ หยุด
 ได้เอง ห้ามไม่

ต่อเมื่อนายสารณิผู้ฉลาด เทียมโค ๔ ตัวแล้ว
 ขับไปเกวียน จึงเดิน จึงหยุด เพราะฉะนั้น คำนั้น
 จึงเป็นเพียงบัญญัติสมมุติเรียกกัน

กายเปรียบเหมือนเกวียน เพราะอรรถว่าไม่รู้
 ลมที่เกิดจากจิต เปรียบเหมือนโค
 จิตเปรียบเหมือน สารณิ

เมื่อจิตเกิดขึ้นว่า เราจะเดิน เราจะยืน วาโย
 ชาตฺตที่ทำให้เกิดความเคลื่อนไหวก็เกิดขึ้น

อิริยาบถเดินเป็นต้น ย่อมเป็นไปเพราะความ
 ไหวตัวแห่งวาโยชาตฺตอันเกิดแต่การทำของจิต

แต่นั้น สัตว์ก็เดิน สัตว์ก็ยืน เราเดิน เรายืน
 เพราะเหตุนั้น คำนั้น จึงเป็นเพียงบัญญัติสมมุติ
 เรียกกัน ฉะนั้นเหมือนกัน

ตสฺมา เอวํ เหตุปัจจยวเสเนว ปวตฺตานิ
คมนาทีนํ สลฺลกุเขนโต เอส คจฺจนฺโต
วา คจฺจามีติ ปชานาติ. จิตฺวา นิสินฺโน
วา สยาโน วา สยาโนมฺหีติ ปชานาตีติ
เวทิตฺพุโ.

ยถา ยถา วา ปนสฺส กาโย ปณฺหิตो โหติ.
ตถา นมฺปชานาตีติ สพุพฺสงฺคาหิกวจนเมตฺ.

อิทํ วุตฺตํ โหติ เยน เยน วา อากาเรนสฺส
กาโย จิตฺโ โหติ. เตน เตน นํ ปชานาติ.

คมนาการเณ จิตํ คจฺจามีติ ปชานาติ.

จानนฺสชฺชาสยนาการเณ จิตํ สยาโนมฺหีติ
ปชานาตีติ.

อิติ อชฺชุตฺตํ วาติ เอวํ อตฺตโน วา
จตุอิริยาปถปริคฺคณฺหเณน กาเย กายานุปฺสฺสี
วิหฺรติ.

พหิทฺฐา วาติ ปฺรสฺส วา จตุอิริยาปถ
ปริคฺคณฺหเณน.

อชฺชุตฺตพหิทฺฐา วาติ กาเลน อตฺตโน
กาเลน ปฺรสฺส จตุอิริยาปถปริคฺคณฺหเณน
กาเย กายานุปฺสฺสี วิหฺรติ.

สมุทฺยธมฺมานุปฺสฺสี วาติ อาทิสฺส ปน
อวิชฺชาสมุทฺยา รูปรสมุทโยติ อาทินา นเยน
ปญฺจหาการเหิ รูปรกฺขณฺธสฺส สมุทโย จ วโย
จ นีหฺริตฺพุโ.

ตํ หิ สนฺธาย อิธ สมุทฺยธมฺมานุปฺสฺสี วาติ
อาทิวุตฺตํ. อตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺสาติ อาทิว
วุตฺตสทิสเมว.^{๑๔}

เพราะฉะนั้นพึงทราบว่ ภิกษุนี้ กำหนด
อิริยาบถเดินเป็นต้น ซึ่งเป็นไปได้ด้วยอำนาจ
เหตุปัจจัย เท่านั้นอย่างนี้ เมื่อเดินก็รู้ว่าเรา
เดิน เมื่อยืนก็รู้ว่า ยืน เมื่อนั่งก็รู้ว่า นั่ง เมื่อ
นอนก็รู้ว่า นอน

คำว่า ก็หรือกายของเธอตั้งอยู่โดยอาการ
ใดๆ ก็รู้กายนั้น โดยอาการนั้น ๆ นี้เป็นคำ
กล่าวรวมอิริยาบถทั้งปวง. มี

คำอธิบายว่า หรือกายของเธอดำรงอยู่โดย
อาการใดๆ ก็รู้ชัดกายนั้น โดยอาการนั้น

คือกายนั้นดำรงอยู่โดยอาการเดิน ก็รู้ชัด
ว่าเราเดิน

กายดำรงอยู่โดยอาการยืน นั่ง นอน ก็รู้
ชัดว่าเรายืน เรานั่ง เรานอน

คำว่า ภายใน หรือดังนี้ ความว่า พิจารณา
เห็นกายในกายด้วยการกำหนดอิริยาบถ ของ
ตนเองอย่างนี้อยู่.

คำว่า หรือภายนอก ความว่า ด้วยการ
กำหนดอิริยาบถสี่ของคนอื่นอยู่.

คำว่า หรือทั้งภายใน ทั้งภายนอก ความ
ว่า พิจารณาเห็นกายในกาย ด้วยการกำหนด
อิริยาบถ ๔ ของตนเองตามกาล ของคนอื่น
ตามกาลอยู่.

ก็ในคำบาลีเป็นต้นว่า พิจารณาเห็นธรรม
คือความเกิด คือพืงนำความเกิดและความ
เสื่อมแห่งรูปชั้นธออกแสดง โดยอาการทั้ง๕
ตามนัยว่า รูปเกิดเพราะอวิชชาเกิด ดังนี้.

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงหมายเอาความ
เกิด และความเสื่อมนั้นแล ตรัสว่า พิจารณา
เห็นธรรม คือความเกิด

^{๑๔} ที.มหา.อ. (บาลี) ๒/๓๗๕/๓๘๒-๓

อาหิสงส์แห่งการเดินจงกรม ๕ ประการ

ปณฺจิเม ภิกฺขเว จงฺกเม อาหิสฺสา
 กตเม ปณฺจ
 อทฺธานกฺขโม โหติ
 ปธานกฺขโม โหติ
 อปฺปาพาโห โหติ
 อสิตฺตํ ปิตํ ขายิตํ สายิตํ สมฺมาปริณามํ
 คจฺจนฺติ
 จงฺกมาริคโต สมาริ จิรฺภูจฺติโก โหติ

อทฺธานกฺขโม โหตีติ ทูริ อทฺธานํ
 มคฺคํ คจฺจนฺโต ขมติ อธิวาเสตุํ สกฺโกติ.
 ปธานกฺขโมติ วิริยกฺขโม.
 จงฺกมาริคโต จ สมาริตี จงฺกมํ อธิภูจ
 หนฺเตน อริคโต อภูจฺจนฺนํ สฺมาปตฺตีเน อ
 ญฺยตฺรสมาริ.
 จิรฺภูจฺติโก โหตีติ จิรํ ติภูจฺติ. จิตฺเกน
 คหิตนิมิตฺตตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺต
 คหิตนิมิตฺตํ นิปนฺนสฺส. จงฺกมํ อธิภูจฺจน
 เตน จลิตารมฺมเณ. คหิตนิมิตฺตํ ปน จิตฺตฺสปี
 นิสินฺนสฺสปี นิปนฺนสฺสปี น นสฺสตีติ.^{๑๖}

อาหิสงส์ในการจงกรม ๕ ประการ คือ
 ๑) ย่อมเป็นผู้อดทนต่อการเดินทางไกล
 ๒) ย่อมเป็นผู้อดทนต่อการบำเพ็ญเพียร
 ๓) ย่อมเป็นผู้มีอาหารน้อย
 ๔) อาหารที่กิน ต้ม เคี้ยว ล้มแล้วย่อมย่อยไป
 โดยดี
 ๕) สมาริที่ได้เพราะการเดินจงกรม ย่อมตั้งอยู่
 ได้นาน

บทว่า อทฺธานกฺขโม โหติ ได้แก่ เมื่อเดิน
 ทางไกลก็เดินได้ทน คือ อดทนได้.
 บทว่า ปธานกฺขโม ได้แก่ เพียรได้ทน.
 บทว่า จงฺกมาริคโต จ สมาริ ได้แก่ สมาริ
 แห่งสมาบัติ ๘ อย่างใดอย่างหนึ่ง อันผู้
 อธิษฐานจงกรมถึงแล้ว.
 บทว่า จิรฺภูจฺติโก โหติ แปลว่า ตั้งอยู่ได้
 นาน. ด้วยว่า นิมิตอันผู้ยืนอยู่ถือเอาเมื่อนั่งก็
 หายไป นิมิตอันผู้นั่งถือเอาเมื่อนอนก็หายไป
 ส่วนนิมิตอันผู้อธิษฐานจงกรม ถือเอาในอารมณ์ที่
 ห้วนไหวแล้วเมื่อยืนก็ดี นั่งก็ดี นอนก็ดี ย่อมไม่
 หายไป.^{๑๗}

^{๑๖} อังคุตตรนิกายภูกถา (มโนรทปุรณี ๓) -
 หน้า ๑๘

^{๑๗} พระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจก-ฉักกนิบาต
 เล่ม ๓ - หน้า ๕๕

คัมภีร์วิสุทธิมรรค อธิบายการเดินทางว่า

เอวํ อารोเปตฺวา ปุณฺ ๓ ตสฺมีเยว รุเป
 อภิกฺกมปฏิกฺกมอาโลกนวิโลกนสมฺมิชฺชนปสา
 รณวเสน อภิกฺกเม ปวตฺตรูปํ ปฏิกฺกมํ อปฺปตฺ
 วา ตตฺถเว นิรุชฺชติ ปฏิกฺกเม ปวตฺตรูปํ
 อาโลกนํ อาโลกเน ปวตฺตรูปํ วิโลกนํ
 วิโลกเน ปวตฺตรูปํ สมฺมิชฺชนํ สมฺมิชฺชเน
 ปวตฺตรูปํ ปสารถิํ อปฺปตฺวา ตตฺถเว
 นิรุชฺชติ

ตสฺมา อนิจฺจํ ทุกฺขมนตฺตาติ ติลกฺขณํ
 อารोเปติ.

ตโต เอกปทวารํ อุกุชฺรณอติหฺรณวีติหฺรณ
 ไวสุสฺซชฺชนสนฺนิกุเชปนสนฺนิรุมฺภานวเสน จ
 โภจฺจาเส กโรติ .

ตตฺถ

อุกุชฺรณํ นาม ปาทสฺส ภูมิตอ อุกุชฺปิณฺ.

อติหฺรณํ นาม ปุโรโต หฺรณํ.

วีติหฺรณํ นาม ชาณฺุ กณฺุฏกทิมฺชาตอิทิสฺ
 กิณฺุจิเทว ทิสฺวา อิโต จิตฺโต จ ปาทสฺสจฺรณํ.

ไวสุสฺซชฺชนํ นาม ปาทสฺส เหมจฺจา โอโรปนํ.

สนฺนิกุเชปนํ นาม ปจฺวีตเล จปนํ.

สนฺนิรุมฺภานํ นาม ปุณฺ ปาทุกุชฺรณกาเล
 ปาทสฺส ปจฺวียา สทฺธิ อภินิปปิพฺปนํ.

ตตฺถ อุกุชฺรณ ปจฺวีชาตฺ ออาโปชาตฺติ เทว
 ชาตฺติโย โอมตฺตา โหนฺติ มนฺทา อิตฺธา เทว
 อธิมตฺตา โหนฺติ พลวติโย.

ตถา อติหฺรณวีติหฺรณสุ. ไวสุสฺซชฺชน
 เตโชชาตฺติ วาโยชาตฺติ เทว ชาตฺติโย โอมตฺตา
 โหนฺติ มนฺทา อิตฺธา เทว อธิมตฺตา โหนฺติ
 พลวติโย.

ครั้นยกขึ้นโดย ๖ ส่วนอย่างนี้แล้ว ยกขึ้น
 สู่ไตรลักษณ์โดยเกณฑ์ ก้าว ถอย แล เหลียว
 คู้เหยียด อีกว่า "รูปเป็นไปในตอนก้าวก็ดับ
 ไปในตอนก้าว ไม่ถึงตอนถอย รูปเป็นไปใน
 ตอนถอยก็ดับไปในตอนถอย ไม่ถึงตอนแล
 รูปในตอนแล ก็ดับไปในตอนแลนั่นเอง ไม่ถึง
 ตอนเหลียว รูปเป็นไปในตอนเหลียว ก็ดับไป
 ในตอนเหลียวนั่นเอง ไม่ถึงตอนคู้ รูปเป็นไป
 ในตอนคู้ ก็ดับไปในตอนคู้ ไม่ถึงตอนเหยียด

เหตุนี้ รูปนั้นจึงชื่อว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์
 เป็นอนัตตา

แบ่งก้าวเท้าครั้ง ๑ ให้เป็น ๖ ส่วน คือ
 ยก ย่าง ย้าย หย่อน เหยียบ ยัน

ใน ๖ ส่วนนั้น

- ๑) ยกเท้าขึ้นจากพื้น เรียกว่า ยก
- ๒) นำเท้าไปข้างหน้า เรียกว่า ย่าง
- ๓) เห็นตอหนาม งู เป็นต้นอะไรๆ เข้า
แล้วย้ายเท้าไปข้างนั้นข้างนี้ เรียกว่า ย้าย
- ๔) ลดเท้าลงเบื้องล่าง เรียกว่า หย่อน
- ๕) วางเท้าลงที่พื้นดิน เรียกว่า เหยียบ
- ๖) กดเท้ากับดินในเวลายกเท้าอีกข้าง
หนึ่ง เรียกว่า กด

ใน ๖ ส่วนนั้นในส่วนยกเท้า ชาตฺ ๒ คือ
 ปจฺวีชาตฺ ออาโปชาตฺ มีประมาณต่ำ คือ อ่อน
 กว่าปกติ ชาตฺ ๒ นอกนี้ คือ เตโชชาตฺ วาโย
 ชาตฺมีประมาณยิ่ง คือ แรงกว่าปกติ

ส่วนย่างและย้ายก็อย่างนั้น ในส่วนหย่อน
 ชาตฺ ๒ คือ เตโชชาตฺ วาโยชาตฺมีประมาณต่ำ
 คืออ่อนกว่าปกติ ชาตฺ ๒ นอกนี้ คือปจฺวีชาตฺ
 ออาโปชาตฺมีประมาณยิ่ง คือแรงกว่าปกติ

ตถา สนฺนิกะเชปนสนฺนิรุมฺภานेषุ .
 เอวํ จ โภจฺจาเส กตฺวา เตสํ วเสน ตสฺมี
 วโยวฺชุตฺตถกมฺรูปํ ติลกฺขณํ อารोเปติ.

กถํ โส อิติ ปฏฺยสณฺจิกฺขติ ยา จ อุทฺตรเณ
 ปวตฺตา ธาตุโย ยานิ จ ตฺตฺปาทายรูปานิ
 สพฺเพ เต ธมฺมา อติหรณํ อปฺปตฺวา เอตฺถเวย
 นิรุชฺฌนฺติ

ตสฺมา อนิจฺจา ทฺกฺขา อนตฺตา

ตถา อติหรเณ ปวตฺตา วิติหรณํ.

วิติหรเณ ปวตฺตา ไวสุสฺซชฺชนํ.

ไวสุสฺซชฺเชน ปวตฺตา สนฺนิกะเชปนํ.

สนฺนิกะเชเปเน ปวตฺตา สนฺนิรุมฺภานํ อปฺปตฺ
 วา เอตฺถเวย นิรุชฺฌนฺติ

อิติ ตตฺถ ตตฺถ อุปฺปนฺนา อิตฺรํ อิตฺรํ
 โภจฺจาสิ อปฺปตฺวา ตตฺถ ตตฺถเวย ปพฺพํ
 ปพฺพํ สนฺนิสนฺนิ อธิโธติ หุตฺวา ตตฺตฺกปาเล
 ปกฺขิตฺตติลา วิย ตฺมฺมตฺถายนฺตา สงฺขารา
 กิซฺชชฺนฺติ.

ตสฺมา อนิจฺจา ทฺกฺขา อนตฺตาติ. ตสฺเสวํ
 ปพฺพปพฺพคเต สงฺขारे วิปฺสฺสโต รูปสมฺมสนํ
 สุขุมํ โหติ.^{๑๔}

ในส่วนเหยียบและส่วนยันก็อย่างนั้น
 ครั้นทำเป็น ๖ ส่วนอย่างนี้แล้ว จึงยกขึ้น
 สู่อัตราลักษณ์ในวโยวชุตตถกมรูปนั้น ตาม
 เกณฑ์ส่วนทั้ง ๖ นั้น

ยกขึ้นอย่างไร? คือ พระโยคีนั่นไตร่ตรอง
 เห็นว่า "ธาตุทั้งหลายอันเป็นไปในส่วนยกอัน
 ไต่ก็ดี อุปาทายรูปแห่งธาตุเหล่านั้นอันไต่ก็ดี
 ธรรมทั้งปวงนั้นดับไปในส่วนยกนี้ ไม่ถึงอย่าง
 เหตุนั้น ธรรมทั้งปวงนั้นจึงชื่อว่า ไม่เที่ยง
 เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

อย่างเดียวกันนั้น ธรรมทั้งหลายอันเป็น
 ไปในส่วนย่าง ก็ดับไปในส่วนย่างนี้เอง ไม่ถึง
 ส่วนย้าย

ธรรมทั้งหลายอันเป็นไปในส่วนย้าย ก็ดับ
 ไปในส่วนย้ายนี้เอง ไม่ถึงส่วนหย่อน

ธรรมทั้งหลายอันเป็นไปในส่วนหย่อน ก็
 ดับไปในส่วนหย่อนนี้เอง ไม่ถึงส่วนเหยียบ

ธรรมทั้งหลายอันเป็นไปในส่วนเหยียบ ก็
 ดับไปในส่วนเหยียบนี้เอง ไม่ถึงส่วนยัน

สังขารอันเกิดขึ้นในส่วนนั้น ก็แตกไป
 ส่วนนั้นเอง เป็นข้อๆ เป็นท่อนๆ เป็นแดนๆ
 ไม่ถึงส่วนนอกนี้ๆ เหมือนเมล็ดงาทั้งหลาย ที่
 ชาติลงในกระเบื้องอันร้อน แตกดังตู่ๆ เป็น
 เมล็ด ๆ ดังนี้

เหตุนี้ สังขารทั้งหลายนั้นจึงชื่อว่าไม่
 เที่ยง เพราะไม่เที่ยงจึงชื่อว่าเป็นทุกข์เพราะ
 เป็นทุกข์จึงชื่อว่าเป็นอนัตตา"

^{๑๔} วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๒๙๑ ปฐวีธาตุและอาโปธาตุ
 มีสภาวะหนัก ส่วนเตโชธาตุและวาโยธาตุมีสภาวะ
 เบา เมื่อจะยกย้ายให้ ต้องการความเบาจึงจะ
 ยกย้ายได้คล่องธรรมดาจึงลดความหนักของปฐวี

และอาโปลง และเพิ่มกำลังของเตโชวาโยขึ้น
 ตรงกันข้าม เมื่อจะหย่อนเหยียบยัน ต้องการความ
 หนัก ธรรมดาจึงลดความเบาของเตโชวาโยลง เพิ่ม
 กำลังปฐวีวาโยขึ้น ให้หย่อนเหยียบยันลงได้

อรรถกถาอธิบายว่า

อภิกขมาทีสุ ปน อสมมุยุหน อสมโห-
สมปชญณํ ตํ เอว เวทิตัพพี :-

อิธ ภิกขุ อภิกกมนโต वा ปฏิกกมนโต वा
ยथा อนุพาลปุถุชชนาอภิกกมาทีสุ "อตุตา
อภิกกมติ อตุตนา อภิกกโม นิพพุตติโต"ติ वा
"อห่อภิกกมามี มยา อภิกกโม นิพพุตติโต"ติ
วา สมมุยุหนติ....ตถา อสมมุยุหนโต

"อภิกกมามี"ติ จิตฺเต อปุปฺปชฺชมาเน เตเนว
จิตฺเตนสทฺธิ จิตฺตสมุฏฺฐานาวาโยธาคฺค วิญญุตฺตี
ชฌนยมานา อปุปฺปชฺชติ. อิตฺติ
จิตฺตกิริยาวาโยธาคฺควิปฺปารวเสน อโย กาย
สมมุโต อภูจิสฺสงฺฆาโต อภิกกมติ.

ตสฺเสว อภิกกมโต เอเกกปาทุทฺตรเณ
ปจฺวีธาคฺคอาโปธาคฺคตฺติ เทว ธาคฺคโย โอมตฺตวา
โหนติ มนฺทา อิตฺธา เทว อธิมตฺตวา โหนติ
พลวติโย ตถา อติหฺรณวิตีหฺรณเณสุ.

ไวสฺสชฺชเน เตชธาคฺค วาโยธาคฺคตฺติ เทว
ธาคฺคโย โอมตฺตวา โหนติ มนฺทา อิตฺธา เทว
อธิมตฺตวา โหนติ พลวติโย ตถา สนฺนิกุเขปน
สนฺนิรุมฺภเณสุ.

ตตฺถ อุกฺกทฺตรเณ ปวตฺตวา รูปรูปชฺชมา
อติหฺรณํ น ปาปุณฺณติ ตถา อติหฺรณํ ปวตฺตวา
วิตฺติหฺรณํ วิตีหฺรณํ ปวตฺตวา ไวสฺสชฺชนํ
ไวสฺสชฺชเน ปวตฺตวา สนฺนิกุเขปนํ สนฺนิกุเขปน
ปวตฺตวา สนฺนิรุมฺภณํ น ปาปุณฺณติ.

ก็ความไม่หลงในการก้าวไปเป็นต้น ชื่อ
ว่า อสมโหสมปชญณะ. อสมโหสมปชญณะ
นั้นพึงทราบอย่างนี้

ปุถุชนผู้อันธพาล เมื่อก้าวไปเป็นต้น ย่อม
หลงผิดว่า คนก้าวไป การก้าวไปตนทำให้
เกิดขึ้น ดังนี้บ้างว่าเราก้าวไป การก้าวไป เรา
ทำให้เกิดขึ้น ดังนี้บ้าง ฉันทิ ภิกษุในพระ
ศาสนานี้ไม่หลงผิดฉันทันั้น

เมื่อจิตคิดว่าจะก้าวไปเกิดขึ้น วาโย
ธาคฺคซึ่งเกิดแต่จิต ยังวิญญูติให้เกิด ย่อม
เกิดขึ้นด้วยจิตนั่นเอง

ดังนั้นร่างกระดูกที่สมมติว่ากายนี้ ย่อม
ก้าวไปด้วยอำนาจความแผ่ไปของวาโยธาค
อันเกิดแต่พลังงานของจิต ด้วยประการฉะนี้

เมื่อร่างกระดูกนั้นก้าวไปอย่างนี้ ในขณะที่
ที่ยกเท้าขึ้นแต่ละข้าง ธาคฺคทั้ง ๒ คือปจฺวีธาค
คอาโปธาคฺคย่อมอ่อนกำลังลง. อีก ๒ ธาคฺค นอก
นี้ย่อมมีกำลังขึ้น.

ในขณะที่ที่ย่อนเท้าลงธาคฺคทั้ง ๒ คือ
เตชธาคฺค วาโยธาคฺค ย่อมอ่อนกำลังลง อีก ๒
ธาคฺค นอกนี้ย่อมมีกำลังยิ่งขึ้น ในขณะที่ปลาย
เท้าจดพื้นและเหยียบเต็มฝ่าเท้า ก็เช่นกัน.

รูปธรรมและอรูปธรรมที่เป็นไปในขณะที่
ยกเท้าขึ้นย่อมไม่ถึงขณะที่เคลื่อนเท้า
รูปธรรมและนามธรรมที่เป็นไปในขณะที่
เคลื่อนเท้าย่อมไม่ถึงขณะที่ก้าวไปข้างหน้า
เหมือนกัน ที่เป็นไปในขณะที่ก้าวไปข้างหน้า
ย่อมไม่ถึงขณะที่หย่อนเท้าลง ที่เป็นไปใน
ขณะที่หย่อนเท้าลง ย่อมไม่ถึงขณะที่ปลาย
เท้าจดพื้น ที่เป็นไปในขณะที่ปลายเท้าจดพื้น
ย่อมไม่ถึงขณะที่เหยียบเต็มฝ่าเท้า

ตตถ ตตถเว ปพพิ ปพพิ สนฺธิ สนฺธิ
โธอิ โธอิ หุตฺวา ตตฺตกปาเล ปกฺขิตฺตติลาณี
วีย ตมฺมฏฺฎายนฺตา ภิชฺชนฺติ.

ตตถ โก เอโก อภิกฺกมฺติ กสฺส วา
เอกสฺส อภิกฺกมฺน.

ปรมตฺถโต หิ ชาตฺถนฺเวยว คมฺน ชาตฺถนฺ
เวยว จานฺ ชาตฺถนฺเวยว นิสฺชชฺน ชาตฺถนฺเวยว
สยฺน.

ตสฺมี ตสฺมี หิ โภจฺจาเส สทฺธิ รฺูปเณ
อณฺณํ อุปฺปชฺชเต จิตฺตํ อณฺณํ จิตฺตํ
นिरุชฺฌติ อวีจิมฺนุสมฺพนฺโธ นทีโสโตว วตฺต
ตีติ.

เอวํ อภิกฺกมาทีสุ อสมฺมุยฺหฺน อสมฺโมห-
สมฺปชฺฌณฺม นามาตี.^{๑๙}

สติกำหนดอิริยาบถเป็นอริยสัจ

จตุอิริยาปถปริคฺคาหิกา สติ ทฺกฺขสจฺจ.

ตสฺสา สมฺภูจฺจาปีกา ปฺริมตฺถนฺหา
สมฺมุทฺยสจฺจ.

อุภินฺนํ อปฺปวตฺติ นโรธสจฺจ.

ทฺกฺขปฺริชานโน สมฺมุทฺยปชฺชนโน นโร
ธารมฺมโณ อริยมคฺโค มคฺคสจฺจ.

เอวํ จตฺตสจฺจวเสน อุตฺตสทฺกิตฺวา นิพฺพุตี
ปาปฺณาตีติ.

อิทเมกสฺส จตุอิริยาปถปริคฺคาหิกสฺส
ภิกฺขุโน ยาว อรหตฺตา นียฺยานมฺขนฺติ.

รูปธรรมและอรูปธรรมย่อมเป็นตอน ๆ
เป็นท่อน ๆ เป็นเขต ๆ ดับไปในอิริยาบถนั้น ๆ
นั่นเอง เหมือนเมล็ดงาที่ใส่ลงใน กระเบื้อง
ร้อนย่อมแตกเปี๊ยะเปี๊ยะ.

ในการก้าวไปเป็นต้น ใครคนหนึ่งก้าวไป
หรือการก้าวไปของใครคนหนึ่ง

แต่โดยปรมัตถ์ ชาตฺถทั้งหลายเท่านั้นเดิน
ชาตฺถทั้งหลายเท่านั้นยืน ชาตฺถทั้งหลายเท่านั้น
นั่ง ชาตฺถทั้งหลายเท่านั้นนอน.

ก็ในส่วนแห่งอิริยาบถนั้น ๆ จิตดวงอื่น
เกิดขึ้น จิตดวงอื่นดับไปพร้อมกับรูป เป็นไป
อยู่เหมือนกระแสน้ำไหลติดต่อกันไปไม่ขาด
สาย ฉะนั้น ดังนี้

ความไม่หลงในการก้าวไปเป็นต้นอย่างนี้
ชื่อว่า อสมฺโมหสมฺปชฺฌญฺะ

สติที่กำหนดอิริยาบถ ๔ เป็นอารมณ์ เป็น
ทฺกฺขสัจ

ต้นหาที่มีมาก่อน อันยังสติที่กำหนด
อิริยาบถ ๔ นั้นให้ตั้งขึ้นเป็นสมุทฺยสัจ

การหยุดทฺกฺขสัจและสมุทฺยสัจ ทั้งสอง
เป็นนโรธสัจ

อริยมรรคที่กำหนดรู้ทฺกฺข ละสมุทฺย มี
นโรธเป็นอารมณ์ เป็นมรรคสัจ

ภิกษุผู้โยคาวจร ขวนขวายโดยทางสัจจะ
๔ อย่างนี้ ย่อมบรรลุประนิพพานดับทฺกฺข.

นี่เป็นทาง ปฏิบัตินำออกจากทฺกฺข จนถึง
พระอรหัต ของภิกษุผู้กำหนดอิริยาบถ ๔^{๒๐}

^{๑๙} ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๑๔/๑๗๓.

^{๒๐} ที.มหา.อ. (บาลี) ๒/๓๗๕/๓๘๓

๓.๗ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบาลี สัมปชัญญะปิพพะ

ปุณ จปริ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิกขุ อภิกกนฺเต ปฏิกกนฺเต	ภิกษุ เมื่อก้าวไป เมื่อถอยกลับ
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
อาโลกิเต วิโลกิเต	เมื่อแหงนแลดู เมื่อเหลียวแลดู
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
สมฺมิณฺชิเต ปสริเต	เมื่อคู้เข้า เขยียดออก
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
สงฺฆาปฏิตฺตจิวรรณเณ	ในการทรงผ้าสังฆาฏิบาตรและจีวร
สพฺพตฺถ อีหิสเมว น ปชานาติ	ย่อมรู้ตัวทั่วพร้อมในกิริยาอาการทั้งหมด
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
อสิเต ปีเต ขายิเต สายิเต	ในการฉัน การดื่ม ในการเคี้ยว ในการลิ้ม
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
อุจฺจารปสฺสาวกมฺเม	การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ
สมฺปชานการี โหติ	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
คเต จิเต นิสินฺเณ	ในการเดิน ในการยืน ในการนั่ง
สุตฺเต ชาคริเต ภาสิเต ตฺถนฺหิภาเว	ในการหลับ ในการตื่น ในการพูด ในการนิ่ง
สมฺปชานการี โหติ ^{๒๐}	ย่อมทำความรู้ตัวทั่วพร้อมเท่าทันตามความเป็นจริง
อิติ	ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺชตฺตฺวา กายเ กายานุปสฺสี วิหริติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง
พหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหริติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง
อชฺชตฺตพหิทฺธาวา กายเ กายานุปสฺสี วิหริติ	ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในภายนอกอยู่
สมฺภยชฺชมานุปสฺสี วา กายสมฺมึ วิหริติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกายบ้าง
วยชฺชมานุปสฺสี วา กายสมฺมึ วิหริติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
สมฺภยวยชฺชมานุปสฺสี วา กายสมฺมึ วิหริติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความเสื่อมไปในกายบ้าง
อตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺภวจิตฺตา โหติ	หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย ปฏิสฺสตีมตฺตตาย	เพียงสักแต่ว่าเป็นความรู้ เป็นที่อาศัยระลึก
อนิสฺสึโต จ วิหริติ น จ กิณฺจิ โลเก อุปาทิยติ	

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทักขิวิไม่อาศัยอยู่ด้วย ย่อมไม่ถือมันอะไรๆ ในโลกด้วย

^{๒๐} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๕/๑๐๕.

เอวมปิ ภิกขเว ภิกขุ กายะ กายานุปัสสี
 วิหริตี

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุยอมพิจารณา
 เห็นกายในกายเนื่องๆ อยู่ อย่างนี้

อรรถกถาสุมงคลวิลาสินี อธิบายว่า

ตตถ อภิกกนุเตติ อาทีนิ สามณฺณผล
 วณฺณิตานิ.

อิตติ อชฺชตตํ วาตี เอวํ จตฺตสมฺปชฅณ
 ปริกคณฺหณเณน อตฺตโน วา กายะ ปฺรสุส
 วา กายะ กาเลน วา อตฺตโน กาเลน วา
 ปฺรสุส กายะ กายานุปัสสี วิหริตี.

อิชาปี สมุทฺยธมฺมานุปัสสีตีอาทีสุ
 รุปกฺขนฺธสุเสว สมุทโย จ วโย จ
 นีหริตพฺโพ.

อิช จตฺตสมฺปชฅณปริกคาทิกา สติ
 ทฺกฺกขสจฺจํ.

ตสฺสา สมุทฺธาปีกา ปุริมตณฺหา
 สมุทฺยสจฺจํ.

อุภินฺนํ อปฺปวตฺตตี นิโรธสจฺจํ.

วุตฺตปฺปกาโร อริยมคฺโค มคฺคสจฺจํ.

เอวํ จตฺตสจฺจวเสน อุตฺตสฺกทิตฺวา นิพฺพุตี
 ปาปฺุณาตีตี

อิทเมกสฺส จตฺตสมฺปชฅณปริกคาทิกสฺส
 ภิกฺขุโน วเสน ยาว อรหฺตฺตา นิยฺยาน
 มุขฺนฺตี.^{๒๒}

ในสัมปชัญญบรรพนั้น คำว่า ก้าวไป
 ข้างหน้าเป็นต้น ทรงพรรณนาไว้แล้ว ใน
 สามัญญผลสูตร

คำว่า หรือภายในความว่า พิจารณาเห็น
 กายในกายของตน หรือในกายของคนอื่น หรือ
 ในกายของตนตามกาล ของคนอื่นตามกาล โดย
 กำหนดสัมปชัญญะ ๔ อย่างนี้

ความเกิด และความเสื่อมของรูปขั้นนั้นแล
 ฟังนำออกแสดงในคำว่า พิจารณาเห็นธรรม คือ
 ความเกิดเป็นต้น

ในสัมปชัญญบรรพนี้ สติกำหนดสัมปชัญญะ
 ๔ เป็นทุกขสัจ

ตันทาที่มีในก่อน อันยัง สติกำหนด
 สัมปชัญญะ ๔ นั้นให้ตั้งขึ้น เป็นสมุทัยสัจ

การไม่เกิดทุกขสัจ และสมุทัยสัจทั้งสอง
 เป็นนิโรธสัจ

อริยมรรคมีประการดังกล่าวมาแล้วเป็น
 มรรคสัจ

ภิกษุโยคาวจร ขวนขวายโดยทางสัจจะ ๔
 อย่างนี้ ย่อมบรรลุนิพพานดับทุกข์ได้แล.

นี้เป็นทางปฏิบัตินำทุกข์ออก จนถึงพระ
 อรหันต์ ของภิกษุผู้กำหนดสัมปชัญญะ ๔ รูปหนึ่ง
 จะนี้แล.

^{๒๒} ที.มหา.(บาลี)๒/๓๗๖/๓๘๓

อรรถกถาสัมมัชฌานวิลาสินี อธิบายสัมปชัญญะ ๔ ไว้ดังนี้

สมปชานการี โหตีติ สมปชณเณน สพพ
กิจจการี, สมปชณณสเสว วา การี.

โส หิ อภิกุกนตาทีสุ สมปชณณัง
กโรเตว น กตถจจิ สมปชณเณน วิรหิตो โหติ.

ตตถ สาตถกสมปชณณัง สปปายสมปช
ณณัง โคจรสมปชณณัง อสมโมหสมปชณณนุติ
จตุพพิชัง สมปชณณัง.

ตตถ อภิกุกนจิตเตเต อูปปนเน
จิตตวเสเนว อคนตุวา "กึ นุ เม เอตถ
คเตน อตถอ อตถิ นตถิ"ติ อตถานตถัง
ปริคคเหตวา อตถปริคคณนุหัง สาตถก-
สมปชณณัง.

ตตถ จ อตถอติ เจตียทสสนโพธิทสสนสิ
ฆทสสนเถรทสสนอสสุภทสสนาทิวเสน
ธมมโต วุฑฒิ.

เจตีย วา โพธิ วา ทิสวาปี หิ
พุกุชารมมณัง สัมทสสนเนน สัมชารมมณัง
ปีตี อูปปาเทตวา ตเทว ขยวยโต
สมมสนโต อรหตตัง ปาปุณนาคิ.

เตสั โอวาทะ ปติฏจาย อสุภัง ทิสวา
ตตถ ปจมชณนัง อูปปาเทตวา ตเทว
ขยวยโต สมมสนโต อรหตตัง ปาปุณนาคิ.

ตสุมมา เอเตสั ทสสนัง สาตถกนุติ วุฑฒิ.^{๒๓}

บทว่า สมปชานการี โหติ หมายความว่า
กระทำกิจทั้งปวงด้วยสัมปชัญญะหรือกระทำ
สัมปชัญญะนั้นเอง

ด้วยว่า ภิกษุณัั้นย่อมกระทำสัมปชัญญะอยู่
เสมอในการก้าวไปเป็นต้น มิได้เว้นสัมปชัญญะ
ในกาลไหน ๆ

สัมปชัญญะในพระบาลีนั้น มี ๔ อย่าง คือ
๑. สาตถกสัมปชัญญะ ๒. สปปายสัมปชัญญะ
๓. โคจรสัมปชัญญะ ๔. อสมโมหสัมปชัญญะ

ใน ๔ อย่างนั้น เมื่อจิตคิดจะไปเกิดขึ้น ยัง
ไม่ทันไปตามที่คิดก่อน ใครครวญถึงประโยชน์
มิใช่ประโยชน์ว่า การไปที่นั้นจะมีประโยชน์แก่
เราหรือไม่หนอ แล้วใครครวญประโยชน์ ชื่อ
สาตถกสัมปชัญญะ.

คำว่า ประโยชน์ ในบท สาตถกสัมปชัญญะ
นั้น คือความเจริญฝ่ายธรรม โดยได้เห็นพระ
เจตีย์ เห็นต้นพระศรีมหาโพธิ เห็นพระสงฆ์ เห็น
พระเถระและเห็นอสุภเป็นต้น.

ด้วยว่า ภิกษุณัั้นยังปีติมีพระพุทธานุเจ้าเป็น
อารมณ์ให้เกิดขึ้น แม้เพราะเห็นพระเจตีย์หรือ
ต้นพระศรีมหาโพธิ ยังปีติมีพระสงฆ์เป็นอารมณ์
ให้เกิดขึ้น พิจารณาปีตินั้นแหละโดยความเป็น
ของสิ้นไปเสื่อมไป ย่อมบรรลुพระอรหัต

ตั้งอยู่ในโอวาทของพระเถระเหล่านั้น เห็น
อสุภยังปฐมฌาน ให้เกิดขึ้นในอสุภานั้น พิจารณา
อสุภานั้นแหละโดยความเป็นของสิ้นไปเสื่อมไป
ย่อมบรรลुพระอรหัต

เพราะเหตุนี้ ท่านจึงเรียกการเห็นสิ่ง
เหล่านั้นว่า มีประโยชน์

^{๒๓} ที.สี.อ.(บาลี) ๑/๒๑๔/๑๖๖

ตสมึ ปน คมเน สปปายาสปปายั
 ปริคคเหตฺวา สปปายปริคคณฺหณั สปปาย-
 สมฺปชฅณฺณั. เสยฺยยถิถิ เจตฺยทสฺสนั ตาว
 สาทถกั, สเจ ปน เจตฺยสฺส มหาปฺชาย ทสท
 วาทสโยชนนฺตเร ปริสา สนฺนิปตฺนฺติ, อตฺตโน
 วิภวานุรูปา อิตฺถิโยปิ ปุริสาปิ อลงฺกต-
 ปฏฺยตฺตา จิตฺตกมฺมรูปกานิ วีย สณฺจรฺนฺติ.

ตตร จสฺส อิกฺกเจ อารมฺมเณ โลโก โหติ,
 อนิกฺกเจ ปฏฺฏิโฆ, อสมเปกฺขเน โมโห
 อฺปฺปชฺชติ, กายสํสฺสคฺคาปตฺตี วา อาปชฺชติ,
 ซีวิตพฺรหฺมจริยานั วา อนฺตราโย โหติ.
 เวนฺตํ จานั อสปปายั โหติ.

วฺตุตฺตปฺปการอนฺตรายาภาเว สปปายั.
 โโพทิสฺสเนปิ เอสฺว นโย.

สํมทสฺสนมฺปิ สาทถกั, สเจ ปน อนฺโต-
 คาเม มหามณฺฑปํ กาทเรตฺวา สพฺพพรตฺตี
 ฌมฺมสฺสวณั กาทเรตฺสฺ มนุสฺเสสฺสุ วฺตุตฺตปฺปกา
 เรเนว ชนสนฺนิปาโต เจว อนฺตราโย จ โหติ
 , เวนฺตํ จานั อสปปายั โหติ

เอว สาทถกัปิ ปเนตํ ปุริสสฺส มาตฺคามา
 สุกฺกั อสปปายั, มาตฺคามา สสฺ จ ปุริสาสุกฺกั อสปป
 ปายั. สภาคเมว สปปายนฺติ เอว สปปาย
 ปริคคณฺหณั สปปายสมฺปชฅณฺณั นาม.

เอว ปริคคหิตสาทถกสปปายสฺส ปน
 อฏฺฐจตีสาย กมฺมฏฺฐจาเนสฺ อตฺตโน จิตฺตรุจฺย
 กมฺมฏฺฐจานสงฺฆาตํ โคจรั อุกฺคเหตฺวา
 ภิกฺขวาจโรจเร ตํ คเหตฺวาว คมนั
 โคจรสมฺปชฅณฺณั นาม.

ส่วนในการไปนั้น ใคร่ครวญถึงสัปปายะ
 และอัสัปปายะ แล้วใคร่ครวญสัปปายะ ชื่อ สาท
 ถกสัมปชัญญะ ก็ถ้าบริษัทประชุมกันในที่ ๑๐
 โยชน์ ๑๒ โยชน์เพื่อบูชาใหญ่พระเจดีย์ ทั้งหญิง
 ทั้งชายประดับตกแต่งกายตามสมควรแก่สมบัติ
 ของตนราวกะภาพจิตรกรรมพากันเดินไปมา

ก็ในที่นั้น โลภะย่อมเกิดขึ้นแก่ภิกษุนั้น
 เพราะอารมณ์ที่น่าปรารถนา ปฏิฆะย่อมเกิดขึ้น
 เพราะอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา โมหะย่อม
 เกิดขึ้นเพราะไม่พิจารณา ย่อมต้องอาบัติเพราะ
 กายสังสัคคะก็มี ย่อมเป็นอันตรายแก่ชีวิตและ
 พรหมจรรย์ก็มี. ด้วยเหตุผลดังกล่าวมานี้ ที่นั่น
 จึงเป็นอัสัปปายะ.

เพราะไม่มีอันตรายอย่างที่กล่าวแล้ว ที่นั่น
 เป็นสัปปายะ. แม้ในการเห็นต้นพระศรีมหาโพธิ
 ก็นั้นนี้แหละ.

แม้การเห็นพระสงฆ์ก็มีประโยชน์. ก็ถ้าเมื่อ
 มนุษย์ทั้งหลายสร้างมณฑปใหญ่ภายในหมู่บ้าน
 ชวนกันฟังธรรมตลอดคืน ย่อมมีทั้งประชุมชน
 ทั้งอันตราย โดยประการที่กล่าวแล้วนั้นแหละ.
 ด้วยเหตุผลดังกล่าวมานี้ ที่นั่นจึงเป็นอัสัปปายะ.

อสุภนี้แม้มีประโยชน์อย่างนี้ก็จริง แต่อสุภ
 หึงเป็นอัสัปปายะแก่ชาย และอสุภชาย
 เป็นอัสัปปายะแก่หญิง อสุภที่เป็นเพศเดียวกัน
 เท่านั้น เป็นสัปปายะ การใคร่ครวญสัปปายะ
 อย่างนี้ ชื่อ สัปปายสัมปชัญญะ

ก็การเลือกอารมณ์ กล่าวคือ กรรมฐานที่ตน
 ชอบใจในบรรดากรรมฐาน ๓๘ อย่าง แล้วยึด
 อารมณ์นั้นเท่านั้นไปในที่ที่ภิกษาจารย์ของภิกษุผู้
 ใคร่ครวญถึงประโยชน์และสัปปายะอย่างนี้ ชื่อ
 โคจรสัมปชัญญะ

ตสฺสวารีภาวนตถํ อิํ จตฺตํ เวทิตพฺพํ.

อิเชกฺโข จ ภิက္ขุ หรฺติ น ปจฺจาหฺรฺติ
เอกฺโข จ ปจฺจาหฺรฺติ น หรฺติ

เอกฺโข จ ปน เหนว หรฺติ น ปจฺจาหฺรฺติ
เอกฺโข จ หรฺติ จ ปจฺจาหฺรฺติ จาติ .^{๒๔}

อิติ อิมสฺมี จตฺตํ เก ยฺวายํ หรฺติ จ
ปจฺจาหฺรฺติ จ ตสฺส โคจรสฺมปชฺฌณํ สีขาปตฺตํ
โหติ

อภิฏฺกมาทิสฺส ปน อสมฺมุยฺหนํ อสมฺ
โมหสฺมปชฺฌณํ

ตํเอว เวทิตพฺพํ:- อิธ ภิက္ขุ อภิฏฺกมฺนโต
วา ปฏิฏฺกมฺนโต วา ยถา อนุสฺสวปฺปชฺชชฺชา
อภิฏฺกมาทิสฺส "อตุตา อภิฏฺกมฺติ อตุตนา
อภิฏฺกโม นิพฺพตฺตโต"ติ วา "อหํ อภิฏฺกมา
มยา อภิฏฺกโม นิพฺพตฺตโต"ติ วา สมฺมุยฺหนฺติ

ตถา อสมฺมุยฺหนฺโต อภิฏฺกมาทิสฺส จิตฺเต
อุปฺปชฺชชฺชมาเน เตเนว จิตฺเตน สทฺธิ จิตฺตสมฺภู
จํานา วาโยธาตฺต วิญฺญตฺตตี ชนยมานา
อุปฺปชฺชติ.

อิติ จิตฺตกิริยา วาโยธาตฺตวิปฺปารวเสน
อํย กายสมฺมุโต อภฺยจิสฺสงฺมาโต อภิฏฺกมฺติ^{๒๕}

ตสฺสเสว อภิฏฺกมฺโต เอเกกปาทุทฺตรเณ
ปจฺวีธาตฺตอาโปธาตฺตติ เทว ธาตฺตโย โอมตฺตธา
โหนติ มนฺทา, อิธรา เทว อธิมตฺตธา โหนติ
พลวติโย,

เพื่อความแจ่มแจ้ง โจรสัมปชัญญะนั้น
บัณฑิตพึงทราบจตุกกะนี้ ดังต่อไปนี้

ภิกษุบางรูปในศาสนานี้ นำไป ไม่น่ากลับ
บางรูปน่ากลับ ไม่นำไป

แต่บางรูป ไม่นำไป ไม่น่ากลับ บางรูป
นำไปด้วย น่ากลับด้วย.

ในข้อปฏิบัติ ๔ ข้อนี้ ภิกษุใด ทั้งนำไปและ
นำกลับ โจรสัมปชัญญะของภิกษุนั้น ย่อมเป็น
อันถึงที่สุดแห่งการปฏิบัติ

ความไม่หลงในการก้าวไปเป็นต้น ชื่อว่า
อัสมโมหสัมปชัญญะ.

อัสมโมหสัมปชัญญะนั้นพึงทราบอย่างนี้
ปุถุชนผู้อันธพาล เมื่อก้าวไปเป็นต้น ย่อมหลง
ผิดว่า คนก้าวไป การก้าวไปตนทำให้เกิดขึ้น
ดังนั้นบ้างว่าเราก้าวไป การก้าวไป เราทำให้
เกิดขึ้น ดังนั้นบ้าง ฉันท

ภิกษุในพระศาสนานี้ไม่หลงผิดฉันทนั้น เมื่อ
จิตคิดว่าเราจะก้าวไปเกิดขึ้น วาโยธาตฺต ซึ่งเกิด
แต่จิต ยังวิญญูตฺตให้เกิด ย่อมเกิดขึ้นด้วยจิต
นั่นเอง

ดังนั้นร่างกระดูกที่สมมติว่ากายนี้ ย่อมก้าว
ไปด้วยอำนาจความแผ่ไปของวาโยธาตฺตอันเกิด
แต่พลังงานของจิต ด้วยประการฉะนี้.

เมื่อร่างกระดูกนั้นก้าวไปอย่างนี้ ในขณะที่
ยกเท้าขึ้นแต่ละข้าง ธาตฺตทั้ง ๒ คือ ปจฺวีธาตฺต
อาโปธาตฺต ย่อมอ่อนกำลังลง อีก ๒ ธาตฺตนั้นก็
ย่อมมีกำลังขึ้น

^{๒๔} ที.สี.อ.(บาลี) ๑/๒๑๔/๑๖๗

^{๒๕} ที.สี.อ.(บาลี) ๑/๒๑๔/๑๗๓

ตถา อติหรณวீติหรณเสสุ. โวสฺสชฺชเน
เตโชธาตุ วาโยธาตุติ เทว ธาตุโย โอมตฺตา
โหนติ มนฺทา,อิตรธา เทว อธิมตฺตา โหนติ
พลวติโย,

ตถา สนฺนิกุเขปนสนฺนิรุมภณเสสุ.

ตตถ อุกฺขรณ ปวตฺตา รูปรูปชฺชมา
อติหรณํ น ปาปุณฺณติ, ตถา อติหรณ
ปวตฺตา วีติหรณํ, วีติหรณ ปวตฺตา
โวสฺสชฺชนํ, โวสฺสชฺชเน ปวตฺตา สนฺนิกุเข
ปนํ, สนฺนิกุเขปน ปวตฺตา สนฺนิรุมภณ
น ปาปุณฺณติ ตตถ ตตฺเถว ปพฺพํ ปพฺพํ
สนฺธิ สนฺธิ โอิธิ โอิธิ หุตฺวา ตตฺตคฺคาเล
ปฏฺยิตฺตติลาณี วิย ตตฺตทฺถายนฺตา ภิชฺชนฺติ.

ตตถ โก เอโก อภิกฺกมฺติ, กสฺส วา
เอกสฺส อภิกฺกมณํ. ปรมตฺถโต หิ ธาตุณฺเวย
คมณํ ธาตุณฺเวย จานํ ธาตุณฺเวย นิสฺชชนํ
ธาตุณฺเวย สยณํ.

ตสฺมี ตสฺมี หิ โภจฺจาเส สทฺธิ รูปเณ
อญฺญํ อุปฺปชฺชเต จิตฺตํ อญฺญํ จิตฺตํ นิสฺชชฺชติ
อวีจิมฺนุสมฺพฺโพ นทิสฺโสไตว วตฺตตีติ.

เอวํ อภิกฺกมาทิสฺสู อสมฺมุยฺหณํ อสมฺ
โมหสมฺปชฺชณฺณํ นามาติ.

ในขณะที่ที่ย่อนเท้าลงธาตุทั้ง ๒ คือ
เตโชธาตุวาโยธาตุย่อมอ่อนกำลังลง อีก ๒ ธาตุ
นอกนี้ ย่อมมีกำลังยิ่งขึ้น

ในขณะที่ที่ปลายเท้าจกดพื้นและเหยียบเต็มฝ่า
เท้า ก็เช่นเดียวกัน.

รูปธรรมและอรูปธรรมที่เป็นไปในขณะที่ยก
เท้าขึ้น ย่อมไม่ถึงขณะที่เคลื่อนเท้า รูปธรรม
และนามธรรมที่เป็นไปในขณะที่เคลื่อนเท้า
ย่อมไม่ถึงขณะที่ก้าวไปข้างหน้าเหมือนกัน ที่
เป็นไปในขณะที่ก้าวไปข้างหน้าย่อมไม่ถึง
ขณะที่ที่ย่อนเท้าลง ที่เป็นไปในขณะที่ที่ย่อนเท้า
ลง ย่อมไม่ถึงขณะที่ปลายเท้าจกดพื้น. ที่เป็นไป
ในขณะที่ที่ปลายเท้าจกดพื้น ย่อมไม่ถึงขณะที่
เหยียบเต็มฝ่าเท้า. รูปธรรมและอรูปธรรมย่อม
เป็นตอนๆ เป็นท่อน ๆ เป็นเขตๆ ดับไปใน
อิริยาบถนั้นๆ นั้นเอง เหมือนเมล็ดงาที่ใส่ลงใน
กระเบื้องร้อนย่อมแตกเปี๊ยะเปี๊ยะ ๆ.

ในการก้าวไปเป็นต้น ใครคนหนึ่งก้าวไป
หรือการก้าวไปของใครคนหนึ่ง แต่โดยปรมาตย์
ธาตุทั้งหลายเท่านั้นเดิน ธาตุเท่านั้นยืน ธาตุ
เท่านั้นนั่ง ธาตุทั้งหลายเท่านั้นนอน

ก็ในส่วนแห่งอิริยาบถนั้นๆ จิตดวงอื่น
เกิดขึ้น จิตดวงอื่นดับไป พร้อมกับรูปเป็นไปอยู่
เหมือนกระแสน้ำไหลติดต่อกันไปไม่ขาดสาย

ความไม่หลงในการก้าวไปเป็นต้นอย่างนี้
ชื่อว่า อสัสมโหสมัมปชฌัญญะ

๓.๘ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบาลี ปฏิกุลมหสิการปัพพะ

ปุณ จปริ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิกขุ อิมเมว กายิ อุกุทฺธิ ปาทตลา อโร เกสมตถกา ตจปริยนฺตํ ปุรณฺณานุปการสฺส อสุจิโน ปจฺจเวกฺขติ	ภิกษุ อิมเมว กายิ อุกุทฺธิ ปาทตลา อโร เกสมตถกา ตจปริยนฺตํ ปุรณฺณานุปการสฺส อสุจิโน ปจฺจเวกฺขติ
ภิกษุ ย่อมพิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังเป็น ที่สุตรอบเต็มด้วยของไม่สะอาด มีประการต่างๆ ว่า	ภิกษุ ย่อมพิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังเป็น ที่สุตรอบเต็มด้วยของไม่สะอาด มีประการต่างๆ ว่า
อตฺถิ อิมสฺมี กาเย	สิ่งที่มียู่ในกายนี้
เกสา โลมา นขา ทนฺตา	ผมทั้งหลาย ขนทั้งหลาย เล็บทั้งหลาย ฟันทั้งหลาย
ตโจ มํสํ นหารู	หนัง เนื้อ เอ็นทั้งหลาย
อฏฺฐิ อฏฺฐิมิณฺชํ วกฺกํ หทยํ	กระดูกทั้งหลาย เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ
ยกนํ กิโลมกํ ปิหํ ปปฺผาสํ	ตับ ผังผืด ไต ปอด
อนฺตํ อนฺตคฺคณํ อุกุทฺริยํ กรีสํ	ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า
ปิตฺตํ เสมฺหํ ปุพฺโพ โลหิตํ	ดี เสลด หนอง เลือด
เสโท เมโท อสฺสุ วสา เขโป	เหงื่อ มันข้น น้ำตา มันเหลว น้ำลาย
สิงฺฆาณิกา ลสิกา มุตฺตนฺติ	น้ำมูก ไขข้อ น้ำมูตร
เสยฺยถาปิ ภิกขเว อุกฺโกโต มุขา มูโตพี ภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือนนกกที่มีปากสองข้าง ปุรา นานาวิหิตสฺส ฐณฺณสฺส	เต็มด้วยธัญชาติหลายชนิด
เสยฺยถิทํ	คืออะไร
สาสินํ	ข้าวสาลีทั้งหลาย
วีหิณํ	ข้าวเปลือกทั้งหลาย
มุกฺคานํ	ถั่วเขียวทั้งหลาย
มาसानํ	ถั่วเหลืองทั้งหลาย
ติลานํ	งาทั้งหลาย
ตณฺฑุลานํ	ข้าวสารทั้งหลาย
ตเมนํ จกฺขมา ปุริโส มุญฺจิตฺวา	บุรุษผู้มีนัยน์ตาดี แก่ถุ้งนั้นแล้ว
ปจฺจเวกฺขเยยฺย	พึงพิจารณาเห็นว่า
อิเม สาสิ	เหล่านี้ข้าวสาลี
อิเม วีหิ	เหล่านี้ข้าวเปลือก
อิเม มุกฺคา	เหล่านี้ถั่วเขียว
อิเม มาสา	เหล่านี้ถั่ว
อิเม ทิลา	เหล่านี้งา
อิเม ตณฺฑุลาติ	เหล่านี้ข้าวสาร

เอวเมว โข ภิกขเว ภิกษุทั้งหลาย ก็ฉนั้นเหมือนกัน
 ภิกขุ อิมเมว กายํ อุทฺธํ ปาทตลา อโธ เกสมตถกา ตจปริยเหตุํ ปุรณานนุปการสฺส
 อสุจโน ปจจเวกขติ

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังเป็นที่สุด
 รอบ เต็มด้วยของไม่สะอาดมีประการต่างๆ ว่า

อตฺถิ อิมสฺมี กาเย	สิ่งที่มีอยู่ในกายนี้
เกสา โลมา นขา ทนฺตา	ผมทั้งหลาย ขนทั้งหลาย เล็บทั้งหลาย ฟันทั้งหลาย
ตโจ มํสํ นหารู	หนัง เนื้อ เอ็นทั้งหลาย
อฏฺฐิ อฏฺฐิมิณฺชํ วฏฺกํ หทยํ	กระดูกทั้งหลาย เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ
ยกนํ กิโลมกํ ปิหํกํ ปปฺผาสํ	ตับ ผังผืด ไต ปอด
อนฺตํ อนฺตคฺคฺณํ อุทฺธิยํ กรีสํ	ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า
ปิตุตฺตํ เสมุทฺตํ ปุพฺพโปกฺโก โลหิตํ	ดี เสลด หนอง เลือด
เสโท เมโท อสุสฺสุ วสา เขโปกฺโก	เหงื่อ มันทัน น้ำตา มันเหลว น้ำลาย
สิงฺฆมาณิกา ลลิกา มุตฺตุนฺติ	น้ำมูก ไขข้อ น้ำมูตร
อิตฺติ	ตั้งพรรณนามาฉะนี้

อชฺชตฺตํ วา กาเย กายานุสฺสึ วิหฺรติ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่บ้าง
 พหิทฺธา วา กาเย กายานุสฺสึ วิหฺรติ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่บ้าง
 อชฺชตฺตพหิทฺธา วา กาเย กายานุสฺสึ วิหฺรติ ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้ง
 ภายนอกอยู่บ้าง

สมุทฺทชฺชมานุสฺสึ วา กายสฺมี วิหฺรติ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย
 วยชฺชมานุสฺสึ วา กายสฺมี วิหฺรติ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
 สมุทฺทวยชฺชมานุสฺสึ วา กายสฺมี วิหฺรติ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง
 ความเสื่อมไปในกายบ้าง

อตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฏฺฐิจิตฺตา โหติ ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย ปฏฺฐิสฺสติมตฺตตาย
 หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่แต่สักว่าเป็นที่รู้ แต่เพียงสักว่าเป็นที่อาศัยระลึก
 อนิสฺสึโต จ วิหฺรติ น จ กิณฺจึ โลเก อุปาทียติ เธอเป็นผู้อันตณฺหาและทิวฏฺฐิไม่อาศัยอยู่ด้วย
 ย่อมไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลกด้วย

เอวเมวปิ ภิกขเว ภิกขุ กายเย กายานุสฺสึ วิหฺรติ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็น
 กายในกายอยู่เนื่องๆ อย่างนี้

อรรถกถาสุมงคลวิลาสินี อธิบายว่า

ตตถ อิมเมว กายนฺติ อาทีสุ ยํ วตฺตพพํ
 ลียา. ตํ สพฺพํ สพฺพากาเรน วิตุถารโต
 วิสุทฺธิมคฺเค กายคตาสติกมฺมฏฺจาเน วุตฺตํ.

อุภโตมุขาทิ เหมฏฺจา จ อุปริ จาติ ทฺวิหิ
 มุเขหิ ยุตฺตา.

นानาวิหิตสฺสาติ นานาวิธสฺส. อิทํ
 ปเนตฺถ โอปมมสฺสฺสนฺทํ อุภโตมุขา ปุโตพี^{๒๖}
 วีย หิ จาตุมฺมหาภูติโก กายो.

ตตถ มิสฺเสตฺวา ปกฺขิตฺตนาเนาวิธธณฺณํ
 วีย เกสาทโย ทฺวตฺตีสาการา.

จกฺขุมา ปุริโส วีย โยคาวจโร. ตสฺส ตํ
 ปุโตพี มุญฺจิตฺวา ปจฺจเวกฺขโต นานาวิธธณ
 ญสฺส ปากฏกาโล วีย โยคิโน ทฺวตฺตีสาก
 การสฺส วิภูตาทาโร เวทิตพฺโพ.

อิติ อชฺฌตฺตํ วาติ เอวํ เกสาทิ-
 ปริคฺคณฺเณน อตฺตโน วา กายเ ปรสฺส
 วา กายเ กาลเณ วา อตฺตโน กาลเณ วา
 ปรสฺส กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ.

อิทฺ ทฺวตฺตีสากการปริคฺคาหิกา สติ ทฺกฺข-
 สจฺจนฺติ เอวํ โยชนํ กตฺวา นียฺยานมุขนฺติ
 เวทิตพฺพํ.

เสสฺสํ ปุริมสทิสเมวาทิ.^{๒๗}

ในปฏิภูมมนสิการบรรพนั้น ท่านกล่าวไว้
 แล้วในกายคตาสติกัมมัฏฐาน คัมภีร์วิสุทฺธิมรรค
 โดยพิสดารด้วยอาการทั้งปวง

คำว่า มีปากสองข้าง หมายถึง ประกอบด้วย
 ปากทั้งสอง ทั้งข้างล่าง ข้างบน

คำว่า มีอย่างต่างๆ คือ มีชนิดต่างๆ. ในข้อ
 นั้นมีคำเทียบเคียงอุปมาดังต่อไปนี้ ก็กายอัน
 ประกอบด้วยมหาภูตรูป ๔ ฟังทราบเปรียบ
 เหมือนถุ้งหนึ่ง มีปากสองข้าง

อาการ ๓๒ มีผมเป็นต้น เปรียบเหมือน
 ัญญูชาติต่างชนิด ที่เขาใส่ปนกันลงไปในถุ้งนั้น

พระโยคาวจรเปรียบเหมือนบุรุษมีจักษุ
 อาการปรากฏชัดแห่งอาการ ๓๒ ของพระ
 โยคาวจร ฟังทราบเหมือนอาการที่ัญญูชาติ
 ต่างชนิด ปรากฏแก่บุรุษผู้แก่ถุ้งนั้นออกแล้ว
 พิจารณาต้อย.

คำว่า ภายในก็ดี ความว่า พิจารณาเห็น
 ภายในกายของตน หรือในกายของคนอื่น หรือ
 ในกายของตนตามกาล ของคนอื่นตามกาล
 ด้วยการกำหนดอาการ ๓๒ มีผมเป็นต้นอย่างนี้
 อยู่

สติกำหนดอาการ ๓๒ เป็นอารมณ์เป็น
 ทุกขสัจแล้วฟังทราบว่าเป็นทางปฏิบัตินำออก
 จากทุกข์จนถึงพระอรหัตของภิกษุผู้กำหนด
 อาการ ๓๒ รูปหนึ่ง

คำนอกจากนี้ก็เป็นเช่นเดียวกับที่กล่าว
 มาแล้วนั้นแล

^{๒๖} ม. มุ. ๑๒/๑๓๖/๑๐๖.

^{๒๗} ที.มหา.อ. (บาลี) ๒/๓๗๗/๓๘๔

อรรถกถาหมวดธาตุนหสิการบัพพะ

ตตฺรายํ โอปมมุสฺสํ สหเนน สทฺธิ
 อตุถวณฺณนา

ยถา โกจิ โคฆาตโกวา ตสฺเสว ภตฺต
 เวตตนภโฏอนฺเตวาสโก วา คาวี วริตฺวา
 วินิวิชฺฌิตฺวา จตฺสโส ทิสสา คตานิ มหาป
 ถานํ เวมชฺฌญฺจานสงฺขาเต จาตุมฺมหาปเถ
 โภฏจาสฺ โภฏจาสฺ กตฺวา นิสฺสินฺโน อสฺส.

เอวเมว ภิกฺขุ จตฺนุํ อิริยาปถานํ เยน
 เกนจิ อากาเรน จิตฺตฺตา ยถาจิตํ ยถาจิตต
 ตา จ ยถาปณฺหิตํ กายํ อตฺถิ อิมสฺมี กายเ
 ปจฺวีธาตฺ .เป.วาโยธาตฺติ เอวํ ปจฺจเวกฺขติ.

ก็ วุตฺตํ โหติ ยถา โคฆาตกสฺส คาวี
 ไปสนฺตสฺสาปิ อาฆาตนิ อานฺรตฺสฺสาปิ อา
 หริตฺวา ตตฺถ พนฺหิตฺวา เปนฺตสฺสาปิ
 วเรนฺตสฺสาปิ วริตฺ มตํ ปสฺสนฺตสฺสาปิ ตาว
 เทว คาวีติ สญฺญา น อนฺตรธาติ. ยาว
 นํ ปทาเลตฺวา ฟีลฺโส น วิภชฺติ.

วิกฺขิตฺวา นิสฺสินฺสฺส ปน คาวีสญฺญา
 อนฺตรธาติ มํสสญฺยาว ปวตฺตติ.

นาสฺส เอวํ โหติ อหํ คาวี วิกฺกิญฺจา
 มิ.อิมเ คาวี หรฺนฺตีติ.

อถขวสฺส อหํ มํสํ วิกฺกิญฺจามิ. อิมเ มํสํ
 หรฺนฺติจฺเจวํ โหติ.

เอวเมว อิมสฺสาปิ ภิกฺขุโน ปุพฺเพ
 พาลปุถุชนกาเล คิหิภฺตสฺสาปิ ปพฺพชิตฺส
 สาปิ ตาวเทว สตฺโตติ วา ปุคฺคโลติ วา
 สญฺญา น อนฺตรธาติ.

ในธาตุนหสิการบรรพนั้น มีการพรรณนา
 อรรถพร้อมด้วยข้อเทียบเคียงอุปมาดังต่อไปนี้.

คนฆ่าโคบางคนหรือลูกมือของเขาที่เขา
 เลี้ยงดูด้วยอาหารและค่าจ้าง ฆ่าโคแล้ว
 ซ้ำแหละแบ่งออกเป็นส่วน ๆ แล้วหนึ่ง ณ ที่ทาง
 ใหญ่ ๔ แพร่ง คือที่ชุมทางย่านกลางทางใหญ่
 ซึ่งไปได้ทั้ง ๔ ทิศ ฉันท

ภิกษุผู้บำเพ็ญธาตุนหสิก็ฉันทนั้น ย่อม
 พิจารณากาย ซึ่งชื่อว่าตั้งอยู่ตามที่ เพราะตั้งอยู่
 ด้วยอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง แห่งอิริยาบถทั้ง
 ๔ และซึ่งชื่อว่าดำรงอยู่ตามที่ เพราะตั้งอยู่
 ตามที่ อย่างนี้ว่า ในกายนี้มีปฐวีธาตุ อาโปธาตุ
 เตโชธาตุ วาโยธาตุ.

ท่านอธิบายไว้ว่า เมื่อคนฆ่าโค เลี้ยงโคอยู่
 ก็ดี นำโคไปยังที่ฆ่าก็ดี นำมาผูกไว้ที่ฆ่าก็ดี
 กำลังฆ่าก็ดี มองดูโคที่ฆ่าตายแล้วก็ดี
 ความสำคัญว่าโคยังไม่หายไปตราบเท่าที่เขา
 ยังไม่ได้ฆ่าแหละโคนั้นออกเป็นส่วน ๆ

ต่อเมื่อเขาฆ่าแหละ แบ่งออกแล้ว
 ความสำคัญว่าโคก็หายไป กลับสำคัญเป็นเนื้อ
 โคแทน

เขามีได้คิดว่า เราขายโค คนเหล่านี้ซื้อโค
 ไป

ที่แท้ เขาคิดว่า เราขายเนื้อโค คนเหล่านี้ซื้อ
 เนื้อโค เปรียบฉันท

แม้ภิกษุนี้ก็ฉันทนั้นเหมือนกัน เมื่อครั้งเป็น
 ปุถุชนผู้เขลา เป็นคฤหัสถ์ก็ดี บรรพชิตก็ดี
 ความสำคัญว่าสัตว์หรือบุคคล ยังไม่หายไปก่อน

ยาว อิมเมว กายํ ยถาจิตํ ยถาปณฺหิตํ
 ฌนฺวินิฟูโภคํกตฺวา ชาติฺโส น ปจฺจเวกฺขติ.
 ชาติฺโส ปจฺจเวกฺขติ ปนสฺส สตฺตสณฺณวา
 อนุตรธายติ.

ชาตฺวเสเนว จิตฺตํ สนฺติภูจฺาติ. เตนาห
 ภควา อิมเมว กายํ ยถาจิตํ ยถาปณฺหิตํ
 ชาติฺโส ปจฺจเวกฺขติ อตฺถิ อิมสฺมึ กายเ ป
 จฺวีชาติฺ อวโปชาติฺ เตโชชาติฺ วาโยชาติฺ.
 เสยฺยถาปิ ภิกฺขเว ทกฺโข โคฆาตโก วา.
 เป. วาโยชาติฺติ โคฆาตโก วีย หิ โยคี.

คารวิสณฺณวา วีย สตฺตสณฺณวา. จาตุม-
 มหาปโต วีย จตุอิริยาปโต. ฟิลโส วิภชิตฺวา
 นิสินฺนภาโว วีย ชาติฺโส ปจฺจเวกฺขณฺนติ
 อยเมตฺถปาลิวณฺณนา. กมฺมฏฺฐานกถา ปน
 วิสุทฺธิมคฺเค วิตฺถาริตา.

อิติ อชฺเตตฺตํ วาติ เอวํ จตุชาติฺ
 ปริคฺคณฺเหเนน อตฺตโน วา กายเ ปรสฺส วา
 กายเ กาเลน วา อตฺตโน กาเลน วา
 ปรสฺส กายเ กายานุปฺสฺสี วิหฺรติ.

อิโต ปรี วุตฺตนยเมว.

เกวลํ หิ อิธ จตุชาติฺปริคฺคาหิกา สติ
 ทุกฺขสจฺจนฺติ เอวํ โยชนํ กตฺวา จตุชาติฺ
 ปริคฺคาหิกสฺส ภิกฺขุโน นียฺยานมฺขนฺติ
 เวทิตพฺพํ .

ตราบเท่าที่ยังไม่พิจารณาเห็นกายนี้ตามที่
 ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ แยกออกจากก้อนโดย
 ความเป็นธาตุ ต่อเมื่อเธอพิจารณาเห็นโดย
 ความเป็นธาตุ ความสำคัญว่าสัตว์จึงหายไป

จิตก็ตั้งอยู่ด้วยดีโดยความเป็นธาตุอย่าง
 เดียว เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัส
 ว่า ภิกษุพิจารณาเห็นกายอันนี้ที่แลตามที่ตั้งอยู่
 ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า มีอยู่ใน
 กายนี้ ปฐวีธาตุ อวโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือนคนฆ่าโคหรือ
 ลูกมือของคนฆ่าโคผู้ขยัน ฯลฯ วาโยธาตุ ดัง
 ฉะนั้น ก็พระโยคาวจรเปรียบเหมือนคนฆ่าโค

ความสำคัญว่า สัตว์เปรียบเหมือน
 ความสำคัญว่าโค อิริยาบททั้ง ๔ เปรียบเหมือน
 ทางใหญ่ ๔ แพร่ง ความพิจารณาเห็นโดยความ
 เป็นธาตุ เปรียบเหมือนการที่คนฆ่าโคหนึ่งแบ่ง
 ออกเป็นส่วน ๆ

คำว่า หรือภายใน ความว่า พิจารณาเห็น
 กายในกายของตน หรือในกายของคนอื่น หรือ
 ในกายของตนตามกาล ของคนอื่นตามกาล
 ด้วยการกำหนดธาตุ ๔ ด้วยอาการอย่างนี้

๓.๑๐ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบาลี ทวีสีกถิกปัฟพะ

ปุณ จปริ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
๑) ภิกขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรีริ	ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ
สีวถิกาย ฉชฺชติตํ	ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า
เอกาหมตํ วา	ตายแล้ววันหนึ่งบ้าง
ทุวิหมตํ วา	ตายแล้ว สองวันบ้าง
ตีหมตํ วา	ตายแล้วสามวันบ้าง
อุทฺธุมาทกํ	ตายแล้วพองขึ้นอืดบ้าง
วินีลกํ	มีสีเขียวน่าเกลียด ไหลน่าเกลียด
วิปฺพุกชาตํ	มีน้ำเหลือง ไหลน่าเกลียด
โส อิมเมว กายํ อุปสฺสฺหริติ	เธอย่อมโน้มเข้ามาสู่กายนี้แหละว่า
อยมฺปิ โข กาโย	แม้ร่างกายนี้เล่า
เอวํธมฺโม	ก็มืออย่างนี้เป็นธรรมดา
เอวํภาวี	คงเป็น อย่างนี้
เอวอนฺตีโตติ อิติ	ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้ ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺชตฺตํ วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง
พหิทฺฐา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง
อชฺชตฺตพหิทฺฐา วา กายเ กายานุปสฺสี	ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายใน
วิหฺรติ	ภายนอกบ้าง
สมฺภุชฺชมนานุปสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในกาย
วชฺชมนานุปสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมไปในกาย
สมฺภุชฺชวชฺชมนานุปสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ	ย่อมพิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง
	ความเสื่อมไปในกายบ้าง
อตฺถิ กาโยติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺภฺจิตฺตา โหติ	หรือสติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
ยาวเทว ฌานมตฺตตาย ปฏิสฺสติมตฺตตาย	เพียงแต่สักว่าเป็นที่รู้ เพียงแต่สักว่าเป็นที่ระลึก
อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ น จ กิณฺจิ โลเก	เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวัจฉิไม่อาศัยอยู่ด้วย
อุปาทียติ	ย่อมไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลกด้วย
เอวมนฺปิ ภิกขเว ภิกขุ กายเ กายานุปสฺสี	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกาย
วิหฺรติ	ในกายเนื่องๆอยู่ อย่างนี้

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายว่า

สรีรนต์ มตสรีร์.

สีวติกาย ฉุทฺทิตนฺติ สุसानเ อปวิทฺธ.

เอกาหํ มตํ อสฺสาติ เอกาหมตํ.

ทฺวีหํ มตํ อสฺสาติ ทฺวีหมตํ.

ตีหํ มตํ อสฺสาติ तीหมตํ.

กมมารภสฺตา วิย วายุณา อุทฺธ ชีวิตปริ
ยาทานา ยถานุกกมํ สมุคฺคเตน สุนภาเวน
อุทฺธมาตตฺตา อุทฺธมาตํ.

อุทฺธมาตเมว อุทฺธมาตกํ. ปฏิกฺกุลตฺตา วา
กฺจฉิตฺตํ อุทฺธมาตนฺติ อุทฺธมาตกํ.

วินีลํ วุจฺจติ วิปริภินฺนวณฺณํ. วินีลเมว
วินีลกํ. ปฏิกฺกุลตฺตา วา กฺจฉิตฺตํ วินีลนฺติ วินีลกํ.

มํสุสฺสทฏฺฐาเนสุ รตฺตวณฺณสฺส ปุพฺพสฺสน
นิจยฏฺฐาเนสุ เสตวณฺณสฺส เยภฺยเยน จ
นีลวณฺณสฺส นีลฏฺฐาเนสุ นีลสาฏฺกปารุตฺส
เสว ฉวสรีรเสตํ อธิวจฺนํ.

ปริภินฺนฏฺฐาเนหิ นวหิ วา วณฺมุเขหิ
วิสฺสนุทมานปุพฺพํ วิปุพฺพํ. วิปุพฺพเมว วิปุพฺพกํ.

ปฏิกฺกุลตฺตา วา กฺจฉิตฺตํ วิปุพฺพนฺติ วิปุพฺพกํ.
วิปุพฺพกํ ชาตํ ตถาภาวํ คตฺนฺติ วิปุพฺพก
ชาตํ.

บทว่า สรีระ คือ สรีระของคนตาย.

บทว่า ที่เขาทิ้งไว้ที่ป่าช้า คือ ที่เขาปล่อย
ทิ้งไว้ที่สุสาน.

ซากศพที่ชื่อว่าตายแล้ววันเดียวเพราะ
เป็นซากศพที่ตายแล้วได้ ๑ วัน

ที่ชื่อว่าตายแล้ว ๒ วันเพราะเป็นซากศพ
ที่ตายแล้วได้ ๒ วัน

ที่ชื่อว่าตายแล้ว ๓ วันเพราะซากศพที่
ตายแล้วได้ ๓ วัน

ที่ชื่อว่าศพที่พองขึ้น เพราะเป็นศพที่พอง
ขึ้นโดยเป็นศพที่ขึ้นอืดตามลำดับตั้งแต่สิ้นชีพ
ไป เหมือนลูกสุบข้างทองอันพองขึ้นด้วยลม

ศพที่พองขึ้นชื่อว่า อุทฺธมาตกะ อีกนัย
หนึ่ง ศพที่พองขึ้นน่าเกลียดเพราะเป็นของ
ปฏิกูล เพราะเหตุนั้น จึงชื่อว่า อุทฺธมาตกะ

ศพที่มีสีเขียว เรียกว่า ศพที่มีสีเขียว
เขียว ศพที่มีสีเขียวเขื่อนั้น ชื่อว่าวินีลกะ อีกนัย
หนึ่งศพที่มีสีเขียวน่าเกลียดเพราะเป็นของ
ปฏิกูล เหตุนี้จึงชื่อว่าวินีลกะ

คำว่า วินีลกะ นี้เป็นชื่อของซากศพมีสี
แดง ในที่นี้เนื้อนูนหนามีสีขาวในที่อันบวมหนอง
โดยมากมีสีเขียว ในที่ควรเขียว คล้ายผ้าห่มสี
เขียว

ศพที่มีน้ำเหลืองไหลออกจากที่ปริแตก
ทางปากแผลทั้ง ๙ บ้าง ชื่อว่าศพมีน้ำเหลือง
ไหล ศพมีน้ำเหลืองไหลนั้นแล ชื่อว่าวิบุพพะกะ

อีกนัยหนึ่ง ศพมีน้ำเหลืองไหลน่าเกลียด
เพราะเป็นของปฏิกูล เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่าวิ
บุพพะกะ ศพที่เป็นวิบุพพะกะเกิดแล้ว คือถึง
ความเป็นซากศพมีน้ำเหลืองไหลอย่างนั้น
เพราะเหตุนี้ ชื่อว่า วิบุพพะกะชาตะ

โส อิมเมว กายนฺติ โส ภิกฺขุ อิมํ อตฺตโน กายํ เตน กายเณ สหฺริ ฌาเณเนว อุปฺสฺสรติ อุปเนติ.

กถํ. อยมฺปิโข กาโย เอวํชฺมโม เอวํภาวึเอวํอนตฺโตติ.

อิทํ วุตฺตํ โหติ อายุ อุตฺตมา วิญฺญาณนฺติ อิมสฺส ติณฺณํ ฐมาณํ อตฺติตาย อโย กาโย จานคมนาทิม โหติ

อิมสฺส ปน วิคมา อโย กาโยปิ เอวํชฺมโมติ เอวํปฺพุตฺติกาโวยเว. เอวํภาวึติ เอวเมว อุกฺกมาตาทิมาทิ ภาวึ สหฺริ. เอวํ อนตฺโตติ เอวํ อุกฺกมาตาทิมาทิ อนตฺติกนฺโต.

อิติ อชฺชตฺตํ วาติ เอวํ อุกฺกมาตาทิมาริคคณฺหเณน อตฺตโน วา กายเณ ปรสฺส วา กายเณ กายเณ วา อตฺตโน กายเณ วา ปรสฺส กายเณ กายานุปสฺสี วิหริติ.

ขชฺชมานนฺติ อุกฺกาทิสฺส นิสฺสิทฺตวา อุกฺกมํ สโฏฏจมฺสอกฺขิฏฺฐาทินิ ลฺลยจิตฺตวา ลฺลยจิตฺตวา ขาทิมานํ.

สมํสโลหิตนฺติ สวาเสสมํสโลหิตยฺตฺตํ .

นิมฺมสฺสโลหิตมฺกฺขิตนฺติ มํเส ชีเณปิ โลหิตํ น สหฺริ. ต สนฺธาย วุตฺตํ นิมฺมสฺสโลหิตมฺกฺขิตนฺติ. อณฺเณนาติ อณฺเณน ทิสภาคาเคน.

หตฺถกฺกนฺติ จตฺตสฺสจฺจิกาทิปิ หตฺถกฺกนฺติ ปาฏิกเยกํ วิปฺปกิณฺณํ. ปาทกฺกนฺติทิสฺสปิ เอเสวานโย.

ข้อว่า โส อิมเมว กายํ ความว่า ภิกษุ นั้นใช้ญาณนั้นแหละน้อมนำกายของตนนี้ไปเปรียบกับกายอันนั้น (ซากศพ)เปรียบอย่างไร

เปรียบว่า กายนี้แลมีอย่างนั้นเป็นธรรมดา ต้องเป็นอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้

กายที่ปราศจากอายุ ใ่อ่อน วิญญาณ เป็นซากศพ ท่านอธิบายไว้ว่า กายนี้ยังทนยืนเดิน เป็นต้นอยู่ได้ ก็เพราะมีกรรม ๓ อย่างนี้ คือ อายุ ใ่อ่อน และวิญญาณ

แต่เพราะกรรม ๓ อย่างนี้พราศจากกัน แม้กายนี้จึงต้องมีอย่างนั้น คือมีสภาพเปื่อยเน่าอย่างนั้น ต้องเป็นอย่างนั้น คือจักเป็นประเภทศพขึ้นพองเป็นต้นอย่างนั้นเหมือนกัน ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่างนั้นไปได้ คือไม่ล่วงพ้นความเป็นศพพองขึ้นเป็นต้นอย่างนั้นไปได้

ข้อว่า หรือภายใน ความว่า พิจารณาเห็นภายในกายของตนในกายของคนอื่น หรือในกายของตนตามกาลของคนอื่นตามกาล ด้วยการกำหนดซากศพที่ขึ้นพองเป็นต้นอย่างนี้อยู่.

บทว่า อันสัตว์กัดกินอยู่ได้แก่ ศพอันสัตว์มีแรง กา เป็นต้นจับที่อวัยวะ เช่นท้อง เป็นต้น แล้วดึงเนื้อท้อง เบ้าตาเป็นต้น จิกกินอยู่

บทว่า ยังมีเนื้อและเลือด คือ ศพที่มีเนื้อและเลือดยังเหลืออยู่

บทว่า ที่ปราศจากเนื้อแต่เปื้อนเลือด คือ เมื่อเนื้อหมดไปแล้ว แต่เลือดยังไม่แห้ง

บทว่า กระตุกมือ ความว่า กระตุกมือมีประเภทถึง ๖๔ ชั้น กระจัดกระจายแยกกันไป

เตโรวาสสิกานีติ อติกุกนตสัจฉรานิ.

ปุตฺตีนีติ อพฺภอกาเส จูฑานิ วาตาทปฏฺฐ
จิสฺมผลฺเสน เตโรวาสสิกานิ ปุตฺตีนิ โทหนฺติ.

อนฺโตภุมิคตานิ ปน จิรตฺรํ ติฏฺฐจฺนฺติ.

จฺณฺณกขาตานีติ จฺณฺณจฺณฺณํ หุตฺวา
วิปฺปกิณฺณานิ.

สพฺพตฺถ โส อิมเมวาทิ วุตฺตฺนเยเนว
ขชฺชมานาทีนํ วเสน โยชฺหา กาทพฺพา.

อิตฺติ อชฺฌตฺตํ วาติ เอวํ ขชฺชมานาทีป
ริคฺคณฺหนฺเนน ยาว จฺณฺณกภาวา อตฺตโน วา
กาเย ปฺรสุสฺส วา กาเย กาลเณ วา อตฺตโน
กาลเณ วา ปฺรสุสฺส กาเย กายานุปฺสุสฺสี วิหฺรติ .

บทว่า เตโรวาสสิกานิ เกินปีหนึ่งขึ้นไป
คือล่วงปีไปแล้ว

บทว่า ปุตฺตีนิ เป็นของมุ ความว่า กระดูก
อันตั้งอยู่กลางแจ้ง ย่อมยุเปื่อย เพราะกระทบ
ลม แดด และฝน

ส่วนกระดูกที่อยู่ใต้พื้นดิน ย่อมตั้งอยู่ได้
นานกว่า

บทว่า เป็นผง คือ แผลกเป็นผง กระจัด
กระจายไป

พึงประกอบความเข้าใจในข้อทั้งปวงโดยบท
ว่า ขชฺชมานํ อัสสํวักกิตฺตํเป็นต้น โดยนัย
ที่กล่าวมาแล้ว ว่าเธอก็น้อมกายอันนี้แล
เข้าไปเทียบกับศพเป็นต้น.

ข้อว่า หรือภายในเป็นต้น ความว่า
พิจารณาเห็นกายในกายของตน ในกายของ
คนอื่น หรือในกายของตนตามกาล ของคน
อื่นตามกาลด้วยการกำหนดซากศพอัสสํวัก
กิตฺตํเป็นต้น จนถึงเป็นกระดูกอันแผลก
เป็นผงอย่างนี้.

การประมวลป่าช้า ๘

- อิธ ปน จตฺวา นวสวตฺถิกา สโมธานตพฺพา. ป่าช้า ๘ ข้อที่อยู่ในนวสวตฺถิกาบรรพนี้
 บัณฑิตพึงจัดประมวลมาดังนี้ คือ
- เอกาหมตํ วาติ อาทินา นเยน วุตฺตา ๑. ข้อที่ตรัสโดยนัยเป็นต้นว่า ศพที่ตาย
 สพฺพาปี เอกา. ได้วันหนึ่งบ้าง แม้ทั้งหมดเป็นบรรพอันหนึ่ง.
- กาเกหิ วา ชชฺชมานนฺติ อาทิกา เอกา. ๒. ข้อที่ว่า ศพที่ฝังจากจิกกินบ้าง เป็นต้น
 เป็นบรรพอันหนึ่ง.
- อฏฺฐจิกสงฺขลิกํ สมํสโลหิตํ นุหารุสมฺพนฺธนฺติ ๓. ข้อที่ว่า ร่างกระดูก ที่ยังมีเนื้อ และ
 ตี เอกา. เลือดมีเส้นเอ็นรัดรั้งอยู่เป็นบรรพอันหนึ่ง.
- นิมฺมํสโลหิตมกฺขิตํ นุหารุสมฺพนฺธนฺติ ๔. ข้อว่า ปราศจากเนื้อแต่เปื้อนเลือด มี
 เอกา. เส้นเอ็นรัดรั้งอยู่เป็นบรรพอันหนึ่ง.
- อปคตมํสโลหิตํ นุหารุสมฺพนฺธนฺติ เอกา. ๕. ข้อที่ว่า ปราศจากเนื้อและเลือด มีเส้น
 เอ็นรัดรั้งอยู่เป็นบรรพอันหนึ่ง.
- อฏฺฐิกานิ อปคตสมฺพนฺธานิตี อาทิกา ๖. ข้อที่ว่า กระดูกทั้งหลาย ที่ปราศจาก
 เอกา. เส้นเอ็นรัดรั้งแล้วเป็นต้นเป็นบรรพอันหนึ่ง.
- อฏฺฐิกานิ เสตานิ สงฺขวณฺณปฏฺฐิกาคานีตี ๗. ข้อที่ว่า กระดูกทั้งหลายขาว คล้ายสี
 เอกา. สังกะสี เป็นบรรพอันหนึ่ง.
- ปฺญชฺกิตานิ เตโรวสุสฺถิกานีตี เอกา. ๘. ข้อที่ว่า กระดูกทั้งหลายที่กองเรียงราย
 เกินหนึ่งปีขึ้นไปเป็นบรรพอันหนึ่ง.
- ปฺฐิตินิ จุณฺณกชาตานีตี เอกา. ๙. ข้อที่ว่า กระดูกทั้งหลายที่ผุ แผลง
 เป็นผงเป็นบรรพอันหนึ่ง.
- เอวํ โข ภิกฺขเวติ อิํ นว สวตฺถิกา พระผู้มีพระภาคเจ้าครั้งทรงแสดงป่าช้า
 ทสฺเสตฺวา กายานุปัสสนํ นิฏฺฐเปฺนโต อาห. ทั้ง ๘ แล้ว จะทรงจบกายานุปัสสนา จึงตรัส
 คำนี้ว่า อย่างนี้แลภิกษุทั้งหลาย เป็นต้น.
- ตตฺถ นวสวตฺถิกาปริคคาหิกาสติ ทุคฺขสจฺจํ. ในนวสวตฺถิกาบรรพนั้น สติอันกำหนดป่า
 ช้าทั้ง ๘ ข้อ เป็นทุกขสัจ
- ตสฺสา สมฺภูจาปีกา ปุริมตฺตฺถา สมฺภูยสจฺจํ ตัณหาที่มีในก่อน ที่ยังสตินั้นให้เกิดขึ้น
 เป็นสมุทัยสัจ
- อุภินฺนํ อปฺปวตฺติ นิโรธสจฺจํ. การหยุดทุกขสัจและสมุทัยสัจทั้งสองเป็น
 นิโรธสัจ
- ทุคฺขปริชานโน สมฺภูยปชฺหโน นิโรธารมฺม อริยมรรคอันกำหนดทุกข ละสมุทัย มี
 โณ อริยมคฺโค มคฺคสจฺจํ. นิโรธเป็นอารมณ์ เป็นมรรคสัจ

เอวํ จตุสจฺจวเสณ อุสฺสกุทฺตฺวา นิพฺพุตี
 ปาปฺภูณาสีตติ อิทํ นวสฺวธิกขาปริคฺคาหิกขาณํ
 ภิกฺขุณฺโณ ยาว อรหตฺตทา นียฺยานมฺุขนฺติ.^{๒๘}

เอตตฺตาวตทา จ อานาปานปฺพุพฺพํ อิริยาปถ-
 ปฺพุพฺพํ จตุสมฺุชฌณฺณปฺพุพฺพํ ปฏฺฏิภูมฺนสิการ-
 ปฺพุพฺพํ ธาตุมนสิการปฺพุพฺพํ นว สฺวธิกขาปฺพุพฺพา
 นีติ จุทฺทสปฺพุพฺพา กายานุสฺสนา นิฏฺฐิตาโหติ.

ตตฺถ อานาปานปฺพุพฺพํ ปฏฺฏิภูมฺนสิการ-
 ปฺพุพฺพนฺติ อีมาเนว เทว อปฺปนากรมฺมฐานานิ.

สฺวธิกขานํ ปน อาทีนวานุสฺสนาวเสณ
 วุตฺตตฺตฺตา เสสฺสานิ ทฺวาทสฺวาปี อุปฺจาร-
 กรมฺมฐานานาเนวาทิ .^{๒๙}

ภิกษุผู้โยคาวจร ขวนขวายด้วยอำนาจ
 สัจจะอย่างนี้ย่อมบรรลุพระนิพพานดับทุกข์ได้
 ดังนี้ อันนี้เป็นทางปฏิบัตินำออกจากทุกข์
 จนถึงพระอรหัต ของเหล่าภิกษุผู้กำหนดป่าช้า
 ทั้ง ๙ ข้อ

กีกายานุสสนา ๑๔ บรรพคืออานาปาน
 บรรพ ๑ อิริยาบถบรรพ ๑ จตุสัมปชัญญ
 บรรพ ๑ ปฏิกุลมนสิการบรรพ ๑ ธาตุ
 มนสิการบรรพ ๑ สิวธิกขา ๙ หมวด เป็นอันจบ
 ลง ด้วยคำพรรณนามีประมาณเพียงเท่านี้.

ใน ๑๔ บรรพนั้น อานาปานบรรพ กับ
 ปฏิกุลมนสิการบรรพ ๒ บรรพนี้เท่านั้น เป็น
 อัปนากรมมฐาน

ส่วน ๑๒ บรรพที่เหลือ เป็นอุปจาร
 กรมมฐานอย่างเดียว เพราะตรัสไว้โดยการ
 พิจารณาเห็นโทษแห่งกายอันเกี่ยวข้องกับ ป่าช้า
 ดังนี้แล.

^{๒๘} ที.มหา.อ.(บาลี) ๒/๓๗๙/๓๘๖-๓๘๘

^{๒๙} ที.มหา.อ.(บาลี) ๒/๓๗๙/๓๘๘

๓.๑๑ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบาลี เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กถญจ ภิกขเว ภิกขุ เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริติ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็น เวทนาในเวทนาอยู่อย่างไรเล่า
อิธ ภิกขเว ภิกขุ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
๑ สุขี वा เวทने เวทยมาโน	เสวยสุขเวทนาอยู่
สุขี เวทने เวทยามีติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนาอยู่
๒. ทุกุขี वा เวทने เวทยมาโน	เสวยทุกข์เวทนาอยู่
ทุกุขี เวทने เวทยามีติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกข์เวทนาอยู่
๓. อทุกขมสุขี वा เวทने เวทยมาโน	เสวยอทุกขมสุขเวทนาอยู่
อทุกขมสุขี เวทने เวทยามีติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนาอยู่
๔. สามีสี वा สุขी เวทने เวทยมาโน	เสวยสุขเวทนามีอามิสอยู่
สামীสี สุขี เวทने เวทยามีติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เรา เสวยสุขเวทนามีอามิสอยู่
๕. นiramisī वा สุขी เวทने เวทयมาโน	เสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่
นiramisī สุขี เวทने เวทยามีติ ปชานาติ	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่
๖. สามีสี वा ทุกुखी वेतने वेतयमानो	เสวยทุกข์เวทนามีอามิสอยู่
सामीसी कुखी वेतने वेतयमीति पचानाति	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกข์เวทนามีอามิสอยู่
๗. นiramisī वा कुखी वेतने वेतयमानो	เสวยทุกข์เวทนาไม่มีอามิสอยู่
नiramisī कुखी वेतने वेतयमीति पचानाति	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกข์เวทนาไม่มีอามิสอยู่
๘. สามีสี वा अकुखमसुखी वेतने वेतयमानो	เสวยอทุกขมสุขเวทนามีอามิสอยู่
सामीसी अकुखमसुखी वेतने वेतयमीति पचानाति	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนามีอามิสอยู่
๙. นiramisī वा अकुखमसुखी वेतने वेतयमानो	เสวยอทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่
नiramisī अकुखमसुखी वेतने वेतयमीति पचानाति	ก็รู้ชัดว่า เราเสวยอทุกขมสุขเวทนาไม่มี อามิสอยู่
อิตติ	ดังพรรณนามาจะนี้
अखमतुत्ति वा वेतनासु वेतनानुपससी विह्रति	ภิกษุย่อมเห็นเวทนาในเวทนาภายในบ้าง
पहितुत्था वा वेतनासु वेतनानुपससी विह्रति	พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายนอกบ้าง
अखमतुत्तपहितुत्था वा वेतनासु वेतनानुपससी विह्रति	พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งภายใน ทั้งภายนอกบ้าง
समुत्थयत्थมमानुपससी वा वेतनासु विह्रति	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในเวทนา
वयत्थมमानुपससी वा वेतनासु विह्रति	พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในเวทนา
समुत्थवयत्थมमानुपससी वा वेतनासु विह्रति	พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง ความเสื่อมในเวทนาบ้าง

อตถิ เวทนาติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจิตา โหติ อีกอย่างหนึ่ง สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า
เวทนามี

ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย ปฏิสฺสตีมตฺตตาย ก็เพียงสักว่าความรู้ เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
อนิสฺสโต จ วิหริติ เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว
น จ กิญฺจ โลกเก อฺปาทียติ . และไม่ถึงมันอะไรๆ ในโลก
เอวํ โข ภิกฺขเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
ภิกฺขุ เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริติ. ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่

อรรถกถาอธิบาย

ตํสมฺปยุตฺตา เวทนา เวทนาภฺขนฺโธ.^{๓๐}

การเสวยอารมณ์ที่สัมปยุตด้วยวิญญาณชั้น
นั้น ชื่อว่าเวทนาชั้น^{๓๔}

เวทนา เวทยิตลฺกฺขณา.^{๓๑}

เวทนามีการเสวยอารมณ์เป็นลักษณะ^{๓๕}

สฺขํ เวทนาม เวทยติ น อญฺโฆ สฺตฺโต
วา ปุคฺคโล วา. เวทนา หิ เวทยิตเวทยติ น
อญฺโฆ สฺตฺโต วา ปุคฺคโล วา. เวทนา หิ
เวทยิตลฺกฺขณา ตสฺมา วตฺถารมฺมณํ ปฏิจฺจ
เวทนาม เวทยตีติ.^{๓๒}

เวทนานั้นเองเสวยสุข ไม่ใช่สัตว์หรือบุคคลอื่น
เพราะว่า เวทนามีการเสวยอารมณ์เป็นลักษณะ
เพราะฉะนั้น เวทนาเสวยได้ก็เพราะมีการเสวย
อารมณ์เป็นลักษณะ เพราะฉะนั้น เวทนาเสวยได้ก็
เพราะอาศัยวัตถุกับอารมณ์^{๓๖}

เวทยิตํ เวทนาติ ยํ ปฏิสฺสนฺธิวิญญาณเณ
วา สพายตฺนปจฺจเยน วา ผสฺเสน สห
อฺปฺปนฺนํ วิปากเวทยิตํ อยํ เวทนา.^{๓๓}

บทว่า การเสวยอารมณ์เป็นเวทนา ได้แก่ การ
เสวยวิปากเกิดร่วมกับผัสสะด้วยปฏิสสนธิวิญญาณ
ก็ดี ด้วยสภาพตนะเป็นปัจจัยก็ดี นี้ชื่อว่าเวทนา.^{๓๗}

^{๓๐} มัชฌิมนิกายภูฏกถา (ปณฺจสุทฺธิ ๑) หน้าที่
๔๔๗

^{๓๑} ขุททกนิกายภูฏกถา มหานิทฺเทสวณฺณนา
(สทฺธมฺมปชฺโชติกา) - หน้าที่ ๒๘

^{๓๒} สํยุตฺตนิคายภูฏกถา (สารตฺตปกาสิณี ๒) -
หน้าที่ ๔๕๘

^{๓๓} ขุททกนิกายภูฏกถา ปฏิสฺสมภิทามคฺควณฺณ
นา (สทฺธมฺมปกาสิณี ๑) - หน้าที่ ๓๘๘

^{๓๔} มัชฌิมนิกาย มูลปัดณฺนาสํกํ เล่ม ๑ ภาค ๑ หน้าที่
๗๐๖

^{๓๕} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทฺเทส เล่ม ๕
ภาค ๑ - หน้าที่ ๓๙๒

^{๓๖} สํยุตฺตนิคาย ชันธวาวรรค เล่ม ๓ - หน้าที่ ๑๙๖

^{๓๗} อรรถกถาปฏิสฺสมภิทามรรค เล่ม ๗ ภาค ๑ หน้า ๖๔๘

เวทียตีติ เวทนา.
 สา เวทียตลกฺขณา
 อนุภวนรสา อัญญาการสมโภครสา วา
 เจตสิกอสสาทปจฺจุปฏฺฐานา ปสฺสทฺธิ-
 ปทฏฺฐานา.

จตุภุมิกเวทนา หิ โนเวทียตลกฺขณา
 นาม นตฺถิ.

สุขเวทนา วา โหตุ ทุกฺขเวทนา วา
 อทุกฺขมสุขเวทนา วา สพฺพา อนุภวนรสา
 ติ วตฺวา อยมตฺถิ ทิปิโต.

อารมฺมณฺรसानุภวนฏฺฐานํ หิ ปตฺวา
 เสสสมฺปยุตฺตรมฺมา เอกเทศมตฺตกเมว อนุ-
 ภวานตฺติ.

ผสฺสสฺส หิ ผุสนมตฺตกเมว โหติ.
 สญฺญา ย สญฺขานนมตฺตกเมว เจตนา ย เจต-
 นามตฺตกเมว วิญฺญาณสฺส วิชานนมตฺตก-
 เมว.

เอกํสโต ปน อิสฺสรวตฺยา ย วิสฺวิตาย สามิ
 ภาเว น เวทนา จ อารมฺมณฺรสํ อนุภเวติ.

ราชา ยี ย หิ เวทนา สฺสูโท ยี ย เสสธมฺมา.
 ยถา สฺสูโท นานคฺครสโกชนํ สมฺปาเทตฺวา
 เปลา ย ปกฺขิปิตฺวา ลณฺจณํ ทตฺวา รมฺโย
 สนฺติเก โอตฺวาเรตฺวา ลณฺจณํ ภินฺทิตฺวา เปลํ
 วิวริตฺวา สพฺพสฺสูปฺพยณฺชเนหิ อคฺคํ อาทาย
 ภาชเน ปกฺขิปิตฺวา สโทสนิทฺุโทสภาวํ วิมํ
 สนตฺถํ อชฺโฆทรตฺติ.

ตโต รมฺโย นานารสโกชนํ อฺอุปเนติ.
 ราชา อีสฺสรวตฺยา ย วิสฺวิตาย สามิ ทุตฺวา
 อิจฺฉิตฺิจฺฉิตํ ภูณฺชติ.

ธรรมชื่อว่าเวทนา เพราะอรรถว่ารู้สึกอารมณ์
 เวทนานั้นมีลักษณะที่จตุกะดังนี้
 มีการรู้สึกอารมณ์เป็นลักษณะ มีการเสวยรส
 อารมณ์เป็นกิจ หรือมีความเสวยอารมณ์ที่ชอบ
 เป็นกิจ มีความพอใจทางเป็นปัจจุปัฏฐาน
 มีผัสสัทธิเป็นปทัฏฐาน.

จริงอยู่ เวทนาเป็นไปในภูมิ ๔ ชื่อว่า ไม่มี
 การรู้สึกอารมณ์เป็นลักษณะก็หาไม่

สุขเวทนาจี้ตาม ทุกฺขเวทนาจี้ตาม อฺุเบกขา
 เวทนาจี้ตาม ทั้งหมด มีการเสวยอารมณ์เป็นรส

จริงอยู่ มุ่งถึงฐานะการเสวยอารมณ์เป็นรส
 แล้วสัมปยุตตรวมที่เหลี่ย่อมเสวยอารมณ์เพียง
 บางส่วน

คือ ผัสสะก็เพียงกระทบอารมณ์เท่านั้น
 สัญญามีเพียงจำอารมณ์เท่านั้น เจตนามีเพียง
 ความตั้งใจเท่านั้น วิญญาณมีการรู้แจ้งอารมณ์
 เท่านั้น

แต่เวทนาเท่านั้นย่อมเสวยรสแห่งอารมณ์โดย
 ส่วนเดียวเพราะความเป็นเจ้าของโดยความเป็น
 ใหญ่ เป็นผู้สมควร

จริงอยู่ เวทนาเปรียบเหมือนพระราชชา ธรรมที่
 เหลือเหมือนพ่อครัว พ่อครัวยังโภชนะมีรสอันเลิศ
 ต่างๆ ให้เรียบริ่อยแล้วใส่สมุกประทับตรา ยกไป
 วางไว้ในสำนักพระราชชา ทำลายตราแล้วเปิดสมุก
 แล้วพนักงานก็ถือเอาส่วนข้างบนจากกับแกง
 ทั้งหลายใส่ภาชนะเพื่อลองชิมดูว่ามีโทษหรือไม่มี
 โทษ

จากนั้นก็น้อมโภชนะมีรสต่างๆ ไปถวาย
 พระราชา พระราชาเท่านั้นทรงเป็นเจ้าของเสวย
 ได้ตามปรารถนา เพราะทรงเป็นใหญ่และทรงมี
 อำนาจ

ตตถ หิ สฺวสุส ภตฺตวิมฺสนมตฺตมิว
เสสฺสมมานํ อารมฺมณฺรสฺส เอกเทศานุ
ภวนํ. ยถา หิ สฺวโท ภตฺเตกเทศมตฺตเมว
วิมฺสติ ฯ เอวํ เสสฺสมมาปี อารมฺมณฺรเสก
เทศเมว อนุภวนฺติ.

ยถา ปน ราชา อีสฺสรวตาย วิสฺวิตาย
สามิ หุตฺวา ยทิจฺฉิตํ ภูณฺชติ. เอวํ เวทนาปี
อิสฺสรวตาย วิสฺวิตาย สามิภาเวน
อารมฺมณฺรํ อนุภวฺติ.

ตสฺมา อนุภวนฺรสาติ วุจฺจติ.^{๓๘}

สุขยตีติ สุขฺา.

ทุกฺขยตีติ ทุกฺขา.

น ทุกฺขา จ น สุขฺา จาติ อทุกฺขม
สุขฺา.

สพฺพापิ อารมฺมณฺรสฺส รํสํ เวทยนฺติ
อนุภวนฺตีติ เวทนา.

ตาสฺ อภิภูฏานุกฺวณฺลกฺขณา สุขฺา.

อนิภูฏานุกฺวณฺลกฺขณา ทุกฺขา.

อภฺยวิปริตฺตานุกฺวณฺลกฺขณา อทุกฺขม
สุขฺา.^{๓๙}

ธรรมนอกนั้นเสวยรสอารมณ์บางส่วน
เหมือนพ่อก้าวเพียงแต่ชิม และทดลองชิม พระ
กระยาหารเพียงบางส่วนเท่านั้น ฉันทใด แม้ธรรมที่
เหลือก็ฉันทนั้น ย่อมเสวยรสอารมณ์เพียงบางส่วน
เท่านั้น

เหมือนอย่างว่า พระราชาทรงเป็นเจ้าของ
เพราะพระองค์ทรงเป็นใหญ่เป็นผู้สมควร ย่อม
เสวยตามความพอพระทัย ฉันทใด แม้เวทนาจึง
นั้นย่อมเสวยรสแห่งอารมณ์ โดยความเป็นเจ้าของ
เพราะความเป็นใหญ่ เป็นผู้สมควร

เพราะฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่า เวทนามีการ
เสวยอารมณ์เป็นรส.^{๔๐}

ชื่อว่า สุข เพราะยังผู้เสวยให้สบาย.

ชื่อว่า ทุกข์ เพราะทนได้ยาก.

ชื่อว่า อทุกฺขมสุขฺ เพราะอรรถว่า ไม่ใช่ทุกข์
และไม่ใช่สุข.

ธรรมมีสุขเป็นต้น แม้ทั้งหมด ชื่อว่า เวทนา
เพราะอรรถว่า ย่อมรู้คือ ย่อมเสวยรสของอารมณ์.

บรรดาเวทนาเหล่านั้น สุขเวทนา มีความ
เสวยอารมณ์ที่น่าปรารถนาเป็นลักษณะ

ทุกฺขเวทนา มีการเสวยอารมณ์ที่ไม่
น่าปรารถนาและอารมณ์ที่น่าปรารถนาเป็นลักษณะ

อทุกฺขมสุขฺเวทนามีการเสวยอารมณ์ผิดแปลก
จากเวทนาทั้งสอง.^{๔๑}

^{๓๘} อภิธรรมภูฏกถา ธรรมสังคณีวถณนา (อภฺย
สาลีนี้) - หน้าที่ ๒๔๒

^{๓๙} อภิธรรมภูฏกถา ธรรมสังคณีวถณนา (อภฺย
สาลีนี้) - หน้าที่ ๑๒๙

^{๔๐} พระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี เล่ม ๑ ภาค ๑ -
หน้าที่ ๓๑๑

^{๔๑} พระอภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี เล่ม ๑ ภาค ๑ -
หน้าที่ ๑๕๘

อรรถกถาสุมงคลวิลาสินี อธิบายว่า

สุข เวทนนฺติ กายิกํ วา เจตสิกํ วา สุขํ เวทนี เวทียมาโน อหํ สุขํ เวทนี เวทียามีติ ปชานาตีติ อตุโถ.

ตตถ กามํ อุตฺตานเสยฺยกาปี ทารกา ถณฺณปิวนาทิกาลे สุขํ เวทียมานา สุขํ เวทนี เวทียมาติ ปชานนฺติ .

น ปเนตํ เอวรูปํ ปชานนํ สนฺธาย วุตฺตํ.

เอวรูปํ หิ ปชานนํ สตฺตูปฺลทฺธิ น ปชหติ. สตฺตสณฺณํ น อุกฺขมาเตติ. กมฺมกฺกฺจํ น วา สติปัฏฺฐานภาวนา วา น โหติ.

อิมสฺส ปน ภิกฺขุโน ปชานนํ สตฺตูปฺลทฺธิ ปชหติ. สตฺตสณฺณํ อุกฺขมาเตติ. กมฺมกฺกฺจํ น วา สติปัฏฺฐานภาวนา จโหติ.

อิทํ หิ โโก เวทียติ กสฺส เวทนา ก็ การณา เวทนาติ เอวํ สมฺปชานเวทียนํ สนฺธาย วุตฺตํ.

ตตถ โโก เวทียตีติ น โกจि สตฺโต วา ปุคฺคโล วา เวทียติ.

กสฺส เวทนาติ น กสฺสจि สตฺตสฺส วา ปุคฺคลสฺส วา เวทนา.

ก็การณา เวทนาติ วตฺถุอาร์มฺมณาว ปนสฺส เวทนา.

ตสฺมา เอส เอวํ ปชานาติ ตํ ตํ สุขาทินํ วตฺถุ อาร์มฺมณํ กตฺวา เวทนาว เวทียติ.

ตํ ปน เวทนาปวตฺตี อฺปาทาย อหํ เวทนี เวทียามีติ โวหารมตฺตํ โหติ.

บทว่า สุขเวทนา ความว่า ภิกษุกำลังเสวย เวทนาที่เป็นสุขทางกายก็ดี ทางใจก็ดี ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนา

วินิจฉัยว่า แม้เด็กทารกที่ยังนอนหงาย เมื่อ เสวยสุขในคราวที่มึมน้ำนม เป็นต้น ก็รู้ชัดว่าเรา เสวยสุขเวทนาจริงอยู่

แต่คำว่า สุขเวทนานี้มิได้ตรัสหมายถึง ความรู้เช่นนั้น

เพราะความรู้ชัดเช่นนั้นไม่ละความเห็นว่าเป็น สัตว์ ไม่ถอนความสำคัญว่าเป็นสัตว์ ไม่เป็น กัมมัญฐานหรือสติปัฏฐานภาวนาเลย

ส่วนความรู้ชัดของภิกษุนี้ ละความเห็นว่าเป็น สัตว์ ถอนความสำคัญว่าเป็นสัตว์ได้ เป็น กัมมัญฐาน เป็นสติปัฏฐาน

ก็คำนี้ตรัสหมายถึงความเสวยสุขเวทนา พร้อมทั้งที่รู้ตัวอย่างนี้ว่า ใครเสวย ความเสวย ของใคร เสวยเพราะเหตุไร.

ถามว่า ใครเสวย ตอบว่า มิใช่สัตว์หรือ บุคคลไร ๆ เสวย.

ถามว่า ความเสวยของใคร ตอบว่า มิใช่ ความเสวยของสัตว์ หรือบุคคลไร ๆ.

ถามว่า เสวยเพราะเหตุไร ตอบว่า ก็เวทนา ของภิกษุนั้นมีวัตถุเป็นอารมณ์ อย่างเดียว

เหตุนี้ เธอจึงรู้ตัวอย่างนี้ว่า สัตว์ทั้งหลาย เสวยเวทนา เพราะทำวัตถุเป็นที่ตั้งแห่งเวทนา มีสุขเวทนา เป็นต้นนั้น ๆ ให้เป็นอารมณ์

ก็คำว่า เราเสวยเวทนา เป็นเพียงสมมติ เรียก เพราะยึดถือความเป็นไปแห่งเวทนานั้น.

เอวํ วตฺถุ อารมมณฺเณ กตฺวา เวทนา
เวทียตีติ สลฺลภฺเขนฺโต เอส สฺขํ เวทนํ
เวทียามีติ ปชานาตีติ เวทิตพฺโพ

จิตฺตลปฺพพฺเต อณฺเวยโร เถโร วีย .^{๔๒}

เถโร กิร อผาสุกกาเล พลวเวทนาย
นิตฺถุนนฺโต อปรารฺปํ ปริวตฺตติ. ตเมโก
ทหโร อาห กตรํ โว ภนฺเต ฐานํ รุชฺชตีติ.
อาวุโส ปาฏียะกุกํ รุชฺชนฏฺฐานํ นาม นตฺถิ .
วตฺถุ อารมมณฺเณ กตฺวา เวทนา เวทียตีติ .

เอวํ ปชานนกาลโต ปฏฺจาย อธิวาเสตฺถุ
วฏฺฐติ โน ภนฺเตติ. อธิวาเสมิ อาวุโสติ.

อธิวาสนา ภนฺเต เสยฺโยติ.

เถโร อธิวาเสติ .

วาโต ยาว หทยํ ผาเลสิ. มยจเก
อนฺตานิ ราสิกตานิ อหะสุ. เถโร ทหฺรสฺส
ทสฺเสสิ วฏฺฐตาวิโส เอตฺตกา อธิวาสนาติ.
ทหโร ตฺถนฺทึ อโหสิ.

เถโร วิริยสมตฺ โยเชตฺวา สห ปฏฺฐิมภิ
ทาหิ อรหตฺตํ ปาปฺถนิตฺวา สมสิสิ หุตฺวา
ปรินิพฺพายิ.

ยถา จ สฺขํ. เอวํ ทฺกขํ .เป. นีรามิสฺ
วา อทุกขมสฺขํ เวทนํ เวทียมาโน นีรามิสฺ
อทุกขมสฺขํ เวทนํ เวทียามีติ ปชานาติ.^{๔๓}

เธอกำหนดว่า สัตว์ทั้งหลายเสวยเวทนา
เพราะทำวัตถุให้เป็นอารมณ์ อย่างนี้ ฟังทราบ
ว่า เธอย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนา

เหมือนพระเถระรูปหนึ่ง ซึ่งสำนักอยู่ที่จิตตล
บรรพต

ได้ยินว่า พระเถระทูลทูลรายกลิ้งเกลือกอยู่
ด้วยเวทนามากล้าแข็ง คราวอาพาธไม่ผาสุก
ภิกษุหนุ่มรูปหนึ่งเรียนถามว่า ท่านเจ็บตรงไหน
ขอรับ ท่านตอบว่าบอกที่เจ็บไม่ได้ดอกเธอ ฉัน
ทำวัตถุเป็นอารมณ์ เสวยเวทนา

ถามว่า ตั้งแต่เวลา รู้ชัดอย่างนั้น ท่านอด
กลั้นไว้ ไม่ควรหรือขอรับ ตอบว่า ฉันจะอด
กลั้นนะเธอ

ภิกษุหนุ่มกล่าวว่า อดกลั้นได้ก็ดีนะสิ ขอรับ
พระเถระก็อดกลั้นทุกขเวทนา

โรคลมก็ฝ่าแล้งจนถึงหัวใจ ใส้ของพระเถระ
ก็ออกมากองบนเตียง พระเถระชี้ให้ภิกษุหนุ่มดู
ถามว่า อดกลั้นขนาดนี้ควรไหม ภิกษุหนุ่มก็นิ่ง

พระเถระก็ประกอบความเพียรสมาสมา
บรรลุประอรหัตพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาทั้งหลาย
เป็นพระอรหัตสมสิสิ ปรินิพพานแล้ว.

อนึ่ง ภิกษุผู้เจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน
นั้น เสวยทุกขเวทนา ..อทุกขมสฺขเวทนา ปราศ
จากอามิสอยู่ ก็รู้ชัดว่า เราเสวยทุกขเวทนา ...
อทุกขมสฺขเวทนา ปราศจากอามิสเหมือนเมื่อเธอ
เสวยสุขเวทนาแล.

^{๔๒} ที่.มหา.อ.(บาลี)๒/๓๘๐/๓๘๘

^{๔๓} ที่ฉนิกายฎกเถา (สมุจฺจลวิลาสินี ๒) -

เวทนาเป็นอรูปกัมมัญฐาน

อติ ภควา รูปกมฺมัญฐานํ กถตฺวา
 อรูปกมฺมัญฐานํ กถนฺโต ยสฺมา ผสฺสวเสน
 จิตฺตวเสน วา กถียมานํ น ปากฺกั โหติ.
 อนฺธการํ วีย ขายติ.

เวทนานํ ปน อุปฺปตฺติ ปากฺกา เวทนา
 เสน ปากฺกั โหติ. ตสฺมา สกฺกปฺญเห วีย
 อิธาปิ เวทนาเวสน อรูปกมฺมัญฐานํ กถสิ.

ตตฺถ ทฺวิธํ หิ กมฺมัญฐานํ รูปกมฺมัญฐานํ
 อรูปกมฺมัญฐานญจาทิอาทิ กถามคฺโค
 สกฺกปฺญเห วุตฺตนเยเนว เวทิตฺตฺโพ .

ตตฺถ สฺขํ เวทนนฺติอาทิสฺส อัย อปโรปิ
 ปชานนปริยาโย .

สฺขํ เวทนํ เวทียามีติ ปชานาตีติ สฺข
 เวทนาทุกฺขเณ ทุกฺขาย เวทนาย อภาวโต
 สฺขํ เวทนํ เวทียมาโน สฺขํ เวทนํ เวทีย
 มีติ ปชานาติ.

เตน ยา ปุพฺเพ ภูตปุพฺพา ทุกฺขา
 เวทนา. ตสฺสา อิทานิ อภาวโต อิมิสฺสา จ
 สฺขาย เวทนาย อิตฺโต ปจฺมํ อภาวโต เวทนา
 นาม อนิจฺจา อทฺฐวา วิปริณามธฺมา.

อติ ตตฺถ สมนฺปชานโน โหติ. วุตฺตมฺปิ
 เจตํ ภควตา

ยสฺมี อคฺคิเวสฺสน สมเย สฺขํ เวทนํ
 เวเทติ. เนว ตสฺมี สมเย ทุกฺขํ เวทนํ เวเทติ.
 น อทุกฺขมสฺขํ เวทนํ เวเทติ.

พระผู้มีพระภาคเจ้า ครั้นตรัสรูปรูปกัมมัญฐาน
 ด้วยประการฉะนี้แล้ว เมื่อจะตรัสรูปรูปกัมมัญฐาน
 แต่เพราะที่ตรัสด้วยอำนาจผัสสะ หรือด้วย
 อำนาจจิต กัมมัญฐานไม่ปรากฏชัด ปรากฏ
 เหมือนมีดมัว

ส่วนความเกิดขึ้นแห่งเวทนาทั้งหลาย
 ปรากฏชัด กัมมัญฐานปรากฏชัดด้วยอำนาจ
 เวทนา ฉะนั้น จึงตรัสรูปรูปกัมมัญฐานด้วยอำนาจ
 เวทนา แม้ในพระสูตรนี้ เหมือนอย่างในสักก
 ปัญหสูตร กถามรรคในพระสูตรนั้น ฟังทราบ
 โดยนัยที่ตรัสไว้ในสักกปัญหสูตรนั้นแล้วว่า

ก็กัมมัญฐานมี ๒ อย่าง คือ รูปกัมมัญฐาน
 และอรูปกัมมัญฐานตั้งนี้เป็นต้น ฟังทราบวินิจฉัย
 ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น

ในคำว่า สุขเวทนาดังนี้เป็นต้น มีปริยาย
 ทางแห่งความรู้ชัดอีกอย่างหนึ่ง ดังต่อไปนี้.

ชื่อว่า รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนา ความว่า
 เมื่อเสวยสุขเวทนา เพราะขณะเสวยสุขเวทนา
 ไม่มีทุกข์เวทนา ก็รู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนา

เพราะฉะนั้น ขึ้นชื่อว่าเวทนาไม่เที่ยง ไม่
 ยั่งยืน มีความแปรปรวนเป็นธรรมดา เพราะ
 ในขณะที่ไม่ทุกข์เวทนาที่เคยมีมาก่อน และ
 เพราะก่อนแต่นี้ ก็ไม่มีสุขเวทนา.

เรารู้ตัวในสุขเวทนานั้นอย่างนี้ สมจริงดังที่
 พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ ในที่ขมขสสูตร มูล
 ปันณาสกั มัชฌิมนิกายตั้งนี้ว่า

ดูก่อนอัคคิเวสสนะ สมัยใด เสวยสุขเวทนา
 สมัยนั้น หาเสวยทุกข์เวทนาไม่ หาเสวยอทุก
 ขมสุขเวทนาไม่

สุขุเขยว ตสฺมี สมเยเวทหนิ เวเทติ.
ยสฺมี อคฺคิเวสฺสน สมเย ทุกฺขิ .เป. อทุกุ
ขมสุขุเขย เวทหนิ เวเทติ. เหนว ตสฺมี สมเย สุขุ
เวทหนิ เวเทติ. น ทุกฺขิ เวทหนิ เวเทติ. อทุกุ
ขมสุขุเขยว ตสฺมี สมเย เวทหนิ เวเทติ.

สุขุขาปี โข อคฺคิเวสฺสน เวทนา อนิจฺจา
สงฺขตา ปฏิจฺจสมุปฺปนฺนา ขยฺธมฺมา วยธม
มา วิราคะมฺมา นิโรธมฺมา.

ทุกฺขายปี โข .เป. อทุกุขมสุขุขาปี โข
อคฺคิเวสฺสน เวทนา อนิจฺจา .เป. นิโรธม
มา. เอวํ ปสฺสํ อคฺคิเวสฺสน สุตฺวา อริยสวากโ
สุขุขาปี เวทนาย นิพฺพินฺหติ. ทุกฺขายปี
เวทนาย นิพฺพินฺหติ. อทุกุขมสุขุขาปี
เวทนาย นิพฺพินฺหติ. นิพฺพินฺหํ วิรชฺชติ.

วิราคา วิมุจฺจติ. วิมุตฺตสฺมี วิมุตฺตมิต
ถาณํ โหติ. ซีณา ชาติ. วุสิตํ พุรหฺมจฺริยํ.
กตํ กรณียํ. นาปรี อิตฺถตฺตยาตยาติ ปชานาตี
ติ^{๔๔}

สามิสฺ วา สุขุหนฺติ อาทิสฺ สามิสฺ สุขุ
นาม ปญฺจกามคฺคณามิสฺสนฺนิสฺสิตา ฉ เคาหสิ
ตา โสมนสฺสเวทนา.

นिरามิสฺ สุขุ นาม ฉ เนกฺขมฺมสิตา
โสมนสฺสเวทนา.

สามิสฺ ทุกฺขา นาม ฉ เคาหสิตา โท
มนสฺสเวทนา.

นिरามิสฺ ทุกฺขา นาม ฉ เนกฺขมฺมสิตา
โทมนสฺสเวทนา.

ย่อมเสวยสุขเวทนาเท่านั้น สมัยใด เสวย
ทุกข์เวทนา ฯลฯ เสวยอทุกข์มสุขเวทนา สมัย
นั้น หาเสวยสุขเวทนาไม่หาเสวยทุกข์เวทนาไม่
เสวยแต่ทุกข์มสุขเวทนาเท่านั้น

ดูก่อนอัคคิเวสสนะ แม้สุขเวทนาแลไม่เที่ยง
อันปัจจัยปรุงแต่ง อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความ
สิ้นไปเป็นธรรมดา มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา
มีความจางไปเป็นธรรมดา มีความดับไปเป็น
ธรรมดา

แม้ทุกข์เวทนาเล่า ฯลฯ แม้ทุกข์มสุข
เวทนาเล่าไม่เที่ยง ฯลฯ มีความดับไปเป็น
ธรรมดา ดูก่อนอัคคิเวสสนะ อริยสาวกดับแล้ว
เห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมหน่ายแม้ในสุขเวทนา แม้ใน
ทุกข์เวทนา แม้ในอทุกข์มสุขเวทนา เมื่อหน่าย
ย่อมคลายกำหนด

เพราะคลายกำหนดจึงหลุดพ้น เมื่อหลุดพ้น
ย่อมหยั่งรู้ว่า หลุดพ้นแล้ว ย่อมรู้ชัดว่าชาติสิ้น
แล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำก็ทำ
เสร็จแล้ว กิจอย่างอื่นเพื่อเป็นอย่างนี้ไม่มี

จะวินิจฉัยในข้อว่า หรือสุขเวทนาที่มีอามิส
เป็นต้น โสมนัสสเวทนาอาศัยอามิสคืออกามคุณ
๕ อาศัยเรือน ๖ ชื่อว่า สามิสสุขเวทนา

โสมนัสสเวทนาอาศัยเนกขัมมะ ๖ ชื่อว่า
นिरามิสสุขเวทนา

โทมนัสสเวทนาอาศัยเรือน ๖ ชื่อว่า ส
ามิสทุกข์เวทนา

โทมนัสสเวทนาอาศัยเนกขัมมะ ๖ ชื่อว่า
นिरามิสทุกข์เวทนา

^{๔๔} ม. ม. (บาลี) ๑๓/๒๗๓/๒๖๘.

สามิสา อทุกขมสุขา นาม ฉ เคะหสิตา
อุเปกฺขา เวทนา.

นिरามิสา อทุกขมสุขา นาม ฉ เนกขมฺม
สิตา อุเปกฺขา เวทนา.

ตาสฺปิ วิภาโค สกุกฺปญฺเฑห วุตฺโตเยว.

อหฺมตฺตํ วาติ เอวํ สุขเวทนาปิปรึคฺคณ
หณฺเนน อตฺตโน วา เวทนาสุ. ปรสฺส วา
เวทนาสุ. กาเลน วา อตฺตโน กาเลน วา
ปรสฺส เวทนาสุ เวทนานุปฺสฺสี วิหฺรติ.

สมุทฺยชฺมมานุปฺสฺสี วาติ เอตฺถ ปน
อวิชฺชาสมุทฺยา เวทนาสมุทโยติ อาทีหิ
ปญฺจหิ ปญฺจหิ อากาเรหิ เวทนานุสมุทฺยญฺจ
วยญฺจ ปฺสฺสนฺโต สมุทฺยชฺมมานุปฺสฺสี วา
เวทนาสุ วิหฺรติ.

วยชฺมมานุปฺสฺสี วา เวทนาสุ วิหฺรติ.
กาเลน สมุทฺยชฺมมานุปฺสฺสี วา เวทนาสุ
วิหฺรติ.

กาเลน วยชฺมมานุปฺสฺสี วา เวทนาสุ
วิหฺรตีติ เวทิตฺตฺพ. อิตฺโต ปรี กายา-
นุปฺสฺสนาย วุตฺตนยเมว.

เกวลํ หิ อิทฺ เวทนาปริคฺคาหิกา สติ
ทุกฺขสจฺจนฺติ เอวํ โยชนํ กตฺวา เวทนา
ปริคฺคาหกสฺส ภิกฺขุโน นียฺยานมฺขนฺติ
เวทิตฺตฺพ.เสสฺ ตาทิสเมวาติ.

อุเบกฺขาเวทนาอาศัยเรือน ๖ ชื่อว่า สามิส
อทุกขมสุขเวทนา

อุเบกฺขาอันอาศัยเนกขมฺมะ ๖ ชื่อว่า นีรามิส
อทุกขมสุขเวทนา.

อนึ่ง การจำแนกเวทนาแม่เหล่านี้นั้นท่าน
กล่าวไว้ในสํกกปัฏฺฐสูตรแล้วแล.

ชื่อว่า หรือภายใน ความว่า พิจารณาเห็น
เวทนาในเวทนาทั้งหลายของตน ในเวทนา
ทั้งหลายของคนอื่น หรือในเวทนาทั้งหลายของ
ตนตามกาล ของคนอื่นตามกาล ด้วยการ
กำหนดสุขเวทนาเป็นต้น อย่างนี้อยู่

ชื่อว่า พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดใน
เวทนาทั้งหลายนี้ มีวินิจฉัยว่า ภิกษุเมื่อเห็น
ความเกิด และความเสื่อม แห่งเวทนาทั้งหลาย
ด้วยอาการอย่างละ ๕ ว่า เพราะอวิชาเกิด
จึงเกิดเวทนาดังนี้เป็นต้น ฟังทราบว่าเขา
พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดในเวทนา
ทั้งหลายอยู่

พิจารณาเห็นธรรม คือความเสื่อม ในเวทนา
ทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรม คือความ
เกิดในเวทนาทั้งหลาย ตามกาลอยู่

พิจารณาเห็นธรรม คือความเสื่อมในเวทนา
ทั้งหลาย ตามกาลอยู่ ข้อต่อจากนี้ไปก็มีนัยดังที่
กล่าวมาแล้วในกายานุปัสสนานั้นแล.

แต่ในเวทนานุปัสสนานี้ มีข้อต่างกันอย่าง
เดียว คือฟังประกอบความอย่างนี้ว่า สติที่
กำหนดเวทนาเป็นอารมณ์ เป็นทุกขสัจ เป็นต้น
แล้ว ฟังทราบว่าเป็นทางปฏิบัติ นำออกจากทุกข์
ของภิกษุผู้กำหนดเวทนาเป็นอารมณ์.

อรรถกถาสัมโมหวิโนทนี สติปัฏฐานวิภังค์(อภิธรรมปิฎก)

ทวิชณฺหิ กมฺมฏฺจานํ รูปกมฺมฏฺจานํ
 อรูปกมฺมฏฺจานญจ รูปปริคฺคโห อรูปปริคฺค
 โหติปิ เอตทเว วุจฺจติ.

ตตฺถ ภควา รูปกมฺมฏฺจานํ กถนฺโต
 สงฺเขปนฺนสิการวเสน วา วิตุถารมฺนสิการ
 วเสน วา จตุชฺชาตฺวตฺถานํ กถเอติ.

ตทฺทกฺขมฺปิ วิสุทฺธิมคฺเค สพฺพการโถ
 ทสฺสิตเมว. อรูปกมฺมฏฺจานํ กถนฺโต
 เยภฺยุเยน เวทนาวเสน กถเอติ.^{๔๔}

ติวิโช หิ อรูปกมฺมฏฺจานเ อภินิเวโส
 ผสฺสวเสน เวทนาวเสน จิตฺตวเสนาคิ.

กถํ เอกจฺจสฺส หิ สงฺขิตฺเตน วา
 วิตุถาเรน วา ปริคฺคหิตเ รูปกมฺมฏฺจานเ
 ตสฺมี อารมฺมเณ จิตฺตเจตสิกานํ ปจฺมาภินิ
 ปาโต ตํ อารมฺมณํ ผสฺสนฺโต อูปฺปชฺชมา
 โน ผสฺโส ปากฺกฺว โหติ.

เอกจฺจสฺส ตํ อารมฺมณํ อนุภวฺนฺตี
 อูปฺปชฺชมานา เวทนา ปากฺกฺวา โหติ.

เอกจฺจสฺส ตํ อารมฺมณํ ปริคฺคหิตฺวา
 วิชานนฺตํ อูปฺปชฺชมานํ วิญฺญาณํ ปากฺกฺว โหติ

ตตฺถ ยสฺส ผสฺโส ปากฺกฺว โหติ โสปิ
 น เกวลํ ผสฺสว อูปฺปชฺชติ เตน สทฺธิ
 ตทเวารมฺมณํ อนุภวฺมานา เวทนาปิ
 อูปฺปชฺชติ สณฺขานมานา สณฺญาปิ เจตย
 มานา เจตนาปิ วิชานมานํ วิญฺญาณมฺปิ
 อูปฺปชฺชตีติ ผสฺสปญฺจมเกเวว ปริคฺคณฺหาติ.

จริงอยู่ กรรมฐานมี ๒ คือ รูปกรรมฐาน และ
 อรูปกรรมฐาน กรรมฐานนั้นนั้นแหละ ตรัสว่า รูป
 ปริคคโห (การกำหนดรูป)บ้าง อรูปปริคคโห(การ
 กำหนดอรูป)บ้าง

ในกรรมฐาน ๒ นั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า เมื่อ
 จะตรัสรูปรูปกรรมฐานจึงตรัสการกำหนดธาตุ ๔ ด้วย
 สามารถมนสิการโดยสังเขปบ้าง โดยพิสดารบ้าง.

การมนสิการแม้ทั้ง ๒ นั้น ข้าพเจ้าก็แสดงไว้
 โดยอาการทั้งปวงในวิสุทธิมรรคนั้นแหละ พระผู้มี
 พระภาคเจ้าเมื่อตรัสรูปรูปกรรมฐาน ย่อมตรัสด้วย
 สามารถแห่งเวทนาโดยมาก.

อนึ่งความถ้อยมั่นในอรูปกรรมฐาน มี ๓ อย่าง
 คือ ด้วยสามารถแห่งผัสสะ ๑ ด้วยสามารถแห่ง
 เวทนา ๑ และด้วยสามารถแห่งจิต ๑

คือ อย่างไร ก็ว่า ก็เมื่อพระโยคาวจรกำหนด
 รูปกรรมฐานโดยสังเขปหรือโดยพิสดาร การที่จิต
 และเจตสิกตกไปในอารมณ์ครั้งแรกนั้น ผัสสะอัน
 กระทบซึ่งอารมณ์นั้นก็เกิดขึ้นปรากฏแก่พระ
 โยคาวจรบางรูป

พระโยคาวจรทั้งหลายย่อมเสวยอารมณ์นั้น
 เวทนาเมื่อเกิดขึ้นก็ย่อมปรากฏแก่พระโยคาวจร
 บางรูป

วิญญาณอันเกิดขึ้นกำหนดรู้อารมณ์นั้นอยู่
 ก็ย่อมปรากฏแก่พระโยคาวจรบางรูป.

ในความถ้อยมั่น ๓ อย่างนั้น ผัสสะย่อม
 ปรากฏแก่ภิกษุใด แม้ภิกษุนั้น ย่อมกำหนด
 ธรรมหมวด ๕ มีผัสสะเป็นต้นที่เดียวว่า มิใช่
 ผัสสะอย่างเดียวเท่านั้นย่อมเกิดขึ้น แม้เวทนา
 อันเสวยอยู่ซึ่งอารมณ์นั้นก็เกิดขึ้นพร้อม กับ
 ผัสสะนั้น แม้สัญญาอันจำซึ่งอารมณ์นั้น แม้
 เจตนาอันคิดซึ่งอารมณ์นั้น แม้วิญญาณ อันรู้
 แจ้งซึ่งอารมณ์นั้นก็ย่อมเกิดขึ้นด้วยผัสสะนั้น

^{๔๔} ที.มหา.อ.(บาลี)๒/๓๘๐/๓๘๘-๓๙๐

ยสฺส เวทนา ปากฺกฺวา โหติ โสปี น
 เกวลํ เวทनाव อุปฺปชฺชติ ตาย สทฺธิ
 ตเทวารมฺมณํ ผุสฺมาโน ผุสฺโสปี อุปฺปชฺชติ
 สณฺขานมานา สณฺญาปี เจตยมานา
 เจตนาปี วิชานมานํ วิญฺญาณมฺปิ อุปฺปชฺช
 ตีติ ผุสฺสปณฺจมเกเยว ปรีคคณฺหาติ.

ยสฺส วิญฺญาณํ ปากฺกฺว โหติ โสปี นเกวลํ
 วิญฺญาณเมว อุปฺปชฺชติ เตน สทฺธิ ตเท
 วารมฺมณํ ผุสฺมาโน ผุสฺโสปี อุปฺปชฺชติ
 อนุภวมานา เวทนาปี สณฺขานนมานา
 สณฺญาปี เจตยมานา ผุสฺมานา เจตนาปี
 อุปฺปชฺชตีติ ผุสฺสปณฺจมเกเยว ปรีคคณฺหาติ.

โส อิเม ผุสฺสปณฺจมกา ธมฺมา กิณฺหิสฺสึ
 ตาติ อุปฺปชาเรฺญโต วตฺถุณิสฺสึตาติ ปชานาติ.

วตฺถุ นาม กรชกาโย ยํ สนฺธาย วุตฺตํ
 อิทฺถจ ปน เม วิญฺญาณํ เอตฺถ นิสฺสึตํ
 เอตฺถ ปฏฺวิพทฺชนฺติ.^{๔๖}

โส อตฺถโต ภูตานิ เจว อุปาหารูปานิ จ.
 เอวเมตฺถ วตฺถุ รูปํ ผุสฺสปณฺจมกา นามนฺติ
 นามรูปเมว ปสฺสตี.

รูปญเจตฺถ รูปกฺขนฺโร นามํ จตฺตาโร
 อรูปิโน ขนฺธาติ ปญฺจกฺขนฺธาติ ปญฺจกฺขน
 ธมตฺตํ โหติ.^{๔๗}

นามรูปวินิมฺุตฺตา หิ ปญฺจกฺขนฺธา
 ปญฺจกฺขนฺธวินิมฺุตฺตํ วา นามรูปํ นตฺถิ.

เวทนาย่อมปรากฏแก่ภิกษุใด แม้ภิกษุนั้นก็
 ย่อมกำหนดธรรมหมวด ๕ มีผัสสะเป็นต้นนั้น
 แผลงว่า มิใช่เวทนาอย่างเดี๋ยวนั้นเกิดขึ้น
 แม้ผัสสะอันกระทบอยู่ซึ่งอารมณ์นั้นนั้นแหละ
 ย่อมเกิดขึ้นกับเวทนานั้น แม้สัญญาอันจำซึ่ง
 อารมณ์นั้น แม้เจตนาอันคิดซึ่งอารมณ์นั้น แม้
 วิญญาณอันรู้แจ้งซึ่งอารมณ์นั้น ก็ย่อมเกิด
 ขึ้นกับเวทนานั้น

วิญญาณย่อมปรากฏแก่ภิกษุใด แม้ภิกษุนั้น
 ก็ย่อมกำหนดธรรมมีผัสสะเป็นต้นว่า มิใช่
 วิญญาณอย่างเดี๋ยวนั้นเกิดขึ้น แม้ผัสสะอัน
 กระทบอยู่ซึ่งอารมณ์นั้นนั้นแหละย่อมเกิดขึ้น
 แม้เวทนาอันเสวยอยู่ซึ่งอารมณ์นั้น แม้สัญญา
 อันจำซึ่งอารมณ์นั้น แม้เจตนาอันคิดซึ่งอารมณ์
 นั้น ก็ย่อมเกิดขึ้นกับวิญญาณนั้น

เมื่อภิกษุนั้นใคร่ครวญอยู่ว่า ธรรมหมวด ๕
 มีผัสสะเป็นต้นเหล่านี้อาศัยอะไร เธอย่อมทราบ
 ชัดว่า อาศัยวัตถุ

ขึ้นชื่อว่าวัตถุก็คือกรชกาย ท่านกล่าวหมาย
 เอาวัตถุคือกรชกายไว้ว่า ก็วิญญาณของเรา
 อาศัยในกรชกายนี้เกี่ยวเนื่องในกรชกายนี้

เมื่อว่าโดยอรรถ กรชกายก็คือมหาภูตรูป
 และอุปาทารูปในข้อนี้ พระโยคาวจรย่อมเห็น
 นามรูปอย่างนี้ว่า วัตถุเป็นรูปธรรมหมวด ๕ มี
 ผัสสะเป็นต้น เป็นนาม

รูปในที่นี้ก็คือรูปขันธ์ นามก็คืออรูปขันธ์ ๔
 เพราะฉะนั้น นามรูปจึงเป็นเพียงขันธ์ ๕

เพราะว่าขันธ์ ๕ นอกจากนามรูป หรือว่า
 นามรูปนอกจากขันธ์ ๕ ย่อมไม่มี

^{๔๖} ที. สี. (บาลี) ๗/๑๓๑/๑๐๑.

^{๔๗} อภิ.วิ.อ.(บาลี) ๕๐๓/๒๘๔.

โส อิเม ปญฺจกฺขนฺธา ก็เหตุกาติ
อุปปริกฺขนฺโต อวิชฺชาทิเหตุกาติ ปสฺสตี.

ตโต ปจฺจโย เจว ปจฺจยฺอุปนฺนณฺจ
อิทฺ อณฺโณ สฺตโต วา ปุคฺคโล วา นตฺถิ
สุทฺถสงฺขารปฺญชฺมตฺตเมวาทิ สฺปฺปจฺยนา
มรฺวเส ติลกฺขณฺ อารोเปตฺวา วิปสฺสนาปฺปฏิ
ปาฏิยา อนิจฺจํ ทฺกฺขํ อนตฺตาทิ สฺมมสนฺโต
วิจฺรตี .

โส อชฺช อชฺชาติ ปฏฺวิเรํ อากฺขมา
โน ตถารูเป ทิวเส อุตฺตสฺปฺปายํ ปุคฺค
สฺปฺปายํ โภชนสฺปฺปายํ ฐมฺมสฺสวณสฺปฺปายํ
วา ลภิตฺวา เอกปฺลลฺงฺเกน นิสินฺโนว วิปสฺสนํ
มตฺถกํ ปาเปตฺวา อรหฺตเต ปติฏฺฐาติ. เอวํ
อิเมสํ ตินฺถณฺมปิ ชนानํ ยาว อรหฺตตา
กมฺมฏฺฐานํ กถิตํ โหตี.

อิทฺ ปน ภควา อรฺูปกมฺมฏฺฐานํ กเถนฺโต
เวทฺทาวเสน กเถสิ .

ผสฺสวเสน วา หิ วิญฺญาณวเสน วา
กถิตฺมานํ น ปากฺกํ โหตี อนุทฺถการํ วิย ขายตี.
เวทฺทาวเสน ปน ปากฺกํ โหตี.

กสฺมา.

เวทฺทานํ อุปฺปตฺตี ปากฺกา. สุขทฺกฺข
เวทฺทานณฺหิ อุปฺปตฺตี ปากฺกา.

ภิกษุ นั้นใคร่ครวญอยู่ว่าขันธทั้งหลายมีอะไร
เป็นเหตุ ย่อมเห็นว่า มีอวิชชาเป็นต้นเป็นเหตุ

ในลำดับนั้นจึงยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ด้วย
สามารถนามรูป พร้อมด้วยปัจจัยว่า นี่เป็นปัจจัย
นี่เป็นธรรมที่เกิดขึ้นเพราะปัจจัย สัตว์หรือว่า
บุคคลอื่นไม่มี มีแต่เพียงกองแห่งสังขาร ๆ
เท่านั้น พิจารณาเห็นอนิจจัง ทุกขังอนัตตา โดย
ลำดับแห่งวิปัสสนา

เที่ยวหวังอยู่ซึ่งการแทงตลอดว่าในวันนี้ ๆ
ก็หรือว่า เธอได้อุตุสฺปฺปายะ ปุคฺค
สฺปฺปายะ โภชนสฺปฺปายะ และฐมฺมสฺสวณสฺปฺปายะ แล้วนั่ง
โดยบัลลังก์เตียนั้นแหละ ยังวิปัสสนาให้ถึง
ที่สุดแล้วดำรงอยู่ในพระอรหัต

ก็แล พระผู้มีพระภาคเจ้า เมื่อจะตรัสอรฺูป
กรรมฐาน ก็ตรัสไว้ด้วยสามารถแห่งเวทนา

จริงอยู่ อรฺูปกรรมฐานที่พระผู้มีพระภาค
เจ้าตรัสอยู่ด้วยสามารถแห่งผัสสะหรือด้วย
สามารถแห่งวิญญาณ ย่อมไม่ปรากฏ คล้ายกับ
ความมืด เพราะกรรมฐานนั้น ย่อมปรากฏด้วย
สามารถแห่งเวทนา

ถามว่า เพราะเหตุไร

ตอบว่า เพราะความเกิดขึ้นแห่งเวทนา
ทั้งหลาย ย่อมปรากฏ เพราะว่าความเกิดขึ้น
แห่งสุขเวทนาและทุกขเวทนาทั้งหลายปรากฏ
อยู่

ยथा สุขํ อุปฺปชฺชติ สกฺลสรีรํ
 โขภเนตฺถ มทุหนตฺถ ฝรมาณํ อภิสนฺทฺยมาณํ
 สตฺโรตฺตสฺสปี ชาทาปยฺหนตฺถ วยิ สตฺปากเตลลํ
 มกฺขาปยฺมาณํ วยิ อุกฺทกฺขมฺภูสฺหสฺเสน
 ปรีพาหํ นิพฺพาปยฺมาณํ วยิ อโห สฺขํ
 อโห สฺขนฺตฺติ วาจํ นิจฺจาริยฺมาณเมว
 อุปฺปชฺชติ. ยथा กุขํ อุปฺปชฺชติ สกฺลสรีรํ
 โขภเนตฺถ มทุหนตฺถ ฝรมาณํ อภิสนฺทฺยมาณํ
 ตตฺตกฺปาลํ ปเวสนตฺถ วยิ วิลีนตฺมพฺโลเหณ
 อาสิณฺจนตฺถ วยิ สฺกฺขตฺติณฺวณฺปฺปติมฺหิ อรณฺญเ
 ทารุอกฺกกาลาปี ขิปรฺยมาณํ วยิ อโห กุขํ
 อโห กุขนฺตฺติ วิปรฺยลาปยฺมาณเมว อุปฺปชฺชติ
 อิติ สฺขํ กุขเวทฺธานํ อุปฺปตฺติ ปากฺกฺวา โหติ.

อทุกขมสุขา ปน ทฺทฺที่ปนา อนฺธการา
 อวิภูตา सा สุขํ กุขานํ อปคเม साตา
 साตปฏิกฺเขปวเสณ มชฺชตฺตการภูตาอทุก
 ขมสุขา เวทฺนาติ นยโต คณฺหนตฺตสฺส ปากฺกฺวา
 โหติ.

ยถากิ กิ यथा अनुत्तरा पिण्डिपासाणं
 आरुहित्वा प्लायनत्तसुस मिकसुस अनुपत्तं
 कज्जनत्त मिकलुत्तโก पिण्डिपासाणसुस
 ओरगाके प्रगाकेपि पत्तं तिसुवा मชฺचे
 अपसฺสนโตपि อิตो आरुพุโ อितो ओरुพุโ
 मชฺचे पिण्डिपासाणे อิมिना ปเทเสณ คโต
 ภาวิสฺสตีติ นยโต ชานาติ เอव.

आरुपुहुण्णाने पत्तं วยि हि सुखाय
 वेทนาย उपฺปตฺติ ปากฺกฺวา โหติ.

คือ ในกาลใด สุขเวทนาเกิดขึ้น ทำให้สรีระ
 ทั้งสิ้นกระเพื่อมอยู่ สั่นไหวอยู่ ซาบซ่านแผ่ไป
 อยู่เป็นราวกะให้เคี้ยวกินเนยใสอันชำระแล้วตั้ง
 ร้อยครั้ง ราวกะให้ดับอยู่ซึ่งความร่ำร้อนด้วยน้ำ
 ตั้งพื้นหม้อ ย่อมให้เปล่งวาจาว่า สุขหนอ สุข
 หนอ ในกาลใด กุขเวทนา เกิดขึ้น ก็ทำให้สรีระ
 ทั้งสิ้นกระเพื่อมอยู่ สั่นไหวอยู่ ซาบซ่านแผ่ไป
 อยู่ เป็นราวกะเข้าไปสู่กระเบื้องที่ร้อน ราวกะ
 ราวอยู่ด้วยน้ำทองแดงที่ละลายแล้ว ราวกะกำ
 คบเพลิงไม้ที่ใส่เข้าไปในหญ้าและต้นไม้อใหญ่ที่
 แห้งในป่า ทำให้บ่นเพื่อรำพันอยู่ว่า ทุกข์จริง
 ทุกข์จริง ความเกิดขึ้นแห่งสุขเวทนา และ
 กุขเวทนา ย่อมปรากฏ ดังพรรณนามาจะนี้.

ส่วนอทุกขมสุขเวทนา ซึ่งแจ้งให้เห็นได้โดย
 ยาก ไม่แจ่มแจ้งถึงความมืด แต่ย่อมปรากฏแก่
 ผู้เอาโดยนัยว่า อทุกขมสุขเวทนานั้นเป็นอาการ
 ปานกลาง ด้วยสามารถแห่งการปฏิเสธความ
 ยินดีและยินร้าย เพราะความสุขและความทุกข์
 ปราศจากไป

เปรียบเหมือน นายพรานเนื้อ ตามรอยเท้า
 เนื้อตัวที่หนีขึ้นไปบนระหว่างแผ่นหิน ในเวลา
 อื่นพบรอยเท้าเนื้อที่ฝั่งนี้ของแผ่นหิน แม้ไม่เห็น
 รอยเท้าในท่ามกลาง ก็จจะทราบได้โดยนัยว่า
 เนื้อนี้ ขึ้นไปจากที่ตรงนี้ลงมาจากที่ตรงโน้น ใน
 ท่ามกลาง มันจักไปบนแผ่นหินโดยประเทศตรง
 นี้ฉนั้นใด ข้อนี้ก็ฉนั้นนั้น

เพราะว่า ความเกิดขึ้นแห่งสุขเวทนาย่อม
 ปรากฏ เป็นราวกะว่ารอย เ้าในที่นี้เป็นที่ขึ้นไป

โอรุพฺพภูฏาเน ปทํ วีย ทุกฺขาย เวทนาย
อุปปตฺติ ปากฺกฺวา โหติ.

อิโต อารุโพฺห อิโต โอรุโพฺห มชฺฌเ
เอวํ คโตติ นยโต คหณํ วีย สุขทุกฺขานํ
อปคเม สาตาสตปฏิกฺเขปวเสน มชฺฌตฺตา
การภูตา อทฺทกฺขมสุขา เวทนาติ นยโต
คณฺหตฺตสฺส ปากฺกฺวา โหติ.

ตตฺถ สุขํ เวทนนฺตฺติอาทิสฺส อยํ อป
โรปิ ปชานนปริยาโย.

สุขํ เวทนํ เวทยามีติ ปชานาตีติ สุข
เวทนาทฺชเณ ทุกฺขาย เวทนาย อภาวโต
สุขํ เวทนํ เวทยมาโน สุขํ เวทนํ เวทยา
มีติ ปชานาติ

เตน ยา ปุพฺเพ ภูตปุพฺพา ทุกฺขา
เวทนา ตสฺสา อิทานิ อภาวโต อิมิสฺสา จ
สุขาย

อิโต ปรี อภาวโต เวทนา นาม อนิจฺจา
อทฺฐวา วิปริณามธมฺมาติ อิท ตตฺถ สมฺป
ชาโน โหติ .

วุตฺตมฺปิ เจตํ ภควตา

ยสฺมี อคฺคิเวสฺสน สมเย สุขํ เวทนํเวเทติ
เนว ตสฺมี สมเย ทุกฺขํ เวทนํ เวเทติ น
อทฺทกฺขมสุขํ เวทนํ เวเทติ สุขํเยว ตสฺมี สม
เย เวทนํ เวเทติ .

ยสฺมี อคฺคิเวสฺสน สมเย ทุกฺขํ ๗เปช
อทฺทกฺขมสุขํ เวทนํ เวเทติ เนว ตสฺมี สมเย
สุขํ เวทนํ เวเทติ น ทุกฺขํ เวทนํ เวเทติ
อทฺทกฺขมสุขํเยว ตสฺมี สมเย เวทนํ เวเทติ.

ความเกิดขึ้นแห่งทุกข์เวทนาย่อมปรากฏ
เป็นราวกะว่า รอยเท้าในที่เป็นที่ก้าวลง

อทฺทกฺขมสุขเวทนานี้ ย่อมปรากฏแก่ผู้ถือเอา
ว่า อทฺทกฺขมสุขเวทนา เป็นอาการปานกลาง
ด้วยสามารถแห่งการปฏิเสธความยินดีและยิน
ร้าย ในเพราะการปราศจากสุขและทุกข์เวทนา
ราวกะ การถือเอาโดยนัยว่า เนื้อที่ขึ้นไปบนแผ่น
หินตรงนี้ ลงไปตรงโน้น ในท่ามกลางมันจะเดิน
ไปตรงนี้

ในคำว่า เมื่อเสวยสุขเวทนา เป็นต้นนั้น
พึงทราบปริยายแห่งการรู้อีกอย่างหนึ่ง
ดังต่อไปนี้.

ข้อว่า ก็รู้ชัดว่าเราเสวยสุขเวทนา อธิบาย
ว่าภิกษุผู้นั้นเสวยอยู่ซึ่งสุขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่า
เราเสวยอยู่ซึ่งสุขเวทนา เพราะความไม่มี
ทุกข์เวทนาในขณะที่แห่งสุขเวทนา

ด้วยเหตุนี้ ในข้อนั้น เขาผู้นั้นย่อมทราบ
ในที่นี้ว่า เพราะทุกข์เวทนาอันใดเคยมีมาก่อน
บัดนี้ ทุกข์เวทนาอันนั้นมิได้มี

และเพราะไม่มีเวทนาอื่นจากสุขเวทนานี้
เวทนาจึงเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน มีความ
แปรปรวนไปเป็นธรรมดา ดังนี้

สมจริงดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า

ดูก่อนอัคคิเวสณะ ในสมัยใดเสวยสุขเวทนา
สมัยนั้น ไม่เสวยทุกข์เวทนา ไม่เสวยอทฺทกฺขม
สุขเวทนาสมัยนั้นย่อมเสวยแต่สุขเวทนาเท่านั้น

ดูก่อนอัคคิเวสณะในสมัยใดเสวยทุกข์เวทนา
๗๗ เสวยอทฺทกฺขมสุขเวทนา สมัยนั้น ไม่เสวย
สุขเวทนา ไม่เสวยทุกข์เวทนา สมัยนั้น ย่อม
เสวยอทฺทกฺขมสุขเวทนาเท่านั้น

สุขาปิ โข อคฺคิเวสฺสน เวทนา อนิจฺจา
สงฺขตา ปฏิจฺจสมุปรุณา ขยธมฺมา วยธมฺมา
วิราธมฺมานิโรธมฺมา .

ทุกฺขาปิ โข .เป.

อทุกฺขมสุขาปิ โข อคฺคิเวสฺสน เวทนา
อนิจฺจา สงฺขตา .เป. นิโรธมฺมาติ.

เอวํ ปสฺส อคฺคิเวสฺสน สุตฺวา อริยสวโก
สุขายปิ เวทนาย นิพฺพินฺหติ ทุกฺขายปิ
เวทนาย นิพฺพินฺหติ อทุกฺขมสุขายปิ เวท
นาย นิพฺพินฺหติ

นิพฺพินฺหํ วิรชฺชติ วิราคา วิมฺจฺจติ วิ
มุตฺตสฺมี วิมุตฺตมิตฺติ ฅาณํ โหติ ชีณา ชาติ
วุธิตํ พุรฺหมจฺริยํ กตํ กรณียํ นาปรํ
อิตฺตตฺตยาติ ปชานาตีติ .^{๔๘}

สามิสฺสํ วา สุขนฺตฺติอาทิสฺส สามิสฺสา สุขา
นาม ปญฺจกามคฺคณามิสฺสนฺนิสฺสิตา ฉ เคหสิต
โสมนสฺสเวทนา.

นिरามิสฺสา สุขา นาม ฉ เนกฺขมฺมสฺสิต
โสมนสฺสเวทนา.

สามิสฺสา ทุกฺखा นาม ฉ เคหสิตโท
มนสฺสเวทนา.

นिरามิสฺสา ทุกฺखा นาม ฉ เนกฺขมฺมสฺสิต-
โทมนสฺสเวทนา .

สามิสฺสา อทุกฺขมสุขา นาม ฉ เคหสิต
อทุกฺขาเวทนา.

นिरามิสฺสา อทุกฺขมสุขา นาม ฉ เนกฺขมฺม
สฺสิตอทุกฺขาเวทนา.

ดูก่อนอัคคิเวสนะ แม้สุขเวทนาแล ก็ไม่เที่ยง
อันปัจฉัยปรุงแต่งแล้ว อาศัยกันเกิดขึ้น มีความ
สิ้นไปเป็นธรรมดา มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา
มีความคลายไปเป็นธรรมดามีความดับไปเป็น
ธรรมดา

แม้ทุกขเวทนาแล ฯลฯ

ดูก่อนอัคคิเวสนะ แม้ทุกขมสุขเวทนาแล
ก็ไม่เที่ยง มีปัจฉัยปรุงแต่งแล้ว ฯลฯ มีความดับ
ไปเป็นธรรมดา

ดูก่อนอัคคิเวสนะ อริยสาวกดับแล้ว เห็น
อยู่อย่างนี้ ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนาอันเป็นสุข
บ้าง ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนาอันเป็นทุกข์บ้าง
ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนาอันเป็นอทุกขมสุขบ้าง

เมื่อเบื่อหน่ายย่อมคลายกำหนดเพราะคลาย
กำหนด ย่อมหลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นแล้วย่อมรู้ชัด
ว่า เราหลุดพ้นแล้ว เธอย่อมทราบชัดว่าชาติสิ้น
แล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่พึงทำทำเสร็จ
แล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้มิได้มีอีก

ในคำว่า หรือเมื่อเสวยสุขเวทนามีอามิสเป็น
ต้น พึงทราบว่าเคหสิตโสมนัสเวทนา ๖ ที่อาศัย
อามิส คือ กามคุณ ๕ ชื่อว่า สุขเวทนามีอามิส.

เนกขัมมสฺสิตโสมนัส ๖ ชื่อว่า สุขเวทนาไม่มี
อามิส.

เคหสิตโทมนัสเวทนา ๖ ชื่อว่า ทุกขเวทนามี
อามิส

เนกขัมมสฺสิตโทมนัสเวทนา ๖ ชื่อว่า
ทุกขเวทนา ไม่มีอามิส.

เคหสิตอทุกฺขาเวทนา ๖ ชื่อว่า อทุกฺขมสุ-
ขเวทนามีอามิส.

เนกขัมมสฺสิตอทุกฺขาเวทนา ๖ ชื่อว่า อทุก
ขมสุขเวทนาไม่มีอามิส.

^{๔๘} ม. ม. ๑๓/๒๗/๓/๒๖๗.

ตาส วิภาโค อุปริปัญญาเส^{๔๙} ปาลิย
อาคโตเยว .

โส ตํ นิमितตุนติ โส ตํ เวทนานิमितตํ.

พหิทฺธา เวทนาสูติ ปรปฺกุคฺคสฺส
เวทนาสุ

สุขํ เวทนํ เวทยมานนฺติ ปรปฺกุคฺคํ
สุขํ เวทนํ เวทยมานํ .

อชฺชตฺตพหิทฺธาติ กาเลน อตฺตโน กา
เลน ปรสฺส เวทนาสุ จิตฺตํ อุปสฺหริติ.

อิมสฺมี วาเร ยสฺมา เนว อตฺตนา น ปโร
นียมิโต ตสฺมา เวทนาปริคฺคหตฺตเมว
ทสฺเสตฺตุ อิท ภิกุขุ สุขํ เวทนํ สุขา เวทนาติ
อาทิ วุตฺตํ.

อิมสฺมี ปน ปพฺเพ สุทฺทวิปฺสฺสนา ว
กถิตาติ.^{๕๐}

การจำแนกเวทนาเหล่านั้นมาแล้วในบาลี
อุปริปัญญาเส^{๔๙}

คำว่า โส ตํ นิमितตํ ได้แก่ ภิกุขุนั้น..ซึ่งนิमित
แห่งเวทนานั้น.

คำว่า ในเวทนาภายนอก คือ ในเวทนา
ทั้งหลายของบุคคลอื่น.

คำว่า สุขํ เวทนํ เวทยมานํ คือ รู้บุคคลอื่น
กำลังเสวยสุขเวทนา.

คำว่า ทั้งภายในและภายนอก คือ ย่อม
น้อมจิตเข้าไปในเวทนาทั้งหลายของตนตามกาล
สมควร ของผู้อื่นตามกาลสมควร

เพราะในวาระนี้ มิได้กำหนดตน มิได้
กำหนดผู้อื่น ฉะนั้น เพื่อทรงแสดงเพียงการ
กำหนดเวทนาเท่านั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า จึง
ตรัสว่า ภิกุขุในศาสนานี้เมื่อเสวยสุขเวทนา ฯลฯ
ในข้อนี้ ท่านกล่าววิปัสสนาไว้ล้วน ๆ

^{๔๙} ม. อุ. ๑๔/๖๘๙-๖๙๐/๔๔๐-๔๔๑-๔๔๒

^{๕๐} อภิ.วิ.อ.(บาลี) ๕๐๓/๒๘๔-๒๘๕

๓.๑๒ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบาลี จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กถญจ ภิกขเว ภิกขุ จิตฺเต จิตฺตานุปัสสี วิหริติ	ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิต อยู่อย่างไรเล่า
อิธ ภิกขเว ภิกขุ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
๑. สราคํ วา จิตฺตํ สราคํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตมีราคะ ก็รู้ว่า จิตมีราคะ
๒. วีตฺรากลํ วา จิตฺตํ วีตฺรากลํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตปราศจากราคะ ก็รู้ว่าจิตปราศจากราคะ
๓. สโทสํ วา จิตฺตํ สโทสํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตมีโทสะ ก็รู้ว่า จิตมีโทสะ
๔. วีตฺโทสํ วา จิตฺตํ วีตฺโทสํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ว่าจิตปราศจากโทสะ
๕. สโมหํ วา จิตฺตํ สโมหํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตมีโมหะ ก็รู้ว่า จิตมีโมหะ
๖. วีตฺโมหํ วา จิตฺตํ วีตฺโมหํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตปราศจากโมหะก็รู้ว่า จิตปราศจากโมหะ
๗. สงฺขิตฺตํ วา จิตฺตํ สงฺขิตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตหดหู่ ก็รู้ว่า จิตหดหู่
๘. วิกฺขิตฺตํ วา จิตฺตํ วิกฺขิตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
๙. มหคฺคตํ วา จิตฺตํ มหคฺคตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตมีความเป็นใหญ่ก็รู้ว่าจิตมีความเป็นใหญ่
๑๐. อมหคฺคตํ วา จิตฺตํ อมหคฺคตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตไม่มีความเป็นใหญ่ ก็รู้ว่าจิตไม่มีความ เป็นใหญ่
๑๑. สอฺตุตฺตรํ วา จิตฺตํ สอฺตุตฺตรํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
๑๒. อนฺตุตฺตรํ วา จิตฺตํ อนฺตุตฺตรํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ว่าไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
๑๓. สสมาหิตํ วา จิตฺตํ สสมาหิตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ว่าจิตเป็นสมาธิ
๑๔. อสสมาหิตํ วา จิตฺตํ อสสมาหิตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ว่าจิตไม่เป็นสมาธิ
๑๕. วิมฺุตฺตํ วา จิตฺตํ วิมฺุตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตหลุดพ้น ก็รู้ว่าจิตหลุดพ้น
๑๖. อวิมฺุตฺตํ วา จิตฺตํ อวิมฺุตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ	จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ว่าจิตไม่หลุดพ้น
อิติ	ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺฌตฺตํ วา จิตฺเต จิตฺตานุปัสสี วิหริติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ บ้าง
พหิทฺฐา วา จิตฺเต จิตฺตานุปัสสี วิหริติ	พิจารณาเห็น จิตในจิตภายนอกอยู่บ้าง
อชฺฌตฺตพหิทฺฐา วา จิตฺเต จิตฺตานุปัสสี วิหริติ	พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอก. อยู่บ้าง
สมฺภูยธฺมมานุปัสสี วา จิตฺตสฺมี วิหริติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในจิตอยู่
วยธฺมมานุปัสสี วา จิตฺตสฺมี วิหริติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในจิตอยู่บ้าง
สมฺภูยวยธฺมมานุปัสสี วา จิตฺตสฺมี วิหริติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นความเสื่อมใน จิตอยู่บ้าง
อตฺถิ จิตฺตุนฺติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺภูจิตฺตา โหติ	อีกอย่างหนึ่ง สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า จิตมีอยู่
ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย	ก็เพียงแต่สักว่าความรู้อ

ปฏิสฺสตีตมตฺตตาย.
อนิสฺสโต จ วิหฺรตี
น จ กิณฺจึ โลเก อุปาทิยตี.

เพียงแต่สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิจูไม่อาศัยอยู่แล้ว
และไม่ถือมั่นอะไรๆในโลก

ความหมายของคำว่า “จิต”

อารมณ์ จินฺเตตฺตีติ จิตฺตํ
วิชานนลกฺขณํ จิตฺตํ
จิตฺตํ ปุพฺพกมฺรสํ
สนฺธานปจฺจุปฺภูตฺตํ
นามรูปปทฺฏฐานํ.
จตุกฺกมิกจิตฺตํ หิ โนวิชานนลกฺขณํ
นาม นตฺถิ.
สพฺพํ วิชานนลกฺขณเมว.
ทวารํ ปน ปตฺวา อารมฺมณวิภาวนกฺกฺฐา
เน จิตฺตํ ปุพฺพกมํ ปุเรจาริตํ โหตี.^{๕๑}

ธรรมที่ชื่อว่า จิต เพราะอรรถว่าคิดซึ่งอารมณ์
จิตมีการรู้แจ้งอารมณ์เป็นลักษณะ
มีการเป็นหัวหน้าเป็นรส (ปุพฺพกมฺรสํ)
มีการเกี่ยวข้อกันเป็นปัจจุปัฏฐาน
มีนามรูปเป็นปทฺฏฐาน (นามรูปปทฺฏฐานํ)
จริงอยู่ จิตที่เป็นไปในภุมิ ชื่อว่า ไม่มีการรู้แจ้ง
อารมณ์เป็นลักษณะก็หาไม่
จิตทั้งหมดมีการรู้แจ้งอารมณ์ทั้งนั้น.
ก็เพ่งถึงทวารแล้ว จิตก็เป็นหัวหน้า คือมีปกติ
เที่ยวไปก่อนในที่เป็นที่กระทำให้แจ่มแจ้งซึ่ง
อารมณ์^{๕๓}

ทฺวารํ คมํ เอกจฺรํ
อสรีรํ กุหาสยํ
เย จิตฺตํ สณฺณเมสฺสนนฺติ
โมกฺขนนฺติ มารพฺพนฺนา.

"ชนเหล่าใด จักสำรวมจิต อันไปในที่ไกล
เที่ยวไปดวงเดียว ไม่มีสรีระมีถ้าเป็นที่อาศัย
ชนเหล่านั้นจะพ้นจากเครื่องผูกแห่งมาร."

สฺตตฺตกฺกจจิตฺตานิปน เอกโต กณฺณิก-
พทฺธานิ เอกกฺขณเณ อุปฺปชฺชิตฺตุ สมตฺถานิ
นาม นตฺถิ อุปฺปตฺติกาเล เอกกเมว จิตฺตํ
อุปฺปชฺชตี ตสฺมี นินฺรุทฺเต ปุณฺ เอกกเมว
อุปฺปชฺชตีติ เอกจฺรํ นามชาตํ.^{๕๒}

อนึ่ง จิต ๗-๘ ดวง ชื่อว่าสามารถเกิดขึ้น
เนื่องเป็นข้อโดยความรวมกันในขณะเดียว ย่อมไม่
มี, ในกาลเป็นที่เกิดขึ้น จิตย่อมเกิดขึ้นที่ละดวงๆ,
เมื่อจิตดวงนั้นดับแล้ว, จิตดวงใหม่ก็เกิดขึ้นที่ละ
ดวงอีกเพราะเหตุนั้น จึงชื่อว่า เอกจฺร.^{๕๔}

^{๕๑} อภิธมฺมกฺกฺฐกถา ธมฺมสงฺคณีนวตฺถนนา (อภฺฐ
สาลินี) - หน้าที ๒๔๗

^{๕๒} ธมฺมปทฺฏฐกถา ๑ยมกวกคฺควณฺณนา หน้าที
๓๑๗

^{๕๓} ธรรมสังคณี เล่ม ๑ ภาค ๑ - หน้าที ๓๑๖

^{๕๔} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท เล่ม
๑ ภาค ๒ ตอน ๑ - หน้าที ๔๑๖

อุปมาพรตทา โทถ สจิตตมนุรุขถ
 ทุคคา อุทฺธรตฺตทานํ ปงฺเก สนฺโนว
 กุณฺชโรติ.

ตตถ อุปฺมาพรตาดิ สติยา อวิปฺวาเส
 อภิรตทา โทถ.

สจิตฺตนฺติ ฐปาทีสุ อารมฺมณฺเส อตฺต
 โน จิตฺตํ ยถา วีตฺติกมฺมํ น กโรติ เอว
 รุขถ.^{๕๕}

สุทฺทุทฺธํ สุนิปุณฺณํ ยตฺถกามนิปาตินํ
 จิตฺตํ รุกฺเขถ เมธาวิ จิตฺตํ คฺคตฺตฺสฺชาวหนฺติ.

จิตฺตํ รุกฺเขถ เมธาวิตี อนฺธพาลो ทุม
 เมโธ อตฺตโน จิตฺตํ รุกฺขิตฺตํ สมตฺโต นาม
 นตฺถิ

จิตฺตวสิโก หุตฺวา อนนฺยพฺยสนฺนํ ปาปฺณาติ

เมธาวิ ปน ปณฺหิตฺโตว จิตฺตํ รุกฺขิตฺตํ
 สกฺโกติ ตสฺมา ตฺวํปิ จิตฺตเมว โคเปหิ.

อิทํ หิ จิตฺตํ คฺคตฺตํ สฺชาวหํ มคฺคผลนินฺพ
 พานสฺซานิ อวาทฺตีติ.^{๕๖}

"ท่านทั้งหลาย จงยินดีในความไม่ประมาท, จง
 ตามรักษาจิตของตน, จงถอนตนขึ้นจากหล่ม
 ประหนึ่งช้างที่จมลงในเปือกตม ถอนตนขึ้นได้
 ฉะนั้น."

บรรดาบทเหล่านั้น บทว่า อุปฺมาพรตทา
 ความว่า ท่านทั้งหลายจงยินดียิ่งในความไม่อยู่
 ปราศจากสติ.

บทว่า สจิตฺตํ ความว่า จงรักษาจิตของตนใน
 อารมณฺ์ทั้งหลายมีรูป เป็นต้น โดยอาการที่มันจะ
 ทำความก้าวล่วงไม่ได้.^{๕๗}

"ผู้มีปัญญา พึงรักษาจิต ที่เห็นได้แสนยาก
 ละเอียดยิ่งนัก มันตกไปในอารมณ์ตามความใคร่,
 จิตที่คุ้มครองไว้ได้ เป็นเหตุนำสุขมาให้."

บาทพระคาถาว่า จิตฺตํ รุกฺเขถ เมธาวิ ความว่า
 คนอันธพาลมีปัญญาทราวม ชื่อว่า สามารถรักษา
 จิตของตนไว้ได้ ย่อมไม่มี.

เขาเป็นผู้เป็นไปในอำนาจจิต ย่อมถึงความ
 พิณาศฉิบหาย:

ส่วนผู้มีปัญญาคือเป็นบัณฑิตเที่ยว ย่อมอาจ
 รักษาจิตไว้ได้. เพราะเหตุนั้น แม้เธอจงคุ้มครอง
 จิตไว้ให้ได้.

เพราะว่า จิต ที่คุ้มครองไว้ได้ เป็นเหตุนำสุข
 มาให้ คือย่อมนำมาซึ่งสุขอันเกิดแต่มรรคผลและ
 นิพพาน ดังนี้.^{๕๘}

^{๕๕} ธรรมปทฎกถา ๒ อุปฺมาท-จิตตวคฺคตฺตวณฺ
 นา - หน้าที่ ๕๑๒

^{๕๖} ธรรมปทฎกถา ๑ ยมกวคฺคตฺตวณฺนา - หน้าที่
 ๓๑๒

^{๕๗} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท เล่ม
 ๑ ภาค ๒ ตอน ๔ - หน้าที่ ๒๕๓

^{๕๘} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท เล่ม
 ๑ ภาค ๒ ตอน ๑ - หน้าที่ ๔๑๐

อรรถกถาอธิบาย คำว่า “จิต”

อารมณ์มณฺเฑ จินฺเตตฺตีติ จิตฺตํ. วิชานาตฺตีติ
 อตฺตฺโต.

ตสฺมา ยเตตฺถ โลภิกฺกุสลากุสลมหากิ
 รียจิตฺตํ. ตํ ชวนวீถิวเสน อตฺตโน สนฺตานิ
 จินฺเตตฺตีติ จิตฺตํ.

วิปากํ กมฺมกิลเสหิ จิตฺตฺนฺติ จิตฺตํ.

อปิ จ ยถานรฺูปโต จิตฺตตฺตาย จิตฺตํ.

จิตฺตกรณตฺตาย จิตฺตฺนฺติ เอวมฺเปตฺถ
 อตฺตฺโต เวทิตฺตฺพฺโพ.

ตตฺถ ยสฺมา อณฺณทเว สราคํ จิตฺตํ อณฺณํ
 สโทสํ อณฺณํ สโมหํ อณฺณํ กามาวจรํ อณฺณํ
 รุปราวจราทิกฺภทํ อณฺณํ รุปรามมณฺเฑ อณฺณํ
 สทฺทาทิอารมฺมณฺเฑ

รุปรามมณฺเฑสุปิ อณฺณํ นีลารมฺมณฺเฑ อณฺณํ
 ปีตาทิอารมฺมณฺเฑ สทฺทาทิอารมฺมณฺเฑที่สุปิ
 เอเสว นโย สพฺเพสุ เตสุ อณฺณํ หีนํ อณฺณํ
 มชฺฌิมํ อณฺณํ ปณีตํ หีนาทิสฺสุปิ อณฺณํ
 ฉนฺทาทิปเตยฺยํ อณฺณํ วิริยาทิปเตยฺยํ อณฺณํ
 จิตฺตาทิปเตยฺยํ อณฺณํ วิมฺสาทิปเตยฺยํ

ตสฺมาสฺส อิมํสํ สมฺปยุตฺตภูมิจิตฺตมณฺเฑ
 นมชฺฌิมปณีตาทิปตีเน วเสน จิตฺตตฺตา
 เวทิตฺตฺพฺพา.^{๔๙}

สภาวะที่ชื่อว่าจิต เพราะย่อมคิด คือย่อมรู้แจ้ง
 ซึ่งอารมณ์

เพราะฉะนั้น ในบทว่านี้ จิตใดที่เป็นกุศล
 อกุศลและมหากิริยาจิตฝ่ายโลกียะ จิตนั้นชื่อว่า
 จิต เพราะอรรถว่า ย่อมสั่งสมสันดานของตนด้วย
 สามารถแห่งชวนวิถี.

ชื่อว่า จิต เพราะอรรถว่า เป็นธรรมชาติอัน
 กรรมและกิเลสทั้งหลายสั่งสมวิบาก.

อีกอย่างหนึ่ง ชื่อว่าจิต เพราะความเป็น
 ธรรมชาติวิจิตรตามสมควร.

ชื่อว่า จิต เพราะการทำให้วิจิตร ฟังทราบ
 เนื้อความในบทว่า จิตฺตํ นี้ ดังพรรณนามาจะนี้.

บรรดาจิตเหล่านั้น จิตมีราคะก็อย่างหนึ่ง จิต
 มีโทสะก็อย่างหนึ่ง จิต มีโมหะก็อย่างหนึ่ง จิต
 เป็นกามาวจรก็อย่างหนึ่ง จิตเป็นรูปาวจรเป็นต้น
 ก็อย่างหนึ่ง จิตมีรูปเป็นอารมณ์ก็อย่างหนึ่ง จิตมี
 เสียงเป็นต้นเป็นอารมณ์ก็อย่างหนึ่ง

บรรดาจิตแม้ที่มีรูปเป็นอารมณ์ จิตที่มีสีเขียว
 เป็นอารมณ์ก็อย่างหนึ่ง จิตที่มีสีเหลืองเป็นอารมณ์
 ก็อย่างหนึ่ง แม้จิตที่มีเสียงเป็นต้น เป็นอารมณ์ก็
 หนึ่งนี้แหละ ในจิตเหล่านั้น แม้ทั้งหมด หินจิตก็
 หนึ่ง มีชฌิมจิตก็อย่างหนึ่ง ปณีตจิตก็อย่าง
 หนึ่ง ถึงในจิตที่เป็นหินจิตเป็นต้น จิตที่มีฉันทะ
 เป็นอธิบดีก็อย่างหนึ่ง จิตที่มีวิริยะเป็นอธิบดีก็
 หนึ่ง ฯลฯ จิตมีวิมังสาเป็นอธิบดีก็อย่างหนึ่ง

เพราะฉะนั้น บัณฑิตพึงทราบความที่จิต
 เหล่านี้ เป็นธรรมวิจิตร ด้วยสามารถแห่งสัมปยุต
 ธรรม ภูมิ อารมณ์ เป็นหีนะมีชฌิมะ ปณีตะและ
 อธิบดี

^{๔๙} รมฺมสงฺคณฺเฑวณฺเฑนา (อฏฺฐสาลีเน)หน้า ๑๖๔

กามฉเจตถ เอกเมว เอตัง จิตตัง น โหติ
จิตตทานัง ปน อนฺโตคคตฺตา.

เอเตสฺย ยงฺกิญฺจि เอกมฺปิ จิตฺตตฺตาย จิตฺตฺน
ติ วตฺตุ วฏฺฏติ. เอวํ ตาว จิตฺตตฺตาย จิตฺตํ.

กถํ จิตฺตฺกฺรณฺตยาติ. โลกสฺมี หิ จิตฺต-
กมฺมโต อุตฺตริ อญฺญํ จิตฺตํ นาม นตฺถิ.

ตสฺมีมฺปิ จรณํ นาม จิตฺตํ อติจิตฺตเมว
โหติ.

ตํ กโรหนฺตานํ จิตฺตการานํ เอวํ วิชานานิ
เอตถ รูปานิ กตฺตพฺพานิตี จิตฺตสณฺญา
อุปฺปชฺชติ.

จิตฺตตฺตาย สณฺญาเย เลขาณฺชนคฺคหณฺรณ
ชนอุชฺชโรตฺตนาตฺตนาทินิปฺพาทิตา จิตฺตกิริยา
อุปฺปชฺชชฺชติ. ตโต จรณฺสงฺขาเต จิตฺเต อญ
ณตฺริ วิจิตฺตรูปํ นิปฺพชฺชติ.

ตโต อิมสฺส รูปสฺส อุปริ อิทํ โหตุ
เหฏฺฐา อิทํ โหตุ อุภยฺปสฺเส อิทนฺติ จิน
เตตฺวา ยถา จินฺติตฺเตน กมฺเมน เสสจิต
ตฺรูปนิปฺพาทนํ โหติ เอวํ ยงฺกิญฺจิ โลก
วิจิตฺตํ สิปฺปชาตํ สพฺพนฺตํ จิตฺเตเนว กยิรติ.

เอวมิมาเย ปรณฺวิจิตฺตตฺตาย ตสฺส จิตฺตสฺส
นิปฺพาทนํ จิตฺตมฺปิ ตเถว จิตฺตํ โหติ.

ยถา จินฺติตฺตสฺส วา อนวเสสฺส
อภินิปฺพชฺชชฺชโต ตโตปิ จิตฺตเมว จิตฺตตฺริ.

ก็บรรดาจิตเหล่านี้ เป็นจิตแต่ละดวง มิใช่จิต
ทั้งหลายเลย ถึงอย่างนั้น จิตนั้นก็ชื่อว่าจิต
เพราะรวมอยู่ในความวิจิตรทั้งหลาย

บรรดาจิตเหล่านั้น จิตดวงใดดวงหนึ่งสมควร
เรียกว่าจิต เพราะเป็นธรรมวิจิตร. ชื่อว่า จิต
เพราะความวิจิตรอย่างนี้ก่อน.

ชื่อว่า จิต เพราะทำให้วิจิตร อย่างไร? จจริงอยู่
ชื่อว่าวิจิตรอื่นยิ่งกว่าจิตรกรรม ไม่มีในโลก

ธรรมดาว่าลวดลายแม้ในความวิจิตรนั้น ก็
เป็นความวิจิตรคือความงดงามยิ่งนัก.

พวกจิตรกรเมื่อกระทำจิตรกรรมนั้นก็เกิด
สัญญาอันวิจิตรว่า รูปมีอย่างต่าง ๆ เราควรทำ
อย่างนี้ ในที่นี้ ดังนี้.

การทำอันวิจิตร อันสำเร็จแล้วด้วยกิจมีการ
เขียนการระบายสี การทำสีให้เรืองรอง และการ
สลัสีเป็นต้น ย่อมเกิดขึ้นด้วยสัญญาอันวิจิตร
รูปอันวิจิตรอย่างใดอย่างหนึ่ง ในความวิจิตร
กล่าวคือลวดลายย่อมสำเร็จแต่จิตรกรรมนั้น^{๖๐}

การเกิดขึ้นแห่งศิลปะอันวิจิตรอย่างใดอย่าง
หนึ่งในโลกอย่างนี้ ศิลปะทั้งหมดนั้น อันจิต
เท่านั้นคิดว่า รูปนี้จะมีข้างบนรูปนี้รูปนี้จะมี
ข้างล่างของรูปนี้ รูปนี้จะมีที่ข้างทั้ง ๒ ของรูปนี้
แล้วจึงกระทำ จิตรกรรมนั้นอันข้างล่างให้วิจิตร
แล้วฉันใด

แม้จิตที่ทำให้สำเร็จความวิจิตร ก็ชื่อว่าจิต
ฉันนั้นเหมือนกัน เพราะกระทำให้วิจิตรด้วย
อาการอย่างนี้.

อีกอย่างหนึ่งจิตนั้นแหละ ชื่อว่า วิจิตรกว่า
จิตรกรรมนั้น เพราะให้สำเร็จจิตรกรรมทุกชนิด
ตามที่คิด.

^{๖๐} ธรรมสังคณี เล่ม ๑ ภาค ๑ หน้า ๒๒๘

ตตถ อฏฺฐวโร โลกสหคตจิตฺตํ สราคํ
จิตฺตํ นาม

อวเสสํ จตุฏฺหมกกุสลาพฺยาทตโลกสหคต
จิตฺตํ สราคํ จิตฺตํ นาม อวเสสํ จตุฏฺหมกกุ
สลาพฺยาทตจิตฺตํ วีตฺราคํ นาม.

เทว โทมนสฺสจิตฺตานิ เทว วิจิกฺกฉนา
อุทฺทจฺจิตฺตานีติ อิมานิ ปน จตฺตารี จิตฺตานิ
อิมสฺมี ทฺเเก สงฺคหํ น คจฺฉนฺติ. เกจิ ปน
เถรา ตานิปิ วีตฺราคปฺเทน สงฺคณฺหนฺติ.

ทฺวิธํ ปน โทมนสฺสสหคตํ จิตฺตํ สโทสํ
จิตฺตํ นาม

สพฺพมปิ จตุฏฺหมกกุสลาพฺยาทตํ วีตโทสํ
นาม.^{๖๑}

เสสฺยานิ ทส อกุสฺลจิตฺตานิ อิมสฺมี ทฺเเก
สงฺคหํ น คจฺฉนฺติ. เกจิ ปน เถรา ตานิปิ
วีตโทสปฺเทน สงฺคณฺหนฺติ.

สโมหํ วีตโมหนฺติ เอตถ ปน โมเหก
เหตุกฺวเสน วิจิกฺกฉนาอุทฺทจฺจสหคตทฺวยเมว
สโมหํ.

โมหสฺส ปน สพฺพากุสฺเลสฺสุ สมฺภวโต
ทฺวาทสฺวิธมปิ อกุสฺลํ จิตฺตํ สโมหนฺติ
เวทิตพฺพํ ๗

อวเสสํ กุสลาพฺยาทตํ วีตโมหํ.

ถินมิตฺธานุคตํปน สงฺขิตฺตํ อุทฺทจฺจानุคตํ
วิกฺขิตฺตํ.

ในบทนั้น จิตสหคตด้วยโลภะ ๘ อย่าง
ชื่อว่าจิตมีราคะ.

กุศลจิตและอัพยาทจิตเป็นไปในภูมิ ที่
เหลือชื่อว่าจิตปราศจากราคะ.^{๖๒}

จิต ๔ ดวงนี้คือจิตที่สหคตด้วยโทมนัส ๒
ดวง จิตที่สหคตด้วยวิจิกกฉนาและอุทฺทจจะ ๒
ดวง ไม่สงเคราะห์เข้าในกลุ่มนี้ แต่พระเถระบาง
พวกสงเคราะห์จิตแม่เหล่านี้ ด้วยบทว่า
ปราศจากราคะ.

ส่วนจิตสหคตด้วยโทมนัส ๒ อย่าง ชื่อว่า
จิตมีโทสะ.

กุศลจิตและอัพยาทจิตเป็นไปในภูมิ ๔ แม่
ทั้งหมด ชื่อว่าจิตปราศจากโทสะ.

อกุศลจิต ๑๐ ที่เหลือไม่สงเคราะห์เข้าใน
ทุกะนี้. แต่พระเถระบางพวกสงเคราะห์อกุศลจิต
แม่เหล่านั้นด้วยบทว่า วีตโทส - ปราศจากโทสะ.

แต่ในบทนี้ว่า จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะ
นี้ สหคตด้วยวิจิกกฉนาและอุทฺทจจะด้วยสามารถ
เป็นเอกเหตุกะของโมหะ ชื่อว่าจิตมีโมหะ.

อกุศลจิตแม่ ๑๒ อย่าง พึงทราบว่าเป็นจิต
มีโมหะ เพราะโมหะเกิดในอกุศลทั้งหมด.

กุศลและอัพยาทฤทที่เหลือเป็นจิตปราศจาก
โมหะ.

ส่วนจิตที่เฝ้าองด้วยถินมิตฺธานุคตเป็นจิตหตุ
จิตที่เฝ้าองด้วยอุทฺทจจะเป็นจิตฟุ้งซ่าน.

^{๖๑} ขุททกนิกายภูฏกถา ปฏิสมฺภิกขมคฺควณฺณนา
(สทฺธมฺมปกาสิณี ๑) - หน้า ๕๖๘

^{๖๒} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสมฺภิกขา
มรรค เล่ม ๗ ภาค ๑ - หน้า ๘๗๘

รูปาวจรารูปาวจร มหาคัคคิ อวเสส
อมหคัคคิ สพพมปิ เตภูมกั สอตุตฺร
โลกุตฺร อนุตฺร.

อุปะการปฺนปฺตตตตจ สมหิตํ

ตทกฺขมปฺตตํ อสมหิตํ.

ตทกฺขวิภวณสมฺมุจเฑปฏฺิปปสฺสทฺธิสฺ
สรณวิมุตติปฺตตํ วิมุตติ

ปณฺจวิธมฺปิ เอตํ วิมุตติปฺตตํ อวิมุตตฺน
ติ เวทิตพฺพ.

อิติ เจโตปริยญาณลาภี ภิกฺขุ โสฬสปฺป
เภทํ จิตฺตํ ปชานาติ.

ปุกฺขชนา ปน อริยานํ มคฺคผลจิตฺตํ น
ชานนฺติ

อริยาปิ จ เภฏฺิจิมา เภฏฺิจิมา อุปริมาณํ
อุปริมาณํ มคฺคผลจิตฺตํ น ชานนฺติ

อุปริมา อุปริมา ปน เภฏฺิจิมาณํ เภฏฺิจิ
มาณํ จิตฺตํ ชานนฺตีติ.

เจโตปริยญาณนิตฺเตสวณฺณนา นิฏฺิจิตา.

รูปาวจรจิตและอรูปาวจรจิต เป็นจิตมหรรค.
จิตเป็นไปในภูมิ ๓ แม้ทั้งหมดเป็นจิตมีจิตอื่นยิ่ง
กว่า. โลกุตฺรจิตเป็นจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า

จิตที่ถึงอุปะการและจิตถึงอัปปนา เป็นจิต
มีสมาธิ.

จิตที่ไม่ถึงทั้งสองอย่างนั้นเป็นจิตไม่มีสมาธิ.

จิตที่ถึงตทกฺขวิมุตติ วิภวณวิมุตติ
สมฺมุจเฑวิมุตติ ปฏฺิปปสฺสทฺธิวิมุตติและนิสสรณ
วิมุตติ เป็นจิตพ้นแล้ว.

จิตที่ไม่ถึงวิมุตติ ๕ นี้พึงทราบว่าเป็นจิตยัง
ไม่พ้นแล้ว.

ภิกษุผู้ได้เจโตปริยญาณ ย่อมรู้จิตแม้มี
ประเภท ๑๖ อย่าง

ปุคฺขชนทั้งหลายย่อมไม่รู้มรรคจิต และผล
จิต ของพระอริยะทั้งหลาย.

แม้พระอริยะชั้นต่ำก็ไม่รู้มรรคจิตและผลจิต
ของพระอริยะชั้นสูง ๆ

แต่พระอริยะชั้นสูง ๆ ย่อมรู้จิตของพระอริยะ
ชั้นต่ำ ๆ ด้วยประการฉะนี้.

จบ อรรถกถาเจโตปริยญาณนิตเทศ

คัมภีร์อรรถกถา อธิบายจิตตานุปัสสนาว่า

สราคนฺติ อฏฺฐจวิธํ โลกสฺสหคตํ.

บทว่า จิตมีราคะ คือจิตที่เกิดพร้อมโลภะ ๘

วีสราคนฺติ โลกียกฺกุสลาพฺยาภคตํ.

บทว่า จิตปราศจากราคะ คือ จิตที่เป็นกุศล และอพยากฤตฝ่ายโลกียะ

อิทํ ปน ยสฺมา สมฺมสนฺนํ น ฌมฺม สโมธานํ. ตสฺมา อิธ เอกปเทปิ โลกุตฺตรํ น ลพฺภติ. เสสาติ จตฺตารี อกฺกุสลจิตฺตานิ เหนว ปุริมปทํ น ปจฺฉิมปทํ ภชฺชนฺติ.

แต่ข้อนี้เป็นการพิจารณา มิใช่เป็นการชุมนุมคุณธรรม ฉะนั้นในคำว่า จิตมีราคะนี้ จึงไม่ได้โลกุตตรจิตแม้แต่บทเดียว อกุศลจิต ๔ ดวงที่เหลือ จึงไม่เข้าบพทนต์ ไม่เข้าบพทล้ง

สโทสนฺติ ทฺววิธํ โทมนสฺสสฺสหคตํ.

บทว่า จิตมีโทสะ ได้แก่จิต ๒ ดวงที่เกิดพร้อมด้วยโทมนัส

วีสโทสนฺติ โลกียกฺกุสลาพฺยาภคตํ. เสसानิ ทส อกฺกุสลจิตฺตานิ เหนว ปุริมปทํ น ปจฺฉิมปทํ ภชฺชนฺติ.

บทว่า จิตปราศจากโทสะ ได้แก่จิตที่เป็นกุศล และอพยากฤตฝ่ายโลกียะ อกุศลจิต ๑๐ ดวงที่เหลือไม่เข้าบพทนต์ ไม่เข้าบพทล้ง

สโมหนฺติ วิจิกิฉฺฉาสหคตญฺเจว อุกฺขจฺจสฺสหคตญฺจาติ ทฺววิธํ.

บทว่า จิตมีโมหะ ได้แก่จิต ๒ ดวง คือ จิตที่เกิดพร้อมด้วย วิจิกิฉฉาดวง ๑ ที่เกิดพร้อมด้วย อุทฺธจจะดวง ๑

ยสฺมา ปน โมโห สพฺพากุสเลสุ อฺปฺปชฺชติ. ตสฺมา เสสานิปี อิธ วฏฺฏญฺติเยว.

แต่เพราะโมหะย่อมเกิดได้ในอกุศลจิตทั้งหมด ฉะนั้นแม้อกุศลจิตที่เหลือก็ควรได้ในบพทนต์

อิมนสฺมีเยว हि ทฺวเก ทฺวาทสากุสฺลจิตฺตานิ ปริยาทินฺนนาตี.

จริงอยู่ อกุศลจิต ๑๒ (โลภมูล ๘ โทสมูล ๒ โมหมูล ๒) ท่านประมวลไว้ในหมวด ๒ นี้เท่านั้น.

วีสโมหนฺติ โลกียกฺกุสลาพฺยาภคตํ.

บทว่า จิตปราศจากโมหะ ได้แก่จิตที่เป็นกุศล และอพยากฤตฝ่ายโลกียะ.

สงฺขิตฺตฺตฺนฺติ ถีนมิทฺธานุปฺติตฺตํ. เอตํ हि สงฺกฺกจิตฺติตฺตํ นาม.

บทว่า จิตหดหู่ ได้แก่จิตที่ตกไปในถีนมิทฺธะ. ก็จิตที่ตกไปในถีนมิทฺธะนั้น ชื่อว่าจิตหดหู่

วิกฺขิตฺตฺตฺนฺติ อุกฺขจฺจสฺสหคตํ. เอตํ हि ปสฺสฺกจิตฺตํ นาม

บทว่า ฟุ้งซ่าน ได้แก่จิตที่เกิดพร้อมอุทฺธจจะจิตที่เกิดพร้อมด้วยอุทฺธจจะนั้นชื่อว่า จิตฟุ้งซ่าน

มหคฺคตฺนฺติ รูปรูปาวจร.

บทว่า จิตเป็นมหคคตะ ได้แก่จิตที่เป็นรูปาวจร และ อรูปาวจร

อมหคฺคตฺนฺติ กามาวจร.

บทว่า จิตไม่เป็นมหคคตะ ได้แก่จิตที่เป็นกามาวจร

สอฺตุตฺตรนฺติ กามาวจร.

บทว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่จิตที่เป็นกามาวจร

อนุตตรนุติ รูปร่างจรมจ อรูปร่างจรมจ. บทว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่จิตที่เป็นรู
 ตตราปี สอตุตฺรํ รูปร่างจ. บว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่จิตที่เป็นรู
 อนุตฺตรํ อรูปร่างจเมว. แม้ในจิตเหล่านั้น จิตที่ชื่อว่า สอตุตฺรํ ได้แก่
 จิตเป็นรูปร่าง จิตชื่อว่าอนุตฺตรํ ได้แก่ จิตที่
 เป็นอรูปร่าง.
 สมาหิตนฺติ ยสฺส อปฺปนาสมาธิ วา บทว่า จิตตั้งมั่นแล้ว ได้แก่อัปฺปนาสมาธิหรือ
 อฺปจารสมาธิ วา อตฺถิ. อฺปจารสมาธิ
 อสมาหิตนฺติ อุกฺยสมาธิวิริหิตํ. บทว่า จิตไม่ตั้งมั่น ได้แก่ จิตเว้นสมาธิทั้งสอง
 วิมุตฺตนฺติ ตทงฺควิกฺขมฺภณวิมุตฺตีหิ บทว่า จิตหลุดพ้น ได้แก่จิตหลุดพ้นด้วยตทงค
 วิมุตฺตํ. วิมุตติและวิกขมภณวิมุตติ
 อวิมุตฺตนฺติ อุกฺยวิมุตฺตีวิริหิตํ. สมฺมจฺเณท- บทว่า จิตไม่หลุดพ้น ได้แก่จิตที่เว้นจากวิมุตติ
 ปฏฺิปสฺสทฺธินิสฺสรณวิมุตฺตีนํ ปน อิท ทั้งสอง ส่วนสมฺมจเณทวิมุตติ ปฏฺิปสฺสทฺธิวิมุตติและ
 โสกาโสว นตฺถิ. นิสสรณวิมุตติ ไม่มีโอกาสในบทนี้เลย.

จิตในจิตนอก

อิตฺติ อชฺฌตฺตํ วาตี เอวํ สรคาคาหิ- คำว่า หรือภายใน ความว่า ภิกษุโยคาวจร
 ปรีคคณฺหณน ยสฺมี ยสฺมี ขณฺเ ยํ ยํ กำหนดจิตที่เป็นไปในสมัยใดๆ ด้วยการกำหนด
 จิตฺตํ ปวตฺตตฺติ. ตํ ตํ สลฺลกฺเขนโต อตฺตโน จิตมีรากะเป็นต้น อย่างนี้ ชื่อว่าพิจารณาเห็นจิตใน
 วา จิตฺเต. ปฺรสฺส วา จิตฺเต. กาลนฺ วา จิตของตน หรือในจิตของคนอื่น ในจิตของตนตาม
 อตฺตโน. กาลนฺ วา ปฺรสฺส จิตฺเต จิตฺตา กาล หรือในจิตของคนอื่นตามกาลอยู่
 นฺปสฺสี วิหฺรติ. ก็นำคำว่า พิจารณาเห็นธรรม คือความเกิดขึ้น
 สมฺมทฺชมนฺมานุสฺสีติ เอตฺถ ปน พึ่งนำความเกิดและความเสื่อมแห่งวิญญาณออก
 อวิชฺชาสมฺมทฺยา วิญฺญาณสมฺมทฺโยติ เอวํ เทียบเคียงด้วย อาการอย่างละ ๕ ว่า เพราะเกิด
 ปณฺจหิ ปณฺจหิ อากาเรหิ วิญฺญาณสฺส อวิชชา วิญญาณ จึงเกิดดังนี้ เป็นต้น.
 สมฺมทฺโย จ วโย จ นีหฺริตพฺโพ.

สติกำหนดจิตเป็นอริยสัจ ๔

อิทฺ จิตฺตปรีคคาคาหิ สติ ทฺกฺขสจฺจนฺติ แต่ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ มีข้อ
 เอวํ โยชนํ กตฺวา จิตฺตปรีคคาคาหฺส แตกต่างกันอย่างเดียว คือพึงประกอบความว่า
 ภิกฺขุโน นียฺยานมฺขนฺติ เวทิตพฺพ.^{๖๓}

แต่ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ มีข้อ
 แตกต่างกันอย่างเดียว คือพึงประกอบความว่า
 สติที่กำหนดจิตเป็นอารมณ์ เป็นทุกขสัจ ดังนี้เป็น
 ต้นแล้วพึงทราบว่าเป็นทางปฏิบัติ นำออกจาก
 ทุกข์ ของภิกษุผู้กำหนดจิตเป็นอารมณ์.

^{๖๓} ที.มหา.อ.(บาลี)๒/๓๘๑/๓๙๑

อรรถกถาจิตตานุปัสสนาวิงค์

สราคนฺติ อฏฺฐจิวฺธิ โลกสทฺหคตฺ .

สราคํ คือ จิตสทฺหคตด้วยโลภะ ๘ อย่าง.

วิตฺราคนฺติ โลกียกฺกุสลาพฺยาगतฺ .

วิตฺราคํ คือจิตเป็นกุศลและอัพยากตะฝ่ายโลกีย์.

อิทํ ปน ยสฺมา สมฺมสนฺ น ฌมฺมสโมธานํ
ตสฺมา อิธ เอกปเทปิ โลกุตฺตรํ น ลพฺภติ.

แต่เพราะการพิจารณานี้ ไม่ใช่ธรรมสโมธาน
ฉะนั้น จึงไม่ได้โลกุตฺตรจิตแม้สักบทเดียวในที่นี้.

ยสฺมา ปหานกฺกุจฺจวเสน ราคาทีหิ สห
วตฺตนฺติ ปหีนฺติ ตสฺมา ทฺวีสุ ปเทสุ นิป
ปริยาเยน น ลพฺภนฺตีติ น คหิตานิ. เสสา
นิ จตฺตารี อกฺุสลจิตฺตานิ เหนว ปุริมปทํ น
ปจฺฉิมปทํ ภาชนฺติ .

อกุศลจิตเหล่านี้ เป็นไปกับด้วยราคะเป็นต้น
อันพระโยคาวจรย่อมละได้ ด้วยสามารถแห่งอรรถ
อันหนึ่ง คือ ปหานะ อกุศลจิตเหล่านั้น ท่านก็ไม่
ถือเอา เพราะไม่ได้ในบททั้งสองนี้โดยตรง. อกุศล
จิต ๔ ที่เหลือไม่เกี่ยวกับบทหน้าและบทหลัง.

สโทสนฺติ ทฺวีริชฺ โทมนสฺสทฺหคตฺ.

บทว่า สโทสํ คือ จิตสทฺหคตด้วยโทมนัส ๒

วิตฺโทสนฺติ โลกียกฺกุสลาพฺยาगतฺ. เสสานิ
ทสฺ อกฺุสลจิตฺตานิ เหนว ปุริมปทํ น
ปจฺฉิมปทํ ภาชนฺติ.

บทว่า วิตโทสํ คือ จิตที่เป็นกุศลและอัพยาก
ตะฝ่ายโลกีย์. อกุศลจิต ๑๐ ที่เหลือ ไม่เกี่ยวกับบท
หน้าและบทหลัง.

สโมหฺนฺติ วิจิกิจฺจนาสทฺหคตญฺเจว
อุทฺทจฺจสทฺหคตญฺจาติ ทฺวีริชฺ.

บทว่า สโมหํ ได้แก่ จิต ๒ อย่าง คือ จิตที่
สทฺหคตด้วยวิจิกิจจนาและจิตที่สทฺหคตด้วยอุทฺทจฺจจะ.

ยสฺมา ปน โมโห สพฺพากุสเลสุ
อุปฺปชฺชติ ตสฺมา เสสานิปิ อิธ วฏฺฏนฺติ
เอว.

แต่เพราะโมหะย่อมเกิดขึ้นในอกุศลจิตทั้งปวง
ฉะนั้น อกุศลจิต แม้ที่เหลื้อม่อมเป็นไปในที่นี้
ทั้งหมด

อิมสฺมีเยว หิ ทฺุเก ทฺุวาทสากุสลจิตฺตา
นิ ปริยาทินฺนानิตี.

เพราะว่า อกุศลจิต ๑๒ ท่านถือเอาแล้วใน
ทฺุกะนี้เหมือนกัน.

วิตฺโมหฺนฺติ โลกียกฺกุสลาพฺยาगतฺ .

บทว่า วิตโมหํ คือ จิตที่เป็นกุศลและอัพยาก
ตะฝ่ายโลกีย์.

สงฺขิตฺตนฺติ ถีนมิทฺธานุปฺติตฺ. เอตญฺหิ
สงฺกุกฺกิตฺติตฺ นาม .

บทว่า สํขิตฺตํ คือ จิตที่ตกไปในถีนมิทฺธะ (คือ
ความซบเซา)จริงอยู่ จิตนั้น ชื่อว่า หดหู่แล้ว.

วิกฺขิตฺตนฺติ อุทฺทจฺจสทฺหคตฺ. เอตญฺหิ
ปสฺสวจิตฺตนฺนาม.

บทว่า วิกฺขิตฺตํ คือ จิตที่สทฺหคตด้วยอุทฺทจฺจจะ.
จริงอยู่ จิตนั้น ชื่อว่า จิตชานไปแล้ว.

มหคฺคตฺนฺติ รูปาวัจจํ อรูปาวัจจณฺจ.

มหคฺคตํ คือ รูปาวัจจจิตและอรูปาวัจจจิต.

อมหคฺคตฺนฺติ กามาวัจจํ .

บทว่า อมหคฺคตํ คือ กามาวัจจจิต.

สอฺตุตฺตรนฺติ กามาวัจจํ.

บทว่า สอฺตุตฺตรํ คือ กามาวัจจจิต.

อนุตตรนฺติ รูปาวจรณจ อรูปาวจรณจ.
 ตตฺรปิ สอฺตฺตรํ รูปาวจรํ อนุตฺตรํ
 อรูปาวจรเมว.

สมาหิตนฺติ ยสฺส อปฺปนาสมาธิ อฺปจาร
 สมาธิ วา อตฺถิ.

อสมมาหิตนฺติ อุกฺกยสมาธิวิริหิตํ.

วิมฺุตตนฺติ ตทฺงคฺวิกฺขมภนวิมฺุตตีหิ วิ
 มฺุตตํ.

อวิมฺุตตนฺติ อุกฺกยวิมฺุตตีวิริหิตํ. สมฺจฺเจท-
 ปรฺกฺปิ สสทฺธิ นิสฺสรณวิมฺุตตีนํ ปน อิท โอบา
 โสว นตฺถิ.

สราคมสฺส จิตฺตนฺติ สราคํ อสฺส จิตฺตํ.

เสสฺสิ เหฏฺฐจาวุตฺตนยตฺตา อุตฺตทานตฺถ
 เมว. อิมสฺมิมฺปิ ปพฺเพ สฺสทฺธิปฺสสนาวกฺกิ
 ตาติ. จิตฺตานุปฺสสนานิทฺเตโส .^{๒๔}

อนุตฺตรํ คือ รูปาวจรจิต และอรูปาวจรจิต.
 อีกอย่างหนึ่งในจิตทั้งสองนี้ สอฺตฺตรจิต ได้แก่
 รูปาวจรจิต และอนุตฺตรจิต ได้แก่ อรูปาวจรจิต
 นั้นแหละ.

สมาหิตํ ได้แก่ จิตของผู้มีอัปฺปนาสมาธิ หรือ
 อฺปจารสมาธิ.

อสมมาหิตํ คือ จิตที่เว้นจากสมาธิทั้งสอง.

บทว่า วิมฺุตตํ คือ จิตที่หลุดพ้นแล้ว ด้วยตทฺงค
 วิมฺุตติ และวิกฺขมภนวิมฺุตติ.

บทว่า อวิมฺุตตํ คือ จิตที่เว้นจากวิมฺุตติทั้งสอง
 ส่วนสมฺจฺเจทวิมฺุตติ ปรฺกฺปิ สสทฺธิวิมฺุตติ และนิสฺสรณ
 วิมฺุตติ ไม่มีโอกาสในที่นี้.

ข้อว่า สราคมสฺส จิตฺตํ ได้แก่ จิตของเขาผู้นั้น
 มีราคะ

คำที่เหลือนี้อรรถาธิบาย (เข้าใจง่าย) ทั้งนี้
 เพราะมีนัยตามที่กล่าวไว้แล้วในหนหลัง ในข้อแม้
 นี้ ท่านก็กล่าววิปฺสสนาล้วน ๆ ฉะนั้นแล.

^{๒๔} อภ.วิ.อ. (บาลี) ๕๐๓/๒๘๘

การบังคับใจ

เทวดาทูลว่า

ยโต ยโต มโน นินวารเย
น ทุกฺขเมติ น ตโต ตโต
ส สพุพโต มโน นินวารเย
ส สพุพโต ทุกฺขา ปมฺจุจตีติ

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า

น สพุพโต มโน นินวารเย
มโน ยตตตมาคต^{๖๔}
ยโต ยโต จ ปาปกํ
ตโต ตโต มโน นินวารเยติ.

จตุตเถ .ยโต ยโตติ ปาปโต วา กล
ยาณโต วา.

อโย กิร เทวดา ยักฺขิณฺจ กุสลาภิเกทฺ โลกีย
วา โลกุตฺตรํ วา มโน ตํ นินวารेतพุพฺเมว
อุปฺปาเทตพุพฺนติ เอวํลทฺธิกา.ส สพุพโตติ
โส สพุพโต.

อถ ภควา อโย เทวดา อนินฺยยานิกํ กถ
กเถติ มโน นาม นินวารेतพุพฺปิ อตฺถิ
ภาเวตพุพฺปิ อตฺถิ วิภชิตฺวา เทสนมฺสุสา
ทสฺเสสฺสามีติ จินฺเตตฺวา ทฺติโย คาถมาห.

ตตฺถ น มโน สยฺยตตมาคตฺนติ โย วุตฺตํ
น สพุพโต มโน นินวารเยติ กตฺรํ ตํ มโน โย
ตํ สพุพโต น นินวารेतพุพฺนติ เจ.

บุคคลพึงห้ามใจแต่อารมณ์ใด ๆ ทุกข์ย่อม
ไม่มาถึงบุคคลนั้น เพราะอารมณ์ นั้น ๆ
บุคคลนั้นพึงห้ามใจแต่อารมณ์ทั้งปวง บุคคล
นั้นย่อมพ้นจากทุกข์ทั้งปวง.

บุคคลไม่ควรห้ามใจแต่อารมณ์ทั้งปวง ที่เป็น
เหตุให้ใจมาถึงความสำรวมบาปย่อมเกิดขึ้น
แต่อารมณ์ใด ๆ บุคคลพึงห้ามใจแต่อารมณ์
นั้น ๆ^{๖๖}

บทว่า ยโต ยโต ได้แก่ แต่อารมณ์ที่เป็น
บาป หรือว่าเป็นบุญ.

ได้ยินว่า เทวดานี้มีความเห็นอย่างนี้ว่า
อารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ที่เป็นโลกีย์
หรือที่เป็นโลกุตระโดยประการต่าง ๆ มี
อารมณ์ที่เป็นกุศลเป็นต้นบุคคลพึงห้ามใจ
เท่านั้น คือไม่พึงให้อารมณ์นั้นเกิดขึ้น ดังนี้.

พระผู้มีพระภาคเจ้า ทรงดำริว่า เทวดานี้
ย่อมกล่าวถ้อยคำอันเป็นอนินฺยยานิกะ (คำไม่
นำสัตว์ออกไปจากทุกข์) ธรรมดาว่า ใจ เป็น
ภาวะที่ควรห้ามก็มี ควรเจริญก็มี เราจัก
จำแนกความข้อนั้นแสดงแก่เธอ ดังนี้ จึงตรัส
พระคาถาที่ ๒

บรรดาคำเหล่านั้น คำที่พระผู้มีพระภาค
เจ้าตรัสว่า มโน ยตตตมาคต ได้แก่ ไม่พึง
ห้ามใจโดยประการทั้งปวง คือว่า ธรรมอะไร ๆ
ที่กล่าวแล้ว ไม่ควรห้ามใจไปเสียทั้งหมด

^{๖๔} ไม่พึงห้ามใจที่ถึงความสำรวม หมายถึงไม่พึง
ห้ามใจจากธรรมที่เป็นเหตุให้ถึงความสำรวม เช่น ทาน
ศีล (ส.ส.อ. (บาลี) ๑/๒๔/๕๑)

^{๖๖} ส.ส.(ไทย) ๑๕/๒๔/๒๗

มโน สยตตมาคตํ ยํ มโน ยตถ
 สยตภาวํ อาคตํ ทานํ ทสฺสามิ สีสํ
 รกฺขิสฺสามิติอาทินา นเยน อูปฺปนฺนํ เอตํ
 มโน น นีวาเรตพฺพํ อญฺญตตถํ พฺรุเหตพฺพํ
 วทฺตเมตพฺพํ.

ยโต ยโต จ ปาปกนฺติ ยโต ยโต อุกฺสลํ
 อูปฺชชติ ตโต ตโต จ ตํ นีวาเรตพฺพนฺติ.^{๖๗}

การห้ามจิต

วิกฺเขปปฏิพาหนโตติ กมฺมฏฺจานํ วิสฺสช
 เขตฺวา พหิทฺธา ปุตุตฺตารมฺมเณ เจตโส วิก
 เขโป ปฏิพาหิตพฺโपो.

อปฺปฏิพาหโต หิ ยถา นาม เอกปทิกํ
 ปปาตมคฺคํ ปฏฺิปนฺนสฺส ปุริสฺส อุกกมฺนปทํ
 อสฺลลฺกเขตฺวา อิตโต จิตโต จ วิโลกยโต
 ปทวาโร วิรุชฺฌติ ตโต สโตปฺริเส ปปาเต
 ปตฺติตพฺพํ โหติ. เอวเมว พหิทฺธา วิกฺเขเป
 สติ กมฺมฏฺจานํ ปรีหายติ ปรีชฺสติ.

ตสฺมา วิกฺเขปปฏิพาหนโต มนสิ
 กาทพฺพํ.^{๖๘}

เพราะว่าธรรมที่เป็นเหตุให้ใจมาสู่ความ
 ส้ารวมอันใด ที่เกิดขึ้นโดยนัยว่า เราจักให้ท่าน
 จักรักษาศีล อันเป็นเหตุนำมาซึ่งความส้ารวม
 ใจเป็นต้นนี้ บุคคลไม่พึงห้าม ด้วยว่า ข้อนี้เป็น
 ความพอกพูนเป็นความเจริญโดยแท้

คำว่า ยโต ยโต จ ปาปกํ ได้แก่ อุกฺสล
 ย่อมเกิดแต่กรรมอะไร ๆ บุคคลพึงห้ามใจ
 เฉพาะกรรมนั้น ๆ^{๖๘}

ข้อว่า วิกฺเขปปฏิพาหนโต ความว่า
 พึงห้ามจิตที่สละกรรมฐานฟุ้งไปในอารมณ์
 ภายนอกมากมายเสีย

เพราะเมื่อไม่ห้ามจิตไว้ เมื่อจิตฟุ้งไป
 ภายนอก กรรมฐานย่อมเสื่อมสลายไป เปรียบ
 เหมือนเมื่อบุคคลเดินทางข้ามเหว อันเป็น
 ทางเดินได้คนเดียว ไม่กำหนดทางที่เหยียบ
 มัวเหยี่ยวดูทางโน้นทางนี้ย่อมก้าวพลาด ที่นั่น
 เขาจะตกลงไปในเหวลึกชั่วร้ายบุรุษ

เพราะฉะนั้น พึงมนสิการ โดยการห้าม
 ความฟุ้งซ่านเสีย.^{๗๐}

^{๖๗} สยตตนิภายฎฐกถา (สารตถุปกาสินี ๑) หน้าที่
 ๗๑

^{๖๘} อภิธมฺมฎฺกถา วิกงฺควณฺณนา (สมฺโมหวิโนทนี)
 - หน้าที่ ๓๖๖

^{๖๙} ส.ส.อ. (บาลี) ๑/๒๔/๕๑

^{๗๐} พระอภิธรรมปิฎก วิกงฺกํ เล่ม ๒ ภาค ๒ -
 หน้าที่ ๕๘

๓.๑๓ คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบาลี ฐัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๓.๑๓.๑ อรรถกถาอธิบาย นีวรณปัพพะ

กถณฺจ ภิกฺขเว	ดูกรภิกษุทั้งหลาย
ภิกฺขุ ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปัสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่อย่างไรเล่า
อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปัสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นธรรมในธรรม
ปญฺจสุ นีวรณฺสุ	คือนិเวรณ ๕ ประการ
กถณฺจ ภิกฺขเว	อย่างไรเล่า ภิกษุทั้งหลาย
ภิกฺขุ ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปัสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
ปญฺจสุ นีวรณฺสุ.	คือ นิเวรณ ๕ ประการ
๑. อิธ ภิกฺขเว	ภิกษุในธรรมวินัยนี้
ภิกฺขุ สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ กามจฺจนฺทํ	เมื่อกามฉันทะมีอยู่ ณ ภายในจิต
อตฺถิ เม อชฺชตฺตํ กามจฺจนฺโทติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า กามฉันทะมีอยู่ ภายในจิตของเรา
๒. อสนฺตํ วา อชฺชตฺตํ กามจฺจนฺทํ นตฺถิ	หรือเมื่อ กามฉันทะไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต
เม อชฺชตฺตํ กามจฺจนฺโทติ ปชานาติ	รู้ชัดว่า กามฉันทะไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา
๓. ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส กามจฺจนฺทสฺส	อนึ่ง กามฉันทะยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น
อุปฺปาโท โหติ ตถจ ปชานาติ	ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
๔. ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส กามจฺจนฺทสฺส	กามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วจะละเอียด
ปหานํ โหติ ตถจ ปชานาติ	ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
๕. ยถา จ ปหีนฺสฺส กามจฺจนฺทสฺส อายตี	กามฉันทะที่ละเอียดแล้วจะไม่
อนุปฺปาโท โหติ	เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
ตถจ ปชานาติ.	ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
๖. สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ พยาปาทํ อตฺถิ	เมื่อพยาบาทมีอยู่ ณ ภายในจิต
เม อชฺชตฺตํ พยาปาโทติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า พยาบาทมีอยู่ ภายในจิตของเรา
๗. อสนฺตํ วา อชฺชตฺตํ พยาปาทํ นตฺถิ	เมื่อพยาบาทไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต
เม อชฺชตฺตํ พยาปาโทติ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดว่า พยาบาทไม่มี ณ ภายในจิตของเรา
๘. ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส พยาปาทสฺส	พยาบาทที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วย
อุปฺปาโท โหติ ตถจ ปชานาติ	ประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
๙. ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส พยาปาทสฺส	พยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วจะละเอียดด้วย
ปหานํ โหติ ตถจ ปชานาติ	ประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
๑๐. ยถา จ ปหีนฺสฺส พยาปาทสฺส อายตี	พยาบาทที่ละเอียดแล้วจะไม่
อนุปฺปาโท โหติ ตถจ ปชานาติ.	เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใดย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

๑๑. สหนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ถีนมิทฺฐํ อตฺถิ

เม อชฺฌตฺตํ ถีนมิทฺฐนฺติ ปชานาติ

๑๒. อสหนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ถีนมิทฺฐํ นตฺถิ

เม อชฺฌตฺตํ ถีนมิทฺฐนฺติ ปชานาติ

๑๓. ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส ถีนมิทฺฐสฺส

อฺปฺปาโท โหติ ตณฺจ ปชานาติ

๑๔. ยถา จ อฺปฺปนฺนสฺส ถีนมิทฺฐสฺส

ปหฺนํ โหติ ตณฺจ ปชานาติ

๑๕. ยถา จ ปหีนฺสฺส ถีนมิทฺฐสฺส อายตี

อนุปฺปาโท โหติ ตณฺจ ปชานาติ.

๑๖. สหนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจํ อตฺถิ

เม อชฺฌตฺตํ อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจนฺติ ปชานาติ

๑๗. อสหนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจํ นตฺถิ

เม อชฺฌตฺตํ อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจนฺติ ปชานาติ

๑๘. ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจสฺส

อฺปฺปาโท โหติ ตณฺจ ปชานาติ

๑๙. ยถา จ อฺปฺปนฺนสฺส อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจสฺส

ปหฺนํ โหติ ตณฺจ ปชานาติ

๒๐. ยถา จ ปหีนฺสฺส อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจสฺส

आयตี อนุปฺปาโท โหติ

ตณฺจ ปชานาติ.

๒๑. สหนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ วิจิกิฉณฺํ อตฺถิ

เม อชฺฌตฺตํ วิจิกิฉณาติ ปชานาติ

๒๒. อสหนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ วิจิกิฉณฺํ นตฺถิ

เม อชฺฌตฺตํ วิจิกิฉณาติ ปชานาติ

๒๓. ยถา จ อนุปฺปนฺนนาย วิจิกิฉนาย

อฺปฺปาโท โหติ

ตณฺจ ปชานาติ

๒๔. ยถา จ อฺปฺปนฺนนาย วิจิกิฉนาย ปหฺนํ โหติ วิจิกิฉณาที่เกิตขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด

ตณฺจ ปชานาติ

๒๕. ยถา จ ปหีนาย วิจิกิฉนาย

आयตี อนุปฺปาโท โหติ

เมื่อถีนมิทฐะมีอยู่ ณ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า ถีนมิทฐะมีอยู่ ภายในจิตของเรา

เมื่อถีนมิทฐะไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า ถีนมิทฐะไม่มีอยู่ภายในจิตเรา

ถีนมิทฐะที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้น

ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

ถีนมิทฐะที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้

ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

ถีนมิทฐะที่ละได้แล้ว จะไม่

เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น

เมื่ออฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะมีอยู่ ณ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะมีอยู่ ณ ภายในจิต

เมื่ออฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่าอฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะไม่มีอยู่ ณ ภายใน

จิตของเรา

อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะ ที่ยังไม่เกิดจะ

เกิดขึ้น ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะที่เกิดขึ้นแล้ว

จะละได้ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

อฺทฺธจฺจกุกฺกจฺจจะที่ละได้แล้ว

จะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด

ย่อมรู้ชัดด้วยประการ นั้น

วิจิกิฉณามีอยู่ ณ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า วิจิกิฉณามีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

เมื่อวิจิกิฉณาไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต

ย่อมรู้ชัดว่า วิจิกิฉณาไม่มีอยู่ ภายในจิตเรา

วิจิกิฉณาที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น

ด้วยประการใด

ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

วิจิกิฉณาที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้ด้วยประการใด

ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

วิจิกิฉณาที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไป

ด้วยประการใด

ตณฺจ ปชานาติ.

อิติ

อชฺฌตฺตํ วา ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ

พหิทฺธา วา ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ

อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ

สมุทฺยธมฺมานุปฺสฺสี วา ธมฺเมสุ วิหฺรติ

วยธมฺมานุปฺสฺสี วา ธมฺเมสุ วิหฺรติ

สมุทฺยวยธมฺมานุปฺสฺสี วา ธมฺเมสุ วิหฺรติ

อตฺถิ ธมฺมาติ วา ปนฺสฺส สติ ปจฺจุปฺภฺจิตฺตา โหติ

ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย

ปฏฺฐิสฺสติมตฺตตาย

อนิสฺสิโต จ วิหฺรติ

น จ กิณฺจิ โลเก อุปาทียติ.

เอวํ โช ภิกฺขเว

ภิกฺขุ ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ

ปญฺจสุ นีวรเณสุ.

ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น

ดังพรรณนามาจะนี้

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายใน

พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมภายนอกบ้าง

พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่

พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรม

พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรมบ้าง

พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งเสื่อม
ไปในธรรมบ้าง

สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่

ก็เพียงแต่สักว่าความรู้

เพียงแต่สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว

และไม่ถือมั่นอะไรๆในโลก

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล

ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรม

คือนิรอรณ์ ๕ อยู่เป็นเนื่องๆ^{๗๑}

^{๗๑}ที่.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

ความหมายของ “ธรรม”

อตถโต ปน อตตโน สภาวํ ชาเรณุตีติ
 ภา จจเยหิ ชาเรณุตีติ ภา อตตโน ผลํ ยา
 ชาเรณุตีติ ภา อตตโน ปริปุรณํ อปาเยสุ
 อปตมานํ ชาเรณุตีติ ภา สลกฺขณฺเณ ชาเรณุตีติ
 ภา จิตฺเตน อวชาเรนุตีติ ภา ยถาโยคํ
 ฌมฺมาติ วุจฺจนฺติ.

อิธ ปน อตตโน ปจฺจเยหิ ชาเรนุตีติ
 ฌมฺมา.^{๗๒}

อริคตมคฺเค สจฺฉิกตนิโรธฺเ ยถานุสสิฏฺฐจํ
 ปฏิปชฺชมาเน จตุสุ อปาเยสุ อปตมาเน
 ชาเรณุตีติ ฌมฺโม.

โส อตถโต อริยมคฺโค เจว นินฺพฺพานญจ.

วุตฺตตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺต
 สงฺขตา อริโย อฏฺฐจฺจโก มคฺโค เตสํ อคฺ
 คมกฺขายตีติ

ยวตา ภิกฺขเว ฌมฺมา สงฺขตา ภา อสงฺข
 ตา ภา วิราโค เตสํ อคฺคฺมกฺขายตีติ จ.^{๗๓}

นเกวลญจ อริยมคฺโค เจว นินฺพฺพานญจ
 อปิจ โข อริยมลฺลหิ สทฺธิ ปริยตฺตฺติฌมฺโมปิ.^{๗๔}

โดยอรรถ เรียกว่า ธรรมะ เพราะทรงไว้ซึ่ง
 สภาวะของตน หรืออันปัจจัยทรงไว้ หรือยอมทรง
 ไว้ซึ่งผลของตน หรือผู้ใดบำเพ็ญธรรมให้บริบูรณ์ก็
 ทรงผู้นั้นไว้ไม่ให้ตกไปในอบายทั้งหลาย, หรือทรง
 ไว้ในลักษณะของตนๆ. หรือว่าย่อมตั้งลงไว้ได้
 ด้วยจิตตามสมควร.

แต่ในที่นี้ ชื่อว่าธรรม เพราะอรรถว่า อันปัจจัย
 ทั้งหลายของตนทรงไว้^{๗๕}

ชื่อว่าธรรม เพราะทรงไว้ซึ่งผู้บรรลุมรรค
 ผู้กระทำให้แจ้งซึ่งนิโรธ ผู้ปฏิบัติตามที่ทรงพร้า
 สอน ไม่ให้ตกไปในอบาย ๔.

พระธรรมนั้น โดยอรรถก็คืออริยมรรคและพระ
 นิพพานนั่นเอง.

สมจริงดังพระดำรัสที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัส
 ไว้ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมทั้งหลายที่เป็น
 สังขตะ มีประมาณเพียงใด อริยมรรคมีองค์ ๘ เรา
 ตถาคตกกล่าวว่าเลิศกว่าสังขตธรรมเหล่านั้น

และว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมทั้งหลายที่
 เป็นสังขตะก็ดี อสังขตะก็ดี มีประมาณเพียงใด วิ
 ราคธรรม เราตถาคตกกล่าวว่า เลิศกว่าสังขตธรรม
 หรืออสังขตธรรมเหล่านั้น.

ไม่ใช่เพียงอริยมรรค และพระนิพพานอย่าง
 เดียวเท่านั้น ที่ตถาคตกกล่าวว่าเลิศ ถึงแม้พระ
 ปริยัติธรรมพร้อมด้วยอริยผล เราตถาคตกก็กล่าวว่า
 เลิศเหมือนกัน.^{๗๖}

^{๗๒} ขุททกนิกายภูทกเถรา ปฏิสัมภิตามคฺควณฺณ
 นา (สทฺธมฺมปกาสินี ๑) - หน้าที่ ๒๗

^{๗๓} ขุ. อิติ. (บาลี) ๒๕/๒๗๐/๒๕๘.

^{๗๔} ขุททกนิกายภูทกเถรา อุทานวณฺณนา (ปรมตฺถ
 ที่ปณี) - หน้าที่ ๔๓๒

^{๗๕} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค เล่ม
 ๗ ภาค ๑ - หน้าที่ ๔๘

^{๗๖} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน เล่ม ๑ ภาค
 ๓ - หน้าที่ ๕๐๘

คัมภีร์อรรถกถาอธิบาย ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานว่า

ภควตา กายานุปัสสนาย สุทฺธรูป
ปริคฺคโห กถิตฺ. เวทนาจิตตานุปัสสนาหิ
สุทฺธอรูปรปริคฺคโห.

อิทานิ รูปรารูปรมิสฺสํ ปริคฺคหํ กถตุ
กถญจ ภิกฺขเวติอาทิมหา.

กายานุปัสสนาย รูปกฺขนฺธปริคฺคโห
กถิตฺ. เวทนานุปัสสนาย เวทนาภฺขนฺธ-
ปริคฺคโห . จิตตานุปัสสนาย วิญญาณภฺ-
ขนฺธปริคฺคโห.

อิทานิ สญญาภฺขนฺธสงฺขารภฺขนฺธป
ริคฺคหํปี กถตุกถญจ ภิกฺขเวติ อาทิมหา.

ตตฺถ สุภณิมิตฺเต อโยนิโสมนสิกาเร
กามจฺจนฺทสฺส อุปฺปาโท โหติ.

สุภณิมิตฺตํ นาม สุภํปี สุภารมฺมณฺปิ
สุภณิมิตฺตํ. อโยนิโสมนสิกาโร นาม อนุป
ยมนสิกาโร

อุปฺปถมนสิกาโร อนิจฺเจ นิจฺจนฺติ วา.
ทฺทุกฺเข สุขฺนฺติ วา. อนตฺตนิ อตฺตาทิ วา.
อสุภะ สุขฺนฺติ วา มนสิกาโร.

ตํ ตตฺถ พหุลํ ปวตฺตยโต กามจฺจนฺโท
อุปฺปชฺชติ.

เตนาห ภควา อตฺถิ ภิกฺขเว สุภณิ
มิตฺตํ. ตตฺถ อโยนิโสมนสิการพหุสีกาโร.
อยมาหาโร อนุปฺปนฺนสฺส วากามจฺจนฺทสฺส
อุปฺปาทาย อุปฺปนฺนสฺส วา กามจฺจนฺทสฺส
ภิกฺโยภาวาย เวปฺลุลายาติ.^{๗๗}

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสการกำหนดรูปล้วนๆ
ด้วยกายานุปัสสนา ตรัสการกำหนดนามล้วนๆ
ด้วยเวทนานุปัสสนาและจิตตานุปัสสนา

บัดนี้ เพื่อจะต้องการกำหนดรวมทั้งรูปและ
นาม จึงตรัสคำว่า กถญจ ภิกฺขเว ดังนี้ เป็นต้น.

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเฉพาะการกำหนดรูป
ชั้นนี้ด้วยกายานุปัสสนา ตรัสเฉพาะการกำหนด
เวทนาชั้นนี้ด้วยเวทนานุปัสสนา ตรัสเฉพาะการ
กำหนดวิญญาณชั้นนี้ด้วยจิตตานุปัสสนา.

บัดนี้ เพื่อจะตรัสการกำหนดวิญญาณชั้นนี้
และสังขารชั้นนี้บ้าง จึงตรัสคำว่า กถญจ ภิกฺขเว

กามฉันทะย่อมเกิดขึ้น เพราะการทำไว้ในใจ
โดยไม่แยบคายในสุภณิมิต.

ที่ชื่อว่า **สุภณิมิต** ได้แก่ สุภณิมิตที่งามบ้าง
ที่มีอารมณ์งามบ้าง ที่ชื่อว่า การทำไว้ในใจโดยไม่
แยบคาย ได้แก่ การทำไว้ในใจโดยไม่ถูกอุบาย

การทำไว้ในใจโดยไม่ถูกทาง คือ การทำไว้ใน
ใจในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่า เที่ยงบ้าง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่า
สุขบ้าง ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่า เป็นอัตตาบ้าง ในสิ่ง
ที่ไม่งามว่า งามบ้าง

เมื่อพระโยคาวจร ยังการทำไว้ในใจโดยไม่
แยบคายนั้นให้เป็นไป ในสุภณิมิตนั้นบางครั้งเข้า
กามฉันทะย่อมเกิดขึ้น.

ด้วยเหตุนี้ **พระผู้มีพระภาคเจ้า**จึงตรัสว่า
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย มีอยู่ สุภณิมิต การทำไว้ในใจ
โดยไม่แยบคาย และการทำมาครั้งเข้าในสุภณิมิต
นั้น นี่เป็นอาหาร (ปัจจัย) ให้กามฉันทะที่ยังไม่เกิด
เกิดขึ้นบ้าง ให้กามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วไฟบุลย์
ยิ่งขึ้นบ้าง

^{๗๗}ที่.มหา.อ.(บาลี)๒/๓๘๒/๓๘๒

อธิบายอสุกนิมิต

อสุกนิมิตเต ปน โยนิโสมนสิกาเรณสุส
ปหาน โหติ. อสุกนิมิตตํ นาม อสุกํปิ อสุ
การมมณฺปิ.

โยนิโสมนสิกาโร นาม อูปายมนสิกาโร
ปถมนสิกาโร อนิจฺเจ อนิจฺจนฺติ วา. ทุกฺข
ทุกฺขนฺติ วา. อนตฺตนิ อนตฺตาทิ วา. อสุเก
อสุกนฺติ วา มนสิกาโร.

ตํ ตตฺถ พหุลํ ปวตฺตยโต กามจฺจนฺโท
ปหฺยติ.

เตนาห ภควา อตฺถิ ภิกฺขเว อสุกนิมิตตํ.
ตตฺถ โยนิโสมนสิการพหุสิกาโร.

อฺยมาหาโร อนุปฺปนฺนสุส วา กามจ-
จนฺทสุส อฺนุปฺปาทาย อฺปฺปนฺนสุส วา
กามจฺจนฺทสุส ปหานายาติ.^{๗๘}

เหตุละกามฉันทะ

อสุกนิมิตเต ปน โยนิโสมนสิกาเรณสุส
ปหาน โหติ.

อสุกนิมิตตํ นาม อสุกํปิ อสุการมมณฺปิ.
โยนิโสมนสิกาโร นาม อูปายมนสิกาโร
ปถมนสิกาโร อนิจฺเจ อนิจฺจนฺติ วา. ทุกฺข
ทุกฺขนฺติ วา. อนตฺตนิ อนตฺตาทิ วา. อสุเก
อสุกนฺติ วา มนสิกาโร.

ตํ ตตฺถ พหุลํ ปวตฺตยโต กามจฺจนฺโท
ปหฺยติ.

ส่วนในอสุกนิมิต การละยอมมีได้ด้วยการทำให้
ในใจโดยแยบคายที่ชื่อว่า อสุกนิมิต ได้แก่อสุก
นิมิตที่ไม่งามบ้าง อสุกนิมิตที่มีอารมณ์ไม่งามบ้าง
ที่ชื่อว่าทำให้ไว้ในใจโดยแยบคาย ได้แก่การ
ทำให้ไว้ในใจโดยอุบาย การทำให้ไว้ในใจโดยถูกทาง
คือการทำให้ไว้ในใจในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยงบ้าง
ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่า เป็นทุกข์บ้าง ในสิ่งที่เป็น
อนัตตาว่า เป็นอนัตตาบ้าง ในสิ่งที่ไม่งามว่า ไม่
งามบ้าง

เมื่อพระโยคาวจรยังการทำให้ไว้ในใจโดยแยบ
คายนั้น ให้เป็นไปในอสุกนิมิตนั้นมากครั้งเข้า ก็
ยอมละกามฉันทะได้.

ด้วยเหตุนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย มีอยู่ อสุกนิมิต การทำให้
ไว้ในใจโดยแยบคาย และการทำมากครั้ง

ในอสุกนิมิตนั้น นี้เป็นอาหาร(ปัจจัย) ให้กาม
ฉันทะที่ยังไม่เกิดขึ้น เกิดขึ้นไม่ได้บ้าง ให้ละกาม
ฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วบ้าง.^{๗๙}

ส่วนกามฉันทะนั้น จะละได้ก็ด้วยโยนิโ
สมนสิการ(การใส่ใจโดยแยบคาย) ในอสุกนิมิต

สิ่งที่ไม่งามก็ดี อารมณ์ที่ไม่งามก็ดี ชื่อว่าอสุก
นิมิต การใส่ใจโดยอุบาย การใส่ใจถูกทาง การใส่
ใจในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยงในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่า
ทุกข์ ในสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนว่าไม่ใช่ตัวตนหรือในสิ่ง
ไม่งามว่าไม่งาม ชื่อว่าโยนิโสมนสิการ

เมื่อภิกษุทำโยนิโสมนสิการนั้นให้ไปมาก
ๆ ในอสุกนิมิตนั้น ย่อมละกามฉันทะเสียได้

^{๗๘} ส. มหา. ๑๙/๕๓๕/๑๔๖.

^{๗๙} ส. มหา. ๑๙/๕๒๓/๑๔๓.

เตนหา ภควา อตถิ ภิกขเว อสุภนิ
มิตฺตํ. ตตฺถ โยนิโสมนสิการพหุลีกาโร.

อยมหาโร อนุปฺปนฺนสฺส วา กามจ-
จนฺทสฺส อนุปฺปาทาย อนุปฺปนฺนสฺส วา
กามจจนฺทสฺส ปหานายาติ.^{๔๐}

อปิ จ ฐมา กามจจนฺทสฺส ปหานาย
สํวตฺตนฺตํ อสุภนิมิตฺตสฺส อุกฺคโห อสุภ-
ภาวานาโยโค อินฺทริเยสุ คฺคตฺทวารตา
โภชเน มตฺตตฺถนฺตํ กลฺยาณมิตฺตตา
สฺปฺปายกถาติ.

ทสฺวิธํ หิ อสุภนิมิตฺตํ อุกฺคณฺหนตฺส
สาปิ กามจจนฺโท ปหิยฺยติ. ภเวณฺตสฺสาปิ
อินฺทริเยสุ ปิหิตทวารสฺสาปิ จตฺตุนฺนํ ปญฺจนฺนํ
อาโลปานํ โอภาเส สติ อุกฺกํ ปิวิตฺวา
ยาปนสฺสิตตาย โภชเน มตฺตตฺถนฺตํ โนปิ.

เตน วุตฺตํ จตฺตารो ปญฺจ อาโลเป อภุตฺวา
อุทกํ ปิเว อลฺฬาสฺสุวิหาราย ปิหิตตฺตสฺส
ภิกขุโนติ.

อสุภกมฺมิกตฺติสฺสตุเถรสฺสทิสฺเส อสุภ
ภาวนารเต กลฺยาณมิตฺเต เสวนฺตสฺสาปิ
กามจจนฺโท ปหิยฺยติ. จานฺนนิสฺสชฺชาทิสฺสุ
ทสฺสอสุภนิสฺสิตสฺปฺปายกถายปิ กามจจนฺโท
ปหิยฺยติ.

เตน วุตฺตํ จ ฐมา กามจจนฺทสฺส
ปหานาย สํวตฺตนฺตํ อิมฺเห ปน จหิ ฐมฺเมหิ
ปหิณฺสฺส กามจจนฺทสฺส อรหฺตฺตมคฺเคน
อายุตฺติ อนุปฺปาโท โหตฺติติ ปชานาติ.

เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้ว่า
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อสุภนิมิตมีอยู่ การทำให้
มาก ๆ ซึ่งโยนิโสมนสิการในอสุภนิมิตนั้น

นี้เป็นอาหาร เพื่อความไม่เกิดแห่งกามฉันทะ
ที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อละกามฉันทะที่เกิดแล้ว.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๖ ประการ ย่อมเป็นไป
เพื่อละกามฉันทะ คือ ๑. การถืออสุภนิมิตเป็น
อารมณ์ ๒. การประกอบเนื่อง ๆ ซึ่งอสุภภาวา
๓. การรักษาทวารในอินทรีย์ทั้งหลาย ๔. ความรู้
จักประมาณในโภชนะ ๕. ความมีกัลยาณมิตร
๖. พุทแต่เรื่องที่เป็นสัปปายะ (เป็นที่สบาย).

จริงอยู่ เมื่อภิกษุกำหนดอสุภนิมิต ๑๐ อย่าง
อยู่ ก็ละกามฉันทะได้ เมื่อเจริญอสุภ ๑๐ กิติ เมื่อ
ปิดทวารในอินทรีย์ทั้งหลายก็ดี รู้จักประมาณใน
โภชนะ เพราะเมื่อมีโอกาสจะบริโภค ๔-๕ คำ ก็
ดื่ม น้ำ ยังอัตตภาพให้เป็นไปได้ก็ละกามฉันทะได้.

เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวไว้ ภิกษุพึงเว้นคำ
ข้าวเสีย ๔-๕ คำ เลิกฉันแล้วดื่ม น้ำเสีย นี้เป็นข้อ
ปฏิบัติอันสมควรสำหรับภิกษุผู้มีตนอันส่งไปแล้ว.

แม้ภิกษุผู้เสพกัลยาณมิตร ซึ่งเป็นผู้ยินดี ใน
การเจริญอสุภ เช่น พระตีสสเถระผู้เจริญอสุภ
ก็มีมรรคฐาน ก็ย่อมละกามฉันทะได้ แม้ด้วยการ
เจรจาปรารภเรื่องเป็นที่สบาย อันอาศัยอสุภ ๑๐
ในอิริยาบถยืนและนั่ง ก็ย่อมละกามฉันทะได้

เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า ธรรม ๖
ประการ ย่อมเป็นไปเพื่อละกามฉันทะดังนี้
ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า ก็กามฉันทะที่ละได้แล้ว ด้วย
ธรรม ๖ ประการนี้ ย่อมไม่เกิดอีกต่อไปด้วย
อรหัตมรรค.

^{๔๐} ส.มหา. (บาลี) ๑๙/๕๒๓/๑๔๓.

เหตุเกิดพยาบาล

ปฏิกษณิมิตเต อโยนิโสมนสิกาเรณ ปน พยาบาทสสุ อูปปาโท โหติ.ตตถ ปฏิกษณิมิตตํ นาม ปฏิกษณิปิ ปฏิกษารมณปิ.

อโยนิโสมนสิกาโร สพุพตถ เอกลกข โณว. ตํ ตสฺมี นิมิตเต พหุลํ ปวตตยโต พยาปาโท อูปปชชติ.

เตนาห ภควา อตฺถิ ภิกฺขเว ปฏิกษณิมิตตํ.ตตถ อโยนิโสมนสิการพหุลีกาโร.อยมาหาโร อนุปฺปนฺนสฺส วา พยาบาทสสุ อูปฺปาทาย อูปฺปนฺนสฺส วา พยาบาทสสุ ภิกฺขโวยาวาย เวปฺลุลายาติ^{๔๑}

เมตตตาย ปน เจโตวิมุตติยา โยนิโสมนสิกาเรณสฺส ปหานํ โหติ .

ตตถ เมตตาทิ วุตเต อปฺปนาปิ อูปจาโรปิ วฏฺฏติ. เจโตวิมุตตีติ อปฺปนาว.

โยนิโสมนสิกาโร. วุตตลกขโณว. ตํ ตตถ พหุลํ ปวตตยโต พยาปาโท ปหิยยติ.

เตนาห ภควา อตฺถิ ภิกฺขเว เมตตาจเจโตวิมุตติ.ตตถ โยนิโสมนสิการพหุลีกาโร. อยมาหาโร อนุปฺปนฺนสฺส วา พยาบาทสสุ อูปฺปาทาย อูปฺปนฺนสฺส วา พยาบาทสสุ ปหานา ยาติ .^{๔๒}

ส่วนพยาบาลย่อมเกิด เพราะอโยนิโสมนสิการในปฏิกษณิมิต ปฏิกษะ (ความขุ่นใจ) กิดี อารมณอันช่วยให้เกิดปฏิกษะกิดี ชื่อว่าปฏิกษณิมิต

ในคำว่า ปฏิกษณิมิต เป็นต้นนั้น อโยนิโสมนสิการมีลักษณะเป็นอย่างเดียวกัน ในธรรมทั้งปวง เมื่อภิกษุทำอโยนิโสมนสิการนั้นให้เป็นไปมาก ๆ ในปฏิกษะนิมิตนั้น พยาบาทย่อมเกิด

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ปฏิกษณิมิตมีอยู่ การไม่ทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการ ในปฏิกษณิมิตนั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งพยาบาลที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อทำให้พยาบาลที่เกิดแล้ว กำเริบเสิบสานขึ้นดังนี้ .

แต่พยาบาลนั้น จะจะได้ก็ด้วยการใส่ใจโดยแยบคายในเมตตাজเจโตวิมุตติ

ในคำว่า เมตตাজเจโตวิมุตตินั้น เมื่อพูดกันถึงเมตตาย่อมควรทั้งอัปปนา ทั้งอุปจาระ บทว่า เมตตাজเจโตวิมุตติ ได้แก่อัปปนา

โยนิโสมนสิการมีลักษณะ ดังกล่าวแล้ว. เมื่อภิกษุทำอโยนิโสมนสิการให้เป็นไปมาก ๆ ในเมตตাজเจโตวิมุตตินั้น ย่อมละพยาบาลได้

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า จึงตรัสไว้ (ในสังยุตตกายมหารวรรค) ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมตตাজเจโตวิมุตติมีอยู่ การทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการในเมตตাজเจโตวิมุตตินั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความไม่เกิดแห่งพยาบาลที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อละพยาบาลที่เกิดแล้วดังนี้

^{๔๑} ส. มหา. (บาลี) ๑๙/๕๒๔/๑๔๓.

^{๔๒} ส. มหา. (บาลี) ๑๙/๕๓๖/๑๔๗.

ธรรมสำหรับละพยาบาท

อปิฉ ฉ ฐมา พยาบาทสส ปหานาย ส้วตตุนติ เมตตานิमितตสส อุกคโห เมต ตาภาวนานุโยโค กम्मสสกตาปัจจเวกขณา ปฏิสงขานพหุлікตา กลยาณमितตตา สปปายกถาดิ.

โอทิสสกอนทิสสกทิสสาผรณานณทิ อณณตรวเสน เมตตํ อุกคณหนตสสาปิ พยาปาโท ปหิยยติ.

โอทิส อโนทิส ทิสสาผรณวเสน เมตตํ ภาเวตสสาปิ.

ตวํ เอตสส กุทุโห ก็ กริสสสิ. ก็ ตสส สีลาทีนิ วินาเสตุ สกขิสสสิ. นนุ ตวํ อตตโน กมเมเน อาคนตฺวา อตตโน กมเมเนว คมิสสสิ.

ปรสส กุชณนํ นาม วิตจจิตตงการตตต- อยสลาถคฺคาทีนิ คเหตุวา ปรี ปหริตฺกาม ตาย สทิสํ โหติ.

เอโสปี ตว กุทุโห ก็ กริสสติ . ก็ เต สีลาทีนิ วินาเสตุ สกขิสสติ. เอส อตตโน กมเมเน อาคนตฺวา อตตโน กมเมเนว คมิสสติ.

อปฏิจจิตปหรณกํ วิย ปฏิวาเต ขิตตฺรชมฺภูจि วิย จ เอตสเสเวส โกโห มตฺถ เก ปติสสตีติ เอรํ อตตโน จ ปรสส จ กम्मสสกตํ ปัจจเวกขหนตสสาปิ.

อุภยํ กम्मสสกตํ ปัจจเวกขิตฺวา ปฏิสงขานเ จตสสาปิ. อสฺสคฺคตตฺเถรสทิสเ เมตตภาวนารเต กลยาณमितเต เสวนตสสาปิ พยาปาโท ปหิยยติ.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๖ ประการย่อมเป็นไปเพื่อละพยาบาท คือ ๑. การกำหนดนิมิตในเมตตา เป็นอารมณ์ ๒. การประกอบเนื่องๆ ซึ่งเมตตาภาวนา ๓. การพิจารณาถึงความที่สัตว์มีกรรมเป็นของๆ ตน ๔. การทำให้มากซึ่งการพิจารณา ๕. ความมีกัลยาณมิตร ๖. การพูดแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย.

จริงอยู่ แม้เมื่อภิกษุกำหนดเมตตาก็มีภูฐานด้วยการแผ่เมตตาไปทั่วทิศโดยเจาะจงหรือไม่เจาะจงอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมละพยาบาทได้

เมื่อภิกษุเจริญเมตตาโดยแผ่ไปทั่วทิศโดยเจาะจง ไม่เจาะจงก็ดี

เมื่อพิจารณาถึงความที่ตนและคนอื่นมีกรรมเป็นของๆ ตนอย่างนี้ว่า ท่านโกรธคนนั้น จะทำอะไรเขาได้ ท่านอาจจักทำศีลเป็นต้นของเขาให้พินาศได้หรือ ท่านมาแล้วด้วยกรรมของตน จักไปด้วยกรรมของตนนั้นแล

ขึ้นชื่อว่าการโกรธผู้อื่น ก็เป็นเช่นเดียวกับผู้ปรารถนาจะจับถ่านไฟที่คุโชน ซึ่งเหล็กอันร้อนจัด และอุจจาระเป็นต้นประหารผู้อื่น ฉะนั้น

หรือถึงคนนั้นโกรธ ท่านจักทำอะไรได้ เขาจักอาจทำศีลเป็นต้นของท่านให้พินาศได้ หรือเขามาด้วยกรรมของตนก็จักไปตามกรรมของเขานั้นแหละ

ความโกรธนั้นจักตกลงบนกระหม่อมของเขานั้นเอง เหมือนประหาร ผู้ไม่ประหารตอบ และเหมือนนำธุลีซัดไปในที่ทวนลม ฉะนั้นตั้งนี้ก็ดี

เมื่อพิจารณาก็มีสสกตาทั้งสอง หยุดอยู่ในการพิจารณาก็ดี คบกัลยาณมิตรผู้ยินดีในการเจริญเมตตา เช่น ท่านพระอัสสคฺคตเถระก็ดี ย่อมละพยาบาทได้.

จានินิสฺสชาติสุ เมตฺตานิสฺสทิตฺสปราย
กถายปิ ปหิยฺยติ.

เตน วุตฺตํ จ ฐมา พฺยาปาทสฺส
ปหานาย สํวตฺตนฺตํ อิมฺเหติ ปน จฺหิ ฐม
เมหิ ปหีนสฺส พฺยาปาทสฺส อนาคามิมค
เคน อายตี อนุปฺปาโทโหตีติ ปชานาติ.

เหตุเกิดถีนมิถะ

อฺรติอาทิสฺส อโยนิโสมนสิการเณ ถีน
มิทฺทสฺส อนุปฺปาโท โหติ.

อฺรติ นาม อุกฺกณฺจิตา.

ตฺนฺที นาม กายาลสิยตา. วิชฺมุภิตา
นาม กายวินมฺนา.

ภตฺตสมฺมโท นาม ภตฺตมฺจุณา ภตฺตป
ริพาโห.

เจตฺโส ลีนตฺตํ นาม จิตฺตสฺส ลีนากาโร.
อิมฺเส อฺรติอาทิสฺส อโยนิโสมนสิการํ พหุล
ปวตฺตยโต ถีนมิทฺธํ อนุปฺชชติ.

เตนาห อตฺถิ ภิกฺขเว อฺรติ ตฺนฺที
วิชฺมุภิกา ภตฺตสมฺมโท เจตฺโส จ ลีนตฺตํ.
ตตฺถ อโยนิโสมนสิการพหุสีกาโร.

อฺยมาหาโร อนุปฺปนฺนสฺส วา ถีน
มิทฺทสฺส อนุปฺปาทาย อนุปฺปนฺนสฺส วา ถีน
มิทฺทสฺส ภิชฺโยภาวาย เวปฺลฺลยาติ ^{๔๓}

แม้ด้วยการเจรจาเรื่องที่เป็นที่สบายซึ่งอาศัย
เมตตา ในอิริยาบถทั้งหลายมียื่น นั่ง เป็นต้น ก็
จะพยายามได้

เพราะเหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า ธรรม ๖
ประการ ย่อมเป็นไปเพื่อละพยายามดังนี้ ภิกษุ
ย่อมรู้ชัดว่า ก็พยายามที่จะได้แล้วด้วยธรรม ๖
ประการนี้ ย่อมไม่เกิดต่อไปด้วยอนาคามิบรรค.

ถีนมิถะย่อมเกิดด้วยอโยนิโสมนสิการใน
ธรรมทั้งหลาย มี อฺรติ เป็นต้น

ความไม่ยินดีด้วยกับเขา(ริษยา) ชื่อว่าอฺรติ
ความคร้านกายชื่อว่าตฺนฺที ความบิดกาย(บิด
ซี่เกี่ยว) ชื่อว่า วิชฺมุภิตา

ความมีนเพราะอาหาร ความกระวนกระวาย
เพราะอาหารชื่อว่าภตฺตสมฺมทะ.

อาการ คือความย่อหย่อนแห่งจิต ชื่อว่าความ
ย่อหย่อนแห่งจิต เมื่อภิกษุทำอโยนิโสมนสิการให้
เป็นไปมากๆ ในอฺรติ เป็นต้นนี้ ถีนมิถะย่อมเกิด
เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้(
ในสังยุตตนิกายมหาวารวรรค)ว่า ดูก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย ความไม่ยินดี ความคร้านกาย ความบิด
กาย ความเมาอาหาร ความหดหู่แห่งจิตมีอยู่
การทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการในธรรมเหล่านี้

นี่เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งถีนมิถะที่ยัง
ไม่เกิด หรือเพื่อทำถีนมิถะที่เกิดแล้วให้กำเริบ
เสิบสานยิ่งขึ้นดังนี้.

^{๔๓} ส.ม. (บาลี) ๑๙/๕๒๕/๑๔๓.

เหตุละถิ่นมิถนะ

อารภชาตุอาทิสฺส ปน โยนิโสมนสิกา
เรนสฺส ปหานํ โหติ.

อารมฺภชาตุ นาม ปจมารภวิริยํ.

นิกฺกมฺชาตุ นาม โภสชฺชโต นิกฺขนฺต
ตาย ตโต พลวตฺร.

ปรกฺกมฺชาตุ นาม ปรี ปรี จานํ อกฺกม
โต ตโตปิ พลวตฺร.

อิมสฺมี ติปฺปภเท วิริเย โยนิโส
มนสิการํ พหุํ ปวตฺตยโต ถีนมิทฺธํ ปหิยฺยติ.

เตนาห อตฺถิ ภิกฺขเว อารมฺภชาตุ นิก
กมฺชาตุ ปรกฺกมฺชาตุ.

ตตฺถ โยนิโสมนสิการพหุสิกาโร. อยมา
หาโร อหฺนฺปนฺนสฺส วา ถีนมิทฺธสฺส อหฺนฺปา
ทาย อหฺนฺปนฺนสฺส วา ถีนมิทฺธสฺส ปหานายาติ

อปิจ ฉ ฐมฺมา ถีนมิทฺธสฺส ปหานาย
สํวตฺตนฺตํ อติโภชนํ นิมิตฺตคฺคาโห อิริยา-
ปถสมฺปวิวตฺตนฺตา อาโลกสญฺญามนสิกาโร
อพฺโปกาสวาโส กลฺยาณมิตฺตตา สปฺปา
ยกถาติ.

อาหารหตฺถกตฺตรวฏฺฏกอลํสาฎกกา-
มาสกภฺตฺตวมิตฺกโภชนํ ภูณฺชิตฺวา รตฺติภู-
จาทิวาฏฺฐาเน นิสินฺนสฺส หิ สมณฐมฺมํ
กโรโต ถีนมิทฺธํ มหาหตฺถิ วิย โอตฺถรนฺตํ
อาคจฺจติ จตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺต
ปานํ ยํ ปิวิตฺวา ยาปนสีลสฺส ภิกฺขุโน ตํ
น โหตีติ เอวํ อติโภชนํ นิมิตฺตํ
คณฺหนตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺต

แต่ถิ่นมิถนะนั้น จะละได้ด้วยโยนิโสมนสิการ
ในธรรมทั้งหลายมีอารภชาตุเป็นต้น

ความเพียรเริ่มแรก ชื่อว่าอารภชาตุ
ความเพียรที่มีกำลังกว่าอารภชาตุนั้น เพราะ
ออกพ้นจากความเกียจคร้านแล้ว ชื่อว่านิกกมชาตุ
ความเพียรที่มีกำลังยิ่งกว่านิกกมชาตุแม้
เพราะลวงฐานอื่น ๆ ชื่อว่า ปรักกมชาตุ (ก้าวไป
ข้างหน้า บากบัน)

เมื่อภิกษุทำโยนิโสมนสิการให้เป็นไปมาก ๆ
ในความเพียร ๓ ประเภทนี้ ย่อมละถิ่นมิถนะได้.

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้
ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลายชาตุคือความเริ่มความ
เพียร ชาตุคือความออกพ้นไปจากความเกียจ
คร้าน ชาตุ คือ ความก้าวไปข้างหน้ามีอยู่

การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในชาตุ
เหล่านั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความไม่เกิดแห่งถิ่น
มิถนะที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อละถิ่นมิถนะที่เกิดแล้ว

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๖ ประการ ย่อมเป็นไป
เพื่อละถิ่นมิถนะ คือ ๑. การกำหนดนิมิตในโภชนะ
ส่วนเกิน ๒. การผลัดเปลี่ยนอิริยาบถ ๓. การใส่ใจ
ถึงอาโลกสัญญา (ความสำคัญว่าสว่าง) ๔. การ
อยู่กลางแจ้ง ๕. ความมีกัลยาณมิตร ๖. การเจรจา
แต่เรื่องที่เป็นที่สบาย

เพราะว่า เมื่อภิกษุบริโภคโภชนะ เหมือน
พราหมณ์ที่ซื้ออาหารหตฺถกะ ที่ซื้อตฺตรวฏฺฏกะ ที่
ซื้อลํสาฎกะ ที่ซื้อกามาสกะ และที่ซื้อภฺตฺตวมิต
กะ หนึ่งในที่พักกลางคืนและที่พักกลางวัน กระทำ
สมณธรรมอยู่ ถีนมิถนะย่อมมาท้วงทับได้เหมือน
ช้างใหญ่ แต่ถิ่นมิถนะนั้นจะไม่มีแก่ภิกษุที่เว้น
โอกาสบริโภค ๔- ๕ คำแล้ว ตีมน้ำยังอืดตภาพให้
เป็นไปเป็นปกติ เหตุนั้น เมื่อภิกษุกำหนดนิมิต ใน
โภชนะส่วนเกินอย่างนี้ ย่อมละถิ่นมิถนะได้

ยสฺมี อิริยาปเถ ถีนมิทฺฐํ โอกุภมตฺติ.
 ตโต อณฺณํ ปริวตฺเตนตฺตสฺสาปิ. รตฺตํ จนฺทา
 โลกํ ทีปาโลกํ อุทฺทกาโลกํ ทิวา สุริยาโลกํ
 มนสิกาโรนตฺตสฺสาปิ. อพฺโภกาเส วสนตฺตสฺสาปิ.
 มหาภสฺสปตฺตเถรสฺสทิสฺเส ปหีนถีนมิทฺฐเช กล
 ยานมิตฺเตเสวนตฺตสฺสาปิ ถีนมิทฺฐํ ปหิยฺยติ
 . จานนิสฺซชฺชาทิสฺสุ รุตฺตจฺจนิสฺสทิสฺสปฺปาย
 กถายปิ ปหิยฺยติ. เตน วุตฺตํ จ ฐมฺมา ถีน
 มิทฺฐสฺส ปหานาย สํวตฺตนฺตฺติ. อิมฺเหติ ปน
 ฉหิ ฐมฺเมหิ ปหีนสฺส ถีนมิทฺฐสฺส
 อรหตฺตมคฺเคน आयตฺตี อญฺุปฺปาโท โหตฺตี
 ปชานาติ.

เหตุเกิดอุทฺธจฺจกุกุกุจ

เจตโส อวฺุปฺสเม อโยนิโสมนสิกาเรน
 อุทฺธจฺจกุกุกุจสฺส อุปฺปาโท โหติ.
 อวฺุปฺสโม นาม อวฺุปฺสนฺตกาโร. อุทฺธจฺจ
 กุกุกุจเมเวตฺตํ อตฺถโต.
 ตตฺถ อโยนิโสมนสิการํ พหุลํ ปวตฺตย
 โต อุทฺธจฺจกุกุกุจํ อุปฺปชฺชติ.
 เตนนาห อตฺถถิ ภิกฺขเว เจตโส อวฺุปฺส
 โม. ตตฺถ อโยนิโสมนสิการพหุลีกาโร .

อຍມາහາโร อญฺุปฺปນฺนສສ ວາ ອຸທຸທຸຈ
 ກຸກຸກຸຈສສ ອຸປປາທາຍ ອຸປປນນສສ ວາ
 ອຸທຸທຸຈກຸກຸກຸຈສສ ກິຍໂຍກາວາຍ ເວປຸລຸລາ
 ຍາຕີ .^{๔๔}

เมื่อภิกษุเข้าสู่ถีนมิทฺฐะในอิริยาบถใด เปลี่ยน
 อิริยาบถเป็นอย่างอื่น จากอิริยาบถนั้นเสียก็ละถีน
 มิทฺฐะได้ เมื่อภิกษุใส่ใจแสงจันทร์ แสงประทีป
 แสงคบเพลิง ในเวลากลางคืน แสงอาทิตย์เวลา
 กลางวันก็ดี อยู่ในที่กลางแจ้งก็ดี เสพกัลยาณมิตร
 ผู้ละถีนมิทฺฐะได้เช่นท่านพระมหาภสฺสปเถระก็ดีก็
 ละถีนมิทฺฐะได้ แม้ด้วยการเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่
 สบาย ที่อาศัยรุดงค์ในอิริยาบถทั้งหลาย มียี่น
 หนึ่งเป็นต้น ก็ละถีนมิทฺฐะได้ เพราะฉะนั้นท่านจึง
 กล่าวว่า ธรรม ๖ ประการนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อละ
 ถีนมิทฺฐะ ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า ถีนมิทฺฐะที่ละได้ด้วย
 ธรรม ๖ ประการจะไม่เกิดต่อไปด้วยอรหัตมรรค
 ดังนี้.

อุทฺธจฺจกุกุกุจจะ ย่อมเกิดด้วยอโยนิโส
 มนสิการในความไม่สงบแห่งใจ
 อากาโรที่ไม่สงบ ชื่อว่าความไม่สงบ คำนี้โดย
 อรรถก็คือ อุทฺธจฺจกุกุกุจจะนั่นเอง
 เมื่อภิกษุทำอโยนิโสมนสิการให้เป็นไปมากๆ
 ในความไม่สงบแห่งใจนั้นอุทฺธจฺจกุกุกุจจะย่อมเกิด
 เพราะเหตุนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้
 (ในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค)ว่า ดูก่อนภิกษุ
 ทั้งหลาย ความไม่สงบแห่งใจมีอยู่ การทำให้มาก
 ซึ่งอโยนิโสมนสิการ ในความไม่สงบแห่งใจนั้น
 นี้เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งอุทฺธจฺจกุกุกุจ
 จะที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อทำอุทฺธจฺจกุกุกุจจะที่เกิด
 แล้ว ให้กำเริบเสิบสานยิ่งขึ้นดังนี้.

^{๔๔} ส.ม. (บาลี) ๑๗/๑๔๔.

เหตุละอุทธีจกุกุกจะ

สมาธิสงฺขาทเต ปน เจตโส วุปลเม โยนิโสมนสิกาเรณฺสฺส ปหานํ โหติ.

เตนาห อตฺถิ ภิกฺขเว เจตโส วุปลโม

ตตฺถ โยนิโสมนสิการพหฺลิกาโร. อยมาหาโร อนุปฺปนฺนสฺส วา อุทฺธจกุกุกุจฺจสฺส อนุปฺปาทาย อนุปฺปนฺนสฺส วา อุทฺธจกุกุกุจฺจสฺส ปหานายาติ.

อปิจ จ ฐมา อุทฺธจกุกุกุจฺจสฺส ปหานาย สํวตฺตฺนฺตํ พหุสฺสฺสฺสตา ปริปุจฺจกตา วินเย ปกตณฺณตา วุฑฺฒเสวิตา กลฺยาณมิตฺตตา สฺปฺปายกถาติ.

พาหุสฺสจฺเจนปี หิ เอกํ เทว วา ตโย วา จตฺตารอ วา ปญฺจ วา นิกายเย ปาลิวเสน จ อตฺตวเสน จ อุกฺคณฺหนตฺสสาปี อุทฺธจกุกุกุจฺจํ ปหฺยฺยติ.

กปฺปิยา กปฺปิยปริปุจฺจนาพหุสฺสสาปี. วินยปณฺณตฺตํ ยํ จินฺนทวิภาวตฺตาย ปกตณฺณโนปี. วุฑฺฒเ มหฺลลกตฺเถเร อุปสงกมฺหนตฺสสาปี. อุปาลิตฺเถรสฺสทิสเ วินยชเร กลฺยาณมิตฺเต เสวณตฺสสาปี อุทฺธจกุกุกุจฺจํ ปหฺยฺยติ.

จานนฺิสชฺชาทิสฺสุ กปฺปิยา กปฺปิยนิสฺสิต สฺปฺปายกถายปี ปหฺยฺยติ.

เตน วุตฺตํ ฉ ฐมา อุทฺธจกุกุกุจฺจสฺส ปหานาย สํวตฺตฺนฺตํ.

อิมเหติ ปน ฉหิ ฐมฺเมหิ ปหฺเน อุทฺธจกุกุกุจฺเจ อุทฺธจฺจสฺส อรหฺตฺตมคฺเคน กุกุกุจฺจสฺส อนาคามิมคฺเคน อายตี อนุปฺปาโท โหตีติ ปชานาติ.

แต่อุทธีจกุกุกุจะนั้น จะละได้ก็ด้วยโยนิโสมนสิการในความสงบแห่งใจ กล่าวคือสมาธิ.

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความสงบแห่งใจมีอยู่

การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในความสงบแห่งใจนั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความไม่เกิดแห่งอุทธีจกุกุกุจะที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อละอุทธีจกุกุกุจะที่เกิดแล้วดังนี้.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๖ ประการ ย่อมเป็นไปเพื่อละอุทธีจกุกุกุจะ คือ ๑. ความสดับมาก ๒. ความสอบถาม ๓. ความชำนาญในวินัย ๔. ความคบผู้เจริญ ๕. ความมีกัลยาณมิตร ๖. การเจรจา แต่เรื่องที่เป็นที่สบาย.

เมื่อภิกษุแม้รำเรียนทั้งบาลีทั้งอรรถกถา หึ่งสอง-สาม-สี่นิกาย หรือ ๕ นิกาย ย่อมละอุทธีจกุกุกุจะได้ แม้ด้วยความเป็นผู้สดับมาก

ภิกษุผู้มากด้วยการสอบถามสิ่งที่ควร และไม่ควรก็ดี ผู้ชำนาญเพราะมีความชำนาญอันสั่งสมไว้ในวินัยบัญญัติก็ดี ผู้เข้าหาพระเถระผู้แก่ ผู้เฒ่าก็ดี คบกัลยาณมิตรผู้ทรงวินัย เช่น ท่านพระอุบาลีเถระก็ดี ย่อมละอุทธีจกุกุกุจะได้ แม้ด้วยการเจรจา

แต่เรื่องที่เป็นที่สบายอันอาศัยสิ่งที่ควรและไม่ควรในอริยาบถทั้งหลาย มี ยืน นั่ง เป็นต้น ก็ละอุทธีจกุกุกุจะได้

เพราะฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่า ธรรม ๖ ประการนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อละอุทธีจกุกุกุจะ

ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า เมื่ออุทธีจกุกุกุจะละได้แล้วด้วยธรรม ๖ ประการนี้ อุทธีจกุกุกุจะจะไม่เกิดต่อไปด้วย อรหัตมรรคกุกุกุจะ ไม่เกิดต่อไปด้วยอนาคามิมรรค.

เหตุเกิดวิจิจณา

วิจิจณาจານีเยสุ ฌมเมสุ อโยนิโสมน
สิกาเรน วิจิจณาย อุปปาโท โหติ.

วิจิจณาจານียา ฌมมา นาม ปุณฺณปุณฺ
วิจิจณาย การณตฺตา วิจิจณาว.

ตตฺถ อโยนิโสมนสิการํ พหุลํ ปวตฺตยโต
วิจิจณา อุปฺปชฺชติ .

เตนาห อตฺถิ ภิกฺขเว วิจิจณภูจฺจานียา
ฌมมา . ตตฺถ อโยนิโสมนสิการพหุลีกาโร.

อยมหาโร อญฺปนฺนายน วา วิจิจณาย
อุปฺปาทาย อุปฺปนฺนายน วา วิจิจณาย ภิกฺขโ
ภาวาย เวปฺกุลายาติ .^{๘๕}

กุสลาภิฌมเมสุ โยนิโสมนสิการเณ
ปนฺนสฺสา ปหานํ โหติ.

เตนาห อตฺถิ ภิกฺขเว กุสลากุสลา ฌมมา
สวชฺชานวชฺชา ฌมมา เสวิตพฺพาเสวิตพฺพา
ฌมมา หีนปณฺีตา ฌมมา กณฺฺหสุกฺก-
สฺสปฺปฏิภาคา ฌมมา.

ตตฺถ โยนิโสมนสิการพหุลีกาโร.

อยมหาโร อญฺปนฺนายน วา วิจิจณาย
อนฺุปฺปาทาย อุปฺปนฺนายน วา วิจิจณาย
ปหานายาติ .^{๘๖}

วิจิจณา ย่อมเกิดได้ด้วยอโยนิโสมนสิการ ใน
ธรรมทั้งหลาย อันเป็นที่ตั้งแห่งวิจิจณาความ
เคลือบแคลง

เพราะเป็นเหตุแห่งความสงสัยบ่อย ๆ ชื่อว่า
ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งวิจิจณา.

เมื่อภิกษุทำอโยนิโสมนสิการให้เป็นอย่างมาก ๆ
ในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งวิจิจณานั้นวิจิจณาย่อมเกิด

เพราะเหตุนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสไว้
ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลายธรรมเป็นที่ตั้งแห่งวิจิจณา
มีอยู่ การทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการในธรรม
เป็นที่ตั้งแห่งวิจิจณานั้น

นี้เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งวิจิจณาที่ยัง
ไม่เกิด หรือเพื่อทำวิจิจณาที่เกิดขึ้นแล้ว ให้กำเริบ
เสิบสานยิ่งขึ้นดังนี้.

แต่วิจิจณานั้น จะละได้ก็ด้วยอโยนิโสมนสิการ
ในธรรมมีกุศลเป็นต้น

เพราะเหตุนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า จึงตรัสไว้
(ในสังยุตตนิกายมหาวรรค)ว่า ดูก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย ธรรมที่เป็นกุศล อกุศล ธรรมที่มีโทษไม่
มีโทษ ธรรมที่ควรเสพไม่ควรเสพ ธรรมที่ทราวม
ประณีตธรรมที่เทียบ ด้วยของดำ ของขาว มีอยู่

การทำให้มากซึ่งอโยนิโสมนสิการในธรรม
เหล่านั้น

นี้เป็นอาหารเพื่อความไม่เกิดแห่งวิจิจณาที่
ยังไม่เกิด หรือ เพื่อละวิจิจณาที่เกิดขึ้นแล้วดังนี้.

^{๘๕} ส. มหา. (บาลี) ๑๗/๕๒๗/๑๔๔.

^{๘๖} ส. มหา. (บาลี) ๑๗/๑๔๗-๘.

ธรรมสำหรับละวิจิกิจฉา

อปิจ ฉ ฌมา วิจิกิจฉาย ปหานาย สัตตตณฺหิ พหุสฺสุตตา ปริปุจฺจกตา วินเย ปกตณฺณตฺตา อธิโมกฺขพหุสฺสตา กลฺยาณมิตฺตตฺตา สปปายกถาติ.

พาหุสฺสจฺเจน หิ เอกํ วา .เป. ปญฺจ วา นิกายเย ปาลิวเสน จ อตฺถวเสน จ อุกฺคณฺหนตฺตสฺสาปิ วิจิกิจฺจนา ปหฺยยติ. ตีณิ รตนานิ อารพฺภ ปริปุจฺจนาพหุสฺสสฺสาปิ. วินเย จินฺณวณฺสิภาวสฺสสฺสาปิ. ตีสฺส รตเนสฺส โอกปฺป นฺยสทฺธาสงฺฆาตอฺธิโมกฺขพหุสฺสสฺสาปิ. สทฺธาธิ มุตฺเตเต วฏฺกฺลิตฺเตเธรสฺสทิสฺเส กลฺยาณมิตฺเตเต เสวณตฺตสฺสาปิ วิจิกิจฺจนา ปหฺยยติ.

จฺานนฺิสชฺชชฺาที่สฺสฺส ตินฺณณฺิ รตนาณฺิ คุณฺนินฺิส สิตฺตสปปายกถายปิ ปหฺยยติ.

เตน วุตฺตํ ฉ ฌมา วิจิกิจฺจาย ปหานาย สัตตตณฺหิตฺติ.

อิมฺเหติ ปน จฺหิ ฌมฺเมหิ ปหฺนินาย วิจิกิจฺจาย โสตาปตฺติมคฺเคน อายตฺติ อณฺุปปาโท โหตฺติติ ปชานาติ.

อิตฺติ อชฺฌตฺตํ วาติ เอวํ ปญฺจนีวรณฺน ปรีคฺคณฺหนเณน อตฺตโน วา ฌมฺเมสฺส ปฺรสุสฺส วา ฌมฺเมสฺส กาเลน วา อตฺตโน กาเลน วา ปฺรสุสฺส ฌมฺเมสฺส ฌมฺมานุปฺสฺสึ วิหฺรติ.

สมุทฺทวยา ปเนตฺถ สฺสฺสณฺิมิตฺตอสุภานิ มิตฺตทาที่สฺสฺส อโยนฺิสมนฺสิการโยนฺิสมนฺสิการวเสน ปญฺจสฺส นีวรณฺนสฺส วุตฺตยาเยว นีหฺรติพฺพา.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๖ ประการ ย่อมเป็นไปเพื่อละวิจิกิจฉา คือ ๑. ความสติปัฏมาก ๒. ความสงบถาม ๓. ความชำนาญในวินัย ๔. ความมากด้วยความน้อมใจเชื่อ ๕. ความมีกัลยาณมิตร ๖. การเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย.

จริงอยู่ แม้เมื่อภิกษุร่ำเรียนทั้งบาลี ทั้งอรรถกถาณิกายหนึ่ง สอง-สาม-สี่ หรือ ห้าณิกาย ย่อมละวิจิกิจฉาได้ ด้วยความเป็นพหูสูต. เมื่อภิกษุมาก ด้วยการปรารภพระรัตนตรัย สอบถามก็ดี มีความชำนาญอันสั่งสมไว้ในวินัยก็ดี มากไปด้วยความน้อมใจเชื่อ กล่าวคือศรัทธาที่ยังกำเริบได้ในพระรัตนตรัยก็ดี คบกัลยาณมิตร เช่นท่านพระวัฑกสิ ผู้น้อมใจไปในศรัทธาก็ดี ย่อมละวิจิกิจฉาได้.

แม้ด้วยการเจรจาแต่เรื่องที่เป็นที่สบาย อันอาศัยคุณของพระรัตนตรัย ในอิริยาบถทั้งหลาย มียืนหนึ่ง เป็นต้น ก็ละวิจิกิจฉาได้.

เพราะเหตุนั้น ท่านจึงกล่าวว่า ธรรม ๖ ประการ ย่อมเป็นไปเพื่อละวิจิกิจฉา.

ภิกษุ ย่อมรู้ชัดว่า วิจิกิจฉาที่ละได้ด้วยธรรมเหล่านี้ ย่อมไม่เกิดต่อไป ด้วยโสตาปัตติมรรค ดังนี้.

คำว่า หรือภายใน ความว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายของตน ในธรรมทั้งหลายของผู้อื่น หรือในธรรมทั้งหลายของตนตามกาลของผู้อื่นตามกาลด้วยการกำหนดนิวรณ์ ๕ อย่างนี้อยู่.

ก็ความเกิดและความเสื่อม ในคำว่าพิจารณาเห็นธรรม คือความเกิดและความเสื่อมนี้ ที่กล่าวแล้วในนิวรณ์ ๕ ด้วยอำนาจ อโยนีสมนสิการ และ โยนีสมนสิการในสุภานิมิต และอสุภานิมิต เป็นต้น บัณฑิตพึงนำมาเทียบเคียง.

อิโต ปรี วุตตนยเมว. เกวลํ หิ อิท นีวรณปริคคาหิกา สติ ทุกขสจฺจนฺติ เอวํ โยชนํ กตฺวา นีวรณ- ปริคคาหกสฺส ภิกฺขุโน นียยานมุขนฺติ เวทิตพฺพํ. เสสํ ตาทิสเมวาทิ.	ข้อต่อไปนี่ ก็มีนัยดังกล่าวมาแล้วนั่นแล. แต่ในนీวรณบรรพนี้ มีต่างกันอยู่คนเดียว คือ พึงประกอบความว่าสติอันกำหนดนీวรณเป็น อารมณ์ เป็นทุกขสัง ฟังทราบว่าเป็นทางปฏิบัตินำ ออกจากทุกข์ ของภิกษุผู้กำหนดนీวรณ เป็น อารมณ์. คำที่เหลือก็เช่นนั้นนั่นแล.
--	---

๓.๑๓.๒ อรรถกถาอธิบาย ชั้นปีพพะ

ปน จปร ภิขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
ภิขุ ฌเมสุ ฌมานุปลสึ วิหติ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
ปญจสุ อุปาทานกฺขนุเชสุ ^{๔๗}	คืออุปาทานชั้น ๕ อยู่เนื่องๆ
กถณจ ภิขเว ภิขุ ฌเมสุ ฌมานุปลสึ วิหติ ปญจสุ อุปาทานกฺขนุเชสุ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ อุปาทานชั้น ๕ อยู่เนื่องๆ อย่างไรเล่า
อิธ ภิขเว ภิขุ	ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาว่า
๑. อิติ รูป อิติ รูปสฺส สมุทโย	อย่างนี้รูป อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งรูป
อิติ รูปสฺส อตฺถงฺคโม	อย่างนี้ความดับแห่งรูป
๒. อิติ เวทนา อิติ เวทนาย สมุทโย	อย่างนี้เวทนา อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งเวทนา
อิติ เวทนาย อตฺถงฺคโม	อย่างนี้ความดับแห่งเวทนา
๓. อิติ สัญญา อิติ สัญญาย สมุทโย	อย่างนี้สัญญา อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งสัญญา
อิติ สัญญาย อตฺถงฺคโม	อย่างนี้ความดับแห่งสัญญา
๔. อิติ สงฺขารอ อิติ สงฺขารานํ สมุทโย	อย่างนี้สังขาร อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งสังขาร
อิติ สงฺขารานํ อตฺถงฺคโม	อย่างนี้ความดับแห่งสังขาร
๕. อิติ วิญฺญาณํ อิติ วิญฺญาณสฺส สมุทโย	อย่างนี้วิญญาน อย่างนี้ความเกิดขึ้นแห่งวิญญาน
อิติ วิญฺญาณสฺส อตฺถงฺคโมติ.	อย่างนี้ความดับแห่งวิญญาน
อิติ	ตั้งพรรณนามาจะนี้
อชฺชตฺตํ วา ฌเมสุ ฌมานุปลสึ วิหติ	ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายในบ้าง
พหิทฺธา วา ฌเมสุ ฌมานุปลสึ วิหติ	พิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายนอกบ้าง
อชฺชตฺตพหิทฺธา วา ฌเมสุ ฌมานุปลสึ	พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอก
วิหติ	อยู่บ้าง
สมุทฺยฌมานุปลสึ วา ฌเมสุ วิหติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง
วยฌมานุปลสึ วา ฌเมสุ วิหติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรมบ้าง
สมุทฺยวยฌมานุปลสึ วา ฌเมสุ วิหติ	พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความ
	เสื่อมในธรรมบ้าง
อตฺถติ ฌมาติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจิตา โหติ สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่	
ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย ปฏิสฺสตีมตฺตตาย	ก็เพียงแต่สักว่าความรู สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
อนิสฺสโต จ วิหติ	เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว

^{๔๗} ชั้น ๕ แบ่งเป็น ๓ ชั้น คือ ชั้น ๕ กำเนิด ได้แก่ชั้นที่พ่อแม่และการรักษาดี ๕ ในอดีตชาติ ชั้น ๕ ปัจจุบัน ได้แก่อุปาทานชั้นที่ยึดมั่น ชั้น ๕ บริสุทธ์ ได้แก่ชั้นของพระอรหันต์

น จ กิญจิ โลก อุปาทิตติ.	และไม่ถือมันอะไรๆ ในโลก
เอวฺ โข ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
ภิกฺขุ ฌมเมสุ ฌมมานุปสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
ปญฺจสุ อุปาทานกฺขนฺเรสุ	คืออุปาทานชั้นที่ ๕ อยู่เนื่องๆ

อุปาทานชั้นที่ ๕

เพราะอะไรจึงเรียกว่ารูป เพราะสลายไปจึงเรียกว่า ‘รูป’ สลายไปเพราะอะไร สลายไปเพราะหนาวบ้าง ร้อนบ้าง หิวบ้าง กระจายบ้าง เพราะสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานบ้าง เพราะสลายไปจึงเรียกว่า ‘รูป’

เพราะอะไรจึงเรียกว่าเวทนา เพราะเสวยจึงเรียกว่า ‘เวทนา’ เสวยอะไร เสวยอารมณ์สุขบ้าง ทุกข์บ้าง มีใช้ทุกข์มีใช้สุขบ้าง เพราะเสวยจึงเรียกว่า ‘เวทนา’

เพราะอะไรจึงเรียกว่าสัญญา เพราะจำได้หมายรู้จึงเรียกว่า ‘สัญญา’ จำได้หมายรู้อะไร จำได้หมายรู้สีเขี้ยวบ้าง สีเหลืองบ้าง สีแดงบ้าง สีขาวบ้าง เพราะจำได้หมายรู้จึงเรียกว่า ‘สัญญา’

เพราะอะไรจึงเรียกว่าสังขาร เพราะปรุงแต่งสังขตธรรมจึงเรียกว่า ‘สังขาร’ ปรุงแต่งสังขตธรรมอะไร ปรุงแต่งสังขตธรรม คือรูปโดยความเป็นรูป เวทนาโดยความเป็นเวทนา สัญญาโดยความเป็นสัญญา สังขารโดยความเป็นสังขาร วิญญาณโดยความเป็นวิญญาณ เพราะปรุงแต่งสังขตธรรมจึงเรียกว่า ‘สังขาร’

เพราะอะไรจึงเรียกว่าวิญญาณ เพราะรู้แจ้งจึงเรียกว่า ‘วิญญาณ’ รู้แจ้งอะไร รู้แจ้งรสเปรี้ยวบ้าง รสขมบ้าง รสเผ็ดบ้าง รสหวานบ้าง รสขื่นบ้าง รสไม่ขื่นบ้าง รสเค็มบ้าง รสไม่เค็มบ้าง เพราะรู้แจ้งจึงเรียกว่า ‘วิญญาณ’^{๘๘}

^{๘๘} ส.ข. (ไทย) ๑๗ / ๗๗ / ๑๒๐.

อิติ รูปสฺส สมฺภโยติ เอวํ อวิชชาสมฺภ
 พยาทิวเสน ปญฺจหากาเรหิ รูปสฺส อิติ

บทว่า ความเกิดแห่งรูป ความว่า ความเกิด
 แห่งรูปด้วยอาการ ๕ โดยความเกิดแห่งอวิชชา
 เป็นต้น ย่อมมีด้วยอาการอย่างนี้ คือ

๑. ย่อมเห็นความเกิดขึ้นแห่งรูปขั้นนี้ โดย
 ปัจจัยว่า เพราะอวิชชาเกิด รูปจึงเกิด

๒. ย่อมเห็นความเกิดขึ้นแห่งรูปขั้นนี้ โดย
 ปัจจัยว่า เพราะตัณหาเกิด รูปจึงเกิด

๓. ย่อมเห็นความเกิดขึ้นแห่งรูปขั้นนี้ โดย
 ปัจจัยว่า เพราะกรรมเกิด รูปจึงเกิด

๔. ย่อมเห็นความเกิดขึ้นแห่งรูปขั้นนี้ โดย
 ปัจจัยว่า เพราะอาหารเกิด รูปจึงเกิด

๕. แม้เมื่อเห็นลักษณะแห่งความบังเกิด ก็
 ย่อมเห็นความเกิดขึ้นแห่งรูปขั้นนี้^{๙๐}

รูปสฺส อตฺตณฺคโมติ เอวํ อวิชชานโรธา
 ทิวเสน ปญฺจหากาเรหิ รูปสฺส อตฺตณฺคโม.
 เวทนาทีสุปิ เอสฺว นโย. อยเมตฺถ สงฺเข
 โป, วิตุถาโร ปน วิสุทฺธิมคฺเค อุทฺยพฺพย
 ญฺญาณกถาย วุตุโต.

คำว่า ความดับแห่งรูป ความว่า ความดับแห่ง
 รูปด้วยอาการ ๕ โดยดับอวิชชา เป็นต้น แม้ใน
 เวทนาเป็นต้น ก็นัยนี้เหมือนกัน ความสังเขปใน
 ที่นี้มีเพียงเท่านี้ ส่วนความพิสดาร ท่านกล่าวไว้
 แล้วในอุทฺยพฺพยญฺญาณกถา ในคัมภีร์วิสุทฺธิมรรค

อิติ อชฺฌตฺตํ วาติ เอวํ ปญฺจกฺขนฺธ-
 ปรคฺคณฺหเณน อตฺตโน วา ฐมฺเมสุ ปรสฺส
 วา ฐมฺเมสุ กาเลนฺวา อตฺตโน กาเลนฺวา
 ปรสฺส ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ .

คำว่า หรือภายใน ความว่า พิจารณาเห็น
 ธรรมในธรรมทั้งหลายของตน ในธรรมของคนอื่น
 หรือในธรรมทั้งหลายของตนตามกาล ของคนอื่น
 ตามกาล ด้วยการกำหนดขั้นนี้ ๕ อย่างนี้อยู่

สมฺภุทฺยวยา ปเนตฺถ อวิชชาสมฺภุทฺยา
 รูปสมฺภโยติ อาทีนํ ปญฺจสฺสุ ขนฺธेषฺสุ วุตุตฺตานํ
 ปญฺญาสา ย ลกฺขณานํ วเสน นีหริตพฺพา.

ก็ความเกิดและความเสื่อมในคำว่า พิจารณา
 เห็นธรรมคือความเกิด และความเสื่อมบัณฑิตพึง
 นำมาเทียบเคียงโดยลักษณะ ๕๐ ที่กล่าวไว้ใน
 ขั้นนี้ ๕ ว่า เพราะอวิชชาเกิด รูปจึงเกิด เป็นต้น

อิโต ปรํ วุตุตฺตณฺยเมว. เกวลํ หิ อិข
 ขนฺธปรคฺคาทิกา สติ ทุกฺขสจฺจณฺติ เอวํโยชนํ
 กตฺวา ขนฺธปรคฺคาทกสฺส ภิกฺขุโน นียยาน
 มุขฺนฺติ เวทิตพฺพ.เสสฺสํ ตาทิสเมวาทิ.^{๙๑}

คำอื่นนอกจากนี้ ก็มีนัยดังกล่าวมาแล้ว.
 สติกำหนดขั้นนี้เป็นอารมณ์ เป็นทุกขสังขัง ดังนี้
 แล้วพึงทราบว่าเป็นทางปฏิบัติ นำออกจากทุกข์
 ของภิกษุผู้กำหนดขั้นนี้เป็นอารมณ์

^{๙๐} ที่.มหา.อ.(บาลี)๒/๓๘๓/๓๘๘

^{๙๑} ดูใน ขุ.ปฎิ. (ไทย) ๓๑/๕๐/๗๘.

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายความหมายของ “ขั้น ๕”

อัย หิ ขนฺธกุโจ นาม ปิณฺฑกุโจ
ปฺภุตฺโต ฉมฺมกุโจ ราสกุโจ.

ตสฺมา ราสสิลกฺขณา ขนฺธาติ เวทิตพฺพา.
โกฏฺฐาสกุโจติปิ วตฺตํ วฏฺฐติ.

โลกสฺมี หิ อิถํ คเหตุวา โจทียมานา
ทวิหิ ขนฺเธหิ ทสฺสาม ตีหิ ขนฺเธหิ ทสฺสา
มาติ วทนฺติ.อิติ โกฏฺฐาสลกฺขณา ขนฺธาติปิ
วตฺตํ วฏฺฐติ.^{๙๑}

ราสตุเจเน จ ปณฺจปี ขนฺธา โหนฺติ.
เอตถ ปน รูปํ รูปนลกฺขณํ
เวทนา เวทยิตลกฺขณา
สญฺญา สญฺขานนลกฺขณา
เจตนา เจตยิตลกฺขณา
วิญฺญาณํ วิขานนลกฺขณนฺติ^{๙๒}

รูปขั้น

รูปปนฺนุเจเน รูปํ.

สีเตนปิ รูปปฺติ อุณฺเหรนปิ รูปปฺติ ชิมฺจ
ฉายปิ รูปปฺติ ปีปาสายปิ รูปปฺติ ํสฺมกส-
วาตาดตปสิริสฺปสมฺผลเสนปิ รูปปฺติ.

รูปปฺตีติ โข ภิกฺขเว ตสฺมา รูปนฺติ
วฺจจตีติ.^{๙๓}

ขั้นนี้ มีความหมายว่า เป็นก้อน เป็นกลุ่ม
เป็นแท่ง เป็นกอง

ฉะนั้น ฟังทราบที่ขั้นทั้งหลายมีลักษณะ
เป็นกอง แม้จะกล่าวว่า อรรถแห่งขั้นนี้มีอรรถ
เป็นโกฏฐาส (คือเป็นส่วน) ดังนี้ ก็ควร เพราะคน
ทั้งหลายในโลกนี้เข้ามาแล้ว เมื่อถูกเจ้าหน้าที่ทวง
ก็พูดว่า พวกเราจักให้ ๒ ขั้น(๒ ส่วน) ๓ ขั้น
(๓ ส่วน) ดังนี้ แม้การกล่าวว่า ขั้นทั้งหลายมี
ลักษณะเป็นโกฏฐาส คือเป็นส่วน^{๙๔} ก็ควร

ชื่อว่าขั้น เพราะอรรถว่า เป็นกอง

ในบรรดาขั้น ๕ เหล่านี้ รูปมีความย่อยยับ
ไปเป็นลักษณะ เวทนามีการเสวยอารมณ์เป็น
ลักษณะ สัญญามีการจำอารมณ์เป็นลักษณะ
เจตนามีการกระตุ้นเตือนสัมปยุตธรรมเป็น
ลักษณะ วิญญานมีการรู้อารมณ์เป็นลักษณะ^{๙๕}

ที่ชื่อว่า รูป ด้วยอรรถว่า ย่อยยับ.

รูปย่อยยับเพราะอะไร? ย่อมย่อยยับ
เพราะความเย็นบ้าง ย่อมย่อยยับเพราะความร้อน
บ้าง ย่อมย่อยยับเพราะความหิวบ้าง ย่อมย่อยยับ
เพราะความกระหายบ้าง ย่อมย่อยยับเพราะสัมผัส
เหลือบ ยุง ลมแดดและสัตว์เลื้อยคลานบ้าง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุที่รูปย่อยยับ
ยับไปแล้ว เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า รูป ดังนี้.^{๙๖}

^{๙๑} อภิธมฺมฏฺจกถา วิภังคกถา (สมฺโมหวิ
โนทนี) หน้า ๒

^{๙๒} อภิธมฺมฏฺจกถา ฐมฺมสงฺคณีวณฺณนา (อฏฺฐ
สาลินี) หน้า ๒๙๒

^{๙๓} อภิธมฺมฏฺจกถา วิภังคกถา (สมฺโมหวิ
โนทนี) หน้า ๕

^{๙๔} พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ เล่ม ๒ ภาค ๑ หน้า ๒๒

^{๙๕} อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี เล่ม ๑ ภาค ๑ หน้า ๓๗๑

^{๙๖} พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ เล่ม ๒ ภาค ๑ หน้า ๒๕

เวทนาขันธ

เวทียตีติ เวทนา.

สา เวทียตลกฺขณา

อนุกฺวานรสา

อิกฺกุการสมฺโภครสา วา

เจตสิกอสฺสาทปฺจฺจุปฺภูจฺจนา

ปฺสฺสทฺธิปทฺภูจฺจนา.^{๔๗}

ธรรมที่ชื่อว่า เวทนา เพราะอรรถว่ารู้สึก
อารมณ์

เวทนานั้น มีการรู้สึกอารมณ์เป็นลักษณะ

มีการเสวยรสอารมณ์เป็นกิจ

หรือมีความเสวยอารมณ์ที่ชอบเป็นกิจ

มีความพอใจทางจิตเป็นปัจจุปัฏฐาน

มีปัสสทธิเป็นปทัญฐาน.

สัญญาขันธ

นีลาทีเกทํ อารมฺมณํ สญฺชานาตีติ
สญฺญา.

สา สญฺชานนลฺกฺขณา ปฺจฺจาภิญฺญาณ-
รสา.จตุกฺกมกสญฺญา ทิ โน สญฺชานนลฺกฺขณา
นาม นตฺถิ สพฺพา สญฺชานนลฺกฺขณา ว. ยา
ปเนตฺถ อภิญฺญาเณน สญฺชานาติ सा ปฺจ-
จาภิญฺญาณรสา นาม โหติ.

ตสฺสา วฑฺฒกิสฺส ทารุณฺหิ อภิญฺญาณํ
กตฺวา ปฺนฺ เตน อภิญฺญาเณน ตสฺส ปฺจฺจาภิ-
ชานนกาเล ปุริสฺสสฺส กาทฺติลกาทีอภิญฺญาณํ
สลฺลกฺขเขตฺวา ปฺนฺ เตน อภิญฺญาเณน อสุโก
นาม เอโสติ ตสฺส ปฺจฺจาภิชานนกาเล รยโม
ปิพฺพนฺชโคปกภณฺฑาทคาริกสฺส ตสฺมี ตสฺมี
ปิพฺพนฺชเน นามปณฺณกํ พนฺธิตฺวา อสุกํ
ปิพฺพนฺชํ นาม ออาหาราติ วุตฺเต ทีปํ ชาเลตฺวา
सारคพฺภํ ปวิสิตฺวา ปณฺณํ วาเจตฺวา ตสฺส
ตสฺเสว ปิพฺพนฺชสฺส ออาหารนกาเล จ ปวตฺติ
เวทิตพฺพา.

ชื่อว่า สัญญา เพราะอรรถว่า จำอารมณ์
ชนิดสี่เขียวเป็นต้นได้.

สัญญานั้น มีความจำได้เป็นลักษณะ, มี
ความรู้ยิ่งเฉพาะเป็นรส, ก็สัญญาที่เป็นไปในภุมิ
๔ ชื่อว่ามีความจำได้เป็นลักษณะ, สัญญาทั้งหมด
มีความ จำได้เป็นลักษณะทั้งนั้น, ก็สัญญาใดยอม
จำได้ด้วยความรู้ยิ่ง ในที่นี้ สัญญานั้น ชื่อว่ามี
ความรู้ยิ่งเฉพาะเป็นรส.

พึงทราบความเป็นไปของ สัญญาที่มีความรู้
ยิ่งเฉพาะเป็นรสนั้น ในเวลาที่ช่างไม้ทำ
เครื่องหมายไว้ที่ไม้ จำไม้นั้นได้ด้วยเครื่องหมาย
นั้นอีก และในเวลาที่กำหนดเครื่องหมายมีไฟ
ดำเนินต้นของบุรุษ จำบุรุษนั้นได้ว่า ผู้นี้ คือคนชื่อ
โน้น ด้วยเครื่องหมายนั้นอีก และในเวลา
ที่เจ้าหน้าที่ภณฑาคาริกผู้ดูแลเครื่องประดับของ
พระราชินี ผูกหนังสือชื่อที่เครื่องประดับนั้น ๆ เมื่อ
มีรับสั่งว่า จงนำเครื่องประดับชื่อโน้นมา ก็จุด
ประทีปเข้าห้องที่แข็งแรง อ่านหนังสือแล้วนำ
เครื่องประดับนั้น ๆ นั้นแลมาได้.

^{๔๗} อภิธมมฏฐกถา ธรรมสังคณีวถณนา (อภฺฐ
สาลินี) - หน้า ๒๔๒

อปโร นโย สพุพสงคาหิกวเสน หิ
สญชานนลกขณา สญญา

ปุณ สญชานนปจฺจยนิमितฺตกรณฺรสา
ทารุอาทิสฺส ตจฺจนกาทโย วีย

ยถาคหิตนิमितฺตวเสน อภินิเวสกรณปจ
จุปฏฺจนา หตฺถิทิสฺสกอนฺธา วีย

อารมฺมเณ อนฺคาพุหฺวุตฺติตาย อจิรฏฺจ
านปจฺจุปฏฺจนา วา วิชฺช วีย

ยถาอุปฏฺจิตฺตวิสยปทฺฏฺจนา ตินฺปุริสเก
สุ มิคโปตกานํ ปุริโสติ อุปฺปนฺนสญญา
วีย.^{๙๘}

สังขารชั้นธ

อภิสงฺขรณลกขณา สงฺขารา อายุ
หนฺรสา เจตนาปจฺจุปฏฺจนา อวิชฺชาปทฺฏ
จนา.^{๙๙}

อภิสงฺขรณลกฺขโณ สงฺขารो.

กายสงฺขารโธติ กายโต ปวตฺตตสงฺขารो.

กายทฺวาเร โจบปนฺวเสน ปวตฺตตานํ
กามาวจรกุสลโต อฏฺฐจฺจนํ. อกุสลโต
ทฺวาทสฺนฺนฺนฺติ วิสฺตียา กายสญฺเจตนาณเมตฺ
อธฺวจฺจนํ.

อีกนัยหนึ่ง สัจญญามีความจำได้เป็นลักษณะ
ด้วยสามารถรวบรวมทุกอย่างไว้ได้,

มีการกระทำนิमितซึ่งเป็นปัจจัยแห่งความจำ
ได้อีกเป็นรส เหมือนช่างตากเป็นต้นทำ
เครื่องหมายไว้ที่ไม่เป็นต้น.

มีการกระทำความยึดมั่นเป็นปัจจุปัฏฐาน
ด้วยสามารถนิमितตามที่ยึดถือไว้ เหมือนคนตา
บอดดูช้าง,

หรือมีความตั้งอยู่ไม่นานเป็นปัจจุปัฏฐาน
เพราะเป็นไปไม่หยั่งลงในอารมณ์ เหมือนฟ้าแลบ,
มีอารมณ์ตามที่เข้าไปตั้งมั่นแล้วเป็น
ปทฺฏฐาน เหมือนความจำว่าบุรุษ ของเหล่าลูก
เนื้อน้อยๆ ที่เกิดขึ้นในหมู่คนเลี้ยงหมู่นั้น.^{๑๐๐}

สังขารมีความปรุงแต่งเป็นลักษณะ มีการ
ประมวลมาเป็นกิจ มีการจัดแจงเป็นอาการปรากฏ
มีวิชาเป็นเหตุใกล้.^{๑๐๑}

สังขารมีการปรุงแต่งเป็นลักษณะ.

สังขารที่เป็นไปแล้วทางกาย ชื่อว่ากาย
สังขาร.

คำว่า กายสังขาร นี้ เป็นชื่อของสัจญเจตนา
ทางกาย ๒๐ ดวง คือ ๘ ดวง จากกามาวจรกุศล
และ ๑๒ ดวง จาก (กามาวจร) อกุศลที่เป็นไป
แล้วโดยการไหวในกายทวาร.

^{๙๘} ขุททกนิกายภูจกถา มหานิทฺเทสวณฺณนา
(สทฺธมฺมปชฺโชติกา) หน้า ๒๔๔

^{๙๙} อภิธรรมภูจกถา วิภังค์วณฺณนา(สมฺโมหวิ
โนทนี) หน้า ๒๑๘

^{๑๐๐} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทฺเทส เล่ม ๕
ภาค ๑ - หน้า ๓๗๗

^{๑๐๑} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค เล่ม ๗
ภาค ๑ - หน้า ๑๓๑

^{๑๐๒} พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ เล่ม ๒ ภาค ๑ - หน้า ๔๕๓

วีสังขาโรติ วิจิตฺวาเร วจนภทวเสน
ปวตฺตานํ วิสติยาเอว วิจิตฺตเจตนาเมตฺตํ
อริวจนํ.

จิตฺตสงฺขาโรติ จิตฺตโต ปวตฺตสงฺขาโร.
กายวจิตฺตวโรจปนํ อกตฺวา รโห
นีสิตฺตวา จินฺเตนตฺตสฺส ปวตฺตานํ โลกีย-
กุสลากุสลวเสน เอกุณตีสมนสฺสเจตนา
เมตฺตํ อริวจนํ.^{๑๐๒}

วิญญาณขั้นนี้

วิชานาตีติ วิญญาณํ. วิญญาณเมว
ขนฺโห วิญญาณกฺขนฺโห.^{๑๐๓}

วิชานนลกฺขณํ วิญญาณํ ปุพฺพจฺดมรสํ
ปฏิสฺสนฺธิปจฺจุปฺปฏฺจานํ สงฺขารปทฺฏฺจานํ
วตฺถถารมฺมณปทฺฏฺจานํ วา.^{๑๐๔}

คำว่า **วีสังขาร** นี้ เป็นชื่อของวีสัญญาเจตนา
๒๐ ดวง เหมือนกันที่เป็นไปแล้วโดยการแปลง
ถ้อยคำในวิจิตวาร.^{๑๐๕}

สังขารที่เป็นไปแล้วทางจิต ชื่อว่าจิตตสังขาร
คำว่า **จิตตสังขาร** นี้ เป็นชื่อของมโน
สัญญาเจตนา ๑ ดวง โดยโลกียกุศลและโลกียอกุศลที่
เป็นไปแล้ว (เกิดขึ้น) แก่ผู้หนึ่งคิดอยู่ในที่ลับโดย
ไม่ได้ทำการไหว้กายและวาจา.^{๑๐๖}

ชื่อว่าวิญญาณ เพราะอรรถว่า รู้อารมณ์ต่าง ๆ
ขั้นนี้คือวิญญาณ ชื่อว่า วิญญาณขั้นนี้.^{๑๐๗}

วิญญาณ มีการรู้แจ้งเป็นลักษณะ มีการเป็น
หัวหน้าเป็นกิจ มีปฏิสนธิเป็นอาการปรากฏ มี
สังขารเป็นเหตุใกล้หรือมีวัตถุและอารมณ์เป็นเหตุ
ใกล้.^{๑๐๘}

^{๑๐๒} มัชฌิมนิกายภูจกถา (ปปัญจสูทนี ๑) -
หน้าที่ ๓๗๙

^{๑๐๓} ขุททกนิกายภูจกถา มหานิทเทสวณฺณนา
(สทฺธมฺมปฺชฺโชติกา) - หน้าที่ ๓๒

^{๑๐๔} อภิธรรมภูจกถา วิภังควณฺณนา (สมฺโมหวิ
โนทนี) - หน้าที่ ๒๑๘

^{๑๐๕} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน เล่ม ๑ ภาค
๓ - หน้าที่ ๖๖

^{๑๐๖} พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณฺณาสกฺ เล่ม
๑ ภาค ๑ - หน้าที่ ๖๐๐

^{๑๐๗} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทส เล่ม ๕
ภาค ๑ - หน้าที่ ๖๙

^{๑๐๘} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อุทาน เล่ม ๑ ภาค
๓ - หน้าที่ ๖๖

พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ เล่ม ๒ ภาค ๑ - หน้าที่ ๔๕๓

อรรถกถาอธิบาย อุปาทานชั้น ๕

ตตถ ปณฺจสุ อุปาทานกฺขนฺธุเรสุติ
 อุปาทานสฺส ขนฺธา อุปาทานกฺขนฺธา,
 อุปาทานสฺส ปจฺจยภูตา ฐมฺมปุณฺษา ฐมฺมรา
 สโยติ อตุโถ.

คหณลกฺขณฺ อูปาทานํ อมฺฤจนฺรตฺ
 ตณฺหาทพฺพตตทิกฺกุจิปฺจฺจุปฺภูจฺจณฺํ ตณฺหา-
 ปทฺฐจฺจณฺํ.^{๑๐๙}

คัมภีร์ฎีกาอภิธรรมมัตถวิภาวินี อธิบาย

ว่า

อุปาทานานํ โคจรกฺขนฺธา อุปาทาน
 กฺขนฺธา. วิปฺสฺสนาภูมิจฺจนฺตฺสสนฺตํ สาสวาว
 อุปาทานกฺขนฺธาติ.

ยถา ปเนตฺถ เวทนาทโย สาสวาว
 อนาสวาว จ น เหวํ รูปํ เอกนฺตกาฬาวจรตฺตา

สภาคฺราสีวเสน ปน ตํ ขนฺธุเรสุ เทลิตํ
 อุปาทานินฺยาเวน ปน ราสีวเสน จ
 อุปาทานกฺขนฺธุเรสุติ ทฺฐจฺจพฺพ.^{๑๑๐}

บรรดาบทเหล่านั้น คำว่า ในอุปาทานชั้น ๕
 คือกองอุปาทาน ชื่อว่า อุปาทานชั้น อธิบายว่า
 กลุ่มธรรมคือกองธรรม อันเป็นปัจจัยแห่ง
 อุปาทาน.

อุปาทาน มีการยึดไว้เป็นลักษณะ มีการไม่
 ปล่อยเป็นรส มีความมั่นคงด้วยตัณหา
 และเห็นผิดในอรรถาเป็นปัจจุปัฏฐาน มีตัณหาเป็น
 ปทัฏฐาน^{๑๑๑}

ชั้นที่เป็นอารมณ์แก่อุปาทาน ชื่อว่าอุปาทาน
 ชั้น เพื่อแสดงธรรมที่เป็นภูมิแห่งวิปัสสนา ธรรม
 ที่มีอาสวะเท่านั้นทรงแสดงว่าอุปาทานชั้น

เหมือนอย่างว่า บรรดาธรรมมีเวทนาเป็นต้น
 (ชั้น ๕) มีอาสวะก็มี ไม่มีอาสวะก็มีฉันใด รูปจะ
 เป็นฉันนั้นหาได้เพราะเป็นกามาวจรอย่างเดียว.

แต่บัณฑิตพึงเห็นรูปนั้นที่ทรงแสดงไว้ในชั้น
 ทั้งหลาย ด้วยอำนาจแห่งราสีของธรรมที่มีส่วน
 เหมือนกัน ส่วนรูปที่ทรงแสดงไว้ในอุปาทานชั้น
 โดยเป็นที่ตั้งแห่งอุปาทานและโดยอำนาจแห่ง
 ราสี^{๑๑๒}

^{๑๐๙} อภิธรรมฎีกาถา วิภังคกถา (สมุโหวิ
 โนทนี) - หน้าที่ ๒๑๙

^{๑๑๐} อภิธรรมมุตตสงคหปาลิยา สห อภิธรรมมุตต
 วิภาวินีนาม อภิธรรมมุตตสงคหฎีกา - หน้าที่ ๒๒๖

^{๑๑๑} พระอภิธรรมปิฎก วิภังค์ เล่ม ๒ ภาค ๑ - หน้าที่
 ๔๕๕

^{๑๑๒} ประโยค ๙ - อภิธรรมมัตถสังคหบาลี และอภิธรรมมัตถ
 วิภาวินีฎีกา - หน้าที่ ๓๓๖.

ลักษณะ ๕๐ ตามนัยวิสุทธิมรรค

<p>โส หิ เอเกกั ขนุรั</p>	<p>ก็โยคาวจรภิกษุ นั้นย่อมนพิจารณาชั้นอื่นหนึ่ง ๆ ทางอนิจจาที่สัมมสนะที่ตรัสโดยแยก (อาการต่างๆ) ไว้ดังนี้ คือ</p>
<p>อนจจนตติกตาย อาทอนุตวณตตาย จ อนิจจโต</p>	<p>๑. อนิจจโต โดยอาการไม่เที่ยง เพราะความที่ชั้นนั้นไม่เป็นสิ่งที่อยู่ตลอดไป และเพราะความที่มันมีเบื้องต้นเบื้องปลาย</p>
<p>อุปปาทวยปฏีปีพนตตาย ทุกขวตถตตาย จ ทุกขโต</p>	<p>๒. ทุกขโต โดยอาการเป็นทุกข์ เพราะภาวะคือถูกความเกิดขึ้นความเสื่อมไปบีบคั้น และเพราะความเป็นพื้นสำหรับทุกข์</p>
<p>ปจฺจยยาปนียตตาย โรคมูลตตาย จ โรคโต</p>	<p>๓. โรคโต โดยอาการเป็นโรค เพราะพึงประทังอยู่ได้ด้วยปัจจัย และเพราะเป็นมูลของโรค</p>
<p>ทุกขตาสุลโยคิตตาย กิเลสาสฺจิปคฺขมรณตตาย อุปปาทชราภงฺเคหิ อุทฺฐมาตกปริปกุกปภินฺนตตาย จ คณฺหโต</p>	<p>๔. คณฺหโต โดยอาการเป็นผี เพราะเป็นสิ่งที่ประกอบด้วยความปวด คือความเป็นทุกข์ เพราะเป็นที่ไหลออกแห่งหนองคือกิเลส เพราะบวมขึ้นแตกด้วยความเกิดขึ้นและความสลายไป</p>
<p>ปีพาชนกตตาย อนฺโตตฺตุนตตาย ทฺนุณีหรณียตตาย จ สลฺลโต</p>	<p>๕. สลฺลโต โดยอาการเป็นลูกศร เพราะเป็นสิ่งยังความเจ็บให้เกิด เพราะที่มแทงอยู่ภายใน และเพราะพึงชักออกได้ยาก</p>
<p>วิครหณียตตาย อวทุมฺมิอวหนตตาย อฆวตถตตาย จ อฆโต</p>	<p>๖. อฆโต โดยอาการเป็นของขี้ เพราะเป็นที่ตั้งแห่งความติเตียน (แห่งอริยชน) เพราะนำความไม่องงามมาให้ และเพราะเป็นพื้นสำหรับของขี้</p>
<p>อเสริภวชนกตตาย อาพาธปทฺฏฺจฺจานตตาย จ อาพาธโต</p>	<p>๗. อาพาธโต โดยอาการชื่อว่าอาพาธ เพราะเป็นสิ่งยังความไม่เป็นเสรีให้เกิด และเพราะเป็นปทัฏฐานแห่งความเจ็บไข้</p>
<p>อวสตตาย อวิเชยตตาย จ ปรโต</p>	<p>๘. ปรโต โดยอาการเป็นฝ่ายอื่น เพราะไม่อยู่ในอำนาจ และเพราะไม่เชื่อฟัง</p>
<p>พฺยาริชรามรณฺเหหิ ปลุชฺชนตตาย ปโลกโต</p>	<p>๙. ปโลกโต โดยอาการชื่อว่าทลาย เพราะพังไปด้วยพยาชิชรามรณะ</p>
<p>อเนกพฺยสนาวหนตตาย อีติโต</p>	<p>๑๐. อีติโต โดยอาการเป็นจัญไร เพราะนำความโชคร้ายมาให้เป็นอเนก</p>

อวิตตานเวยว วิปุลานัน อนตถานัน อวาทน
โต สพุพพุททวตถุตตาย จ อุปททวโต

สพุพพยานัน อากรรตตาย ทุกุขวุปสมสง
ชาติสสุส ปรมสสุสสสุส ปฏิปทขภูตตาย จ
ภยโต

อนเนเกหิ อนตถเอหิ อนุพนุชตตาย โท
สุปสภูจตตาย อุปสคโค วิย อนธิวาสนารท
ตตาย จ อุปสคคโต

พุยาธิชรามรณเหหิ เจว ลามาภาภาทีหิ
จ โลกธมเมหิ จลิตตตาย จลโต

อุปุกกเมน เจว สรเสน จ ปภงคูป
คมนสีลตตาย ปภงคโต

สพุพาวตถุทานิปาติตตาย ธิรภาวสสุส จ
อภาวตตาย อทฐวโต

อตายนตตาย เจว อลพุกเนยยุกขเมตตาย
จ อตถาณโต

อลลียิต्तุน อนรทตตาย อลลีนานมปิ จ
เลณกิจจาการิตตตาย อเลณโต

นิสฺสิตานัน ภยสารณตตทาภาเวน อสฺสรณ
โต

ยถาปริกปปีเตหิ ฐวสุภสฺสขตตทาเวหิ
ริตฺตตตาย ริตฺตโต

ริตฺตตตทาเวว ตุจฺจโต อปฺปกตฺตทา วา.
อปฺปกมฺปิ หิ โลกํ ตุจฺจนฺติ วุจฺจติ.^{๑๑๓}

๑๑. อุปททวโต โดยอาการเป็นอุบาทว์ เพราะ
เป็นพื้นที่สำหรับ อุบาทว์ทั้งปวง เหตุนำมาซึ่งอนัต
ถผลใหญ่ๆ ที่ไม่รู้ (คือไม่ได้คาดคิดไว้)เลย

๑๒. ภยโต โดยอาการเป็นภัย เพราะเป็นบ่อ
เกิดแห่งภัยทั้งปวงและเพราะเป็นฝ่ายตรงข้ามต่อ
อบรมอัศจรรย์ (ความโล่งใจอย่างยอดเยี่ยม) ที่
ได้แก่ความสงบทุกข

๑๓. อุปสคคโต โดยอาการเป็นอุปสรรค
เพราะถูกอนัตถะหลายอย่างพัวพันเพราะถูกสิ่งที่เป็น
โทษขัดขวาง และเพราะควรแก่อันไม่พึงรับ
เอาดังอุปสรรค

๑๔. จลโต โดยอาการไหว เพราะหวั่นไหว
ด้วยพยาธิ ชรา มรณะ และด้วยโลกธรรมทั้งหลาย
มีได้ลามก และเสื่อมลามก เป็นต้น

๑๕. ปภงคโต โดยอาการแตกสลาย เพราะมี
ปกติเข้าถึงความแตกสลายโดยการกระทำ (ของ
ตนหรือคนอื่น)บ้าง โดยเป็นเองบ้าง

๑๖. อทฐวโต โดยอาการไม่คงทน เพราะมี
ปกติตกไปได้ทุกรุ่นและเพราะไม่มีเสถียรภาพ

๑๗. อตถาณโต โดยอาการไม่มีที่ต้านทาน
เพราะไม่มีที่คุ้มครอง และหาความปลอดภัยมิได้

๑๘. อเลณโต โดยอาการไม่มีที่กำบัง เพราะ
ไม่มีที่ลับพอจะหลบซ่อนได้ และเพราะไม่ทำ
หน้าที่กำบังให้แม่แก่สัตว์ทั้งหลายผู้ซ่อนตัวอยู่

๑๙. อสฺสรณโต โดยอาการไม่มีที่พึ่ง เพราะไม่
มีความเป็นที่กำบังภัยให้แก่ผู้อาศัยทั้งหลายได้

๒๐. ริตฺตโต โดยอาการว่าง เพราะว่างจาก
ความยั่งยืนความงามและความสุขตามที่คนเขลา
คาดคิดเอา

๒๑. ตุจฺจโต โดยอาการไม่มีแก่น เพราะเป็น
ของว่างนั้นแหละ หรือว่าเพราะความเป็นของ
เล็กน้อยก็ได้ ด้วยว่าแม้ของเล็กน้อยเขาก็เรียก
กันว่าของเปล่าได้ในโลก

^{๑๑๓} วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๖๙๘/๒๗๙-๑๘๐

สามินิวาสีการกเวทกาธิฏฐายกวิริหิต
ตาย สุกฺขมโต

สยมฺจ อสฺสามิกภาวาทิตาย อนตฺตโต

ปวตฺตติทุกฺขตาย ทุกฺขสฺส จ อาทีนฺว
ตาย อาทีนฺวโต.

อถวา อาทีนํ วาติ คจฺจติ ปวตฺตตีติ
อาทีนโว.

กปณฺมนุสฺสสรสฺสตี อธิวณฺโณ .

ขนฺธธาปี จ กปณฺนายวาติ อาทีนฺว-
สทิสตาย อาทีนฺวโต

ชราย เจว มรณฺน จาติ เทวธา
ปริณามปกติตาย วิปริณามชฺมมโต

ทฺพฺพตตาย เผคฺคฺ วีย สุขภณฺชเนยตาย
จ อสารถโต

อฆมฺเหตุตาย อฆมฺมูลโต

มิตฺตมฺขสปตฺโต วีย วิสฺสาสชฺชาติตาย
วธกโต

วิกตภวตาย วิภวสมฺภูตตาย จ วิภวโต

อาสวปทฺฐจฺานตาย สาสวโต

เหตุปฺจฺเจยฺหิ อภิสฺงฺขตตาย สฺงฺขตโต

มจฺจุมารกิลฺสมารานํ อามิสฺภูตตาย
มารามิสโต

ชาติชฺรพฺยาธิรมณฺณปกติตาย ชาติชฺรพฺ
ยาธิรมณฺณชฺมมโต

๒๒. สุกฺขมโต โดยอาการสุกฺข เพราะว่างจาก
เจ้าของผู้ครองผู้สร้าง ผู้ส่วยผลและผู้ดูแลรักษา

๒๓. อนตฺตโต โดยอาการมิใช่ตน เพราะแม้แต่
ตนเองก็มีได้เป็นเจ้าของเป็นต้น

๒๔. อาทีนฺวโต โดยอาการเป็นผลร้ายเพราะ
เป็นปวัตติทุกฺข (ทุกฺขโดยยังเป็นไป)และเพราะ
ความที่ทุกฺขเป็นตัวโทษ

อีกนัยหนึ่ง บุคคลใดยอมไปสู่ความเข็ญใจ
ยอมถึงซึ่งความเข็ญใจ ความเข็ญใจยอมเป็นไป
แก่บุคคลใด เหตุนี้ บุคคลนั้นจึงชื่ออาทีนฺว

คำว่า อาทีนฺว นั้นเป็นคำเรียกคนเข็ญใจ
แม้ชั้นทั้งหลายเล่า ก็เป็นสภาพเข็ญใจแท้
เหตุนี้จึงกล่าวได้ว่าโดยอาการเป็นโทษ เพราะ
เป็นเช่นกับคนเข็ญใจ

๒๕. วิปริณามชฺมมโต โดยอาการมีความแปร
ไปเป็นธรรมดา เพราะมีความเปลี่ยนแปลงไปเป็นปกติ
โดยอาการ ๒ คือโดยชฺรธาและโดยมรณะ

๒๖. อสารถโต โดยอาการไม่มีแก่น เพราะ
เป็นสิ่งอ่อนแอและเพราะเป็นสิ่งพินทุ์ได้ง่าย

๒๗. อฆมฺมูลโต โดยอาการเป็นมูลแห่งความ
ลำบาก เพราะเป็นเหตุแห่งความทุกฺขียาก

๒๘. วธกโต โดยอาการเป็นผู้ฆ่า เพราะมัก
ทำลายความไว้วางใจเสีย ดุจศัตรูผู้มีหน้าเป็นมิตร

๒๙. วิภวโต โดยอาการชื่อว่าเสื่อม เพราะ
ปราศจากความเจริญและเพราะเป็นตัวเสื่อม

๓๐. สาสวโต โดยอาการเป็นสิ่งเศร้าหมอง

๓๑. สฺงฺขตโต โดยอาการเป็นสิ่งที่เหตุปัจจัย
ปรุงแต่ขึ้น

๓๒. มารามิสโต โดยอาการเป็นเหยื่อมาร
เพราะเป็นเหยื่อของมัจจุมารและกิลฺสมาร

๓๓-๖. ชาติชฺรพฺยาธิรมณฺณชฺมมโต โดยอาการ
ชื่อว่า มีชาติชฺรพฺยาธิรมณฺณะเป็นธรรมดา เพราะมี
ความเกิด แก่ เจ็บไข้ ความตายเป็นปกติ

โลกปริเทวอุปายาสเหตุตาย โลกปริเทว
อุปายาสธรรมโต

๓๗-๘. โลกปริเทวอุปายาสธรรมโต โดย
อาการชื่อว่า มีโสกะ...ปริเทวะ...อุปายาสเป็น
ธรรมดา เพราะมีความเศร้าโศก...ความคร่ำครวญ
...ความคับแค้นใจเป็นปกติ

ตณฺหาทิกฺกุจฺจิจฺจิตฺตํ สกฺกิลฺลํ วิสยชฺชม
ตาย สกฺกิลฺลํ สกฺกิลฺลํ ตติ

๔๐. สกฺกิลฺลํ สกฺกิลฺลํ ตติ โดยอาการเป็นสิ่งมี
ความเศร้าหมองเป็นธรรมดา เพราะมีความเป็น
วิสัย (คือเป็นแดนหรือเป็นอารมณ์) แห่งสังกิลล
คือ ตัณหา ทิกฺกุจฺจิ และทฺจฺจิจฺจิตฺตํ เป็นธรรมดา^{๑๑๔}

เอวํ ปภทฺโต วุตฺตสฺส อนิจฺจาติสฺสม
สนฺตสฺส วเสน สมฺมสติ .

เอตถ หิ อนิจฺจโต ปโลกโต จลโต
ปภงฺกฺจโต อทฺฐวโต วิปริณามชฺชมโต
อสารกโต วิภวโต สงฺขตโต มรณชฺชมโตติ

ก็แลในสัมมสนะ ๔๐ นี้ สัมมสนะโดยอาการ
๑๐ คือ โดยอาการไม่เที่ยง โดยอาการหลาย โดย
อาการไหว โดยอาการแตกสลาย โดยอาการไม่
คงทน โดยอาการมีความแปรไปเป็นธรรมดา โดย
อาการไม่มีแก่น โดยอาการเสื่อม โดยอาการเป็น
สังขตะ โดยอาการมีมรณะเป็นธรรมดา

เอเกกฺสฺมี ขนฺนุเช ทส ทส กตฺวา
ปญฺญาส อนิจฺจานุปัสฺสนา นิ .^{๑๑๕}

เป็นอนิจจานุปัสสนา ๕๐ โดยทำเป็น ๑๐๑
ในขั้นหนึ่ง ๆ

^{๑๑๔}วิสุทฺธิ.(บาลี)๒/๖๘๘/๒๗๕-๑๘๐

๓.๑๓.๓ อรรถกถาอธิบาย आयตनปัพพะ

ปุณ จปริ ภิกขเว
 ภิกขุ ฐมเมสุ ฐมมานุปลัสสี วิหริติ
 ฉสุ อชฺชตฺตติกาหิเรสุ आयตनेสุ.
 กถญจ ภิกขเว ภิกขุ ฐมเมสุ ฐมมานุปลัสสี
 วิหริติ ฉสุ อชฺชตฺตติกาหิเรสุ आयตनेสุ.
 ๑ อิท ภิกขเว ภิกขุ
 จกฺขุญฺจ ปชานาติ รุเป จ ปชานาติ
 ยญจ ตฺตฺถุญฺจ ปฏฺฐิจฺจ อฺปฺปชฺชติ
 สญฺโฆชนํ ตญฺจ ปชานาติ
 ยถา จ อนฺุปฺปนฺนสฺส สญฺโฆชนสฺส
 อฺปฺปาโท โหติ
 ตญฺจ ปชานาติ
 ยถา จ อฺปฺปนฺนสฺส สญฺโฆชนสฺส
 ปหานํ โหติ
 ตญฺจ ปชานาติ
 ยถา จ ปหีนสฺส สญฺโฆชนสฺส
 आयตี อนฺุปฺปาโท โหติ
 ตญฺจ ปชานาติ
 โสตญฺจ ปชานาติ สทุเท จ ปชานาติ
 ฆานญฺจ ปชานาติ
 คนฺฺเช จ ปชานาติ
 ชิวฺหญฺจ ปชานาติ
 รเส จ ปชานาติ
 กายญฺจ ปชานาติ
 โผฏฺฐพฺเพ จ ปชานาติ
 มนญฺจ ปชานาติ
 ฐมฺเม จ ปชานาติ
 ยญจ ตฺตฺถุญฺจ ปฏฺฐิจฺจ อฺปฺปชฺชติ สญฺโฆชนํ
 ตญฺจ ปชานาติ
 ยถา จ อนฺุปฺปนฺนสฺส สญฺโฆชนสฺส
 อฺปฺปาโท โหติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย
 คืออายตนะภายในและภายนอก ๖ อยู่เนือง ๆ
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม คือ
 อายตนะภายในและภายนอก ๖ อย่างไรเล่า?
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
 ย่อมรู้จักนัยน์ตา ย่อมรู้จักรูป
 และรู้จักนัยน์ตาและรูปทั้ง ๒ นั้น -
 อันเป็นที่อาศัยบังเกิดของสังโยชน์
 หนึ่ง สังโยชน์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้จักด้วยประการนั้น
 สังโยชน์ ที่เกิดขึ้นแล้ว จะละเสียได้
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้จักด้วยประการนั้น
 สังโยชน์ที่ละได้แล้ว
 จะไม่เกิดขึ้นต่อไปด้วยประการใด
 ย่อมรู้จักด้วยประการนั้น
 ภิกษุย่อมรู้จักหู ย่อมรู้จักเสียง
 ย่อมรู้จักจมูก
 ย่อมรู้จักกลิ่น
 ย่อมรู้จักลิ้น
 ย่อมรู้จักรส
 ย่อมรู้จักกาย
 ย่อมรู้จัก สิ่งที่จะพึงถูกต้องด้วยกาย
 ย่อมรู้จักใจ
 ย่อมรู้จักธรรมารมณฺ์
 และรู้จักใจและธรรมารมณฺ์ทั้ง ๒ นั้น
 อันเป็นที่อาศัยบังเกิดของสังโยชน์
 หนึ่ง สังโยชน์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น
 ด้วยประการใด

ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
ยถา จ อุปฺปนฺนสฺส สณฺโณชนสฺส	สังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วจะละเสียได้ด้วย
ปหานํ โหติ	ประการใด
ตณฺจ ปชานาติ	ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
ยถา จ ปหีนฺนสฺส สณฺโณชนสฺส อายตී	สังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไป
อนุปฺปาโท โหติ	ด้วยประการใด
ตณฺจ ปชานาติ จ	ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
อิติ	ดังพรรณนามาจะนี้
อชฺฉตฺตํ วา ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายใน
พหิทฺธา วา ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมภายนอกบ้าง
อชฺฉตฺตพหิทฺธา วา ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง
สมุทฺยฐมฺมานุปฺสฺสี วา ฐมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรม..
วยฐมฺมานุปฺสฺสี วา ฐมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรมบ้าง
สมุทฺยวยฐมฺมานุปฺสฺสี วา ฐมฺเมสุ วิหฺรติ	พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้น
	และความเสื่อมในธรรมบ้าง
อตฺถิ ฐมฺมาติ วา ปนฺนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจิตฺตา โหติ	สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่
ยาวเทว ฅาณมตฺตตาย	ก็เพียงแต่สักว่าความรู้
ปฏฺิสฺสตีมตฺตตาย	เพียงแต่สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
อนิสฺสตีโต จ วิหฺรติ	เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว
น จ กิณฺจิจิ โลเก อุปาทิยติ.	และไม่ถือมั่นอะไรๆในโลก
เอวํ โช ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
ภิกฺขุ ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ	ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
ฉฺสุ อชฺฉตฺตติกพาหิเรสุ อายตเนสุ.	คืออายตนะภายในและภายนอก ๖ อยู่เนืองๆ
อายตนปพฺพํ นิฏฺฐิตํ	จบอายตนะบรรพ

อรรถกถาอธิบาย หมวดอายตนะ

จกขุ โสถิ ฆานัน ชิวหา กาโย มโนติ
อิเมสุ ฉสุ อชฺฌตฺติเกสุ.

รูป สทฺโท คนฺโธ รโส ใญฺจฺจฺโพ ฐมฺโม
ติ อิเมสุ ฉสุ พาหิเรสุ .

จกขุญจ ปชานาตีติ จกขุปสาทํ
ยาถาวสรสลกฺขณวเสน ปชานาติ.

รูปเป จ ปชานาตีติ พหิทฺธา จตฺตสมฺภูจฺจํ
กรูเป จ ยาถาวสรสลกฺขณวเสน ปชานาติ.

ยญจ ตทฺภยํ ปฏิจฺจ อฺปฺปชฺชติ สญฺโฆ
ชนฺนุติ ยํ จ ตํ จกขุญฺเจว รูปเป จาติ อุกฺขํ
ปฏฺิจฺจ กามราคะสังโยชนํ ปฏิฆฺมมานทิกฺกฺจ-
วิจิกิจฺจาสีลพฺพตตปฺรามาสกฺวาราคอิสฺสา-
มจฺจริยอวิชฺชาสญฺโฆชนฺนุติ ทสฺวิธํ สญฺโย
ชนํ อฺปฺปชฺชติ.

ตญจ ยาถาวสรสลกฺขณวเสน ปชานาติ.

เหตุเกิดสังโยชน

กถิ ปเนตฺ อฺปฺปชฺชตีติ.

จกขุทฺวาเร ตาว อาปาถคตฺติฏฺฐารมฺมณํ
กามสฺสาทวเสน อสฺสาทโยโต อภินฺนุทโต
กามราคะสญฺโยชนํ อฺปฺปชฺชติ.

อนิฏฺฐารมฺมเณ กุชฺฌโต ปฏิฆฺมสญฺโยชนํ
อฺปฺปชฺชติ.

จเปตฺวา มํ น อญฺโฆ โภจิ เอตํ
อารมฺมณํ วิภาเวตฺถุ สมฺตฺโต อตฺถิตฺติ มญฺญโต
มานสญฺโยชนํ อฺปฺปชฺชติ .

เอตํ รูปารมฺมณํ นิจฺจํ ฐฺวนฺนุติ คณฺหโต
ทิกฺกฺจิสญฺโยชนํ อฺปฺปชฺชติ .

ในอายตนะภายใน ๖ เหล่านี้ คือ ตา หู จมูก
ลิ้น กาย ใจ

ในอายตนะภายนอก ๖ เหล่านี้คือรูป เสียง
กลิ่น รสโผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์

บทว่า รู้ชัดจักขุ ความว่า รู้ชัดจักขุประสาท
โดยลักษณะพร้อมด้วยกิจตามความเป็นจริง

บทว่า รู้ชัดรูป ความว่า ย่อมรู้ชัดรูปอันเกิดแต่
๔ สมุฏฐาน (กรรม อุตฺ จิต อาหาร) ในภายนอก
โดยลักษณะพร้อมด้วยกิจตามความเป็นจริง

คำว่า สังโยชน์ย่อมอาศัยอายตนะทั้งสอง
เกิดขึ้น หมายถึงสังโยชน์ ๑๐ อย่าง คือ กามราคะ
ปฏิฆะ มานะ ทิกฺกฺจ วิจิกิจฺจ สีสลพตปฺรามาส กว
ราคะ อิสฺสา มัจฺจริยะ และอวิชฺชา สังโยชน์ เกิดขึ้น
เพราะอาศัยอายตนะทั้งสอง คือจักขุกับรูป

และย่อมรู้ชัดสังโยชน์ ๑๐ นั้น โดยลักษณะ
พร้อมด้วยกิจตามความเป็นจริง.

ถามว่า ก็สังโยชน์นั้นเกิดได้อย่างไร.

ตอบว่า เกิดได้ดังนี้ คือ เมื่อบุคคลยินดี
เพิลิตเพลินอิฏฺฐารมณํ อันมาปรากฏทางจักขุ
ทวาร โดยความยินดีในกามสังโยชน์ คือ กาม
ราคะก็เกิด

เมื่อบุคคลขัดเคืองในอนิฏฺฐารมณํ สังโยชน์คือ
ปฏิฆะก็เกิด

เมื่อสำคัญว่า ยกเว้นเราเสีย ใครอื่นที่สามารถ
เสวยอารมณณ์นั้นไม่มี ดังนี้ สังโยชน์ คือมานะก็
เกิด.

เมื่อยึดถือรูปารมณณ์นั้นว่า เทียง ยั่งยีน
สังโยชน์คือทิกฺกฺจ ก็เกิด

เอตํ รูปารมมณํ สุตโต นุโข. สุตตสฺส นุ
 โขติ วิจิกิจฺจโต วิจิกิจฺจาสณฺโฆชนํ
 อุปฺปชฺชติ.

สมฺปตฺติภเว วต โน อิํ สุลภํ ชาตนฺติ
 ภวํ ปตฺเถนตสฺส ภวารคสณฺโฆชนํอุปฺปชฺชติ.

อายุตีปี เหวรูปํ สีลพฺพตํ สมาทิยิตฺวา
 สกฺกา ลทฺฐนฺติ สีลพฺพตํ สมาทิยนฺตสฺส
 สีลพฺพตปรามาสสณฺโฆชนํ อุปฺปชฺชติ.

อโห วเตตํ รูปารมมณํ อณฺเณ น
 ลภเยยฺนฺติ อฺสุสฺสุยฺโยโต อิศฺสาสณฺโฆชนํ
 อุปฺปชฺชติ .

อตฺตนา ลทฺฐํ รูปารมมณํ อณฺเณสฺส
 มจฺจรายโต มจฺจริยสณฺโฆชนํ อุปฺปชฺชติ.

สพฺเพเหว สหชาตอณฺเณณวเสน
 อวิชฺขานโต อวิชฺขาสณฺโฆชนํ อุปฺปชฺชติ.

ความรู้เหตุละสังโยชน์

ยถา จ อฺนุปฺปนฺนสฺสาติ เยน การณฺน
 อสมฺมาจรรวเสน อฺนุปฺปนฺนสฺส ตสฺส ทส
 วิธสฺสาปี สณฺโฆชนสฺส อฺปฺปาโท โหติ.
 ตณฺจ การณํ ปชานาติ.

ยถา จ อฺปฺปนฺนสฺสาติ อฺปฺปหีนฺภูเจณ
 วา สมฺมาจรรวเสน วา อฺปฺปนฺนสฺส ตสฺส
 ทสฺวิธสฺสาปี สณฺโฆชนสฺส เยน การณฺน
 ปหานํ โหติ.ตณฺจ การณํ ปชานาติ.

ยถา จ ปหีนฺสฺสาติ ตทงฺควิกฺขมฺภนปฺ-
 ปหานวเสน ปหีนฺสฺสาปี ตสฺส ทสฺวิธสฺส
 สณฺโฆชนสฺส เยน การณฺน อายุตี อฺนุปฺ-
 ปาโท โหติ. ตณฺจ การณํ ปชานาติ.

เมื่อสงสัยรูปารมมณนั้นว่า สัตว์ไม่หนอ ของ
 สัตว์หรือหนอ สังโยชน์คือวิจิกิจจาก็เกิด

เมื่อปรารถนาภพว่า อารมมณนี้เราทำได้โดยง่าย
 ในสมบัติภพแน่ สังโยชน์คือภวาระก็เกิด

เมื่อถือนั่นศีลและพรตว่า เราถือนั่นศีลและ
 พรตอาจได้อารมมณเห็นปานนี้ต่อไปอีก สังโยชน์
 คือสีลพตปรามาสก็เกิด

เมื่อแยกกันว่า คนเหล่านี้ไม่พึงได้รูปารมมณ
 เห็นปานนี้กันเลย สังโยชน์คืออิสสา ก็เกิด

เมื่อหวังแหนรูปารมมณที่ตนได้แล้ว สังโยชน์คือ
 มัจจริยะก็เกิด

เมื่อไม่รู้แจ้ง ด้วยอำนาจความไม่รู้สิ่งซึ่งเกิด
 พร้อมกับจักขุและรูปทั้งมวล สังโยชน์ คืออวิชชา
 ก็เกิด.

คำว่า ที่ยังไม่เกิดด้วยเหตุใด ความว่า
 สังโยชน์แม้ ๑๐ อย่างนั้น ที่ยังไม่เกิดโดยความไม่
 ฟุ้งขึ้น ย่อมเกิดเพราะเหตุใด ย่อมรู้ชัดเหตุนั้น
 ด้วย

คำว่า ที่เกิดแล้วเพราะเหตุใด ความว่า
 สังโยชน์แม้ ๑๐ อย่างนั้นที่เกิดแล้ว เพราะอรรถว่า
 ยังละไม่ได้ หรือเพราะฟุ้งขึ้น ย่อมละได้เพราะเหตุ
 ใด ย่อมรู้ชัดเหตุนั้นด้วย

คำว่า ที่ละได้แล้วเพราะเหตุใด ความว่า
 สังโยชน์ ๑๐ อย่างนั้นแม้ละได้แล้วโดยตทงค-
 ปหาน และวิกขัมภนปหาน ย่อมไม่เกิดต่อไป
 เพราะเหตุใด ย่อมรู้ชัดเหตุนั้นด้วย

เกิน การณน ปนสฺส อายตี งามว่า สังโยชน์ ๑๐ นั้นไม่เกิดต่อไป เพราะ
อนุปฺปาโท โหติ. เหตุใด

ทิวฺจิจฺฉิวิจิจฺฉาสิลฺลพฺพตปรามาสอิสสา- ตอบว่า สังโยชน์ ๕ คือ ทิวฺจิจฺฉิวิจิจฺฉา
มัจฺฉริยเภทสฺส ตาว ปณฺจวิชฺสส สมฺมโย สิลฺลพฺพตปรามาส อิสสา และ มัจฺฉริยะ ไม่เกิด
ชนสฺส โสตาปตฺติมคฺเคน อายตี อนุปฺปาโท ต่อไปด้วยโสตาปตฺติมรรค
โหติ.

กามราคะ ปฏิกฺขมฺมโยชนทฺวยสฺส สังโยชน์ ๒ คือ กามราคะ ปฏิกฺขมฺม โยพาริกสฺส สกทาคามิมคฺเคน. ไม่เกิดต่อไปด้วย สกทาคามิมรรค อย่างละเอียด
อณฺุสทฺตสฺส อนาคามิมคฺเคน ไม่เกิดต่อไปด้วยอนาคามิมรรค

มานภวราคะ อวิชฺชาสมฺมโยชนตฺตยสฺส สังโยชน์ ๓ คือมานะ ภวราคะ และอวิชชาไม่
อรหตฺตมคฺเคน อายตี อนุปฺปาโท โหติ. เกิดต่อไปด้วยอรหตฺตมรรค

โสตมฺจ ปชานาติ สทฺเท จาติ อาทีสุปิ แม้ในคำว่า ย่อมรู้ชัดโสตะนั้นด้วย เสียงด้วย
เอเสว นโย. เป็นต้น ก็นัยนี้เหมือนกัน

อิตฺติ อชฺฌตฺตํ วาติ เอวํ อชฺฌตฺติกาย คำว่า หรือภายใน ความว่า พิจารณาเห็น
ตนปริคฺคณฺหณฺน อตฺตโน วา ฐมฺเมสุ ธรรมในธรรมทั้งหลายของตน ด้วยการกำหนด
พาหิรายตนปริคฺคณฺหณฺน ปฺรสุสฺส วา ฐมฺเม อายตนะภายใน ในธรรมทั้งหลายของคนอื่น ด้วย
สุ กาลเณ วา อตฺตโน กาลเณ วา ปฺรสุสฺส ฐมฺ การกำหนดอายตนะภายนอก หรือในธรรม
เมสุ ฐมฺมานุปฺสุสฺสี วิหฺรติ. ทั้งหลายของตนตามกาลของคนอื่นตามกาลอย่าง
นี้อยู่

สมุทฺทวฺยา ปเนตฺถ อวิชฺชาสมุทฺทยา ก็ความเกิดและความเสื่อมในอายตนะบรรพนี้
จกฺขุสมุทฺโยติ รูปรายตนสฺส รูปกฺขนฺุเช. ฟังนำมาเทียบรูปรายตนะลงในรูปชั้น

อรูปรายตเนสุ มนายตนสฺส วิญฺเญ มนายตนะในอรูปรายตนะทั้งหลายลงใน
ญาณกฺขนฺุเช. วิญญูญาณชั้น

ฐมฺมายตนสฺส เสสฺกฺขนฺุเชสุ โลกุตฺตรธฺม ฐมฺมายตนะลงในชั้นที่เหลือ ไม่ฟังถือว่า
มา น คเหตุพฺพา. โลกุตตรธรรม

สติกำหนดอายตนะเป็นอริยสัจ ๔

อายตนปริคฺคาหิกา สติ ทฺกุขสจฺจนฺุติ สติกำหนดอายตนะเป็นอารมณฺ์ เป็นทุกขสัจ
เอวํ โยชนํ กตฺวา อายตนปริคฺคาหกฺสฺส ดั่งนี้ ป็นต้นแล้ว ฟังทราบว่าเป็นทางปฏิบัติ
ภิกฺขุโน นียฺยานมฺุขนฺุติ เวทิตฺพฺพ. ทุกข์ออกไป ของภิกษุผู้กำหนด อายตนะเป็น
อารมณฺ์

๓.๑๓.๔ อรรถกถาธิบาย โทษฌักปัพพะ

- | | |
|--|---|
| <p>ปุณ จปรํ ภิกขเว
 ภิกขุ ฌมเมสุ ฌมมานุปลสฺสี วิหริติ
 สตฺตสฺสุ โทษฌงฺเคสุ.
 กถญจ ภิกขเว ภิกขุ ฌมเมสุ
 ฌมมานุปลสฺสี วิหริติ สตฺตสฺสุ โทษฌงฺเคสุ.
 ๑) อิธ ภิกขเว
 ภิกขุ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ สติสฺมโพิษฌงฺคํ อตฺถิ
 เม อชฺฌตฺตํ สติสฺมโพิษฌงฺโคติ ปชานาติ
 อสนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ สติสฺมโพิษฌงฺคํ นตฺถิ
 เม อชฺฌตฺตํ สติสฺมโพิษฌงฺโคติ ปชานาติ
 ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส สติสฺมโพิษฌงฺคสฺส
 อฺปปาโท โหติ
 ตถญจ ปชานาติ.
 ยถา จ อฺปปนฺนสฺส สติสฺมโพิษฌงฺคสฺส
 ภาวนาปาริปุริ โหติ
 ตถญจ ปชานาติ.
 ๒) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ฌมฺมวิจยสฺมโพิษฌงฺคํ
 โหติ ฌมฺมวิจยสฺมโพิษฌงฺคํมีอยู่
 ณ ภายในจิต ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ตถญจ ปชานาติ.
 ๓) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ วิริยสฺมโพิษฌงฺคํ โหติ
 วิริยสฺมโพิษฌงฺคํมีอยู่ ณ ภายในจิต
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ตถญจ ปชานาติ.
 ๔) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ปิตฺติสฺมโพิษฌงฺคํ โหติ
 ปิตฺติสฺมโพิษฌงฺคํมีอยู่ ณ ภายในจิต
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ตถญจ ปชานาติ.
 ๕) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ปลฺลสฺสทฺธิสฺมโพิษฌงฺคํ โหติ
 ปลฺลสฺสทฺธิสฺมโพิษฌงฺคํมีอยู่ ณ ภายในจิต
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ตถญจ ปชานาติ.</p> | <p>ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
 คือ โพิษฌงค์ ๗ อยู่เนืองๆ
 ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรม
 ในธรรมอยู่ คือพิษฌงค์ ๗ อย่างไรเล่า
 ภิกษุในธรรมวินัยนี้
 เมื่อสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต
 ย่อมรู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์มีอยู่
 ณ ภายในจิตของเรา
 หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต
 ย่อมรู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่
 ณ ภายในจิตของเรา
 สติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้น
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 สติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะเจริญ
 บริบูรณ์ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ๒) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ฌมฺมวิจยสฺมโพิษฌงฺคํ
 โหติ ฌมฺมวิจยสฺมโพิษฌงฺคํมีอยู่
 ณ ภายในจิต ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ตถญจ ปชานาติ.
 ๓) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ วิริยสฺมโพิษฌงฺคํ โหติ
 วิริยสฺมโพิษฌงฺคํมีอยู่ ณ ภายในจิต
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ตถญจ ปชานาติ.
 ๔) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ปิตฺติสฺมโพิษฌงฺคํ โหติ
 ปิตฺติสฺมโพิษฌงฺคํมีอยู่ ณ ภายในจิต
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ตถญจ ปชานาติ.
 ๕) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ ปลฺลสฺสทฺธิสฺมโพิษฌงฺคํ โหติ
 ปลฺลสฺสทฺธิสฺมโพิษฌงฺคํมีอยู่ ณ ภายในจิต
 ด้วยประการใด
 ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
 ตถญจ ปชานาติ.</p> |
|--|---|

- ๖) ยถา จ สนฺตํ วา อชฺชตฺตํ สมาริสมฺโพชฌงฺคํ โหติ สมาริสมฺโพชฌงฺคํมีอยู่ ณ ภายในจิต
ด้วยประการใด
ตมฺจ ปชานาติ. ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
- ๗) ยถา จ สนฺตํวา อชฺชตฺตํ อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคํ อตฺถิ อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคํมีอยู่ ณ ภายในจิต
เม อชฺชตฺตํ อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคโติ ปชานาติ ย่อมรู้ชัดว่า อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคํมีอยู่
ณ ภายในจิตของเรา
- อสนฺตํ วา อชฺชตฺตํ อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคํ นตฺถิ อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคํไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต
เม อชฺชตฺตํ อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคโติ ปชานาติ ย่อมรู้ชัดว่า อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคํไม่มีอยู่
ณ ภายในจิตของเรา
- ยถา จ อนฺุปฺปนฺนสฺส อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคสฺส อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคํที่ยังไม่
อฺุปฺปาโท โหติ เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด
ตมฺจ ปชานาติ . ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
- ยถา จ อฺุปฺปนฺนสฺส อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคสฺส อุกฺเขฯสฺมโพชฌงฺคํที่เกิดขึ้นแล้ว
ภาวนาปาริปุริ โหติ จะเจริญบริบูรณ์ด้วยประการใด
ตมฺจ ปชานาติ . ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น
- อิติ ดังพรรณนาจะนี้
- อชฺชตฺตํ วา ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายใน
พหิทฺธา วา ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมภายนอกบ้าง
อชฺชตฺตพหิทฺธา วา ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอก..
สมุทฺยฐมฺมานุปฺสฺสี วา ฐมฺเมสุ วิหฺรติ พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรม
วฺยฐมฺมานุปฺสฺสี วา ฐมฺเมสุ วิหฺรติ พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรม..
สมุทฺยวฺยฐมฺมานุปฺสฺสี วา ฐมฺเมสุ วิหฺรติ พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้น
และ ความเสื่อมในธรรมบ้าง
- อตฺถิ ฐมฺมาติ วา ปนฺนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจิตา โหติ สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่
ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย ปฏิสฺสตีตมตฺตตาย ก็เพียงสักว่าความรู้ สักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น
อนิสฺสตีโต จ วิหฺรติ เธอเป็นผู้อันตณฺหาและทิวฺไม่อาศัยอยู่แล้ว
น จ กิณฺจิ โลเก อฺุปาทียติ. และไม่ถึมั่นอะไรๆในโลก
เอวํ โข ภิกฺขเว ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
ภิกฺขุ ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปฺสฺสี วิหฺรติ ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
สตฺตสฺส โพชฌงฺเกสุ. คือโพชฌงค์ ๗ อยู่เนื่องๆ

อรรถกถาอธิบาย หมวดโพชฌงค์

โพชฌงค์เสฐติ พุชฌนกสตุตตสฺส องฺเคสุ.
 สติสมฺโพชฌงฺคนฺติ สติสงฺขาตํ สมฺ
 โพชฌงฺคํ.
 อารทฺฐวิปสฺสกาโต ปฏฺฐาย โยคาวจร
 สมฺโพธิ. ยาย วา โส สติอาทิกาย สตุตฺถมฺม
 สามคฺคิยา สมฺพุชฌมติ กิเลสฺนิตฺทาโต อฏฺฐจาติ
 .สจฺจานี วา ปฏฺฐิวิชฺชติ.
 สา ฆมฺมสามคฺคิ สมฺโพธิ.
 ตสฺส สมฺโพธิสฺส. ตสฺสา วา สมฺโพธิยา
 องฺคนฺติ สมฺโพชฌงฺคํ.
 เตน วุตฺตํ สติสงฺขาตํ สมฺโพชฌงฺคนฺติ.
 เสสสมฺโพชฌงฺเคสุปี อิมินาว นเยน
 วจนฺนุโจ เวทิตฺพุโพ.
 อสนฺตฺนฺติ อปฏฺฐิลาภวเสน อวิชฺชมานํ.
 ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺสาติ อาทิสฺส ปน สติสม
 โพชฌงฺคสฺส ตาว อตฺถิ
 ภิกฺขเว สติสมฺโพชฌงฺคญฺจานียา ฆมฺมา
 ตตฺถ โยนิโสมนสิการพฺหุลีกาโร. อยมาหาโร
 อนุปฺปนฺนสฺส วา สติสมฺโพชฌงฺคสฺส อฺปฺปา
 ทาย อฺปฺปนฺนสฺส วา สติสมฺโพชฌงฺคสฺส ภฺย
 โยภาวาย เวปฺลฺลย ภาวนาย ปาริปุริยา
 สํวตฺตตีติ เอิวํ อฺปฺปาโท โหติ.
 ตตฺถ สติเยว สติสมฺโพชฌงฺคญฺจานียา
 ฆมฺมา.
 โยนิโสมนสิการาโร วุตฺตลกฺขณเยว .
 ตํ ตตฺถ พฺหุลํ ปวตฺตยโต สติ-
 สมฺโพชฌงฺโค อฺปฺปชฺชติ.

บทว่า ในโพชฌงค์ทั้งหลาย คือ ในองค์ของ
 สัตว์ผู้ตรัสรู้
 บทว่า สติสัมโพชฌงค์ ได้แก่ สัมโพชฌงค์
 กล่าวคือ สติ.
 พระโยคาวจร รู้พร้อมตั้งแต่เริ่มวิปัสสนา หรือ
 พระโยคาวจรนั้น ตื่นลุกขึ้นจากกิเลสนิทราหรือ
 ทางตลอดสัจจะทั้งหลาย ด้วยธรรมสามัคคี ๗ มี
 สติ เป็นต้นอันใด
 ธรรมสามัคคีอันนั้นชื่อว่าสัมโพธิ
 องค์ของผู้ตื่นนั้น หรือธรรมสามัคคีเครื่องปลุก
 ให้ตื่นนั้น เหตุุนั้น จึงชื่อว่าสัมโพชฌงค์
 เพราะฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่า สัมโพชฌงค์
 กล่าวคือสติ
 แม้ในสัมโพชฌงค์ที่เหลือ ก็พึงทราบความ
 แห่งคำตามนัยนี้แล
 วินิจฉัย ในคำว่า ที่ยังไม่เกิดเพราะเหตุใดเป็น
 ต้น ดังต่อไปนี้ สติสัมโพชฌงค์ย่อมเกิดตามนัย
 อันมาในบาลี อย่างนี้ว่า
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ
 สัมโพชฌงค์มีอยู่ การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการ
 ในสติสัมโพชฌงค์นั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความเกิด
 แห่งสติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด หรือเป็นทาง
 ไพบูลย์จำเริญบริบูรณ์ยิ่ง ๆ ขึ้นไปแห่งสติ
 สัมโพชฌงค์ที่เกิดแล้ว
 ในธรรมเหล่านั้น สตินั้นแหละชื่อว่าธรรม เป็น
 ที่ตั้งแห่งสติสัมโพชฌงค์
 โยนิโสมนสิการมีลักษณะดังที่กล่าวมาแล้วแล
 เมื่อภิกษุทำโยนิโสมนสิการนั้นให้เป็นไป
 มากๆ ในอารมณ์นี้แล้ว สติสัมโพชฌงค์ก็เกิด.

ธรรมเป็นเหตุเกิดสติสัมโพชฌงค์

อปัจ จตฺตาโร ฌมฺมา สติสมฺโพชฌงฺคสฺส
 อุปฺปาทาย สํวตฺตนฺติ สติสมฺปชฌณฺมํ มุฏฺฐสฺส
 สติปฺคฺคฺลปฺริวชฺชนตา อุปฺภูจิตฺตสฺสติปฺคฺคฺลเส
 วนตา ตทริมฺมุตฺตาทิ.

อภิกฺกนฺตาทิสฺสุ หิ สตฺตสฺสุ ฐฺาเนสฺสุ
 สติสมฺปชฌณเณ

ภตฺตนิทฺธิขิตฺตทากสทิสเส มุฏฺฐสฺสติปฺคฺคฺลเส
 ปฺริวชฺชนเณ

ติสฺสทตฺตตฺเถรภยตฺเถราทิสทิสเส อุปฺภู
 จิตฺตสฺสติปฺคฺคฺลเส เสงฺวนเณ

จฺานนิตฺตทาทิสฺสุ สติสมฺภูจฺาปนตฺถํ นินฺน
 โปณฺปพฺุการจิตฺตตฺตาย จ สติสมฺโพชฌงฺโค
 อุปฺปชฺชติ.

เอวํ จตฺุหิ การเณหิ อุปฺปนฺนสฺส ปนฺสส
 อรหตฺตมคฺเคน ภาวนาปาริปุริ โหตีติ
 ปชานาติ.

เหตุเกิดธัมมวิจยสัมโพชฌงค์

ฌมฺมวิจยสมฺโพชฌงฺคสฺส ปนฺ อตฺถิ
 ภิกฺขเว กุสลากุสลา ฌมฺมา .เป. กณฺห-
 สุกกสปฺปฏิภาคา ฌมฺมา.

ตตฺถ โยนิโสมนสิการพฺุฬีกาโร.

อຍມາହາโร อນຸປນນສສ ວາ ສມຸວິຈຍ-
 ສມໂປຊຸຸງສສ ອຸປປາທາຍ ອຸປປນນສສ
 ວາ ສມຸວິຈຍສມໂປຊຸຸງສສ ກິຍໂຍກາວາຍ
 ເວປຸລາຍ ກາວນາຍ ປາຣີປຸຣິຍາ ສິວຕຸຕິຕິ
 ັ໑໑ ເອວິ ອຸປປາໂທ ໂຫຕິ.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๔ ประการ เป็นทางเกิด
 สติสัมโพชฌงค์ คือ ๑.สติสัมปชัญญะ ๒. การเว้น
 บุคคลผู้มีสติหลงลืม ๓. การคบหาบุคคลผู้มีสติ
 มั่นคง ๔. ความน้อมจิตไปในสติสัมโพชฌงค์นั้น.

ก็สติสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดด้วยสติสัมปชัญญะ
 ในฐานะทั้ง ๗ มีก้าวไปข้างหน้า เป็นต้น

ด้วยการงดเว้นบุคคลผู้มีสติหลงลืม เช่นเดียวกับ
 ก้าวตัวเก็บอาหาร

ด้วยการคบหาบุคคลผู้มีสติมั่นคง เช่นเดียวกับ
 กับพระตีสสที่ตเถระและพระอภัยเถระ เป็นต้น

และด้วยความเป็นผู้มีจิตน้อมน้อมไปเพื่อตั้ง
 สติในอริยาบททั้งหลายมี ยืน นั่ง เป็นต้น.

ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า ก็สติสัมโพชฌงค์นั้นอันเกิด
 แล้วด้วยเหตุ ๔ ประการอย่างนี้ ย่อมเจริญบริบูรณ์
 ด้วยอรรถตมรรค.

ก็ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดตามนัยอันมา
 ในบาลีอย่างนี้ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมที่เป็น
 กุศลและอกุศล ฯลฯ ธรรมที่เปรียบด้วยธรรมฝ่าย
 ดำ และฝ่ายขาวมีอยู่

การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในธรรม
 เหล่านั้น

นี้เป็นอาหาร เพื่อความเกิดแห่งธัมมวิจย-
 สัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด หรือเป็นทางไฟบุญญ์เจริญ
 บริบูรณ์เต็มทีแห่งธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ที่เกิดแล้ว
 ธรรมเป็นเหตุเกิดธัมมวิจยสัมโพชฌงค์

๑๑๑ ส.มหา. (บาลี) ๑๗/๕๒๗/๑๔๕.

อปิจ สุตต ฐมมา ฐมมวิจย-
 สมโพชฌงคฺสฺส อุปฺปาทาย สํวตฺตนฺติ
 ปริปุจฺจนฺตา วตฺตวิสทกิริยา อินฺทฺริย
 สมตฺตปฏิปาทนา ทุปฺปญฺยบุคคลปริวชฺชนา
 ปญฺจวณฺตบุคคลเสวนา คมภีรณฺณจริยปจฺจ
 เวกฺขณา ตทธีมุตฺตตฺตาติ.

ปริปุจฺจนฺตาติ ขนฺธธาตฺตฺตฺตฺตอินฺทฺริ
 ยพลโพชฌงคฺมคฺคฺคฺคฺคฺคฺคฺคฺคฺคฺคฺคฺคฺค
 สนนํ อตฺตสฺสนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺน

วตฺตวิสทกิริยาติ อชฺชตฺตติกาหิรณฺ
 วตฺตฺตฺตฺตฺตฺต วิสทภาวกรณฺ .^{๑๑๖}

ยทา หิสฺส เกสนขโลมานิ อติทีฆานิ
 โหนฺติ. สรีรํ วา อุสฺสสนฺนโทสณฺเจว เสท
 มลฺมกฺขิตํ จ. ตทา อชฺชตฺตติกาตฺตฺต อวิสทํ
 โหติ อปริสุทฺธํ.

ยทา ปน จีวรํ ฐิณฺณํ กิลิณฺณํ ทุคฺคณฺ
 โหติ. เสนาสนฺนํ วา อุกฺกฺกฺกฺก. ตทา
 พาหิรวตฺตฺต อวิสทํ โหติ อปริสุทฺธํ.

ตสฺมา เกสาทิจเจเทเนน อฺทฺทฺทฺทฺทฺท
 โหวิเรจนาทีหิ สรีรสฺสฺสฺสฺสฺสฺสฺสฺส
 อจฺจนฺตนาหฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺนฺน

สุจิกมฺมโหวณฺรชนปรีภณฺทกรณฺาทีหิ
 พาหิรวตฺตฺต วิสทํ กาทพฺพํ.

เอตสฺมี หิ อชฺชตฺตติกาหิเร วตฺตฺตฺต
 อวิสเท อุปฺปนฺนเนสฺสุ จิตฺตเจตฺตสิเกสฺสุ
 ญฺาณฺนฺนฺน อวิสทํ โหติ อปริสุทฺธานฺน
 ทีปฺกปฺลลิกวณฺณฺวิ เตลาณิ นิสฺสยา
 อุปฺปนฺนฺนที่ปฺลิสยา โอบาโส
 วิย.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๗ ประการ ย่อมเป็นไป
 เพื่อความเกิดขึ้นแห่งธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ คือ
 ๑. การสอบถาม ๒. การทำวัตรให้สละสลวย
 ๓. การปรับปรุงอินทรีย์ให้สม่ำเสมอ ๔. เว้น
 บุคคลมีปัญญาทราวม ๕. คบหาบุคคลผู้มีปัญญา
 ๖. พิจารณาสอดส่องด้วยปัญญาอันลึกซึ้ง
 ๗. ความน้อมจิตไปในธัมมวิจยสัมโพชฌงค์นั้น.

ความเป็นผู้มากไปด้วยการสอบถามอรรถแห่ง
 ขันธ์ ธาตุ อายตนะ อินทรีย์ พละ โพชฌงค์ องค์
 มรรค ฌาน สมถะและวิปัสสนา ชื่อว่าการสอบถาม
 การทำวัตรภายในและภายนอกให้สละสลวย
 ชื่อว่า การทำวัตรให้สละสลวย

ก็เวลาใด ภิกษุมีผม เล็บและขนยาวเกินไป
 หรือร่างกายสกปรกเปรอะเปื้อนด้วยเหงื่อและโคล
 เวลานั้น วัตรภายใน (คือร่างกาย) ไม่สละสลวยไม่
 สะอาด

แต่ในเวลาใด จีวรเก่าคร่ำคร่า สกปรก
 เหม็นสาบ หรือเสนาสนะกรุงรัง ในเวลานั้น วัตร
 ภายนอกไม่สละสลวย ไม่สะอาด

เพราะฉะนั้น จึงควรทำวัตรภายในให้สละ
 สลวย ด้วยกิจมีการปลงผมเป็นต้น ด้วยการทำ
 ร่างกายให้เบาสบาย ด้วยกิจมีการถ่ายชำระมลทิน
 ให้ทั่วทั้งเบื้องบนเบื้องล่างเป็นต้น และด้วยการขัด
 สี อาบน้ำบรรเทากลิ่นเหม็น

พึงทำวัตรภายนอกให้สละสลวยด้วยกิจมีการ
 เย็บ ย้อม ซักจีวร และทำการรมบาตรเป็นต้น

เพราะเมื่อวัตรภายใน และภายนอกนั้นไม่
 สละสลวย เมื่อจิตและเจตสิกเกิดขึ้น แม้ปัญญา
 ก็ไม่ผ่องแผ้ว เหมือนแสงสว่างของดวงประทีปที่
 เกิดขึ้น เพราะอาศัยตัวตะเกียงไส้และน้ำมันที่ไม่
 สะอาดหมดจดฉะนั้น

^{๑๑๖} ที่.มหา.อ.(บาลี)๒/๔๐๒

วิสเท ปน อชตตติกพาหิเร วตฺถุมหิ
 อุปฺปนฺเนสุ จิตฺตเจตฺตสิเกสุ ฌาณปิ วิสทํ
 โหติ สุปริสุทฺธานิ ทีปกปลฺลิกวฏฺฐิตฺเตลาหิ
 นิสฺสาย อุปฺปนฺนทีปสฺสชย โสภาโส วีย.

เตน วุตฺตํ วตฺถุวิสททิกิริยตา ฐมฺม
 วิจยสมฺโพชฌนฺคสฺส อุปฺปาทาย สํวตฺตตฺตฺติ.

อินฺทริยสมฺมตฺตปฏิปาทนา นาม สทฺธาทีนํ
 อินฺทริยานํ สมภาวกรณํ

แต่เมื่อวัตถุภายใน และภายนอกสละสลวย
 เมื่อจิต และเจตสิกเกิดขึ้น แม้ปัญญาที่ผ่องแผ้ว
 เหมือนแสงสว่างของดวงประทีปที่เกิดขึ้น เพราะ
 อาศัยตัวตะเกียงไส้ และน้ำมัน ที่สะอาดหมดจด
 เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า การทำวัตถุให้
 สละสลวย ย่อมเป็นไปเพื่อความคิดขึ้นแห่งธัมม
 วิจยสัมโพชฌนค์

การทำปรับปรุงอินทรีย์มีศรัทธาเป็นต้นให้
 สม่่าเสมอกัน ชื่อว่า การทำปรับปรุงอินทรีย์ให้
 เสมอ.^{๑๑๗}

^{๑๑๗} ปรับอินทรีย์ให้เสมอกันนั้น หมายถึง อินทรีย์ ๕
 คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิและปัญญา ที่พระผู้
 บำเพ็ญกัมมัญฐานต้องปรับให้เสมอกัน กล่าวคือ

(๑) ปรับศรัทธากับปัญญาให้เสมอกัน เพราะถ้า
 ศรัทธามากกว่าปัญญาบุคคลก็จะเลื่อมใสจนเกินไป
 หรือเลื่อมใสในเหตุที่ไม่น่าเลื่อมใส ถ้าปัญญามากกว่า
 ศรัทธา บุคคลก็จะหนักไปข้างอวดดีเป็นเหมือนโรค
 ดื้อยารักษาให้หายยาก ถ้าธรรมทั้งสอง เสมอกัน
 บุคคลจะเลื่อมใสในเหตุที่น่าเลื่อมใส

(๒) ปรับสมาธิกับวิริยะให้เสมอกัน เพราะถ้าสมาธิ
 มากกว่า วิริยะ ความเกียจคร้านจะครอบงำ เนื่อง
 จากสมาธิเป็นฝ่ายเดียวกันกับความเกียจคร้าน ถ้า
 วิริยะมากกว่า สมาธิ ความฟุ้งซ่านจะครอบงำ
 เนื่องจากวิริยะเป็นฝ่ายเดียวกันกับความฟุ้งซ่าน
 ดังนั้น สมาธิที่ประกอบ ควบคู่กับวิริยะ จิตจะไม่ตก
 ไปในฝ่ายความเกียจคร้าน วิริยะที่ประกอบควบคู่กับ
 สมาธิ จิตจะไม่ตกไป ในฝ่ายความฟุ้งซ่าน แต่สำหรับ
 สติ นั้น พระผู้บำเพ็ญกัมมัญฐานควรบำเพ็ญให้มีพลัง
 ทุกที่ทุกเวลา ดุจเกลือ จำต้องมีใน กับข้าวทุกอย่าง
 ดุจอำมาตย์ผู้ชำนาญการ จำต้องปรารภนาในราชการ
 ทุกอย่าง

ดูใน อง.ฉก.อ. (บาลี) ๓/๕๕/๑๓. วิสุทฺธิ. (บาลี)๑/
 ๖๒/๑๔๐-๑๔๑. สารตฺถ.ฎีกา (บาลี) ๓/๒๔๓/๓๕๓)

สเจ หิสฺส สหุริณฺหุริยํ พลวํ โหติ.
อิตรานิ มนุทานิ.

ตโต วิริยิณฺหุริยํ ปคฺคหฺกัจจํ สติณฺหุ
ริยํ อุปฏฺฐานกัจจํ สมานิณฺหุริยํ อวิกฺเขป
กัจจํ ปณฺณิณฺหุริยํ ทสฺสนกัจจํ กาทุนํ น
สกุโกติ.

ตสฺมา ตํ ฌมฺมสภาวปฺจฺจเวกฺขณฺเนน วา
ยถา วา มนสิกโรโต พลวํ ชาตํ.ตถา
อมฺนสิกาเรณ หาเปตพฺพํ.

วฏฺกฺลิตฺตุเถรวตฺถุ เจตฺถ นิตฺสสนฺ. สเจ
ปน วิริยิณฺหุริยํ พลวํ โหติ .

อถ สหุริณฺหุริยํ อธิโมกฺขกัจจํ กาทุนํ น
สกุโกติ .

น อิตรานิ อิตรกัจจเกทํ. ตสฺมา ตํ
ปสฺสสหุธาภิภาวนาย หาเปตพฺพํ.

ตตฺราปิ โสณตฺถุเถรสฺส วตฺถุํ ทสฺเสตพฺพํ.
เอวํ เสเสสฺสุปี เอกสฺส พลวภาเว สติ อิตรเรสฺ
อตฺตโน กิจฺจเจสฺส อสมตฺถตฺตา เวทิตพฺพา.

วิเสสโต ปเนตฺถ สหุธาปณฺณานํ สมานิ
วิริยานํ จ สมตํ ปสฺสสนฺติ.

พลวสฺสุโร หิ มนุทปณฺณโณ มุทฺธปฺปสนฺโน
โหติ. อวตฺถุสฺมี ปสฺสีทติ.

พลวปณฺณโณ มนุทสฺสุโร เกราฎิกปฏฺ
ภชฺติ. เกสฺซชฺชสมฺภูจฺจิโต วิย โรโค อเตกฺจฺโ
โหติ.

ด้วยว่า ถ้าอินทรีย์คือศรัทธาของเขามีกำลัง
กล้า อินทรีย์นอกนี้อ่อน

แต่นั้น อินทรีย์คือวิริยะ ก็ไม่อาจทำกิจคือการ
ประคองจิตได้ อินทรีย์คือสติก็ไม่อาจทำกิจคือการ
ปรากฏ อินทรีย์คือสมาธิก็ไม่อาจทำกิจคือความ
ไม่ฟุ้งซ่าน อินทรีย์คือปัญญาก็ไม่อาจทำกิจคือการ
เห็นได้

เพราะฉะนั้น เมื่อมนสิการถึงอินทรีย์คือศรัทธา
นั้น ด้วยการพิจารณาสมถกรรม หรือโดยประการ
ใด อินทรีย์คือศรัทธามีกำลังกล้า ฟุ้งลดลงด้วยการ
ไม่มนสิการโดยประการนั้น

ในข้อนี้มีเรื่องท่านพระวัคคลิเถระเป็น
อุทาหรณ์ ถ้าอินทรีย์คือวิริยะมีกำลังกล้า

เมื่อเป็นเช่นนั้น อินทรีย์คือศรัทธาก็ไม่อาจทำ
กิจคือการน้อมใจเชื่อ ได้

อินทรีย์นอกนี้ ก็ไม่อาจทำกิจคือหน้าที่ต่าง ๆ
ของตนได้ เพราะฉะนั้น จึงควรลดอินทรีย์คือวิริยะ
นั้นลง ด้วยการเจริญปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ เป็นต้น

แม้ในข้อนั้นพึงแสดงเรื่องท่านพระโสณเถระ
เป็นอุทาหรณ์ แม้ในอินทรีย์ที่เหลือก็เหมือนกัน
เมื่ออินทรีย์อย่างหนึ่งมีกำลังกล้า ฟุ้งทราบว่
อินทรีย์นอกนี้ก็ไม่สามารถในกิจ คือหน้าที่ของตน
ได้

แต่โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในเรื่องอินทรีย์นี้ ท่าน
สรรเสริญ ศรัทธากับปัญญา และสมาธิกับวิริยะ
ต้องเสมอกัน.

เพราะผู้มีศรัทธากล้า แต่มีปัญญาอ่อน มีความ
เลื่อมใสแรง ย่อมเลื่อมใสไปนอกเรื่อง.

มีปัญญากล้า แต่มีศรัทธาอ่อน ย่อมฝักใฝ่ไป
ข้างเกร เหมือนโรคเกิดเพราะผิดยา แก้ไขไม่ได้
ฉะนั้น.

จิตตูปปาตมตฺเตเนว กุสลํ โหตีติ
 อติธาวิตฺวา ทานาทินิ อภิโรนฺโต นิรเย
 อปฺปชฺชติ.

อุภินฺนํ สมตาย วตฺตฺตฺสฺมีเยว ปสฺสตีติ.

พลฺวา สมาธิ ปน มนุํ วิริยํ สมาธิสฺส
 โกสฺชชฺชปฺกฺชตฺตา โกสฺชชฺชํ อภิภาวตี.

พลวํ วิริยํ มนุโท สมาธิ วิริยสฺส
 อุกฺทฺทจฺจปฺกฺชตฺตา อุกฺทฺทจฺจํ อภิภาวตี.

สมาธิ ปน วิริเยน สโยชิตฺโต โกสฺชชฺเช ปตี
 ตุํ น ลภตี.

วิริยํ สมาธินา สโยชิตํ อุกฺทฺทจฺเจ ปตีตุํ
 น ลภตี.

ตสฺมา ตทฺทํยํ สมํ กาทพฺพี.

อุภยสมตาย หิ อปฺปนา โหตี.^{๑๑๔}

อปิจ สมาธิกมฺมิกสฺส พลวตีปิ สทฺธา
 วฏฺฏตี. เอวํ หิ สทฺทหนฺโต โอบปฺปนาโต
 อปฺปนํ ปาปฺกฺณิสฺสตี.

สมาธิปณฺณาสฺส ปน สมาธิกมฺมิกสฺส
 เอกคฺคตา พลวตี วฏฺฏตี.

เอวํ หิ โส อปฺปนํ ปาปฺกฺณตี.

วิปฺสฺสนากมฺมิกสฺส ปณฺณา พลวตี
 วฏฺฏตี.

เอวํ หิ โส ลกฺขณปฏฺวิเรชฺชํ ปาปฺกฺณตี.

อุภินฺนํ ปน สมตายปิ อปฺปนา โหตีเยว.

สติ ปน สพฺพตฺถ พลวตี วฏฺฏตี.

ผู้มีปัญญากล้า ก็โลดแล่นเข้าไปว่า กุศลมีได้
 ด้วยเพียงจิตตูปบาทใจคิดขณะหนึ่งเท่านั้น ดังนี้
 แล้ว ก็ไม่ทำบุญ มีทานเป็นต้น ย่อมเกิดในนรก.

เพราะอินทรีย์คือศรัทธากับปัญญาทั้งสอง
 เสมอกัน จึงเลื่อมใสในวัตถุ คือพระรัตนตรัย

แต่สมาธิกล้า วิริยะอ่อน ความเกียจคร้านย่อม
 ครอบงำได้ เพราะสมาธิเป็นฝ่ายโกสัชชะ

วิริยะกล้า สมาธิอ่อน อุทฺธจจะย่อมครอบงำได้
 เพราะวิริยะเป็นฝ่ายอุทฺธจจะ

แต่สมาธิอันวิริยะเข้าประกบไว้ ย่อมไม่ตกไป
 ในโกสัชชะ

วิริยะอันสมาธิเข้าประกบไว้ก็ไม่ตกไป ใน
 อุทฺธจจะ.

เพราะฉะนั้น จึงควรทำอินทรีย์สองคู่ นั้นให้
 เสมอเท่า ๆ กัน. ด้วยว่า อปฺปนาจะมีได้ ก็เพราะ
 อินทรีย์สองคู่เสมอกัน.

อีกอย่างหนึ่ง ศรัทธาแม้มีกำลังกล้าก็ควรแก่ผู้
 เจริญสมาธิ. เพราะผู้เจริญสมาธิ เชื่อมมั่น หยั่งลง
 มั่นอย่างนี้ จักบรรลूपปนาได้

ส่วนในสมาธิกับปัญญา ความที่จิตมีอารมณ์
 เป็นหนึ่งมีกำลังกล้า ย่อมควรแก่ผู้เจริญสมาธิ.

ด้วยว่า ผู้เจริญสมาธินั้น ย่อมบรรลूपปนาได้
 ด้วยเอกัคคตาอย่างนี้.

ปัญญามีกำลังกล้า ย่อมควรแก่ผู้เจริญ
 วิปัสสนา.

ด้วยว่าผู้เจริญวิปัสสนานั้นย่อมถึงความแทง
 ตลอดไตรลักษณ์ด้วยปัญญาอย่างนี้.

แต่อปฺปนาจะมีได้ ก็เพราะศรัทธา กับ
 ปัญญา ทั้งสองเสมอกันโดยแท้.

ส่วนสติมีกำลัง ย่อมควรในที่ทั้งปวง.

^{๑๑๔} มัชฌิมนิกายฎกเถร(ปปัญจสุทฺถนี๑)หน้า

สติ จิตตํ อุทฺทจฺจปฏฺชิกาณํ สทฺธาวิริย-
ปญฺญานํ วเสน อุทฺทจฺจปาทโต โกสฺซชฺชปฏฺชิ
เกณ จ สมานินา โกสฺซชฺชปาทโต รกฺขติ.

ตสฺมาสา โลณฺฐปนาวิย สพฺพพฺยณฺชเนสุ
สพฺพกมฺมิกอมฺมจโจ วิย จ สพฺพราชกิจฺเจสุ
สพฺพตฺถ อิจฺฉิตฺตพฺพา.

เตนาห สติ จ ปน สพฺพตฺถิกา วุตฺตา
ภควตา. กิการณา.

จิตตํ หิ สติปฏฺฐิสรณํ. อารกฺขปจฺจ-
ปญฺจานา จ สติ. น วินา สติยา จิตฺตสฺส
ปคฺคหนิคฺคโห โหตีติ.

ทฺฐปฺปณฺณปคฺคลปรีวชฺชนา นาม
ชนฺธาทีเกเท อโนคาพฺพปญฺญานํ ทุมฺเมช
ปคฺคลลนํ อารกา ปรีวชฺชนํ.

ปญฺจนนตฺตปคฺคลเสวนา นาม สมปญฺณ
าสลกฺขณปรีคฺคาทิกาย อุทฺทวยยปญฺญา
สมนฺนาตตฺตปคฺคลเสวนา.

คมฺภีรณานจรียปจฺจเวกฺขณา นาม
คมฺภีเรสุ ชนฺธาทีสุ ปวตฺตตาย คมฺภีรปญฺญา
ปเภทปจฺจเวกฺขณา.

ตทริมฺมุตฺตตา นาม จานนีสชฺชชาติสุ
ธมฺมวิจยสมฺโพชฃณฺคสมฺมุจฺจาปนตฺถํ นินฺน-
โปณฺพพฺการจิตฺตตา.

เอวํ อุปฺปนฺนสฺส ปนสฺส อรหตฺตมคฺเคน
ภาวนาปารีปฺริ โหตีติ ปชานาติ.

สติย่อมรักษาจิตมิให้ตกไปในอุทฺทจฺจะด้วย
อำนาจศรัทธาวิริยะปัญญา ซึ่งเป็นฝ่ายอุทฺทจฺจะ มิ
ให้ตกไปในโกสฺซชฺช เพราะสมาธิเป็นฝ่ายโกสฺซชฺช.

เพราะฉะนั้น สตินั้น จึงจำต้องปรารภนาในที่
ทั้งปวง เหมือนการปรุงรสด้วยเกลือจำปรารภนา
ในการปรุงอาหารทุกอย่าง และเหมือนอำมาตย์ผู้
ชำนาญในราชกิจทุกอย่าง จำปรารภนาในราชกิจ
ทุกอย่างฉะนั้น.

เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า
สติจำปรารภนาในที่ทั้งปวง เพราะเหตุไร

เพราะจิตมีสติเป็นที่อาศัย และสติมีการ
อารักขาเป็นที่ปรากฏ เว้นสติเสียแล้วจะประคอง
และขมจิตไม่ได้

การเว้นบุคคลผู้มีปัญญาทราวม ไม่มีปัญญา
หยั่งลงในประเภทแห่งธรรมมีขั้นเป็นต้นให้
ห่างไกล ชื่อว่า การงดเว้นบุคคลทราวมปัญญา.

การคบหาบุคคลผู้ประกอบด้วยปัญญารอบรู้
ความเกิดและความเสื่อมแห่งสภาวะธรรมอัน
กำหนดด้วยลักษณะ ๕๐ ถ้วน ชื่อว่า คบหาบุคคล
ผู้มีปัญญา.

การพิจารณาประเภทแห่งปัญญาอันลึกซึ้ง
ที่เป็นไปในสภาวะธรรมมีขั้นเป็นต้นอันลุ่มลึก ชื่อว่า
การพิจารณาสอดส่องด้วยปัญญาอันลึกซึ้ง.

ความเป็นผู้มีจิตอันโน้มโน้มไปเพื่อตั้งธัมม
วิจยสัมโพชฃณฺค ในอิริยาบถทั้งหลาย มี ยืน นั่ง
เป็นต้น ชื่อว่าความโน้มจิตไปในธัมมวิจย สัม
โพชฃณฺค นั้น.

ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า ก็ธัมมวิจยสัมโพชฃณฺค นั้นที่
เกิดด้วยอาการอย่างนี้ ย่อมเจริญบริบูรณ์ด้วย
อรรหัตตมรรค.

การเกิดของวิริยสัมโพชฌงค์

วิริยสัมโพชฌงค์ ๘ อตถิ ภิกขเว อารมภธาตุ นิกกมธาตุ ปรกกมธาตุ.

โยนิโสมนสิการพหุสีกาโร. อยามหาโร อรูปปนฺนสฺส วา วิริยสัมโพชฌงค์ ๘ อรูปปาทาย อรูปปนฺนสฺสวา วิริยสัมโพชฌงค์ ๘ ภิโยภาวาย เวปุลลยา ยาวนา ยปาริปุริยา สวตฺตตีติ เอว อรูปปาทอ โหติ.

วิริยสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดตามนัยอันมาแล้วในบาลีอย่างนี้ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อารมภธาตุ (ความเริ่มความเพียร) นิกกมธาตุ ปรกกมธาตุ (ความเพียรก้าวไปข้างหน้า) มีอยู่

การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในธาตุทั้ง ๓ นั้นนี้เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งวิริยสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด หรือเป็นไปเพื่อความไปบุลย์เจริญบริบูรณ์เต็มที แห่งวิริยสัมโพชฌงค์ที่เกิดแล้วตั้งนี้

ธรรมเป็นเหตุเกิดวิริยสัมโพชฌงค์

อปิจ เอกาทสฺสมมา วิริยสัมโพชฌงค์ ๘ อรูปปาทาย สวตฺตนฺติ

อปายภยปจฺจเวกฺขณตา

อานิสฺสทสฺสาวิตา

คมนวีธิปจฺจเวกฺขณตา

ปิณฑปาตาปจายนตา

ทายชฺชมฺหตฺตปจฺจเวกฺขณตา

สตุฏฺฐมฺหตฺตปจฺจเวกฺขณตา

ชาติมฺหตฺตปจฺจเวกฺขณตา

สพฺรหมจาริมฺหตฺตปจฺจเวกฺขณตา

กฺุสีตปฺกฺุคฺลปรีวชฺชนตา

อารทฺฐวิริยปฺกฺุคฺลเสวนตา

ตทริมฺมุตฺตตาติ.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๑๑ ประการ ย่อมเป็นไปเพื่อความเกิดแห่งวิริยสัมโพชฌงค์ คือ

๑. การพิจารณาเห็นภัยในอบาย

๒. การเห็นอานิสงส์

๓. การพิจารณาวิถีทางดำเนิน

๔. ความเคารพยำเกรงในบิณฑบาต

๕. การพิจารณาความเป็นใหญ่แห่งการรับทรัพย์มรดก

๖. การพิจารณาความมีพระศาสดาเป็นใหญ่

๗. การพิจารณาความมีชาติเป็นใหญ่

๘. การพิจารณาความมีสหพรหมจารีเป็นใหญ่

๙. การงดเว้นบุคคลเกียจคร้าน

๑๐. การคบบุคคลผู้ปรารถนาความเพียร

๑๑. ความน้อมจิตไปในวิริยสัมโพชฌงค์นั้น

๑. การพิจารณาเห็นภัยในอบาย

ตตถ นิริเยสุ ปญจวิธพนฺชนกมฺมกรณโต
 ปฏฺจาย มหาทฺกขฺ อณุภวนกาเลปิ ตฺริจ
 ฉานโยนียฺ ชาลขิปนฺกฺมินาทีหิ คหิตกาเลปิ
 ปาชนกณฺฎกาทีปฺปหารตฺนุสนฺส สกฺกฺวหน
 กาเลปิ ปิตฺติวิสเย อนฺเณกานิปิ วสฺสสหส
 สานิ เอกํ พุทฺทนฺตรปี ขุปฺปิปาสาหิ อาตุรี
 ฎตกาเลปิ กาลกณฺชิกอสุเรสุ สฺมฺมฺจิทฺตอสี
 ตฺติหตฺตปฺปมาณฺเนน อฏฺฐิจมฺมมตฺเตเนว อตฺต
 ภาเวน วาตาทปาทีทุกฺขานฺนุภวนกาเลปิ น
 สกฺกา วิริยสมฺโพชฌมฺคํ อุปฺปาทตฺตี อย
 เมว เต ภิกฺขุ กาโล วิริยกรณายาติ เอวํ
 อปายภยํ ปจฺจเวกฺขนฺตฺตฺสสาปี วิริยสม
 โพชฌมฺโค อุปฺปชฺชติ.

๒. การเห็นอานิสงส์

น สกฺกา กุสีเตน นวโลกุตฺตรชฺรมํ
 ลทฺทช.อารทฺทวิริเยเนว สกฺกา อยมาสีโส
 วิริยฺสฺสาติ เอวํ อานิสฺสทฺสสาวิโนปี
 อุปฺปชฺชติ..

๓. การพิจารณาวิถีทางดำเนิน

สพฺพพุทฺทปจฺเจกพุทฺทมหาสาวเกเหว
 คตมคฺโค คนฺตพฺโพ.

โส จ น สกฺกา กุสีเตน คนฺตฺนฺติ เอวํ
 คมณวีถิ ปจฺจเวกฺขนฺตฺตฺสสาปี อุปฺปชฺชติ.

๔. การเคารพยำเกรงต่อบิณฑบาต

เย ตํ ปิณฺฑปาทาทีหิ อุปฺฐฺวหนฺติ.
 อิเม เต มนุสฺสา เนว ฉาตกา น ทาสกมฺม-
 กรา. นาปี ตํ นิสฺสาย ชีวิสฺสามาติ เต
 ปณีตานิ จีวราทินิ เทนฺติ.

บรรดากรรม ๑๑ ประการนั้น เมื่อภิกษุผู้เจริญ
 วิริยสัมโพชฌมค์ แม้พิจารณาเห็นภัยในอบาย
 อย่างนี้ว่า ใครๆ ไม่อาจยังวิริยสัมโพชฌมค์ให้เกิด
 ได้ในเวลาที่จะสวยทุกขที่ใหญ่จำเดิมแต่ถูกลงโทษ
 ด้วยเครื่องจองจำ ๕ ประการในนรกก็ดี ในเวลาที่
 ถูกเขาจับด้วยแห และอวนเป็นต้น ในเวลาขับต้อน
 ทิมแห่งด้วยประจักษ์เป็นต้น ให้ลากเกวียนบ้าง ใน
 กำหนดสัตว์เดรัจฉานก็ดี ในเวลาทรมนทรมายด้วย
 ความหิวกระหายตั้งพันปีบ้าง พุทฺธันตรหนึ่งบ้าง
 ในเปรตวิสัยก็ดี ในเวลาที่ต้องสวยทุกขอันเกิดแต่
 ลมและแดดเป็นต้น ด้วยร่างที่สูงประมาณ ๖๐ ศอก
 ๘๐ ศอก เหลือแต่หนึ่งหุ้มกระดูก ในพวกกาลกัญ
 ชิกอสุราก็ดี ภิกษุ เวลานั้นเท่านั้นเป็นเวลาทำความ
 เพียรของเธอ วิริยสัมโพชฌมค์ย่อมเกิดขึ้นได้

เมื่อเห็นอานิสงส์อย่างนี้ว่า คนเกียจคร้านไม่
 อาจได้โลกุตตรธรรม ๘ คนที่ปรารถนาความเพียร
 เท่านั้นจึงสามารถ นี่เป็นอานิสงส์ของความเพียร
 ดังนี้ วิริยสัมโพชฌมค์ก็ย่อมเกิดได้

เมื่อพิจารณาวิถีทางดำเนินอย่างนี้ว่า ควร
 ดำเนินทางที่พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า
 พระมหาสาวกทุกพระองค์ดำเนินไปแล้ว

ทางนั้น คนเกียจคร้านไม่อาจเดินไปได้ ดังนี้
 วิริยสัมโพชฌมค์ก็ย่อมเกิดได้

เมื่อพิจารณาความเคารพยำเกรงต่อบิ
 ณฑบาตอย่างนี้ว่า มนุษย์เหล่าใดบำรุงด้วย
 บัจจัยมีบิณฑบาตเป็นต้น มนุษย์เหล่านั้นนี้ก็ไม่ไ้
 ญาติ ไม่ใช้ทาส และคนงานของเธอเลย ทั้งมนุษย์
 เหล่านั้นก็มีใช้ถวายเป็นบัจจัยมีจีวรเป็นต้น อัน
 ประณีตแก่เธอ ด้วยคิดว่าจักอาศัยเธอเลี้ยงชีวิต

อถโข อตตโน การานัน มหปผลตํ ปจจาสิ
สมานา เทนติ.

สตถาราปิ อัย อิเม ปจเจเย ปริภุชชิตวา
กายทพฺหิพฺหุโล สุขํ วิหริสฺสตีติ น เอวํ
สมปสฺสตา ตฺยหิ ปจจา อญฺญาตา.

อถโข อัย อิเม ปริภุชชมาโน สมณ
ธมฺมํ กตฺวา วฏฺฏทฺกฺขโต มุจฺจิสฺสตีติ เตน
ปจจา อญฺญาตา.

โสทานิ ตฺวํ กุสฺสิตโต วิหรนฺโต น ตํ
ปิณฺฑํ อปจายิสฺสสิ อารทฺทวิริยสฺเสว หิ
ปิณฺฑาปจายนา นาม โหตีติ เอวํ ปิณฺฑ
ปาตาปจายนํ ปจเจเวกฺขนตฺตสฺสาปิ อุปฺปชฺช
ติ อัยยमितฺตตฺเถรสฺส วิย.

เถโร กิร กสฺกเลเถน นาม ปฏิวสฺติ.
ตสฺส จ โคจรคาเม เอกา มหาอุปาสิกา
เถโร ปุตฺตํ กตฺวา ปฏฺชิชฺคตติ . สา เอกทิวสํ
อรณฺณํ คจฺจนฺตี ธีตฺโร อาห อมม อสฺกสฺมี
ฐานเณ ปฺรธาณตณฺฑุลา. อสฺกสฺมี ชีริ. อสฺกสฺมี
สฺปิ. อสฺกสฺมี ผาณิตํ. ตว ภาติกสฺส อัยย
मितฺตตฺสส อาคตกาเล ภาตตํ ปจิตฺวา
ชีรสฺปิผาณิตฺเตหิ สทฺธิ เทหีติ. ตฺวํ จ ก็
ภุชฺชเยยาสีติ อหํ ปน หิโยโย ปกุกํ ปาริ
วาสิกภตฺตํ กมฺมุชฺชเยเนว ภูตฺตามหีติ.

ทิวา ก็ ภุชฺชิสฺสสิ อมฺมาติ.

สากปณฺณํ ปกฺกชิปิตฺวา กณฺตณฺฑุเลหิ
อมฺพิลยาคค ปจิตฺวา จเปหิ อมฺมาติ.

เถโร จีวรํ ปารุปีตฺวา ปตฺตํ นีหรนฺโตว
ตํ สทฺทํ สุตฺวา อตฺตานํ โอวทึ มหาอุปาสิกา
กิร กมฺมุชฺชเยน ปาริวาสิกภตฺตํ ปริภุชฺช.

โดยที่แท้ เขาหวังให้อุปการะที่ตนทำแล้วมีผลมาก
จึงถวาย

แม้พระศาสดาก็มิได้ทรงพิจารณาเห็นอย่างนี้
ว่า ภิกษุนี้บริโภคปัจจัยเหล่านี้แล้ว จักมีร่างกาย
แข็งแรงมากอยู่เป็นสุข ดังนี้ แล้วทรงอนุญาต
ปัจจัยแก่เธอ

โดยที่แท้ พระองค์ทรงพิจารณาเห็นว่า ภิกษุ
บริโภคปัจจัยเหล่านี้ บำเพ็ญสมณธรรม จักพ้น
จากทุกข์ในวัฏฏะได้ดังนี้ จึงทรงอนุญาตปัจจัยไว้

เดี๋ยวนี้ เธอเกียจคร้านอยู่ ไม่เคารพยาเกรง
บิณฑบาตนั้น ขึ้นชื่อว่า การเคารพยาเกรงต่อ
บิณฑบาต ย่อมมีแก่ผู้ปรารถนาความเพียรเท่านั้น
ดังนี้ วิริยสัมโพชฌงค์ก็เกิดได้ เหมือนเกิดแก่ท่าน
พระมหามิตตเถระฉะนั้น.

เรื่องพระมหามิตตเถระ

ได้ทราบว่ พระเถระอาศัยอยู่ในที่ชื่อว่า กัส
สกลณะ และมหาอุบาสิกาคนหนึ่ง ในโคจรคาม
ของพระเถระนั้น ได้ปฏิบัติพระเถระอย่างลูกชาย.
วันหนึ่ง นางเมื่อจะเข้าป่าได้บอกลูกสาวว่า แม่หนู
ข้าวเก่าอยู่ในที่โน้น น้ำนมอยู่ที่โน้น เนยใสอยู่ที่
โน้น น้ำอ้อยอยู่ที่โน้น ในเวลาที่คุณมิตร พี่ชาย
ของเจ้ามา เจ้าจงหุงข้าวถวายพร้อมกับ นมเนย
ใส และน้ำอ้อย เจ้าก็ควรกินด้วย ส่วนแม่ เมื่อวาน
กินข้าวตั้งกับน้ำผักดอง.

ลูกสาวถามว่า กลางวันแม่จะกินอะไรเล่าแม่?

เจ้าจงเอาข้าวป่น (ปลายข้าว) ต้มให้เป็นข้าว
ยาคุเบรียว เติมหักดองลงไปตั้งไว้เถิดลูก แม่บอก.

พระเถระห่มจีวร แล้วนำบาตรออก ได้ยิน
เสียงนั้นแล้วกล่าวสอนตนว่า ได้ยินว่า มหา
อุบาสิกาบริโภคข้าวตั้งกับน้ำผักดอง

ทิวาปี สากปณณมุฬิยาคุ ภูณชิสฺสตี.
ตุยหิ อตฺถาย ปน ปุราณตณฺหุลาทีนิ
อาจิกฺขตี.

ตํ นิสฺสาย โข ปเนสา เนว เขตฺตํ น
วตฺถุํ น ภตฺตํ น วตฺถิํ ปจฺจาสิสฺตี. ติสฺโส
ปน สมฺปตฺติโย ปตฺถยมาณา เทติ. ตวํ
เอติสฺสา ตา สมฺปตฺติโย ทาตุํ สกฺขิสฺสตี โน
สกฺขิสฺสตี.

ออยฺ โข ปน ปิณฺหปาโต ตยา สราเคน
สโทเสน สโมเหน น สกฺกา คณฺหิตฺตุนฺตี
ปตฺตํ ฏิกาย ปกฺขิปิตฺวา คณฺจิกํ มุญฺจิตฺ
วา นีวตฺติตฺวา กสฺกเลณเมว คนฺตฺวา
ปตฺตํ เหมจฺจามญฺเจ จีวรํ จีวรํเส จเปตฺวา
อรหตฺตํ อปาปฺณิตฺวา น นิกฺขมิสฺสามีติ วิริยํ
อธิฏฺฐหิตฺวา นิสีทิ.

ทีฆรตฺตํ อปฺปมตฺโต หุตฺวา นิฏฺฐจกฺกฺขุ
วิปฺสสนํ วุฑฺฒเตตฺวา ปุเรกตฺตเมว อรหตฺตํ
ปตฺวา วิกสมานมिव ปทุมํ มหาชีณาสโว
ลิตฺตํ กโรนฺโตว นิสีทิ.

เลณทฺวาเร รุกฺขมฺปิ อธิฏฺฐจา เทวตา

นโม เต ปุริสาชณฺณ นโม เต ปุริสฺสุตตม
ยสฺส เต อาสวา ชีณา ทกฺขิณฺยโยสิ
มาริสฺสตี.

อุทานํ อุทาเนตฺวา ภาเนเต ปิณฺหทาย
ปวิฏฺฐานํ ตุมหาทีสานํ อรหฺนฺตานํ ภิกฺขุํ ทตฺ
วา มหฺลลกิตฺติโย ทุกฺขา มุจฺจิสฺสนตฺตีติ อาห.

เถโร อุฏฺฐหิตฺวา ทฺวารํ วิวริตฺวา กาลํ
โอโลเกนฺโต ปาโตยฺวาติ ฌตฺวา ปตฺตจิวรํ
อาทาย คามํ ปาวิสี.

ทาริกาปี ภตฺตํ สมฺปาเทตฺวา อิทานิ
เม ภาตา อาคมิสฺสตี อิทานิ อาคมิสฺสตีติ
ทฺวารํ โอโลกยมาณา นิสีทิ .

แมตฺตอนกลางวัน จักตองบริโภคข้าวยาคุเต็ม
น้ำฝักตองอีก แม่บอก (ให้หุง) ข้าวเก่าเป็นต้น
เพื่อประโยชน์แก่เจ้า

ก็แลนางไม่ได้ปรารธนา นา สวณภัตฺร ผ้า
เพราะอาศัยเธอ แต่ปรารธนาสมบัติ ๓ จึงถวาย
เจ้าจักสามารถให้สมบัติเหล่านั้นแก่เธอ หรือว่าจัก
ไม่สามารถ

ก็แลมีนทบาทนี้ อันเจ้าผู้ยังมีราคะ โทสะ และ
โมหะ ไม่สามารถจะรับได้ จึงเก็บบาตรเข้าถุง
ปล่อยเงื่อนงำไว้ กลับไปยังกัสนกเลณะตามเดิม
เก็บบาตรไว้ใต้เตียง พาดจิวรไว้บนราวจิวร คิดว่า
เรายังไม่บรรลुพระอรหัตแล้ว จักไม่ออกไป นั่ง
บำเพ็ญเพียรแล้ว

ท่านไม่ประมาท เป็นพระเก็บตัวอยู่อย่างไม
ประมาทตลอดกาลนาน เจริญวิปัสสนา บรรลุพระ
อรหัต ก่อนฉันนั่นเอง เป็นพระมหาชีณาสพ ยัม
แย้มออกมาเหมือนดอกปทุม ที่แย้มบานฉะนั้น

เทวดาผู้สิงสถิตอยู่ที่ต้นไม้ ไกลประตูถ้า (เห็น
ท่านแล้ว) เปล่งอุทานอย่างนี้ว่า

ข้าแต่ท่านผู้สูงสุด ข้าพเจ้าขอขอบน้อม
ท่าน ข้าแต่ท่านผู้บริบูรณ์ ท่านละอาสวะได้
แล้ว จึงเป็นผู้สมควร รับทักษิณา.

ดังนั้นแล้ว กล่าวว่ ท่านเจ้าขา พวกหญิงแก่
ถวายภิกษาแต่พระอรหันต์เช่นท่านผู้เข้าไปรับ
บิณฑบาตแล้ว จักพ้นทุกข์ได้.

พระเถระลุกขึ้นเปิดประตูดูเวลา ทราบว่ายัง
เข้าอยู่ จึงอุ้มบาตรครองจิวรเข้าไปยังหมู่บ้าน.

ฝ่ายลูกสาวเตรียมภัตแล้ว (ก็ออกมา) นั่ง
มองดูที่ประตู ด้วยหวังว่า หลวงพี่ของเราจักมา
เดี๋ยวนี้ จักมาเดี๋ยวนี้.

สา เถเร ฆรทวาริ สมฺปตฺเต ปตฺตํ
คเหตฺวา สปิผาณิตโยชิตสฺส ฆีรปิณฺฑ
ปาทสฺส ปุเรตฺวา หตฺเถ จเปสิ.

เถโร สุขิ โหตุติ อนุโมทนิ กตฺวา
ปกฺกามิ. สา ตํ โอลกยมานาว อฏฺฐาสิ.

เถรสฺส หิ ตทา อติวिय ปริสุทฺโฆ
ฉวีวณฺโณ อโหสิ. วิปฺปสนฺนานิ อินฺทฺริยานิ.
มุขิ พนฺธนา มุตฺตตฺตาลปกฺกํ วिय อติวिय
วิโรจิตฺถ.

มหาอุปาสิกา อรณฺญา อาคณฺฑวา ก็
อมฺม ภาติโก เต อาคโถติ ปุจฺฉิ.

สา สพฺพํ ตํ ปวตฺตี อาโรเจสิ . อุปาสิ
กา อชฺช มม ปุตฺตสฺส ปพฺพชิตฺกิจฺจํ มตฺ
ถกํ ปตฺตนฺตติ ญฺตฺวา อภิรมฺติ เต อมฺม
ภาตา พุทฺธสาสนเน น อุกฺกณฺจตีติ อาห .

มหนฺตํ โข ปเนตํ สตฺถุ ทายชฺช
ยทิตํ สตฺตอริยชนานิ นาม. ตํ น สกฺกา
กุสีเตน คเหตต.

ยถา หิ วิปฺปฏิปนฺนํ ปุตฺตํ มาตาปิตโร
อัย อมฺหากํ อปฺตุโถติติ ปริพาหิริ กโรนฺติ.
โส เตสํ อจฺเจเนน ทายชฺชํ น ลภฺติ.

เอวํ กุสีโตปิ อิทํ อริยชนทายชฺชํ น
ลภฺติ. อารทฺธวิริโยว ลภฺตีติ ทายชฺชมฺหตฺตํ
ปจฺจเวทฺขโตปิ อุปฺปชฺชติ.

เมื่อพระเถระมาถึงประตูเรือน เขาก็รับบาตร
ไปใส่ข้าวก่อนเจือด้วยน้ำนมผสมด้วยเนยใสและ
น้ำอ้อย จนเต็มแล้วนำมาประเคนที่มือ.

พระเถระทำการอนุโมทนาว่า จงมีความสุข
เถิด ดังนี้ หลีกไป. ฝ่ายลูกสาวนั้นก็ไต่ยืนมอง
ท่านเพลินอยู่.

เพราะเวลานั้น ฉวีวรรณของพระเถระผุดผ่อง
ยิ่งนัก อินทรีย์ทั้งหลายก็ผ่องใส ดวงหน้าก็แจ่มใส
อย่างยิ่ง เหมือนผลตาลสุกที่เพิ่งหล่นจากขั้ว
จะนั้น.

มหาอุบาสิกา กลับมาจากป่า ถามว่า แม่หนู
หลวงพี่ของเจ้ามาแล้วหรือ ?

นางได้เล่าเรื่องราวทั้งหมดให้ฟัง. อุบาสิกา
ทราบว่าเป็นวัน นี้ ก็จบสรรพชิตของพระลูกชายเรา
ถึงที่สุดแล้ว จึงพูดว่า ลูกเอ๋ย หลวงพี่ของเจ้า ยัง
อภิรมย์ ไม่เบื่อหน่ายในพระพุทฺธศาสนา.

เมื่อพิจารณาความมีทรัพย์มรดกเป็นใหญ่
อย่างนี้ว่า ก็ทรัพย์มรดกของพระศาสดามีมากแกล
คือ อริยทรัพย์ ๗ ประการ ทรัพย์มรดกนั้นผู้เกียจ
คร้านไม่อาจรับได้

เหมือนอย่างว่ามารดาบิดา ย่อมตัดบุตร
ประพตฺติผิดทำให้เป็นคนภายนอกกว่า คนนี้ไม่ใช่
ลูกของเรา เมื่อมารดาบิดาล่วงลับไป เขาก็ไม่ได้
รับทรัพย์มรดกฉันใด

แม้บุคคลผู้เกียจคร้านก็ฉันนั้น ย่อมไม่ได้
มรดก คือ อริยทรัพย์นี้ ผู้ปรารถนาความเพียรเท่านั้น
ย่อมได้รับดังนี้ วิริยสัมโพชฌงค์ย่อมเกิดได้

มหา โข ปน เต สตุถา.สตุถโน หิ เต มาตุ กุจฺฉิมิ ปฏิสนฺธิคฺคหณกาเลปิ อภินิภฺขมนเนปิ อภิสมฺโพธิยฺปิ ฌมฺมจกฺกป- ปวตฺตนยมกปาฏิหาริยเทโวโรหณอายุสงฺ ขารโวลุสฺซชฺเชสฺสุปิ ปรีนิพฺพานกาเลปิ ทสสหสฺสีโลกธาตุ อกฺมปิตฺถ.ยฺตุตฺตํ นุ เต เอวรูปฺสุส สตุถุ สาสเน ปพฺพชิตฺวา กุสี เตน ภวิตฺตุนฺติ เอว สตุถุมฺหตฺตํ ปจฺจเวกฺข โตปิ อุปฺปชฺชติ.

ยฺตุตฺตํ นุ เต เอวรูปฺสุส สตุถุ สาสเน ปพฺพชิตฺวา กุสีเตน ภวิตฺตุนฺติ เอว สตุถุมฺหตฺตํ ปจฺจเวกฺข โตปิ อุปฺปชฺชติ.

๗. ความมีชาติเป็นใหญ่

ชาติยาปิ ตฺวํ อิทานิ น ลามกชาติ โก.อสมฺภินฺนาย มหาสมฺมตฺปเวณฺเีย อาคเต อุกฺกการาชฺวเส ชาโตสิ. สฺสุทฺโธทนมหาราช สฺส จ มหามาयाเทเวีย จ นตฺตา ราหุล- ภาทฺตสฺส กนิฏฺโฐ. ตยา นาม เอวรูปฺเน ชินฺปุตฺเตน หุตฺวา น ยฺตุตฺตํ กุสีเตน วิหริตฺตุนฺติ เอว ชาติมฺหตฺตํ ปจฺจเวกฺข โตปิ อุปฺปชฺชติ.

๘. ความมีสพรหมจารีเป็นใหญ่

สารีปฺตฺตมฺหาโมคฺคฺคฺลลานา เจว อสีติ มหาสาวกา จ วิริเยเนว โลกุตฺตรฌมฺมํ ปฏฺวิวิชฺฉิมฺสุ. ตฺวํ เอเตสฺส สฺพฺรหฺมจารีนํ มคฺคํ ปฏฺวิปชฺชสิ น ปฏฺวิปชฺชสิติ เอว สฺพฺรหฺมจา रिมฺหตฺตํ ปจฺจเวกฺข โตปิ อุปฺปชฺชติ.

เมื่อพิจารณาความมีพระศาสดาเป็นใหญ่อย่างนี้ว่า พระศาสดาของเธอเป็นใหญ่ เพราะในเวลาที พระศาสดาของเธอทรงถือปฏิสนธิ ในพระครรภ์ก็ ดี เวลาเสด็จออกมหาภิเนษกรรมก็ดี เวลาตรัสรู้ พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณก็ดี เวลาประกาศ พระธรรมจักร แสดงยมกปาฏิหาริย์ เสด็จลงจาก- เทวโลก และทรงปลงอายุสังขารก็ดี เวลาเสด็จดับ ขันธปรินิพพานก็ดี หมั่นโลกธาตุก็หวั่นไหวแล้ว

เธอบวชในพระศาสนาของศาสดาเห็นปาน ฉะนี้แล้ว เป็นคนเกียจคร้าน ควรแล้วหรือ ดังนี้ วิริยสัมโพชฌงค์ย่อมเกิดได้

เมื่อพิจารณาความมีชาติใหญ่อย่างนี้ว่า แม้ โดยชาติ บัดนี้ เธอไม่ใช่คนมีชาติต่ำแล้วละ เธอชื่อ ว่าเกิดแล้วในวงศ์ของพระเจ้าอุกกากราช ที่สืบ ทอดกันมาโดยมหาสมมติประเพณี ไม่เจือปนกับ ชนชาติอื่น เป็นพระนัดดาของพระเจ้าสุทโธทนม- หาราช และพระนางเจ้ามหายาเทวี เป็นพระ อนุชาของท่านพระราหุลพุทธชินโรส ขึ้นชื่อว่าเธอ เป็นพุทธชินบุตรเห็นปานฉะนี้แล้ว อยู่อย่างคน เกียจคร้าน ไม่สมควรดังนี้ วิริยสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดได้

เมื่อพิจารณาความมีสพรหมจารีเป็นใหญ่อย่าง นี้ว่า ท่านพระสารีบุตร ท่านพระโมคคัลลานะ และ พระสาวกผู้ใหญ่ ๘๐ รูป ทางตลอด (ตรัสรู้) โลกุตตรธรรม ด้วยความเพียรกันทั้งนั้น เธอจะ ดำเนินตามทางของสพรหมจารีเหล่านั้น หรือไม่ ดำเนินตามเล่าดังนี้ วิริยสัมโพชฌงค์ย่อมเกิดได้.

๙. งดเว้นบุคคลผู้เกียจคร้าน

๑๐. คบหาบุคคลผู้ปรารถนาความเพียร

๑๑. ห้อมจิตไปในสัมโพชฌงค์นั้น

กัจฉี ปุเรตวา จิตตชครสทิสเส วิสภูจ กายิกเจตสิกวิริเย กุสีตปุกุคเล ปรีวชฺ เชนุตตสสาปี อารทฐวิริเย ปหิตตเต ปุกุคเล เสวนุตตสสาปี จานนิตชชชาติสุ วิริยุปฺปา ทนตถํ นิหนฺโปณปพฺการจิตตสสาปี อุปฺปชฺชติ.

เอวํ อุปฺปนฺนสฺส ปนสฺส อรหตฺตมคฺ เคน ภาวนาปาริปุริ โหตีติ ปชานาติ.

ปิติสัมโพชฌงค์

ปิติสมฺโพชฌงฺคสฺส อตฺถิ ภิกฺขเว ปิติ- สมฺโพชฌงฺกญฺจจฺานินยา ฌมฺมา.

ตตฺถ โยนิโสมนสิการพหฺลิกาโร อยมา หาโร อนุปฺปนฺนสฺส วา ปิติสมฺโพชฌงฺคสฺส อุปฺปาทาย อุปฺปนฺนสฺส วา ปิติสมฺโพชฌงฺค- สฺส ภิชฺโยภาวาย เวปฺลุลาย ภาวนาย ปาริปุริยา สํวตฺตตีติ เอวํ อุปฺปาโท โหติ.

ตตฺถ ปิติเยว ปิติสมฺโพชฌงฺกญฺจจฺานินยา ฌมฺมา นาม. ตสฺสา อุปฺปาทกมนสิกาโร โยนิโสมนสิกาโร นาม.

ธรรมเป็นเหตุเกิดปิติสัมโพชฌงค์

อปิฉ เอกาทส ฌมฺมา ปิติสมฺโพชฌงฺคสฺส อุปฺปาทาย สํวตฺตนฺติ พุทฺธานุสฺสตี ฌมฺมา สงฺฆา สีลา จาคา เทวตานุสฺสตี อุปฺสมานุส- สตี ลฺหุชฺคฺคฺลปรีวชฺชนตา สินิทฺชฺคฺคฺลเส- วนตา ปสาทนียสฺสตฺตฺนตฺปจฺจเวกฺขณตา

เมื่อเว้นบุคคลผู้เกียจคร้าน ผู้สละความเพียร ทางกาย และทางใจ ซึ่งเป็นเหมือนงูเหลือมกินแต่มท้อง แล้วก็หยุดอยู่กับที่ก็ดี คบหาบุคคล ผู้ปรารถนาความเพียร ผู้อุทิศตนมุ่งปฏิบัติธรรมก็ดี มีจิตโน้ม น้อมโอนไปเพื่อให้ความเพียรเกิดขึ้นในอริยาบถทั้งหลายมี ยืน นั่ง เป็นต้น ก็ดี วิริยสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดได้.

ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า วิริยสัมโพชฌงค์นั้นที่เกิด แล้ว ด้วยอาการอย่างนี้ย่อมเจริญบริบูรณ์ด้วย อรหัตตมรรค.

ปิติสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดโดยนัยอันมาแล้วใน บาลี อย่างนี้ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งปิติสัมโพชฌงค์ มีอยู่

การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการ ในธรรมอัน เป็นที่ตั้งแห่งปิติสัมโพชฌงค์นี้เป็นอาหาร เพื่อ ความเกิดแห่งปิติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด หรือเป็น ทางเพื่อความไพบูลย์ เจริญบริบูรณ์ เต็มที่แห่ง ปิติสัมโพชฌงค์ ที่เกิด แล้วดังนี้.

ปิตินั้นเองชื่อว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งปิติสัม โพชฌงค์ ในบาลีนั้น. มนสิการอันยังปิตินั้นให้เกิด ชื่อว่าโยนิโสมนสิการ.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๑๑ ประการ ย่อมเป็นทาง เกิดปิติสัมโพชฌงค์ คือ ๑. พุทธานุสสติ ๒. ฌมฺมา- นุสสติ ๓. สังฆานุสสติ ๔. สีลานุสสติ ๕. จาคานุส- สติ ๖. เทวานุสสติ ๗. อุปฺสมานุสสติ ๘. เว้นบุคคล ผู้เศร้าหมอง ๙. คบหาบุคคลผู้หมดจด ๑๐. การ พิจารณาความพระสูตรเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใส

ตทริมุตตตาทิ.

พุทฺธคฺคฺเณ อนุสฺสรนฺตสฺสาปิ หิ ยาว
อุปจารา สกฺลสรีริ ฌรมาโน ปิติสฺมโฆชฌง
โค อุปฺปชฺชติ.

ธมฺมสังฆคฺคฺเณ อนุสฺสรนฺตสฺสาปิ. ทีฆรตฺตํ
อฆณฺทํ กตฺวา รกฺขิตํ จตฺตปาริสฺสุทฺธิสึลํ
ปจฺจเวกฺขนฺตสฺสาปิ. คิหิโนปิ ทสฺสีลปญฺ
จสึลํ ปจฺจเวกฺขนฺตสฺสาปิ. ทฺพุกฺกขภยาทีสุ
ปณีตโกชนํ สพฺรหมจาร์นี ทตฺวา เอวํ
นาม อทฺมहाติ จาคํ ปจฺจเวกฺขนฺตสฺสาปิ.

คิหิโนปิ เอวรฺฐเป กาเล สึลวฺนฺตนา
ทินฺนทานํ ปจฺจเวกฺขนฺตสฺสาปิ.เยหิปี คฺคฺเณ
หิ สมฺนฺนาคตา เทวตา เทวตฺตํ ปตฺ
ตา.ตถารูปานํ คฺคฺณานํ อตฺตนิ อตฺติตํ ปจฺจ
เวกฺขนฺตสฺสาปิ. สฺมาปตฺตติยาปี วิกฺขมฺภิตา
กิเลสสา สฺมฺมูริปี สตฺตติปี วสฺसानิ น สฺมฺทา
จรฺนฺตีติ ปจฺจเวกฺขนฺตสฺสาปิ.

เจตฺยทสฺสนโฆทสฺสนเธรทสฺสนเณสุ
อสฺสกฺกจฺจกิริยาเย สํสฺจิตฺตฺลฺลฺลฺลฺลฺลฺล
ปสฺสาทลิเนหาภาเวเน คทฺรภปิฎฺจเ รชสฺทิสเ
ลฺลฺลฺลฺลฺลฺลฺลฺลฺล ปรีวชฺชนฺตสฺสาปิ.

พุทฺธาทีสุ ปสฺสาทพฺพลฺล มุทฺตฺจิตฺเต สินิทฺธ-
ปฺคฺคฺลเ เสวฺนฺตสฺสาปิ.

รตฺนตฺตยคฺคฺณปรีทีปเก ปสฺสาทนียสฺสุตฺตนา
เต ปจฺจเวกฺขนฺตสฺสาปิ. จานนินฺสชฺชาทีสุ ปิตี
อุปฺปาทนตฺตํ นินฺนโณนปพฺพการจิตฺตสฺสาปิ
อุปฺปชฺชติ.

๑๑. ความน้อมจิตไปในปิติสัมโพชฌงค์นั้น.

จริงอยู่ ผู้เจริญปิติสัมโพชฌงค์ เมื่อระลึกถึง
พระพุทธรูป ปิติสัมโพชฌงค์แผ่ซ่านทั่วสรีระ
จนกระทั่งอุปจารสมาธิ ย่อมเกิดขึ้น.

เมื่อระลึกถึง คุณพระธรรม และพระสงฆ์ก็ดี
พิจารณาปาริสุทธิศีล ๔ ที่ตนรักษาไม่ขาดวันเป็น
เวลานานก็ดี แม้คฤหัสถ์พิจารณาศีล ๑๐ ศีล ๕
ก็ดี พิจารณาจาณะ การบริจาคว่า ในเวลาประสบ
ทุกข์ภัยเป็นต้น เราถวายโภชนะอันประณีตแก่
สพรหมจรรย์ทั้งหลาย แล้วถวายโภชนะชื่ออย่างนี้
ดังนี้ก็ดี

แม้คฤหัสถ์พิจารณา ถึงทานที่ถวายแก่ท่านผู้
มีศีลในเวลาเห็นปานนั้นก็ดี พิจารณาถึงคุณเช่น
กับที่เทวดาประกอบแล้วถึงความ เป็นเทวดาว่า มี
อยู่ในตนก็ดี พิจารณาเห็นว่า กิเลสที่ข่มได้แล้วแม้
ด้วยสมาบัติตลอด ๖๐ ปีบ้าง ๗๐ ปีบ้าง ไม่ฟุ้ง
กำเริบ ดังนี้ก็ดี

เว้นบุคคลเศร้าหมองผู้มีความหม่นหมองอัน
สร้างสมไว้ เพราะไม่ทำ โดยเคารพ ในเวลาเห็น
พระเจดีย์ เห็นโพธิพฤกษ์และเห็นพระเถระ ผู้เป็น
เช่นกับละอองธุลี บนหลังลา เพราะไม่มีความ
เลื่อมใสรักใคร่ในพระรัตนตรัย มีพระพุทธรูปเจ้าเป็น
ต้นก็ดี

ส่องเสพบุคคลผู้หมดจด ผู้มากด้วยความ
เลื่อมใสมี จิตอ่อนโยนในพระรัตนตรัย มี
พระพุทธรูปเจ้า เป็นต้น ก็ดี

พิจารณาความในพระสูตรอันเป็นที่ตั้งแห่ง
ความเลื่อมใส ซึ่งแสดงคุณของพระรัตนตรัยก็ดี มี
จิตน้อมน้อมโอนไป เพื่อให้เกิดปิติ ในอริยาบถ
ทั้งหลายมี ยืน นั่ง เป็นต้นก็ดี ปิติสัมโพชฌงค์
ย่อมเกิดได้.

เอวํ อุปปนฺนสฺส ปนฺสฺส อรหตฺตมคฺ
เคน ภาวนาปาริปุริ โหตีติ ปชานาติ.

ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า ปิตีสัมโพชฌงค์นั้น ซึ่งเกิด
แล้ว ด้วยอาการอย่างนี้ ย่อมเจริญบริบูรณ์ด้วย
อรหัตมรรค.

ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์

ปสฺสทฺธิสฺมโพชฌงฺคสฺส อตฺถิ ภิกฺขเว
กายปสฺสทฺธิ จิตฺตปสฺสทฺธิ. ตตฺถ โยนิโส
มนสิการพหุสีกาโร.อยมาหาโร อนุปปนฺนสฺส
วา ปสฺสทฺธิสฺมโพชฌงฺคสฺส อุปปาทาย
อุปปนฺนสฺส วา ปสฺสทฺธิสฺมโพชฌงฺคสฺส
ภิกฺขโวยภาวาย เวปุลลายน ภาวนาย ปาริปุริ
ยา สํวตฺตตีติ^{๑๑๙} เอวํ อุปปาโท โหติ.

ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดโดยนัยที่มาแล้ว
ในบาลี อย่างนี้ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความสงบ
กาย ความสงบจิตมีอยู่ การทำให้มากซึ่งโยนิโส
มนสิการ ในความสงบกายและความสงบจิตนั้น นี้
เป็นอาหาร เป็นไปเพื่อความเกิด แห่งปัสสัทธิ
สัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด หรือเป็นทางเพื่อความ
ไพบูลย์เจริญบริบูรณ์ เต็มที่แห่งปัสสัทธิ
สัมโพชฌงค์ ที่เกิดแล้วดังนี้.

ธรรมเป็นเหตุเกิดปัสสัทธิสัมโพชฌงค์

อปิจ สตฺต ฐมฺมา ปสฺสทฺธิสฺม-
โพชฌงฺคสฺส อุปปาทาย สํวตฺตนฺติ

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๗ ประการ ย่อมเป็นทาง
เกิดปัสสัทธิสัมโพชฌงค์. คือ

ปณฺีตโกชนเสวนตา อุตฺตฺสขเสวนตา
อิริยาปถสฺขเสวนตา มชฺฌตฺตปโยคตา
สารทฺทกายปุกฺคผลปรีวชฺชนตา ปสฺสทฺทกาย
ปุกฺคผลเสวนตา ตทมิฏฺตตฺตาติ.

๑. เสพโภชนะอันประณีต ๒. เสพฤดูเป็นที่
สบาย ๓. เสพอิริยาบถเป็นที่สบาย ๔. ประกอบ
ความเป็นกลาง ๕. เว้นบุคคลผู้ไม่สงบกาย ๖. เสพ
บุคคลผู้สงบกาย ๗. น้อมจิตไปในปัสสัทธิ
สัมโพชฌงค์นั้น.

ปณฺีตํ หิ สินฺหุํ สปฺปายโกชนํ
ภุญฺชนตฺตสฺสาปิ สีตฺถุญฺหสฺสุ จ อุตฺตฺสฺสุ
จ านาทีสฺสุ จ อิริยาปถสฺสุ สปฺปายํ อุตฺตฺถุญฺจ
อิริยาปถญฺจ เสวนตฺตสฺสาปิ ปสฺสทฺธิ
อุปปชฺชติ.

จริงอยู่ ผู้เจริญปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ เมื่อ
บริโภคนั้นเป็นที่ยังสบาย อันประณีตหมดจดก็ดี.
เสพฤดูเป็นที่สบาย ไม่ว่าจะเป็ฤดูหนาว ฤดูร้อน
เสพอิริยาบถ เป็นที่ยังสบายไม่ว่าจะเป็นอิริยาบถ ยืน
เป็นต้นก็ดี ย่อมเกิดความ สงบได้.

โย ปน มหาปุริสชาติโก สฺขอุตฺตฺอิริยา
ปถกฺขโม โหติ. น ตํ สนฺธาเยตํ วุตฺตํ.

แต่คำนั้น ท่านมิได้กล่าวหมายถึงบุคคลผู้เป็น
มหาบุรุษ ซึ่งทนฤดู และอิริยาบถ เป็นที่ยังสบาย.

ยสฺส สภาควิสภาคตา อตฺถิ. ตสฺเสว
วิสภาเค อุตฺตฺอิริยาปถ เวชฺเชตฺวา สภาเค
เสวนตฺตสฺสาปิ อุปปชฺชติ.

เมื่อผู้ที่มีฤดู และอิริยาบถที่ถูกกันและไม่ถูก
กัน เว้นฤดูและอิริยาบถที่ไม่ถูกกันเสียแล้ว เสพ
ฤดูและอิริยาบถที่ถูกกัน ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ย่อม
เกิดได้.

^{๑๑๙} ส. มหา. (บาลี) ๑๙/๕๓๒/๑๔๖.

มชฺชตตปโยโค วุจฺจติ อตฺตโน จ
 ปรสฺส จ กมฺมสฺสกาปจฺจเวทฺชณา. อิมินา
 มชฺชตตปโยเคน อุตฺตปฺชฺชติ. โย เลทฺตฺตฺต
 ทาทิหิ ปรํ วิเหยยมาโนว วิจรติ. เอวรूपิ
 สาทฺทฺชกายปฺคฺคฺลํ ปรีวชฺเชนตฺตฺสสาปิ.

สยฺตปาทปาณิ ปสฺสทฺชกายปฺคฺคฺลํ
 เสวนตฺตฺสสาปิ. จานนีสฺชชาทิสฺส ปสฺสทฺชอุป
 ปาทนตฺถาย นินฺนโปณปพฺภาวจิตฺตฺสสาปิ
 อุตฺตปฺชฺชติ.

เอวํ อุตฺตปฺนฺนสฺส ปนฺสฺส อรหตฺตมค
 เคน ภาวนาปาริปุริ โหตีติ ปชานาติ.

สมาธิสัมโพชฌงค์

สมาธิสฺมโพชฺฌงฺคสฺส อตฺถิ ภิกฺขเว
 สมถนินฺนิตตํ อพฺยคฺคนินฺนิตตํ. ตตฺถ โยนิโส
 มนสิการพหฺลิกาโร. อยมาหาโร อนุตฺตปฺนฺนสฺส
 วา สมาธิสฺมโพชฺฌงฺคสฺส อุตฺตปาทาย
 อุตฺตปฺนฺนสฺส วา สมาธิสฺมโพชฺฌงฺคสฺส ภิก
 ขเวภาวาย เวปฺลุลาย ภาวนาย ปาริปุริยา
 สํวตฺตตีติ^{๑๒๐} เอวํ อุตฺตปาโท โหตี.

ตตฺถ สมโถว สมถนินฺนิตตํ อวิกฺเขปญฺเญ
 น จ อพฺยคฺคนินฺนิตตฺตฺตฺติ.

อปิจ เอกาทส ธมฺมา สมาธิสฺม
 โพชฺฌงฺคสฺส อุตฺตปาทาย สํวตฺตฺตฺตฺติ วตฺถ
 วิสทกิริยตา อินฺทฺริยสมตฺตปฏฺฐิปาทนตา
 นินฺนิตตฺกฺกุสลตา สมเย จิตฺตฺสส ปคฺคณฺหนตา
 สมเย จิตฺตฺสส นิคฺคณฺหนตา สมเย สมฺปหิ
 สนตา สมเย อชฺฌนฺเพทฺชนตา อสมานิตฺตฺปคฺค
 ลปรีวชฺชนตา สมานิตฺตฺปคฺคลเสวนตา ฌานวิ
 โมกฺขปจฺจเวทฺชนตา ตทฺธิมุตฺตตฺตฺตฺติ.

การพิจารณาถึงความที่ตนและคนอื่นมีกรรม
 เป็นของ ๆ ตน เรียกว่า ประกอบความเป็นกลาง
 บัณฑิตสัมโพชฌงค์ย่อมเกิดได้ด้วยประกอบความ
 เป็นกลางอันนี้. เมื่อเว้นบุคคลผู้มีกายไม่สงบ เช่น
 เทียวเบียดเบียน สัตว์อื่นด้วยเครื่องประหาร มี
 ก้อนดิน และท่อนไม้เป็นต้น ก็ดี

เสพบุคคลผู้มีกายสงบ สรรวม มือ เท้า ก็ดี มี
 จิตน้อมโน้มโอนไปเพื่อให้เกิดบัณฑิตสัมโพชฌงค์
 ในอิริยาบถมี ยืน นั่ง เป็นต้น ก็ดี บัณฑิต
 สัมโพชฌงค์ย่อมเกิดได้.

ภิกษุรู้ชัดว่า ก็สัมโพชฌงค์นั้น อันเกิดแล้ว
 ด้วยอย่างนี้ ย่อมเจริญบริบูรณ์ด้วยอหัตมรรค.

สมาธิสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดได้ โดยนัยมาแล้ว
 ในบาลี อย่างนี้ว่า ตุก่อนภิกษุทั้งหลาย สมาธินินฺนิต
 อพยัคคณินฺนิตมีอยู่ การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการ
 ในนินฺนิตทั้งสองนั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่ง
 สมาธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด หรือเพื่อความเจริญ
 บริบูรณ์เต็มทีแห่งสมาธิสัมโพชฌงค์ที่เกิดแล้ว
 ดังนี้.

ในนินฺนิตเหล่านั้น สมถะนั้นแล ชื่อว่า สมถนินฺนิต
 และอพยัคคณินฺนิต เพราะอรรถว่าไม่ฟุ้งซ่าน.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๑๑ ประการ ย่อมเป็นทาง
 เกิดสมาธิสัมโพชฌงค์ คือ ๑. ทำวัตรให้สละสลวย
 ๒. การปรับปรุงอินทรีย์ให้สม่ำเสมอ ๓. ฉลาด ใน
 นินฺนิต ๔. ประคองจิตในสมัยที่ควรประคอง ๕. ช่ม
 จิตในสมัยที่ควรช่ม ๖. ทำจิตให้รำเริงในสมัยที่ควร
 ให้รำเริง ๗. เฟงเฉยในสมัยที่ควรเฟงเฉย ๘. เว้น
 บุคคลผู้มีจิตไม่เป็นสมาธิ ๙. คบหาบุคคลผู้มีจิต
 เป็นสมาธิ ๑๐. พิจารณาและวิโมกข์ ๑๑. น้อมจิต
 ไปในสมาธิสัมโพชฌงค์นั้น.

^{๑๒๐} ส.มหา. (บาลี) ๑๙/๕๓๓/๑๔๖.

อธิบายธรรม ๑๑ ประการ

ตตถ วตถุวิสหทิกิริยา จ อินฺทริย
สมตฺตปฏฺฐิปาทนตา จ วุตฺตนเยเนว
เวทิตพฺพา.

นิमितฺตกุสลตา นาม กสิณนิमितฺตสฺส
อุคฺคณฺหนฺกุสลตา.

สมเย จิตฺตสฺส ปคฺคณฺหนฺตาติ ยสฺมี
สมเย อตฺติลลิตฺตวิริยตาทีหิ ลินฺจิตฺตํ โหติ.
ตสฺมี สมเย ชมฺมวิจยวิริยปีติสม
โพชฌงฺคสมฺภูจฺจาปนฺน ตสฺส ปคฺคณฺหนฺ.

สมเย จิตฺตสฺส นิคฺคณฺหนฺตาติ ยสฺมี
สมเย อจฺจารทฺทวิริยตาทีหิ อุทฺทจิตฺตํ โห
ติ.ตสฺมี สมเย ปสฺสทฺทิสมาธิอุเปกฺขาสม
โพชฌงฺคสมฺภูจฺจาปนฺน ตสฺส นิคฺคณฺหนฺ.

สมเย สมฺปหฺสนตาติ ยสฺมี สมเย
จิตฺตํ ปญฺญาปโยคมนฺทตฺยา วา อุปสมสฺ
ขานตฺทิกเมเน วา นิสฺสทาํ โหติ. ตสฺมี สม
เย อฏฺฐสฺสเวควตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺต

อฏฺฐ สฺสเวควตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺต
มรณานิ จตฺตตฺตริ.อปายทุกฺข์ ปญฺจมฺ.อตีเต
วฏฺฐมฺมูลกํ ทุกฺข์. อนาคเต วฏฺฐมฺมูลกํ ทุกฺข์.
ปจฺจุปฺปนฺนเน อหฺมฺมปริเยฏฺฐจิมฺมูลกํ ทุกฺขนฺตฺติ.

รตฺนตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺต
ชเนติ.

อโย วุจฺจติ สมเย สมฺปหฺสนตาติ.

สมเย อชฺฌนฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺต
สมฺมาปฏฺฐิปตฺตฺติ อากมฺม อลีนํ อนฺุทฺทตฺ
อนิสฺสทาํ อารมฺมณฺน สมฺปปวตฺตฺตฺตฺต
วิธีปฏฺฐิปนฺนํ จิตฺตํ โหติ.

ในธรรม ๑๑ ประการนั้น เฉพาะการทำวัตรให้
สละสลวย และการ ปรับปรุงอินทรีย์ให้สม่ำเสมอ
พึงทราบตามนัยที่กล่าวมาแล้วนั้นแล.

ความฉลาดในการกำหนดกสิณนิमितเป็น
อารมณ์ ชื่อว่าฉลาดในนิमित.

การระคองจิตไว้ ด้วยการตั้งฉมฺมวิจย-
สํโพชฌงค์ วิริยสํโพชฌงค์. และปีติสํโพชฌงค์
ในสมัยที่จิตหดหู่ เพราะมีความเพียรย่อหย่อน
เกินไป เป็นต้น ชื่อว่า ระคองจิตในสมัยที่ควร
ระคอง.

การข่มจิตไว้ด้วยการตั้งปัสสทฺทิสํโพชฌงค์
สมาธิสํโพชฌงค์ และอุเบกขาสํโพชฌงค์ ใน
สมัยที่จิตฟุ้งซ่าน เพราะปรารถนาความเพียรมาก
เกินไป เป็นต้น ชื่อว่า ข่มจิตในสมัยที่ควรข่ม.

คำว่า ทำจิตให้ร่าเริง ในสมัย อธิบายว่า สมัย
ใด จิตไม่แช่ม ชื่น เพราะมีปัญหาและความเพียร
อ่อนไป หรือเพราะไม่บรรลุลุสุขที่เกิดแต่ความสงบ
สมัยนั้นก็จิตให้สลด ด้วยพิจารณาสังเวควัตถุเรื่อง
อันเป็นที่ตั้งแห่งความสลด ๘ ประการ.

เรื่องอันเป็นที่ตั้งแห่งความสลด ๘ ประการ
คือ ๑.ชาติ ๒. ชรา ๓. พยาธิ ๔. มรณะ ๕. ทุกข์
ในอภาย ๖. ทุกข์ในอดีต มีวิภวภูจะเป็นมูล ๗. ทุกข์
ในอนาคตมีวิภวภูจะเป็นมูล ๘. ทุกข์ในปัจจุบันมีการ
แสวงหาอาหารเป็นมูล.

อนึ่ง การทำความเลื่อมใสให้เกิด ด้วยมาระลึก
ถึงคุณพระรัตนตรัย

อันนี้ก็เรียกว่าการทำจิตให้ร่าเริงในสมัยที่ควร
ให้ร่าเริง.

ชื่อว่า เฟื่องเฉยในสมัยที่ควรเฟื่องเฉย อธิบายว่า
สมัยใดจิตอาศัยการปฏิบัติชอบ ไม่หดหู่ ไม่
ฟุ้งซ่าน แช่มชื่นชื่น เป็นไปสม่ำเสมอในอารมณ์
ดำเนิน ในสมถวิถึ

ตทาสส ปคฺคหฺนิกฺคหสมฺปหฺสเนสุ น พฺยาปารี อาปชฺชติ สารถี วีย สมปฺปวตฺเตสุ อสฺเสสุ. อัย วุจฺจติ สมเย อชฺฌเปกฺขนตาติ.

อสมฺมาหิตปฺคฺคฺลปฺริวชฺชนตา นาม อุปฺจารี วา อุปฺปนฺนี วา อุปฺปตฺตทานํ วิกฺขิตฺตจิตฺตทานํ ปฺคฺคฺลนํ อารกา ปฺริวชฺชนํ.

สมฺมาหิตปฺคฺคฺลเสวนา นาม อุปฺจารเณ วา อุปฺปนาย วา สมฺมาหิตจิตฺตทานํ เสวนา ภชฺชา ปยฺริฎฺฐาสนา.

ตททิมฺมุตฺตตา นาม จานนีสชฺชชฺชาทีสุ สมฺมาหิตอุปฺปาทนตฺถํเยว นินฺนโปณปฺพการ จิตฺตตา.

เอวํ หิ ปฏฺธิปชฺชโต เอส อุปฺปชฺชติ .

เอวํ อุปฺปนฺนสฺส ปนฺสฺส อรหตฺตมคฺเคน ภาวนาปาริปุรี โหตีติ ปชานาติ.

อุเบกขาสัมโพชฌงค์

อุเปกฺขาสมฺโพชฺฌงฺคสฺส อตฺถิ ภิกฺขเว อุเปกฺขาสมฺโพชฺฌงฺคญฺจฺจฺญานียา ฌมฺมา.

ตตฺถ โยนิโสมนสิการพหฺลิกาโร. อยมา หาโร อนฺุปฺปนฺนสฺส วา อุเปกฺขาสมฺโพชฺฌงฺคสฺส อุปฺปาทาย อุปฺปนฺนสฺส วา อุเปกฺขาสมฺโพชฺฌงฺคสฺส ภฺยโยภาวาย เว ปุ่ลฺลายน ภาวนาย ปาริปุริยา สํวตฺตตีติ^{๑๒๑} เอวํ อุปฺปาโท โหติ.

ตตฺถ จ อุเปกฺขาว อุเปกฺขา-สมฺโพชฺฌงฺคญฺจฺจฺญานียา ฌมฺมา นาม.

สมัยนั้นไม่ต้องขวยขวายในการประคอง ช่ม และทำจิตให้ร่าเริงเหมือนสารถี ไม่ต้องขวนขวาย ในเมื่อม้าวิ่งเรียบฉะนั้น อันนี้เรียกว่า เฟงเฉย ในสมัยที่ควรเฟงเฉย.

การเว้นบุคคลผู้มีจิตฟุ้งซ่าน ไม่บรรลุลุ่ปะจาระ หรืออัปฺนา ให้ห่างไกล ชื่อว่า เว้นบุคคลผู้มีจิตไม่เป็นสมาธิ.

การเสพ คบหา เข้าไปนั่งใกล้บุคคลผู้มีจิตเป็นสมาธิด้วยอุปจาร ภาวนา หรืออัปฺนาภาวนา ชื่อว่า คบหาบุคคลผู้มีจิตเป็นสมาธิ.

ความเป็นผู้มีจิตน้อมโน้มโอนไปเพื่อให้เกิดสมาธิ ในอริยาบถทั้งหลาย มี ยืน นั่ง เป็นต้น ชื่อว่า น้อมจิตไปในสมาธิสัมโพชฌงค์.

ด้วยว่า เมื่อปฏิบัติอยู่อย่างนี้ สมาธิสัมโพชฌงค์นั้น ย่อมเกิดได้.

เมื่อภิกษุรู้ชัดว่า ก็สมาธิสัมโพชฌงค์นั้น อันเกิดแล้วด้วยอาการอย่างนี้ ย่อม เจริญบริบูรณ์ ด้วยอรรหัตตมรรค.

อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ย่อมเกิดได้ตามนัยอันมาแล้วในบาลี อย่างนี้ว่า ตูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่

การทำให้มากซึ่งโยนิโสมนสิการในธรรมเป็นที่ตั้งแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์นั้น นี้เป็นอาหารเพื่อความเกิดแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด หรือเป็นทางเพื่อความเจริญไพบูลย์ บริบูรณ์ เต็มที่แห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดแล้วดังนี้.

ก็ในธรรมเหล่านั้น อุเบกขา นั้นแล ชื่อว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์.

^{๑๒๑} ส. มหา. ๑๙/๕๓๔/๑๔๖.

ธรรมเป็นเหตุเกิดอุเบกขาสัมโพชฌงค์

อปิจ ปณฺจ ธมฺมา อุเปกฺขาสม-
โพชฌงฺคสฺส อุปฺปาทาย สํวตฺตุนฺติ สต-
ตมชฺชตฺตตา สงฺขารมชฺชตฺตตา สตฺตสง-
ขารเกลาณนปฺกฺคผลปรีวชฺชนตา สตฺตสงฺขา-
รมชฺชตฺตปฺกฺคผลเสวนตา ตทริมฺมตฺตตาดิ.

อธิบายธรรม ๕ ประการ

ตตฺถ ทฺวิหากาเรหิ สตฺตมชฺชตฺตตํ
สมฺภูจฺจาเปติ ตฺวํ อตฺตโน กมฺเมเน อาคนฺตฺวา
อตฺตโนว กมฺเมเน คมิสฺสสฺสิ.

เอโสปี อตฺตโน กมฺเมเน อาคนฺตฺวา
อตฺตโนว กมฺเมเน คมิสฺสสฺติ. ตฺวํ กิํ เกลาณสฺสิตี
เอวํ กมฺมสฺสกาตาปจฺจเวกฺขณฺเนน จ

ปรมตฺถโต สตฺโตเยว นตฺถิ. โส ตฺวํ กิํ
เกลาณสฺสิตี เอวํ นิสฺสตฺตปจฺจเวกฺขณฺเนน จ.

ทฺวิเหวากาเรหิ สงฺขารมชฺชตฺตตํ
สมฺภูจฺจาเปติ

อิทํ จีวรํ อณฺุพฺพุเพน วณฺฺณวิการตฺตญฺเจว
ชิณฺฺณภาวญฺจ อุปฺคนฺตฺวา ปาทปฺญณฺจโนลฺกํ
หฺตุวฺวา ยฺภูจฺจิโกฏฺฐิยา ฉทฺทฺทฺนินฺยํ ภวิสฺสสฺติ. สเจ
ปนฺนสฺส สามิโก ภเวยฺย. นาสฺส เอวํ วินฺนสฺสิ
ตฺถุํ ททฺเหยยฺยติ เอวํ อสฺสสามิกภาวปจฺจเวกฺ
ขณฺเนน จ

อนทฺุชนินฺยํ อิทํ ตาวกาลิกนฺฺติ เอวํ
ตาวกาลิกภาวปจฺจเวกฺขณฺเนน จ.

ยถา จ จีวรํ. เอวํ ปตฺตาทิสฺสุปี โยชนา
กาตพฺพา.

อีกอย่างหนึ่ง ธรรม ๕ ประการ ย่อมเป็นไป
เพื่อความเกิดแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ คือ ๑. วาง
ตนเป็นกลางในสัตว์ ๒. วางตนเป็นกลางในสังขาร
๓. เว้นบุคคลผู้ยึดถือสัตว์และสังขาร ๔. คบหา
บุคคลผู้วางตนเป็นกลางในสัตว์ และสังขาร ๕.
น้อมจิตไปในอุเบกขาสัมโพชฌงค์นั้น.

ในธรรม ๕ ประการนั้น ผู้เจริญอุเบกขาสัม
โพชฌงค์ ย่อมตั้งการวาง ตนเป็นกลางในสัตว์ด้วย
อาการ ๒ อย่าง

คือด้วยการพิจารณาถึงความที่ตนและ ผู้อื่นมี
กรรมเป็นของ ๆ ตนอย่างนี้ว่า ท่านมาด้วยกรรม
ของตน ก็จักไปด้วยกรรมของตน แม้เขาก็มาด้วย
กรรมของตน (เขา) จักไปด้วยกรรมของตน (เขา)
เหมือนกัน ท่านจะยึดถืออะไรกันดังนี้

และด้วยการพิจารณาถึงความ ไม่มีสัตว์อย่าง
นี้ว่า เมื่อว่าโดยปรมัตถ์ ที่ว่าสัตว์ ๆ มันไม่มี ท่าน
จะยึดถืออะไร กันเล่าดังนี้.

ตั้งการวางตนเป็นกลางในสังขาร ด้วยอาการ
๒ อย่างคือ

ด้วยการพิจารณาโดยความเป็นของไม่มี
เจ้าของ อย่างนี้ว่า จีวรนี้จักเข้าถึงความเปลี่ยนแปลง
และความเก่าคร่ำคร่า เป็นผ้าเช็ดเท้า ต้องเชยทิ้ง
ด้วยปลายไม้เท้า ก็ถ้าว่าจีวรนั้น พึงมีเจ้าของไซ้
เขาก็ไม่พึงให้มันเสียหายอย่างนี้ ดังนี้

และด้วยการพิจารณาโดยความเป็นของ
ชั่วคราวอย่างนี้ว่า จีวรนี้อยู่ไม่ได้นาน เป็นของ
ชั่วคราวดังนี้.

แม้ในบริขารมีบาตรเป็นต้น ก็พึงประกอบ
ความเหมือนอย่างในจีวร.

สตตสงขารเกลายนบุคคลปริวชชนตาติ
เอตถ โย ปุคฺคโล คิหิ วา อตฺตโน ปุตฺตธึ
ตาทิกเก ปพฺพชิตฺวา วา อตฺตโน อนฺเตวา
สิกฺขมานุชฺชฌายกาทิกเก มมายติ.

สทฺตเถเนว เนลฺลึ เกสจฺเจทนสฺสุจิกมฺม
จิวฺรโรวฺนรชนปตฺตปจนาทีนึ กโรติ.

มุหุตฺตปิ อปฺสสนฺโต อสุโก สามเณโร
กุหิ คโต อสุโก ทฺทโร กุหินฺติ ฆนฺตมิโค
วีย อิตฺโต จิตฺโต จ โอลิเกติ.

อณฺเณน เกสจฺเจทนาทีนึ อตฺถาย
มุหุตฺตํ อสุกํ เปเสถาติ ยาจิยมาโนปิ
อเมหฺปิ ตํ อตฺตโน กมฺมํ น กาเรม.ตฺมุเห
นํ คเหตฺวา กิลมิสฺสเถาติ น เทติ.

อຍ် สตฺตเกลายโน นาม.

โย ปน จิวฺรปตฺตถาลกตฺตรยฎฺฐิจาที
นึ มมายติ. อณฺเณสฺส ทฺตเถน ปฺรามสิตฺตปิ
น เทติ. ตาวกาลิกํ ยาจิตฺตปิ มยฺปิ อิมํ
ชนายนฺตา น ปริภุญฺชาม.ตฺมุหากํ ก็ ทสฺ
สามาติ วทติ.

อຍ် สขฺขารเกลายโน นาม.

โย ปน เตสฺสุ ทฺวิสฺสุปิ วัตฺถุสฺสุ มชฺชตฺโต
อุทาสีโน. อຍ် สตฺตสงฺขารมชฺชตฺโต นาม.

อิตฺติ อຍ် อุเปกฺขาสมฺโพชฌงฺโค เอวรฺฐปี
สตฺตสงฺขารเกลายนบุคคลึ อารกา ปริวช
เชนฺตฺตสฺสาปิ สตฺตสงฺขารมชฺชตฺตบุคคลึ
เสวณฺตฺตสฺสาปิ จานนึสฺสชฺชาทีสฺสุ ตฺทปฺปาทนฺตถึ
นินฺนโปณฺนปฺพการจิตฺตฺตสฺสาปิ อุปฺปชฺชติ.

เอวํ อุปฺปนฺนสฺส ปนฺสฺส อรหฺตฺตมค
เคน ภาวนาปาริปุริ โหตีติ ปชานาติ.

ในข้อว่า เว้นบุคคลผู้ยึดถือในสัตว์และสังขาร
มีวินิจฉัยดังนี้ บุคคลใดเป็นคฤหัสถ์ ก็ยึดถือปิยชน
มีบุตร ธิดา เป็นต้น ของตน หรือเป็นบรรพชิตก็
ยึดถือบรรพชิตมีอันเตवासิก และผู้ร่วมอุปัชฌาย์
กัน เป็นต้น ของตน

แม้ทำกิจกรรมมีปลงผม เย็บจีวร ชักย้อมจีวร
ระบมบาตร เป็นต้น ของชนเหล่านั้น ด้วยมือของ
ตนที่เดียว

เมื่อไม่เห็นเพียงครู่เดียว ก็บ่นถึงว่า สามเณร
รูปโน้นไปไหน ภิกษุหนุ่มรูปโน้นไปไหน เหลียว
ซ้ายแลขวา เหมือน มฤคตื่นตกใจจะนั้น

แม้ผู้อื่นอ่อนวอนขอว่า โปรดส่งสามเณรชื่อ
โน้นไปช่วย ปลงผม เป็นต้น สักครู่เถิดดังนี้ ก็ไม่
ยอมให้ ด้วยพูดว่า พวกเราจะไม่ให้ทำ กิจกรรม
ของตนบ้างหรือ พวกท่านพาเธอไปจะลำบากดังนี้
บุคคลนี้ชื่อว่า ยึดถือสัตว์.

ฝ่ายบุคคลใด ยึดถือบิณฑขารมีจีวรบาตร
ถลกบาตร ไม่ทำเป็นต้น แม้ผู้อื่นจะเอามือจับก็
ไม่ให้จับ ถึงขอยืมก็ตอบขัดข้องว่า เราต้องการใช้
ทรัพย์สิน ก็ยังไม่ใช้ จักให้พวกท่านได้อย่างไรดังนี้

บุคคลนี้ชื่อว่า ยึดถือสังขาร.

ฝ่ายบุคคลใดวางตนเป็นกลาง เทียงตรงใน
วัตถุทั้งสองนั้น บุคคลนี้ชื่อว่าวางตนเป็นกลาง ใน
สัตว์และสังขาร.

เมื่อเว้นไกลบุคคลผู้ยึดถือสัตว์และสังขารเห็น
ปานจะนี่ก็ดี คบหาบุคคลผู้วางตนเป็นกลางใน
สัตว์และสังขารก็ดี มีจิตน้อมโน้มโอนไปเพื่อให้เกิด
อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ในอิริยาบถยืน นั่ง เป็นต้นก็
ดี อุเบกขาสัมโพชฌงค์นี้ย่อมเกิดได้ประการจะนี้.

ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า ก็อุเบกขาสัมโพชฌงค์นั้นอัน
เกิดแล้ว ด้วยอาการอย่างนี้ ย่อมเจริญบริบูรณ์
ด้วยอหัตตมรรค.

อิติ อชฌตฺตํ วาติ เอวํ อตฺตโน วา สุตตสมฺโพชฌงฺเก ปรีคคณฺหิตฺวา ปรสฺส วา กาเลน วา อตฺตโน กาเลน วา ปรสฺส สุตต สมฺโพชฌงฺเก ปรีคคณฺหิตฺวา ฌมเมสุ ฌมมานุปลฺลีสึ วิหฺรติ.

สมุทฺทวยฺยา ปเนตฺถ สมฺโพชฌงฺกานํ นิพฺพตฺตินิโรชฺวเสน เวทิตฺพฺพา.

คำว่า หรือภายใน ความว่า พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมทั้งหลาย เพราะกำหนดสัมโพชฌงค์ ๗ ของตน หรือของคนอื่น หรือกำหนดสัมโพชฌงค์ ๗ ของตนตามกาล หรือของคนอื่นตาม กาลอยู่.

ก็ความเกิดและความเสื่อม (แห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์) พึงทราบด้วยอำนาจความเกิด และความดับแห่งสัมโพชฌงค์ทั้งหลายในโพชฌงค-บรรพนี้.

สติกำหนดโพชฌงค์เป็นอริยสัจ ๔

โพชฌงฺคปรีคคาคฺคิภา สติ ทฺกฺขสจฺจนฺติ เอวํ โยชณํ กตฺวา โพชฌงฺคปรีคคาคฺคสฺส ภิกฺขุโน นียฺยานมฺขณฺติ เวทิตฺพฺพ.

สติกำหนดโพชฌงค์เป็นอารมณ์ เป็นทุกขสัจ เป็นต้น แล้ว พึงทราบว่า เป็นทางปฏิบัตินำออก จากทุกข์ ของภิกษุผู้กำหนดโพชฌงค์เป็น อารมณ์.

๓.๑๓.๕ อรรถกถาอธิบาย สัจจบัพพะ

ปุณ จปริ ภิกขเว
 ภิกขุ ฌเมสฺส ฌมมานุสฺสึ วิหริ
 จตุสฺส อริยสจฺเจสฺส .
 กถณฺจ ภิกขเว ภิกขุ ฌเมสฺส
 ฌมมานุสฺสึ วิหริ จตุสฺส อริยสจฺเจสฺส.
 อิธ ภิกขเว ภิกขุ อิหิ ทุกฺขนฺติ
 ยถาภุตํ ปชานาติ
 อयํ ทุกฺขสมุทโยติ ยถาภุตํ ปชานาติ
 อयํ ทุกฺขนิโรธติ ยถาภุตํ ปชานาติ
 อยํ ทุกฺขนิโรธคามินี ปฏิปทาติ
 ยถาภุตํ ปชานาติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ข้ออื่นยังมีอยู่อีก
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
 คืออริยสัจ ๔ อยู่เนืองๆ
 ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
 คือ อริยสัจ ๔ อยู่อย่างไรเล่า
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้
 ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์
 ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ทุกข์สมุทัย
 ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า นี้ ทุกขนิโรธ
 ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า
 นี้ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายว่า

อริยานิ สจฺจจฺานีติ อริยสจฺจจฺานิ อริยานิ
 อวิสฺสวาทกานีติ อตฺถโถ. ยถาห อิมานิ โข
 ภิกขเว จตฺตาริ อริยสจฺจจฺานิ ตถานิ อวิตถานิ
 อนนฺณณฺถานิ ตสฺมา อริยสจฺจจฺานีติ วุจฺจนฺตี
 ตี.^{๑๒๒}

อริยสจฺจจฺานีติ อรณียโต อริยานิ
 อวิตถภาเวน สจฺจจฺานิ จาติ อริยสจฺจจฺานิ
 อริยภาวกรานิ วา สจฺจจฺานิ อริยสจฺจจฺานิ
 อริเยหิ วา พุทฺธาทีหิ ปฏิวิชฺฐิมิตฺตพฺพานิ
 สจฺจจฺานิ อริยสจฺจจฺานิ.

อถ วา อริยสฺส สจฺจจฺานิ อริยสจฺจจฺานิ.^{๑๒๓}

บทว่า อริยสจฺจจฺานิ ได้แก่ สัจจะที่เป็น
 อริยะ อธิบายว่า ไม่ผิดไม่คลาดเคลื่อน
 เหมือนอย่างที่เราได้ตรัสไว้ว่า ดูก่อนภิกษุ
 ทั้งหลาย อริยสัจ ๔ เหล่านี้แล เป็นของแท้
 ไม่ผิด ไม่แปรเป็นอื่น เพราะฉะนั้น ท่านจึง
 เรียกว่า อริยสัจ^{๑๒๔}

บทว่า อริยสจฺจจฺานิ ได้แก่ ชื่อว่า อริยะ
 เพราะความหมดทุกข์ และชื่อสัจจะ
 เพราะความเป็นของจริง เพราะฉะนั้น จึง
 ชื่อว่าอริยสัจ หรือสัจจะทำความเป็นอริยะ
 จึงชื่อว่าอริยสัจ หรือสัจจะอันพระอริยะ มี
 พระพุทธเจ้าเป็นต้น พึงแทงตลอดจึงชื่อว่า
 อริยสัจ. อีกอย่างหนึ่ง สัจจะของพระอริยะ
 ชื่อว่าอริยสัจ.^{๑๒๕}

^{๑๒๒} ขุททกนิกายภูกถา ขุททกปาจรณณนา
 (ปรมตถโชติกา) หน้าที่ ๑๐๘

^{๑๒๓} ขุททกนิกายภูกถา อิติวุตตกวรรณนา
 (ปรมตถทีปนี) หน้าที่ ๑๓๓

^{๑๒๔} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ขุททกปาจร
 เล่ม ๑ ภาค ๑ หน้าที่ ๑๐๕

^{๑๒๕} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตก
 เล่ม ๑ ภาค ๔ หน้าที่ ๑๖๓

๑) ทุกขอริยสัง

กตมณฺจ ภิกฺขเว ทุกฺขํ อริยสจฺจํ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ทุกขอริยสังเป็นอย่างไรเล่า
ชาติปิ ทุกฺขา ชราปิ ทุกฺขา	แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์ แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์
มรณมฺปิ ทุกฺขํ	แม้ตายก็เป็นทุกข์
โสภปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาสาปิ ทุกฺขา	แม้ความเศร้าโศกเสียใจพิโรธรำพัน ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความคับแค้นใจ ก็เป็นทุกข์
อปฺปิเยหิ สมฺปโยโคปิ ทุกฺโข ปิเยหิ	แม้ความประจวบกับสิ่งไม่เป็นที่รักที่พอใจก็เป็นทุกข์
วิปฺปิโยโคปิ ทุกฺโข	แม้ความพลัดพรากจากสิ่งเป็นที่รักก็เป็นทุกข์
ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทุกฺขํ	ปรารถนาสิ่งใด ไม่ได้แม้สิ่งนั้นนั้นก็เป็นทุกข์
สงฺขิตฺเตน ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา.	ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้นที่ ๕ เป็นตัวทุกข์
(๑) กตมา จ ภิกฺขเว ชาติ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ชาติเป็นอย่างไรเล่า ?

ยา เตสํ เตสํ สตฺตานํ ตมฺหิ ตมฺหิ สตฺตนิกาเย ชาติ สณฺชาติ โอกฺกนฺติ นิพฺพตฺติ อภินิพฺพตฺติ ขนฺธานํ ปาตุภาโว อายตฺตานํ ปฏฺฐิลาโก

ความเกิด ความบังเกิด ความหยั่งลงเกิด เกิดจำเพาะ ความปรากฏแห่งขั้นนี้ ความได้
อายตนะครบ ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้น

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว ชาติ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เราเรียกว่า ชาติ
(๒) กตมา จ ภิกฺขเว ชรา.	ก็ชราเป็นอย่างไรเล่า?

ยา เตสํ เตสํ สตฺตานํ ตมฺหิ ตมฺหิ สตฺตนิกาเย ชรา ชีรณฺตา ขณฺทิจฺจํ ปาลิจฺจํ วฺลิตฺตจฺตา
อายุโน สํหานิ อินฺทฺริยานํ ปริปาโก

ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หน้เป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ
ความแก่แห่งอัมแห่งอินทรีย์ ในหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้น

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว ชรา .	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เราเรียกว่า ชรา
(๓) กตมณฺจ ภิกฺขเว มรณํ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็มรณะเป็นอย่างไรเล่า ?

ยา เตสํ เตสํ สตฺตานํ ตมฺหา ตมฺหา สตฺตนิกาเย –
ความเคลื่อน ภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย

จฺจติ จวฺนตา เกโท อนฺตรธานํ มจฺจุ มรณํ-ความหายไป มฤตฺยู ความตาย การกระทำกาละ
กาลกิริยา ขนฺธานํ เกโท - ความทำลายแห่งขั้นทั้งหลาย

ชีวิตินฺทฺริยสฺส อฺปฺจฺเจโท - ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์
กเพวรสฺส นิฺกฺเขโป ความทิ้งซากศพไว้จากหมู่สัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้น

อิทํ วุจฺจติ ภิกฺขเว มรณํ .	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เรียกว่ามรณะ
(๔) กตโม จ ภิกฺขเว โสโก.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็โสกะเป็นอย่างไรเล่า ?

อิธ ยสฺส เต โหนฺติ อนิฏฺฐา อกนฺตา อมฺนาปา รูปา สทฺทา คณฺธา รสา โผฏฺฐพฺพา

รูป เสียง กลิ่น รส การสัมผัส เย็นร้อนอ่อนแข็ง หย่อนตึง เป็นสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ มีอยู่แก่ผู้ใดในโลกนี้

เย วา ปนสฺส โหนฺติ อนตฺตกามา หรือว่า ปรารถนาสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่อहितกามา อผาสุกกามา อโยคฺกฺเขมกามา

ไม่เกื้อกูล ปรารถนาความไม่ผาสุก ปรารถนาความไม่เกษมจากโยคะมีอยู่แก่บุคคลใด เตสํ สงฺกตฺติ สฺมาคโม สโมธานํ มิสฺสีภาโว ความประสบความพร้อมพร้อม ความร่วม ความระคน (ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ) ของบุคคลเหล่านั้น

อຍํ วุจฺจติ ภิกฺขเว อပ္ปิเยหิ สฺมฺปโยโค ทุกฺโข ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เราเรียกว่า พบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

กตโม จ ภิกฺขเว ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ความพลัดพราก จากสิ่งที่รัก ก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไรเล่า

อิธ ยสฺส เต โหนฺติ อิฏฺฐา กนฺตา มฺนาปา รูปา สทฺทา คณฺธา รสา โผฏฺฐพฺพา

รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันน่าปรารถนาน่าใคร่น่าพอใจ เย วา ปนสฺส โหนฺติ อตฺตกามา หิตกามา หรือว่าปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ปรารถนา

สิ่งที่เกื้อกูล, ผาสุกกามา โยคฺกฺเขมกามา ปรารถนาความผาสุก ปรารถนาความเกษมจากโยคะ, มาตาวา ปิตา วา ภาตาวา ภคินี วา หรือว่ามารดาบิดา, พี่ชายน้องชายพี่หญิงน้องหญิง, มิตตาวา อมฺจาวา ฌาติสาลโหิตาวา มิตรอำมาตย์หรือญาติสาโลหิต, มีอยู่แก่บุคคลเหล่าใด เตสํ อสงฺกตฺติ อสฺมาคโม อสโมธานํ ความไม่ประสบ ความไม่พร้อมพร้อม ความไม่ร่วม ความไม่ระคน ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันน่าปรารถนา น่าใคร่น่าพอใจ หรือปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์เป็นต้น

อຍํ วุจฺจติ ภิกฺขเว ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข- ภิกฺขุทั้งหลาย สิ่งนี้เราเรียกว่า ความพลัดพราก จากสิ่งที่รักก็ เป็นทุกข์.

กตมณฺจ ภิกฺขเว ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้น ก็เป็นทุกข์ เป็นไฉน

ชาติธมฺมานํ ภิกฺขเว สตฺตทานํ ความปรารถนา ย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีความเกิดเป็น ธรรมดา อย่างนี้ว่า

เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเกิดเป็นธรรมดา

อโห วต มยํ น ชาติธมฺมา อสฺสาม ขอความเกิดอย่ามีมาถึงเราเลย

น จ วต โน ชาติ อาคฺจฺเจยฺยาติ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา

น โข ปเนตํ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ

อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทุกฺขํ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็ เป็นทุกข์
ชราธมฺมานํ ภิกฺขเว สุตตฺตานํ เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ

ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีความแก่เป็นธรรมดาอย่างนี้ ว่า

อโห วต มยํ น ชราธมฺมา อสฺสาม โອหนอ ขอเราไม่พึงมีความแก่เป็นธรรมดา

น จ วต โน ชรา อากฺขเจยฺยาติ ขอความแก่อย่ามีมาถึงเราเลย

น โข ปเนตํ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา

อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทุกฺขํ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็ เป็นทุกข์

พฺยาธิธมฺมานํ ภิกฺขเว สุตตฺตานํ ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มี

เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ ความเจ็บเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อโห วต มยํ น ชราธมฺมา อสฺสาม โອหนอ ขอเราไม่พึงมีความเจ็บเป็นธรรมดา

น จ วต โน ชรา อากฺขเจยฺยาติ ขอความเจ็บอย่ามีมาถึงเราเลย

น โข ปเนตํ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา

อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทุกฺขํ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็ เป็นทุกข์

มรณธมฺมานํ ภิกฺขเว สุตตฺตานํ ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มี

เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ ความตายเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อโห วต มยํ น ชราธมฺมา อสฺสาม โອหนอ ขอเราไม่พึงมีความเจ็บเป็นธรรมดา

น จ วต โน ชรา อากฺขเจยฺยาติ ขอความเจ็บอย่ามีมาถึงเราเลย

น โข ปเนตํ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา

อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทุกฺขํ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็ เป็นทุกข์

โสภปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาสธมฺมานํ ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีเศร้าโศกเสียใจ

ภิกฺขเว สุตตฺตานํ เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ พิโรธํ มีทุกข์โทมนัส อุปายาส เป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า

อโห วต มยํ น โสภปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาสธมฺมา อสฺสาม

โອหนอ ขอเราไม่พึงมีเศร้าโศกเสียใจพิโรธํ มีทุกข์โทมนัสอุปายาสเป็นธรรมดา

น จ วต โน โสภปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาส อากฺขเจยฺยุนฺติ

ขอความเศร้าโศกเสียใจพิโรธํมีทุกข์โทมนัสอุปายาส อย่ามีมาถึงเราเลย

น โข ปเนตํ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ ไม่พึงได้สมความปรารถนา

อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทุกฺขํ. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้นั้นก็ เป็นทุกข์

กตเม จ ภิกฺขเว สงฺขิตฺเตน ปณฺจูปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา.

ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้น ๕ เป็นทุกข์เป็นอย่างไรเล่า

เสยฺยถีทํ อุปาทานชั้น ๕ คืออะไร ?

รूपูปาทานกฺขนฺโธ ชั้นอื่นเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ รูป

เวทฺฐูปาทานกฺขนฺโธ ชั้นอื่นเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ เวทนา

สณฺญูปาทานกฺขนฺโธ ชั้นอื่นเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือสัญญา

สงฺขารูปาทานกฺขนฺโธ	ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ สังขาร
วิญญาณูปาทานกฺขนฺโธ	ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ วิญญาณ
อิเม วุจฺจติ ภิกฺขเว	ภิกษุทั้งหลาย ท่านเรียกอย่างนี้
สงฺขิตฺเตน ปณฺจูปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา	โดยย่ออุปาทานชั้นทั้ง ๕ เป็นตัวทุกข์.
อิหํ วุจฺจติ ภิกฺขเว ทุกฺข์ อริยสจฺจํ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เรียกว่า ทุกข์อริยสัจ

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายว่า

ชนฺนํ ชาติ. สวิการานํ ปจฺมาภิ นิพฺพตฺตกฺขนฺธานเมตํ อธิวจฺนํ. สญฺชาตีติ อิหํ ตสฺสาเอว อุปสคฺคฺมณฺหิตํ เววจฺนํ.	ความเกิดชื่อว่าชาติ คำว่าชาตินี้ เป็นชื่อของ ชั้นที่เกิดจำเพาะที่แรกพร้อมด้วยความ เปลี่ยนแปลง คำว่าสัญชาตินี้ เป็นไวยากรณ์ (แทน) ของชาตินั่นเอง
---	--

ขนฺธานํ ปาตุภาโวติ อโย ปน ปรมตฺ ถกฺกา. เอกโวการภาวาทิสฺสุ เอกจตฺตฺตฺตฺตฺตฺ ทานํ ขนฺธานํเยว ปาตุภาโว น ปุคฺคฺลสฺส.	ส่วนบาลี ความปรากฏแห่งชั้นทั้งหลายนี้ กล่าวโดยปรมาตย์ ความปรากฏแห่งชั้นทั้งหลาย นั้นแล ที่แยกเป็นชั้นหนึ่ง ชั้นสี่ และชั้นห้าใน บรรดาหมู่สัตว์ที่มีชั้นหนึ่งเป็นต้นนั่นเอง ไม่ใช่ ความปรากฏแห่งบุคคล
---	--

ตสฺมี ปน สติ ปุคฺคฺโล ปาตุภูโตติ โวหารมตฺตํ โหติ.	แต่เมื่อความปรากฏแห่งชั้นนั้นมีอยู่ ก็สมมติ เรียกกันว่า บุคคลปรากฏดังนี้
--	---

อายุตนาณปฏฺฐิลาภฺติ อายุตนาณิ ปาตุ ภานฺดาเนว ปฏฺฐิลทฺธานิ นาม โหนฺติ. ^{๑๒๖}	คำว่า ความได้อายตนะทั้งหลาย ความว่า อายตนะทั้งหลายปรากฏอยู่นั้นแล เป็นอันชื่อว่า ได้มา
---	--

ชราติ สภาวนิทฺเทโส. ชีรณฺดาติ อาการภาวนิทฺเทโส. ขณฺทิจฺจฺจฺจฺจฺจฺ วิการภาวนิทฺเทโส.	ศัพท์ว่า <u>ชรา</u> เป็นศัพท์แสดงถึงสภาพความ เป็นเอง ศัพท์ว่า ชีรณตา แสดงถึงภาวะ คือ อาการ ศัพท์ว่าขณฺทิจฺจฺจฺจฺจฺ เป็นต้น คือแสดงถึงภาวะ เปลี่ยนแปลง
---	--

ทฺหฺรกาลสฺมี หิ ทนฺดา สมเสตา โหนฺติ. เตเยว ปรีปจฺจฺจฺจฺจฺจฺ อนุกฺกเมเน วณฺณวิการ อาปชฺชิตฺวา ตตฺถ ตตฺถ ปตฺนฺติ.	จริงอยู่ เวลาเป็นหนุ่มสาว ฟันก็เรียบขาว ครั้น หง่อมเข้า ฟันเหล่านั้นก็เปลี่ยนสีไปโดยลำดับ หลุดตกไปในที่นั้นๆ
---	--

อถ ปตฺติตฺตฺตฺตฺตฺตฺ จิตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺตฺ ทิตฺทนฺดา ขณฺทิตฺตา นาม.	อนึ่ง ฟันหัก หมายถึงฟันที่หลุดร่วง และที่ยัง อยู่ ชื่อว่าขณฺทิตฺตา
---	---

^{๑๒๖}ที่ฉนิกายฎกกถา(สมุทฺตวิลาสินี ๒) หน้า

ขณฺหิตานํ ภาโว ขณฺหิจฺจนฺติ วุจฺจติ.
 อนุกฺกเมน ปชชฺชรีภฺตานิ เกสโลมานิ
 ปลิตานิ นาม. ปลิตานิ สณฺชาตานิ อสฺสาติ
 ปลิตฺ.
 ปลิตสฺส ภาโว ปาลิจฺจํ.
 ชราวาทปฺปหาเรน โสสิตมฺสโลหิตตตาย
 วลิโย ตจฺมฺหิ อสฺสาติ วลิตฺตจฺจ.

ตสฺส ภาโว วลิตฺตจฺจตา.

เอตฺตาวเต ทนฺตเกสโลมตเจสุ วิการทสฺ
 สนวเสน ปากฺกฺวิภูตา ปากฺกฺชรา ทสฺสิตา.

ยถา วาตสฺส วา อคฺคิโน วา ติน
 รุกฺขาทินิ (๓) สมฺภคฺคปริภคฺคตตาย วา
 ฌามตตาย วา คตมคฺโค ปากฺกฺโฏ โหติ น
 จ โส คตมคฺโคว ปากฺกฺโฏ

เอวเมว ชราย ทนฺตาทินิ ขณฺหิจฺจาทิว
 สเนน คตมคฺโค ปากฺกฺโฏ. จกฺขุ อุมฺมิลิตฺวาปิ
 น คณฺหาติ.

น จ ขณฺหิจฺจาทินฺน ชรา. น หิ ชรา
 จกฺขุวิญฺเญยฺยา โหติ. ยสฺมา ปน ชรํ
 ปตฺตสฺส อายุ หายติ.

ตสฺมา ชรา อายุโน สํหานีติ ผลฺลุปฺจาเรน
 วุตฺตา.

ยสฺมา จ ทหฺรกาเล สฺปสนฺนานิ สฺขมฺมิปิ
 อตฺตโน วิสยํ สฺขเนว จ คณฺหนสมฺตถานิ
 จกฺขวาทินิ อินฺทฺริยานิ ชรํ ปตฺตสฺส ปรีปก
 กานิ อาพฺุสิตานิ อวิสทานิ โอปาริกํปิ
 อตฺตโน วิสยํ คเหตุํ อสมฺตถานิ โหนฺติ.

ภาวะแห่งพินที่หักเรียกว่า ขณฺหิจฺจํ
 ความที่พินหัก ผมและขน คร่ำคร่าไปโดย
 ลำดับ ชื่อว่าผมหงอก ผมหงอกเกิดพร้อมแล้วแก่
 บุคคลนั้น เหตุนั้น บุคคลนั้นชื่อว่าคนผมหงอก
 ภาวะแห่งบุคคลผู้มีผมหงอก ชื่อว่าปาลิจฺจํ
 ความที่ผมหงอก เกี้ยวที่หนังของบุคคลนั้น
 มีอยู่ เพราะมีเนื้อและเลือดแห้งไปด้วยถูกลม คือ
 ชราประหารเหตุนั้นบุคคลนั้นชื่อว่ามีหนังเป็น
 เกี้ยว (เที้ยว)

ภาวะแห่งบุคคลผู้มีหนังเป็นเกี้ยวหนังนั้น ชื่อว่า
 วลิตฺตจฺจตา

ความที่หนังเที้ยว ด้วยถ้อยคำมีประมาณเพียง
 เท่านั้นเป็นอันพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงชรา ที่
 เปิดเผย อันปรากฏชัด

โดยแสดงความเปลี่ยนแปลง ในพิน ผม ขน
 หนัง ทางไปของลม หรือไฟ จะปรากฏได้ ก็เพราะ
 ลมพัดถูกหญ้า หรือต้นไม้เป็นต้น หักกระเนระนาด
 หรือไฟไหม้ แต่ทางไปของลม และไฟนั้นก็หา
 ปรากฏไม่ฉับใจ

ทางไปแห่งชราที่ฉับนั้นเหมือนกัน จะปรากฏ
 ได้ก็โดยมีภาวะพินหักเป็นต้น แห่งอาการ ๓๒ มี
 พินเป็นต้น แม้บุคคลลืมนตาตาก็จับไม่ได้

ความคร่ำคร่าแห่งอาการมีพินหักเป็นต้น หา
 ใช้ตัวชราไม่ เพราะชราจะพึงรู้ทางจักขุมิได้แต่
 เพราะเมื่อถึงชรา อายุเสื่อมไป

ฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสโดยผล
 ไกลเคียงว่า ความเสื่อมไปแห่งอายุ เรียกว่า ชรา

หนึ่ง เพราะเวลาเป็นหนุ่มสาว อินฺทฺริยมีจักขุ
 เป็นต้น แจ่มใสดี สามารถรับอารมณ์แม้ที่ละเอียด
 ได้สะดวกที่เดียว เมื่อถึงชราที่แก่งอม ชุ่มมัว ไม่
 ผ่องใส ไม่สามารถรับอารมณ์ แม้ที่หยาบได้

ตสฺมา อินฺทฺริยานํ ปริปาโกติปิ ผลฺยุ
จาเรเนว วุตฺตา ฯ

มรณนิทฺเทเส.. ตตฺถ จุติติ สภาวนิทฺ
เทโส. จวนตาติ อากาโรภาวนิทฺเทโส.

มรณํ ปตฺตสฺส ขนฺธา ภิชฺชนฺติ เจว
อนฺตรธาณฺติ จ อทฺสสนํ คจฺจนฺติ.

ตสฺมา ตํ เกโท อนฺตรธาณฺติ วุจฺจติ.

มจฺจุมรณฺนฺติ มจฺจุมรณํ น ขณิกมรณํ.
กาลกิริยาติ มรณกาลกิริยา.

อโย สพฺพาปิ สมฺมตฺติกา.

ขนฺธานํ เกโทติ อโย ปน ปรมตฺตถกา.

เอกโวการภาวาทิสฺส เอกจตุปฺยจฺเภทานํ
ขนฺธานํเยว เกโท น ปุคฺคสฺส. ตสฺมี ปน
สตี ปุคฺคโล มโตติ โวหารมตฺตํ โหติ.^{๑๒๗}

กเพวรสฺส นิฏฺเขปฺตี อตฺตภาวสฺส นิฏ
เขปฺ. มรณมฺปตฺตสฺส หิ นฺิรตฺถํว กलिํคร
อตฺตภาโว ปตฺติ.

ตสฺมา ตํ กเลวรสฺส นิฏฺเขปฺตี วุตฺตํ.
ชีวิตินฺทฺริยสฺส อฺุจฺเจโท ปน สพฺพาการโต
ปรมตฺตโต มรณํ. เอตเทว สมฺมตฺติมรณฺนฺติ
วุจฺจติ. ชีวิตินฺทฺริยฺุจฺเจทเมว หิ คเหตฺวา
โลกิยา ติสฺโส มโต. ผุสฺโส มโตติ วทฺนฺติ.

ฉะนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสโดยผล
ใกล้เคียงว่า ความแก่งอมแห่งอินทรีย์ทั้งหลาย
เรียกว่า ชรา ดังนี้บ้าง

ในมรณนิทเทศ มีวินิจฉัยดังต่อไปนี้ ในศัพท์
เหล่านั้น ศัพท์ว่า จุติ แสดงถึงสภาพที่เป็นเอง
ศัพท์ว่า จวนตา แสดงถึงภาวะ คือ อากาโร

เมื่อบุคคลถึงมรณะแล้ว ชั้นทั้งหลายย่อม
แตก และหายไป แลไม่เห็น

เพราะฉะนั้นมรณะนั้น จึงเรียกว่า ความแตก
ความหายไป ความมอดม้วย

บทว่า มัจจุมรณะ คือ มัจจุมรณะ มิใช่ ขณิ
กมรณะ(ตายชั่วคราว) การทำกาละคือ ตาย ชื่อ
ว่า กาลกิริยา แม้ทั้งหมดนี้ กล่าวโดยสมมติทั้งนั้น

ส่วนบาลีว่า ขนฺธานํ เกโท นี้ เป็นการกล่าว
โดยปรมาัตถ์

ความแตกแห่งชั้นทั้งหลาย ที่แยกเป็นชั้น
หนึ่ง ชั้นสี่ และชั้นห้า ในบรรดาหมู่สัตว์ที่มีชั้น
หนึ่งเป็นต้นนั้นเอง มิใช่ความแตกแห่งบุคคล แต่
เมื่อความประชุมพร้อมแห่งชั้นมีอยู่ ก็สมมติ
เรียกว่า บุคคลตาย

การทอดทิ้งร่างกาย ชื่อว่าทอดทิ้งซากศพ จริง
อยู่ เมื่อบุคคลถึงความตาย ร่างกายก็ตกเป็น
เหมือนท่อนไม้ ไร้ประโยชน์ ฉะนั้น

เพราะฉะนั้น มรณะนั้นท่านจึงเรียกว่า การ
ทอดทิ้งซากศพ ส่วนความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ เมื่อ
ว่าโดยปรมาัตถ์โดยอาการทั้งปวงก็คือมรณะ
มรณะนั้นนั่นแหละ เรียกว่า สมมติมรณะ

ชาวโลกถือเอาความขาดแห่งชีวิตินทรีย์
เท่านั้น จึงพูดว่า ติสสะ ตาย ผุสสะ ตาย ดังนี้

^{๑๒๗}ที่มณิกายฎกถา (สมุญจลวิลาสินี ๒) หน้าที

โสกะ

พยุสเนนาติ ฌาติพยุสนาที่สุ เยนเกนจิ พยุสเนน.

บทว่า ด้วยความวิบัติ ความว่าด้วยความวิบัติ อย่างไร อย่างใด อย่างหนึ่ง บรรดาความวิบัติทั้งหลาย มีความวิบัติจากญาติเป็นต้น.

โสโกติ โย ฌาติพยุสนาที่สุ วา วรพณฺหนาที่สุ วา อญฺญตรสฺมี สติ เตน อภิภูตสฺส อุปฺปชฺชติ

คำว่า โสกะ ได้แก่ ความโศก อันมีความแค้นใจเป็นลักษณะ ย่อมเกิดแก่ บุคคล ในเมื่อถูกความวิบัติ มีความวิบัติจากญาติเป็นต้น หรือเหตุแห่งทุกข์ มีการฆ่า การจอบ้างเป็นต้น อย่างไรอย่างหนึ่ง ครบงำแล้ว.

โสจนลกฺขโน โสโก. โสจิตตฺตฺนฺติ โสจิตภาโว.

ความเป็นผู้เศร้าโศก ได้แก่ ความเศร้าโศก. ก็ความเศร้าโศกนั้นเกิดขึ้นทำภายในให้แค้นผาก เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า ความเศร้าใจ ความแค้นใจภายในดังนี้.

ปริเทวะ

ยสฺมา ปเนส มยฺหํ ธีตา. มยฺหํ ปุตุโตติ เอวํ อาทึย เทวณฺติ ปริเทวณฺติ เอเตนาติ อาเทโว.

คนทั้งหลาย ยึดถืออย่างนี้ว่า ลูกหญิงของเรา ลูกชายของเรา ดังนี้ ย่อมคร่ำครวญรำพัน ด้วยความยึดถืออันนั้น เหตุอันนั้น ความยึดถืออันนั้น จึงชื่อว่า เป็นเหตุคร่ำครวญ.

ตํ ตํ วณฺณํ ปริกิตฺเตนฺตา เทวณฺติ เอเตนาติ ปริเทโว.

คนทั้งหลาย รำพันยกยอคุณอันนั้น ๆ ด้วยเหตุอันนั้น เพราะฉะนั้น เหตุอันนั้น จึงชื่อว่า เป็นเหตุรำพัน.

ตโต ปฺรา เทว ตสฺเสว ภวานิทฺเตสา.

ศัพท์ทั้งสอง (อาเทวนา ปริเทวนา) นอกจากอาเทวะ ปริเทวะนั้น เป็นศัพท์แสดงภาวะแห่งความคร่ำครวญ รำพันนั้นนั่นแหละ.

ทุกขโทมนัส

กายิกนฺติ กายปฺปสาทวตฺตฺกํ. ทุกฺขมนญฺเจน ทุกฺขํ ๕

ความทุกข์ อันมีกายประสาท เป็นที่ตั้ง เพราะอรรถว่า ทนได้ยาก ชื่อว่าทุกข์ทางกาย.

อสาตฺนฺติ อมรฺริ.

คำว่า ไม่ชื่นใจ คือไม่หวานใจ.

กายสมฺผลสฺสชฺชํ ทุกฺขนฺติ กายสมฺผลสฺสโต ชาตํ ทุกฺขํ. อสาตํ เวทียิตฺนฺติ อมรฺริ เวทียิตํ.

คำว่า ทุกข์ที่เกิดแต่กายสัมผัส คือทุกข์ที่เกิดจากสัมผัสทางกาย คำว่า เวทนา ที่ไม่น่าชื่นใจ คือ เวทนา ที่ไม่น่าชอบใจ.

เจตสิกนฺติ จิตฺตสมฺปยุตฺตํ. เสสํ ทุกฺเข วุตฺตนฺยเมว.

โทมนัสสัมปยุตกับจิต ชื่อว่า เจตสิก ได้แก่ โทมนัสทางใจ. คำที่เหลือมีกล่าวมาแล้วในทุกข์นั้น

อุปายาส

อายาโสติ สัมมัตถวิสีทนากการปฺปตฺโต
จิตฺตกิลมโธ. พลวภาเวน อายาโส อุปา
ยาโส.

การไม่สมควรปรารถนาเป็นทุกข์

ชาติธมฺมานนฺติ ชาติสภาวานฺ.

อิจฺฉา อุปฺปชฺชตฺติ ตณฺหา อุปฺปชฺชตฺติ.

ขนฺธนิทฺเทเส รุปฺณจ ตํ อุปาทาน
กฺขนฺโธ จาติ รุปฺปาทานกฺขนฺโธ. เอวํ
สพฺพตฺถ.

บทว่า **อายาโส** ได้แก่ ความลำบากทางใจ อัน
ถึงอาการความท้อแท้ห่อเหี่ยว. ความคับใจโดย
ภาวะมีกำลังแรง ชื่อว่า ความคับแค้นใจ.

บทว่า **ชาติธมฺมานํ** มีความเกิดเป็นธรรมดา
คือมีความเกิดเป็น สภาวะ.

สองบทว่า **อิจฺฉา อุปฺปชฺชตฺติ** ความปรารถนา
ย่อมเกิด คือตณฺหา ย่อมเกิด.

ในชั้นนิตฺเทสมีวินิจฉัยดังนี้. รูปนั้นด้วย
อุปาทานชั้นร์ ด้วยเพราะเหตุนั้น จึงชื่อว่า รูป
ปาทานชั้นร์. ทุก ๆ ชั้นร์ก็พึงทราบอย่างนี้.

กตมา จ ภิกขเว ชรา . ก็ชราเป็นอย่างไรเล่า?

ยา เตสํ เตสํ สุตตานํ ตมฺหิ ตมฺหิ สุตตนิกาเย ชรา ชีรณตา ขณฺฑิจฺจํ ปาลิจฺจํ วลิตจตา
อายุโน สํหานิ อินฺทฺริยานํ ปริปาโก

ความแก่ ภาวะของความแก่ ฟันหลุด ผมหงอก หนังเป็นเกลียว ความเสื่อมแห่งอายุ
ความแก่ห่อหมแห่งอินทรีย์ ในหมู่มสัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้น

อโย วุจฺจติ ภิกขเว ชรา .

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เราเรียกว่า ชรา

กตมณฺจ ภิกขเว มรณํ .

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็มรณะเป็นอย่างไรเล่า ?

ยา เตสํ เตสํ สุตตานํ ตมฺหา ตมฺหา สุตตนิกาเย –

ความเคลื่อน ภาวะของความเคลื่อน ความแตกทำลาย

จฺจติ จวนตา เภโท อนฺตรธานํ มจฺจุ มรณํ–ความหายไป มฤตฺยู ความตาย การกระทำกาละ

กาลกิริยา ขนฺธานํ เภโท -

ความทำลายแห่งขันธ์ทั้งหลาย

ชีวิตินฺทฺริยสฺส อฺปฺจฺเจโท -

ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์

กเพวรสฺส นิภฺเขโป

ความทิ้งซากศพไว้จากหมู่มสัตว์นั้นๆ ของเหล่าสัตว์นั้น

อิทํ วุจฺจติ ภิกขเว มรณํ .

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เรียกว่ามรณะ

กตโม จ ภิกขเว โสโก .

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็โสกะเป็นอย่างไรเล่า ?

โย โข ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

อณฺตรมณฺตเรณ พฺยสเนน สมฺนนาคตสฺส อณฺตรมณฺตเรณ ทุกฺขชฺมเมเน นฺจฺจสฺส
โสโก โสจนา โสจิตตฺตํ อนฺโตโสโก อนฺโตปริโสโก

ความแห้งใจ กิริยาที่แห้งใจ ภาวะแห่งบุคคลผู้แห้งใจ ความผาก ณ ภายใน ความ
แห้งผาก ณ ภายในของบุคคลผู้ประกอบด้วยความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกกรรมคือทุกข์
อย่างใดอย่างหนึ่ง กระทบแล้ว

อโย วุจฺจติ ภิกขเว โสโกฯ

สิ่งนี้ เราเรียกว่า โสกะ

กตโม จ ภิกขเว ปริเทโว .

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ปริเทวะเป็นอย่างไรเล่า?

โย โข ภิกขเว

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

อณฺตรมณฺตเรณ พฺยสเนน สมฺนนาคตสฺส อณฺตรมณฺตเรณ ทุกฺขชฺมเมเน นฺจฺจสฺส
อาเทโว ปริเทโว อาเทวนา ปริเทวนา อาเทวิตตฺตํ ปริเทวิตตฺตํ

ความคร่ำครวญ ความร่ำไรร่ำพัน กิริยาที่คร่ำครวญ กิริยาที่ร่ำไรร่ำพัน ภาวะของ
บุคคลผู้คร่ำครวญ ภาวะของบุคคลผู้ร่ำไรร่ำพัน ของบุคคลประกอบด้วยความพิบัติ อย่างใดอย่าง
หนึ่ง ผู้ถูกกรรม คือทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่ง กระทบแล้ว

อโย วุจฺจติ ภิกขเว ปริเทโว .

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เราเรียกว่า ปริเทวะ

กตมณฺจ ภิกฺขเว ทุกฺขํ	ก็ความทุกข์ เป็นอย่างไรเล่า?
ยํ โข ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
กายิกํ ทุกฺขํ กายิกํ อสาดํ	ความลำบากทางกาย ความไม่สำราญทางกาย
กายสมฺผลสฺสํ ทุกฺขํ อสาดํ เวทียิตํ	ความเสวยอารมณ์ที่ไม่ดี ที่เป็นทุกข์เกิดแต่กายสัมผัส
อิทํ วุจฺจติ ภิกฺขเว ทุกฺขํ	สิ่งนี้ เราเรียกว่า ทุกข์
กตมณฺจ ภิกฺขเว โทมนสฺสํ .	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็โทมนัสเป็นอย่างไรเล่า?
ยํ โข ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย
เจตสิกํ ทุกฺขํ เจตสิกํ อสาดํ	ความทุกข์ทางจิต ความไม่สำราญทางจิต
มโนสมฺผลสฺสํ ทุกฺขํ อสาดํ เวทียิตํ	ความเสวยอารมณ์อันไม่ดีที่เป็นทุกข์เกิดแต่มนสัมผัส
อิทํ วุจฺจติ ภิกฺขเว โทมนสฺสํ	สิ่งนี้ เราเรียกว่า โทมนัส
กตโม จ ภิกฺขเว อุปายาโส .	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็อุปายาสเป็นอย่างไรเล่า?
โย โข ภิกฺขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย

อณฺฏตรณฺฏตเรณ พุยสเนน สมฺนุณาคตสฺส อณฺฏตรณฺฏตเรณ ทุกฺขชรมฺเมน ผุฏฺฐสฺส
 อายาโส อุปายาโส อายาสิตตตฺตํ อุปายาสิตตตฺตํ

ความแค้น ความคับแค้น ภาวะของบุคคลผู้แค้น ภาวะของบุคคลผู้คับแค้นของบุคคล
 ผู้ประกอบด้วยความพิบัติอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ถูกรรรมคือทุกข์อย่างใดอย่างหนึ่งกระทบแล้ว
 อยํ วุจฺจติ ภิกฺขเว อุปายาโส . ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เราเรียกว่า อุปายาส.
 กตโม จ ภิกฺขเว อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค ทุกฺโข -ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็พบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก
 ก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไรเล่า?

อิช ยสฺส เต โหนฺติ อนฺนิฏฺฐา อกฺนฺตา อมฺนาปา รุปา สทฺทา คนฺธา รสา โผฏฺฐพฺพา
 รูป เสียง กลิ่น รส การสัมผัส เย็นร้อนอ่อนแข็ง หย่อนตึง เป็นสิ่งที่ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ มีอยู่แก่ผู้ใดในโลกนี้

เย วา ปนสฺส โหนฺติ อนตฺถกามา อหิตกามา อผาสุกกามา อโยคกฺเขมกามา
 หรือว่า ปรารถนาสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ ปรารถนาสิ่งที่ไม่เกื้อกูล ปรารถนาความไม่
 ผาสุก ปรารถนาความไม่เกษมจากโยคะมีอยู่แก่บุคคลใด

เตสํ สงฺกตติ สมฺภาคโม สโมธานํ มิสฺสีภาโว ความประสบความพร้อมพร้อม ความร่วม ความระคน
 (ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันไม่น่าปรารถนา
 ไม่น่าใคร่ ไม่น่าพอใจ) ของบุคคลเหล่านั้น

อยํ วุจฺจติ ภิกฺขเว อปฺปิเยหิ สมฺปโยโค ทุกฺโข ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เราเรียกว่า
 พบกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์

กตโม จ ภิกฺขเว ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทุกฺโข ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ความพลัดพราก
 จากสิ่งที่รัก ก็เป็นทุกข์ เป็นอย่างไรเล่า

อิธ ยสฺส เต โหนฺติ อิกฺขธา กนฺตา มนาปา รุปา สทฺทา คนฺธา รสา โฝฏฐพฺพา

รูป เสียง กลิ่น รส โฝฏฐัพพะ อันน่าปรารถนานำใคร่นำพอใจ
 เย วา ปนสฺส โหนฺติ อตฺถกามา หิตกามา หรือว่าปรารถนาสิ่งที่เป็นประโยชน์ปรารถนา
 สิ่งที่เกิดอกุล,

ผาสุกกามา โยคกฺเขมกามา ปรารถนาความผาสุก ปรารถนาความเกษมจากโยคะ,
 มาตาวา ปิตา วา ภাতาวา ภคินี วา หรือว่ามารดาบิดา, พี่ชายน้องชายพี่หญิงน้องหญิง,
 มิตฺตาวา อมจฺจาวา ฉาตีสาลโหิตาวา มิตรوماتย์หรือญาติสาโลหิต, มีอยู่แก่บุคคลเหล่าใด
 เตสํ อสงฺคตฺติ อสมาคโม อสโมธานํ ความไม่ประสะบ ความไม่พรั่งพร้อม ความไม่ร่วม
 อมิสฺสีภาโว ความไม่ระคน ด้วยรูปเสียงกลิ่น รส โฝฏฐัพพะ อันน่า
 ปรารถนา นำใคร่นำพอใจ หรือปรารถนาสิ่งที่เป็น
 ประโยชน์เป็นต้น

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว ปิเยหิ วิปฺปโยโค ทฺกฺโข- ภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้เราเรียกว่า ความพลัดพราก
 จากสิ่งที่รักก็ เป็นทุกข์.

กตมณฺจ ภิกฺขเว ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้
 ตมฺปิ ทฺกฺโข. แม้อันนั้น ก็เป็นทุกข์ เป็นใจน
 ชาตฺธิมฺมานํ ภิกฺขเว สตฺตทานํ ความปรารถนา ย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีความเกิดเป็น
 เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ ธรรมดา อย่างนี้ว่า
 อโห วต มโย น ชาตฺธิมฺมา อสฺสาม โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเกิดเป็นธรรมดา
 น จ วต โน ชาตฺติ อากฺขเจยฺยาติ ขอความเกิดอย่ามีมาถึงเราเลย
 น โข ปเนตฺติ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 อิทมฺปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺโข. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็
 เป็นทุกข์

ชราธมฺมานํ ภิกฺขเว สตฺตทานํ เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ
 ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีความแก่เป็นธรรมดาอย่างนี้ ว่า

อโห วต มโย น ชราธมฺมา อสฺสาม โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความแก่เป็นธรรมดา
 น จ วต โน ชรา อากฺขเจยฺยาติ ขอความแก่อย่ามีมาถึงเราเลย
 น โข ปเนตฺติ อิจฺฉาย ปตฺตพฺพํ ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 อิทมฺปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺโข. แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็
 เป็นทุกข์

พฺยาธิธมฺมานํ ภิกฺขเว สตฺตทานํ ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มี
 เอวํ อิจฺฉา อุปฺปชฺชติ ความเจ็บเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า
 อโห วต มโย น พฺยาธิธมฺมา อสฺสาม โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเจ็บเป็นธรรมดา
 น จ วต โน พฺยา อากฺขเจยฺยาติ ขอความเจ็บอย่ามีมาถึงเราเลย

น โข ปเนตํ อิจฉาย ปตฺตพฺพํ
 อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขํ.

มรณธมฺมานํ ภิกฺขเว สตฺตทานํ
 เอวํ อิจฉา อูปฺปชฺชติ
 อโห วต มยํ น ชรธาธมฺมา อสฺสาม
 น จ วต โน ชรา อาคฺจฺเจยฺยาติ
 น โข ปเนตํ อิจฉาย ปตฺตพฺพํ
 อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขํ.

โสภปริเทวทฺกฺขโทมนสฺสุปายาสธมฺมานํ
 ภิกฺขเว สตฺตทานํ เอวํ อิจฉา อูปฺปชฺชติ

อโห วต มยํ น โสภปริเทวทฺกฺขโทมนสฺสุปายาสธมฺมา อสฺสาม
 อโหนอ ขอเราไม่พึงมีเศร้าโศกเสียใจพิโรธำพัน มีทฺกฺขโทมนสฺสุปายาสเป็นธรรมดา
 น จ วต โน โสภปริเทวทฺกฺขโทมนสฺสุปายาสา อาคฺจฺเจยฺยุนฺติ
 ขอความเศร้าโศกเสียใจพิโรธำพันมีทฺกฺขโทมนสฺสุปายาส อย่ามีมาถึงเราเลย

น โข ปเนตํ อิจฉาย ปตฺตพฺพํ
 อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขํ.
 กตเม จ ภิกฺขเว สงฺขิตฺเตน ปญฺจูปาทานกฺขนฺธา ทฺกฺขา.

น โข ปเนตํ อิจฉาย ปตฺตพฺพํ
 อิทฺมปิ ยมฺปิจฺฉํ น ลภติ ตมฺปิ ทฺกฺขํ.
 กตเม จ ภิกฺขเว สงฺขิตฺเตน ปญฺจูปาทานกฺขนฺธา ทฺกฺขา.

อโหนอ ขอเราไม่พึงได้สมความปรารถนา
 แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็
 เป็นทฺกฺขํ
 ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มี
 ความตายเป็นธรรมดาอย่างนี้ว่า
 โอหนอ ขอเราไม่พึงมีความเจ็บเป็นธรรมดา
 ขอความเจ็บอย่ามีมาถึงเราเลย
 ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็
 เป็นทฺกฺขํ
 ความปรารถนาย่อมบังเกิดแก่สัตว์ผู้มีเศร้าโศกเสียใจ
 พิโรธำพัน มีทฺกฺขโทมนสฺสุปายาส เป็นธรรมดา
 อย่างนี้ว่า
 โอหนอ ขอเราไม่พึงมีเศร้าโศกเสียใจพิโรธำพัน มีทฺกฺขโทมนสฺสุปายาสเป็นธรรมดา
 น จ วต โน โสภปริเทวทฺกฺขโทมนสฺสุปายาสา อาคฺจฺเจยฺยุนฺติ
 ขอความเศร้าโศกเสียใจพิโรธำพันมีทฺกฺขโทมนสฺสุปายาส อย่ามีมาถึงเราเลย
 ข้อนั้นสัตว์ไม่พึงได้สมความปรารถนา
 แม้ข้อนี้ ก็ชื่อว่าปรารถนาสิ่งใดไม่ได้ แม้อันนั้นก็
 เป็นทฺกฺขํ
 ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้น ๕ เป็นทฺกฺขํเป็นอย่างไรเล่า
 อุปาทานชั้น ๕ คืออะไร ?
 ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือรูป เวทนา
 ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ เวทนา
 ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ สัญญา
 ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ สังขาร
 ชั้นอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นคือ วิญญาณ
 ภิกฺษุทั้งหลาย เราเรียกอย่างนี้แล
 โดยย่ออุปาทานชั้นทั้ง ๕ เป็นตัวทฺกฺขํ.
 ดูก่อนภิกฺษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เรียกว่า ทฺกฺขํอริยสัจ

เสยฺยถิทำ
 รูปูปาทานกฺขนฺโธ
 เวทฺนูปาทานกฺขนฺโธ
 สณฺณูปาทานกฺขนฺโธ
 สงฺขารูปาทานกฺขนฺโธ
 วิญฺญาณูปาทานกฺขนฺโธ
 อิเม วุจฺจฺนฺติ ภิกฺขเว
 สงฺขิตฺเตน ปญฺจูปาทานกฺขนฺธา ทฺกฺขา.
 อิทํ วุจฺจฺติ ภิกฺขเว ทฺกฺขํ อริยสจฺจํ.

๒) ทุกขสมุทัยอริยสัง

กตมณฺจ ภิกฺขเว ทุกฺขสมุทโย อริยสจฺจํ
 ยายํ ตณฺหา
 โปโนพุกวิกา
 นนฺทิวราคสทคตา
 ตตรตตฺรารินฺนทินิ
 เสยฺยถิํ
 กามตณฺหา ภวตณฺหา วิภวตณฺหา.
 สา โข ปเนสา ภิกฺขเว ตณฺหา
 กตฺถ อฺปฺปชฺชมานา อฺปฺปชฺชติ
 กตฺถ นวิสมานา นวิสติ.
 ยํ โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ
 เอตฺถเสสา ตณฺหา อฺปฺปชฺชมานา อฺปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นวิสมานา นวิสติ.
 กิณฺจ โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ.
 จกฺขุํ โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ.
 โสถํ โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ.
 ฆานํ โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ.
 ชิวฺหา โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ.
 กาโย โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ .
 มโน โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ.
 เอตฺถเสสา ตณฺหา อฺปฺปชฺชมานา อฺปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นวิสมานา นวิสติ.
 รุปา โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ
 สทฺทา โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ
 คนฺธา โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ
 รสา โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ
 โผฏฺฐพฺพา โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ
 ธมฺมา โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ
 เอตฺถเสสา ตณฺหา อฺปฺปชฺชมานา อฺปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นวิสมานา นวิสติ
 จกฺขุวិณฺญาณํ โลกํ ปิยรूपํ สาตฺรฺรูปํ

ภิกษุก็ทุกข์สมุทัยอริยสัง เป็นอย่างไรเล่า
 ตัณหานี้ใด
 ซึ่งเป็นเหตุให้มีการเกิดในภพน้อยใหญ่อีก
 ประกอบด้วยความกำหนัด ความเพลิดเพลिन
 ความเพลิดเพลिनยิ่งนักในอารมณ์นั้นๆ
 คืออย่างไร
 คือกามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา
 ดูกุรภิกษุทั้งหลาย ก็ตัณหานี้มัน เมื่อจะเกิด
 ย่อมเกิดในที่ไหน
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่ไหน
 ที่ใดเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหานี้มัน เมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้
 อะไรเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตาเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 หูเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 จมูกเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ลิ้นเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 กายเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ใจเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหา เมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้
 รูปที่รักที่เจริญใจในโลก
 เสียงที่รักที่เจริญใจในโลก
 กลิ่นที่รักที่เจริญใจในโลก
 รสที่รักที่เจริญใจในโลก
 โผฏฐัพพะที่รักที่เจริญใจในโลก
 ธรรมารมณ์เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหาเมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้
 จักขุวิณญาณที่รักที่เจริญใจในโลก

คนฺธสฺสญฺเจตนา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 รสสฺสญฺเจตนา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 โผฏฐัพพสฺสญฺเจตนา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 ฌมฺมสฺสญฺเจตนา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 เอตฺถเสา ตณฺหา อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นิวิสมานา นิวิสฺติ
 รูปตณฺหา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 สทฺทตณฺหา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 คนฺธตณฺหา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 รสตณฺหา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 โผฏฐัพพตณฺหา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 ฌมฺมตณฺหา โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 เอตฺถเสา ตณฺหา อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นิวิสมานา นิวิสฺติ
 รูปวิตกโก โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 สทฺทวิตกโก โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 คนฺธวิตกโก โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 รสวิตกโก โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 โผฏฐัพพวิตกโก โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 ฌมฺมวิตกโก โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 เอตฺถเสา ตณฺหา อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นิวิสมานา นิวิสฺติ
 รูปวิจาร์ โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 สทฺทวิจาร์ โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 คนฺธวิจาร์ โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 รสวิจาร์ โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 โผฏฐัพพวิจาร์ โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 ฌมฺมวิจาร์ โลกเ ปิยรูปํ สาทรูปํ
 เอตฺถเสา ตณฺหา อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ
 เอตฺถ นิวิสมานา นิวิสฺติ
 อิทํ วุจฺจติ ภิกฺขเว ทฺถกฺขสมฺมุทโย อริยสจฺจํ ฯ

คันธสฺสญฺเจตนา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 รสสฺสญฺเจตนา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 โผฏฐัพพสฺสญฺเจตนา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ฌมฺมสฺสญฺเจตนา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตณฺหาเมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้
 รูปตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 สทฺทตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 คันธตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 รสตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 โผฏฐัพพตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ฌมฺมตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตณฺหาเมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้
 รูปวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 สทฺทวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 คันธวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 รสวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 โผฏฐัพพวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ฌมฺมวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตณฺหาเมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้
 รูปวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 สทฺทวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 คันธวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 รสวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 โผฏฐัพพวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ฌมฺมวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตณฺหาเมื่อจะเกิด ย่อมเกิดในที่นี้
 เมื่อจะตั้งอยู่ ย่อมตั้งอยู่ในที่นี้ ฯ
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งนี้ เราเรียกว่า ก็ทุกข
 สมุทฺทยอริยสัจ

สมุทยสัจจนิทฺเทสวณฺเณนา

โปโนพุกวิกาติ ปุโนพุกวกรณํ ปุโนพุกโว

คำว่า โปโนพุกวิกา มีวิเคราะห์ว่า การทำภาพใหม่ ชื่อว่า ภาพใหม่

ปุโนพุกโว สิลฺลํ อสฺสชาติ โปโนพุกวิกา.

ภาพใหม่นั้นเป็นปกติแห่งตณฺหานั้น เหตุที่ตณฺหานั้น จึงชื่อว่า โปโนพุกวิกา มีความเกิดอีกเป็นปกติ.

นฺนทฺติราคสฺหคตาติ นฺนทฺติราเคน สหคตา.นฺนทฺติราเคน สทฺธิ อตฺถโต เอกตฺตเมวคตาติ วุตฺตํ โหติ.

คำว่า นนฺทฺติราคสฺหคตา ได้แก่ ตณฺหาที่เกิดร่วมด้วยความกำหนัด ด้วยอำนาจเพิลิตเพลิน ท่านอธิบายว่า โดยอรรถ ตณฺหานั้น ก็เป็นอันเดียวกันกับนันทฺติราคะนั่นเอง.

ตตฺตรตฺตรากินฺนทฺตินีติ ยตฺตร ยตฺตร อตฺตภาโว. อภินิพฺพตฺติ. ตตฺตร ตตฺตร อภินนฺทฺตินี.

คำว่า ตตฺตรตฺตรากินฺนทฺตินี เพิลิตเพลินในอารมณ์นั้นๆ ความว่า อตฺตภาพ เกิดจำเพาะในทีเดียว ตณฺหาก็เพิลิตเพลินในที่นั้น ๆ.

รฺูปาทิสฺสุ วา อารมฺมเณสฺสุ ตตฺตร ตตฺตร อภินนฺทฺตินี.

อีกนัยหนึ่ง ตณฺหามักเพิลิตเพลินในอารมณ์ทั้งหลาย มีรูปเป็นต้น ในที่นั้น ๆ.

รฺูปาภินนฺทฺตินี สทฺทกนฺนธฺรฺสโผฏฺฐพฺพธฺมมาภินนฺทฺตินีติ อตฺถโก.

อธิบายว่า เพิลิตเพลินในรูป เพิลิตเพลินในเสียง กลิ่น รส โผฏฺฐพฺพะ ธรรมารมณฺ์. ศัพท์ว่า เสยฺยถิํ เป็นศัพท์นิบาต.

กามตณฺหาติ กามे ตณฺหา.

ความอยากในกาม ชื่อว่า กามตณฺหา.

ปญฺจกามคฺุณิกราคสฺเสตํ นามิ.

คำว่า กามตณฺหา นั้น เป็นชื่อของความกำหนัดเกี่ยวกับกามคุณ ๕.

ภเว ตณฺหา ภวตณฺหา.

ความอยากในภพ ชื่อว่า ภวตณฺหา.

ภวปตฺถนาวเสน อุปฺปนฺนสฺส สสฺสสตฺถิฏฺฐจิสฺหคตฺสฺส รฺูปารฺูปภวราคสฺส จ ฌานนิกฺกนฺตฺติยา เจตํ อธิวจฺฉิ.

คำว่า ภวตณฺหา นี้เป็นชื่อของความกำหนัดในรูปภพและอรูปภพ อันเกิดพร้อมด้วยสัสฺสสตฺถิฏฺฐิจิที่เกิดโดยความปรารถนาภพ และยินดีในฌาน.

วิภเว ตณฺหา วิภวตณฺหา.

ความอยากในวิภพ ชื่อว่า วิภวตณฺหา. นี้ เป็นชื่อของความกำหนัดที่เกิดพร้อมด้วยอุจฺเจทวิภวฺวิ.

อุจฺเจทวิภวฺวิจิสฺหคตฺราคสฺเสตํ อธิวจฺฉิ

โลเกติอาทิสฺสุ โลกสฺมี หิ จกฺขฺวาทิสฺสุ มมตฺเตน อภินิวิฏฺฐา สตฺตา สมฺปตฺติยํ ปตฺติฏฺฐิตา อตฺตโน จกฺขฺุ อาทาสาทิสฺสุ นิमितฺตคฺคหณฺนุสาเรน วิปฺปสฺนฺนปญฺจปฺปสฺสํ สฺวณฺณวิมานเ อฺุคฺฆาติตมณฺิสฺสีห- ปญฺชรี วิย มณฺณนฺติ.

ในคำว่า จกฺขฺุ โลเก เป็นต้น มีอธิบายดังนี้จริงอยู่ สัตว์ทั้งหลาย ถ้อยมั่นในจักขุเป็นต้น ในโลก โดยความ เป็นของ ๆ เรา ตั้งมั่นอยู่ในสมบัติ ย่อมสำคัญตา ของตน อันมีประสาททั้ง ๕ แจ่มใส เหมือนหน้าต่างแก้วมณี อันเผยขึ้นแล้วในวิมานทอง ด้วยทำนองถือเอานิमित ในกระจกเป็นต้น

โสตร์ รัชตปนาพิกัม วย ปามงฺคสุตฺตํ
วย จ มณฺเฑนฺติ.

ตุงฺคณาสาติ ลทฺธโวหารํ ฆานํ วมุฏฺฐิตํ
วา จปีตหริตลาภุฏฺฐิ วย มณฺเฑนฺติ.

ชีวหํ รัตตกมฺพลปฺภูลํ วย มุฑฺฐินิทฺถํ
มรฺฐุสทํ มณฺเฑนฺติ.

กาบิ์ สาถลลภุจิกัม วย สุวณฺณโตรณํ
วย จ มณฺเฑนฺติ.

มนิ์ อณฺเฑสํ มเนน อสทิสํ อุพาริ์ ม
ณฺเฑนฺติ.

รูปิ์ สุวณฺณกณฺเฑนิการปฺปผาทิวณฺเฑนํ
วย.

สทฺทํ มตฺตกรวิ์โกกิลมฺนุทรมิตมณิ์
สนิกุโฆสํ วย.

อตฺตนา ปฏฺฐิทุชานิ์ จตฺตสมุฏฺฐานิกคน
ชารมฺมณาทินิ์ กสฺส อณฺเฑสฺส เอวรฺฐปานิ์
อตฺถิติติ มณฺเฑนฺติ.

เตสํ เอวํ มณฺเฑมมานานิ์ ตานิ์ จกฺข
วาทินิ์ ปิยรฺฐปานิ์ เจว สาตฺรฺฐปานิ์ จ โหนฺติ.

อถ เนสํ ตตฺถ อณฺุปฺปนา เจว ตณฺหา
อุปฺปชฺชติ.

อุปฺปนา จ ตณฺหา ปฺนปฺปฺนํ ปวต
ติวเสน นิวิสฺติ. ตสฺมา ภควา จกฺขุ์ โลเก
ปิยรฺฐปี สาตฺรฺฐปี.เอตฺเตเสสา ตณฺหา อุปฺปช
ชมานา อุปฺปชฺชตีติ อาทิมาท.ตตฺถ อุปฺปช
ชมานา อุปฺปชฺชตีติ ยทา อุปฺปชฺชมานา
โหติ.ตทา เอตฺถ อุปฺปชฺชตีติ อตฺถโ. ^{๑๒๘}

ย่อมสำคัญโสตร์ (หู) เหมือนหลอดเงิน และ
เหมือนด้ายร้อยสังวาลย์

ย่อมสำคัญ ฆานะ (จมูก) ที่ได้โวหารเรียกว่า
ตุงคณาสา (จมูกโต่ง) เหมือนขั้วหรีดที่เขาปั้นตั้ง
ไว้

ย่อมสำคัญ ชิวหา (ลิ้น) อันอ่อนสะอาดคอย
รับรสอร่อย เหมือนพื้นผ้ากำพลแดง

ย่อมสำคัญกาย เสมือนต้นสาละหนุ่ม และ
เสมือนเสาระเนียดทอง

ย่อมสำคัญ มนะ (ใจ) อันโอฬาร (ของตน) ไม่
เหมือนกับใจของคนอื่น ๆ

ย่อมสำคัญรูป ประหนึ่งว่ามีผิวพรรณดังดอก
กัรรณการ์ทองเป็นต้น

ย่อมสำคัญเสียง ประหนึ่งเสียงนกการะเวก
และดุเหว่า ที่น่าคลั่งไคล้ และเสียงกังวานของ
ปี่แก้วที่เป่าแผ่ว ๆ

ย่อมสำคัญอารมณ์มีคันธารมณ (หอม) เป็น
ต้น อันมีสมุฏฐาน ๔ ที่ตนได้แล้วว่าอารมณ์เห็น
ปานนี้ ของคนอื่นใครเล่า จะมี.

เมื่อสัตว์เหล่านั้นสำคัญอยู่อย่างนี้ จักขุเป็นต้น
เหล่านั้น ก็ย่อมเป็นที่รักเป็นที่ชื่นใจ.

เมื่อเป็นเช่นนั้น ตัณหาของสัตว์เหล่านั้น ที่ยัง
ไม่เกิด ก็ย่อมเกิดในจักขุเป็นต้นนั้น และตัณหาที่
เกิด แล้วก็ย่อมตั้งอยู่โดยความเป็นไปบ่อย ๆ.

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า จึงตรัสว่า
จักขุเป็นที่รัก เป็นที่ชื่นใจ ในโลก ตัณหาอันนั้น เมื่อ
จะเกิดก็เกิด ที่จักขุนั้น ดังนี้เป็นต้น.

คำว่า ตตถ อุปฺปชฺชมานา อุปฺปชฺชติ ความว่า
ตัณหาอันนั้น เมื่อเกิดในกาลใด ก็ย่อมเกิดที่จักขุนั้นใน
กาลนั้น. ทุก ๆ บทก็เช่นนี้.

^{๑๒๘}ที่ขนิภายภูจกถา (สมุจจลวิลาสินี๒) หน้า ๖๗๖

๓) ทุกขนิโรธอริยสัง

กตมณฺจ ภิกฺขเว ทุกฺขนิโรธ อริยสจฺจํ	ดูก่อนภิกษุทั้งหลายก็ทุกขนิโรธอริยสังเป็นอย่างไรเล่า
โย ตสฺสาเยว ตณฺหาเย อเสสฺวิราคฺนิโรธจาโค ปฏินิสฺสคฺโค มุตฺติ อนาลโย.	ความสํารอกและความดับโดยไม่เหลือ ความสละ ความสงัด ความปล่อยวาง ความไม่มี อาลัยในตัณหานั้น
สา โข ปเนสา ภิกฺขเว ตณฺหา กตฺถ ปหียมาณา ปหียติ กตฺถ นิสฺขมมาณา นิสฺขมฺติ.	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ตัณหานี้มัน เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่ไหน เมื่อจะดับ ย่อมดับในที่ไหน
ยํ โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	ที่ใดเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
เอตฺถเส ตณฺหา ปหียมาณา ปหียติ	ตัณหานี้ เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละได้ในที่นี้
เอตฺถ นิสฺขมมาณา นิสฺขมฺติ	เมื่อจะดับย่อมดับในที่นี้
ภิกฺข โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ.	อะไรเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
จกฺขํ โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	ตาเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
โสถํ โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ.	หูเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
ฆานํ โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ.	จมูกเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
ชิวหา โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ.	ลิ้นเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
กาโย โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ .	กายเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
มโน โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	ใจเป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
เอตฺถเส ตณฺหา ปหียมาณา ปหียติ	ตัณหา เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้
เอตฺถ นิสฺขมมาณา นิสฺขมฺติ.	เมื่อจะดับย่อมดับในที่นี้.
รูปา โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	รูปที่รักที่เจริญใจในโลก
สทฺทา โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ.	เสียงที่รักที่เจริญใจในโลก
คณฺธา โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ.	กลิ่นที่รักที่เจริญใจในโลก
รสา โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	รสที่รักที่เจริญใจในโลก
โผฏฺฐพฺพะา โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	โผฏฐัพพะที่รักที่เจริญใจในโลก
ธมฺมา โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	ธรรมารมณ์เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
เอตฺถเส ตณฺหา ปหียมาณา ปหียติ	ตัณหา เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้
เอตฺถ นิสฺขมมาณา นิสฺขมฺติ.	เมื่อจะดับย่อมดับในที่นี้.
จกฺขุวิญฺญาณํ โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	จักขุวิญญาณที่รักที่เจริญใจในโลก
โสถวิญฺญาณํ โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	โสถวิญญาณที่รักที่เจริญใจในโลก
ฆานวิญฺญาณํ โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ	ฆานวิญญาณที่รักที่เจริญใจในโลก

โผฏฐัพพสมยเจตนา โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 ฌมมสมยเจตนา โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 เอตฺถเสสา ตณฺหา ปหฺยมาณา ปหฺยติ
 เอตฺถ นฺริชฺฌมาณา นฺริชฺฌติ
 รูปตณฺหา โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 สทฺทตณฺหา โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 คณฺชตณฺหา โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 รสตณฺหา โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 โผฏฐัพพตณฺหา โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 ฌมมตณฺหา โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 เอตฺถเสสา ตณฺหา ปหฺยมาณา ปหฺยติ
 เอตฺถ นฺริชฺฌมาณา นฺริชฺฌติ
 รูปวิตกโก โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 สทฺทวิตกโก โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 คณฺชวิตกโก โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 รสวิตกโก โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 โผฏฐัพพวิตกโก โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 ฌมมวิตกโก โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 เอตฺถเสสา ตณฺหา ปหฺยมาณา ปหฺยติ
 เอตฺถ นฺริชฺฌมาณา นฺริชฺฌติ
 รูปวิจาร์ โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 สทฺทวิจาร์ โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 คณฺชวิจาร์ โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 รสวิจาร์ โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 โผฏฐัพพวิจาร์ โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 ฌมมวิจาร์ โลเก ปิยรูปี สาตรูปี
 เอตฺถเสสา ตณฺหา ปหฺยมาณา ปหฺยติ
 เอตฺถ นฺริชฺฌมาณา นฺริชฺฌติ
 อิทํ วุจฺจติ ภิกฺขเว ทฺถกฺขนิโรโธ อริยสจฺจํ.

โผฏฐัพพสมยเจตนา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ฌมมสมยเจตนา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้
 เมื่อจะดับยอมนดับในที่นี้
 รูปตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 สทฺทตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 คณฺชตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 รสตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 โผฏฐัพพตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ฌมมตณฺหา เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้
 เมื่อจะดับยอมนดับในที่นี้
 รูปวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 สทฺทวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 คณฺชวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 รสวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 โผฏฐัพพวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ฌมมวิตก เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้
 เมื่อจะดับยอมนดับในที่นี้
 รูปวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 สทฺทวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 คณฺชวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 รสวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 โผฏฐัพพวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ฌมมวิจาร์ เป็นที่รักที่เจริญใจในโลก
 ตัณหานั้น เมื่อบุคคลจะละ ย่อมละเสียได้ในที่นี้
 เมื่อจะดับยอมนดับในที่นี้
 ภิกษุทั้งหลาย นี้เราเรียกว่า ก็ทุกขนิโรธอริยสัจ

นิโรธสัจจนิตุเทศวณฺณา

อเสสวिरาคนิโรโหติ อาทีนิ สพุพานิ
นิพุพานสฺเสว เววจนาเนว.

นิพุพานํ หิ อากมฺม ตณฺหา อเสสา
วिरุชฺชติ นิรุชฺชติ. ตสฺมา ตํ ตสฺสาเยว ตณฺ
หยา อเสสวिरาคนิโรโหติ วุจฺจติ.

นิพุพานญจ อากมฺม ตณฺหา จชฺยติ
ปฏินิสฺสชฺชชฺยติ มุจฺจติ (๑) น อลฺลียติ. ตสฺ
มา นิพุพานํ จาโค ปฏินิสฺสคฺโค มุตฺติ
อนาลโยติ วุจฺจติ.

เอกเมว หิ นิพุพานํ.

นามานิ ปนสฺส สพุพสงฺขตานํ
นามปฏฺฐิกขวเสน อนเภานิ โหนฺติ.

เสยยถิทํ. อเสสวिरาโค อเสสนิโรโห
จาโค ปฏินิสฺสคฺโค มุตฺติ อนาลโย รากฺขโย
โทสฺกฺขโย โมหฺกฺขโย ตณฺหฺกฺขโย อนุปฺปาโท
อปฺปวตฺตํ อนิมิตฺตํ อปฺปณฺหิตํ อนายูหนํ
อปฺปิสฺสนฺธิ อปฺปวตฺตติ อคฺติ อชาตํ อขรํ
อพฺยาริ อมตํ อโสภํ อปริเทวํ อนุปายาสํ
อสังกิลิฏฺฐจฺจนิตฺวาทีนิ.^{๑๒๙}

อิทานิ มคฺเคน ฉินฺหานาย นิพุพานํ
อากมฺม อปฺปวตฺตติปฺตตาย สพุพตณฺหยา
เยสุ วตฺถุสุ ตสฺสา อฺปฺปวตฺตติ ทสฺสิตา.
ตตฺเถว อภาวํ ทสฺเสตฺถุ สา โข ปเนสาติ
อาทิมาน.

บทว่า ความดับด้วยสํารอกโดยไม่เหลือเป็น
ต้นทั้งหมดเป็นไวพจน์ของพระนิพพานนั่นเอง.

จริงอยู่ ตัณหา มาถึงพระนิพพานย่อมคลาย
ดับไม่เหลือ เพราะฉะนั้น พระนิพพานนั้น จึง
ตรัส เรียกว่า ความดับ ด้วยคลายไม่เหลือ แห่ง
ตัณหา นั่นนั่นแล.

อนึ่ง ตัณหา มาถึงพระนิพพาน ย่อมละ สละ
คืน ปล่อย ไม่ติด เพราะฉะนั้น พระนิพพาน จึง
ตรัสเรียกว่า เป็นที่ละ สละ ปล่อย ไม่ติด.

แท้จริง พระนิพพานก็มีอย่างเดียวกับเท่านั้น.

แต่ชื่อของพระนิพพานนั้นมีมาก โดยเป็น
ปฏิปักษ์ต่อชื่อของ สังขตธรรมทั้งหมด.

คืออย่างไร คือ ธรรมเป็นที่กายไม่เหลือ เป็น
ที่ดับไม่เหลือ เป็นที่ละ เป็นที่สละ เป็นที่พ้น
เป็นที่ไม่ติด เป็นที่สิ้นราคะ เป็นที่สิ้นโทสะ เป็น
ที่สิ้นโมหะ เป็นที่สิ้นตัณหา เป็นที่ไม่เกิด เป็นที่
หยุด ไม่มีนิमित ไม่มีที่ตั้ง ไม่มีที่อาศัย ไม่มี
ปฏิสนธิ ไม่เป็นไป ไม่ไป ไม่เกิด ไม่แก่ ไม่เจ็บ
ไม่ตาย ไม่โศก ไม่คร่ำครวญ ไม่คับแค้น ไม่เศร้า
หมอง ดังนี้ เป็นต้น.

บัดนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้า เพื่อจะทรงแสดง
ความไม่มีแห่งตัณหาทั้งปวง ที่มรรคตัดได้แล้ว
ถึงความหยุด (ไม่เป็นไป) เพราะมาถึงพระ
นิพพาน ในวัฏฏ์ที่พระองค์ทรงแสดงว่า ตัณหา
เกิดนั่นแหละ จึงตรัสว่า **สา โข ปเนสา** ก็ตัณหา
นั่นนี่ดังนี้ เป็นต้น.

^{๑๒๙}ที่มณิกายฎกถา (สมุทฺตวิลาสินี ๒) หน้า

ยถา ปุริโส เขตเต ชาตํ ติตฺตอลลา วุลลํ ทิสฺวา อคฺคโต ปฏฺจาย มฺลํ ปริเยสิตฺวา ฉินฺทเยยฺย.

สา อนุปฺพุเพน มิสฺยาติวฺวา อปฺณตฺตํ คจฺเจยฺย. ตโต ตสฺมี เขตเต ติตฺตอลลา นฺรุทฺธา ปหีนฺทิตฺวา วุจฺเจยฺย.

เอวเมว เขตเต ติตฺตอลลา วฺย จกฺขฺวา ทิสฺสุ ตณฺหา.สา อรหฺตตมคฺเคน มฺลจฺฉินฺนา นิพฺพานํ อากมฺม อปฺปวตฺตํ คจฺจติ.

เอวํ คตาปน เตสฺสุ วตฺถุสฺสุ เขตเต ติตฺตอลลา วฺย น ปฺณณายติ.

ยถา จ อฏฺฐวิทฺโต โจเร อาเนตฺวานครสฺส ทกฺขิณฺทฺวาเร ฉาเตยฺยตโต อฏฺฐวฺยํ โจรา มตาติ วา มาริตาติ วา วุจฺเจยฺย.

เอวเมว อฏฺฐวฺยํ โจรา วฺย จกฺขฺวา ทิสฺสุ ตณฺหา.

สา ทกฺขิณฺทฺวาเร โจรา วฺย นิพฺพานํ อากมฺม นฺรุทฺชตฺตา นิพฺพาเน นฺรุทฺชว. เอวํ นฺรุทฺธา ปน เตสฺสุ วตฺถุสฺสุ อฏฺฐวฺยํ โจรา วฺย น ปฺณณายติ.

เตนสฺสา ตตฺถเอว นโรธํ ทสฺเสนโต จกฺขุ โลกํ ปิยรูปํ สาทรูปํ. เอตฺถเสนา ตณฺหา ปหฺยมาณา ปหฺยติ. เอตฺถ นฺรุชฺฌมาณา นฺรุชฺฌตฺตีอาทิมานา.

เหมือนอย่างว่า บุรุษพบถ่าน้ำเต้าขม ที่เกิดในนาแล้ว จับตั้งแต่ยอด ค้นหาโคนพบแล้ว ตัดออกเสีย

ถ่าน้ำนั้นก็เหี่ยวแห้งโดยลำดับ ถึงความไม่ปรากฏ ที่นั่น เขาก็เรียกกันว่า ถ่าน้ำเต้าขม ในนา นั้น ดับแล้ว ละแล้ว

ค้นหาในจักขุเป็นต้น เปรียบเหมือนถ่าน้ำเต้าขม ในนา ตัณหานั้น ตัดรากได้ด้วย อรหัตตมรรค ถึงความหยุด (งอก) เพราะมาถึงพระนิพพาน

อนึ่ง ตัณหาอันถึงความหยุดอย่างนั้นแล้ว ย่อมไม่ปรากฏในวัตถุเหล่านั้น เหมือนถ่าน้ำเต้าขมไม่ปรากฏในนาจะนั้น.

อนึ่ง เปรียบเหมือนพวก มนุษย์นำโจรมาจากดง ฟังข่าวเสียที่ประตูด้านทิศใต้ แห่งพระนคร แต่ที่นั่น คนทั้งหลายจะฟังพูดกันว่าพวกโจรในดง ตายแล้ว หรือถูกฆ่าตายแล้ว ดังนี้ ฉันทใดก็ฉันทนั้นเหมือนกัน

ค้นหาในจักขุเป็นต้น เปรียบเหมือนโจรในดง

ตัณหานั้น ชื่อว่า ดับไปในพระนิพพานนั่นเอง เพราะมาถึงพระนิพพานแล้วจึงดับไป เหมือนโจรถูกฆ่าที่ประตูทิศใต้ จะนั้น อนึ่ง ตัณหาอันดับแล้วอย่างนั้น ย่อมไม่ปรากฏในวัตถุเหล่านั้น เหมือนโจรไม่ปรากฏในดงจะนั้น.

เพราะฉะนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้า เมื่อจะทรงแสดงความดับแห่งตัณหานั้น ในจักขุเป็นต้นนั้น จึงตรัสว่า จักขุเป็นที่รัก เป็นที่ชื่นใจในโลก ตัณหานั้นเมื่อบุคคลจะละ ก็ละได้ที่จักขุนั้น เมื่อจะดับ ก็ดับที่จักขุนั้นดังนี้เป็นต้น.

๔) มรรคอรียสัจ

กตมณฺจ ภิกฺขเว ทุกฺขนิโรธคามินี ปฏิปทา อริยสจฺจํ.

อยมเว อริโย อฏฺฐจฺจโกโก มคฺโค

เสยฺยถิํ สมนฺมาทิกฺขุจฺจิ

สมนฺมาสงฺกปฺโป

สมนฺมาวาจา

สมนฺมากมฺมฺนฺโต

สมนฺมาอาชีโว

สมนฺมาวายาโม

สมนฺมาสติ

สมนฺมาสมาธิ.

๑) กตมา จ ภิกฺขเว สมนฺมาทิกฺขุจฺจิ

ยํ โข ภิกฺขเว ทุกฺขเณ ฅาณํ

ทุกฺขสมุทฺเต ฅาณํ

ทุกฺขนิโรธ ฅาณํ

ทุกฺขนิโรธคามินิยา ปฏิปทาย ฅาณํ

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว สมนฺมาทิกฺขุจฺจิ.

๒) กตโม จ ภิกฺขเว สมนฺมาสงฺกปฺโป

เนกฺขมฺมสงฺกปฺโป

อพฺยาปาทสงฺกปฺโป

อวิหีสาสงฺกปฺโป

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว สมนฺมาสงฺกปฺโป

๓) กตมา จ ภิกฺขเว สมนฺมาวาจา

มฺุสาวาทา เวมณฺณี

ปิสุณาย วาจา ย เวมณฺณี

ผรุสฺสาย วาจา ย เวมณฺณี

สมฺผปฺปลาปา เวมณฺณี

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว สมนฺมาวาจา

๔) กตโม จ ภิกฺขเว สมนฺมากมฺมฺนฺโต

ปาณาติปาตา เวมณฺณี

อทินฺนาทานา เวมณฺณี

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็ทุกขนิโรธคามินี

ปฏิบัติทาอริยสัจเป็นอย่างไรเล่า

นี่คือมรรคมืดงศ์ ๘ อันประเสริฐ

คือ สัมมาทิกฺขุจฺจิ (ความเห็นชอบ)

สัมมาสังกัปปะ (ความเห็นชอบ)

สัมมาวาจา (การกล่าววาจาชอบ)

สัมมากัมมันตะ (การงานชอบ)

สัมมาอาชีวะ (การเลี้ยงชีพชอบ)

สัมมาวายาโม (ความพยายามชอบ)

สัมมาสติ (สติชอบ)

สัมมาสมาธิ (จิตตั้งมั่นชอบ).

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ก็สัมมาทิกฺขุจฺจิเป็นไฉน

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้ในทุกข์

ความรู้ในทุกขสมุทัย

ความรู้ในทุกขนิโรธ

ความรู้ในทุกขนิโรธคามินีปฏิบัติทา

อันนี้เรียกว่า สัมมาทิกฺขุจฺจิ

สัมมาสังกัปปะ เป็นไฉน

ความดำริในการออกจากกาม

ความดำริในความไม่พยายาท

ความดำริในอันไม่เบียดเบียน

นี้ เราเรียกว่า สัมมาสังกัปปะ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สัมมาวาจา เป็นไฉน

การงดเว้นจากการพูดเท็จ

งดเว้นจากการพูดส่อเสียด

งดเว้นจากการพูดคำหยาบ

งดเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อ

นี้ เราเรียกว่า สัมมาวาจา

สัมมากัมมันตะ เป็นไฉน

การงดเว้นจากการฆ่าสัตว์

งดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามิได้ให้

กาเมสุ มิจฉาจารา เวมณีนี งดเว้นจากการประพฤติดิฉันในกาม
 อภัย วุจจติ ภิกขเว สมมากมมนุโต นี้ เราเรียกว่า สัมมากัมมันตะ
 ๕) กตโม จ ภิกขเวสมมาอาชีโว สัมมาอาชีวะ เป็นไฉน
 อิท ภิกขเว อริยสาวโก อริยสาวกในธรรมวินัยนี้
 มิจฉาอาชีโว ปหาย ละการเลี้ยงชีพที่ผิดเสีย
 สมมาอาชีเวน ชีวิกัม กปเปติ สำเร็จการเลี้ยงชีพด้วยการเลี้ยงชีพที่ชอบ
 อภัย วุจจติ ภิกขเว สมมาอาชีโว นี้เรียกว่า สัมมาอาชีวะ
 ๖) กตโม จ ภิกขเว สมมาวายาโม สัมมาวายามะ เป็นไฉน
 อิท ภิกขเว ภิกขุ ภิกษุในธรรมวินัยนี้
 อนุปปนุหนัน ปาปกาน อกุศลानิ เพื่อมิให้อกุศลธรรมอันลามกที่ยังไม่เกิดบังเกิดขึ้น
 ฐมนาน อนุปปาทาย เพื่อให้กุศลธรรมที่ยัง ไม่เกิดบังเกิดขึ้น
 ฉนฺทํ ชเนติ วายมตี วิริยํ อารภติ เกิดฉันทะ พยายามปรารภความเพียร
 จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้
 อนุปปนุหนัน ปาปกาน อกุศลानิ ฐมนาน ปทานาย
 เพื่อละอกุศลธรรมอันลามกที่บังเกิดขึ้นแล้ว
 ฉนฺทํ ชเนติ วายมตี วิริยํ อารภติ เกิดฉันทะ พยายามปรารภความเพียร
 จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้
 อนุปปนุหนัน กุศลानิ ฐมนาน อนุปปาทาย เพื่อยึดกุศลธรรมที่ยังไม่บังเกิดขึ้นแล้ว
 ฉนฺทํ ชเนติ วายมตี วิริยํ อารภติ เกิดฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร
 จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้
 อนุปปนุหนัน กุศลानิ ฐมนาน จิตฺตยา เพื่อความตั้งอยู่ไม่เลือนหาย เจริญ ไพบูลย์
 อสมฺโมสาย ภิกฺขโปกวาย เวปฺปุลลายนํ ปริบรูณนํ ยํ ชนฺทํ กุศลธรรมทั้งหลาย
 ภาวนาย ปาริบริยาย ที่เกิดขึ้นแล้ว
 ฉนฺทํ ชเนติ วายมตี วิริยํ อารภติ เกิดฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร
 จิตฺตํ ปคฺคณฺหาติ ปทหติ ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้
 อภัย วุจจติ ภิกขเว สมมาวายาโม นี้เรียกว่า สัมมาวายามะ
 ๗) กตมา จ ภิกขเว สมมาสติ สัมมาสติ เป็นไฉน
 อิท ภิกขเว ภิกษุในธรรมวินัยนี้
 ภิกขุ กายเ กายานุปัสสี วิหริติ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่
 อาตปปี สมฺปชาโน สติมา มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ
 วิเนยฺย โลเก อภิชฺชมาโทมนสฺส พึงกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้
 เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริติ ฯเปฯ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่
 จิตฺเต จิตฺตานุปัสสี วิหริติ ฯเปฯ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่

ฌเมสุข ฌมานุปัสสี วิหริติ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่
 อาตาปี สมปชาโน สติมา มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ
 วิเนยฺย โลเก อภิชฌาโทมนสฺส พึงกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้
 อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว สมฺมาสติ. ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เราเรียกว่า สัมมาสติ
 ๘) กตโม จ ภิกฺขเว สมฺมาสมาธิ สัมมาสมาธิ เป็นไฉน
 อิทฺ ภิกฺขเว ภิกฺขุ วิวิจฺเจว กามเมหิ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ สงัดจากกาม
 วิวิจฺจ อกุสลเมหิ ฌเมหิ สงัดจาก อกุศลธรรม
 สวิตกฺกํ สวิจาร์ วิเวกชํ ปีติสฺสขํ ปจฺมํ ฌานํ อุปสมฺปชฺช วิหริติ

 ย่อมเข้าปฐมฌาน มีวิตกวิจาร์ ปิติและสุขเกิดแต่วิเวกเป็นอารมณ์อยู่

 วิตกวิจาร์จัน วูปสฺมา เพราะวิตกวิจาร์สงบไป

อหฺมตฺตํ สมฺปสาทนํ เจตโส เอโกทิกาวํ มีความผ่องใสแห่งจิตภายในเป็นธรรมเอกผุดขึ้น
 อวิตกฺกํ อวิจาร์ สมาธิชํ ปีติสฺสขํ ทฺตติยํ ฌานํ อุปสมฺปชฺช วิหริติ

 ย่อมเข้าทุติยฌาน ไม่มีวิตก ไม่มี วิจาร์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดแต่สมาธิอยู่

ทฺตติยํ ฌานํ อุปสมฺปชฺช วิหริติ ย่อมเข้าตติยฌานอยู่
 สุขสฺส จ ปหานา ทฺกฺขสฺส จ ปหานา เพราะละสุขละทุกข์
 ปุพฺเพ ว โสมนสฺสโทมนสฺसानํ อตฺถกฺมา และดับโสมนัสและโทมนัสก่อนๆ
 อทุกฺขมสฺสขํ อุเปกฺขาสติปาริสฺสุทฺธี จตฺตถฺถํ ฌานํ อุปสมฺปชฺช วิหริติ

 ย่อมบรรลวจตุตถฌาน มีอุเบกขาเป็นเหตุให้สติบริสุทธิ์อยู่ ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข

อโย วุจฺจติ ภิกฺขเว สมฺมาสมาธิ นี้ เราเรียกว่า สัมมาสมาธิ
 อิทํ วุจฺจติ ภิกฺขเว ทฺกฺขนิโรธคามินิํ ปฏิปทา อริยสจฺจํ

 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย นี้เรียกว่า ทฺกฺขนิโรธคามินิปฏิบัติทวาริยสัจ

 อิติ ตั้งพรรณนามาจะนี้

อหฺมตฺตํ วา ฌเมสุข ฌมานุปัสสี วิหริติ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นธรรมในธรรมภายในบ้าง
 พหิทฺฐา วา ฌเมสุข ฌมานุปัสสี วิหริติ พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมภายนอกบ้าง
 อหฺมตฺตตพหิทฺฐา วา ฌเมสุข ฌมานุปัสสี วิหริติ

 พิจารณาเห็นธรรมทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง

สมฺภวฺยฌมานุปัสสี วา ฌเมสุข วิหริติ พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในธรรมบ้าง
 วยฺยฌมานุปัสสี วา ฌเมสุข วิหริติ พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในธรรมบ้าง
 สมฺภวฺยวยฺยฌมานุปัสสี วา ฌเมสุข วิหริติ พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้ง

 ความเสื่อมในธรรมบ้าง

อตฺถิ ฌมฺมาติวา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺปฏิจิตฺตา โหติ สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่
 ยาวเทว ฌาณมตฺตตาย ก็เพียงสักว่าความรู้
 ปฏิสฺสตีตมตฺตตาย เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น

อนิสฺสิตโต จ วิหฺรติ
 น จ กิณฺจิ โลเก อูปาทิยติ.
 เอวํ โข ภิกฺขเว
 ภิกฺขุ ฌมฺเมสุ ฌมฺมานุปัสสี วิหฺรติ
 จตุสฺส อริยสจฺเจสุ.
 สจฺจปพฺพํ นิฏฺฐิตํ.
 ฌมฺมานุปัสสนา นิฏฺฐิตา.

เธอเป็นผู้อันค้นหาและทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว
 และไม่ถ่อมมันอะไรๆในโลก
 ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อย่างนี้แล
 ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรม
 คืออริยสัจจ ๔ อยู่เนืองๆ
 จบสัจจบรรพ
 จบฌมมานุปัสสนา

มคฺคสจฺจนิทฺเตสวณฺณนา

อริโยติ ตํตํมคฺควชฺฌเมหิ กิเลสฺเสหิ
 อารกตฺตา จ อริยภาวกรตฺตา จ อริโย.

คำว่า อริโย ความว่า มรรคชื่อว่าอริยะะ เพราะ
 ไกลจากกิเลสทั้งหลาย อันมรรคนั้น ๆ พึงฆ่า และ
 เพราะทำความเป็นพระอริยะะ.

ทุกฺขเว ฅาณนฺติ อาทินา จตุสฺสจ
 จกมฺมจฺจานํ ทสฺสิตํ. ตตฺถ ปุริมาณี เทว
 สจฺจจาณี วฏฺฐํ. ปจฺจิมานี วิวฏฺฐํ.

ทรงแสดงก็มีมัญฐานว่าด้วยสัจจะ ๔ ด้วยคำ
 ว่า รู้ในทุกข์ เป็นต้น. ในสัจจะ ๔ นั้น ๒ สัจจะต้น
 (ทุกข สมุทัย) เป็นวิภูฏสัจจะ ๒ สัจจะหลัง (นิโรธ
 มรรค) เป็นวิวิภูฏสัจจะ.

เตสุ ภิกฺขุโน วฏฺฐเฏ กมฺมจฺจานาภิ
 นิเวโส โหติ. วิวฏฺฐเฏ นตฺถิ อภินิเวโส.

ในวิภูฏสัจจะ และ วิวิภูฏสัจจะเหล่านั้น ความ
 ตั้งมั่นแห่งก็มีมัญฐานของภิกษุ ย่อมมีในวิภูฏ
 สัจจะ ไม่มีในวิวิภูฏสัจจะ

ปุริมาณี หิ เทว สจฺจจาณี ปญฺจกฺขนฺธา
 ทุกฺขํ. ตณฺหา สมุทโยติ เอวํ สงฺเขเปน จ
 กตฺเม ปญฺจกฺขนฺธา. รุปฺกฺขนฺโชติ อาทินา
 นเยน วิตฺถาเรน จ อจฺจริยสฺส สนฺติเก
 อุกฺคณฺหิตฺวา วาจา ยปฺนปฺนํ ปรีวตฺเตนโต
 โยคาวจโร กมฺมํ กโรติ.

ก็พระโยคาวจรกำหนดสัจจะ ๒ เบื้องต้น ใน
 สำนักอาจารย์ โดยย่อ อย่างนี้ว่า ปัญจขันธ์เป็น
 ทุกข์ ตัณหาเป็นสมุทัย และพิสดารโดยนัย เป็นต้น
 ว่า ปัญจขันธ์เป็นใจน คือรูปขันธ์ตั้งนี้แล้ว
 ทบทวน ชื่อว่า ทำกรรมในสัจจะ ๒ เหล่านี้.

อิตเรสุ ปน ทวีสุ สจฺจเจสุ นิโรธสจฺจํ
 อิกฺกํ กนฺตํ มนาปํ.มคฺคสจฺจํ อิกฺกํ กนฺตํ
 มนาปนฺติ เอวํ สวเนนฺว กมฺมํ กโรติ.

ส่วนในสัจจะ ๒ นอกนี้ พระโยคาวจร ย่อม
 ทำกรรม ด้วยการฟังอย่างเดียว อย่างนี้ว่า นิโรธ
 สัจ นำปรารธนา นำไคร่ นำพอใจ มรรคสัจ นำ
 ปรารธนา นำไคร่ นำพอใจ.

โส เอวํ กโรนุโต จตตาริ สจฺจานิ
เอกปฏฺิเวเชน ปฏฺิวิชฺฌติ. เอกาภิสฺมเยน
อภิสมฺเมติ.

ทุกฺข์ ปริญฺญาปฏฺิเวเชน ปฏฺิวิชฺฌติ.

สมุทฺยํ ปหานปฏฺิเวเชน.

นิโรธํ สจฺจิกิริยาปฏฺิเวเชน.

มคฺคํ ภาวนาปฏฺิเวเชน ปฏฺิวิชฺฌติ.

ทุกฺข์ ปริญฺญาภิสฺมเยน ฯเปฯ มคฺคํ
ภาวนาภิสฺมเยน อภิสมฺเมติ.

เอวมสฺส ปุพฺพภาเค ทฺวิสุ สจฺเจสุ
อุคฺคหปริญฺญาสวณชารณสมฺมสนปฏฺิเวโช
โหติ.

ทฺวิสุ ปน สวณปฏฺิเวโชเยว.

อปรภาเค ตีสุ กิจฺจโต ปฏฺิเวโช โหติ.
นิโรเช อารมฺมณปฏฺิเวโช โหติ.

ปัจจเวกฺขณา ปน ปตฺตสจฺจสฺส โหติ
อยมฺจ อาทิกมฺมิโก. ตสฺมา सा อิธ น
วตฺตตา.^{๑๓๐}

อิมสฺส จ ภิกฺขุโน ปุพฺเพ ปริญฺคณฺโหโต
ทุกฺข์ ปริญานามิ. สมุทฺยํ ปชฺหมามิ. นิโรธํ
สจฺจิกโรมิ. มคฺคํ ภาวเมตี อาโภคสมฺนฺนา
หารมนสิการปัจจเวกฺขณา นตฺถิ.

ปริญฺคณฺโหโต ปฏฺุจาย โหติ.

พระโยคาวจรนั้น เมื่อทำอยู่อย่างนี้ ย่อมแห่ง
ตลอดสัจจะด้วยปฏฺิเวชฺฌญาณอันเดียว ย่อมตรัสรู้
ด้วยอภิสมมยญาณอันเดียว

แห่งตลอดทุกฺข์ ด้วยปฏฺิเวชฺฌคือปริญฺญาภิจ

แห่งตลอดสมุทฺยสัจ ด้วยปหานภิจ

แห่งตลอดนิโรธสัจ ด้วยสัจจิกิริยาภิจ

แห่งตลอด มรรคสัจ ด้วยภาวนาภิจ.

ย่อมตรัสรู้ทุกขสัจ ด้วยอภิสมมยญาณ คือ
ปริญฺญาภิจ ตรัสรู้สมุทฺยสัจ ด้วยปหานภิจ ตรัสรู้
นิโรธสัจ ด้วยสัจจิกิริยาภิจ ตรัสรู้ มรรคสัจ ด้วย
ภาวนาภิจ.

ในเบื้องต้น พระโยคาวจรนั้น มีปฏฺิเวชฺฌญาณใน
สัจจะ ๒ เบื้องต้น ด้วยการกำหนด การสอบถาม
การฟัง การทรงจำ และการพิจารณา

ส่วนในสัจจะ ๒ เบื้องปลาย พระโยคาวจร
มีปฏฺิเวชฺฌญาณ ด้วยอำนาจการฟังอย่างเดียว

ในภายหลัง จึงมีปฏฺิเวชฺฌญาณในสัจจะ ๓ โดย
กิจ มีปฏฺิเวชฺฌญาณในนิโรธสัจโดยอารมฺณ.

ส่วนปัจจเวกฺขณญาณมีแก่พระโยคาวจร ผู้
บรรลุตสัจจะแล้ว และพระโยคาวจรนี้ เป็นผู้เริ่ม
บำเพ็ญเพียร เพราะฉะนั้น จึงไม่ตรัสปัจจเวกฺขณ
ญาณนั้นไว้ในที่นี้.

อนึ่ง เมื่อภิกษุนี้กำหนดรู้ในเบื้องต้น ความ
ค้ำึง รวบรวมใจ ใส่ใจ และพิจารณาว่า เรา
กำหนดรู้ทุกฺข์ เราละสมุทฺย เราทำให้แจ้งนิโรธ
เราเจริญมรรค ดังนี้ ยังไม่มี

จะมีได้ตั้งแต่การกำหนด ไป.

^{๑๓๐}ที่มณิกายฎกถา (สมุทฺจลวิลาสินี ๒) หน้าที

อปรภาค ปน ทุกข์ ปริณิฆาตเมว
 ๕เปช มคฺโค ภาวิตฺวา โหติ.

ตตฺถ เทว สจฺจานิ ทฺทสฺสตฺตา
 คมฺภีรานิ. เทว คมฺภีรตฺตา ทฺทสฺसानิ.

ทฺทขสจฺจํ หิ อฺปฺปตฺติโต ปากฺกํ.
 ขาณฺุกณฺฺกฺกปหาราทีสุ อโห ทฺทขนฺฺติ
 วตฺตพฺพตมฺปิ อาปชฺชติ.

สมฺมุขมฺปิ ขาทิตฺตฺกามตาภฺยชิตฺตฺกามตา
 ทิวเสน อฺปฺปตฺติโต ปากฺกํ.

ลกฺขณฺปฏิเวธโต ปน อุกฺขมฺปิ ตํ คมฺภีรํ.
 อิติ ตานิ ทฺทสฺสตฺตา คมฺภีรานิ.

อิตเรสํ ปน ทฺวินฺนํ ทสฺสนตฺถาย
 ปโยโค ภวคฺคคฺคตฺถํ หตฺถปฺปสฺสาร์ณํ วิย
 อวิจฺจุสฺสนตฺถํ ปาทปฺปสฺสาร์ณํ วิย สตฺตฺธา
 ภินฺนสฺส วาสสฺส โภจฺยิยา โภจฺยิปฺปิปาทนํ
 วิย จ โหติ.

อิติ ตานิ คมฺภีรตฺตา ทฺทสฺसानิ. เอวํ
 ทฺทสฺสตฺตา คมฺภีเรสุ คมฺภีรตฺตา จ ทฺทสฺเสสุ
 จตฺตฺสุ สจฺเจสุ อุกฺคทาทิวเสน ปุพฺพภาค-
 ฌาณฺฺปฺปตฺตี สนฺฺชาย อิทํ ทฺทฺเข ฌาณฺฺนฺติ
 อาทึ วุตฺตํ.

ปฺปฏิเวทฺทฺกฺขณฺ ปน เอกเมว ตํ ฌาณํ
 โหติ.

ในภายหลัง ทุกข์ก็เป็นอันชื่อว่ากำหนดรู้แล้ว
 สมุทัยก็เป็นอัน ละเสียแล้ว นิโรธก็เป็นอันทำให้
 แจ่มแล้ว มรรคก็เป็นอันทำให้เกิดแล้ว.

ในสัจจะเหล่านั้น สัจจะ ๒ เบื้องต้น ชื่อว่า
 ลึกซึ้ง เพราะเห็นได้ยาก สัจจะ ๒ เบื้องหลัง ชื่อ
 ว่าเห็นได้ยาก เพราะลึกซึ้ง.

ความจริง ทุกขสัจปรากฏตั้งแต่เกิดมา ถึงกับ
 กล่าวกันว่า ทุกข์หนอ ในเวลาที่ถูกต้องและหนาม
 ดำเป็นต้น.

แม้สมุทัยสัจก็ปรากฏตั้งแต่เกิดมา ด้วยอำนาจ
 ออยากเคี้ยว ออยากกินเป็นต้น.

แต่ แม้ทั้งสองสัจจะนั้นก็ชื่อว่าลึกซึ้ง โดย
 ลักษณะ และการแทงตลอด. สัจจะ ๒ นั้น ชื่อว่า
 ลึกซึ้ง เพราะเห็นได้ยากด้วยประการฉะนี้.

ส่วนความพยายามเพื่อเห็นสัจจะ ๒ นอกนี้ ก็
 เป็นเหมือนเหยียดมือจับภวักคพรหม เหยียดเท้า
 ไปต้อนอเวจฺนรก และเป็นเหมือนเอาปลายขน
 ทราย กับปลายขนทรายที่แยกออก ๗ ส่วน ให้จกด
 ติดกัน.

สัจจะ ๒ เบื้องปลายเหล่านั้น ชื่อว่าเห็นได้ยาก
 เพราะลึกซึ้ง ด้วยประการฉะนี้. พระผู้มีพระภาค
 เจ้าตรัสว่า นี้ ความรู้ในทุกข์ตั้งนี้เป็นต้น ทรง
 หมายถึงความเกิดญาณอันเป็นส่วนเบื้องต้น ใน
 สัจจะ ๔ ที่ชื่อว่าลึกซึ้ง เพราะเห็นได้ยาก และที่ชื่อ
 ว่าเห็นได้ยาก เพราะลึกซึ้ง ด้วยอำนาจการ
 กำหนด เป็นต้น ด้วยประการฉะนี้.

ส่วนในขณะแทงตลอด ฌาณ (ปฏิวะชฌาณ)
 นั้น ก็มีหนึ่งเท่านั้น.

สัมมาสังกัปปะ

เนกขมมสงกปฺปาทโย กามพฺยาปา
ทวิหีสาวีรมณฺสณฺณานํ นานตฺตา ปุพฺพ
ภาเค นานา.

มคฺคกฺขณฺ ปน อิมํสุ ตีสุ จาเนสุ
อุปฺปนฺนํสุส อกุสลสงกปฺปํสุส ปทปจฺเจทโต
อนุปฺปตฺตติสาธนฺวเสน มคฺคจฺกํ ปฺรยมาโน
เอโกว กุสลสงกปฺโป อุปฺปชฺชติ.

อโย สมฺมาสงกปฺโป นาม.

สัมมาวาจา

มุสฺวาทาเวรมณฺเฑอาทโยปิ มุสฺวาทา
ทิวฺหิ วิรมณฺสณฺณานํ นานตฺตา ปุพฺพภาเค
นानา.

มคฺคกฺขณฺ ปน อิมํสุ จตุสุ จาเนสุ
อุปฺปนฺนํยา อกุสฺลทุสฺสึลฺยเจตนาเย ปทปจฺ
เจทโต อนุปฺปตฺตติสาธนฺวเสน มคฺคจฺกํ
ปฺรยมาณา เอกาว กุสลเวรมณฺเฑ อุปฺปชฺชติ.

อโย สมฺมาวาจา นาม.

สัมมากัมมันตะ

ปาณาติปาตาเวรมณฺเฑอาทโยปิ ปาณา
ติปาตาทิวฺหิ วิรมณฺสณฺณานํ นานตฺตา
ปุพฺพภาเค นานา.

มคฺคกฺขณฺ ปน อิมํสุ ตีสุ จาเนสุ
อุปฺปนฺนํยา อกุสฺลทุสฺสึลฺยเจตนาเย อภิริย
โต ปทปจฺเจทโต อนุปฺปตฺตติสาธนฺวเสน
มคฺคจฺกํ ปฺรยมาณา เอกาว กุสลเวรมณฺเฑ
อุปฺปชฺชติ.

อโย สมฺมากมฺมนฺโต นาม.

ความดำริออกจากกามเป็นต้น ต่างกันใน
เบื้องต้น เพราะสัญญาในอันงดเว้นจากกาม
พยาบาทและวิหิงสาต่างกัน.

แต่ในขณะที่แห่งมรรค ความดำริฝ่ายกุศลอัน
เดียวเท่านั้น เกิดขึ้นให้องค์มรรคบริบูรณ์ โดยให้
สำเร็จ ความไม่เกิดแห่งความดำริฝ่ายอกุศล ที่เกิด
แล้วในฐาน ๓ เหล่านี้ เพราะตัดทาง แห่งความ
ดำริฝ่ายอกุศลนั้นได้ขาด

นี้ชื่อว่า สัมมาสังกัปปะ.

แม้กุศลธรรมมีเจตนางดเว้นจากมุสวาทเป็น
ต้น ก็ต่างกันเบื้องต้น เพราะสัญญาในการงด
เว้นจากมุสวาทเป็นต้นต่างกัน.

แต่ในขณะที่แห่งมรรค เจตนางดเว้นฝ่ายกุศล
อันเดียวเท่านั้น เกิดขึ้นให้องค์มรรคบริบูรณ์ โดย
ให้สำเร็จความไม่เกิดแห่งเจตนาเครื่องทุศีลฝ่าย
อกุศลที่เกิดแล้ว ในฐาน ๔ เหล่านี้ เพราะตัดทาง
แห่งเจตนาเครื่องทุศีลฝ่ายอกุศลนั้นได้ขาด

นี้ชื่อว่า สัมมาวาจา.

แม้กุศลธรรม มีเจตนางดเว้นจากปาณาติบาต
เป็นต้น ก็ต่างกันเบื้องต้น เพราะสัญญาในการ
งดเว้นจากปาณาติบาตเป็นต้น ต่างกัน.

แต่ในขณะที่ แห่งมรรค เจตนางดเว้นฝ่ายกุศล
อันเดียวเท่านั้น เกิดขึ้นให้องค์แห่งมรรค บริบูรณ์
โดยให้สำเร็จความไม่เกิด แห่งเจตนาเครื่องทุศีล
ฝ่ายอกุศลที่เกิดแล้ว ในฐาน ๓ เหล่านี้ เพราะตัด
ทางได้ขาด

นี้ชื่อว่า สัมมากัมมันตะ.

สัมมาอาชีวะ

มิจฉาอาชีวนฺติ ขาทนียโกชนียาทินฺ
อตุถาย ปวตฺตติตฺตํ กายวจีทฺทจฺจริตฺตํ.

สมฺมาอาวีโวติ กุหาทาทิ วิรมณฺสณฺณ
านํ นานตฺตา ปุพฺพภาเค นานา.

มคฺคกฺขณฺเ ปน อิมฺสฺยูเว สตฺตฺสฺ จ
าเนสฺสุ อฺุปฺปนฺนาย มิจฉาชีวทฺทสฺสึยเจตฺตนา
ปทฺทจฺเจทโธ อฺุปฺปตฺตฺติสาธนฺวเสน มคฺคกฺงคฺ
ปุรยมาณา เอกาว กุสลเวรมณฺเ อฺุปฺปชฺชติ.
อຍ် สมฺมาอาชีโว นาม.

สัมมาวายามะ

อฺุปฺปนฺนํ นานนฺติ เอกสฺมี วา ภเว
ตถารูเป วา อารมฺมณฺเ อตฺตโน น
อฺุปฺปนฺนํ.

ปรสฺส ปน อฺุปฺปชฺชมาเน ทิสฺวา อโห
วต เม เอวรูปา ปาปกกา อกุสลา ฐมฺมา
น อฺุปฺปชฺชเยยฺยุนฺติ เอวํ อฺุปฺปนฺนํ น วา
ปาปกานํ อกุสลาณํ ฐมฺมานํ อฺุปฺปาทาย.

ฉนฺทํ ชเนตฺติ เตสฺส อฺุปฺปาทกปฺปฏิปตฺ
ติสาธกํ วิริยฉนฺทํ ชเนติ.

อฺุปฺปนฺนํ นานนฺติ สมฺทาจารวเสน อตฺต
โน อฺุปฺปนฺนํ ปุพฺพานํ. อิทานิ ตาทิสฺเ น
อฺุปฺปาเทสฺสามีติ เตสฺส ปทานาย ฉนฺทํ
ชเนติ.

อฺุปฺปนฺนํ กุสลาณนฺติ อปฺปฏิลทฺธานํ
ปรมชฺฌานาทินํ.

คำว่า มิจฉาอาชีวะ ได้แก่ กายทุจจริตและวจี
ทุจจริตที่เป็นไปเพื่อต้องการของเคี้ยวของกิน

ที่ชื่อว่าสัมมาอาชีวะ ต่างกันในเบื้องต้น เพราะ
สัญญาในการงดเว้น จากทุจจริตมีมุสาวาทเป็นต้น
ต่างกัน.

แต่ในขณะที่แห่งมรรคเจตนางดเว้นฝ่ายกุศล
อันเดียวเท่านั้น เกิดขึ้นให้องค์แห่งมรรคบริบูรณ์
โดยให้สำเร็จความไม่เกิดแห่งเจตนาเครื่องทุศีล
อันเป็นมิจฉาอาชีวะ ที่เกิดแล้วในฐานะเจ็ด (กาย
ทุจจริต ๓ วจีทุจจริต ๔) เหล่านี้แหละ เพราะตัดทาง
ได้ขาด นี้ชื่อว่า สัมมาอาชีวะ.

คำว่า ที่ยังไม่เกิด คือที่ยังไม่เกิดแก่ตนในภพ
หนึ่ง หรือในอารมณ์ เห็นปานนั้น.

แต่พระโยคาวจรเห็นบาปอกุศลธรรมที่กำลัง
เกิดแก่คนอื่น ย่อมยังฉันทะให้เกิด ปรารถนาคความ
เพียร ประคองตั้งจิตไว้ เพื่อไม่ให้เกิดบาปอกุศล ที่
ยังไม่เกิด ด้วยคิดอย่างนี้ว่า โอหนอ บาปอกุศล
ธรรม เห็นปานนั้น ไม่พึงเกิดแก่เราดังนี้.

คำว่า ฉนฺทํ ชเนติ ย่อมยังฉันทะให้เกิด คือ ให้
เกิดความพอใจในความเพียรที่สำเร็จข้อปฏิบัติ
อันไม่ให้เกิดบาปอกุศลเหล่านั้น.

คำว่า อฺุปฺปนฺนํ ที่เกิดแล้ว คือที่เคยเกิดแล้ว
แก่ตน โดยการกำเริบขึ้น ย่อมไม่ให้เกิดฉันทะ เพื่อ
ละบาปอกุศลเหล่านั้นว่า บัดนี้เราจักไม่ให้บาป
อกุศลเช่นนั้น เกิดขึ้นละ.

คำว่า อฺุปฺปนฺนํ กุสลาณํ กุศลที่ยังไม่เกิด
คือ กุศลธรรม มีปฐมฌานเป็นต้น ที่ตนยังไม่ได้.

เวปุลลยาตติ วิปุลภาวาย. ภาวนาย
ปารีปุริยาตติ ภาวนาย ปริปุรณตถ์.

อยมปิ สัมมาวายาโม อนุปปนนานัน
อกุสลานัน อนุปปาตนาทิจิตตानัน นานตตาท
ปุพฺพภาเค นานา.มคฺคกฺขณเ ปน อิเมสุ
เยว จตุสุ จาเนสุ กิจฺจสาธนวเสน มคฺคกฺค
ปุรยมานัน เอกเมว กุสลวิริยํ อุปฺปชฺชติ.

อโย สัมมาวายาโม นาม.

สัมมาสติ

สัมมาสติปิ กายาทิปริคฺคาหกจิตตानัน
นานตตาท ปุพฺพภาเค นานา.มคฺคกฺขณเ
ปน จตุสุ จาเนสุ กิจฺจสาธนวเสน มคฺคกฺค
ปุรยมาณา เอกาว สติ อุปฺปชฺชติ. อโย สัมมา
สติ นาม.

สัมมาสมาธิ

ฉานานิ ปุพฺพภาเคปิ มคฺคกฺขณเปิ
นานา.

ปุพฺพภาเค สมาปตฺติวเสน นา
นา.มคฺคกฺขณเ นานา มคฺควเสน ๗ เอกสุส
หิ ปจฺมมคฺโค ปจฺมชฺฌานิกโกโหติ.ทฺตฺติยมคฺ
คาทโยปิ ปจฺมชฺฌานิกา วา ทฺตฺติยชฺฌา
นาทิสฺสุ อญฺญตรชฺฌานิกา วา.

เอกสุสปิ ปจฺมมคฺโค ทฺตฺติยาทีนํ อญฺญ
ตรชฺฌานิกโก โหติ.

ทฺตฺติยาทโยปิ ทฺตฺติยาทีนํ อญฺญตรชฺฌา
นิกา วา ปจฺมชฺฌานิกา วา.

เอวํ จตฺตารोปี มคฺคา ฉานวเสน
สทิสสา วา อสทิสสา วา เอกจฺจสทิสสา วา
โหนติ.

คำว่า ภาวนาย ปารีปุริยา คือเพื่อความมี
ปริปุรณ.

แม้สัมมาวายาโมนี้ก็ต่างกันในเรื่องต้น เพราะ
จิตที่คิดไม่ให้เกิด อกุศลที่ยังไม่เกิดเป็นต้นต่างกัน.
แต่ในขณะที่แห่งมรรค วิริยะฝ่ายกุศลอันเดียว
เท่านั้น เกิดขึ้นให้องค์แห่งมรรคปริปุรณ โดยให้
สำเร็จกิจ ในฐานะ ๔ เหล่านี้ เหมือนกัน

นี้ชื่อว่า สัมมาวายาโม.

แม้สัมมาสติ ก็ต่างกันในเรื่องต้น เพราะจิตที่
กำหนดอารมณ์มีกาย เป็นต้นต่างกัน แต่ในขณะที่
แห่งมรรค สติอย่างเดียวกันเกิดขึ้นให้องค์แห่ง
มรรคปริปุรณ โดยให้สำเร็จกิจในฐานะ ๔ นี้ชื่อว่า
สัมมาสติ.

ฉานทั้งหลาย ต่างกัน ทั้งในเรื่องต้น ทั้ง
ในขณะที่แห่งมรรค.

ในเรื่องต้นต่างกันโดยสมบัติ. ในขณะแห่ง
มรรค ต่างกันโดยมรรค. จริงอยู่ มรรคที่ ๑ แห่ง
มรรคขณะหนึ่ง มีปฐมฉานเป็นบาท แม้มรรคที่ ๒
เป็นต้น มีปฐมฉานเป็นบาทบ้าง มีฉานอย่างใด
อย่างหนึ่ง ในทุติยฉานเป็นต้น เป็นบาทบ้าง.

มรรคที่ ๑ แห่งมรรคขณะแม้อันหนึ่ง มีฉาน
อย่างใดอย่างหนึ่งแห่งทุติยฉานเป็นต้นเป็นบาท

แม้มรรคที่ ๒ เป็นต้น ก็มีฉานอย่างใดอย่าง
หนึ่ง แห่งทุติยฉานเป็นต้น เป็นบาทบ้าง มี
ปฐมฉานเป็นบาทบ้าง.

มรรคทั้ง ๔ ว่า โดยฉานเหมือนกันก็มี
ต่างกันก็มี เหมือนกันบางแห่งก็มี ด้วยประการ
ฉะนี้.

อัย ปนสฺสวีสเสโส ปาทกชฺชฌานนียเมน
โหติ.

ปจฺมชฺชฌานลาภิโน ปจฺมชฺชฌานา วุฏฺฐจาย
วิปสฺสนุตฺตสฺส อูปฺปนฺโน มคฺโค ปจฺมชฺชฌานิกโ
โหติ.

มคฺคกฺโขโพชฌงฺคานิ เจตฺถ ปริปฺนุณฺณา
เนว โหณฺติ. ทฺตฺติยชฺชฌานโต วุฏฺฐจาย
วิปสฺสนุตฺตสฺส อูปฺปนฺโน ทฺตฺติยชฺชฌานิกโ โหติ.

มคฺคกฺชานิ ปเนตฺถ สฺตฺต โหณฺติ.

ตฺตฺติยชฺชฌานโต วุฏฺฐจาย วิปสฺสนุตฺตสฺส
อูปฺปนฺโน ตฺตฺติยชฺชฌานิกโ.มคฺคกฺชานิ
ปเนตฺถ สฺตฺต โหณฺติ. โพชฌงฺคานิ ปน ฉ
โหณฺติ.

เอเสว นโย จตฺตฺตชฺชฌานโต วุฏฺฐจาย
ยว เหนวสฺสญฺญานาสฺสญฺญาตนํ ๓

อรูเป จตฺตฺกปณฺญจกชฺชฌานํ อูปฺปชฺชติ.
ตณฺจ โลกุตฺตร. น โลกิยนฺติ วุตฺตํ.

เอตฺถ กถนฺติ.

เอตฺถาปิ ปจฺมชฺชฌานาทีสุ ยโต วุฏฺฐจาย
โสตาปตฺติมคฺคํ ปฏฺฐิลภิตฺวา อรูปสฺมาปตฺตี
ภาเวตฺวา โส อารูเป อูปฺปนฺโน.

ตชฺชฌานิกาวสฺส ตตฺถ ตโย มคฺคา
อูปฺปชฺชนฺติ.

เอวํ ปาทกชฺชฌานเมว นียเมติ.

เกจิ ปน เถรา วิปสฺสนาย อารมฺมณ
ภูตา ขนฺธา นียเมเนตฺตีติ วทนฺติ. เกจิ ปุค
คฺลชฺชฌาสิโน นียเมตฺตีติ วทนฺติ. เกจิ
วุฏฺฐจานคามินี วิปสฺสนา นียเมตฺตีติ วทนฺติ.

นี่เป็นความแผ่กันแห่งมรรคนั้น โดยกำหนด
โดยฌานที่เป็นบาท.

มรรคที่เกิดแก่พระโยคาวจรผู้ได้ ปฐมฌาน
ออกจากปฐมฌาน เจริญวิปัสสนาอยู่ ชื่อว่ามี
ปฐมฌานเป็นบาท.

ก็องค์แห่งมรรคและโพชฌงค์ ย่อมบริบูรณ์ใน
ปฐมฌานนี้โดยแท้. มรรคที่เกิดแก่พระโยคาวจรผู้
ได้ทุติยฌาน ออกจากทุติยฌานแล้ว เจริญ
วิปัสสนาอยู่ชื่อว่า มีทุติยฌานเป็นบาท.

ส่วนองค์มรรคในทุติยฌานนี้ มี ๗ ประการ.

มรรคที่เกิดแก่พระโยคาวจรผู้ออกจากตติย
ฌานแล้วเจริญวิปัสสนาอยู่ ชื่อว่ามีตติยฌานเป็น
บาท. ส่วนองค์มรรคในตติยฌานนี้มี ๗ แต่
โพชฌงค์มี ๖ ประการ.

สำหรับพระโยคาวจรผู้ออกจากจตุตถฌาน จน
ถึงแนวสัจญานาสัจญญาตนะกันยนี้เหมือนกัน.

ฌานหมวด ๔ และหมวด ๕ ย่อมเกิดในอรูปร
และฌานนั้นท่านกล่าวว่าเป็นโลกุตตระ ไม่ใช่
โลกิยะ.

ถามว่าในปฐมฌานเป็นต้นนี้เป็นอย่างไร.

ตอบว่า ในฌานมีปฐมฌานเป็นต้นแม้นี้ พระ
โยคาวจรนั้น ออกจากฌานใดแล้ว ได้เสด็จปัตติ
มรรค เจริญอรูปรสมาบัติแล้วเกิดในอรูปรภพ

มรรคทั้ง ๓ มีฌานนั้นเป็นบาท เกิดขึ้นแก่พระ
โยคาวจรนั้น ในอรูปรภพนั้น.

ท่านกำหนดมรรคที่มีฌานเป็นบาท อย่าง
เดียว ด้วยประการฉะนี้.

แต่พระเถระบางเหล่ากล่าวว่า กำหนดชั้น
เป็นอารมณฺ์แห่งวิปัสสนา. บางเหล่าก็ว่ากำหนด
อริยชาติบุคคล. บางเหล่าก็ว่า กำหนดวิปัสสนา
อันเป็นวุฏฺฐจานคามินี.

เตสํ วาหิณิจฺฉโย วิสุทฺธิมคฺเค วุฏฺฐ
 านคามินีวิปัสสนาธิกาเร วุตฺตนเยเนว
 เวทิตพฺโพ.

อิติ อชฺฌตฺตํ วาติ เอวํ อตฺตโน วา
 จตฺตาริ สจฺจานิ ปริคฺคณฺหิตฺวา ปรสฺส วา
 กาเลน วา อตฺตโน กาเลน วา ปรสฺส จต
 ตาริ สจฺจานิ ปริคฺคณฺหิตฺวา ฐมฺเมสุ ฐม
 มานุปสฺสี วิหฺรติ.

สมฺภวยา ปเนตฺถ จตฺตุนฺหิ สจฺจานํ
 ยถาสมฺภวโต อุปฺปตฺตินิวตฺติวเสน เวทิตพ
 พา. อิโต ปรี วุตฺตนยเมว.

สติกำหนดสังขจะ ๔ เป็นอริยสังข

เกวลํ หิ อิธ จตฺตฺสจฺจปริคฺคาหิกา สติ
 ทุกฺขสจฺจนฺตฺติ เอวํ โยชนํ กตฺวา สจฺจปริค
 คา ห กสฺส ภิกฺขุโน นียยานมฺขนฺตฺติ
 เวทิตพฺพํ. เสสํ ตาทิสเมวาทิ.^{๑๓๑}

สรุปความ

เอตฺตวาทา อานาปานปพฺพํ จตฺตฺอิริยา
 ปถปพฺพํ จตฺตสมฺปชฌณฺปพฺพํ ทฺวตฺตีสากาโร
 จตฺตธาตฺวตฺตถานํ นว สิวฺกฺกิกา เวทนา
 นุปัสสนา จิตฺตานุปัสสนา นีวรณฺปริคฺคโห
 ขนฺธปริคฺคโห อายตฺนปริคฺคโห โพชฌงฺก
 ปริคฺคโห สจฺจปริคฺคโหติ เอกวีสติ กมฺมฏ
 ธานานิ.

เตสฺสุ อานาปานํ ทฺวตฺตีสากาโร นว
 สิวฺกิกาทิ เอกาทส อปฺปนาทมมฺมฏธานานิ
 โทหนฺตฺติ.

วิหิณิจฺฉวาทะของพระเถระเหล่านั้น ฟังทราบ
 ตามนัยที่ท่านกล่าวไว้ ในอธิการว่าด้วยวุฏฐานคา
 มินีวิปัสสนา คัมภีร์วิสุทฺธิมรรค.

คำว่า อิติ อชฺฌตฺตํ วา หรือภายในเป็นต้น
 ความว่า พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมทั้งหลาย
 เพราะกำหนดสังขจะ ๔ ของตน ของคนอื่น หรือ
 เพราะกำหนดสังขจะ ๔ ของตนตามกาล ของคนอื่น
 ตามกาลอย่างนี้อยู่.

ส่วนความ เกิดและความเสื่อมในสังขจบรรพนี้
 ฟังทราบโดยความเกิดและความหมดไปแห่งสังขจะ
 ๔ ตามเป็นจริง. คำอื่นนอกจากนี้ มีนัยดังกล่าว
 มาแล้ว.

แต่ในสังขจบรรพนี้ ต่างกันอย่างเดียว คือ ฟัง
 ประกอบความอย่างนี้ว่า สติกำหนดสังขจะ ๔ เป็น
 อารมณฺ์ เป็นทุกขสังขเป็นต้น แล้วฟังทราบว่าเป็น
 ทางปฏิบัติ นำออกจากทุกข์ของภิกษุผู้กำหนด
 สังขจะเป็นอารมณฺ์. คำที่เหลือก็ เหมือนกันแล.

กัมมัฏฐาน ๒๑ คือ อานาปานบรรพ ๑ จตฺ
 ติริยาบถบรรพ ๑ จตฺตสมฺปชฌญฺบรรพ ๑ ทวัตตฺติง
 สากาโร ๑ จตฺตธาตฺววัฏฺฐานะ ๑ สิวฺกิกา ๙ เวทนา
 นุปัสสนา ๑ จิตฺตานุปัสสนา ๑ นีวรณฺปริคฺคหะ ๑
 ขันธปริคฺคหะ ๑ อายตฺนปริคฺคหะ ๑ โพชฌงฺก
 ปริคฺคหะ ๑ สัจจปริคฺคหะ ๑.

บรรดากัมมัฏฐาน ๒๑ นั้น กัมมัฏฐาน ๑๑ คือ
 อานาปาน ๑ ทวัตตฺติงสากาโร ๑ สิวฺกิกา ๙ เป็นอัป
 นากัมมัฏฐาน.

^{๑๓๑}ที่ฉนิกายฎกถา (สมงฺคลวิลาสินี ๒) หน้า
 ๖๘๔

ที่ฌภาณกมหาสิวตเถโร ปน นวสีวติกา
อาทีนวานุปัสสนาเวเสน วุตตาทิ อาห.
ตสฺมา ตสฺส มเตน เทวเยว
อปฺปนากรมมฏฺฐานานิ. เสสานิ อฺปจาร-
กรมมฏฺฐานานิ.

ก็ ปเนเตสุ สพฺเพสุ อภินิเวโส
ชายติ ฯ

โน น ชายติ อิริยาปถสมฺปชฌณ
นึวรนโพชฌงฺเกสุ อภินิเวโส น ชายติ.
เสเสสุ ชายตีติ.

มหาสิวตเถโร ปนาห เอเตสุปิ อภินิเว
โส ชายติ. อโย หิ อตฺถิ นุโข เม จตฺตารโ
อิริยาปถา อุกาหุ นตฺถิ. อตฺถิ นุโข เม
จตฺตสมฺปชฌณึ อุกาหุ นตฺถิ. อตฺถิ นุ โข
เม ปณฺจ นึวรนภา อุกาหุ นตฺถิ. อตฺถิ นุ
โข เม สตฺต โพชฌงฺคา อุกาหุ นตฺถิติ
เอวํ ปรีคคณฺหาติ.

ตสฺมา สพฺพตฺถ อภินิเวโส ชายตีติ.

แต่พระมหาสิวเถระผู้รจนาคัมภีร์ ที่ฌนิกาย
กล่าวว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัส สิวติกา ๙ โดย
อาทีนวานุปัสสนา.

เพราะฉะนั้น ตามมติของท่าน อานาปานะ
และ ทวัตตังสการ ๒ เท่านั้น เป็นอัปนา
กัมมัฏฐาน. ที่เหลือเป็น อุปจารกัมมัฏฐาน

ถามว่า ความตั้งมั่น เกิดในกัมมัฏฐานนั้น
ทั้งหมดหรือไม่เกิด

ตอบว่า ไม่ใช่ไม่เกิด ความตั้งมั่นไม่เกิด ใน
อิริยาบถสัมปชัญญะ นึวรน และโพชฌงค์ เกิดใน
กัมมัฏฐานที่เหลือ.

ส่วน พระมหาสิวเถระกล่าวว่า ความตั้งมั่น
ย่อมเกิดในกัมมัฏฐานแม้เหล่านั้น(ทั้งหมด) เพราะ
พระโยคาวจรนี้ ย่อมกำหนดอย่างนี้ว่า อิริยาบถ ๔
มีแก่เรา หรือไม่หนอ สัมปชัญญะ ๔ มีแก่เรา
หรือไม่หนอ นึวรน ๕ มีแก่เราหรือไม่หนอ
โพชฌงค์ ๗ มีแก่เราหรือไม่หนอ ดังนี้

เพราะฉะนั้น ความตั้งมั่นย่อมเกิดใน
กัมมัฏฐานทั้งหมด.

๓.๑๔ คัมภีร์อรรถกถา อธิบายอาหิสงส์

โย หิ โกจิ ภิกขเว	ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ผู้ใดผู้หนึ่ง
อิเม จตตารโ สติปัฏฐานเ เอว ภาเวยย	พึงเจริญสติปัฏฐาน ทั้ง ๔ นี้ อย่างนี้
สตุต วสฺสานิ	ตลอด ๗ ปี
ตสฺส ทฺวินฺหนํ ผลานํ อญฺญตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ	เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ
ทิฏฺฐเฐว ฌมฺเม อญฺญา	พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑
สตี วา อฺปาทิสฺเสส อนาคามิตา.	หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑
ติฏฺฐนฺตฺถุ ภิกขเว สตุต วสฺสานิ.	ภิกษุทั้งหลาย ๗ ปี ยกไว้
โย หิ โกจิ ภิกขเว	ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่ง
อิเม จตตารโ สติปัฏฐานเ เอว ภาเวยย	พึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้
จ วสฺसानิฯเปฯ ปญจ วสฺสานิ...	ตลอด ๖ ปี ... ๕ ปี
จตตาริ วสฺสานิ... ตีณิ วสฺสานิ...	... ๔ ปี ... ๓ ปี
ทฺเว วสฺสานิ... เอกํ วสฺสํ...	... ๒ ปี ... ๑ ปี
ตสฺส ทฺวินฺหนํ ผลานํ อญฺญตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ	เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ
ทิฏฺฐเฐว ฌมฺเม อญฺญา	พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑
สตี วา อฺปาทิสฺเสส อนาคามิตา.	หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑
ติฏฺฐนฺตฺถุ ภิกขเว เอกํ วสฺสํ.	๑ ปียกไว้
โย หิ โกจิ ภิกขเว ภาเวยย	ผู้ใดผู้หนึ่ง
อิเม จตตารโ สติปัฏฐานเ เอว	พึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้
สตุต มาसानิ	ตลอด ๗ เดือน
ตสฺส ทฺวินฺหนํ ผลานํ อญฺญตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ	เขาพึงหวังผล ๒ ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ
ทิฏฺฐเฐว ฌมฺเม อญฺญา	พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑
สตี วา อฺปาทิสฺเสส อนาคามิตา.	หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑
ติฏฺฐนฺตฺถุ ภิกขเว สตุต มาसानิ.	๗ เดือนยกไว้
โย หิ โกจิ ภิกขเว	ผู้ใดผู้หนึ่ง
อิเม จตตารโ สติปัฏฐานเ เอว ภาเวยย	เจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนี้
จ มาसानิฯเปฯ ปญจ มาसानิ...	ตลอด ๖ เดือน ..๕ เดือน
จตตาริ มาसानิ... ตีณิ มาसानิ...	..๔ เดือน ..๓ เดือน
ทฺเว มาसानิ... เอกํ มาสํ... อหฺมมาสํ...	..๒ เดือน ..๑ เดือน ..กึ่งเดือน
ทฺวินฺหนํ ผลานํ อญฺญตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ	เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง
ทิฏฺฐเฐว ฌมฺเม อญฺญา	คือพระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑
สตี วา อฺปาทิสฺเสส อนาคามิตา.	หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑

ติฏฐตุ ภิกขเว อฑฒมาโส.	กึ่งเดือนยกไว้
โย หิ โกจิ ภิกขเว	ภิกษุ ผู้หนึ่งผู้ใด
อิเม จตตารโ สติปัฏฐานเ อาว ภาเวยย	เจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้อย่างนี้
สตตาทหิ	ตลอด ๗ วัน
ตสฺส ทฺวินฺนํ ผลานํ อญฺญตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขิ	เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง
ทิฏฺฐเจว ฆมฺเม อญฺญา	คือ พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑
สติ วา อุปาทิเสเส อนาคามีตา”ติ.	หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑.
เอกายโน อยํ ภิกขเว มคฺโค	ดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันหนึ่งเดียว
สตตทานํ วิสุทฺธิยา	เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์
โสภปริเทวานํ สมตฺติกฺกมาย	เพื่อล่องความโศกและปริเทวะ
ทฺฤทฺชโทมนสฺसानํ อตฺถงฺคมาย	เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์โทมนัส
ญายสฺส อธิคฺมาย	เพื่อบรรลุลหรรณที่ถูกต้อง
นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยา	เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน
ยทิทํ จตตารโ สติปัฏฐานา”ติ.	หนทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการจะนี้แล
อิติ ยํ ตํ วุตฺตํ อิทมมตํ ปฏฺิจจ วุตฺตนฺติ.	คำที่เรากล่าวตั้งพรรณนามาจะนี้ เราอาศัยเอกาย
	มรรคกล่าวแล้ว
อิทมไวจ ภควา.	พระผู้มีพระภาคตรัสพระพุทฺธพจน์นี้แล้ว
อตฺตมฺนา เต ภิกฺขุ ภควโต ภาสิตํ อภินนฺทฺนฺติ. ภิกฺษุเหล่านั้ณยินฺตี ซึ่ณชมภาษิตฺตของพระผู้มี	พระภาคแล้ว ฉะนี้แล. ^{๑๓๒}

^{๑๓๒} ที.ม.(ไทย)๑๐/๓๐๐/๒๓๓, ที.ม.(บาลี)๑๐/๔๐๕/๒๙๒.

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายอานิสงส์ว่า

โย หิ โภจิ ภิกฺขเวติ โย หิ โภจิ
ภิกฺขเว ภิกฺขุ วา ภิกฺขุณี วา อุปาสิกโก วา
อุปาสิกกา วา.

เอวํ ภเวยฺยาติ อาทิตฺโต ปฏฺจาย วุตฺต
เตน ภาวนาหฺนุกฺกเมน ภเวยฺย.

ปาฏิกงฺขนฺติ ปฏิกงฺขิตพฺพํ อิจฺฉิตพฺพํ
อวสฺสํภาวิตฺติ อตุโถ.

อณฺญาติ อรหตฺตํ.

สติ วา อุปาทิสฺเสสฺติ อุปาทิสฺเส วา
สติ อปริกฺขีเณ.

อนาคามีตาติ อนาคามีภาโว.

เอวํ สตฺตุนฺหนํ วสฺสสาณํ วเสน สาสนสฺส
นินฺยยานิกภาวํ ทสฺเสตฺตวา ปุณฺน ตโต อปฺปรต
เรปิ กาลเ ทสฺเสนฺโตติ ติฏฺฐจฺนตฺตํ ภิกฺขเวติ
อาทิมหา.

สพฺพมฺปิ เจตํ มชฺฌิมสฺส เวเนยฺยปฺก
คฺลสฺส วเสน วุตฺตํ. ติกฺขปญฺณํ ปน
สนฺธาย ปาโตว อนุสสิฏฺฐโจ สายํ วิเสสํ
อริคฺมิสฺสตีติ. สายํ อนุสสิฏฺฐโจ ปาโต วิเสสํ
อริคฺมิสฺสตีติ วุตฺตํ.

อิตฺติ ภควา เอวํ นินฺยยานิกํ ภิกฺขเว
มม สาสนฺนตฺติ ทสฺเสตฺตวา เอกวีสตียาปิ
จาเนสฺสุ อรหตฺตนิฏฺฐเณ เทสิตํ เทสนํ
นินฺยยาเตนฺโต เอกายโน อยํ ภิกฺขเว มคฺโค
ฯเป ฯ อิตฺติ ยนฺตํ วุตฺตํ.^{๑๓๓}

^{๑๓๓}ที่ฌนิกายฎกถา (สุมฺงคฺลวิลาสินี ๒) -
หน้าที ๖๘๖

คำว่า โย หิ โภจิ ภิกฺขเว ความว่า ดูก่อน
ภิกษุทั้งหลาย ผู้ใด ผู้หนึ่ง ไม่ว่าจะ ภิกษุหรือภิกษุณี
อุบาสก หรือ อุบาสิกา.

คำว่า เอวํ ภเวยฺย ความว่า พึงเจริญ
ตามลำดับภavanaที่กล่าวมาแล้วตั้งแต่นั้น.

คำว่า ปาฏิกงฺขํ ความว่า พึงหวังได้ พึง
ปรารถนาได้ เป็นแน่แท้.

คำว่า อณฺญา หมายถึง พระอรหัต.

คำว่า สติ วา อุปาทิสฺเสสฺ ความว่า เมื่ออุปา
ทิสฺสวีกาชนันท์ ที่กิเลสมีต้นหาเป็นต้นเข้าไปยึดไว้
เหลืออยู่ ยังไม่สิ้นไป.

คำว่า อนาคามีตา แปลว่า ความเป็นพระ
อนาคามี.

พระผู้มีพระภาคเจ้าครั้นทรงแสดง ความที่
คำสั่งสอนเป็นธรรมเนียมปฏิบัติออกจากทุกข์โดย
๗ ปี อย่างนี้แล้ว เมื่อจะ ทรงแสดงเวลา (ปฏิบัติ)
ที่น้อยไปกว่านั้นอีก จึงตรัสว่า ดูก่อนภิกษุ
ทั้งหลาย ๗ ปี จงยกไว้ดังนี้เป็นต้น.

ก็คำนั้นแม้ทั้งหมดตรัสโดย เวไนยบุคคลปาน
กลาง. แต่ที่ตรัสว่าบุคคลรับคำสั่งสอนเวลาเข้า
บรรลुकุณฺวิเศษ เวลาเย็น รับคำสั่งสอนเวลาเย็น
บรรลुकุณฺวิเศษเวลาเข้า ดังนี้ ทรงหมายถึง บุคคล
ผู้มีปัญญาเฉียบแหลม.

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงว่า คำสั่งสอน
ของเรา นำผู้ปฏิบัติออกจากทุกข์อย่างนี้แล้ว เมื่อ
จะทรงยังเทศนาที่ทรงแสดงด้วยธรรม อันเป็นยอด
คือพระอรหัตให้จบลงในฐานะ ๒๑ ประการ จึง
ตรัสว่า ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางดำเนิน
อันเอก เพื่อความหมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อ...
ด้วยประการฉะนี้ คำอันใด อันเรากล่าวแล้วอย่างนี้
คำนั้นเราอาศัยทางอันเอกนี้กล่าวแล้ว

๑๓.๑๕ เจริญสติปัฏฐาน ๔ ทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์

สปุริสสเสโว ปริปุโร สหุम्मสุสวน
ปริปุเรติ

สหุम्मสุสวน ปริปุโร สหุ สปริปุเรติ

สทฐา ปริปุรา โยนิโส มนสิการ
ปริปุเรติ

โยนิโส มนสิกาโร ปริปุโร สติ-
สมปชฌณัม ปริปุเรติ

สติสมปชฌณัม ปริปุโร อินุทริยสวาร
ปริปุเรติ

อินุทริยสวาร ปริปุโร ตีณิ สุจรัตน
ปริปุเรติ

ตีณิ สุจรัตน ปริปุรานิ จตตาร
สติปฏจानะ ปริปุเรนติ

จตตาร สติปฏจานา ปริปุรา สตต
โพชฌงคะ ปริปุเรนติ

สตต โพชฌงคา ปริปุรา วิชชาวิมุตตี
ปริปุเรนติ

การคบสัตบุรุษที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้
การฟังสัทธรรมบริบูรณ์

การฟังสัทธรรมที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้
ศรัทธาบริบูรณ์

ศรัทธาที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้การ
มนสิการโดยแยบคายบริบูรณ์

การมนสิการโดยแยบคายที่บริบูรณ์
ย่อมทำให้สติสัมปชัญญะบริบูรณ์

สติสัมปชัญญะที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้
ความสำรวมอินทรีย์บริบูรณ์

ความสำรวมอินทรีย์ที่บริบูรณ์ ย่อม
ทำให้สุจริต ๓ บริบูรณ์

สุจริต ๓ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สติปัฏ
ฐาน ๔ บริบูรณ์

สติปัฏฐาน ๔ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้
โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์

โพชฌงค์ ๗ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้
วิชาและวิมุตติบริบูรณ์^{๑๓๕}

^{๑๓๕} อ.ทศก. (ไทย) ๒๔/๖๑/๑๓๖.

บทที่ ๔

หลักสติปัญญาภาวนา

๔.๑ ความหมายและความสำคัญของสติปัญญา ๔

๔.๑.๑ อธิบายศัพท์

สติปัญญา แยกเป็น สติ กับ ปัญญา เป็นศัพท์นามกิตก์

๑) คำว่า “สติ” ตามคัมภีร์ไวยากรณ์ มาจาก สร ชาติ ในความระลึก ลง ติ นามกิตก์^๑
ลบ ร^๒ ประกอบเป็น สติ

- สติ (สร หีสาย+ติ) ความรู้สึกตัว ความระลึกได้ วิเคราะห์ว่า ปมาท สรติ หีสตีติ สติ ความรู้สึกตัวที่เบียดเบียนความประมาท ชื่อว่าสติ (ลบ ร ที่สุดชาติ) สรติ จินฺเตตตีติ สติ อากาโรที่ระลึกได้ ชื่อว่า สติ (สร จินฺตาย+สติ ลบ ร ที่สุดชาติ) เทว เม ภิกฺขเว ฌมฺมา กตฺเม ฌมฺมา สติ จ สมฺปชฌณญจ ภิกฺษุทั้งหลาย ธรรม ๒ อย่างเหล่านี้มีอะไรบ้าง คือสติและสัมปชัญญะ^๓

- สติ สำเร็จรูปมาจาก สร ชาติ + ติ ปัจจัย วิเคราะห์ว่า สรณ สติ (การระลึก ชื่อว่า สติ) สรติ เอตยาติ วา สติ “ความระลึก ธรรมชาติเป็นเครื่องระลึก ชื่อ สติ”

ปมาท สรติ หีสตีติ สติ ชื่อว่า สติ เพราะเบียดเบียนความประมาท

สรติ จินฺเตตตีติ สติ ชื่อว่า สติ เพราะระลึกได้ เป็นศัพท์อิติลึงค์ ลบ ร ที่สุดชาติ^๔

สรตีติ สติ. (ธรรมชาติใด) ย่อมระลึก เหตุนั้น (ธรรมชาตินั้น) ชื่อว่าผู้ระลึก สรติ เอ ตยาติ วา สติ อีกอย่างหนึ่ง (ชน) ย่อมระลึกด้วยธรรมชาตินั้น เหตุนั้น (ธรรมชาตินั้น) ชื่อว่า เป็นเหตุระลึก (แห่งชน).

สรณ วา สติ อีกอย่างหนึ่งความระลึก ชื่อว่าสติ สร ชาติ ในความ ระลึก^๕

^๑ กจ. ๕๕๓ ด้วยสูตรว่า “อิติถยมตยโว วา.

^๒ กจ. ๕๘๗ ด้วยสูตรว่า “รกาโร จ

^๓ พระมหาสมปอง มุทิโต แปลและเรียบเรียง, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ธรรมสภา ๒๕๔๒), ข้อ ๑๕๘ หน้า ๒๑๒-๓.

^๔ พระธรรมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A.Ph.D.), งานวิจัยการศึกษาเชิงวิเคราะห์ พระคาถาธรรมบท, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ พัทธกษัตริย์, ๒๕๔๕), เล่ม ๑ ข้อ ๒๔ หน้า ๒๐๑.

^๕ พระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส หลักบาลีไวยากรณ์ วจิวภาค ภาคที่ ๒ อาขยาด และ กิตก์ ครั้งที่ ๒๑ (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๙๐), หน้า ๒๐๐.

อีกนัยหนึ่ง สติ มาจาก สฺรฺ ชาติ (จินตาย) ในความ คำนึง นึก ระลึก ตัวอย่างเช่น สติ สุมรติ ย่อมระลึก ก็การที่อักษรน้อยกลายเป็นอักษรมาก และการที่ศัพท์มีอีกรูปแบบหนึ่งย่อมมี เช่น เทว, ทเว, ตณฺหา, ตสิณา, ปมฺหํ ปชฺหม

อนุสฺสรติ แปลว่า ย่อมหมั่นระลึก

ปฏฺิสฺสรติ แปลว่า ย่อมหมั่นระลึก

ชื่อว่า สติ เพราะทำให้เหล่าสัตว์ระลึก หรือเป็นสภาวะระลึกเอง หรือเป็นเพียงความระลึก อนุสฺสรติ (การหมั่นระลึก) ปฏฺิสฺสรติ (การหมั่นระลึก) ชื่อว่า สติ เพราะเป็นผู้ระลึกถึง ชื่อว่า ปฏฺิสฺสรติ เพราะเป็นผู้ระลึกถึงเนื่อง ๆ^๖

๒) ปฏฺิจฺฉาน คือ เข้าไปตั้งไว้

บาลีว่า “ปฏฺิจฺฉาน” มาจาก ป บทหน้า จา ชาติลงในความ คตินิวตยฺ แปลว่า หยุด ยืน ยืนอยู่ ตั้งอยู่ หยุดอยู่ ลง ยุ ปัจจัยนามกิตก์ด้วยสูตรว่า “กตฺตุกรณปฺเทสฺ จ”^๗ แปลง ยุ เป็น อน ด้วยสูตรว่า “อนกา ยุณฺวณ”^๘

วิเคราะห์ว่า “สมฺปยุตฺตธมฺเมสฺ ปมุขา ปชานา หุตฺวา กายาทีสุ อารมฺมณฺเสสฺ ติฏฺฐจฺจิติ ปฏฺิจฺฉาน” แปลความว่า “ธรรมใดเป็นหัวหน้า คือ เป็นประธานในสัมปยุตตธรรมทั้งหลาย แล้วตั้งอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย มี กาย เป็นต้น ธรรมนั้น ชื่อ ปฏฺิจฺฉาน”^๙

ในอรรถกถาและฎีกาของมหาสติปัฏฐานสูตร กล่าวไว้ว่า

ปฏฺิจฺฉาน แปลว่า “เข้าไปตั้งไว้” หรือ “ตั้งไว้มั่น” ลง ยุ ปัจจัยในกัตตุสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปฏฺิจฺฉาตีติ ปฏฺิจฺฉาน สติเยว ปฏฺิจฺฉาน สติปฏฺิจฺฉาน (สติปัฏฐาน คือ สติที่เข้าไปตั้งไว้/ สติที่ตั้งไว้มั่น)

อุปสรรค คือ ป ตามนัยนี้ใช้ในความหมายว่า “เข้าไป, แล่นไป” หรือ “ยั้ง, มั่นคง”^{๑๐} ตามนัยนี้ สติปัฏฐาน แปลว่า สติที่เข้าไปตั้งไว้ หรือ สติที่ตั้งไว้มั่น

อีกนัยหนึ่ง ปฏฺิจฺฉาน แปลว่า “ที่ตั้ง” ลง ยุ ปัจจัยในอธิกรณสาธนะมีรูปวิเคราะห์ว่า ปฏฺิจฺฉาตีติ เอตฺถาตีติ ปฏฺิจฺฉาน สติยา ปฏฺิจฺฉาน สติปฏฺิจฺฉาน (สติปัฏฐาน คือ ที่ตั้งของสติ) ตามนัยนี้ สติปัฏฐาน แปลว่า ที่ตั้งของสติ ได้แก่ อารมณ์ของสติ ๔ ประการ อันได้แก่ กองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม

^๖ พระอัครคังสเถระ, สัททนีติธาตุมาลา คัมภีร์หลักบาลีมหาไวยากรณ์, แปลโดย พระมหานิมิตฺต ธรรมสาโร ป.ศ.๙ และ จารุญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร ๒๕๔๖), หน้า ๔๐๓.

^๗ กจ. ๕๔๗

^๘ กจ. ๖๒๒.

^๙ พระสัทธัมมโชติกะ ฐมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๓ และปริจเฉทที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วน ทิพยวิสุทธี จำกัด, ๒๕๔๔), หน้า ๑๓๐.

^{๑๐} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๘-๖๘., ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๓๕๗-๕๘.

๓) สติปัฏฐาน หมายถึง สติเป็นตัวประธานตั้งมั่นอารมณ์ การตั้งสติ^{๑๑}

วิเคราะห์ว่า สติ เอว ปฏฺฐานนฺติ สติปฏฺฐานํ สตินั้นแหละเป็นประธานในสัมปยุตธรรมทั้งหลาย แล้วตั้งอยู่ในอารมณ์ทั้งหลายมี กาย เป็นต้น ธรรมนั้น จึงชื่อว่า สติปัฏฐาน^{๑๒}

วิเคราะห์ว่า ปฏฺจเปตพฺพนฺติ ปฏฺฐานํ สติยา ปฏฺฐานํ สติปฏฺฐานํ (สติปัฏฐานคือสภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ)^{๑๓} ตามนัยนี้ สติปัฏฐาน แปลว่า สภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ หมายถึง การล่วงความยินดียินร้าย

๔.๑.๒ อธิบายความหมาย

สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน^{๑๔} อีกนัยหนึ่ง “สติปัฏฐาน” แปลว่าธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หมายถึงอารมณ์ของสติ ได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม^{๑๕} องค์ธรรมได้แก่ สติเจตสิก พร้อมสัมปยุตตธรรม

๑) ปรมัตถมัชฺชชฺสา วิสุทฺธิมคฺคมหาภูทิกาทิ^{๑๖} ท่านกล่าวความหมายของสติไว้ว่า บทว่า สรตฺติติ สโต เป็นกัตตุสาธนะ ความระลึกได้คือความคิด ความเข้าไปตั้งไว้เป็นลักษณะของสตินี้ เหตุฉะนั้น สตินี้ชื่อว่า มีความระลึกได้เป็นลักษณะ

สภาวะที่เป็นปฏิปักษ์ต่อความหลงลืม ชื่อว่า อสมมุสฺสนํ แปลว่า ความไม่หลงลืม ความไม่หลงลืมนั้นเป็นกิจของสตินี้ เหตุฉะนั้น สตินี้ชื่อว่า มีความไม่หลงลืมเป็นรส สติ ชื่อว่า มีความควบคุมรักษาเป็นปัจจุปัฏฐาน เพราะอรรถว่า ปฺรากฏฺเป็นธรรมชาติควบคุมรักษาจากกิเลสทั้งหลาย หรือเพราะอรรถว่า ทำการควบคุมรักษาให้เข้าไปตั้งไว้จากกิเลสเหล่านั้น คำว่า พิงฺจตจฺจำและพิงฺจกําหนดให้ดี ความว่า พิงฺจกําหนดด้วยสติ และพิงฺจตฺตฺสินด้วยปัญญาโดยเคารพ สติ ท่านไขความไว้ว่า เป็นความทรงจำไว้ ความทรงจำเป็นตัวกำหนด พิงฺจกําหนดไว้ด้วยปัญญาอันมีสติเป็นประธาน ปัญญาที่เว้นจากสติ หามืออยู่ในกาลไหน ๆ ไม่

บทว่า ด้วยสติ ความว่า ด้วยสติอันเป็นไปแล้วด้วยอำนาจการกำหนดพระกัมมัฏฐานโดยชอบ สติด้วย อรรถว่าเป็นความระลึกได้ เป็นที่เข้าไปตั้งอยู่

^{๑๑} แปลก สนธิรักษ์ ป.ศ.๙, พจนานุกรมบาลี-ไทย, (กรุงเทพฯ:ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๐๖), หน้า ๓๑๘.

^{๑๒} พระสัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๓ และปริจเฉทที่ ๗, หน้า ๑๓๐.

^{๑๓} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๔-๒๕.

^{๑๔} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๗๓/๒๐๘, ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/๑๐๖/๒๕๓, ที.ม.ภูทิก (บาลี) ๓/๗๓๓๕๗.

^{๑๕} พระสัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๗, หน้า ๑๓๑.

^{๑๖} พระธัมมपालมหาเถระ รจนา, สิริ เพ็ชรไชย ป.ศ. ๙ แปล, ปรมัตถมัชฺชชฺสา วิสุทฺธิมคฺคมหาภูทิกาทิ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัทธนาเพรส แอนด์ กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕), ภาค ๑ ข้อ ๑๙๖, ๒๒๓ หน้า ๒๖๔, ๒๙๐. ภาค ๒ ข้อ ๔๑, ๔๖-๗, ๕๘ หน้า ๓๖, ๔๒-๔.

สติปัฏฐานภาวนา พิจารณาเห็นกายในกาย สติปัฏฐาน ชื่อว่า สติปัฏฐานภาวนา คือ การพิจารณาเห็นกาย บทว่า สังวร ได้แก่สติ มนสิการภาวนา มีสติเป็นประธาน

สติ ชื่อว่า อุปนิพยุชญา ด้วยอรรถว่าเป็นเครื่องเข้าไปผูกจิตไว้ในอารมณ์

อุปนิพยุชยานิมิตต์ แปลว่านิมิตแห่งสติอันเป็นเครื่องเข้าไปผูกจิตไว้ บุคคลทั้งหลาย ย่อมระลึกได้ด้วยธรรมชาติ สติเป็นปัจจัยแก่กรรมที่เป็นไปด้วยความระลึกได้ ความเป็นใหญ่ในกรรม บุคคลพร้อมเพรียงด้วยสติย่อมระลึกได้

สติ คือการหยุดอารมณ์ที่หนึ่งไว้เหมือนกับหิน เป็นความระลึก ไม่ผันเพี้ยน ไม่เลื่อนลอย สติชื่อว่ามีอาการคุมครองใจไว้ได้เป็นปัจจัยปัฏฐานธรรมชาติของจิตมีความมุ่งหน้าต่ออารมณ์ ได้แก่สติ

สติ หมายถึงความตั้งใจ การมีใจตั้งอยู่ ความตระหนักรู้ ความระมัดระวัง ความเข้าใจ การครองสติ มโนธรรม ความมีสติตนเอง^{๑๗} ความระลึกได้เป็นลักษณะ การไม่ลืม เป็นรส ความเผื่อรักษาเป็นปัจจัยปัฏฐาน และสติปัฏฐาน ๔ เป็นปทัฏฐานของสติ

คำว่า สติ คือ สติที่ประกอบด้วยวิปัสสนา สติดังกล่าวนี้รับเอาสภาวะธรรมปัจจุบันเป็นอารมณ์ จึงรับรู้เพียงรูปนามในปัจจุบันขณะ ไม่มีตัวเรา ของเรา บุรุษ สตรี ปรากฏอยู่ในสภาวะธรรมที่รับรู้อยู่ กระแสกิเลสที่รับเอาสมมุติบัญญัติเป็นอารมณ์จึงเกิดขึ้นไม่ได้^{๑๘}

สติปัฏฐาน มีกายเป็นที่ตั้งเป็นต้น สติที่เกิดก่อนเป็นปทัฏฐานของสติที่เกิดภายหลัง สติ ชื่อว่าเหมือนสหายผู้ยืนเอียงไหล่ให้ สติปัฏฐาน ๔ เป็นนิมิตของสมาธิ สติ (ความระลึกได้) ตั้งแน่นอยู่ในความสิ้น ความเสื่อม

๒) สติปัฏฐาน แปลว่าธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน^{๑๙} การตั้งสติ การใช้สติ ความคิดที่ตั้งใจจริง สติปัฏฐานมี ๔ อย่าง คือ เกี่ยวกับกาย ความรู้สึก ใจ และปรากฏการณ์ ตามลำดับ^{๒๐}

คำว่า สติปัฏฐาน อยมารมณเภาเทน เอกสตุตถสสุ พหุจจนปโยโค แปลว่า การใช้วิภัตติฝ่ายพหูพจน์ลงท้ายศัพท์ที่มีความหมายเป็นสิ่ง ๆ เดียวในฐานะที่ถูกจำแนกไว้ตามประเภทของอารมณ์ ตัวอย่างเช่น

^{๑๗} มิลินท. (บาลี) ๓๗.

^{๑๘} พระมหากัจจายนเถระ รจนา, พระคันธสาราภิงค์ แปลอธิบาย, เหนติปกรณ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ หจก. ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๐๗.

^{๑๙} ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗/๓/๓๖๘., ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๓., ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗/๓/๓๖๘., ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๓, อภิ.วิ.(ไทย) ๓๕/๓๕๕-๓๕๗/๓๐๖-๓๒๗.

^{๒๐} อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๕๗, ๒๑๔, ๔๑๗.

สติปัฏฐาน แปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน^{๒๑} การกำหนดรู้^{๒๒} หมายถึง การทำความเข้าใจสิ่งต่าง ๆ โดยครบถ้วนหรือรอบด้าน แบ่งเป็น ๓ ชั้น คือปัญญาตามกำหนดเห็นลักษณะเฉพาะของอารมณ์นั้น ๆ ว่า รูปมีลักษณะสลาย เวทนามีลักษณะเสวยอารมณ์ เป็นต้น เป็นการกำหนดขั้นรู้จัก คือ รู้ตามสภาวะลักษณะ ได้แก่รู้จักจำเพาะตัวของสิ่งนั้นตามสภาวะของมัน เช่นรู้ว่า นี่คือเวทนา เวทนาคือสิ่งที่มีลักษณะเสวยอารมณ์ นี่คือสัญญา สัญญา คือสิ่งที่มีลักษณะกำหนดได้หมายรู้ ดังนี้ เป็นต้น

สรุปว่า สติปัฏฐาน หมายถึง การระลึกอย่างมั่นคงในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกรอบงำด้วยความยินดียินร้ายที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจกิเลส...^{๒๓}

๔.๑.๓ ความสำคัญของสติปัฏฐาน ๔

๑) ในอุเทศ ทรงตรัสว่า “ ทางนี้เป็นที่ไปอันเอก” มีความหมาย ๒ ประการ คือ ๑) ทางสายเดียวที่มุ่งสู่พระนิพพาน ไม่มีทางสายอื่นจากนี้ ๒) ทางสายตรงสายเดียว ไม่มีทางแยกอื่นอันจะทำให้เดินหลง หรือผิดทาง เมื่อบุคคลดำเนินไปตามหนทางนี้ย่อมบรรลุพระนิพพานในที่สุด ดังข้อความในคัมภีร์อรรถกถาและฎีกาว่า “เอกมคโคติ เอโกเอว มคโค. น หินิพพาน คามิมคโค อญโญ มคโค อตถิติ.”^{๒๔} คำว่า เอกมคโค คือ ทางสายเดียวเท่านั้น เพราะไม่มีทางสายอื่นที่มุ่งหน้าไปสู่พระนิพพาน “ตสฺมา เอกายโน อโย ภิกฺขเว มคโคติ เอตถ เอกมคโค อโย ภิกฺขเว มคโค, นทฺเวธาปถภูโตติ เอวมตฺโต ทฎฐุพฺโพ.”^{๒๕} ดังนั้น จึงควรทราบว่ “ทางนี้เป็นทางสายเดียวไม่ใช่ทางสองแพร่ง”

พระโสภณมหาเถระได้อธิบายเพิ่มเติมว่า

แม้ในพระไตรปิฎกจะมีเรื่องกล่าวถึงผู้ฟังธรรมแล้วบรรลุธรรมเมื่อฟังจบ แต่ไม่มีใครบรรลุธรรมโดยมิได้เจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างใดอย่างหนึ่งเลย ความจริงแล้วทุกคนต้องบรรลุธรรมด้วยการเจริญสติปัฏฐานอันเป็นทางสายเดียวนี้ เพราะวิปัสสนาญาณ

^{๒๑} ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๗/๓๖๘, ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๓.

^{๒๒} หมายถึงกำหนดรู้ด้วยปัญญา ๓ อย่างคือ (๑) ญาตปริญญา การกำหนดรู้ขั้นรู้จัก (๒) ตีรณปริญญา กำหนดรู้ขั้นพิจารณา (๓) ปหานปริญญา การกำหนดรู้ขั้นละ ดูใน ส.น.อ. (บาลี) ๒/๖๓/๑๒๔.

^{๒๓} ดูรายละเอียดพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๒๔๙.

^{๒๔} ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๑๑๐.

^{๒๕} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๕๙, ม.ม.อ.(บาลี) ๑/๒๔๔.

และมรรคญาณเป็นปัญญาที่เกิดจากการอบรมจิต เมื่อจิตระลึกรู้สภาวะธรรมล้วนๆและมีสมาธิตั้งมั่นอยู่ในสภาวะธรรม ปัญญาที่เกิดร่วมกับสติและสมาธิ ย่อมจะพัฒนาแก่กล้าขึ้นตามลำดับปัญญาดังกล่าว เรียกว่า ภาวนามยปัญญา คือ ปัญญาที่เกิดจากการอบรมจิต ดังหลักฐานที่มาในคัมภีร์อรรถกถาว่า “ยสฺมา ปน กายเวทนาจิตตมฺเมสุ กญฺจิ รมฺมํ อนามสิตฺวา ภาวนา นาม นตฺถิ, ตสฺมา เตปิ อิมินา ว มคฺเคน โสภปริเทเว สมตฺถิกนฺตาทิ เวทิตพฺพา.”^{๒๖} แปลว่า หนึ่ง ขึ้นชื่อว่าภาวนาที่ไม่เนื่องด้วยกาย เวทนา จิตหรือสภาวะธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งย่อมไม่มี ฟังทราบว่ามีแต่ท่านเหล่านั้น ได้ล่วงพ้น ความโศกและความรำพัน คร่ำครวญ ด้วยทางสายนี้

ในเรื่องนี้อาจมีผู้สงสัยว่า เหตุใดพระพุทธองค์จึงตรัสว่า สติปัฏฐานเป็นทางสายเดียวแห่งการบรรลุพระนิพพาน ความจริงแล้วในโพธิปักขิยธรรม ยังมีหมวดธรรมอื่น มีสัมมปฺปชาน เป็นต้น ซึ่งเป็นแนวปฏิบัติเพื่อบรรลุพระนิพพานมิใช่หรือ พออธิบายได้ว่า สติปัฏฐานเป็นธรรมหลักในโพธิปักขิยธรรม ธรรมหมวดอื่นมีสัมมปฺปชาน เป็นต้น เป็นองค์ประกอบหนุนให้การเจริญสติดำเนินไปโดยสะดวกและรวดเร็ว หลังจากนั้น ปัญญาที่เกิดร่วมกับสติ จะพัฒนาขึ้นตามลำดับวิปัสสนาญาณ จนกระทั่งบรรลุมรรค ญาณและผลญาณในที่สุด ดังข้อความในคัมภีร์อรรถกถาว่า “อโย ปน ยสฺมา สติยา อารมฺมณํ ปรีคฺคเหตฺวา ปญฺญา ย อนุปฺสฺสติ, น หิ สติวิริหิตา อนุปฺสฺสนา อตฺถิ. เตเนวหา สตี จ ขฺวหา ภิกฺขเว สพฺพตฺถิกิ กฺวหา มิตฺติ.”^{๒๗} นักปฏิบัติกำหนดรู้อารมณ์ด้วยสติแล้วย่อมเห็นด้วยปัญญา เพราะไม่มีการหยิ่งเห็นที่ปราศจากสติ ดังนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า “เรากล่าวถึงสติว่า สติมีประโยชน์ในที่ทั้งปวง”

ดังนั้น สติปัฏฐานจึงเป็นหลักสำคัญในการปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นทุกข์ของพระพุทธเจ้าพระปัจเจกพุทธเจ้า และพระอริยสาวกทั้งหลาย ได้บรรลุความหมดจดจากกิเลส ด้วยทางสายเดียว คือ สติปัฏฐาน ๔ นี้ ดังความว่า พระผู้มีพระภาคผู้ห่างไกลจากกิเลส ตรัสรู้ชอบด้วยพระองค์เอง มีแล้วในอดีตทั้งสิ้น ในอนาคตทั้งสิ้น บัดนี้ ล้วนทรงละนิรวรณ ๕ อันยังใจให้เศร้าหมอง ทอนกำลังปัญญา มีพระมณีสตั้งมั่นในสติปัฏฐาน ๔ เจริญสัมโพชฌงค์ ๗ ตามความเป็นจริง จึงได้ตรัสรู้พระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ^{๒๘} พระองค์ผู้ทรงเห็นที่สุด คือความสิ้นชาติ ทรงอนุเคราะห์ด้วยประโยชน์เกื้อกูล ทรงทราบหนทางสายเดียว ชนทั้งหลายในกาลก่อน ข้ามห้วงสงสารด้วยทางนี้ ในอนาคตก็จักข้ามด้วยทางนี้ และในบัดนี้ก็ข้ามอยู่ด้วยทางสายนี้^{๒๙}

^{๒๖} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๒.

^{๒๗} เนตฺติ.อ. (บาลี) หน้า ๑๐๕.

^{๒๘} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๔๓/๘๖.

^{๒๙} สัม. (ไทย) ๑๙/๓๘๔/๑๔๖.

คำว่า “ภิกษุเว ดุครภิกษุทั้งหลาย” บุคคลผู้เจริญสติปัญญาตามคำแนะนำของพระบรมศาสดา มีทั้งภิกษุ ภิกษุณี บุรุษ สตรี เทวดา และพรหม ในที่นี้พระบรมศาสดาตรัสเฉพาะภิกษุว่าดุครภิกษุทั้งหลาย โดยมีภิกษุเป็นประธาน อีกนัยหนึ่ง แม้บุคคลอื่นนอกจากพระภิกษุก็ได้ชื่อว่าภิกษุ เพราะเป็นผู้เห็นภัยในวัฏฏะ ดังข้อความในคัมภีร์อรรถกถาว่า “ที่จริงเทวดาหรือมนุษย์ก็ตามผู้เพียรปฏิบัติอยู่ย่อมถึงการนับว่าเป็นภิกษุโดยแท้”^{๓๐}

คำว่า “สตตทาน วิสุทธยา” ทำให้เหล่าสัตว์บริสุทธ์” นักปฏิบัติผู้เจริญสติระลึกรู้เห็นตามสภาวะธรรมปัจจุบันอยู่ย่อมยังเห็นว่ายังมีเพียงสภาวะธรรมโดยปราศจากรูปร่างสัณฐาน จิตของเขาย่อมหมดจดจากกิเลส คือความโลภที่ชอบใจ ความโกรธที่ไม่ชอบใจ หรือความหลงที่ไม่รู้เท่าทันตามความเป็นจริง ได้ชั่วขณะด้วยวิปัสสนาญาณ ชื่อว่า ตทังคปหาน เมื่อวิปัสสนาญาณของเขาแก่กล้าจากการเจริญสติที่เปรียบได้กับการสังสมหน่วยกิตที่ละน้อย ย่อมสามารถละกิเลสได้โดยเด็ดขาดชื่อว่า สมุจเฉทปหาน การละกิเลสดังกล่าวทำให้เขาเป็นผู้บริสุทธ์จากกิเลสอย่างแท้จริง ที่จริงกิเลส หรือบาปทุกอย่าง เป็นสิ่งที่เกิดจากจิตที่ไม่ใส่ใจโดยแยกกาย ในอารมณ์ที่ตนเองชอบหรือไม่ชอบ แต่กิเลสหรือบาปย่อมถูกละได้ด้วยจิตที่ใส่ใจโดยแยกกาย อันเป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนานั้นเองเหมือนโคลนตมที่เกิดจากน้ำ ย่อมถูกชำระล้างด้วยน้ำ บาปเกิดจากจิตย่อมหมดจดด้วยจิต ฉะนั้น

คำว่า “โสภปริเทวาน สมติกุกมาย” ล่วงพ้นความโศกและความรำพันคร่ำครวญได้ บางคนเศร้าโศกและรำพันคร่ำครวญ เพราะพลัดพรากจากบุคคลอันเป็นที่รักพวกเขา ย่อมล่วงพ้นต่อความทุกข์ใจเช่นนั้นได้ด้วยการเจริญสติปัญญา เช่น สันตติอำมาตย์ ที่เศร้าโศก เพราะการเสียชีวิตของหญิงนักฟ้อน ท่านทั้งสองพึงธรรมแล้วเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน ได้บรรลุธรรมในขณะที่พึงธรรมจบลง โดยสันตติอำมาตย์บรรลุเป็นพระอรหันต์ พระธรรมเทศนาที่พระพุทธองค์ตรัสสอนแก่ สันตติอำมาตย์ พบในคัมภีร์สุตตนิบาตว่า “ย ปุพฺเพ ตํ วิโสเสหิ ปจฺจา เต มาหุ กิจฺจนํ มชฺเฌ เจ โน คหฺเสสฺสิ อุปฺสนฺโต จริสฺสฺสิ” แปลว่า “เธอจงทำกิเลสในอดีตให้เหือดแห่ง กิเลสในอนาคตอย่าได้มีแก่เธอ ถ้าเธอไม่ยึดมั่นในปัจจุบัน ก็จักเป็นผู้สงบไปได้”^{๓๑} ความหมายของพระคาถานี้ มีดังนี้คือ

คำว่า “ย ปุพฺเพ ตํ วิโสเสหิ เธอจงทำกิเลสในอดีตให้เหือดแห่ง” หมายความว่า กิเลสย่อมเกิดจากการระลึกถึงเรื่องอดีตที่เคยเห็น ได้ยิน สัมผัส รู้ทางใจ และบุคคลควรรับรู้สภาวะธรรมปัจจุบันเพื่อมิให้กิเลสดังกล่าวเกิดขึ้น กล่าวคือ เมื่อบุคคลระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบันอยู่ เขาไม่อาจคิดถึงอดีตได้ เพราะจิตรู้อารมณ์เดียวในขณะที่เดียวเท่านั้น และกิเลสที่เกิดจากการคิดถึงอดีตก็เกิดขึ้นไม่ได้ นอกจากนี้ แม้ในขณะที่หวนระลึกถึงอดีตก็ควรกำหนดรู้จิตที่คิดฟุ้งซ่านไปอีกด้วย เมื่อสันตติอำมาตย์ พึงธรรม

^{๓๐} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๐.

^{๓๑} ขุ.สุ. (ไทย) ๒๕/๙๕๕/๕๒๐.

แล้วก็เจริญสติปัฏฐานในขณะที่ฟัง โดยกำหนดรู้รูปนามปัจจุบัน คือ สภาวะเห็น ได้ยิน ความเข้าใจ ความตริก หรือความปีติยินดี ฯลฯ พร้อมทั้งกำหนดรู้จิตที่คิดถึง อากัปภิกิริยาของหมิงนักพื่อนที่เพิ่งดับไปโดยความเป็นสันตติปัจจุบัน

คำว่า “ปัจฉา เต มาหุ กิญจน” กิเลสในอนาคตอย่าได้มีแก่เธอ หมายความว่า กิเลสมีความปรารถนาและความวิตกกังวล เป็นต้น ย่อมเกิดจากการคิดถึงเรื่องอนาคตผู้ปฏิบัติธรรมควรรับรู้สภาวะธรรมปัจจุบันเพื่อมิให้กิเลสดังกล่าวเกิดขึ้น กล่าวคือ เมื่อนักปฏิบัติกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบันอยู่ เขาไม่อาจคิดถึงอนาคตได้และกิเลสที่เกิดจากการคิดถึงอนาคตก็เกิดขึ้นไม่ได้ นอกจากนี้แม้ในขณะที่หวนระลึกถึงอนาคตก็ควรกำหนดรู้จิตที่คิดฟุ้งซ่านไปด้วย

คำว่า “มชฺเฒ เจ โน คหเสสฺสสิ” ถ้าเธอไม่ยึดมั่นในปัจจุบัน หมายความว่า นักปฏิบัติพึงเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบันว่าเป็นเพียงรูปนาม ไม่ใช่บุคคล เราของเรา บุรุษ หรือสตรีเพื่อไม่ให้เกิดความยึดมั่นว่าเป็นตัวตน ที่เที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้และสวยงาม สันตติอำนาจฟังธรรมพร้อมทั้งเจริญสติปัฏฐานโดยกำหนดรูปนามปัจจุบัน ที่ปรากฏชัด จึงไม่เกิดกิเลสที่หวนคิดถึงอดีตหรือใฝ่ฝันอนาคตและยังเห็นสภาวะธรรมรูปนามที่เกิดดับตามความเป็นจริงในปัจจุบัน จนกระทั่งบรรลุมรรคญาณทั้ง ๔ ตามลำดับ ในที่สุดได้บรรลุอรหัตตผล ไม่ยึดมั่นด้วยตัณหาและทิฏฐิ

คำว่า “ทุกขโทมนสฺसानํ อุตถฺกมมาย ติบทุกฺขและโทมนสฺสได้” ทุกข์ คือ ความลำบากทางกาย เช่น เจ็บ ปวด ชา ส่วนโทมนัส คือ ความลำบากทางใจ เช่น เศร้าโศก ไม่สบายใจ ทุกข์และโทมนัสเหล่านี้ ย่อมดับไปด้วยการเจริญสติปัฏฐาน จนกระทั่งบรรลุมรรค ผลนิพพาน ดังเรื่องของพระติสสเถระ พระที่ถูกเสือกิน ท้าวสักกะ และเทพสุพรหม ตามที่ปรากฏในคัมภีร์อรรถกถาของมหาสติปัฏฐานสูตร ^{๓๒}

๒) เป็นปัจจัยทำให้โพชฌงค์ ๗ ประการบริบูรณ์ เช่น ข้อความตอนหนึ่งว่า “สติปัฏฐาน ๔ ประการ ที่บุคคลเจริญอย่างไรทำให้มากอย่างไร จึงทำให้โพชฌงค์ ๗ ประการบริบูรณ์ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ สติปัฏฐาน ๔ ที่บุคคลเจริญอย่างนี้ ทำให้มากอย่างนี้ จึงทำให้โพชฌงค์ ๗ ประการ ให้บริบูรณ์” ^{๓๓}

๓) เป็นผลแห่งสุจริต ๓ ประการ ดังข้อความว่า “สุจริต ๓ ประการนั้น ที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงทำสติปัฏฐาน ๔ ประการให้บริบูรณ์ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ละกายทุจริต เจริญกายสุจริต ละวจีทุจริต เจริญวจีสุจริต ละมโนทุจริต เจริญมโนสุจริต ..” ^{๓๔}

^{๓๒} ที่.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๒-๖๕.

^{๓๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๘๗/๑๒๒.

^{๓๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๘๗/๑๒๑.

๔) ทำให้บรรลุปความเป็นเอกบุรุษ ดังข้อความว่า “พระพุทธเจ้าทรงเป็นเอกบุรุษ เพราะเอกายนมรรค เพราะเสด็จถึงทางสายเอกแล้ว” อธิบายว่า พระพุทธเจ้าเสด็จถึงทางสายเอกแล้ว จึงชื่อว่าทรงเป็นเอกบุรุษ คือ สติปัฏฐาน ๔ สัมมัปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ อริยมรรคมีองค์ ๘ ตรัสเรียกว่า ทางสายเอก^{๓๔}

๕) สติปัฏฐาน ยังเป็นเครื่องแสดงความแตกต่างระหว่าง พระเสขะกับพระอเสขะ ในสมัยหนึ่ง พระสารีบุตรกับพระอนรุทธะ ได้สนทนากันเกี่ยวกับเกณฑ์แสดงความแตกต่างระหว่าง พระอริยบุคคลแต่ละระดับที่เรียกว่า พระเสขะ กับ พระอเสขะโดยพระอนรุทธะ ตอบว่าบุคคลผู้ชื่อว่าเป็นพระเสขะ เพราะได้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ เป็นบางข้อส่วนบุคคลผู้ชื่อว่าเป็นพระอเสขะ เพราะได้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการ ทุกข้อครบบริบูรณ์^{๓๕}

๔.๑.๔ องค์ประกอบสำคัญในการเจริญสติปัฏฐาน ๔

พระพุทธองค์ทรงเริ่มต้นการเจริญสติปัฏฐานในมหาสติปัฏฐานสูตร ด้วยพุทธดำรัสว่า “เอกายโน อโย ภิกขเว มคโค สตุตทาน วิสุทฺธิยา โสภปริเทวานํ สมตฺติกมฺมาย ทฺวฺกฺขโทมนสฺसानํ อตุณฺณคฺมาย ฌายสฺส อธิคฺมาย นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยาเย ยทฺธิ จตฺตทาโร สติปัฏฐานา”^{๓๖}

ภิกษุทั้งหลาย สติปัฏฐาน ๔ เป็นทางเดียวที่จะนำเหล่าเวไนยสัตว์ให้เข้าถึงความบริสุทธิ์ ล่วงพ้นความเศร้าโศก และความรำพันคร่ำครวญได้ ด้วยความทุกข์และโหม่นสได้ บรรลุอริยมรรคและเห็นแจ้งพระนิพพานได้ หนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔^{๓๗}

การเจริญสติปัฏฐานมีองค์ประกอบสำคัญเป็นเครื่องดำเนินไปสู่ความสัมฤทธิ์ผลแห่งการปฏิบัติ ดังพระบาลีว่า “อาตปปี สติมา สมฺปชาโน”^{๓๘} แปลว่ามีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ได้แก่สัมมาวายามะ สัมมาทิฐิและสัมมาสติ ซึ่งเป็นองค์มรรคประจำ ๓ ข้อที่ต้องใช้เสมอในการเจริญองค์มรรคทุกข้อ^{๓๙}

๑) อาตปปี ความเพียรเพียรเพียร ที่เรียกว่า สัมมัปปธาน ๔ เพื่อละอกุศล เพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพื่อทำกุศลใหม่ และเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่า(จดจ่อในรูปนามปัจจุบัน) ในขณะที่โยคีบุคคลกำลังเพียรพยายามตั้งใจกำหนดอย่างจดจ่อ มีความรอบคอบกำหนดสภาวะต่าง ๆ

^{๓๔} ชุ.ม. (ไทย) ๒๗/๑๙๑-๑๙๒/๕๔๙, ๕๕๑, ๕๕๔.

^{๓๕} สั.ม. (ไทย) ๑๙/๓๙๒-๓๙๓/๒๕๐-๒๕๑.

^{๓๖} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓, ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๑๑๐.

^{๓๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๓/๒๑๖.

^{๓๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๖/๗๗.

^{๓๙} พุทธธรรม, ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า ๘๑๓-๘๑๔.

ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๕๘-๒๗๘/๑๘๑-๑๘๖.

อย่างถึถ้วนอยู่นั้น เป็นการทำหน้าที่ของอาตาศิป คือ วิริยเจตสิก มีความเพียรประกอบจิต ๔ ประการ คือ

๑.๑) เพียรละ บาปเก่าๆ ไม่ให้เกิดขึ้น ในที่นี้หมายถึงการถ่ายถอนทิฏฐานุสัย (ทิฏฐิ) อันเป็นบาปเก่าๆ ที่หลงเข้าใจผิดว่าชีวิตเป็น ฉัน เรา เขา ให้เอาออกไปให้ได้ ด้วยการกำหนดให้ถูกต้องตามความเป็นจริงว่าเป็นรูป เป็นนาม

๑.๒) เพียรระวัง ไม่ให้ความชั่วใหม่ๆ เกิดขึ้นได้ ด้วยการระวังป้องกันกิเลสใหม่ๆ ไม่ให้เกิดขึ้นได้ด้วยการเพียรสำรวมอินทรีย์ คือขณะเห็น ขณะได้ยิน เป็นต้น จะต้องกำหนดได้ถูกต้องว่าเป็นรูปอะไร นามอะไร

๑.๓) เพียรสร้าง วิปัสสนากุศลให้เกิดขึ้น ด้วยการศึกษาคำความเข้าใจ และเพียรฝึกหัดกำหนดรูปรูปนามให้เกิดขึ้นได้เท่าทันในอารมณ์ปัจจุบัน

๑.๔) เพียรรักษา วิปัสสนากุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้คงอยู่ และพอกพูนให้มีมากขึ้น ด้วยการหมั่นระลึกรูปนามที่เคยเกิดขึ้นแล้ว ให้เกิดขึ้นในอารมณ์ปัจจุบันอยู่เนื่องๆ เพราะ อารมณ์ปัจจุบัน เป็นปัจจัยแก่การทำลาย อภิชฌา โทมนัส และ อารมณ์ปัจจุบัน จะเป็นปัจจัยทำให้เกิด วิปัสสนาปัญญา^{๔๑}

ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า เราได้บอกข้อปฏิบัติแก่สาวกทั้งหลาย สาวกทั้งหลายของเราผู้ปฏิบัติตามเจริญอิทธิบาท ๔ ประการ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยฉันทสมาธิประธานสังขาร (สมาธิที่เกิดจากฉันทะและความเพียรสร้างสรรค์)

๒. เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยวิริยสมาธิประธานสังขาร(สมาธิที่เกิดจากวิริยะและความเพียรสร้างสรรค์)

๓. เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยจิตตสมาธิประธานสังขาร(สมาธิที่เกิดจากจิตตะและความเพียรสร้างสรรค์)

๔. เจริญอิทธิบาทที่ประกอบด้วยวิมังสาสมาธิประธานสังขาร(สมาธิที่เกิดจากวิมังสาและความเพียรสร้างสรรค์)

เพราะเจริญอิทธิบาท ๔ ประการนั้นแล สาวกของเราเป็นอันมากจึงได้บรรลุที่สุดแห่งอภิญญาและอภิญญาบารมีอยู่^{๔๒}

^{๔๑} คุราวละเอียดใน อัง.จตุกก. (ไทย) ๓๕/๖๕/๒๑๕-๒๒๐.

^{๔๒} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔๓/๒๕๒.

ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้^{๔๓}

๑. สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น

๒. สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๓. สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๔. สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิต มุ่งมั่น เพื่อความดำรงอยู่ไม่เลือนหาย ภิญโญภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มที่แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๒) **สัมปชาโน แปลว่า รู้พร้อม** ได้แก่ ปัญญินทรีย์ คือมีความรู้ทั่วพร้อม “ทุกข์”ว่าควรกำหนดรู้ รู้ทั่วพร้อม“สมุทัย”ว่าควรละ รู้ทั่วพร้อม“นิโรธ”ว่าควรทำให้แจ้ง และรู้ทั่วพร้อม “มรรค”ว่าควรเจริญให้เกิดขึ้น และรู้ว่ากำหนดรู้รูปอะไร หรือนามอะไรอยู่

ความรู้ทั่วพร้อม มีความไม่พัวพันเป็นลักษณะ มีความไตร่ตรองเป็นกิจ ได้แก่ ความรู้ทั่ว รู้ชัดโดยถูกต้อง ไม่ใช่หลง ๆ ลืม ๆ หลับ ๆ ตื่น ๆ ไม่พัวพันในขณะที่ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม ทำ พูดคิด เป็นต้น รู้สึกตัวที่อยู่ ตื่นตัวที่อยู่ว่ากำลังยืน เดิน เป็นต้น^{๔๔} มีความรู้ตัวเสมอว่ากำลังกำหนดอะไร ดูอะไร สิ่งที่กำหนดอยู่นั้นเป็นรูปอะไร นามอะไร มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิท^{๔๕} (ไม่ขาดช่วง)

๓) **สติมา แปลว่า มีสติ** ได้แก่ สตินทรีย์คือมีสติตั้งมั่นอยู่ในฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม โดยระลึกถึงลักษณะกาย เวทนา จิตและธรรม เป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะปัจจุบัน หรือจะเรียกว่ากำหนดรูปนามก็ได้

สติ แปลว่า คุณเครื่องระลึกได้มีการทำซ้ำๆ เป็นลักษณะ, มีความไม่ลืมเป็นรส, มีการรักษาเป็นปัจจุบันฐาน หรือมีภาวะมุ่งอารมณ์เป็นปัจจุบันฐาน, มีความจำมั่นเป็นปทัฏฐาน, หรือมีสติปัญญาฐาน มีกายเป็นต้นเป็นปทัฏฐาน เหมือนนายประตู่ เพราะรักษาจักขุทวารเป็นต้น.

อารมณ์ต่างๆ เกิดขึ้นมาในทีใด มีสติกำหนดในที่นั้น โดยไม่ให้คลาดเคลื่อนจากปัจจุบันอารมณ์ และไม่เผลอ ไม่หลงลืมสติ เป็นการทำหน้าที่ของสติ คือสติเจตสิก มีสติตั้งมั่นอยู่ที่ฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม โดยเท่าทันอารมณ์ที่เกิดขึ้น

^{๔๓} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๗๗.

^{๔๔} วิสุทธิ. มหาฎีกา (ไทย) ๑/๒๑๙/๒๐๗.

^{๔๕} พระโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต, พระคันธसारากังขี เรียบเรียง, พระพรหมโมลี(สมศักดิ์อุปสโม ป.ธ.๙, Ph.D)ตรวจชำระ, มหาสติปัญญาสูตร ทางสู่พระนิพพาน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, หน้า ๓๐-๓๓.

ในขณะที่สติเจตสิกเกาะอยู่กับปัจจุบันอารมณ์อย่างไม่คลาดเคลื่อน ปฏิเสธไม่ได้ว่า จะไม่มีสมาธิก่อตัวตั้งอยู่ในอารมณ์นั้น สมาธิจึงประกอบรวมกับการทำหน้าที่ของสติ ดังพระ อรรถกถาจารย์ได้ไขความไว้ว่า สติมาติ เจตถ สติคฺคหณฺน สมานี คเหตุพฺพิ แปลว่า “ในคำ ว่า สติมานี้ ท่านถือเอาสมาธิพร้อมด้วยสติ” สติจึงมีสมาธิเป็นองค์ประกอบร่วมด้วย

เมื่อองค์ประกอบทั้ง ๓ คือ วิริยะ สติ สมาธิทำหน้าที่ร่วมกันอย่างดีเช่นนี้ ก็สามารถ กำหนดรู้เห็นการเกิดดับของรูปนาม สังขาร เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้อย่างชัดเจน และเกิด ความรู้ความเข้าใจสภาวะนั้นตามความเป็นจริง นี้เรียกว่า ปัญญาเจตสิก ได้แก่สัมปชัญญะ^{๔๖}

๔.๑.๕ จุดมุ่งหมายของสติปัฏฐาน ๔

พระพุทธองค์ทรงตรัสถึงจุดมุ่งหมายของมหาสติปัฏฐานสูตรไว้อย่างชัดเจน ในอุทเทส ของพระสูตร ดังนี้คือ

- | | |
|---------------------------------|--|
| ๑) สุตตानํ วิสุทฺธิยา | เพื่อความบริสุทธิ์แห่งสัตว์ทั้งหลาย |
| ๒) โสภปริเทวานํ สมตฺติกฺกมฺยา | เพื่อล่งพันความโศกและความรำพันคร่ำครวญ |
| ๓) ทุกฺขโทมนสฺसानํ อตฺถจฺจกมฺยา | เพื่อดับความทุกข์และโทมนัสทั้งหลาย |
| ๔) ญายสฺส อธิคฺมฺยา | เพื่อการบรรลุญาณธรรม คือ ธรรมที่ควรบรรลุ |
| ๕) นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยา | เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน |

^{๔๖} พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภเถระธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุญาณจริยะ, การปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ (มปท.มปป.), หน้า ๑๑๕.

๔.๓ หลักปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔

หลักการปฏิบัติที่ใช้สติเป็นประธานบนฐาน ๔ ประการ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม มีวิธีการปฏิบัติที่อธิบายได้ ด้วยการปฏิบัติสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ดังนี้

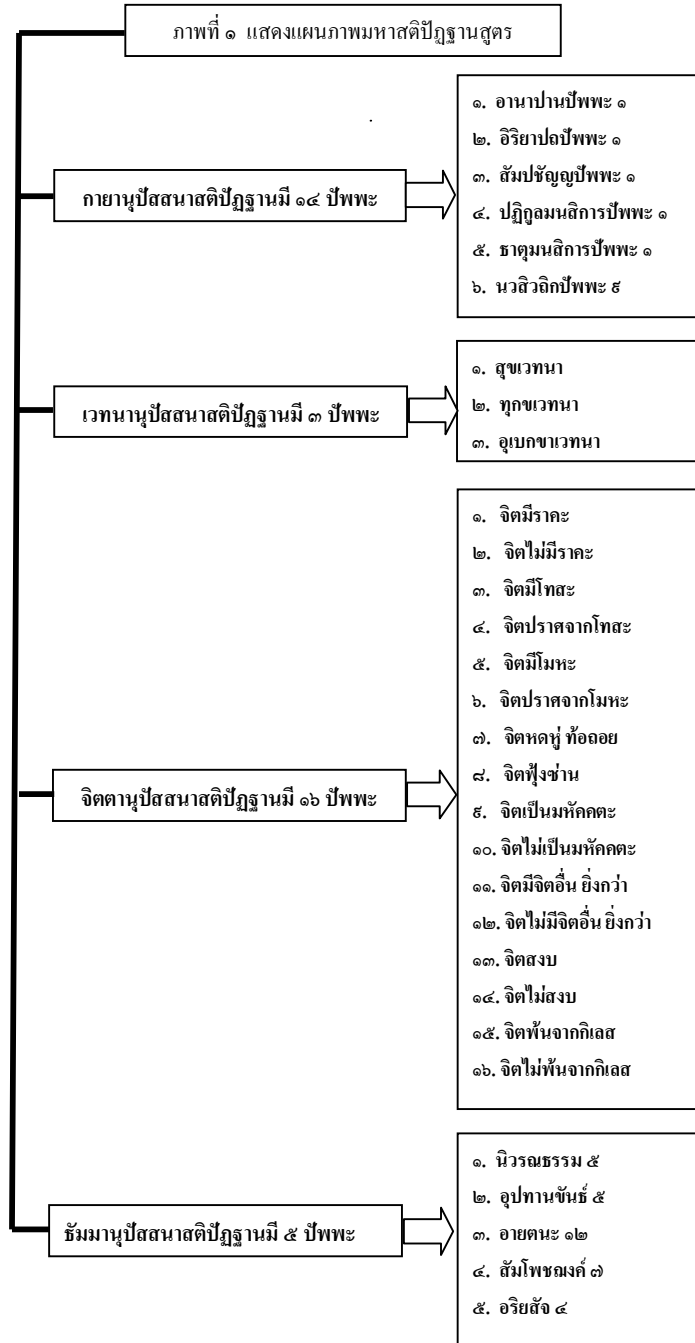
๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การเจริญสติตามพิจารณาเฝ้าดูกายเป็นอารมณ์ได้แก่ การมีสติดูลมหายใจเข้าออก ดูอาการพองยุบของท้อง ตามคู่อิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอนดูการเคลื่อนไหวในอิริยาบถย่อย เช่น เหลี้ยว คู้ เขยียด ถอย ก้าว ถ่าย ตี๋ม อาบ กิน ฯลฯ เพื่อละสุขวิปลาส ความเห็นว่าสวयว่างาม

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง สติตามพิจารณาเวทนาเป็นอารมณ์ ได้แก่ การตั้งสติพิจารณาเวทนาที่เกิดขึ้นเป็นทุกข์ สุขและอุเบกขา ต้องกำหนดให้ทันปัจจุบัน เช่น อากาศปวด เมื่อยชา คั้น ยอก เพื่อละสุขวิปลาส คือ เห็นว่ารูปนาม นั้นเป็นสุข

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง สติตามพิจารณาจิต(ความคิด) เป็นอารมณ์ ๑๖ ประการ คือ การมีสติพิจารณาเฝ้าตามดูจิตของตน เมื่อมีกิเลสเกิดขึ้นคือมีราคะ โลภะ โทสะ โมหะ จิตสงบ ไม่สงบ เป็นต้น เพื่อทำลายนิจจวิปลาส คือ การเห็นว่าทุกสิ่งเป็นของเที่ยงแท้

๔) ธรรมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง สติตามพิจารณาธรรมเป็นอารมณ์ ได้แก่ การกำหนดรู้ธรรม ๕ อย่าง คือ นีวรณ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และอริยสัจ ๔ เพื่อทำลายอัตตวิปลาส คือ ความยึดมั่นในสัตว์ บุคคล ตัวเรา ตัวเขา

แผนภาพที่ ๑ แสดงสรุปโครงสร้างมหาสติปัฏฐานสูตร^{๔๗}



^{๔๗} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๒๔๘-๒๖๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๕-๑๓๘/๗๗-๙๗, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕-๑๓๘/๑๐๑-๑๓๑.

๔.๒.๑ อธิบาย กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

บาลีว่า “กาเย กายานุปัสสี” แปลว่า ตามกำหนดเห็นลักษณะอาการของกายที่ปรากฏอยู่ มีสติพิจารณาเนื่องๆ ซึ่งกาย คือ รูปขันธ์ ด้วยความเพียร ด้วยสัมปชัญญะ ด้วยสติและไม่ยินดียินร้าย^{๔๘} ดังพุทธดำรัสว่า

“อิธ ภิกขเว ภิกขุ กาเย กายานุปัสสี วิหติ อาตาปี สมปชาโน สติมา วิเนยย โลเก อภิชฌาโทมนสัส^{๔๙}” ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้^{๕๐}

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายบทว่า กายะ กายานุปัสสี หมายความว่า ผู้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาซึ่งกายนั้นแล ในกาย ๑๘ ประการนี้คือ อานาปานบรรพ ๑ อิริยาปถบรรพ ๑ จตุสัมปชัญญะบรรพ ๑ ปฏิกุลมณสิกขาบรรพ ๑ ชาติมณสิกขาบรรพ ๑ นวสีวติกขาบรรพ ๙ กสิณมีเนลกสิณเป็นต้น ๔ เนื่องด้วยบริกรรมภายใน^{๕๑}

พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า กาย มี ๒ อย่าง คือ

๑. นามกาย คือ เวทนา สัญญา เจตนา ผัสสะ มนสิการ จัดเป็นนามด้วย เป็นนามกายด้วย และจิตตสังขารก็จัดเป็นนามกาย

๒. รูปราย คือ มหาภูตรูป ๔ รูปที่อาศัยมหาภูตรูป ๔

มหาภูตรูป คือรูปใหญ่ รูปต้นเดิม คือธาตุ ๔ ได้แก่ (๑) ปฐวีธาตุ สภาวะที่แผ่ไปหรือกินเนื้อที่สภาพอันเป็นหลักที่ตั้งที่อาศัยแห่งสหชาตรูป เรียกสามัญว่า ธาตุแข็งแข็งหรือธาตุดิน (๒) อาโปธาตุ สภาวะที่เอิบอาบหรือดูดซึม ซ่านไปขยายขนาด ผืนก พูนเข้าด้วยกัน เรียกสามัญว่า ธาตุเหลวหรือธาตุน้ำ (๓) เตโชธาตุ สภาวะที่ทำให้ร้อน เรียกสามัญว่า ธาตุไฟ (๔) วาโยธาตุ สภาวะที่ทำให้สั่นไหวเคลื่อนที่ค้ำจุน เรียกสามัญว่า ธาตุลม (ที.สี. (ไทย) ๘/๔๘๗/๒๑๖)

รูปที่อาศัยมหาภูตรูป ๔ หรือทับศัพท์บาลีว่า อุปาทายรูป มี ๒๔ คือ

ก. ปสาทรูป ๕ (รูปที่เป็นประธานสำหรับรับอารมณ์) (๑) ตา (๒) หู (๓) จมูก (๔) ลิ้น (๕) กาย

ข. โคจรรูป หรือวิสัยรูป ๕ (รูปที่เป็นอารมณ์หรือแดนรับรู้ของอินทรีย์) (๖) รูป (๗) เสียง (๘) กลิ่น (๙) รส (โผฏฐัพพะข้อนี้ไม่นับเพราะเป็นอันเดียวกับมหาภูตรูป ๓ คือ ปฐวี เตโช วาโย)

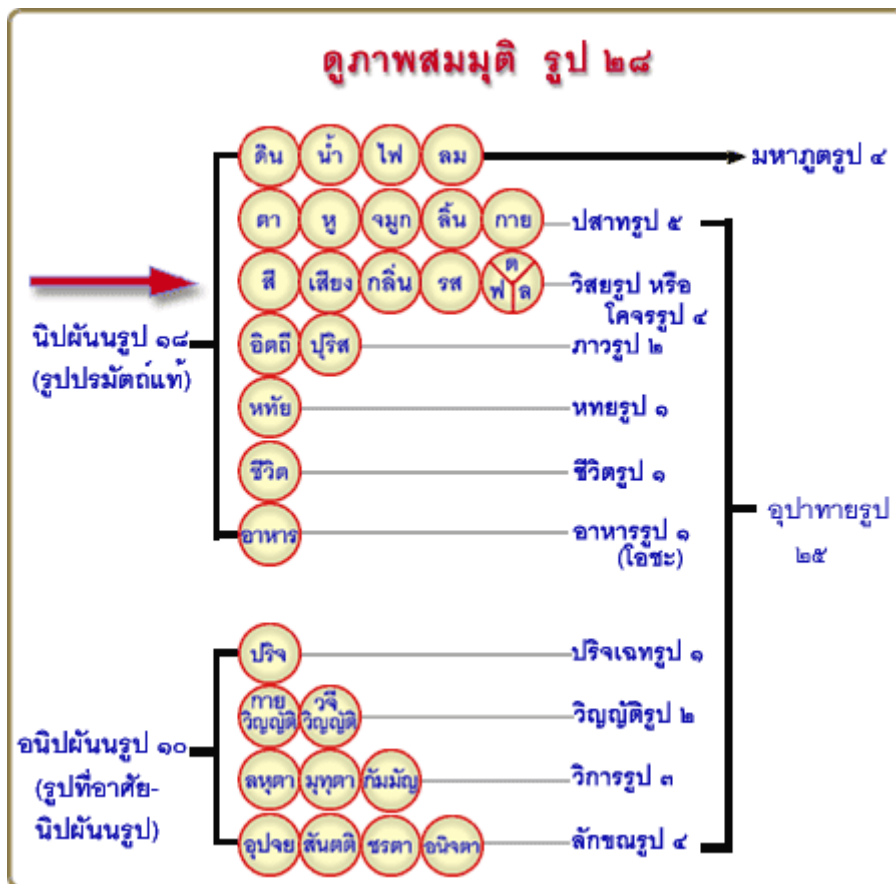
^{๔๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑

^{๔๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๓/๓๒๒.

^{๕๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๑

^{๕๑} พระสูตรตันตปิฎก เอกนิบาต-ทุกนิบาต เล่ม ๑ ภาค ๒ - หน้า ๒๒๗

- ค. ภาวรูป ๒ (รูปที่เป็นภาวะแห่งเพศ) (๑๐) อิตถัตตะ อิตถินทริยฺ ความ เป็นหญิง
 (๑๑) ปุริสตัดปุริสินทริยฺ ความ เป็นชาย
- ง. หทัยรูป ๑ (รูปคือหทัย) (๑๒) หทัยวัตถุ ที่ตั้งแห่งใจ หัวใจ
- จ. ชีวิตรูป ๑ (รูปที่เป็นชีวิต) (๑๓) ชีวิตินทริยฺ อินทริยฺคือชีวิต
- ฉ. อาหารรูป ๑ (รูปคืออาหาร) (๑๔) กวพิงการาหาร อาหารคือคำข้าว
- ช. ปริจเฉทรูป ๑ (รูปที่กำหนดเทศะ) (๑๕) อากาสาธาตุ สภาวะคือช่องว่าง
- ญ. วิญญูติรูป ๒ (รูปคือการเคลื่อนไหวให้รู้ความหมาย) (๑๖) ภายวิญญูติ การเคลื่อนไหวให้รู้ความหมายด้วยกาย (๑๗) วจวิญญูติ การเคลื่อนไหวให้รู้ความหมายด้วยวาจา
- ฎ. วิการรูป ๕ (รูปคืออาการที่ดัดแปลงทำให้แปลกให้พิเศษได้) (๑๘) ลหุตา ความเบา (๑๙) มุทุตา ความอ่อนสลาย (๒๐) กัมมัณฺญูตา ความควรแก่การงาน ใช้การได้ (วิญญูติรูป ท่านไม่นับเพราะซ้ำกับข้อ ญ)
- ฏ. ลักษณะรูป ๔ (ลักษณะหรืออาการเป็นเครื่องกำหนด) (๒๒) อุปจย ความก่อดำ สันตติ ความสืบต่อ (๒๓) ชรตา ความทรุดโทรม (๒๔) อนิจจตา ความปรวนแปรแตกสลาย^{๕๒}



^{๕๒} ดูรายละเอียดใน อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๘๔-๕๘๕/๑๖๗-๒๕๕.

คำว่า พิจารณาเห็น พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า พิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ไม่พิจารณาเห็นโดยความเที่ยง พิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นสุข พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นอัตตา ย่อมเบื่อหน่าย ไม่ยินดี ย่อมคลายกำหนด ไม่กำหนด ย่อมทำราคะให้ดับ ไม่ให้เกิด ย่อมสละคืน ไม่ยึดถือ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ย่อมละนิจจสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ย่อมละสุขสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ย่อมละอัตตสัญญาได้ เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมละนันทิ(ความยินดี)ได้ เมื่อคลายกำหนดย่อมละราคะได้ เมื่อทำราคะให้ดับ ย่อมละสมุทัยได้ เมื่อสละคืน ย่อมละความยึดถือได้ ภิกษุเหล่านั้นพิจารณาเห็นกายนั้นอย่างนี้แล^{๕๓}

๑) อานาปานปัพพะ

อานาปานสติเป็นกรรมฐานที่ให้สำเร็จผลในด้านสมณะได้จนถึงขั้นสูงสุดถึงอรุพฌานกระทั่งนิโรธสมาบัติ^{๕๔} ดังมีพุทธพจน์ว่า “หากภิกษุหวังว่าเราพึงบรรลุจุดตถฌาน..ก็พึงมณสิการอานาปานสติสมาธินี้ให้ดี ...หากหวังว่าเราพึงก้าวล่วงอากิญจัญญายตนะโดยประการทั้งปวงแล้วเข้าถึงเนวสัญญานาสัญญายตนะเถิด..เราพึงก้าวล่วงเนวสัญญานาสัญญายตนะ โดยประการทั้งปวง แล้วเข้าถึงสัญญาเวทยิตินิโรธเถิด ก็พึงมณสิการอานาปานสติสมาธินี้แล”^{๕๕}

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสบอกสถานที่ที่เหมาะสมสำหรับปฏิบัติและวิธีนั่งกรรมฐานว่า

อิธ ภิกขเว ภิกขุ อรณฺณคโถ วา รุกขมूलคโถ วา สุกฺกาคารคโถ วา นิสิตฺติ ปลฺลงฺกั อากุชิตฺวา อุชฺชุกายํ ปณฺธิยาช ปริมุขํ สตี อุกฺกุฏฺฐเปตฺวา โส สโต วา อสฺสสตี สโต ปลฺลสฺสตี.^{๕๖} ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปสู่ป่าก็ดี ไปโคนไม้ก็ดีไปเรือนว่างก็ดี นั่งคู้เข่าซึ่งบัลลังก์ตั้งกายให้ตรงดำรงสติไว้เฉพาะหน้า ภิกษุเหล่านั้นมีสติอยู่ย่อมหายใจออก มีสติอยู่ย่อมหายใจเข้า

บทว่า อิธ แปลว่า ในธรรมวินัยนี้ หมายถึงในพระศาสนาอันเป็นที่ก่อเกิดบุคคลผู้เจริญอานาปานสติสมาธิให้เกิด และเป็นการศึกษาปฏิบัติเพื่อความเป็นอย่างนั้นในศาสนาอื่น

^{๕๓} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๖๗/๒๕๕.

^{๕๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๒๐.

^{๕๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๘๔/๔๖๒ , ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๘๑/๔๕๗.

^{๕๖} อรรถกถาพระวินัยแปล อสฺสสตี ว่า ย่อมหายใจออก และ ปลฺลสฺสตี ว่า ย่อมหายใจเข้า โดยถือว่า อสฺสสตี คือ ลมหายใจออก ส่วน ปลฺลสฺสตี คือ ลมหายใจเข้า คัมภีร์อรรถกถาวิชฌิมานิกายแปล อัสสาสะ ว่า หายใจเข้า แปล ปัสสาสะ ว่า หายใจออก โดยมุ่งแสดงการปฏิบัติที่กำหนดรู้หายใจเข้าก่อน ปรากฏหลักฐานว่า อสฺสาโสตี อนฺโตปวิสนนนาสิกฺวาโต ปลฺลสาโสตี พหฺนิกฺขมนนนาสิกฺวาโต

คำว่า **ภิกษุ** เป็นคำแสดงถึงบุคคลผู้ถึงพร้อมด้วยข้อปฏิบัติ ซึ่งรวมถึงเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายด้วย คือ เมื่อมุ่งถึงภิกษุแล้วก็เป็นอันมุ่งถึงคนทั้งหลายที่เหลือด้วย เหมือนอย่างในการเสด็จพระราชดำเนิน เหล่าราชบริพารก็เป็นอันรวมไว้ด้วยศัพท์ว่า ราชา^{๕๗}

บทว่า **อรรถกถาโคโต** แปลว่า ไปสู่ป่า อรรถกถาอธิบายว่า ไปสู่ป่าอันมีความสุขอันเกิดแต่ความสงบเงียบบออย่างใดอย่างหนึ่ง ในบรรดาป่า ซึ่งเป็นสถานที่เป็นภายนอกจากเสนาเขื่อนออกไป ทั้งหมดนั้นจัดเป็นป่า แล้วว่าเสนาสนะที่ชื่อว่าอยู่ในป่าคือ สถานที่อันมีไม้ที่สุกชั้ว ๕๐๐ คันธนูเป็นอย่างต่ำ

อรรถกถาอธิบายว่า แสดงการกำหนดเสนาสนะอันสมควรแก่การเจริญอานาปานสติสมาธิของพระโยคาวจรนั้น เพราะจิตของท่านชานไปในอารมณ์ต่าง ๆ มีรูปารมณเป็นต้นตลอดกาลนาน ไม่ปรารถนาจะขึ้นสู่อารมณ์แห่งอานาปานสติสมาธิ มัวแต่จะเล่นออกไปนอกรทาง โดยรทที่เขาเทียมด้วยโคโกงเล่นออกไปนอกรทาง ภิกษุนี้เมื่อประสงค์จะฝึกจิตที่ชั่วร้ายอันเติบโตขึ้นเพราะดีมรสอารมณ์มีรูปารมณเป็นต้นตลอดกาลนาน ก็พึงพรากจากอารมณ์มีรูปารมณเป็นต้น เข้าไปสู่ป่าหรือโคนไม้หรือเรือว่างเปล่า แล้วผูกไว้ที่หลักคือลมหายใจออกแล้วหายใจเข้านั้นด้วยเชือกคือสติ เมื่อเป็นเช่นนั้นจิตของเธอนั้นแม้จะดิ้นรนไปทางโน้นทางนี้ เมื่อไม่ได้อารมณ์ที่เคยชินก็ไม่อาจจะตัดเชือกคือสติหนีไปได้ก็ย่อมจะหมอบและแอบอิงอารมณ์นั้นนั่นเอง ด้วยอำนาจอุปจาระและอัปปนา

บทว่า **สญญาคารโคโต** แปลว่า ไปสู่เรือนว่าง อรรถกถาอธิบายว่า คือ โอกาสอันสงบได้แก่ (๑) ภูเขา (๒) ซอกเขา (๓) ถ้ำในภูเขา (๔) ป่าช้า (๕) ป่าละเมาะ (๖) ที่โล่งแจ้ง (๗) ลอมฟาง พระผู้มีพระภาคเจ้าครั้งทรงชี้เสนาสนะอันเหมาะสมแก่การเจริญอานาปานสติอันสมควรแก่ฤดูทั้ง ๓ และสมควรแก่ธาตุและจรियाแก่พระโยคาวจรอย่างนี้

บทว่า **ปลุลงกั** ได้แก่ การนั่งพับขาโดยรอบ นั่งขัดสมาธิ หมายถึงนั่งพับขาเข้าหากันทั้ง ๒ ข้าง เรียกว่า นั่งขัดสมาธิ^{๕๘}

บทว่า **อุขุ** กาย ปณิธาย แปลว่า ตั้งร่างกายส่วนบนให้ตรง คือ ทำกระดูกสันหลัง ๑๔ ท่อนให้ที่สุจดตรงกัน เพราะเมื่อนั่งอย่างนั้น หนัง เนื้อ และเอ็นย่อมไม่ตึง เมื่อเป็นอย่างนั้นเวทนาที่จะพึงเกิดขึ้นทุก ๆ ขณะแก่พระโยคาวจรนั้น ก็ไม่เกิดขึ้น เมื่อเวทนาเหล่านั้นไม่เกิดขึ้นจิตก็ย่อมมีอารมณ์เป็นหนึ่ง กรรณฐานย่อมไม่ตกถอย ย่อมเข้าถึงความเจริญงอกงามขึ้น

บทว่า **ปริมุขุ สตี** อุปกฐเปตวา แปลว่า พึงตั้งสติให้ป้ายหน้าต่อพระกรรณฐาน คือตั้งสติกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐาน^{๕๙}

^{๕๗} ที.มหา.อ.(บาลี)๒/๓๗๓/๓๗๐.

^{๕๘} วิ.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๖๕/๔๔๕.

^{๕๙} วิ.มหา.อ. (บาลี) ๑/๑๖๕/๔๔๕.

คัมภีร์มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ พระผู้พระภาคเจ้าทรงจำแนกอานาปานสติขั้นที่ ๑ -๔ โดยความเป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๖๐} คือ

๑. ที่ขมิ้น วา อสฺสสนฺโต ที่ขมิ้น อสฺสามีติ ปชานาติ. ที่ขมิ้น วา ปสฺสสนฺโต ที่ขมิ้น ปสฺสามีติ ปชานาติ. เมื่อหายใจเข้ายาว ย่อมรู้ว่า “หายใจเข้ายาว” เมื่อหายใจออกยาว ย่อมรู้ว่า “หายใจออกยาว”

๒. รสฺสํ วา อสฺสสนฺโต รสฺสํ อสฺสามีติ ปชานาติ. รสฺสํ วา ปสฺสสนฺโต รสฺสํ ปสฺสามีติ ปชานาติ. เมื่อหายใจเข้าสั้น ย่อมรู้ว่า “หายใจเข้าสั้น” เมื่อหายใจออกสั้น ย่อมรู้ว่า “หายใจออกสั้น”

๓. สพฺพกาย^{๖๑} ปฏิสฺสเวทึ อสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ. สพฺพกายปฏิสฺสเวทึ ปสฺสสิสฺสามีติ ลิกฺขติ.^{๖๒} เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจักรู้ชัดกองลมทั้งหมด (เบื้องต้น ท่ามกลาง และที่ สุดของ กองลม) ขณะหายใจเข้า เธอย่อมสำเหนียกว่า เราจักรู้ชัดกองลมทั้งหมด ขณะหายใจออก

^{๖๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๗/๑๗๐.

^{๖๑} พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า กาย มี ๒ อย่าง คือ

๑. นามกาย คือ เวทนา สัญญา เจตนา ผัสสะ มนสิการ จัดเป็นนามด้วย เป็นนามกายด้วย และจิตสังขารก็จัดเป็นนามกาย

๒. รูปกาย คือ มหาภูตรูป ๔ รูปที่อาศัยมหาภูตรูป ๔ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก และนิมิตอันหนึ่ง กายสังขารที่เนื่องกัน ก็จัดเป็นรูปกาย

คำว่า กาย ในที่นี้หมายถึง ความเป็นผู้รู้แจ้งกองลมทั้งปวงหายใจเข้าหายใจออกย่อมปรากฏ ความปรากฏนั้นเป็นตัวสติ การพิจารณาเห็นอาการปรากฏนั้นเป็นญาณ กายย่อมปรากฏไม่ใช่สติ สติปรากฏด้วยเป็นตัวระลึกด้วย ภิกษุพิจารณาเห็นกายนั้นด้วยสตินั้นด้วยญาณนั้น เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า “สติปัฏฐานภาวนาคือการพิจารณาเห็นกายในกาย”

ความเป็นผู้รู้แจ้งกองลมทั้งปวงใส่ใจกำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออก จัดเป็น**สีลวิสุทธิ** ความที่จิตไม่ฟุ้งซ่านอันเกิดจากการใส่ใจกำหนดนั้น จัดเป็น**จิตตวิสุทธิ** ความใส่ใจกำหนดจนเห็นตามสภาวะตามเป็นจริง จัดเป็น**ทักขวิสุทธิ** การกำหนดเห็นความระว่างในสีลวิสุทธินั้น จัดเป็น**อธิสีลสิกขา** ความไม่ฟุ้งซ่านในจิตวิสุทธินั้น จัดเป็น**อธิจิตสิกขา** ความเห็นสภาวะต่างๆ ตามเป็นจริงในทักขวิสุทธินั้น จัดเป็น**อธิปัญญาสิกขา**

^{๖๒} พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า ภิกษุรู้ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจลมหายใจเข้า ยาว สติย่อมตั้งมั่น ชื่อว่าเป็นผู้ทำสติด้วยสตินั้นด้วยญาณนั้น เมื่อรู้ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจ ลมหายใจออกยาว สติย่อมตั้งมั่น ชื่อว่าเป็นผู้ทำสติด้วยสตินั้นด้วยญาณนั้น เมื่อรู้ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจลมหายใจเข้าสั้น สติย่อมตั้งมั่น ชื่อว่าเป็นผู้ทำสติด้วยสตินั้นด้วยญาณนั้น เมื่อรู้ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจลมหายใจออกสั้น สติย่อมตั้งมั่น ชื่อว่าเป็นผู้ทำสติด้วยสตินั้นด้วยญาณนั้น ฯลฯ เมื่อรู้ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจความเป็นผู้พิจารณาเห็นความสละคืนหายใจเข้า สติย่อมตั้งมั่น ฯลฯ เมื่อรู้ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจความเป็นผู้พิจารณาเห็นความสละคืนหายใจออก สติย่อมตั้งมั่น ชื่อว่าเป็นผู้ทำสติด้วยสตินั้น ด้วยญาณนั้น ขุ.ปฎิ.(ไทย)๓๑/๑๖๕/๒๕๕.

๔. ปสฺสมุภยํ กายสงฺขารํ อสฺสสิสฺสามีติ สกฺขติ. ปสฺสมุภยํ กายสงฺขารํ ปสฺสสิสฺสามีติ สิกฺขติ.^{๖๓} เธอยอมสำเหนียก^{๖๔}ว่า เราจักระงับลมหายใจ ขณะหายใจเข้า เธอยอมสำเหนียกว่า เราจักระงับลมหายใจขณะหายใจออก

อานาปานสติ ๔ ขั้นนี้ ถ้าผู้ปฏิบัติประสงค์จะปฏิบัติวิปัสสนาล้วน ไม่ต้องการปฏิบัติถึงขั้นฌาน ก็สามารถเปลี่ยนวิธีการกำหนดให้เป็นการพิจารณารูปนาม โดยความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้เลยตั้งแต่ขั้นแรก ด้วยการพิจารณาตั้งไปในทางปัญญาอย่างเดียว โดยไม่ต้องการบรรลุฌาน ซึ่งหมายความว่าไม่ต้องการสมาธิถึงขนาดบรรลุฌาน ต้องการสมาธิเพียงพอที่จะเป็นบาทฐานของวิปัสสนาคือขณิกสมาธิ^{๖๕} เท่านั้น

คัมภีร์อรรถกถาและปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรคกล่าวถึงการปฏิบัติวิปัสสนาแม้ไม่ต้องการปฏิบัติให้ถึงขั้นฌาน สามารถปฏิบัติวิปัสสนาได้เลยทันที ว่า

ลมหายใจในขณะที่ไม่ได้กำหนดรู้ก็ยังหยาบอยู่ ต่อเมื่อกำหนดรู้สภาวะของมหาภูตรูป(อาการเย็น ร้อน อ่อน แข็ง เป็นต้น)จึงละเอียดลง แม้มลมหายใจในตอนที่กำหนดมหาภูตรูปนั้นก็นับว่ายังหยาบอยู่ เมื่อกำหนดอุปาทายรูป(รูปละเอียด)จึงละเอียดเข้า ลมหายใจในตอนที่กำหนด อุปาทายรูปนั้นก็ยังหยาบอยู่ แม้เมื่อกำหนดรู้รูปทั้งสี่นั้นก็นับว่ายังหยาบ ต่อตอนที่กำหนดทั้งรูปทั้งนามจึงละเอียดเข้า แม้มลมหายใจในตอนที่กำหนดทั้งรูปทั้งอรูปนั้นก็นับว่ายังหยาบ ในตอนที่กำหนดปัจจัยของนามรูป จึงละเอียดเข้า กายสังขารในตอนที่กำหนดปัจจัยนั้นแล้วก็นับว่ายังหยาบ ต่อตอนที่เห็นนามรูปพร้อมทั้งปัจจัยจึงละเอียดเข้า แม้มกายสังขารในตอนที่ได้เห็นนามรูปพร้อมทั้งปัจจัยนั้นก็นับว่ายังหยาบ ถึงตอนที่เห็นวิปัสสนาอันมีไตรลักษณ์เป็นอารมณ์จึงละเอียดเข้า ในทุรพลวิปัสสนา(กำลังอ่อน)ก็นับว่ายังหยาบ ในพลวิปัสสนา(กำลังกล้า) จึงละเอียดเข้า^{๖๖}

พระองค์ตรัสสอนวิธีพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไปอีกว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่^{๖๗} พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่^{๖๘} หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือ

^{๖๓} วิ.มหา. (บาลี) ๑/๑๖๕/๓๖, ม.ม. (บาลี) ๑๓/๑๒๑/๓๕, ม.อ. (บาลี) ๑๔/๑๔๘/๑๓๐.

^{๖๔} คำว่า สำเหนียก หมายถึง เพียรพยายามกำหนดรู้อารมณ์ที่ปรากฏในขณะปัจจุบันอย่างใส่ใจ ความสำรวมของผู้เพียรพยายามใส่ใจกำหนดอย่างนี้ จัดเป็นอธิศีล ความตั้งใจมั่นของผู้เพียรพยายามใส่ใจกำหนดอย่างนี้จัดเป็นอธิจิตตสิกขา ความรู้ทั่วถึงของผู้เพียรพยายามใส่ใจกำหนดอย่างนี้จัดเป็นอธิปัญญาสิกขา วิสุทธิ.(บาลี) ๑/๒๒๐/๒๙๘.

^{๖๕} ม.ม.ฎีกา (บาลี) ๑/๔๙/๒๕๗, วิสุทธิ.มหาฎีกา (บาลี) ๑/๓/๑๕.

^{๖๖} วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๓๐๐, วิ.มหา.อ. (บาลี) ๑/๕๐๕, ขุ.ป.อ. (บาลี) ๒/๑๐๗.

^{๖๗} หมายถึงอิริยาบถ ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ในกายของตน(ที.ม.อ.(บาลี) ๑/๓๗๕/๓๘๓)

^{๖๘} หมายถึงอิริยาบถ ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ในกายของผู้อื่น (ที.ม.อ.(บาลี) ๓๗๕/๓๘๓)

ธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหา และทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างนี้แล^{๖๙}

๒) อริยาบถปัพพะ

อริยาบถใหญ่ ๆ มีอยู่ ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน^{๗๐} ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ปุณ จ ปรี ภิกขเว ภิกขุ คจฺจนฺโต วา คจฺจามิตี ปชานาติ, จิตฺวา จิตฺมเหตี ปชานาติ นิสินฺโน วา นิสินฺโนมเหตี ปชานาติ, สยาโน วา สยาโนมเหตี ปชานาติ, ยถา ยถา วา ปนสฺส กาโย ปณฺหิตो โหติ ตถา ตถา นํ ปชานาติ”^{๗๑}

“ดูกรภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติอีกประการหนึ่ง คือ ภิกษุเมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ชัดว่าเดินอยู่ เมื่อยืนอยู่ย่อมรู้ชัดว่ายืนอยู่ เมื่อนั่งอยู่ย่อมรู้ชัดว่านั่งอยู่ เมื่อนอนอยู่ก็ย่อมรู้ชัดว่านอนอยู่ หรือว่า ภิกษุตั้งกายไว้ด้วยอาการอย่างใดอยู่ ก็ย่อมรู้ชัดด้วยอาการอย่างนั้น”^{๗๒}

คัมภีร์อรรถกถาอธิบาย^{๗๓}ว่า แม้สัตว์ดิรัจฉาน เช่น สุนัขบ้าน สุนัขจิ้งจอก เมื่อเดินไปก็รู้ว่าตัวเดินก็จริงอยู่ แต่พระพุทธเจ้ามิได้ตรัสหมายเอาความรู้เช่นนั้น เพราะความรู้เช่นนั้นละ ความเห็นว่าสัตว์ไม่ได้เพิกถอนความเข้าใจว่าสัตว์ไม่ได้ ไม่เป็นกรรมฐานหรือสติปัฏฐานภาวนา ส่วนการรู้ของภิกษุผู้เจริญกายานุสสนานี้ย่อมละความเห็นว่าสัตว์ เพิกถอนความเข้าใจว่าสัตว์ได้ เป็นทั้งกรรมฐานและเป็นสติปัฏฐานภาวนา และคำที่ตรัสหมายถึงความรู้ชัดอย่างนี้ว่า ใครเดิน การเดินของใคร เดินได้เพราะอะไร แม้ในอริยาบถอื่น ๆ ก็เหมือนกัน

คำว่า ใครเดิน ตอบว่า ไม่ใช่สัตว์ หรือบุคคลใดๆ เดิน

คำว่า การเดินของใคร ตอบว่า ไม่ใช่การเดินของสัตว์ หรือบุคคลใดๆ เดิน

คำว่า เดินได้เพราะอะไร ตอบว่า เดินได้เพราะการแผ่ไปของวาโยธาตุอันเกิดจากจิตปรารถนา เพราะฉะนั้น ภิกษุนี้ย่อมรู้ชัดว่า จิตคิดว่าจะเดิน จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุ ทำให้เกิดความเคลื่อนไหว การนำสกลกายให้ก้าวไปข้างหน้าด้วยความไหวตัวแห่งวาโยธาตุอันเกิดจากจิตปรารถนา เรียกว่าเดิน แม้ในอริยาบถอื่นก็เหมือนกัน จิตเกิดขึ้นว่า เราจะยืน จิตนั้นทำให้เกิดวาโยธาตุ ๆ ทำให้เกิดความจงใจในความเคลื่อนไหว การทรงสกลกายตั้งขึ้นแต่พื้นเท้า

^{๖๙}ที่.ม.(บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

^{๗๐}ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๗๑}ที่.ม.(บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙, ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔, ม.ม.ุ.(บาลี) ๑๒/๑๐๘/๗๘-๗๙.

^{๗๒}ที่.ม.(ไทย)๑๐/๓๗๕/๓๐๔, ม.ม.ุ.(บาลี)๑๒/๑๓๔/๑๐๕., ม.ม.ุ.(ไทย) ๑๒/๑๓๔/๗๔.

^{๗๓}ที่.มหา.อ.(บาลี)๒/๓๗๕/๓๘๑

เป็นที่สุด ด้วยความไหวตัวแห่งวาโยธาตุอันเกิดแต่การทำของจิต เรียกว่า ยืน

เกิดจิตปรารถนาขึ้นว่าเราจะนั่ง จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุๆ ก็ทำให้เกิดความจงใจในความเคลื่อนไหว ความคู้ กายเบื้องล่างลง ทรงกายเบื้องบนขึ้น ด้วยความไหวตัวแห่งวาโยธาตุอันเกิดแต่การทำของจิต เรียกว่านั่ง

เกิดจิตปรารถนาขึ้นว่า เราจะนอน จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุ ๆ ทำให้เกิดความจงใจความเคลื่อนไหว การเหยียดกายทั้งสิ้นเป็นทางยาว ด้วยความไหวตัวแห่งวาโยธาตุอันเกิดแต่การทำของจิต เรียกว่า นอน

เมื่อภิกษุนี้รู้ชัดอยู่อย่างนี้ ย่อมมีความคิดเห็นอย่างนี้ว่า เขากล่าวกันว่า สัตว์เดิน สัตว์ยืน แต่โดยแท้จริงแล้ว สัตว์ใด ๆ ที่เดิน ที่ยืนหามีไม่ ประดุจคำที่กล่าวกันว่า เกวียนเดิน เกวียนหยุด แต่ธรรมดาว่า เกวียนใดๆ ที่เดินได้ หยุดได้เอง หามีไม่ ต่อเมื่อนายสารถีผู้ฉลาด เทียมโค ๔ ตัวแล้วขับไป เกวียนจึงเดิน จึงหยุด

กายเปรียบเหมือนเกวียน เพราะธรรมดาไม่รู้ ธาตุลมที่เกิดจากจิตเปรียบเหมือนโค จิตเปรียบเหมือนสารถี เมื่อจิตเกิดขึ้นว่า เราจะเดิน เราจะยืน วาโยธาตุที่ทำให้เกิดความเคลื่อนไหวก็เกิดขึ้น อิริยาบถมีเดินเป็นต้น ย่อมเป็นไปเพราะความไหวตัว แห่งวาโยธาตุอันเกิดแต่การทำของจิต แต่นั้น สัตว์ก็เดิน สัตว์ก็ยืน เราเดิน เรายืน^{๗๔}

พระพุทธเจ้าได้ตรัสอานิสงส์ของการเดินจงกรมไว้ ๕ ประการดังนี้

๑. อุตฺธานกฺขโม โหติ เเดินทางไกลได้ทน
๒. ปธานกฺขโม โหติ มีความอดทนในการทำคามเพียร
๓. อปฺปาพาโห โหติ มีสุขภาพแข็งแรงดี (โรคภัยไข้เจ็บน้อย)
๔. อสิตํ ปิตํ ขายิตํ สายิตํ สมฺมาปริณามํ จจฺจติ อาหารที่รับประทานแล้วย่อยง่าย
๕. จงฺกมาธิคโต สมฺมาจิ จิรฺภูจฺจิติโก โหติ สมฺมาธิที่ได้จากการเดินจงกรมตั้งอยู่ได้นาน^{๗๕}

พระองค์ตรัสสอนวิธีพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไปอีกว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณา เห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหา

^{๗๔} ที.ม.อ.(บาลี) ๒/๓๗๕/๓๘๑

^{๗๕} อง.ปญจก. (บาลี) ๒๒/๒๙/๓๑.

และทิวภูมิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกาย ในกายอยู่ อย่างนี้แล^{๗๖}

บทว่า พิจารณาเห็นทั้งกรรมเป็นเหตุเกิดทั้งกรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ พระสารีบุตรเถร อธิบายว่า พึงนำความเกิดและความเสื่อมแห่งรูปชั้นร์ออกแสดงโดยอาการทั้ง ๕ ตามนัยว่า

เมื่อเห็นความเกิดขึ้นแห่งรูปชั้นร์ ย่อมเห็นลักษณะ ๕ ประการอะไรบ้าง คือ

๑. ย่อมเห็น โดยความเกิดขึ้นแห่งปัจจัยว่า “เพราะอวิชชาเกิด รูปจึงเกิด”
๒. ย่อมเห็น โดยความเกิดขึ้นแห่งปัจจัยว่า “เพราะตัณหาเกิด รูปจึงเกิด”
๓. ย่อมเห็น โดยความเกิดขึ้นแห่งปัจจัยว่า “เพราะกรรมเกิด รูปจึงเกิด”
๔. ย่อมเห็น โดยความเกิดขึ้นแห่งปัจจัยว่า “เพราะอาหารเกิด รูปจึงเกิด”
๕. แม้เมื่อเห็นลักษณะแห่งความบังเกิด ก็ย่อมเห็นความเกิดขึ้นแห่งรูปชั้นร์

เมื่อเห็นความเสื่อม(แห่งรูปชั้นร์)ย่อมเห็นลักษณะ ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. ย่อมเห็น โดยความดับแห่งปัจจัยว่า “เพราะอวิชชาดับ รูปจึงดับ”
๒. ย่อมเห็น โดยความดับแห่งปัจจัยว่า “เพราะตัณหาดับ รูปจึงดับ”
๓. ย่อมเห็น โดยความดับแห่งปัจจัยว่า “เพราะกรรมดับ รูปจึงดับ”
๔. ย่อมเห็น โดยความดับแห่งปัจจัยว่า “เพราะอาหารดับ รูปจึงดับ”
๕. แม้เมื่อเห็นลักษณะแห่งความแปรผัน ก็ย่อมเห็นความเสื่อมแห่งรูปชั้นร์^{๗๗}

ในขณะที่เดินผู้ปฏิบัติพึงมีสติรู้เท่าทันสภาวะเคลื่อนไหวของเท้าแต่ละย่างก้าว เมื่อสมาธิแก่กล้ามากขึ้น ผู้ปฏิบัติจะสามารถรับรู้จิตที่ต้องการจะเดินได้อีกโดยรู้ว่า จิตที่ต้องการเดินจะเกิดขึ้นก่อน แล้วจึงเกิดอาการเคลื่อนไหวต่อมา คัมภีร์อรรถกถาอธิบายว่า ลักษณะธาตุขณะเดิน การยกเกิดจากธาตุไฟและธาตุลม การย่าง เกิดจากธาตุไฟและธาตุลม การก้าวไปข้างหน้าเกิดจากธาตุไฟและธาตุลม การเหยียบ เกิดจากธาตุดินและธาตุน้ำ การวางเกิดจากธาตุดินและธาตุน้ำ การกด เกิดจากธาตุดินและธาตุน้ำ^{๗๘}

คัมภีร์ฎีกาอธิบายว่า “วาโยธาตุยา อนุคตา เตโชธาตุ อุทฺธรณสุส ปจฺจโย” ขณะเดินการยก(อุทฺธรณ)เกิดจากธาตุไฟเป็นหลักธาตุลมคล้อยตาม เพราะธาตุไฟมีสภาพเบากว่าธาตุลมตามอาการปรากฏ (ปัจจุปฏฺฐาน) ของธาตุไฟ ว่า มีการให้ถึงความอ่อน หรือการพุ่งขึ้นสูงเป็นเครื่องปรากฏ(มทฺทวานุปฺปาทนปจฺจุปฏฺฐานา) “เตโชธาตุยา อนุคตา วาโยธาตุ อติหฺรณวีติ

^{๗๖} ที.ม.(บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙

^{๗๗} ขุ.ป.(ไทย) ๓๑/๕๐/๗๗.

^{๗๘} พระโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสิสยาตอ), พระคันธสาราภิงศ์ เรียบเรียง, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, Ph.D.) ตรวจสอบชำระ, วิปัสสนานัย เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์, ๒๕๔๘), หน้า ๒๓๖-๒๓๗.

พรรณานี้ ปรากฏโดย” การย่าง (อติพรรณ) เกิดจากธาตุลมเป็นหลักธาตุไฟคล้อยตาม เพราะมีสภาพ ผลักดันตามอาการปรากฏของธาตุลม ว่า มีการผลักดันเป็นเครื่องปรากฏ (อภินิหารปัจจุปัฏฐานา)^{๗๙}

๓) สัมปชัญญะปัพพะ หมายถึง ความรู้ทั่วพร้อม รื้อรอบคอบ

สัมปชัญญะ มีความหมาย ๕ ประการ คือ

๑. ความรู้ชอบโดยประการต่างๆ คือความรู้อย่างถูกต้องโดย
 - สภาวะลักษณะ คือ ลักษณะพิเศษ หมายถึง ลักษณะเฉพาะของรูปนามแต่ละอย่าง เช่น ปฐวีธาตุมีลักษณะแข็ง/อ่อน อาโปธาตุมีลักษณะไหล/เกาะกุม เป็นต้น
 - สังขตลักษณะ คือ ลักษณะของสังขตธรรม หมายถึงความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปของสังขตธรรม
 - สามัญญลักษณะ คือ ลักษณะทั่วไปของรูปนาม หมายถึง ไตรลักษณ์อันได้แก่ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตน
๒. ความรู้ชอบโดยพิเศษ คือ ความรู้อย่างถูกต้องโดยลักษณะทั้งสามอย่างนั้น ซึ่งพิเศษกว่าความรู้โดยสมมุติบัญญัติของคนทั่วไป
๓. ความรู้ชอบโดยบริบูรณ์โดยประการต่างๆ คือความรู้อย่างถ้วนทั่วไม่ขาดไม่เกินโดยลักษณะทั้งสามนั้น
๔. ความรู้เองโดยประการต่างๆ คือความรู้จากประสบการณ์ของตนเอง ไม่ใช่ความรู้จากการฟังผู้อื่นหรือนึกคิดใคร่ครวญ
๕. ความรู้ชอบโดยบริบูรณ์โดยพิเศษ คือ ความรู้อย่างถ้วนทั่วซึ่งพิเศษกว่า ความรู้โดยสมมุติบัญญัติ

ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ตรัสวิธีเจริญสัมปชัญญะไว้ว่า

ปุณ จ ปรี ภิกฺขเว ภิกฺขุ อภิกฺกนฺเต ปฏิภกฺนฺเต สมฺปชานการี โหติ อาโลกิเต วิโลกิเต ...สมฺมิชฺชิตฺเต ปสริเต ...สงฺฆาปฏิปตฺตจิวรรณเณ ..อสิเต ปิเต ขายิตฺเต สายิตฺเต ..อุจฺจารปสฺสาวกมฺเม ...คเต จิตฺเต นิสินฺเน สุตฺเต ชาคริตฺเต ภาสิตฺเต ตฺถนฺทึภาเว สมฺปชานการี โหติ, อิติ อชฺชตฺตํ วา กายเ กายานุปสฺสี วิหริติ ...เอวมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ กายานุปสฺสี วิหริติ สมฺปชณฺณปพฺพ.^{๘๐}

“ดูกรภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุเป็นผู้กระทำความรู้ทั่วทั่วพร้อมในการก้าวไป และถอยกลับ ในการแลไปข้างหน้า และเหลียวซ้ายเหลียวขวา ในการคู้เอวไว้

^{๗๙} ที่.ฎีกา (บาลี) ๑/๓๐๑-๒, ม.ฎีกา (บาลี) ๑/๔๔๖.

^{๘๐} ที่.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๖/๒๕๐., ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕., ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๙/๗๙.

เข้า และเหยียดออก ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ในการกิน ต้ม เคี้ยว ลืม ใน การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ในเวลาเดิน ยืน นั่ง นอน หลับ ตื่น พุด นิ่ง ดังพรรณนามา ฉะนี้ ภิกษุ ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง ฯลฯ ดูกรภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างนี้ ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่”^{๘๑}

พระองค์ตรัสสอนวิธีพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไปอีกว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกาย ภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็น ธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณา เห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณา เห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะเห็นว่า กายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหา และทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกาย ในกายอยู่ อย่างนี้แล”^{๘๒}

ในคัมภีร์อรรถกถาได้กล่าวไว้ว่า ภิกษุย่อมเป็นผู้ทำความเป็นผู้รู้พร้อมในการก้าวไป ข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการแลไปข้างหน้า แลเหลียว ไปข้างซ้ายข้างขวา ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการคู้อวัยวะเข้า เหยียดอวัยวะออก ย่อมเป็น ผู้ทำสัมปชัญญะ ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตรและจีวร ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการกิน ดม เคี้ยว และลืม ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ย่อมเป็นผู้ทำ สัมปชัญญะในการเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด และความเป็นผู้หนึ่งอยู่”^{๘๓}

คัมภีร์อรรถกถาจำแนกสัมปชัญญะไว้ ๔^{๘๔} ประเภท

๑. สาทถกสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดสิ่งที่มีประโยชน์ หมายความว่า ก่อนที่จะทำ สิ่งใด สิ่งหนึ่งมีการเดิน ยืน เป็นต้น นักปฏิบัติควรพิจารณาว่า มีประโยชน์หรือไม่ ถ้ามี ประโยชน์ก็ควรทำ ถ้าไม่มีประโยชน์ก็ไม่ควรทำ

๒. สัปปายะสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดสิ่งที่เหมาะสม เกี่ยวกับสถานที่อัน เหมาะสมเกื้อกูลต่ออารมณ์กรรมฐาน แม้สิ่งที่จะทำนั้นได้ประโยชน์ ควรพิจารณาว่าเหมาะสม หรือไม่ ถ้าเหมาะสมก็ควรทำ ถ้าไม่เหมาะสมก็ไม่ควรทำ เช่น การเดินทางไปในวัดพระเจดีย์ เป็นสิ่งมีประโยชน์แต่หากไปในเวลาที่มีงานสมโภชที่มีคนมากย่อมไม่เหมาะสม การฟังซากศพ เช่นกันแม้จะให้ประโยชน์แต่การที่บุรุษฟังซากศพสตรีย่อมไม่เหมาะสม การแสดงธรรมซึ่งเป็น

^{๘๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๗๔.

^{๘๒} ที.ม.(บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙

^{๘๓} ที.ม.อ. (บาลี) ๑๔/๒๗๖/๒๑๒, ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑๓๕/๖๐๘-๖๐๙.

^{๘๔} ที.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๖๖.

สิ่งดีมีประโยชน์แต่หากแสดงธรรมในสถานที่ประชุมกันด้วยธุระทางโลก หรือในเวลาที่มีธุระ
วุ่นวาย ย่อมไม่เหมาะสม นอกจากนี้ แม้บุคคลผู้เจริญสมถภาวนา หรือวิปัสสนาภาวนาก็
สามารถยังสมาธิและปัญญาให้เกิดขึ้นได้ง่าย โดยอาศัยสัมปชัญญะเหล่านี้ อย่างไรก็ตาม
สัมปชัญญะเหล่านี้ไม่ใช่สมถะและไม่ใช่วิปัสสนา เป็นเพียงเครื่องช่วยอุปถัมภ์ให้สมถะและ
วิปัสสนาก้าวหน้าเร็ว เพราะผู้ที่หลีกเลี่ยงจากสิ่งไร้ประโยชน์ และไม่เหมาะสมย่อมจะประสบ
ความก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวว่าปัญญาในสัมปชัญญะทั้งสองชื่อว่า
ปาริหาริกปัญญา^{๔๔} คือ ปัญญาเกื้อกูล คือ นิปโก ผู้เป็นคนฉลาด ว่าปัญญา เรียกว่า เนปิกกะ
บุคคลผู้เพียบพร้อมด้วยปัญญา

๓. โจรสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดอารมณ์กรรมฐาน หมายถึงการกำหนดรู้อารมณ์
ของผู้เจริญสมถภาวนา หรือการกำหนดรู้วิปัสสนาเป็นอารมณ์ คือ อุปาทานขันธ ๕ ของผู้ที่
เจริญวิปัสสนาภาวนา การกำหนดรู้ดังกล่าว คือ การเจริญสติระลึกรู้อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ
ตามสัมปชัญญะ เป็นการกำหนดสติรู้สึกตัวทั่วพร้อมรู้ทุกสภาวะ ในการยก ย่าง และเหยียบ
กำหนดรู้ตามความเป็นจริงในสติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรมจัดเป็นอารมณ์ปัจจุบัน
ของผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ชื่อว่าโจรสัมปชัญญะ

พระพุทธรองค์ทรงแนะนำให้ ภิกษุเจริญโจรสัมปชัญญะไว้ในสติปัฏฐานสังยุตต์ว่า
ภิกษุทั้งหลาย เธอจงเที่ยวไปในสถานที่เหมาะแก่การภาวนา เมื่อพวกเขาเที่ยวไปในสถานที่
เหมาะสมการภาวนาแล้ว มารก็ไม่ได้โอกาส สถานที่แห่งนั้น คือ สติปัฏฐาน ๔

๔. อสัมโมหสัมปชัญญะ นักปฏิบัติเจริญโจรสัมปชัญญะอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ
เมื่อโจรสัมปชัญญะแก่กล้ามีกำลังแล้ว อสัมโมหสัมปชัญญะก็จะเกิดขึ้นแล้วพัฒนาเรื่อยไป
ตามลำดับอัสัมโมหสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดโดยไม่หลงผิด โดยหยั่งเห็นสภาวะลักษณะและ
สามัญคุณลักษณะของรูปนาม จึงเข้าใจว่ามีเพียงรูปนามปรากฏในปัจจุบันขณะไม่มีตัวเรา ของ
เราไม่มีบุรุษหรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน นักปฏิบัติย่อมรู้เห็นว่าอิริยาบถ
ได้ชัดเจนอันเกิดจากจิตที่ต้องการทำอากัปกริยานั้น เมื่อจิตเกิดขึ้นแล้วดับไปจึงเกิดสภาวะ
อาการก้าวของเท้าและอาการถอยหลัง โดยเป็นผลของจิตที่ประกอบด้วยเจตนาและฉันทะ
ในขณะที่ก้าวและการถอยก็เกิดขึ้นแล้วดับไปในแต่ละระยะ จากระยะหนึ่งสิ้นสุดแล้วจึงเกิดระยะ
อื่นเกิดขึ้นได้ ไม่มีบุคคลผู้ก้าว และไม่มีการก้าวของบุคคลใด การเดิน ยืน นั่ง นอน เป็นเพียง
อาการของธาตุทั้ง ๔ เท่านั้น เมื่อปรมาตถ์เกิดขึ้นสมมุติบัญญัติก็หายไป

ปุถุชนผู้อันธพาล เมื่อก้าวไปเป็นต้น ย่อมหลงผิดว่า คนก้าวไป การก้าวไปตนทำให้
เกิดขึ้น ดังนั้นบ้าง ว่าเราก้าวไป การก้าวไป เราทำให้เกิดขึ้น ดังนั้นบ้าง ฉันทะ ภิภษุในพระศาสนา
นี้ไม่หลงผิดฉันทะนั้น เมื่อจิตคิดว่าเราจะก้าวไปเกิดขึ้น วาโยธาตุ ซึ่งเกิดแต่จิตยังวิญญูติให้เกิด

^{๔๔} วิสุทธิ.มหาฎีกา. (บาลี) ๑/๔.

ยอมเกิดขึ้นด้วยจิตนั่นเอง ดังนั้นร่างกระดูกที่สมมติว่ากายนี้ ย่อมก้าวไปด้วยอำนาจความแผ่ไปของวาโยธาตุอันเกิดแต่พลังงานของจิต

เมื่อร่างกระดูกนั้นก้าวไปอย่างนี้ ในขณะที่ยกเท้าขึ้นแต่ละข้าง ธาตุทั้ง ๒ คือ ปรฐวีธาตุ อาโปธาตุ ย่อมอ่อนกำลังลง. อีก ๒ ธาตุนอกนี้ย่อมมีกำลังขึ้น ในขณะที่หย่อนเท้าลงธาตุทั้ง ๒ คือ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ย่อมอ่อนกำลังลง อีก ๒ ธาตุนอกนี้ย่อมมีกำลังยิ่งขึ้นในขณะที่ปลายเท้า จดพื้นและเหยียบเต็มฝ่าเท้า ก็เช่นเดียวกัน.

รูปธรรมและอรูปธรรมที่เป็นไปในขณะที่ยกเท้าขึ้น ย่อมไม่ถึงขณะที่เคลื่อนเท้า รูปธรรม และนามธรรมที่เป็นไปในขณะที่เคลื่อนเท้า ย่อมไม่ถึงเวลาที่ก้าวไปข้างหน้าเหมือนกัน ที่เป็นไป ในขณะ ที่ก้าวไปข้างหน้าย่อมไม่ถึงขณะที่หย่อนเท้าลง ที่เป็นไปในขณะที่หย่อนเท้าลง ย่อมไม่ ถึงเวลาที่ปลายเท้าจดพื้น ที่เป็นไปในขณะที่ปลายเท้าจดพื้น ย่อมไม่ถึงขณะที่เหยียบเต็มฝ่าเท้า รูปธรรมและอรูปธรรมย่อมเป็นตอนๆ เป็นท่อนๆ เป็นเขตๆ ดับไปในอิริยาบถนั้นๆ นั่นเอง

๔) ปฏิภูมมนสิการปัพพะ

พิจารณาความน่าเกลียดของร่างกายตั้งแต่ปลายผมลงไปถึงปลายเท้า ล้วนเป็นของ ไม่สะอาด ในมหาสติปัญญานสูตรพระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุพิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้อง บน ตั้งแต่ ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ว่า 'ในกายนี้มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต^{๖๖} หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูล'

ภิกษุทั้งหลาย ถูจะมีปาก ๒ ข้าง เต็มไปด้วยธาตุพีชชนิดต่าง ๆ คือ ข้าวสาสี ข้าวเปลือก ถั่วเขียว ถั่วเหลือง เมล็ดงา ข้าวสาร คนตาดีเปิดถูงยวานั้นออกพิจารณาเห็นว่า 'นี่เป็นข้าวสาสี นี่เป็นข้าวเปลือก นี่เป็นถั่วเขียว นี่เป็นถั่วเหลืองนี่เป็นเมล็ดงา นี่เป็นข้าวสาร' แม้ฉันใด ภิกษุก็ฉันนั้นเหมือนกัน พิจารณาเห็นกายนี้ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลาย ผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบเต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ว่า 'ในกายนี้ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูล'

^{๖๖} คำว่า วิกกะ โบราณแปลว่า ม้ามและแปล ปิหกะ ว่า ไต แต่ในที่นี้ ว่า ไต และแปลคำปิหกะ ว่า ม้าม ไต ได้แก่ ก้อนเนื้อ ๒ ก้อนมีขั้วเดียวกัน รูปร่างคล้ายลูกสะบ้าของเด็ก ๆ หรือคล้ายผลมะม่วง ๒ ผลที่ติดอยู่ในขั้วเดียวกัน มีเอ็นใหญ่เรียงรัดจากลำคอลงไปถึงหัวใจ แล้วแยกออกห้อยอยู่ทั้ง ๒ ข้าง (ขุ.ขุ.อ. (บาลี) ๔๓-๔๔)

พระองค์ตรัสสอนวิธีพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไปอีกว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างนี้แล^{๘๗}

๕) ธาตุมนสิการปีพพะ

พิจารณาธาตุ คือ พิจารณาดิน น้ำ ไฟ ลม ในกายของตน ให้เห็นโดยความเป็นธาตุ มีพระบาลีและคำแปลในมหาสติปัฏฐานสูตร ว่า

“ปุณ จ ปรี ภิกขเว ภิกขุ อิมเมว กายं ยถาจิตตํ ยถาปณิหิตตํ ธาตุโส ปจฺจเวกฺขตติ อตฺถิ อิมสฺสมี กายे ปจฺจวิธธาตุ อธาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุติ. เสยฺยถาปี ภิกขเว ทกฺโข โคฆาตโกววา โคฆาตกนฺเตวาสีวา คาวิ วรฺธิตฺวา จาตุมฺมหาปเถ วิลโส ปฏฺวิวิภชิตฺวานินฺสิโน อสฺส”^{๘๘}

ดูกรภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุย่อมนพิจารณาเห็นกายนี้แหละ ซึ่งตั้งอยู่ตามที่ตั้งอยู่ตามปกติ โดยความเป็นธาตุว่า มีอยู่ในกายนี้ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม เปรียบเหมือน คนฆ่าโค หรือลูกมือของคนฆ่าโค ผู้มีความชำนาญครั้งฆ่าแม่โคแล้ว ซ้ำแหละเนื้อแบ่งออกเป็นชิ้นๆ นิ่งอยู่ ณ ทางใหญ่ ๔ แพร่ง ฉนั้นใด ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุก็ฉนั้นนั้นเหมือนกัน ย่อมพิจารณาเห็นกาย นี้แหละ ซึ่งตั้งอยู่ตามที่ตั้งอยู่ตามปกติ โดยความเป็นธาตุว่า มีอยู่ในกายนี้ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม^{๘๙}

ธาตุ ๔ เหล่านี้ บางแห่งเรียกว่า มหาภูตรูป คือ รูปใหญ่โตปรากฏชัด หมายความว่า รูปที่ใหญ่โตโดยรูปร่างและปรากฏชัดโดยลักษณะ เพราะวัตถุสิ่งของทั้งสิ้นประกอบขึ้นจากรูปเหล่านี้ ซึ่งมีลักษณะเฉพาะตนเด่นชัด กล่าวคือ

๑. ปฐวีธาตุ ธาตุดิน มีลักษณะแข็ง หรืออ่อน คือ อากาโร ๒๐ อย่าง ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ไชกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ใส้ใหญ่ ใส้ น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า (อุจจาระ) มันสมอง

^{๘๗} ที.ม.(บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

^{๘๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๘/๒๕๑-๒๕๒., ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๑/๘๐., ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๑/๑๐๗.

^{๘๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๗/๗๕.

๒. อาโปธาตุ ธาตุน้ำ มีลักษณะไหล หรือเกาะกุม คือ อากาศ ๑๒ อย่างได้แก่ ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันทัน น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไชข้อ ปัสสาวะ

ส่วนภายในร่างกายยังมีธาตุอีก ๒ ลักษณะ (รวมเป็นอาการ ๑๐ อย่าง) คือ

๓. เตโชธาตุ ธาตุไฟ มีลักษณะเย็น หรือร้อนคือ ไออุ่น ไฟทำให้เสื่อมโทรม ไฟเผาเผาและไฟที่ย่อยอาหาร (อาการ ๔)

๔. วาโยธาตุ ธาตุลม มีลักษณะหย่อน หรือตึง คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลง เบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมพัดไปตามอวัยวะน้อยใหญ่ และลมหายใจ (อาการ ๖)^{๕๐}

พระพุทธองค์ตรัสสอนวิธีพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไปอีกว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณา เห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหา และทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างนี้แล^{๕๑}

ในบรรดาธาตุทั้ง ๔ นี้ธาตุที่เห็นได้ง่ายที่สุดคือ ธาตุลมหรือวาโยธาตุ ซึ่งมีลักษณะ ความตึง ความหย่อน เป็นต้น และเมื่อกำหนดธาตุลมได้ชัดเจนแล้ว การรู้ลักษณะเฉพาะของ ธาตุอื่น ๆ ก็จะค่อย ๆ ตามมาเอง เพราะธาตุทั้ง ๔ นี้ เกิดร่วมกันและไม่สามารถแยกออกจากกัน ได้ เรียกว่า อวินิโมครูป ด้วยเหตุนี้บางคนจึงเรียกรวมฐานแบบพองหนอ ยุบหนอ ว่า “วาโย ธาตุกรรมฐาน”^{๕๒}

ในมหาสติปัฏฐานสูตร ชาติมนสิการปัพพะ พระพุทธเจ้าตรัสว่า “คนฆ่าโคหรือลูกมือ ของคนฆ่าโคผู้ฉลาด ฆ่าแม่โคแล้ว ฟิงแบ่งออกเป็นส่วนแล้วนั่งอยู่ที่หนทางใหญ่ ๔ แพร่ง แม่ ฉนฺได ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุก็ฉนฺไดนั้น เช่นกัน พิจารณาดูกายนี้แหละตามที่สติติดอยู่ตามที่ ตั้งอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ในกายนี้มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่”^{๕๓}

^{๕๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๐๒/๓๓๐.

^{๕๑} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

^{๕๒} จำลอง ดิษยวณิช, วิปัสสนากรรมฐานและเชาวน์อารมณ์ ฉบับปรับปรุง, (เชียงใหม่ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด เชียงใหม่โรงพิมพ์แสงศิลป์, พิมพ์ครั้งที่ ๓), หน้า ๕๒-๕๔.

^{๕๓} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๘/๒๕๑-๒๕๒, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗-๓๐๘, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๑/๘๐, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๑/๑๐๗.

โยคีผู้ปฏิบัติต้องพยายามกำหนดพิจารณาว่า มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม อยู่ใน
 ภายนี้ ตั้งอยู่โดยอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง ในอิริยาบถ ๔ จะเป็นยืน เดิน นั่ง หรือนอน ถ้ายืน
 ก็กำหนด ยืนนอน ๆ ดูอาการยืนเกิดขึ้นทรงตัวอยู่ได้ เพราะอำนาจของการตั้งการค้ำจุนของ
 ธาตุลม ยืนนอน ๆ ๆ ให้รู้แต่เพียงว่า กำลังยืนอยู่ รู้อาการยืน กำหนดรู้อาการยืน ก็คือ
 กำหนด ธาตุลม ส่วนอาการยืน เดิน นั่ง นอน คู้ เขยียด ก้ม เงย กระพริบตา พุด ชับถ่าย
 รวมทั้งอาการพอง และอาการยุบ เป็นการปฏิบัติตามพุทธดำรัสที่ตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร

๖) นวสีวิธิกาปัฏพะ

กำหนดพิจารณากายเปรียบด้วยซากศพที่อยู่ในสภาพต่าง ๆ กัน โดยระยะเวลา ๙
 ระยะเวลา ตั้งแต่ตายใหม่ ๆ ไปจนถึงกระดูกๆ ให้อ่อนมานึกถึงร่างกายของตนจะต้องเป็นเช่นนั้น
 เช่นกัน เรียกว่า “ปาชา ๙” ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย อีก
 ประการหนึ่ง ภิกษุเห็นซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งตายแล้ว ๑ วัน ตายแล้ว ๒ วัน หรือตาย
 แล้ว ๓ วัน เป็นศพชิ้นอืด ศพเขียวคล้ำ ศพมีน้ำเหลืองเยิ้ม แม้นจันใด ภิกษุนั้นนำกายนี้เข้าไป
 เปรียบเทียบให้เห็นว่า ถึงกายนี้ก็มีสภาพอย่างนั้น มีลักษณะอย่างนั้น ไม่ล่วงพ้นความเป็นอย่าง
 นั้นไปได้ ฉะนั้น”

ซากศพที่ผู้ปฏิบัติจะต้องพิจารณากำหนดรู้มี ๙ ประเภท ดังนี้

(๑) ซากศพที่ตายได้ ๑ วัน ๒ วัน หรือ ๓ วัน ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นศพชิ้นอืดมีน้ำ
 หนองพะ ฟังนำเอาซากศพนี้ไปเปรียบเทียบกับกายตน

(๒) ซากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้าถูกกา แร้ง สุนัขและสัตว์มีชีวิตต่าง ๆ กัดกิน ฟังนำ
 ซากศพนี้ไปเปรียบเทียบกับกายตน

(๓) ซากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้าเหลือแต่โครงกระดูก ยังมีเนื้อ เลือดและเอ็นรัดอยู่
 ฟังนำซากศพนี้ไปเปรียบเทียบกับกายตน

(๔) ซากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า ไม่มีเนื้อและเลือดเปื้อนเปรอะ มีเอ็นรัดอยู่ ฟังนำ
 ซากศพนี้ไปเปรียบเทียบกับกายตน

(๕) ซากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเนื้อและเลือด ยังมีเอ็นรัดอยู่
 ฟังนำซากศพนี้ไปเปรียบเทียบกับกายตน

(๖) ซากศพที่เป็นท่อนกระดูกไม่มีเอ็นรัดอยู่ กระจัดกระจายอยู่ทั่วไปตามทิศทาง
 ต่าง ๆ ฟังนำซากศพนี้ไปเปรียบเทียบกับกายตน

(๗) ซากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นท่อนกระดูก มีสีขาวดุงสังข์ ฟังนำซากศพนี้ไป
 เปรียบเทียบกับกายตน

(๘) ซากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นท่อนกระดูก กองอยู่ด้วยกันเป็นเวลาหนึ่งปีแล้ว
 ฟังนำซากศพนี้ไปเปรียบเทียบกับกายตน

(๙) ซากศพที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า ที่เป็นท่อนกระดูก ผุเปื่อย ปนเป็นจุน ผิงนำซากศพนี้ไปเปรียบเทียบกับกายตน^{๙๔}

พระองค์ตรัสสอนวิธีพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไปอีกว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า กายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างนี้แล^{๙๕}

๔.๒.๒ อธิบายเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เวทนา แปลว่า ความเสวยอารมณ์ หมายถึง การรับรู้อารมณ์(สิ่งที่มากระทบหรือสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้แก่ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง เป็นต้น)^{๙๖} ในมหาสติปัฏฐานสูตร หมายเอาเวทนาทางกาย เรียกว่า กายิกเวทนา มี ๓ คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนาและอทุกขมสุขเวทนา ตามที่นิยมใช้คำว่า เจ็บ ปวด สบายๆ และเฉยๆ

เวทนานุปัสสนา^{๙๗} แปลว่า ปัญญาตามพิจารณาเห็นเวทนาเนื่องๆ หมายความว่า ผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดเวทนา คือ เอาเวทนาเป็นอารมณ์ จนสามารถเห็นความเกิดดับของเวทนา และได้บรรลุมรรคผลนิพพานเป็นปริโยสาน

บาลีว่า “เวทนาสุ เวทนานุปัสสี” แปลว่า ตามกำหนดเห็นอาการของเวทนาอย่างหนึ่ง ในบรรดาอาการเวทนาทั้งหลายที่ปรากฏอยู่ที่เป็นทุกข์ สุข หรืออเบกขาทั้งทางกายและทางใจ

การตามรู้เวทนา ยังเห็นความเกิดดับของเวทนา ดังพระพุทธพจน์ว่า“เธอตามรู้สภาวะความเกิดขึ้นในเวทนาอยู่บ้าง ความดับบ้าง ทั้งความเกิดความดับในเวทนาอยู่บ้าง เธอยอมเข้าไปตั้งสติว่าเวทนามี ก็เพียงสักว่าเอาไว้รู้ เอาไว้ระลึกเท่านั้น เธออยู่อย่างไม่ถูกค้นหาทิวฏฐิเข้าอาศัย และไม่ถือมั่นอะไรๆในโลก ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

^{๙๔} อภ.ส. (ไทย) ๓๔/๒๖๓/๘๔.

^{๙๕} ที.ม.(บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

^{๙๖} พระราชวรมุนี (ประยูรค์ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 73.

^{๙๗} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๙๒๐-๙๒๔.

“อิธ ภิกขเว ภิกขุ สุขํ วา เวทนํ เวทยามาโน สุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ”^{๙๘} ทุกข์ วา เวทนํ เวทยามาโน ทุกข์ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ. อทุกขมสุขํ วา เวทนํ เวทยามาโน อทุกขมสุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ.”^{๙๙}

ภิกษุในพระศาสนาเมื่อเสวยสุขเวทนา ย่อมรู้ชัด^{๑๐๐} ว่าเสวยสุขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยทุกข์เวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกข์เวทนาอยู่ เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอุเบกขาเวทนาอยู่”^{๑๐๑}

การพิจารณาเวทนามี ๓ อย่างคือ^{๑๐๒}

๑) สุขเวทนา คือ ความรู้สึกทางกาย ได้แก่ ความสบายกาย ความโล่ง เป็นต้น ผู้ปฏิบัติตามกำหนดรู้สุขเวทนา ตามความเป็นจริง ย่อมรู้ชัดว่า มีเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีเราของเรา

๒) ทุกขเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกาย ได้แก่ ความเจ็บ ปวด เมื่อย ซา คัน ร้อน เย็น จุกเสียด เหนื่อย เป็นต้น ผู้ปฏิบัติตามกำหนดรู้ทุกข์เวทนา ตามความเป็นจริงย่อมรู้ชัดว่า มีเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีเราของเรา

^{๙๘} เธอย่อมรู้ชัดว่า เราเสวยสุขเวทนา เหมือนพระเถระรูปหนึ่ง ซึ่งสำนักอยู่ที่จิตตลบรรพต ได้ยินว่า พระเถระทุณทุรายกลิ้งเกลือกอยู่ด้วยเวทนาคล้ายแข็ง คราวอาพาธไม่ผาสุก ภิกษุหนุ่มรูปหนึ่งเรียนถามว่า ท่านเจ็บตรงไหนขอรับ ท่านตอบว่าบอกที่เจ็บไม่ได้ดอกเธอ ฉันทำวัตถุเป็นอารมณ์ เสวยเวทนา ถามว่า ตั้งแต่เวลารู้อย่างนั้น ท่านอดกลั้นไว้ ไม่ควรหรือขอรับ ตอบว่า ฉันจะอดกลั้นนะเธอ ภิกษุหนุ่มกล่าวว่า อดกลั้นได้ก็ดีนะสิ ขอรับ พระเถระก็อดกลั้นทุกข์เวทนา โรคลมก็ฝ่าแลงจนถึงหัวใจ ไส้ของพระเถระก็ออกมากองบนเตียง พระเถระชี้ให้ภิกษุหนุ่มดู ถามว่า อดกลั้นขนาดนี้ควรไหม ภิกษุหนุ่มก็หนึ่ง พระเถระก็ประกอบความเพียรสมาธิ บรรลุพระอรหัตพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาทั้งหลายเป็นพระอรหัตสมมติสิปรินิพพานแล้ว.

^{๙๙} ที. ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๖๕.

^{๑๐๐} วินิจฉัยว่า แม้เด็กทารกที่ยังนอนหงาย เมื่อเสวยสุขในคราวดื่มน้ำนม เป็นต้น ก็รู้ชัดว่าเราเสวยสุขเวทนาจริงอยู่ แต่คำว่า สุขเวทนามีได้ตรัสหมายถึงความรู้สึกอย่างนั้น เพราะความรู้สึกเช่น นั้นไม่ละความเห็นว่สัตว์ ไม่ถอนความสำคัญว่า เป็นสัตว์ ไม่เป็นกัมมัญฐานหรือสติปัญญาภาวนาเลย ส่วนความรู้สึกของภิกษุนี้ ละความเห็นว่สัตว์ ถอนความสำคัญว่าเป็นสัตว์ได้ เป็นกัมมัญฐานเป็นสติปัญญาภาวนา ก็คำนี้ตรัสหมายถึงความเสวยสุขเวทนาพร้อมทั้งที่รู้ตัวอย่างนี้ว่า ใครเสวย ความเสวยของใคร เสวยเพราะเหตุไร.

ถามว่า ใครเสวย ตอบว่า มิใช่สัตว์หรือบุคคลไร ๆ เสวย.

ถามว่า ความเสวยของใคร ตอบว่า มิใช่ความเสวยของสัตว์ หรือบุคคลไร ๆ.

ถามว่า เสวยเพราะเหตุไร ตอบว่า เพราะทำวัตถุเป็นที่ตั้งแห่งเวทนา มีสุขเวทนา เป็นต้นนั้น ๆ ให้เป็นอารมณ์

^{๑๐๑} ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๑๐๒} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๗๐/๓๐๒ – ๓๐๓.

๓) อุเบกขาเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นกลาง ไม่สุขไม่ทุกข์ เมื่ออุเบกขาเวทนาเกิดขึ้น ก็รู้ว่าไม่สุขไม่ทุกข์ คือ เฉยๆ

การพิจารณาเวทนาให้ละเอียดออกอีก เป็น ๕ อย่าง คือ

- ๑) สุขเวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นสุขทางกาย
- ๒) ทุกขเวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกาย
- ๓) โสมนัสเวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นสุขทางใจ
- ๔) โทมนัสเวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ
- ๕) อุเบกขาเวทนา ได้แก่ ไม่สุข ไม่ทุกข์ รู้สึกเฉยๆ

คัมภีร์พระอภิธรรมอธิบาย การพิจารณาเวทนา ๙ อย่าง คือ^{๑๐๓} เวทนาที่อิงกามคุณ (อามิส) หมายถึง ความพอใจกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ได้แก่

- ๑) เสวยสุขเวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนา
- ๒) เสวยทุกขเวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกขเวทนา
- ๓) เสวยอุเบกขาเวทนาอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนา
- ๔) เสวยสุขเวทนา^{๑๐๔} มีอามิส^{๑๐๕} อยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนามีอามิส
- ๕) เสวยทุกขเวทนามีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกขเวทนามีอามิส
- ๖) เสวยอุเบกขาเวทนามีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนามีอามิส
- ๗) เสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส
- ๘) เสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิส
- ๙) เสวยอุเบกขาเวทนาไม่มีอามิสอยู่ มีสติระลึก รู้ชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนาไม่มี

อามิส

พระองค์ตรัสสอนวิธีพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนาต่อไปอีกว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า เวทนามีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา

^{๑๐๓} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๓/๓๑๐.

^{๑๐๔} หมายถึงโสมนัสที่อาศัยกามคุณ เป็นไปทางทวาร ๖ (ที.ม.อ. (บาลี) ๓๖๐/๓๔๐)

^{๑๐๕} เคหสิตโสมนัสเวทนา ๖ ที่อาศัยอามิส คือ กามคุณ ๕

ทั้งหลายอยู่ อย่างนี้แล

พระพุทธองค์ตรัสการพิจารณาเวทนาไว้อีกว่า

ดูก่อนอัครศิษยานุศิษย์ ในสมัยใดเสวยสุขเวทนา สมัยนั้น ไม่เสวยทุกขเวทนา ไม่เสวยยอกทุกขมสุขเวทนาสมัยนั้นย่อมเสวยแต่สุขเวทนาเท่านั้น ดูก่อนอัครศิษยานุศิษย์ ในสมัยใดเสวยทุกขเวทนา ฯลฯ เสวยยอกทุกขมสุขเวทนา สมัยนั้น ไม่เสวยสุขเวทนา ไม่เสวยทุกขเวทนา สมัยนั้น ย่อมเสวยยอกทุกขมสุขเวทนาเท่านั้น ดูก่อนอัครศิษยานุศิษย์ แม้สุขเวทนาแล ก็ไม่เที่ยง อันปัจจัยปรุงแต่งแล้ว อาศัยกันเกิดขึ้น มีความสิ้นไปเป็นธรรมดา มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา มีความคลายไปเป็นธรรมดา มีความดับไปเป็นธรรมดา แม้ทุกขเวทนาแล ฯลฯ ดูก่อนอัครศิษยานุศิษย์ แม้ยอกทุกขมสุขเวทนาแล ก็ไม่เที่ยง มีปัจจัยปรุงแต่งแล้ว ฯลฯ มีความดับไปเป็นธรรมดา ดูก่อนอัครศิษยานุศิษย์ อริยสาวกสดับแล้ว เห็นอยู่อย่างนี้ ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนาอันเป็นสุขบ้าง ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนาอันเป็นทุกข์บ้าง ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนาอันเป็นยอกทุกขมสุขบ้าง เมื่อเบื่อหน่ายย่อมคลายกำหนดเพราะคลายกำหนด ย่อมหลุดพ้น เมื่อหลุดพ้นแล้วย่อมรู้ชัดว่า เราหลุดพ้นแล้ว เรื่อย่อมทราบชัดว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่พึงทำทำเสร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้มิได้มีอีก

พระพุทธองค์ตรัสขันตีสังวรว่า กายนี้มีทุกข์มาก มีโทษมาก โรคมักเกิดในกายนี้^{๑๐๖} เมื่อยังมีกายอยู่ก็จะมีเวทนาแน่นอน เวทนานี้มักเกิดจากการกระทบกันระหว่างรูปคือกาย ส่วนล่างที่กระทบกับพื้น หรือเกิดจากการคู้ขาเป็นเวลานาน แต่นักปฏิบัติไม่ควรกลัวต่อทุกขเวทนา เพราะขณะเกิดทุกขเวทนาความฟุ้งซ่านจะมีน้อยลง เนื่องจากไม่มีผู้ใดรักผู้อื่นมากกว่าตน เวทนาจึงจัดว่า เป็นอารมณ์ที่ดีในการกำหนดรู้

พระพุทธเจ้าตรัสสรรเสริญความอดทนต่อเวทนา อาทิเช่น ความเย็น ความร้อน ความหิวกระหาย สัมผัสของขุณฺเหเลอบ ฐุ แดด ความเจ็บปวดที่รุนแรงทางกายที่อาจคร่าชีวิตได้^{๑๐๗} ฉะนั้น นักปฏิบัติจึงควรอดทนกำหนดเวทนามาก่อน พระพุทธองค์ยังตรัสสรรเสริญความอดทนว่า

“ดูกรสารีบุตร ภิกษุในศาสนาฉันฉันทาอาหารแล้วนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่น ตั้งใจว่า ตราบที่จิตของเรายังไม่พ้นจากอาสวะ เราจักไม่ยกเลิกการนั่งคู้บัลลังก์นี้ ดูกรสารีบุตร ภิกษุผู้มีความอดทนเช่นนี้ พึงยังป่าสาละให้งดงาม”^{๑๐๘}

ในพระสูตรบางสูตร คำว่า สุขเวทนา คือ ความรู้สึกสบายทางร่างกาย ทุกขเวทนา คือ ความรู้สึกไม่สบายทางร่างกาย ความจริงร่างกายไม่อาจรู้สึกได้ด้วยตัวเอง เพราะเป็นรูปธรรมที่รู้สึกต่าง ๆ ไม่ได้ แต่อาศัยจิตที่ทำหน้าที่รู้สึก จิตที่ประกอบด้วยเวทนาเจตสิก แต่มี

^{๑๐๖} อ.จ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๘๗.

^{๑๐๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๔/๑๔-๑๕.

^{๑๐๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒./๔๕/๓๐๘.

ร่างกายเป็นฐานให้รู้สึกได้ และในพระสูตรเหล่านั้นพบคำว่าโสมนัสเวทนา และโทมนัสเวทนา ซึ่งกล่าวถึงความสบายใจและความไม่สบายใจ อย่างไรก็ตาม ในพระสูตรนี้สุขเวทนาและทุกขเวทนาเป็นความรู้สึกทั้งทางกายและใจ

อุทาหรณ์ว่า การที่เด็กนอนหงายอยู่บนเบาะเวลาติมน้ำนมของแม่ ก็รู้ว่าตนมีความสุขอย่างนี้จะจัดเป็นเวทนานุปัสสนาไม่ได้ เพราะการรู้อย่างนี้ยังไม่ละ ไม่ถอนความสำคัญผิดว่าเป็นสัตว์บุคคลตัวตนเราเขาได้ และไม่เป็นที่มั่นไม่เป็นมหายานฐานไม่เป็นมหาสติปัฏฐานภาวนา คำที่ว่า ไม่มีใครเสวยเวทนา คือ ไม่มีสัตว์บุคคลตัวตนเราเขาเสวยเวทนาและไม่ใช้เวทนาของสัตว์บุคคลตัวตนเราเขาอะไรทั้งสิ้น แต่เพราะเวทนากระทำวัตถุแห่งความสุขนั้นๆ ให้เป็นอารมณ์แล้วเสวยเข้าไปถือเอาความเป็นไปแห่งเวทนาเป็นเหตุ จึงมีโวหารว่าเราเสวยเวทนา ดังตัวอย่างต่อไปนี้

พระเถระรูปหนึ่ง เวลาไม่สบายมีเวทนามากๆ กลับไปกลับมาอยู่ ภิกษุหนุ่มรูปหนึ่งถามว่าเจ็บตรงไหน เสียตรงไหน ท่านตอบว่าแยกไม่ได้หรือคุณ ชื่อว่าเสียตรงเฉพาะเป็นแห่งๆไปไม่มีเลย เสียตรงไปทั้งหมดนั่นแหละ ภิกษุหนุ่มพูดปลอบใจว่า “อิริยาสนา ภาณเตเสโย” การอดกลั้นได้เป็นของประเสริฐแท้ขอรับ ท่านได้พยายามอดกลั้นอย่างเต็มที่ แล้วเจริญกรรมฐานไปพร้อมกัน จนใสไหลออกมากองอยู่บนเตียง ท่านถามภิกษุหนุ่มว่า ความอดกลั้นขนาดนี้สมควรหรือยัง ภิกษุหนุ่มได้แต่นิ่ง ไม่ตอบเลยสักคำเดียว เพราะเห็นแล้วว่า ท่านอดกลั้นอดทนอย่างเต็มที่ที่ไม่ช้าไม่นาน ท่านก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ แล้วก็ปรินิพพาน

เวทนานุปัสสนาในมหาสติปัฏฐานนี้ จัดเข้าในอรูปกรรมฐาน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “กถญจ ภิกขเว ภิกขุ เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริตี.. เอวมปิ โข ภิกขเว ภิกขุ เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริตี”^{๑๐๙} ผู้เห็นภัยในวิภวภูมิจึงพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่อย่างใดอย่างหนึ่งในเวทนาทั้ง ๙ นั้น เช่น สุขเวทนาเกิดขึ้น ก็พิจารณาเห็นสุขเวทนานั้น เป็นต้น

คำว่า เวทนาสุ ได้แก่เวทนา ๙ คำว่า เวทนานุปัสสี ได้แก่เวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง

“อิธ ภิกขเว ภิกขุ สุขี วา เวทนี เวทยามาโน” หมายความว่า เมื่อสุขเวทนาเกิดขึ้นก็ให้มีสติกำหนดรู้ จนเห็นเวทนาเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดนิพพิทา วิราคะ วิมุตติ

“ทุกขี วา เวทนี เวทยามาโน” หมายความว่า เมื่อทุกขเวทนาเกิดขึ้น ก็ให้มีสติกำหนดรู้จนเห็นทุกขเวทนานั้นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดนิพพิทา วิราคะ วิมุตติ

“อุทฺทมมสุขี วา เวทนี เวทยามาโน” หมายความว่า เมื่ออุเบกขาเวทนาเกิดขึ้น ก็ให้มีสติกำหนดรู้ จนเห็นอุเบกขาเวทนานั้นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดนิพพิทา วิราคะ วิมุตติ

^{๑๐๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๖๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

เมื่อเวทนาข้อที่ ๑ -๙ เกิดขึ้น ก็ให้ปฏิบัติเช่นเดียวกัน คือ ให้กำหนดรู้จนเห็นเวทนา เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดนิพพิทา วิราคะ วิมุตติ หลุดพ้นจากอาสวะกิเลส เป็นสมุจเฉท ประหาม

อามิส หมายความว่า เหี่ยว หรือเครื่องหลอกล่อให้สรรพสัตว์ติดอยู่ในโลกทั้งสาม มีอยู่ ๔ อย่าง คือ

๑. วัฏฏามิส อามิส คือ วัฏฏะ ที่เป็นไปในภุมิ ๓ ทั้งหมด
๒. โลกามิส อามิส คือ โลก ได้แก่ กามคุณทั้ง ๕
๓. กิเลสามิส อามิส คือ กิเลส ได้แก่ กิเลสทั้งหมด
๔. มารามิส อามิส คือ มารทั้ง ๕ ได้แก่ ชนธมาร กิเลสมาร อภิสังขารมาร เทวบุตรมารและ มัจจุมาร

พิจารณาเห็นเวทนาภายใน เวทนาภายนอก และพิจารณาเห็นทั้งภายในและภายนอก คือการพิจารณาเห็นเวทนาของตน เวทนาของคนอื่น และพิจารณาเห็นทั้งของตนและของคนอื่นด้วยเมื่อพิจารณาเห็นเวทนาของตนเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เกิดนิพพิทา วิราคะ วิมุตติ ได้แล้วก็จะสามารถทราบถึงเวทนาของคนอื่นทั่วทั้งหมดว่า เป็นดุจพิมพ์เดียวกันอย่างนี้

พิจารณาเห็นความเกิดขึ้น เห็นความเสื่อมและเห็นทั้งสองอย่างนั้น หมายความว่าผู้ นั้นได้กำหนดเวทนานุปัสสนามาดีแล้ว จึงสามารถเห็นความเกิดดับของเวทนาได้ดี เพราะมี วิปัสสนาญาณเกิดขึ้นมาโดยลำดับๆ จนถึงญาณที่ ๔ เป็นต้นไป

ข้อที่ว่าเวทนามีอยู่ เป็นต้นนั้น หมายความว่า เวทนานั้นมีอยู่จริง แต่ไม่ใช่สัตว์ บุคคลตัวตนเราเขาทั้งสิ้น เป็นนามซึ่งอาศัยรูปเกิดขึ้นเท่านั้น

ข้อที่ว่า อยู่อย่างไม่มีอะไรอาศัยนั้น หมายความว่า ไม่มีตัณหา มานะ ทิฏฐิ อาศัย อยู่เพราะผู้ที่ได้เจริญวิปัสสนา ละตัณหา มานะ ทิฏฐิ ได้แล้ว

ข้อที่ว่า ไม่ถือมันอะไรๆ ในโลกนั้น หมายความว่า ไม่ยึดมั่น ไม่ถือมันเวทนา ว่า เป็นสัตว์บุคคลตัวตนเราเขา เพราะละสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส เป็นต้น ได้แล้ว หากปฏิบัติอย่างที่กล่าวมานี้ชื่อว่า พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาได้อย่างเต็มที่แล้ว ดังพระ พุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “เอวํ โข ภิกขเว ภิกขุ เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหริติ” ผู้เห็น ภัยในวิภวสงสารย่อมมีปกติพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่เนื่องๆ ด้วยอาการดังที่ กล่าวมาแล้ว

การพิจารณาเวทนาจัดเป็นอริยสัจ ๔ ได้ดังนี้

(๑) เวทนาปริศคาหิกา สติ ทุกขสัจจ สติที่กำหนดรู้เวทนา จัดเป็นทุกขสัจ

(๒) ตสฺสา สมุฏฐาปีกา ปุริมตณฺหา สมุทยสัจจ ตัณหาก่อนๆ ที่ยังสตินั้นให้ เกิดขึ้น จัดเป็นสมุทยสัจ

(๓) อุภินฺหนํ อปฺปวตฺติ นิโรธสจฺจํ ความไม่เป็นไปแห่งทุกข์กับสมุทัย คือ ทุกข์สมุทัยดับลงไปอย่างสนิท จัดเป็นนิโรธสัจ

(๔) ทุกฺขปริชานโน สมุทฺยปชฺชนโน นิโรธารมฺมโณ อริยมคฺโค มคฺคสจฺจํ อริยมรรคกำหนดรู้ทุกข์ ละสมุทัย มีนิโรธเป็นอารมณ์ จัดเป็นมคคสัจ

วิธีการกำหนดเวทนา

เวทนาทางกายมีสมุฏฐานมาจากกายและเวทนาทางจิตมีสมุฏฐานมาจากจิต ทางกายมีสุขและทุกข์ ทางจิตมี ดีใจ เสียใจ เฉยๆ ซึ่งธรรมชาติได้มอบเวทนาเหล่านี้มาให้เราตั้งแต่วัยแรกเกิดจะบอกว่าเวทนามาปรากฏในเวลาปฏิบัติกรรมฐานเท่านั้นไม่ได้ เพราะเวทนามาพร้อมกับการเกิดขึ้นของรูป-นาม มีสังขารขึ้นมาคราใด ก็มีเวทนาตามมาครานั้น

ทุกข์เวทนา ที่มีอาการเจ็บปวด มีนชา ฯลฯ ซึ่งเป็นสภาพบีบคั้นที่ยากจะทนได้ตามปกติเรามักจะไม่เห็นทุกข์เวทนาของรูปนามสังขารว่ามีสภาพเป็นอย่างไรหรือเห็นก็ไม่สนใจ เพราะการผลัดเปลี่ยนอิริยาบถมาคลี่คลายจึงไม่เห็นทุกข์ ในทางธรรมท่านกล่าวว่า “อิริยาบถเป็นเครื่องปกปิดทุกข์” นั่งเมื่อยเปลี่ยนไปยืน ยืนเมื่อยเปลี่ยนไปเดิน เดินเมื่อยกลับมานั่ง นั่งเมื่อยพลิกไปพลิกมาเมื่อมีการสับเปลี่ยนอยู่อย่างนี้ จึงไม่เห็นทุกข์เวทนา ครั้นมาปฏิบัติหนึ่งกำหนดมิให้พลิกเปลี่ยนอิริยาบถ ต้องพบกับสหายทางธรรม คือทุกข์เวทนานี้แน่นอน ซึ่งไม่อยู่ที่ใด อยู่ในรูปนามอันสำคัญว่าเป็นของเราเอง มิใช่ของคนอื่น บางคนกลัวทุกข์เวทนาไม่อยากเจอ เป็นเหตุให้ไม่อยากปฏิบัติ จนขยายต่อเวทนาและเลิกล้มการปฏิบัติไป พระวิปัสสนาจารย์มักบอกว่า “หากกลัวเวทนาจึงจะไม่เห็นธรรม ไม่เห็นพระธรรมจริง พระธรรมแท้”

ทุกข์เวทนามีอยู่ในอิริยาบถทั้ง ๔ ไม่เฉพาะอิริยาบถหนึ่งเท่านั้น ทุกข์มาพร้อมกับสังขารตั้งแต่แรกเกิด สังขารจึงมีทุกข์เป็นพื้นฐาน เหมือนโลกนี้มีความร้อนเป็นพื้นฐาน ความร้อนมาพร้อมกับโลกนี้ ที่มีความรู้สึกว่าเป็นเพราะความร้อนลดลง สังขารก็เป็นทุกข์ ที่มีความสุขเพราะความทุกข์ลดลง เพราะการบำบัดทุกข์ด้วยการผลัดเปลี่ยนอิริยาบถนั่นเองจึงมีความสุข แท้จริงกองสังขารเต็มไปด้วยทุกข์ ดังพุทธคาถาว่า “นตฺถิ ขนฺธสฺมา ทุกฺขา ไม่มีทุกข์ใดที่เสมอด้วยขันธ์ ๕” เราเกิดมามีสังขาร มีกองทุกข์เป็นสมบัติ อย่าได้กลัวทุกข์เลย ครั้นเจอทุกข์เวทนาจึงอยากกลัว เพราะในขณะที่ปฏิบัติจะต้องรับทุกข์เวทนานี้เต็ม ๆ เสวยอารมณ์เดียว จึงมีความรู้สึก ว่า ปวดมาก

เมื่อผู้ปฏิบัติประสบทุกข์เวทนาจึงจะกระสับกระส่าย เพราะรู้สึกว่าถูกบีบคั้นทุกข์เวทนานี้ดีเหมือนได้มาเจอชุมทรัพย์ของวิปัสสนาแล้ว ให้ตั้งใจกำหนดทุกข์เวทนาจะเกิดผลดังต่อไปนี้

(๑) สภาวธรรมปรากฏชัด บรรดาอารมณ์หรืออาการทางกาย จิต ธรรม ทุกข์เวทนาจะปรากฏชัดกว่าอาการอื่นๆ พอง-ยุบ บางครั้งชัดบ้างไม่ชัดบ้าง คิดก็กำหนดยากไม่ค่อยทัน

ขวาย่างซ้ายย่าง บางทีก็เผลอไป เพราะสภาวะเหล่านั้นยังไม่ชัดพอ แต่ทุกข์เวทนาที่ก่อตัวตั้งขึ้นจะชัดมาก ความชัดของทุกข์เวทนาจะเป็นขุมพลังให้แก่สมาธิ ให้กำหนดทันทีว่า “ปวดหนอ ๆ” สมาธิจะก่อตัวแน่นและพัฒนาไปได้เร็ว

(๒) นិวรรณธรรมสงบลง ในขณะที่ทุกข์เวทนาปรากฏชัดนั้น นิวรรณธรรมจะห่างออกไป คือ กามฉันทะ ความพึงพอใจในกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสถูกต้อง) จะไม่เข้ามา ความพยาบาท ความอาฆาตจะจางคลาย ถีนมิทธะ ความโง่งมงายจะห่างหาย อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจจะสลายตัว วิจิกิจฉา ความเคลือบแคลงสงสัยในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ในเรื่องของการปฏิบัติ เป็นต้น ก็บางเบาลง

(๓) ช่วยกำราบกิเลส จิตที่ยังไม่ได้รับการฝึกอบรม ก็มักเต็มไปด้วยกิเลส หยาบกระด้าง เวทนาที่ก่อตัวขึ้นแรงกล้าจะมาช่วยกำราบเผาจิตให้อ่อนตัว (มุกุตตา)

ทุกข์เวทนาจึงเปรียบเป็นไฟ มาเผาผลาญกิเลสที่เกาะกรังจิตให้หมดไหม้ หากเจอทุกข์เวทนา ก็จงรู้ได้ว่า ได้เครื่องมือเผากิเลสแล้ว

(๔) เป็นขุมพลัง(พลัง)ของสมาธิ อาการต่าง ๆ ของรูป-นามจะเกิดพลังงานขึ้นมา ทุกครั้งที่ทำการกำหนด พองหนอ เกิดพลังงาน ๑ หน่วย ยุบหนอ เกิดพลังงาน ๑ หน่วย

พอง-ยุบ หรืออาการอื่น ๆ จะปรากฏด้วยความชัดบ้าง ไม่ชัดบ้าง พลังงานจากการกำหนดจึงเกิดไม่เต็มเม็ดเต็มหน่วย แต่ทุกข์เวทนาที่ปรากฏชัดจะเกิดพลังงานเต็มอัตรา พลังงานจากทุกข์เวทนานี้ จะเป็นพื้นฐานที่มั่นคงของกรรมฐาน และเป็นแรงหนุนให้เกิดพัฒนาการทางการปฏิบัติสูงยิ่งขึ้นไป ทุกเวทนาจึงเป็นขุมพลังงานให้เก็บสะสมสมาธิได้อย่างยิ่ง

(๕) เห็นทุกข์โทษ ร่างกายกว้างศอกยาววาหนาคือนี้ ในกาลก่อนเราสำคัญว่าเป็นสุขมีความยินดีพอใจไม่เบื่อหน่าย ครั้นเห็นทุกข์เวทนาปรากฏด้วยสภาพบีบคั้นยากที่จะทนนี้ กำหนดดูก็รู้ว่า เป็นกองทุกข์เต็มไปด้วยโทษที่น่าอึดหนาระอาใจ ก็เกิดความเบื่อหน่ายคลายกำหนด ต้องการออกไปจากรูปนามสังขารนี้ การเห็นทุกข์โทษเช่นนี้จะเป็นปัจจัยชั่วต่อสำคัญให้เกิดความต้องการข้ามพ้นสังสารวัฏ เข้าสู่มรรคผลนิพพาน

ทั้ง ๕ ประการเหล่านี้ เป็นผลดีของทุกข์เวทนา ซึ่งวิปัสสนากรรมฐาน ถือว่าเป็นขุมทรัพย์และเป็นแหล่งกำเนิดพลังงานอย่างมหาศาล ถ้าใครมาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานไม่เกิดทุกข์เวทนาหรือไม่เจอทุกข์เวทนาเลย ถือว่าเดินไม่ถูกทาง ทุกข์เวทนาจึงเป็นสภาวะที่พึงประสงค์ของกรรมฐานสายนี้ เป็นตัวชี้ว่า ผลทางการปฏิบัติเกิดขึ้นหรือไม่ และจะพัฒนาไปอย่างไร หากผู้ปฏิบัติมาเจอทุกข์เวทนา ขอให้ทำความเข้าใจว่า ตนได้เดินมาถูกทางและเกิดผลทางการปฏิบัติแล้ว

ในเวลาเสวยเวทนา คือ มีความรู้สึกอย่างใดอย่างหนึ่งที่เป็นสุข ทุกข์ หรือวางเฉย พึงตามรู้สภาวะนั้นโดยกำหนดว่า “สุขหนอ” “ทุกข์หนอ” หรือ “เฉยหนอ”

สุขเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นสุขทางกาย ได้แก่ ความโล่ง โปร่ง เบา สบาย หรือ ความรู้สึกเป็นสุขทางใจ ได้แก่ ความดีใจ เบิกบาน โสมนัสยินดี ให้กำหนดไปตามสภาวะที่เกิดขึ้น เช่น “โล่งหนอ” “โปร่งหนอ” “เบาหนอ” “สบายหนอ” “ดีใจหนอ” “ยินดีหนอ” เป็นต้น

นักปฏิบัติที่ตามรู้เวทนาตามความเป็นจริงย่อมรู้ชัดว่ามีเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่มีเราของเรา ผู้เสวยเวทนานั้นอยู่ ดังคัมภีร์อรรถกถาว่า “วตุฏฺ อารมฺมณฺ กตฺวา เวทนา วทยตีติ สลฺลกุเขนฺโตเอส สุขํ เวทนํ เวทยามีติ ปชานาตีติ เวทิตพฺโพ.”^{๑๑๐} ฟังทราบว่ามีภิกษุผู้กำหนดอยู่ว่าเวทนาเท่านั้นย่อมเสวยอารมณ์โดยรับเอาอารมณ์อันเป็นเหตุแห่งความสุข ย่อมรู้ชัดว่าเสวยสุขเวทนาอยู่

ทุกข์เวทนา คือ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกายอัน ได้แก่ ความเจ็บ ปวด เมื่อย ซา เหน็บ ร้อน เย็น จุกเสียด เหนื่อย หรือความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ อัน ได้แก่ ความเศร้าโศก เสียใจ กลัว ไม่สบายใจ ร้อนใจ วิตกกังวล ฟังตามรู้ทุกข์เวทนาตามอาการนั้นๆว่า “เจ็บหนอ” “ปวดหนอ” “เมื่อยหนอ” “ซาหนอ” เป็นต้น

การเจริญวิปัสสนา คือ การทอ้งบ่นสาธยาย คำบัญญัติว่า รูป นาม ธาตุดิน ธาตุน้ำ ผัสสะ เวทนา สุข ทุกข์ ความเห็นดังกล่าวไม่ถูกต้อง เพราะการรับรู้สภาวะธรรมของรูปนามเป็นหลักสำคัญในการปฏิบัติธรรมไม่ใช่การรับรู้คำบัญญัติ ผู้ที่อดทนตามรู้ทุกข์เวทนาว่า “ปวดหนอ” ย่อมสามารถรับรู้ลักษณะพิเศษคือ ความทนได้ยากของทุกข์เวทนาและลักษณะทั่วไปคือ ไตรลักษณ์แม้จะไม่ทราบว่าเป็นสิ่งนี้เรียกว่า ทุกข์เวทนา ก็จัดว่าได้รับรู้สภาวะที่แท้จริงของทุกข์เวทนาแล้ว

อุเบกขาเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นกลาง ไม่สุขไม่ทุกข์ เวทนาประเภทนี้ไม่ประจักษ์ชัดเจนเหมือนสุขเวทนาและทุกข์เวทนา ในอรรถกถาที่อธิบายในจุฬหะทลลสูตร^{๑๑๑} สังคีตสูตร^{๑๑๒} และพหุชาตูกสูตร^{๑๑๓} กล่าวว่า อุเบกขาเวทนาเป็นสิ่งที่รู้ได้ยากเหมือนอวิชชาที่เกิดพร้อมกับโลภะและโทสะ หมายความว่า ในเวลาเกิดโลภะและโทสะนั้น มีอวิชชาเกิดร่วมด้วย โดยทำหน้าที่ปกปิด โทษของความโลภและความโกรธ ทำให้บุคคลพอใจจะโลภและโกรธ อุเบกขาก็เช่นเดียวกัน ไม่ประจักษ์ในเวลาปกติ แต่จะปรากฏขึ้นหลังจากทุกข์เวทนาหรือสุขเวทนาหายไปแล้ว เมื่อนักปฏิบัติบรรลุวิปัสสนาญาณขั้นที่ ๔ เป็นต้นไปแล้ว อุเบกขาเวทนาอาจปรากฏชัดในบางคราว นักปฏิบัติฟังตามรู้อุเบกขาเวทนาว่า “เฉยหนอ”

^{๑๑๐} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๘๘.

^{๑๑๑} ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๒๗๗.

^{๑๑๒} ที.ม.อ. (บาลี) ๓/๑๘๗.

^{๑๑๓} ม.ม.อ. (บาลี) ๓/๗๒.

ต่อจากนี้พระพุทธองค์ทรงจำแนกสุขเวทนาออกเป็นสุขอิงกามคุณเป็นต้น

สุขอิงกามคุณ (สามีสสุข) หมายถึง ความพอใจเกี่ยวกับกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส อันได้แก่ สิ่งที่ตนรักพอใจซึ่งอยู่ภายในและภายนอกร่างกายในบางแห่ง เรียกว่า เคนหิตโสมนัสสิงเรือน โสมนัสประเภทนี้มีความเพลิดเพลินต่อรูปที่พบเห็น ในเวลารับเอารูปที่สวยงามเป็นอารมณ์ หรือชอบใจเสียง ในเวลารับเอาเสียงที่ไพเราะเป็นอารมณ์ นักปฏิบัติพึงตามรู้ความชอบใจนั้นโดยกำหนดว่า “ชอบหนอ”

ผู้เจริญวิปัสสนา ตามรู้สภาวะธรรมที่มาปรากฏทางทวารทั้ง ๖ ย่อมเห็นประจักษ์ความเกิดดับของอารมณ์ปัจจุบันเหล่านั้น นับว่าได้หยั่งรู้ความไม่เที่ยง คือ อนิจจัง เขาย่อมอนุมานรู้ว่า แม้อารมณ์ ๖ ที่เป็นอดีตและปัจจุบันทั้งหมดก็มีสภาพไม่เที่ยง เช่นเดียวกัน

บุคคลดังกล่าวย่อมเกิดความปิติโสมนัส ความปิติโสมนัสนี้ชื่อว่า สุขไม่อิงกามคุณ (นिरามิสสุข) ในบางแห่งเรียกว่า เนกขัมมสิตโสมนัส คือ โสมนัสอิงวิปัสสนา ดังข้อความในคัมภีร์อุปริปัญญาสก์ ว่า

“รूपานํ เตว อนิจจํ วิทิตวา วิปริณามํ วิราคํ วิโรธํ ปุพฺเพ เจว รุปา เอตริหิ จ ...ยํ เอว รุปํ โสมนสฺสํ, วุจฺจติ เนกขมฺมสฺสิตํ โสมนสฺสํ”^{๑๑๔}

ความปิติโสมนัสนี้มักปรากฏชัดเมื่อบรรลวิปัสสนาญาณที่ ๔ ชื่อว่า อุทยัพพญาณ คือ ปัญญาหยั่งรู้ความเกิดดับ นักปฏิบัติพึงตามรู้ ความปิติโสมนัส โดยกำหนดว่า “ชอบหนอๆ” หรือ “สุขหนอๆ” ต่อจากนั้น พระพุทธองค์ทรงจำแนกทุกขเวทนาออกเป็นทุกข์อิงกามคุณ เป็นต้น ดังพุทธพจน์ว่า “สามิสฺ วา ทุกฺขํ เวทนํ เวทยมาโน สามิสฺ ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามีติ ปชานาติ. นiramisฺ วา ทุกฺขํ เวทนํ เวทยมาโน นiramisฺ ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามีติ ปชานาติ.”^{๑๑๕}

ผู้เจริญวิปัสสนา ตามรู้สภาวะธรรม เมื่อเสวยทุกขเวทนาอิงกามคุณ ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกขเวทนา อิงกามคุณอยู่ หรือ เมื่อเสวยทุกขเวทนาไม่อิงกามคุณ ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกขเวทนาไม่อิงกามคุณอยู่ ผู้ที่ประสบกับความทุกข์กายหรือทุกข์ใจเมื่อไม่สมหวังกามคุณภายในหรือภายนอกหรือหวนคิดถึงทุกข์ ที่เคยประสบมาก่อน ย่อมเกิดทุกข์ที่เรียกว่า ทุกข์อิงกามคุณ(สามิสทุกข์) นักปฏิบัติพึงกำหนดว่า “ทุกข์หนอ” หรือ “เสียใจหนอ”

นักปฏิบัติผู้บรรลอุทยัพพญาณ เป็นต้นไป ย่อมคาดหวังในการบรรลุมรรคผล ที่พระอริยะทั้งหลายหยั่งเห็นแล้ว บางท่านปฏิบัติธรรมเป็นเวลานานก็ไม่อาจบรรลุมรรคผลได้หรือบางท่านไม่ประสบความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรมเท่าที่ควร จึงเกิดความเสียใจเกี่ยวกับวิปัสสนา ความเสียใจประเภทนี้เรียกว่าทุกข์ไม่อิงกามคุณ(นiramิสทุกข์) ในบางแห่งเรียกว่า เนกขัมมสิตโหมนัส คือ โหมนัสอิงวิปัสสนา ในขณะนั้นพึงกำหนดว่า “เสียใจหนอ” คัมภีร์อรรถ

^{๑๑๔} ม.อ. (บาลี) ๑๔/๓๐๖/๒๘๔-๒๘๕.

^{๑๑๕} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๖๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

กถากล่าวถึงเรื่องของพระมหาสิริเวระเถระ เป็นผู้แตกฉานปริยัติธรรมสอนภิกษุ ๑๘ คณะ ศิษย์ของท่านได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ๓ หมื่นรูป แต่ท่านเป็นแค่ปุถุชน เท่านั้น^{๑๑๖}

จากนั้น พระพุทธองค์ทรงจำแนก อุเบกขาเวทนา ออกเป็น อุเบกขาเวทนาอิงกามคุณ พระพุทธพจน์ว่า “สามิสฺส วา อทุกขมสุขํ เวทนี เวทยมาโน สามิสฺส อทุกขมสุขํ เวทนี เวทยามีติ ปชานาติ. นีรามิสฺส วา อทุกขมสุขํ เวทนี เวทยมาโน นีรามิสฺส อทุกขมสุขํ เวทนี เวทยามีติ ปชานาติ.”^{๑๑๗}

ผู้เจริญวิปัสสนา ตามรู้สภาวะธรรม เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนาอิงกามคุณ ย่อมรู้ชัดว่า เสวยอุเบกขาเวทนาอิงกามคุณอยู่ หรือเมื่อเสวยอุเบกขาเวทนาอิงกามคุณ ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอุเบกขาเวทนาไม่อิงกามคุณอยู่ โดยทั่วไปคนที่มีได้อบรมจิตด้วยการเจริญวิปัสสนา ในบางขณะอาจเกิดความรู้สึกกว้างเจยต่อกามคุณภายในหรือภายนอก แต่ปล่อยวางอารมณ์นั้นไม่ได้เพราะมีความยึดติดผูกพันด้วยความโลภ อุเบกขา ประเภทนี้เรียกว่าอุเบกขาอิงกามคุณ (สามิสอุเบกขา) บางแห่งเรียกว่า เคหสิตอุเบกขา คือ อุเบกขาอิงเรื้อนหรือ อัญญาณูปะกขา คือ อุเบกขาที่เกิดพร้อมกับโมหะ ในเวลาที่อุเบกขานี้ปรากฏชัดเจน นักปฏิบัติพึงกำหนดว่า “เจยหนอ”

เมื่อนักปฏิบัติบรรลุอุทยัพพญาณแล้วข้ามพ้นวิปัสสนูปกิเลสได้ ความวางเจยในขณะตามรู้อารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ ย่อมเกิดขึ้น ความวางเจยนี้เรียกว่า อุเบกขาไม่อิงกามคุณ (นีรามิสอุเบกขา) ย่อมปรากฏชัดในภวังคญาณและปรากฏชัดยิ่งขึ้นในสังขารูปะกขาญาณ ในบางแห่งเรียกว่า เนกขัมมสิตอุเบกขา คือ อุเบกขาอิงวิปัสสนา นักปฏิบัติพึงกำหนดว่า “เจยหนอ”

อาหิสงส์ของการตามรู้เวทนา

การตามรู้เวทนาส่งผลให้นักปฏิบัติยังเห็นความเกิดดับของเวทนา ในบางขณะนักปฏิบัติอาจรับรู้เหตุเกิดขึ้นและเหตุดับไปของเวทนาตามที่ได้สติมาอีกด้วย กล่าวคือ สุขเวทนา เกิดจากการประสพกับอารมณ์ที่น่าชอบใจ ทุกขเวทนาเกิดจากการพบกับอารมณ์ที่ไม่น่าชอบใจ อุเบกขาเวทนา เกิดจากการประสพกับอารมณ์เป็นกลาง นอกจากนี้ เวทนายังมีเหตุเกิดคือ กรรมในอดีต อวิชชาและตัณหา

ผู้ที่ยังเห็นความเกิดดับของเวทนาอย่างนี้ จะเกิดสติระลึกว่ามีเพียงความรู้สึกสุขทุกข์ หรือวางเจย ไม่มีบุคคล เรา ของเรา บุรุษ สตรี ย่อมปราศจากความยึดมั่นสิ่งใดสิ่งหนึ่งในโลกคืออุปาทานขันธ์ ดังพระพุทธพจน์ว่า “สมุททยธมมานุสสุสี วา เวทนาสุ วิหริติ. วยธมมานุสสุสี วา เวทนาสุ วิหริติ. สมุททยธมมานุสสุสี วา เวทนาสุ วิหริติ. อตฺถิ เวทนาติ วา ปนสฺส

^{๑๑๖} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๔๓.

^{๑๑๗} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๖๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

สติ ปรากฏปฏิจิตา โหติ ยาวเทว ญาณมตตาย ปฏิสสุติมตตาย. อนิสฺสิตโต จ วิหฺรติ. น จ กิณฺจ โลกเก อุปาทียติ.”^{๑๑๘}

ผู้เจริญวิปัสสนา ตามรู้สภาวะธรรม คือ ความเกิดขึ้นในเวทนาอยู่บ้าง ความดับในเวทนาอยู่บ้าง ทั้งความเกิดขึ้น ทั้งความดับในเวทนาอยู่บ้าง เธอย่อมเป็นอยู่อีกอย่างหนึ่งคือเข้าไปตั้งสติว่าเวทนามี ก็เพียงสักว่าเอาไว้รู้ เพียงสักว่าเอาไว้ระลึกได้เท่านั้น เธอเป็นผู้อยู่อย่างไม่ถูกตัณหาและทิฏฐิ เข้าอิงอาศัย และไม่ถือมั่นอะไรๆในโลก

๔.๓.๓ อธิบาย จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

จิต เป็นธรรมชาติที่รู้อารมณ์^{๑๑๙} คือรับอารมณ์อยู่เสมอ มีวจนัตถะว่า อารมฺมณฺ์ จินฺเต ตีติ จิตฺตํ ธรรมชาติใด ย่อมรู้อารมณ์ คือได้รับอารมณ์อยู่เสมอ ฉะนั้นธรรมชาตินั้น ชื่อว่า จิต^{๑๒๐}

หรืออีกนัยหนึ่ง วิจิตฺติ กโรตีติ จิตฺตํ ธรรมชาติใดทำความเป็นอยู่ของสัตว์ทั้งหลาย ให้วิจิตร ฉะนั้น ธรรมชาตินั้นชื่อว่า จิต^{๑๒๑} สิ่งที่ไม่มีชีวิตทั้งหมดที่วิจิตรพิสดารนั้น ก็เพราะอำนาจแห่งจิต คือจิตเป็นผู้ทำให้วิจิตรพิสดารขึ้น^{๑๒๒}

บาลีมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “จิตฺเต จิตฺตานุปัสสี” แปลความว่า “พิจารณาเห็นจิตในจิต” การตามกำหนดเห็นอาการของจิตอย่างหนึ่งในบรรดาอาการของจิตที่ปรากฏอยู่ คำว่า “จิต” หมายถึงธรรมชาติคิดอารมณ์, ธรรมชาติรู้อารมณ์ เป็นนามซึ่งเป็นอารมณ์ที่ประณีตละเอียดอ่อนมากที่สุด รู้เห็นได้ยาก ขอบตกไปในอารมณ์ที่นำปรารถนาและไม่นำปรารถนา มีความรวดเร็วมาก ไม่มีตัวตนเหมือนรูป เห็นได้ยากกว่าอาการของรูป เพียงสามารถบอกได้ว่านามย่อมมีสภาพนุ่มไป หรือสามารถรับรู้อารมณ์ได้เท่านั้น รู้ได้ทางมโนทวาร(ใจ) โดยการคิดนึก ในขณะที่เดียวกันจิตก็เป็นอารมณ์ของกัมมัญฐานด้วย คือจิตที่ฟุ้งซ่าน สงสัย โลก โกรธ หลง อิจฉา ริษยา หดหู่ เชื่องซึม ไม่พอใจ เป็นต้น ในพุทธศาสนามีวิธีที่จะรู้ความเป็นไปของนามได้ด้วยการตามกำหนดด้วยความตั้งใจ เมื่อตั้งสติตามกำหนดแล้ว ก็เลสก็ไม่สามารถเข้ามาเจือจิตได้ ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า “อิห ภิกฺขเว ภิกฺขุ สฺราคํ วา จิตฺตนฺติ ปชานาติ ฆลฺย วิตโมหํ วา จิตฺตํ วิตโมหํ จิตฺตนฺติ ปชานาติ...”^{๑๒๓}

^{๑๑๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๖๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๒.

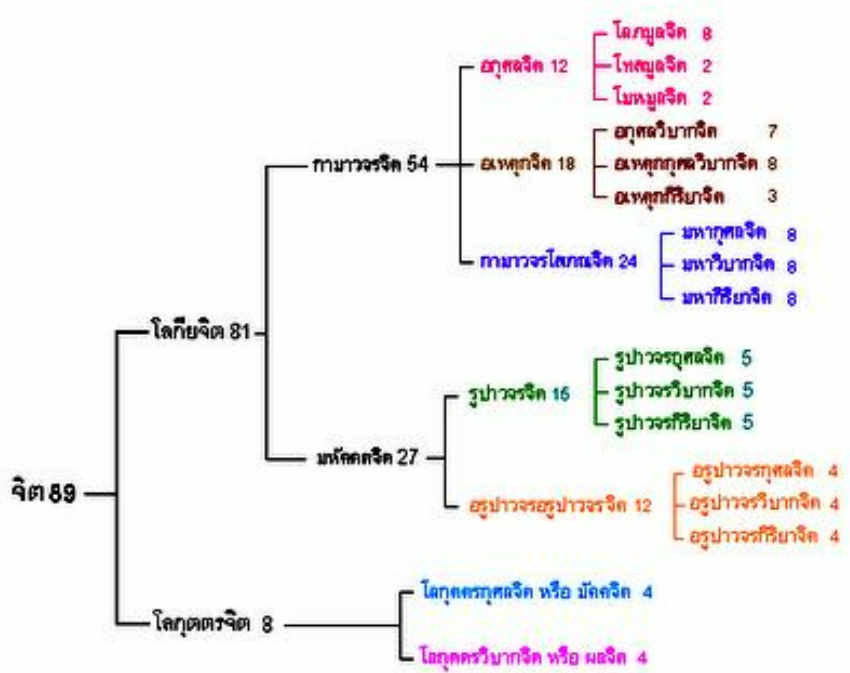
^{๑๑๙} ตูรายละเอียด ชุ.ปฎิ.อ.(บาลี)๒/๖๒/๓๖

^{๑๒๐} ตูรายละเอียด ชุ.ป.อ.(บาลี)๑/๖๒/๑๐๘, อภิ.สง.อ.(บาลี)๑๒๗/๑๑๐

^{๑๒๑} ตูรายละเอียด อภิ.สง.อ.(บาลี).๑๑๐-๑๑๒, มงฺคณ.(บาลี) ๒/๕๖/๔๓๒

^{๑๒๒} ตูรายละเอียด ชุ.อป.อ.(บาลี)๒/๘๘๗/๑๖๑

^{๑๒๓} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๑/๒๕๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕., ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๔/๘๓.



แปลความได้ว่า “ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ จิตมีราคะ”^{๒๒๔} ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีราคะ’
 จิตปราศจากราคะ”^{๒๒๕} ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากราคะ’

^{๒๒๔} จิตที่เกิดพร้อมด้วยโลภะ ๘ อย่าง ที่ว่าจิตมีราคะ หมายความว่า จิตประกอบด้วยความกำหนัด
 ย่อมใจ ได้แก่ โลภมูลจิต ๘ คือ

- (๑) โสทิส อสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความดีใจในการทำบาป ประกอบด้วยมัจฉาทิฏฐิ ไม่มีสิ่ง
 กระตุ้นเตือนให้คิด
- (๒) โสทิส สสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความดีใจในการกระทำบาป ประกอบด้วยมัจฉาทิฏฐิ มีสิ่ง
 กระตุ้นเตือนให้คิด
- (๓) โสทิวิ อสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความดีใจในการกระทำบาป ปราศจากมัจฉาทิฏฐิ ไม่มีสิ่ง
 กระตุ้นเตือนให้คิด
- (๔) โสทิวิ สสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความดีใจในการกระทำบาป ปราศจากมัจฉาทิฏฐิ มีสิ่ง
 กระตุ้นเตือนให้คิด
- (๕) อุทิส อสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับอุเบกขา ประกอบด้วยมัจฉาทิฏฐิ ไม่มีสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิด
- (๖) อุทิส สสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับอุเบกขา ประกอบด้วยมัจฉาทิฏฐิ มีสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิด
- (๗) อุทิวิ อสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับอุเบกขา ปราศจากมัจฉาทิฏฐิ ไม่มีสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิด
- (๘) อุทิวิ สสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับอุเบกขา ปราศจากมัจฉาทิฏฐิ มีสิ่งกระตุ้นให้คิด

^{๒๒๕} จิตที่เป็นกุศล และอพยากตจิตฝ่ายโลกิยะ ที่ว่า จิตปราศจากราคะ หมายถึงจิตที่ปราศจากโลภมูล
 จิต ๘ นั้น อันได้แก่

กุศลจิต และอพยากตจิตฝ่ายโลกิยะ กล่าวคือ กามาวจรกุศลจิต ๘ รูปาวจรกุศลจิต ๕
 อรูปาวจรกุศลจิต ๔ (ทั้ง ๑๗ นี้ เป็นกุศลจิตฝ่ายโลกิยะ) กามาวจรกุศลวิบากจิต ๘ รูปาวจรวิบากจิต ๕
 อรูปาวจรวิบากจิต ๔ (ทั้ง ๑๗ นี้ เป็นอพยากตจิตฝ่ายโลกิยะ)

จิตมีโทสะ ^{๑๒๖}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตมีโทสะ'
จิตปราศจากโทสะ ^{๑๒๗}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตปราศจากโทสะ'
จิตมีโมหะ ^{๑๒๘}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตมีโมหะ'
จิตปราศจากโมหะ	ก็รู้ชัดว่า 'จิตปราศจากโมหะ'
จิตหดหู่ ^{๑๒๙}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตหดหู่'
จิตฟุ้งซ่าน ^{๑๓๐}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตฟุ้งซ่าน'
จิตเป็นมหัคคตะ ^{๑๓๑}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตเป็นมหัคคตะ'
จิตไม่เป็นมหัคคตะ ^{๑๓๒}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตไม่เป็นมหัคคตะ'

^{๑๒๖} ได้แก่จิต ๒ ดวงที่เกิดพร้อมด้วยโทมนัส ที่ว่าจิตมีโทสะ หมายความว่าจิตประกอบด้วยความโกรธ ได้แก่ โทสมูลจิต ๒ คือ (๑) โทมนัสสสหคต ปฏิฆสมปยุตต์ อสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความเสียใจ ประกอบด้วยความขัดเคืองใจ ไม่มีสิ่งกระตุ้นให้คิดโกรธ (๒) โทมนัสสสหคต ปฏิฆสมปยุตต์ สสงฺขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความเสียใจ ประกอบด้วยความขัดเคืองใจ มีสิ่งกระตุ้นเตือนให้คิดโกรธ

^{๑๒๗} ที่ว่าจิตปราศจากโทสะ หมายถึงจิตที่ปราศจากโทสมูลจิต ๒ นั้น อันได้แก่กุศลจิต และอัปยาคจิต ฝ่ายโลกิยะ

^{๑๒๘} ได้แก่จิต ๒ ดวง คือ จิตที่เกิดพร้อมด้วย วิจิกิจณาดวง ๑ ที่เกิดพร้อมด้วยอุทฺทจจะดวง ๑ แต่เพราะโมหะยอมเกิดได้ในอกุศลจิตทั้งหมด ฉะนั้นแม้อกุศลจิตที่เหลือก็ควรได้ในบพว่าจิตมีโมหะนี้ จจริงอยู่ อกุศลจิต ๑๒ (โลภมูล ๘ โทสมูล ๒ โมหมูล ๒) ท่านประมวลไว้ในหมวด ๒ นี้เท่านั้น.

ที่ว่าจิตมีโมหะ ความหมายว่า จิตประกอบด้วยความหลงได้แก่โมหมูลจิต ๒ คือ (๑) อุเปกฺขา สหคต วิจิกิจณสมปยุตต์ จิตที่เกิดพร้อมกับความเฉย ประกอบด้วยความลึ้งเลใจ (๒) อุเปกฺขา สหคต อุทฺทจจสมปยุตต์ จิตที่เกิดพร้อมกับความเฉย ประกอบด้วยความฟุ้งซ่าน

^{๑๒๙} ได้แก่ จิตที่ตกไปในดินมีทระ.

^{๑๓๐} ได้แก่ จิตที่เกิดพร้อมด้วยอุทฺทจจะ

^{๑๓๑} ได้แก่ จิตที่เป็นรูปาวจร และ อรูปาวจร ที่ว่าจิตเป็นมหัคคตะ แปลว่า จิตถึงความใหญ่ ได้แก่ รูปาวจรจิต และอรูปาวจรจิต

ก. รูปาวจรจิต ได้แก่จิตในรูปमान ๑๕ คือ จิตในปฐมมาน ทุตติยมาน ตติยมาน จตุตถมาน และปัญจมาน (ทั้งฝ่ายกุศล วิบาก กิริยา $๓ \times ๕ = ๑๕$)

ข. อรูปาวจรจิต ได้แก่ จิตในอรูปमान ๑๒ คือจิตในอากาสาณัญญาตณมาน วิญญูณัญญาตณมาน อากิญจัญญาตณมาน และเนวสัณญานาสัณญายตณมาน (ทั้งฝ่ายกุศลวิบาก กิริยา $๓ \times ๔ = ๑๒$)

^{๑๓๒} ได้แก่จิตที่เป็นกามาวจร ที่ว่าจิตไม่เป็นมหัคคตะ หมายความว่าจิตไม่ถึงความเป็นใหญ่ คือจิตที่ไม่เป็นรูปาวจร และอรูปาวจร อันได้แก่กามาวจรจิต ๕๔ กล่าวคือ อกุศลจิต ๑๒ อเหตุกจิต ๑๘

กามาวจรโลภณจิต ๒๔

ก. อกุศลจิต ๑๒ ได้แก่ โลภมูลจิต ๘ โทสมูลจิต ๒ โมหมูลจิต ๒

ข. อเหตุกจิต ๑๘ ได้แก่

(ก) อกุศลวิบากจิต ๘ คือ

๑. จักขุวิญญาณ ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา

๒. โสทวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๓. ฆานวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๔. ชิวหาวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๕. กายวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับทุกขเวทนา
๖. สัมปฏิจฉนจิต ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๗. สันตிரณจิต ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา

(ข) กุศลวิบากจิต ๘ คือ

๑. จักขุวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๒. โสทวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๓. ฆานวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๔. ชิวหาวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๕. กายวิญญูณ ที่เกิดพร้อมกับสุขเวทนา
๖. สัมปฏิจฉนจิต ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๗. สันตிரณจิต ที่เกิดพร้อมกับโสมนัสสเวทนา
๘. สันตிரณจิต ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา

(ค) กิริยาจิต ๓ คือ

๑. ปัญจทวาราวัชชนจิต ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๒. มโนทวาราวัชชนจิต ที่เกิดพร้อมกับอุเบกขาเวทนา
๓. หลิตุปปาทจิต ที่เกิดพร้อมกับโสมนัสสเวทนา

ค. กามาวจรโสภณจิต ๒๔ คือ มหากุศลจิต ๘ มหาวิบากจิต ๘ มหากิริยาจิต ๘

ซึ่งมีชื่อเหมือนกันทั้ง ๓ ประเภท คือ

(๑) โสญาณส อสงขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความดีใจ ประกอบด้วยญาณ ไม่มีสิ่งกระตุ้นเตือน

(๒) โสญาณส สสงขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความดีใจ ประกอบด้วยญาณ มีสิ่งกระตุ้นเตือน

(๓) โสญาณวิ อสงขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความดีใจ ปราศจากญาณ ไม่มีสิ่งกระตุ้นเตือน

(๔) โสญาณวิ สสงขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความดีใจ ปราศจากญาณ มีสิ่งกระตุ้นเตือน

(๕) อุญาณส อสงขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความวางเฉย ประกอบด้วยญาณ ไม่มีสิ่งกระตุ้นเตือน

(๖) อุญาณส สสงขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความวางเฉย ประกอบด้วยญาณ มีสิ่งกระตุ้นเตือน

(๗) อุญาณวิ อสงขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความวางเฉย ปราศจากญาณ ไม่มีสิ่งกระตุ้นเตือน

(๘) อุญาณวิ สสงขาริก จิตที่เกิดพร้อมกับความวางเฉย ปราศจากญาณ

จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ^{๑๓๓}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า'
จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ^{๑๓๔}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า'
จิตเป็นสมาธิ ^{๑๓๕}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตเป็นสมาธิ'
จิตไม่เป็นสมาธิ ^{๑๓๖}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตไม่เป็นสมาธิ'
จิตหลุดพ้นแล้ว ^{๑๓๗}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตหลุดพ้นแล้ว'
จิตไม่หลุดพ้น ^{๑๓๘}	ก็รู้ชัดว่า 'จิตไม่หลุดพ้น' ^{๑๓๙}

ประเภทของจิต

ก. จิตมี ๘๘ หรือ ๑๒๑ ดวง คือ^{๑๔๐}

- (๑) กามาวจรจิต จิตที่ท่องเที่ยวอยู่ในกามภูมิ มี ๕๔ ดวง
- (๒) รูปาวจรจิต จิตที่ท่องเที่ยวอยู่ในรูปภูมิมี ๑๕ ดวง
- (๓) อรูปาวจรจิต จิตที่ท่องเที่ยวอยู่ในอรูปภูมิ มี ๑๒ ดวง
- (๔) โลกุตตรจิต จิตเหนือโลก มี ๘ หรือ ๔๐ ดวง

จิตที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน ในมหาสติปัฏฐานมี ๑๖ ดวงคือ

- (๑) สรรคจิต จิตที่มีราคะ ได้แก่ โลภ มุลจิต ๘ ดวง
- (๒) วิตรรกจิต จิตปราศจากราคะ ได้แก่ กุศลจิต ๑๗ ดวง กับวิบากจิต ๓๒ ดวง
- (๓) สโทสจิต จิตมีโทสะ ได้แก่ โทสมูลจิต ๒ ดวง
- (๔) วิตโทสจิต จิตปราศจากโทสะ ได้แก่ กุศลจิต ๑๗ ดวง กับวิบากจิต ๓๒ ดวง
- (๕) สโมหจิต จิตมีโมหะ ได้แก่ โมหมูลจิต ๒ ดวง
- (๖) วิตโมหจิต จิตปราศจากโมหะ ได้แก่ กุศลจิต ๑๗ ดวง กับวิบากจิต ๓๒ ดวง

มีสิ่งกระตุ้นเตือนที่ว่า จิตเป็นสุดตระ แปลว่า จิตที่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่ กามาวจรจิตที่ว่า จิตเป็นอนุดตระ แปลว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่ รูปาวจรจิต และอรูปาวจรจิต

^{๑๓๓} ได้แก่จิตที่เป็นกามาวจร

^{๑๓๔} ได้แก่จิตที่เป็นรูปาวจรและอรูปาวจร แม้ในจิตเหล่านั้น จิตที่ชื่อว่า สุดตระ ได้แก่จิตเป็นรูปาวจรจิตชื่อว่า อนุดตระ ได้แก่ จิตที่เป็นอรูปาวจร.

^{๑๓๕} ได้แก่อัปปนาสมาธิหรืออุปปจารสมาธิ

^{๑๓๖} จิตไม่ตั้งมั่น ได้แก่ จิตที่เว้นจากสมาธิทั้งสอง

^{๑๓๗} ได้แก่จิตหลุดพ้นด้วยตทังควิมุตติและวิกขัมภณวิมุตติ

^{๑๓๘} ได้แก่จิตที่เว้นจากวิมุตติทั้งสอง ส่วนสมุจเฉทวิมุตติ ปฏิปัตตวิมุตติ และนิสสรณวิมุตติ ไม่มีโอกาสในบทนี้เลย.

^{๑๓๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๑๔๐} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๘), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่

๑.(กรุงเทพมหานคร : บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๘๒๕-๘๒๘.

- (๗) สังขิตตจิต จิตหดหู่เชื่อมซึม ท้อถอยจากอารมณ์ ได้แก่ จิตมีถิ่นะ มิทธะ
- (๘) วิกขิตตจิต จิตฟุ้งซ่าน ได้แก่ จิตที่สหระคตด้วยอุทธัจจะ
- (๙) มหัคคตจิต จิตถึงความยิ่งใหญ่ ได้แก่ รูปาวจรจิต อรูปาวจรจิต
- (๑๐) อมหัคคตจิต จิตไม่ถึงความยิ่งใหญ่ ได้แก่ กามาวจรจิต
- (๑๑) สอตุตตรจิต จิตที่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่ กามาวจรจิต
- (๑๒) อนุตตรจิต จิตที่ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่ รูปาวจรจิตและอรูปาวจรจิต
- แม้ในจิตทั้ง ๒ อย่างนั้น ในอรรถกถา महाสติปัฏฐาน ท่านแก้ไว้ว่า รูปาวจรจิต จัดเป็นสอตุตตรจิต อรูปาวจรจิต เท่านั้น จัดเป็น อนุตตรจิต
- (๑๓) สสมาहितจิต จิตตั้งมั่น ได้แก่ จิตเป็นอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิ
- (๑๔) อสสมาहितจิต จิตไม่ตั้งมั่น ได้แก่ จิตเว้นจากสมาธิทั้ง ๒ อย่างนั้น คือ เว้นจากอุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ
- (๑๕) วิมุตตจิต จิตที่หลุดพ้น ได้แก่ จิตที่หลุดพ้นด้วย ตทังควิมุตติ และวิกขัมภณวิมุตติ เท่านั้น ไม่ได้หมายความว่าถึง สมุจเฉทวิมุตติ ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ และนิสสรณวิมุตติ เลย
- (๑๖) อวิมุตตจิต จิตไม่หลุดพ้น ได้แก่ จิตที่ปราศจาก ตทังควิมุตติ และปราศจากวิกขัมภณวิมุตติ ทั้ง ๒ อย่างนั้น

พระพุทธองค์ตรัสวิธีพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

การปฏิบัติเจริญสติกำหนดพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ ดังนั้นการเจริญสติกำหนดรู้พิจารณาอย่างมีสติอยู่เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่ถูกตำหนาและทักท้วงใครบงา มีความรู้สึกไม่ยึดมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุชื่อว่า พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ อย่างนี้แล.

การเจริญวิปัสสนากำหนดพิจารณาจิต เป็นการสำรวจตัวเองด้านใน เพื่อกำหนดแนวทางที่ถูกต้องจริง ๆ ของการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวะที่จิตเป็นกุศลหรืออกุศล ถือเป็นภาวะธรรมดาในโลกียวิสัย จุดสำคัญอยู่ที่การกำหนดรู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงของกระแสจิต คือ การตามดูกระบวนการทำงานของจิต ไม่ใช่การกั้นกระแสจิต เมื่อราคะ โทสะ สงสัย โมหะเกิดขึ้น จิตหดหู่ก็รู้ จิตมีราคะก็รู้ให้กำหนดรู้ตามสภาวะอาการเกิดตามเป็นจริงนั้น ๆ จนกว่าจะดับไปสิ้นไปทั้งจิตคิดไปในอนาคต อดีต ปัจจุบัน

การปฏิบัติในขั้นนี้ก็เพื่อจะกำจัดซึ่งความเห็นว่าเป็นของเที่ยง หรือบรรเทาเสียซึ่งความเที่ยงที่จะเข้าไปยึดไปถือความเที่ยงนั้น ไม่ว่าจะเป็ความเปลี่ยนแปลงอันใดที่เกิดขึ้นในชีวิต ผู้ปฏิบัติจะได้มองความเปลี่ยนแปลงนั้น โดยไม่รู้สึกเสียใจอะไร เพราะพิจารณาแล้วว่าใน

ชีวิตของคนเราย่อมมีความเปลี่ยนแปลง แล้วก็มองดูด้วยสติว่ามันเป็นอย่างไรเอง

วิธีการกำหนดจิต

เมื่อจิตทั้ง ๑๖ อย่างเกิดขึ้น จะมีวิธีปฏิบัติให้ถูกต้องตามหลักของ จิตตานุปัสสนาสติปัญญา คือ ให้มีสติกำหนดรู้ เช่น เมื่อจิตมีราคะ ก็ให้รู้ชัดว่า จิตมีราคะ เมื่อจิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่าจิตปราศจากราคะ เป็นต้น สมดังพุทธพจน์ว่า “สราคะ วา จิตฺตํ สราคะ จิตฺตนฺตติ ปชานาติ. วิตราคํ วา จิตฺตํ วิตราคํ จิตฺตนฺตติ ปชานาติ.”^{๑๔๑}

ในเวลาปฏิบัติจริงๆ จะต้องภาวนา เพื่อให้เกิดผลดีคือ ภาวนาให้ทันอารมณ์ปัจจุบัน เช่น ภาวนาว่า “ราคะหนอๆ” ปักสติลงไปที่หทัยวัตถุ เรียกว่า โยนิโสมนสิการ ทำไว้ในใจจนถึงที่เกิดของจิต ถ้าโทสะเกิดขึ้น ก็ให้ภาวนาว่า “โกรธหนอๆ” ปักสติลงไปที่หทัยวัตถุ เช่นเตี้ยวกัน เมื่อปฏิบัติถูกต้องตามหลักนี้จะได้ผลตามขั้นของศีล สมาธิ ปัญญา คือ ถ้าศีลสมาธิ ปัญญา แก่กล้าสามารถจะเห็นความเกิดดับของ รากจิต โทสจิต โมหจิต ได้เป็นอย่างดี เมื่อเห็นความเกิดดับแล้ว ถ้าเพียรพยายามทำต่อๆ ไป สามารถจะเกิดวิปัสสนาญาณขึ้นโดยลำดับๆ จนถึงมรรคญาณ ผลญาณ ปัจจเวกขณญาณได้ ถ้ายังไม่ถึงก็จะทำให้ผู้นั้นได้ตัดทังควิมุติและวิภังขณวิมุติ คือ มีจิตหลุดพ้นจากกิเลสตัวยงค์ของพระกรรมฐานนั้น และหลุดพ้นด้วยการข่มไว้ด้วยอำนาจของขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ

คนที่เอาความโกรธเป็นอารมณ์ ตายแล้วจะไปเกิดเป็นมนุษย์ก็ได้ ไปสวรรค์ก็ได้ ไปพรหมโลกก็ได้ ไปนิพพานก็ได้ ทั้งนี้สุดแต่กำลังของการปฏิบัติใน ศีล สมาธิ ปัญญา หมายความว่า ผู้นั้นเอาความโกรธเป็นอารมณ์ของพระกรรมฐาน เช่น “เมื่อจิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโทสะ เมื่อจิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโทสะ” เป็นต้น ตามพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า “สโทสํ วา จิตฺตํ สโทสํ จิตฺตนฺตติ ปชานาติ. วิตโทสํ วา จิตฺตํ วิตโทสํ จิตฺตนฺตติ ปชานาติ.”^{๑๔๒}

เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดถูกต้องตามหลักนี้ แนนอนแล้วก็จะได้ผล ดังนี้คือ

(๑) ถ้าผู้ปฏิบัติธรรม เกิดความโกรธขึ้นมา เมื่อภาวนาว่า “โกรธหนอๆ” ความโกรธจะเบาบางๆ จนหายไป ใจของผู้นั้นเป็นกุศลเกิดขึ้น เพราะมีสติคอยกำกับ สติเป็นคู่ปรับกับโลภะ โทสะ โมหะ เมื่อมีสติแล้ว โลภะ โทสะ โมหะ ไม่เกิดขึ้น อุปมาเหมือนกันกับแสงสว่างกับความมืดเมื่อมีแสงสว่างแล้วความมืดไม่มี เมื่อมีมืดแล้วแสงสว่างไม่มี เพราะฉะนั้นถ้าหากตายด้วยจิตที่กำลังมีสติอย่างนี้ อย่างต่ำก็ไปเกิดเป็นมนุษย์ อย่างสูงก็ไปเกิดเป็นเทวดา

^{๑๔๑} ที่.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๑/๒๖๖, ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.

^{๑๔๒} ที่.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๑/๒๖๖, ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.

(๒) ถ้าความโกรธเกิดขึ้น ผู้นั้นพิจารณาโทษของความโกรธ แล้วเจริญเมตตากรรมฐานแผ่เมตตาจิตไปในตน ในคนอื่น ในทิศทั้ง ๔ ในทิศทั้ง ๘ ในทิศทั้ง ๑๐ จนได้บรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน เป็นต้น ตายแล้วไปเกิดในพรหมโลก

(๓) ถ้าความโกรธเกิดขึ้น ใช้สติกำหนดความโกรธนั้น จนเห็นความโกรธดับลงไปอย่างแน่ชัด แล้วเกิดนิพพิทา วิจารณ์ วิมุติ หลุดพ้นจากกิเลสเป็นสมุจเฉตพหุทาน ผู้นั้นก็จะไปสู่พระนิพพาน แต่ถ้าผู้นั้นไม่ได้เอาความโกรธเป็นอารมณ์ของพระกรรมฐาน มีแต่เป็นไปในอำนาจของความโกรธฝ่ายเดียว ก็มีหวังไปอบายภูมิได้คือ ไปตกนรก

ข้อที่ว่า พิจารณาเห็นจิตในจิตในภายใน เห็นจิตในจิตในภายนอก เป็นต้นนั้น หมายความว่า เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดพิจารณาจิตของตนเองอยู่บ่อยๆ อย่างนี้ สามารถจะรู้ชัดซึ่งความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แห่งจิตของตนได้ดี เมื่อรู้จิตของตนได้ดีแล้วก็สามารถรู้ชัดซึ่งความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แห่งจิตของคนอื่นได้ดี เมื่อรู้จิตของตนได้ดีแล้วก็สามารถรู้จิตของคนอื่นได้ดีเช่นเดียวกัน และบางครั้งก็รู้จิตของตน บางครั้งก็รู้จิตของคนอื่น เพราะฉะนั้น จึงสรุปใจความได้ดังนี้คือ

ข้อที่ว่า “พิจารณาเห็นจิตในจิตในภายใน” ได้แก่ พิจารณาเห็นจิตของตน

ข้อที่ว่า “พิจารณาเห็นจิตในจิตในภายนอก” ได้แก่ พิจารณาเห็นจิตของคนอื่น

ข้อที่ว่า “พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอก” ได้แก่ บางครั้งพิจารณาเห็นจิตของตน บางครั้งพิจารณาเห็นจิตของคนอื่น

ข้อที่ว่า “พิจารณาเห็นความเกิดขึ้น พิจารณาเห็นความเสื่อมไป พิจารณาเห็นทั้งความเกิดขึ้นทั้งความเสื่อมไปในจิต” ท่านหมายความว่า ได้ ๒ ประการ คือทางปริยัติและทางปฏิบัติ

ทางปริยัติ หมายความว่า พิจารณาเห็นว่า จิตนี้เกิดขึ้นเพราะเหตุ ๕ ประการคือ อวิชชา ตัณหา กรรม นามรูป และความเกิดขึ้นของจิตอย่างเดียว และจิตนี้จะดับไปก็เพราะเหตุ ๕ ประการดับ คือ อวิชชา ตัณหา กรรม นามรูป และความดับไปของจิตอย่างเดียว

ทางปฏิบัติ หมายความว่า ผู้นั้นได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน มีวิปัสสนาญาณเกิดขึ้นมาโดยลำดับๆ นับตั้งแต่อุทยัพพญาณ เป็นต้นไป

ข้อที่ว่า จิตมีอยู่เป็นต้นนั้น หมายความว่า จิตนั้นมีอยู่จริง แต่ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา อะไรทั้งสิ้น เป็นเพียงนามซึ่งอาศัยรูปเกิดขึ้นเท่านั้น

ข้อที่ว่า อยู่อย่างไม่มีอะไรอาศัยนั้น หมายความว่า ไม่มีตัณหา มานะ ทิฏฐิ อาศัยอยู่เพราะผู้นั้น ได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน ละตัณหา มานะ ทิฏฐิ ได้แล้ว

ข้อที่ว่า ไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลกนั้น หมายความว่า ไม่ยึดมั่นถือมั่นจิต ว่าเป็นสัตว์ บุคคล ตัว ตน เรา เขา เพราะละสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส เป็นต้น ได้แล้ว

การพิจารณาจิตจัดเป็นอริยสัง ๔ ได้ดังนี้คือ

- (๑) จิตตปริศนาหิกกา สติ ทุกขสัจจ์ สติที่กำหนดรู้จิต จัดเป็นทุกขสัง
- (๒) ตสฺสา สมุฏฐาปีกา ปุริมตณฺหา สมุทยสัจจ์ ตณฺหาก่อนๆ ที่ยังสตินั้นให้เกิดขึ้น จัดเป็นสมุทยสัง
- (๓) อุกิณฺณ อปฺปวตฺติ นิโรธสัจจ์ ความไม่เป็นไปแห่งทุกข์ กับสมุทัยคือ ทุกข์กับสมุทัย ดับลงไป จัดเป็นนิโรธสัง
- (๔) ทุกฺขปฺริชานโน สมุทยปชฺชนโน นิโรธารมฺมโณ อริยมคฺโค มคฺคสัจจ์ อริยมรรค กำหนดรู้ทุกข์ ละสมุทัย นิโรธ มีนิพพานเป็นอารมณ์ จัดเป็นมคฺคสัง^{๑๔๓}

การบังคับใจ

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า

น สพฺพโต มโน นิวารเย มโน ยตตตมาคตํ
 ยโต ยโต จ ปาปกํ ตโต ตโต มโน นิวารเยติ ฯ

บุคคลไม่ควรห้ามใจแต่อารมณ์ทั้งปวง ที่เป็นเหตุให้ใจมาถึงความสำรวมบาปยอมเกิดขึ้นแต่อารมณ์ใด ๆ บุคคลพึงห้ามใจแต่อารมณ์นั้น ๆ^{๑๔๔}

อรรถกถาโมณินิวารณสูตร อธิบายว่า คำว่า ยโต ยโต จ ปาปกํ ได้แก่ อกุศลยอมเกิดแต่กรรมใด ๆ บุคคลพึงห้ามใจเฉพาะกรรมนั้น ๆ^{๑๔๕}

การปฏิบัติในข้อนี้ก็เพื่อจะกำจัดซึ่งความเห็นว่าเป็นของเที่ยง หรือบรรเทาเสียซึ่งความเที่ยงที่จะเข้าไปยึดไปถึงความเที่ยงนั้น ไม่ว่าจะเป็ความเปลี่ยนแปลงอันใดที่เกิดขึ้นในชีวิต ผู้ปฏิบัติจะได้มองความเปลี่ยนแปลงนั้น

การกำหนดต้นจิต เป็นการกำหนดรู้นามที่เป็นใหญ่ในกองสังขาร ซึ่งทำหน้าที่สั่งการควบคุมพฤติกรรมทั้งหมดของรูป เพื่อให้โยคีบุคคลรู้เท่าทันจิตที่ต้องการเปลี่ยนจากอิริยาบถหนึ่งไปสู่อีกอิริยาบถหนึ่ง ใจจะโน้มว่าต้องการขึ้นมาก่อน เช่น จิตอยากจะทำก็กำหนด“อยากจะทำหนอ ๆ” จิตอยากจะทำก็กำหนด “อยากจะทำหนอ ๆ” เป็นต้น ให้กำหนด ๓ ครั้งเพื่อให้เกิดความชัดเจนมากยิ่งขึ้น ถ้ากำหนดครั้งหรือสองครั้งก็น้อยไป หากกำหนดเกิน ๓ ครั้งก็มากเกินไป ทำให้เสียเวลา

^{๑๔๓} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ศ.๙), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน. พิมพ์ครั้งที่ ๑.(กรุงเทพมหานคร : บริษัทประยูรวงศ์พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๙๒๙.

^{๑๔๔} ส.ส.(ไทย) ๑๕/๒๔/๒๗

^{๑๔๕} ส.ส.อ.(บาลี)๑/๒๔/๕๑.

๓.๒.๔ อธิบาย ธัมมานุปัสสนาสติปัญญา

บาลีว่า “ธมฺเมสุ ธมฺมาสุปฺปัสสี” แปลว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คำว่า ธรรม หมายถึงสภาพทรงไว้ซึ่งภาวะของตน ทรงไว้ซึ่งลักษณะของตน คำว่า “ธรรม” หรือ “ธัมมารมณ” แปลว่า อารมณ์ที่เกิดกับใจ หมายถึง การพิจารณาในขณะนั้น ๆ ว่า มีธรรมอะไร เกิดขึ้นในจิตของตน ก็รู้ชัดในธรรมนั้น ๆ การพิจารณาธรรมอันเป็นสภาวะโดยรวมทั้งรูปธรรม และนามธรรม ทั้งภายในและภายนอก(รูปและนาม) ในการพิจารณากำหนดรู้สภาวะธรรมนั้น ต้องกำหนดรู้ไปตามลำดับตั้งแต่อย่างหยาบไปจนถึงอย่างละเอียดที่สุด ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติที่ ลึกซึ้งกว่าการเห็นกาย เวทนา และจิตอย่างใดอย่างหนึ่งตามที่ได้ปฏิบัติมา ให้ความจริงแบบ สัจจะคือ อริยสัจ การปฏิบัติไม่ใช่แค่ให้กำหนดรู้เรื่องสภาวะธรรมอันเป็นทุกข์ทั้งปวงเท่านั้น แต่ต้องมีการกำหนดรู้ทางดับทุกข์รวมไว้ด้วย

สติตั้งมั่นพิจารณาเนื่องๆ ซึ่งธรรม ๕ หมวด คือ นีวรณ ๕ ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔^{๑๖} มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกเสียได้^{๑๗}ในมหาสติปัญญาสูตร จำแนกสภาพธรรมออกเป็น ๕ หมวด คือ “อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ ธมฺเมสุ ธมฺมานุปฺปัสสี วิหฺรติ ปญฺจสุ นีวฺเรณฺสุ ๫ ปฺุน จปร... อุปาทานกฺขนฺธฺสุ ๫ ปฺุน จปร...ณฺสุ อชฺชตฺติกพาหิเรสุ อายุตเนสุ ๫ ปฺุน จปร...สตฺตสุ โพชฌณฺเจสุ ๫ ปฺุน จปร...จตุสฺ อริยสจฺเจสุ”^{๑๘}

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นีวรณ ๕ อยู่^{๑๙}...คือ อุปาทานชั้น ๕ อยู่^{๒๐}.. คือ อายุตนะภายใน ๖ อายุตนะภายนอก ๖ อยู่^{๒๑}...คือโพชฌงค์ ๗ อยู่^{๒๒}..คือ อริยสัจ ๔ อยู่”^{๒๓}

^{๑๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

^{๑๗} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓, ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๑๑๐.

^{๑๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๖/๒๖๐., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

^{๑๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๒/๒๕๕-๒๕๗., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

^{๒๐} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๓/๒๕๗., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘-๓๑๙.

^{๒๑} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๔/๒๕๘., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙-๓๒๐.

^{๒๒} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๕/๒๕๙., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๐-๓๒๑.

^{๒๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

๑) นีวรณธรรม ๕

ธรรมเป็นเครื่องกั้นหรือห้าม ไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มีฌาน เป็นต้น ซึ่งมีสภาวะธรรมดังนี้

๑. กามฉันทนีวรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความพอใจในกามคุณอารมณ์

๒. พยาบาทนีวรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ การผูกพยาบาท จงล้าจงผลาญผู้อื่น

๓. ถีนมิตถนีวรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มีอาการหดหู่และท้อถอยต่ออารมณ์ (ง่วงเหงา หาวนอน)

๔. อุทธัจจกุกุกุจนีวรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความฟุ้งซ่านและรำคาญในอารมณ์ (ใจตั้งอยู่ไม่ได้)

๕. วิจิกิจฉานนีวรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความสงสัยลังเลใจ ในสิ่งที่ควรเชื่อ (มีพระรัตนตรัย เป็นต้น)^{๑๕๔}

นีวรณ คือ เครื่องกั้นจิตไม่ให้บำเพ็ญกุศลชั้นสูง คือ ฌาน วิปัสสนา มรรคและผลบุคคลที่ถูกนีวรณครอบงำ ย่อมไม่รู้ประโยชน์ตนและผู้อื่นไม่อาจบรรลุสมาธิและปัญญา นีวรณ ๕ ประการ คือ

๑. กามฉันทะ คือ ความยินดีพอใจในกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส สิ่งที่ชวนให้รักชั้กให้ใคร่ ยินดีกำหนด เป็นที่น่าชอบใจได้แก่ รูปสวย รูปหล่อ เสียงเพราะ กลิ่นหอม รสอร่อย และสิ่งที่สัมผัสอ่อนนุ่ม จิตที่ถูกนีวรณนี้ครอบงำ เพราะมีปัจจัยปรุงแต่งไปตามอารมณ์นั้นๆ เป็นธรรมเครื่องขวางกั้นการทำความดีมิให้บรรลุมรรคผลนิพพาน เป็นต้น^{๑๕๕}

๒. พยาบาท คือ สภาพจิตมีพยาบาทซึ่มซาบแผ่ไปอยู่ในดวงจิตเสมอ ทำให้จิตเกิดความไม่พอใจ ขัดเคืองใจ คิดประทุษร้าย คิดปองร้าย มีสภาพไม่สงบ เหมือนคลื่นน้ำในมหาสมุทร พายุฝุ่น คอยปิดกั้นกระแสแห่งบุญกุศลอยู่เสมอ คอยปิดกั้นคุณความดีอยู่เป็นนิจ^{๑๕๖}

๓. ถีนมิตถะ คือ ความง่วง สภาพจิตที่เชื่องซึ่ม สติเบลอลๆ หลงลึ้มเลื่อนลอย จิตไม่ผ่องใส เหมือนน้ำที่มีจอกแห่นปกคลุม คอยกั้นกุศลธรรมอยู่เสมอ

ถีนมิตถะ พระพุทธองค์ทรงอธิบายความง่วงไว้ในสังยุตตนิกายกายสุตตร^{๑๕๗} ว่าเป็นความเบื่อหน่าย (อรติ) ความเกียจคร้าน (ตนะที) การบิดขี้เกียจ (วิขมภิตา) ความยินดีเฝ้ามั่นในรสอาหาร (ภตตสมมโท) และความหดหู่แห่งจิต (เจตโส ลีนตต) เป็นสภาวะที่จิตไม่เหมาะสมแก่การงานบำเพ็ญกุศลเพราะต้องการนอนเท่านั้น นักปฏิบัติควรกำหนดรู้ความง่วงว่า ง่วง

^{๑๕๔} ที.ปา.(ไทย)๑๑/๑๓๕/๓๐๑.อง.นวก. (ไทย)๒๓/๖๔/๕๔๙, อภิ.วิ.(ไทย)๓๕/๙๔๑/๕๙๕.

^{๑๕๕} ชู.ป. (ไทย) ๓๑/๕๑/๕๙.

^{๑๕๖} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๒๐.

^{๑๕๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๘๓/๕๙.

หนอ เหตุเกิดของถีนมิทระ คืออโยนิโสมนสิการหรือการใส่ใจโดยไม่แยบคาย ในความเบื่อหน่ายเป็นต้นนั้นว่าเป็นสิ่งที่น่าพอใจ คือ ความพอใจในถีนมิทระนั่นเอง ในขณะที่นั้นพึงกำหนดรู้อโยนิโสมนสิการนั้นว่ารู้หนอ โดยรู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต^{๑๕๘}

๔. อุทัจจกุกุจะ คือ ความจิตฟุ้งซ่าน เตื่อตร้อนใจ ครอบงำจิตมีสภาพไม่สงบนิ่ง สภาพอารมณ์และจิตแปรปรวนอยู่เสมอ ตื่นรน ซัดส่าย เหมือนลูกคลื่นในมหาสมุทร

อุทัจจกุกุจะ เหตุเกิดของอุทัจจจะกุกุจะ คือ อโยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจโดยไม่แยบคายในความไม่สงบใจว่า เป็นสิ่งที่น่าพอใจคือ ความพอใจในความไม่สงบใจนั่นเอง ในขณะที่นั้นพึงกำหนดรู้อโยนิโสมนสิการนั้นว่ารู้หนอ โดยรู้ว่ามีสภาวะธรรมอย่างนี้ปรากฏขึ้นในจิต

วิธีที่ละความฟุ้งซ่านได้โดยเด็ดขาดด้วยการเจริญอรหัตตมรรค พระอรหันต์จึงรู้เหตุไม่เกิดของความฟุ้งซ่าน คืออรหัตตมรรค ส่วนความรำคาญใจจะได้โดยเด็ดขาดด้วยอนาคามีมรรค พระอนาคามีจึงรู้เหตุไม่เกิดของความรำคาญใจได้ คือ อนาคามีมรรค

๕. วิจิกิจฉา คือ ความสงสัยในพระรัตนตรัย สงสัยขั้น ๕ ในอดีต ปัจจุบันและขั้น ในอนาคต สงสัยในพระธรรม คือ มรรคผลนิพพาน สงสัยในพระอริยสงฆ์ผู้บรรลुरुธรรม สงสัยในรูปนามด้วยเหตุจากอวิชชา สงสัยในแนวทางการปฏิบัติหรือสงสัยในคำแนะนำของวิปัสสนาจารย์เป็นต้น^{๑๕๙} การที่จะตัดละวิจิกิจฉาได้โดยเด็ดขาดด้วยโสดาปัตติมรรค พระอริยบุคคลชั้นพระโสดาบันขึ้นไปจึงรู้เหตุไม่เกิดของความสงสัยได้เอง คือ โสดาปัตติมรรค

๒) อุปาทานขั้น ๕

การใช้สติปัญญาพิจารณาขั้นทั้ง ๕ และอุปาทานขั้น ว่าสักแต่ว่าขั้น ไม่ใช่สัตว์บุคคล ตัวตน เรา เขา ขั้น ๕ เป็นอารมณ์ของอุปาทาน ฉะนั้นจึงเรียกว่า อุปาทานขั้น ๕ คือ

๑. รูปขั้น กอกรูป คือ รูปร่างของมนุษย์และสัตว์มี ๒๘ แบ่งเป็น รูปที่เป็นใหญ่ ๔ และรูปที่อาศัยมหาภูตรูปเกิด ๒๔ (อุปาทายรูป) ความเกิด ความดับแห่งรูป ขณะเห็นรูป เป็นต้น

๒. เวทนาขั้น กอกรเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นสุข หรือเป็นทุกข์ หรือรู้สึกเฉยๆ ไม่สุขไม่ทุกข์ความเกิดและดับแห่งเวทนาปรากฏขณะเห็นรูปรู้สึกดีใจ หรือเสียใจ เป็นต้น

๓. สัญญาขั้น กอกรสัญญา คือ ความจำได้ หมายถึง ความเกิด ความดับของสัญญา ย่อมปรากฏขณะรู้สิ่งที่เห็น เป็นต้น

๔. สังขารขั้น กอกรสังขาร คือ ความปรุงแต่งจิต เป็นสภาพที่เกิดกับใจ ปรุงแต่งใจให้ดีบ้าง ชั่วบ้าง หรือไม่ดีไม่ชั่ว ความเกิดแห่งสังขาร ความดับของสังขาร ปรากฏขณะสัมผัสผัสสะขณะกระทบรูป เป็นต้น

^{๑๕๘}ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๒๓.

^{๑๕๙}ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๕๓-๓๕๕, ดูรายละเอียดใน ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๒๕.

๕. วิญญาณชั้นนี้ กองวิญญาณ ได้แก่ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์หรือรับอารมณ์อยู่เสมอ ความเกิดและดับแห่งวิญญาณปรากฏในขณะที่รู้เห็น เจตนาปรากฏ ตั้งใจ พอใจ เป็นต้น

ชั้นนี้ ๕ เป็นอารมณ์ของอุปาทาน ฉะนั้น จึงเรียกว่า อุปาทานชั้นนี้ ๕ คือ

๑. รูปชั้นนี้ ได้แก่ รูป ๒๘
๒. เวทนาชั้นนี้ ได้แก่ เวทนาเจตสิก ๑ ดวง
๓. สัญญาชั้นนี้ ได้แก่ สัญญาเจตสิก ๑ ดวง
๔. สังขารชั้นนี้ ได้แก่ เจตสิกที่เหลือ ๕๐ ดวง
๕. วิญญาณชั้นนี้ ได้แก่ จิต ๘๘ หรือ ๑๒๑ ดวง

พระพุทธองค์ตรัสวิธีพิจารณาธรรม ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวฏฐิอยู่และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานชั้นนี้ ๕ อยู่อย่างนี้แล^{๑๖๐}

ในหมวดชั้นนี้ ๕ ก็กำหนดรู้อุปาทานชั้นนี้ว่าสิ่งมีชีวิต และไม่มีชีวิตในโลกที่เข้าใจกันว่าเป็นคน สัตว์ ฯลฯ ซึ่งเป็นความจริงในระดับสมมุติ แต่ความจริงในระดับลึกลงไปคือทุกๆ สรรพสิ่งล้วนเป็นเพียงชั้นนี้ ๕ ที่เป็นรูปและนามรวมกันเข้าเป็นกลุ่ม อุปมาเหมือนกับรถยนต์ อันเป็นที่รวมส่วนประกอบหลายอย่าง เช่น ยาง ล้อ ที่นั่ง เครื่องยนต์ แบตเตอรี่ ตัวถังรถ เป็นต้นดังที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “แะมาร ท่านเห็นผิดเชื่อว่าสัตว์มีอยู่หรือ สมมติว่าสัตว์นี้เป็นเพียงกองสังขารล้วนๆ ในกองสังขารนี้จะหาตัวสัตว์ไม่ได้เลย^{๑๖๑}”

ดังนั้น เมื่อสภาวะธรรมเกิดก็มีการกำหนดตามความเป็นจริง เป็นผู้กำหนดรู้ว่าชั้นนี้ ๕ ที่มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่แล้วก็ดับไปของชั้นนี้ เมื่อกำหนดพิจารณาอย่างนี้อย่างต่อเนื่อง ย่อมเกิดความเบื่อหน่ายในชั้นนี้ทั้ง ๕ ก็เกิดคลายความยึดมั่นว่าสิ่งใดสิ่งหนึ่งในโลกไม่เที่ยง บังคับบัญชาไม่ได้

^{๑๖๐} ที.มหา.(บาลี)๑๐/๓๘๓/๒๕๗.

^{๑๖๑} ส. ส. (ไทย) ๑๕/๑๗๑/๑๖๓.

๓) आयตนะ ๑๒

อายตนะ ๑๒ ว่าด้วยการตั้งสติกำหนดพิจารณา อายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และอายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ สักแต่ว่า อายตนะเป็นที่ต่อของชีวิต (คือระหว่างรูปกับรูป หรือระหว่างรูปกับนาม ให้ติดต่อกันเกิดความรู้ทางใจขึ้นได้) และเป็นทีที่ไหลมาของบุญและบาป ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เป็นเพียงปรมาตถธรรม คือ ชันธ์ อายตนะ ชาติ สัจจะ เท่านั้น^{๑๖๒} คือ

๑. รู้ชัดตา รู้ชัดรูป เครื่องร้อยรัด(สังโยชน์)อาศัยตาและรูปเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้

๒. รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง เครื่องร้อยรัด(สังโยชน์)อาศัยหูและเสียงเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้

๓. รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น เครื่องร้อยรัด(สังโยชน์)อาศัยจมูกและกลิ่นเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้

๔. รู้ชัดลิ้น รู้ชัดรส เครื่องร้อยรัด(สังโยชน์)อาศัยลิ้นและรสเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ขณะทีลิ้มรส

๕. รู้ชัดกาย รู้ชัดสัมผัส เครื่องร้อยรัด(สังโยชน์)อาศัยกายและสัมผัสเกิดขึ้น การเกิด การละ ดับไม่มี ก็รู้ชัดเหตุนี้

๖. รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณ์ เครื่องร้อยรัด(สังโยชน์)อาศัยใจและธรรมารมณ์เกิดขึ้น การเกิด การละ ดับไม่มี ก็รู้ชัดเหตุนี้^{๑๖๓}

อายตนะเหล่านี้ อาจจำแนกเป็น ๓ ประเภท ตามลักษณะที่ปรากฏดังต่อไปนี้

๑. ชาติรับ คือ อายตนะภายใน ๕ อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น และกาย ที่เป็นรูปธรรม

๒. ชาติกระทบ คือ อายตนะภายนอก ๕ อันได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ที่เป็นรูปที่อยู่ภายนอกกระทบ พร้อมทั้งธรรมารมณ์ที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม

๓. ชาติรู้ คือ อายตนะเป็นที่ต่อนามอันได้แก่จิตที่รู้อารมณ์ต่างๆ ที่มาสัมผัสเป็นต้น

การเจริญสติระลึกอายตนะภายในและภายนอกนี้ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติธรรมหยั่งเห็นโลกทัศน์ภายในและภายนอกว่า ไม่ใช่ตัวตน มีเพียงกระบวนการเชื่อมโยงกันโดยความเป็นชาติรับ ชาติกระทบ และชาติรู้ ปราศจากตัวตนไม่สามารถบังคับบัญชาได้เลย

ผู้ที่ไม่อาจแยกแยะขอบเขตของรูปนาม ในโลกภายในและภายนอก ย่อมหลงผิดปรุงแต่งสิ่งที่ใจรับรู้ตลอดเวลา ส่งผลให้กิเลสสั่งสมพอกพูนขึ้น แต่ผู้ที่กำหนดสติรู้ด้วยปัญญา

^{๑๖๒} ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๐๔-๓๐๕/๒๕๕.

^{๑๖๓} ดุรายละเอียดยใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙.

พิจารณาอย่างถูกต้อง ย่อมไม่ทำปฏิภิกิริยาปรุงแต่งด้วยความชอบหรือไม่ชอบ ส่งผลให้กิเลสอ่อนกำลังลง จนในที่สุดก็ถูกตัดละโดยเด็ดขาดด้วยมรรคญาณ ก็อาศัยการเจริญวิปัสสนาภาวนานี้

วิธีปฏิบัติในหมวดนี้พระพุทธรองค์ตรัสสอนให้นักปฏิบัติกำหนดรู้ ตาทำหน้าที่เห็นรูป และสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นในขณะเห็น ฯลฯ ความจริงแล้วการเจริญสติระลึกรู้ในขณะเห็น ก็คือการกำหนดรู้สภาวะเห็นเป็นหลัก โดยกำหนดว่าเห็นหนอ เพราะสามารถเห็นประจักษ์แก่ผู้ที่กำลังเห็นอยู่ สภาวะเห็นนี้ชื่อว่า จักขุวิญญาณจิต คือจิตที่รู้อารมณ์ทางตา อย่างไรก็ตาม เมื่อนักปฏิบัติกำหนดรู้สภาวะเห็นอยู่ อาจารย์ผู้ธรรมที่เนื่องด้วยการเห็น คือตา (จักขุทวาร) รูปที่เป็นสีต่างๆ (รูปารมณ์) ได้บ้าง ในขณะนั้นก็พึงกำหนดรู้รูปธรรมเหล่านี้อีกด้วย จะเห็นได้ว่าพระพุทธรองค์ตรัสระบุการกำหนดรู้สภาวะเห็นเป็นหลักไว้แก่ท่านพาหิยะว่า

ดูก่อนพาหิยะ เพราะเหตุนั้นเธอพึงศึกษาอย่างนี้ว่า เมื่อเห็น จักเป็นเพียงแต่เห็น เมื่อได้ยิน จักเป็นเพียงแต่ได้ยิน เมื่อรู้อารมณ์ทางจมูก ลิ้นกาย จักเป็นเพียงแต่รู้อารมณ์ทางจมูก ลิ้น กาย เมื่อรู้อารมณ์ทางใจ จักเป็นเพียงแต่รู้อารมณ์ทางใจ ดูก่อนพาหิยะ เธอพึงศึกษาอย่างนี้^{๑๖๔}

๔) โขชฌงค์ ๗

โขชฌงค์ แปลว่า องค์แห่งธรรมเป็นเครื่องตรัสรู้ หรือ องค์แห่งการรู้แจ้งธรรมตามความเป็นจริง และคือธรรมที่เป็นองค์แห่งการรู้แจ้งอริยสัจทั้ง ๔ โดยรู้แจ้งว่า ทุกขสัจ เป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ สมุทยสัจ เป็นธรรมที่ควรละ นิโรธสัจ เป็นธรรมที่ควรกระทำให้แจ้ง และ มรรคสัจ เป็นธรรมที่ควรอบรม โขชฌงค์ มี ๗ คือ

๑. สติสัมโขชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความระลึกรู้ เป็นการรับรู้สภาวะธรรม ในปัจจุบันขณะ โดยปราศจากตัวตน เราของเรา บุรุษ สตรี ไม่มีสมมติบัญญัติ ที่ขึ้นอยู่กับบุคคล กาลเวลา หรือสถานที่ มีเพียงสภาวะธรรมทางกาย และสภาวะธรรมทางจิต เกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปตามธรรมชาติ

เหตุเกิดของสติ คือโยนิโสมนสิการ หมายถึงสติที่สะสมไว้ด้วยการปฏิบัติธรรมในครั้งก่อนจะอำนวยผลให้เกิดสติในโอกาสต่อมา เพราะกุศลในอดีตย่อมเป็นเหตุที่มีกำลังทำให้กุศลอื่นเกิดขึ้นได้ในปัจจุบัน หรืออนาคตเหมือนการทำงานในเรื่องที่เคยทำมาแล้ว ย่อมทำได้คล่องแคล่วกว่าการทำงานที่ไม่เคยทำมาก่อน แม้เหตุเกิดของธรรมวิจยเป็นต้นก็เหมือนกัน

เหตุที่ทำให้สติที่เกิดขึ้นแล้วเจริญไพบูลย์ขึ้นตามลำดับจนกระทั่งบรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ผู้มีสติเพิ่มพูนจนเต็มบริบูรณ์เหตุเพิ่มพูนสติ ๔ ประการดังนี้

๑. เจริญสติและสัมปชัญญะอยู่เสมอ
๒. หลีกเลี้ยงผู้ที่มีได้เจริญสติ

^{๑๖๔} พุ.อ. (ไทย) ๒๕/๑๐/๑๐๑.

๓. คบหากับผู้ที่เจริญสติ
๔. น้อมใจในการเจริญสติสัมโพชฌงค์^{๑๖๕}

๒. ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือการวิจยธรรม ไม่ใช่การพิจารณาใคร่ครวญด้วยสุตมยปัญญาตามที่ตนได้สดับมา หรือด้วยจินตมยปัญญาที่ตรึกนึกคิด แต่เป็นการรู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริงด้วยภาวนามยปัญญา ผู้ที่บรรลุวิปัสสนาญาณชั้นที่ ๔ แล้วย่อมรู้เห็นการเกิดดับอย่างชัดเจนเพราะสภาวะธรรมทางกายจะปรากฏชัดเจน

เมื่อธรรมวิจยสัมโพชฌงค์องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้ คือ ความเลื่อมใสในธรรมมีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าธรรมวิจยสัมโพชฌงค์มีอยู่ในจิต ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ไม่มีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ไม่มีในจิตของเรา ความที่ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ อันยังไม่เกิดขึ้นย่อมเกิดขึ้นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย เมื่อความเจริญบริบูรณ์ของธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเป็นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

ธรรมที่เป็นเหตุทำให้เกิดธรรมวิจย มี ๗ ประการดังนี้

๑. หมั่นมีการสอบถาม
๒. ชำระร่างกายให้สะอาด หรือบริเวณกุฏิสถานที่ปฏิบัติสะอาด
๓. การปรับปรุงอินทรีย์ให้สม่ำเสมอ
๔. เว้นบุคคลมีปัญญาทราวม
๕. คบหากับผู้ที่มีปัญญา
๖. พิจารณาสอดส่องด้วยปัญญา อันลึกซึ้ง
๗. ความน้อมจิตไปในธรรมวิจยสัมโพชฌงค์

โดยนัยเดียวกันนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมสังเกตดู กำหนดรู้ชัดธรรมที่เป็นองค์ประกอบแห่งการตรัสรู้อื่นๆ คือ วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ และอุเบกขา เมื่อมีอยู่หรือไม่มีอยู่ในจิต และรู้ชัดเมื่อธรรมเหล่านั้นได้เกิดขึ้นแล้วเจริญขึ้นจนเต็มบริบูรณ์

๓. วิริยสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความเพียร เพียรจดจ่ออย่างแรงกล้าตามสภาวะปัจจุบันด้วยสัมมัมปธาน ๔ ในทางกาย คือขณะปฏิบัติต้องตั้งกายให้ตรงเสมอ ในทางใจคือ จดจ่อสภาวะปัจจุบัน ที่ตนรู้สึกว่ายชอบ, ไม่ชอบ นักปฏิบัติควรพยายามกำหนดให้รู้เท่าทันอารมณ์ตามความเป็นจริงในปัจจุบัน

ธรรมที่เป็นเหตุเกิดวิริยะ มี ๑๑ ประการ

๑. การพิจารณาเห็นภัยในอบาย
๒. การเห็นประโยชน์ของความเพียร

^{๑๖๕}ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๕๘-๓๕๙, ตูรายละเอียดในที่.ม.อ. (บาลี) ๒/๒/๓๓๒.

๓. การพิจารณาความเพียรเป็นทางดำเนินไปของพระอรหันต์ทั้งหลาย
๔. ความเคารพยำเกรงในภินทบาต^{๑๖๖}
๕. การพิจารณาความยิ่งใหญ่แห่งธรรม
๖. การพิจารณาความยิ่งใหญ่ของพระศาสดา
๗. การพิจารณาความชาติเป็นใหญ่
๘. การพิจารณาสหพรหมจารีเป็นใหญ่
๙. การงดเว้นบุคคลเกียจคร้าน
๑๐. การคบหากับคนที่ปรารถนาความเพียร
๑๑. ความน้อมใจไปในวิริยสัมโพชฌงค์^{๑๖๗}

๔. ปิติสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความอิมใจ มี ๕ ประการ คือ

- ๑) ขุททกาปิติ ปิติเล็กน้อย มีขนลุกทั่วร่างกายหรือน้ำตาไหล
- ๒) ขณิกาปิติ ปิติชั่วขณะ เป็นดุจสายฟ้าแลบ ปรากฏแม้ในขณะที่เพ่งหลับตาก็มี
- ๓) โอกกันติกาปิติ ปิติซึมซับ ปรากฏคล้ายคลื่นหรือกระแสไฟไหลแล่นในร่างกาย
- ๔) อุพเพงคาปิติ ปิติโลดโผน ทำให้กายลอยได้ (ไม่ใช่อภิิญญา)
- ๕) ผรณาปิติ ปิติซาบซ่าน ปรากฏความเย็นใจ ซาบซ่านทรวงอก ไป-มาทั่วร่างกาย

ปิติประเภทหลังมีกำลังกว่าประเภทแรก เมื่อกำหนดรู้เท่าทันจะสามารถยกจิตขึ้นสู่โลกุตตรธรรมได้

เมื่อปิติสัมโพชฌงค์^{๑๖๘} องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้ คือ ปิติความปลื้มใจมีอยู่ภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าปิติสัมโพชฌงค์ มีอยู่ภายในจิตของเรา หรือปิติสัมโพชฌงค์ไม่มีภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าปิติสัมโพชฌงค์ไม่มีในจิตของเรา ความที่ปิติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้นย่อมเกิดขึ้นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย ความเจริญบริบูรณ์ของปิติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วย่อมเป็นไปด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้น

ธรรมที่เป็นเหตุให้เกิดปิติ^{๑๖๙} มี ๑๑ ประการ คือ

- | | |
|----------------------------|-------------------------------|
| ๑-๓ ระลึกถึงพระรัตนตรัย | ๔. ระลึกถึงศีล |
| ๕. ระลึกถึงการบริจาคทาน | ๖. ระลึกถึงเทวดา |
| ๗. ระลึกถึงความสงบจากกิเลส | ๘. หลีกเลี้ยงจากคนหยาบกระด้าง |

^{๑๖๖}ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๓๘-๓๔๐. พระมหามิตตเถระ นึกถึงคุณค่าอาหารภินทบาต นิ่งลง อธิษฐานความเพียรว่า เราไม่บรรลुพระอรหันต์จักไม่ออกจากถ้ำ.

^{๑๖๗}ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๕๙, ดูรายละเอียดใน ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๓๖-๓๔๒.

^{๑๖๘}ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๕๙, ดูรายละเอียดใน ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๔๒.

^{๑๖๙}ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๔๒.

๙. คบหากับคนนุ่มนวล
๑๐. พิจารณาพระสูตรที่น่าเลื่อมใส
๑๑. น้อมใจไปเพื่อให้เกิดความปีติปราโมทย์

๕. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความสงบกาย ใจ มีสภาพสงบกิเลส ไม่มีกิเลสรบกวนใจให้เศร้าหมอง ไมโลภ ไมโกรธ ไม่หลง บางครั้งเหมือนอยู่คนเดียวในโลก เจ็บสงบ ไม่กระวนกระวาย นักปฏิบัติสามารถครอบงำทุกขเวทนาที่ทำให้ร่างกายเจ็บปวด รำร่อนได้ เมื่อเป็นเช่นนี้จัดว่าเป็นกายปัสสัทธิ

เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้คือ ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบจิตมี ณ ภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าปัสสัทธิสัมโพชฌงค์มี ณ ภายในจิตของเรา เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ไม่มี ณ ภายในจิตย่อมรู้ชัดว่าปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ไม่มี ณ ภายในจิตของเรา ความที่ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วยความเจริญบริบูรณ์ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วย่อมเป็นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้น

เหตุเกิดขึ้นของปัสสัทธิ^{๑๗๐} มี ๗ ประการ คือ

๑. บริโภคอาหารอันประณีต
๒. ได้รับความอนุเคราะห์ที่สบาย
๓. อยู่ในอิริยาบถที่สบาย
๔. มีความเพียรปานกลาง แต่พอดี
๕. หลีกเลียงจากบุคคลผู้มีกายเร่าร้อน
๖. คบหากับบุคคลผู้มีกายสงบเย็น
๗. น้อมใจไปเพื่อให้เกิดปัสสัทธิ

๖. สมာธิสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือ ความที่จิตตั้งมั่น เป็นเอกัคคตา เมื่อองค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้ คือสมာธิมืออยู่ในจิตย่อมรู้ชัดว่า สมာธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ในจิตของเรา หรือเมื่อสมာธิสัมโพชฌงค์ไม่มีในจิตก็ย่อมรู้ชัดว่าสมာธิสัมโพชฌงค์ไม่มีในจิตของเรา ความที่สมာธิสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้นก็ย่อมเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย ความเจริญบริบูรณ์ของสมာธิสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วย่อมเป็นด้วยประการใดย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

เหตุเกิดขึ้นของสมาธิ^{๑๗๑} มี ๑๑ ประการ คือ

๑. ชำระร่างกายให้สะอาด
๒. ปรับอินทรีย์ ๕ ให้สม่ำเสมอ
๓. ฉลาดในอารมณ์กรรมฐาน
๔. ข่มจิตที่ฟุ้งเกินไป
๕. ประคองจิตที่ทอดลอย
๖. ยกจิตที่หดหู่ให้รำงับ
๗. วางเฉยในจิตที่สม่ำเสมอ
๘. หลีกเลียงผู้ไม่มีสมาธิ

^{๑๗๐} ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๕๙, ตูรายละเอียดยใน ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๔๔.

^{๑๗๑} ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๕๙, ตูรายละเอียดยใน ที่.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๔๕.

๙. คบหาผู้มีสมาธิ

๑๐. พิจารณาฌานและวิโมกข์

๑๑. น้อมใจเพื่อให้เกิดสมาธิ

๗. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือความวางใจเป็นกลาง^{๑๗๒} ในการกำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบันได้อย่างสม่ำเสมอ ไม่ต้องปรับศรัทธากับปัญญา และ วิริยะ กับสมาธิให้เสมอกัน เพราะอินทรีย์เหล่านั้นมีสภาวะสมดุลไม่ยิ่งหย่อนกว่ากันด้วยอำนาจ โพชฌงค์ทั้ง ๖ ที่บำเพ็ญมาตั้งแต่ต้น เรียกว่าเป็นผลของโพชฌงค์ทั้ง ๖ ข้างต้น^{๑๗๓}

อุเบกขาสัมโพชฌงค์ องค์แห่งปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้ คือ อุเบกขาความที่จิต มีธัมมัตถ์เป็นกลางมีอยู่ในจิตย่อมรู้ชัดว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิตของเรา เมื่อ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีในจิตย่อมรู้ชัดว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีในจิตของเรา ความที่ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้นย่อมเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้น ความ เจริญบริบูรณ์ของอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมรู้ชัดด้วยประการนั้นดังนี้

ธรรมที่ทำให้เกิดอุเบกขา มี ๕ ประการ^{๑๗๔}

๑. วางตนเป็นกลางในสัตว์

๒. วางตนเป็นกลางในสังขาร

๓. เว้นบุคคลผู้ยึดถือสัตว์และสังขาร

๔. คบหาบุคคลผู้วางตนเป็นกลางในสัตว์และสังขาร

๕. น้อมจิตไปในอุเบกขาสัมโพชฌงค์การตามรู้สภาวะธรรมสลับกัน

สรุปลโพชฌงค์ ๗ นี้เป็นองค์แห่งการรู้แจ้งตามสภาวะปัจจุบัน ซึ่งเป็นการบรรลุธรรม ในพระพุทธศาสนา นักปฏิบัติจึงควรกำหนดปัจจุบันเจริญสติให้รู้เท่าทันสภาวะธรรมตามความเป็นจริงภายในกายกับจิต มีปัญญาหยั่งเห็นสามัญญลักษณะมีความเพียร อิมใจ สงบใจ จิตตั้งมั่นในสภาวะธรรมปัจจุบัน และมีความวางเฉย สามารถตามรู้สิ่งที่จิตรับรู้ได้อย่างสม่ำเสมอ เมื่อเป็นเช่นนี้ก็จะสามารถประสพความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม ตามสมควรแก่สัมมาปฏิบัติและ บารมีธรรมอันตนสั่งสมมา

พระพุทธองค์ตรัสวิธีพิจารณาธรรม ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมใน ธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้ง

^{๑๗๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑.

^{๑๗๓} ๑) ปรมัตถโชติกะ หลักรัฐธรรมนูญพหุภิกษุธรรมิกะโท ; พระสัทธัมมโชติกะ ; อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ; โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทธิ ; ๒๕๔๔

๒) อภิธรรมมัตถวิภาวินี ปฐมภาค (กรุงเทพฯ) ; โรงพิมพ์พิมพ์มกุฎราชวิทยาลัย ; ๒๕๑๘

๓) นายพิฑูมลิลย์;คู่มือการศึกษาโพธิปักขิยธรรม; กรมการศาสนากระทรวงศึกษาธิการ ; ๒๕๒๘

^{๑๗๔} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๓๔๗.

ภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่หรือว่า ภิกษุหนึ่งมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหาและทิวจิตอยู่และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ โพชฌงค์ ๗ อยู่อย่างนี้แล^{๑๗๕}

โพชฌงค์ ๗	ลักษณะ (ลกฺขณ)	หน้าที่ (รต)	อาการปรากฏ (ปจฺจุปฺภูฏาน)	เหตุใกล้ (ปทักฺกุฏาน)
๑. สติ	- การเฝ้าดูอย่าง จริงจัง	- ระลึกรู้ตลอดเวลา ไม่หลงลืม	-ความเป็นเฉพาะ หน้าต่ออารมณ์ -การป้องกันการ โจมตีของกิเลส	- มีการจำได้แม่นยำ
๒. ฌัมมวิจยะ	- รู้จักลักษณะแท้จริง ของสภาวะธรรมโดย การเลือกเฟ้นธรรม	- ขจัดความมืด ทำให้การรับรู้สว่าง ไสว ตื่นตัว	- ความไม่สับสน ความไม่หลง	- ใช้ปัญญารู้เท่าทัน ความคิดที่จะ แก้ปัญหา
๓. วิริยะ	- ความอดสาหะ อย่างต่อเนื่องเผชิญ กับความทุกข์ ยากลำบาก	- คำจุนจิตที่อ่อน กำลัง	- ความองอาจ กล้า หาญ เข้มแข็งของ จิต	- มีความสดสังเวช ในเหตุใกล้
๔. ปีติ	- ความอิมใจ ปลาบ ปลื้มใจ	- ทำให้กายและใจ เบาและว่องไว ควร แก่การทำงาน	- ความเบากายและ อาการตามร่างกาย อื่น ๆ (ปีติทั้ง ๕)	- มีเวทนา สัญญา และวิญญูณ
๕. ปัสสัทธิ	- การมีกายใจสงบ ความฟุ้งซ่านสงบ ระงับ	- สกัดกั้นความเร่า ร้อนกระวน กระวายสับสน เสียใจ	- ความสงบเยือก เย็นของกายและใจ	- มีจิตเจตสิกและทำ ให้ปัสสัทธิเกิด
๖. สมภาิ	- ความไม่ฟุ้งซ่าน และจดจ่อกับอารมณ์ จมสู่อารมณ์และสงบ นิ่งอยู่	- รวมจิตเข้าด้วย กันควบคุมเจตสิก ไม่ให้กระจาย	- ความรู้สึกสงบ สันติ	- ทำให้เกิดความสุขขึ้น
๗. อุเบกขา	- สภาวะจิตที่เสมอกัน ไม่มีสภาวะใด ครอบงำสภาวะอื่นมี อินทรีย์สมดุล	- เต็มในส่วนที่ ขาด ลดในส่วนที่ เกิน ประคองจิต ไม่ให้สุดโต่ง	- สภาวะที่สบาย และเป็นกลางวาง เฉยอยู่	- มีสัมปยุตตธรรมที่ ประกอบกันขึ้น

^{๑๗๕} ที.มหา.(บาลี)๑๐/๓๘๓/๒๕๗

โพชฌงค์แปดประการที่ต่างอาศัยซึ่งกันและกันในการขับเคลื่อนของยานไปสู่หนทางอันกั้นดานของผู้เนजर ต้องมีทรัพย์ติดตัวในการเดินทาง จึงจะเดินทางบรรลุถึงพระนิพพานได้อย่างสะดวก และรวดเร็ว

- สติ คือ ผู้รักษายาน (รักษาจิต)
- รัชมวิจย คือ พวงมาลัย (คอยบังคับจิตให้อยู่ในกุศล)
- วิริยะ คือ ล้อ (ที่พากเพียรให้เราได้ถึงที่หมายด้วยหิริและโอตตัปปะ)
- ปีติ คือ ที่นั่งของคนขับที่ให้ความสุขในการขับยาน (ให้ถึงที่หมายคือพระนิพพาน)
- ปัสสัทธิ คือ ซี่ล้อได้แก่ กายและจิตที่เสริมความทนทานให้ล้อทนอยู่ได้ (ด้วยความสงบแห่งจิต)
- สมาริ คือ ดุมล้อหรือเพลลา ที่เป็นตัวยึดซี่ล้อให้อยู่ได้ด้วยความตั้งมั่นของจิต(ปัญญาญาณ)
- อุเบกขา คือ วงล้อที่ต้องถูกกดทับถนนที่ทุระกันดานได้แก่ นิเวศธรรมไปได้ (พ้นจากทุกข์ในปฏิจจสมุุปบาท)และของที่ต้องติดตัวไปในการเดินทางอีก ๗ อย่างคือ อริยทรัพย์ได้แก่ ศรัทธา หิริ โอตตัปปะ พุสัจจะ จาคะและปัญญา^{๑๗๖}

๕) อริยสังข์ ๔

อริยสังข์ ความจริงอันประเสริฐ มี ๔ อย่าง คือ^{๑๗๗}

๑. ทุกขอริยสังข์ ความจริงอันประเสริฐ คือ ทุกข์ ได้แก่ ความเกิด ความแก่ ความตาย ความโสก ความคร่ำครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ ความดับแค้นใจ การประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์ ว่าโดยย่อ อุปาทานชั้นันท์ เป็นทุกข์ พระพุทธองค์ตรัสว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย อริยสังข์คือทุกข์ เป็นไฉน ได้แก่ความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ ว่าโดยย่ออุปาทานชั้นันท์ ๕ เป็นทุกข์”^{๑๗๘}

๒. ทุกขสมุทัยอริยสังข์ ความจริงอันประเสริฐ คือ เหตุเกิดแห่งทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา

ตัณหาที่ผลิตเพลินยินดีอุปาทานชั้นันท์ ๕ ว่าเป็นสิ่งที่ตั้งามพอใจเป็นต้น

^{๑๗๖} อุ บัณฑิตาทากิวงสะ พระกัมมัฏฐานาจริยะ, พระสว่าง ดิคุขวิโร ปรับปรุงแปล, พระครูปลัดประจักษ์ สิริวัฒนโณ ตรวจ, **IN THIS VERY LIFE** รู้แจ้งในชาตินี้, (กรุงเทพมหานคร : สหธรรมมิกจำกัด) ๒๕๔๘.

^{๑๗๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

^{๑๗๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๗/๒๗๓.

๓. ทุกขนิโรธอริยสัง ความจริงอันประเสริฐ คือความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ดับหาดับสิ้นไป ความปล่อยวาง ความไม่ติดข้อง ความหลุดพ้น สงบ ปลอดภัยเป็นอิสระ คือพระนิพพาน นิโรธสัง คือ ความดับของทุกข์สังที่เป็นรูปนามทั้งหมด เมื่อนักปฏิบัติบรรลุมรรคญาณรับเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ ดังพระพุทธพจน์ว่า “กตมญจ ภิกขเว ทุกขนิโรธอริยสังจ โย ตสฺสาเยว ตณฺหาเย อเสสฺวึราคฺคินิโรโธ จาโค ปฏฺฐิสฺสคฺโค มุตฺติ อนาลโย.” “ดูกรภิกษุทั้งหลาย อริยสัง คือ ทุกขนิโรธได้แก่ ความดับสนิทดับหาดับนั้นทั้งหมดความสละดับหาดับนั้น ความปล่อยดับหาดับนั้น ความวางดับหาดับนั้น และความไม่พัวพันดับหาดับนั้น”^{๑๗๙}

การละดับหาของพระอริยบุคคลในแต่ละระดับมีความแตกต่างกัน ดังนี้

๑. พระโสดาบันละดับหาที่เป็นเหตุให้เกิดอกกรรมชั่วอันส่งผลให้ไปเกิด อบายและละดับหาที่เพิลิตเพลินในภพมากกว่า ๗ชาติในกามภูมิ

๒. พระสกทาคามี ละกามดับหาอย่างหยาบที่เพิลิตเพลินในภพมากกว่า ๒ชาติ

๓. พระอนาคามี ละกามดับหาอย่างละเอียด

๔. พระอรหันต์ ละดับหาที่ยินดีในรูปฌาน พร้อมทั้งรูปภพและอรูปภพท่านเป็น เช่นกับคนเข็ญใจที่ร่ำรวยเป็นเศรษฐีและได้รับราชาภิเษก ต่อมาจึงไม่ยินดีในกิเลสที่เหมือนกับความเป็นคนเข็ญใจ

๕. ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัง ความจริงอันเป็นประเสริฐ คือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ^{๑๘๐}

พระพุทธองค์ตรัสวิธีพิจารณาธรรม ยกขึ้นสู่วิปัสสนาว่า

ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยดับหาและทิฏฐิอยู่และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อริยสัง ๔ อยู่ อย่างนี้^{๑๘๑}

^{๑๗๙}ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๑/๒๗๗.

^{๑๘๐}ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖-๔๐๒/๒๖๐-๒๖๘.

^{๑๘๑}ที่.มหา.(บาลี)๑๐/๓๘๓/๒๕๗

๓.๓.๕ อานิสงส์การเจริญสติปัฏฐาน ๔

ผู้เจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ย่อมบรรลุมรรคผลและนิพพาน เป็นพระอรหันต์ ผู้ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิง สามารถระงับความเศร้าโศกและความคร่ำครวญ ดับทุกข์ทางกายและ โทมนัสทางใจในภพนี้ เมื่อได้ปรินิพพานแล้วก็ไม่กลับมาเวียนเกิดเวียนตายในภพใหม่ให้ได้รับทุกข์และโทมนัสอีก ท่านเป็นผู้บรรลุมรรคญาณ ๔ คือ โสตาปัตติมรรคญาณ สกทาคามีมรรค ญาณ อนาคามีมรรคญาณและอรหัตตมรรคญาณ

ผู้มีจิตศรัทธา มีความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ เจริญสติปัฏฐานตามวิธีการดังกล่าวมา ทั้งใน ส่วนกายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนา ย่อมจะได้รับอานิสงส์ อย่างใดอย่างหนึ่ง ดังต่อไปนี้ คือ

๑. ถ้าเจริญสติปัฏฐานเป็นเวลา ๗ ปี จะพึงหวังได้ผลอย่างใดอย่างหนึ่งในสองอย่าง คือ บรรลุพระอรหันต์ผล (สำเร็จเป็นพระอรหันต์) หรือถ้ามิฉะนั้น ก็บรรลุอนาคามีผล (สำเร็จ เป็นพระอนาคามี) ในปัจจุบันชาตินี้

๒. ถ้าเจริญสติปัฏฐานเป็นเวลา ๖ ปี หรือ ๕ ปี ๔ ปี ๓ ปี ๒ ปี ๑ ปี, ๗ เดือน ๖ เดือน ๕ เดือน ๔ เดือน ๓ เดือน ๒ เดือน ๑ เดือน, ๗ วัน ผู้นั้นก็จะพึงหวังผลอย่างใดอย่างหนึ่งในสองอย่างเช่นเดียวกัน คือ ย่อมจะได้บรรลุพระอรหัตตผล หรือ อนาคามีผล ในปัจจุบันชาตินี้ ด้วยเหตุนี้ พระพุทธองค์จึงตรัสว่า "ดูกรภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางสายเดียวที่เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย เพื่อระงับความโศกและความรำไรรำพัน เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอุปริยมรรค เพื่อเห็นแจ้งพระนิพพาน ทางสายเดียวนี้ คือสติปัฏฐาน ๔"^{๑๘๒}

^{๑๘๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/ ๓๐๐/๒๓๓, ที.ม. (บาลี) ๑๐.๔๐๕.๒๘๒.

๔.๔ วิปัสสนาภูมิ ๖ ในสติปัฏฐาน ๔

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ต้องมีอารมณ์ของวิปัสสนาอันได้แก่ วิปัสสนาภูมิ ๖ ซึ่งสังเคราะห์เป็นรูปนาม ดังที่ได้แสดงมาแล้ว ในที่นี้จะขอยกตัวอย่างเป็นอุทธานิพนธ์ ว่าด้วยชั้น ๕ พอสังเขป เพื่อเป็นการศึกษาสืบต่อไป

ธรรมดาการปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหาร มีข้าวเจ้า ข้าวเหนียว เป็นต้นนั้น ต้องอาศัยพื้นที่นาที่เพาะปลูก ฉะนั้น แม้วิปัสสนากรรมฐานนี้ก็ต้องการอาศัยภูมิพื้นที่ปลูกฉนั้นเหมือนกัน ภูมิพื้นที่ที่เพาะปลูกให้วิปัสสนาเจริญงอกงามขึ้นนั้น ถ้าว่าโดยย่อที่สุดแล้วมี ๒ อย่าง คือ

- ๑) รูปธรรม สิ่งที่ยื่นให้รู้
- ๒) นามธรรม สิ่งที่เข้าไปรู้

รูปธรรม นามธรรม (เวทนาโลกุตตรธรรม) เป็นภูมิพื้นที่ที่ยื่นให้วิปัสสนาเห็นแจ้งแทงตลอด ทนต่อความพิสูจน์ วิปัสสนาจึงเอารูปนามเป็นกรรมฐาน เอาภูมิของวิปัสสนาเป็นกรรมฐาน ของวิปัสสนา รูปนามเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา รูปนามเป็นทางเดินของวิปัสสนา รูปนามยื่นไว้ให้วิปัสสนาเพ่ง รูปธรรม ได้แก่ รูปปรมาณู นามธรรม ได้แก่ จิตปรมาณูและเจตสิกปรมาณู

ส่วนวิปัสสนา ได้แก่ ปัญญาเจตสิกและสหชาติธรรม เพราะฉะนั้น รูปนามนี้มีใช้อื่น ได้แก่ จิต เจตสิก และรูปนั่นเอง (ส่วนพระนิพพาน สังเคราะห์เข้าเป็นนามธรรมที่พ้นจากชั้นวิปัสสนาภูมิ ที่พระองค์ทรงแสดงมี ๖ ภูมิ คือ

- ๑) ชั้น ๕ คือ กองทั้ง ๕
- ๒) อายุตนะ ๑๒ คือ สะพานเครื่องเชื่อมเครื่องต่อให้เกิดความรู้มี ๑๒
- ๓) ธาตุ ๑๘ คือ สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตนมี ๑๘
- ๔) อินทรีย์ ๒๒ คือ ความเป็นใหญ่มี ๒๒
- ๕) ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ คือ ความประชุมพร้อมของเหตุผล มี ๑๒
- ๖) อริยสัจ ๔ คือ ความจริงอันประเสริฐมี ๔

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ดังที่พระพุทธองค์ได้ทรงแสดงไว้แล้วโดยสรุปแล้ว คือ การกำหนดพิจารณารูป-นาม คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นส่วนที่แสดงถึงรูปชั้น เป็นต้น การกำหนดรูปชั้นและนามชั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับวิปัสสนาภูมิ ๖ อันได้แก่ชั้น ๕, อายุตนะ ๑๒, ธาตุ ๑๘, อินทรีย์ ๒๒, อริยสัจ ๔ และปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ซึ่งวิปัสสนาภูมิ ๖ เหล่านี้ จัดเป็นอารมณ์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

สงเคราะห์วิปัสสนาภูมิ ๖ ลงใน สติปัฏฐาน ๔ และ รูป-นาม

วิปัสสนาภูมิ ๖	สติปัฏฐาน ๔					
	กายา	เวทนา	จิตตา	ธัมมา	รูป	นาม
ขั้นที่ ๕						
๑) รูปขั้นที่	●			●	●	
๒) เวทนาขั้นที่		●		●		●
๓) สัญญาขั้นที่			●	●		●
๔) สังขารขั้นที่			●	●		●
๕) วิญญาณขั้นที่			●	●		●

อายตนะ ๑๒	สติปัฏฐาน ๔					
	กายา	เวทนา	จิตตา	ธัมมา	รูป	นาม
๑) จักขายตนะ	●			●	●	
๒) โสตายตนะ	●			●	●	
๓) ฆานายตนะ	●			●	●	
๔) ชิวหายตนะ	●			●	●	
๕) กายายตนะ	●			●	●	
๖) มนทายตนะ			●	●		●
๗) รูปลายตนะ	●			●	●	
๘) สัทธายตนะ	●			●	●	
๙) คันธายตนะ	●			●	●	
๑๐) รสายตนะ	●			●	●	
๑๑) โผฏฐัพพายตนะ	●			●	●	
๑๒) ธัมมายตนะ			●	●	●	●

วิปัสสนาภูมิ ๖	สติปัฏฐาน ๔					
	กาย	เวทนา	จิต	ธัมมา	รูป	นาม
ธาตุ ๑๘						
๑) จักขุธาตุ	●				●	
๒) โสตรธาตุ	●				●	
๓) ฆานธาตุ	●				●	
๔) ชิวหาธาตุ	●				●	
๕) กายธาตุ	●				●	
๖) มโนธาตุ			●			●
๗) รูปธาตุ	●				●	
๘) สัทธาธาตุ	●				●	
๙) คันธธาตุ	●				●	
๑๐) รสธาตุ	●				●	
๑๑) โผฏฐัพพธาตุ	●				●	
๑๒) ธัมมธาตุ			●		●	●
๑๓) จักขุวิญญาณธาตุ			●			●
๑๔) โสตวิญญาณธาตุ			●			●
๑๕) ฆานวิญญาณธาตุ			●			●
๑๖) ชิวหาวิญญาณธาตุ			●			●
๑๗) กายวิญญาณธาตุ			●			●
๑๘) มโนวิญญาณธาตุ			●			●

อินทรีย์ ๒๒	สติปัฏฐาน ๔					
	กาย	เวทนา	จิต	ธัมมา	รูป	นาม
๑) จักขุอินทรีย์	●				●	
๒) โสติดินทรีย์	●				●	
๓) ฆานินทรีย์	●				●	
๔) ชิวหินทรีย์	●				●	
๕) กายินทรีย์	●				●	
๖) อิตถินทรีย์	●				●	
๗) ปุริสินทรีย์	●				●	
๘) ชีวิตินทรีย์	●				●	
๙) มนินทรีย์			●			●
๑๐) สุขินทรีย์		●				●
๑๑) ทุกขินทรีย์		●				●
๑๒) โสมนัสสินทรีย์		●				●
๑๓) โทมนัสสินทรีย์		●				●
๑๔) อุเบกขินทรีย์		●				●
๑๕) สัทธินทรีย์				●		●
๑๖) วิริยินทรีย์				●		●
๑๗) สตินทรีย์				●		●
๑๘) สมาธินทรีย์				●		●
๑๙) ปัญญินทรีย์				●		●
๒๐) อัญญัตตัญญูสามีดินทรีย์				●		●
๒๑) อัญญินทรีย์				●		●
๒๒) อัญญาตาวินทรีย์				●		●
อริยสัจ ๔						
๑) ทุกขอริยสัจ				●		●
๒) ทุกขสมุทัยอริยสัจ				●		●
๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ				●		●
๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา อริยสัจ				●		●

ปัจจัยสมุปบาท ๑๒	สติปัฏฐาน ๔					
	กาย	เวทนา	จิต	ธัมมา	รูป	นาม
๑) อวิชชา				●		●
๒) สังขาร			●			●
๓) วิญญาณ			●			●
๔) นามรูป	●		●		●	●
๕) สฬายตนะ	●				●	
๖) ผัสสะ				●		●
๗) เวทนา		●				●
๘) ตัณหา				●		●
๙) อุปาทาน				●		●
๑๐) ภพ	●			●	●	
๑๑) ชาติ	●			●	●	
๑๒) ชรามรณะ (โสกะ ... อุ ปายาส)	●	●			●	

ตัวอย่าง อธิบายชั้น ๕ อันเป็นภูมิของวิปัสสนา

เบญจขันธ์ มี ๕ คือ

- ๑) รูปขันธ์ (กองรูป มีหน้าที่แตกดับ)
- ๒) เวทนาขันธ์ (กองเวทนา มีหน้าที่เสวยรูปแตกดับ)
- ๓) สัญญาขันธ์ (กองสัญญา มีหน้าที่จำรูปแตกดับ)
- ๔) สังขารขันธ์ (กองสังขาร มีหน้าที่ปรุงแต่งรูปแตกดับ)
- ๕) วิญญาณขันธ์ (กองวิญญาณ มีหน้าที่รู้รูปแตกดับ)

ขันธ์ทั้ง ๕ นี้ก็ไม่ใช่อื่นไกลที่ไหน ได้แก่ พระปรมัตถธรรมนั่นเอง อุปมาเหมือนป่าไม้เมื่ออยู่ในป่า เรียกว่า ต้นไม้ เมื่อนำมาใช้ทำบ้านเรือน เรียกว่า เสาบ้าง พื้นบ้าง คานบ้าง เป็นต้นฉนั้นใด แม้ขันธ์ ๕ ก็เอาปรมัตถธรรม ๓ (เวทนา นิพพาน) มาเป็นฉนั้นนั้น ส่วนพระนิพพานไม่นับเข้าเป็นขันธ์ เรียกว่า “ขันธ์วิมุตติ” พ้นจากขันธ์ ๕ (ขันธ์ ๕ นี้คือ รูปนาม นั้นเอง)

สงเคราะห์พระปรมัตถธรรมลงเป็นขันธ์ ๕ ดังนี้

- ๑) รูปขันธ์ คือ รูปธรรม (รูป ๒๘ รูป)
- ๒) เวทนาขันธ์ คือ นามธรรมเจตสิก (เวทนาเจตสิก ๑ ดวง)
- ๓) สัญญาขันธ์ คือ นามธรรมเจตสิก (สัญญาเจตสิก ๑ ดวง)
- ๔) สังขารขันธ์ คือ นามธรรมเจตสิก (เจตสิกที่เหลือ ๕๐ ดวง)

๕) วิญญาณขั้นนี้ คือ นามธรรมจิต (จิต ๘๘ หรือ ๑๒๑ ดวง)

รวมนามธรรมเจตสิก ๓ กับ นามธรรมจิต ๑ เป็นนามขั้นนี้ ๔ เรียกว่า นามธรรม ส่วนรูปขั้นนี้ คงเป็น รูปธรรม^{๑๘๓}

อุททราหณณ์ ว่าด้วยขั้นนี้ ๕ ในอิริยาบถหนึ่ง มีพระบาลี ว่า “อิธ ภิกขเว ภิกขุ อรณญค โทวา รุกขมุลคโต वा सुญญาคารคโต वा นิสิตติ ปลลنگก อากุชิตวา อุชฺฐ กายํ ปณิธาย ปริมุขํ สตี อุปฏฐเปตวา. โส สโตว อสฺสสตี สโตว ปสฺสสตี.”^{๑๘๔} ...“นิสินโน वा นิสินฺโนมหีติ ปชานาติ”^{๑๘๕}

ผู้ปฏิบัตินั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายให้ตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า เมื่อนั่งก็รู้ชัดว่านั่ง มีสติ หายใจเข้า มีสติหายใจออก เมื่อหายใจเข้าเป็นเหตุ ผลก็คือทำให้ท้องพองขึ้นมา ขณะท้อง เริ่มพองพึงกำหนดว่า “พอง” เมื่อท้องพองจนสุดแล้ว พึงกำหนดว่า “หนอ” และเมื่อหายใจ ออกเป็นเหตุ ผลก็คือทำให้ท้องยุบลง ขณะท้องเริ่มยุบ พึงกำหนดว่า “ยุบ” เมื่อท้องยุบจนสุด แล้ว พึงกำหนดว่า “หนอ” ให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาตามเห็นที่ผลเท่านั้น ไม่ต้องพิจารณาตามเห็น ที่เหตุ

ดังนั้นจึงสรุปสังเคราะห์ลงในขั้นนี้ ๕ ได้ดังนี้

๑) ในขณะที่ท้องพอง ท้องยุบ จัดเป็นรูปขั้นนี้ (รูป)

๒) ขณะที่กำหนดท้องพอง ท้องยุบ อยู่เนิ่น เกิดความรู้สึกสบาย ไม่สบาย หรือ เฉยๆ มีอยู่ไม่ขาดเลย ไม่อย่างใดก็อย่างหนึ่งเกิดขึ้น จัดเป็นเวทนาขั้นนี้ (นาม)

๓) ขณะที่กำหนดท้องพอง ท้องยุบ อยู่เนิ่น จำได้ว่า พองสั้น พองยาว พองมาก หรือ พองน้อย ยุบสั้น ยุบยาว ยุบมากหรือยุบน้อย จัดเป็นสัญญาขั้นนี้ (นาม)

๔) ขณะที่กำหนดท้องพอง ท้องยุบ อยู่เนิ่น มีการปรุงแต่งให้เห็นว่า สุข ทุกข์ หรือ เฉยๆ จัดเป็นสังขารขั้นนี้ (นาม)

๕) ขณะที่กำหนดท้องพอง ยุบ อยู่เนิ่น เกิดความรู้สึกขึ้นมา จัดเป็นวิญญาณขั้นนี้(นาม)

นอกจากนี้ ในขณะที่กำหนดท้องพอง ท้องยุบ อยู่เนิ่น ธรรมคือ आयตนะ ๑๒, ชาติ ๑๘, อินทรีย์ ๒๒, ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ และอริยสัจ ๔ ก็มี นอกจากวิปัสสนาภูมิ ๖ แล้ว โพธิ ปักขยธรรม ๓๗ ประการ ก็มีเช่นเดียวกัน ผู้ปฏิบัติที่พิจารณาอยู่อย่างนี้ชื่อว่า ได้เจริญสติปัฏ ฐาน ๔ อย่างครบบริบูรณ์

^{๑๘๓} สุจินต์ บริหารวนเขตต์, ปรมัตถธรรมสังเขป จิตตสังเขป และภาคผนวก,

(กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๔๕), หน้า ๒๓๓-๒๔๔.

^{๑๘๔} ที่.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๕๙, ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

^{๑๘๕} ที่.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๖๐, ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

๔.๔ การปฏิบัติสุทธวิธีสสนาแบบกำหนดพอง-ยุบ

๔.๔.๑ การนั่งกำหนดพอง-ยุบ

ทำนั่ง : ควรนั่งตัวตรง แต่ไม่ต้องตรงมาก ให้พอเหมาะสมกับสรีระของตนเอง นั่งสงบ
 นั่งไม่ขยับเขยื้อนอวัยวะ ส่วนใดที่สั่น จนสังเกตได้ว่าอวัยวะที่ยังไหวอยู่มีแต่ท้องเท่านั้น ให้ส่ง
 จิตไปดูอาการไหวนั้นอย่างจดจ่อ แค่อุเฉยๆ อย่าไปบังคับท้อง ปล่อยให้ท้องไหวไปเรื่อยๆ
 ตามธรรมชาติ นั่งกำหนดดูอย่างจดจ่อ ต่อเนื่อง ไม่หลุดไม่เผลอ ถ้ามีเผลอสติบ้างก็ไม่ต้อง
 หงุดหงิด เผลอ ..เอาใหม่ ๆ จนเห็นอาการพอง-ยุบค่อย ๆ ชัดขึ้น ขณะเห็นท้องพอง กำหนดใน
 ใจพร้อมกับบริกรรมว่า “พองหนอ” ขณะเห็นท้องยุบกำหนดในใจพร้อมกับบริกรรมว่า “ยุบหนอ”

ถ้าท้องพอง-ท้องยุบเบาหรือสั้นก็ให้กำหนดเพียง “พอง-ยุบ”
 ไม่ต้องใส่ “หนอ” ต่อท้าย บางครั้งท้องหนึ่ง พอง-ยุบไม่ปรากฏก็กำหนดรู้
 อาการหนึ่งนั้น “รู้หนอ ๆ ๆ” หรือ “หนึ่งหนอ ๆ ๆ” บางครั้งพอง-ยุบเร็ว/แรง จน
 กำหนดไม่ทันก็ให้กำหนดรู้อาการนั้น “รู้หนอ ๆ ๆ” ถ้าขณะนั้น กำหนดอยู่มี
 ความคิดแทรกเข้ามา ให้หยุดกำหนดพอง-ยุบไว้ก่อน ส่งจิตไปดูอาการคิด
 นั้นพร้อมกับบริกรรมในใจว่า “คิดหนอ ๆ ๆ ๆ” พร้อมกับตามดูอาการจาง
 ไป ดับไปของความคิดนั้นด้วย พออาการ คิดจางไปหรือดับไปแล้ว ให้รู้ถึงอาการที่ดับไปนั้น
 ด้วย ถ้าเผลอคิด โดยไม่รู้ตัว พอรู้สึกตัวให้กำหนดส่ำทับก่อนทุกครั้งว่า “เผลอหนอ” แล้วจึง
 กำหนดดูอาการคิดจนกว่าจะดับไป แล้วรีบกลับมากำหนด พอง-ยุบต่อทันที อย่าปล่อยให้จิต
 ว่างจากการกำหนดเด็ดขาด ขณะที่กำหนดอยู่นั้น ถ้าเกิดอาการปวดขาหรืออวัยวะส่วนใดส่วน
 หนึ่งขึ้นมา ให้ทิ้งพอง-ยุบไปเลย แล้วส่งจิตไปดูอาการปวดนั้นพร้อมกับ บริกรรมในใจว่า “ปวด
 หนอ ๆ ๆ” หรือ “ขาหนอ” ตามที่เป็นจริง พยายามกำหนดดูอย่างจดจ่อ ต่อเนื่อง แต่อย่าเอาจิตเข้า
 ไปเป็นทุกข์กับอาการนั้น ถ้าเกิดจิตคิดอยากให้หาย ให้กำหนดดูอาการอยากนั้น (อยากหาย
 หนอ ๆ) จนกว่าจิตอยากดับไป แล้วกลับมาดูอาการปวดต่อ ภายใน ๒ -๕ วัน จะมากไปด้วย
 ทุกขเวทนา เจ็บ ปวด เมื่อย ก็จงตั้งใจ กำหนดอย่างเต็มกำลัง (..ให้เข้าใจว่าเวทนานี้แหละ คือ
 สะพานวิเศษ ที่ให้เราข้ามไปสู่ความพ้นทุกข์ได้โดยเร็วพลัน) จนกว่าอาการปวด หายหรือลดลง
 วันแรก ๆ อาการปวดจะไม่รุนแรงมากนัก แต่เมื่อ มีสมาธิมากขึ้นมีญาณปัญญามากขึ้น อาการ
 ปวดจะรุนแรงขึ้นจน ทนแทบไม่ไหว จากที่เคยนั่งได้ ๑ ชั่วโมง พอวันที่ ๓ -๔ เป็นต้นไป นั่ง
 ๑๐ หรือ ๒๐ นาทีก็ทนแทบไม่ไหวแล้ว ให้พยายามนั่งกำหนด ต่อไปจนกว่าจะครบชั่วโมง เพื่อ
 จะได้เป็นกำลังใจในการกำหนดบัลลังก์ต่อไป ยิ่งปวดมากก็ยิ่งกำหนดถี่ เร็ว ๆ แรง ๆ ซึ่งนั้น
 แสดงว่าสมาธิของเราก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว ภายใน ๔- ๖ วัน เวทนาจึงจะลดหายไปเอง เมื่อถึง
 ขั้นนี้วิปัสสนาญาณก้าวเข้าสู่ขั้นที่ ๓ แล้ว (ทั้งหมดมี ๑๖ ขั้น เรียกว่าโสฬสญาณ) ขึ้นต่อไปไม่
 ควรปฏิบัติเอง! ควรมืออาจารย์คอยให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิด



ในขั้นต่อไป ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดรู้เท่าทันจิตที่อยากลุก, อยากนั่ง, อยากหัน, อยากมอง, ก่อนเคลื่อนไหวอิริยาบถทุกครั้ง ถ้าเกิดสภาวะแปลก ๆ เห็นแสงสีหรือภาพนิมิตขึ้นมา ให้กำหนดตามที่เป็นจริงทันทีจนกว่าอาการนั้น ๆ จะดับหายไปในที่สุด เช่น เห็นหนอ, คับหนอ, เย็นหนอ, ร้อนหนอ เป็นต้นตามความเป็นจริง อย่างเป็นไปเพ่งจ้อง เพ่งมองเด็ดขาด

ถ้าอาการpong-ยุบหนึ่ง ก็ให้ตามดูอาการหนึ่งนั้น “นั่งหนอๆๆ” หรือ “หายหนอๆๆ” จนกว่าpong-ยุบจะกลับมา แต่ถ้ายังกำหนดอาการยิ่งหนึ่ง ..ก็อย่าสุดลมเข้าช่วยเด็ดขาด ให้กลับไปจับความรู้สึกของรูปหนึ่งใหญ่ ตั้งแต่ศีรษะจนถึงเท้า “นั่งหนอ”รวดเดียว จากนั้นส่งจิตขึ้นไปที่มีอณูกั้น“ถูกหนอ” แล้วกลับมาดูรูปหนึ่งอีก“นั่งหนอ” จากนั้นส่งจิตขึ้นไปกั้นกบข้างขวาอณูกั้น “ถูกหนอ” แล้วกลับมาดูรูปหนึ่งอีก“นั่งหนอ” จากนั้น ส่งจิตขึ้นไปกั้นกบข้างซ้ายอณูกั้น “ถูกหนอ” ทำอย่างนี้สลับกันไปเรื่อย ๆ จนกว่าอาการpong-ยุบจะชัดขึ้น แล้วกลับมากำหนดอาการpong-ยุบตามปกติ

ที่อธิบายมานี้เป็นเพียงหลักปฏิบัติเบื้องต้น ยังมีรายละเอียด ปลีกย่อยอีกมากมายที่จะต้องเรียนรู้จากพระวิปัสสนาจารย์

ปุจฉา : วิธีปฏิบัติดังกล่าวนี้เป็นวิปัสสนาอย่างไร? วิปัสสนา ให้กำหนดรู้รูป-นาม/ขันธ์ ๕ ตามความเป็นจริงมิใช่หรือ ?

วิสัชชนา : ขณะที่จิตจดจ่ออยู่ที่อาการpongออกของท้อง พร้อมกับบริกรรมในใจว่า “pongหนอ” อาการนี้คืออาการขยายออกของวาโยธาตุ ในท้องเป็นรูปขันธ์ ความรู้สึกอึดอัดขณะธาตุลมขยาย หรือชอบใจที่กำหนดได้คล่องเป็นเวทนาขันธ์ ความจำได้ว่า อาการเช่นนี้เรียกว่า “pong”เป็นสัญญาขันธ์ การบริกรรมในใจว่า“pongหนอ” ความตั้งใจในการกำหนดและปีติปราโมทย์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น เป็นสังขารขันธ์ ความรับรู้อาการpong-ยุบและรู้ว่า “รู้ยุบ” เป็นวิญญานขันธ์ ขันธ์ ๕ ปรากฏขณะปฏิบัติอย่างนี้แล ฯ

ส่วนการตามเห็นอาการpong-อาการยุบของท้องที่ไม่คงที่ เปลี่ยนแปลง ดับไป (..ต้นpong กลางpong สุดpongดับไป, ..ต้นยุบ กลางยุบ สุดยุบดับไป) อย่างจดจ่อแนบสนิทกับอารมณ์ เป็นการ เจริญวิปัสสนา เพราะวิปัสสนา แปลว่าการตามเห็นสภาวะธรรมที่ปรากฏด้วยอาการต่างๆ มีความไม่เที่ยง เป็นต้น

๔.๔.๒ กำหนดpong-ยุบ เจริญสติปัฏฐาน ๔

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน อาการpongออก-ยุบลงของท้อง ที่มีลักษณะตั้ง-หย่อนเคลื่อนไหวไปมาจากจุดหนึ่งไปอีกจุดหนึ่ง เป็นลักษณะของวาโยธาตุ การเจริญสติกำหนดจดจ่อต่อเนื่องอยู่ที่อาการของวาโยธาตุ จนเห็นอาการดับหายไป (คือ pongออกแล้วดับไปเปลี่ยนเป็นยุบ ยุบแล้วดับไปเปลี่ยนเป็นpong) เป็นการเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

อนึ่ง ขณะนั่งกำหนดอยู่ เสียงแทรกเข้ามาก็ให้รู้อาการไต่ยินนั้น พร้อมกับกำหนดว่า “ไต่ยินหนอ” ลมพัดมาถูกที่ผิวหนัง กำหนดว่า “ถูกหนอ ๆ” หรือ “เย็นหนอ” สบายหนอ” ตามความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนั้น จนเห็นอาการดับไปหายไป และการกำหนดรู้อาการตั้ง-หย่อน ขณะ ลุก,กราบ จัดเป็นการเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เช่นกัน

๒. **เวทนาหุปัสสนาสติปัฏฐาน** ในขณะกำหนดพองยุบอยู่นั้น มด หรือยุงกัด รู้สึกเจ็บ สงงัดไปกำหนดอาการนั้น “เจ็บหนอ ๆ”จนกว่าจะดับไป นั่งนานปวดหลังปวดขากำหนดว่า “ปวดหนอ” เพียงเพื่อรู้อาการ ไม่ใช่เพื่อให้หาย หรือสภาวะญาณสูงขึ้นรู้สึกเบาสบายกำหนดว่า “สบายหนอ ๆ” อย่างนี้ก็จัดเป็นการเจริญเวทนาหุปัสสนาสติปัฏฐาน

๓. **จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน** ในขณะกำหนดพองยุบอยู่นั้น เกิดความคิดขึ้น ถ้าคิดโกรธกำหนดว่า “โกรธหนอ ๆ” คิดเรื่องราคะ กำหนดว่า “ราคะหนอ” ถ้าความคิดนั้นปรากฏเฉย ๆ ไม่อาจจำแนกเป็น ราคะ โทสะ โมหะได้ กำหนดเพียงว่า “คิดหนอ ๆ”

อนึ่ง การเคลื่อนไหวอริยาบถเป็นไปด้วยอำนาจของธาตุลมที่เกิดจากจิตเป็นสมุฏฐาน ย่อมเป็นไปไม่ได้ที่กายจะลุกขึ้นโดยที่ไม่มีจิตคิดจะลุกก่อน, ย่อมเป็นไปไม่ได้ที่หน้าจะหันไปมอง โดยที่ไม่มีจิตอยากมอง หรือจิตสนใจเกิดก่อน, ย่อมเป็นไปไม่ได้ที่ขาจะก้าวเดินโดยที่ไม่มีจิตคิดจะเดินก่อน ฉะนั้น ก่อนลุกขึ้น ก่อนหัน ก่อนมอง ก่อนเดินจึงต้องรู้แจ้งอารมณ์ปัจจุบันก่อนและกำหนดสำหรับอาการนั้น ๆ ว่า “อยากลุกหนอ” “อยากหันหนอ” “สนใจหนอ” “อยากเดินหนอ” เป็นการเจริญทั้งจิตตานุปัสสนาและธัมมานุปัสสนาอยู่ในขณะเดียวกัน

๔. **ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** ขณะกำหนดพองยุบอยู่นั้นเผลอบ่อย รู้สึกหงุดหงิด กำหนดว่า “หงุดหงิดหนอ ๆ” ง่วงซึม กำหนดว่า “ซึมหนอ ๆ” หรือมีสิ่งมารบกวนรู้สึกรำคาญ กำหนดจิตว่า “รำคาญหนอ ๆ” หรือเมื่อสภาวะญาณสูงขึ้น สภาวะธรรมละเอียดนิ่มนวลเบาบาง ก็กำหนดว่า “รู้หนอ ๆ” ดังนี้ จัดเป็นการเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๔.๔.๔ การบริกรรม

การปฏิบัติสุทธวิปัสสนาเป็นการระลึกรู้เท่าทันอารมณ์ปัจจุบัน ต้องอาศัยคำบริกรรม เป็นเครื่องช่วยให้รู้ตัวในปัจจุบันขณะ การบริกรรมมีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนา จัดเป็น วิชขมานบัญญัติ คือบัญญัติแสดงเนื้อความที่ปรากฏ สือให้รู้สภาวะธรรมนั้น ๆ ได้อย่างชัดเจน ผู้ปฏิบัติต้องทำความเข้าใจในความแตกต่างกันของปัจจุบันธรรมและปัจจุบันอารมณ์

- ปัจจุบันธรรม คือ รูปนามที่เกิดเป็นปัจจุบันอยู่เรื่อยไป
- ปัจจุบันอารมณ์ คือ รูปนามที่ปรากฏเฉพาะหน้า

อารมณ์ที่มีความสำคัญต่อการปฏิบัติวิปัสสนาคือปัจจุบันอารมณ์ เพราะอภิขมา โทมนัสจะเกิดขึ้นได้หรือไม่ได้อยู่ที่ว่า ผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดได้เท่าทันตามความเป็นจริง

หรือไม่ หากกำหนดได้ทันว่ามีรูปอะไร นามอะไร เกิดขึ้นในอารมณ์ปัจจุบัน ขณะนั้นอภิขณา และโทมนัสย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ เท่ากับว่าในขณะที่นั้นสมุทัยอันเป็นเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ย่อมถูกละไป(ทำลายตัณหา) ดังนั้น ความสำคัญจึงอยู่ตรงที่ว่าต้องคอยสังเกตให้ได้ทันในปัจจุบันอารมณ์

หลายคนสงสัยว่า : การปฏิบัติแบบนี้มากเกินไปด้วยคำบริกรรม มีแต่คำบัญญัติ จะเป็นวิปัสสนาได้อย่างไร?

ตอบว่า : การเจริญวิปัสสนาเป็นการระลึกภูัสภาวธรรมปัจจุบัน คำบริกรรมจะทำให้รับรู้คำบัญญัติเป็นอารมณ์ก็จริง แต่ก็ช่วยให้จิตจดจ่ออารมณ์มากขึ้นในเบื้องต้น จากนั้นจึงสามารถหยั่งเห็นรูปนามตามสภาวะธรรมนั้นๆ โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาได้ เมื่อวิปัสสนาญาณมีกำลังมากขึ้นแล้ว ก็ไม่จำเป็นต้องใช้คำบริกรรมอีกต่อไปเพราะในขณะที่ต่อจากนั้นจะสามารถรู้รูปนามได้ชัดเจน จนเห็นความเกิด-ดับอย่างรวดเร็วของสภาวะธรรมที่กำลังกำหนดอยู่ ดังข้อความในคัมภีร์มหาฎีกาว่า “นनु จ ตชชาปญตตติวเสน สภาวธมโม คยห ตีติ.สจจ คยหติ ปุพพภาเค ภาวนาย ปน วฑฒมานาย ปญตตติ สมติกุกมิตวา สภาเวเยว จิตตํ ติฎฐจติ”^{๑๘๖} “ถามว่า บุคคลย่อมรับรู้สภาวะธรรมโดยเนื่องด้วยนามบัญญัติได้หรือ ตอบว่า จริง อยู่ในเบื้องต้นแรกย่อมรับรู้เนื่องด้วยบัญญัติ (คือคำบริกรรมสลักกันไป) แต่ในเมื่อภาวนาเจริญขึ้น จิตย่อมล่วงบัญญัติแล้วดำรงอยู่ในสถานะเดียว (ไม่มีคำบริกรรมอีก)

และมีหลักฐานที่เกี่ยวกับการใช้คำบริกรรมที่เป็นบัญญัติดังนี้ “มนสา สชชฎาโย ลกขณปฏิเวทสุส ปจจโย โหติ. ลกขณปฏิเวโห มคคผลปฏิเวทสุส ปจจโย โหติ”^{๑๘๗} การสาธยายทางจิต เป็นปัจจัยแก่การแทงตลอดไตรลักษณ์ การแทงตลอดไตรลักษณ์เป็นปัจจัยแก่การแทงตลอดมรรคผล

๑) คำบริกรรมว่า “หนอ”

การกำหนดว่า “หนอ” เป็นการเพิ่มกำลังให้แก่ขณิกสมาธิ คือถ้ากำหนดเพียงพอง-ยุบ คำบริกรรมกับอาการไม่พร้อมกัน ขณะกำหนดว่าพอง อาการพองยังไม่หมดแต่คำบริกรรมหมดแล้ว ทำให้จิตพุ่งออกไปข้างนอก ถ้าใส่คำว่า “หนอ” ต่อท้ายก็จะพอดีกับอาการ สมาธิที่ได้ก็จะมีกำลัง พระธรรมธีรราช มหามุนี(โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ ๙) วัดมหาธาตุฯ กรุงเทพมหานคร ได้บัญญัติใช้ก่อนและสอนศิษย์ยานุศิษย์สืบต่อมา ในภาษาพม่าใช้คำว่า “พองแด - เปงแด” ซึ่งแปลเป็นภาษาไทยว่า “พองอยู่ - ยุบอยู่” โดยเหตุที่ภาษาพมามักประกอบกิริยาคุณพากย์เหมือนภาษาบาลี จึงใช้ แด (อยู่) ควบคู่ไปกับคำว่า พอง-เปง ดังนั้น คำบริกรรมนั้นจึงมีสองคำว่า พอง



^{๑๘๖} วิสุทฺธิ. ฎีกา (บาลี) ๑๓๑๖.

^{๑๘๗} อภิ.อ. (บาลี) ๒/๒๔๓, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๒๖๕.

แต่-เป่งแต่ (พองอยู่-ยุบอยู่) อย่างไรก็ตามคนไทยทั้งประเทศคุ้นเคยกับคำว่า พอง-นอ-ยุบ-นอ คำบริการนั้นมีประโยชน์เพื่อให้จิตใจจดจ่อมากขึ้น เป็นการเพิ่มวิริยะทางใจเพื่อไม่ให้ตามรู้ อย่างผิวเผิน เปรียบเหมือนก้อนดินเหนียวที่ขวางใส่ผนังด้วยกำลังแรง ย่อมกระทบถูกผนัง และติดแน่น ถ้าถูกขวางด้วยกำลังไม่เพียงพอ ก็อาจพุ่งไปไม่ถึงผนัง หรือ แม้กระทบผนังก็ไม่ติดแน่น^{๑๘๘}

คำนี้ พระธรรมธีรราชฆาณิก (โชดก ญาณสิทธิ) ท่านอธิบายว่า คำว่า “นอ” มาจาก คำบาลีว่า “วต” แปลว่า “นอ” ก็ได้ แปลว่า ธรรมที่สรรพสัตว์ให้ข้ามพ้นวิภูฏสงสาร ก็ได้ วิเคราะห์ว่า วิภูฏสังสารี ตาเรตีติ วโต (ธมฺโม) แปลว่า ธรรมใด ย่อมยังสรรพสัตว์ให้ข้ามวิภูฏสงสาร ฉะนั้น ธรรมนั้นชื่อว่า “นอ” หมายถึง “สติปัญญา”^{๑๘๙}

คำบริการนี้มีประโยชน์ ดังนี้

- ๑) เพื่อให้จิตใจจดจ่อกับสภาวะธรรมปัจจุบันมากขึ้น
- ๒) เป็นการเพิ่มวิริยะทางใจ
- ๓) สู้ให้รู้สภาวะธรรมนั้น ๆ ได้อย่างชัดเจน
- ๔) จิตเป็นสมาธิ
- ๕) ปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน

๒) การกำหนดบริการภาวนา

การกำหนดให้ได้ปัจจุบันธรรม เช่น กำหนดอาการพอง-ยุบของท้อง คำที่กำหนดว่า “พอง” กับอาการของท้องที่พองออก ต้องให้พร้อมกัน อย่าให้ก่อนให้หลังกัน คำที่กำหนดว่า “ยุบ” กับอาการของท้องที่ยุบ ก็ต้องให้พร้อมกัน อย่าให้ก่อนให้หลังกัน การเดินก็เช่นเดียวกัน (ขวย่างนอ ข้าย่างนอ) ขณะที่เรากำหนดว่า “ขวา” ต้องยกเท้าขวาขึ้นทันที ขณะที่เรากำหนดว่า “ย่าง” ต้องสับเท้าซ้ายไปทันที ขณะที่เรากำหนดว่า “นอ” ต้องให้เท้าลงถึงพื้นพอดี

ปัจจุบันธรรมนี้ มีความสำคัญต่อการปฏิบัติมาก เพราะถ้ากำหนดให้ได้ปัจจุบันธรรมแล้ว ขณิกสมาธิจะรวมตัว เมื่อขณิกสมาธิรวมตัวมากขึ้น ๆ จะทำให้อินทรีย์พลละคือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา มีกำลังแข็งแกร่งขึ้น แข็งแรงขึ้น เหมือนลับมีดไว้คมดีแล้ว ย่อมใช้ประโยชน์ได้ทุกขณะ

^{๑๘๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสะยาตอ) วิปัสสนาหัย เล่ม ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๑ (กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๗๔.

^{๑๘๙} พระครูประสาทสังวรกิจ, ธรรมะภาคปฏิบัติ, (กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๔๓.

ในการกำหนดปริกรรมมีลักษณะสำคัญ ๒ ประการ คือ

๑. ความจดจ่อ คือ การกำหนดรู้อารมณ์กรรมฐานโดยละเอียด ตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงที่สุด ในเวลานั่ง เดิน เป็นต้น เมื่อสภาวะพองปรากฏ ควรพยายามตามรู้สภาวะพองนั้น ตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงที่สุด เมื่อสภาวะยุบปรากฏก็ตามรู้สภาวะยุบนั้น ตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงที่สุด จดจ่ออยู่กับอารมณ์กรรมฐานในแต่ละขณะ โดยไม่คิดถึงอารมณ์อื่น และไม่ควรใส่ใจต่อรูปร่างสัณฐานของร่างกายทั้งหมดหรือส่วนใดส่วนหนึ่ง ควรกำหนดรู้โดยไม่ยินดียินร้าย เพียงแต่รับรู้สภาวะธรรมปัจจุบันเท่านั้น

๒. การกำหนดติดต่อกันเนื่องกัน คือ การตามรู้สภาวะธรรมปัจจุบันโดยไม่ขาดจังหวะ ไม่ว่าจะอารมณ์นั้นจะเกิดขึ้นทางทวารใดก็กำหนดรู้ได้ทันปัจจุบัน กล่าวคือ จะเกิดที่จักขุทวารคือตา โสตทวารคือหู ฆานทวารคือจมูก ชิวหาทวารคือลิ้น กายทวารคือกาย หรือมโนทวารคือใจ ก็ตาม จะไม่ปล่อยให้อารมณ์เหล่านั้นหลุดออกไป พยายามกำหนดรู้สภาวะธรรมทุกอย่างที่มาปรากฏอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่นอนจนกระทั่งถึงหลับ เวลาตื่นควรกำหนดจิตที่ตื่นว่า “ตื่นหนอ” หลังจากนั้น เวลาลืมตา กำหนดว่า “เปิดตาหนอ” เวลาลุกขึ้นก็กำหนดว่า “ขึ้นหนอๆ” หรือ “ลุกหนอๆ” แม้ อิริยาบถย่อยต่างๆ นักปฏิบัติก็ต้องพยายามกำหนดให้ได้ ๕ ครั้งขึ้นไปในขณะขึ้น ลงเหยียด คู้ ฯลฯ จึงจะประสบความสำเร็จก้าวหน้าในการปฏิบัติ

๔.๔.๔ ระเบียบปฏิบัติของสำนักกรรมฐาน (เช่น วัดงุยเตาอุกรมฐาน)

ตัวอย่าง ระเบียบปฏิบัติของสำนักวิปัสสนา วัดงุยเตาอุกรมฐาน จังหวัดท่าซู้เหล็ก
รัฐฉานสหภาพเมียนมาร์

๑) ระเบียบปฏิบัติของสำนักในวันแรก

วันแรก ให้รับกรรมฐานด้วยตนเอง ดังนี้

๑. ฟังหลักการปฏิบัติจากวีดีโอ (ภาพ-เสียงภาษาพม่า) แม่ชีแปลให้ฟังเป็นช่วง ๆ

๒. ขอขมาพระรัตนตรัย – กราบสติปัฏฐาน

- น้อมจิตขอขมาว่า หาก मैं ขำพเจ้าเคยประมาทพลาดพลั้งล่วงเกินต่อพระพุทธเจ้า
พระธรรมเจ้า พระสังฆเจ้า ด้วยกายกรรมก็ดี ด้วยวจีกรรมก็ดี ด้วยมโนกรรมก็ดี รู้ตัวก็ดี ไม่รู้ตัว
ก็ดี ขอโทษล่วงเกินนั้นจงหมดสิ้นไป อย่าได้เป็นบาปกรรมขวางกั้นการปฏิบัติ และขอให้
ขำพเจ้าสามารถปฏิบัติธรรมตามทางสติปัฏฐาน ๔ ได้ราบรื่นและบรรลุถึงมรรคผลนิพพาน
โดยเร็ว ด้วยเทอญ

- ขอขมาครู อุปัชฌาย์ อาจารย์

- ขอขมาบิดามารดา (ภิกษุไม่ต้องขอขมา)

- ขอขมาผู้มีคุณศีล คุณธรรม หรือบุคคลอื่นที่รู้ตัวว่าจะอาจเคยล่วงเกินไว้

๓. ปฏิญาณตนมอบกายถวายชีวิตต่อพระพุทธเจ้า ขอปฏิบัติสติปัฏฐานเพื่อความ
พ้นทุกข์อย่างเต็มที่ เต็มเวลาด้วยชีวิตเข้าแลก

ทุกวันที่ก่อนลงมือปฏิบัติบัลลังก์แรกของวัน ฟังปฏิบัติดังนี้

๑. ปฏิญาณตนมอบกายถวายชีวิตปฏิบัติธรรมต่อพระพุทธเจ้า

๒. เจริญจตุรารักขกรรมฐาน

ก. พระพุทธรูป ๒ นาที

ข. เมตตา ๕ นาที

ค. อสุภะ (กายคตาสติ) ๒ นาที

ง. มรณานุสสติ ๒ นาที

๓. ในช่วง ๓-๗ วันแรก หลังจากการนั่งแต่ละบัลลังก์ หากต้องการอุทิศส่วนกุศล/แผ่
เมตตาก็ทำได้

จุดสำคัญในการปฏิบัติที่พึงใส่ใจ

การเดินทางกรรม = นับแต่รับกรรมฐานไปจนกระทั่งกลับไปจากสำนักทุกเวลา ทุก
สถานที่ ทุกกรณี การเดินใช้วิธีเดินจงกรมอย่างเดียว ไม่มีการเดินธรรมดา เดินช้า ๆ มีสติ

กำหนด (ปฏิบัติเสร็จกลับบ้านเมื่อไหร่ค่อยเดินธรรมดา ตอนนี้กำลังเป็นโยคีต้องเดินแบบโยคีให้ตัวเองแบบนี้จะได้ไม่เปลืองสติง่าย)

ระยะที่ ๑ หนึ่งก้าวแบ่งการกำหนดรู้เป็น ๑ ตอน คือ “ขวาย่างหนอ-ซ้ายย่างหนอ”

ระยะที่ ๒ หนึ่งก้าวแบ่งการกำหนดรู้เป็น ๒ ตอน คือ “ยกหนอ-เหยียบหนอ”

ระยะที่ ๓ หนึ่งก้าวแบ่งการกำหนดรู้เป็น ๓ ตอน คือ “ยกหนอ-ย่างหนอ-เหยียบหนอ”

ระยะที่ ๔ หนึ่งก้าวแบ่งการกำหนดรู้เป็น ๔ ตอน คือ “อยากยกหนอ-ยกหนอ-ย่างหนอ-เหยียบหนอ”

ทุกครั้งที่ได้เดินให้เริ่มจากระยะที่ ๑ เสมอแล้วค่อยเพิ่มขึ้นเป็น ๒-๓-๔ ตามกำลังสมาธิ สภาวะบางอย่างเรียกชื่อคำกำหนดบริกรรมไม่ถูก หรือนึกไม่ทันให้ใช้คำบริกรรมว่า “รู้หนอ” แทนได้ทุกสภาวะทุกอาการ

อิริยาบถย่อย ตั้งแต่ตื่นนอนจนกระทั่งเข้านอน เพียรกำหนดให้ได้ครบภายใน ๑๐ วัน จึงจะดี

ข้อควรระวังสำหรับนักปฏิบัติ

๑. การปฏิบัติธรรมหรือสติปัฏฐาน คือการทำงานทางจิต เพื่อให้ขณะจิตตนเองได้ตั้งนั้นไม่ควรปล่อยจิตใจให้เป็นไปตามอารมณ์หรือความต้องการของตนเอง ฟังปฏิบัติอย่างมีวินัยและเคารพในพระธรรม

๒. ต้องมีความศรัทธาในพระธรรมและปฏิบัติอย่างมีเป้าหมาย คือตั้งเป้าหมายไว้ว่าเราจะเพียรปฏิบัติเพื่อให้บรรลุธรรมสูงสุดที่จะฟังได้เต็มกำลังสติปัญญา อย่าปฏิบัติเรื่อย ได้เท่าไรเท่านั้น อย่าปฏิบัติแบบลองดู หรือศึกษาดู อย่าปฏิบัติเล่นๆ หรือสนุกๆ ให้ปฏิบัติด้วยความเคารพอย่างจริงจัง

๓. อย่าสงสัย พิจารณา วิพากษ์ วิจารณ์ กลัว กังวลใดๆ ในสภาวะที่เกิดขึ้น อย่าอยาก-ไม่อยากให้สภาวะเป็นอย่างนั้น อย่างนี้

๔. กำหนดรู้เพื่อตัดละสภาวะ/อารมณ์ ทั้งหลายอย่างเดียว อย่ายึด อย่าตั้ง แก้อไข หรือเปลี่ยนแปลงใดๆ

๕. งดฟัง-อย่าสนใจ-อย่าอยากรู้สภาวะของผู้อื่น งดพูด-เล่า-รายงานสภาวะของตนให้ผู้อื่นฟัง งดเปรียบเทียบสภาวะของตนกับผู้อื่น เก็บจิตใจให้มีสติอยู่กับตนเอง อย่าให้จิตไปรับรู้เห็นคนอื่นอารมณ์อื่น เมื่อทำเช่นนี้ได้ก็จะเห็นสภาวะธรรมของตนชัดและญาณขึ้นเร็ว

๖. ในศาลาปฏิบัติธรรม ในที่พัก ทุกสถานที่ ให้มีความซื่อสัตย์และเสมอต้นเสมอปลาย กำหนดเสมอ อย่าปล่อยให้การกำหนดขาด อยู่คนเดียว งดพูด-คุย สนทนา ตัดปัญหาภาระทุกอย่างให้หมด เคารพกฎระเบียบของสำนัก และเคารพศีลของตน จึงจะเป็นนักปฏิบัติสติปัฏฐาน เป็นลูกของ “พระพุทธเจ้า” ที่แท้จริง

๒) กิจที่พึงทำก่อนนั่งสมาธิ

ปฏิญญาตนมอบกายถวายชีวิตเป็นพุทธบูชา อธิษฐานว่า “ข้าพเจ้า ขอมอบกายถวายชีวิตนี้แด่พระพุทธเจ้า ด้วยการนั่งสมาธิสงบนิ่งอย่างต่อเนื่อง เป็นเวลา ๑ ชั่วโมง เพื่อเป็นพุทธบูชา”

ทำการขอขมาครูบาอาจารย์ และบิดามารดา

ตั้งอธิษฐานจิตว่า “ข้าพเจ้า ขอขมาซึ่งโทษล่วงเกินที่มีต่อครูบาอาจารย์ บิดามารดา ที่ได้กระทำมาในอดีตชาติ นับตั้งแต่สังสารวัฏที่หาเบื้องต้นมิได้มาจนถึงปัจจุบันชาติในปัจจุบันขณะนี้ หากแม้ข้าพเจ้าได้เคยล่วงเกินด้วยกายก็ดี ด้วยวาจาก็ดี ด้วยใจก็ดี ขอท่านเหล่านั้นจงยกโทษล่วงเกินโอสถกรรมให้แก่ข้าพเจ้า ขอโทษล่วงเกินจงหมดสิ้นไปด้วยเถิด”

หมายเหตุ - หากเป็นโทษล่วงเกินที่ได้กระทำต่อครูบาอาจารย์ บิดามารดาในปัจจุบันชาตินี้ หากบุคคลผู้นั้นยังมีชีวิตอยู่ให้ไปขอขมาต่อหน้าท่านด้วยตนเอง หากไม่มีชีวิตอยู่แล้ว หรือไม่สามารไปได้ก็ให้ขอขมา ณ ที่อยู่ของตนปัจจุบันโดยน้อมจิตส่งไปขอขมา

แผ่เมตตา : แผ่เมตตาส่งจิตออกไปว่า “ขอเทพยดาที่ปกปักรักษาข้าพเจ้า บิดามารดา ครูบาอาจารย์ ผู้มีพระคุณทุกท่าน ตลอดจนสรรพสัตว์ทั้งหลายจงพ้นจากภัยอันตรายทั้งปวง ปราศจากความทุกข์ใจ ปราศจากความทุกข์กาย ขอจงอยู่เป็นสุขๆ เถิด”

หมายเหตุ - ให้น้อมจิตแผ่เมตตาออกไปยังสัตว์ทั้งหลายทั้งหมด ทุกชั้น ทุกภพ ทุกภูมิ ทั้งที่เป็นศัตรู ที่เป็นมิตร และที่เป็นกลาง อย่างไม่แบ่งแยก อย่างไม่มีจำกัด ไม่มีประมาณ ด้วยเมตตาจิต คือจิตปรารถนาให้เป็นสุขอย่างแท้จริง

คำอธิษฐานตั้งจิตปรารถนา : “ด้วยบุญกุศลที่ข้าพเจ้าได้ถวายทาน รักษาศีล เจริญสมณะ และปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ที่ได้กระทำแล้วจนถึงวันนี้ ขอจงเป็นปัจจัยอุดหนุนให้ข้าพเจ้าบรรลุมรรค ผล นิพพานด้วยเทอญ”

หมายเหตุ เพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ในวิภวสังสาร ให้อธิษฐานตั้งจิตปรารถนามุ่งตรงต่อพระนิพพาน เท่านั้น

เพื่อให้รู้เห็นความเกิด-ดับ : “ข้าพเจ้าขอนั่งสงบนิ่งเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ขอให้ข้าพเจ้าได้รู้สภาวะธรรม ความเกิด ความดับของรูปนามทั้งสอง ด้วยเทอญ”

หมายเหตุ - ให้เพียรพยายามปฏิบัติอย่างตั้งใจ โดยกำหนดรู้อย่างชัดเจน เพื่อให้สามารถเห็นสภาวะความเกิด-ดับได้

อุทิศส่วนกุศล : “ข้าพเจ้า ขออุทิศส่วนกุศลที่ข้าพเจ้าได้กระทำมาแล้วทั้งหมดในวันนี้ ทั้งทานกุศล ศีลกุศล และภาวนากุศล ให้แก่บิดา ครูบาอาจารย์เป็นต้น ตลอดจน

สรรพสัตว์ทั้งหลาย ของงมีส่วนในกุศลนี้เสมอกัน เมื่อได้รับแล้วของงมีความสุขกาย สุขใจ อยู่เป็นสุขๆ เกิด- สาธุ สาธุ สาธุ”

หมายเหตุ ให้อุทิศส่วนกุศลไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายอย่างไม่มีจำกัด ไม่มีประมาณ ด้วยเมตตาจิตปรารถนาให้สัตว์ทั้งหลาย เป็นสุข พันทุกข์อย่างจริงใจ

๓) บุพกิจของโยคี (การเตรียมตัว)

ท่านสะยาดอ ภัททันตะวิโรจนะ แนะนำให้รับพระกรรมฐานจาก วี ดี โอ (สาธิตวิธีการปฏิบัติของ เขมเย สยาดอ)มีวิธีการสาธิต วิธีการปฏิบัติแบบครบวงจร ตั้งแต่ตื่นนอน จนเข้านอนหลับ เพื่อเป็นแนวทางแห่งการปฏิบัติ เป็นแนวอันเดียวกันเป็นแบบอย่างเดียวกัน ทั้งระบบ เพื่อทำให้เกิดมาตรฐานในการปฏิบัติ เช่น วิธีการกราบสติปัฏฐาน วิธีการกำหนดอิริยาบถย่อย วิธีการกำหนดอิริยาบถใหญ่ ยืน เดิน นั่ง นอน วิธีการเดินจงกรมในระยะต่างๆ ยังมีการสาธิต วิธีการนั่ง ๓ แบบ ว่าผู้ปฏิบัติมีความพึงพอใจที่จะปฏิบัติการณ์สมาธิแบบไหน ก็นั่งตามความถนัดของตนเอง ว่านั่งแล้วสามารถนั่งได้นานที่สุด โดยไม่ขยับ นั่งนิ่งเหมือนแท่งหิน พยายามกำหนดสติตามคู้รู้ที่รูปนามให้ต่อเนื่อง

พระวิปัสสนาจารย์ สะยาดอ ภัททันตะวิโรจนะ ได้คำแนะนำเสริม เกี่ยวกับเรื่องตัวเราเท่านั้นพักไว้ก่อน ตอนนีมาเพื่อการปฏิบัติด้วยความเพียรอย่างแรงกล้า ถึงจะมีความก้าวหน้าในธรรม ทางพระพุทธศาสนา เพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน

ก. ขอบมาต่อพระรัตนตรัย

พระวิปัสสนาจารย์ สะยาดอ ภัททันตะวิโรจนะ ได้แนะนำเกี่ยวกับเรื่องขอบมาโทษต่อพระรัตนตรัยว่า บางครั้งเราอาจมีความประมาทด้วยกายกรรม วาจากรรมและมโนกรรมที่มีต่อพระรัตนตรัย ด้วยเจตนาหรือไม่ได้เจตนา การที่ได้นำเอาดอกไม้รูปเทียนมาขอบมาโทษเป็นการแสดงความบริสุทธิ์ เพื่อเป็นโอหสิกรรมไม่เป็นเครื่องขัดขวางการทำความดี ให้มีสติระลึกว่าจะไม่ประมาทต่อพระรัตนตรัยอีกต่อไป เพื่อกระทำความดีโดยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จิตใจก็สงบ สมาธิเกิดขึ้นได้ง่าย ทำให้มีกำลังใจในการปฏิบัติด้วยความเพียร เป็นมหากุศลทำให้เกิดสภาวะธรรม มีความก้าวหน้า ซึ่งเป็นประเพณีนิยมทางพระพุทธศาสนา

ข. ขอบมาต่อพระอุปัชฌาย์ มารดา - บิดา

การขอบมาโทษต่อพระอุปัชฌาย์ อาจารย์ มารดา - บิดารู้สึกบางครั้งในอดีตเราอาจประมาทด้วยกาย วาจา ใจด้วยความรู้ก็ดี ไม่รู้ก็ดี ได้นำเอาดอกไม้ รูปเทียนมาขอบมาโทษเป็นการแสดงความบริสุทธิ์ เพื่อเป็นโอหสิกรรมไม่ให้ เป็นเครื่องขัดขวางการทำความดี มีสติระลึกว่าจะไม่ประมาท เมื่อเราได้กล่าวขอบมาโทษแล้ว เกิดความมั่นใจที่จะลงสู่ภาคปฏิบัติ

ธรรมเป็นพิเศษ ปฏิบัติตามพระวิปัสสนาจารย์ทุกประการ ทำให้การอยู่ร่วมกัน ระหว่างอาจารย์ และลูกศิษย์มีความเกื้อกูลต่อกันและกัน ยอมรับปฏิบัติตามพระวิปัสสนาจารย์ด้วยความเคารพ

อาณิสงส์ที่ถวายชีวิตต่ออาจารย์ โยคีผู้ถวายตัวแล้ว (๑) จะไม่เป็นคนทำตามใจตนเอง (๒) จะเป็นคนว่าง่ายและปฏิบัติตามคำสอนของอาจารย์ โยคิกี้จะมีความเจริญงอกงาม ไพบูลย์ในพระศาสนาเหมือนอย่างลูกศิษย์ (อันเตवासิก) ของพระจุฬปิณฑปาติกติสสเถระ เป็นตัวอย่าง

ศิษย์พระติสสเถระ มีภิกษุ ๓ รูปได้มาสู่สำนักของพระติสสเถระใน ๓ รูปนั้นได้กล่าว ถวายชีวิตต่ออาจารย์ว่า ถึงแม้ตายก็ยอมตาย ขอให้อาจารย์ว่ากล่าวตักเตือนได้ทุก ๆ ประการ เมื่ออาจารย์พิจารณาเห็นว่า “ภิกษุเหล่านี้เป็นผู้สมควรแล้ว” จึงสอนพระกรรมฐานให้ ภิกษุ เหล่านี้ได้อยู่ในโอวาทของพระเถระ ปฏิบัติจนได้บรรลุซึ่งพระอรหันต์ทั้ง ๓ รูป

ค. ขอบมาต่อท่านผู้ที่มีคุณศีล มีคุณธรรม

ท่านสะยาตอ แนะนำพิธีขอขมาโทษ ต่อท่านผู้ที่มีคุณศีล มีคุณธรรม ที่เราอาจจะ เคยล่วงเกิน แม้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่าด้วยการกระทำด้วย กายทุจริตเป็นต้น ต้องขอ อโหสิกรรมเพื่อป้องกันการประพฤติล่วงเกินต่อพระอาจารย์ มีพระพุทธรูปเจ้าเป็นต้น ไม่ว่าจะ เป็นทางกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ควรที่จะนำดอกไม้รูปเทียนเข้าไปกล่าวขอโทษแก่พระ อริยะทั้งหลายที่เราอาจจะเคยล่วงเกินคิดมุ่งร้ายต่อพระอรियะ มีพระพุทธรูปเจ้าพร้อม ทั้งพระ อริยะสาวกมีพระโสดาบันบุคคลเป็นต้น เช่น การดำหนิว่าฆานวิโมกข์ มรรค ผล ไม่มีแก่ บุคคลเหล่านี้ ด่าให้เสียหายในทางไม่ดี ถึงจะรู้ก็ตาม ไม่รู้ก็ตามเป็นกรรมหนักไม่ต่างจากอนัน - ตริยกรรม ห้ามสวรรค์ ห้ามมรรคผล นิพพาน แต่ก็ยังมีทางที่จะแก้ไขได้ดังนี้

พระเถระกับพระภิกษุหนุ่มอยู่ร่วมกัน วันหนึ่งท่านทั้ง ๒ รูป ก็ออกไปปัญหาต ด้วยกันญาติโยมถวายข้าวยาคุร์อื่น ๆ ตอนนั้นพระเถระเกิดมีอาการลมเสียดแทงขึ้นที่ท้อง ท่านคิดว่าข้าวยาคุร์นี้เป็นยาสามารถรักษาโรคได้ พระเถระนั่งลงฉันข้าวยาคุร์ที่อื่น ๆ ณ ประตู หน้าบ้านของโยม พระภิกษุหนุ่มเกิดความคิดตรงเกียด จึงกล่าวติเตียนพระเถระ พอกลับมาถึง วัดพระเถระถามพระภิกษุหนุ่มว่า ท่านปฏิบัติธรรมถึงขั้น มีที่พึ่งหรือยัง พระหนุ่มตอบว่า ผม ปฏิบัติได้บรรลุถึงโสดาบันแล้ว พระเถระก็กล่าวว่า การที่เรากล่าวเช่นนั้น ก็เท่ากับว่าเป็นการ เพิ่มอุปสรรค ในการปฏิบัติเพื่อบรรลุคุณธรรมขั้นสูง

จากนั้นพระภิกษุหนุ่มก็รู้สึก สำนึกผิดก็ขอโทษพระเถระ ด้วยเหตุนี้กรรมอันหนักก็ ระงับหายไป ในเรื่องนี้ ท่านสะยาตอ ได้ให้ข้อคิดแนะนำโยคี ว่าควรระวังเป็นอย่างมาก เพราะว่าถ้าหากผิดพลาดล่วงเกิน คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์แล้ว การปฏิบัติไม่ก้าวหน้า เรื่องนี้ ท่านได้กล่าวไว้ ในระเบียบการปฏิบัติ เพื่อขออโหสิกรรม ถ้าเป็นพระพรชษาแก่กว่าพึงนั่ง กระโหยงไม่ต้องไหว้

ถ้าหากไม่อยู่ในสองกรณีดังกล่าว คือไม่มีโอกาสได้ขอขมากับท่านต่อหน้า ขอขมาโทษต่อคนอื่นแทนคือ สารภาพต่อหน้าคนอื่นแทนก็ได้ ซึ่งหลักการปฏิบัติเช่นเดียวกันกับสองกรณีดังกล่าว ส่วนที่แปลกก็คือ บาลีว่า“อหิ ฆนเต อสุกั นาม อายสมนตฺ อิทฺถจิตฺตจ อวจํ ขมตุ เม โส อายสฺมา” แปลว่า ท่านเจ้าข้า ข้าพเจ้าได้กล่าวคำนี้ๆ แก่ท่านผู้มีอายุชื่อนั้น ขอท่านผู้มีอายุรูปนั้นจงยกโทษแก่ข้าพเจ้า

แล้วกล่าวคำขอ พระกรรมฐาน บาลีว่า “นิพพานสฺส เม ฆนเต สจฺจิกฺกณฺสฺสกาย กมฺมฏฺฐานํ เทหิ” ข้าแต่ท่านอาจารย์ผู้เจริญ ขอท่านจงให้ซึ่ง วิปัสสนากรรมฐานแก่ข้าพเจ้า เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งมรรคผล นิพพานต่อไป

ง. เจริญจตุรารักขกรรมฐาน

พระวิปัสสนาจารย์ สะยาตอ ภัททันตะวิโรจนะ ให้คำแนะนำ การเจริญจตุรารักขกรรมฐาน ๔ อย่าง เป็นกรรมฐานที่รักษาจิต ให้เป็นสมาธิเป็นอารมณ์ของสมถกรรมฐาน

๑. การน้อมจิตระลึกถึงพระพุทธคุณ (พุทธานุสสติ ๒ นาที)
๒. เมตตากาวนา ๕ นาที การน้อมจิตระลึกถึงเมตตากกรรมฐาน
๓. การน้อมจิตเจริญอุสุภกรรมฐาน ๒ นาที กายคตาสติ
๔. มรณานุสสติ ๒ นาที การน้อมจิตเจริญสติระลึกถึงความตาย

กรรมฐานที่รักษาอารมณ์ทั้ง ๔ ประการนี้ เป็นการเจริญพุทธานุสสติก่อนทุกๆ บัลลังก์ เพื่อรักษาอารมณ์กรรมฐานทำให้จิตเป็นสมาธิ ถ้าหากวันไหนไม่ได้เจริญสติ ก็จะมีอาการหงุดหงิดจิตฟุ้งซ่านได้ง่าย เมื่อได้เจริญสติระลึกถึงวิธีปฏิบัติ มีศรัทธาตั้งมั่นสมาธิจิตตั้งมั่น แสดงให้เห็นว่า อารักขกรรมฐานทั้ง ๔ นี้มีความสำคัญยิ่งต่อการปฏิบัติกรรมฐาน ถึงแม้บุคคลทุกๆ ไปจะประกอบอาชีพการงานสิ่งใดๆ ก็ตาม ถ้าหากปฏิบัติตามกรรมฐาน ๔ ประการนี้ ก็จะส่งผลให้ประสบความสำเร็จในกิจการงานนั้นๆ ด้วยความราบรื่นปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ย่อมมีความเจริญที่สำคัญในการปฏิบัติ เป็นการเจริญสติเพื่อไม่ประมาทส่งผลทำให้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีความก้าวหน้าบรรลุเป้าหมายสูงสุดในพระศาสนา

๔.๕ พระวิปัสสนาจารย์สอบอารมณ์กรรมฐาน

๔.๕.๑ ความสำคัญ

การส่ง/สอนอารมณ์กับพระวิปัสสนาจารย์ ก็เพื่อให้ทราบว่าผู้ปฏิบัติมีความเข้าใจในวิธีการปฏิบัติมากน้อยแค่ไหน เข้าใจและปฏิบัติถูกต้องหรือไม่ ถ้าปฏิบัติถูกต้องจะได้แนะแนวทางการปฏิบัติขั้นสูงต่อไป ถ้าปฏิบัติผิดจะได้แก้ไขให้ถูกต้อง และยังจะได้ทราบว่าผู้ปฏิบัติมีสภาวะจิตเป็นอย่างไร มีความก้าวหน้ามากน้อยแค่ไหน พระวิปัสสนาจารย์จะกำหนดให้ผู้ปฏิบัติส่งอารมณ์ทุกวัน (เว้นเฉพาะวันพระใหญ่ แต่ถ้าผู้ปฏิบัติใดมีสภาวะธรรมพิเศษ ท่านจะอนุญาตให้ส่งอารมณ์ได้) สำหรับผู้ปฏิบัติท่านใด ที่มีความก้าวหน้าช้าหรือเร็วกว่าปกติ อาจจะต้องส่งอารมณ์วัน ๒ ครั้งคือ ตอนเช้าและตอนเย็น

เรื่องการสอบอารมณ์มีหลักฐานปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก เช่นในมหาปุณณมสูตร เมื่อพระพุทธองค์ทรงแสดงเรื่องรูปนามเป็นไตรลักษณ์แล้ว ทรงสอบถามความเข้าใจของภิกษุเหล่านั้นว่า รูปและนามเป็นสิ่งที่เที่ยงหรือไม่เที่ยง ภิกษุทั้งหลายตอบด้วยความเข้าใจว่า “ไม่เที่ยง” พระองค์จึงตรัสถามต่อไปว่า สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุข ภิกษุทั้งหลายทูลตอบตรงกันว่า “เป็นทุกข์” เมื่อจบพระสูตรนี้ ภิกษุประมาณ ๖๐ รูป ได้บรรลุอรหัตผล^{๑๙๐}

ในจุฬาราลูวาทสูตร พระพุทธองค์ทรงตรัสถามพระราหุลว่า อายุตนะทั้งหลายมี ตา หู เป็นต้น เที่ยงหรือไม่เที่ยง พระราหุลทูลตอบด้วยความเข้าใจว่า “ไม่เที่ยง” พระองค์จึงตรัสถามต่อไปว่า สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์หรือเป็นสุข พระราหุลทูลตอบว่า “เป็นทุกข์” สุดท้าย พระองค์ทรงสรุปว่า อายุตนะและขันธ ๕ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ควรถือว่าเป็นเรา เป็นของเรา. เมื่อจบพระสูตรนี้ พระราหุลได้บรรลุอรหัตผลพร้อมกับเทวดาอีกหลายพันองค์^{๑๙๑} แสดงให้เห็นว่า การสอบอารมณ์ของพระพุทธเจ้า นอกจากจะเป็นประโยชน์กับคู่สนทนาแล้ว ย่อมยังประโยชน์กับผู้อื่นที่ได้ยินได้ฟังอีกด้วย

ในการสอบอารมณ์แต่ละครั้ง พระวิปัสสนาจารย์จะให้เวลาสำหรับการสอบอารมณ์อย่างเต็มที่ ผู้ปฏิบัติท่านใดที่ปฏิบัติถูกต้อง ท่านจะให้เพียรกำหนดต่อไป ผู้ปฏิบัติท่านใดที่ปฏิบัติผิดทาง ท่านจะแนะนำแก้ไขให้ทันที บางครั้งผู้ปฏิบัติมีความตื้อตึง ต้องการปฏิบัติตามความชอบใจของตนเอง พระวิปัสสนาจารย์จำเป็นต้องใช้ความแข็งกร้าว ก็เพื่อให้ผู้ปฏิบัติเกิดความสลัดใจ ละทิ้งการปฏิบัติที่ผิดทาง ด้วยการดู หรือพูดด้วยเสียงดัง สอดคล้องกับเรื่องของ

^{๑๙๐}ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๘๕-๘๐/๘๖-๑๐๔.

^{๑๙๑}ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔๑๖-๔๑๗/๔๐๗-๔๗๕.

พระวัทกัลที่ถูกพระพุทธเจ้าขับไล่ออกจากสำนักเพื่อให้เกิดความสลดใจ สุดท้ายเมื่อท่านยอมลดทิฐิ แล้วปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้า จึงบรรลุอรหัตตผล^{๑๙๒}

ความสำคัญขั้นต้นของการสอบอารมณ์ คือ การตรวจสอบผู้ปฏิบัติใหม่หรือผู้ที่เริ่มปฏิบัติว่ามีความเข้าใจถึงความแตกต่างของรูปกับนาม ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาถูกต้องแล้วหรือยัง สำหรับการสอบอารมณ์ผู้ที่ผ่านการปฏิบัติ ซึ่งทำได้ถูกต้องตามแนวปฏิบัติจนเกิดสภาวะธรรม(ญาณ)แล้ว พระอาจารย์ผู้สอนก็จะบอกวิธีปฏิบัติเพิ่มขึ้นอีก และจะนำเอาหลักธรรมมาบรรยายให้ผู้ปฏิบัติฟัง เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจในธรรมที่เกิดขึ้น และทั้งยังเป็นการปรับอินทรีย์ทั้ง ๕ ได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมာธิ ปัญญา ของผู้ปฏิบัติให้เสมอกันอีกด้วย

๔.๕.๒ ประโยชน์ของการสอบอารมณ์

การสอบอารมณ์นั้นโดยเนื้อหาแล้วก็คือ การให้คำแนะนำวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องให้กับโยคีผู้ปฏิบัติ ช่วยให้ผู้ปฏิบัติไม่หลงทางและเสียเวลาอยู่กับการปฏิบัติผิดพลาดคลาดเคลื่อนจากทางแห่งอริยมรรค แต่อาจารย์ผู้สอบอารมณ์นั้นจะต้องเป็นผู้บรรลุมรรคผลแล้วเท่านั้น การสอบอารมณ์นั้นจึงจะบังเกิดผลดีโดยส่วนเดียว หาโทษมิได้เลย เพราะเป็นผู้ที่รู้แจ้งเห็นจริงในแนวทางปฏิบัติ เพื่อนำตนเข้าสู่มรรค ผล นิพพานได้

พระภัททนต์โสภณเถระ มหาสีสยาตอ กล่าวประโยชน์ของการสอบอารมณ์ไว้ดังนี้

๑. การใช้สติกำหนดรู้ของผู้ปฏิบัตินั้น ถ้าหากยังไม่ตรงต่อปัจจุบัน อาจารย์ผู้สอนจะได้ชี้แจงแนะนำให้กำหนดให้ถูกต้องตรงต่อปัจจุบัน

๒. เมื่อผู้ปฏิบัติใช้สติกำหนดรู้ไม่ทัน เนื่องจากเคลื่อนไหวอริยาบถเร็วเกินไป อาจารย์ก็จะได้แนะนำแก้ไขให้เคลื่อนไหวอริยาบถได้พอเหมาะกับสติที่จะกำหนดได้ทัน

๓. ถ้าการกำหนดรู้ของผู้ปฏิบัติยังกระทำไปโดยไม่ถูกต้อง อาจารย์ผู้สอนก็จะได้แนะนำให้ทำโดยถูกต้อง

๔. เมื่อผู้ปฏิบัติขาดสติโดยพลั้งเผลอไป ไม่ได้กำหนดต่ออารมณ์นั้น ๆ อาจารย์ผู้สอนก็จะแก้ไขให้สติของผู้ปฏิบัติขึ้น

๕. ถ้าวิริยะกับสมာธิ และศรัทธากับปัญญาไม่เสมอกัน อาจารย์ผู้สอนก็จะแก้ไขให้เสมอกันเมื่อการกำหนดรู้ในขั้นแรกของผู้ปฏิบัติกำหนดได้ดีแล้ว อาจารย์ผู้สอนก็จะได้แนะนำเพิ่มเติมให้ยิ่งขึ้นอีก^{๑๙๓}

๔.๕.๓ พระวิปัสสนาจารย์

^{๑๙๒} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๔๓/๒/๔/๓๙๒-๓๙๔.

^{๑๙๓} ภัททนต์ อาสภมหาเถระ, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามหลักสติปัฏฐาน ๔,

วิปัสสนาจารย์เป็นผู้ให้ความรู้แก่ผู้ปฏิบัติ ถือว่ามีความสำคัญเป็นอันดับหนึ่ง จึงต้องมีคุณสมบัติที่เหมาะสม ดังนี้

๑. เป็นพระภิกษุอยู่ในชั้นเถรภูมิ คือ มีพรรษาตั้งแต่ ๑๐ พรรษาขึ้นไป
๒. ได้เรียนรู้และปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานดีและผ่านญาณมาโดยบริบูรณ์แล้ว
๓. เป็นผู้เชี่ยวชาญในวิชาครู ได้รับการถ่ายทอดวิชาจากโบราณจารย์
๔. แดกฉานในปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิบัติ ที่จะถ่ายทอดได้ถูกต้องตรงตามพุทธวจนะ
๕. อธิบายธรรมที่ยากให้เข้าใจง่าย ธรรมที่ง่ายก็สามารถขยายความให้พิสดารได้
๖. ธรรมที่อยู่ไกลก็สามารถอธิบายให้ใกล้ได้ ธรรมที่อยู่ใกล้ก็สามารถขยายให้เห็นการณ์ไกลออกไป
๗. พุดถ้อยคำสั้น ๆ กินใจความ พุดถ้อยคำมาก ๆ ก็ไม่กินใจความ
๘. สามารถแสดงธรรมโดยอุปมา อุปมัย และยกหลักฐานขึ้นได้
๙. มีเทคนิคในการดูสภาวะธรรมของผู้ฝึกได้คมชัด แม่นยำ ปรับแต่งให้ก้าวหน้าต่อไปได้ถูกต้อง
๑๐. มีอินทรีย์สังวร^{๑๙๔}

๔.๕.๔ การสอบอารมณ์

คำว่า **สอบ** แปลว่า ตรวจ ทดลอง เปรียบเทียบ หรือไล่เสียงเพื่อหาข้อเท็จจริง หรือวัดให้รู้ว่ามีความรู้หรือความสามารถแค่ไหน^{๑๙๕}

คำว่า **อารมณ์** แปลว่า สิ่งที่ยึดเหนี่ยวจิตโดยผ่านทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ^{๑๙๖} หรือสิ่งอันเป็นที่อันจิตเหนี่ยวอยู่ หรือสิ่งสำหรับยึดเหนี่ยวของจิต แปลง่าย ๆ ว่า สิ่งที่ถูกรู้ หรือสิ่งที่ถูกรับรู้นั่นเอง

สอบอารมณ์ จึงมีความหมายว่า ตรวจสอบ ไล่เสียงหาข้อเท็จจริงจากประสบการณ์ทางจิตของผู้ที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานว่าก้าวหน้าไปถึงขั้นใดแล้ว และมีจุดไหนที่จะต้องปรับปรุงแก้ไขต่อไป

การส่งอารมณ์ หมายถึง การนำเอาประสบการณ์อันเกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนา

^{๑๙๔} ธนิต อยู่โพธิ, **วิปัสสนาหทัย**, ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), ๑๑-๑๖.

อาสาสาสน์ ฉบับที่ ๑๙ ประจำเดือน พ.ค.-ส.ค. ๒๕๕๒ หนังสือ ปฏิบัติสมาธิทางสติปัฏฐาน โดยพระอาจารย์ ดร.ภิกขุทันตะ อาสภมหาเถระ

^{๑๙๕} พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๒ หน้า ๑๑๔๘-๙.

^{๑๙๖} พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๒ หน้า ๑๓๖๗.

กรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน มาเล่าแก่ผู้มีหน้าที่รับฟัง เพื่อให้คำแนะนำที่ดีและวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้องเหมาะสมตรงตามสภาวะธรรมของผู้ปฏิบัติ^{๑๙๗}

การสอบอารมณ์ หมายถึง การที่วิปัสสนาจารย์ช่วยวินิจฉัย และประเมินผลการปฏิบัติ ให้ปฏิบัติถูกต้อง และตรงกับสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น

ผู้สอบอารมณ์ คือ วิปัสสนาจารย์ผู้แนะนำวิธีปฏิบัติวิปัสสนา ตอบข้อสงสัย และแก้ไขการปฏิบัติให้ถูกต้อง

ในคัมภีร์พุทธศาสนาไม่ปรากฏคำนี้ แต่ปรากฏคำที่ใกล้เคียง คือ คำว่า แก้อารมณ์ ซึ่งปรากฏในคัมภีร์อรรถกถาอธิบายพุทธพจน์ ว่า ปรณตเต อาสเนติ ปธานิกิกุชฺช อตตโน วสนญฺจาเน โอบาทิตุ อาคตสฺส พุทฺทสฺส ภควโต นิสิตนตฺถิ ยถาลาภเน อาสนิ ปณฺญาเปตฺวา ปธานิ กโรนฺติ, อญฺญิ อลภมานาปุราณปณฺณานิปิ สนฺถริตฺวา อุปริ สงฆาภี ปณฺญาเปนฺติ.^{๑๙๘}

พุทธอาสน์ที่ปลูลาดไว้ หมายถึง ตั้ง เตียง แผ่นกระดาน แผ่นหิน หรือกองทรายที่ภิกษุผู้บำเพ็ญเพียรปลูลาดไว้เพื่อเป็นที่ประทับของพระผู้มีพระภาคที่จะเสด็จมาให้โอวาท แก้อารมณ์กัมมัญฐานถึงที่อยู่ของตน ถ้าหาอาสนะนั้นไม่ได้ จะใช้ใบไม้เก่า ๆ ปลูลาดก็ได้ โดยลาดสังฆาฏิไว้บน นี่เป็นธรรมเนียมปฏิบัติสำหรับภิกษุนักปฏิบัติ

๔.๕.๔ การสอบอารมณ์ แก้อสภาวะธรรมในคัมภีร์

๑) พระผู้มีพระภาคเจ้าสอบอารมณ์ภิกษุ ๕๐๐ รูป

ภิกษุ ๕๐๐ รูปเรียนกรรมฐานในสำนักพระศาสดาแล้วเข้าไปสู่ป่าปากเพียร พยายามอยู่ ยังฉานให้เกิดขึ้นแล้วสำคัญว่า กิจบรรพชิตของพวกเราสำเร็จแล้วเพราะกิเลสทั้งหลายไม่ฟุ้งขึ้น จึง(กลับ)มาด้วยหวังว่า "จักกราบทูลคุณที่ตนได้แล้วแต่พระศาสดาในเวลาที่พวกเขาถึง ชุ่มประดูชั้นนอก พระศาสดาตรัสกะพระอานนท์ว่า "อานนท์ ภิกษุเหล่านี้ยังไม่จำเป็นจะเข้ามาพบเรา ภิกษุเหล่านี้จึงไปป่าช้าผีดิบเสียก่อน กลับมาจากที่นั้นแล้วจึงค่อยเฝ้าเรา พระเถระไปแจ้งความนั้นแก่พวกเขาแล้ว พวกเขาก็ไม่พูดอะไรด้วยคิดเสียว่า" พระพุทธเจ้าทรงเห็นการณ์ไกล จักทรงเห็นเหตุการณ์ไกล จึงพากันไปสู่ป่าช้าผีดิบแล้ว เมื่อเห็นศพในที่นั้นกลับได้ความเกลียดชังในซากศพที่เขาทิ้งไว้ ๑ วัน ๒ วัน ยิ่งความกำหนดให้เกิดในสรีระอันสดซึ่งเขาทิ้งไว้ในขณะนั้น ในขณะนั้นก็รู้ว่าตนยังมีกิเลส พระศาสดาประทับนั่งในพระคันธกุฎีนั่นเอง ทรงฉายพระรัศมีไป ดูจตรัสอยู่เฉพะหน้าของภิกษุเหล่านั้น ตรัสว่า " ภิกษุทั้งหลาย การที่เธอ

^{๑๙๗} พระมหาทองมั่น สุทฺธจิตฺโต .คัมภีร์การเจริญสติปัฏฐาน, วัดภักทันทะอาสาฬหาราม อ.บ้านบึง จ. ชลบุรี ๒๕๔๗, หน้า ๑๐๑.

^{๑๙๘} อ.จก.อ.(บาลี) ๓/๕๕/๑๓๕, อ.จก.ก.ฎีกา (บาลี) ๓/๕๕/๑๔๗

ทั้งหลายเห็นร่างกระดูก เช่นนั้น ยังความยินดีด้วยอำนาจระคะให้เกิดขึ้น ควรรละหรือ" ดังนี้แล้ว
 ตรัสพระคาถานี้ว่า

"กระดูกนี้เหล่าใด อันเขาทิ้งเกลื่อนกลาด ดุจ
 น้ำเต้าในสารทกาล มีสีเหมือนนกกพิราบ ความยินดี
 อะไรเล่าจักมีเพราะเห็นกระดูกเหล่านั้น"^{๑๙๙}

ข้อคิดเห็น : พระพุทธเจ้าทรงทราบด้วยพระญาณว่า ภิกษุเหล่านี้ยังมีได้บรรลุมรรค
 ผลใด ๆ แต่ด้วยอำนาจสมาธิ ที่สงบข่มกิเลสไว้ได้ชั่วคราว จึงทำให้เข้าใจผิดว่าพวกตนนั้นได้
 บรรลุแล้ว และวิธีที่จะทำให้ภิกษุเหล่านี้ยอมรับด้วยความเต็มใจว่าตนยังไม่ได้บรรลุโดยไม่มีข้อ
 โต้แย้งใด ๆ ก็โดยให้ภิกษุเหล่านี้เข้าไปพักในป่าช้า เพื่อจะได้ทดสอบตนเองว่ายังมีความยินดี
 ยินร้ายในอารมณ์ที่เข้ามากระทบอยู่หรือไม่ ในที่สุดก็ยอมรับว่าพวกตนยังไม่ได้บรรลุ ยังต้อง
 ปฏิบัติต่อไปอีก

ผลที่ได้จากการสอบอารมณ์ : ผลจากการที่พวกภิกษุไปพักในป่าช้า ทำให้เกิด
 ความเข้าใจที่ถูกต้องว่า ตนยังไม่ได้บรรลุธรรมใด ๆ เลย ทำให้เกิดความศรัทธาเลื่อมใสใน
 พระพุทธเจ้ามากยิ่งขึ้นว่าพระองค์ทรงรอบรู้ทุกอย่าง จึงเปิดใจพร้อมที่จะรับฟังคำสอนต่อไป
 และได้บรรลุความเป็นพระอรหันต์ในที่สุด

๒) พระผู้มีพระภาคเจ้าสอบอารมณ์พระสมิทธิ^{๒๐๐}

ครั้งนั้น ท่านพระสมิทธิลลิกเร้นอยู่ในที่สงัด เกิดความคิดคำนึงอย่างนี้ว่า เป็นลาภ
 ของเราหนอที่เราได้พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพระศาสดาของเรา เป็นลาภของเราหนอที่
 เราได้บวชในพระธรรมวินัย อันพระศาสดาตรัสไว้ดีแล้วอย่างนี้ เป็นลาภของเราหนอที่เราได้
 เพื่อนพรหมจรรย์ ผู้มีศีล มีกัลยาณธรรม" ครั้งนั้นมารผู้มีบาปทราบความคิดคำนึงของท่านพระ
 สมิทธิด้วยใจแล้ว เข้าไปหาท่านพระสมิทธิถึงที่อยู่ แล้วทำเสียงดั่งน้าสะพรั่งกล้ว น้าหวาดเสียว
 ประดุจแผ่นดินจะถล่ม ที่ใกล้ท่านพระสมิทธิ

พระสมิทธิเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ถวายอภิวาทแล้วนั่ง ณ ที่สมควร
 ได้กราบทูลตั้งนี้ว่า " ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระองค์เป็นผู้ไม่ประมาทมีความเพียร อุทิศกาย
 และใจอยู่ในที่ใกล้พระองค์ ณ ที่นี้ ข้าพระองค์ลลิกเร้นอยู่ในที่สงัดเกิดความคิดคำนึงอย่างนี้ว่า
 'เป็นลาภของเราหนอที่เราได้พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพระศาสดาของเรา เป็นลาภของ
 เราหนอที่เราได้บวชในพระธรรมวินัย อันพระศาสดาตรัสไว้ดีแล้วอย่างนี้ เป็นลาภของเราหนอ
 ที่เราได้เพื่อนพรหมจรรย์ ผู้มีศีล มีกัลยาณธรรม' เสียงดั่งน้าสะพรั่งกล้ว น้าหวาดเสียวประดุจ

^{๑๙๙} พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย คาถาธรรมบท เล่ม ๑ ภาค ๒ ตอน ๓, หน้าที่ ๑๕๖.

^{๒๐๐} ส. ส.(ไทย) ๑๕/๑๕๘/๒๐๓.

แผ่นดินจะถล่ม ได้มีแล้วในทีใกล้ข้าพระองค์”

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “สมิทธิ นั้นมิใช่แผ่นดินจะถล่ม นั่นคือมารผู้มีบาปมาเพื่อลวงให้เธอหลงเข้าใจผิด เธอจงไปเกิดสมิทธิ จงเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิศกายและใจอยู่ในที่นั่นเถิด” ท่านพระสมิทธิรับพระดำรัสแล้วลุกขึ้นจากอาสนะ ถวายอภิวาทพระผู้มีพระภาค กระทำประทักษิณแล้วจากไป

แม้ในครั้งที่ ๒ ท่านพระสมิทธิเป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ในที่นั่นนั่นเอง แม้ในครั้งที่ ๒ ท่านพระสมิทธิหลีกเลี่ยงอยู่ในที่สงบเกิดความคิดคำนึงอย่างนี้ว่า ฯลฯ

แม้ในครั้งที่ ๒ มารผู้มีบาปทราบความคิดคำนึงของท่านพระสมิทธิด้วยใจจึงทำเสียงดังน่าสะพรึงกลัว นำหวาดเสียว ประจวบแผ่นดินจะถล่ม ณ ที่ใกล้ท่านพระสมิทธิ ท่านพระสมิทธิทราบว่ “นี่คือมารผู้มีบาป” จึงกล่าวกับมารผู้มีบาปด้วยคาถาว่า

เราออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตด้วยศรัทธา เรารู้สติ
และปัญญาแล้ว อหิง จิตก็ตั้งมั่นดีแล้ว ท่านบันดาล
รูปร่างให้หนักแล้วแต่ไหนก็ทำให้เราหวั่นไหวไม่ได้

ลำดับนั้น มารผู้มีบาปเป็นทุกข์เสียใจว่า “ภิกษุสมิทธิรู้จักเราจึงหายตัวไป ณ ที่นั่นเอง”^{๒๐๑}

ข้อคิดเห็น : ในขณะที่กำลังปฏิบัติสมาธิภาวนาบางครั้งเกิดเหตุการณ์แปลก ๆ ขึ้น เช่น เห็นนรก สวรรค์ ได้ยินเสียงฟ้าถล่ม รบกวณผู้ปฏิบัติธรรม ผู้ปฏิบัติธรรมที่ยังขาดประสบการณ์ในเรื่องเหล่านี้ก็จะเข้าไปยึดถือสิ่งเหล่านี้เอามาเป็นสาระ จนทำให้เขวออกจากแนวทางที่ถูกต้อง บางคนถึงกับสะดุ้งกลัวเลิกปฏิบัติไปเลยก็มี แต่ถ้าหากได้กัลยาณมิตรผู้รู้จริงมาช่วยแนะนำ ก็จะทำให้เข้าใจสิ่งที่เกิดขึ้นได้อย่างถูกต้อง และสามารถแก้ไขสถานการณ์นั้น ๆ ให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี

ผลที่ได้จากการสอบอารมณ์ : เมื่อพระสมิทธิรู้จักพระผู้มีพระภาคเจ้าแล้วว่า สิ่งที่เกิดขึ้นนั้นเป็นการกระทำของมารผู้มีบาป พอมารมาผจญอีกท่านก็เลยแสดงให้มารรู้ว่า ท่านรู้ความจริงทั้งหมดแล้ว มารจึงเสียใจที่ความจริงถูกเปิดเผย จึงเกิดความละอาย ไม่กล้ามารบกวณการปฏิบัติสมาธิของท่านอีก

๓) พระผู้มีพระภาคเจ้าสอบอารมณ์พระโสณโกปิวิสะ^{๒๐๒}

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ภูเขาชิลมกุฏ เขตกรุงราชคฤห์สมัยนั้น ท่านพระโสณะอยู่ที่ป่าสีตวันเขตกรุงราชคฤห์ ท่านพระโสณะหลีกเลี่ยงอยู่ในที่สงบเกิดความคิดคำนึงในจิตตั้งนี้ว่า “ในบรรดาพระสาวกของพระผู้มีพระภาคที่ปรารถนาความเพียร เราก็เป็นรูป

^{๒๐๑} ส. ส.(ไทย) ๑๕/๑๕๘/๒๐๓.

^{๒๐๒} อ.จ.ก.ก.(ไทย) ๒๒/๕๕/๕๓๓.

หนึ่ง แต่ใจนิจิตของเราจึงยังไม่หลุดพ้นจากอาสวะโดยไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้ว ทรัพย์สมบัติในตระกูลของเรามีอยู่ เราอาจใช้สอยทรัพย์สมบัติและบำเพ็ญบุญได้ ทางที่ดี เราควรบอกคืนสิกขา กลับมาเป็นคฤหัสถ์ใช้สอยทรัพย์สมบัติและบำเพ็ญบุญ”

ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคทรงทราบด้วยพระทัยถึงความคิดคำนึงในจิตของท่าน พระโสณะ จึงทรงหายไปจากภูเขาคิชฌกูฏ มาปรากฏพระองค์ที่ป่าสีตวันเหมือนบุรุษผู้มีกำลังเหยียดแขนออกหรือคู้แขนเข้า ประทับนั่งบนพุทธอาสน์ที่ปูลาดไว้^{๒๐๓} แม้ท่านพระโสณะก็ถวายอภิวัตพระผู้มีพระภาคแล้วนั้น ณ ที่สมควร พระผู้มีพระภาคได้ตรัสกับท่านพระโสณะ ดังนี้ว่า “โสณะ เธอหลีกเร้นอยู่ในที่สงัด มีความคิดคำนึงในจิตดังนี้ว่า ‘ในบรรดาพระสาวกของพระผู้มีพระภาคที่ปรารภความเพียร เราก็คือรูปหนึ่ง แต่ใจนิจิตของเราจึงยังไม่หลุดพ้นจากอาสวะโดยไม่ยึดมั่นถือมั่นแล้ว ทรัพย์สมบัติในตระกูลของเรามีอยู่ เราอาจใช้สอยทรัพย์สมบัติและบำเพ็ญบุญได้ ทางที่ดี เราควรบอกคืนสิกขา กลับมาเป็นคฤหัสถ์ใช้สอยทรัพย์สมบัติและบำเพ็ญบุญ’ มิใช่หรือ”

ท่านพระโสณะทูลรับว่า “อย่างนั้น พระพุทธเจ้าข้า”

พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า “โสณะ เธอเข้าใจเรื่องนั้นอย่างไร เมื่อตอนที่เธออยู่ครองเรือน เธอเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตัดพินมิใช่หรือ”

ท่านพระโสณะทูลรับว่า “อย่างนั้น พระพุทธเจ้าข้า”

พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า “โสณะ เวลาสายพินของเธอตั้งเกินไป พินของเธอมีเสียงใช้การได้หรือ”

ท่านพระโสณะกราบทูลว่า “ใช้การไม่ได้ พระพุทธเจ้าข้า”

พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า “โสณะ เธอเข้าใจเรื่องนั้นอย่างไร เวลาสายพินของเธอหย่อนเกินไป พินของเธอมีเสียงใช้การได้หรือ”

ท่านพระโสณะกราบทูลว่า “ใช้การไม่ได้ พระพุทธเจ้าข้า”

พระผู้มีพระภาคตรัสถามว่า “โสณะ เธอเข้าใจเรื่องนั้นอย่างไร เวลาสายพินของเธอไม่ตั้ง ไม่หย่อนเกินไป ซึ่งอยู่ในระดับที่พอเหมาะ พินของเธอมีเสียงใช้การได้หรือ”

ท่านพระโสณะทูลรับว่า “ใช้การได้ พระพุทธเจ้าข้า”

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “โสณะ เช่นเดียวกัน ความเพียรที่ปรารภเกินไปย่อมเป็นไปเพื่อความฟุ้งซ่าน ความเพียรที่ย่อหย่อนเกินไป ย่อมเป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน ฉะนั้น

^{๒๐๓} พุทธอาสน์ที่ปูลาดไว้ หมายถึงตั้ง เตี้ยง แผ่นกระดาน แผ่นหิน หรือกองทรายที่ภิกษุผู้บำเพ็ญเพียรปูลาด ไว้เพื่อเป็นที่ประทับของพระผู้มีพระภาคที่จะเสด็จมาให้โอวาท แก่อารมณกัมมัฏฐานถึงที่อยู่ของตน ถ้าหาอาสนะนั้นไม่ได้ จะใช้ใบไม้เก่า ๆ ปูลาดก็ได้ โดยลาดสังฆาฏิไว้บน นี่เป็นธรรมเนียมปฏิบัติสำหรับภิกษุ นักปฏิบัติ ในที่นี้จึงหมายถึงพุทธอาสน์นั้น (อง.จก.อ.(บาลี)๓/๕๕/๑๓๕,อ.จก.ก.ฎีกา(บาลี) ๓/๕๕/๑๔๗)

เธอจงตั้งความเพียรให้พอดี จงปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน^{๒๐๔} และจงถือเอานิมิต^{๒๐๕}ในความเสมอกันนั้น”

ท่านพระโสณะทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว ลำดับนั้น พระผู้มีพระภาคทรงสอนท่านพระโสณะด้วยพระโอวาทข้อนี้แล้วทรงหายไปจากป่าสีตวันต่อหน้าท่านพระโสณะมาปรากฏพระองค์ที่ภูเขาคิชฌกูฏเหมือนบุรุษผู้มีกำลังเหยียดแขนออกหรือคู้แขนเข้า ฉะนั้น

ครั้นต่อมา ท่านพระโสณะได้ตั้งความเพียรให้พอดี ปรับอินทรีย์ให้เสมอกันและถือเอานิมิตในความเสมอกันนั้น ได้หลีกไปอยู่ผู้เดียว ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิสกายและใจอยู่ไม่นานนัก ก็ได้ทำให้แจ้งประโยชน์ยอดเยี่ยมอันเป็นที่สุดแห่งพรหมจรรย์ ที่เหล่ากุลบุตรผู้ออกจากเรือนบวชเป็นบรรพชิตโดยชอบต้องการด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่ในปัจจุบันแท้ รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป ท่านพระโสณะได้เป็นพระอรหันต์รูปหนึ่งในจำนวนพระอรหันต์ทั้งหลาย^{๒๐๖}

ข้อคิดเห็น : การปฏิบัติสมาธิภาวนาด้วยความเคร่งครัด และเข้มงวดจนเกินไป บางครั้งทำให้เขวออกจากแนวทางที่ถูกต้อง การบรรลุผลนั้นมิใช่ได้มาด้วยกำลังความเพียรแต่อย่างเดียว แต่ต้องอาศัยความสมดุลกันในระหว่างอินทรีย์ต่าง ๆ คือ ต้องมีความเสมอ สอดคล้องกัน ระหว่างสมาธิกับความเพียร และ ศรัทธากับปัญญา ขาดอย่างใดอย่างหนึ่ง หรือ หนักไปทางใดทางหนึ่งก็ไม่ได้ โดยมีสติเป็นตัวประคับประคอง เมื่อปฏิบัติดังนี้จึงจะประสบความสำเร็จได้

ผลที่ได้จากการสอบอารมณ์ : เมื่อพระโสณะเข้าใจสาเหตุว่าที่ตนยังไม่บรรลุธรรม นั้นก็เพราะปฏิบัติตั้งเกินไป พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแนะนำให้ปฏิบัติในแนวทางสายกลาง โดย

^{๒๐๔} คำว่า อินทรีย์ ในคำว่า ปรับอินทรีย์ให้เสมอกันนั้น หมายถึงอินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิและปัญญา ที่พระผู้บำเพ็ญกัมมฐานต้องปรับให้เสมอกัน กล่าวคือ (๑) ปรับศรัทธากับปัญญา ให้เสมอกัน เพราะถ้าศรัทธามากกว่าปัญญาบุคคลก็จะเลื่อมใสจนเกินไป หรือเลื่อมใสในเหตุที่ไม่น่าเลื่อมใส ถ้าปัญญามากกว่าศรัทธา บุคคลก็จะหนักไปข้างอวดดีเป็นเหมือนโรคคือยารักษาให้หายยาก ถ้าธรรมทั้งสองเสมอกัน บุคคลจะเลื่อมใสในเหตุที่น่าเลื่อมใส (๒) ปรับสมาธิกับวิริยะให้เสมอกัน เพราะถ้าสมาธิมากกว่าวิริยะ ความเกียจคร้านจะครอบงำ เนื่องจากสมาธิเป็นฝ่ายเดียวกับความเกียจคร้าน ถ้าวิริยะมากกว่าสมาธิ ความฟุ้งซ่านจะครอบงำ เนื่องจากวิริยะเป็นฝ่ายเดียวกับความฟุ้งซ่าน ดังนั้น สมาธิที่ประกอบควบคู่กับวิริยะ จิตจะไม่ตกไปในฝ่ายความเกียจคร้าน วิริยะที่ประกอบควบคู่กับสมาธิ จิตจะไม่ตกไปในฝ่ายความฟุ้งซ่าน แต่สำหรับ สติ นั้น พระผู้บำเพ็ญกัมมฐานควรบำเพ็ญให้มีพลังทุกที่ทุกเวลา ดุจเกลือ จำต้องมีในกับข้าวทุกอย่าง ดุจอำมาตย์ผู้ชำนาญการ จำต้องปรารภในราชการทุกอย่าง (เทียบ วิ.อ.๓/๒๔๓/๑๖๔, อัง. ฌก.อ.๓/๕๕/๑๓๖, วิสุทฺธิ. ๑/๖๒/๑๔๐-๑๔๑, สารตฺถ.ฎีกา ๓/๒๔๓/๓๕๓)

^{๒๐๕} ถือเอานิมิต ในที่นี้หมายถึงเพิ่มพูนให้สมถนิมิต วิปัสสนานิมิต มัคคนิมิต และผลนิมิตเกิดขึ้น (อัง.ฌก.อ.๓/๕๕/๑๓๖, สารตฺถ.ฎีกา ๓/๒๔๓/๓๕๓)

^{๒๐๖} อัง.ฌก.(ไทย) ๒๒/๕๕/๕๓๓

เปรียบด้วยสายพิณที่ขึงไว้พอดี ดึงแล้วเกิดเสียงไพเราะ ชวนฟัง ท่านจึงเปลี่ยนมาตั้งความเพียรแต่พอดี ปรับอินทรีย์ให้พอสม เสมอกัน จนในที่สุดท่านก็ได้บรรลุมรรคผล นิพพาน เป็นพระอรหันต์ในที่สุด

๔) พระผู้มีพระภาคเจ้าแก้อารมณ์พระมหาโมคคัลลานะ

สมัยหนึ่งพระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ป่าเกสกลามิคทายวัน ใกล้สูงสุดสุมาเรศรินคร แคว้นภคคะ พระผู้มีพระภาคได้ทอดพระเนตรเห็นท่านพระมหาโมคคัลลานะนั่งโงกงวงอยู่ ณ บ้านกัลลวาลมุตตคาม แคว้นมคธ ด้วยทิพยจักขุอันบริสุทธิ์ ล่วงจักขุมนุษย์ ครั้นแล้วทรงหายจากเกสกลามิคทายวันใกล้สูงสุดสุมาเรศรินคร แคว้นภคคะ เสด็จไปปรากฏเฉพาะหน้าท่านพระมหาโมคคัลลานะ ณ บ้านกัลลวาลมุตตคาม แคว้นมคธ เปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังเหยียดแขนที่คู้หรือคู้แขนที่เหยียด ฉะนั้น พระผู้มีพระภาคประทับนั่งบนอาสนะที่ปูลาดแล้ว ครั้นแล้วได้ตรัสถามท่านพระมหาโมคคัลลานะว่า ดูกรโมคคัลลานะ เอง่วงหรือ ดูกรโมคคัลลานะ เอง่วงหรือ? ท่านพระมหาโมคคัลลานะกราบทูลว่า อย่างนั้น พระเจ้าข้า จากนั้นพระพุทธองค์ก็ทรงแก้อารมณ์ท่านพระมหาโมคคัลลานะด้วยวิธีแก้อการงวง ว่า

“ดูกรโมคคัลลานะ เพราะเหตุนั้นแหละ เมื่อเธอมีสัญญา(จำ)อย่างไรอยู่ ความงวงนั้นย่อมครอบงำได้ เธอพึงทำในใจซึ่งสัญญานั้นให้มาก ข้อนี้จะเป็นเหตุให้เธอละความงวงนั้นได้ ถ้าเธอยังละไม่ได้ แต่นั้นเธอพึงตรีกตรองพิจารณาถึงธรรมตามที่ตนได้สดับ(ได้ยินมา)แล้ว ได้เรียนมาแล้วด้วยใจ ข้อนี้จะเป็นเหตุให้เธอละความงวงนั้นได้ ถ้ายังละไม่ได้ แต่นั้นเธอพึงสาธยายธรรมตามที่ตนได้สดับมาแล้ว ได้เรียนมาแล้ว โดยพิสดาร ข้อนี้จะเป็นเหตุให้เธอละความงวงนั้นได้ ถ้ายังละไม่ได้ แต่นั้นเธอพึงยอนหูทั้งสองข้าง เอามือลูบตัว ข้อนี้จะเป็นเหตุให้เธอละความงวงนั้นได้ ถ้ายังละไม่ได้ แต่นั้นเธอพึงลุกขึ้นยืนเอาน้ำล้างหน้า เหลียวดูทิศทั้งหลาย แหงนดูดาวนักษัตรฤกษ์ ข้อนี้จะเป็นเหตุให้เธอละความงวงนั้นได้ ถ้ายังละไม่ได้ แต่นั้นเธอพึงทำในใจถึงอาโลกสัญญา ตั้งความสำคัญในกลางวันว่า กลางวันอย่างไร กลางคืนอย่างไร กลางคืนอย่างไร กลางวันอย่างนั้น มีใจเปิดเผยอยู่ ฉะนั้น ไม่มีอะไรหุ้มห่อ ทำจิตอันมีแสงสว่างให้เกิด ข้อนี้จะเป็นเหตุให้เธอละความงวงนั้นได้ ถ้ายังละไม่ได้ แต่นั้นเธอพึงอธิษฐานจงกรม กำหนดหมายเดินกลับไปกลับมา ส้ารวมอินทรีย์ มีใจไม่คิดไปในภายนอก ข้อนี้จะเป็นเหตุให้เธอละความงวงนั้นได้ ถ้ายังละไม่ได้ แต่นั้นเธอพึงสำเร็จสีหไสยา คือ นอนตะแคงเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะ ทำความหมายในอันจะลุกขึ้น พอตื่นแล้วพึงรีบลุกขึ้นด้วยตั้งใจว่า เราจักไม่ประกอบความสุขในการนอน ความสุขในการเอนข้าง ความสุขในการเคลิ้มหลับ ดูกรโมคคัลลานะเธอพึงศึกษาอย่างนี้แลฯ” ^{๒๐๗}

^{๒๐๗} อัง.สตตตก-อฎก-นวก.(ไทย) ๒๓/๕๘/๕๕-๕๖.

นอกจากนี้พระพุทธองค์ยังทรงสอนแก่อารมณณ์เพิ่มให้อีกว่า **ไม่ควรถือตัว ควรสำรวม ไม่ให้พูดให้เกิดความแตกแยกอันอาจให้เกิดการพุดมาก ไม่ควรคลุกคลีด้วยหมู่คณะ แต่ให้คลุกคลีการอยู่ในเสนาสนะที่เงียบเสียง ไม่อ้ออิ่ง ปราศจากการสัจจของผู้อื่น** จากนั้นท่านพระมหาโมคคัลลานะทูลถามพระพุทธองค์ถึงข้อธรรมโดยย่อ ที่สามารถทำให้หลุดพ้นได้ พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า

“ดูกร โมคคัลลานะ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ได้สดับว่า ธรรมทั้งปวง ไม่ควรถือมั่น ครั้นได้สดับดังนั้นแล้ว เธอย่อมรู้จักธรรมทั้งปวงด้วยปัญญาอันยิ่ง ครั้นรู้จักธรรมทั้งปวงด้วยปัญญาอันยิ่งแล้ว ย่อมกำหนดวัตรธรรมทั้งปวง ครั้นกำหนดวัตรธรรมทั้งปวงแล้ว ได้เสวยเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง สุขก็ดี ทุกข์ก็ดี มิใช่สุข มิใช่ทุกข์ก็ดี ย่อมพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในเวทนาเหล่านั้น พิจารณาเห็นคลายความกำหนัด พิจารณาเห็นความดับ พิจารณาเห็นความสละคืน เมื่อเธอพิจารณาเห็นอย่างนั้น ๆ อยู่ ย่อมไม่ยึดมั่นอะไร ๆ ในโลก เมื่อไม่ยึดมั่น ย่อมไม่สะดุ้ง เมื่อไม่สะดุ้ง ย่อมปรินิพพานเฉพาะตัวที่เดียว ย่อมรู้จักว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำ ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้ มิได้มี ดูกร โมคคัลลานะ โดยย่อข้อด้วยข้อปฏิบัติเพียงเท่านั้นแล ภิกษุจึงเป็นผู้หลุดพ้นแล้วเพราะสิ้นตัณหา มีความสำเร็จล่วงส่วน เป็นผู้เกษมจากโยคะล่วงส่วน เป็นพรหมจารีล่วงส่วน มีที่สุดล่วงส่วน ประเสริฐกว่าเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย”^{๒๐๘}

ข้อคิดเห็น : การปฏิบัติธรรมเมื่อปรารถนาความเพียรแล้ว แต่กลับไม่ได้อารมณณ์ จิตไม่เป็นสมาธิ พอจะเกิดยถาภูตญาณได้ ก็มีแต่หลับกับง่วง ความง่วงจึงเป็นอุปสรรคอย่างหนึ่งของการปฏิบัติ โดยเฉพาะผู้ปฏิบัติใหม่ ๆ ที่ยังเข้าไม่ถึงอุบายการแก้ง่วง อย่างท่านพระมหาโมคคัลลานะ ตรงนี้หากมีสติมากพอ ให้ดูเวทนาความพอใจไม่พอใจ เข้าไปเสพคุ่นอยู่กับความง่วงนั้นเลย ดูว่ามันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาอย่างไร แยกตัวง่วงกับตัวอยากออกจากกันให้ได้ อย่าให้มันเชื่อมถึงกันเห็นแจ้งจริง ๆ ว่า ความง่วงที่มันเป็นทุกข์และไม่มีตัวตนจริง ๆ นั้น อาการมันเป็นเช่นไร

ผลที่ได้จากการสอบอารมณณ์ : พระมหาโมคคัลลานะเมื่อท่านได้อุบายธรรมจากพระพุทธองค์มาแล้ว ท่านก็ได้นำมาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ ด้วยความเพียรพยายาม จนส่งผลให้ท่านทะลุถึงความสิ้นสุดแห่งพรหมจรรย์ในเวลาต่อมา หลังจากที่ท่านอุปสมบทได้เพียง ๗ วันเท่านั้น

^{๒๐๘} เรื่องเดียวกัน, ๒๓/๕๗/๗๑.

๕) พระสารีบุตรเถระสอบอารมณ์พระอนรุทธะ

พระอนรุทธะเข้าไปหาท่านพระสารีบุตรถึงที่อยู่ได้สนทนาปราศรัยกับท่านพระสารีบุตรพอเป็นที่บันเทิงใจพอเป็นที่ระลึกรู้ถึงกันแล้วนั้น ณ ที่สมควรได้ถามท่านพระสารีบุตรว่า “ท่านสารีบุตร ขอโอกาส ผมตรวจดูทั่วโลก ๑,๐๐๐ โลกด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์ ก็ผมเองบำเพ็ญเพียรไม่ย่อหย่อน ตั้งสติไม่หลงลืม กายก็สงบระงับ ไม่ระส่ำระสาย จิตตั้งมั่น มีอารมณ์เป็นหนึ่ง แต่เพราะเหตุไรเล่า จิตของผมจึงยังไม่พ้นจากอาสวะเพราะไม่ถือมั่น”

ท่านพระสารีบุตรตอบว่า “ท่านอนรุทธะ การที่ท่านคิดเห็นอย่างนี้ว่า ‘เราตรวจดูโลก ๑,๐๐๐ โลกด้วยตาทิพย์อันบริสุทธิ์เหนือมนุษย์’ นี้เป็นเพราะมานะของท่านเอง การที่ท่านคิดเห็นอย่างนี้ว่า ‘ก็เราบำเพ็ญเพียรไม่ย่อหย่อน ตั้งสติไม่หลงลืม กายก็สงบระงับ ไม่ระส่ำระสาย จิตตั้งมั่น มีอารมณ์เป็นหนึ่ง’ นี้เป็นเพราะความฟุ้งซ่านของท่านเอง การที่ท่านคิดเห็นอย่างนี้ว่า ‘เพราะเหตุไรเล่า จิตของเราจึงยังไม่พ้นจากอาสวะ เพราะไม่ถือมั่น’ นี้เป็นเพราะความรำคาญของท่านเอง ท่านอนรุทธะ เอาเถอะ ท่านจงละกรรม ๓ ประการนี้ ไม่มนสิการถึงกรรม ๓ ประการนี้ แล้วน้อมจิตไปในอมตธาตุ^{๒๐๙}

ครั้นต่อมา ท่านพระอนรุทธะละกรรม ๓ ประการนี้ ไม่มนสิการถึงกรรม ๓ ประการนี้ น้อมจิตไปในอมตธาตุ หลีกออกไปอยู่คนเดียว ไม่ประมาท^{๒๑๐} มีความเพียรอุทิศกายและใจอยู่ ไม่นานนักได้ทำให้แจ้งที่สุดซึ่งประโยชน์ยอดเยี่ยม^{๒๑๑} อันเป็นที่สุดแห่งพรหมจรรย์ ที่กุลบุตร ออกจากเรือนวชเป็นบรรพชิตโดยชอบต้องการด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน รู้ชัดว่า “ชาติสิ้นแล้ว อยู่จบพรหมจรรย์แล้ว ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป” ท่านพระอนรุทธะได้เป็นพระอรหันต์องค์หนึ่งในบรรดาพระอรหันต์ทั้งหลาย^{๒๑๒}

ข้อคิดเห็น : การที่ปฏิบัติภาวนาจนได้อภิญญา สามารถตรวจดูโลกธาตุได้ตั้ง ๑,๐๐๐ โลกธาตุด้วยตาทิพย์ ก็มีได้หมายความว่าหมดกิเลสแล้ว และอาจจะก่อให้เกิดผลเสียด้วยซ้ำไป เพราะจะทำให้ผู้ปฏิบัติเช่นนั้นพอกพูนมานะ และความฟุ้งซ่าน ให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนตนเองไม่สามารถหาวิธีแก้ไขได้

ผลที่ได้จากการสอบอารมณ์ : เมื่อพระอนรุทธะปฏิบัติตามคำแนะนำของท่านพระสารีบุตรเถระ โดยการละกรรม ๓ ประการเสีย คือ มานะ ความฟุ้งซ่าน และความรำคาญ และน้อม

^{๒๐๙} อมตธาตุ หมายถึงนิพพาน อภ.เอกก.อ. (บาลี) ๑/๖๐๐-๖๑๑/๔๘๐; อภ.จตุกก.อ.๒/๔๘/๓๔๖.

^{๒๑๐} ไม่ประมาท ในที่นี้หมายถึงไม่ละสติในกัมมัฏฐาน (ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๘๒/๘๐)

^{๒๑๑} ประโยชน์ยอดเยี่ยม หมายถึงอรรถัตถผลหรืออริยผลอันเป็นที่สุดแห่งมัคคพรหมจรรย์(อภ.ทุก.อ. (บาลี) ๒/๕/๗, ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๘๒/๘๐)

^{๒๑๒} อภ.ทุก.(ไทย) ๒๐/๑๓๑/๓๘๐.

จิตไปในพระนิพพาน ยึดสภาวะนิพพานเป็นอารมณ์ จึงทำให้ท่านได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ในที่สุด

บทที่ ๕

ฝึกปฏิบัติสติปัฏฐานภาวนา

๕.๑ วิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน

๕.๑.๑ วิปัสสนาแนวสติปัฏฐาน ๔ เพื่อละวิปลาส ๔

การเจริญวิปัสสนา คือ การใคร่ครวญธรรมโดยโยนิโสมนสิการ หมายถึง การเพ่งพินิจพิจารณาเห็นธรรมโดยความเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง^๑ แต่ที่เราไม่เห็นรูป-เห็นนามตามความเป็นจริง (โดยความเป็นไตรลักษณ์) ได้โดยง่ายนั้น ก็เพราะว่ามีธรรม ๓ ประการเป็นเครื่องขวางกั้นไว้ คือ สันตติปิดบังอนิจจัง อริยาบถปิดบังทุกข์ ขณสังขญาปิดบังอนัตตา^๒

๑. สันตติปิดบังอนิจจัง สันตติ คือ ความสืบต่อของรูปนามที่เกิดขึ้นติดต่อกันอย่างรวดเร็วเหลือเกิน จึงทำให้ไม่เห็นความเกิดขึ้นและความดับไปของนามและของรูป ทำนองเดียวกับที่เห็นแสงไฟที่รูป ซึ่งแกว่งหมุนเป็นวงกลมอย่างรวดเร็ว ในที่มีดๆ จึงทำให้เห็นไปว่าแสงไฟนั้นติดกันเป็นพืด เป็นวงกลมไปเลย ฉะนั้น เมื่อไม่เห็นความเกิดดับ ก็ทำให้เข้าใจผิดไปว่ารูปนามนี้ไม่มีการเกิดดับ เป็นของเที่ยง เป็นสุข เป็นตัวตนเราเขา เป็นของสวยงามน่าชื่นชมยินดี ต่อเมื่อได้กำหนดจนเกิดปัญญาเห็นความดับไปของนามของรูปอย่างชัดเจนแจ่มแจ้งแล้ว จึงจะทำลายความวิปลาสที่เห็นว่าเที่ยงว่ายั่งยืน และประหลาดมานะได้

๒. อริยาบถ ปิดบังทุกข์ ความทุกข์เวทนาทั้งหลายตามปกติเป็นส่วนมากนั้นเกิดจากอริยาบถ เช่น นั่งมากก็เมื่อยเกิดทุกข์เวทนาขึ้นมาแล้วทนอยู่ไม่ได้ เดินมากก็เมื่อยทนไม่ได้ ยืนมากก็ทนไม่ไหว แม้แต่นอนมากก็ลำบากทนอยู่ไม่ได้ นานเหมือนกัน อริยาบถเก่าเป็นทุกข์นั้นย่อมรู้เห็นกันทั่วไปได้โดยง่าย เมื่อนั่งนานก็เมื่อยทนไม่ได้จึงลุกเดิน ก็นี่ว่าการเดินนั้นเป็นสุขสบายเพราะหายเมื่อย เดินนานหน่อยก็เหนื่อยทนไม่ได้ก็จึงนอน ก็นี่ว่าการนอนนั้นเป็นสุขสบายเพราะหายเหนื่อย คือเห็นว่าอริยาบถที่เปลี่ยนใหม่นั้นเป็นสุข เพราะขณะที่เปลี่ยนใหม่ๆ นี้ ทุกขเวทนายังไม่ทันเกิด แท้จริงอริยาบถเก่าเป็นทุกข์ อริยาบถที่เปลี่ยนใหม่ก็จะเป็นทุกข์อีกเหมือนกัน รวมความว่า หนีทุกข์เก่าไปสู่ทุกข์ใหม่นั้นเอง อริยาบถเก่านั้นเห็นทุกข์ได้ง่าย เพราะทุกขเวทนายากำลังมีอยู่ แต่อริยาบถใหม่ก็ไม่สามารพพันทุกข์ไปได้ จะต้องสำแดงให้ทุกข์ปรากฏ

^๑ อ. สุตตก.อ. (บาลี) ๓/๒๐/๑๖๕, อ. สุตตก.ฎีกา.(บาลี) ๓/๒๐/๑๗๒.

^๒ ดูใน อ. สุตตก.ฎีกา.(บาลี) ๑/๓๔๑.

ขึ้นมาอย่างแน่นอไม่เร็วก็ช้า อิริยาบถเก่าที่กำลังมีทุกข์เวทนาอยู่ เป็นที่ตั้งแห่ง โทมนัส อิริยาบถใหม่ที่นึกว่าเป็นสุขนั้นก็เป็นที่ตั้งแห่ง ตัณหา คือ อภิชฌา แต่ว่าการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น เพื่อกำจัดอภิชฌา และโทมนัส ทั้งสองอย่าง ที่กล่าวมานี้ เป็นการกล่าวถึงการเห็นทุกข์เวทนา ซึ่งผู้ที่เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานย่อมจะเห็นทุกข์เวทนามาก่อนเป็นเบื้องต้น เพราะทุกข์เวทนาเป็นของหยาบ เห็นได้ง่าย ขั้นที่สอง จึงจะเห็นสังขารทุกข์ที่จะต้องถูกเบียดเบียน โดยความเกิดดับอยู่เป็นนิจ ต่อไปก็เห็น ทุกขลักษณะ คือ ความเกิดดับเป็นขั้นที่สาม และจะปรากฏทุกข์สัจ เป็นขั้นสุดท้าย ทุกข์เวทนา เห็นได้ในอิริยาบถเก่า เห็นสังขารทุกข์ได้ในอิริยาบถใหม่ เห็นทุกขลักษณะได้เมื่อกำหนดนามรูปจนสันตติชาติ และจะเห็นทุกข์สัจได้ในสังขารเบกขาญาณที่แก่กล้า มีกำลังพอที่จะอนุโลมให้เห็นอริยสัจทั้ง ๔ ได้ เมื่อเห็นทุกข์ ก็ทำลายวิปลาสธรรมที่เห็นว่าสุขว่าสบายนั้นได้ และประหาณต้นหาลงได้

๓. ขณสัญญาปิดบังอนัตตา ขณสัญญา คือ ความสำคัญว่าเป็นก้อน เป็นแห่ง ความสำคัญว่าเป็นก้อนเป็นแห่งนั้น เป็นสิ่งที่ทำให้เห็นว่าเป็นตัวเป็นตน เป็นคนเป็นสัตว์ ที่ว่าเป็นคนก็สำคัญเอาหมดทั้งก้อนหมดทั้งแห่งนี้เป็นคน ถ้าย่อยก้อนนี้แห่งนี้ออกไปแล้ว ก็จะมีแต่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เท่านั้นเอง หากสิ่งที่เป็นคนเป็นตนเป็นตัวนั้นไม่มีเลย ถ้ายังถือทั้งก้อนทั้งแห่งว่าเป็นคนอยู่ ก็ย่อมจะเข้าใจผิดไปว่าเป็นของเที่ยง เพราะยังยืนอยู่นับสิบ ๆ ปี เป็นสุข เป็นสาระ สวยงามน่ารักน่าใคร่ เมื่อเห็นอนัตตา ก็ทำลายวิปลาสว่า เป็นตัวเป็นตนบังคับบัญชานั้นได้ และประหาณทวิภูริลงได้ การทำลายสิ่งที่ปกปิดไตรลักษณ์ เพื่อให้เห็นไตรลักษณ์นั้น มีวิธีเดียวคือการกำหนดเพ่งรูปนามตามวิธีที่เรียกว่า เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน^๓

วิธีทำลายเครื่องปิดบังไตรลักษณ์ทั้ง ๓ ประการนี้ได้มีอยู่เพียงทางเดียวเท่านั้น คือ ปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นอกจากนี้ไม่มีทางอื่นใดอีกเลย^๔ สติปัฏฐาน ๔ เท่านั้นที่สามารรถทำลายวิปลาสทั้ง ๔ ได้ ด้วยเหตุผลดังกล่าวนี้ จึงกล่าวได้ว่าวิปัสสนาและสติปัฏฐานเป็นสิ่งเดียวกันโดยความเป็นเหตุเป็นผลกัน คือ วิปัสสนาญาณจะมีขึ้นไม่ได้เลยหากขาดกระบวนการพิจารณาธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔

อีกนัยหนึ่ง วิปัสสนา หมายถึงเห็นตามเหตุ ตามการณ ด้วยปัญญาตามความเป็นจริง^๕ แต่ที่มนุษย์เห็นผิดไปจากความเป็นจริงนั้นก็เพราะวิปลาสธรรม ๓ ประการ คือ ทิฏฐิวิปลาส(ความเห็นผิด) จิตวิปลาส(รู้ผิด) และสัญญาวิปลาส(จำผิด) องค์ของวิปลาส มี ๔ คือ

- ๑) สุภวิปลาส สำคัญผิดว่ารูป-สังขารเป็นของสวยงาม
- ๒) สุขวิปลาส สำคัญผิดว่ารูป-นามเป็นสุข
- ๓) นิจจวิปลาส สำคัญว่ารูป-นามสังขารเที่ยง

^๓ วิสุทธิ. (บาลี) ๓/๒๗/๕, วิสุทธิ. ฎีกา. (บาลี) ๓/๕๒๒.

^๔ ติสรายละเอียดใน ม.ม.อ.(บาลี)๑/๑๐๖/๒๕๔.

^๕ ม.อ.อ.(บาลี) ๓/๓๙๙/๒๔๗.

๔) อัตตวิปลาส ความสำคัญผิดว่ารูป-นามสังขารเป็นตัวเป็นตน บัญชาตั้งใจได้^๖
 วิปลาสธรรมนี้เกิดขึ้นเพราะไม่ได้กำหนดรู้ความจริงของรูป-นาม การที่จะละวิปลาส
 ธรรมนี้ได้ก็โดยการกำหนดนามรูปตามนัยของสติปัฏฐาน ๔ เท่านั้น ในคัมภีร์อรรถกถา^๗ กล่าวว่า
 สติปัฏฐาน ๔ มุ่งแสดงการละหรือ ทำลายวิปลาสธรรมทั้ง ๔ เป็นหลัก คือ

๑) สุขวิปลาส กำจัดได้ด้วยกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ละความสำคัญผิดว่ารูป-
 นามเป็นของสวยงามเสียได้

๒) สุขวิปลาส กำจัดได้ด้วยเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ละความสำคัญผิดว่ารูป-
 นามเป็นสุขเสียได้

๓) นิจจวิปลาส กำจัดได้ด้วยจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ละความสำคัญผิดว่ารูป-
 นามเป็นของเที่ยงเสียได้

๔) อัตตวิปลาส กำจัดได้ด้วยธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ละความสำคัญผิดว่ารูป-
 นามเป็นตัวเป็นตนเสียได้^๘

ด้วยเหตุนี้ การเจริญวิปัสสนากับการเจริญสติปัฏฐานจึงเป็นอย่างเดียวกัน โดยความ
 เป็นเหตุเป็นผลกัน

๕.๑.๒ โยนิโสมนสิการเครื่องพิจารณาธรรมแหวงสติปัฏฐาน ๔

โยนิโสมนสิการ หมายถึงการทำไว้ในใจโดยถูกอุบาย โดยถูกทาง กล่าวคือการนึก
 การน้อมนึก การผูกใจ การใส่ใจ การทำไว้ในใจในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่า
 เป็นทุกข์ ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอนัตตา หรือโดยสังขจานุโลมิกญาณ^๙

โยนิโสมนสิการ เป็นธรรมที่ตัดทิววิปลาส จิตตวิปลาส และสัญญาวิปลาส เมื่อ
 ตัดวิปลาสธรรมเหล่านี้ได้ ก็เป็นประโยชน์อันยิ่งใหญ่ เป็นไปเพื่อพระนิพพาน เหตุนี้ พระพุทธ
 องค์จึงได้ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า โยนิโสมนสิการโร ภิกขเว มหโต อุตถาย ส่วตตติ ดูก่อนภิกษุ
 ทั้งหลาย ความกระทำให้ใจโดยแยบคาย ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์อันใหญ่หลวง

โยนิโสมนสิการเป็นธรรมเครื่องละวิปลาส ๔ คือ

๑) เจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ทำไว้ในใจโดยแยบคายด้วยสติและสัมปชัญญะว่า
 รูปธรรมทั้งหลายเป็นอสุภะ ล้วนแต่ไม่สวย ไม่งาม ดังพระพุทธพจน์ว่า เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้
 อย่างหนึ่งที่เป็นเหตุให้กามฉันทะที่ยังไม่เกิดขึ้นก็ไม่เกิดขึ้น หรือที่เกิดขึ้นแล้วก็ละได้เหมือน

^๖ ตูรายละเอียด อจ.จตุ.(ไทย) ๒๑/๔๗/๔๔ , วิสุทฺธิ.(บาลี)๒/๓๖๖.

^๗ ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๗.

^๘ ตูรายละเอียด ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๔ , วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๓๖๑.

^๙ ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๕/๗๑

อสุกนิมิต^{๑๐} นี้ เมื่อมนสิการอสุกนิมิตโดยแยบคาย กามฉันทะที่ยังไม่เกิดขึ้นก็ไม่เกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นแล้วก็จะได้^{๑๑}

๒) เจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ทำไว้ในใจโดยแยบคายด้วยสติและสัมปชัญญะว่า รูป-นามทั้งหลายเป็นทุกข์ ล้วนแต่ไม่สุข ไม่สบาย ไม่คงเดิม^{๑๒} ดังพระสารีบุตรเถรอธิบายว่า เมื่อพระโยคาวจรมนสิการรูป เวทนา ฯลฯ สัญญา ฯลฯ สังขาร ฯลฯ วิญญาณ ฯลฯ จักขุ ฯลฯ เมื่อมนสิการชรา และมรณะโดยอุบายแยบคาย โดยความเป็นทุกข์ ปราโมทย์ย่อมเกิด เมื่อมีปราโมทย์ ปิติย่อมเกิด เมื่อใจมีปิติ กายย่อมสงบ ผู้มีกายสงบ ย่อมเสวยสุข เมื่อมีความสุข จิตย่อมเป็นสมาธิ ผู้มีจิตเป็นสมาธิ ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์สมุทัย” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์นิโรธ” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์-นิโรธคามินีปฏิปทา”

๓) เจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ทำไว้ในใจโดยแยบคายด้วยสติและสัมปชัญญะว่า รูป-นามทั้งหลายเป็นอนิจจัง ล้วนแต่ไม่เที่ยงไม่ยั่งยืน ดังพระสารีบุตรเถรอธิบายว่า เมื่อพระโยคาวจรมนสิการรูป เวทนา ฯลฯ สัญญา ฯลฯ สังขาร ฯลฯ วิญญาณ ฯลฯ จักขุ ฯลฯ เมื่อมนสิการชรา และมรณะโดยอุบายแยบคาย โดยความไม่เที่ยง ปราโมทย์ย่อมเกิด เมื่อมีปราโมทย์ ปิติย่อมเกิด เมื่อใจมีปิติ กายย่อมสงบ ผู้มีกายสงบ ย่อมเสวยสุข เมื่อมีความสุข จิตย่อมเป็นสมาธิ ผู้มีจิตเป็นสมาธิ ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์สมุทัย” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์นิโรธ” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา”

๔) เจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ทำไว้ในใจโดยแยบคายด้วยสติและสัมปชัญญะว่า รูป-นามทั้งหลายเป็นอนัตตา ล้วนแต่ไม่ใช่ตัวตนที่จะพึงบังคับบัญชาว่ากล่าวให้เป็นไปตามใจ

^{๑๐} อสุกนิมิต หมายถึงสภาพอันไม่งามซึ่งเป็นอารมณ์สมถกัมมฐานในชั้นปฐมฌาน คือ (๑) อุทุมตตะกะ ชากศพที่เนาฟองขึ้นอืด (๒) วินิลกะ ชากศพที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่างๆ (๓) วิบุพพะกะ ชากศพที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้มตามที่แตกปรือออก (๔) วิจฉิททกะ ชากศพที่ขาดจากกันเป็น ๒ ท่อน (๕) วิชชายิตตะกะ ชากศพที่ถูกสัตว์จิกทั้งกัดกิน (๖) วิชชิตตตะกะ ชากศพที่กระจุยกระจาย (๗) หตวิชชิตตตะกะ ชากศพที่ถูกสับฟันบั่นเป็นท่อนๆ (๘) โลหิตตะกะ ชากศพที่มีโลหิตไหลอาบเรียราดอยู่ (๙) ปุพุกะ ชากศพที่มีหนอนคลาคล่ำเต็มไปหมด (๑๐) อัญญิกะ ชากศพที่ยังเหลืออยู่แต่ร่างกระดูก หรือกระดูกท่อน (วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๐๒/๑๕๔)

^{๑๑} ละได้ หมายถึงละได้ด้วยปหานะ ๕ อย่าง คือ ตทังคปหานะ วิกขัมภนปหานะ สมุจเฉทปหานะ ปัสสัทธิปหานะ และนิสสรณปหานะ (อง.เอกก.อ. (บาลี) ๑/๑๖/๔๐)

^{๑๒} อุปาทานขันธ์ ๕ ประการนี้อันภิกษุผู้มีศีลควรมนสิการโดยแยบคาย โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นดุจหัวฝี เป็นดุจลูกศร เป็นของลำบากเป็นอาหาร เป็นอย่างอื่น เป็นของทรุดโทรม เป็นของสูญ เป็นอนัตตา เป็นไปได้ที่อุปาทานขันธ์ ๕ ประการนี้อันภิกษุผู้มีศีลมนสิการโดยแยบคาย โดยความเป็นของไม่เที่ยง ฯลฯ เป็นอนัตตา พึงทำให้แจ้งโสดาปัตติผล ส.ช. (ไทย) ๑๗ / ๑๒๒/๒๑๖.

ชอบได้ ดังพระสารีบุตรเถรอธิบายว่า เมื่อพระโยคาวจรมนสิการรูป เวทนา ฯลฯ สัญญา ฯลฯ สังขาร ฯลฯ วิญญาณ ฯลฯ จักขุ ฯลฯ เมื่อมนสิการชรา และมรณะโดยอุบายแยบคาย โดยความไม่ใช่ตัวตน ปราโมทย์ย่อมเกิด เมื่อมีปราโมทย์ ปีติย่อมเกิด เมื่อใจมีปีติ กายย่อมสงบ ผู้มีกายสงบ ย่อมเสวยสุข เมื่อมีความสุข จิตย่อมเป็นสมาธิ ผู้มีจิตเป็นสมาธิ ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์สมุทัย” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์นิโรธ” รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “นี่ทุกข์นิโรธคามินีปฏิปทา”^{๑๓}

โยนิโสมนสิการที่มีปรากฏ ในพระสูตรต่างๆ อันเกี่ยวข้องกับการพัฒนาปัญญา ดังนี้

๑. พระสูตรว่าด้วยโยนิโสมนสิการเป็นนิमितหมายเบื้องต้น เพื่อความเกิดขึ้นแห่งอริยมรรค ซึ่งอริยมรรคนี้เป็นกระบวนการในการพัฒนาปัญญา อันเป็นข้อปฏิบัติที่มีความสำคัญมาก ในการส่งเสริมการพัฒนาปัญญาทั้งทางด้านร่างกาย วาจา คือศีล ทางด้านจิตใจ คือสมาธิ กับปัญญา พระพุทธเจ้า ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายไว้ในโยนิโสมนสิการสัมปทาสูตร ความว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อพระอาทิตย์จะขึ้น สิ่งที่เกิดขึ้นก่อน สิ่งที่เป็นนิमितมาก่อนคือ แสงเงินแสงทอง สิ่งที่เป็นเบื้องต้น เป็นนิमितมาก่อน เพื่อความบังเกิดแห่งอริยมรรค อันประกอบด้วยองค์ ๘ ของภิกษุ คือ ความถึงพร้อมแห่งการกระทำไว้ในใจโดยแยบคาย ฉะนั้นเหมือนกัน...^{๑๔}

เมื่อบุคคลมีโยนิโสมนสิการพร้อมแล้วก็ย่อมเจริญให้มาก ทำให้มากซึ่งอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ คือ เจริญให้มาก ทำให้มากซึ่งสัมมาทิฐิ ฯลฯ สัมมาสมาธิ โดยอาศัยวิเวก วิราคะ นิโรธ น้อมไปในการสละ เพื่อกำจัดราคะ โทสะ โมหะได้เป็นที่สุด อีกประการหนึ่ง ในพระสูตรอื่นก็ได้แสดงไว้เหมือนกันว่า “โยนิโสมนสิการเป็นธรรมมีอุปการะมาก เพื่อความเกิดขึ้นแห่งอริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการ”^{๑๕}

๒. พระสูตรว่าด้วยโยนิโสมนสิการเปรียบเสมือนแสงเงินแสงทองแห่งโพชฌงค์ ๗ หมายถึง โยนิโสมนสิการเป็นนิमितหมายแรก เพื่อความเกิดขึ้นและการเจริญแห่งองค์ธรรมที่เป็นเครื่องตรัสรู้หรือปัญญาแห่งการรู้แจ้งอันไม่มีสิ่งใดจะเทียบได้ เป็นปัจจัยแรกส่งเสริมการเกิดขึ้นของโพชฌงค์ ๗ แต่ต้องเจริญกระทำโยนิโสมนสิการในโพชฌงค์ให้มากๆ สมดังพระพุทธดำรัสที่มาสุนทรียปมสูตรความว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อพระอาทิตย์จะขึ้น สิ่งที่เกิดขึ้นก่อน สิ่งที่เป็นนิमितมาก่อน คือ แสงเงินแสงทอง ฉันทใจ สิ่งที่เป็นเบื้องต้น เป็นนิमितมาก่อน เพื่อความบังเกิดขึ้น แห่งโพชฌงค์ ๗ แก่ภิกษุ คือ การกระทำไว้ในใจโดยแยบคาย ฉะนั้น...”^{๑๖}

^{๑๓} ขุ.ปฎิ. (ไทย) ๓๑/๗๔/๑๒๕

^{๑๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๓๖/๓๗.

^{๑๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๖๓/๔๒.

^{๑๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๑๓/๑๑๓.

เมื่อภิกษุมีโยนิโสมนสิการถึงพร้อมด้วยดีแล้ว ก็เจริญให้มาก กระทำให้มากซึ่งโพชฌงค์ ๗ ประการ คือ เจริญให้มาก ทำให้มาก ซึ่งสติสัมโพชฌงค์ ฯลฯ อุเบกขาสัมโพชฌงค์ โดยอาศัยวิเวก วิราคะ นิโรธ น้อมไปในการสละ ก็ทำให้โพชฌงค์เกิดขึ้นและเจริญยิ่งๆ ขึ้น

๓. พระสูตรว่าด้วยโยนิโสมนสิการเป็นธรรมภายในที่มีอุปการะ พระผู้มีพระภาคเจ้า ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลาย มาในเสขสูตร ความว่า

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุผู้เป็นเสขะ ยังไม่บรรลุนิพพานผล ประารถนาความเกษมจากโยคะอันยอดเยี่ยมอยู่ เราไม่พิจารณาเห็นเหตุอันหนึ่ง แม้อย่างอื่น กระทำเหตุที่มีในภายในว่า มีอุปการะมากเหมือนโยนิโสมนสิการนี้เลย ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุมนสิการโดยแยบคาย ย่อมละอกุศลเสียได้ ย่อมเจริญกุศลให้เกิดมีธรรมอย่างอื่น อันมีอุปการะมาก เพื่อบรรลुประโยชน์อันสูงสุด แห่งภิกษุผู้เป็นพระเสขะ เหมือนโยนิโสมนสิการ ไม่มีเลย ภิกษุเริ่มตั้งไว้ ซึ่งโยนิโสมนสิการ พึงบรรลุนิพพานอันเป็นที่สิ้นไปแห่งทุกข์ได้^{๓๐}

จากเนื้อความในพระสูตรนี้ เป็นการแสดงถึงโยนิโสมนสิการ เป็นธรรมที่มีอุปการะมากแก่พระอริยบุคคลชั้นพระเสขะ มีพระโสดาบันเป็นต้น ในการละอกุศลอย่างละเอียดและเจริญทำกุศลเบื้องสูงให้เกิดขึ้น เจริญยิ่งขึ้นได้ ก็ต้องกระทำโยนิโสมนสิการให้มากเพื่อบรรลุนิพพาน

๔. พระสูตรว่า ด้วยธรรมที่เป็นกุศลมีโยนิโสมนสิการเป็นมูล เป็นการแสดงถึงโยนิโสมนสิการเป็นมูลรากหรือเป็นรากเหง้าให้ธรรมทั้งหลายที่เป็นกุศล ฝ่ายความดีความงาม อันเป็นบุญ เป็นที่ประชุมแห่งธรรมทั้งหลาย จึงถือเป็นยอดแห่งธรรมทั้งหมด เพราะบุคคลกระทำโยนิโสมนสิการแล้ว จึงเจริญกุศลธรรมทั้งหลายให้เกิดขึ้นได้ เหมือนที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสแก่หมู่ภิกษุในกุสลสูตร ความว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ธรรมที่เป็นกุศล เหล่าใดเหล่าหนึ่ง อันเป็นไปในส่วนแห่งกุศล เป็นไปในฝ่ายแห่งกุศล ธรรมเหล่านั้นทั้งหมด มีโยนิโสมนสิการเป็นมูล ประชุมลงในโยนิโสมนสิการ โยนิโสมนสิการ เรากล่าวว่าเป็นยอดของธรรมเหล่านั้น”^{๓๑}

จากเนื้อความในพระสูตรนี้แสดงให้เห็นว่าโยนิโสมนสิการเป็นที่รวมแห่งกุศลธรรมทั้งหลาย จึงเป็นยอดแห่งธรรมทั้งหลาย

๕. พระสูตรว่าด้วยโยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก เป็นการแสดงถึงโยนิโสมนสิการ ซึ่งเป็นธรรมอันเป็นเหตุภายใน ให้สัมมาทิฏฐิที่ยังไม่เกิด ได้เกิดขึ้น หรือเป็นเหตุให้สัมมาทิฏฐิที่เกิดขึ้นแล้วก็เจริญยิ่งขึ้น พระพุทธเจ้าตรัสแก่หมู่ภิกษุ มาในคัมภีร์อังคตตรนิกาย เอกนิบาต ความว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เราไม่เล็งเห็นธรรมอย่างอื่น แม้สักข้อหนึ่ง ซึ่งเป็นเหตุให้สัมมาทิฏฐิที่ยังไม่เกิด ได้เกิดขึ้น หรือสัมมาทิฏฐิ ที่เกิดขึ้นแล้ว ก็เจริญยิ่งขึ้น เหมือนการทำ

^{๓๐} ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๑๙๔/ ๒๓๖.

^{๓๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๖๕/๑๒๙.

ในใจโดยแยกกายนี้เลย ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เมื่อบุคคลทำในใจโดยแยกกาย สัมมาทิฐิที่ยังไม่เกิด ย่อมเกิดขึ้น และสัมมาทิฐิที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมเจริญยิ่งขึ้น^{๓๒}

โยนิโสมนสิการ เป็นธรรมอย่างเอก ที่เป็นเหตุให้ธรรมต่างๆ อันเป็นกุศล ที่ยังไม่เกิดขึ้นได้เกิดขึ้น และทำให้ละอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว พระพุทธเจ้าได้ตรัสยกย่องว่า “โยนิโสมนสิการ เป็นธรรมอย่างเอก”^{๓๓} ไว้ในที่หลายแห่ง เช่น

- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก กั้นวิจิกิจฉาไม่ให้เกิดขึ้นและละวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้น
- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก ที่เป็นเหตุทำให้เกิดกุศลธรรมและละอกุศลธรรม
- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก เป็นเหตุทำให้โพชฌงค์เกิดขึ้นและเจริญบริบูรณ์
- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก ที่เป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างใหญ่
- โยนิโสมนสิการเป็นธรรมอย่างเอก ที่เป็นไปเพื่อความดำรงมั่นแห่งพระสัทธรรม

โยนิโสมนสิการนี้ เป็นปัจจัยภายในที่สำคัญในกระบวนการพัฒนาปัญญา ในระดับชั้นลึกซึ้ง ยิ่งขึ้นไปในภายในจิตใจ ช่วยส่งเสริมทำให้เกิดสัมมาทิฐิ และปัญญาระดับโลกุตระซึ่งเรียกว่า ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ ความเห็นชอบของบุคคลผู้มีจิตไกลจากข้าศึกคือกิเลส มีจิตหาอาสวะมิได้(อนาสวะ) ถึงพร้อมด้วยอริยมรรค ปฏิบัติตามอริยมรรคอยู่ และโยนิโสมนสิการนี้

^{๓๒} อ.จ.เอก. (ไทย) ๒๐/๑๘๖/๔๑.

^{๓๓} อ.จ.เอก. (ไทย) ๒๐/๒๑/๕ , ๖๘/๑๕, ๗๖/๑๗ .

๕.๒. วิธีปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ แบบสุทธวิปัสสนา

พระโสภณมหาเถระ(มหาสีสยาตอ) ได้รจนาไว้เป็นภาษาพม่า มีผู้แปลเป็นภาษาไทย อยู่ในหนังสือชื่อว่า “วิปัสสนานัย เล่ม ๒” ปริจเฉทที่ ๕ มีเนื้อหา ดังนี้

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ผู้ปฏิบัติหรือที่เรียกว่าโยคี^{๑๔} ต้องพยายามทำความเข้าใจให้ถูกต้องถึงสภาวะของรูปนามที่เกิดขึ้นในร่างกายของผู้ปฏิบัติเอง สภาวะของรูปนั้น เป็นรูปร่างซึ่งเราสามารถมองเห็นได้ชัดเจนรอบๆ ตัวเรา ร่างกายของคนเราทั้งหมดที่มองเห็นได้ชัดเจนนั้นเรียกว่า รูป สภาวะของนามมีหน้าที่ในการรับรู้อารมณ์ นามรูปนี้สามารถเห็นได้เด่นชัด เมื่อใดก็ตามที่ตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น ลิ้นรับรส กายถูกต้องสัมผัส ใจนึกคิดเรื่องราวต่างๆ ผู้ปฏิบัติจะต้องรู้อารมณ์ทั้งหลายด้วยตนเอง โดยกำหนดว่า เห็นหนอ ได้ยินหนอ กลิ่นหนอ รสหนอ ถูกหนอ คิดหนอ เป็นต้น ทุกขณะที่โยคีผู้ปฏิบัติเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น รู้รส ถูกต้อง สัมผัส นึกคิดเรื่องราวต่างๆ ก็ควรกำหนดรู้อารมณ์เหล่านี้ตามความเป็นจริง

แต่ผู้เริ่มปฏิบัติใหม่ไม่สามารถกำหนดได้ทุกๆ สภาวะที่เกิดขึ้น เพราะฉะนั้นจึงควรเริ่มกำหนดสภาวะที่เกิดขึ้นเฉพาะที่สามารถรู้ได้ง่ายและชัดเจนเท่านั้น เมื่อมีการหายใจเข้าอยู่ท้องจะพองขึ้นและยุบลง โดยปกติการเคลื่อนไหวจะปรากฏชัดเจน อากาการที่ท้องพองยุบนี้เรียกว่า “วาโยธาตุ” ผู้ปฏิบัติควรเริ่มต้นด้วยการกำหนดรู้อากาการที่ท้องพองยุบนี้โดยตั้งใจ กำหนดผู้ปฏิบัติจะพบว่า เมื่อหายใจเข้า ท้องจะพองขึ้น เมื่อหายใจออกท้องจะยุบลง เมื่อท้องพองขึ้นก็ให้กำหนดรู้ด้วยใจว่า “พองหนอ” เมื่อท้องยุบลงก็ให้กำหนดรู้ว่า “ยุบหนอ” ถ้าหากว่าในขณะที่กำหนดรู้อากาการพองยุบอยู่ด้วยใจนั้น อากาการพองยุบไม่ชัดเจน ก็ให้เอาฝ่ามือแตะที่แผ่นท้อง โดยไม่ต้องบังคับลมหายใจ ไม่ว่าจะมันจะช้าลงก็ไม่ต้องทำให้มันไวขึ้น อีกทั้งไม่ต้องหายใจแรงขึ้น ถ้าผู้ปฏิบัติบังคับลมหายใจ ก็จะทำให้รู้สึกเหนื่อย ให้หายใจอย่างธรรมดาตามปกติ แล้วกำหนดอากาการพอง-อากาการยุบของท้อง ให้กำหนดอากาการพองอากาการยุบด้วยใจ ไม่ใช่ท้องด้วยปาก

ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ผู้ปฏิบัติจะเรียกชื่ออย่างไรไม่ใช่เรื่องสำคัญ ที่จริงแล้วสาระสำคัญอยู่ที่ **การกำหนดรู้** ขณะที่กำหนดรู้อากาการพองของท้องให้กำหนดตั้งแต่ท้องเริ่มพองไปจนถึงสุดพอง เหมือนกับว่าผู้ปฏิบัติเห็นอากาการพองด้วยตาตนเอง การกำหนดอากาการยุบของท้องก็ให้กำหนดเช่นเดียวกัน คือให้กำหนดตั้งแต่ท้องเริ่มยุบไปจนถึงสุดยุบ **ประหนึ่งว่าผู้ปฏิบัติเห็นอากาการยุบของท้องด้วยตาตนเอง** ฉะนั้น การกำหนดอากาการพองของท้องนั้น อากาการที่ท้องพองขึ้นกับใจที่รู้ว่าท้องพองขึ้น **ให้ดำเนินไปพร้อมกัน กล่าวคือให้ทันกันพอดี** คล้ายกับว่าปากก่อนหินไปกระทบที่เป้า ฉะนั้น การกำหนดอากาการยุบของท้องก็มีนัยเช่นเดียวกัน

^{๑๔} โยคี หมายถึงผู้ประกอบความเพียรในกัมมัฏฐาน เป็นผู้ฉลาดเฉียบแหลมในการประคองจิต ข่มจิต ทำจิตให้รำไร จิตตั้งมั่น และวางเฉย

ขณะที่ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้อาการพองยุบของท้องอยู่นั้น จิตใจก็จะพุ่งซ่านไป ผู้ปฏิบัติก็ต้องกำหนดสภาวะที่จิตพุ่งซ่านไปนี้ โดยกำหนดรู้ด้วยใจว่า พุ่งซ่านหนอ หรือ พุ่งหนอ ๆ ๆ เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้จิตที่พุ่งซ่านนี้ไปสักครั้ง สองครั้ง จิตก็จะหยุดพุ่งซ่าน เมื่อจิตหยุดพุ่งซ่านแล้ว ผู้ปฏิบัติก็กลับมากำหนดรู้อาการพองยุบของท้องใหม่ เมื่อจิตนึกคิดไปที่แห่งใดแห่งหนึ่ง ก็ให้กำหนดว่า ถึงหนอ ๆ แล้วก็ให้กลับมากำหนดรู้อาการพองยุบของท้องอีก ถ้าผู้ปฏิบัตินึกคิดไปพบคนบางคน ก็ให้กำหนดว่า พบหนอ ๆ ๆ แล้วก็กลับมากำหนดอาการพองยุบ ถ้าหากผู้ปฏิบัติหวนรำลึกถึงไปพบพูดคุยกับคนบางคน ก็ให้กำหนดว่า พูดหนอ ๆ ๆ

เมื่อกล่าวโดยย่อ ผู้ปฏิบัติก็ควรกำหนดทุกสภาวะ ไม่ว่าจะ เป็นความคิดหรือการพิจารณาอะไรก็ตามที่เกิดขึ้น กล่าวคือ ถ้าผู้ปฏิบัตินึกคิด ก็ให้กำหนดว่า นึกหนอ ๆ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติคิดก็ให้กำหนดว่า คิดหนอ ๆ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติคิดวางแผนก็กำหนดว่า วางแผนหนอ ๆ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติสังเกตเห็นก็ให้กำหนดว่า สังเกตหนอ ๆ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติพิจารณา ก็ให้กำหนดว่า พิจารณาหนอ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติมีความรู้สึกเป็นสุขก็ให้กำหนดว่า สุขหนอ ๆ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติรู้สึกเบื่อ ก็ให้กำหนดว่า เบื่อหนอ ๆ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติดีใจก็ให้กำหนดว่า ดีใจหนอ ๆ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติมีความรู้สึกท้อแท้ใจก็ให้กำหนดว่า ท้อหนอ ๆ ๆ การกำหนดสภาวะที่จิตรับรู้อารมณ์ทุกอย่างเรียกว่า **จิตตานุปัตสสนา** เพราะว่าคนเราขาดการกำหนดสภาวะจิตที่นึกคิดและรู้อารมณ์เหล่านี้ตามความเป็นจริง ดังนั้นคนเราจึงดูเหมือนว่า ตัวเราเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับสิ่งที่เรานึกคิดและคิดว่ามีอัตตาตัวตนอยู่ เช่น ฉันเป็นผู้นึกคิด เป็นผู้วางแผน เป็นผู้รู้ เป็นต้น โดยคิดว่ามีตัวตน ที่จริงแล้วตั้งแต่เด็กเล็กเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน และก็กำลังคิดอยู่ในขณะนี้ ความจริงแล้วความมีตัวมีตนเช่นนั้นไม่มีอยู่เลย มีแต่เพียงอาการที่จิตรับรู้อารมณ์ต่อเนื่องไม่ขาดสายเข้ามาแทนที่เท่านั้น ด้วยเหตุนี้ คนเราจึงต้องกำหนดอาการที่จิตนึกคิดอารมณ์เหล่านี้ตามที่มันเป็นจริง โดยกำหนดอารมณ์แต่ละอย่างและทุก ๆ สภาวะที่จิตนึกคิดตามที่มันเกิดขึ้น เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้สภาวะต่าง ๆ อยู่เช่นนั้น สภาวะที่ถูกกำหนดก็จะค่อย ๆ หายไป แล้วให้กลับมากำหนดรู้อาการพองยุบต่อไป

เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดวิปัสสนากรรมฐานเป็นเวลานาน ๆ ความรู้สึกว่าร่างกายแน่น ตึงร้อนก็จะเกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติก็ต้องกำหนดว่า ตึงหนอ ๆ ๆ ร้อนหนอ ๆ ๆ อย่างตั้งใจเหมือนกัน และเมื่อมีความรู้สึกเจ็บปวด เบื่อหน่าย ก็ให้กำหนดว่า เจ็บหนอ ๆ ๆ เบื่อหนอ ๆ ๆ ความรู้สึกเหล่านี้ทั้งหมดเรียกว่า **ทุกขเวทนา** การกำหนดทุกขเวทนาเรียกว่า **เวทนาอนุปัตสสนา** การขาดการกำหนดทุกขเวทนาจะทำให้ผู้ปฏิบัติคิดว่า เราตึงแน่น เรารู้สึกร้อน เรารู้สึกเจ็บปวด เมื่อสักครู่นี้เรารู้สึกดีขึ้นแล้ว ขณะนี้เรารู้สึกกระวนกระวายใจกับความรู้สึกที่ไม่น่าพึงพอใจเหล่านี้ ความรู้สึกที่ว่าตัวเราเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับอารมณ์ที่ไม่น่าใคร่ น่าพอใจ เป็นความคิดที่นับว่า **ผิด** ความจริงแล้วไม่มีตัวตนรวมอยู่กับความรู้สึกไม่พอใจเลย เป็นแต่เพียงการสืบทอดเนื่องกันของความรู้สึกที่ไม่พอใจ ในแต่ละขณะจิตหนึ่ง ๆ เท่านั้น เปรียบประดุจการสืบทอดเนื่องกันของ

กระแสไฟฟ้า ซึ่งทำให้ไฟสว่างขึ้น ฉะนั้น ดังนั้นตลอดเวลาในชีวิตของเรา ก็มักจะประสบกับ อารมณ์ไม่น่าพอใจ จึงทำให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจแล้วๆ เล่าๆ ผู้ปฏิบัติจึงควรกำหนด ความรู้สึกเช่นนี้ว่า ไม่น่าพอใจหนอๆๆ อย่างตั้งอกตั้งใจ ไม่ว่าจะ เป็นความรู้สึกติ่งแน่น หรือความ เจ็บปวดก็ตามก็ให้กำหนดว่า ติ่งหนอๆๆ ร้อนหนอๆๆ ปวดหนอๆๆ ในกรณีของโยคีที่เริ่ม ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ความรู้สึกติ่งแน่นเจ็บปวด ดูเหมือนว่าจะทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ และก็จะทำให้อยากเปลี่ยนท่าหนึ่ง เมื่อเป็นเช่นนี้ผู้ปฏิบัติก็ควรกำหนดรู้จิตที่อยากเปลี่ยนนั้น ด้วยว่าอยากเปลี่ยนหนอๆๆ แล้วหลังจากนั้นโยคีก็ควรกลับมากำหนดรู้อาการว่า ติ่งหนอๆๆ ร้อนหนอๆๆ เป็นต้นต่อไป

มีคำสุภาษิตที่ว่า **ความอดทนนำไปสู่พระนิพพาน** คำพูดนี้ตรงกันมากกับกรณี ความพยายามในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ดังนั้นผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จึงต้องมีความ อดทน ถ้าหากผู้ปฏิบัติเปลี่ยนท่าหนึ่งอยู่บ่อยๆ เนื่องจากไม่สามารถอดทนต่อความรู้สึกติ่งแน่น หรือความรู้สึกร้อนที่เกิดขึ้นได้ สมาธิที่ดีก็ไม่แก่กล้า ถ้าสมาธิไม่แก่กล้า วิปัสสนาปัญญา ก็จะไม่มี ผลิตผล และก็จะไม่มีการบรรลุมรรคญาณ ผลญาณ และพระนิพพานได้ ด้วยเหตุนี้ ความอดทน จึงเป็นสิ่งจำเป็นในการปฏิบัติวิปัสสนา จริงอยู่ นับว่าเป็นการอดทนอย่างมากที่ต้องประสบกับ อารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา เช่นความรู้สึกติ่งแน่น ความรู้สึกร้อน ความรู้สึกเจ็บปวด และ ความรู้สึกอื่นๆในตัวผู้ปฏิบัติ ความรู้สึกเหล่านี้นับว่าเป็นเรื่องยากที่จะอดทนได้ แต่ผู้ปฏิบัติก็ไม่ ควรเลิกการกำหนดรู้ทุกขเวทนา หรือแม้แต่เปลี่ยนท่าหนึ่งในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐาน ผู้ปฏิบัติควร อดทนกำหนดทุกขเวทนาไปโดยกำหนดว่า ติ่งหนอๆ ร้อนหนอๆ ในที่สุดทุกขเวทนาทั้งหลายจะ ค่อยๆ ทุเลาเบาบางลงไป ขอเพียงให้ผู้ปฏิบัติอดทนกำหนดทุกขเวทนาต่อไปเรื่อยๆ เมื่อสมาธิ ดีแก่กล้าแล้ว แม้แต่ทุกขเวทนาที่รุนแรงก็จะค่อยๆ หายไปเอง แล้วผู้ปฏิบัติก็กลับมากำหนด อาการพองยุบของท้องต่อไป

แน่นอนที่สุด ถ้าผู้ปฏิบัติจำเป็นจะต้องเปลี่ยนท่าหนึ่ง ในกรณีที่ทุกขเวทนาไม่หาย แม้ผู้ ปฏิบัติได้กำหนดเป็นเวลานานแล้ว หรืออีกนัยหนึ่งผู้ปฏิบัติอดทนต่อทุกขเวทนาไม่ได้ เมื่อเป็น เช่นนี้ ผู้ปฏิบัติก็ต้องกำหนดตันจิตว่า อยากเปลี่ยนหนอๆๆ ถ้ายกมือขึ้น ก็กำหนดว่า ยก หนอๆๆ ถ้าเหยียดมือหรือแขนออกไปก็กำหนดว่า เหยียดหนอๆๆ ควรเหยียดอย่างช้าๆ พร้อมกับกำหนดว่า ยกหนอๆๆ เหยียดหนอๆๆ ถูกหนอๆๆ เป็นต้น ถ้าเอนตัวไปก็กำหนด เอนหนอๆๆ ถ้าเท้ายกขึ้นก็กำหนดว่า ยกหนอๆๆ ถ้าเท้าเคลื่อนไหวไปก็กำหนดว่า เคลื่อน หนอๆๆ ถ้าเท้าตกลงไปก็กำหนดว่า ตกหนอๆๆ แต่ถ้าไม่มีสภาวะอื่นแทรกซ้อนผิดปกติ ธรรมดา ก็ให้ผู้ปฏิบัติกลับมากำหนดอาการพองยุบของท้องต่อไป

การกำหนดปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน **จะต้องไม่มีการหยุดพักการกำหนดใน ระหว่าง** อาการกำหนดก่อนและการกำหนดที่หลังต้องต่อเนื่องกันไม่ขาดสาย สภาวะของสมาธิ แรกกับสมาธิหลังก็ต้องอาศัยซึ่งกันและกัน สภาวะของปัญญาแรกกับปัญญาหลัง เป็นปัจจัย

หนุนเนื่องซึ่งกันและกัน เมื่อเป็นเช่นนี้ ลำดับขั้นที่ต่อเนื่องกันสูงขึ้นก็จะแก่กล้าขึ้นในจิตใจของ โยคี โยคีผู้ปฏิบัติจะบรรลุมรรคญาณและผลญาณได้ ก็โดยการรวมกำลังของศีล-สมาธิ-ปัญญา กระบวนการของวิปัสสนากรรมฐานนั้นก็เช่นเดียวกับการก่อไฟ คือต้องเอาไม้สองท่อนมา รวมกันแล้วสีไฟโดยใช้กำลังมาก และไม่หยุดหย่อนในระหว่างจนกระทั่งว่า ความร้อนได้ที่ หรือ เมื่อเปลวไฟลุกขึ้น ในทำนองเดียวกันในการกำหนดวิปัสสนากรรมฐานนั้น ผู้ปฏิบัติจะต้อง กำหนดติดต่อกัน ไม่หยุดหย่อนในระหว่าง ไม่หยุดพักผ่อน ไม่ว่าสภาวะอะไรเกิดขึ้นก็ตาม ผู้ปฏิบัติจะต้องกำหนดรู้ ยกตัวอย่างเช่น เมื่อมีอาการคันเกิดขึ้นในระหว่าง โยคีมีความประสงค์ที่จะเกาเพราะว่ามันอดทนได้ยาก เมื่อเป็นเช่นนี้โยคีจะต้องกำหนดทั้งสองสภาวะ คือความรู้สึก คันและใจที่อยากจะเกา ไม่ใช่ว่าพอมีอาการคันก็เกาทันที ถ้าผู้ปฏิบัติมุ่งกำหนดต่อไปอย่างบาก บั่นอดทน โดยทั่วไปอาการคันก็จะค่อยๆ หายจางหายไป เมื่ออาการคันหายไปแล้ว ผู้ปฏิบัติก็ กลับมากำหนดอาการพองยุบของท้องต่อไป ถ้าหากว่าอาการคันไม่ได้หายไป ผู้ปฏิบัติก็ต้องเกา มันให้หายคันเป็นธรรมดา แต่ก่อนอื่นผู้ปฏิบัติก็ควรกำหนดว่า อยากรู้อะไรบ้าง ถ้าผู้ปฏิบัติ กำลังเกาก็กำหนดว่า เกาหนอยๆ สภาวะทุกอย่างที่เกิดขึ้นในขณะที่โยคีกำลังเกาที่คันอยู่ ก็ควร กำหนดรู้อาการ โดยเฉพาะเวลาเมื่อแตะก็ควรกำหนดว่า แตะหนอยๆ เกาหนอยๆ เป็นต้น แล้ว ก็ค่อยกลับมากำหนดอาการพองยุบของท้องต่อไป

ทุกเวลาที่ผู้ปฏิบัติเปลี่ยนท่า ก็ต้องกำหนดรู้ต้นจิตก่อนว่า อยากรู้อะไรบ้าง แล้ว ก็กำหนดอาการเคลื่อนไหวทุกอย่างอย่างต่อเนื่องไป เช่นเวลาลุกขึ้นจากท่านั่งก็กำหนดว่า ลุก หนอยๆ เวลายกแขนขึ้นก็กำหนดว่า ยกหนอยๆ เวลาแขนเคลื่อนไหวก็กำหนดเคลื่อนไหวหนอยๆ เวลาเหยียดแขนออกไปก็กำหนดว่า เหยียดหนอยๆ ในขณะที่ผู้ปฏิบัติเปลี่ยนอิริยาบถ ก็ให้ กำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวทุกอย่าง อย่างที่เกิดขึ้นในเวลาเดียวกันนั้นด้วย เช่นร่างกายเอนไป ข้างหน้า ก็ให้กำหนดว่า เอนหนอยๆ ขณะที่ลุกขึ้นรู้สึกตัวเบา ก็ให้กำหนดว่า เบาหนอยๆ ผู้ ปฏิบัติควรกำหนดลุกหนอยๆ อย่างช้าๆ โยคีผู้ปฏิบัติควรทำตัวเหมือนคนอ่อนแอ คนเจ็บไข้ คน ป่วย คนมีสภาพร่างกายปกติจะลุกขึ้นก็ลุกขึ้นโดยง่าย รวดเร็วคล่องตัว อันบุคคลผู้ลุกขึ้นอย่าง ช้าๆ ค่อยๆ ก็ไม่ได้หมายความว่า เป็นคนเจ็บไข้ไร้พลังกำลังเสมอไป เหมือนกับกรณีคนทนทุกข์ เพราะเจ็บหลัง ก็ต้องลุกขึ้นอย่างช้า ด้วยเกรงว่าหลังจะเจ็บและเป็นเหตุให้ปวดเจ็บ โยคีผู้ปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐานก็เช่นเดียวกัน เมื่อจะเปลี่ยนท่าก็ต้องเปลี่ยนอย่างค่อยๆ ช้าๆ และเปลี่ยน อย่างมีสติ สมาธิ และวิปัสสนาปัญญาจึงจะแก่กล้า ดังนั้นจึงต้องเริ่มกำหนดอาการเคลื่อนไหว อย่างช้าๆ เมื่อลุกขึ้นโยคีต้องลุกขึ้นอย่างช้าๆ เหมือนกับคนเจ็บไข้ในเวลาเดียวกันก็กำหนดว่า ลุกหนอยๆ ไม่ใช่แต่เพียงเท่านั้น แม้แต่ตาเห็นรูป ผู้ปฏิบัติจะต้องปฏิบัติเหมือนกับว่าไม่ได้เห็น เมื่อหูได้ยินเสียงก็เช่นเดียวกัน คือผู้ปฏิบัติจะต้องทำเหมือนว่าหูหนวก ดังนั้นในกรณีที่ผู้ปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐาน ความใส่ใจของผู้ปฏิบัติก็คือ ต้องกำหนดรู้เท่านั้น ผู้ปฏิบัติจะได้เห็นได้ยิน อะไรก็ตาม ไม่ใช่สิ่งที่ผู้ปฏิบัติจะไปสนใจดู สนใจฟัง หรือไม่ว่าจะเป็นสิ่งแปลกใหม่น่าสนใจ

ตาม ที่ผู้ปฏิบัติได้เห็น ได้ยิน ก็ต้องปฏิบัติเหมือนกับว่า ไม่ได้เห็น ไม่ได้ยิน ต้องกำหนดอย่าง ตั้งใจเท่านั้น เมื่อเคลื่อนไหวร่างกาย โยคีควรเคลื่อนไหวอย่างช้าๆ เหมือนกับว่าเป็นคนอ่อนกำลัง เป็นคนเจ็บไข้ เช่นเหยียดแขนขา ก็เหยียดช้าๆ คู้เหยียดแขนขาอย่างช้าๆ ก้มศีรษะลง เหยียดศีรษะขึ้นอย่างช้าๆ การเคลื่อนไหวทุกอย่างทั้งหมด โยคีจะต้องทำอย่างช้าๆ แม้เมื่อลุกขึ้น จากที่นั่ง โยคีก็ต้องค่อยๆ ลุกขึ้น โดยกำหนดว่า ลุกหนอๆๆ เมื่อทำตัวให้ตรง ยืนขึ้นก็ให้ กำหนดว่า ยืนหนอๆๆ เมื่อมองดูที่นี้บ้าง ที่นั่นบ้าง ก็กำหนดว่ามองหนอๆๆ เห็นหนอๆๆ และ เมื่อเดินไปก็ให้กำหนดที่เท้าที่ก้าวไป ไม่ว่าจะก้าวเท้าข้างขวาไป หรือก้าวเท้าข้างซ้ายไปก็ตาม โยคีจะต้องมีความรู้สึกทุกๆ การเคลื่อนไหวที่เนื่องด้วยกัน ตั้งแต่ยกเท้าขึ้นไปจนถึงเหยียบเท้า ลงไป กำหนดรู้เท้าแต่ละเท้าที่ก้าวไป ไม่ว่าจะเป็เท้าข้างขวาหรือเท้าข้างซ้ายก็ตาม นี้เรียกว่า **วิธีการกำหนดเมื่อผู้ปฏิบัติเดินเร็ว**

ถ้าโยคีปฏิบัติได้เช่นที่กล่าวมานี้ก็นับว่าเป็นการเพียงพอ เมื่อโยคีเดินไวๆ หรือเดิน ทางไกล แต่เมื่อเดินช้าๆ หรือเดินจงกรม โยคีก็ควรกำหนดการเคลื่อนไหว ๓ ระยะในแต่ละ ก้าวคือ **ยกหนอ ย่างหนอ เหยียบหนอ** แต่ถ้ากำหนดตอนแรกก็ให้กำหนด “ยกหนอ เหยียบ หนอ” โยคีจะต้องกำหนดรู้ย่างเท้าทัน ขณะที่เท้ายกขึ้น เช่นเดียวกันขณะที่เท้าเหยียบลงก็ ต้องกำหนดรู้ตามความเป็นจริง ถึงสภาวะที่เท้าหนักในขณะเหยียบลง โดยกำหนดว่า หนัก หนอๆๆ โยคีจะต้องเดินไปโดยกำหนดว่ายกหนอ เหยียบหนอ ในการเดินก้าวไปแต่ละก้าว การกำหนดเช่นนี้จะกำหนดง่ายขึ้นหลังจาก ๒ วันไปแล้ว เมื่อโยคีมุ่งกำหนดการเคลื่อนไหว ๓ ระยะตามที่อธิบายแล้วว่า ยกหนอ ย่างหนอ เหยียบหนอ

ในการเริ่มต้นการกำหนดการเคลื่อนไหว ระยะที่ ๑ หรือระยะที่ ๒ เท่านั้นก็เป็น การเพียงพอ คือขวย่างหนอ ซ้าย่างหนอ ในเวลาที่เดินไวและที่เดินช้าๆ ก็ให้กำหนดว่า ยกหนอ เหยียบหนอ ถ้าเมื่อเดินไปอย่างนั้น ผู้ปฏิบัติต้องการที่จะนั่งก็ให้กำหนดต้นจิตว่า อยากนั่ง หนอๆๆ เมื่อจะนั่งลง ถ้าเกิดตัวมีอาการหนัก ขณะย่อลงก็ให้กำหนดว่า หนักหนอ ๆๆ อย่าง ตั้งใจ เมื่อผู้ปฏิบัตินั่งลงก็ให้กำหนดอาการเคลื่อนไหวทุกอย่างที่เกิดขึ้น ในการจัดเท้าจัดแขน เมื่อมีการเคลื่อนไหวใด ๆ คือ เมื่อไม่มีการเคลื่อนไหวใดๆ ร่างกายอยู่ในภาวะปกติ ก็ให้ผู้ ปฏิบัติกำหนดพองหนอ ยุบหนอ ต่อไป ขณะที่กำหนดอาการอารมณ์หลักอยู่นั้น ถ้าแขนขาเกิด อาการตึงและเกิดความรู้สึกร้อนหรือว้าวะบางส่วนของร่างกาย ก็ให้ผู้ปฏิบัติกำหนดว่า ตึงหนอๆๆ ร้อนหนอๆๆ แล้วก็กลับมากำหนด พองหนอ ยุบหนอ ขณะที่กำหนดพองหนอ ยุบหนอ อยู่นั้น ถ้าเกิดอยากนอนลงก็ให้กำหนดว่า อยากนอนหนอ ๆๆ ตลอดถึงการเคลื่อนไหวของเท้า แขน ขณะที่ผู้ปฏิบัตินอนลงก็ควรกำหนดไปด้วย การยกแขนขึ้นก็ดีการยืดแขนออกก็ดี การวางศอก ลงที่พื้นก็ดี การก้มลงก็ดี การงอขาที่ดี การเอียงตัวไปก็ดี ซึ่งเป็นอาการที่ผู้ปฏิบัติเตรียมนอนลง อย่างช้า ๆ ก็ควรกำหนดรู้ทุกอย่างโดยการกำหนดว่า ยกหนอๆๆ ยืดหนอๆๆ วางหนอๆๆ ก้ม หนอๆๆ เป็นต้น การกำหนดอาการที่ผู้ปฏิบัตินอนลงนั้นเป็นสิ่งสำคัญ ในอริยาบถนอนนี้ผู้

ปฏิบัติสามารถบรรลุมรรคญาณและผลญาณได้ เมื่อสมาธิและญาณแก่กล้าก็สามารถเกิดขึ้นได้ ทุกขณะ ชั่วขณะคู้แขนหรือชั่วขณะเหยียดแขน มรรคญาณ ผลญาณก็สามารถเกิดขึ้นได้ เหมือนกับการบรรลุเป็นพระอรหันต์ของ**พระอานันทเถระ**

พระอานันทเถระเจริญวิปัสสนากรรมฐานอย่างหนักเพื่อบรรลุเป็นพระอรหันต์ตลอดคืนในตอนเย็นของวันปฐมสังคายนา ท่านปฏิบัติกายคตาสติตลอดคืน โดยกำหนดอย่างก้าวแต่ละก้าวว่า ขว้างงอ ซ้ายงอ ยกกงอ ย่างงอ เหยียบงอ และกำหนดสภาวะที่เกิดขึ้นแต่ละอย่าง กำหนดต้นจิตก่อนเดิน กำหนดอาการเคลื่อนไหวของกายทุกอย่างที่เกิดขึ้น ในเวลาเดินจงกรม แม้ว่าการปฏิบัติกรรมฐานได้ดำเนินมาถึงเวลาใกล้รุ่งอรุณแล้วก็ตาม ท่านพระอานันทเถระก็ยังไม่ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์ ได้ทราบที่ท่านพระอานันทเถระได้ปฏิบัติวิปัสสนาโดยการจงกรมมากและเพื่อที่จะทำให้สมาธิกับวิริยะเสมอกัน ท่านจึงได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในท่านอนชั่วขณะหนึ่ง โดยท่านได้เข้าไปในห้องนอน ท่านได้นั่งลงบนที่นอนและเอนตัวลงนอน ขณะที่ท่านปฏิบัติอยู่อย่างนั้นก็กำหนดว่า นอนงอ ๆ แล้วในที่สุดท่านก็บรรลุเป็นพระอรหันต์ในทันทีทันใด ท่านพระอานันทเถระได้สำเร็จเป็นพระโสดาบันก่อนที่จะเอนตัวลงถูกพื้น ท่านได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่อไปจนได้บรรลุเป็นพระสกทาคามี เป็นพระอนาคามีและเป็นพระอรหันต์ ได้ทราบว่าความเป็นพระสกทาคามี พระอนาคามีและพระอรหันต์ เกิดขึ้นมาติด ๆ กันชั่วขณะเดียว ดังนั้น ขอให้ระลึกถึงการบรรลุถึงพระอรหันต์ของท่านพระอานันทเถระเป็นตัวอย่าง ซึ่งการบรรลุเกิดขึ้นชั่วขณะเดียวกัน ไม่ได้ใช้เวลายาวนานแต่อย่างใด เพราะเหตุนี้โยคีจึงควรกำหนดด้วยความพากเพียรตลอดเวลา ไม่ควรลดหย่อนในการกำหนดโดยคิดว่า มีการปลั่งเปลือเล็กน้อยบ้างก็คงไม่ใช่เรื่องสำคัญมากนัก การเคลื่อนไหวทุกอย่างที่ปรากฏในระหว่างการนอน ตลอดถึงการจัดแจงแขน เท้า ผู้ปฏิบัติก็ควรกำหนดอย่างตั้งใจไม่หยุดหย่อน ถ้าไม่มีอาการเคลื่อนไหวใด ๆ ร่างกายอยู่ในภาวะปกติ ก็ให้ผู้ปฏิบัติกลับมากำหนดอาการพองยุบของท้องต่อไป

แม้ว่ามันเป็นเวลาดีที่ตื่นได้เวลานอนหลับแล้วก็ตาม โยคีก็ไม่ควรขึ้นไปนอนโดยหยุดพักการปฏิบัติ แต่ที่จริงโยคีควรเจริญสติปัฏฐานอย่างตั้งอกตั้งใจจริง ๆ อย่างกับว่าจะยกเลิกการหลับนอนเลยทีเดียว และควรปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่อไปจนกระทั่งหลับไป ถ้าการปฏิบัติกรรมฐานก้าวหน้าดี ผลการปฏิบัติก็จะสูงขึ้น ผู้ปฏิบัติก็จะไม่ง่วงเหงาหาวนอน อีกประการหนึ่ง ถ้าความง่วงเหงาหาวนอนมีกำลังส่งสูงขึ้น ผู้ปฏิบัติก็จะหลับไปเอง แต่เมื่อผู้ปฏิบัติรู้สึกง่วงควรกำหนดว่า ง่วงงอ ๆ ถ้าหากหนึ่งตาหย่อนลง ก็ให้กำหนดว่า หย่อนงอ ๆ แต่ถ้าหากหลังตาหนักก็ให้กำหนดว่า หนักงอ ๆ หรือรู้สึกเจ็บปวดตาก็ให้กำหนดว่า เจ็บงอ ๆ โดยการกำหนดเช่นนั้น ความง่วงเหงาหาวนอนก็จะจางหายไป ตาก็จะกลับแจ่มใสขึ้นดังเดิม โยคีควรกำหนดด้วยว่า แจ่มใสงอ ๆ หรือ ใสงอ ๆ แล้วก็มุ่งกำหนดอาการพองยุบของท้อง

ต่อไป อย่างไรก็ดี โยคีต้องมุ่งกำหนดวิปัสสนากรรมฐานอย่างบากบั่น ถ้าหากความง่วงเหงาหาวนอนจริง ๆ เกิดขึ้นในระหว่าง โยคีก็จะหลับไปเองหรือหลับไม่ยาก ความจริงหลับง่าย ถ้าผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในท่านอนก็จะค่อย ๆ ม่อยหลับในที่สุด ด้วยเหตุนี้ผู้ปฏิบัติใหม่ไม่ควรกำหนดกรรมฐานส่วนมากในท่านอนกำหนด แต่ควรกำหนดกรรมฐานให้มากในอิริยาบถนั่งและอิริยาบถเดินจงกรม แต่ถ้ามันเป็นเวลาติดกันแล้ว ได้เวลานอนก็ควรกำหนดกรรมฐานในท่านอน โดยกำหนดอาการพองยุบของท้อง แล้วในที่สุดก็จะหลับไปตามธรรมชาติ เวลาที่ผู้ปฏิบัติหลับไปนั้นถือว่าเป็นเวลาพักผ่อนของโยคีผู้ปฏิบัติ แต่จริง ๆ แล้วสำหรับโยคีผู้ปฏิบัติแบบเอาจริงเอาจังก็จะกำหนดเวลานอนเพียง ๔ ชั่วโมงเท่านั้น พระพุทธเจ้าทรงอนุญาตเวลาที่ยังคืนนี้ไว้ เวลา ๔ ชั่วโมงนับว่าเป็นเวลาเพียงพอแล้ว ถ้าผู้เริ่มปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานคิดว่า เวลา ๔ ชั่วโมง ไม่เพียงพอแก่ความต้องการของสุขภาพ ก็อาจจะเพิ่มเป็น ๕ ชั่วโมงหรือ ๖ ชั่วโมงก็นับว่าเหมาะสมและเพียงพอแก่ความต้องการของสุขภาพแล้ว เมื่อใดก็ตามเมื่อโยคีผู้ปฏิบัติตื่นขึ้นมา เมื่อนั้นก็ควรกำหนดต่อไป โยคีผู้มุ่งหวังบรรลุมรรคญาณ ผลญาณจริง ๆ ก็ควรพักจากการกำหนดกรรมฐานเฉพาะในเวลาหลับเท่านั้น เวลาอื่นช่วงขณะที่ตื่นขึ้นมาก็ควรกำหนดอย่างต่อเนื่อง ไม่หยุดหย่อนผ่อนพัก เพราะเหตุนี้ ขณะที่โยคีตื่นขึ้นมาในทันทีก็ควรกำหนดสภาวะจิตที่ตื่นขึ้นมาว่า ตื่นหนอ ๆ แต่ถ้าหากว่าผู้ปฏิบัติไม่สามารถกำหนดรู้สภาวะจิตที่เพิ่งตื่นได้ทันทีพอดี ก็ควรเริ่มกำหนดอาการพองยุบของท้องต่อไป ถ้าผู้ปฏิบัติตั้งใจลุกขึ้นจากเตียงนอน ก็ควรกำหนดว่า ตั้งใจลุกหนอ ๆ แล้วก็มุ่งกำหนดการเปลี่ยนแปลงอาการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ในร่างกายอย่างเวลาที่ผู้ปฏิบัติกำหนดในการจัดแขนจัดขา เมื่อผู้ปฏิบัติยกศีรษะขึ้น ก็ให้กำหนดว่า ยกหนอ ๆ เมื่อลุกขึ้นก็ให้กำหนดว่า ลุกหนอ ๆ เมื่อลุกนั่งก็ให้กำหนดว่า นั่งหนอ ๆ ถ้าผู้ปฏิบัติจัดการเปลี่ยนแปลงการเคลื่อนไหวใด ๆ ก็ตาม ก็ให้กำหนดทุกอย่างเหมือนกับเวลาที่กำหนดในการจัดแขนขา ถ้าไม่มีการเปลี่ยนแปลงเช่นนั้นใด ๆ มีแต่อาการนั่งอย่างสงบ ผู้ปฏิบัติก็ควรกลับมากำหนดอาการพองยุบของท้องต่อไป

ผู้ปฏิบัติควรกำหนดเช่นเดียวกันในเวลาล้างหน้าและเวลาอาบน้ำ แม้ว่าอาการเคลื่อนไหวทั้งหลายที่เกิดขึ้นในเวลาล้างหน้าและอาบน้ำจะเป็นการเคลื่อนไหวที่ค่อนข้างแรงรีบก็ตาม แต่โยคีผู้ปฏิบัติก็ควรกำหนดอาการเคลื่อนไหวทุกอย่างที่สามารถกำหนดได้ เวลาแต่งตัวก็ดี เวลาจัดเตียงนอนให้เรียบร้อยก็ดี เวลาเปิดประตูปิดประตูก็ดี ผู้ปฏิบัติควรกำหนดทุกอย่างอย่างตั้งใจเท่าที่เป็นไปได้

เมื่อผู้ปฏิบัติรับประทานอาหารเช้า มุ่งมองดูโต๊ะอาหารก็ควรกำหนดว่า มองหนอ เห็นหนอ ๆ เมื่อผู้ปฏิบัติเอื้อมมือไปที่อาหาร ก็กำหนดว่า เอื้อมหนอ มือแตะอาหารก็กำหนดว่า แตะหนอ ๆ รวบรวมอาหารมาจัดเตรียมก็กำหนดว่า รวบรวมหนอ จัดหนอ ๆ นำอาหารใส่ปากก็กำหนดว่า มาหนอ ๆ ก้มศีรษะนำอาหารใส่ปากก็กำหนดว่า ก้มหนอ ใส่หนอ วางมือก็ให้กำหนดว่า วางหนอ เงยศีรษะขึ้นก็ให้กำหนดว่า เงยหนอ สรุปลก็คือควรกำหนดทุกสภาวะให้เท่า

คล้ายเป็นคู่ แต่ในการเกิดขึ้นพร้อมกันนี้ไม่มี สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา รวมอยู่ด้วยเลย มีแต่รูปกับนามเท่านั้น ในเวลาปฏิบัติโยคีก็จะได้ประสบพบเห็นสภาวะเหล่านี้ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริงเฉพาะผู้ปฏิบัติเอง ขณะที่โยคีกำหนดอาการพองยุบของท้องอยู่นั้น ก็จะสามารถแยกแยะได้ว่า **อาการพองขึ้นของท้องเป็นรูป และใจที่กำหนดรู้อาการพองขึ้นของท้องนั้นเป็นนาม** อาการยุบของท้องก็ดูเดียวกัน กล่าวคือ อาการยุบลงของท้องเป็นรูป และใจที่กำหนดรู้อาการยุบของท้องเป็นนาม ดังนั้นโยคีก็จะรู้ชัดแจ้งถึงการเกิดขึ้นพร้อมกันในคู่ของสภาวะรูปนามเหล่านี้ ในการกำหนดทุกครั้งโยคีก็จะทราบชัดอย่างแจ่มแจ้งด้วยตนเองว่า มีเพียงรูปนามเท่านั้นซึ่งเป็นอารมณ์ของความรู้ และนามเป็นผู้กำหนดอารมณ์นั้น

ความรู้ที่แยกแยะนามรูปออกจากกันได้นี้ เรียกว่า **นามรูปปริจเฉทญาณ** ซึ่งเป็นปัญญาเบื้องต้นของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน นับว่าเป็นสิ่งสำคัญที่จะได้บรรลุญาณนี้อย่างถูกต้อง ความรู้ในนามรูปปริจเฉทญาณนี้จะเป็ผลสำเร็จก็ต่อเมื่อโยคีกำหนดสืบต่อกันไปจนสามารถรู้โดยแยกแยะเหตุและผลของนามรูปได้ ซึ่งความรู้ชนิดนี้เรียกว่า **ปัจฉยปริคคหญาณ**

ขณะที่โยคีมุ่งกำหนดอยู่นั้นก็จะพบเห็นเองว่า สภาวะที่เกิดขึ้นดับไปชั่วขณะ ๆ คนสามัญธรรมดาจะทักท้วงเอาว่า สภาวะที่ปรากฏทางรูปนามสืบต่อคงทนตลอดชีวิต กล่าวคือจากความเป็นหนุ่มไปสู่วัยเป็นผู้ใหญ่ ในความเป็นจริงแล้วหาได้เป็นเช่นนั้นไม่ และก็ไม่มีสภาวะที่ปรากฏชนิดใด ๆ เลยที่อยู่คงกระพันนิรันดร์กาล สภาวะที่ปรากฏทุกอย่างทั้งหมดล้วนเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็วจนกระทั่งว่า ไม่ได้คงที่อยู่แม้ชั่วขณะการกระพริบตา โยคีจะรู้ชัดถึงความจริงนี้ด้วยตนเองขณะที่มุ่งกำหนดต่อไป และก็จะมีความมั่นใจในความเป็นอนิจจังของสภาวะปรากฏเช่นนั้นทั้งหมด ความมั่นใจแน่วแน่เช่นนี้เรียกว่า **อนิจจานุปัสสนาญาณ** ญาณนี้ก็จะทำให้ทุกขานุปัสสนาญาณเป็นผลต่อเนื่องกัน ซึ่งเป็นญาณที่ทราบชัดว่าความเป็นอนิจจัง นี้ทั้งหมดก็คือสภาวะที่ทนอยู่อย่างเดิมไม่ได้ โยคีดูเหมือนว่าจะเผชิญกับความยุ่งยากลำบากมาทุกชนิดในชีวิตเช่นกัน ซึ่งมันเป็นที่รวมลงแห่งกองทุกข์ทั้งหมด นี้เรียกว่าทุกขานุปัสสนาญาณเช่นเดียวกัน ต่อมาโยคีก็就会有ความแน่ใจว่า สภาวะที่ปรากฏทางนามรูปเหล่านี้ทั้งหมดเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย โดยเป็นไปตามความปรารถนาของผู้ใดผู้หนึ่งก็หาไม่ และจะบ่งบอกว่าใครเป็นผู้คอยควบคุมบังคับก็ได้ไม่เช่นเดียวกัน แท้ที่จริงสภาวะที่ปรากฏทั้งหมดนั้นล้วนเป็นอนัตตา ความรู้แจ่มแจ้งเช่นนี้เรียกว่า **อนัตตานุปัสสนาญาณ** ขณะที่โยคีมุ่งกำหนดวิปัสสนากรรมฐานต่อไป เมื่อได้รู้ชัดอย่างไม่หวั่นใจสงสัยว่า สภาวะที่ปรากฏเหล่านี้ทั้งปวงเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็จะมีบรรลุนิพพานซึ่งเป็นสภาวะที่อดีตพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ และพระอริยสาวกทั้งหลายได้ทรงรู้แจ้งแล้ว โดยการเจริญสติปัฏฐาน ผู้เป็นโยคีนักปฏิบัติทุกท่านควรทำไว้ในใจว่า ขณะนี้ตนเองกำลังอยู่บนเส้นทางสติปัฏฐาน บนทางสายนี้เท่านั้นที่จะทำให้ความประสงค์ที่จะบรรลุมรรคญาณ ผลญาณนิพพานธรรม และความสุกของบารมีของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสมบูรณ์บริบูรณ์ได้

๕.๓ วิธีฝึกปฏิบัติกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

สติตามดู ตามรู้ ตามเห็นเท่าทันความเป็นจริงของกาย อันได้แก่ธาตุ ๔ คือ ธาตุดิน , ธาตุน้ำ, ธาตุลม, ธาตุไฟ และอารมณ์ที่เป็นรูปธรรมที่ปรากฏชัดเจนทางตา หู จมูก ลิ้น และกาย คือ สี เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่เกิดขึ้นในอริยาบถต่างๆ ดังนี้

๕.๓.๑ วิธีกำหนดในอริยาบถกราบ

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาควรเริ่มต้นด้วยการกราบสติปัฏฐาน ก่อนเดิน ก่อนนั่ง และก่อนนอน เพื่อเป็นการรักษาสมาธิและสติให้ตั้งมั่น ทุกครั้ง ก่อนการปฏิบัติในอริยาบถใด อริยาบถหนึ่ง ถือว่าเป็นการไหว้ครู หรือกราบพระรัตนตรัยก่อน

การกำหนดกราบ เป็นการฝึกปฏิบัติในหมวดอริยาบถในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งพระพุทธตรัสไว้ว่า “ยถา ยถา วา ปนสฺส กายโย ปณฺหิตโธ โหติ, ตถา ตถา หนํ ปชานาติ” เธอตั้งกายไว้ด้วยกิริยาท่าทางอย่างใด ๆ ก็รู้ชัดกิริยาท่าทางอย่างนั้นๆ^{๑๔}

ผู้ปฏิบัติจะต้องนั่งคุกเข่า สันเท้าราบกับพื้นทั้งชายและหญิง(เพราะใช้เวลาในการกราบนาน) เอามือขวาซ้ายวางคว่ำไว้ที่เข่าขวา-ซ้าย แล้วค่อย ๆ พลิกฝ่ามือขึ้นที่ละข้าง โดยพลิกข้างขวาก่อน พร้อมทั้งกำหนดด้วยสติว่า “พลิกหนอ ๆ” โดยจะต้องเอาจิตเข้าไปรู้ด้วยว่า กำลังพลิกฝ่ามือ เสร็จแล้วให้ยกมือข้างขวาชูขึ้นช้า ๆ พร้อมทั้งกำหนดว่า “ขึ้นหนอ ๆ” เมื่อยกมาถึง ออกก็ให้กำหนดว่า “ถูกหนอ ๆ” ต่อจากนั้นเริ่มพลิกมือข้างซ้าย ทำเช่นเดียวกับข้างขวา ยกมือทั้งสองขึ้นพนมกันไว้ระหว่างอก แล้วยกขึ้นจรดที่หน้าผากระหว่างคิ้วทั้งสอง เมื่อเวลาจรดที่ระหว่างคิ้ว แล้วลดมือลงมาตั้งไว้ระหว่างอก โดยกำหนดว่า “ลงหนอ ๆ” ต่อจากนั้น ก้มหลังลงเล็กน้อยพร้อมกับกำหนดว่า “ก้มหนอ ๆ” แล้วเอามือขวาลงก่อนกำหนดว่า “ลงหนอ ๆ” เมื่อถูกที่พื้นกำหนดว่า “ถูกหนอ ๆ” พลิกฝ่ามือคว่ำลงกำหนดว่า “คว่ำหนอ ๆ” แล้วเอามือซ้ายตามกำหนดแบบเดียวกัน ระดับมือห่างกัน ๔ นิ้ว แล้วก้มศีรษะลง กำหนดว่า “ก้มหนอ ๆ” เมื่อศีรษะจรดพื้น กำหนดว่า “ถูกหนอ ๆ” โดยมีนิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างอยู่ระหว่างคิ้ว ต่อจากนั้น นั่งสงบอยู่ในอาการนั้น แล้วน้อมจิตเจริญพุทธานุสสติ ใช้เวลาประมาณ ๒ – ๕ นาที แล้วกำหนดจิต “อยากขึ้นหนอ” เวลาเงยก็กำหนดว่าเงยหนอ ๆ ต่อจากนั้นก็กราบแบบเดิมอีก ๒ ครั้ง

^{๑๔} ที่.ม. (บาลี) ๑๐/๓๕/๒๖๐-๑.

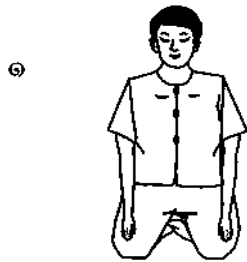
แบบกราบ ๓๘ ท่า



แบบนี้กราบชาย

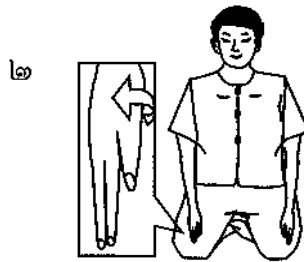


แบบนี้กราบหญิง



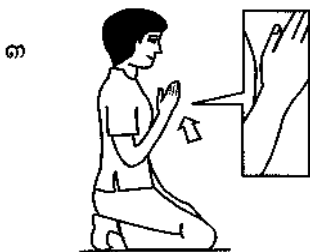
๑

นั่งหอน นั่งหอน นั่งหอน



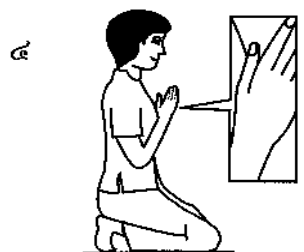
๒

พลิกหอน พลิกหอน พลิกหอน



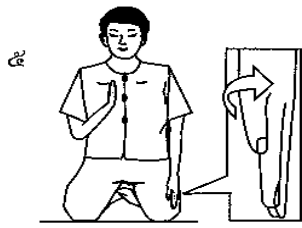
๓

ขึ้นหอน ขึ้นหอน ขึ้นหอน

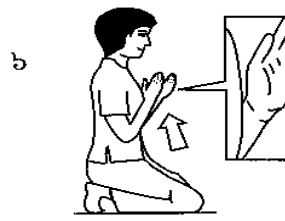


๔

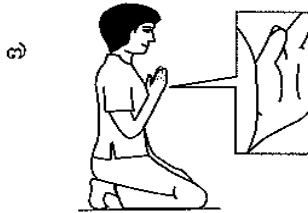
ถูหอน ถูหอน ถูหอน



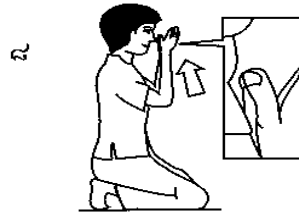
พลิกหนอ พลิกหนอ พลิกหนอ



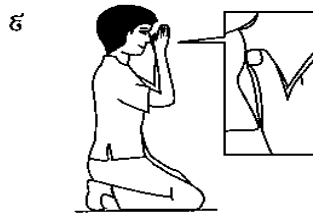
ขึ้นหนอ ขึ้นหนอ ขึ้นหนอ



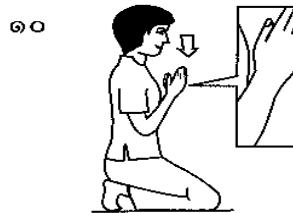
ถูกลงหนอ ถูกลงหนอ ถูกลงหนอ



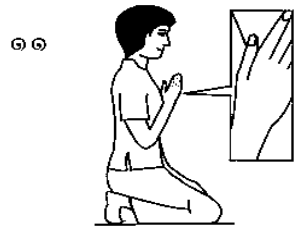
ขึ้นหนอ ขึ้นหนอ ขึ้นหนอ



ถูกลงหนอ ถูกลงหนอ ถูกลงหนอ



ลงหนอ ลงหนอ ลงหนอ



อุกหนอ อุกหนอ อุกหนอ



กัมหนอ กัมหนอ กัมหนอ



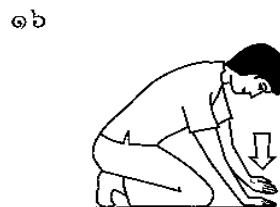
ลงหนอ ลงหนอ ลงหนอ



อุกหนอ อุกหนอ อุกหนอ

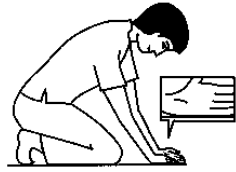


คว่าหนอ คว่าหนอ คว่าหนอ



ลงหนอ ลงหนอ ลงหนอ

๑๗



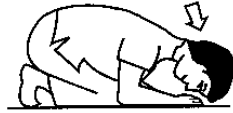
ดุกหนอ ดุกหนอ ดุกหนอ

๑๘



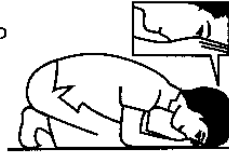
คว่าหนอ คว่าหนอ คว่าหนอ

๑๙



กั่มหนอ กั่มหนอ กั่มหนอ

๒๐



ดุกหนอ ดุกหนอ ดุกหนอ

๒๑



เงยหนอ เงยหนอ เงยหนอ

๒๒



พลิกหนอ พลิกหนอ พลิกหนอ

๒๓



ขึ้นเหนือ ขึ้นเหนือ ขึ้นเหนือ

๒๔



ถูกเหนือ ถูกเหนือ ถูกเหนือ

๒๕



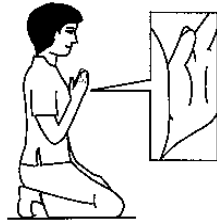
พลิกเหนือ พลิกเหนือ พลิกเหนือ

๒๖



ขึ้นเหนือ ขึ้นเหนือ ขึ้นเหนือ

๒๗



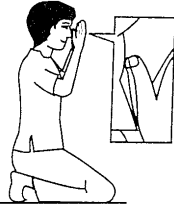
ถูกเหนือ ถูกเหนือ ถูกเหนือ

๒๘



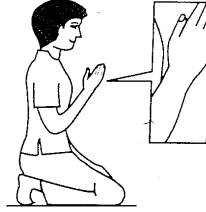
ขึ้นเหนือ ขึ้นเหนือ ขึ้นเหนือ

๒๙



ถูกัน ถูกัน ถูกัน

๓๐



ลงลง ลงลง ลงลง

๓๑



ถูกัน ถูกัน ถูกัน

การกราบครั้งที่ ๒
และครั้งที่ ๓
ทำแบบเดียวกันกับ
ครั้งที่ (๑-๓๑)
ครั้งที่ ๓ จึงต่อด้วย
๓๒-๓๓

๓๒



ลงลง ลงลง ลงลง

๓๓



ถูกัน ถูกัน ถูกัน



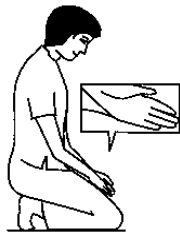
๓๔

คว่ำหน้า คว่ำหน้า คว่ำหน้า



๓๕

ลงหน้า ลงหน้า ลงหน้า



๓๖

ถูหน้า ถูหน้า ถูหน้า

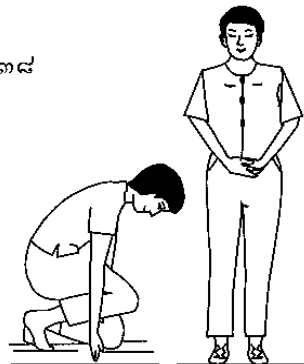


๓๗

คว่ำหน้า คว่ำหน้า คว่ำหน้า

เมื่อจะยืนให้ใช้มือทั้งสอง
ยันพื้น แล้วค่อยๆ ยืนขึ้น
แล้วกำหนดว่า
ยืนหนอ ยืนหนอ ยืนหนอ
จนกว่าจะยืนเสร็จ

๓๘



หมายเหตุ ขณะกราบควรจะหลับตามกราบจะดีมาก และให้ทำซ้ำ ๆ ให้อาหลาย ๆ
หนอ ตั้งแต่ ๕-๑๐ หนอขึ้นไปจึงจะดี สติตามรู้อาการเคลื่อนไหวของมือและลำตัว ต้องสนใจใส่
ใจสิ่งรอบๆ ตัวเรา ไม่ต้องสนใจว่าจะเสียเวลาไปเท่าไร เพราะขณะเรากราบพระอยู่ ก็ถือว่าเป็น
การปฏิบัติธรรมเหมือนกัน ได้สติสมาธิ ปัญญา และกันก็เลสได้เหมือนกัน

๕.๓.๒ วิธีกำหนดในอิริยาบถยืน

การยืนกำหนด เป็นการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ในหมวดว่าด้วยอิริยาบถซึ่งพระพุทธเจ้า ตรัสไว้ว่า “จิตฺวา จิตฺมฺหิตฺติ ปชานาติ” ผู้ปฏิบัติ ยืนอยู่ ก็มีสติกำหนดรู้ว่ายืนอยู่^{๑๖}

เมื่อยืนขึ้นแล้วให้กำหนดยืนหนอ ๆ ๆ เพื่อใช้สติพิจารณารูปยืนให้ชัดเจน วางเท้า ช้ายและเท้าขวาชิดปลายเท้าเสมอกันห่างกันเล็กน้อย มือทั้งสองไขว้หลังหรือกุมไว้ด้านหน้า เอาฝ่ามือขวาจับมือซ้าย ศีรษะตั้งตรง ทอดสายตาไปเบื้องหน้า ๑ วาหรือ ๔ ศอก การยืนตัวตรง เป็นลักษณะของการตั้งตรงของร่างกาย จัดเป็นสภาวะตั้งของวาโยธาตุ^{๑๗} การกำหนดอิริยาบถ ยืนนั้นเพราะอาศัยจิตเกิดขึ้นว่า เราจะยืน จิตนั้นทำให้เกิดวาโยธาตุ ๆ ทำให้เกิดความ เคลื่อนไหว การทรงตัวตั้งขึ้นตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นมาถึงปลายผมเป็นที่สุด อันเกิดจากจิตปรุงแต่ง จิตรู้สึกถึงอาการยืน โดยกำหนดบริกรรมว่า ยืนหนอ ๆ ให้รู้ลักษณะของสภาวะอาการของรูป ยืน กับคำบริกรรมภาวนาต้องพร้อมกัน

วิธีปฏิบัติ

๑. ยืนตัวตรง ยึดตัวตรง ไม่โยกตัว ศีรษะตรง ไม่โยกศีรษะ
๒. ลำคอตรง หน้าตรง ไม่เงยหน้าหรือก้มหน้าให้มากไป
๓. เท้าทั้ง ๒ ห่างกันเล็กน้อย ประมาณ ๒๐ เซนติเมตร และให้เท้าเสมอกัน
๔. ยืนให้ขาทั้ง ๒ ข้างตรงยืนอย่างมั่นคง ยืนอย่างสำรวจ
๕. กายส่วนบนและส่วนล่างตั้งตรง และนิ่ง
๖. ทอดแขนหรือปล่อยแขนทั้ง ๒ ลง โดยไม่ยกหรือชูขึ้น
๗. มือไขว้กันไว้ด้านหน้าหรือด้านหลัง มือขวาจับข้อมือซ้ายเบา ๆ
๘. ทอดสายตาลงพื้นห่างจากปลายเท้าประมาณ ๔ ศอกหรือ ๑ วา จะหลับตาก็ได้
๙. สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ เอาสติจับความรู้สึกตั้งแต่ปลายผม ไส้ลงไป(สแกน)จนถึง



ปลายเท้า รวดเดียว พร้อมกับบริกรรมส่ำทับลงไปซ้ำ ๆ ว่า “ยืน..หนอ” จากนั้นกำหนดจับ ความรู้สึกกลับขึ้นมาจากปลายเท้า ขึ้นไปถึงปลายผม พร้อมกับบริกรรมว่า “ยืน..หนอ” ปฏิบัติ ดังนี้อย่างน้อย ๓ เที้ยว จนกว่าร่างกายและจิตใจนิ่งสงบ ถ้ายังไม่สงบ ก็ให้ภาวนาต่อไปจนกว่า จะสงบ จึงจะกำหนดรู้จิตที่คิดจะเดิน “อยากเดินหนอ” ต่อไป

๑๐. สำหรับผู้ปฏิบัติถึงญาณที่ ๔ แล้ว(อุทฺทปฺพยญาณ) ให้แบ่งช่วยการกำหนด ยืนออกเป็น ๓ ช่วง ตั้งแต่ปลายผม ถึงราวนม ๑ ช่วง ตั้งแต่ราวนม ถึงขาอ่อน ๑ ช่วง ตั้งแต่ขา

^{๑๖} ที.มหา.(บาลี) ๑๐/๓๗๕/๓๒๓

^{๑๗} พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน. แปลโดย พระคันธ สาราภิวงศ์, หน้า ๗๗.

อ่อน ถึงปลายเท้า ๑ ช่วง ทุกช่วงบริกรรมเหมือน ๆ กันว่า “ยืนหนอ” แล้วกำหนดกลับขึ้นมา เช่นเดิม และเมื่อกำหนดจนชำนาญแล้ว ให้เพิ่มการสังเกตอาการดับของจิตที่เพ่งรู้อาการยืนในแต่ละช่วง ที่ดับไปพร้อม ๆ กับคำบริกรรมในแต่ละช่วงนั้นด้วย ปฏิบัติดังนี้อย่างน้อย ๓ เทียว จึงจะกำหนดรู้จิตที่คิดจะเดิน “อยากเดินหนอ” ต่อไป

๕.๓.๓ วิธีกำหนดในอิริยาบถเดินจงกรม

การกำหนดยืน กำหนดเดิน และกำหนดเหลียวกลับ เป็นการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ในหมวดว่าด้วยอิริยาบถซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสว่า “จิตฺต วา จิตฺตมฺหิตฺติ ปชานาติ”^{๑๔} เมื่อยืนอยู่ก็กำหนดรู้ว่า “ยืนอยู่” “คจฺจนฺโต วา คจฺจนามิตฺติ ปชานาติ”^{๑๕} เมื่อเดินอยู่ ก็กำหนดรู้ว่า “เดินอยู่”

เมื่อเดินจงกรม ไป-ยืน-กลับ ก็เป็นการเจริญสติปัฏฐานในหมวดสัมปชัญญะปัฏพระซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “อภิกฺกนฺเต ปฏิกฺกนฺเต สมปชานการี โหติ”^{๑๖} เป็นผู้ทำความรู้ตัวทั่วพร้อม ในการก้าวไปข้างหน้า ในการถอยกลับข้างหลัง

เมื่อเริ่มเดิน พึงตั้งกายให้ตรง ยึดตัวให้ตรง ลำคอตั้งตรง ไม่ก้มหน้าหรือเงยหน้า ทอดสายตาลงข้างหน้า ไม่ควรจ้องพื้นที่จุดใดจุดหนึ่ง จากนั้นกำหนดอาการเคลื่อนไหวขยับมือ ข้ายาวงไว้ตรงท่อน้อย และกำหนดขยับมือขวมาจับข้อมือซ้ายเบา ๆ แยกเท้าทั้งสองห่างกันพอสมควร ไม่เกร็งไม่ฝืน เมื่อพร้อมที่จะเดินแล้วให้กำหนดรู้ที่รูปยืนหรือทำยืนว่า “ยืนหนอ ๆ ๆ” ไม่ควรเดินให้เท้าชิดเพราะทำให้การทรงตัวไม่สมดุลกัน ขณะเดินจะต้องสำรวจตา ตามองไปข้างหน้าประมาณ ๒ เมตรหรือ ๑ วา ไม่ควรเหลียวหรือหวังสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เพราะจะทำให้ขาดสติการกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์และเกิดความคิดฟุ้งซ่าน ผู้ปฏิบัติพึงจดจ่ออาการเคลื่อนไหวโดยละเอียด ตั้งแต่ยกเท้าขึ้นจนกระทั่งเหยียบเท้าลง ตามรู้ทันอาการเคลื่อนไหวที่ค่อย ๆ เคลื่อนจากระยะหนึ่งไปสู่ระยะหนึ่ง มีความสมบูรณ์ และแม่นยำในการกำหนดพยายามสังเกตอาการเบาที่เกิดขึ้นเมื่อยกย่างเท้าออกไป พยายามสังเกตดูอาการหนักที่เกิดขึ้นเมื่อเหยียบเท้าลง ควรให้เวลาการเดินจงกรมมากกว่าการนั่งกัมมัฏฐาน เพื่อให้การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐานชัดเจนยิ่งขึ้น

ขณะเดิน ให้ใส่ใจในอาการเคลื่อนไหวของเท้าอย่างเดียว การเดินระยะแรกให้กำหนดว่า “ขวาย่างหนอ ซ้าย่างหนอ” ก่อนเดินให้จิตจดจ่ออยู่ที่เท้าขวา ขณะที่ยกเท้าขวาให้กำหนดรู้พร้อมกับคำว่า “ขวา” เมื่อเคลื่อนเท้าออกไปให้กำหนดพร้อมกับคำว่า “ย่าง” เมื่อเท้าสัมผัสพื้นให้กำหนดรู้พร้อมกับคำว่า “หนอ” แล้วเอาจิต จดจ่อที่เท้าซ้าย ขณะที่ยกเท้าซ้ายให้กำหนดรู้ว่า “ซ้าย” ขณะเคลื่อนเท้าออกไปให้กำหนดพร้อมกับคำว่า “ย่าง” เมื่อเท้าสัมผัสพื้นให้กำหนดรู้พร้อมกับคำว่า “หนอ” สลับกันไปเช่นนี้เรื่อย ๆ การเดินให้เดินอย่างช้า ๆ พร้อมกับ

^{๑๔} ที.มหา.(ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙

^{๑๕} ที.มหา.(ไทย) ๑๐/๓๗๖/๒๕๐

การกำหนด เดินไปจนสุดทางแล้วเดินกลับ เมื่อเดินไปสุดทางแล้ว หยุดกำหนดรู้ที่รูปยืนหรือทำยืน แล้วกำหนดรู้จิต “อยากกลับหนอ” กำหนดอิริยาบถกลับดังนี้

๑. กำหนดยืนเสร็จแล้ว ตั้งสติไว้ที่เท้าขวา และกำหนดว่า กลับ ให้ยกเท้าขวาขึ้น นิดหนึ่งแล้ว หมุนไปทางขวามือ

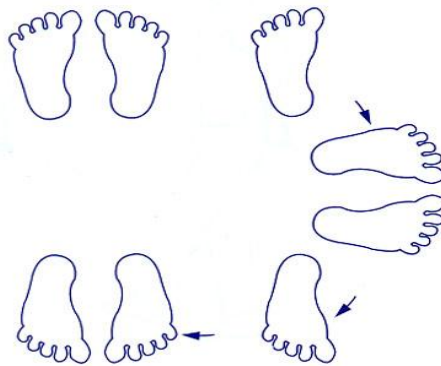
๒. ขณะกำหนดว่า หนอ ให้ค่อย ๆ วางปลายเท้าลงแนบกับพื้น

๓. ขณะกำหนดว่า กลับ ให้ยกเท้าซ้ายขึ้นนิดหนึ่ง แล้วหมุนไปทางเท้าขวา

๔. ขณะกำหนดว่า หนอ ให้ค่อย ๆ วางเท้าซ้ายลงกับพื้นเคียงเท้าขวาให้ทำอย่างนี้จนตรงทางเดิน แล้วกำหนดว่า ยืนหนอ ๓ ครั้ง จึงกำหนดเดินกลับทาง เดิมต่อไป

๕. ขณะกลับตัว สติให้อยู่ที่อาการหมุนกลับของเท้า หรืออยู่ที่ร่างกายที่กำลัง หมุนกลับอยู่ก็ได้

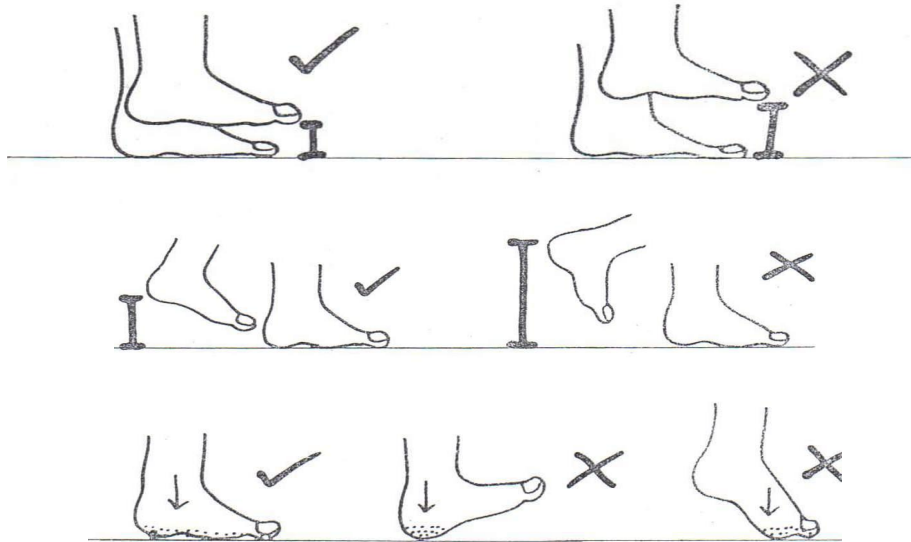
๖. การกำหนดกลับ จะกลับกี่ครั้งก็ได้ แต่อย่างน้อยไม่ควรต่ำกว่า ๓ คู่ (๖ ครั้ง)
(ดูรูปตัวอย่างข้างล่าง)



ข้อควรเว้นขณะเดินจงกรม^{๒๐}

๑. ไม่ควรหลับตา หรือสอดสายสายตาเพื่อหาอารมณ์
๒. ไม่ควรก้มหน้ามากเกินไป หรือจดจ้องดูสัญญาณของเท้า
๓. ไม่เชิดหน้า หรือเดินแกว่งแขน
๔. ไม่เกร็งตัวและเท้าหรือขามากจนเกินไปในขณะที่เดิน
๕. ไม่ก้าวเท้ายาว ไม่ยกเท้าสูง
๖. ไม่เพ่งสัญญาณบัญญัติของเท้า ไม่ควรกำหนดพอง-ยุบ ในขณะที่เดินอยู่
๗. ไม่ควรพูดออกเสียงภาวนาหรือห้ามทำมุบมิบปากภาวนาว่าขว้างหนอ ฯลฯ

^{๒๐} พระมหาทองม้น สุทรจิตโต, คู่มือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (เชียงใหม่: ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาถนัง เลอณิง เฉลิมราช ๖๐ ปี, ๒๕๕), หน้า ๕๔.



ข้อยกเว้นบางกรณีขณะที่เดินจงกรม

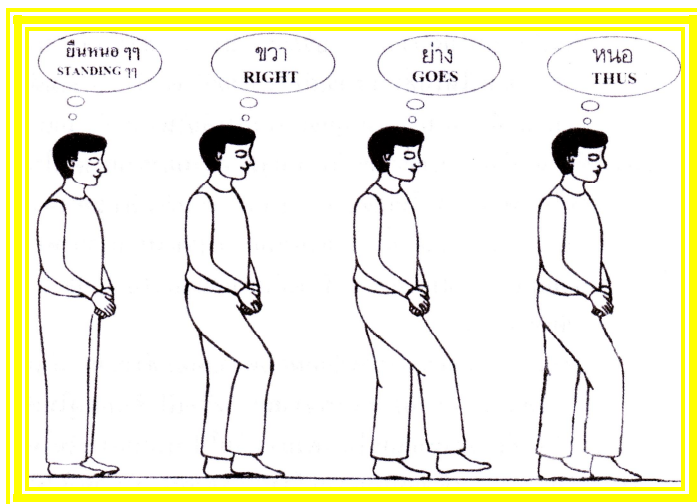
๑. เดินเร็วๆ เพื่อแก้อาการง่วง
๒. เดินช้ามากๆ เพื่อให้จิตเป็นสมาธิและมีสติรู้สึกจดจ่ออยู่กับอาการเคลื่อนไหว
๓. ออกเสียงบริกรรมด้วยวาจา เป็นการฝึกให้รู้วิธีปฏิบัติเท่านั้น(เริ่มต้น)
๔. เดินมองชมธรรมชาติเพื่อแก้สภาวะบางอย่าง เช่น แก้สภาวะความตึงเครียด

๑) วิธีเดินจงกรม ๑ จังหวะ

กำหนดอาการยืนก่อนอย่างน้อย ๓ ครั้ง หรือจนกว่ากายและใจสงบระงับ ทอดสายตา ลงพื้น ประมาณ ๑ วา แต่ไม่เกิน ๔ เมตร จากนั้นกำหนดสติรู้ที่เท้าที่ก้าวไปอย่างเป็นจังหวะ ต่อเนื่อง^{๒๑} กำหนดภาวนาว่า “ขวาย่างหนอ ซ้าย่างหนอ” คำบริกรรมภาวนาให้พร้อมกับ อาการเคลื่อนไหวของเท้า พอดีกัน

การเดินในระยะที่ ๑ อาจใช้เวลา ๓ วัน หรือมากกว่านั้นแล้วแต่เหตุปัจจัยของแต่ละบุคคล การเพิ่มระยะเดิน ต้องคำนึงถึงสภาวะญาณที่หยั่งรู้รูปนามตามความเป็นจริง คือ สามารถแยกรูป-นามได้(นามรูปปริเจตญาณ)อย่างชัดเจน จึงจะเพิ่มระยะของการเดินและการ กำหนดให้ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจวิธีการปฏิบัติ จากนั้นก็นำไปปฏิบัติอย่างต่อเนื่องจนกระทั่ง เกิดญาณหยั่งรู้ด้วยตนเอง

^{๒๑} ขุ.ม.(ไทย) ๒๗/๒๓๖, ๒๕๗, ๗๐๑, ๗๗๑/๑๓๖, ๑๔๗, ๓๒๔, ๔๘๔.



วิธีปฏิบัติ

๑. เอาสติตั้งไว้ที่เท้าขวา กดเท้าซ้ายไว้ให้แน่น
๒. กำหนดว่า ขวา พร้อมกับค่อย ๆ ยกเท้าขวาขึ้นจากพื้นช้า ๆ จนปลายเท้าพ้นจากพื้นประมาณ ๒-๓ นิ้ว
๓. กำหนดว่า ย่าง พร้อมกับค่อย ๆ ยกเท้าไปข้างหน้า จนสันเท้าขวาเลยปลายเท้าซ้ายประมาณ ๒-๓ นิ้ว
๔. กำหนดว่า หนอ พร้อมกับค่อย ๆ วางฝ่าเท้า ลงแนบกับพื้นทั้งฝ่าเท้า ให้เท้าซ้าย ๆ เหมือนคนป่วยหนัก จะเคลื่อนแต่ละทีก็ต้องทำช้า ๆ
๕. คำกำหนด และสติที่รู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า ต้องไปพร้อมกันไม่ก่อนไม่หลังกว่ากัน โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องหลังสู่เบื้องหน้า
๖. เท้าซ้ายก็ให้โยคิกำหนดเช่นเดียวกับเท้าขวา โดยให้กำหนดว่า ซ้ายย่างหนอ (ให้มีสติรู้ว่า...นี่อาการขวาอย่าง หรืออาการซ้ายอย่าง)
๗. ขณะเดินจงกรมอยู่ ถ้ามีอาการอื่นแทรกเข้ามา และเป็นอาการที่ชัดเจนให้หยุดเดิน แล้วตั้งสติกำหนดอาการนั้น ๆ จนหายไป จึงกลับมากำหนดที่อาการเดินต่อไป ไม่ควรเดินไปด้วยกำหนดอาการอื่นไปด้วย หรือกำหนดเพียง ๓ ครั้ง ทั้งนี้เพื่อต้องการจะให้เห็นความเกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปของอาการนั้น ๆ
๘. เวลาเดินจงกรมอย่าเกร็งตัว ให้ปล่อยตัว ตามสบาย แต่จิตใจให้ใส่ใจอยู่ที่การเคลื่อนไหวของเท้าทุกขณะ ตั้งแต่เริ่ม จนวางเท้าลงกับพื้น
๙. เท้าเคลื่อนไหวไป สติตามกำหนดรู้อาการของเท้าทุกขณะ นี่คือ หลักของการเดินจงกรม

ข้อควรระวังขณะเดินจงกรม

๑. ขณะกำหนดคำว่า ขวา เท้าต้องยกขึ้นจากพื้น และขณะกำหนดว่า ขวาท้ายจะต้องเคลื่อนไปข้างหน้า ขณะกำหนดว่า หนอ ฝ่าเท้าควรลงถูกพื้นพร้อมกับทั้งสันเท้าและปลายเท้า
๒. อย่าหลับตาเดิน ให้หรีตาลงครึ่งหนึ่ง ส่วนสายตาให้ทอดลงพื้นประมาณ ๔ ศอก (ไม่เพ่งดูพื้น ให้ดูเฉย ๆ แบบสบาย ๆ)
๓. ไม่สอดสายตามองดูรอบ ๆ ตัว อย่าสนใจสิ่งรอบตัว ให้สนใจเฉพาะแต่อาการเคลื่อนไหวของเท้าเท่านั้น
๔. อย่ายกเท้าสูงเกินไป อย่าก้าวยาวเกินไป อย่าเดินเร็ว
๕. อย่าก้มดูเท้า ให้ส่งแต่ความรู้สึกไปจับที่อาการเคลื่อนไหวของเท้า แต่ละขั้นตอนของการก้าวอย่างละเอียด ให้รู้ ต้น กลาง ปลาย
๖. ถ้าวาง ให้เดิน ๑ ระยะเร็ว ถ้าปรกติให้เดินช้า ๆ เหมือนคนป่วย เพื่อสติจะได้ตามดูอาการของกายได้ทัน
๗. ถ้าหากต้องการเปลี่ยนแขน ให้หยุดเดิน แล้วกำหนดต้นจิตก่อนว่า อยากเปลี่ยนหนอ แล้วจึงค่อยเปลี่ยน ให้กำหนดรู้ตามอาการเคลื่อนไหวทุกอย่าง อย่าให้ขาดสติ
๘. ให้ตามรู้อาการของเท้าทุกระยะ ตั้งแต่เริ่มต้นจนสิ้นสุดการเคลื่อนไหว ต้น กลาง ปลาย เป็นตอน ๆ ไป ไม่ให้หลุดออกเสียงให้ว่าในใจ
๙. ขณะเดินอยู่ ถ้าเผลอจิตคิดไปข้างนอก, ได้ยินเสียง, ได้กลิ่น เป็นต้น ให้หยุดยืนเท้าชิดกัน ตั้งสติกำหนดไปที่อารมณ์นั้น ๆ ว่า คิดหนอ, เห็นหนอ, ได้ยินหนอ, ได้กลิ่นหนอ ฯลฯ จนกว่าอารมณ์นั้น ๆ จะหาย แล้วกลับมาเดินจงกรมต่อไป อย่าเดินไปด้วยกำหนดไปด้วยจะเป็นสองอารมณ์

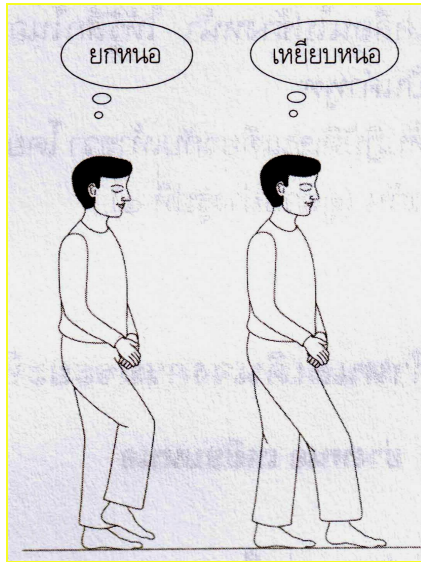
๒) วิธีเดินจงกรม ๒ จังหวะ

เมื่อเดินจงกรม ๑ จังหวะมาพอสมควรแล้ว ประมาณ ๓๐ นาที หรือเผลอคิด เผลอมอง น้อยลงแล้ว จึงเพิ่มจังหวะการกำหนดเดินเป็น ๒ ระยะ คือ “ยกหนอ เขยิบหนอ”

กำหนดอาการยืนก่อนอย่างน้อย ๓ ครั้ง เมื่อกายและใจพร้อมที่จะเดิน เอาจิตไปกำหนดอาการยกของเท้าซ้ายหรือขวาข้างใดข้างหนึ่ง เอาใจใส่ที่อาการเคลื่อนไหวของการยกและการเขยิบ การเดินจงกรมในระยะนี้บางท่านมีความรู้สึกว่ามี อึดอัด ไม่เป็นธรรมชาติ วิปัสสนาจารย์บางท่าน จึงแนะนำให้ผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานผ่านไปเดินในระยะที่ ๓ ซึ่งในความเป็นจริงแล้ว ถ้าใส่ใจพิจารณา(โยนิโสมนสิการ) ก็จะค้นพบธรรมชาติอย่างวิเศษของการเดินในระยะนี้ เห็นลักษณะของการยืดหยุ่น การผ่อนคลายในขณะที่ยก อย่างเขยิบ ส่วนระยะเวลาของการเดิน ไม่แน่นอนถ้าถือตามหลักเกณฑ์จริงๆ โยคีจะต้องเกิดญาณหยั่งรู้เหตุปัจจัยของรูป-นาม (ปัจจัยปริคคหญาณ) เสียก่อนจึงจะเพิ่มระยะของการเดินให้ การเดินจงกรมระยะนี้ มีสิ่งที่เพิ่มเข้ามาก็คือ การกำหนดรู้ต้นจิตคือคำว่า จิตอยาก ในที่นี้ไม่ใช่อยากที่เป็น

ตัณหา แต่หมายความว่าจิตอยากที่จะยก แต่ยังไม่ยก จิตก็เป็นกุศลในการกำหนดเจริญสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นการบำเพ็ญเพียร^{๒๒} เพื่อละอุปาทานขั้นที่ ๕ ส่วนใหญ่นิยมกำหนดจิตอยากก่อน จะเดิน ๓ ครั้ง เช่น อยากรยกหนอ อยากรยกหนอ. อยากรยกหนอ อยากรยกหนอ. แล้วค่อยยกเท้าขึ้น ยกหนอ อยากรเหยียบหนอ แล้วถึงจะกำหนดทันทีว่า เหยียบหนอ จิตอยากยกเป็นเหตุ อาการยกเป็นผล อยากรเหยียบเป็นเหตุ อาการเหยียบเป็นผล บางครั้งรูปเป็นเหตุ จิตเข้าไปรับรู้รูปเป็นผล จากนั้นก็เดินจงกรมระยะ ๓ สลับกับการนั่งสมาธิต่อเนื่องกันไปตลอดสาย

ยกหนอ, เหยียบหนอ.^{๒๓}



วิธีปฏิบัติ :

๑. ตั้งสติไว้ที่เท้าขวา กอดเท้าซ้ายไว้ให้แน่น
๒. ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ กำหนดพร้อมกับอาการยกของเท้าว่า ยก เมื่ออาการยกสิ้นสุดลงกำหนดว่า หนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน (ไม่กำหนดแยกคำ)
๓. ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้น กำหนดพร้อมกับอาการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่า เหยียบ เมื่ออาการเหยียบสิ้นสุดลง กำหนดว่า หนอ โดยรู้อาการเคลื่อนไหวเท้า จากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง
๔. เท้าซ้ายก็ปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา

^{๒๒} ม.อ.(ไทย) ๑๔/๒๕๖-๒๕๗, ๔๖๕, ๑๕๓-๑๕๔, ๒๓๘.: อัง.ป.(ไทย) ๒๔/๑๔/๑๖-๒๑.

^{๒๓} พระมหาทองม่น สุทธิจิตโต, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๗.

๓) วิธีเดินจงกรม ๓ จังหวะ

เมื่อเดินจงกรม ๒ จังหวะ เห็นรูปเห็นนามบ้างแล้ว(คือ หยุดกำหนดทุกครั้งเมื่อได้ยินเสียง , ลมพัดมาถูกตัว, หรือความคิดนึกปรากฏขึ้น) ต่อไปเพิ่มการกำหนดเป็น ๓ จังหวะ ให้เอาสติไปจดจ่อที่อาการยกขึ้นของเท้า รู้ลักษณะของการยกเท้า เข้าจะงอเล็กน้อย สันเท้าปลายเท้าจะยกขึ้นพร้อมๆ กัน สูงระดับข้อเท้า(ตาตุ่ม) จากนั้นเคลื่อนเท้าไปข้างหน้าช้าๆ ถ่ายน้ำหนักตัวแต่พอดี เมื่อสิ้นสุดการก้าวอย่างแล้วให้วางเท้าลงสู่พื้นอย่างช้าๆ กำหนดสติพร้อมกับ การสิ้นสุดของการเหยียบ ไม่ก่อนหรือหลัง นักปฏิบัติที่กำหนดเดินจงกรมระยะนี้ต้องพิจารณาว่า รูป-นามที่กำหนดอยู่นี้ มีลักษณะไม่เที่ยง(อนิจจตา) ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ บีบคั้นทั้งภายในและภายนอก(ทุกขตา) มีลักษณะไม่ใช่ตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้(อนตตา) การเดินจงกรมในระยะที่ ๓ นี้ ผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานจะได้ตระหนักรู้สภาวะลักษณะ คืออาการเกิด-ดับของอารมณ์ที่กำหนดขณะเดิน คอยสังเกตพิจารณาว่า อาการเดินเป็นรูป จิตรู้เป็นนาม

ขณะเดินอยู่ ถ้าเผลอจิตคิดไปข้างนอก , ได้ยินเสียง, ได้กลิ่น เป็นต้น ให้หยุดยืนเท้าชิดกัน ตั้งสติกำหนดไปที่อารมณ์นั้น ๆ ว่า คิดหนอ, เห็นหนอ, ได้ยินหนอ, ได้กลิ่นหนอ ฯลฯ จนกว่าอารมณ์นั้น ๆ จะหาย แล้วกลับมาเดินจงกรมต่อไป อย่าเดินไปด้วยกำหนดไปด้วย จะเป็นสองอารมณ์ ๗ วันแรกควรเดินจงกรมเพียง ๓ จังหวะนี้ให้ชำนาญก่อน อย่าเพิ่งเพิ่มเป็นจังหวะที่ ๔

ยกหนอ, ย่างหนอ, เหยียบหนอ^{๒๔}



วิธีปฏิบัติ

๑. ตั้งสติไว้ที่สันเท้าขวา ที่จะยก

^{๒๔} พระมหาทองม้วน สุทธิจิตโต, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๗.

๒. ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ กำหนดพร้อมกับอาการยกของเท้าว่า ยกหนอ (ให้ยกฝ่าเท้าขึ้นตรง ๆ) โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน

๓. ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนไปข้างหน้า กำหนดพร้อมกับอาการเคลื่อนไปของเท้าว่า อย่างหนอ ให้สิ้นสุดอาการอย่างหยุดลงพร้อมกับคำบริกรรม

๔. ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้น กำหนดพร้อมอาการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่า เหยียบหนอ โดยการกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง

๕. ในการกำหนดเดินทุกระยะ ให้เอาสติไว้ที่อาการเคลื่อนไหวของเท้า ไม่ใช่เอาไว้ตรงส่วนใดส่วนหนึ่งที่เป็นรูปร่างสัญญาณ เช่นที่ปลายเท้า ที่สันเท้า หรือที่อุ้งเท้าเป็นต้น โดยความเป็นจริงให้ตามรู้อาการของเท้าเท่านั้น

๖. เท้าซ้ายก็ปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา โดยให้กำหนดว่า ยกหนอ อย่างหนอ เหยียบหนอ

ผู้ปฏิบัติควรเดินจงกรม ๑ ระยะก่อน พอเริ่มรู้สึกว่เท้าเบาและสามารถรับรู้สภาวะปรมาตถ์ ได้แก่อาการเคลื่อนไหวของเท้าได้ชัดเจนไม่รู้สึกรู้ว่ามีสัญญาณของเท้าแล้วจึงเพิ่มระยะของการเดินให้ละเอียดขึ้นตามลำดับ ถ้ารู้สึกว่าการเดินจงกรม ๑ ระยะยังไม่ค่อยดี คือตามรู้อาการเคลื่อนไหวไม่ชัดเจน ไม่ควรเพิ่มระยะการเดิน เพราะไม่มีสติตามรู้อาการเคลื่อนไหวนั้นๆ จิตที่หยาบจะรับรู้อารมณ์หยาบ จิตที่ละเอียดจะรับรู้อารมณ์ที่ละเอียด เมื่อจิตยังหยาบอยู่ควรกำหนดรู้ อารมณ์หยาบ คือการเดินจงกรมระยะต้นๆ ถ้าจิตละเอียดผู้ปฏิบัติควรเพิ่มระยะการเดินจงกรมให้ละเอียดขึ้น

๔) วิธีเดินจงกรม ๔ จังหวะ

การเพิ่มการกำหนดเดินเป็น ๔ จังหวะนี้ เหมาะสำหรับผู้ที่มีอินทรีย์แก่กล้า สามารถรักษามัลลังก์หนึ่งได้ครบ ๑ ชั่วโมงทุกบัลลังก์

เมื่อกำหนดยืนจนพร้อมที่จะเดินแล้ว ย่อมเป็นไปไม่ได้ที่เท้าจะก้าวเดินไปโดยที่จิตไม่จะคิดจะเดินก่อน ฉะนั้น กำหนดรู้ต้นจิต^{๒๕} ก่อนเดินทุกครั้งว่า "อยากเดินหนอ" ๓ ครั้งแล้ว จากนั้นก็เอาใจใส่อาการยกสัน โดยกำหนดว่า "ยกสันหนอ" ลักษณะของการยกสันไม่ควรยกสูงจนเลยตาตุ่มขึ้นไป จากนั้นตามดูอาการเคลื่อนไหวของการยกเท้ากำหนดว่า "ยกหนอ" ลักษณะของการยกเท้าให้กระดูกปลายเท้าขึ้นอย่างช้าๆ จากนั้นให้เคลื่อนเท้าไปข้างหน้าอย่างช้าๆ กำหนดว่า "อย่างหนอ" จากนั้นวางเท้าลง สติจดจ่อที่อาการเคลื่อนไหวขณะที่เท้าแนบชิดกับพื้น และสิ้นสุดลงกำหนดว่า "เหยียบหนอ"

^{๒๕} ดร.ภททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุผู้มีคุณธรรมจริยะ, : วิปัสสนาธุระ, กรุงเทพมหานคร ครั้งที่ ๗ (๒๕๓๖,) หน้า ๑๓๓-๑๓๘.

ขณะเดินอยู่ ถ้าเผลอจิตคิดไปข้างนอก , ได้ยินเสียง, ได้กลิ่น เป็นต้น ให้หยุดยืนทำ
ชิตกัน ตั้งสติกำหนดไปที่อารมณ์นั้น ๆ จนกว่าอารมณ์นั้น ๆ จะหาย แล้วกลับมาเดินจงกรม
ต่อไป



วิธีปฏิบัติ

๑. ตั้งสติไว้ที่ส้นเท้าขวา ที่จะยก
๒. ขณะยกเท้าขึ้น (ปลายเท้ายังติดพื้นอยู่) กำหนดพร้อมกับการยกว่า ยกส้น
หนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของส้นเท้า
๓. ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ ให้กำหนดพร้อมกับการยกของเท้าว่า ยกหนอ โดย
กำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน
๔. ขณะที่เท้าเคลื่อนไปข้างหน้า กำหนดพร้อมกับการเคลื่อนไปของเท้าว่า ย่าง
หนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องหลังไปสู่เบื้องหน้า
๕. ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้น กำหนดพร้อมกับการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่า เหยียบ
หนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง
๖. เท้าซ้ายก็ปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา

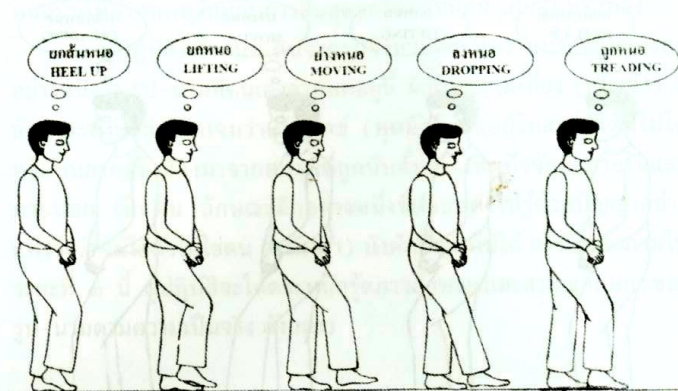
๕) วิธีเดินจงกรม ๕ จังหวะ

เมื่อกำหนดรู้การยืนและต้นจิต ๓ ครั้งแล้ว จากนั้นกำหนดรู้การยกขึ้นของส้น
เท้า เขาจะอนินทหนอย โดยตั้งใจเอาสติกำหนดรู้ที่อาการยกส้น พยายามกำหนดให้ทันกับ
อาการเคลื่อนไหว อย่าให้ก่อนหรือหลัง จากนั้นค่อย ๆ กระดกปลายเท้าขึ้นอย่างช้า ๆ กำหนด
อาการเคลื่อนไหวนั้น เมื่อการยกส้นสุดลง ให้เคลื่อนเท้าไปข้างหน้าจิตจดจ่อที่อาการเคลื่อนไป

ข้างหน้าอย่างเชื่องช้านั้น เสร็จแล้วค่อยๆ ปล่อยเท้าลงไปเล็กน้อยแต่ยังไม่ถูกพื้น โดยเท้าจะชนากับพื้นในขณะที่เท้าเคลื่อนที่ลงไป จากนั้นวางเท้าแนบกับพื้นพร้อมกับกำหนดว่า "ถูกหนอ" ให้พอดีกันไม่ให้ถูกก่อนหรือหลังเพราะจะไม่ได้สมาธิหรือ ทันปัจจุบัน

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๕ (ยกส้นหนอ, ยกหนอ, ย่างหนอ, ลงหนอ, ถูกหนอ)^{๒๖}

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๕



คำบริกรรม: ยกส้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ลงหนอ ถูกหนอ

วิธีปฏิบัติ :

๑. ตั้งสติไว้ที่ส้นเท้าขวา ที่จะยก
๒. ขณะยกเท้าขึ้น (ปลายเท้ายังติดพื้นอยู่) กำหนดพร้อมกับอาการยกว่า ยกส้นหนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของส้นเท้า
๓. ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ ให้กำหนดพร้อมกับรู้การยกของเท้าว่า ยกหนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน
๔. ขณะที่เท้าเคลื่อนไปข้างหน้า กำหนดพร้อมกับอาการเคลื่อนไปของเท้าว่า ย่างหนอ โดยการกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องหลังไปสู่เบื้องหน้า
๕. ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้น กำหนดพร้อมอาการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่าเหยียบหนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง
๖. ขณะเท้าถูกพื้นฝ่าเท้า กำหนดพร้อมอาการถูกว่า ถูกหนอ โดยกำหนดรู้อาการสัมผัสของฝ่าเท้าที่ถูกกับพื้น
๗. เท้าซ้ายก็ให้โยคีปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา

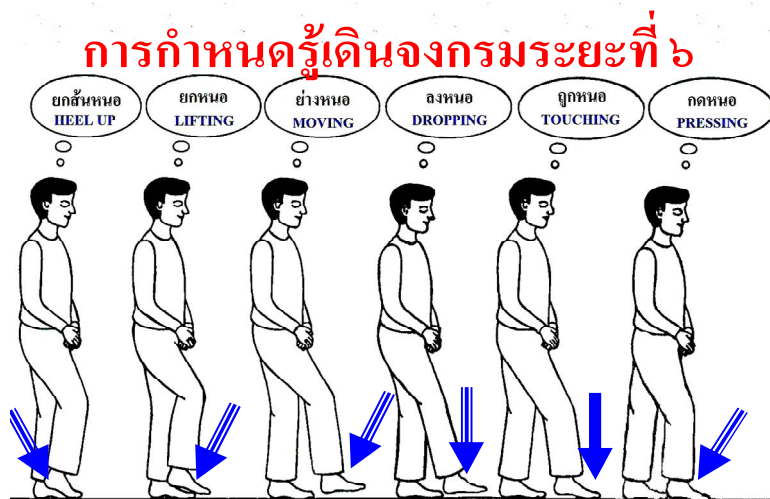
^{๒๖} พระมหาทองม้วน สุทฺธจิตฺโต, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๒.

๖) วิธีเดินจงกรม ๖ จังหวะ

เมื่อกำหนดรู้อาการยืนและต้นจิตเป็นที่เรียบร้อยแล้วนักปฏิบัติก็ตั้งใจจดจ่อที่อาการยกส้นขึ้นอย่างช้าๆ พร้อมกับกำหนดว่า "ยกส้นหนอ" จากนั้นกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของปลายเท้าที่ขึ้นอย่างช้าๆ กำหนดว่า "ยกหนอ" เมื่อเคลื่อนเท้าไปข้างหน้ากำหนดว่า "ย่างหนอ" ต่อจากนั้นกำหนดรู้อาการปล่อยเท้าลงอย่างช้าๆ กำหนดว่า "ลงหนอ" หยุด นิดหนึ่งเท้าจะขนานกับพื้นแต่ยังไม่ถูกพื้น จากนั้นให้กำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของปลายเท้าที่ค่อยๆ เคลื่อนลงไปจนกระทั่งถูกพื้น แต่ส้นเท้ายังไม่ถูกพื้นกำหนดว่า "ถูกหนอ" ต่อไปก็ให้เอาสติไปจนจ่อที่อาการเคลื่อนไหวของส้นเท้าที่ค่อยๆ ปล่อยลงไปอย่างเชื่องช้า จนกระทั่งถึงพื้นพร้อมกับกำหนดว่า "กดหนอ" หรือจะปล่อยเท้าลงอย่างช้าๆ จนถูกพื้น โดยกำหนดว่า "ถูกหนอ" ขณะที่กดเท้าลงไปก็พื้นให้กำหนดอาการกดพร้อมกับบริกรรมว่า "กดหนอ" ดังนี้

- (๑) "ยก..ส้น..หนอ.." ให้ยกส้นเท้าขึ้นจากพื้น ระดับตาตุ่ม
- (๒) "ยก...หนอ..." ให้ยกปลายเท้าขึ้นจากพื้น
- (๓) "ย่าง...หนอ..." ให้เคลื่อนเท้าไปข้างหน้าอย่างช้า ๆ
- (๔) "ลง...หนอ..." ให้ลดเท้าลงครึ่งเดียว
- (๕) "ถูก...หนอ..." ให้วางปลายเท้าลงแตะพื้น
- (๖) "กด...หนอ..." ให้กดส้นเท้าลงกับพื้นพอดี

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๖ (ยกส้นหนอ, ยกหนอ, ย่างหนอ, ลงหนอ, ถูกหนอ, กดหนอ)^{๒๗}



วิธีปฏิบัติ :

- ๑. ตั้งสติไว้ที่ส้นเท้าขวา ที่จะยก

^{๒๗} พระมหาทองมั้น สุทรจิตโต, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๓ .

๒. ขณะยกเท้าขึ้น (ปลายเท้ายังติดพื้นอยู่) กำหนดพร้อมกับการยกว่า ยกขึ้น หนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของส้นเท้า

๓. ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ ให้กำหนดพร้อมกับการยกของเท้าว่า ยกหนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน

๔. ขณะที่เท้าเคลื่อนไปข้างหน้า กำหนดพร้อมกับการเคลื่อนไปของเท้าว่า หนอ โดยการกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้า จากเบื้องหลังไปสู่เบื้องหน้า

๕. ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้น(แต่ยังไม่ถึงพื้น) กำหนดพร้อมกับการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่า ลงหนอ โดยกำหนดรู้อาการลดลงของฝ่าเท้า จากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง

๖. ขณะปลายเท้าแตะถูกพื้น กำหนดพร้อมกับการถูกว่า ถูกหนอ โดยกำหนดรู้อาการสัมผัสของปลายเท้าที่ถูกกับพื้น

๗. ขณะกดส้นเท้าลงแนบกับพื้น กำหนดพร้อมกับการกดว่า กดหนอ โดยกำหนดรู้อาการกดลงของปลายเท้า

๘. เท้าซ้ายก็ปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา

ประโยชน์ของการเดินจงกรม^{๒๘} ๕ อย่าง ๑) เป็นผู้อดทนต่อการเดินทางไกล, ๒) เป็นผู้อดทนต่อการบำเพ็ญเพียร ๓) เป็นผู้มีความอดทนน้อย, ๔) อาหารที่กิน ดื่มน้ำ เคี้ยว ลิ้มแล้ว ย่อมย่อยง่าย, ๕) สมานิติที่ได้จากการเดินจงกรมย่อมตั้งอยู่ได้นาน

๕.๓.๔ วิธีกำหนดในอิริยาบถหนึ่ง

การนั่งกำหนดอาการpong-อาการยุบของท้อง เป็นการปฏิบัติสติปัฏฐานในหมวดว่า ด้วยสัมปชัญญะปัพพะและธาตุมนสิการปัพพะซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร^{๒๙}ว่า

“นีสิตติ ปลุลงกั อากุชิตฺวา, อุชฺฐิ กายํ ปณิธาย, ปริมุขํ สตี อูปภูจฺเจตฺวา”^{๓๐} นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ตั้งสติไว้เฉพาะหน้า

“นินฺนิโน วา นินฺนิโนมฺหีติ ปชานาติ” เมื่อนั่งอยู่ ก็กำหนดรู้ว่านั่งอยู่”

“กาเย กายานุปสฺสึ วิหฺรติ” ฝ่าตามดูภายในกายอยู่

“ปฺปน จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ นินฺนิเน ตฺถเนหิภาเว สมฺปชานการี โหติ” ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุ ทำความรู้สึกตัวในการนั่ง ในการนั่ง”

^{๒๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน. แปลโดย พระคณธรรมาภิวังศ์, หน้า ๙๐. ตูรายละเอียด.อง.ปัญญาจก.(ไทย)๒๒/๒๙/๒๕.

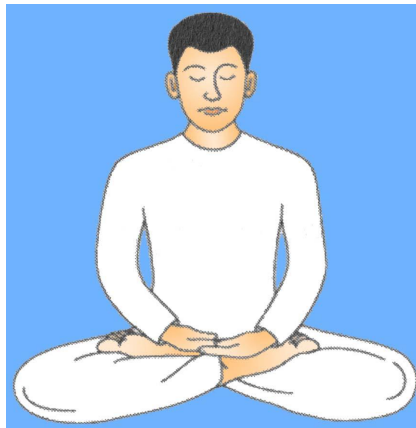
^{๒๙} วิ.มหา.(บาลี) ๑/๑๖๕/๙๖, วิ.มหา.(ไทย) ๑/๑๖๕/๑๓๗.

^{๓๐} ที่.มหา.(ไทย)๑๐/๓๗๔/๒๔๘

นั่งจัดเป็นอิริยาบถหนึ่ง เช่นเดียวกับอิริยาบถยืนและอิริยาบถนอน ลักษณะของการนั่ง คือกายส่วนบนตั้งตรงไว้ และกายส่วนล่างขัดकु้ไปตามลักษณะของท่าหนึ่งแต่ละท่า สิ่งที แสดงออกให้เราทราบว่เรานั่งอยู่ในลักษณะใดนั้น ก็คือ “อยู่ที่ท่าทางของการนั่ง”

ท่าการนั่งภาวนามี ๓ แบบ คือ^{๑๑}

๑. ท่าหนึ่งแบบคู้บัลลังก์ หรือนั่งขัดสมาธิ (full-lotus position) คือวิธีนั่งคู้เข้าทั้งสองข้างให้แนบลงที่พื้น แล้วเอาขาไขว้กันทับฝ่าเท้า ท่าหนึ่งแบบนี้นิยมมากในอินเดียเหมาะสำหรับ ผู้เจริญสมถกัมมัฏฐาน มีน่องขาเล็ก^{๑๒}



๒. ท่าหนึ่งแบบช้อนขา(half-lotus position) คือวิธีนั่งคล้ายแบบแรกแต่ใช้ขาขวาวางซ้อนทับขาซ้าย การนั่งท่านี้นิยมโดยทั่วไปในประเทศไทย เหมาะสำหรับผู้เจริญสมถกัมมัฏฐาน มีน่องขาใหญ่^{๑๓}

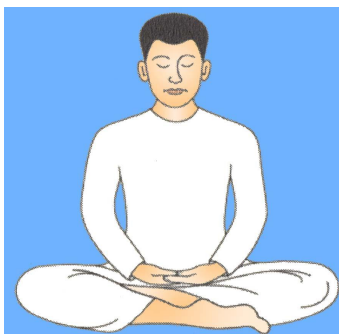


^{๑๑} พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย

^{๑๒} พระมหาทองมั่น สุทฺธิจิตฺโต, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๖.

^{๑๓} พระมหาทองมั่น สุทฺธิจิตฺโต, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๗.

๓. **ท่าหนึ่งแบบเรียงขา (easy position)** คือวิธีนั่งคล้ายข้างต้นแต่จะวางขาเรียงกันกับพื้นให้ขาขวาไว้ด้านนอก ขาซ้ายอยู่ด้านใน การนั่งแบบนี้นิยมมากในประเทศพม่า มีข้อดีคือ จะส่งผลให้เกิดทุกขเวทนาช้าเพราะไม่ได้ทับขาไว้เหมือนการนั่งซ้อนขา



การปฏิบัติในอิริยาบถหนึ่งเป็นการปฏิบัติที่ต่อเนื่องมาจากอิริยาบถกราบ ฉะนั้น เมื่อกราบสติปัฏฐานเสร็จเรียบร้อยแล้ว ฟังกำหนดอาการเคลื่อนไหวเข้าสู่อิริยาบถหนึ่ง ดังนี้

- | | | |
|----------------------------------|----------|-------------------------------|
| ๑. ขณะนั่งอยู่ | กำหนดว่า | นั่งหนอ ๆ ๆ |
| ๒. ขณะยกตะโพกขึ้น | กำหนดว่า | ยกหนอ ๆ ๆ |
| ๓. ขณะขยับเท้าไขว้กัน | กำหนดว่า | ขยับหนอ ๆ ๆ ไขว้หนอ ๆ ๆ |
| ๔. ขณะนั่งทับลงไป | กำหนดว่า | ลงหนอ ๆ ๆ |
| ๕. ขณะขยับดึงเท้าออกมา | กำหนดว่า | ขยับ, ดึงหนอ ๆ ๆ |
| ๖. ขณะยกมือขวา-ซ้ายไว้บนหน้าเข่า | กำหนดว่า | ยกหนอ, มาหนอ, ลงหนอ, คุกหนอ |
| ๗. ขณะยึดตัวขึ้นตั้งตัวตรง | กำหนดว่า | ยึดหนอ ๆ ๆ, ตั้งหนอ |
| ๘. ขณะหลับตา | กำหนดว่า | หลับ(ตา) หนอ |
| ๙. ขณะยกมือขวามาไว้บนตัก | กำหนดว่า | พลิกหนอ, มาหนอ, ลงหนอ, คุกหนอ |
| ๑๐. ขณะยกมือขวามาไว้บนตัก | กำหนดว่า | พลิกหนอ, มาหนอ, ลงหนอ, คุกหนอ |

ต่อจากนี้ส่งจิตไปที่หน้าท้องกำหนดอาการพองยุบของท้องต่อไป

การกำหนดสติตามระลึกในร่างกาย พระพุทธองค์ตรัสไว้ในคัมภีร์มหาสติปัฏฐาน หมวดอิริยาบถว่า “ยถา ยถา วา ปนสฺส กาโย ปณฺหิตโต โหติ, ตถา ตถา หนํ ปชานาติ”^{๓๔} กายของโยคี ดำรงอยู่โดยอาการใด ๆ ก็กำหนดรู้กายนั้นโดยอาการนั้น ๆ^{๓๕} อาการพอง-ยุบ เป็นอาการที่ปรากฏตามธรรมชาติของร่างกายที่ยังมีลมหายใจอยู่ โยคีผู้ปฏิบัติธรรมพึงใช้อาการนั้นเป็นฐานแห่งการเจริญสติ มีลำดับและวิธีการปฏิบัติ ดังนี้

^{๓๔} ที.มหา. (บาลี) ๑๐/๓๕/๒๖๐-๑.

^{๓๕} ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

วิธีนั่ง

๑. นั่งขัดสมาธิ (ควรงั่งแบบเรียงขา) ตั้งกายตรง คอตรง แต่ไม่เกร็ง
๒. พังความรู้สึกไปที่อาการเคลื่อนไหวของท้อง
๓. จิตใจจดจ่อและแนบชิดที่อาการขึ้นๆ ลงๆ ของท้องพอง-ยุบ
๔. วางจิตกำหนดที่ตรงสะดือขณะที่กำหนดควรหลับตา
๕. ใช้จิตเพียรดูอาการเคลื่อนไหวบริเวณท้อง โดยที่ปล่อยให้ท้องเคลื่อนไหวไปเองตามธรรมชาติ ไม่บีบบังคับ
๖. ขณะที่ท้องพองขึ้นกำหนด บริกรรมในใจ ว่า "พองหนอ"
๗. ขณะที่ท้องแฟบลงกำหนด บริกรรมในใจ ว่า "ยุบหนอ"
๘. จิตที่รู้อาการพอง - ยุบ กับคำบริกรรม และสติที่ระลึกควรให้พร้อมกัน

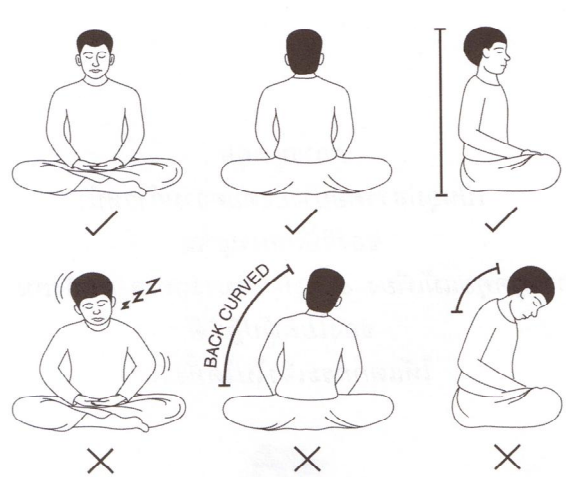
สิ่งที่พึงเว้นขณะนั่งกำหนด

๑. ไม่นั่งตัวงอ เอนเอียง หรือก้มศีรษะ (เว้นแต่มีสภาพร่างกายเป็นเช่นนั้น)
๒. ไม่เปล่งเสียงหรือบ่นพึมพำในขณะกำหนดอาการพอง - ยุบ
๓. ไม่ควรลืมตาเพื่อสอดส่ายหาอารมณ์ภายนอก
๔. ไม่ควรพยายามเคลื่อนไหวร่างกายบ่อยจนเกินไป
๕. ไม่ควรนั่งฟังแก้อ้อ พนักพิง เส้า (เว้นกรณีแก้สภาวะหรือที่จำเป็นจริงๆ)
๖. ไม่ควรนำคำบริกรรมที่ไม่ตรงตามสภาวะธรรมที่เป็นจริงมาใช้
๗. ไม่ควรบังคับลมหายใจเข้า - ออก เพื่อหวังจะกำหนดอาการพอง - ยุบ

ข้อห้ามขณะนั่งกำหนด^{๓๖}

๑. ห้ามเคลื่อนไหวขณะที่นั่งสมาธิ (นั่งนิ่งๆ)
๒. ห้ามลืมตา เพื่อสอดส่ายสายตา หาอารมณ์ภายนอก
๓. ห้ามนั่งตัวงอ ตัวเอียง พิงฝา-เส้า นั่งท้าวแขนหรือก้มศีรษะ
๔. ห้ามเปล่งเสียงหรือบ่นพึมพำในขณะนั่งภาวนาพองหนอ-ยุบหนอ
๖. ห้ามบังคับลมหายใจเข้า - ออกแรงๆ หรือยาว, (ซึ่งผิดธรรมชาติ)

^{๓๖} พระมหาทองม้วน สุทฺถจิตฺโต, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๓.



ผู้ปฏิบัติที่กำหนดอาการพอง - ยุบ ได้ยากควรกระทำ ดังนี้

การปฏิบัติธรรมควรเดินจงกรมก่อน แล้วกลับมานั่งสมาธิทุกครั้ง เพราะการเดินจงกรมส่งผลให้เกิดสมาธิเร็ว สมาธิอยู่ได้นานกว่าการนั่งกรรมฐาน ในขณะที่ย่อตัวลงนั่งพึงกำหนดรู้สภาวะย่อตัวโดยปริกรรมว่า ลงหนอๆ พึงกำหนดรู้สภาวะการเคลื่อนไหวของกายทุกขณะๆอิริยาบถที่มีการเคลื่อนไหว กำหนดจิตรู้ว่า รูปนี้ ภาวนาว่า นั่งหนอๆ จิตแนบแน่นอยู่กับอาการปรากฏทางกาย กำหนดรู้สึกตัวทั่วพร้อมสม่ำเสมอ “นั่งหนอ นั่งหนอ”^{๓๗} จากนั้น..

๑. ต้องนั่งตัวตรง หลังตรง หายใจตามปกติ ไม่ตะเบ็งท้อง
๒. ใช้ฝ่ามือทาบที่หน้าท้อง จะรู้สึกถึงอาการขึ้นลงของท้องชัดเจน
๓. ในตอนแรก ให้รู้อาการพองยุบก็พอ ยังไม่ต้องใส่คำกำหนด
๔. ถ้าพองยุบชัดดีแล้ว จึงใส่คำกำหนดตามอาการ ถ้าใส่ หนอ ไม่ทันพองขึ้นมาก่อน ก็ไม่ต้องใส่ กำหนดเพียง “พอง-ยุบ” ก็พอ ถ้าอาการพองยุบปกติแล้ว ต้องใส่หนอทุกครั้ง เพื่อเพิ่มกำลังสมาธิและคั่นรูปนาม
๕. ถ้าพองยุบยังไม่ชัด ให้นอนลงเอามือทาบไว้ที่หน้าท้อง ก็จะมีอาการพองยุบได้ชัดเจน แล้วค่อยลุกขึ้นนั่งกำหนดใหม่
๖. ถ้ายังหาไม่เจออีก ให้เปลี่ยนฐานไปกำหนด นั่งหนอ ถูกหนอ แทนก็ได้ หรือ อารมณ์ไหนชัดเจนก็ตั้งสติกำหนดอารมณ์นั้น ก็ได้

^{๓๗} ดร.ภททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานจริยะ, : วิปัสสนาธุระ, กรุงเทพมหานคร โรงพิมพ์ c.๑๐๐ designco.,L T D.ครั้งที่ ๗(๒๕๓๖,) หน้า ๑๓๓-๑๓๙.

กำหนดพอง/ยุบไม่ได้ เพราะเคยปฏิบัติอานาปานสติมาก่อน

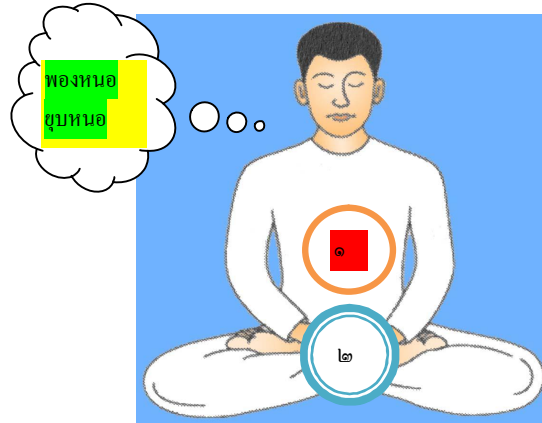
๑. นั่งขัดสมาธิตามแบบที่ตนชอบ
๒. กำหนด นั่งหนอ พร้อมทำความรู้สึกตัวว่า ตนกำลังนั่งอยู่ คือ รู้อาการที่ตัวนั่งอยู่
๓. ขณะกำหนดรูปนั่ง ไม่ให้ตามดูรูปพรรณสัณฐาน เช่น ศีรษะ คอ หรือขา ส่วนใดส่วนหนึ่ง ให้กำหนดรู้อาการนั่งเท่านั้น
๔. กำหนดว่า ถูกหนอ พร้อมส่งความรู้สึกถูกต้อง ไปที่ก้นย่อียด้านขวา (หรือตรงที่กายสัมผัสชัดเจนส่วนใดส่วนหนึ่ง)
๕. ไม่ต้องสนใจลมหายใจหรืออาการพองยุบ เพราะนั่งหนอ ถูกหนอไม่เกี่ยวกับลมหายใจ หรืออาการพองยุบ
๖. นั่งหนอ ถูกหนอ จะใช้ต่อเมื่อกำหนดอาการพองยุบไม่ชัดเจนหรือพองยุบไม่มี
๗. ขณะที่กำหนด นั่งหนอ ถูกหนอ คำบริกรรมและความรู้สึกในอาการนั่ง และอาการถูก ต้องไปพร้อมกัน ไม่ท่องแต่ปากเท่านั้น ต้องรู้อาการด้วย
๘. ต้องกำหนดให้ได้จังหวะพอดี ไม่เร็วเกินไป ไม่ช้าเกินไป ให้เป็นธรรมชาติ
๙. สำหรับผู้ที่เคยทำ อานาปานสติ (กำหนดลมหายใจมาก่อน) ถ้ากำหนดพองยุบไม่ได้ ให้กำหนดนั่งหนอ ถูกหนอไปก่อน แล้วค่อยกลับมากำหนดพองยุบทีหลัง
๑๐. ถ้าพองยุบปกติ ให้กำหนดว่า พองหนอ ยุบหนอ ถ้าพองยุบเร็ว ขึ้นมาใส่ “หนอ” ไม่ทัน ให้กำหนดว่า พอง ยุบ ถ้าพองยุบเร็วมากกำหนดไม่ได้ ให้กำหนดว่า รู้หนอ ๑

ประโยชน์ของการนั่งตัวตรง

๑. ทำให้อาการพองยุบปรากฏชัดเจน
๒. ไม่ปวดหลัง ไม่ปวดเอว ไม่ปวดศีรษะ เลือดลมเดินสะดวกดี
๓. ทำให้วิริยะความเพียรกับสมาธิเสมอกัน
๔. ไม่่วงนอน นั่งได้นาน

เมื่อปฏิบัติดังกล่าวนี้ เห็นรูป เห็นนามชัดขึ้นแล้ว อินทรีย์พอกพูนขึ้นตามลำดับ อาการพอง-อาการยุบของวาโยธาตุในท้องก็จะเปลี่ยนแปลงไป ตามลำดับ จึงต้องเพิ่มการกำหนดไปตามลำดับขั้นเช่นกัน ดังนี้

๑) วิธีนั่งกำหนด ๒ ระยะ



การปฏิบัติควรเลือกนั่งสมาธิในท่าที่ตนเองถนัด จากนั้นให้วางมือซ้อนกัน นิ้วหัวแม่มือชิดกัน นั่งตั้งกายให้ตรง หลังตาลงเบาๆ จากนั้นให้กำหนดสติรู้อาการพอง – ยุบ

๑. สติตามระลึกรู้อาการตั้งแต่ท้องเริ่มพองก็กำหนดว่า พอง..หนอ อาการสุดพองกับคำปริกรรมว่า “หนอ” สูดลงพอดีกัน ไม่ก่อนไม่หลัง

๒. ถ้าท้องเริ่มยุบก็กำหนดว่า ยุบ...หนอ อาการสุดยุบกับคำปริกรรมว่า “หนอ” สูดลงพอดีกัน ไม่ก่อนไม่หลัง

๓. ถ้าพองยุบไม่มี หรือไม่ชัดเจน ให้กำหนด นั่งหนอ, คุกหนอ แทนพองยุบ

๔.. นั่งหนอ สติรู้อาการนั่ง (คืออาการคู้ของขาและการตั้งตรงของลำตัว) คุกหนอ สติรู้อาการคุกต้องสัมผัส (ที่กันย้อยด้านขวา, ซ้าย)

๕. ในขณะที่นั่งกำหนดอยู่ ถ้ามีอาการอื่น ๆ ที่ชัดเจนแทรกเข้ามา เช่น ปวด ได้ยินเห็นภาพนิมิต สงสัย เปื่อ เป็นต้น ให้หยุดกำหนดพองยุบไว้ก่อน แล้วตั้งสติกำหนดอารมณ์ที่ใหม่ จนอารมณ์นั้น ๆ ดับไป จางไป แล้วค่อยกลับมากำหนดอาการพองยุบ หรือนั่ง-คุกต่อไป

วิธีกำหนดอารมณ์ที่แทรกเข้ามาในขณะที่นั่งสมาธิ

- | | |
|--------------------------------|------------------------|
| ๑. ขณะที่จิตคิด/ฟุ้ง กำหนดว่า | คิดหนอ/ฟุ้งหนอ ๆ ๆ |
| ๒. ขณะที่เกิดเวทนา กำหนดว่า | ปวด/เจ็บ/เมื่อยหนอ ๆ ๆ |
| ๓. ขณะที่เห็นภาพนิมิตกำหนดว่า | เห็นหนอ ๆ ๆ |
| ๔. ขณะง่วง กำหนดว่า | ง่วงหนอ ๆ ๆ |
| ๕. ขณะได้ยินเสียง กำหนดว่า | ได้ยินหนอ ๆ ๆ |
| ๖. ขณะรู้สึกร้อน/หนาว กำหนดว่า | ร้อน/หนาวหนอ ๆ ๆ |
| ๗. ขณะรู้สึกโกรธ กำหนดว่า | โกรธหนอ ๆ ๆ |
| ๘. ขณะรู้สึกเปื่อ กำหนดว่า | เปื่อหนอ ๆ ๆ |
| ๙. ขณะรู้สึกหงุดหงิด กำหนดว่า | หงุดหงิดหนอ ๆ ๆ |

- ๑๐. ขณะร้องไห้ กำหนดว่า ร้องไห้หนอ ๆ ๆ
- ๑๑. ขณะเสียใจ กำหนดว่า เสียใจหนอ ๆ ๆ
- ๑๒. ขณะรู้สึกหิว กำหนดว่า หิวหนอ ๆ ๆ
- ๑๓. ขณะรู้สึกรำคาญกำหนดว่า รำคาญหนอ ๆ ๆ
- ๑๔. ขณะสงสัย กำหนดว่า สงสัยหนอ ๆ ๆ
- ๑๕. ขณะรู้สึกขี้เกียจ กำหนดว่า ขี้เกียจหนอ ๆ ๆ
- ๑๖. ขณะรู้สึกชอบใจ กำหนดว่า ชอบใจหนอ ๆ ๆ
- ๑๗. ขณะรู้สึกไม่ชอบใจ กำหนดว่า ไม่ชอบใจหนอ ๆ ๆ

๑๘. ความรู้สึกใด ๆ ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น โยคีต้องกำหนดตาม ความรู้สึกนั้น ๆ จนหาย จึงเปลี่ยนไปกำหนดอารมณ์อื่น ๆ เพื่อให้เห็นความเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปของอารมณ์นั้น ๆ อย่างกำหนดเพียง ๓ ครั้ง

๑๙. ถ้ามีสภาวะธรรมอื่น ๆ เกิดขึ้น เช่น อากาการบีติ ตัวยอก ตัวมุข คันตามไบหน้า ให้ทิ้งพองยุบ แล้วกำหนดสภาวะธรรมนั้น ๆ จนหาย จึงกลับมากำหนดอาการพองยุบหรือนั่งถูก

๒๐. เวลาตื่นนอนใหม่ ๆ และในเวลาหลังรับประทานอาหารแล้ว ควรเดินจงกรม ก่อนที่จะนั่งทุกครั้ง จะทำให้ไม่โง่งมงาย กำหนดได้ดี

๒๑. ถ้าอาการพองยุบเร็ว ใส่หนอไม่ทัน ก็ไม่ต้องใส่ ถ้าเร็วจนกำหนดไม่ได้ ให้กำหนดว่า รู้หนอ ๆ ๆ หมายถึงรู้อาการพองยุบที่เร็วนั้น

๒๒. อาการทางกาย และความรู้สึกบางอย่างทางใจ ที่ไม่สามารถจะบรรยายออกมา เป็นคำพูดได้ ให้กำหนดว่า รู้หนอ ๆ ๆ

๒๓. การกำหนดต้องให้ได้จังหวะ ไม่เร็วหรือช้าเกินไป และให้กำหนดที่ละอารมณ์ ไม่ให้กำหนดพร้อมกัน หรือกำหนดที่ละหลาย ๆ อารมณ์

๒) วิธีหนึ่งกำหนด ๓ ระยะ

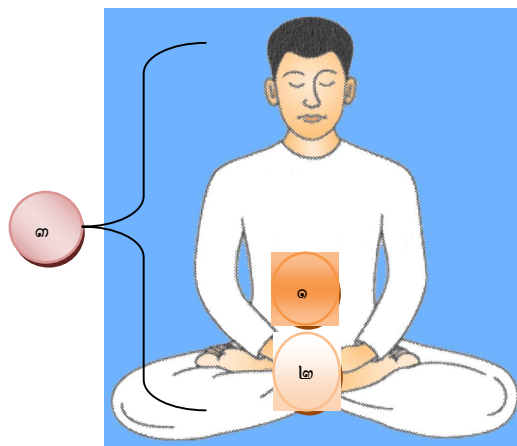
เมื่อกำหนดอาการพองหนอ – ยุบหนอ จนเกิดความชำนาญจิตเป็นสมาธิแล้ว สติที่เห็นอาการพอง-อาการยุบก็จะแจ่มชัดขึ้นตามลำดับ จนสังเกตเห็นอาการพอง-ยุบได้ชัดเจนตั้งแต่ ต้นพอง-กลางพอง-สุดพอง, ตั้งแต่ต้นยุบ-กลางยุบ-สุดยุบ อาการแจ่มชัดเช่นนี้จะปรากฏอยู่พักหนึ่ง.. จากนั้นอาการพองยุบก็จะแปรปรวนไป

บางคนพอง-ยุบจะค่อย ๆ เบาลง ค่อย ๆ สั่นลง จนเห็นอาการไม่ชัด ให้เปลี่ยนมา กำหนดนั่งหนอ-ถูกหนอแทน

บางคนพอง-ยุบเร็วขึ้น แต่สั่นลง จนรู้สึกอึดอัด ให้ตัดคาบปริกรรมให้สั่นลง โดยไม่ต้องใส่ “หนอ” ปริกรรมเพียง “พอง-ยุบ” หากพอง-ยุบสั้นและเร็วมากๆ ให้กำหนดว่า “รู้หนอ ๆ ๆ ๆ” จนกว่าอาการนั้น ๆ จะหายไป

บางคนพอง-ยุบ ชัดดี แต่ช้า และเป็นข้อๆ ตอน ๆ ให้กำหนดไปตามอาการที่เห็นนั้น เช่น พองหนอ-พองหนอ-พองหนอ, ยุบหนอ,ยุบหนอ,ยุบหนอ

บางคนพอง-ยุบปกติดี แต่รู้สึกว่ามีอาการพองมากขึ้น สุดยุบ-สุดพองเห็นไม่ค่อยชัด นั้นเป็นเพราะว่าอาการยุบ กับอาการพองมีช่องว่างที่ขาดจากกัน โยคีพึงสังเกตุให้ชัด ถ้าเป็นช่องว่างที่ไม่ห่างนัก ให้เพิ่มคำบริกรรมรู้อาการที่ว่างนั้นว่า “รู้หนอ” คือ รู้ว่าอาการพองหรืออาการยุบหนึ่ง หรือยุบไปแป๊บหนึ่ง แต่ถ้าหากช่วยที่ สุดพอง-สุดยุบนั้นหนึ่งไปนาน คือสุดพองแล้ว ก็ยังค้างอยู่ไม่ยุบ หรือสุดแล้วแล้วก็ยังค้างอยู่ไม่พอง ให้โยคีเพิ่มการกำหนดเป็น ๓ ระยะ



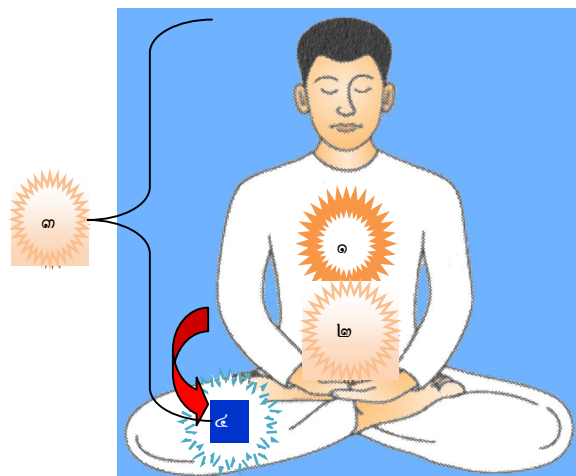
(๑. พองหนอ, ๒. ยุบหนอ, ๓. นิ่งหนอ)

คือ เพิ่มบริกรรมว่า “นิ่งหนอ” โดยกำหนดสติระลึกพิจารณากายหนึ่ง สภาวะรูปหนึ่ง สลับกันไป คือ พองหนอ, ยุบหนอ, นิ่งหนอ, กำหนดอย่างต่อเนื่อง จนจิตมีความแนบแน่นเป็นอารมณ์ จิตรู้ถึงอาการพอง จิตรู้ถึงอาการยุบ จิตรู้ถึงอาการรูปหนึ่ง สามารถแยกความรู้สึกออกจากกันได้ จนจิตเริ่มเป็นสมาธิที่มีกำลังมากขึ้น แล้วอาจารย์ก็จะเพิ่มปรับวิธีะ ให้ในการกำหนดเพิ่มระยะขั้นต่อไป

๓) วิธีหนึ่งกำหนด ๔ ระยะ

การปฏิบัติที่ผ่านมาจนเกิดความชำนาญ ญาณปัญญาแก่กล้าขึ้น อาการพอง-อาการยุบปรากฏน้อยลง มีช่องว่างระหว่างพอง-ระหว่างยุบมากขึ้น แม้เพิ่มการกำหนดนิ่งหนอแล้ว ก็ยังไม่ปรากฏอาการพอง-อาการยุบ ให้เพิ่มการกำหนดเป็น ๔ ระยะ คือเพิ่มอาการถูกที่มือ, ก้น, ย้อยขวา, ซ้าย เป็นต้น

- พองหนอ, ยุบหนอ, นิ่งหนอ, ถูกหนอ(ที่มือถูกกัน)
- พองหนอ, ยุบหนอ, นิ่งหนอ, ถูกหนอ(ที่ก้นย้อยขวา)
- พองหนอ, ยุบหนอ, นิ่งหนอ, ถูกหนอ(ที่ก้นย้อยซ้าย)



การบริกรรมภาวนา ๔ ระยะนี้ ก็จะหมุนเวียนกันแบบนี้ กำหนดอย่างต่อเนื่อง เมื่อมีการปฏิบัติกำหนดสติระยะ ๔ เป็นที่มั่นใจ จิตเป็นสมาธิแล้วก็เข้าไปหาพระวิปัสสนาจารย์ๆ จะเป็นผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการกำหนดจุด แต่ละจุดตามความเหมาะสมแก่นักปฏิบัติต่อไป เพื่อเจริญสติ และปรับอินทรีให้แก้กล้า ญาณปัญญาจะพัฒนาไปตามลำดับ

๔) วิธีนั่งกำหนด ๔ ระยะขึ้นไป

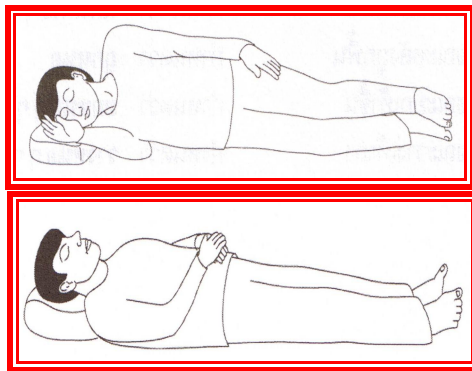
เมื่อญาณปัญญาพัฒนาไปตามลำดับ อาการฟอง-อาการยุบปรากฏน้อยลง บางครั้งนั่งหายไปเป็นพัก ๆ และจะนั่งหายไปนานขึ้น ๆ หรือสำหรับบางคนปรากฏแต่ฟอง ยุบไม่ปรากฏ บางคนปรากฏแต่ยุบ ฟองไม่ปรากฏ ก็ให้กำหนดไปตามที่ปรากฏนั้น หากฟองยุบยังไม่ปรากฏก็ให้กำหนดนั่งหนอ, ถูกหนอ สลับจุดไปเรื่อย ๆ คือ ที่มือถูกกัน, ที่ก้นย้อยขวา, ที่ก้นย้อยซ้าย จนกว่าฟองยุบจะกลับมาเอง

เมื่อวิปัสสนาญาณสูงขึ้นถึงขั้นนี้ สภาวะรูปธรรมก็จะมีน้อยลง และยิ่งสูงขึ้นมาก ๆ ก็จะไม่ปรากฏให้เห็นเลย สภาวะช่วงนี้จะมากไปด้วยนามธรรม ซึ่งจัดอยู่ในหมวดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๕.๓.๕ วิธีกำหนดในอิริยาบถนอน

การนอนกำหนด เป็นการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ในหมวดว่าด้วยอิริยาบถซึ่ง พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “สยาโน วา สยาโนมหิตี ปชานาติ”^{๓๘} “เมื่อนอนอยู่ ก็รู้ว่านอนอยู่”

กำหนดกิริยาอาการ และท่าทางของกาย จนกว่าจะนอนเป็นที่เรียบร้อย ต่อจากนั้น ก็ให้กำหนดว่า “พองหนอ ยุบหนอ” จนกว่าจะหลับ และหลับเมื่อใดก็ไม่ต้องสนใจ การมีสติ กำหนดรู้ตัวอยู่เสมอ ดุจราชสีห์โดยตะแคงข้างเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะ หมายใจว่าจะลุกขึ้น^{๓๙} ในการนอนกำหนดนั้นโยคีต้องกำหนดอย่างต่อเนื่องโดยมีขาดสาย เหมือนสายน้ำไหลตั่งจะได้กล่าวตั่งต่อไปนี้



การนอนเหยียดกายทางขวางโดยวางราบทั้งตัว ซึ่งจัดเป็นสภาวะตั้งของวาโยธาตุ^{๔๐} โดยอาศัยจิตเกิดขึ้นว่าเราจะนอน จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุๆ ทำให้เกิดวิญญูติความ เคลื่อนไหวการเหยียดกายทั้งสิ้นเป็นทางยาว ด้วยความไหวตัวของวาโยธาตุที่เกิดจากจิต เรียกว่านอน^{๔๑}

วิธีการปฏิบัติ

๑. มีสติติดตามดูรู้ทันอาการเคลื่อนไหวของร่างกายอย่างต่อเนื่อง
๒. ในขณะที่เอนกายลง เพื่อจะนอนพึงกำหนดว่า เอนหนอ ๆ ๆ
๓. ในขณะที่ข้อศอก ตะโพก แผ่นหลัง ศีรษะหรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย สัมผัสพื้น พึงกำหนด ทันทิว่า ถูกหนอ ๆ สติกำหนดรู้ทุกชั้นตอน

^{๓๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๕/๒๘๙, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๓๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๒๓/๔๕๖-๔๕๗.

^{๔๐} พระโสภณมหาเถระ(มหาสียาตอ), พระพรหมโมลี(สมศักดิ์ อุปสโม) ตรวจชำระ, พระคันธสารากิ วงศ์ แผลและเรียบเรียง. มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน. หน้า ๗๗.

^{๔๑} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๙๙.

๔. ขณะที่นอนแบบตะแคงขวา หรือหงายขนานราบกับพื้น ฟังกำหนดไว้ในใจว่า นอนหนอๆ

๕. เมื่อนอนลงไปเรียบร้อยแล้ว ฟังหลับตาและเริ่มกำหนด คือเอาจิตไปจดจ่อที่ อากาศเคลื่อนไหว ขึ้นลงของท้องขณะท้องพองขึ้น กำหนดว่า พองหนอ ขณะที่ท้องยุบลง กำหนดว่ายุบหนอ ขณะที่ท้องพองขึ้นก็กำหนดว่า พองหนอ หรือ กำหนดนอนหนอ ถูกหนอ กำหนดภาวนา จนกระทั่งหลับไปอย่างมีสติ เมื่อรู้สึกตัวตื่นขึ้น เริ่มต้นกำหนดสติทันที

๕.๓.๖ วิธีกำหนดในอิริยาบถย่อย(สัมปชัญญะปัพพะ)

การกำหนดในอิริยาบถย่อย เป็นการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ในหมวดว่าสัมปชัญญะซึ่ง พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า

ปน จ ปรี ภิกขเว ภิกขุ อภิกกนฺเต ปฏิกกนฺเต สมฺปชานการี โหติ อาโลกิเต วิโลกิเต...สมฺมิณฺชิเต ปสาริเต ...สงฺฆาปฏิตฺตจิวรรธเน ..อสิเต ปิเต ขายิเต สายิเต .. อจฺจารปสฺสาวกมฺเม ...คเต จิเต นิสินฺเน สุตฺเต ชาคริเต ภาสิเต ตฺถนฺทึภาเว สมฺปชานการี โหติ.^{๔๒}

“ดูกรภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุเป็นผู้กระทำความรู้ตัวทั่วพร้อมในการก้าวไปและถอยกลับ ในการแลไปข้างหน้า และเหลียวซ้ายเหลียวขวา ในการคู้ อวัยวะเข้าและเหยียดออก ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตรและจีวร ในการกิน ดื่ม เคี้ยว ลิ้ม ในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ในเวลาเดิน ยืน นั่ง นอน หลับ ตื่น พุด นิ่ง.”^{๔๓}

พระพุทธองค์ทรงตรัสการกำหนดอิริยาบถย่อยว่า ภิกษุย่อมเป็นผู้รู้พร้อมในอิริยาบถย่อยต่างๆ เช่น การก้าว การถอย ขณะดู ขณะเหลียว ขณะคู้เข้า ขณะเหยียด เป็นต้น การปฏิบัติเช่นนี้ จะทำให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นชัดว่ามีเพียงแต่กาย ในความเห็นนั้น ไม่ประกอบ ตัณหาและทิฏฐิปราศจากความยึดมั่น

สุมฺังคลวิลาสิณี อธิบายว่า

- การตั้งสติกำหนดพิจารณาอิริยาบถย่อยต่างๆ ย่อมเกิดปัญญาพิจารณาเห็นประโยชน์และโทษในการเคลื่อนไหวในอิริยาบถ (สาตถกสัมปชัญญะ)
- พิจารณาเห็นสิ่งที่เกื้อหนุนและไม่เกื้อหนุนต่อการปฏิบัติ (สัปปายสัมปชัญญะ)
- พิจารณาเห็นอารมณ์ที่จิตชอบและไม่ชอบ (โคจรสัมปชัญญะ)
- พิจารณาเห็นไม่ให้เกิดความยินดียินร้ายในการเคลื่อนไหวอิริยาบถ (อัสัมโมหสัมปชัญญะ)^{๔๔}

^{๔๒} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๖/๒๕๐., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕., ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๐๙/๗๙.

^{๔๓} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๗๔. ม.ม.อ. (ไทย) ๑/ ๑ /๖๐๘-๖๐๙/๑๓๕.

^{๔๔} เรื่องเดียวกัน หน้า ๓๐๒.

อิริยาบถย่อย หมายถึง การเจริญสติกำหนดจิตรู้ทุกๆ สัตส่วนของกายเล็กๆ น้อยๆ ส่วนย่อยของร่างกายนี้ ที่มีการเคลื่อนไหว เรียกว่า กำหนดอิริยาบถย่อย ซึ่งมีอยู่แล้ว ในกายนี้และความรู้สึกตัวทั่วพร้อมทั้งหมดของกาย กำหนดสติระลึกรู้ติดตามอย่างต่อเนื่อง เช่น การคู้เอวเข้า การเหยียดเอวออก ไม่ว่าจะเป็นการนั่งสงบ ห่มจีวร การเคี้ยว การ ลิ้มรส การกลืนอาหารเหล่านี้เป็นต้น^{๔๕}

วิธีปฏิบัติ

- ๑) ให้ตั้งใจ โดยเอาใจจดจ่ออยู่กับการเคลื่อนไหวในการกระทำนั้นๆ
- ๒) ขณะที่กำหนดคำบริกรรม (ในใจ) จิตต้องเป็นไปพร้อมกันกับรูปที่เคลื่อนไหว
- ๓) ควรกำหนดอย่างช้าๆ และต่อเนื่อง ให้มีสติทันกำหนดติดต่อกันไป ตลอดสาย
- ๔) เมื่อมีอาการอื่นแทรก ให้พึงหยุดกำหนดอิริยาบถย่อยไว้ก่อน โดยให้กำหนด บริกรรมอารมณ์ที่เข้าแทรกนั้นๆ หายไปก่อน แล้วจึงจะกำหนดอิริยาบถย่อยต่อไป
- ๕) พึงให้ความสำคัญของการกำหนดอิริยาบถย่อยเท่ากับอิริยาบถใหญ่ เพราะการ กำหนดต่างๆ อิริยาบถมีความสำคัญเท่ากัน ช่วยป้องกันกิเลสไม่ให้เข้าแทรก

ข้อที่ไม่พึงกระทำ (ขณะกำหนด)

- ๑) ไม่เพ่งดูสัญญาณบัญญัติของอวัยวะ
- ๒) ไม่บังคับให้เป็นไปตามอำนาจของความต้องการ แต่ต้องการกำหนดให้สบายๆ เป็นไป ตามธรรมชาติที่กายเคลื่อนไหว
- ๓) ไม่ออกเสียงคำบริกรรมดัง (กำหนดในใจ)
- ๔) ไม่ควรกำหนด พองหนอ-ยุบหนอ ประกอบไปด้วย จะเป็นการกำหนด ๒ อารมณ์

๑) วิธีกำหนดในการก้าว ในการถอย

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ภิกขุ อภิกกนฺเต ปฏิกกนฺเต สมฺปชานการี โหติ”^{๔๖} “ภิกษุ ย่อมทำความรู้สึกตัวในการก้าว ในการถอย

ในขณะก้าวหรือถอย พึงตามรู้ตามสภาวะก้าวหรือถอย บริกรรมว่า “ก้าวหนอ” “เดินหนอ” “ย่างหนอ”หรือ“ถอยหนอ” เมื่อวิปัสสนาญาณมีกำลังมากขึ้นจะรับรู้ถึงจิตที่ต้องการ จะก้าวหรือถอย พร้อมทั้งสภาวะก้าวหรือถอยที่เป็นสภาวะเคลื่อนไหวอย่างชัดเจน ปราศจาก ตัวตน เรา ของเรา

^{๔๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕/๑๐๕.เทียบ, ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔ /๒/๒/๒๑๒-๒๑๓/๒๗๖.

^{๔๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๖/๒๖๑.

๒) วิธีกำหนดในการเหลียวมอง

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “อาโลกิเต วิโลกิเต สมฺปชานการี โหติ” ย่อมทำความรู้สึกตัวในการแล ในการเหลียว หมายความว่า

ในขณะที่แลและเหลียว ถอย ฟังตามรู้ตามสภาวะแลเหลียวดู ว่า แลหนอ เหลียวหนอ อยากดูหนอ ดูหนอ เห็นหนอ เป็นต้น พระพุทธองค์ทรงแสดงการเหลียวไว้ในที่นี้ เพราะเป็นกิริยาที่เหมาะสมแก่นักปฏิบัติ อย่างไรก็ตาม แม้กิริยาก้มดู แหงนดู หรือหันดูผู้ปฏิบัติธรรมก็ควรกำหนดรู้เช่นเดียวกัน

ผู้ปฏิบัติธรรมไม่ควรละสติในการดู เหมือนกาที่มองดูอาหารแล้วก็ยังมองศัตรูของตนสลบกันไป หมายความว่า แม้ผู้ปฏิบัติธรรมต้องมองดูสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ก็ควรมองดูสิ่งนั้นแล้วเจริญกรรมฐานสลบกันไปไม่ควรปล่อยวางกรรมฐานควรกำหนดรู้ ธรรมที่ควรรู้ กำหนดรู้โดยสิ้นเชิง

การเจริญสติปัฏฐานสภาวะแลและเหลียวนี้ จัดเป็นโคจรสัมปชัญญะเมื่อโคจรสัมปชัญญะมีกำลังแก่กล้า อสัมโมหสัมปชัญญะก็จะปรากฏขึ้นเอง ส่งผลให้นักปฏิบัติยังเห็นว่าสภาวะธรรมทางกายและจิตที่เกี่ยวกับการเห็น คือ การศึกษาการกรอกตา การขยับศีรษะหรือไบนหน้า การแลดู การเหลียวดู การเห็น เกิดมาจากจิตที่ต้องการจะดูเมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปทันที ไม่มีตัวเราของเรา อยู่ในสภาวะธรรมทางกายและจิตเหล่านี้เลย กำหนดรู้เป็นเพียงสภาวะเท่านั้น

๓) วิธีกำหนดในการคู้เข้า และเหยียดออก

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “สมิณฺชิตเต ปสาริตเต สมฺปชานการี โหติ” ย่อมทำความรู้สึกตัวในการคู้เข้า ในการเหยียดออก

ในขณะที่เหยียดแขน คู้แขน เหยียดขา คู้ขา เหยียดร่างกาย หรือคู้ร่างกาย ฟังตามรู้ กำหนดตามอากัปกิริยานั้น ๆ ว่าเหยียดหนอ คู้หนอ ดันหนอ ดึงหนอ เคลื่อนหนอ สั่นหนอ เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าแล้วสามารถรับรู้ถึงจิตที่ต้องการจะเหยียดคู้ได้อีกด้วย

ในคัมภีร์อรรถกถา กล่าวถึงเรื่องการคู้เข้าและเหยียดออกของพระเถระรูปหนึ่งไว้ว่า พระเถระรูปหนึ่งสนทนากับศิษย์อยู่ได้คู้แขนเข้าอย่างรวดเร็วโดยขาดสติ ท่านจึงเหยียดแขนออกแล้วคู้แขนเข้าอีกครั้งอย่างเชื่องช้า ศิษย์ของท่านสงสัยจึงถามว่าเหตุใดทำอย่างนี้ ท่านตอบว่า ท่านไม่เคยขาดสติคู้แขนเข้าตั้งแต่ปฏิบัติธรรมมา แต่ในเวลาสนทนาอยู่เมื่อครั้งนี้ได้คู้แขนเข้าโดยปราศจากสติกำหนดรู้ จึงทำช้าเพื่อเตือนสติในโอกาสต่อไป เวลานั้นศิษย์ของท่านจึงกล่าวสาธุการ^{๔๗} ในข้อวัตรของท่านน่าเลื่อมใส ควรนำมาเป็นแบบอย่างการปฏิบัติธรรม

^{๔๗} ที.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๗๗-๑๗๘.

๔) วิธีกำหนดในการนั่ง,ห่ม

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า สงฆาปฏิบัติตจฺจิวรชารณ สมฺปชานการี โหติ ย่อมทำความรู้สึกตัวในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร

ในขณะที่นั่งห่มจีวร ทรงผ้าสังฆาฏิ ฟังกำหนดรู้ตามสภาวะนั้นๆ ว่า นั่งห่อ ห่มห่อ คลุมห่อ ในเวลาถือภาชนะ เช่น บาตร ถ้วย จาน ช้อน ฟังกำหนดว่า จับห่อ ถือห่อ วางห่อ ถูกห่อ เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้น นักปฏิบัติจะรู้จักจิตที่ต้องการจะทำอกัปกิริยานั้น ๆ พร้อมทั้งอกัปกิริยาเคลื่อนไหว และสภาวะสัมผัสทางร่างกาย

๕) วิธีกำหนดในการฉัน

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “อสีเต ปีเต ขายีเต สายีเต สมฺปชานการี โหติ” ย่อมทำความรู้สึกตัวในขณะที่ฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม หมายความว่าให้เจริญสติกำหนดอิริยาบถโดยละเอียดในเวลาฉัน ฟังกำหนดว่า ฉันห่อ ดื่มห่อ เคี้ยวห่อ ลิ้มห่อ กลืนห่อ เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้น นักปฏิบัติจะรับรู้จิตที่ต้องการจะทำอกัปกิริยานั้นๆ พร้อมทั้งสภาวะเคลื่อนไหวและการรับรู้รสด้วยชีวหาวิญญาณ

วิธีกำหนดฉันอาหาร

เมื่อจัดอาหารใส่จานและนั่งเอามือวางบนหัวเข่าแล้ว ให้เริ่มกำหนดดังนี้ ขณะเอื้อมมือไปจับช้อนกำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะมือถูกช้อนกำหนดว่า ถูกหนอ ขณะจับกำหนดว่า จับหนอ ขณะไปตักอาหารกำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะช้อนถูกอาหารกำหนดว่า ถูกหนอ ขณะตักกำหนดว่า ตักหนอๆๆ ขณะยกอาหารมากำหนดว่า มาหนอๆๆ ขณะเทอาหารใส่ชามกำหนดว่า เทหนอๆ ขณะคนอาหารกับชามกำหนดว่า คนหนอๆๆ ขณะตักอาหารกับชามกำหนดว่า ตักหนอๆๆ ขณะยกขึ้นกำหนดว่า ยกหนอๆๆ ขณะที่ช้อนถึงปากกำหนดว่า ถึงหนอ ขณะอ้าปากกำหนดว่า อ้าหนอๆๆ ขณะใส่ช้อนเข้าปากกำหนดว่า ใส่หนอ ถ้ารู้ถึงรสอาหาร กำหนดว่า รสหนอๆๆ ขณะปิดปากกำหนดว่า ปิดหนอ ขณะดื่งช้อนออกกำหนดว่า ดื่งหนอ ขณะมือลงกำหนดว่า ลงหนอๆๆ ขณะช้อนถูกจานกำหนดว่า ถูกหนอ ขณะเคี้ยวอาหารกำหนดว่า เคี้ยวหนอๆๆๆ โดยเอาสติรู้ที่อาการเคลื่อนไหวของขากรรไกรที่กำลังเคี้ยวอยู่(ควรหลับตาเคี้ยว) ขณะกลืนอาหารกำหนดว่า กลืนหนอๆๆ แล้วเริ่มกำหนดตักใหม่ ให้กำหนดอย่างนี้ไปจนอิ่ม ขณะที่รู้สีก้อมกำหนด อิ่ม-หนอๆๆ เมื่ออิ่มแล้วจะดื่มน้ำให้กำหนดตามนี้

วิธีกำหนดดื่มน้ำ

ถ้าจะดื่มน้ำ ขณะที่รู้สีกอยากดื่มน้ำกำหนดว่า ออยากดื่มนหนอๆๆ ขณะเห็นขวดน้ำกำหนดว่า เห็นหนอๆๆ ขณะเอื้อมมือไปจับขวดน้ำกำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะมือถูกขวดน้ำกำหนดว่า ถูกหนอ ขณะจับกำหนดว่า จับหนอ ขณะนำขวดไปกำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะเท

น้ำลงกำหนดว่า เทหนอ ๆ ๆ ขณะเอียงขวดขึ้นตั้งกำหนดว่า ขึ้นหนอ ๆ ๆ ขณะวางขวดลงกำหนดว่า ลงหนอ ๆ ๆ ฤกหนอ ขณะปล่อยมือกำหนดว่า ปล่อยหนอ ๆ ๆ ขณะเคลื่อนมือไปจับแก้ว กำหนดว่า ไปหนอ ๆ ๆ ขณะมือถูกแก้วน้ำกำหนดว่า ฤกหนอ ขณะจับกำหนดว่า จับหนอ ๆ ขณะยกแก้วขึ้นกำหนดว่า ยกหนอ ๆ ๆ ขณะที่แก้วถึงปากกำหนดว่า ฤกหนอ ขณะเอียงแก้วดื่มน้ำ กำหนดว่า เอียงหนอ ขณะดูดน้ำกำหนดว่า ดูดหนอ,อมหนอ ๆ ๆ ขณะกลืนน้ำลงคอกำหนดว่า กลืนหนอ ๆ ๆ ขณะเอาแก้วลงกำหนดว่า ลงหนอ ๆ ๆ ขณะแก้วถึงพื้นกำหนดว่า ฤกหนอ ขณะปล่อยมือกำหนดว่า ปล่อยหนอ ๆ ๆ ต่อจากนี้ไป จะทำอะไรก็กำหนดรู้ตามความเป็นจริง

๖) วิธีกำหนดในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “อุจจารปัสสาว กมฺเม สมฺปชานการี โหติ” ย่อมทำความรู้สึกตัวในการถ่ายอุจจาระปัสสาวะ

ในขณะที่ถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ฟังกำหนดสติรู้ว่า ถ่ายหนอ ฯลฯ ความจริงแล้วการเจริญวิปัสสนาเป็นการรับรู้รูปนามตามความเป็นจริง ไม่ควรเลือกอารมณ์ที่ดีหรือไม่ดี เพราะอารมณ์ทุกอย่างเหมือนผ้าขาวที่มาปรากฏในจิต ถ้าเรารับรู้อารมณ์ด้วยสติและปัญญา ก็เหมือนการจับผ้าด้วยมือที่สะอาด ถ้ารับรู้อารมณ์ด้วยความโลภเป็นต้น ก็เหมือนการจับผ้าด้วยมือที่สกปรก เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้นนักปฏิบัติ จะรับรู้จิตที่ต้องการจะขับถ่าย และสภาวะเคลื่อนไหว รู้เหตุปัจจัยของรูปนาม ว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นเพียงสภาวะธรรมเท่านั้น

๗) วิธีปฏิบัติในอริยาบถอื่น ๆ

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “คเต จิตะ นินฺนุเน สุตเต ชาคริตะ ภาสิตะ ตุณฺหิภาเว สมฺปชานการี โหติ” ย่อมทำความรู้สึกตัวในการเดิน ยืน นั่ง หลับนอน การตื่น การพูด การนั่ง “ยถา ยถา วา ปนสฺส กาโย ปณฺหิตโ” โหติ, ตถา ตถา นํ ปชานาติ”^{๔๘} กายของโยคีดำรงอยู่โดยอาการใด ๆ ก็กำหนดรู้กายนั้นโดยอาการนั้น ๆ^{๔๙}

วิธีกำหนดตื่นนอน

ให้ผู้ปฏิบัติธรรมตื่นนอนเวลา ๐๔.๐๐ น. โดยมีเสียงระฆังตีปลุกทุกวัน เมื่อตื่นแล้วก็ทำกิจวัตรส่วนตัวโดยการกำหนดทุกอย่าง จะขอยกตัวอย่างการกำหนดตั้งแต่ตื่นนอนมาให้ดูพอเป็นตัวอย่าง (สำหรับผู้ไม่เคยกำหนด) ดังนี้ ขณะรู้สึกตัวตื่นนอน กำหนดว่า ตื่นหนอ ๆ ๆ (กำหนดที่ความรู้สึกที่เกิดขึ้น) หรือถ้าได้ยินเสียงนาฬิกาปลุก หรือเสียงระฆัง ก็กำหนดว่า ได้ยินหนอ ๆ ขณะลืมเปลือกตาขึ้น กำหนดว่า ลืมหนอ ๆ ๆ ขณะเห็นภาพต่าง ๆ กำหนดว่า เห็นหนอ ๆ ๆ ขณะกระพริบตา กำหนดว่า กระพริบ

^{๔๘} ที.มหา. (บาลี) ๑๐/๓๕/๒๖๐-๑.

^{๔๙} ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๒๔๙.

หนอๆๆ ขณะขยับตัวลุกขึ้น กำหนดว่า ขยับหนอๆๆ ขณะค่อยๆยันตัวลุกขึ้น กำหนดว่า ลุกหนอๆๆ ขณะนั่งอยู่ กำหนดว่า นั่งหนอๆๆ ขณะลุกขึ้น กำหนดว่า ลุกหนอๆๆ ขณะยืนอยู่ กำหนดว่า ยืนหนอๆๆ ขณะเดินไปเปิดไฟ กำหนดว่า ขว้างหนอ ซ้าย ย่าง-หนอ เมื่อถึงที่เปิดไฟ กำหนดว่า ยืนหนอๆๆ ขณะยกมือขึ้น กำหนดว่า ยกหนอๆๆ ขณะเคลื่อนมือไป กำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะมือถูกสวิตช์ไฟ กำหนดว่า ถูกหนอ ขณะกดสวิตช์ กำหนดว่า กดหนอ ขณะลดมือลงแนบลำตัว กำหนดว่า ลงหนอๆๆ ถ้าจะเก็บผ้าห่ม พับที่นอนก็ให้กำหนดรู้ตามอาการนั้นๆ เช่น ยกหนอ ไปหนอ จับหนอ (ผ้าห่ม) พับหนอๆๆ ยกหนอ ไปหนอ วาง-หนอ เป็นต้น

วิธีกำหนดเปิด - ปิดประตูห้องน้ำ

ขณะเดินไปห้องน้ำ กำหนดว่า ขว้างหนอ ซ้ายย่างหนอ ขณะยืนอยู่หน้าประตู กำหนดว่า ยืนหนอๆๆ ขณะสายตาเห็นประตู กำหนดว่า เห็น-หนอๆๆ ขณะยกมือขึ้น กำหนดว่า ยกหนอๆๆ ขณะเคลื่อนมือไป กำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะที่มือถูกประตู หรือลูกบิดประตู กำหนดว่า ถูกหนอ (ถ้ารู้สึก เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ก็กำหนดรู้ตามความรู้สึกนั้นๆ) ขณะจับ กำหนดว่า จับหนอ ขณะหมุนลูกบิด กำหนดว่า หมุนหนอๆๆ ขณะผลักบานประตู กำหนดว่า ผลักหนอๆๆ ขณะปล่อยมือจากลูกบิด กำหนดว่า ปล่อยหนอๆๆ ขณะก้าวเข้าไปห้องน้ำ กำหนดว่า ขว้างหนอ ซ้ายย่างหนอ ขณะยืนอยู่ กำหนดว่า ยืนหนอๆๆ ขณะกลับตัวเพื่อปิดประตู กำหนดว่า กลับหนอๆๆ (กำหนดปิดประตู) ขณะเห็นประตู กำหนดว่า เห็นหนอๆๆ ขณะยกมือขึ้น กำหนดว่า ยกหนอๆๆ ขณะเคลื่อนมือไป กำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะที่มือถูกประตู หรือลูกบิดประตู กำหนดว่า ถูกหนอ, จับหนอ ขณะหมุนลูกบิด กำหนดว่า หมุนหนอๆๆ ขณะดึงบานประตูปิด กำหนดว่า ดึงหนอๆๆ ขณะกดลูกบิดประตู กำหนดว่า กดหนอ ขณะปล่อยมือลง กำหนดว่า ลงหนอๆๆ ขณะกลับตัว กำหนดว่า กลับหนอๆๆ ขณะเดินไปทำอย่างอื่น กำหนดว่า ขว้างหนอ ซ้ายย่างหนอ

หมายเหตุ สภาพของห้องน้ำย่อมแตกต่างกัน ดังนั้นให้กำหนดตามสภาพแวดล้อม โดยกำหนดให้ละเอียดที่สุด ชั่วที่สุด เท่าที่จะทำซ้ำได้

วิธีกำหนดแปรงฟัน

ถ้าจะแปรงฟันก็กำหนดดังนี้ ขณะเห็นแปรงกำหนดว่า เห็นหนอๆๆ (เห็นแปรงสีฟัน) ขณะเคลื่อนมือซ้ายไปจับ กำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะมือถูกแปรงสีฟัน กำหนดว่า ถูกหนอ ขณะจับแปรง กำหนดว่า จับหนอ ขณะนำแปรงสีฟันมา กำหนดว่า มาหนอๆๆ ต่อไปกำหนดเอายาสีฟัน ขณะเห็นยาสีฟัน กำหนดว่า เห็นหนอๆๆ ขณะเคลื่อนมือไป

จับ กำหนดว่า ไป-หนอๆๆ ขณะมือถูกยาสีฟัน กำหนดว่า ถูกหนอ ขณะจับยาสีฟัน กำหนดว่า จับหนอ ขณะนำยาสีฟันมา กำหนดว่า มาหนอๆๆ ขณะยกมือไปจับยาสีฟัน กำหนดว่า ไปหนอๆๆ ขณะมือถูกฝาปิดยาสีฟัน กำหนดว่า ถูกหนอ ขณะหมุนฝา กำหนดว่า หมุนหนอๆๆ ขณะวางฝายาสีฟันลง กำหนดว่า ลงหนอๆๆ ถูกหนอ ปล่อยหนอ ขณะยกแปรงมากำหนดว่า ยกหนอๆๆ มาหนอๆๆ ขณะบีบยาสีฟันใส่ กำหนดว่า บีบหนอๆๆ ขณะใส่ยาสีฟัน กำหนดว่า ใส่หนอๆๆ ขณะยื่นมือไปจับขันน้ำ กำหนดว่า ไปหนอๆๆ จับหนอๆๆ (ขันน้ำ) มาหนอ อ้าหนอ ถูกหนอ(ถูกปาก) อมหนอ บ้วนหนอ ขณะใส่แปรงสีฟันเข้าปาก กำหนดว่า ใส่หนอๆๆ ขยับหนอๆๆ หรือ ขึ้นหนอๆ..ลงหนอๆๆ.. ขณะอยากบ้วนปาก (ทำปากขมุขขมิบ) กำหนดว่า ขยับหนอๆ บ้วนหนอ ขณะยกขันน้ำมา กำหนดว่า ยกหนอ มาหนอ ถูกหนอ อ้าหนอ ยกหนอ ถูกหนอ ดูดหนอ เย็นหนอ อม-หนอ บ้วนหนอ เจยหนอ เห็นหนอ (ให้กำหนดรู้ตามอาการเคลื่อนไหวตามที่เป็นจริง ที่แสดงนั้นพอเป็นตัวอย่าง พอเป็นแนวทางเท่านั้น)

วิธีกำหนดอาบน้ำ หรือล้างหน้า

ขณะเห็นขันน้ำ กำหนดว่า เห็นหนอ ขณะยกมือไป กำหนดว่า ยก-หนอ,ไปหนอ, ขณะมือถูกขัน กำหนดว่า ถูกหนอ ขณะจับขัน กำหนดว่า จับ-หนอ(ขันน้ำ) ขณะยกขันขึ้น กำหนดว่า ยกหนอ ขณะเคลื่อนขันไป กำหนดว่า ไปหนอ ขณะตักน้ำ กำหนดว่า ตักหนอ ขณะนำมา กำหนดว่า มาหนอ, ขณะเทน้ำ กำหนดว่า เทหนอ ขณะรู้สึกเย็น กำหนดว่า เย็นหนอ (ถ้าตักหลายชั้นก็กำหนดเหมือนเดิม) ขณะวางขันลง กำหนดว่า วางหนอ ขณะเห็นสบู่ กำหนดว่า เห็นหนอ(สบู่) ขณะยกมือไปจับ กำหนดว่า ยกหนอ ขณะเคลื่อนมือไปจะจับสบู่ กำหนดว่า ไปหนอ ขณะจับสบู่ กำหนดว่า จับหนอ(สบู่) ขณะนำสบู่มา กำหนดว่า มาหนอ ขณะถูตัวหรือใบหน้า กำหนดว่า ถูหนอ ถูเสร็จแล้ว เก็บสบู่เข้าที่เดิม กำหนดว่า ไปหนอ ขณะวางสบู่ลง กำหนดว่า วางหนอ ขณะยกมือไปหยิบขันน้ำ กำหนดว่า ยกหนอ, ไปหนอ, จับหนอ(ขันน้ำ), ไปหนอ, ตักหนอ, มาหนอ, เทหนอ, เย็นหนอ, อาบเสร็จแล้ว ไปหยิบผ้าเช็ดตัว กำหนดว่ายกหนอ, ไปหนอ, จับหนอ(ผ้าเช็ดตัว), มาหนอ, เช็ดหนอๆๆ ต่อไปจะนุ่งผ้า ห่มผ้าก็ให้กำหนดตามอาการตามที่รู้สึกจริงๆ เป็นธรรมชาติ ให้ช้าๆเท่าที่จะทำได้ (การกำหนดก็ครั้งอยู่ระยะของการเคลื่อนไหว กำหนดได้ครั้งมาก เท่าไหร่ก็ดีเท่านั้น) ออกจากห้องน้ำมาก็กำหนดปิดประตู ปิดไฟ กำหนดการห่มผ้า การสวมใส่เสื้อผ้า เช่น ยกหนอ ไปหนอ จับหนอ มาหนอ ใส่หนอ เป็นต้น ให้กำหนดตามอาการที่เป็นจริง ซึ่งไม่ลำบากอะไรเลย ยกเว้นแต่เราจะขี้เกียจกำหนดเท่านั้น ในการกำหนดอยู่ที่ห้องนั้น เราจะต้องมีสติจะ ให้ทำ ความรู้สึกเหมือนมีครูอาจารย์คอยดูอยู่ เพราะถ้าเราไม่กำหนดก็ไม่มีการเห็น แต่ครู

อาจารย์ท่านรู้ว่าเราไม่กำหนด จะเสียเวลาไปเท่าไรกับการกำหนดก็ช่างมัน เพราะขณะที่เรากำหนดอิริยาบถย่อยอยู่ ถือว่าเราปฏิบัติวิปัสสนาตนเอง ได้ศีล สมาธิ ปัญญา เหมือนกัน

วิธีกำหนดเดินไปสู่ศาลาปฏิบัติธรรม

เมื่อถึงเวลาปฏิบัติธรรม ตามตารางเวลาที่ทางสำนักกำหนดให้ โยคีที่ปฏิบัติที่ห้องก็ให้เริ่มปฏิบัติอยู่ที่ห้อง โยคีที่ต้องการปฏิบัติที่ศาลาปฏิบัติธรรมก็ไปได้ ถ้าเป็นผู้ปฏิบัติธรรมใหม่ควรที่จะไปปฏิบัติที่ศาลาปฏิบัติธรรม เพราะเมื่อไปปฏิบัติที่ศาลาแล้ว จะทำให้เรามีกำลังใจมีความเพียรมากขึ้น ประโยชน์ของการลงปฏิบัติธรรมรวมกันที่ศาลาปฏิบัติธรรมก็คือ ทำให้พระวิปัสสนาจารย์ตรวจสอบการปฏิบัติธรรมของโยคีว่าเดินได้ถูกต้อง นั่งได้ถูกต้องหรือไม่ เพราะได้เห็นกับตา ถ้าฟังจากการเล่าเวลาส่งอารมณ์แล้วยังไม่ชัด แก้อารมณ์ให้ลำบากเหมือนกัน และเมื่อโยคีเห็นคนอื่นตั้งใจปฏิบัติจริง ทำให้เราพลอยปฏิบัติจริงไปด้วย เห็นคนอื่นเขาปฏิบัติช้าหรือเดินนุ่มๆ เราก็อยากทำอย่างนั้นบ้าง ทำให้เกิดความเพียรμανะที่จะทำยิ่งๆขึ้น และทำให้เราบังคับใจตนเองได้ ถ้าอยู่คนเดียวที่ห้อง มักตามใจตนเอง อยากทำก็ทำ ไม่อยากทำก็ไม่ทำ ง่วงก็นอนเป็นต้น เพราะไม่มีใครรู้ไม่มีใครเห็น

ก่อนถึงเวลาลงปฏิบัติธรรม (เข้ามีดเวลา ๐๔.๐๐ น.) ให้ผู้ปฏิบัติธรรมทำกิจส่วนตัวให้เรียบร้อย ตามที่เคยแนะนำแล้ว ให้กำหนดอิริยาบถย่อยให้ละเอียดที่สุดเท่าที่จะทำได้ เมื่อแต่งตัวเรียบร้อยแล้วก็กำหนดเปิดปิดประตู ใส่กุญแจห้องดังนี้ ขณะลุกขึ้น ยืนกำหนดว่า ลุกหนอๆๆ ขณะยืนเต็มที่กำหนดว่า ยืนหนอๆขณะเดินไปที่ประตู กำหนดว่า ขว้างหนอ ซ้ายย่างหนอ ขณะถึงประตูยืนอยู่กำหนดว่า ยืนหนอๆๆ ขณะเงยหน้าขึ้นมองที่มือจับประตูกำหนดว่า เห็น-หนอๆๆ ขณะยกมือไปจับกำหนดว่า ยกหนอๆๆ ไปหนอๆๆ ถูกหนอ จับหนอ ผลักหนอๆๆ ขณะเอามือลงกำหนดว่า ลงหนอๆๆ กำหนดเดินออกไปว่า ขว้างหนอ ซ้ายย่างหนอ เมื่อเดินพ้นประตูเข้าไปแล้ว กำหนดยืนว่า ยืน-หนอๆๆ กำหนดกลับตัวว่า กลับหนอๆยกหนอๆๆ ไปหนอๆๆ ถูกหนอ จับหนอ ดึงหนอๆๆ ขณะยกมือไปจับกุญแจคล้องสาย กำหนดว่า ยกหนอ ไปหนอ จับหนอ ใส่หนอ กดหนอ ขณะกลับตัวกำหนดว่า กลับหนอๆๆ ก่อนจะเดินลงข้างล่างให้กำหนดเก็บมือก่อน โดยเอามือไขว้กันไว้ข้างหน้าหรือข้างหลัง ไม่ปล่อยแกว่งไปมา เพื่อไม่ให้รบกวนสมาธิเวลาก้าวเดิน ขณะที่เคลื่อนมือซ้ายมาไว้ที่หน้าท้องน้อยกำหนดว่า เคลื่อนหนอๆๆ กำหนดช้าๆ ใจตามรู้อาการเคลื่อนไหวของมือ ตั้งแต่ยกขึ้นจนกระทั่งเคลื่อนมาแนบกับท้องน้อย ตาไม่ต้องดูมือ เมื่อมือถูกท้องกำหนดว่า ถูกหนอ มือขวาก็กำหนดเช่นเดียวกันว่า เคลื่อนหนอๆๆ ถูกหนอ จับหนอ (จับที่

ข้อมือดีกว่าจับที่ฝ่ามือ) เสร็จแล้วกำหนดรู้อาการยืมน่า ยืมนอน ๆ ๆ ให้รู้สึกในอาการยืมน่า คืออาการตั้งตรงของร่างกายทั้งหมด ไม่ดูเฉพาะส่วนใดส่วนหนึ่ง หรือดูไล่มาตั้งแต่ศีรษะจรดเท้า พอรู้อาการดีแล้วกำหนดในใจว่า ยืมนอน ๆ ๆ ซ้ำ ๆ ให้กำหนดและรู้ อาการยืมน่าควบคู่กันไปด้วย อย่าท่องแต่ปากเฉย ๆ แต่ใจไม่รู้อาการ "ปากกำหนดและใจรู้อาการ" ถ้าจะทำความเข้าใจว่า ยืมน่าเป็นรูป จิตที่รู้ว่ายืมน่าเป็นนาม ก็จะได้ ขณะเดินไปที่ บันไดกำหนดว่า ขว้าย่างนอน ซ้าย่างนอน

คำกำหนดกับอาการต้องเริ่มและสิ้นสุดพร้อมกัน ไม่ก่อนไม่หลังกว่ากัน จึงจะ เรียกว่ากำหนดได้ปัจจุบัน ขณะเดินอยู่ให้ระวังสายตา อย่าเหลียวซ้ายแลขวา ให้ ทอดสายตาลงพื้น ห่างจากปลายเท้าประมาณ ๔ ศอก เมื่อเดินมาถึงบันไดที่จะลง ให้ กำหนดว่า ยืมนอน ๆ ๆ ขณะยกเท้าขึ้นกำหนดว่า ยกนอน ขณะเคลื่อนเท้าไปข้างหน้า กำหนดว่า ย่าง(เคลื่อน)นอน ขณะหย่อนเท้าลงกับบันได กำหนดว่า ลงนอน ขณะเท้า ถูกพื้นบันได กำหนดว่า ถูกนอน เท้าซ้ายก็กำหนดเหมือนเท้าขวา ยกนอน ย่างนอน ลงนอน ถูกนอน เมื่อเดินลงบันไดถึงดินเรียบเรียบร้อยแล้ว ให้กำหนดรู้อาการยืมน่า ยืมนอน ๆ ๆ ขณะกลับตัวกำหนดว่า กลับนอน ๆ ขณะกลับให้มีสติกำหนดรู้อาการที่เท้า ยกขึ้นเคลื่อนไปและวางลง รู้ให้ตรงกับอาการ แล้วให้กำหนดรู้อาการยืมน่า ยืมนอน ๆ ๆ ขณะยกเท้าขึ้นกำหนดว่า ยกนอน ๆ เคลื่อนเท้าใส่รองเท้าพร้อมกำหนดว่า สวมนอน ๆ หรือเคลื่อนนอน ๆ ๆ ก็ได้ ขณะเท้าถูกรองเท้ากำหนดว่า ถูกนอน ขณะจะหันตัวกลับ กำหนดว่า กลับนอน ๆ ๆ ขณะออกเดินไป กำหนดว่า ขว้าย่างนอน ซ้าย่างนอน เดินสู่ ศาลาปฏิบัติธรรม ในระหว่างเดินไปสู่ศาลาปฏิบัติธรรม มักจะมีมารมาขัดขวางการ ปฏิบัติธรรม เช่นความอยากจะดูป้ายประกาศ ป้ายคำกลอนต่างๆ อยากทราบว่าใคร เดินสวนทางมา ให้อยุดเดินแล้วกำหนดรู้อาการอยากว่า อยากดูนอน ๆ เมื่อความอยาก หายแล้วก็เดินต่อไป หรือมีคนเข้ามาทักทาย ก็ให้อยุดเดิน อย่ามองสบตาเขา ให้ ทอดสายตาลงต่ำ ถ้าได้ยินเสียงเขาพูดก็ให้กำหนดว่า ได้ยืมนอน ๆ ๆ ถ้าจะพูดโต้ตอบ เขาก็ให้กำหนดจิตที่อยากจะพูดก่อนว่า อยากพูดนอน ๆ ๆ ขณะพูดก็กำหนดรู้อาการที่ ปากขยับขึ้นลง พูดให้น้อยและสั้น และบอกว่า " ต้องขอโทษด้วย ดิฉันกำลังอยู่ระหว่าง เข้ากรรมฐาน พระอาจารย์ท่านห้ามไม่ให้พูด มีอะไรค่อยพูดเมื่อดิฉันออกกรรมฐานแล้ว ดิฉันขอตัวไปปฏิบัติธรรมก่อนนะค่ะ " พูดจบแล้วก็กำหนดเดินต่อไป อยากจะขอร้องผู้ มาปฏิบัติธรรมทุกท่าน หากไม่มีกิจจำเป็น อย่่าได้เข้าไปพูดคุยทักทายกับผู้ที่มาปฏิบัติ ธรรมเลย เพราะจะทำให้ผู้นั้นเสียสมาธิ ขาดการกำหนดที่ต่อเนื่อง และเป็นบาปติดกับ ตัวท่านเอง ทั้งเป็นการทำผิดกฎระเบียบของสำนักฯ ด้วย

วิธีกำหนดในศาลาปฏิบัติธรรม

เมื่อเดินไปจนถึงชายคาของศาลาปฏิบัติธรรมแล้ว ให้หยุดยืนที่ริมฟุตบาท กำหนดรู้อาการยืนว่า ยืนหนอ ๆ ๆ ขณะถอดรองเท้า กำหนดว่า ถอด-หนอ ๆ ๆ ทั้งข้างซ้ายและขวา เมื่อถอดเสร็จเรียบร้อยแล้ว กำหนดรู้อาการยืนอีกครั้ง ขณะเดิน กำหนดว่า ขวาท่างหนอ ซ้าย่างหนอ เหมือนที่เคยกำหนดมา ขณะเห็นผ้าเช็ดเท้า กำหนดว่า เห็นหนอ ๆ ๆ ขณะเช็ดเท้ากำหนดว่า เช็ดหนอ ๆ ๆ เมื่อมาถึงที่ประตูเข้า ให้หยุดกำหนดรู้อาการยืนว่า ยืนหนอ ๆ ๆ ขณะเงยหน้าขึ้นมองที่มีมือจับประตู กำหนดว่า เห็นหนอ ๆ ๆ ขณะยกมือไปจับกำหนดว่า ยกหนอ ๆ ๆ ไปหนอ ๆ ๆ ถูกหนอ จับหนอ เลื่อนหนอ ๆ ๆ ขณะเอามือลงกำหนดว่า ลงหนอ ๆ ๆ กำหนดเดินเข้าไปว่า ขวาท่างหนอ ซ้าย่างหนอ เมื่อเดินพ้นประตูเข้าไปแล้ว กำหนดยืนว่า ยืน-หนอ ๆ ๆ กำหนดกลับตัวว่า กลับหนอ ๆ ๆ ยกหนอ ๆ ๆ ไปหนอ ๆ ๆ ถูกหนอ จับหนอ เลื่อนหนอ (เลื่อนบิด) กลับหนอ ๆ ๆ ขวาท่างหนอ ซ้าย่างหนอ

วิธีกำหนดหยาบอาสนะมานั่ง

เมื่อถึงที่อาสนะวางไว้ให้หยุดยืนกำหนดรู้อาการยืนว่า ยืนหนอ ๆ ๆ เงยหน้าขึ้น กำหนดว่า เงยหนอ ๆ ๆ ขณะเห็นผ้าอาสนะกำหนดว่า เห็นหนอ ๆ ๆ ขณะยื่นมือไปจับอาสนะกำหนดว่า ยกหนอ ๆ ๆ ไปหนอ ๆ ๆ จับหนอ ๆ ๆ ขณะดึงอาสนะมากำหนดว่า ดึงหนอ ๆ ๆ ลงหนอ ๆ ๆ แล้วเดินไปหาที่จะนั่งสมาธิ กำหนดเหมือนการเดินทางทั่วไปคือ ขวาท่างหนอ ซ้าย่างหนอ เมื่อไปถึงที่จะนั่งแล้ว ให้กำหนดการปูอาสนะว่า ยืนหนอ ๆ ๆ ขณะก้มตัวลงกำหนดว่า ก้มหนอ ๆ ๆ เมื่ออาสนะถูกพื้น กำหนดว่า ถูกหนอ ๆ ๆ ขณะปล่อยอาสนะลง กำหนดว่า ปล่อยหนอ ๆ ๆ ขณะยัดตัวขึ้นกำหนดว่า ยัดหนอ ๆ ๆ เมื่อยืนเต็มที่แล้วกำหนดอาการยืนว่า ยืนหนอ ๆ ๆ ๆ ขณะปล่อยแขน กำหนดว่าปล่อยหนอ ๆ ๆ ที่ละข้าง ขณะย่อตัวลงกำหนดว่า ย่อหนอ ๆ ๆ หรือ ลงหนอ ๆ ๆ ให้รู้ตามอาการเครื่องตั้งและอาการเคลื่อนไหวของกาย ขณะเคลื่อนมือยันพื้น กำหนดว่า ยันหนอ หรือ ถูกหนอ ขณะหัวเข้าถูกพื้น กำหนดว่า ถูกหนอ ขณะยกมือมาวางที่หัวเข้าขวาซ้าย กำหนดที่ละข้างว่า ยกหนอ มาหนอ วางหนอ ๆ กำหนดรู้อาการนั่ง คืออาการเครื่องตั้งตั้งตรงของกายส่วนบน กำหนดว่า นั่งหนอ ๆ ๆ วิธีกำหนดถอดแว่นตา ขณะเอื้อมมือไป กำหนดว่า เคลื่อนหนอ ๆ ๆ ขณะมือถูกขาแว่นกำหนดว่า ถูกหนอ.. จับหนอ ขณะดึงแว่นออกกำหนดว่า ดึง-หนอ ๆ ๆ ขณะวางแว่นลงกำหนดว่า ลงหนอ ๆ ๆ ขณะแว่นถูกพื้นกำหนดว่า ถูกหนอ ขณะปล่อยมือกำหนดว่า ปล่อยหนอ ๆ ๆ ขณะยกมือมาวางบนหัวเข้าเหมือนเดิมกำหนดว่า มาหนอ ๆ ๆ คว่าหนอ ๆ ๆ ลงหนอ ๆ ๆ ถูกหนอ

วิธีกำหนดบิณฑบาต (สำหรับพระภิกษุ)

พระภิกษุ ก่อนถึงเวลาบิณฑบาต ให้ครองผ้า สะพายบาตร ด้วยการกำหนด อิริยาบถย่อยให้ละเอียดที่สุดเท่าที่ทำได้ ขณะออกเดินบิณฑบาต ให้สำรวจสายตา มอง ไกลเท่าที่จำเป็น (ให้ระวังรถ) เวลาเดินกำหนดว่า ขว้าง ข้างซ้าย ข้างขวา หรือ อย่างไรๆ นอกนั้นกำหนดตามสภาวะ ขณะยื่นรับบาตรกำหนดว่า ยื่นหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะเปิดฝาบาตร กำหนดว่า เปิดหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะโยมใส่บาตรให้มองแต่ในบาตร อย่ามองหน้าโยม ขณะ เห็นมือ/อาหารกำหนดว่า เห็นหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ถ้ารู้สึกชอบใจกำหนดว่า ชอบหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะปิด ฝาบาตรกำหนดว่า ปิดหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา แล้วเดินต่อไป ขณะเท ถ้วยอาหารใส่ถุง ให้กำหนดรู้ ตามสภาวะ ความเป็นจริง อย่าให้ขาดสติ ขาดการกำหนด เมื่อเดินกลับมาถึงสำนัก แล้ว ให้เอาอาหารเทใส่กะละมัง เลือกอาหารที่เราจะฉัน โดยกำหนดดังนี้ ขณะเห็นถุง อาหารกำหนดว่า เห็นหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะยื่นมือไปหยิบอาหารหรือข้าว กำหนดว่า ไปหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะมือถูกถุงข้าว/อาหาร/ผลไม้/ขวดน้ำกำหนดว่า ถูกหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะจับกำหนดว่า จับหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะนำอาหารมากำหนดว่า มาหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะใส่ลงในบาตรหรือถุงกำหนดว่า ใส่ หน้า ข้างซ้าย ข้างขวา เป็นต้น ขณะเดินไปห้องกำหนดว่า ขว้าง ข้างซ้าย ข้างขวา จนถึงห้อง ต่อ จากนี้จะเปลี่ยนจิวร เตรียมอาหาร และของใช้ หรือทำกิจอย่างอื่นทุกอย่าง ต้อง กำหนดตามความจริง อย่าปล่อยให้ขาดสติเป็นอันขาด

วิธีกำหนดซักผ้า ตากผ้า ภูห้อง

ขณะหยิบผ้าใส่ถังกำหนดว่า หยิบหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา / หยิบหน้า มาหน้า ใส่หน้า ขณะเอื้อมมือไปตักน้ำกำหนดว่า ตักหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา จับ(ขัน)หน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ตักหน้า ขณะ ยกขันน้ำมาเทใส่ถังกำหนดว่า ยกหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา เทหน้า ขณะเอาผงซักฟอกใส่ว่า หยิบ หน้า ข้างซ้าย ข้างขวา มาหน้า เทหน้า ขณะคนและซักผ้ากำหนดว่า คนหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ซัก หน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ปิดหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะตากผ้ากำหนดว่า หยิบหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา สะบัดหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ไปหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา พาดหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ถ้าจะภูห้อง ขณะกวาดกำหนดว่า กวาดหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา ขณะภูกำหนดว่า ภูหน้า ข้างซ้าย ข้างขวา อากาศนอกจากนี้ ให้พยายามกำหนดรู้ทุกอย่างอากาศที่เคลื่อนไหว ไม่สามารถนำมาแสดง ได้ทั้งหมด ขอให้ปฏิบัติกำหนดตามความจริงที่เกิดก็เป็นอันใช้ได้

๕.๔ วิธีฝึกปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดอาการสุข อาการทุกข์ เป็นการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ในหมวดว่าด้วย เวทนานุปัสสนาซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “อิธ ภิกขเว ภิกขุ สุขํ วา เวทณํ เวทยามาโน สุขํ เวทณํ เวทยามิติ ปชานาติ. ทุกขํ วา เวทณํ เวทยามาโน ทุกขํ เวทณํ เวทยามิติ ปชานาติ. อทุกขมสุขํ วา เวทณํ เวทยามาโน อทุกขมสุขํ เวทณํ เวทยามิติ ปชานาติ.”^{๕๐}

ภิกษุในพระศาสนา เมื่อเสวยสุขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่า “เสวยสุขเวทนาอยู่” เมื่อเสวยทุกข์เวทนา ย่อมรู้ชัดว่า “เสวยทุกข์เวทนาอยู่” เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา ย่อมรู้ชัดว่า “เสวยอุเบกขาเวทนาอยู่”^{๕๑}

สติตามดู ตามรู้ ตามเห็นเท่าทันความเป็นจริงของเวทนา อันเป็นสภาวะที่เกิดขึ้นสืบเนื่องจากผัสสะทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ อันได้แก่ ความเย็น ร้อน อ่อน แข็ง เป็นต้น^{๕๒} ดังพระพุทธดำรัสว่า “ผัสสฺสปัจจุยา เวทนา”^{๕๓} เวทนาย่อมมีเพราะผัสสะเป็นปัจจัย” เมื่อจิตกระทบกับอารมณ์แล้วเกิดความรู้สึกขึ้น ถ้าเป็นอารมณ์ที่ชอบก็เกิดสุขเวทนา หากกระทบกับอารมณ์ที่ไม่ชอบก็เกิดทุกข์เวทนา หากกระทบกับอารมณ์เป็นกลาง ก็เกิดอุเบกขาเวทนา ความรู้สึกทั้งสามนี้เป็นเหตุให้เกิดตัณหา ตัณหาเป็นเหตุให้เกิดอุปาทาน ทำให้ต้องวนเวียนในสังสารวัฏ ดำเนินไปอย่างไม่มีที่สิ้นสุด โยคีผู้หวังความรอดพ้นจากทุกข์ในสังสารวัฏ พึงตัดกระแสแห่งตัณหาและอุปาทานนี้เสีย ด้วยการกำหนดรู้เท่าทันเวทนา แบ่งลักษณะอาการออกได้เป็น ๕ กลุ่มใหญ่ ๆ คือ

- ๑) สุขเวทนา คือ ความสุขกาย เช่น เบากาย เย็นสบาย นุ่มสบาย โล่งสบาย กายผ่องใส คล่องสบาย ซาบซ่านขนลุก เป็นต้น
- ๒) โสมนัสเวทนา คือ ความสุขใจ เช่น อิ่มเอมใจ สบายใจ เบิกบานใจ โโล่งใจ ซาบซ่านใจ เป็นต้น
- ๓) ทุกขเวทนา คือ ความทุกข์กาย เช่น เจ็บ ปวด เมื่อย ชา ร้อน เย็น คั้น แสบ จุก เสียด ตึง แน่น เป็นต้น
- ๔) โทมนัสเวทนา คือ ความทุกข์ใจ เช่น โศกเศร้า เสียใจ ร้อนใจ วิตกกังวล แค้น เคือง ขัดเคือง เป็นต้น
- ๕) อุเบกขาเวทนา คือ ความรู้สึกเฉย ๆ เป็นกลาง ไม่สุขไม่ทุกข์^{๕๔}

^{๕๐} ที. ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๖๕.

^{๕๑} ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๕๒} พระราชวรมุนี (ประยูรค์ ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า 73.

^{๕๓} วิ.มหา. (บาลี) ๔/๑/๑.

^{๕๔} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๐๖/๒๘๔-๕.

ในการเจริญเวทนานุปัสสนานี้ จะเจริญต่อเมื่อมีสภาวะอาการที่ปรากฏแจ่มชัดกว่า อารมณ์รูปธรรมเท่านั้น นั่นก็คือ ระวังที่กำลังกำหนดพอง-ยุบ หรืออาการอื่นใดในหมวด กายานุปัสสนาอยู่นั้น ถ้าเกิดมีเวทนาที่ปรากฏชัดเจนเข้าแทรกซ้อนเข้ามา ก็ให้กำหนดรู้ใน เวทนานั้น ตามกำหนดดูอาการของสุขหรือทุกข์ที่กำลังเกิดขึ้นว่า อาการของสุขหรือทุกข์เป็น อย่างไร หรือเมื่อรู้สึกที่ไม่สุขไม่ทุกข์ก็รู้ชัดแก่ใจ หรือสุขหรือทุกข์เกิดขึ้นจากอะไรเป็นมูลเหตุ เช่น เกิดจากเห็นรูป หรือได้ยินเสียง หรือได้กลิ่น หรือได้สัมผัส หรือได้สัมผัส ก็รู้ชัดแจ้ง หรือ เมื่อรู้สึกเจ็บหรือปวด หรือเมื่อย หรือเสียใจ แค้นใจ อึดใจ ฯลฯ ก็มีสติรู้กำหนดรู้ชัดว่า กำลัง รู้สึกเช่นนั้นอยู่^{๕๕} เมื่อเวทนานั้น ๆ ดับไปด้วยอำนาจการตามกำหนดรู้มันแล้ว จึงกลับไป กำหนดกายานุปัสสนาอย่างเดิม

ในการเจริญวิปัสสนาแบบนี้ เป็นการตามรู้ขั้น ๕ ตามความเป็นจริง โดยอาศัยกำลัง สมาธิเพียงแค่กณิกสมาธิที่เพ่งรู้อารมณ์ปัจจุบันอย่างต่อเนื่อง สภาวะเบื้องต้นจึงมากไปด้วย ความแปรปรวนของธาตุ ทำให้เกิดอาการเห็บซา ปวดเมื่อย ตึงแน่น แสบคันตามร่างกาย ซึ่งเป็นลักษณะอาการของทุกข์เวทนา อาการใดปรากฏเด่นชัดที่สุด โยคีพึงกำหนดเพ่งรู้ไปที่ อาการนั้น พร้อมกับบริกรรมเพ่งรู้ไปในอาการนั้น ๆ ตามที่รู้สึกจริง เช่น ซาหนอ ๆ ๆ เจ็บหนอ ๆ ๆ, ปวดหนอ ๆ ๆ, ตึงหนอ ๆ ๆ, เป็นต้น จนกว่าอาการทุกข์เวทนานั้น ๆ จะจางหายดับไป

เมื่อทุกข์เวทนาที่กำหนดจางหาย(ดับไป)หรือเบาลงแล้ว หากมีอาการอื่นเด่นชัด ขึ้นมา ก็ให้เพ่งกำหนดอาการที่เด่นชัดนั้นต่อไปอีก แต่หากไม่มีอาการเวทนาอื่นแทรกเข้ามา ก็ให้กลับไปกำหนดที่อารมณ์หลักต่อไป ในที่นี้ก็คืออาการพอง-อาการยุบของท้อง หรือการก้าว ย่างไปของเท้า ในขณะจงกรม

๕.๔.๑ วิธีกำหนดทุกข์เวทนา

๑. ถ้าทุกข์เวทนามากล้ามาก ทนไม่ไหวจริง ๆ อยากจะเปลี่ยน ให้กำหนดจิตอยาก เปลี่ยนก่อน “อยากขยับหนอ ๆ” แล้วค่อยเปลี่ยน โดยกำหนดรู้อาการเปลี่ยนทุกขั้นตอน อย่า ให้ขาดการกำหนดเพราะจะทำให้เสียสมาธิ

๒. เวลาเดินจงกรมถ้าเกิดเวทนาให้หยุดเดินแล้วกำหนดเวทนานั้นจนหายแล้วค่อย เดินต่อไป การเดินจงกรมจะช่วยลดเวทนาลงได้บ้าง

๓. อย่ากำหนดเวทนาเพื่อต้องการให้หาย แต่...ให้กำหนดเพื่อบริกรรมเท่านั้น

๔. อย่าพยายามขยับตัวเพื่อคลายเวทนา ถ้าเวทนามีหลายจุด ให้กำหนดจุดที่ชัดเจน ที่สุดเพียงจุดเดียว

๕. เวทนามีประโยชน์ดังนี้ ทำให้เห็นทุกข์ ทำให้จิตไม่ฟุ้ง ไม่ง่วงเห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ชัดเจน

^{๕๕} ดูรายละเอียดใน ม.มู. (ไทย) ๑๒/๑๑๓/๑๐๗.

๖. ถ้าเวทนาเกิดขึ้นหลายจุดพร้อมกัน ให้เลือกกำหนดจุดที่ชัดเจนที่สุดเพียงจุดเดียว แต่ถ้าอาการชัดพอ ๆ กัน ก็ให้เลือกจุดใดจุดหนึ่ง

๗. การกำหนดเวทนา มีข้อห้ามอยู่ ๒ อย่างคือ

๗.๑ อย่ากำหนดเพื่อจะให้เวทนาหาย

๗.๒ อย่าคิดจะเอาชนะเวทนา

๘. เป็นธรรมดาว่ามนุษย์ทุกคนไม่ชอบเจ็บปวด เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็อยากให้หายไปไว ๆ แต่พอเร่งกำหนด ปวดหนอ ๆ ๆ ๆ ๆ จี๋ลงไปแรง ๆ ก็ยิ่งปวดทุกข์ทรมาน หากไม่กำหนดจี๋ก็ไม่อาจผ่านพ้นไปได้เสียที จึงเร่งจี๋ เร่งกำหนด จนรู้สึกเครียด เมื่อมีอาการเช่นนี้ซ้ำ ๆ กัน ๒-๓ วัน ก็เกิดอาการเบื่อไม่ชอบปฏิบัติ นั่นเป็นเพราะ การกำหนดเป็นไปด้วยอำนาจแห่งตัณหา เป็นการเอากิเลสล้างกิเลส เปรียบเหมือนกับเอาน้ำโคลนไปล้างจาน ยิ่งล้างก็ยิ่งสกปรก ฉะนั้น ถ้าเกิดความทุกข์ใจอยากให้หาย ให้ถอยจากการกำหนดที่เวทนานั้น มากำหนดที่จิตแทน เพราะเป็นอาการที่ปรากฏชัดเจนกว่า กำหนดที่จิตว่า “อยากหายหนอ ๆ ๆ ๆ” ถ้าจิตทุกข์ทรมาน กำหนดว่า “ทุกข์หนอ ๆ ๆ ๆ” เมื่อสภาวะทุกข์ทรมานจางคลายไปแล้ว จึงค่อยกลับไปเพ่งกำหนดรู้เวทนาต่อไปอีก

การกำหนดทุกข์เวทนามี ๓ วิธี^๒

๑. การกำหนดแบบเผชิญหน้า คือ ตั้งใจกำหนดแบบไม่ท้อถอย ตายเป็นตาย โดยเอาจิตไปจดจ่ออาการปวด จี๋ลงไปบริเวณที่กำลังปวดมากที่สุด วิธีนี้ จะค่อนข้างเหน็ดเหนื่อยเพราะต้องใช้พลังจิตอย่างทุ่มเทและจดจ่อมากที่สุด แต่ก็มีประโยชน์ในการรู้แจ้งทุกขลักษณะอย่างพิเศษ

๒. การกำหนดแบบลอบโจมตี คือ ตั้งใจกำหนดแบบจุ่มโจมตีในตอนแรก ๆ พอรู้สึกว่ากำลังความเพียรมีน้อย ก็ถอยออกมาเตรียมความพร้อมใหม่ เมื่อพร้อมแล้วก็เข้าไปกำหนดอีกครั้งหนึ่ง เช่น ขณะกำหนดปวดอยู่นั้น ความปวดกลับทวีความรุนแรงมากขึ้นจนไม่สามารถทนไหวจึงหยุดกำหนดรู้อาการปวดแต่เปลี่ยนไปกำหนดรู้อาการฟอง-ยุบหรืออารมณ์อื่น ๆ แทน ไม่ถึงขั้นที่ต้องเปลี่ยนอิริยาบถไปยืนหรือเดินในขณะนั้น

๓. การกำหนดแบบเฝ้าดูหรือสังเกตการณ์ คือ เมื่อรู้สึกว่าปวดหรือเจ็บมากก็มีได้ไปกำหนดตอกย้ำลงไปอีก เพียงแต่กำหนดรู้ ด้วยสติปัญญาเฉย ๆ เช่น กำหนดว่า ปวดหนอ ๆ ๆ เจ็บหนอ ๆ ๆ เมื่อยหนอ ๆ ๆ ซาหนอ ๆ ๆ หรือ ฐหนอ ๆ ๆ เป็นต้น ไม่เน้นหรือย้ำ อุปมาเหมือนทหารที่เฝ้าดูข้าศึกอยู่บนที่สูงหรือหอสังเกตการณ์ ไม่ได้ทำการสู้รบกับข้าศึกแต่ประการใด เพียงแต่เฝ้าสังเกตการณ์เคลื่อนไหวของข้าศึกเท่านั้น

^๒ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร: ทางสู่พระนิพพาน, ชำระโดย พระพรหมโมลี, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๕๒.

๙. เมื่อญาณปัญญาพัฒนาขึ้น ถึงวิปัสสนาญาณชั้นที่ ๔ (อุทกยัพพญาณ) แล้ว ทุกข์เวทนาแทบไม่ปรากฏ จะปรากฏมากไปด้วยสุขเวทนา ที่นายินดี หลงไหล โยคีพึงทความเข้าใจให้ถ่องแท้ว่า สุขเวทนามีเป็นสักว่าสุขเวทนา เป็นเพียงทางผ่าน ยังไม่ใช่มรรคผลนิพพาน ยังกลับไปเป็นทุกข์อย่างเดิมได้อีก จึงควรรีบเร่งกำหนดต่อไป ไม่หลงติด หลงยึดในสภาวะที่เกิดขึ้น คือเพียรกำหนดบริกรรมอยู่ตลอดเวลา ตามความเป็นจริง “ปีติหนอ ๆ” “สุขหนอ” “สบายหนอ” “โล่งหนอ” เป็นต้น ตั้งแต่จิตแรกที่ตื่น จนถึงจิตสุดท้ายที่หลับ

การกำหนดเวทนาเป็นการรู้ลักษณะที่แท้จริงของทุกข์เวทนา คือ สภาวะที่รับรู้สัมผัสที่ไม่น่าปรารถนา กล่าวคือ สภาวะที่ทนได้ยาก และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ บังคับบัญชาไม่ได้ ดังนั้นเมื่อเกิดความเจ็บปวด นักปฏิบัติจึงไม่ควรเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อหลีกเลี่ยงเวทนา และควรกำหนดรู้ทุกข์เวทนานั้นโดยวางใจเป็นกลาง ไม่มีความอยากที่จะทำให้ทุกข์เวทนาหาย หรือคิดว่าจะระงับให้ได้ เพราะความคิดเช่นนั้นประกอบด้วยความโลภหรือความโกรธ ก็เลสเหล่านี้จะเป็นอุปสรรคต่อความก้าวหน้่าในการปฏิบัติธรรม เพราะทำให้ขาดสติที่รู้เท่าทันเวทนาที่เกิดขึ้นอยู่ตามความเป็นจริง

เมื่อรู้สึกถึงความเจ็บปวดมาก ไม่ควรเกร็งตัว หรือเคร่งเครียดกับการกำหนด พึงจดจ่อที่อาการปวดอย่างชัดเจนว่า อาการปวดนั้นเกิดที่กล้ามเนื้อ เส้นเอ็น หรือกระดูก ไม่ควรสักแต่บริกรรมว่า ปวดหนอ เบื้องต้นอาจจะรู้สึกว่าปวดทั่วทั้งขา แต่เมื่อมีสมาธิมากขึ้น ก็จจะรับรู้ที่จุดเล็กๆ จุดหนึ่งบ้าง สองจุดบ้าง สามจุดบ้าง เมื่อจดจ่อที่อาการปวดนั้น จะรู้สึกว่ายิ่งกำหนด อาการปวดนั้นก็ยิ่งทวีความรุนแรงขึ้น อันที่จริงอาการปวดไม่ได้ทวีความรุนแรงขึ้นเลย แต่เป็นเพราะนักปฏิบัติได้รับรู้อาการปวดชัดเจนกว่าก่อน จึงทำให้รู้สึกว่า ปวดมากกว่าเดิม ความรู้สึกนี้เป็นความรู้แจ้งลักษณะพิเศษของทุกข์เวทนา คือ สภาวะที่รับรู้สัมผัสที่ไม่น่าปรารถนา แล้วจะเกิดปัญญารู้แจ้งลักษณะทั่วไปคือ ไตรลักษณ์เป็นลำดับต่อมา

บางคนชอบขยับกายส่วนล่างหรือเปลี่ยนท่าเพื่อจะหลีกเลี่ยงเวทนา แต่หากกายยังไม่สงบมีการเคลื่อนไหวอยู่เสมอ จิตก็จะไม่สามารถสงบได้เช่นกัน เพราะจะขาดสติตามรู้ อาการในขณะที่เคลื่อนไหว หรือเปลี่ยนท่าหนึ่ง อย่างไม่รู้ตัว ในเวลานั้นหนึ่งชั่วโม่ง อาจเปลี่ยนท่าหนึ่งได้หนึ่งครั้งเป็นอย่างมาก หากเปลี่ยนท่าหนึ่งบ่อยๆ จะทำให้เกิดความเคยชินแล้วจะต้องการเปลี่ยนท่าหนึ่งทุกครั้ง ที่เกิดความเจ็บปวด

ขันติสังวร พระพุทธองค์ตรัสว่า กายนี้มีทุกข์มาก มีโทษมาก มีโรคมามากมายเกิดในกายนี้^{๕๖} เมื่อยังมีกายอยู่ก็จะมีเวทนาแน่นอน เวทนามันมักเกิดจากการกระทบกันระหว่างรูปคือ กายส่วนล่างที่กระทบกับพื้น หรือเกิดจากอาการทางกายที่อยู่ในอิริยาบถใดอิริยาบถหนึ่งเป็น

^{๕๖} อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๖๐/๑๘๗.

เวลานาน แต่นักปฏิบัติไม่ควรกลัวต่อทุกขเวทนา เพราะขณะเกิดทุกขเวทนาความฟุ้งซ่านจะมีน้อยลง เนื่องจากไม่มีผู้ใดรักผู้อื่นมากกว่าตน เวทนาจึงจัดว่า เป็นอารมณ์ที่ดีในการกำหนดรู้

ความอดทนเป็นกุญแจไขประตูพระนิพพาน สุภาสิตบทนี้สอดคล้องกับพระพุทธพจน์ที่ตรัสสรรเสริญการเจริญขันติสังวร คือ ความอดทนต่อเวทนา เช่น ความเย็น ความร้อน ความหิวกระหาย สัมผัสของขุณฺเหเลอบ ฐุ แดด ความเจ็บปวดที่รุนแรงทางกายที่อาจคร่าชีวิตได้^{๕๗} ฉะนั้นนักปฏิบัติจึงควรอดทนกำหนดเวทนา ก่อน พระพุทธองค์ยังตรัสสรรเสริญความอดทนว่า ดูกรสารีบุตร ภิกษุในศาสนาฉันฉันทาหารแล้วนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่น ตั้งใจว่า トラบที่จิตของเรายังไม่พ้นจากอาสวะ เราจักไม่ยกเลิกการนั่งคู้บัลลังก์นี้ ดูกรสารีบุตร ภิกษุผู้มีความอดทนเช่นนี้ ฟังยังป่าสาละแห่งดงาม^{๕๘} พระพุทธองค์ตรัสไว้ในโพธิราชกุมารสูตรว่า “บุคคลจะบรรลุความสุขด้วยความสุขไม่ได้ แต่จะบรรลุความสุขได้ด้วยความทุกข์ พระดำรัสนี้แสดงถึงความอดทนโดยตรง”^{๕๙}

ในปัจจุบันมีการตำหนิว่า การอดทนต่อเวทนานี้เป็นอัตตกิลมถานุโยค คือ การเบียดเบียนตนให้ลำบากแล้วสอนให้พิจารณาสัจธรรมสัมปชัญญะและสัพพายสัมปชัญญะ ทั้งยังแนะนำไม่ให้อดทนต่อเวทนานั้น วิธีปฏิบัติดังกล่าวไม่สอดคล้องกับข้อความในมหาสติปัฏฐานสูตรนี้ และขัดแย้งกับพระพุทธดำรัสที่สอนให้กำหนดรู้เวทนาชั้นธว่า

ดูกรภิกษุทั้งหลาย พวกเธอพึงกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญา ฟังรู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริง เมื่อภิกษุกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญา รู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริงอยู่ ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนา^{๖๐}

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมรู้แจ้งเวทนาที่ไม่เที่ยงนั้น ว่าเป็นของไม่เที่ยง ปัญญาที่รู้แจ้งดังกล่าวของภิกษุนั้นเป็นสัมมาทิฏฐิ^{๖๑}

ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนื่องๆ ผู้ที่มีได้กำหนดรู้ทุกขเวทนาย่อมสำคัญตนเจ็บ, ตนเองเจ็บทั้งกายและใจ แต่ผู้ที่กำหนดรู้แล้วเกิดสมาธิในระดับหนึ่งที่สามารถครอบงำทุกขเวทนาได้โดยรู้เห็นว่าทุกขเวทนาเป็นเพียงสภาวะที่ทนได้ยาก ส่วนจิตที่กำหนดรู้เป็นนามธรรมอีกส่วนหนึ่ง รู้ว่าเจ็บกาย แต่ใจไม่เจ็บ เพราะในขณะนั้นไม่รู้สึกรู้ว่ามีตัวตนที่เจ็บอยู่ ความรู้สึกเช่นนี้เป็นความเจ็บทางกายแต่ใจไม่เจ็บ สามารถแยกเวทนาอยู่ส่วนหนึ่ง จิตส่วนหนึ่ง

^{๕๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๔/๑๔-๑๕.

^{๕๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๔๕/๓๐๘.

^{๕๙} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๒๗/๓๐๗.

^{๖๐} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๒/๔๓.

^{๖๑} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๑/๔๒.

มีเรื่องเล่าในนกุลปิตสูตรว่า สมัยหนึ่งพระพุทธองค์ประทับอยู่ที่แคว้นภคคะ ภูเขาสุมาระ ได้ตรัสแก่นกุลปิตาที่มาเฝ้าพระองค์ว่า ดูกรคฤหบดี ร่างกายนี้มีสภาพกระสับกระส่าย^{๖๒} ถูกหนังห่อหุ้มไว้เหมือนกับฟองไข เพราะบุคคลใดรักษาร่างกายนี้อยู่พึงรับรองว่า ร่างกายนี้เป็นสิ่งที่ไม่มีความคงทนเพียงชั่วครู่ เว้นจากความเป็นคนเขลาแล้ว จะมีสาเหตุอื่นอะไรเล่า ดูกรคฤหบดี เพราะเหตุนี้ เธอพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่าแม้ร่างกายของเราจะเจ็บอยู่ แต่ใจของเธอจะไม่เจ็บตามไปด้วย ดูกรคฤหบดี เธอพึงรู้อย่างนี้

นักปฏิบัติที่รับรู้ว่ามีเพียงอาการปวด ไม่มีสัจฐานของกายที่ปวด จะรู้สึกว่าการปวดไม่ใช่ส่วนหนึ่งของเรา ไม่มีเราอยู่ในอาการนี้ ความรู้สึกเช่นนี้ กำจัดสักกายทิฏฐิเพราะรู้ว่ามิใช่เพียงอาการปวดและจิตที่ตามรู้ ไม่มีอัตตาตัวตน ตัวเรา หรือของเรา แล้วปัญญาจะประจักษ์ชัดว่า อาการปวดและจิตที่ตามรู้เป็นคนละส่วนกัน หลังจากนั้นจะเกิดปัญญาเห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วในอาการปวด จิตที่ตามรู้ด้วยปัญญาที่เกิดขึ้นจัดว่า เห็นไตรลักษณ์จนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพานในที่สุด^{๖๓} ความเจ็บปวดในขณะนั้นมีลมพุ่งขึ้นมาจากท้อง ความแรงของลมทำให้ท้องของท่านแตก ลมใส่ไหลออกมากองบนเตียง ท่านกำหนดรู้ความปวดที่เกิดขึ้นแล้วบรรลุเป็นพระอรหันต์พร้อมด้วยปฏิสัมภิทา ได้บริษิพพานในที่นั้นนั่นเอง

การเห็นความไม่เที่ยงของเวทนาว่า เป็นสภาวะเกิดขึ้นและดับไปนี้ ไม่ใช่เป็นเพียงจินตนาการที่ตั้งอยู่บนสมมุติฐานว่า ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นย่อมเสื่อมสลายไปเป็นธรรมดา แต่เป็นการรู้แจ้งเห็นประจักษ์ด้วยประสบการณ์อย่างแท้จริง ว่าเวทนาเป็นเพียงความรู้สึก ที่เกิดขึ้นแล้วดำรงอยู่ชั่วขณะแล้วหายไป การเห็นอย่างนี้เป็น การรับรู้ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปของเวทนา ต่อมานักปฏิบัติจะเห็นเวทนาว่าเกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็ว เหมือนจุดๆ หรืออนุเล็กๆ ที่เกิดดับถี่ยับ การเห็นอย่างนี้เป็น การรับรู้ความเกิดและดับไปของเวทนาอย่างแท้จริง^{๖๔}

ทุกข์ทางกาย และโทมนัสทางใจ ด้วยว่ามรรคนี้ บุคคลเจริญแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อดับทุกข์^{๖๕} เหมือนทุกข์ของพระติสสเถระเป็นต้นดับโทมนัส เหมือนอย่างโทมนัสของท้าวสักกะเป็นต้น ในเรื่องทั้งสองนั้นแสดงความดังนี้^{๖๖}

^{๖๒} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๑/๑.

^{๖๓} ที.อ. (บาลี) ๒/๓๘๙.

^{๖๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๓, ตูรายละเอียดยใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๘๘/๒๖๘-๒๖๙.

^{๖๕} ที.มหา.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๖๗.

^{๖๖} ที.อ. (บาลี) ๒/๓๖๒-๖๕

๕.๔.๒ ตัวอย่างการกำหนดเวทนาในคัมภีร์

เรื่องทุกข์ของพระติสสเถระ^{๖๗}

กรุงสาวัตถี บุตรของกุกุมภีชื่อติสสละทรัพย์ ๔๐ โกฏิออกบวชโดดเดี่ยวอยู่ในป่าที่ไม่มีบ้าน ภริยาของน้องชายท่าน ส่งโจร ๕๐๐ ให้ไปฆ่าท่านเสีย พวกโจรไปล้อมท่านไว้ ท่านจึงถามว่า ท่านอุบาสกมาทำไมกัน พวกโจรตอบว่า มาฆ่าท่าน ท่านจึงพูดขอรับรองว่า ท่านอุบาสกทั้งหลายโปรดให้ชีวิตอาตมาสักคืนหนึ่งเถิด พวกโจรกล่าวว่า สมณะใครจักประกันท่านในฐานะอย่างนี้ได้ พระเถระจับหินก้อนใหญ่ทุบกระดุกขาทั้งสองข้าง แล้วกล่าวว่าประกันพอไหม เหล่าโจรพวกนั้นยังไม่หลบไปกลับไปนอนเสียที่ใกล้จกรม พระเถระข่มเวทนา พิจารณาศีล อาศัยศีลที่บริสุทธิ์เกิดปีติและปราโมทย์ จากนั้น เจริญวิปัสสนา ทำสมณธรรมตลอดคืน ในยามทั้งสาม พออรุณขึ้น ท่านบรรลुพระอรหัตจึงเปล่งอุทานว่า

อุโภ ปาทานิ ภินทิตวา สญญมิตฺตสํมิ โว อหํ
 อญฺญิยามิ หรายามิ สราคมรณ อหํ^{๖๘}
 เอวามํ จินฺตยิตฺวาน ยถาภูตํ วิปสฺสิสํ
 สมฺปตฺเต อรุณคฺคฺมฺหิ อรหตฺตํ อปาปฺณิ.^{๖๙}
 เราทุบเท้าสองข้าง ป้องกันท่านทั้งหลาย เรา
 เอือมระอาในความตายทั้งที่ ยังมีราคะ เราคิดอย่างนี้แล้ว
 เห็นแจ้งตามเป็นจริง พอรุ่งอรุณมาถึง เราบรรลุพระอรหัต

เรื่องทุกข์ของภิกษุ ๓๐ รูป^{๗๐}

ภิกษุ ๓๐ รูป กลุ่มหนึ่ง เรียนกัมมัฏฐานในสำนักของพระผู้มีพระภาคเจ้าแล้วจำพรรษาในวัดป่า ทำกติกากันว่า ผู้มีอายุ เราควรทำสมณธรรม ตลอดคืนในยามทั้งสาม เราไม่ควรมาอ้างสำนักของกันและกัน แล้วต่างคนต่างอยู่ เมื่อภิกษุเหล่านั้นทำสมณธรรม ตอนใกล้รุ่งโงกหลับ เสือตัวหนึ่งมาจับภิกษุไปกินทีละรูปๆ ภิกษุไร ๆ มิได้เปล่งแม้วาจาว่า เสือคาบผมแล้วภิกษุถูกเสือกินไป ๑๕ รูป ด้วยอาการอย่างนี้ ถึงวันอุโบสถ ภิกษุที่เหลือก็ถามว่าท่านอยู่ที่ไหน และรู้เรื่องแล้วก็กล่าวว่า ถูกเสือกคาบควรบอกว่า บัดนี้เราถูกเสือกคาบไป ๆ แล้วอยู่กันต่อไป ต่อมาเสือกจับภิกษุหนุ่มรูปหนึ่ง โดยนัยก่อน

^{๖๗} ที.มหา.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๖๗.

^{๖๘} ที.มหา.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๖๗.

^{๖๙} ที.มหา.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๖๘.

^{๗๐} ที.มหา.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๖๘.

ภิกษุหนุ่มร้องว่า เสือขอรับ ภิกษุทั้งหลายถือไม้เท้า และคบเพลิงติดตามหมายว่าจะให้มันปล่อย เสือขึ้นไปยังเขาขาด ทางที่ภิกษุทั้งหลายไปไม่ได้ เริ่มกินภิกษุนั้น ตั้งแต่ไม้เท้า ภิกษุทั้งหลายนอกนั้น ได้แต่กล่าวว่าสัพบุรุษ บัดนี้ กิจที่พวกเราจะต้องทำไม่มีขึ้นชื่อว่าความวิเศษของภิกษุทั้งหลายย่อมปรากฏในฐานะเช่นนี้ ภิกษุหนุ่มนั้น นอนอยู่ในปากเสือ ชมเวทนาเจ็บปวด แล้วเจริญวิปัสสนา ตอนเสือกินถึงข้อเท้า เป็นพระโสดาบัน ตอนกินไปถึงหัวเข่าเป็นพระสกทาคามี ตอนเสือกินไปถึงท้อง เป็นพระอนาคามีตอนเสือกินไปยังไม่ถึงหัวใจ บรรลุพระอรหัตพร้อมด้วยปฏิสัมภิทา จึงเปล่งอุทาน ดังนี้ว่า

สีลวา วตตสมปนฺโน ปณฺณวา สฺสุมหาโต
 มุหุตฺตํ ปมาทมนฺวาย พฺยคฺเช โน รุทฺธมานโส
 ปณฺชรสฺสมี โส คเหตุวา สีลาย อุปรี กโต
 กามํ ขาทตุ มํ พฺยคฺโข อฏฺฐิจฺยา จ นฺหารุสฺส จ
 กิเลสฺส เขปฺยิสฺสामी ผุสฺสิสฺสामी วิมุตฺตียิ^{๗๑}

เรามีศีล ถึงพร้อมด้วยวัตร มีปัญญามีใจมั่นคงดีแล้ว อาศัยความประมาท ครุ่นหนึ่ง ทั้งที่มีใจไม่คิดร้ายในเสือ มันจับ ไว้ในกรงเล็บ พาไปไว้บนก้อนหิน เสือ จงกินเราถึงกระดูกและเอ็น เราจักทำกิเลสให้สิ้นไป จักสัมผัสมุตติ

เรื่องทุกข์ ของพระปีติมัลลเถระ^{๗๒}

ภิกษุรูปหนึ่งชื่อ ปีติมัลลเถระ ครั้งเป็นคฤหัสถ์ ท่านถือธงมาเกาะลังกา ถึง ๓ รัชกาล เข้าเฝ้าพระราชแล้ว ได้รับพระราชานุเคราะห์ วันหนึ่ง เดินทางไปประตูศาลาที่มีที่นั่งปูด้วยเสื่อลำแพน ได้ตรัสว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย รูปไม่ใช่ของท่าน ท่านจงละรูปนั้นเสีย รูปนั้นท่านละได้แล้ว จักมีเพื่อประโยชน์เกื้อกูล เพื่อความสุข ตลอดกาลนานแล้วคิดว่า มิใช่รูปเท่านั้น เวทนาไม่ใช่ของตน เขาทำพระบาลีนั้นให้เป็นหัวข้อ แล้วออกไปยังมหาวิหาร ขอบรรพชาอุปสมบท แล้วกระทำมาติกาให้ทั้งคล่องแคล่ว พาภิกษุ ๓๐ รูปไปยังลาน ณ ตำบลปรปาลี กระทำสมณธรรม เมื่อทำเดินไม่ไหว คุณเขาดูเดินจงกรม ในคืนนั้น พรานเนื้อผู้หนึ่งสำคัญว่าเนื้อ พุ่งหอกออกไป หอกแล่นถูกท่านถึงทะเล ท่านให้เขาชักหอกออก เอาเกลียวหญ้าอุดปากแผลให้เขาจับตัวนั่งบนแผ่นดินให้เขาเปิดโอกาส เจริญวิปัสสนา บรรลุพระอรหัตพร้อมด้วยปฏิสัมภิทา พยากรณ์แก่ภิกษุทั้งหลายที่พากันมาโดยให้เสียงไอ จาม เปล่งอุทานดังนี้ว่า

^{๗๑} ที.มหา.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๖๙.

^{๗๒} ที.มหา.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๖๙.

ภาสิตํ พุทฺธเสฏฺฐสฺส สพฺพโลกคฺคฺวาทีโน
 น ตุมฺหากมิตํ รุปํ ตํ ชเหยยถ วิกฺขโว
 อนิจฺจาวต สงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน
 อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺฌนฺติ เตสํ วุปฺสมํ สุโข^{๗๓}

พระพุทธเจ้าผู้ประเสริฐสุด ที่สรรเสริญกันว่า เลิศทุก
 แห่ล่งล้ำ ทรงภาษิตไว้ว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย รูปนี้มีไฉ
 ของท่าน ท่านทั้งหลายพึงละรูปนั้นเสีย สังขารทั้งหลายไม่
 เที่ยงหนอ มีเกิดและเสื่อมไปเป็นธรรมดา เกิดแล้วดับความ
 สงบระงับแห่งสังขารเหล่านั้น เป็นสุข

^{๗๓} ที่.มหา.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒/๒๗๐.

๕.๕ วิธีฝึกปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การตามดู ตามรู้ตามเห็นสภาวะอาการของจิตที่ปรากฏชัด เป็นการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ในหมวดว่าด้วยจิตตานุปัสสนาซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “อิธ ภิกขเว ภิกขุ สราคํ วา จิตตํ สราคํ จิตตุนติ ปชานาติ ...อวิมุตตํ วา จิตตํ ...ปชานาติ ฯ”^{๗๔} “ภิกษุในธรรมวินัยนี้ จิตมีราคะก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีราคะ’ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากราคะ...จิตหลุดพ้นแล้ว’ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตหลุดพ้นแล้ว’ จิตไม่หลุดพ้นก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่หลุดพ้น’”^{๗๕}

จิตมีธรรมชาติประภัสสร คือ ผุดผ่องตามปกติเหมือนน้ำใสสะอาดเพราะเป็นเพียงสภาวะเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น รู้รส รู้สัมผัส และนึกคิดเท่านั้น ปราศจากการปรุงแต่งหรือตอบสนองต่อสิ่งที่พบบอยู่ แต่จิตประกอบร่วมกับนามธรรมอีกอย่างหนึ่งเสมอ คือเจตสิก(สภาวะปรุงแต่งจิต) ดังนั้น จิตจึงเฝ้าหมองไปด้วยอำนาจของเจตสิกฝ่ายต่ำ คือ โลภะ โทสะ โมหะ เป็นต้น เหมือนน้ำใสสะอาดที่เปลี่ยนไปตามสีที่ผสม ฉะนั้น ตัวอย่างเช่น ในขณะที่วิญญูณทางตาเห็นรูปอย่างใดอย่างหนึ่ง จิตของทุกคนจะทำหน้าที่รู้รูปเป็นอารมณ์ แต่โลภะทำให้รู้สึกชอบสิ่งที่เห็น โทสะทำให้ไม่ชอบ ดังนั้น เจตสิกฝ่ายต่ำทำให้จิตเสียความเป็นกลางอยู่เสมอนี้ มีลักษณะที่พอใจหรือไม่พอใจ และเพิ่มพูนกิเลสมากขึ้นเรื่อย ๆ จิตที่มีใต้อบรมไว้ดีย่อมทำให้เหล่าสัตว์ติดอยู่ในบ่วงกิเลส ส่วนจิตที่อบรมดีแล้วย่อมส่งผลให้จิตเป็นอิสระหลุดพ้นได้โดยพลัน

ในการเจริญจิตตานุปัสสนานี้ จะเจริญก็ต่อเมื่อมีสภาวะอาการที่ปรากฏแจ่มชัด หรือแทรกเข้ามาในระหว่างที่กำลังกำหนดpong-ยุบ หรืออารมณ์อื่นใดในหมวดกายานุปัสสนาอยู่นั้น คือ ขณะที่กำลังติดตามพิจารณาอาการpong-ยุบหรือสภาวะก้าวอย่างอย่างใกล้ชิดอยู่นั้น ถ้าเกิด **จิตมีอาการแตกต่างไปจากปกติ**ปรากฏอย่างชัดเจนแทรกซ้อนเข้ามา ก็ให้กำหนดอารมณ์นั้นทันทีว่า มีอารมณ์อย่างไร เช่น เมื่อจิตมีราคะ โทสะ โมหะ ความหดหู่ ความฟุ้งซ่าน ความคิดนึก ความสงบ ความไม่สงบ ฯลฯ ก็รู้ชัดว่า จิตมีอารมณ์อย่างนั้น ๆ ตามความเป็นจริง^{๗๖} เมื่อจิตนั้น ๆ ดับไปด้วยอำนาจการตามกำหนดรู้แล้ว จึงกลับไปกำหนดกายานุปัสสนาอย่างเดิม

ผู้ปฏิบัติไม่ควรปฏิเสธความจริงหรืออารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ ที่มีอยู่ในปัจจุบันขณะ ไม่ควรเลือกอารมณ์กรรมฐานที่ดี ที่ตนเองชอบใจ แต่พอสิ่งที่ตนเองได้ประสพแล้วไม่ชอบใจ นี้แหละชื่อว่าเป็นสภาวะธรรมทางจิต ที่ควรกำหนดรู้ตามเป็นจริงในจิตว่า สภาพจิตมันเป็นอย่างไรเอง ควรกำหนดทันทีที่รับรู้อารมณ์นั้นๆ ก็จะทำลายนิเวศนั้น แต่ถ้ากำหนดรู้ไม่ทันก็จะกลายเป็นนิเวศ ที่จริงแล้วความฟุ้งซ่านเกิดจากฉันทะที่ต้องการจะคิด จึงคิดฟุ้งซ่านไป เรา มักต้องการคิดให้จบเรื่อง ใจเพลิดเพลิดกับความคิดนั้นๆ วิธีกำจัดความฟุ้งซ่านที่ดีที่สุด ก็คือ

^{๗๔} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๑/๒๕๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕., ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๔/๘๓.

^{๗๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๔/๘๓, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

^{๗๖} ดูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๓/๑๑๐.

กำหนดให้รู้เท่าทัน ความฟุ้งซ่านก็จะค่อย ๆ ลดน้อยลงไปเอง อุปมาเหมือนเราดูหนังที่ฟิล์มขาดบ่อย ๆ ก็จะไม่อยากดู หรือเหมือนรถม้าที่ถูกกระซางบังเหียนบ่อย ๆ ก็จะไม่วิ่งไปได้ สม่่าเสมอไม่ออกนอกทาง

ผู้ที่หยั่งเห็นความเกิดดับของจิตอยู่อย่างนี้ ย่อมปราศจากความยึดมั่นในโลก แห่งอุปาทานขันธ เขาไม่ทำกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อสร้างภพชาติ จึงบรรลุความพ้นทุกข์ด้วยการเจริญจิตตานุปัสสนานี้

เมื่อศาสนาพุทธยังไม่อุบัติในโลก มีเศรษฐีคนหนึ่ง ในเมืองพาราณสี ยินดีคนสัญจรไปมาอยู่เขาได้พบสามีภรรยาคนหนึ่งเดินผ่านมา ครั้นเห็นความงามของหญิงนางนั้น แล้วเกิดความพอใจเพราะชาติสติชั่วขณะ แต่เมื่อรู้ว่าได้เกิดอกุศลจิตคิดปรารถนาต่อภรรยาผู้อื่น จึงเกิดความสลดใจแล้ว กำหนดรู้จิตที่ประกอบด้วยความพอใจนั้น เขาได้เกิดสมาธิแน่นแน่วขึ้น และเกิดปัญญาหยั่งเห็นความเกิดดับของจิต แล้วบรรลุวิปัสสนาญาณขั้นต่างๆ จนกระทั่งบรรลุเป็นพระปัจเจกพุทธเจ้าในที่สุด^{๗๗}

๕.๕.๑ การกำหนดต้นจิต

การกำหนดต้นจิต เป็นการกำหนดรู้นามที่เป็นใหญ่ในกองสังขาร ซึ่งทำหน้าที่สังการควบคุมพฤติกรรมทั้งหมดของรูป เพื่อให้โยคีบุคคลรู้เท่าทันจิตที่ต้องการเปลี่ยนจากอิริยาบถหนึ่งไปสู่อีกอิริยาบถหนึ่ง ใจจะโน้มมาต้องการขึ้นมาก่อน เช่น จิตอยากจะทำก็กำหนด“อยากจะทำโน่นๆ” จิตอยากจะทำก็กำหนด “อยากจะทำโน่นๆ” เป็นต้น

คำว่า “อยาก” ในที่นี้ มิได้สื่อความหมายที่เป็นตัณหา แต่เป็นความต้องการที่ประกอบด้วยกุศล เป็นความพอใจที่จะบำเพ็ญภาวนากุศลในการปฏิบัติธรรม แต่อย่างไรก็ตามผู้ปฏิบัติจะเริ่มฝึกการกำหนดต้นจิตเมื่อสมาธิเริ่มแก่กล้าเห็นรูป – นามเริ่มปรากฏชัด กล่าวคือสามารถแยกรูปแยกนามได้ เมื่อโยคีมีจิตที่ว่องไวจึงสามารถกำหนดต้นจิตได้

อาเนสังสการกำหนดต้นจิต

๑.กำหนดเพื่อละความอยาก คือ ไม่ให้ความอยากเกิดขึ้น

๒.เพื่อตัดกำลังของราคะ โทสะ โมหะ มานะ ทิฏฐิ ตัณหา อุปาทาน อวิชชา เป็นต้น ไม่ให้กำเริบ ฟุ้งซ่าน รมกวนจิตใจในขณะที่ปฏิบัติธรรม

๓.เพื่อละตัณหา คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา

๔.เพื่อค้นรูปค้นนาม แยกรูปนามออกจากกันให้ปรากฏชัด

๕.เพื่อให้จิตเข้าถึงสภาวะที่เป็นธรรมชาติ เป็นกลาง อันเป็นฐาน ที่ถูกต้อง และ

แท้จริงของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

๖.เพื่อตัดอารมณ์ที่เป็นอดีตและอนาคตให้หมดไป คงปัจจุบันธรรมไว้เท่านั้น

^{๗๗} ขุ.ชา.อสีติ.อ. (ไทย) ๖/๓๓

๗. เพื่อละวิปัสสนาทั้งหลาย มีทวิวิปัสสนา เป็นต้น
๘. เพื่อสนับสนุนอุปถัมภ์วิปัสสนาให้สมบูรณ์ได้เร็วยิ่งขึ้น
๙. ทำให้สติสมบูรณ์ เมื่อสติสมบูรณ์ดีแล้ว อินทรีย์ทั้ง ๕ ก็จะสมดุลงันโดยอัตโนมัติ
๑๐. เพื่อทำองค์ของผู้ปฏิบัติให้ครบองค์ ๓ คือ อาตภาพิ สติมา สัมปชานา
๑๑. เพื่อให้ผู้ปฏิบัติรู้ทันกระบวนการของจิต

๕.๕.๒ วิธีกำหนดจิตคิด

การตามกำหนดรู้จิต โยคีผู้ปฏิบัติควรเอาใจใส่เป็นพิเศษ เพราะการกำหนดรู้จิตนั้น เป็นของละเอียดอ่อนมาก ถ้ากำหนดไม่ถูกวิธีบางครั้ง ทำให้สับสนและฟุ้งซ่านมากขึ้น เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดและอาการมึนตึ๊งของศีรษะได้ด้วย อันเป็นปัญหาและอุปสรรคของนักปฏิบัติบางคน ที่ขาดความเข้าใจในเรื่องวิธีกำหนดรู้แบบนี้อย่างถูกต้อง ก่อนกำหนดต้องวางใจให้เป็นปกติเสมือนหนึ่งไม่มีอะไรเกิดขึ้นมาก่อน เพราะเมื่อไม่มีสภาวะลักษณะอย่างนี้ ใจก็เป็นปกติ ไม่มีชอบหรือชัง แต่พอสภาวะนี้เข้ามาทำให้ใจเราเสียความเป็นปกติไป ฉะนั้น การกำหนดต้องดูด้วยสติปัญญาให้รู้ตามความจริงที่เกิดขึ้น ไม่ต้องไปคิดปรุงแต่งหรือใส่ข้อมูลอื่นใดเข้าไปอีก ขอให้กำหนดรู้อย่างเดียว มันเกิดอะไร คิดอะไรก็ให้กำหนดรู้ไปตามนั้น เพราะเรามีหน้าที่กำหนดรู้ตามความเป็นจริงที่เกิดขึ้น เพื่อให้รู้เท่าทันความเป็นจริงที่เกิดขึ้น จนสามารถถอนอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นลงได้ เราไม่มีหน้าที่คิด แต่จิตมีหน้าที่คิด สติมีหน้าที่กำหนดรู้ก็ให้ดูไปตามนั้น ดังนี้

๑. อาการคิดเป็นธรรมชาติของจิต เรา(สติ)มีหน้าที่กำหนดรู้ กำหนดจนอาการคิดหาย ให้กำหนดเร็ว ๆ ว่า คิดหนอ ๆ ๆ , คิดถึงหนอ ๆ ๆ
 ๒. ต้องกำหนดเร็ว แรง ถี่ มีพลัง เหมือนหวดไม้ ว่า คิดหนอ ๆ ๆ ๆ ไม่ให้มีช่องว่าง
 ๓. ไม่ควรห้ามจิตไม่ให้คิด ทางที่ถูกคือต้องตามกำหนดรู้อาการคิดนั้นด้วยสติที่มีพลังมาก สมายิยอมเกิดขึ้น ความฟุ้งก็จะค่อยน้อยลง แล้วหมดไปในที่สุด
 ๔. ในการกำหนดความคิด ห้ามตามดูเรื่องราวที่คิด หน้าตาคนที่เราคิด ให้เพียงแต่กำหนดอาการของจิต ที่กำลังนึกคิดอยู่เท่านั้น
 ๕. เมื่ออินทรีย์แก่กล้า มีสมาธิตั้งมั่นแล้ว ให้ตามรู้ถึงการดับลงของความคิดนั้น ๆ นั้นด้วย พร้อมทั้งสังเกตรู้ถึงเยื่อใย(อุปาทาน)ที่ดับลงไปพร้อมกับอาการคิดนั้นด้วย
 ๖. เมื่อสมาธิตั้งมั่นเป็นอุเบกขาได้แล้ว ให้เพิ่มการรู้อาการดับของความคิดนั้น ๆ ที่ดับไปพร้อม ๆ กับจิตที่รู้คิด เป็นคู่ ๆ นั้นด้วย
- ในการกำหนดสภาวะจิตอื่น ๆ ก็มีลำดับขั้นตอนการกำหนดอย่างเดียวกัน

๕.๕.๓ วิธีกำหนดจิตประเภทต่าง ๆ

วิธีกำหนดจิตมีราคะ และจิตไม่มีราคะ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ภิกขุ สราคะ วา จิตฺตํ สราคะ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ” ภิกขุ จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีราคะ’ จิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากราคะ’

คำว่า ราคะ หมายถึงความกำหนัด ความยินดีเกี่ยวกับเรื่องเพศ แต่ในที่นี้หมายถึงความยินดีพอใจสิ่งที่มาปรากฏทางทวารทั้งหลาย ๖ โยคีพึงตามรู้เท่าทันจิตดังกล่าวโดยกำหนดว่า “ชอบหนอ โลภหนอ” ในบางขณะเมื่อกำหนดเพียงครั้งเดียว จิตดังกล่าวอาจสงบไปได้ แต่ถ้ายังไม่สงบก็กำหนดสติตามรู้ จนกว่าจิตจะสงบระงับไปทั้งหมด เมื่อจิตนั้นสงบแล้วก็พึงตามรู้จิตที่ผ่องใสปราศจากราคะ โดยกำหนดว่า “รู้หนอ” จิตดังกล่าวชื่อว่า จิตปราศจากราคะ

วิธีกำหนดจิตมีโทสะ และจิตไม่มีโทสะ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “สโทสํ วา จิตฺตํ สโทสํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ วิตโทสํ วา จิตฺตํ วิตโทสํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ” ภิกขุ จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีโทสะ’ จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากโทสะ’

จิตที่หงุดหงิด ไม่พอใจ โกรธ อาฆาต หรือปองร้าย ชื่อว่า จิตที่มีโทสะ โยคีพึงตามรู้ จิตดังกล่าว จนกว่าจะสงบไป โดยกำหนดว่า “โกรธหนอ” เป็นต้น เมื่อจิตนั้นสงบแล้วก็พึงตามรู้ จิตที่ผ่องใสปราศจากโทสะ โดยกำหนดว่า “รู้หนอ” จิตดังกล่าวชื่อว่า จิตปราศจากโทสะ

วิธีกำหนดจิตมีโมหะ และจิตไม่มีโมหะ

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “สโมหํ วา จิตฺตํ สโมหํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ วิตโมหํ วา จิตฺตํ วิตโมหํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ” ภิกขุ จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีโมหะ’ จิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตปราศจากโมหะ’

จิตที่ประกอบด้วยความสงสัย จิตที่ประกอบด้วยความฟุ้งซ่าน ชื่อว่า จิตที่มีโมหะ โยคีพึงตามรู้จิตที่สงสัยว่า “สงสัยหนอ” และตามรู้จิตที่ซัดส่ายฟุ้งซ่านว่า “คิดหนอ” หรือ “ฟุ้งหนอ” เมื่อจิตนั้นสงบไปแล้วก็พึงตามรู้จิตที่ผ่องใสปราศจากความสงสัยหรือความฟุ้งซ่านโดยกำหนดว่า “รู้หนอ” จิตดังกล่าวชื่อว่า จิตปราศจากโมหะ

วิธีกำหนดจิตหตฺถุ และจิตฟุ้งซ่าน

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “สงฺขิตฺตํ วา จิตฺตํ ...ปชานาติ วิกฺขิตฺตํ วา จิตฺตํ ...ปชานาติ สมหิตฺตํ วา จิตฺตํ ...ปชานาติ อสมหิตฺตํ วา จิตฺตํ ...ปชานาติ วิมุตฺตํ วา จิตฺตํ ..ปชานาติ อวิมุตฺตํ วา จิตฺตํ ... ปชานาติ”

ภิกษุ จิตหดหู่ก็รู้ชัดว่า ‘จิตหดหู่’ จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่า ‘จิตฟุ้งซ่าน’ จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตเป็นสมาธิ’ จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่เป็นสมาธิ’ จิตหลุดพ้นแล้ว ก็รู้ชัดว่า ‘จิตหลุดพ้นแล้ว’ จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่หลุดพ้น’^{๗๘}

จิตที่หดหู่เชื่อมชื่อ่ว่า สังขิตตจิต จิตที่ซัดสายฟุ้งซ่าน ชื่อว่าวิกขิตตจิต จิตที่ตั้งมั่น ชื่อว่าสมาคิตตจิต จิตที่ไม่ตั้งมั่นชื่อว่าอสมาคิตตจิต จิตที่พ้นจากกิเลสชั่วคราวด้วยการเจริญสติ ระลึกชื่อว่าเป็นวิมุตตจิต จิตที่ถูกความฟุ้งซ่านครอบงำไม่ให้พ้นไปจากกิเลสชื่อว่า อวิมุตตจิต จิตดังกล่าวนี้ก็เป็นอารมณ์ของการเจริญวิปัสสนาตามสมควร โดยนักปฏิบัติพึงกำหนดว่า “ง่วงนอน” “ซึมม่นอน” เป็นต้น

วิธีกำหนดจิตของผู้มีฌาน

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “มหัคคตํ วา จิตตํ ... ปชานาติ อมหัคคตํ วา จิตตํ ... ปชานาติ สอตุตฺตรํ วา จิตตํ ... ปชานาติ อนนุตฺตรํ วา จิตตํ ... ปชานาติ

“จิตเป็นมหัคคตะก็รู้ชัดว่า ‘จิตเป็นมหัคคตะ’ จิตไม่เป็นมหัคคตะก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่เป็นมหัคคตะ’ จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า ‘จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า’ จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า ‘จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า’

ผู้ที่บรรลุฌานแล้ว พึงตามรู้จิตที่เกิดก่อนหรือ หลังฌานจิตว่าไม่ใช่มหัคคตจิต (อวมัคคตจิต) และมีจิตอื่นเหนือกว่า(สอตุตตรจิต) เมื่อออกจากฌานแล้วก็พึงตามรู้ฌานจิตทันทีว่าเป็นจิตที่ประเสริฐ(มหัคคตจิต) และไม่มีจิตอื่นเหนือกว่า(อนนุตตรจิต)

อนึ่ง เมื่อออกจากรูปฌานแล้วบรรลुरुูปฌาน ก็พึงตามรู้รูปฌานว่าไม่ใช่มหัคคตจิต และมีจิตอื่นเหนือกว่า ส่วนอรูปฌานเป็นจิตที่ประเสริฐ และไม่มีจิตอื่นเหนือกว่า การตามรู้มหัคคตจิตและอวมัคคตจิต พร้อมทั้งสอตุตตรจิตและอนนุตตรจิต จึงเป็นวิสัยของท่านผู้บรรลุฌานเท่านั้น

^{๗๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕, ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๑๔/๘๓, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

๕.๖ วิธีฝึกปฏิบัติธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ธัมมานุปัสสนา เป็นการกำหนดรู้กายใจรวมทั้งอารมณ์ภายนอกที่เป็นสภาวะธรรมล้วน ไม่มีบุรุษสตรี ไม่มีภาวะบุคคล ความเป็นเรา เขา โดยมองเห็นว่ากายเป็นที่ประชุมของธาตุ เป็นภาวะคิดอ่านทำการ และไม่ยึดว่าเป็นธาตุของใคร ไม่ยึดว่าใครเป็นผู้คิด มีเพียงสภาวะธรรมทางกายและใจที่เกิดขึ้นและดับไปตามเหตุปัจจัย^{๗๙} ในหมวดที่ผ่านมา พระพุทธองค์ทรงแสดงสภาวะธรรมปัจจุบันที่จิตรับรู้ คือ กงรูป เวทนา และจิต โดยกงรูปจัดเป็นรูปขันธ์ เวทนาเป็นเวทนาขันธ์ และจิตเป็นวิญญาณขันธ์ แต่ในหมวดธัมมานุปัสสนานี้ทรงแสดงสภาวะธรรมที่เป็นรูปนามทั้งหมด

ในการเจริญธัมมานุปัสสนานี้ จะเจริญก็ต่อเมื่อมีสภาวะรูปนามที่ปรากฏแจ่มชัดขึ้นมากว่าอาการpong-ยุบหรืออาการอื่นใดในหมวดกายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนาและจิตตานุปัสสนานั้น คือ ขณะที่กำลังติดตามพิจารณาอาการpong-ยุบหรือสภาวะก้าวอย่างอย่างใกล้ชิดอยู่นั้น ถ้าเกิดอาการแปรปรวนของรูปนามไปจากปกติปรากฏอย่างชัดแจ้งเข้ามา ก็ให้กำหนดรู้สภาวะนั้นทันที เมื่อเกิดความพอใจรักใคร่ ความพยายาม ความหดหู่ท้อถอย ความฟุ้งซ่าน ราคะฉันทะหรือความลึกลับสงสัย(นิเวรณ)ก็ต้องกำหนดรู้ ได้ลิ้มรสหรือได้ถูกต้องสิ่งของก็ต้องกำหนดรู้ทันทีหรือเมื่อเกิดความไม่พอใจ ความละอาย ความเมตตา ความคิด ความเห็น ความโลภ ความโกรธ ความริษยา ฯลฯ ก็กำหนดรู้เช่นเดียวกันตามความเป็นจริง^{๘๐} เมื่ออาการของความคิดนึกและความจำได้หมายรู้^{๘๑} นั้น ๆ ดับไปด้วยอำนาจการตามกำหนดรู้^{๘๒} นั้นแล้ว จึงกลับไปกำหนดกายานุปัสสนาอย่างเดิม

การพิจารณากำหนดรู้สภาวะธรรม ต้องกำหนดรู้ไปตามลำดับตั้งแต่อย่างหยาบไปจนถึงอย่างละเอียดที่สุด ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติที่ลึกซึ้งกว่าการเห็นกาย เวทนา และจิตอย่างไรอย่างหนึ่งตามที่ได้ปฏิบัติมา ให้ความจริงแบบสัจจะคือ อริยสัจ การปฏิบัติไม่ใช่แค่ให้กำหนดรู้เรื่องสภาวะธรรมอันเป็นทุกข์ทั้งปวงเท่านั้น แต่ต้องมีการกำหนดรู้ทางดับทุกข์รวมไว้ด้วย^{๘๓} ดังนั้น สภาวะธรรมทั้งปวงในหมวดของธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ จำแนกออกได้เป็น ๕ หมวดคือ นิเวรณ ๕ ขันธ์ ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และอริยสัจ ๔^{๘๔} พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ธมฺเมสุ

^{๗๙} พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคณธรรมาภิมวรงค์, หน้า ๒๘๐.

^{๘๐} ดูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

^{๘๑} ทองสุข ทองกระจ่าง. อภิธรรมโชติศึกษาวิทยาลัย ม.จ.ร. เอกสารประกอบการศึกษา พระอภิธรรมทางไพบรณีย์ ชุดที่ ๑๐ วิปัสสนากรรมฐาน, (มปท., มปป.), หน้า ๑๗.

^{๘๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

ธมมานุปัสสี วิหริติ อาตาปี สมปชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิชฌาโทมนสฺส” มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ กำจัดอภิชฌาและโทมนสในโลกเสียได้^{๘๓}

๕.๖.๑ วิธีกำหนดนิเวศน์ธรรม

สภาวะธรรมที่กั้นหรือห้ามไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มี ๕ ประการดังนี้

๑. กามฉันทนิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความพอใจในกามคุณอารมณ์

๒. พยาบาทนิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ การผูกพยาบาท จองล้างจองผลาญผู้อื่น

๓. ถีนมิทชนิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มีอาการหดหู่และท้อถอยต่ออารมณ์ (ง่วงเหงา หาวนอน)

๔. อุทฺทจฺจกุกุกุจฺจนิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความฟุ้งซ่านและรำคาญในอารมณ์ (ใจตั้งอยู่ไม่ได้)

๕. วิจิกิจฉานิเวศน์ คือ ธรรมเป็นเครื่องกั้นไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความสงสัยลังเลใจ ในสิ่งที่ควรเชื่อ (มีพระรัตนตรัย เป็นต้น)^{๘๔}

วิธีการกำหนด

ก. วิธีกำหนดกามฉันทะ ความทะยานอยากในกาม มีก็รู้ชัด ไม่มีก็รู้ชัด จะเกิด หรือละได้ด้วยเหตุใดก็รู้ ความยินดีพอใจในกาม ชอบใจรูปสวย เสียงไพเราะ กลิ่นหอม รสอร่อย สัมผัสนุ่ม เป็นต้น กำหนดว่า “ดีหนอ ชอบหนอ” พอกามฉันทะดับลง กำหนดว่า “รู้หนอ”

ข. พยาบาท ความอาฆาต พยาบาทจองเวร คิดร้าย ถ้ามีก็รู้ชัด ไม่มีก็รู้ชัด จะเกิด หรือละได้ด้วยเหตุใดก็รู้ ไม่เกิดก็รู้ชัด กำหนดว่า “โกรธหนอ เคืองหนอ” พอพยาบาทดับลง กำหนดว่า “รู้หนอ”

ค. ถีนมิทชะ ความโง่งง หดหู่ ง่วงซึม มีอยู่ก็รู้ชัด ไม่มีก็รู้ชัด จะเกิดหรือละได้ด้วยเหตุใดก็รู้ ไม่เกิดก็รู้ กำหนดว่า “ง่วงหนอ ๑” พอถีนมิทชะดับลง กำหนดว่า “รู้หนอ”

ง. อุทฺทจฺจกุกุกุจฺจ ความฟุ้งซ่าน ร้อนใจ มีอยู่ก็รู้ชัด ไม่มีก็รู้ชัด จะเกิดหรือละได้ด้วยเหตุใดก็รู้ กำหนดว่า “คิดหนอ ๑” พออุทฺทจฺจกุกุกุจฺจดับลง กำหนดว่า “รู้หนอ”

จ. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัยไม่ตกลงใจ มีอยู่ก็รู้ชัด ไม่มีก็รู้ชัด จะเกิดหรือละได้ด้วยเหตุใดก็รู้ ไม่เกิดก็รู้ กำหนดว่า “สงสัยหนอ ๑” พอวิจิกิจฉาดับลง กำหนดว่า “รู้หนอ”^{๘๕}

^{๘๓} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓ , ที.ฎีกา (บาลี) ๒/๑๑๐.

^{๘๔} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๓๕/๓๐๑, อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๖๔/๕๔๙, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๔๑/๕๙๕.

^{๘๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), พระคันธสาราภิวังศ์ แพลและเรียบเรียง, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙ M.A, Ph.D.) ตรวจชำระ, มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๘๑.

เมื่อเอาสติเข้าไปกำหนดนิรณอย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว ก็ควรละทิ้งนิรณนั้นเสีย แล้วเอาสติกลับมากำหนด พองหนอ ยุบหนอ ต่อไป การปฏิบัติในข้อนี้ก็เพื่อจะกำจัดเสียซึ่งความมีตัวตน เรา เขา สัตว์ บุคคล ความจริงแล้วมีแต่รูป มีแต่นามเท่านั้น

การปฏิบัติธรรมต้องอาศัยสติกำหนดรู้ การตามดูรู้ทันสภาวะธรรม คือ นิรณ ๕ รู้ชัดในขณะนั้น ๆ ว่านิรณแต่ละอย่าง ๆ มีอยู่ในปัจจุบันขณะ และพิจารณาธรรมอันเป็นสภาวะโดยรวมทั้งรูปธรรมและนามธรรม^{๕๖}

พิเศษ : วิธีกำหนดอาการง่วง

๑. ขณะรู้สึกง่วง ต้องกำหนด เร็ว แรง ถึหนัก ๆ ว่า “ง่วงหนอ ๆ ๆ”
๒. ถ้าไม่หาย ให้กำหนดพอง-ยุบ สลับกันจิตที่เชื่อมซึมนั้นว่า “พองหนอ..ซึมนหนอ” ยุบหนอ...ซึมนหนอ”
๓. ถ้าไม่หาย ให้ยืดตัวขึ้น สะบัดตัว ตั้งตัวให้ตรงแล้วกำหนดต่อ ด้วยการมีสติกำหนดรู้ตามอาการ / เฟงที่อาการพองยุบให้ชัด/ปริกรรมให้แรงขึ้น
๔. ถ้าไม่หาย ลุกขึ้นยืนกำหนดว่า ยืนหนอ – ถูกหนอ (ที่ฝ่าเท้าถูกพื้น)
๕. ถ้าไม่หาย ลุกขึ้นเดินจงกรม ๑ ระยะเร็ว/วิ่ง/กวาดขยะ/ทำงานที่จะทำให้เหงื่อออก/ทำอิริยาบถย่อย/เดินถอยหลัง/เช็ดถูห้อง
๖. บัลลังก์ต่อไป ให้เดินมากกว่านั่งประมาณ ๑๕ นาที เพื่อเพิ่มความเพียร และควรอยู่ในที่แจ่ม มีแสงสว่าง อย่าปฏิบัติในที่มืด
๗. พักผ่อนให้เพียงพอ อย่างน้อย ๖ ชั่วโมง และกำหนดนอนจนหลับหลังฉันทเพลประมาณ ๔๐-๕๐ นาที เมื่ออินทรีย์แก่กล้าจะตื่นก่อนสัญญาณระฆัง ๕ นาทีโดยอัตโนมัติ

๕.๖.๒ วิธีกำหนดอุปาทานชั้นที่ ๕

ชั้นที่ ๕ เป็นอารมณ์ของอุปาทาน ฉะนั้น จึงเรียกว่า อุปาทานชั้นที่ ๕ มี ๕ ประการ คือ

๑. รูป สสารหรือปรมาณูเล็กๆ ภายในร่างกาย ที่แปรปรวนด้วยเหตุภายในและเหตุภายนอก ได้แก่ ความเย็น ความร้อน ความหิว ความกระหาย และสัมผัสของยุง เหลือบ ริน ไโร หมายถึง ธาตุทั้ง ๔ อันได้แก่ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม พร้อมด้วยรูปที่อาศัยธาตุทั้ง ๔ (อุปาทายรูป) อันได้แก่ สี เสียง เป็นต้น ที่รวมตัวกันเป็นส่วนหนึ่งของร่างกายหรือวัตถุสิ่งของ
๒. เวทนา สภาวะรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือวางเฉย ทำหน้าที่ตอบสนองว่าสิ่งที่จิตรู้เป็นอย่างไร

^{๕๖} ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/๑๔๑/๖๑๔-๖๑๖., ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑-๔๐๒/๓๑๘-๓๓๘.

๓. สัญญา สภาวะจำได้หมายรู้ว่าเป็นสีเหลือง สีแดง สีขาว ฯลฯ ทำหน้าที่หมายรู้ว่าเป็นอะไร

๔. สังขาร สภาวะปรุงแต่ง หมายถึง ความตั้งใจ และสภาวะธรรมทางใจอื่นๆ ที่เกิดร่วมกับจิตอันได้แก่ ความโลภ โกรธ ฯลฯ

๕. วิญญาณ สภาวะจิตที่รู้อารมณ์ทางทวาร ๖ ด้วยการเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส และนึกคิดเรื่องราว

ตัวอย่างเช่น เวลาอ่านหนังสือ วิญญาณหรือจิตทำหน้าที่อ่านโดยเห็นอักษรทางตา สัญญาทำหน้าที่จำได้รู้ความหมายนั้น เวทนาทำหน้าที่ตอบสนอง เป็นความรู้สึกดี ไม่ดี หรือวางเฉยในสิ่งที่กำลังอ่านอยู่ สังขารทำหน้าที่ตั้งใจอ่านต่อไป หรือหยุดอ่าน หรือไปอ่านเชิงอรรถเพิ่มเติม

วิธีปฏิบัติ

ผู้ปฏิบัติที่กำหนดรู้อาการpong-อาการyup ย่อมรู้ชัดว่าอาการpong-yup เป็นเพียงโผฏฐัพพรูปที่เคลื่อนไหวโดยเนื่องด้วยลม(วาโยธาตุ) ไม่ใช่เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี pong-yup ไม่ใช่เรา และไม่มีเราอยู่ในpong-yup นอกจากนี้ อาการpong-อาการyup มีสภาพไม่เที่ยง เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปตามธรรมชาติ อาการตั้ง(pong)ออกดำเนินไปชั่วขณะ แล้วสิ้นสุดลง จึงเกิดยุบลง การรับรู้เช่นนี้เป็นกำหนดรู้รูปขันธ์ คือรูป ความเกิดของรูป และความดับของรูป

ในบางขณะที่กำหนดรู้อาการpong-yup อยู่อย่างต่อเนื่อง นักปฏิบัติอาจรู้สึกสบายใจเกิดความปีติโสมนัส ควรกำหนดว่า “อิมใจหนอ” การรับรู้ความโสมนัสอย่างนี้ เป็นการกำหนดรู้เวทนาขันธ์

ในบางขณะอาจพิจารณาด้วยสัญญาตามที่เคยเรียนรู้มาก่อนว่า อาการpong-yup เป็นวาโยธาตุ จัดเป็นรูป จิตที่กำหนดรู้เป็นนาม ควรกำหนดว่า “จำได้หนอ” หรือ “รู้หนอ” การรับรู้เช่นนี้เป็นกำหนดรู้สัญญาขันธ์

ในบางขณะความโลภหรือโกรธอาจปรากฏขึ้นในใจ ควรกำหนดว่า “โลภหนอ” หรือ “โกรธหนอ” การรับรู้สภาพปรุงแต่งอย่างนี้เป็นการกำหนดรู้สังขารขันธ์

ในขณะที่เห็น ได้ยิน ฯลฯ ควรกำหนดว่า “เห็นหนอ” “ได้ยินหนอ” การรับรู้จิตที่เห็นนี้เป็นกำหนดรู้วิญญาณขันธ์

โยคีผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ขันธ์ ๕ ภายในตน ในบางขณะอาจอนุমানรู้ขันธ์ ๕ ของผู้อื่นได้อีกด้วย โดยเข้าใจว่าขันธ์ของตนมีสภาวะอย่างไร ขันธ์ของผู้อื่นก็มีสภาวะอย่างนั้น เขายังเห็นความเกิดขึ้นและดับไปของขันธ์ ๕ อย่างนี้แล้ว ย่อมไม่ยินดีและยึดมั่นสิ่งใดสิ่งหนึ่งในโลกว่าเที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้

๕.๖.๓ วิธีกำหนดอายตนะ ๑๒

อายตนะ แปลว่า ที่อาศัยของจิตและนามธรรมที่เกิดร่วมกับจิต (เจตสิก) จำแนกออกเป็นอายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ และอายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สิ่งที่สัมผัส และธรรมารมณ (มโนสัมผัส) ^{๘๗} จะเห็นได้ว่า อายตนะเหล่านี้ เป็นที่ตั้งของจิตและเจตสิก ถ้าไม่มีตาและรูป จิตที่รู้อารมณ์ผ่านทางตาก็ปรากฏไม่ได้ ถ้าไม่มีหูและเสียง จิตที่รู้อารมณ์ผ่านทางหูก็ปรากฏไม่ได้ ถ้าไม่มีจมูกและกลิ่น จิตที่รู้อารมณ์ผ่านทางจมูกก็ปรากฏไม่ได้ ถ้าไม่มีลิ้นและรส จิตที่รู้อารมณ์ผ่านทางลิ้นก็ปรากฏไม่ได้ ถ้าไม่มีกายและสัมผัส จิตที่รู้อารมณ์ผ่านทางกายก็ปรากฏไม่ได้ ถ้าไม่มีจิตรู้และมโนสัมผัส จิตที่รู้อารมณ์ผ่านทางภายในใจก็ปรากฏไม่ได้

ตัวอย่างเช่น เมื่อมีรูปมาปรากฏทางตา จิตที่เห็นรูปทางตาซึ่งเรียกว่า จักขุวิญญาณจิต ย่อมเกิดขึ้นทำหน้าที่เห็นโดยอาศัยตา คนตาบอดไม่สามารถเห็นได้ เพราะไม่มีตาเป็นสื่อผ่านถึงประตูดุ ตาจึงเป็นธาตุรับ รูปเป็นธาตุกระทบ ส่วนจิตเป็นธาตุรู้ แม้เสียงก็ปรากฏผ่านประตูหู ย่อมก่อให้เกิดจิตที่ได้ยินเสียง ดังนี้ เป็นต้น

การเจริญสติระลึกรู้อายตนะภายในและภายนอกนี้ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติธรรมยังเห็นโลกทัศน์ภายในและภายนอกว่า ไม่ใช่ตัวตน มีเพียงกระบวนการเชื่อมโยงกันโดยความเป็นธาตุรับ ธาตุกระทบ และธาตุรู้ ปราศจากตัวเรา ของเรา ที่เที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้

ผู้ที่ไม่อาจแยกแยะขอบเขตของรูปนามในโลกภายในและภายนอกย่อมหลงผิดปรุงแต่งสิ่งที่ใจรับรู้ตลอดเวลา ส่งผลให้กิเลสสั่งสมพอกพูนขึ้น แต่ผู้ที่กำหนดรู้ด้วยปัญญาพิจารณาอย่างถูกต้อง ย่อมไม่ทำปฏิกริยาปรุงแต่งด้วยความชอบหรือไม่ชอบ ส่งผลให้กิเลสอ่อนกำลังลง จนในที่สุดก็ถูกละได้โดยเด็ดขาดด้วยมรรคญาณ

วิธีปฏิบัติ

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักตาด้วย ย่อมรู้จักรูปด้วย หนึ่งสังโยชน์(เครื่องผูก) ย่อมเกิดขึ้น อาศัยตาและรูปทั้ง ๒ นั้นอันใด ย่อมรู้จักอันนั้นด้วย หนึ่งความที่สังโยชน์ อันยังไม่เกิดขึ้น ย่อมเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย หนึ่งความที่ละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วเสียได้ ด้วยประการใด ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย หนึ่งความที่สังโยชน์ อันตนละเสียแล้ว ย่อมไม่เกิดขึ้นต่อไปได้ด้วยประการใด ย่อมรู้จักประการนั้นด้วย.

ในหมวดนี้พระพุทธองค์ตรัสสอนให้นักปฏิบัติกำหนดรู้ตา รูป และสังโยชน์ ที่เกิดขึ้นในขณะที่เห็น ฯลฯ ความจริงแล้วการเจริญสติระลึกรู้ในขณะที่เห็น ก็คือการกำหนดรู้สภาวะเห็นเป็นหลัก โดยกำหนดว่า “เห็นหนอ” เพราะสามารถเห็นประจักษ์แก่ผู้ที่กำลังเห็นอยู่ สภาวะเห็นนี้ชื่อว่า จักขุวิญญาณจิต คือ จิตที่รู้อารมณ์ทางตา อย่างไรก็ตาม เมื่อนักปฏิบัติกำหนดรู้

^{๘๗} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙.

สภาวะเห็นอยู่ อาจรับรู้อุปสรรคที่เนื่องด้วยการเห็น คือ ตา (จักขุทวาร) และรูปที่เป็นสีต่าง ๆ (รูปารมณ) ได้บ้าง ในขณะที่นั้นก็พึงกำหนดรู้อุปสรรคเหล่านี้อีกด้วย

โยคีผู้ปฏิบัติสามารถรู้เท่าทันสภาวะเห็นได้ ก็จะมีเพียงสภาวะเห็นโดยไม่มีรูปร่างของสิ่งที่เห็น และสังโยชน์คือกิเลสเครื่องผูกมัดก็จะไม่เกิดขึ้น แต่ถ้าใจรับรู้ไปถึงรูปร่างของสิ่งที่เห็น ก็จะคิดปรุงแต่งและตอบสนองตามความรู้สึกของตน ส่งผลให้ความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบเกิดขึ้น ต่อมานักปฏิบัติควรกำหนดว่า “ชอบหนอ” “ไม่ชอบหนอ” หรือ “โกรธหนอ” การกำหนดรู้อย่างนี้ จัดเป็นการกำหนดสังโยชน์ที่เกิดขึ้น โดยเนื่องด้วยอายตนะ

มีวิธีกำหนดดังนี้

๑. รู้ชัดตา รู้ชัดรูป เครื่องร้อยรัด (สังโยชน์) ทั้งหลายอาศัยตาและรูปเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ ขณะเห็นรูปกำหนดว่า “เห็นหนอ ๆ” ขณะรู้ชัด กำหนดว่า “รู้หนอ”

๒. รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง เครื่องร้อยรัด (สังโยชน์) อาศัยหูและเสียงเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ ขณะได้ยินกำหนดรู้ว่า “ได้ยินหนอ ๆ” ขณะรู้ชัด กำหนดว่า “รู้หนอ”

๓. รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น เครื่องร้อยรัด (สังโยชน์) อาศัยจมูกและกลิ่นเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ ขณะรู้กลิ่นกำหนดรู้ว่า “กลิ่นหนอ” ขณะรู้ชัดกำหนดว่า “รู้หนอ”

๔. รู้ชัดลิ้น รู้ชัดรส เครื่องร้อยรัด (สังโยชน์) อาศัยลิ้นและรสเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ ขณะที่ลิ้มรสกำหนดว่า “รู้หนอ ๆ” ขณะรู้ชัดกำหนดว่า “รู้หนอ”

๕. รู้ชัดกาย รู้ชัดสัมผัส เครื่องร้อยรัด (สังโยชน์) อาศัยกายและสัมผัสเกิดขึ้น การเกิด การละ ดับไม่มี ก็รู้ชัดเหตุนี้ ขณะรู้สัมผัสกำหนดรู้ว่า “ถูกหนอ ๆ” ขณะรู้ชัด กำหนดว่า “รู้หนอ”

๖. รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณ เครื่องร้อยรัด (สังโยชน์) อาศัยใจและธรรมารมณเกิดขึ้น การเกิด การละ ดับไม่มี ก็รู้ชัดเหตุนี้ ขณะนี้ก็คิดกำหนดรู้ว่า “คิดหนอ ๆ” ขณะรู้ชัดกำหนดว่า “รู้หนอ”

๕.๖.๔ วิธีกำหนดโพชฌงค์ ๗

บุคคลไม่อาจบรรลุธรรมได้โดยการนั่งหลับตา โดยคิดนึก หรือปรารถนาเอาเองว่า สภาวธรรมจะปรากฏขึ้นเองในใจ แท้จริงแล้วมีเงื่อนไขสำคัญ ๆ ที่เป็นรากฐานของการบรรลุธรรม นั่นคือโพชฌงค์ องค์แห่งธรรมเป็นเครื่องตรัสรู้^{๘๘} ๗ ประการ^{๘๙} คือ

๑. สติสัมโพชฌงค์ ความระลึกได้ที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้
๒. ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ การวิเคราะห์ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้
๓. วิริยสัมโพชฌงค์ ความเพียรที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้
๔. ปิติสัมโพชฌงค์ ความอิมใจที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้
๕. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ความสงบกายใจที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้
๖. สมာธิสัมโพชฌงค์ ความตั้งจิตมั่นที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้
๗. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ความวางใจเป็นกลางที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้^{๘๙}

วิธีกำหนดโพชฌงค์

๑. สติสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ไม่มี ก็รู้ชัด, เกิดด้วยเหตุใดก็รู้ชัด, สติระลึกทั่วทั้งเป็น ปัจจุบันด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุานั้น, สติกำหนดจิตไม่หลุดขาดเลื่อนลอย แนบแน่นกับสภาวะอารมณ์ กำหนดรู้ว่า “รู้หนอ ๆ”

๒. ธรรมวิจยสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ไม่มี ก็รู้ชัด, เกิดด้วยเหตุใด ก็รู้ชัด, สมบูรณ์บริบูรณ์ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น, ปัญญาเห็นรูปนาม เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา กำหนดว่า “รู้หนอ ๆ”

๓. วิริยสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ไม่มี ก็รู้ชัด, เกิดด้วยเหตุใด ก็รู้ชัด, ความเพียรที่พอดี ย่อมเกิดขึ้นด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น, ทุกขณะที่เจริญสติอยู่ กำหนดว่า “รู้หนอ ๆ”

๔. ปิติสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ไม่มีก็รู้ชัด, เกิดด้วยเหตุใด ก็รู้ชัด, ความเอิบอิมใจต่าง ๆ เกิดขึ้นด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น, ขณะปฏิบัติธรรมอยู่ให้กำหนดว่า “ปิติหนอ ๆ” “อิมเอิบหนอ” หรือ “รู้หนอ ๆ”

๕. ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ไม่มี ก็รู้ชัด, เกิดด้วยเหตุใดก็รู้ชัด, บริบูรณ์ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนั้น, ความสงบทั้งกายและใจที่เกิดขึ้น กำหนดว่า “สงบหนอ ๆ” หรือ “รู้หนอ ๆ”

๖. สมာธิสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ไม่มี ก็รู้ชัด, เกิดด้วยเหตุใดก็รู้ชัด, สมာธิชั่วขณะหรือ แนบแน่นในสภาวธรรมปัจจุบันปราศจากนิรวณด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนั้น เห็นความจริงของสภาวธรรมตามจริง กำหนดว่า “รู้หนอ ๆ”

^{๘๘} นายแพทย์ชินโอสถ หัสป่าเรอ, วิธีการสร้างโปรแกรมจิต เพื่อใช้สมองอย่างคอมพิวเตอร์, (กรุงเทพมหานคร : นิตยสารโลกทิพย์), หน้า ๑๐๙.

^{๘๙} ดุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑.

๗. อุเบกขาสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ไม่มีกิเลสชัด, เกิดด้วยเหตุใดก็รู้, การรู้ความสม่ำเสมอ
กันของความเพียร (วิริยะ) กับความตั้งใจมั่น (สมาธิ) และ ความเชื่อ (ศรัทธา) เสมอกับความรู้
แจ้ง (ปัญญา) กำหนดว่า “รู้หนอ ะ”^{๙๐}

เมื่อโพชฌงค์ ๗ ประการที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้วอย่างนี้ ฟังหวังผลานิสงส์ ๗
ประการ คือ

๑. จะได้บรรลอรหัตตผลทันทีในปัจจุบัน
๒. หากในปัจจุบันยังไม่ได้บรรลุ ก็จะได้บรรลุในเวลาใกล้ตาย
๓. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ จะได้เป็นพระอนาคามีผู้
อันตราปริณิพายี^{๙๑} เพราะโอรัมภาคียสังโยชน์ (สังโยชน์ เบื้องต่ำ) ๕ ประการสิ้นไป
๔. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ และไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้
อันตราปริณิพายีจะได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปริณิพายี^{๙๒} เพราะโอรัมภาคียสังโยชน์ ๕
ประการสิ้นไป
๕. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ ไม่ได้เป็นพระ อนาคามีผู้
อันตราปริณิพายี และไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปริณิพายี จะได้เป็นพระอนาคามีผู้สัง
ขารปริณิพายี เพราะ โอรัมภาคียสังโยชน์ ๕ ประการสิ้นไป
๖. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้
อันตราปริณิพายี ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปริณิพายี และไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้สัง
ขารปริณิพายี^{๙๓} ก็จะได้เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปริณิพายี เพราะโอรัมภาคียสังโยชน์ ๕
ประการสิ้นไป
๗. หากในปัจจุบันและในเวลาใกล้ตายยังไม่ได้บรรลุ ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้อันตราปริณิพายี
ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปริณิพายี ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปริณิพายี และ
ไม่ได้เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปริณิพายี^{๙๔} จะได้เป็นพระอนาคามีผู้อุทรังโสโตกนิภูฏคามิ^{๙๕}
เพราะโอรัมภาคียสังโยชน์ ๕ ประการสิ้นไป^{๙๖}

^{๙๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/ ๓๘๕/๓๒๐-๓๒๓.

^{๙๑} ส.ม.อ. (บาลี) ๓/๑๘๔/๒๑๐, อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๙๒} ส.ม.อ. (บาลี) ๓/๑๘๔/๒๑๐, อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๙๓} ส.ม.อ. (บาลี) ๓/๑๘๔/๒๑๐, อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๙๔} ส.ม.อ. (บาลี) ๓/๑๘๔/๒๑๐, อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๙๕} ส.ม.อ. (บาลี) ๓/๑๘๔/๒๑๐, อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๒.

^{๙๖} ส.มหา. (ไทย) ๑๙/๑๘๔/๑๑๖.

๕.๖.๕ วิธีกำหนดอริยสัจ ๔^{๙๗}

ความจริงอันประเสริฐมี ๔ อย่าง คือ

๑. ทุกขสัจ คือ สภาวะที่บีบคั้น ไม่น่าปรารถนา ไม่น่าพอใจ แบ่งออกเป็น ๗ ประเภท คือ

๑.๑) ทุกข์ ทุกข์แท้ที่ทนได้ยาก คือ ความทุกข์กายอันได้แก่ความเจ็บปวด ความไม่สบายใจ ความเศร้าโศกเสียใจ

๑.๒) วิปริณามทุกข์ ทุกข์แปรปรวนคือ ความสุขทางกายใจ ซึ่งมีได้คงอยู่ตลอดไป เมื่อแปรปรวนไปก็ทำให้ผู้ที่ได้รับความสุขเกิดความทุกข์

๑.๓) สังขารทุกข์ ทุกข์ประจำสังขารคือ รูปนามทั้งหมดที่เป็นโลกียธรรมพร้อมทั้งอุเบกขาเวทนา ยกเว้นตัณหา

๑.๔) ปฏิจันนทุกข์ ทุกข์ปกปิด คือ ทุกข์ที่คนอื่นรับรู้ไม่ได้ เช่น ปวดหัว ปวดฟัน ตัวร้อน ความลำบากกาย ความลำบากใจ ความโหม่นส่น้อยใจ หรือทุกข์ไม่ปรากฏชัด

๑.๕) อปฏิจันนทุกข์ ทุกข์ไม่ปกปิด เช่น ความทุกข์กายที่เกิดจากแผลมีด แผลหอก แผลไม้ ฝี่ หรือทุกข์ปรากฏชัด

๑.๖) นิปริยายทุกข์ ทุกข์โดยตรง คือ ทุกข์เวทนา

๑.๗) ปริยายทุกข์ ทุกข์โดยอ้อม คือ ชาติทุกข์เป็นต้น

กล่าวโดยย่อ อุปาทานชั้น ๕ ชื่อว่า ทุกข์^{๙๘}

๒. สมุทยสัจ คือ ตัณหา ความเพติดเพลินยินดีอุปาทานชั้น ๕ ว่าเป็นสิ่งที่ดึงดูดนำพอใจ(กามตัณหา) ความผูกพันที่มีความเห็นผิดว่าภพเที่ยง(ภวตัณหา) และความผูกพันที่มีความเห็นผิดว่าภพขาดสูญ (วิภวตัณหา)^{๙๙}

๓. นิโรธสัจ คือ ความดับทุกข์ ความดับของทุกขสัจที่เป็นรูปนามทั้งหมด เมื่อนักปฏิบัติบรรลุมรรคญาณ รับเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์แล้วย่อมหยั่งเห็นว่า รูปนามทั้งหมดเป็นทุกข์ และปราศจากตัณหาที่เพติดเพลินยินดี

นิโรธ ได้แก่ ความดับสนิท ความสละ ความปล่อย ความวางและความไม่พัวพัน ตัณหา นิพพาน^{๑๐๐}

^{๙๗} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

^{๙๘} ที. มหา. (บาลี) ๑๐/๓๘๗/๒๗๓

^{๙๙} ที. มหา. (บาลี) ๑๐/๔๐๐/๒๗๕

^{๑๐๐} ที. มหา. (บาลี) ๑๐/๔๐๐/๒๗๗

๔. **มคฺคสัจ** คือ อริยมรรคมีองค์ ๘ อันเป็นทางดับทุกข์ ได้แก่ ความเห็นชอบ ความดำริชอบ การกล่าวชอบ การกระทำชอบ การเลี้ยงชีพชอบ ความเพียรชอบ ความระลึกรู้ชอบ และความตั้งมั่นชอบ^{๑๐๑} ซึ่งยังเห็นพระนิพพานโดยประจักษ์

ปุถุชนตามรู้อริยสัจ ๒ อย่าง คือ ทุกขสัจ และตัณหา เรียกว่า วิภวฺภูสัจ บำเพ็ญด้วยการกำหนดบริกรรม ส่วนนิโรธสัจและมรรคสัจไม่ใช่อารมณ์กรรมฐาน เรียกว่า วิวิภวฺภูสัจ บำเพ็ญด้วยการสติ การแทงตลอดบรรลุมรรคสัจจะ ๔ ด้วยการกำหนดรู้ การละ การทำให้แจ้ง และการเจริญ การเรียน ไต่ถาม ฟัง ทรงจำ และกำหนดมีในวิภวฺภูสัจ การฟังมีในวิวิภวฺภูสัจ การแทงตลอดโดยหน้าที่มีในสัจจะ^๓ ส่วนการแทงตลอดอารมณ์มีในนิโรธสัจ^{๑๐๒}

วิธีปฏิบัติ

๑) ทุกข์ อุปาทานชั้น ๕ ชื่อว่าทุกข์ เมื่อมีอุปาทานชั้น ทุกข์จึงเกิดขึ้น ความจริงแล้วอุปาทานชั้นเป็นกองรูปนามที่เหล่าสัตว์ยึดมั่นว่าเป็นตัวตน เรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี และเห็นผิด ว่าเที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้ อุปาทานชั้นเหล่านี้ที่ปรากฏในขณะเห็น ได้ยิน รู้ กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส และนึกคิดเรื่องราวต่าง ๆ ผู้ปฏิบัติธรรมควรกำหนดรู้สภาวะของอุปาทานชั้นตามความเป็นจริง ด้วยวิธีการดังกล่าวมาแล้วข้างต้นทั้งหมด

๒) สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ ย่อมเกิดขึ้นในใจและตั้งอยู่ในรูปนามที่น่ายินดีพอใจ จำแนกเป็น ๑๐ กลุ่ม คือ

๑. ทวาร ๖ อันได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ
๒. อารมณ์ ๖ อันได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ธรรมารมณ์
๓. วิญญาณ ๖ อันได้แก่ การรู้อารมณ์ทางตา การรู้อารมณ์ทางหู การรู้อารมณ์ทางจมูก การรู้อารมณ์ทางลิ้น การรู้อารมณ์ทางกาย การรู้อารมณ์ทางใจ
๔. ผัสสะ ๖ อันได้แก่ สัมผัสทางตา สัมผัสทางหู สัมผัสทางจมูก สัมผัสทางลิ้น สัมผัสทางกาย สัมผัสทางใจ
๕. เวทนา ๖ อันได้แก่ เวทนาที่เกิดจากการสัมผัสทางตา เวทนาที่เกิดจากการสัมผัสทางหู เวทนาที่เกิดจากการสัมผัสทางจมูก เวทนาที่เกิดจากการสัมผัสทางลิ้น เวทนาที่เกิดจากการสัมผัสทางกาย เวทนาที่เกิดจากการสัมผัสทางใจ
๖. สัญญา ๖ อันได้แก่ ความหมายรู้ในรูป ความหมายรู้ในเสียง ความหมายรู้ในกลิ่น ความหมายรู้ในรส ความหมายรู้ในสัมผัส ความหมายรู้ในธรรมารมณ์

^{๑๐๑} วิ. มหา. (บาลี) ๔/๑๔/๑๔

^{๑๐๒} ที. อ. (บาลี) ๒/๔๑๗

๗. สัญเจตนา ๖ อันได้แก่ ความจำนงในรูป ความจำนงในเสียง ความจำนงในกลิ่น ความจำนงในรส ความจำนงในสัมผัส ความจำนงในธรรมารมณ์
๘. ตัณหา ๖ อันได้แก่ ความพอใจในรูป ความพอใจในเสียง ความพอใจในกลิ่น ความพอใจในรส ความพอใจในสัมผัส ความพอใจในธรรมารมณ์
๙. วิตก ๖ อันได้แก่ ความตรึกในรูป ความตรึกในเสียง ความตรึกในกลิ่น ความตรึกในรส ความตรึกในสัมผัส ความตรึกในธรรมารมณ์
๑๐. วิจารณ์ ๖ อันได้แก่ ความตรองในรูป ความตรองในเสียง ความตรองในกลิ่น ความตรองในรส ความตรองในสัมผัส ความตรองในธรรมารมณ์

ตัณหาเกิดขึ้นและตั้งอยู่ได้ในกองรูปนาม โดยสำคัญว่าตาของเราสวยงาม รูปที่เห็นสวยงาม การรู้อารมณ์ทางตากระจ่างชัดเจน เป็นต้น ความจริงแล้ว การรู้อารมณ์ทางตาเป็นอุบัติการณ์ที่เนื่องด้วยเหตุปัจจัยกล่าวคือ การปรากฏของรูปทางตาซึ่งมีปัจจัยภายนอกคือแสงสว่างและปัจจัยภายในคือความใส่ใจช่วยเกื้อหนุน จึงเกิดการรู้อารมณ์ทางตาได้ เป็นต้น

ความดับตัณหานี้มีได้ด้วยวิปัสสนาญาณและมรรคญาณ เหมือนแสงสว่างที่ปรากฏขึ้นทำลายความมืด เมื่อตัณหาถูกกำจัดได้โดยเด็ดขาดรูปนามที่เป็นผลของตัณหาย่อมไม่เกิดขึ้น จัดว่าผู้ปฏิบัติธรรมได้บรรลุนิโรธสัง ความจริงแล้วความดับตัณหาด้วยอรหัตตมรรคญาณเป็นการละตัณหาได้โดยสิ้นเชิง ในที่นี้กล่าวถึงความดับนี้เป็นหลักด้วยอุกกัฏฐนัย คือ นัยที่กล่าวถึงสิ่งที่สูงสุด แต่ยังมีหมายถึงความดับตัณหาในระดับโสดาปัตติมรรคญาณเป็นต้นไปอีกด้วย

๓) นิโรธ เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดว่า เห็นหนอ ในขณะที่เห็น แล้วสามารถหยั่งเห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนของตา รูป หรือสภาวะเห็น ฯลฯ จัดว่าละอวิชชาได้ชั่วขณะเป็นตหังคนิโรธ เมื่อละอวิชชาได้ ตัณหาที่ยินดีพอใจในขณะที่เห็นย่อมไม่เกิดขึ้น จัดว่าละตัณหาได้ชั่วขณะเช่นเดียวกัน เมื่อตัณหาไม่มี ความยึดมั่นและการทำกรรมดีกรรมชั่วก็ไม่มีและผลที่เกิดจากกรรมอันได้แก่ วิญญาณ นามรูป आयตนะ ๖ ผัสสะ และเวทนาย่อมดับไปในขณะที่ตัณหาดับเมื่อประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ การละตัณหาด้วยวิปัสสนา ที่เป็นตหังคนิโรธนี้ จะเป็นปัจจัยให้ผู้ปฏิบัติธรรมได้บรรลุการละตัณหาอย่างเด็ดขาดเป็นสมุจเฉทนิโรธ และสามารถดับทุกข์ที่เนื่องด้วยตัณหานั้นๆ กล่าวคือ

โสดาปัตติมรรคญาณ ละตัณหาที่ส่งผลให้ไปเกิดในอบายภูมิ และดับทุกข์ในอบายภูมิ พร้อมด้วยทุกข์ในการเกิดมากกว่า ๗ชาติในกามสุคติภูมิ

สกทาคามีมรรคญาณ ละตัณหาอย่างหยาบ และดับทุกข์ในการเกิดมากกว่า ๒ ชาติในกามสุคติภูมิ

อนาคามีมรรคญาณ ละตัณหาอย่างละเอียด และดับทุกข์ในการเกิดมากกว่ารูปภูมิหรืออรุณภูมิ

อรหัตตมรรคญาณ ละตัณหาในรูปฌาน และอรูปรูปฌานที่เหลือ และดับทุกข์ในวิภูฏสงสารทั้งหมด

๔. มรรค เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมระลึกถึงเท่าทันสภาวะธรรมปัจจุบันที่เป็นกองรูป เวทนา จิต หรือสภาวะธรรม อริยมรรคมีองค์ ๘ ย่อมเกิดขึ้นในขณะนั้นกล่าวคือ

สัมมาทิฐิ เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ตามลำดับวิปัสสนาญาณจนกระทั่งถึงมรรคญาณ

สัมมาสังกัปปะ น้อมจิตไปสู่สภาวะธรรม เหมือนการเล็งเป้าในเวลายิงธนู

สัมมาวาจา งดเว้นจากวจีทุจริต ๔

สัมมากัมมันตะ งดเว้นจากกายทุจริต ๓

สัมมาอาชีวะ งดเว้นจากกายทุจริต ๔ และวจีทุจริต ๔ อันเกี่ยวกับการเลี้ยงชีพ

สัมมาวายามะ เพียรจจ่อสภาวะธรรมปัจจุบัน

สัมมาสติ ระลึกถึงเท่าทันสภาวะธรรมได้อย่างชัดเจน โดยปราศจากสมมุติบัญญัติใดๆ

สัมมาสมาธิ ตั้งมั่นไม่ซัดส่ายฟุ้งซ่านไปในอดีตหรืออนาคต

สัมมาวาจาเป็นต้นเป็นอริยมรรคที่เกิดขึ้นก่อน เพราะผู้ปฏิบัติธรรมได้สมาทานศีลก่อนการปฏิบัติ เพื่อให้ความประพฤติทางกายและวาจาบริสุทธิ์ ส่วนอริยมรรค ๕ อย่างอื่นเป็นสิ่งที่นักปฏิบัติสั่งสมอบรมในเวลาเจริญวิปัสสนาภาวนา เมื่อเป็นดังนี้ เขาย่อมได้ชื่อว่า เจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ในขณะที่ปฏิบัติธรรม ดังพระพุทธดำรัสว่า

ความเห็นอย่างนั้น ของเขาเป็นสัมมาทิฐิ...ความตั้งมั่นอย่างนั้นของเขาเป็นสัมมาสมาธิ หนึ่ง กายกรรม วาจากรรม และการเลี้ยงชีพของเขา ย่อมหมดจดอย่างยิ่งก่อนอริยมรรคมีองค์ ๘ ของเขาย่อมถึงความบริบูรณ์แห่งภาวนาด้วยประการฉะนี้^{๑๐๓}

โดยเหตุที่ทุกขสังขเป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ (ปริณฺญเญยยะ) สมุทฺยสังขเป็นธรรมที่ควรละ (ปหาตัพพะ) นิโรธสังขเป็นธรรมที่พึงกระทำให้แจ้ง (สัจฉิกาตัพพะ) และมรรคสังขเป็นธรรมที่ควรให้เจริญในกระแสดิจิตของตน (ภาเวตัพพะ) เมื่อนักปฏิบัติเจริญสติระลึกถึงรูปนามปัจจุบันจนกระทั่งยังเห็นความเกิดดับแล้วย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้เจริญอริยสังขทั้ง ๔ กล่าวคือ

- การกำหนดรู้รูปนาม เป็นปริณฺญเญยฺย คือ การกำหนดรู้ทุกขสังข

- การละความเพลิตเพลินยินดีในรูปนามที่รับรู้ด้วยสตಿಯู่ เป็นปหานกิจ คือ การละสมุทฺยสังข

- การไม่เกิดขึ้นแห่งตัณหา อุปาทาน กรรม และรูปนามที่เป็นผลกรรม ด้วยการกำหนดรู้ปัจจุบัน เป็นสัจฉิกิริยากิจ คือ การกระทำนิโรธสังขให้แจ้ง การดับตัณหาเป็นต้นดังกล่าว

^{๑๐๓} ม.อ. (บาลี) ๑๔/๔๓๑/๓๗๖

จัดเป็นการดับชั่วขณะด้วยวิปัสสนาซึ่งเรียกว่า ตัทธคนิโรธ เมื่อบรรลุนิยามรรคอย่างแท้จริงจึงจะรับรู้การดับของรูปนามทั้งปวงโดยประจักษ์ได้

- การหยั่งเห็นลักษณะพิเศษของรูปนามแต่ละอย่างและลักษณะทั่วไปคือ ไตรลักษณ์ จัดเป็นสัมมาทิฐิ ความดำริชอบ เป็นสัมมาสังกัปปะ ความเพียรชอบ เป็นสัมมาวายามะ การระลึกรู้ชอบ เป็นสัมมาสติ ความตั้งมั่นชอบ เป็นสัมมาสมาธิ การไม่ล่วงละเมิดทางวาจา มีการพูดเท็จเป็นต้นในขณะปฏิบัติธรรม เป็นสัมมาวาจา การไม่ละเมิดทางกายมีการฆ่าสัตว์เป็นต้น เป็นสัมมากัมมันตะ การไม่ล่วงละเมิดทางกายและวาจาซึ่งเกี่ยวกับการเลี้ยงชีพ เป็นสัมมาอาชีวะ การเจริญสติระลึกรู้ปัจจุบันอันประกอบด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘ เหล่านี้ จัดเป็นภาวนากิจ คือ การเจริญมรรคสัง

อหนึ่ง มรรคสังคหะที่เป็นโลกียะย่อมปรากฏแก่นักปฏิบัติผู้บรรลุนิยามรรคด้วยเหตุดังกล่าวมานี้ไปแล้ว ส่วนมรรคสังคหะที่เป็นโลกุตตระ ย่อมปรากฏแก่ผู้บรรลุนิยามรรคด้วยเหตุดังกล่าวมานี้ นักปฏิบัติผู้เจริญสติปัฏฐานย่อมได้ชื่อว่า เป็นผู้เจริญอริยสังคหะ ๔ ในทุกๆ ขณะที่ตามรู้เท่าทันรูปนามปัจจุบัน

ในขณะที่เกิดมรรคญาณที่รับรู้พระนิพพานที่เป็นสภาพดับรูปนามทั้งหมดนั้น นักปฏิบัติจะหยั่งเห็นความดับของรูปนามทั้งหมด แม้ว่าเขาจะมีได้รับเอารูปนามที่เป็นทุกขสังขเป็นอารมณ์ก็จัดว่าได้กำหนดรู้ทุกขสังขเช่นเดียวกันเปรียบเหมือนบุรุษคนหนึ่งมาจากที่ร้อนยิ่งเข้ามาสู่ความรื้นน้อยกว่าเดิม ย่อมสำคัญว่าเป็นที่เย็น เมื่อไปสู่สถานที่เย็นกว่าก็จะสำคัญว่าสถานที่ใหม่เย็นกว่าที่เดิม ต่อมาเมื่อไปสู่สถานที่เย็นที่สุดก็จะสำคัญว่าที่ใหม่เย็นกว่าที่เดิมทั้งสองแห่ง ผู้ที่มีได้เจริญวิปัสสนาย่อมสำคัญผิดในรูปนามทั้งหมดยกเว้นทุกขเวทนาว่าดีงามมีแก่นสาร ส่วนผู้ที่เจริญวิปัสสนาย่อมสำคัญว่ารูปนามไม่ดีงาม วิปัสสนาจึงเป็นแก่นสารของนักปฏิบัติ ต่อมาเมื่อเขาบรรลุนิยามรรคญาณรับเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์จึงเข้าใจว่าพระนิพพานมีสภาพสงบสุขยิ่งนัก และเป็นแก่นสารอันสูงสุดในพระศาสนา

บุรุษทั่วไปแม้จะพิจารณาว่ารูปนามไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ตามที่เคยศึกษา มาก่อน ก็ย่อมสงสัยลังเลใจ แต่พระโสดาบันผู้ละสักกายทิฐิ คือ ความเห็นผิดในตัวตนแล้ว ย่อมไม่ยึดมั่นรูปนามว่าเที่ยง เป็นสุข มีตัวตน แม้ท่านจะชวนชวายเป็นเพื่อให้ได้ความสุขก็จะไม่ทำบาปที่เป็นเหตุให้ตกอบายการละตัณหาของพระอริยบุคคลในแต่ละระดับมีความแตกต่างกัน ดังต่อไปนี้

- พระโสดาบันและตณหาที่เป็นเหตุให้ก่อกรรมชั่วอันส่งผลให้ไปบังเกิดในอบาย และละตัณหาที่เพิลิตเพิลินในภพมากกว่า ๗ ชาติในกามภูมิ

- พระสกทาคามีละกามตัณหาอย่างหยาบ และตัณหาที่เพิลิตเพิลินในภพมากกว่า ๒ ชาติ

- พระอนาคามีละกามตัณหาอย่างละเอียด

- พระอรหันต์ละตัณหาที่ยินดีในรูปฌานและอรุณฌาน พร้อมทั้งรูปภพและอรุณภพ ท่านเป็นเช่นกับคนเข็ญใจที่ร่ำรวยเป็นเศรษฐีและได้รับราชาภิกษกต่อมาก จึงไม่ยินดีในกิเลสที่ เหมือนกับความเป็นคนเข็ญใจ

นิโรธสังคคือพระนิพพานที่ประจักษ์แก่นักปฏิบัติ นั้น มีสภาพสงบดับรูปนาม สังขาร ทั้งหมด ย่อมปรากฏโดยความเป็นสภาพที่ไม่แปรปรวนและปราศจากนิमितสังขาร ดัง ข้อความที่กล่าวถึงพระนิพพาน^{๑๐๔} ว่า

- มีลักษณะสงบจากรูปนามขันธ์ ๕ (สนฺติลกฺขณ)
- มีหน้าที่ไม่จุติ (อจฺจุตรส)
- ไม่มีนิमितเป็นเครื่องปรากฏ (อนิมิตตปฺจฺปฐฺฐาน)

นักปฏิบัติผู้ประสงค์จะหยั่งเห็นอริยสังค ๔ บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคลพึงเจริญ วิปัสสนาที่ประกอบด้วยสัมมาทิฏฐิเป็นต้นอันเป็นโลกียะก่อน ต่อมาจึงจะบรรลุมรรคสังคที่เป็นโลกุตตระในภายหลัง เพราะวิปัสสนาตั้งแต่ญาณแรกจนถึงอนุโลกมญาณเป็นอุปนิสัยยั้งจยอัน อำนาจให้เกิดมรรคสังคที่เป็นโลกุตตระ เนื่องจากอริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งปรากฏในมรรคจิตไม่อาจ เกิดขึ้นโดยปราศจากวิปัสสนา มรรคที่เป็นโลกียะจึงเป็นทางดับทุกข์

ผู้สนใจ : ศึกษารายละเอียดวิธีปฏิบัติอย่างครบถ้วนได้จากหนังสือ “มหาสติปัฏฐาน สุตฺร ทางสู่พระนิพพาน” หนาโดย พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), พระคันธสาราภิงค์ แผลและเรียบเรียง, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙ M.A, Ph.D.) ตรวจชำระ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙),

^{๑๐๔} ที่. อ. (บาลี) ๒/๔๑๘

บทที่ ๖

บรรลุมรรคและวิมุตติ

๖.๑ การบรรลุมรรค

๖.๑.๑ ความหมาย

การบรรลุมรรค คือ การเกิดปัญญาเห็นแจ้ง^๑โลกุตตรธรรม ๙^๒ และอริยสัจ ๔^๓ ขึ้นสูงสุดก็คือการบรรลุมรรคและวิมุตตินั้นเอง สำเร็จเป็นพระอริยบุคคล ๔ จำพวก คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์^๔ โดยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมณะและวิปัสสนา ตามหลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าดำเนินตามวิปัสสนาวิถีสมาธิ ผู้ปฏิบัติสามารถรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ ละสังโยชน์ และอนุสัย^๕ ได้ตามกำลังของมรรค บรรลุมรรคผล นิพพาน สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา

ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาแสดงพระบาลี อธิบายการบรรลุมรรคไว้ว่า

^๑ อปิ จ นววิโรปิ โลกุตตรมโม เยน เยน อธิคโต โหติ, เตน เตน ปรสทุชชา ย คนตพพตัง หิตวา ปจจเวกขณณณณณ สย ทฏฐพโพติ สนทิกุจิโก.^๖ อนึ่ง บุคคลใดๆ บรรลุโลกุตตรธรรมทั้ง ๙ แล้ว บุคคลนั้นๆ ละความที่จะต้องเชื่อบุคคลอื่น ฟังเห็นเองด้วยปัจเจกขณญาณ เหตุนั้น จึงชื่อว่า “สันติกุจิโก” ดูใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๑๔๘/๒๓๕.

^๒ โลกุตตรธรรม ๙ คือ อริยมรรค ๔ สามัญญผล ๔ และนิพพาน ๑ ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๑๑/๑๓๙. และดู ชู.ป. (บาลี) ๓๑/๔๗๘/๓๖๑.

อริยมรรค ๔ คือ โสดาปัตติมรรค สกทาคามีมรรค อนาคามีมรรค และอรหัตตมรรค อ.ป.ม.อ. (บาลี) ๓/๕๗/๓๑.

สามัญญผล (ผลแห่งความเป็นสมณะ) ๔ ได้แก่ ๑. โสดาปัตติผล ๒. สกทาคามีผล ๓. อนาคามีผล ๔. อรหัตตผล ดูใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๔/๓๗๘.

^๓ ดูใน ส.ม. (บาลี) ๑๙/๑๐๙๑-๑๐๙๒/๓๗๖-๓๗๘, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๙๑-๑๐๙๒/๖๐๕-๖๐๗.

^๔ วิชชา หมายถึง ความรู้แจ้งอรหัตตมรรค ส.ส.พ.อ. (บาลี) ๓/๕๓-๖๒/๑๔.

^๕ วิมุตติ หมายถึง ผลวิมุตติ ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๔๓๓/๒๕๔.

^๖ ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๘๑๑-๘๑๕/๓๕๖-๓๕๘.

^๗ อนุสัย ๗ ได้แก่ ๑. กามราคานุสัย (อนุสัยคือความกำหนัดในกาม) ๒. ปฏิฆานุสัย (อนุสัยคือความยินร้าย) ๓. ทิฏฐานุสัย (อนุสัยคือความเห็นผิด) ๔. วิจิกิจฉานุสัย (อนุสัยคือความลังเลสงสัย) ๕. มานานุสัย (อนุสัยคือความถือตัว) ๖. ภวราคานุสัย (อนุสัยคือความติดใจในภพ) ๗. อวิชชานุสัย (อนุสัยคือความไม่รู้แจ้ง) ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๕๗/๒๕๘, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๗/๓๗๘.

บทว่า “อริคโม” มีรูปวิเคราะห์ว่า “จตุมคฺคาณํ อธคฺมิยตีติ อริคโม.”^{๘๘} ที่ชื่อว่า อริคโม เพราะอรรถว่าพระโยคาวจรบรรลุจตุมรรคญาณ. (อริ บทหน้า คมฺ ชาติ คติยฺ ใช้ในความว่าไป^{๘๙})

บทว่า “อภิสมโย” มีรูปวิเคราะห์ว่า “อภิสมโยติ สจฺจานํ อภิมุขเณ สมากโม ปฏิเวโส.”^{๙๐} แปลว่า การบรรลุ คือการแทงตลอด สัจจะทั้งหลายเฉพาะหน้า ชื่อว่า การตรัสรู้ (อภิ สฺ บทหน้า อี ชาติ คติยฺ ใช้ในความหมายว่า ไป, รู้, เป็นไป, ถึง)^{๙๑}

บทว่า “ปฏิเวโส” มีรูปวิเคราะห์ว่า “มคฺคปญฺญา สจฺจจาภิสมยฺกฺขเณ สจฺจจาภิสมยวเสน ปฏิวิชฺฌตีติ ปฏิเวโส, ผลปญฺญา ปฏิวิทฺตตฺตา ปฏิเวโส.”^{๙๒} แปลว่า มรรคปัญญา ชื่อว่า ปฏิเวธ เพราะอรรถว่า ย่อมแทงตลอด ด้วยอำนาจการตรัสรู้สัจจะ ในขณะที่ตรัสรู้สัจจะ, ผลปัญญา ชื่อว่า ปฏิเวธ เพราะว่าแทงตลอดแล้ว. (ปฏิ บทหน้า วิช ชาติ วิชฺฌเน ใช้ในความหมายว่า แทะ, เจาะ, ไซ, ทำให้ทะลุ)^{๙๓}

การบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนามุ่งหมายถึง การบรรลุโลกุตตรธรรม ๙ รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ ในขณะที่มรรคจิตตามกำลังของมรรค สำเร็จเป็นพระอริยบุคคล ได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ รวมเรียกว่า “การบรรลุธรรม” การบรรลุธรรมมีปรากฏทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิตและมีอายุไม่ต่ำกว่า ๗ ปี^{๙๔}

๖.๑.๒ ประเภทของการบรรลุธรรม

แนวทางการบรรลุธรรม ในพระพุทธศาสนาจำแนกออกเป็น ๗ ประเภท^{๙๕} ดังนี้

๑. ท่านผู้เป็นอุภโตภาควิมุต คือ ผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วน หมายถึง ท่านผู้หลุดพ้นจากรูปกายด้วยอรุปสมาบัติ และหลุดพ้นจากนามกายด้วยอริยมรรค ได้แก่ พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญ

^{๘๘} อายสฺมา อาภากรเณ มหาชาติวิหารวาสิเนา โสธิตา มหามกุฏราชวิทยาลัยเณ คนฺถาธิการตฺเถเรหิ ปุณฺโณ โสธิตา, อภิธมฺมตฺถวิภาวินิยา ปญฺจิกา นาม อตฺถโยชฺษา (ปจฺโม ภาโค), (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), ข้อ ๒ หน้า ๑๑.

^{๘๙} ดูรายละเอียดใน พระอัครคัมภีร์, สัททนีติธาตุมาลา, พระธรรมโมลี ตรวจชำระ, พระมหา นิमित ฐมฺมสาโร และจํารุญฺ ธรรมดา แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า ๕๓๖-๕๓๗.

^{๙๐} ขุ.ธ.อ. (บาลี) ๒/๑๙/๓๕๒.

^{๙๑} ดูรายละเอียดใน พระอัครคัมภีร์, สัททนีติธาตุมาลา, หน้า ๓-๕.

^{๙๒} ขุ.ป.อ (บาลี) ๑/๔๐/๕๐.

^{๙๓} ดูรายละเอียดใน พระอัครคัมภีร์, สัททนีติธาตุมาลา, หน้า ๖๐๖-๖๐๗.

^{๙๔} ดูรายละเอียดใน ขุ.ธ.อ. (บาลี) ๑/๕๒, ๑๑๑/๒๘๕, ๕๐๘.

^{๙๕} ดูรายละเอียดใน อง.สตุตฺก. (บาลี) ๒๓/๑๔/๙, อง.สตุตฺก. (ไทย) ๒๓/๑๔/๒๐-๒๑.

สมถกัมมัฏฐาน ได้สัมผัสนิมกข์ ๘ หมายถึงสมาบัติ ๘ และนิโรธสมาบัติ ด้วยนามกาย ได้เจโต-วิมุตติขั้นรูปสมาบัติ และสิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญาเป็นพระอรหันต์ผู้ได้ปัญญาวิมุตติ^{๑๖} อุกาโตภาควิมุตติ มี ๕ ประเภท คือ บุคคลผู้ได้รูปสมาบัติ ๔ ออกจากรูปสมาบัติแล้วพิจารณาสังขารทั้งหลายบรรลुพระอรหันต์มี ๔ ประเภท และพระอนาคามีผู้ออกจากนิโรธสมาบัติแล้วบรรลुพระอรหันต์ ๑ ประเภท^{๑๗}

๒. ท่านผู้เป็นปัญญาวิมุตติ คือ ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา หมายถึงพระอรหันต์ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาล้วนๆ มิได้สัมผัสนิมกข์ ๘ แต่สิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญา^{๑๘} ปัญญาวิมุตติบุคคลมี ๕ ประเภท คือ พระอรหันต์สุกขวิปัสสก ๑ ประเภท และบุคคลผู้ออกจากฌานทั้ง ๔ แล้วบรรลุพระอรหันต์ ๔ ประเภท แต่ถ้าได้รูปาวจรฌาน ๔ อย่างใดอย่างหนึ่งแล้ว บรรลुเป็นพระอรหันต์ย่อมได้ชื่อว่า “อุกาโตภาควิมุตติบุคคล” เหมือนกัน^{๑๙}

๓. ท่านผู้เป็นกายสักขี คือ ผู้เป็นพยานในนามกาย หมายถึงได้สัมผัสนิมกข์ ๘ ด้วยนามกาย และอาสวะบางส่วนก็สิ้นไปเพราะเห็นด้วยปัญญา ได้แก่ พระอริยบุคคลผู้บรรลุโสดาปัตติผลขึ้นไป จนถึงท่านผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุพระอรหันต์ ที่มีสมาธิในทรีย์แก่กล้าในการปฏิบัติ^{๒๐}

๔. ท่านผู้เป็นทิวฐิปัตตะ คือ ผู้บรรลุสัมมาทิวฐิ หมายถึง ท่านผู้เข้าใจอริยสัจถูกต้องและอาสวะบางส่วนก็สิ้นไปเพราะเห็นด้วยปัญญา ได้แก่ พระอริยบุคคลผู้บรรลุโสดาปัตติผลขึ้นไปจนถึงผู้ปฏิบัติเพื่อพระอรหันต์ ที่มีปัญญินทรีย์แก่กล้าในการปฏิบัติ^{๒๑}

๕. ท่านผู้เป็นสัทธาวิมุตติ คือ ผู้หลุดพ้นด้วยศรัทธา หมายถึง ท่านผู้เข้าใจอริยสัจถูกต้อง ได้แก่ พระอริยบุคคลผู้บรรลุโสดาปัตติผลขึ้นไป จนถึงผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุพระอรหันต์ที่มีศรัทธินทรีย์แก่กล้าในการปฏิบัติ^{๒๒}

๖. ท่านผู้เป็นธัมมานุสारी คือ ผู้แล่นไปตามธรรม (ปัญญา) หมายถึง พระอริยบุคคลผู้บำเพ็ญอริยมรรค ดำรงอยู่ในโสดาปัตติมรรค กำลังปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผลมีปัญญาแก่กล้าเป็นหัวหน้า^{๒๓}

๗. ท่านผู้เป็นสัทธานุสारी คือ ผู้แล่นไปตามศรัทธา หมายถึง ท่านผู้ดำรงอยู่ในโสดาปัตติมรรค กำลังปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผล มีศรัทธาแก่กล้าเป็นหัวหน้า^{๒๔}

^{๑๖} ดูรายละเอียดใน อง.สตุตท.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๐, อง.นวก.อ. (บาลี) ๓/๔๕/๓๑๖.

^{๑๗} ดูรายละเอียดใน อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๒๔/๔๗-๔๙.

^{๑๘} ดูรายละเอียดใน อง.สตุตท.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๑.

^{๑๙} ดูรายละเอียดใน อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๒๕/๔๙.

^{๒๐} ดูรายละเอียดใน อง.สตุตท.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๑, อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๒๖/๔๙.

^{๒๑} ดูรายละเอียดใน อง.สตุตท.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๑, อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๒๗/๔๙-๕๐.

^{๒๒} ดูรายละเอียดใน อง.สตุตท.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๒, อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๒๘/๕๐-๕๑.

^{๒๓} ดูรายละเอียดใน อง.สตุตท.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๒, อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๒๙/๕๑.

พึงทราบ การบรรลุธรรมโดยความหมาย “เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ” ดังต่อไปนี้

๖.๑.๒.๑ เจโตวิมุตติ

ความหลุดพ้นจากรูปกายด้วยอรุปรสสมาบัติ ได้แก่ การที่พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญสมถกัมมัฏฐานได้สัมผัสวิโมกข์ ๘ แล้วหลุดพ้นด้วยนามกาย^{๒๔}

เจโตวิมุตติ คือ ความบริสุทธิ์หมดจดแห่งจิต เป็นชื่อของอรหัตผลจิตของพระอริยะผู้หลุดพ้นจากเครื่องผูกคือกิเลสทั้งปวง^{๒๕} เป็นสมาธิในอรหัตผล^{๒๖} ผู้เจริญสมถะเพื่อให้เกิดสมาธิ

^{๒๔} ดูรายละเอียด อ.จ.สจ.ต.ก.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๒.อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๓๐/๕๒-๕๓.

^{๒๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๒๙/๗๕. อ.จ.สจ.ต.ก.อ.(บาลี) ๓/๑๔/๑๖๐, อ.จ.นวก.อ. (บาลี) ๓/๔๕/๓๑๖.

วิโมกข์ ๘ ประการ

๑. บุคคลผู้มีรูป เห็นรูปทั้งหลาย นี่เป็นวิโมกข์ประการที่ ๑

มีรูป หมายถึงได้รูปฌานโดยเจริญกสิณที่กำหนดวัตถุในกายของตน เช่น สีผม เห็นรูปทั้งหลาย หมายถึงเห็นรูปฌาน ๔ ตูใน ที.ม.อ. (บาลี) ๑๒๙/๑๑๒-๑๑๓.

๒. บุคคลผู้มีอรุปรสสมาธิ เห็นรูปทั้งหลายภายนอก นี่เป็นวิโมกข์ประการที่ ๒

เห็นรูปทั้งหลายภายนอก หมายถึงเห็นรูปทั้งหลายมี นิลกสิณ เป็นต้น ด้วยญาณจักขุ (ที.ม.อ. (บาลี) ๑๒๙/๑๑๒-๑๑๓)

๓. บุคคลผู้น้อมใจไปว่า ‘งาม’ นี่เป็นวิโมกข์ประการที่ ๓

ผู้น้อมใจไปว่างาม หมายถึงผู้เจริญวิวัฒกสิณ กำหนดสีที่งาม ที.ม.อ.(บาลี)๑๒๙/๑๑๒-๑๑๓

๔. บุคคลบรรลุอากาศาณูญายตนฌานโดยกำหนดว่า ‘อากาศหาที่สุตมิได้’ อยู่ เพราะล่วงรูปสัญญา ดับปฏิขสัญญา ไม่กำหนดนันทตสัญญาโดยประการทั้งปวง นี่เป็นวิโมกข์ประการที่ ๔

๕. บุคคลล่วงอากาศาณูญายตนฌานโดยประการทั้งปวง บรรลุวิญญาณูญายตนฌานโดยกำหนดว่า ‘วิญญาณหาที่สุตมิได้’ อยู่นี้เป็นวิโมกข์ประการที่ ๕

๖. บุคคลล่วงวิญญาณูญายตนฌานโดยประการทั้งปวง บรรลุอาภิกขัญญายตนฌานโดยกำหนดว่า ‘ไม่มีอะไร’ อยู่ นี่เป็นวิโมกข์ประการที่ ๖

๗. บุคคลล่วงอาภิกขัญญายตนฌานโดยประการทั้งปวง บรรลุเนวสัญญานาสัญญายตนฌานอยู่ นี่เป็นวิโมกข์ประการที่ ๗

๘. บุคคลล่วงเนวสัญญานาสัญญายตนฌานโดยประการทั้งปวง บรรลุสัญญาเวทียตนิโรธอยู่ นี่เป็นวิโมกข์ประการที่ ๘

ผู้เข้าวิโมกข์ ๘ ประการนี้ โดยอนุโลมบ้าง โดยปฏิโลมบ้าง ทั้งโดยอนุโลมและปฏิโลมบ้าง เข้าหรือออกได้ตามโอกาสที่ต้องการ ตามชนิดสมาบัติที่ต้องการ และตามระยะเวลาที่ต้องการ ทำให้แจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติ อันไม่มีอาสวะเพราะอาสวะสิ้นไป ด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน เรียกว่า ผู้เป็นอุกโตภาควิมุต

^{๒๖} เจโตวิมุตตินุติ จิตตวิสุทธิ สัพพกิเลสพหุณฺณวิมุตตสฺส อรหตฺตผลจิตตสฺเสตํ อธิวจัน. (ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๓๗๓/๒๘๑).

^{๒๗} เจโตวิมุตตินุติ อรหตฺตผลสมาธิ. (ขุ.อุ.อ. (บาลี) ๒๒/๑๘๖).

ได้ฌาน ได้แก่ รูปฌาน ๔ ในจตุกนัย หรือรูปฌาน ๕ ในปัญจกนัยและอรุปฌาน ๔^{๒๘} และนิโรธสมาบัติแล้วใช้ฌานเป็นบาทเจริญวิปัสสนา เมื่อบรรลุมัชชาผลก็ได้ชื่อว่า “อุภโตภาควิมุต” คือผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วน หมายถึงท่านผู้หลุดพ้นจากรูปกายด้วยอรุปสมาบัติ และหลุดพ้นจากนามกายด้วยอริยมรรค ได้แก่ พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญสมถกัมมัฏฐานได้สัมผัสนิโมกข์ ๘ คือฌานสมาบัติและนิโรธสมาบัติ^{๒๙} ด้วยนามกาย ท่านย่อมได้ “เจโตวิมุตติ” ชั้นอรุปสมาบัติ และสิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญาเป็นพระอรหันต์ผู้ได้ “ปัญญาวิมุตติ”^{๓๐} ดังนั้น พระอรหันต์อุภโตภาควิมุตติ ย่อมได้ทั้ง “เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ”^{๓๑}

เจโตวิมุตติ ที่หมายถึง “ความหลุดพ้นแห่งจิต” นี้ใช้ได้กับกรณีอื่น หมายถึงถ้ามีแต่เจโตวิมุตติอย่างเดียว เช่น “เมตตาเจโตวิมุตติ” เมตตาคือหมายถึงอุปปาสมาธิและอัปปนาสมาธิ เจโตวิมุตติ หมายถึง อัปปนาสมาธิ^{๓๒} แต่ถ้าหมายถึง “มรรคและผล” ตั้งแต่โสดาบันขึ้นไปจะต้องมาคู่กับ “ปัญญาวิมุตติ” ดังนั้นพึงทราบว่า การบรรลุธรรมสำเร็จเป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ ย่อมได้ทั้ง “เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ” เสมอ^{๓๓}

๖.๑.๒.๒ ปัญญาวิมุตติ

ปัญญาวิมุตติ คือ ปัญญาในอรหัตผลซึ่งหลุดพ้นจากเครื่องผูก คือ กิเลสทั้งปวง^{๓๔} ท่านผู้เป็นปัญญาวิมุตติคือผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา หมายถึงพระอรหันต์ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาล้วน ๆ มิได้สัมผัสนิโมกข์ ๘ แต่สิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญา^{๓๕} (สุขวิปัสสกา) แต่โดยความจริงแล้ว ย่อมได้เจโตวิมุตติด้วย^{๓๖} ดังข้อความว่า “อันที่จริงย่อมได้เจโตวิมุตติด้วย เพราะการได้ปัญญาวิมุตติส่อความคุมถึงอยู่แล้วว่าต้องได้เจโตวิมุตติด้วย”^{๓๗} ถ้ามีแต่ “ปัญญาวิมุตติ” อย่างเดียว

^{๒๘} ดูใน อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๖๒๓-๖๒๖/๓๑๙-๓๒๑, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๒๓-๖๒๖/ ๔๑๓-๔๑๕.

^{๒๙} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๑๒๙-๑๓๐/๖๓-๖๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๒๙-๑๓๐/๗๕-๗๖.

^{๓๐} ดูรายละเอียดใน อง.สตตก.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๐, อง.นวก.อ. (บาลี) ๓/๔๕/๓๑๖).

^{๓๑} ดูรายละเอียดใน อง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๘๗/๘๘, อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๘๗/๑๓๓.

^{๓๒} ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๘๒/๓๘๔.

^{๓๓} ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๓๐๘-๓๒๐.

^{๓๔} ปัญญาวิมุตตินิธิ เอตถาปี สัพพกิเลสพหุชนวิมุตตา อรหัตตผลปญญาว ปญญาวิมุตตีติ เวทิตพฺพา. (ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๓๗๓/๒๘๑).

^{๓๕} ดูรายละเอียดใน อง.สตตก.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๑.

^{๓๖} ดูรายละเอียดใน อง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๘๗/๘๘, อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๘๗/๑๓๓.

^{๓๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๓๑๑.

หมายถึง “พระอรหันต์” เท่านั้น^{๓๘}

พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า^{๓๙} “อานนท์ ภิกษุผู้รู้ถึงความเกิด ความดับ คุณ โทษของ วิญญาณฐิติ ๗ และอายตนะ ๒ และอุปายสัจจออกจากวิญญาณฐิติ ๗ และอายตนะ ๒ นี้ตามความเป็นจริง ย่อมหลุดพ้นเพราะไม่ถือมั่น^{๔๐} ภิกษุนี้เราเรียกว่าผู้เป็นปัญญาวิมุต^{๔๑}”

ดังนั้น พระอรหันต์ผู้ที่เจริญวิปัสสนาล้วนๆ ก็ดี ได้เฉพาะรูปฌานก็ดี ได้ทั้งรูปฌาน และอรูปฌานและนิโรธสมาบัติก็ดี ย่อมได้ทั้ง “เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ”^{๔๒} ทั้งหมด แสดงให้รู้ว่า “สมถะและวิปัสสนา” เป็นกรรมคู่กันทั้งในขณะ “มรรคและผล”^{๔๓}

เจโตวิมุตติเป็นผลของสมถะ ปัญญาวิมุตติเป็นผลของวิปัสสนา^{๔๔} ถ้าได้อรูปสมาบัติแล้วบรรลุพระอรหันต์ ย่อมได้ชื่อว่า “อุกโตภาควิมุต”^{๔๕} การเจริญวิปัสสนาย่อมมีสภาวะ^{๔๖} ญาณ^{๔๗} มีญาณ ๑๖ เป็นต้น^{๔๘} เกิดขึ้นไปตามลำดับ

ก็ “ญาณ” นี้ มีลักษณะที่จตุกกะ ดังนี้

^{๓๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, หน้า ๓๑๐-๓๑๑.

^{๓๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๒๘/๗๕.

^{๔๐} หลุดพ้นเพราะไม่ถือมั่น หมายถึงไม่ถือมั่นในอุปาทาน ๔ คือ (๑) กามุปาทาน (ความถือมั่นในกาม) (๒) ทิฏฐุปาทาน (ความถือมั่นในทิฏฐิ) (๓) สีสัพพตูปาทาน (ความถือมั่นในศีลพรต) (๔) อัตตวาทุปาทาน (ความถือมั่นในวาทะว่ามีอัตตา) (ที.ม.อ. (บาลี) ๑๒๘/๑๑๒)

^{๔๑} ผู้เป็นปัญญาวิมุต หมายถึงหลุดพ้นด้วยกำลังปัญญา โดยไม่ได้บรรลุสมมติขั้นสูงคือวิโมกข์ ๘ (ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๑๒๘/๑๔๔)

^{๔๒} ดูรายละเอียดใน อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๘๗/๘๙, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๘๗/๑๓๓.

^{๔๓} เจโตวิมุตตินิหิตี อรหตฺตผลสมาริ. ปญญาวิมุตตินิหิตี อรหตฺตผลปญญิ. อุภยวจนฺ มคฺเค วีย ผลลปิ สมถวิปัสสนานํ ยุกนนุททภาวทสฺสนตฺถิ. (ขุ.อ.อ. (บาลี) ๒๒/๑๘๖).

^{๔๔} อปิเจตถ สมถผลํ เจโตวิมุตติ, วิปัสสนาผลํ ปญญาวิมุตติตี เวทิตพฺพา. (ขุ.อิตฺ.อ. (บาลี) ๘๒/๒๘๘).

^{๔๕} ถ้าเป็นสภาวะธรรม เช่น มรรค ผล นิพพาน ใช้เป็น “อุกโตภาควิมุตติ” แต่ถ้าเป็นบุคคลผู้หลุดพ้นใช้ “อุกโตภาควิมุต”

^{๔๖} คำว่า “สภาวะ” (Nature) มีรูปวิเคราะห์ว่า สย ภาโว สภาโว สยเมว อุปฺปาโทติ อตฺโถ. แปลว่า ความเป็นเอง อธิบายว่า ความเกิดขึ้นเองนั่นแหละ ชื่อว่า สภาวะ. (ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (บาลี) ๒/๔๘/๒๘๑).

^{๔๗} คำว่า “ญาณ” (Knowledge) มีรูปวิเคราะห์ว่า สภาวสามณฺณลกฺขณฺวเสน รมฺเม ชานาตีตี ญาณ. แปลว่า ที่ชื่อว่าญาณ เพราะอรธว่า ย่อมรู้ธรรมทั้งหลายด้วยอำนาจสภาวะสามัญญะและลักษณะ (ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๓/๑๖).

^{๔๘} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) วจนา, วิปัสสนานัยเล่ม ๒, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D.), พระคัมภีร์สาราภิวงศ์ แปลและเรียบเรียง, (ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด), หน้า ๗๕-๕๐๔.

- ๑) มีการแทงตลอดสภาวะ หรือมีการแทงตลอดอย่างไม่ผิดพลาดเป็นลักษณะเหมือนการยิงลูกศรอันนายขมังธนูผู้ชาญฉลาดยิงไปแล้วจะนั้น
- ๒) มีการส่องอารมณ์เป็นรส เหมือนดวงประทีปส่องสว่างจะนั้น
- ๓) มีความไม่หลงเป็นปัจจุภูฐาน เหมือนพรานป่าบอกทางแก่คนหลงทางจะนั้น
- ๔) มีสมาธิเป็นภูฐาน ดังพระบาลีว่า “สมาหิตโต ภิกขเว ภิกขุ ยถาภูตํ ปชานาติ”^{๔๙} แปลว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุมีใจตั้งมั่นแล้ว ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริง^{๕๐}

การเจริญสุทธวิปัสสนาเพื่อปัญญาวิมุตติ

สุทธวิปัสสนากาวนา คือการเจริญวิปัสสนาล้วนๆ ผู้ปฏิบัติจนเห็นแจ้งแล้วเรียกว่า สุขวิปัสสกบุคคล หรือ วิปัสสนายานิกบุคคล คือสมาธิขั้นต้นก็สามารถนำมาเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนาได้^{๕๑} แม้แต่จิตที่สงบชั่วขณะก็สามารถเป็นพื้นฐานเจริญวิปัสสนาได้ คัมภีร์มูลปัณณาสก์ฎีกากล่าวว่า “น หิ ขณิกสมาธิ วินา วิปัสสนา สมภาติ”^{๕๒} หากขาดขณิกสมาธิวิปัสสนาก็เกิดไม่ได้ คือต้องอาศัยขณิกสมาธิเป็นบาทจึงจะเจริญวิปัสสนาได้

แต่เมื่อวิปัสสนาญาณสูงขึ้นตามลำดับ การเพ่งลักษณะอารมณ์ก็จะแนบแน่นขึ้นตามลำดับเช่นกัน เมื่อมรรคจิตเกิดขึ้นก็ย่อมบริบูรณ์พร้อมด้วยองค์ฌานทั้ง ๕ (วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา) จัดว่าเป็นปฐมฌานโสดาปัตติมัคคจิต สกทาคามีมรรค อนาคามีมรรค อรหัตตมรรคของสุขวิปัสสกบุคคล ก็จัดเข้าเป็นปฐมฌานด้วยกันทั้งสิ้น ตามที่ ปรากฏในคัมภีร์อรรถกถาว่า

วิปัสสนานियเมน หิ สุขวิปัสสกสฺส อุปฺปนฺนมคฺโคปิ สมฺปาตฺตติลาภิโน ฌานํ ปาทกํ
อกตฺวา อุปฺปนฺนมคฺโคปิ ปจฺมชฺฌานํ ปาทกํ กตฺวา ปกิณฺณกสงฺขาราเร สมฺมสฺสิตฺวา
อุปฺปาทิตมคฺโคปิ ปจฺมชฺฌานานิโกว โหติ สพฺเพสุ สตฺตโปชฺฌมฺงคานิ อฏฺฐมคฺคฺงคานิ
ปญฺจฌานํคานิ โหติ.^{๕๓}

มรรคที่เกิดขึ้นแก่พระสุขวิปัสสกบุคคล โดยกำหนดวิปัสสนาก็ดี, มรรคที่ไม่ทำฌานให้เป็นบาทเกิดขึ้นแก่ผู้ได้สมาบัติก็ดี, มรรคที่ภิกษุทำปฐมฌานให้เป็นบาทแล้วพิจารณาสังขารเล็กๆ น้อยๆ ให้เกิดขึ้นก็ดี, ในมรรคทั้งหมดนั้น มีโพชฌงค์ ๗ องค์มรรค ๘ องค์ฌาน ๕ อยู่ด้วย

^{๔๙} ตูรายละเอียดยใน ส.สพ. (บาลี) ๑๘/๙๙/๗๖, ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๙๙/๑๑๐, ส.ม. (บาลี) ๑๘/๑๐๗/๑/๓๖๑, ส.ม. (ไทย) ๑๘/๑๐๗/๑/๕๘๓.

^{๕๐} ตูรายละเอียดยใน ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๓/๑๖.

^{๕๑} ตูรายละเอียดยใน ขุ.เถร.อ. (บาลี) ๒/๑๒๘๘/๖๐๓.

^{๕๒} ม.มู.ฎีกา (บาลี) ๑/๔๙/๒๕๗, วิสุทฺธิ.มหาฎีกา (บาลี) ๑/๓/๑๕.

^{๕๓} ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๓๒๔, อภิ.สง.อ. (บาลี) ๑/๔๔๓.

แสดงว่า แม้มรรคที่เกิดขึ้นแล้วแก่ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ก็ย่อมประกอบด้วยองค์ปฐมฌาน คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา อย่างครบถ้วน ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย พระพุทธเจ้าตรัสถึงบุคคลผู้ควรรับทักษิณาทาน ๑๐ จำพวก บุคคลประเภทที่ ๔ คือผู้ที่บรรลุมรรคผลนิพพานด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาล้วน หรือที่เรียกว่าสุกขวิปัสสกบุคคล^{๕๔} คือ ท่านผู้เป็นปัญญาวิมุต(ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา) หมายถึงพระอรหันต์ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาล้วน ๆ มิได้สัมผัสวิโมกข์ ๘ แต่สิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญา^{๕๕}

สมัยพุทธกาลพระอริยะประเภทปัญญาวิมุตติมีมากกว่าเจโตวิมุตติ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า สุกขวิปัสสกบุคคล ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย พระพุทธเจ้าตรัสกับพระสารีบุตรว่า “อิมะสึหิ สารีบุตร ปณฺจนฺโณ ภิกขุสฺตานํ สฺภฺจิจิ ภิกขุ เทวิชฺชา สฺภฺจิจิ ภิกขุ จพภิญญา สฺภฺจิจิ ภิกขุ อุกฺโกตภาควิมุตฺตา อถ อิตฺเร ปณฺญาวิมุตฺตา.”^{๕๖}

ดูก่อนสารีบุตร ในพระภิกษุ ๕๐๐ รูป ๖๐ รูปเป็นเทววิชชบุคคล ๖๐ รูปเป็นจพภิญญาบุคคล ๖๐ รูปเป็นอุกโกตภาควิมุตตบุคคล เหลือนอกนั้นทั้งหมดเป็นปัญญาวิมุตตบุคคล^{๕๗}

พระพุทธเจ้าตรัสสภาวะ จิตของพระอรหันต์ผู้สุกขวิปัสสกะว่า

“เมื่อมนสิการสักกายะ จิตย่อมไม่แล่นไป ไม่เลื่อมใส ไม่ตั้งอยู่ ไม่น้อมไปในสักกายะ (ตัวตน, ของตน) แต่เมื่อมนสิการถึงความดับสักกายะ จิตของเธอจึงแล่นไป เลื่อมใส ตั้งอยู่น้อมไปในความดับสักกายะ จิตนั้นของเธอชื่อว่าเป็นจิตดำเนินไปได้แล้ว เจริญดีแล้ว ตั้งอยู่ดีแล้ว หลุดพ้นดีแล้ว พรากออกดีแล้วจากสักกายะ เธอหลุดพ้นแล้วจากอาสวะ และความเร่าร้อนที่ก่อความคับแค้นซึ่งเกิดขึ้นเพราะสักกายะเป็นปัจจัย เธอย่อมไม่เสวยเวทนานั้น เรียกว่า ชาติที่สลัดสักกายะ”^{๕๘}

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายเสริมว่า “นี่เป็นวิธีการที่พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาล้วน ส่งจิตในอรรถตผลสมาบัติไปยังอุปาทานชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เพื่อจะทดสอบดูว่า ความยึดมั่นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณว่าเป็นอัตตา ยังมีอยู่หรือไม่”^{๕๙}

ปรกณวิเสสวิสุทธิมรรคอธิบายวิธีการกำหนดอารมณ์ของผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ว่า ลมหายใจในขณะที่ไม่ได้กำหนดรู้ก็ยังหยาบอยู่ ต่อเมื่อกำหนดรู้สภาวะของมหาภูตรูป(อาการเย็น ร้อน อ่อน แข็ง เป็นต้น)จึงละเอียดลง แม้อลมหายใจในตอนที่กำหนดมหาภูตรูป

^{๕๔} ดูใน อัง.ทสก.(บาลี) ๒๔/๑๖/๑๙ ,อัง.ทสก.(ไทย)๒๔/๑๖/๒๙.

^{๕๕} อัง.สตตก.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๑.

^{๕๖} ส.ส. (บาลี) ๑๕/๒๑๕/๒๓๐.

^{๕๗} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๑๕/๓๑๓.

^{๕๘} อัง.ปณจก. (บาลี) ๒๒/๒๐๐/๒๓๐, อัง.ปณจก. (ไทย) ๒๒/๒๐๐/๓๔๑.

^{๕๙} อัง.ปณจก.อ. (บาลี) ๓/๒๐๐/๘๓.

รูปนั้นก็นับว่ายังหยาบอยู่ เมื่อกำหนดอุปาทนายรูป(รูปละเอียด)จึงละเอียดเข้า ลมหายใจในตอนที่กำหนดอุปาทนายรูปนั้นยังหยาบอยู่ แม้เมื่อกำหนดรูปร่างทั้งสี่นั้นก็นับว่ายังหยาบ ตอนที่กำหนดทั้งรูปทั้งนามจึงละเอียดเข้า แม้ลมหายใจในตอนที่กำหนดทั้งรูปทั้งนามนั้นก็นับว่ายังหยาบ ในตอนที่กำหนดปัจจัยของรูป-นาม จึงละเอียดเข้า กายสังขารในตอนที่กำหนดปัจจัยนั้นแล้วก็นับว่ายังหยาบ ต่อตอนที่เห็นรูป-นามพร้อมทั้งปัจจัยจึงละเอียดเข้า แม้กายสังขารในตอนที่เห็นรูป-นามพร้อมทั้งปัจจัยนั้นก็นับว่ายังหยาบ ถึงตอนที่เห็นวิปัสสนาอันมีไตรลักษณ์เป็นอารมณ์ จึงละเอียดเข้า ในทูลวิปัสสนา(กำลังอ่อน)ก็นับว่ายังหยาบ ในทูลวิปัสสนา(กำลังกล้า) จึงละเอียดเข้า^{๖๐}

ถ้ามีผู้คัดค้านว่า “ต้องได้ฌานก่อนเท่านั้นจึงจะบรรลุธรรมได้”ก็น่าสงสัยว่า “ผู้ที่บรรลุธรรมในขณะที่ฟังธรรม ท่านใช้ฌานอะไร?” หมายความว่า แม้ไม่ได้สมาธิระดับฌานก็สามารถเจริญวิปัสสนาได้ จิตที่สงบชั่วขณะๆ ด้วยอำนาจสติและสัมปชัญญะที่เพิ่มพูนขึ้น สามารถนำมาเป็นพื้นฐานเจริญวิปัสสนาได้ คัมภีร์มูลปณณาสกฏีกากล่าวว่า

“น หิ ขณิกสมาธิ วินา วิปัสสนา สมภาวติ”^{๖๑}

“หากขาดขณิกสมาธิ วิปัสสนาก็เกิดไม่ได้”

คือต้องอาศัยขณิกสมาธิเป็นบาทจึงจะเจริญวิปัสสนาได้ เมื่อวิปัสสนาญาณสูงขึ้นตามลำดับ การเพ่งลักษณะอารมณ์ก็จะแนบแน่นขึ้นตามลำดับเช่นกัน เมื่อมรรคจิตเกิดขึ้นก็ย่อมบริบูรณ์พร้อมด้วยองค์ฌานทั้ง ๕ (วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข สมาธิ) จัดเป็นปฐมฌานโสตาปัตติมรรคจิต สกทาคามิมรรคจิต อนาคามิมรรคจิต อรหัตตมรรคจิต ของสุกขวิปัสสกบุคคล ก็จัดเข้าเป็นปฐมฌานด้วยกันทั้งสิ้น ตามที่ปรากฏในคัมภีร์อรรถกถาว่า มรรคที่เกิดขึ้นแก่พระสุกขวิปัสสก โดยกำหนดวิปัสสนา ก็ดีมรรคที่ภิกษุทำฌานให้เป็นบาทแล้วพิจารณาสังขารเล็กๆ น้อยๆ ให้เกิดขึ้นก็ดี ในมรรคทั้งหมดนั้น มีโพชฌงค์ ๗ องค์มรรค ๘ และองค์ฌาน ๕ อยู่ด้วย^{๖๒} แสดงว่าแม้มรรคที่เกิดขึ้นแล้วแก่ผู้เจริญวิปัสสนาล้วนๆ ก็ย่อมประกอบด้วยองค์ฌาน ๕ ประการ อย่างครบถ้วนสมบูรณ์

ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา คือ ไม่ได้ฌานสมาบัติเป็นบาทฐาน แต่สิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญา บำเพ็ญวิปัสสนาล้วน ๆ^{๖๓} ในคัมภีร์พระไตรปิฎกมหาจุฬาย เล่มที่ ๒๓ ข้อที่ ๑๔ พระพุทธเจ้าตรัสถึงบุคคลผู้ควรรับทักษิณาทาน ผู้เป็นเนื่อนาบุญไว้ ๑๐ จำพวก จำพวกที่ ๔ คือ พระอริยะผู้เป็นปัญญาวิมุตติบรรลุมรรคผลด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาล้วนๆ มิได้สัมผัสวิโมกข์ ๘

^{๖๐} วิสุทฺธิ. (บาลี) ๑/๓๐๐, วิ.มหา.อ. (บาลี) ๑/๕๐๕, ขุ.ป.อ. (บาลี) ๒/๑๐๗.

^{๖๑} ม.ม.ฎีกา (บาลี) ๑/๔๗/๒๕๗.

^{๖๒} ดูใน ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๓๒๔.

^{๖๓} ดูใน อัง.สตุตท.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๑.

แต่สิ้นอาสวะเพราะเห็นด้วยปัญญา^{๖๔} ที่เรียกว่า “สุขวิปัสสกบุคคล”^{๖๕}

๖.๒ เหตุให้เกิดการบรรลุมัชชา

ในการพัฒนาปัญญาจนถึงระดับโลกุตตระนั้น ต้องอาศัยปัจจัยสำคัญตัวหนึ่ง ที่เป็นบ่อเกิดแห่งกุศลธรรมทั้งปวง คือ “สัมมาทิฏฐิ”^{๖๖} ต้องอาศัยสัมมาทิฏฐิเป็นเบื้องต้นในการพัฒนาปัญญาให้เจริญยิ่งขึ้นๆ ในทางที่ถูกต้อง จนเป็นปัญญาระดับโลกุตตระที่ทำให้ถึงความพ้นทุกข์ สมดังพระพุทธภาษิตว่า “บุคคลจะล่วงพ้นทุกข์ได้เพราะสมทานสัมมาทิฏฐิ”^{๖๗}

ปัจจัยที่มีอุปการะในการทำให้สัมมาทิฏฐิเกิดขึ้นอย่างสมบูรณ์ มี ๒ ประการ^{๖๘} คือ

๑. ปัจจัยภายนอกเรียกว่า ปรโตโฆสะ คือ เสี่ยงจากผู้อื่น เป็นการกระตุ้น หรือชักจูงจากภายนอก จากผู้อื่นที่ติงามถูกต้องถูกรรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการรับฟังธรรม คำแนะนำจากบุคคลที่เป็นกัลยาณมิตรเป็นต้น ข้อนี้ เป็นวิธีการแห่งศรัทธา

๒. ปัจจัยภายในเรียกว่า โยนิโสมนสิการ คือ การทำไว้ในใจโดยแยบคาย เป็นการรู้จักคิด รู้จักพิจารณาสิ่งทั้งหลาย โดยมองตามสิ่งที่เห็นโดยวิธีคิดหาเหตุผล สืบค้นถึงต้นเค้า สืบสาวให้ตลอดสาย แยกแยะสิ่งนั้นๆ ออกให้เห็นตามสภาวะความสัมพันธ์ที่สืบต่อกันแห่งเหตุปัจจัยเป็นต้น ข้อนี้เป็นวิธีการแห่งปัญญา

ปัจจัยภายนอกมีจุดเริ่มต้นด้วยศรัทธา แล้วอาศัยศรัทธาเป็นเหตุปัจจัยส่งเสริมต่อไปอีกให้เกิดปัญญา การพัฒนาปัญญาจึงต้องอาศัยปัจจัยภายนอก คือ กัลยาณมิตร ที่เรียกว่า “กัลยาณมิตรตตา”^{๖๙} หมายถึง ความได้ผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญา ศีกาสาธธา สัมปทาตามผู้ถึงพร้อมด้วยศรัทธา ศีกาสาธธา สัมปทาตามผู้ถึงพร้อมด้วยศีล ศีกาจาตามผู้ถึงพร้อมด้วยจาคะ ศีกาปัญญาสัมปทาตามผู้ถึงพร้อมด้วยปัญญา และได้ปัจจัยภายในคือโยนิโสมนสิการเป็นตัวหลักการใช้ปัญญา ซึ่งจะต้องพิจารณาแล้วควรใช้ความคิดให้ถูกต้อง ได้จนเกิดความเห็นถูกต้อง(สัมมาทิฏฐิ) ดังที่พระสารีบุตรเถระบอกไว้ว่า “ปัจจัยให้เกิดสัมมาทิฏฐิมิ ๒ ประการ คือ ๑. ปรโตโฆสะ^{๗๐}(การได้สัจจากบุคคลอื่น) ๒. โยนิโสมนสิการ^{๗๑}(การมนสิการโดยแยบคาย) ปัจจัยให้เกิดสัมมาทิฏฐิมิ ๒ ประการนี้แล”^{๗๒}

^{๖๔} ดูใน อง.สตตก.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๑.

^{๖๕} ดูใน อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๖/๒๙.

^{๖๖} อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๒๑/๒๕๔

^{๖๗} อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๖๙.

^{๖๘} อง.ติก. (ไทย) ๒๐/๓๗๑/๑๑๐.

^{๖๙} อง.อฏฐก. (ไทย) ๒๓/๑๗๓/ ๓๓๔-๓๓๗.

^{๗๐} ปรโตโฆสะ หมายถึงการฟังธรรมเป็นที่สบายเหมาะสมแก่ตน เช่นพระสารีบุตรเถระได้ฟังธรรมจากพระอัสสชิเถระว่า ‘ธรรมเหล่าใดเกิดแต่เหตุ..’ (ดู วิ.ม. (ไทย) ๔/๖๐/๗๓) (ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๔๕๒/๒๕๔)

พระอริยบุคคลชั้นโสดาบันขึ้นไปเท่านั้นที่ เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยสัมมาทิฏฐิอย่างสมบูรณ์^{๗๑} องค์เครื่องบรรลุโสดา มี ๔ ประการ คือ

๑. สัปปริสสังเสวะ (การคบหาสัตบุรุษ)
๒. สัทธัมมัสสวนะ (การฟังพระสัทธรรม)
๓. โยนิโสมนสิการ (การมนสิการโดยแยบคาย)
๔. ฐัมมานุฐัมมปฏิบัติ (การปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม)^{๗๔}

ธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ก่อให้เกิดการบรรลุธรรมขึ้นได้ใน ๕ ขณะ คือ

- ๑) บรรลุธรรมในขณะที่ได้รับฟังธรรมแสดงจากพระศาสดา หรือผู้ที่อยู่ในฐานะครู
- ๒) บรรลุธรรมในขณะที่ตัวเองแสดงธรรมแจ่มแจ้งให้คนอื่นฟัง
- ๓) บรรลุธรรมในขณะที่ตัวเองทองสาธยายธรรมที่รับรู้มาให้คนอื่นฟัง
- ๔) บรรลุธรรมในขณะที่ตัวเองได้ตรึกตรองใคร่ครวญธรรมที่รับรู้เรียนรู้มา
- ๕) บรรลุธรรมด้วยวิปัสสนาปัญญาอันมีสมาธิเป็นบาทฐาน

ดังที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสบอกเหตุแห่งวิมุตติ^{๗๕}ไว้ ๕ ประการว่า เหตุแห่งวิมุตติ ๕ ประการเป็นเหตุให้จิตของภิกษุผู้ไม่ประมาท มีความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยวที่ยังไม่หลุดพ้น ย่อมหลุดพ้นอาสวะที่ยังไม่สิ้น ย่อมถึงความสิ้นไป หรือเขาย่อมบรรลุธรรมอันเกษมจากโยคะชั้นเยี่ยม ที่ยังไม่ได้บรรลุ เหตุแห่งวิมุตติ ๕ ประการ คือ

๑) ผู้อยู่ในฐานะครูแสดงแก่เธอ เมื่อเธอเข้าใจจรต เข้าใจธรรมย่อมเกิดปราโมทย์ เมื่อเกิดปราโมทย์แล้ว ย่อมเกิดปีติ เมื่อใจเกิดปีติกายย่อมสงบ ผู้มีกายสงบแล้วย่อมได้เสวยสุข เมื่อมีสุขจิตย่อมตั้งมั่น นี่เป็นเหตุแห่งวิมุตติข้อที่ ๑ ซึ่งเป็นเหตุให้จิตของภิกษุผู้ไม่ประมาท มีความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยว ที่ยังไม่หลุดพ้น ย่อมหลุดพ้น อาสวะที่ยังไม่สิ้นไป ย่อมถึงความสิ้นไป หรือเขาย่อมได้บรรลุธรรมอันเกษมจากโยคะชั้นเยี่ยม ที่ยังไม่ได้บรรลุ

^{๗๑} โยนิโสมนสิการ หมายถึงการทำไว้ในใจโดยถูกอุบาย โดยถูกทาง กล่าวคือการนึก การน้อมนึก การผูกใจการใส่ใจ การทำไว้ในใจในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่า ไม่เที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่า เป็นทุกข์ ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่า เป็นอนัตตา หรือโดยสังขยานุโลมิกญาณ (ม.ม.อ. ๑/๑๕/๗๑)

^{๗๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๕๒/๔๗๑.

^{๗๓} ม.อ.อ.(บาลี) ๓/๑๒๗/๗๔, อัง.เอกก.อ. (บาลี) ๑/๒๖๘/๔๐๒

^{๗๔} ส. ม. (ไทย) ๑๗/๑๐๔๖/๕๖๗.

^{๗๕} ที.ปฎิ. (ไทย) ๑๑/๓๒๒/๓๑๓

^{๗๖} รู้แจ้งจรต ในที่นี้หมายถึงรู้ความหมายแห่งบาลีนั้นว่า ศีลมาในที่นี้ สมาธิมาในที่นี้ ปัญญามาในที่นี้ (ที.ปา.ฎีกา ๓๒๒/๓๑๖, อัง.ติก.อ. ๒/๔๓/๑๕๒-๑๕๓, อัง.ปญจก.อ. ๓/๒๖/๘)

^{๗๗} รู้แจ้งธรรม ในที่นี้หมายถึงรู้บาลีคือพระพุทธรพจน์ เช่น ทรงจำบาลีที่ให้ความหมายได้อย่างถูกต้อง (ที.ปา.ฎีกา (บาลี) ๓๒๒/๓๑๖, อัง.ติก.อ. (บาลี) ๓/๔๓/๑๕๒-๑๕๓, อัง.ปญจก.อ. (บาลี) ๓/๒๖/๘)

๒) พระศาสดาหรือเพื่อนสหพรหมจารีผู้อยู่ในฐานะครูบางรูป ก็ไม่ได้แสดงธรรมแก่ภิกษุ ก็แต่ว่าภิกษุย่อมแสดงธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมา แก่ชนเหล่าอื่นโดยพิสดาร เธอย่อมเข้าใจอรรถ เข้าใจธรรมในธรรมนั้น ที่ภิกษุแสดงธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมา แก่ชนเหล่าอื่นโดยพิสดาร เมื่อเธอเข้าใจอรรถ เข้าใจธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ ...เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น นี่เป็นเหตุแห่งวิมุตติข้อที่ ๒ ...

๓) พระศาสดาหรือเพื่อนสหพรหมจารีผู้อยู่ในฐานะครูบางรูป ก็ไม่ได้แสดงธรรมแก่ภิกษุ แม้ภิกษุก็ไม่ได้แสดงธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมา แก่ชนเหล่าอื่นโดยพิสดาร ก็แต่ว่าภิกษุย่อมทำการสาธยายธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมาโดยพิสดาร เธอย่อมเข้าใจอรรถ เข้าใจธรรม ในธรรมนั้น ตามที่ภิกษุสาธยายธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมาโดยพิสดาร เมื่อเธอเข้าใจอรรถ เข้าใจธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ ...เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น นี่เป็นเหตุแห่งวิมุตติข้อที่ ๓ ...

๔) พระศาสดาหรือเพื่อนสหพรหมจารีผู้อยู่ในฐานะครูบางรูป ก็ไม่ได้แสดงธรรมแก่ภิกษุ ภิกษุก็ไม่ได้แสดงธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมา แก่ชนเหล่าอื่นโดยพิสดาร แม้ภิกษุก็ไม่ได้ทำการสาธยายธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมาโดยพิสดาร ก็แต่ว่าภิกษุย่อมตรีกตรองใคร่ครวญธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมาด้วยใจ เธอย่อมเข้าใจอรรถ เข้าใจธรรม ในธรรมนั้น ตามที่ภิกษุตรีกตรองใคร่ครวญธรรมตามที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมาด้วยใจ เมื่อเธอเข้าใจอรรถ เข้าใจธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ ...เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น นี่เป็นเหตุแห่งวิมุตติข้อที่ ๔ ...

๕) พระศาสดาหรือเพื่อนสหพรหมจารีผู้อยู่ในฐานะครูบางรูป ก็ไม่ได้แสดงธรรมแก่ภิกษุ ภิกษุก็ไม่ได้แสดงธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมา แก่ชนเหล่าอื่นโดยพิสดาร ภิกษุก็ไม่ได้สาธยายธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมาโดยพิสดาร แม้ภิกษุก็ไม่ได้ตรีกตรองใคร่ครวญธรรมเท่าที่ได้สดับ ได้ศึกษาเล่าเรียนมาด้วยใจ ก็แต่ว่า สมานินิมิตอย่างใดอย่างหนึ่ง เธอเล่าเรียนมาด้วยดี ทำไว้ในใจด้วยดี ทรงไว้ด้วยดี ทางตลอดด้วยดี ด้วยปัญญา เธอย่อมเข้าใจอรรถ เข้าใจธรรม ในธรรมนั้น ตามที่เธอเล่าเรียนสมานินิมิตอย่างใดอย่างหนึ่งมาด้วยดี ทำไว้ในใจด้วยดี ทรงไว้ด้วยดี ทางตลอดด้วยดี ด้วยปัญญา เมื่อเธอเข้าใจอรรถ เข้าใจธรรม ย่อมเกิดปราโมทย์ ...เมื่อมีสุข จิตย่อมตั้งมั่น นี่เป็นเหตุแห่งวิมุตติข้อที่ ๕... ซึ่งเป็นเหตุให้จิตของภิกษุผู้ไม่ประมาทมีความเพียร มีใจเด็ดเดี่ยวอยู่ ที่ยังไม่หลุดพ้นย่อมหลุดพ้นอาสวะที่ยังไม่สิ้น ย่อมถึงความสิ้นไป หรือเธอย่อมได้บรรลุธรรมอันเกษมจากโยคะชั้นเยี่ยม ที่ยังไม่ได้บรรลุ^{๗๘}

^{๗๘} อ.ญ.ปญจก.(ไทย) ๒๒/๖๑/๑๑๐, อ.ญ.ทสก. (ไทย)๒๔/๕๖/๑๒๓

๖.๓ แนวทางการบรรลุมัชชา

แนวทางการบรรลุมัชชาในพุทธศาสนา มีศีลเป็นเบื้องต้น มีสมาธิเป็นท่ามกลาง มีปัญญาเป็นที่สุด^{๗๙} มีธรรมคือขันธ ๕ เป็นต้นเป็นภูมิ คือเป็นที่เกิดวิปัสสนาปัญญา โดยมีวิสุทธิ ๒ คือ สีลวิสุทธิและจิตตวิสุทธิเป็นมูล คือเป็นพื้นฐานให้เกิดปัญญา มีวิสุทธิ ๕ คือ ทิฏฐิวิสุทธิ กังขาวิตรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนาวิสุทธิ และญาณทัสสนวิสุทธิเป็นสรณะ คือเป็นตัวปัญญา^{๘๐} วิสุทธิทั้ง ๗ นี้ก็คือไตรสิกขา ได้แก่ สีลวิสุทธิจัดเป็นศีลสิกขา จิตตวิสุทธิจัดเป็นจิตตสิกขา ทิฏฐิวิสุทธิเป็นต้นจัดเป็นปัญญาสิกขา อันเป็นหลักการเจริญศีลสมาธิ ปัญญา เป็นทั้งสมถะและวิปัสสนา

ในการเจริญวิปัสสนาผู้ปฏิบัติจะมีสมาธิในระดับใดก็สามารถนำมาเจริญวิปัสสนาได้ จิตที่สงบชั่วขณะที่เราเรียกว่า “ขณิกสมาธิ” ก็เป็นพื้นฐานเจริญวิปัสสนาได้^{๘๑} คืออย่างต่ำก็ต้องอาศัยขณิกสมาธิเป็นบาทเจริญวิปัสสนา ซึ่งสมาธินี้เป็นเจตสิกเกิดขึ้นกับจิตทุกดวง^{๘๒} เมื่อเกิดร่วมกับโสภณเจตสิก มีสัทธาเจตสิก สติเจตสิก ปัญญาเจตสิกเป็นต้น^{๘๓} ก็จะทำให้มีกำลังตั้งมั่นได้มากขึ้นวิปัสสนาญาณแก่กล้าไปตามลำดับ^{๘๔}

การเจริญวิปัสสนาต้องกำหนดรูปนามเป็นหลัก คือ สติปัฏฐาน ๔ นั้นเอง ซึ่งเป็นเบื้องต้นในโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ เพื่อให้เกิดปัญญา มีวิปัสสนาญาณแก่กล้ายิ่งๆ ขึ้นไป ดังนั้น ผู้หวังการบรรลุมัชชา สำเร็จเป็นพระอรหันต์ควรเจริญไปตามลำดับวิสุทธิทั้ง ๗ นี้ เพื่อความเกิดขึ้นแห่งวิปัสสนาญาณ มรรคญาณ ผลญาณ ทำให้แจ้งพระนิพพาน มีลำดับดังนี้

^{๗๙} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๕/๕.

^{๘๐} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (บาลี) ๒/๔๓๐/๘๒.

^{๘๑} น หิ ขณิกสมาธิ วิภา วิปัสสนา สมุทเท. แปลว่า จริยอยู่ เว้นจากขณิกสมาธิ วิปัสสนาก็เกิดไม่ได้ (ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๓/๑๓).

^{๘๒} ดูรายละเอียดใน สงคห. (บาลี) ๒/๗, วิภาวินี. (บาลี) ๒/๑๕๒.

^{๘๓} ดูรายละเอียดใน สงคห. (บาลี) ๖/๗, วิภาวินี. (บาลี) ๖-๗/๑๙๖-๑๙๘.

^{๘๔} สมมาหิตฺวา ยถา เจ วิปัสสตีติ อปฺปญฺปจารขณิกสมาธิเน อญฺจตเรน สมาธินา ปจรมฺ จิตตสมาธานํ กตฺวา ปจฺจนา ยถา วิปัสสตี จ. แปลว่า หลากยบทั่ว สมาหิตฺวา ยถา เจ วิปัสสตี ความว่า พระโยคาวจร ทำความตั้งจิตมั่นก่อน ด้วยสมาธิอย่างใดอย่างหนึ่ง บรรดาอัปปนาสมาธิ อุปจารสมาธิ และขณิกสมาธิ แล้วเห็นแจ้งในภายหลัง จันใด (ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๖๒/๒๙๙).

แผนภาพที่ ๒

ความสอดคล้องระหว่างวิปัสสนาญาณ วิสุทธิ ๗ และไตรสิกขา

ญาณ ๑๖ (วิปัสสนาญาณิก)		วิปัสสนาญาณ ๙ (สมถญาณิก)		วิสุทธิ ๗	ไตรสิกขา		
ศีล/ขณิกสมาธิ		ศีล/ อุปัชฌายสมาธิ และ อปัปนาสมาธิ		ศีลวิสุทธิ		ศีล	
				จิตตวิสุทธิ		สมาธิ	
๑. นามรูปปริจเฉทญาณ	ขณิกสมาธิ	อปัปนาสมาธิ	อปัปนาสมาธิ	ทิวฏฐิวิสุทธิ	ศีล และสมาธิ	ปัญญา	
๒. ปัจจัยปริคคหญาณ				กังขาวิตรณวิสุทธิ			
๓. สัมมสนญาณ				มัคคามัคคญาณทัสสน วิสุทธิ			
๔. ตรุณอุท্থัพพญาณ				ปฏิบัติญาณทัสสน วิสุทธิ			
๔. พลวอุท্থัพพญาณ							๑. อุท্থัพพญาณ
๕. ภังคญาณ							๒. ภังคญาณ
๖. ภยญาณ							๓. ภยญาณ
๗. อาทีนวญาณ							๔. อาทีนวญาณ
๘. นิพพิทาญาณ							๕. นิพพิทาญาณ
๙. มุญฺจิตุกัมมตาญาณ							๖. มุญฺจิตุกัมมตา-
๑๐. ปฏิสังขยาญาณ							๗. ปฏิสังขยาญาณ
๑๑. สังขารุเปกขาญาณ							๘. สังขารุเปกขา-
๑๒. อนุโลมญาณ				๙. อนุโลมญาณ			
๑๓. โคตรภูญาณ				อปัปนาสมาธิ			อปัปนาสมาธิ
๑๔. มัคคญาณ							
๑๕. ผลญาณ							
๑๖. ปัจจเวกขณญาณ							

๖.๓.๑ สีสวิสฺสทฺธิ

การเจริญภาวนาย่อมสำเร็จแก่ผู้มีศีลบริสุทธิเท่านั้น หากผู้ปฏิบัติเป็นพระภิกษุ ควรบำเพ็ญอุภยสมาจาริกศีลให้บริบูรณ์ดีเสียก่อน เช่น กวาดลานพระเจดีย์ ลานต้นโพธิ์ อุปัชฌาย์ พระอุปัชฌาย์ เป็นต้น ถ้ามีผู้กล่าวว่าอุภยสมาจาริกวัตรไม่จำเป็นต้องรักษาก็ได้ ความจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ เพราะเมื่ออุภยสมาจาริกวัตรบริบูรณ์ ศีลก็จะบริบูรณ์ เมื่อศีลบริบูรณ์ สมาธิก็ถึงความ เป็นอัปปนาได้ สมจริงดังพระดำรัสที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า “การที่ภิกษุนั้นไม่บำเพ็ญอุภยสมาจาริกวัตรให้บริบูรณ์ แล้วจักบำเพ็ญศีลทั้งหลายให้บริบูรณ์ได้ นั้นไม่ใช่ฐานะที่จะมีได้”^{๔๕} เพราะฉะนั้น ภิกษุผู้ปฏิบัติควรบำเพ็ญวัตรต่างๆ ให้บริบูรณ์ด้วยดีเสียก่อน ต่อจากนั้นก็ชำระศีลให้หมดจด^{๔๖} ฤกษ์สัทธิทั้งหลายพึงตั้งตนอยู่ในศีล ๕ หรืออาชีวัฏฐมกศีล อุบาสกและอุบาสิกา ตั้งอยู่ในศีล ๘ สามเณรตั้งอยู่ในศีล ๑๐ ภิกษุตั้งอยู่ในปาฏิโมกขสังวรศีล ๒๒๗^{๔๗}

ศีลเป็นเบื้องต้นแห่งพระศาสนา^{๔๘} ดังนั้นพระโยคาวจร^{๔๙} คือผู้ประกอบความเพียร จึงต้องทำศีลวิสุทธิมีปาฏิโมกขสังวรศีลเป็นต้น ให้บริสุทธิด้วยดีเสียก่อนเป็นเบื้องต้น^{๕๐}

๖.๓.๒ จิตตวิสุทธิ

สมาธิ คือภาวะมีอารมณ์หนึ่งเดียวของกุศลจิต หมายถึงการดำรงจิตและเจตสิกไว้ในอารมณ์หนึ่งเดียว^{๕๑} ในพระอภิธรรมปิฎกได้ให้ความหมายของคำว่าสมาธิไว้ว่า “ยา ตสมฺมึ สมเย จิตตสฺส จิตฺติ สณฺณจิตฺติ อวฺภูจฺจิตฺติ อวิสาโร อวิกฺเขโป อวิสาหภูมฺมานสตา สมโถ สมานินฺทริยํ สมมาธิพลํ สมมาสมาธิ อโย ตสมฺมึ สมเย สมมาสมาธิ โหติ.”

การตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ สมานินทรีย์ สมาธิพละ ความตั้งใจชอบ

^{๔๕} อัง.ปณจก.(บาลี) ๒๒/๒๑/๑๕

^{๔๖} วิ.มหา.อ.(บาลี) ๑/๑๖๕/๔๕๓, อัง. ปณจก. (บาลี)๒๒/๑๕-๑๖., ดูคำอธิบายในหนังสือ : วิปัสสนา นัย เล่ม ๑ ,สมเด็จพระพุทธชินวงศ์(สมศักดิ์ อุปสโม, ป.ธ. ๙, Ph.D) ตรวจชำระ, พระคันธสารากวีวงศ์ เรียบเรียง, : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์, ๒๕๔๘. หน้า ๓.

^{๔๗} พระสังฆมณฑลสังฆราช. ปรมัตถโคตติกา ปริจเฉทที่ ๙ สมถ-กรรมฐานที่ปณี ,พิมพ์ครั้งที่ ๔,กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ.,หน้า ๔๑.

^{๔๘} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (บาลี) ๑๗/๓๖๗/๑๒๕, ส.ม. (ไทย) ๑๗/๓๖๗/๒๑๒, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๕/๕, ที.ม. (บาลี) ๑๐/๙๐/๔๓, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๙๐/๕๐, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๕/๕.

^{๔๙} โยค วิริย อวจรตฺติ กโรตฺติ โยคาวจร. แปลว่า ที่ชื่อว่าโยคาวจร เพราะอรรถว่า ย่อมประพฤติก่อทำ โยคะ คือความเพียร (ดูรายละเอียดใน ปฐมุตฺตยปริจเฉทตฺตโยชนา อายสฺมตฺตาอาภากรณ มหาชาติ วิหารวาสิณา, อภิธมฺมตฺตวิภาวินียา ปณจิกานาม อตฺตโยชนา (ปจฺโม ภาค), ข้อ ๓๗/๖ หน้า ๕๑๗.

^{๕๐} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๗/๓๗-๔๗, วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๖๖๒/๒๕๐.

^{๕๑} วิสุทธิ.(บาลี) ๑/๑๐๕, ขุ.ปฎิ.อ.(บาลี)๑/๑๗.

นี้ชื่อว่า สัมมาสมาธิ มีในสมัยนั้น^{๙๒} ความที่กุศลจิตมีอารมณ์เดียว (กุศลจิตเตกคฤคตา) ชื่อว่าสมาธิ ๑ มีความหมายว่าตั้งมั่น (สมาธาน) คือการตั้งจิตและเจตสิกไว้ในอารมณ์เดียวโดยชอบด้วยดีไม่ฟุ้งซ่าน^{๙๓} เป็นท่ามกลางแห่งพระศาสนา^{๙๔} สมาบัติ ๘ พร้อมทั้งอุปจาร ชื่อว่า “จิตตวิสุทธิ”^{๙๕} ขณิกสมาธิก็จัดเป็น จิตตวิสุทธิ^{๙๖}

จิตตวิสุทธิ คือ ความบริสุทธิ์ของจิตที่แนบอยู่กับการกำหนดรูปรูป-นาม โดยไม่ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์อื่น จนพัฒนาคุณภาพและสมรรถภาพของจิตจนเกิดสมาธิ^{๙๗}

สมาธิมี ๓ ประเภท คือ

- ๑) อุปจารสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นในอารมณ์บัญญัติ แต่ไม่ถึงระดับที่เป็นฌาน
- ๒) อัปปนาสมาธิ ความที่จิตตั้งมั่นแน่วแน่ในอารมณ์บัญญัติ ถึงระดับที่เป็นฌาน
- ๓) ขณิกสมาธิ ความที่จิตมีสติระลึกรู้อารมณ์ปรมาตม์(รูป - นาม, ชั้น ๕) ที่ละขณะๆ ตั้งมั่นต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลาที่จิตรับรู้อารมณ์

สมาธิ ๒ ประการแรก คือ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ กล่าวไว้ตามสมถยานิก ส่วนขณิกสมาธิกล่าวไว้ตามวิปัสสนายานิก^{๙๘}

๖.๓.๓ ทิฏฐิวิสุทธิ

การเห็นนามรูปตามความเป็นจริง ชื่อว่า “ทิฏฐิวิสุทธิ”^{๙๙} จัดเป็น “นามรูปปริจเฉทญาณ” หรือ “นามรูปปริคคหญาณ” เมื่อจะทำทิฏฐิวิสุทธิให้ถึงพร้อม ฟังทราบดังนี้

- ๑) วิปัสสนาวิธีสำหรับสมถยานิก

ผู้ที่เป็นสมถยานิก คือ ผู้มียานคือสมถะ^{๑๐๐} ใช้อุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิ^{๑๐๑}

^{๙๒} อภ.ส. (ไทย) ๓๔/๓๗/๓๐.

^{๙๓} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๓/๑๙, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๓๘/๙๐.

^{๙๔} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๙๐/๔๓, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๙๐/๕๐, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๕/๕.

^{๙๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๖๖๒/๒๕๐.

^{๙๖} ดูรายละเอียดใน พระคันธสารากิจวงศ์, โปธิปักขิยธรรม, (กรุงเทพมหานคร : บุญศิริการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๑๒๗.

^{๙๗} ภาวินี.ฎีกา (บาลี) หน้า ๒๖๘.(มหามกุฏฯ)

^{๙๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๕๙.

^{๙๙} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๖๖๒/๒๕๐.

^{๑๐๐} ยาทิ ปชฺชติ เอเตนาติ ยาน, สมโถว ยาน สมถยาน, ตํ เอตสฺส อตฺถิติ สมถยานิโก. แปลว่า ที่ชื่อยาน เพราะว่าเป็นเครื่องไป คือดำเนินไป, ยาน คือสมถะ ชื่อว่าสมถยาน, ที่ชื่อยานสมถยานิก เพราะว่ามียานคือสมถะ (ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ.ฎีกา. (บาลี) ๒/๖๖๓/๓๘๖).

^{๑๐๑} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๗๒/๑๕๗

ออกจากรูปาวจรฆานและอรุปรวจรฆานอย่างใดอย่างหนึ่ง ยกเว้นเนวสญญานาสญญาตนะ^{๑๐๒} แล้วพึงกำหนดองค์ฆานมีวิตกเป็นต้น และธรรมที่สัมปยุตกับองค์ฆาน กำหนดลงไปว่าทั้งหมดนั้น “เป็นนาม” เพราะเป็นสิ่งที่นุ่มไปได้และโน้มมุ่งหน้าไปสู่อารมณ์ สรรวจดูนามว่าอาศัยอะไรก็จะพบหทัยรูป จากนั้นก็กำหนดรูปคือภูตรูปอันเป็นที่อาศัยแห่งหทัยรูป และอุปทายรูปที่เหลือ กำหนดลงไปว่าทั้งหมดนั้น “เป็นรูป” เพราะว่าเป็นสิ่งที่ต้องสลายไป แล้วกำหนดนามรูปรวมกันว่า สิ่งที่มีลักษณะนุ่มไปได้ “เป็นนาม” สิ่งที่มีลักษณะสลายไป “เป็นรูป”^{๑๐๓}

๒) วิปัสสนาวิธีสำหรับวิปัสสนายานิก

ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ โดยไม่อาศัยสมณะ^{๑๐๔} ก็พึงกำหนดนามรูปโดยกำหนดธาตุ ๔ เป็นต้น หรือวิปัสสนาภูมิ ๖ ใช้ชฌนิกสมาธิ ซึ่งเป็นความสงบของจิตก่อนเข้าถึงอุปจารสมาธิ ในขณะที่เริ่มเจริญสมถภาวนา เจริญวิปัสสนาเมื่อมีกำลังแก่กล้าก็ยังจิตให้สงบได้ เช่นเดียวกับอัปปนาสมาธิ อบรมให้เกิดวิปัสสนาชฌนิกสมาธิซึ่งกำจัดนิวรณ์ได้เช่นเดียวกับอุปจารสมาธิเมื่อแก่กล้าแล้วก็จะเกิดวิปัสสนาปัญญา^{๑๐๕} ตั้งข้อความว่า “แม้อารมณ์จะเปลี่ยนแปลงไป แต่ชฌนิกสมาธิในวิปัสสนายังคงตั้งมั่นรู้รูปนามที่เป็นปัจจุบันแต่ละขณะอยู่ตลอดเปิดโอกาสให้ปัญญาหรือญาณทำหน้าที่พิจารณาได้อย่างเต็มที่”^{๑๐๖} เมื่อกำหนดนามรูปโดยนัยต่างๆ เห็นนามรูปตามความเป็นจริง ครอบงำสัตตัตถัญญา ตั้งอยู่ในอัสัมโมหภูมิ ชื่อว่า “ทิวฏฐิวิสูทธิ”^{๑๐๗}

ญาณที่ปรากฏ คือ รูปนามปริจเฉทญาณ ปัญญาที่กำหนดเห็นรูป เห็นนาม ว่าเป็นคนละสิ่งละส่วนไม่ระคนกัน

^{๑๐๒} จเปตวา เนวสญญานาสญญาตนะอิทํ ภวคฺคฺชมนานํ อาทิกมมิกสฺส ทุปรปริคฺคฺหตตาย วุตตํ. คำว่า จเปตวา เนวสญญานาสญญาตนะ นี้ ท่านกล่าวไว้ว่าภวคฺคฺชมนานํ (ธรรมที่มีอารมณ์ชั้นสูง) สำหรับอาทิกมมิกะ (ผู้เริ่มต้นปฏิบัติ) กำหนดได้ยาก (ดูรายละเอียดใน วิสฺวทฺธิ.ฎีกา. (บาลี) ๒/๖๖๓/๓๘๖).

^{๑๐๓} ดูรายละเอียดใน วิสฺวทฺธิ. (บาลี) ๒/๖๖๓/๒๕๐.

^{๑๐๔} วิปัสสนายานิกสฺส ปน สมถํ อนิสฺสยาตติ อาห สฺวทฺธิวิปัสสนายานิกโกติ, สมถภาวนาย อมิสฺสิตติวิปัสสนายานาวาติ อตฺถโธ. (ดูรายละเอียดใน วิสฺวทฺธิ.ฎีกา (บาลี) ๒/๖๖๓/๓๘๖).

^{๑๐๕} ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสฺยาตอ), ธรรมจกัปปวัตตนสูตร, พระพรหมโมลี ศาสตราจารย์พิเศษ (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ, พระคันธสาราภิงค์ แปลและเรียบเรียง (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาสน์ไทย การพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๑๒๙-๑๓๑.

^{๑๐๖} อ่างใน พระมหาปฐมวิทย์ กิตติปาโล (แซกริมย์), “บทบาทของสมาธิในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสายรูปนาม”, วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, (คณะอักษรศาสตร์ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๔๑.

^{๑๐๗} ดูรายละเอียดใน วิสฺวทฺธิ (บาลี) ๒/๖๖๔-๖๗๗/๒๕๑-๒๖๒.

๖.๓.๔ กังขาวิตรณวิสุทธิ

เมื่อจะยังกังขาวิตรณวิสุทธิให้ถึงพร้อม พึงหาเหตุปัจจัยของนามรูปนั้น ญาณอันข้ามความสงสัยในอัทธา ๓ คือ อดีต ปัจจุบัน อนาคตก็เกิดขึ้นด้วยการกำหนดปัจจัยของนามรูปชื่อว่า “กังขาวิตรณวิสุทธิ” ญาณแก่กล้าขึ้นโดยลำดับ ความสงสัย ๑๖ ประการ^{๑๐๘} ความสงสัย ๘ ประการ^{๑๐๙} ทิฎฐิ ๖๒^{๑๑๐} ก็ระงับไป คำว่า “ธรรมฐิติญาณ” “ยถาภูตญาณ” “สัมมาทัสสนะ” มีความหมายเหมือนกับคำว่า “กังขาวิตรณวิสุทธิ” ผู้ประกอบด้วยญาณนี้ย่อมได้ความอุ่มใจ ได้ที่พึงมีคติแน่นอน ชื่อว่า “จุฬโสภาบัน”

ญาณที่ปรากฏคือ ปัจจัยปริคคหญาณ ปัญญาที่กำหนดจนรู้ถึงเหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดรูปเกิดนาม^{๑๑๑}

๖.๓.๕ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ

ญาณที่รู้ธรรมที่เป็นทางและมีใช้ทาง ชื่อว่า “มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ” พระโยคาวจร เมื่อจะทำมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิให้ถึงพร้อม พึงทำความเพียรในการเจริญวิปัสสนาดำเนินตามนัยพระบาลีคือ การพิจารณาเป็นกลาป ได้แก่ การพิจารณาธรรมที่เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบันเป็นต้นรวมกัน^{๑๑๒} เห็นเป็นไตรลักษณ์ สำหรับผู้เริ่มเจริญวิปัสสนา เมื่อวิปัสสนูปกิเลสมีโอภาสเป็นต้นเกิดขึ้นมัคคามัคคญาณจึงมี การพิจารณาเป็นกลาปเป็นเบื้องต้นวิปัสสนา ท่านจึงแสดงมัคคามัคคญาณไว้ในลำดับกัขาวิตรณญาณ เมื่อตึรณปริญญาเป็นไปอยู่ มัคคามัคคญาณจึงเกิดขึ้น ตึรณปริญญามีในลำดับแห่งญาตปริญญา^{๑๑๓}

ปัญญาในการกำหนดนามธรรมและรูปธรรมที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบันรวมกัน ชื่อว่า “สัมมสนญาณ” เช่น ปัญญาในการกำหนดว่า รูปทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ชื่อว่าไม่เที่ยงเพราะมีสภาวะสิ้นไป ชื่อว่าเป็นทุกข์เพราะมีสภาวะเป็นภัย ชื่อว่าเป็นอนัตตา เพราะมีสภาวะไม่มีแก่นสาร ในเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จักขุ ฯลฯ ชราและมรณะ^{๑๑๔} ที่เหลือก็คล้ายๆกันนี้ และปัญญาในการกำหนดรูปทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบันว่า ไม่เที่ยง อันปัจจัยปรุงแต่ง อาศัยกันเกิดขึ้น มีความสิ้นไป เสื่อมไป คลายไป

^{๑๐๘} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (บาลี) ๒/๖๘๐/๒๖๔.

^{๑๐๙} ดูรายละเอียดใน อภ.สง. (บาลี) ๓๔/๑๐๐๘/๒๔๒, อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๐๐๘/๒๖๑.

^{๑๑๐} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (บาลี) ๙/๒๘-๑๔๖/๑๑-๔๖, ที.สี. (ไทย) ๙/๒๘-๑๔๖/๑๒-๔๖.

^{๑๑๑} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (บาลี) ๒/๖๗๘-๖๘๑/๒๖๓-๒๗๑.

^{๑๑๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ.ฎีกา. (บาลี) ๒/๖๙๒/๔๒๖-๔๒๗.

^{๑๑๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (บาลี) ๒/๖๙๓/๒๗๒-๒๗๓.

^{๑๑๔} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๓-๖/๗-๑๐, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓-๖/๙-๑๓.

ดับไปเป็นธรรมดา ชื่อว่า “สัมมสนญาณ” ในเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ จักขุ ฯลฯ ชราและมรณะที่เหลือก็นัยนี้^{๑๑๕} ดังนั้น ปัญญาที่กำหนดธรรมที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน เป็นต้นรวมกันให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ เป็นต้น ชื่อว่า “สัมมสนญาณ” ย่อมเกิดขึ้น^{๑๑๖}

พระโยคาวจรจะนิจจสัญญาเป็นต้นได้ซึ่งเป็นธรรมฝ่ายตรงข้ามกับวิปัสสนามีอนิจจานุปัสสนาเป็นต้นถึงฝั่งแห่งสัมมสนญาณ เริ่มทำความเพียรเพื่อบรรลुकุทยัพพยานุปัสสนาญาณ^{๑๑๗} (ญาณที่เห็นความเกิดและความดับ) เมื่ออุทยัพพยานุปัสสนาญาณที่เป็นวิปัสสนาญาณอย่างอ่อน (ตรุณวิปัสสนาญาณ) ทางตลอดลักษณะ ๕๐ ถ้วน^{๑๑๘} เห็นสิ่งที่มีความเชื่อมโยงเป็นธรรมดานั้นเองเกิดขึ้นและมันเกิดขึ้นแล้วก็เข้าถึงความเชื่อมโยงเป็นต้น ก็ได้ชื่อว่า “อารัทธวิปัสสก” คือ ผู้เริ่มเห็นแจ้ง^{๑๑๙}

จากนั้นวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ มีโอภาสเป็นต้น^{๑๒๐} ย่อมจะเกิดขึ้น พระโยคาวจรผู้ฉลาดเป็นบัณฑิต คงแก่เรียน ถึงพร้อมด้วยความรู้ (พุทธิ) กำหนดพิจารณาเห็นด้วยปัญญาว่า “โอภาสนี้ไม่เที่ยงถูกปรุงแต่งอาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความสิ้นเสื่อมคลายดับไปเป็นธรรมดา” เป็นต้น ย่อมจะเข้าใจโอภาสได้ว่า ไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ตัวตนของเรา^{๑๒๑} วิปัสสนูปกิเลสที่เหลือก็นัยนี้ ก็จะไม่หวั่นไหวสะดุ้งสะเทือนฟุ้งซ่าน พึงละอุปกิเลส ๓๐ ประการ^{๑๒๒} ที่แบ่งตามอำนาจทิวฐิติ มานะ ตัณหา อย่างละ ๑๐ จึงได้ ๓๐ กำหนดได้ว่าโอภาสเป็นต้นนี้มีใช่ทางส่วนวิปัสสนาญาณอันพ้นจากอุปกิเลสดำเนินไปตามวิถีของวิปัสสนาเป็นทาง ญาณที่รู้ทางและมีใช่ทางนี้ ชื่อว่า “มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทฺธิ”

พระโยคาวจรย่อมกำหนดสังขจะ ๓ ได้ด้วยญาณอันเป็นโลกียะ คือ กำหนดนามรูปในทิวฐิตวิสุทฺธิเป็นการกำหนดทุกขสังข กำหนดปัจจัยของนามรูปในกัฏฐิตวิสุทฺธิเป็นการกำหนดสมุทัยสังข การเลือกเอาแต่ทางที่ถูกในมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทฺธิ เป็นการกำหนดมรรคสังข^{๑๒๓}

^{๑๑๕} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๔๘/๕๔-๕๕, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๘/๗๔-๗๕, วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๖๙๔/๒๗๓.

^{๑๑๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๖๙๔-๗๒๒/๒๗๓-๓๐๐.

^{๑๑๗} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๖/๑, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๒, วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๗๒๓/๓๐๐.

^{๑๑๘} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๕๐/๕๖-๕๘, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๐/๗๗-๘๒.

^{๑๑๙} ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๗๒๓-๗๓๑/๓๐๐-๓๐๔.

^{๑๒๐} ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๗๓๒-๗๓๔/๓๐๔-๓๐๙.

^{๑๒๑} ดูรายละเอียดใน วิ.ม. (บาลี) ๔/๒๑/๑๘, วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๑/๒๘-๒๙, ม.มู. (บาลี) ๑๒/๒๔๑/๒๐๓, ม.มู. (ไทย) ๑๒/๒๔๑/๒๕๗, วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๗๓๖/๓๐๐.

^{๑๒๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๗๓๕/๓๐๙.

^{๑๒๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ (บาลี) ๒/๗๓๖/๓๑๐-๓๑๑.

ญาณที่ปรากฏ คือ สัมมสนญาณ ปัญญาที่กำหนดจรรู้เห็นไตรลักษณ์ คือ ความเกิดดับของรูป-นาม แต่ที่รู้ว่ารูป-นามดับไปก็เพราะเห็นรูป-นามใหม่เกิดขึ้นมาแล้ว เห็นอย่างนี้เรียกว่า สันตติยังไม่ขาด และยังอาศัยจินตามยปัญญาอยู่

๖.๓.๖ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ

วิปัสสนาที่ถึงที่สุดด้วยญาณ ๘ มีอุทัพพยานุปลัสสนาญาณ (พลววิปัสสนา) อันพ้นจากอุปกิเลสเป็นวิปัสสนาที่ดำเนินไปตามวิถีเป็นต้นและสัจจานุโลมิกญาณ (อนุโลมญาณ) รวมเป็น ๙ ชื่อว่า “ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ”^{๒๔}

๑) ความเกิดขึ้นแห่งอุทัพพยานุปลัสสนาญาณ (พลววิปัสสนาญาณ)

อุทัพพยานุปลัสสนาญาณ ในครั้งแรกนั้นเป็นตรุณวิปัสสนาเศร้าหมองไปด้วยอุปกิเลส ๑๐ กำหนดไตรลักษณ์ได้ไม่ชัดตามสภาพที่เป็นจริง เมื่อพ้นจากอุปกิเลสแล้วจึงทำได้ ดังนั้นจึงควรทำความเพียรในอุทัพพยานุปลัสสนาญาณนี้ซ้ำอีก เพื่อกำหนดไตรลักษณ์ให้ชัดยิ่ง ๆ ขึ้น^{๒๕}

อนิจจลักษณะไม่ปรากฏเพราะถูกสันตติปิดบังไว้ เหตุที่ไม่มโนสิการถึงความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป เมื่อเพิกสันตติกำหนดความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป อนิจจลักษณะก็ปรากฏตามสภาพที่เป็นจริง

ทุกขลักษณะไม่ปรากฏเพราะถูกอิริยาบถปิดบังไว้ เหตุที่ไม่มโนสิการถึงความถูกบีบคั้นอยู่เนื่อง ๆ เมื่อเพิกอิริยาบถมโนสิการถึงความถูกบีบคั้นอยู่เนื่อง ๆ ทุกขลักษณะก็ปรากฏตามสภาพที่เป็นจริง

อนัตตลักษณะไม่ปรากฏเพราะถูกกลุ่มก้อน (ขณ) ปิดบังไว้ เหตุที่ไม่มโนสิการถึงการแยกธาตุต่าง ๆ ออกจากกัน เมื่อแยกธาตุต่าง ๆ ออกจากกันแยกกลุ่มก้อนได้ อนัตตลักษณะจึงปรากฏตามสภาพที่เป็นจริง^{๒๖}

ขั้น ๕ ไม่เที่ยง เพราะว่ามีเกิดขึ้นเสื่อมไปและเปลี่ยนแปลงไป หรือมีแล้วก็ไม่มี ส่วนความเกิดขึ้นเสื่อมไปเปลี่ยนแปลงไปหรือความผันแปรไปแห่งอาการว่ามีแล้วก็ไม่มีเป็น “ลักษณะของความไม่เที่ยง”

ขั้น ๕ เป็นทุกข์ เพราะว่ามีสิ่งที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เหตุที่ถูกบีบคั้นอยู่เนื่อง ๆ อาการที่ถูกบีบคั้นอยู่เนื่อง ๆ เป็น “ลักษณะของความทุกข์”

ขั้น ๕ เป็นอนัตตา เพราะว่ามีสิ่งที่เป็นทุกข์เป็นอนัตตาเหตุที่ไม่เป็นไปในอำนาจของ

^{๒๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (บาลี) ๒/๗๓๗/๓๑๒.

^{๒๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (บาลี) ๒/๗๓๘/๓๑๒.

^{๒๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ (บาลี) ๒/๗๓๘/๓๑๒-๓๑๓.

ใคร ๆ อากาการที่ไม่เป็นไปในอำนาจของใคร ๆ เป็น “ลักษณะของอนัตตา”^{๑๒๗}

ดังนั้น กล่าวโดยสรุปแล้ว ชั้นที่ ๕ เป็นทุกข์ ดังความว่า “ความทุกข์ทั้งหมดสรุปรวมอยู่ที่ยึดมั่นชั้นที่ ๕ ชั้นใดชั้นหนึ่งเป็นตัวตน – เป็นของตน”^{๑๒๘} สมเด็จพระดำรัสว่า “สงขิตเตน ปญจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา. โดยย่อ อุปาทานชั้นที่ ๕ เป็นทุกข์.”^{๑๒๙}

เมื่อกำหนดไตรลักษณ์ของชั้นที่ ๕ ตามสภาพที่เป็นจริง อุทกยัพพยานุปัสสนาญาณที่ ผ่องแผ้วพ้นจากอุปกิเลสเป็นวิปัสสนาอันดำเนินไปตามวิถี พิจารณารูปธรรมนามธรรมทั้งหลายว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาแล้ว ๆ เล่า ๆ ญาณย่อมจะเป็นไปคมกล้า สังขารทั้งหลายก็จะปรากฏเกิดดับเร็ว ญาณย่อมจะไม่ถือเอาความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ความเป็นไป หรืออนิมิต สติก็จะตั้งมั่นอยู่แต่ในความสิ้น ความเสื่อม ความแตกดับเท่านั้น เมื่อเห็นสิ่งที่เป็นสังขารเกิดขึ้นเป็นไปดับไปแล้วอย่างนี้ ในกาลที่ปล่อยความเกิดขึ้นเห็นความดับเด่นชัด วิปัสสนาญาณ ชื่อว่า “ภวังคานุปัสสนาญาณ” ย่อมเกิดขึ้น^{๑๓๐}

๒) ความเกิดขึ้นแห่งภยตูปัฏฐานญาณ

พระโยคาวจร เจริญทำให้มากอยู่ซึ่งภังคานุปัสสนาอันมีความสิ้น ความเสื่อม ความแตก ความดับแห่งสังขารทั้งปวงเป็นอารมณ์ สังขารทั้งหลายอันปรากฏอยู่ในภพ ๓^{๑๓๑} กำเนิด ๔^{๑๓๒} คติ ๕^{๑๓๓} วิญญาณฐิติ ๗^{๑๓๔} สัตตาวาส ๘^{๑๓๕} ย่อมปรากฏเป็นสิ่งที่น่ากลัว ดุจสีหะ เสือโคร่งเป็นต้น เมื่อเห็นว่า “สังขารทั้งหลายที่เป็นอดีตก็ดับไปแล้ว ที่เป็นปัจจุบันก็กำลังดับ ที่จะเกิดในอนาคตก็จักดับ” ญาณชื่อว่า “ภยตูปัฏฐานญาณ” ย่อมจะเกิดขึ้น^{๑๓๖}

เมื่อทำในใจโดยความไม่เที่ยง สังขารทั้งหลายทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ย่อมปรากฏโดยเป็นของน่ากลัว ก็ผู้ทำในใจโดยความไม่เที่ยงอยู่ย่อมเห็นแต่มรณะ คือความ

^{๑๒๗} ตูรายละเอียดยใน ส.ช. (บาลี) ๑๗/๑๕/๑๙, ส.ช. (ไทย) ๑๗/๑๕/๒๙, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๔๐/๓๑๓.

^{๑๒๘} อ่างใน พุทธทาสภิกขุ, อานาปานสติ ฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท ตฤตา พับลิเคชัน จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๔๓.

^{๑๒๙} อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๑๙๐/๑๑๗, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๙๐/๑๖๓.

^{๑๓๐} ตูรายละเอียดยใน ชุ.ป. (บาลี) ๓๑/๕๑-๕๒/๕๙, ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๑-๕๒/๙๒, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๔๑/๓๑๓-๓๑๔.

^{๑๓๑} ตูรายละเอียดยใน ส.ม. (บาลี) ๑๙/๑๖๔/๕๒-๕๓, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๖๔/๙๕-๙๖.

^{๑๓๒} ตูรายละเอียดยใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๕๒/๑๑๓, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๕๒/๑๕๑-๑๕๒.

^{๑๓๓} ตูรายละเอียดยใน ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๕๓/๑๑๓-๑๑๔, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๕๓/๑๕๒-๑๕๓.

^{๑๓๔} ตูรายละเอียดยใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๑๒๗/๖๑-๖๒, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๒๗/๗๒-๗๓.

^{๑๓๕} ตูรายละเอียดยใน ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๕๙/๒๗๒-๒๗๓, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๙/๔๒๐-๔๒๑,

^{๑๓๖} ตูรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๕๐/๓๑๙.

แตกดับแห่งสังขารทั้งหลาย เหตุที่เห็นแต่ความแตกดับสังขารจึงปรากฏโดยเป็นของน่ากลัว

เมื่อทำในใจโดยความเป็นทุกข์ ความเป็นไปในรูปภพและอรูปรภพย่อมปรากฏโดยเป็นของน่ากลัว ก็ผู้ทำในใจโดยความเป็นทุกข์ย่อมเห็นภาวะคือความถูกบีบคั้นอยู่เนือง ๆ เท่านั้นแห่งความเป็นไปที่สมมุติกันว่าเป็นสุข เพราะเห็นแต่ความถูกบีบคั้นนั้นความเป็นไปในรูปภพและอรูปรภพจึงปรากฏโดยเป็นของน่ากลัว

เมื่อทำในใจโดยความเป็นอนัตตา ย่อมเห็นสังขารทั้งหลายและความเป็นไปในรูปภพและอรูปรภพทั้ง ๒ นั้น เป็นสิ่งว่างเปล่า ว่าง ไม่มีเจ้าของ ไม่มีหัวหน้า เหมือนบ้านร้าง และสิ่งลวงตามีพยับแดดเป็นต้นจึงปรากฏโดยเป็นของน่ากลัว^{๓๓๗}

๓) ความเกิดขึ้นแห่งอาทินวณุปัสสนาญาณ

พระโยคาวจร เจริญทำให้มากอยู่ซึ่งภยตูปัญฐานญาณนั้น ที่ด้านทาน (ตาณ) ที่กำบัง (เลณ) ที่ไป (คติ) ที่พึงอาศัย (ปฏิสรณ) ก็ไม่ปรากฏ ความปรารถนา ความยึดถือเอาในสังขารหนึ่งในสังขารทั้งหลายที่เป็นไปอยู่ในภพ กำเนิด คติ จิตติ และนิวาสทั้งปวงก็ไม่มี ภพ ๓ ปรากฏตั้งหลุมถ่านเพลิง มหาภูต ๔ ปรากฏตั้งเหล่าอสรพิษร้าย ชั้น ๕ ปรากฏตั้งเพชรฆาตผู้เงี้ยวดาบ आयตนะภายใน ๖ ปรากฏตั้งหมูบ้านร้าง आयตนะภายนอก ๖ ปรากฏตั้งพวกโจรปล้นหมู่บ้าน วิญญาณจิตติ ๗ และสัตตาวาส ๘ ปรากฏตั้งถูกไฟ ๑๑ กอง^{๓๓๘} ไหมลู่โชติช่วงอยู่ สังขารทั้งปวงปรากฏราวจะเป็นหัวผี ราวจะเป็นโรคเป็นต้น ครั้นสังขารทั้งปวงปรากฏเป็นของน่ากลัวด้วยอำนาจกัณหาอุปัสสนาแล้ว ก็ย่อมเห็นแต่โทษปราศจากสิ่งที่น่ายินดี ญาณชื่อว่า “อาทินวณุปัสสนาญาณ” ย่อมเกิดขึ้น^{๓๓๙}

๔) ความเกิดขึ้นแห่งนิพพิทานุปัสสนาญาณ

พระโยคาวจร ครั้นเห็นสังขารทั้งปวงเป็นโทษอยู่อย่างนั้น ย่อมเบื่อหน่ายเอือมระอา ไม่ยินดีอย่างยิ่งในสังขารอันแตกไปอยู่ในภพ กำเนิด คติ วิญญาณจิตติ และสัตตาวาสทั้งปวง ย่อมยินดีแต่ในอนุปัสสนา ๓^{๓๔๐} อนุปัสสนา ๗ เท่านั้น^{๓๔๑}

^{๓๓๗} ตูรายละเอียดยใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๒๒๗/๒๘๐, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒๗/๓๘๓, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๕๑/๓๒๐-๓๒๑.

^{๓๓๘} ไฟ ๑๑ กอง คือ ๑. รากะ ๒. โทสะ ๓. โมหะ ๔. ชาติ ๕. ขรา ๖. มรณะ ๗. โสกะ ๘. ปริเทวะ ๙. ทุกข์ ๑๐. โทมนัส ๑๑. อุปายาส (ตูรายละเอียดยใน ส.สพ. (บาลี) ๑๘/๒๘/๑๗-๑๘).

^{๓๓๙} ตูรายละเอียดยใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๕๓/๖๐, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๓/๘๔, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๕๒/๓๒๑-๓๒๓.

^{๓๔๐} ตูรายละเอียดยใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๕๒/๕๙-๖๐, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๒/๘๒-๘๓, ขุ.ป.อ (บาลี) ๑/๕๒/๒๘๐.

^{๓๔๑} ตูรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๕๔/๓๒๕.

ภยตูปัญฐานญาณนี้มี ๓ ชื่อ คือ ชื่อว่า “ภยตูปัญฐานญาณ” เพราะเห็นสังขารทั้งปวงเป็นของน่ากลัว ชื่อว่า “อาทีนวานุปัสสนาญาณ” เพราะทำให้เห็นโทษในสังขารทั้งหลาย ชื่อว่า “นิพพิทานุปัสสนาญาณ” เพราะเกิดความเบื่อหน่ายในสังขาร^{๑๔๒}

๕) ความเกิดขึ้นแห่งมูญจิตุกัมยตาญาณ

เมื่อเบื่อหน่ายระอาอยู่ไม่ยินดียิ่งด้วยนิพพิทาญาณนี้ จิตย่อมไม่ติด ไม่ข้อง ไม่ผูกพัน อยู่ในสังขารทั้งหลายอันแตกไปอยู่ในภพ กำเนิด คติ วิญญาณฐิติ สัตตาวาสทั้งปวง ใครจะเปลื้องไป ออกไปจากสังขารทั้งปวง เหมือนปลาที่ติดตาข่าย กบอยู่ในปากงูเป็นต้น ญาณ ชื่อว่า “มูญจิตุกัมยตาญาณ” ย่อมเกิดขึ้น^{๑๔๓}

๖) ความเกิดขึ้นแห่งปฏิสังขานุปัสสนาญาณ

พระโยคาวจร ผู้ใคร่จะเปลื้องสังขารอันแตกอยู่ทั่วไปในภพ กำเนิด คติ ฐิติ และนิवासทั้งปวง จึงกำหนดสังขารเหล่านั้นนั้นแหละอีก ยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ด้วยปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ย่อมเห็นสังขารทั้งปวงว่า “ไม่เที่ยง” โดยเหตุว่าไม่เป็นสิ่งมีอยู่ตลอดไปเป็นต้น ย่อมเห็นว่า “เป็นทุกข์” โดยเหตุว่าถูกบีบคั้นอยู่เนื่องนิตย์เป็นต้น ย่อมเห็นว่า “เป็นของไม่งาม” โดยเหตุว่า เป็นสิ่งไม่งามเป็นต้น ย่อมเห็นว่า “เป็นอนัตตา” โดยเหตุว่าโดยเป็นฝ่ายอื่นเป็นต้น เมื่อมณสิการโดยอาการไม่เที่ยง ญาณพิจารณารู้สังขารทั้งหลายก็จะเกิดขึ้น เมื่อมณสิการโดยอาการเป็นทุกข์ ญาณพิจารณารู้ความเป็นไปในรูปภพและอรูปภพก็ย่อมเกิดขึ้น เมื่อมณสิการโดยอาการเป็นอนัตตา ญาณพิจารณารู้สังขารทั้งปวงและความเป็นไปในรูปภพและอรูปภพทั้ง ๒ นั้นก็จะเกิดขึ้น ญาณ ชื่อว่า “ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ” ย่อมเกิดขึ้นอย่างนี้^{๑๔๔}

๗) ความเกิดขึ้นแห่งสังขารุเบกขาญาณ

พระโยคาวจร ครั้นกำหนดสังขารทั้งปวงเป็นของว่างเปล่าด้วยปฏิสังขานุปัสสนาญาณ จึงกำหนดสัพพัญญุตญาณเป็น ๒ เจื่อนอีกว่า “ขั้นที่ ๕ ว่างจากตัวตนหรือสิ่งที่เนื่องด้วยตัวตน” กำหนดสัพพัญญุตญาณ ๔ เจื่อนอีกว่า “เราไม่มีในที่ไหนๆ” เป็นต้น กำหนดสัพพัญญุตญาณโดยอาการ ๖ อีกว่า “จักขุว่างจากอตตตา” เป็นต้น^{๑๔๕} จนถึงชรามรณะกัณยานี้^{๑๔๖} ครั้นเห็นโดยความเป็นของว่างเปล่าอย่างนี้แล้ว กำหนดสังขารยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ย่อมละทิ้งความกลัวความยินดีเสียได้ เป็นผู้ว่างเฉยในสังขารทั้งหลาย ไม่ถือเอาว่า “เป็นเรา เป็นของเรา” จิตย่อมถอยหดกลับ

^{๑๔๒} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๒๒๗/๒๘๑, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๒๗/๒๘๑, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๕๕/๓๒๖.

^{๑๔๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๕๖/๓๒๖-๓๒๗.

^{๑๔๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๕๗-๗๕๙/๓๒๗-๓๒๙.

^{๑๔๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๖๐-๗๖๒/๓๒๙-๓๓๑.

^{๑๔๖} ดูรายละเอียดใน ขุ.จ. (บาลี) ๓๐/๘๘/๑๙๒, ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๘๘/๓๑๕.

ไม่ยินดีในภพ ๓ กำเนิด ๔ คติ ๕ วิญญาณฐิติ ๗ สัตตาวาส ๙ วางเฉยในสังขารทั้งหลาย หรือความที่สังขารทั้งหลายเป็นสิ่งที่น่าเกลียดย่อมปรากฏชัด ญาณ ชื่อว่า “สังขารุเบกขาญาณ” ย่อมเกิดขึ้น^{๑๔๗}

สังขารุเบกขาญาณเหมือนกาบอกกิศ ถ้าเห็นพระนิพพานคือมีจิตน้อมไปในพระนิพพานย่อมละสังขารทั้งปวงแล่นไปสู่พระนิพพานทีเดียว หากว่าไม่เห็นก็ย่อมมีแต่สังขารเป็นอารมณ์เป็นไปแล้ว ๆ เล่า ๆ อยู่นั่นเอง สังขารุเบกขาญาณนี้กำหนดสังขารทั้งหลายโดยประการต่าง ๆ จนละความกลัว ความยินดีได้แล้ว ก็วางตัวเป็นกลางตั้งอยู่ด้วยอำนาจอุปัสสนา ๓ ถึงความเป็นทางแห่งวิโมกข์ ๓ อย่าง ย่อมจำแนกพระอริยบุคคล ๗ ประเภท^{๑๔๘} ดังนี้

๗.๑) วิโมกข์มุข ๓

สังขารุเบกขาญาณถึงความเป็นวิโมกข์มุข ๓ ด้วยอำนาจของอินทรีย์ทั้ง ๓ ได้แก่ สัทธินทรีย์ สมာธินทรีย์ ปัญญาธิทรีย์ คือ เมื่อมนสิการโดยความไม่เที่ยงมากด้วยอินทรีย์ (สัทธินทรีย์เป็นใหญ่) ย่อมได้อนิมิตตวิโมกข์ เมื่อมนสิการโดยความเป็นทุกข์มากด้วยบัพสัทธาธิ (สมာธินทรีย์เป็นใหญ่) ย่อมได้อัปภินิหิตวิโมกข์ เมื่อมนสิการโดยความเป็นอนัตตามากด้วยเวท (ปัญญาธิทรีย์เป็นใหญ่) ย่อมได้สุญญตวิโมกข์

อริยมรรค ทำพระนิพพานโดยอาการหานิมิตไม่ได้ให้เป็นอารมณ์ จึงชื่อว่า “อนิมิตตวิโมกข์” ทำพระนิพพานโดยอาการหาปณิธิคือตัดหนามิได้ให้เป็นอารมณ์ จึงชื่อว่า “อปปณิหิตวิโมกข์” ทำพระนิพพานโดยอาการว่างจากตัดหนามิให้เป็นอารมณ์ จึงชื่อว่า “สุญญตวิโมกข์”^{๑๔๙}

๗.๒) พระอริยบุคคล ๗

สังขารุเบกขาญาณย่อมจำแนกพระอริยบุคคล ๗ ได้แก่ ๑. สัทธานุสारी ๒. สัทธาวิมุต ๓. กายสักขี ๔. อุภโตภาควิมุต ๕. ธรรมานุสारी ๖. ทิฏฐิปัตตตะ ๗. ปัญญาวิมุต^{๑๕๐}

สังขารุเบกขาญาณนี้มี ๓ ชื่อ คือ ได้ชื่อว่า “มฤตยุมัจฉิตตาญาณ” ในตอนต้น ปรากฏชื่อว่า “ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ” ในตอนกลาง และมีชื่อว่า “สังขารุเบกขาญาณ” อันเป็นยอดวิปัสสนาในตอนท้าย^{๑๕๑}

๗.๓) วุฏฐานคามินีวิปัสสนา

วิปัสสนาของผู้ได้สังขารุเบกขาญาณ ชื่อว่า “วุฏฐานคามินีวิปัสสนาที่ถึงที่สุด” คำว่า “สิขาปัตตวิปัสสนาและวุฏฐานคามินีวิปัสสนา” เป็นชื่อของญาณ ๓ นี้ คือ สังขารุเบกขาญาณ

^{๑๔๗} ตูรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๖๖/๓๓๒-๓๓๓.

^{๑๔๘} ตูรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๖๗/๓๓๓-๓๓๔.

^{๑๔๙} ตูรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๖๘-๗๗๐/๓๓๔-๓๓๖.

^{๑๕๐} ตูรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๗๑-๗๗๗/๓๓๖-๓๓๗.

^{๑๕๑} ตูรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๗๘-๗๘๑/๓๓๘.

อนุโลมญาณ โคตรญาณ วิปัสสนานี้ชื่อว่า “สิขาปัตตวิปัสสนา” เพราะถึงยอดคือความสูงสุดแห่งโลกียญาณ ชื่อว่า “วุฏฐานคามินีวิปัสสนา” เพราะไปสู่วุฏฐานะ (การออก) ส่วนมรรค ชื่อว่า “วุฏฐานะ” เพราะออกจากวัตถุที่ยึดคือขั้น ๕ อันเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาในภายนอก และจากกิเลสขั้นที่เป็นไปตามขั้น ๕ นั้นในสันดานของตนมีมีจนาทิวฏฐิเป็นต้นในภายในด้วย^{๑๕๒} วิปัสสนานี้ไปสู่มรรคจึงได้ชื่อว่า “วุฏฐานคามินีวิปัสสนา” หมายความว่าสืบต่อกับมรรค^{๑๕๓} ดังนั้น วุฏฐานคามินีวิปัสสนา ก็คือวิปัสสนาที่นำไปสู่มรรคสืบต่อกับมรรค

มรรคย่อมเกิดขึ้นด้วยการพิจารณาโดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ หรือโดยความเป็นอนัตตา ดังนั้น พระโยคาวจรจึงต้องพิจารณาโดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ และโดยความเป็นอนัตตา^{๑๕๔}

ชนทั้งหลาย ผู้เริ่มกำหนดวิปัสสนาพิจารณาสังขารทั้งหลาย โดยความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ หรือความเป็นอนัตตา มรรคมีขึ้นโดยความไม่เที่ยง ชนทั้ง ๓ นี้ก็เป็นผู้มากด้วยอริโมกข์ ได้สัทธินทรีย์หลุดพ้นด้วยอนิมิตตวิโมกข์ เป็นสัทธานุสารีในขณะปฐมมรรค เป็นสัทธาวิมุตติใน ๗ สถานที่เหลือ คือโสดาปัตติผลถึงอรหัตตผล

มรรคมีขึ้นโดยความเป็นทุกข์ ก็เป็นผู้มากด้วยปัสสัทธิได้สมาธิทรีย์ หลุดพ้นด้วยอัปปณิหิตวิโมกข์ เป็นกายสักขีในทุกสถาน คือโสดาปัตติมรรคถึงอรหัตตผล แต่ถ้าในชนเหล่านั้น ผู้มีรูปฌานเป็นบาทย่อมเป็นอุภโตภาควิมุตติในอรหัตตผล

มรรคมีขึ้นโดยความเป็นอนัตตา ก็เป็นผู้มากด้วยปัญญาได้ปัญญาธิริย์ หลุดพ้นด้วยสุญญตวิโมกข์ เป็นมัชฌมานุสารีในขณะแห่งปฐมมรรค เป็นทิวฏฐิปัตตะใน ๖ สถาน เป็นปัญญาวิมุตติในอรหัตตผล^{๑๕๕}

ในเวลาพิจารณาขั้น ๕ ก็ดี รูปนามก็ดี ถ้าเริ่มกำหนดวิปัสสนาพิจารณาสังขารทั้งหลายโดยกำหนดว่า “ยงฺกิญฺจิ สมุทฺยธมฺมํ, สพฺพพฺนตํ, นิโรธธมฺมฺนฺติ. แปลว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นทั้งปวงมีความดับไปเป็นธรรมดา”^{๑๕๖} ในเวลาที่ออก ๆ โดยนัยที่กล่าวแล้ว ชื่อว่า “ออกจากขั้น ๕ พร้อมกันทีเดียว” อุปมาดั่งค่างคาวที่บินขึ้นจากต้นไม้^{๑๕๗}

สังขารุเบกขาญาณ (วุฏฐานคามินีวิปัสสนาอันเป็นส่วนเบื้องต้น) กำหนดพระ

^{๑๕๒} ตูรายละเอียดยใน วิสฺสุทฺธิ. ฎีกา (บาลี) ๒/๗๘๒/๕๑๘.

^{๑๕๓} ตูรายละเอียดยใน วิสฺสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๘๒/๓๓๙.

^{๑๕๔} ตูรายละเอียดยใน วิสฺสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๘๗/๓๔๐.

^{๑๕๕} ตูรายละเอียดยใน วิสฺสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๘๘/๓๔๑.

^{๑๕๖} ตูรายละเอียดยใน ส.ม. (บาลี) ๑๙/๑๐๘๑/๓๖๙, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๑/๕๙๕, วิสฺสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๘๖/๓๔๐.

^{๑๕๗} ตูรายละเอียดยใน วิสฺสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๗๙๐/๓๔๑-๓๔๒.

โยคาวจรว่าเป็นปตีสัจ^{๑๕๘} กำหนดความต่างกันแห่งองค์โพชฌงค์ องค์มรรค องค์ฌาน ปฏิปทา^{๑๕๙} และวิโมกข์ในอริยมรรค

๘) ความเกิดขึ้นแห่งอนุโลมญาณ

เมื่อเจริญสังขารเบกขาญาณเข้มข้นขึ้น อธิโมกขสัทธาย่อมมีกำลังยิ่งขึ้น วิริยะก็เป็นอันประกอบไว้อย่างดี สติย่อมปรากฏชัด จิตก็ตั้งมั่น ทั้งหมดก็คืออินทรีย์ ๕ นี้เอง สังขารเบกขาญาณก็แก่กล้ายิ่งขึ้น เมื่อคำนึงว่ามรรคจักเกิดขึ้นในบัดนี้ สังขารเบกขาญาณพิจารณาสังขารทั้งหลายโดยอาการไม่เที่ยง เป็นทุกข์ หรือเป็นอนัตตาแล้วลงสู่ภวังค์ มโนทวาราวชชนะเกิดขึ้นต่อจากภวังค์ทำสังขารให้เป็นอารมณ์โดยอาการไม่เที่ยง เป็นทุกข์ หรือเป็นอนัตตาโดยนัยที่สังขารเบกขาญาณทำแล้ว จากนั้นชวนจิตดวงที่ ๑ ชื่อว่า “ปริกรรม” คือ ตกแต่งมรรคขึ้น ชวนจิตดวงที่ ๒ ชื่อว่า “อุปจาร” คือใกล้มรรค ชวนจิตดวงที่ ๓ ชื่อว่า “อนุโลม” คือสมควรแก่ธรรมทุกส่วน หรือควรจะทำมรรคให้เกิดได้ ก็เกิดขึ้นทำสังขารให้เป็นอารมณ์อย่างนั้นเหมือนกัน ชวนจิตทั้ง ๓ ดวงนี้ เรียกรวมกันได้ว่า “อาเสวนะ” “ปริกรรม” “อุปจาร” หรือ “อนุโลม”

อนุโลมญาณนี้ อนุโลมแก่วิปัสสนาญาณทั้ง ๘ ในส่วนเบื้องต้น และอนุโลมแก่วิปัสสิขยธรรม ๓๗ ในส่วนเบื้องปลาย เมื่ออนุโลมญาณไม่เกิดขึ้น โคตรภูญาณก็ไม่อาจจะหวังเอาานิพพานเป็นอารมณ์ได้ เมื่อโคตรภูญาณไม่เกิดขึ้น มรรคญาณก็เกิดขึ้นไม่ได้^{๑๖๐} ก็เพราะอนุโลมแก่มรรคสัจ^{๑๖๑} อย่างนี้จึงได้ชื่อว่า “สัจจอนุโลมิกญาณ” อนุโลมญาณนี้เป็นญาณสุดท้ายแห่งวุฏฐานคามินีวิปัสสนาอันมีสังขารเป็นอารมณ์ แต่ตามความเป็นจริงแล้วโคตรภูญาณเป็นที่สุดแห่งวุฏฐานคามินีวิปัสสนา^{๑๖๒} เพราะยังอยู่ในกระแสของวิปัสสนา อนุโลมญาณมีหลายชื่อ เช่น ในสพายตน วิภังคสูตร^{๑๖๓} ตรัสเรียกว่า “อตัมมยตา”^{๑๖๔} เป็นต้น^{๑๖๕}

^{๑๕๘} นีราลยตาย ตณฺหาเวสเณ ภวาทิสฺสุ อวิสฺสุชฺชมาสโย หุตฺวา ตโต สงฺกฺขจิตฺตจิตฺโต ปตีสฺสึนภาเวเน จรติ ปวตฺตตีติ ปตีสฺสึนจโร. แปลว่า ที่ชื่อว่าปตีสัจ เพราะว่าย่อมเป็นผู้ไม่มีอชฌาสัยชานไปในภพเป็นต้น ด้วยอำนาจตัดทอนเพราะว่าหมดอาลัย มีจิตถอยกลับจากภพนั้น เทียบไปคือเป็นไปโดยความเป็นผู้หลีกเลี่ยง (ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๒/๗๙๗/๕๒๒).

^{๑๕๙} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๗๙๗-๘๐๑/๓๔๕-๓๔๘.

^{๑๖๐} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. ฎีกา (บาลี) ๒/๘๐๔/๕๓๑.

^{๑๖๑} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๒/๘๐๔/๕๓๑.

^{๑๖๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๐๔-๘๐๕/๓๔๙-๓๕๑.

^{๑๖๓} ดูรายละเอียดใน ม.อ. (บาลี) ๑๔/๓๐๔-๓๑๒/๒๗๘-๒๘๖, ม.อ. (ไทย) ๑๔/๓๐๔-๓๑๒/๓๖๘-๓๘๐.

^{๑๖๔} อตัมมยตา แปลว่า ความไม่มีตัณหา ในที่นี้หมายถึงวิปัสสนาที่เป็นเครื่องนำสัตว์ออกจากความยึดมั่น คือตัณหานั่น (ดูรายละเอียดใน ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๓๑๐/๑๙๔).

^{๑๖๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๐๔-๘๐๕/๓๔๙-๓๕๒.

๖.๓.๗ ญาณทัสสนวิสุทธิ

ถัดจากอนุโลมญาณ ก็เป็นโคตรภูญาณซึ่งอยู่ในระหว่างปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ และญาณทัสสนวิสุทธิ อยู่ในกระแสวิปัสสนาจึงจัดเป็นวิปัสสนา ญาณในมรรคทั้ง ๔ มีโสตาปัตติมรรคเป็นต้น ชื่อว่า “ญาณทัสสนวิสุทธิ”^{๑๖๖}

๑) พระโสตาบัน (ปฐมมรรคญาณ ปฐมผลญาณ)

พระโยคาวจร ผู้ใคร่จะให้ปฐมมรรคญาณเกิดขึ้น ทำวิปัสสนาซึ่งมีอนุโลมญาณเป็นที่สุดให้เกิดขึ้นแล้ว เมื่อความมืดหยاب ๆ ที่ปิดบังสัจจะถูกอนุโลมญาณทั้ง ๓ ทำให้อันตรธานไปตามสมควรแก่กำลังของตน ๆ ย่อมไม่แล่นไป ตั้งอยู่ น้อมไปติด ข้อง ผูกพันอยู่ในสังขารทั้งปวง ย่อมถอย งาม หมุนกลับ ในที่สุดอาเสวนะอนุโลมญาณ โคตรภูญาณก็เกิดขึ้นทำพระนิพพานให้เป็นอารมณ์ก้าวล่วง โคตรบุณฑุชฌ ลงสู่โคตรอริยะ ยังความเป็นปัจฉิมแห่งมรรค โดยอาการ ๖ ด้วยอำนาจอนันตรปัจจัย^{๑๖๗} สมันตรปัจจัย^{๑๖๘} อาเสวนปัจจัย^{๑๖๙} อุปนิสสปัจจัย^{๑๗๐} อัถติปัจจัย^{๑๗๑} และวิคตปัจจัย^{๑๗๒} ให้สำเร็จถึงยอดที่สุดของวิปัสสนา

อนุโลมญาณบรรเทาความมืด คือ กิเลสอันปิดบังสัจจะไว้ แต่ไม่อาจทำพระนิพพานให้เป็นอารมณ์ได้ โคตรภูญาณทำพระนิพพานให้เป็นอารมณ์ได้ แต่ไม่อาจบรรเทาความมืดที่บังสัจจะไว้ โคตรภูญาณให้สัญญาแก่มรรคแล้วดับไป ฝ่ายมรรคก็ไม่ปล่อยสัญญาที่โคตรภูญาณนั้นให้เกิดขึ้นเจาะทำลายกองโลภะ โทสะ โมหะ และเป็นไปเพื่อได้รับอานิสงส์อื่น ๆ อีกหลาย

^{๑๖๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๐๖/๓๕๓.

^{๑๖๗} สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะ โดยความไม่มีระหว่างกัน ชื่อว่า อนันตรปัจจัย (ดูรายละเอียดใน อภิ.ปญจ. (บาลี) หน้า ๓๙๗).

^{๑๖๘} สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะ โดยความไม่มีระหว่างกันด้วยดี ชื่อว่า สมันตรปัจจัย (ดูรายละเอียดใน อภิ.ปญจ. (บาลี) หน้า ๓๙๗).

^{๑๖๙} สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะ เพื่อให้สภาวะธรรมที่เกิดติดต่อกันมีกำลังคล่องแคล่ว เพราะอรรถว่า เสพคุ่น เหมือนความขวนขวายที่มีมาก่อน ๆ ในคัมภีร์เป็นต้น ฉะนั้น ชื่อว่า อาเสวนปัจจัย (ดูรายละเอียดใน อภิ.ปญจ. (บาลี) หน้า ๔๐๑).

^{๑๗๐} สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะ โดยความเป็นเหตุที่มีกำลัง ฟังทราบ ว่า อุปนิสสปัจจัย (ดูรายละเอียดใน อภิ.ปญจ. (บาลี) หน้า ๓๙๘).

^{๑๗๑} สภาวะธรรมที่ช่วยอุปการะ โดยอรรถว่าคำจูนสภาวะธรรมที่เป็นเช่นนั้นเหมือนกัน โดยภาวะที่มีอยู่ที่มีลักษณะเป็นปัจจุบัน ชื่อว่า อัถติปัจจัย (ดูรายละเอียดใน อภิ.ปญจ. (บาลี) หน้า ๔๐๓).

^{๑๗๒} สภาวะธรรมที่เป็นนัตถิปัจจัยเหล่านั้นเหมือนกัน ชื่อว่า วิคตปัจจัย เพราะเป็นสภาวะที่ช่วยอุปการะโดยภาวะที่ปราศจากไป สมดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า สภาวะธรรมที่เป็นจิตและเจตสิกที่ปราศจากไปในลำดับไม่มีระหว่างกัน เป็นปัจจัยแก่สภาวะธรรมที่เป็นจิตและเจตสิกซึ่งเป็นปัจจุบัน โดยวิคตปัจจัย (ดูรายละเอียดใน อภิ.ปญจ. (บาลี) หน้า ๔๐๔).

ร้อยอย่าง^{๑๗๓}

มรรคญาณ ทำกิจเหมือนประทีป คือ ๑. เผาไส้ ๒. ทำลายความมืด ๓. ไชแสง ๔. กินน้ำมัน ฉันทใด ก็ตรัสรู้สัจจะ ๔ โดยขณะเดียวกันไม่ก่อนไม่หลัง ฉันทนั้น มรรคญาณ กำหนดทุกขตั้งประทีปเผาไส้ ละสมุทัยตั้งประทีปทำลายมืด ยังมรรคคือสัมมาสังกัปปะเป็นต้น ให้มีขึ้นโดยเป็นสหชาติปัจจัยเป็นต้นตั้งประทีปไชแสง ทำนิโรคือความสิ้นไปแห่งกิเลสให้แจ้ง ตั้งประทีปกินน้ำมันให้สิ้นไป^{๑๗๔}

ในลำดับโสดาปัตติมรรคญาณ ผลจิต ๒ หรือ ๓ ดวง อันเป็นวิบากย่อมเกิดขึ้น เพราะโลกุตตรกุศลทั้งหลายมีวิบากในลำดับตนให้ผลทันทีไม่มีอะไรคั่น^{๑๗๕} คือในที่สุดอาเสวนอนุโลมญาณ โคตรญาณย่อมเกิดขึ้นโดยกำหนดอย่างต่ำที่สุดอนุโลมจิตต้องมี ๒ ดวง เพราะดวงเดียวไม่ได้อาเสวนปัจจัย และอวิชชชวินิหิตหนึ่งย่อมมีชวนจิต ๗ ดวง

ดังนั้น ญาณที่มีอนุโลมจิต ๒ ดวง จิตดวงที่ ๓ เป็นโคตรภู ดวงที่ ๔ เป็นมรรคจิตที่เหลืออีก ๓ ดวงเป็นผลจิต ส่วนญาณที่มีอนุโลมจิต ๓ ดวง จิตดวงที่ ๔ เป็นโคตรภู ดวงที่ ๕ เป็นมรรคจิตที่เหลืออีก ๒ ดวงเป็นผลจิต ก็จิตดวงที่ ๔ หรือที่ ๕ นี้ย่อมเป็นอัปปนาจิต คือ ฉาน ๑ - ๘ ความเกิดขึ้นแห่งผลในลำดับปฐมมรรคนี้ พระโยคาวจรก็เป็นพระอรียบุคคลที่ ๒ ชื่อว่า “พระโสดาบัน” ถึงจะเป็นผู้ประมาทอยู่ท่องเที่ยวไปในเทพและมนุษย์ทั้งหลายไม่เกิน ๗ชาติ ก็จะสามารถทำที่สุดทุกขได้

ในที่สุดผลจิต จิตย่อมลงสู่ภวังค์ จากนั้นมโนทวาราวชชจิตเกิดขึ้นตัดภวังคจิตเพื่อประโยชน์แก่การพิจารณามรรค คือย่อนพิจารณาคุณมรรค ครั้นมโนทวาราวชชจิตดับแล้ว ชวนจิตสำหรับมรรคปัจเจกขณ ๗ ดวงจึงเกิดขึ้นตามลำดับ จิตก็ลงสู่ภวังค์อีก มโนทวาราวชชจิตเป็นต้นก็จะเกิดขึ้นเพื่อปัจเจกขณผลเป็นต้นอีกโดยนัยนี้เหมือนกัน พระโสดาบันจึงมีปัจเจกขณ ๕ คือ ๑. มรรค ๒. ผล ๓. กิเลสที่ละแล้ว ๔. กิเลสที่เหลืออยู่ ๕. นิพพาน^{๑๗๖}

๒) พระสกทาคามี (หุตติมรรคญาณ หุตติผลญาณ)

พระอรียสาวกโสดาบัน นั่งอยู่อาสนะนั้น หรือโดยสมัยอื่น ทำความเพียร (โยค) ยัง อินทริย์ ๕ พละ ๕ และโพชฌงค์ ๗ ให้ประชุมกันแล้ว ย่ำยีเสียซึ่งสังขารอันต่างโดยรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ด้วยญาณกำหนดไตรลักษณ์ เปลี่ยนความกำหนดนั้นไป มา จนหยั่งลงสู่วิปัสสนาวิถิ เมื่ออนุโลมญาณและโคตรญาณเกิดขึ้นด้วยอวิชชชจิตดวงหนึ่ง

^{๑๗๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๐๘-๘๑๐/๓๕๕-๓๕๖.

^{๑๗๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๓๗/๓๗๔-๓๗๕.

^{๑๗๕} ดูรายละเอียดใน ขุ.ขุ. (บาลี) ๒๕/๕/๖, ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๕/๑๐, วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๑๑/๓๕๖, อัง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๖๒/๑๗๐-๑๗๑, อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๖๒/๒๒๗, วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๑๑/๓๕๖, วิสุทธิ. (บาลี) ๑/๑๔๗/๒๓๖.

^{๑๗๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๑๑-๘๑๒/๓๕๖-๓๕๘.

ในที่สุดสังขารเบกขาญาณ สกทาคามีมรรคย่อมเกิดขึ้นในลำดับโคตรภูญาณ ญาณอันสัมปยุตด้วยสกทาคามีมรรคนั้น ชื่อว่า “สกทาคามีมรรคญาณ” ผลจิตก็เหมือนพระโสดาบัน ความเกิดขึ้นแห่งผลก็เป็นพระอริยบุคคลที่ ๔ ชื่อว่า “พระสกทาคามี” มาถือปฏิสนธิเป็นมนุษย์ในโลกนี้อีกครั้งเดียวก็สามารถทำที่สุดทุกข์ได้ การปัจเจกชนมี ๕ คือ ๑. มรรค ๒. ผล ๓. กิเลสที่ละแล้ว ๔. กิเลสที่เหลืออยู่ ๕. นิพพาน^{๑๗๗}

๓) พระอนาคามี (ตติยมรรคญาณ ตติยผลญาณ)

พระอริยสาวกสกทาคามี นั่งอยู่อาสนะนั้น หรือโดยสมัยอื่นทำความเพียร ยังอินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชฌงค์ ๗ ให้ประชุมกันแล้วย่ำยีเสียซึ่งสังขารนั้นด้วยญาณกำหนดไตรลักษณ์ว่า เปลี่ยนความกำหนดนั้นไปมา จนหยั่งลงสู่วิปัสสนาวิถิ เมื่ออนุโลมญาณและโคตรภูญาณเกิดขึ้น อนาคามีมรรคย่อมเกิดขึ้น ญาณอันสัมปยุตด้วยอนาคามีมรรค ชื่อว่า “อนาคามีมรรคญาณ” ผลจิตก็เหมือนพระโสดาบัน ความเกิดขึ้นแห่งผลก็เป็นพระอริยบุคคลที่ ๖ ชื่อว่า “พระอนาคามี” มีกำเนิดต่อไปเป็นโอบปาติกะ ปรินิพพานในพรหมโลกชั้นสุทธาวาส^{๑๗๘} ไม่กลับมาถือปฏิสนธิในโลกนี้อีก การปัจเจกชนมี ๕ คือ ๑. มรรค ๒. ผล ๓. กิเลสที่ละแล้ว ๔. กิเลสที่เหลืออยู่ ๕. นิพพาน^{๑๗๙}

๔) พระอรหันต์ (จตุตถมรรคญาณ จตุตถผลญาณ)

พระอริยสาวกอนาคามี นั่งอยู่อาสนะนั้น หรือโดยสมัยอื่นทำความเพียร เพื่อละรูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทัจจะ อวิชขามีให้เหลือ ยังอินทรีย์ ๕ พละ ๕ และโภชฌงค์ ๗ ให้ประชุมกันแล้วย่ำยีสังขารนั้นด้วยญาณกำหนดไตรลักษณ์ เปลี่ยนความกำหนดไปมาจนหยั่งลงสู่วิปัสสนาวิถิ เมื่ออนุโลมญาณและโคตรภูญาณเกิดขึ้น อรหัตตมรรคย่อมเกิดขึ้น ญาณอันสัมปยุตด้วยอรหัตตมรรค ชื่อว่า “อรหัตตมรรคญาณ” ผลจิตก็พึงทราบโดยนัยที่กล่าวแล้ว ความเกิดขึ้นแห่งผลก็เป็นพระอริยบุคคลที่ ๘ ชื่อว่า “พระอรหันต์” เป็นพระมหาชีณาสพ ผู้ทรงไว้ซึ่งร่างกายเป็นครั้งสุดท้าย มีภาวะอันปลงแล้ว บรรลุประโยชน์ตนแล้ว สิ้นสังโยชน์ในภพ หลุดพ้นเพราะรู้โดย เป็นทักษิณบุคคลผู้เลิศของโลกพร้อมทั้งเทวโลก การปัจเจกชนมี ๕ คือ ๑. มรรค ๒. ผล ๓. กิเลสที่ละแล้ว ๔. กิเลสที่เหลืออยู่ ๕. นิพพาน^{๑๘๐}

^{๑๗๗} ตูรายละเอียดใน วิสุทธิ (บาลี) ๒/๘๑๓/๓๕๘.

^{๑๗๘} สุทธาวาส (ที่อยู่ของท่านผู้บริสุทธิ์) ๕ ได้แก่ ๑. อวิหา ๒. อตปปา ๓. สุทสสา ๔. สุทสสี ๕. อกนิฏฐา (ตูรายละเอียดใน ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๓๑๘/๒๑๑, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๘/๓๐๗).

^{๑๗๙} ตูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๑๔/๓๕๘-๓๕๙.

^{๑๘๐} ตูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๘๑๕/๓๕๙.

๖.๔ พระอริยบุคคลผู้บรรลุมรรคแล้ว

คัมภีร์อรรถกถาอธิบายว่า บุคคลผู้มีความบริสุทธิ์ ชื่อว่า อริยะ เพราะเป็นผู้ประเสริฐกว่าโลกพร้อมทั้งเทวโลก เหล่าชนทั้งหลายที่เหลือไม่ชื่อว่า อริยะ เพราะเป็นผู้ไม่บริสุทธิ์^{๑๘๑}

อริยบุคคล คือ บุคคลที่มีความบริสุทธิ์ เพราะรู้แจ้งในเรื่องอริยสัจ ๔ และสามารถปฏิบัติธรรมตามมรรคมีองค์ ๘ จนสามารถดับกิเลสที่ผูกมัดจิตใจมนุษย์ ๑๐ อย่างให้ลดลงหรือหมดไป เป็นผู้ที่สัตบุรุษสรรเสริญ มี ๔ คู่ เป็นสาวกของพระสุคต เป็นผู้ควรแก่ทักษิณาทานที่เขาถวายในบุคคลเหล่านั้นมีผลมาก ประมวลแล้วมีถึง ๑๐๘ จำพวก คือ

กลุ่มแรก พระโสดาบัน ๓ จำพวก คือ (๑) เอกพีธี (๒) โกลังโกละ (๓) สัตตักขัตตูประมา พระสกทาคามี ๓ จำพวก คือ (๑) ผู้บรรลุมรรคในกามภพ (๒) ผู้บรรลุมรรคในรูปภพ (๓) ผู้บรรลุมรรคในอรุภพ รวมพระโสดาบัน ๓ จำพวก และพระสกทาคามี ๓ จำพวก นับโดยปฏิบัติ ๔ ประการ จึงได้บุคคล ๒๔ จำพวก ($๖ \times ๔ = ๒๔$)

กลุ่มที่ ๒ พระอนาคามี ๔ ชั้น คือ ชั้นอวิหา ชั้นอตปปา ชั้นสุทัสสา ชั้นสุทัสสี อีกชั้นละ ๕ จำพวก ($๔ \times ๕ = ๒๐$) และพระอนาคามีชั้นนอกนิชจุคามีอีก ๔ จำพวก ($๒๐ + ๔ = ๒๔$) เป็นบุคคล ๔๘ จำพวก ($๒๔ + ๒๔ = ๔๘$)

กลุ่มที่ ๓ พระอรหันต์ ๒ จำพวก คือ (๑) สุขวิปัสสก (๒) สมถยานิกเป็นบุคคล ๕๐ จำพวก ($๔๘ + ๒ = ๕๐$) รวมกับพระอริยบุคคลผู้ดำรงอยู่ในมรรคอีก ๔ จำพวก เป็นบุคคล ๕๔ จำพวก ($๕๐ + ๔ = ๕๔$)

กลุ่มที่ ๔ บุคคลเหล่านี้มี ๒ ฝ่าย คือ ฝ่ายสัทธาธุระ ๕๔ จำพวก และฝ่ายปัญญาธุระ ๕๔ จำพวก จึงเป็นพระอริยบุคคล ๑๐๘ จำพวก ($๕๔ + ๕๔ = ๑๐๘$)^{๑๘๒}

ส่วนนับโดยย่อ บุคคลผู้บรรลุมรรคในพระพุทธานุศาสนามี ๔ จำพวก^{๑๘๓} คือ

๖.๔.๑. พระโสดาบัน

ก. ความหมาย

พระโสดาบัน แปลว่า เข้าถึงกระแสพระนิพพาน คือเข้าสู่มรรค^{๑๘๔} คือ เดินทางถูกต้องตามอริยมรรคอย่างแท้จริงแล้ว เมื่อจุดคือสิ้นอายุขัยแล้ว จักไม่ปฏิสนธิคือเกิดใน

^{๑๘๑} อภ.ป.จ.อ. (ไทย) ๓/-/๒๑๕.

^{๑๘๒} ตูในขุ.ข.อ. (บาลี) ๖/๑๕๙-๑๖๐.

^{๑๘๓} ตูรายละเอียดยใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๑๕๙/๘๕-๘๖, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๙/๑๐๔.

^{๑๘๔} โสดาบัน หมายถึง ผู้ประกอบด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘ เพราะคำว่า “โสดะ” เป็นชื่อของอริยมรรคมีองค์ ๘ (ตูลายละเอียดยใน อภ.ป.ญจ.อ. (บาลี) ๓๑/-/๕๓๐, ส.ม. (บาลี) ๑๙/๑๐๐๑/๓๐๐).

อบายภูมิ มีนรกเป็นต้นอีกเลย มีความแน่นอนมีความสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้า ดังปรากฏข้อความในคัมภีร์สังยุตตนิกายว่า

พระโสดาบันเป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระพุทธเจ้าว่า ‘แม้เพราะเหตุนี้พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ฯลฯ เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค’ เป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระธรรม ฯลฯ ในพระสงฆ์ ฯลฯ ไม่มีหาสปัญญา^{๑๘๕} ไม่มีชวนปัญญา^{๑๘๖} ทั้งยังไม่ถึงพร้อมด้วยวิมุตติ เขาจึงเป็นพระโสดาบัน ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้า เพราะสังโยชน์ ๓ ประการสิ้นไป แม้บุคคลนี้ก็พ้นจากนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน ภูมิแห่งเปรต อบาย ทูคติและวินิบาต^{๑๘๗}

พระโสดาบันประหาคณอกุศลกรรมบถ ๖ ประการคือ ปาณาติบาต อทินนาทาน กาเมสุมิถฉนชา จ มุสาวาท ปิสุณาวาจา และมิถฉนชา ได้โดยเด็ดขาดแล้ว^{๑๘๘} เข้าถึงกระแส อริยมรรคแล้ว^{๑๘๙} ชื่อว่าผู้ถึงพร้อมด้วยทัสสนะบ้าง ผู้มาสู่พระสัทธรรมบ้าง ผู้ประกอบด้วย ญาณของพระเสขะบ้าง ผู้ประกอบด้วยวิชาของพระเสขะบ้าง ผู้เข้าถึงกระแสธรรมบ้าง ผู้มีปัญญาแทงตลอดบ้าง ผู้ยี่นจรตประตุอมตะบ้าง^{๑๙๐}

ข. การละสังโยชน์ของพระโสดาบัน

พระโสดาบันละสังโยชน์^{๑๙๑} ได้ ๓ คือ

^{๑๘๕} หาสปัญญา มีปัญญารำเริงเพราะเป็นผู้ทำสติปัญญาฐาน ๔ สัมมปปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โภชนมรค ๗ และอริยมรรคมีองค์ ๘ ให้เจริญ (ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๙๒/๕๗)

^{๑๘๖} ชวนปัญญา มีปัญญารวดเร็ว เพราะแล่นไปเร็วในรูปที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน และแล่นไปเร็วในพระนิพพานอันเป็นที่ดับชาติ ชรา มรณะ โดยพิจารณาทำให้แจ่มแจ้ง ทำให้เด่นชัดว่า รูป ฯลฯ ชรา มรณะ ไม่เที่ยง ถูกปัจจัยปรุงแต่ง อาศัยกันเกิดขึ้น มีความเสื่อมไป มีความสิ้นไปมีความคลายกำหนด และมีความดับไปเป็นธรรมดา (ม.อ.อ. (บาลี) ๓/๙๒/๕๗-๕๘)

^{๑๘๗} สัม.มหา. (ไทย) ๑๙/๑๐๒๑/๕๓๔.

^{๑๘๘} อัง.ติก. อ. (ไทย) ๑/๓/-/๔๕.

^{๑๘๙} อัง.ทสก.อ. (บาลี) ๓/๖๓-๖๔/๓๕๓

^{๑๙๐} อัง.เอกก.อ. (บาลี) ๑/๒๖๘/๔๐๒, อัง.นกก.อ. (บาลี) ๓/๕๔/๑๓๓

^{๑๙๑} สังโยชน์ หมายถึงกิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ไว้กับทุกข์ มี ๑๐ คือ (๑) สักกายทิฏฐิ (๒) วิจิกิจฉา (๓) สีลัพพตปรามาส (๔) กามฉันทะหรือกามราคะ (๕) พยาบาทหรือปฏิฆะ (๖) รูปราคะ (๗) อรูปราคะ (๘) มานะ (๙) อุทธัจจะ (๑๐) อวิชชา

๕
ข้อต้นชื่ออรัมภาคิยสังโยชน์ ส่วน ๕ ข้อหลังชื่ออุทัมภาคิยสังโยชน์ พระโสดาบันละสังโยชน์ ๓ ข้อต้นได้ พระสกทาคามีทำสังโยชน์ข้อ ๔ และข้อ ๕ ให้เบาบาง พระอนาคามีละสังโยชน์ ๕ ข้อข้างต้นได้ พระอรหันต์ ละสังโยชน์ได้หมด (อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๓/๒๑, ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๖๗-๖๘/๑๗๔-๑๗๗)

๑) สักกายทิฏฐิ ความเห็นว่าเป็นตัวเราของเราหรือ ความเห็นที่ยังติดแน่นในสมมติว่าเป็นตัวตน เรา เขา

๒) วิจิกิจณา ความลึกลับเลงสลับ เคลือบแคลง ในพระรัตนตรัย ที่มาที่ไปของชีวิต ในปฏิจจสมุปบาท เป็นต้นทำให้ไม่มั่นใจ ไม่เข้มแข็งที่จะดำเนินชีวิตไปตามหลักธรรม

๓) สิลัพพตปรามาส ความถือมั่นในศีลพรต คือ ความยึดถือผิดพลาด โดยสักว่าหรือทำตามไปอย่างมมง่าย หรือติดรูปแบบ ด้วยตัณหาและทิฏฐิหรือยึดมั่นว่าได้สิ่งตอบแทนทำให้การปฏิบัติเขวออกนอกกลุ่มนอกทาง^{๑๙๒}

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “ผู้เป็นพระโสดาบันย่อมมีจิตสงัดจากสักกายทิฏฐิ^{๑๙๓} วิจิกิจณา^{๑๙๔} สิลัพพตปรามาส^{๑๙๕} ทิฏฐิฐานุสัย วิจิกิจจานุสัย^{๑๙๖} และเหล่ากิเลสที่อยู่ในพวกเดียวกับสักกายทิฏฐิ เป็นต้นนั้น”^{๑๙๗}

นอกจากนี้ยังสามารถกำจัดราคะ โทสะ โมหะอย่างหยาบ ที่จะทำให้ไปอบายได้และละอุปาทาน ๓ คือ กำจัดทิฏฐุปาทาน สิลัพพตูปาทาน และอิตตวาทุปาทานได้เด็ดขาด^{๑๙๘}

^{๑๙๒} อัง.ฉก. (ไทย) ๒๒/๓๖๑/๔๘๘.

^{๑๙๓} สักกายทิฏฐิมิวัตถุ ๒๐ คือปุถุชนผู้ไม่ได้สติ (๑) ย่อมตามเห็นรูปเป็นอัตตา (๒) เห็นอัตตามีรูป (๓) เห็นรูปในอัตตา (๔) เห็นอัตตาในรูป (๕) ย่อมตามเห็นเวทนาเป็นอัตตา (๖) เห็นอัตตามีเวทนา (๗) เห็นเวทนาในอัตตา (๘) เห็นอัตตาในเวทนา (๙) ย่อมตามเห็นสัญญาเป็นอัตตา (๑๐) เห็นอัตตามีสัญญา (๑๑) เห็นสัญญาในอัตตา (๑๒) เห็นอัตตาในสัญญา (๑๓) ย่อมตามเห็นสังขารเป็นอัตตา (๑๔) เห็นอัตตามีสังขาร (๑๕) เห็นสังขารในอัตตา (๑๖) เห็นอัตตาในสังขาร (๑๗) ย่อมตามเห็นวิญญาณเป็นอัตตา (๑๘) เห็นอัตตามีวิญญาณ (๑๙) เห็นวิญญาณในอัตตา (๒๐) เห็นอัตตาในวิญญาณ (ส.ข. (ไทย) ๑๗/๑๕๕/๑๔๙, ขุ.ม.อ. (บาลี) ๑๒/๑๕๘)

^{๑๙๔} วิจิกิจณา ความลึกลับเลงสลับในฐานะ ๘ อย่าง คือ ๑) ความสงสัยในทุกข์ ๒) ความสงสัยในทุกขสมุทัย ๓) ความสงสัยในทุกขนิโรธ ๔) ความสงสัยในทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา ๕) ความสงสัยในส่วนเบื้องต้น ๖) ความสงสัยในส่วนเบื้องปลาย ๗) ความสงสัยทั้งในส่วนเบื้องต้นและส่วนเบื้องปลาย ๘) ความสงสัย ในธรรมที่อาศัยกันเกิดขึ้น คือ ความที่ปฏิจจสมุปบาทมีวิชชานี้เป็นปัจจัย ที.สี. (ไทย) ๙/๑๗๔/๔๙๔.

^{๑๙๕} สิลัพพตปรามาส คือความถือมั่นศีลพรต โดยสักว่าทำตาม ๆ กันไปอย่างมมง่าย เห็นว่าจะบริสุทธิ์ หลุดพ้นได้ด้วยศีลพรต ขุ.ม.อ. (บาลี) ๗/๙๘.

^{๑๙๖} อนุสัย คือกิเลสที่แฝงตัวนอนเนื่องอยู่ในสันดานของสัตว์ มี ๗ คือ ๑) กามราคะ ความกำหนัดในกาม ๒) ปฏิฆะ ความหงุดหงิดขัดเคือง ๓) ทิฏฐิ ความเห็นผิด ๔) วิจิกิจณา ความลึกลับเลงสลับ ๕) มานะ ความถือตัว ๖) ภวราคะ ความกำหนัดในภพ ๗) อวิชชา ความไม่รู้จริง (ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๓๒/๒๒๓)

^{๑๙๗} ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๗/๓๓.

^{๑๙๘} ราคะ โทสะ โมหะที่จะให้ไปอบายจะได้ด้วยปฐมมรรค กามราคะอย่างหยาบและโทสะที่จะให้ไปอบายจะได้ด้วยปฐมมรรค กามราคะอย่างหยาบ และโทสะอย่างหยาบจะได้ด้วยทุติยมรรค กามราคะและโทสะเหล่านั้นแหละละไม่มีเหลือเลยได้ด้วยตติยมรรค ภวราคะและโมหะที่เหลือละได้ด้วยมรรคที่ ๔

ดูใน ขุ.อิติ. อ. (ไทย) ๑/๔/๑-๔๑๕.

ค. ประเภทของพระโสดาบัน

พระโสดาบัน มี ๓ ประเภท คือ

๑) สัตตักขัตตปุรรมโสดาบัน หมายถึง พระโสดาบันผู้ละสังโยชน์เบื้องต่ำ ๓ ประการได้แล้ว เป็นผู้ไม่ตกไปในออบาย ๔ มีความแน่นอนที่จะตรัสรู้มรรค ๓ เบื้องสูง เมื่อจะเกิดในภพใหม่เป็นเทวดาหรือมนุษย์ก็เกิดได้ไม่เกิน ๗ ครั้ง ก็จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้^{๒๐๐}

๒) โกลังโกลโสดาบัน หมายถึง พระโสดาบันผู้เมื่อจะเกิดในภพใหม่เป็นเทวดา หรือมนุษย์ก็เกิดได้ ๒ หรือ ๓ ภพ โดยที่สุดไม่เกิน ๖ ภพ และถ้าเกิดเป็นมนุษย์ก็ไม่เกิดในตระกูลต่ำ คือเกิดในตระกูลที่มีโภคสมบัติมากเท่านั้น ก็จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้^{๒๐๑}

๓) เอกพีชโสดาบัน หมายถึง ผู้มีพีชคืออัตภาพเดียว คือเกิดเป็นมนุษย์อีกครั้งเดียว ก็จะบรรลุมรรคอรหัต^{๒๐๒}

ง. ศีล สมာธิ ปัญญาของพระโสดาบัน

พระโสดาบันเป็นผู้มีศีลสมบูรณ์ เรียกว่าอริยกันตศีล แปลว่าศีลที่พระอริยะชื่นชม^{๒๐๓} หรืออปรามัญฐศีล คือศีลที่บริสุทธิ์ไม่มีราคะด้วยตัณหาและทิฏฐิ เพราะเป็นศีลที่เกิดจากคุณธรรมภายใน ไม่มีกิเลสเป็นเหตุให้ละเมิด จึงเป็นไปเองตามปกติธรรมดา โดยไม่ต้องคอยยึดถือเอาไว้^{๒๐๔} มีสมาธิพอประมาณ มีปัญญาพอประมาณ ไม่มีทางตกต่ำ^{๒๐๕} ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิพอประมาณ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ ภิกษุนั้นล่วงละเมิดสิกขาบทเล็กน้อย^{๒๐๖} บ้าง ออกจากอาบัติบ้าง ชื่อนั้นเพราะเหตุไร เพราะในการต้องอาบัติและการออกจากอาบัติเล็กน้อยนี้ เราไม่

^{๒๐๓} กามุปาทานอันยังสัตว์ให้ไปอบาย มรรคที่ ๑ ให้สิ้นไป กามุปาทานที่เป็นกามราคะอย่างหยาบ มรรคที่ ๒ ให้สิ้นไป กามราคะและพยาบาทอย่างละเอียด มรรคที่ ๓ ให้สิ้นไป การละรูปราคะอรุปราคะมรรคที่ ๔ ให้สิ้นไป ดูใน ขุ.อ.อ. (ไทย) ๑/๓ /- ๓๓๒.

^{๒๐๐} ดูรายละเอียดใน อภิ.ป. (บาลี) ๓๖/๓๑/๑๒๒, อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๗/๒๔๒.

^{๒๐๑} ดูรายละเอียดใน อภิ.ป. (บาลี) ๓๖/๓๒/๑๒๒-๑๒๓, อภิ.ป.ญจ.อ. (บาลี) ๓๒/๕๔.

^{๒๐๒} ดูรายละเอียดใน อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๒, อัง.ติก.ฎีกา (บาลี) ๒/๘๘/๒๓๗.

^{๒๐๓} ศีลที่พระอริยะชอบใจ หมายถึงศีลที่ประกอบด้วยมรรคและผล คือ ความสำรวมทุกชนิด ที่.ม.อ. (บาลี) ๑๕๙/๑๔๖, อัง.จตุกก.อ. (บาลี) ๒/๕๒/๓๔๙.

^{๒๐๔} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๗/๕๗. ชื่อว่า อปรามัญฐะ เพราะตัณหาและทิฏฐิ ไม่ลุ่มคล้ำ (ไม่เกาะเกี่ยว) และเพราะใคร ๆ ไม่สามารถปรามาสได้ว่า ท่านเคยต้องอาบัติชื่อนี้มา

^{๒๐๕} ไม่มีทางตกต่ำ หมายถึง มีสภาพไม่ตกไปในออบาย ๔ ดูใน อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๗/๒๔๒.

^{๒๐๖} สิกขาบทเล็กน้อย หมายถึงอาบัติที่เหลือทั้งหมดเว้นปาราชิก ๔ อัง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๗/๒๔๑.

กล่าวความเป็นคนไม่เหมาะสม(แก่มรรคผล)ไว้ แต่สิกขาบท^{๒๐๗} เหล่าใดเป็นเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ สมควรแก่พรหมจรรย์ ภิกษุ^{๒๐๘} นั้นมีศีลประจำตัวและมีศีลมั่นคงในสิกขาบทเหล่านั้น ศึกษาในสิกขาบททั้งหลาย เพราะสังโยชน์ ๓ ประการสิ้นไป เธอจึงเป็นโสดาบัน ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิ^{๒๐๙} ในวันข้างหน้า^{๒๑๐}

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสบอกธรรมของพระโสดาบันไว้ว่า

เมื่อใด อริยสาวกจะรับภัยเวร ๕ ประการได้แล้ว ประกอบด้วยองค์เครื่องบรรลุโสดา ๔ ประการ และเห็นแจ้งแทงตลอดอริยญายธรรม^{๒๑๑} ด้วยปัญญาแล้ว เมื่อนั้น อริยสาวกนั้น เมื่อหวังอยู่พึงพยากรณ์ตนเองว่า ‘เรามีนรกสิ้นแล้ว มีกำเนิดสัตว์ดิรัจฉานสิ้นแล้ว มีภูมิแห่งเปรตสิ้นแล้ว มีอบาย ทุกคติ และวินิบาต^{๒๑๒} สิ้นแล้ว เป็นโสดาบัน^{๒๑๓} ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิ^{๒๑๔} ในวันข้างหน้า’

อริยสาวกจะรับภัยเวร ๕ ประการได้แล้ว คือ

๑. บุคคลผู้ฆ่าสัตว์ เพราะการฆ่าสัตว์เป็นปัจจัย จึงประสพภัยเวรที่เป็นไปในปัจจุบัน บ้าง ในสัมปรายภพบ้าง เสวยทุกข์โทมนัสทางใจบ้าง บุคคลผู้เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์ ย่อมไม่ประสพภัยเวรที่เป็นไปในปัจจุบัน ที่เป็นไปในสัมปรายภพ ทั้งไม่ต้องเสวยทุกข์โทมนัสทางใจ บุคคลผู้เว้นขาดจากการฆ่าสัตว์แล้ว ย่อมระงับภัยเวรนั้นได้ อย่างนี้

๒. บุคคลผู้ลักทรัพย์ ...

๓. บุคคลผู้ประพฤติผิดในกาม ...

๔. บุคคลผู้พูดเท็จ ...

๕. บุคคลผู้เสพของมีนเมาคือสุราและเมรัย^{๒๑๕} อันเป็นเหตุแห่งความประมาท เพราะการเสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาทเป็นปัจจัย จึงประสพ

^{๒๐๗} สิกขาบท ในที่นี้หมายถึงปาราชิก ๔ (อง.ติก.ฎีกา (บาลี) ๒/๘๗/๒๓๔)

^{๒๐๘} สัมโพธิ ในที่นี้หมายถึง มรรค ๓ เบื้องสูง (สกทาคามีมรรค อนาคามีมรรค และอรหัตตมรรค) (อง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๗/๒๔๒, อง.ติก.ฎีกา (บาลี) ๒/๘๗/๒๓๕)

^{๒๐๙} อง.ทุก.(ไทย) ๒๐/๘๓/๓๑๓.

^{๒๑๐} อริยญายธรรม หมายถึงมรรคพร้อมทั้งวิปัสสนา (อง.ทสก.อ. (บาลี) ๓/๙๑-๙๒/๓๖๗)

^{๒๑๑} อบาย ทุกคติ วินิบาต ทั้ง ๓ คำนี้เป็นไวพจน์ของนรก (อง.เอกก.อ. (บาลี) ๑/๔๓/๕๐)

^{๒๑๒} โสดาบัน หมายถึงผู้ประกอบด้วยอริยมรรคมีองค์ ๘ เพราะคำว่า โสตะ เป็นชื่อของอริยมรรคมีองค์ ๘ (อภิ.ปญจ.อ. (บาลี) ๓๑/๕๓๐)

^{๒๑๓} สัมโพธิ ในที่นี้หมายถึงมรรค ๓ เบื้องสูง (สกทาคามีมรรค อนาคามีมรรค และอรหัตตมรรค) (อง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๗/๒๔๒, อง.ติก.ฎีกา. (บาลี) ๒/๘๗/๒๓๕)

^{๒๑๔} สุราและเมรัย หมายถึง สุรา ๕ อย่าง คือ ๑) สุราแบ่ง ๒) สุราขนม ๓) สุราข้าวสุก ๔) สุราใส่เชื้อ ๕) สุราผสมเครื่องปรุง และเมรัย ๕ อย่าง คือ ๑) เครื่องดองดอกไม้ ๒) เครื่องดองผลไม้ ๓) เครื่องดองน้ำอ้อย ๔) เครื่องดองน้ำผึ้ง ๕) เครื่องดองผสมเครื่องปรุง ดูใน ขุ.ขุ.อ.(บาลี) ๑/๑๗-๑๘.

ภยเวทที่เป็นไปในปัจจุบันบ้าง ในสัมปรายภพบ้าง ต้องเสวยทุกข์โทมนัสทางใจบ้าง บุคคลผู้เว้นขาดจากการเสพของมีนเมา คือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาทแล้ว ย่อมไม่ประสพภยเวทที่เป็นไปในปัจจุบัน ที่เป็นไปในสัมปรายภพ ทั้งไม่ต้องเสวยทุกข์โทมนัสทางใจ บุคคลผู้เว้นขาดจากการเสพของมีนเมาคือสุราและเมรัยอันเป็นเหตุแห่งความประมาทแล้ว ย่อมระงับภยเวทนั้นได้ อย่างนี้

พระโสดาบันประกอบด้วยองค์เครื่องบรรลุมัชชา ๔ ประการ คือ

๑) ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้าว่า “แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น เป็นพระอรหันต์ ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปดี รู้แจ้งโลก เป็นสารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยม เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค”

๒) ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระธรรมว่า “พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว ผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วยตนเอง ไม่ประกอบด้วยกาล ควรเรียกให้มาดู ควรน้อมเข้ามาในตน อหิงญายุชฌนพึงรู้เฉพาะตน”

๓) ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระสงฆ์ว่า “พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาค เป็นผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติถูกทาง ปฏิบัติสมควร ได้แก่ อริยบุคคล ๔ คู่ คือ ๘ บุคคล พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคนี้ เป็นผู้ควรแก่ของที่เขานำมาถวาย ควรแก่ของต้อนรับ ควรแก่ทักษิณา ควรแก่การทำอัญชลี เป็นนาบุญอันยอดเยี่ยมของโลก”

๔) ประกอบด้วยศีลที่พระอริยะใคร่ ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นไททานผู้รู้ สรรเสริญ ไม่ถูกตัดทอนและทักขณิครอบงำ เป็นไปเพื่อสมาธิอริยสาวกประกอบด้วยองค์เครื่องบรรลุมัชชา ๔ ประการ เป็นอย่างนี้แล

พระโสดาบันเห็นแจ้งแทงตลอดอริยธรรมด้วยปัญญา คือ

อริยสาวกในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นอย่างนี้ว่า “เพราะเหตุนี้ เมื่อสิ่งนี้มีสิ่งนี้จึงมี เพราะสิ่งนี้เกิดขึ้น สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น เมื่อสิ่งนี้ไม่มี สิ่งนี้จึงไม่มี เพราะสิ่งนี้ดับไปสิ่งนี้จึงดับไป”^{๒๑๕} คือ เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยสังขารจึงมี เพราะสังขารเป็นปัจจัยวิญญาณจึงมี เพราะวิญญาณเป็นปัจจัยนามรูปจึงมี เพราะนามรูปเป็นปัจจัยสพายตนะจึงมี เพราะสพายตนะเป็นปัจจัยผัสสะจึงมี เพราะผัสสะเป็นปัจจัยเวทนาจึงมี เพราะเวทนาเป็นปัจจัยตัณหาจึงมี เพราะตัณหาเป็นปัจจัยอุปาทานจึงมี เพราะอุปาทานเป็นปัจจัยภพจึงมี เพราะภพเป็นปัจจัยชาติจึงมี เพราะชาติเป็นปัจจัยชรา มรณะโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส อุปายาสจึงมีกองทุกข์ทั้งมวลนี้มีความเกิดขึ้นด้วยอาการอย่างนี้

^{๒๑๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๒๔/๓๓๗, ขุ.อ. (ไทย) ๒๕/๑/๙๓.

เพราะอวิชชาดับไปไม่เหลือสังขารจึงดับ เพราะสังขารดับวิญญาณจึงดับ เพราะ
 วิญญาณดับนามรูปจึงดับ เพราะนามรูปดับสพายตนะจึงดับ เพราะสพายตนะดับผัสสะจึงดับ
 เพราะผัสสะดับเวทนาจึงดับ เพราะเวทนาดับตัณหาจึงดับ เพราะตัณหาดับอุปาทานจึงดับ
 เพราะอุปาทานดับภพจึงดับ เพราะภพดับชาติจึงดับ เพราะชาติดับชรา มรณะ โสกะ ปรีทเว
 ทุกข์ โทมนัสอุปายาสจึงดับ กองทุกข์ทั้งหมดนี้มีความดับด้วยอาการอย่างนี้^{๒๑๖}

จ. การพยากรณ์พระโสดาบัน

การที่จะรู้ได้ว่าใครเป็นพระอริยบุคคลชั้นไหนนั้น ต้องเป็นผู้ที่มีภูมิธรรมเสมอกันหรือ
 สูงกว่าจึงจะรู้ได้^{๒๑๗} แต่คนธรรมดาสามัญที่ไม่ใช่พระอริยเจ้า ก็ยังพอสามารถที่จะรู้ว่าใครเป็น
 พระโสดาบันได้เหมือนกัน แต่เป็นการรู้โดยอนุมาน คือคาดคะเนเอา การอนุมานนี้อาจจะถูกก็
 ได้ อาจจะถูกก็ได้ ไม่แน่นอน สำหรับหลักในการอนุมานว่า ใครเป็นพระโสดาบันนั้น มีดังนี้คือ ผู้
 ที่บรรลุเป็นพระโสดาบันแล้ว เป็นผู้มีศรัทธาไม่หวั่นไหว เป็นผู้ที่ยอมมอบกายถวายชีวิตแต่พระ
 รัตนตรัย ถึงจะถูกฆ่าตายก็ไม่ยอมกล่าวดูหมิ่นพระรัตนตรัย หรือมีคนเอาเงินเอาทองมากองไว้
 ข้างหน้า แล้วบอกว่า เงินทองทั้งหมดนี้จะเป็ของ ท่าน ถ้าท่านยอมกล่าว "พระพุทธ พระธรรม
 และพระสงฆ์ไม่ตีจริง" อันเป็นการดูหมิ่นพระรัตนตรัย พระโสดาบันจักไม่พูดอย่างเด็ดขาด ถึง
 จะมีคนจ้างให้พูดดูหมิ่นพระรัตนตรัย ด้วยเงิน ค่าจ้างมากมายเพียงใด ท่านก็ไม่สนใจ ดังเช่น
 นายสุปปพุทธะ เป็นตัวอย่าง

มีเรื่องเล่าในอรรถกถาธรรมบทว่า นายสุปปพุทธะได้ไปฟังธรรมของพระพุทธเจ้า
 แต่ด้วยเหตุที่ท่านเป็นโรคเรื้อน ซึ่งเป็นโรคที่สังคมรังเกียจ ท่านจึงนั่งแหวหลังห่างจากพวกอื่น
 เมื่อพระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมจบ นายสุปปพุทธะก็ได้บรรลุเป็นพระโสดาบัน เป็นธรรมดาที่ผู้
 ได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้ว ก็จะไปเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อกราบทูลมรรคผลที่ตนบรรลุ แต่ไม่
 สามารถเข้าไปเฝ้าได้ในขณะนั้น เพราะคนจำนวนมากกำลังเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าอยู่ ท่านจึง
 ออกมาห่างๆ เพื่อรอโอกาสเข้าเฝ้า

ในขณะนั้นพระอินทร์ซึ่งเป็นพระโสดาบันเหมือนกับนายสุปปพุทธะ รู้ว่านายสุปป
 พุทธะจะไปเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อกราบทูลมรรคผลที่ตนบรรลุแล้ว ทรงดำริว่า เราจักทดลองนาย
 สุปปพุทธะนี้ ทรงปรากฏพระกายให้นายสุปปพุทธะเห็นแล้วตรัสว่า นี่นายสุปปพุทธะ เธอเป็น
 มนุษย์ขัดสนเป็นมนุษย์ยากไร้ เราจักให้ทรัพย์จำนวนมากจนนับไม่ไหวแก่เธอ ถ้าเธอยอมกล่าว
 ว่า "พระพุทธไม่ใช่พระพุทธ พระธรรมไม่ใช่พระธรรม พระสงฆ์ไม่ใช่พระสงฆ์ พระพุทธไม่มี
 ประโยชน์ต่อเรา พระธรรมไม่มีประโยชน์ต่อเรา พระสงฆ์ไม่มีประโยชน์ต่อเรา" เมื่อได้ยินดังนั้น

^{๒๑๖} อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/ ๙๒/๒๑๒.

^{๒๑๗} ดูรายละเอียดใน อัง.ติก. อ. (ไทย) ๓๔/ ๒๖๖.

นายสุปปพุทธะถามว่า ท่านเป็นใคร เราเป็นท้าวสักกะจอมเทพ พระอินทร์ตอบ ท่านเป็นเทวราชาเสียเปล่า แต่เป็นอันธพาล ไร้ยางอาย เราไม่สมควรที่พูดกับท่าน

นายสุปปพุทธะกล่าวแล้วก็ไปเฝ้าพระพุทธเจ้า โดยไม่สนใจคำเสนอของพระอินทร์ที่เป็นอย่างนี้ เพราะนายสุปปพุทธะได้บรรลุเป็นพระโสดาบันแล้ว ย่อมเป็นผู้มีศรัทธาอันไม่หวั่นไหว เป็นอจลสัทธา ส่วนปุถุชนคนธรรมดา ที่ยังหนาไปด้วยกิเลส ถ้าหากว่ามีคนมาเสนอให้ทรัพย์จำนวนนับล้าน แล้วให้กล่าวดูหมิ่นพระรัตนตรัย เขาคงจะยอมทำโดยคิดว่าเราเอาเงินไว้ก่อน แล้วจึงขอขมาพระรัตนตรัยภายหลัง นี่เป็นความแตกต่างกันระหว่างพระอริยเจ้ากับปุถุชน และเมื่อได้บรรลุเป็นพระโสดาบันแล้ว ก็ไม่หยุดอยู่ที่นั่น ได้เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานต่อไป จนสามารถบรรลุเป็นพระสกทาคามี^{๒๑๘}

ฉ. ลักษณะบางประการของพระโสดาบัน

๑) พระโสดาบันบางท่านไม่รู้วาทนเองบรรลุธรรมแล้ว

พระเจ้ามahanามะ ทรงบรรลุโสดาบันเป็นพระอริยบุคคลผู้มีคติอันแน่นอนแล้ว แต่ก็ยังไม่รู้ตัวว่าได้บรรลุธรรมแล้ว จึงเกิดข้อสงสัยในคติของตน ดังปรากฏเรื่องราวในพระคัมภีร์ว่า

พระเจ้ามahanามะกราบทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า สมัยนั้น หม่อมฉันลืมนสติปรารภพระผู้มีพระภาค พระธรรม และพระสงฆ์ หม่อมฉันคิดว่า ‘หากเราฟังถึงแก่กรรมในเวลานี้ คติของเราจะเป็นอย่างไร อภิสัมปรายภพจะเป็นอย่างไร’

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “อย่าทรงกลัวเลย มหาบพิตร อย่าทรงกลัวเลยมหาบพิตร การสวรรคตของพระองค์จักไม่เลวทราม กาลกิริยาก็จักไม่เลวทราม มหาบพิตร อริยสาวกผู้ประกอบด้วยธรรม ๔ ประการย่อมโน้มไปสู่निพพาน โน้มไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพาน

ธรรม ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ อริยสาวกในธรรมวินัยนี้

๑. ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระพุทธเจ้า

๒. ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระธรรม

๓. ประกอบด้วยความเลื่อมใสอันไม่หวั่นไหวในพระสงฆ์

๔. ประกอบด้วยศีลที่พระอริยะชอบใจ ไม่ขาด ...เป็นไปเพื่อสมาธิ

มหาบพิตร เปรียบเหมือนต้นไม้ที่โน้มไปทางทิศปรมาจีน โน้มไปทางทิศปรมาจีน โอนไปทางทิศปรมาจีน ต้นไม้นั้นเมื่อถูกตัดโคนจะล้มไปทางไหน” “จะล้มไปทางที่ต้นไม้โน้มไป โน้มไป โอนไป พระพุทธเจ้าข้า” “มหาบพิตร อุปมานี้ฉันใด อุปไมยก็ฉันนั้นเหมือนกัน อริยสาวกผู้ประกอบด้วยธรรม ๔ ประการนี้ย่อมโน้มไปสู่นิพพาน โน้มไปสู่นิพพาน โอนไปสู่นิพพาน”^{๒๑๙}

^{๒๑๘} ดูใน ชุ.อุทาน. (ไทย) ๒๕/๔๓/๒๕๖.

^{๒๑๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๑๘/๕๒๓.

๒) พระโสดาบันยังมีครอบครัว

ความเป็นอยู่ของพระโสดาบันเหมือนกันกับคนทั่วไป เพราะยังมีครอบครัวมีลูกมีหลานอยู่ เช่น นางวิสาขา เป็นพระโสดาบันตั้งแต่ยังเป็นเด็ก เมื่อโตเป็นสาวได้แต่งงานกับลูกชายของมิคารเศรษฐี อยู่ต่อมาก็ได้ให้กำเนิดลูกชาย ๑๐ คน ลูกสาว ๑๐ คน ลูกทั้ง ๒๐ คนของนางเมื่อโตเป็นหนุ่มเป็นสาวแล้ว ก็ได้แต่งงานมีครอบครัวกันหมดแล้ว เมื่อนางวิสาขาไปวัดก็จะ มีทั้งลูกทั้งหลานทั้งเหลนไปด้วย คนทั้งหลายก็จะถามว่า นางวิสาขาคนไหน นี่ก็แสดงให้เห็นว่า พระโสดาบันนั้นก็เหมือนกันกับคนทั่วไป^{๒๒๐}

๓) พระโสดาบันยังมีความประมาทอยู่

พระโสดาบันแม้เป็นพระอริยบุคคลแล้ว แต่ก็ยังไม่สมบูรณ์ด้วยสติและปัญญา ยังมีความประมาทอยู่บ้าง แต่ก็มีทิวฏฐิที่สมบูรณ์แล้ว ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสบอกไว้ว่า

พระโสดาบันเหล่านี้ได้ รู้แจ้งอริยสัจที่พระศาสดาผู้มีปัญญาลึกซึ้งแสดงแล้ว ถึงแม้ว่า พระโสดาบันเหล่านั้นจะประมาทไปบ้าง ท่านเหล่านั้นก็จะไม่ถือกำเนิดในภพที่ ๘^{๒๒๑}

พระโสดาบันนั้นละกรรม ๓ ประการ คือ สักกายทิวฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปราชามส พร้อมกับบรรลุโสดาปัตติมรรคได้แล้ว แม้จะมีกิเลสบางอย่างเหลืออยู่ พระโสดาบันนั้นพ้นแล้วจากอบายทั้งสี่^{๒๒๒} และจะไม่ทำอกุศล ๖^{๒๒๓} ถึงแม้ว่า พระโสดาบันนั้นจะทำบาปกรรม^{๒๒๔} ทางกาย ทางวาจา หรือทางใจไปบ้าง ท่านก็ไม่ปกปิดบาปกรรมนั้นไว้ เรากล่าวว่าผู้เห็นบท^{๒๒๕} แล้ว ไม่อาจทำอย่างนั้นได้^{๒๒๖}

๔) เปลี่ยนทิวฏฐิ ละวิปลาส บรรลุโสดาบัน

กรรม ๖ ประการที่บุคคลผู้ถึงพร้อมด้วยทิวฏฐิ (พระโสดาบัน)^{๒๒๗} ละได้แล้ว คือ

^{๒๒๐} ดูรายละเอียดใน ขุ. อุทาน. (ไทย) ๒๕/๗๘/๓๔๐.

^{๒๒๑} ไม่ถือกำเนิดในภพที่ ๘ หมายถึงไม่เกิดในภพที่ ๘ เพราะท่านเหล่านั้นละสังโยชน์ ๓ ประการ (สักกายทิวฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปราชามส) ได้แล้ว และจะเวียนเกิดเวียนตายในเทวโลกและมนุษย์โลกอย่างมากไม่เกิน ๗ ครั้ง แล้วบรรลุอรหัตตผล เพราะนามรูปดับไปในภพที่ ๗ นั้นเอง (ขุ.ขุ.อ. (บาลี) ๖/๑๖๓-๑๖๔)

^{๒๒๒} อบายทั้งสี่ หมายถึงภูมิที่ปราศจากความเจริญ มี ๔ คือ นรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน เปรต และอสุรกาย (ขุ.ขุ.อ. (บาลี) ๖/๑๖๕)

^{๒๒๓} อกุศล ๖ หมายถึงฐานะอันหนัก ๖ ประการ ได้แก่ ๑) ข้ามารดา ๒) ข้ามบิดา ๓) ข้ามพระอรหันต์ ๔) ทำโลหิตของพระพุทธเจ้าให้ห่อ ๕) ทำให้สงฆ์แตกกัน ๖) เข้ารีตศาสดาอื่น (ขุ.ขุ.อ.(บาลี) ๖/๑๖๖)

^{๒๒๔} บาปกรรม หมายถึงการต้องอาบัติเบา เช่น ต้องอาบัติเพราะนอนร่วมกับสามเณรเป็นต้น มิได้หมายถึงอาบัติหนัก ดูใน ขุ.ขุ.อ.(บาลี) ๖/๑๖๗ และดู วิ.มहा. (ไทย) ๒/๕๐/๒๓๘

^{๒๒๕} บท หมายถึงทางแห่งนิพพาน ขุ.ขุ.อ. (บาลี) ๖/๑๖๗.

^{๒๒๖} ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๑๑/๑๒.

^{๒๒๗} ทิวฏฐิสัมปทา ในที่นี้หมายถึงโสดาปัตติมรรค (อง.ฉก.อ. (บาลี) ๓/๘๘-๘๙/๑๕๕)

๑. สักกายทิฏฐิ ๒. วิจิกิจฉา ๓. สีลัพพตปรามาส ๔. ราคะที่เป็นเหตุไปสู่อบาย ๕. โทสะที่เป็นเหตุไปสู่อบาย ๖. โมหะที่เป็นเหตุไปสู่อบาย ธรรม ๖ ประการนี้แล ที่บุคคลผู้ถึงพร้อมด้วยทิฏฐิละได้แล้ว^{๒๒๘}

ฐานะที่ไม่อาจเป็นได้ ๖ ประการ อะไรบ้าง คือ บุคคลผู้ถึงพร้อมด้วยทิฏฐิ..

๑. เป็นผู้ไม่อาจยึดถือสังขารว่าเป็นของเที่ยง
๒. เป็นผู้ไม่อาจยึดถือสังขารว่าเป็นสุข
๓. เป็นผู้ไม่อาจยึดถือธรรมว่าเป็นอัตตา
๔. เป็นผู้ไม่อาจทำอนันตริยกรรม^{๒๒๙}
๕. เป็นผู้ไม่อาจเชื่อความบริสุทธิ์โดยถือมงคลตื่นข่าว^{๒๓๐}
๖. เป็นผู้ไม่อาจแสวงหาเขตบุญนอกศาสนานี้^{๒๓๑}

๖.๔.๒ พระสกทาคามี

ก. ความหมาย

สกทาคามี แปลว่า กลับมาอีกครั้งเดียว^{๒๓๒} คือ ผู้ที่บรรลุปะเป็นพระสกทาคามีจะกลับมาเกิดในกามภูมิอันได้แก่มนุษย์โลกหรือเทวโลก^{๒๓๓}อีกครั้งเดียวเท่านั้น พระสกทาคามีจะกิเลสได้เท่ากับพระโสดาบัน ไม่ได้ละเพิ่มอีกแต่ประการใด เพียงแต่ทำกิเลสที่เหลือให้เบาบางลงเท่านั้น เป็นผู้บริบูรณ์ในศีล มีสมาธิพอประมาณ มีปัญญาพอประมาณ ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิพอประมาณ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ ภิกษุนั้นล่วงละเมิดสิกขาบทเล็กน้อยบ้าง ออกจากอาบัติบ้าง ชั่วขณะเพราะเหตุไร เพราะในการต้องอาบัติและการออกจากอาบัติเล็กน้อยนี้ เราไม่กล่าวความเป็นคนไม่เหมาะสมไว้ แต่สิกขาบทเหล่าใดเป็นเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์สมควรแก่พรหมจรรย์ ภิกษุนั้นมีศีลประจำตัวและมีศีลมั่นคงในสิกขาบทเหล่านั้น

^{๒๒๘} อัง.ฉก.ก.(ไทย) ๒๒/๙๐/๖๑๕.

^{๒๒๙} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๔๑/๕๙๕, อัง.ฉก.ก.อ. (บาลี) ๓/๙๖/๑๕๕

^{๒๓๐} ถือว่ารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เป็นมงคล (อัง.ฉก.ก.อ.(บาลี) ๓/๙๒-๙๕/๑๕

^{๒๓๑} อัง.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๙๒/๖๑๖.

^{๒๓๒} ส.ม.อ. (ไทย) ๕/๒/-/๓๐๐.

^{๒๓๓} พระสกทาคามีได้บรรลุปะสกทาคามีมรรคในโลกนี้แล้วบังเกิดในเทวโลก มาบังเกิดในโลกนี้อีก พระสกทาคามีนั้น ชื่อว่าท่องเที่ยวด้วยสามารถแห่งชาติที่ตนกำหนดแล้ว แต่พระสกทาคามีบุคคลเหล่าใด ย่อมบังเกิดในเทวโลกนั้นหรือในมนุษย์โลกนั้นเอง พระสกทาคามีนั้นยังต้องท่องเที่ยวไปอยู่นั่นเองเพราะยังต้องไปบังเกิดบ่อยๆ จนกว่าอินทรีย์จะแก่กล้า โดยได้บรรลุมรรคชั้นสูงๆ ขึ้นไป ขุ.อิติ.อ. (ไทย) ๑/๔/-/๖๐๑.

สมทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลาย เพราะสังโยชน์ ๓ ประการสิ้นไป และเพราะระคะโทสะ โมหะเบาบาง เธอจึงเป็นสกทาคามี มาสู่โลกนี้อีกเพียงครั้งเดียวก็จะทำที่สุดแห่งทุกขีได้^{๒๓๔}

ข. การละสังโยชน์ของพระสกทาคามี

พระสกทาคามี มีจิตสัจจจากามราคสังโยชน์อย่างหยาบ^{๒๓๕} ปฏิฆสังโยชน์อย่างหยาบ และเหล่ากิเลสที่อยู่ในพวกเดียวกับกามราคสังโยชน์นั้น^{๒๓๖} สามารถกำจัดกามระคะอย่างหยาบ โทสะอย่างหยาบ^{๒๓๗} และกามุปาทานที่เป็นกามระคะอย่างหยาบได้เด็ดขาด^{๒๓๘} ดังปรากฏข้อความในคัมภีร์สังยุตตนิกายว่า

พระสกทาคามีเป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระพุทธเจ้าว่า ‘แม้เพราะเหตุนี้พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ฯลฯ เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค’ เป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระธรรม ฯลฯ ในพระสงฆ์ ฯลฯ ไม่มีหาสปัญญา ไม่มีชวนปัญญา ทั้งไม่ถึงพร้อมด้วยวิมุตติ เขาจึงเป็นพระสกทาคามี เพราะสังโยชน์ ๓ ประการสิ้นไป เพราะบรรเทาระคะ โทสะ และโมหะให้เบาบาง^{๒๓๙} มาสู่โลกนี้^{๒๔๐} อีกเพียงครั้งเดียวก็จะทำที่สุดแห่งทุกขีได้ แม้บุคคลนี้ก็พ้นจากนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน ภูมิแห่งเปรต อบาย ทุกคติ และวินิบาต^{๒๔๑}

^{๒๓๔} อัง.ทุก.(ไทย) ๒๐/๘๓/๓๑๓.

^{๒๓๕} กามราคสังโยชน์ กิเลสอันผูกใจสัตว์ไว้กับทุกขหรือผูกกรรมไว้กับผล คือความกำหนัดในกาม ความติดใจในกาม ดูใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๖๘/๖๒๐.

^{๒๓๖} ขุ.ม. (ไทย) ๒๗/๗/๓๓.

^{๒๓๗} กามระคะอย่างหยาบ และโทสะอย่างหยาบละได้ด้วยทุติยมรรค กามระคะและโทสะเหล่านั้นละไม่มีเหลือเลยได้ด้วยตติยมรรค ภวระคะและโมหะที่เหลือละได้ด้วยมรรคที่ ๔ ดูใน ขุ.อิติ.อ.(ไทย) ๑/๔/-/๔๑๕.

^{๒๓๘} กามุปาทานที่เป็นกามระคะอย่างหยาบ มรรคที่ ๒ ให้สิ้นไป กามระคะและ สิ้นไปที่เป็นกามระคะอย่างหยาบมรรคที่ ๒ ให้สิ้นไป กามระคะและพยายามอย่างละเอียด มรรคที่ ๓ ให้สิ้นไป การละรูประคะอรุปราระคะมรรคที่ ๔ ให้สิ้นไป รวมความว่าอุปาทานอันมรรคทั้ง ๔ ให้สิ้นไป คือถึงการไม่เกิดขึ้นเป็นธรรมดา. ดูใน ขุ.อุ.อ. (ไทย) ๑/๓/-/๓๗๒.

^{๒๓๙} ระคะ โทสะ โมหะเบาบางลง โดยอาการทั้งสองอย่าง คือ ด้วยการเกิดขึ้นในบางครั้งบางคราว และมีปริยภูฐานกิเลสน้อย กิเลสย่อมไม่เกิดขึ้นเนื่อง ๆ แก่พระสกทาคามี เกิดในบางครั้งบางคราว แต่เมื่อเกิดขึ้นไม่เกิดขึ้นมากมาย เหมือนปฤชชน

^{๒๔๐} มีอธิบายดังนี้ ก็ถ้าพระอรียบุคคลผู้บรรลุสกทาคามีผลในมนุษยโลก แล้วบังเกิดในเทวโลกย่อมทำให้แจ้งซึ่งพระอรหัต ข้อนี้อย่างนี้ แต่เมื่อสามารถกลับมาสู่มนุษยโลกแล้ว ย่อมทำให้แจ้งซึ่งพระอรหัต ฝ่ายพระอรียบุคคลผู้บรรลุสกทาคามีผลในเทวโลก ถ้ามาเกิดในมนุษยโลกย่อมทำให้แจ้งซึ่งพระอรหัตได้ ข้อนี้อย่างนี้ แต่เมื่อสามารถไปสูเทวโลก ย่อมทำให้แจ้งซึ่งพระอรหัตเป็นแน่ ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๑/-/๓๗๔.

^{๒๔๑} สัม.หา. (ไทย) ๑๗/๑๐๒๑/๕๓๔.

ค. ประเภทของพระสกทาคามี

พระสกทาคามี ๕ จำพวก คือ

๑. ผู้ที่บรรลุปะระสกทาคามีในมนุษยโลก เมื่อหมดอายุขัยแล้วเกิดในมนุษยโลกอีก จนได้บรรลุปะระอรหัตต์ และดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลก
๒. ผู้ที่บรรลุปะระสกทาคามีในเทวโลก เมื่อหมดอายุขัยแล้วก็เกิดในเทวโลกอีก จนได้บรรลุปะระอรหัตต์ และดับขันธปรินิพพานในเทวโลก
๓. ผู้ที่บรรลุปะระสกทาคามีในมนุษยโลก เมื่อหมดอายุขัยแล้วไปเกิดในเทวโลก จนบรรลุปะระอรหัตต์ และดับขันธปรินิพพานในเทวโลก
๔. ผู้ที่บรรลุปะระสกทาคามีในเทวโลก เมื่อหมดอายุขัยแล้วก็มาเกิดในมนุษยโลก จนบรรลุปะระอรหัตต์ และดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลก
๕. ผู้ที่บรรลุปะระสกทาคามีในมนุษยโลก เมื่อหมดอายุขัยแล้วไปเกิดในเทวโลก พอหมดอายุขัยในเทวโลกแล้ว ก็กลับมาเกิดในมนุษยโลกอีก จนได้บรรลุปะระอรหัตต์ และดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลก^{๒๔๒}

ความเป็นอยู่ของพระสกทาคามีนี้ ไม่แตกต่างกับพระโสดาบันมากนัก เพราะยังมีครอบครัพลูกหลานอยู่ เพียงแต่มีกิเลสที่เบาบางกว่าพระโสดาบันเท่านั้น

คัมภีร์อภิธรรมบุคคลบัญญัติอธิบายไว้ว่า

บุคคลใด ย่อมมาอีกครั้งเดียวด้วยสามารถแห่งปฏิสนธิ เพราะเหตุนั้น ผู้นั้นจึงชื่อว่า สกทาคามี แปลว่า ผู้มาปฏิสนธิอีกครั้งเดียว

บรรดาพระสกทาคามี ๕ จำพวก ๔ จำพวกพระองค์ไม่ทรงประสงค์เอา แต่ทรงประสงค์เอาเพียงพวกเดียวเท่านั้นในที่นี้ เพราะว่าพระสกทาคามีบางพวกบรรลุปะระสกทาคามีผลในโลกนี้ ย่อมปรินิพพานในโลกนี้นั้นแหละ บางพวกบรรลุปะระสกทาคามีผลในโลกนี้ ปรินิพพานในเทวโลก บางพวกบรรลุปะระสกทาคามีผลในเทวโลกนั้นแหละ บางพวกบรรลุปะระสกทาคามีผลในเทวโลกแล้ว เกิดขึ้นในโลกนี้แล้วจึงปรินิพพาน รวมพระสกทาคามีทั้ง ๔ จำพวก ดังกล่าวมานี้ พระองค์มิได้ทรงประสงค์เอา ในสกทาคามีนิสเทศนี้ แต่พระสกทาคามีพวกใดบรรลุปะระสกทาคามีผลในโลกนี้ แล้วดำรงชีวิตอยู่ในเทวโลกตลอดอายุ แล้วก็เกิดขึ้นในโลกนี้อีกจึงปรินิพพาน พระสกทาคามีพวกเดียวเท่านั้น ฟังทราบ ว่า พระองค์ทรงถือเอาในสกทาคามีนิสเทศนี้

ถามว่า ก็พระสกทาคามีนี้ มีการกระทำที่แตกต่างกันกับพระโสดาบัน ที่ชื่อว่าเอกพีชี อย่างเป็นทางการ?

ตอบว่า พระโสดาบันผู้ชื่อว่าเอกพีชี ท่านมีปฏิสนธิครั้งเดียวเท่านั้น ส่วนพระ

^{๒๔๒} ม.ญ.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๔๒๘. อภิ.ป.อ. (ไทย) ๓/-/๒๓๘.

สกทาคามีท่านมีปฏิสนธิ ๒ ครั้ง ข้อนี้เป็นเพราะการกระทำที่แตกต่างกันระหว่างพระอริยะทั้งสองเหล่านั้น.^{๒๔๓}

ง. ศีล สมာธิ ปัญญาของพระสกทาคามี

พระโสดาบันเป็นผู้มีศีลสมบูรณ์ มีสมာธิพอประมาณ มีปัญญาพอประมาณ^{๒๔๔} ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิพอประมาณ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ ภิกษุนั้นล่วงละเมิดสิกขาบทเล็กน้อยบ้าง ออกจากอาบัติบ้าง ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะในการต้องอาบัติและการออกจากอาบัติเล็กน้อยนี้ เราไม่กล่าวความเป็นคนไม่เหมาะสมไว้ แต่สิกขาบทเหล่าใดเป็นเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์สมควรแก่พรหมจรรย์ ภิกษุนั้นมีศีลประจำตัวและมีศีลมั่นคงในสิกขาบทเหล่านั้น สมทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลาย เพราะสังโยชน์ ๓ ประการสิ้นไป และเพราะราคะ โทสะ โมหะเบาบาง เธอจึงเป็นสกทาคามี มาสู่โลกนี้อีกเพียงครั้งเดียวก็จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้^{๒๔๕}

บุคคลบางคนในโลกนี้เป็นผู้มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิพอประมาณ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ เพราะสังโยชน์ ๓ ประการสิ้นไป และเพราะราคะ โทสะ และโมหะเบาบาง เขาจึงเป็นสกทาคามี มาสู่โลกนี้อีกครั้งเดียว ก็จะทำที่สุดแห่งทุกข์ได้ นี่เป็นบุคคลจำพวกที่ ๖ ผู้เป็นสุอุปาทิเสส เมื่อตายไป ก็พ้นจากนรกได้ ๗ พ้นจากอบาย ทุกคติ และวินิบาตได้^{๒๔๖}

๖.๔.๓ พระอนาคามี

ก. ความหมาย

อนาคามี แปลว่า ผู้ไม่มาสู่กามโลกด้วยสามารถแห่งการถือปฏิสนธิอีก^{๒๔๗} คือ มีอันไม่กลับมาเป็นธรรมดาเป็นผู้บริสุทธิในขั้นนั้น เพราะสำเร็จความเป็นผู้ไม่มีสังโยชน์ในภายใน ด้วยการเพิกถอนเสียได้ซึ่งโอรัมภาคียสังโยชน์ สามารถละกิเลสได้โดยเด็ดขาดเป็นสมุจเฉตปทานได้เพิ่มอีก ๒ คือ กามราคสังโยชน์ และปฏิฆสังโยชน์ ละอภิสกตกรรมบถได้อีก ๒ คือ ผรุส

^{๒๔๓} อภ.ป.อ. (ไทย) ๓/-/๒๓๘.

^{๒๔๔} ไม่มีทางตกต่ำ หมายถึง มีสภาพไม่ตกไปในอบาย ๔ คือ ๑. นรก ๒. กำเนิดสัตว์เดรัจฉาน ๓. แดนเปรต ๔. อสุรกาย (ดูรายละเอียดใน อง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๗/๒๔๒).

^{๒๔๕} อง.ทูก. (ไทย) ๒๐ /๘๗/๓๑๓.

^{๒๔๖} อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๑๒/๔๕๗.

^{๒๔๗} ขุ.อิติ.อ. (ไทย) ๑/๔/-/๖๐๐.

วาจา และพยาบาล^{๒๔๘} ดังปรากฏข้อความในคัมภีร์สังยุตตนิกายว่า

พระอนาคามีเป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระพุทธเจ้าว่า ‘แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ฯลฯ เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค’ เป็นผู้ มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระธรรม ฯลฯ ในพระสงฆ์ ฯลฯ มีหาสปัญหา มีชวนปัญหา แต่ไม่ถึงพร้อมด้วยวิมุตติ เพราะโอรัมภาคียสังโยชน์ ๕ ประการสิ้นไป เขาจึงเป็นพระอนาคามี ผู้อันตราปรีนิพพายี เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปรีนิพพายี เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปรีนิพพายี เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปรีนิพพายี เป็นพระอนาคามีผู้อุทฺธังโสโตอกนิฏฐคามี แม้บุคคลนี้ก็พ้นจากนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน ภูมิแห่งเปรต อบาย ทุกคติ และวินิบาต^{๒๔๙}

ข. การละสังโยชน์ของพระอนาคามี

พระอนาคามีละสังโยชน์ได้อีก ๒ คือ ๑) กามราคะ ความกำหนัดในกาม ความติดใจในกามคุณ ๒) ปฏิฆะ ความกระทบกระทั่งในใจ ความขัดเคืองหรืองุ่นง่านใจ และกำจัดการาคะพยาบาลอย่างละเอียด^{๒๕๐} ได้เด็ดขาด ดังปรากฏข้อความในคัมภีร์สังยุตตนิกายว่า

พระอนาคามีเป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระพุทธเจ้าว่า ‘แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ฯลฯ เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค’ เป็นผู้เป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระธรรม ฯลฯ ในพระสงฆ์ ฯลฯ มีหาสปัญหา มีชวนปัญหา แต่ไม่ถึงพร้อมด้วยวิมุตติ เพราะโอรัมภาคียสังโยชน์ ๕ ประการสิ้นไป^{๒๕๑} เขาจึงเป็นพระอนาคามี ผู้อันตราปรีนิพพายี เป็นพระอนาคามีผู้อุปหัจจปรีนิพพายี เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปรีนิพพายี เป็นพระอนาคามีผู้สังขารปรีนิพพายี เป็นพระอนาคามีผู้อุทฺธังโสโตอกนิฏฐคามี แม้บุคคลนี้ก็พ้นจากนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน ภูมิแห่งเปรต อบาย ทุกคติ และวินิบาต^{๒๕๒}

ผู้เป็นพระอนาคามี ย่อมมีจิตสงบจากกามราคสังโยชน์ ปฏิฆสังโยชน์อย่างละเอียด กามราคานุสัย ปฏิฆานุสัย อย่างละเอียด และเหล่ากิเลสที่อยู่ในพวกเดียวกับ

^{๒๔๘} อัง.ติก.อ. (ไทย) ๑/๓/-/๔๕.

^{๒๔๙} ส.ม. (ไทย) ๑๗/๑๐๒๑/๕๓๔.

^{๒๕๐} ขุ.อิติ.อ. (ไทย) ๑/๔/-/๔๑๕.

^{๒๕๑} โอรัมภาคียสังโยชน์ หมายถึงสังโยชน์เบื้องต้น ๕ คือ ๑) สักกายทิฏฐิ ความเห็นว่าเป็นตัวของตน ๒) วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย ๓) สีลัพพตปรามาส ความถือมั่นศีลพรต ๔) กามราคะ ความพอใจในกามคุณ ๕) พยาบาทหรือปฏิฆะ ความกระทบกระทั่งในใจอันเป็นเหตุให้เกิดในกามภพ ดูรายละเอียดใน อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๑๓/๒๑, ม.ม.อ. (บาลี) ๒/๒๔๕/๒๒.

^{๒๕๒} ส.มหา. (ไทย) ๑๗/๑๐๒๑/๕๓๔.

กามราคสังโยชน์เป็นต้นนั้น^{๒๕๓}

ค. ประเภทของพระอนาคามี

พระอนาคามี มี ๕ ประเภท คือ

๑) อุทฺธังโสโตกนิฏฐคามิ หมายถึง พระอนาคามีผู้มีกระแสในเบื้องบนไปสู่อกนิฏฐภพ คือเกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วก็จะเกิดเลื่อนต่อไปจนถึงอกนิฏฐภพ แล้วจึงปรินิพพานในภพนั้น

๒) สสังขารปรินิพพายี หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วปรินิพพานโดยต้องใช้ความเพียรมาก

๓) อสังขารปรินิพพายี หมายถึง พระอนาคามีผู้ปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้ความเพียรมาก

๔) อุปุหัจจปรินิพพายี หมายถึง พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วจวนจะถึงปรินิพพาน คืออายุพ้นกึ่งแล้วจวนจะถึงสิ้นอายุจึงปรินิพพาน

๕) อันตราปรินิพพายี หมายถึง พระอนาคามีผู้ปรินิพพานในระหว่าง คือเกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้ว อายุยังไม่ถึงกึ่งก็ปรินิพพาน มี ๓ จำพวก คือ

พวกที่ ๑ เกิดในสุทธาวาสชั้นอวิหาซึ่งมีอายุ ๑,๐๐๐ กัป แต่ก็บรรลุมัจจุราหรือหัตตผลในวันที่เกิด ถ้าไม่บรรลุมัจจุราในวันที่เกิดได้ก็บรรลุมัจจุราไม่เกินภายใน ๑๐๐ กัป

พวกที่ ๒ เมื่อไม่สามารถบรรลุมัจจุราหรือหัตตผลในวันที่เกิดได้ก็บรรลุมัจจุราไม่เกินภายใน ๒๐๐ กัป

พวกที่ ๓ บรรลุมัจจุราหรือหัตตผลไม่เกินภายใน ๔๐๐ กัป^{๒๕๔}

ง. ศีล สมาริ ปัญญาของพระอนาคามี

พระอนาคามีจะปรินิพพานในที่ผุดเกิดขึ้น เป็นโอปปาติกะ^{๒๕๕} ปรินิพพานในภพนั้นไม่กลับมาจากโลกนั้นอีก เป็นผู้บริบูรณ์ในศีล บริบูรณ์ในสมาริ มีปัญญามากขึ้นอีกพอประมาณดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า

^{๒๕๓} ขุ.ม. (ไทย) ๒๗/๗/๓๓.

^{๒๕๔} ตูรายละเอียดยใน อง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๒๔๓.

^{๒๕๕} โอปปาติกะ หมายถึง สัตว์ที่เกิดและเติบโตเต็มที่ทันที และเมื่อจุติ (ตาย) ก็หายวับไปไม่ทิ้งซากศพไว้ เช่น เทวดาและสัตว์นรกเป็นต้น (ตฺรายละเอียดยใน ที.สี.อ. (บาลี) ๑๗๑/๑๔๙) แต่ในที่นี้หมายถึงพระอนาคามีที่เกิดในสุทธาวาส (ที่อยู่ของท่านผู้บริสุทธิ์) ๕ ชั้น มีชั้นอวิหาเป็นต้น แล้วดำรงภาวะอยู่ในชั้นนั้น ๆ ปรินิพพานสิ้นกิเลสในสุทธาวาสนั่นเองไม่กลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก (ตฺรายละเอียดยใน อง.ติก.อ. (บาลี) ๒/๘๗-๘๘/๒๔๒-๒๔๓).

ภิกษุในธรรมวินัยนี้มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิให้บริบูรณ์ มีปกติทำปัญญาพอประมาณ ภิกษุนั้นล่วงละเมิดสิกขาบทเล็กน้อยบ้าง ออกจากอาบัติบ้าง ข้อนั้นเพราะเหตุไร เพราะในการต้องอาบัติและการออกจากอาบัติเล็กน้อยนี้ เราไม่กล่าวความเป็นคนไม่เหมาะสมไว้ แต่สิกขาบทเหล่านี้เป็นเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์ สมควรแก่พรหมจรรย์ ภิกษุนั้นมีศีลประจำตัวและมีศีลมั่นคงในสิกขาบทเหล่านั้นสมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลาย เพราะสังโยชน์เบื้องต้น ๕ ประการสิ้นไป เธอจึงเป็นโอปปาติกะปรินิพพานในภพนั้น ไม่หวนกลับมาจากโลกนั้นอีก ^{๒๕๖}

จ. ความเป็นอยู่ของพระอนาคามี

ความเป็นอยู่ของพระอนาคามีนี้ มีความเป็นอยู่แบบสันโดษ ไม่มีครอบครัว รักษาศีล ๘ เป็นประจำ พระอนาคามีผู้ชำนาญในสมาบัติ ๘ เท่านั้นสามารถเข้านิโรธสมาบัติได้ ^{๒๕๗} เมื่อหมดอายุขัยแล้วจะไปเกิดในพรหมโลกชั้นสุทธาวาส ซึ่งเป็นชั้นที่สูงที่สุดในพรหมโลก อันเป็นที่อยู่เฉพาะของผู้ที่บรรลุมรรคเป็นพระอนาคามีเท่านั้น

สุทธาวาส ๕ (ที่อยู่ของท่านผู้บริสุทธิ์)

รูปพรหมชั้นสูงสุด เป็นที่อยู่ของผู้ที่ได้บรรลุมรรคเป็นพระอริยเจ้าชั้นอนาคามี สุทธาวาสภูมิ แบ่งออกเป็น ๕ ชั้น ตามความแก่อ่อนของบารมี โดยดูจากอินทรีย์ ๕ ได้แก่ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ดังนี้

๑) อวิหา เป็นที่อยู่ของผู้ที่ได้บรรลุมรรคเป็นพระอริยเจ้าชั้นอนาคามีผู้ไม่เสื่อมจากสมาบัติของตน มีอินทรีย์อ่อนที่สุด ศรัทธามีกำลังมากกว่าอินทรีย์อื่น จึงได้มาเกิดในชั้นนี้ เป็นพรหมที่ไม่ละทิ้งสถานที่ของตน คือต้องอยู่จนครบ อายุขัยจึงจุติ ไม่มีการเสื่อมจากสมาบัติของตน มีทิพยสมบัติบริบูรณ์เต็มที่อยู่เสมอจนตลอดอายุขัย สำหรับพรหมชั้นสูงที่เหลืออีก ๔ ชั้น อาจไม่ได้อยู่จนครบอายุขัย มีการจุติได้ก่อน

๒) อดปปา เป็นที่อยู่ของผู้ที่ได้บรรลุมรรคเป็นพระอริยเจ้าชั้นอนาคามี ผู้ไม่ทำความเดือดร้อนแก่ใคร หรือผู้ไม่เดือดร้อนกับใคร มีวิริยะมีกำลังมากกว่าอินทรีย์อื่น จึงได้มาเกิดในชั้นนี้ เป็นพรหมที่ไม่มีความเดือดร้อนใจ เพราะยอมเข้าผลสมาบัติอยู่เสมอ นิ वर्ณธรรมที่เป็นเหตุให้จิตเดือดร้อนไม่อาจเกิดขึ้น จิตใจจึงมีแต่ความสงบเยือกเย็น

๓) สุทัสสา เป็นที่อยู่ของผู้ที่ได้บรรลุมรรคเป็นพระอริยเจ้าชั้นอนาคามี ผู้ตั้งมานาทัศนาสติมีกำลังมากกว่าอินทรีย์อื่น จึงได้มาเกิดในชั้นนี้ เป็นพรหมที่เห็นสิ่งต่าง ๆ โดยปรากฏชัด เพราะบริบูรณ์ด้วยจักขุ ทั้งหลาย ๖ ได้แก่ ปสาทจักขุ ทิพยจักขุ รัชมจักขุ ปัญญาจักขุ ที่

^{๒๕๖} อง.ทุก.(ไทย) ๒๐/๘๓/๓๑๓.

^{๒๕๗} อภิ.ปัญญา.อ. (บาลี) ๗๓๕/๒๘๒.

บริสุทธิ์ พรหมในชั้นนี้มีร่างกายสวยงามมาก ผู้ใดได้เห็นแล้วย่อมเกิดความสุขใจ สุทัสสา จึงหมายความว่า ผู้ที่ผู้อื่นเห็นด้วยความเป็นสุข

๔) สุทัสสี เป็นที่อยู่ของผู้ที่ได้บรรลุเป็นพระอริยเจ้าชั้นอนาคามี ผู้มองเห็นชัดเจนดี หรือผู้มีทัศนวิสัยแจ่มชัด สมาธิมีกำลังมากกว่าอินทรีย์อื่น จึงได้มาเกิดใน ชั้นนี้ เป็นพรหมที่แลเห็นสิ่งต่างๆ โดยสะดวก มีการเห็นบริบูรณ์ด้วยดี ยิ่งกว่าสุทัสสาพรหม ว่าโดยจักขุ ๔ ประการแล้ว ปสาทจักขุ ทิพยจักขุ ปัญญาจักขุ ทั้งสามอย่างนี้มีกำลังมากยิ่งกว่าสุทัสสาพรหม มีแต่ธัมมจักขุเท่านั้นที่มีกำลังเสมอกัน

๕) อภิญญา เป็นที่อยู่ของผู้ที่ได้บรรลุเป็นพระอริยเจ้าชั้นอนาคามี เหล่าท่านผู้ไม่มี ความด้อยหรือเล็กน้อยกว่าใคร ผู้สูงสุด มีอินทรีย์แก่ที่สุด ปัญญามีกำลังมากกว่า อินทรีย์อื่น จึงได้มาเกิดในชั้นนี้ เป็นพรหมที่มีทิพยสมบัติและความสุข ที่ยอดเยี่ยม มีคุณสมบัติยิ่งกว่ารูปพรหมทุกชั้น รูปพรหมชั้นที่ ๑ ถึงชั้นที่ ๔ ในสุทธาวาสกมมิมันนี้ ขณะยังไม่เป็นพระอรหันต์ เมื่อจุติในชั้นของตนแล้ว จะเลื่อนไปบังเกิดในชั้นสูงขึ้นไป ไม่เกิดซ้ำภูมิหรือไม่เกิดในภูมิต่ำกว่า แต่สำหรับอภิญญาพรหมย่อมไม่ไปบังเกิดในภูมิอื่นอีกเลย จะต้อง ปรินิพพานในภูมินี้^{๒๕๘}

ในอภิญญาภูมิ มีปูชนียสถานสำคัญแห่งหนึ่ง คือ ทุสสเจตีย์ เป็นที่บรรจุเครื่องฉลองพระองค์ของเจ้าชายสิทธัตถะ ทรงสวมใส่ในขณะที่ เสด็จออกมหาภิเนษกรรมณ์ โดยขมุกการพรหม ลงมาจากชั้นอภิญญาภูมิ นำเอาเครื่องบริวารทั้ง ๘ ถวายแด่พระสิทธัตถะ และรับเอาเครื่องฉลองพระองค์ไปบรรจุไว้ในตุสสเจตีย์ มีความสูง ๑๒ โยชน์

๖.๔.๔ พระอรหันต์

ก. ความหมาย

พระอรหันต์ คือ ผู้ที่ห่างไกลจากบาปอกุศลธรรมที่ก่อให้เกิดความเศร้าหมองนำไปเกิดในภพใหม่ จากความกระวนกระวาย จากวิบากเป็นทุกข์อันให้มีชาติ ชรา มรณะต่อไป^{๒๕๙}

พระอรหันต์เป็นผู้มีกิเลสอยู่ไกล มีกิเลสห่างไกล คือมีกิเลสอันท่านละได้แล้ว ดังพระดำรัสที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเป็นอรหันต์ได้อย่างไร คือ อกุศลธรรมทั้งหลายอันลามก เศร้าหมอง อันเป็นเหตุให้เกิดภพใหม่ มีความเร่าร้อน มีผลเป็นทุกข์ เพื่อชาติ ชรา และมรณะ ต่อไปของท่านผู้ห่างไกลจากกิเลสย่อมไม่มี ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุยอมเป็นพระอรหันต์อย่างนี้แล.

พระอรหันต์เป็นผู้สิ้นอาสวะ คือ กามาสวะ ภาวาสวะ ทิฏฐาสวะ อวิชชาสวะ อาสวะทั้ง ๔ เหล่านี้ของพระอรหันต์สิ้นแล้ว คือท่านละได้ ถอนขึ้นได้ สงบระงับ เป็นของไม่ควรเกิดขึ้น

^{๒๕๘} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๐๒๔-๑๐๒๖/ ๖๗๑-๖๗๔.

^{๒๕๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๓๔/๔๖๓.

อีก อันท่านเผาแล้วด้วยไฟคือญาณ ด้วยเหตุนั้น พระอรหันต์นั้นจึงเรียกว่า พระชีณาสพ

พระอรหันต์เป็นผู้ย่อยจบแล้ว คือ พระอรหันต์นั้นย่อยจบแล้วในธรรมเครื่องอยู่ของครุ บ้าง ในธรรมเครื่องอยู่คืออริยมรรคบ้าง ในธรรมเครื่องอยู่ของพระอริยะ ๑๐ ประการบ้าง พระ อรหันต์นั้นย่อยจบแล้วได้แก่มีธรรมเครื่องอยู่อันจบแล้ว มีจรณะอันประพฤติแล้ว ฉะนั้น จึงชื่อว่า ผู้ย่อยจบแล้ว

พระอรหันต์เป็นผู้ทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว คือ กิจที่จะพึงทำทุกอย่างพระชีณาสพทำ แล้ว ทำเสร็จสิ้นแล้ว กิจที่จะพึงทำอันยิ่งของพระชีณาสพนั้น เพื่อการบรรลุความสิ้นไปแห่งทุกข์ ย่อมไม่มี ฉะนั้น พระอรหันต์นั้นจึงชื่อว่าผู้มีกิจที่จะต้องทำอันทำเสร็จเรียบร้อยแล้ว สมจริงดัง คำที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า “การสั่งสมกิจที่ต้องทำอันทำเรียบร้อยแล้ว ของภิกษุผู้มีจิต สงบ หลุดพ้นแล้วโดยชอบนั้น ย่อมไม่มี (และ) กิจที่พึงทำอีกก็ไม่มี”

พระอรหันต์เป็นผู้ปลงภาระลงแล้ว คือ ขันธภาระ กิเลสภาระ อภิสังขาร^{๒๖๐} ภาระ ภาระ ๓ เหล่านี้ พระอรหันต์ปลงลงแล้ว ยกลงแล้ว วางแล้ว ทำให้ตกไปแล้ว ด้วยเหตุนี้ พระอรหันต์นั้นท่านจึงเรียกว่า ผู้มีภาระอันปลงลงแล้ว

พระอรหันต์เป็นผู้บรรลุประโยชน์ตนแล้ว คือ ตามบรรลุประโยชน์อันเป็นของตน จริงอยู่ ภาวะความเป็นอรหันต์นั้น ท่านเรียกว่า ประโยชน์ของตน เพราะเกี่ยวเนื่องกับตน เพราะไม่ละตน และเพราะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งของตน.

พระอรหันต์เป็นผู้สิ้นสังโยชน์แล้ว คือ กามราคะ ปฏิฆะ มานะ ทิฏฐิ วิจิกิจฉา สीलพตปรามาส ภวราคะ อิสสา มัจฉริยะ และอวิชชา เรียกว่า สังโยชน์เครื่องผูกสัตว์ไว้ในภพ เพราะสังโยชน์เหล่านี้ย่อมผูกคือตามผูกสัตว์ทั้งหลายไว้ในภพ อีกอย่างหนึ่ง ย่อมเชื่อมภพไว้ ด้วยภพ สังโยชน์เครื่องผูกสัตว์ไว้ในภพเหล่านี้ของพระอรหันต์สิ้นรอบแล้ว อันท่านละได้แล้ว อันท่านเผาแล้วด้วยไฟคือญาณ ด้วยเหตุนี้ พระอรหันต์นั้นจึงเรียกว่า ผู้มีสังโยชน์เครื่องผูก สัตว์ไว้ในภพอันสิ้นรอบแล้ว.^{๒๖๑}

^{๒๖๐} ปุญญาภิสังขาร คืออภิสังขารที่เป็นบุญ สภาพที่ปรุงแต่งกรรมฝ่ายดี ได้แก่ กุศลเจตนาที่เป็น กามาวจรและรูปาวจร (ส.นิ.อ. (บาลี) ๒/๕๑/๘๙, ขุ.ม.อ. (บาลี) ๒๕/๒๑๖)

อุปุญญาภิสังขาร คืออภิสังขารที่เป็นปฏิบัติบัพทอบุญคือเป็นบาป สภาพที่ปรุงแต่งกรรมฝ่ายชั่ว ได้แก่อกุศลเจตนาทั้งหลาย (ส.นิ.อ. (บาลี) ๒/๕๑/๘๙, ขุ.ม.อ. (บาลี) ๒๕/๒๑๖)

อาเนญชาภิสังขาร คืออภิสังขารที่เป็นอาเนญชา สภาพที่ปรุงแต่งภพอันมั่นคง ไม่หวั่นไหว ได้แก่ กุศลเจตนาที่เป็นอรูปาวจร ๔ หมายเอาภาวะจิตที่มั่นคงแน่วแน่ด้วยสมาธิแห่งจตุตถฌาน (ส.นิ.อ. (บาลี) ๒/ ๕๑/๘๙, ขุ.ม.อ. (บาลี) ๒๕/๒๑๖)

^{๒๖๑} พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก เล่ม ๑ ภาค ๑ หน้า ๑๐๐.

ข. การละสังโยชน์ของพระอรหันต์

พระอรหันต์ ย่อมมีจิตสังัดจากรูปราคะ^{๒๖๒} อรูปราคะ^{๒๖๓} มานะ อุทัจจะ อวิชชา มานานุสัย ภวราคานุสัย อวิชชานุสัย เหล่ากิเลสที่อยู่ในพวกเดียวกับรูปราคะเป็นต้นนั้น และสังขารนิมิตทั้งปวงในภายนอก นี้ชื่อว่าจิตตวิเวก^{๒๖๔}

พระอรหันต์สามารถละสังโยชน์เบื้องสูงได้ทั้ง ๕ คือ

(๑) รูปราคะ ความติดใจในอารมณ์แห่งรูปमान ติดใจปรารถนาในรูปภพ

(๒) อรูปราคะ ความติดใจในอรูปธรรม อารมณ์แห่งอรูปमान ติดใจปรารถนาในอรูปภพ

(๓) มานะ ความถือตัว หรือสำคัญตนว่าเป็นนั่นเป็นนี่ สูงกว่าเขา เท่าเทียมเขา หรือต่ำกว่าเขา เป็นต้น

(๔) อุทัจจะ ความฟุ้งซ่าน จิตใจไม่สงบ ว้าวุ่น ชัดส่าย คิดพล่านไป(แม้ในทางที่เป็นกุศล)

(๕) อวิชชา ความไม่รู้จริง ไม่รู้เท่าทันสภาวะ ไม่เข้าใจกฎกรรมตาแห่งเหตุและผล หรือไม่รู้ร้อยยัสัจ

รวมเป็นละสังโยชน์ได้ทั้งหมด ๑๐ ข้อ และละอกุศลกรรมบถได้อีก ๒ คือ อภิชฌา สัมผัสปลลาปะ^{๒๖๕} เป็นพระสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้า^{๒๖๖}

ค. ประเภทของพระอรหันต์

พระอรหันต์มี ๓ ประเภท คือ

๑. พระอรหันต์ที่ตรัสรู้หลุดตรัสสัมมาสัมโพธิญาณด้วยพระองค์เอง และสามารถโปรดเวไนยสัตว์ให้พ้นทุกข์คือให้ถึงมรรคผลนิพพานได้ด้วย เพราะทรงเป็นผู้ถึงพร้อมด้วยอภิญญา ๓ ประการ ญาณที่สามารถรู้อริยสัจของเวไนยสัตว์ทั้งหลาย อินทรีย์ปโรปริยัตติญาณ ญาณที่สามารถรู้อินทรีย์ของสัตว์ทั้งหลาย ว่ายิ่งหรือหย่อนเพียงใด และสัพพัญญุตญาณ ญาณที่สามารถรอบรู้ทุกสิ่งทุกอย่าง อันได้พระนามว่าพระสัพพัญญูพุทธเจ้า^{๒๖๗}

๒. พระอรหันต์ปัจเจกพุทธเจ้า เป็นพระอรหันต์ที่ตรัสรู้ได้ด้วยพระองค์เองเหมือนกัน แต่ไม่สามารถโปรดสัตว์ให้พ้นทุกข์ได้ เพราะไม่ถึงพร้อมด้วยญาณ ๓ ประการ เหมือนพระอรหันต์สัมมาสัมพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้านี้จะบังเกิดมีได้ เฉพาะในยุคที่ว่างจาก

^{๒๖๒} รูปราคะ คือความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในรูปภพ (ขุ.ม.อ. (บาลี) ๗/๑๐๐)

^{๒๖๓} อรูปราคะ คือความกำหนดด้วยอำนาจความพอใจในอรูปภพ (ขุ.ม.อ. (บาลี) ๗/๑๐๐)

^{๒๖๔} ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๗/๓๓.

^{๒๖๕} อัง.ติก.อ. (ไทย) ๑/๓/-/๔๕.

^{๒๖๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๙๕/๖๗.

^{๒๖๗} ดุ.ใน อัง.อฎฐก. (ไทย) ๒๓/๖๔/๓๖๖.

พระพุทธศาสนาเท่านั้น ที่เรียกว่า สุญญกัมป์

๓. พระอรหันต์ที่ตรัสรู้เองไม่ได้ ต้องอาศัยคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทำตามคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงสามารถตรัสรู้ได้ อันได้ชื่อว่า อนุพุทธะอันว่า พระอรหันต์อนุพุทธะนี้มี ๒ ประเภท คือ ปัญญาวิมุตติ และเจโตวิมุตติ

๓.๑ ปัญญาวิมุตติ หมายถึง พระอรหันต์ผู้ไม่ได้ฌาน คือไม่ได้เจริญสมถกัมมัฏฐานจนบรรลุถึงฌาน เป็นแต่เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานอย่างเดียว จนบรรลุเป็นพระอรหันต์ พระอรหันต์ผู้ไม่ได้ฌานนี้เรียกว่า สุขวิปัสสกอรหันต์

๓.๒ อุกโตภาควิมุตติ หมายถึง พระอรหันต์ผู้เจริญสมถะเพื่อให้เกิดฌานสมาบัติ^{๒๖๘} หลุดพ้นจากรูปกายเป็นเจโตวิมุตติ^{๒๖๙} แล้วเจริญวิปัสสนา เมื่อบรรลุอรหัตตผลก็ได้ชื่อว่า “อุกโตภาควิมุต” คือผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วน

การเจริญภาวนาให้ได้มาซึ่งฌานนั้น มี ๒ ประเภทด้วยกันคือ

๑. เจริญสมถกัมมัฏฐานจนได้ฌาน อันนี้เรียกว่าปฏิบัติทาสิทธิฌาน คือได้ฌานด้วยการปฏิบัติ แล้วก็มาเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานจนได้บรรลุเป็นพระอรหันต์

๒. ไม่ได้เจริญสมถกัมมัฏฐานมาตั้งแต่ต้น แต่เมื่อเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานจนบรรลุถึงอรหัตตมัคคญาณ ด้วยอำนาจแห่งบุญญาธิการที่ได้สั่งสมมาแต่ปางก่อน เมื่อบรรลุถึงซึ่งอรหัตตมัคคญาณ ก็ถึงพร้อมซึ่งฌานด้วย การได้ฌานด้วยอาการอย่างนี้เรียกว่ามัคคสิทธิฌาน ได้ฌานด้วยอำนาจแห่งมรรค จนถึงได้อภิญญาด้วยก็มี^{๒๗๐}

สำหรับพระอรหันต์ที่ได้อภิญญาด้วยนั้นมี ๒ จำพวก คือ

๑. เตวิชโช พระอรหันต์ผู้ได้วิชชา ๓ คือ

๑.๑ ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ระลึกชาติได้

๑.๒ ทิพพจักขุญาณ หรือจตุปปาตญาณ ตาทิพย์ รู้จืดคือการตาย และปฏิสนธิคือการเกิดของสัตว์ทั้งหลาย

๑.๓ อาสวักขยญาณ รู้วิชาที่ทำให้สิ้นกิเลสอาสวะ สำหรับอาสวักขยญาณนี้เป็นญาณที่เป็นญาณทั่วไปแก่พระอรหันต์ทุกองค์ แม้พระอรหันต์ที่ไม่ได้สมาบัติ ก็มี

๒. ฉพิกัญญโฏ พระอรหันต์ผู้ได้อภิญญา ๖ คือ

(๑) อิทธิวิธี ความรู้ทำให้แสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้

(๒) ทิพพโสต ญาณที่ทำให้มีหูทิพย์

^{๒๖๘} ดูใน อภ.วิ. (บาลี) ๓๕/๖๒๓-๖๒๖/๓๑๙-๓๒๑, อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๖๒๓-๖๒๖/ ๔๑๓-๔๑๕.

^{๒๖๙} ดูรายละเอียดใน อภ.สตตจ.อ. (บาลี) ๓/๑๔/๑๖๐, อภ.นวก.อ. (บาลี) ๓/๔๕/๓๑๖.

^{๒๗๐} ขุนสรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). คู่มือการศึกษากรรมฐานสังคหวิภาค พระอภิธรรมมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๙. พระนคร : ประพาสต้นการพิมพ์, ๒๕๐๕. หน้า ๑๐๖.

- (๓) เจโตปริยญาณ ญาณที่ทำให้กำหนดใจคนอื่นได้
 - (๔) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ญาณที่ทำให้ระลึกชาติได้
 - (๕) ทิพจักขุ ญาณที่ทำให้มีตาทิพย์
 - (๖) อาสวักขยญาณ ญาณที่ทำให้อาสวะสิ้นไป ^{๒๗๑}
- ข้อแรกเป็นโลกียะ (โลกียอภิปัญญา) ข้อท้ายเป็นโลกุตตระ ^{๒๗๑}

อีกนัยหนึ่ง พระอรหันต์นั้นแบ่งออกเป็น ๒ ประเภทคือ

- ๑. พระอรหันต์ที่ไม่มี ปฏิสัมภทาญาณ
- ๒. พระอรหันต์ที่มีปฏิสัมภทาญาณ

ปฏิสัมภทาญาณนี้ คือ ความถึงพร้อมด้วยปัญญาอันแตกฉาน มี ๔ ประการคือ

- ๑. อัตถปฏิสัมภทาญาณ ปัญญาแตกฉานในผลทั้งปวง
- ๒. ฐัมมปฏิสัมภทาญาณ ปัญญาแตกฉานในเหตุทั้งปวง
- ๓. นิรุตติปฏิสัมภทาญาณ ปัญญาแตกฉานในภาษา คือ รู้จักใช้ถ้อยคำหรือภาษาในการอธิบายขยายความแห่งเหตุและผล ให้ผู้ฟังรู้และเข้าใจได้อย่างแจ่มแจ้งลึกซึ้งโดยถ้วนถี่
- ๔. ปฏิภาณปฏิสัมภทาญาณ ปัญญาแตกฉานในปฏิภาณคือมีปัญญาว่องไว ไหวพริบเฉียบแหลม คมคาย ในการโต้ตอบอัตถปฏิสัมภทาญาณ ฐัมมปฏิสัมภทาญาณ และนิรุตติปฏิสัมภทาญาณ ได้อย่างถูกต้องคล่องแคล่ว ชัดแจ้งโดยฉับพลันทันที ^{๒๗๒}

ง. คีล สมာธิ ปัญญาของพระอรหันต์

พระอรหันต์ มีคีล สมาธิ ปัญญาบริบูรณ์แล้ว ทำให้แจ้งเจโตวิมุตติ ^{๒๗๓} ปัญญาวิมุตติ ^{๒๗๔} อันไม่มีอาสวะ เพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน ^{๒๗๕} เป็นผู้ควรแก่ทักษิณาหรือการบูชาพิเศษ หรือผู้หักกำหนดสังสารจักรได้แล้ว เป็นผู้สิ้นอาสวะกิเลส ดังปรากฏข้อความในคัมภีร์สังยุตตนิกายว่า

พระอรหันต์เป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระพุทธเจ้าว่า ‘แม้เพราะเหตุนี้พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้น ฯลฯ เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นพระพุทธเจ้า

^{๒๗๑} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔-๒๔๘/๗๗-๘๔.

^{๒๗๒} อง.จตุกก. (บาลี) ๒๑/๑๗๒/๑๘๓, ชุ.ปฎิ. (บาลี) ๓๑/๑๑๐/๑๒๓, อภิ.วิ. (บาลี) ๓๕/๗๑๘/๓๕๙.

^{๒๗๓} เจโตวิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจการฝึกจิตซึ่งเป็นผลแห่งสมาธิ (ดูรายละเอียดใน อง.ทุก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๖๒).

^{๒๗๔} ปัญญาวิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นจากกิเลสด้วยการกำจัดอวิชชาได้ซึ่งเป็นผลแห่งปัญญา (ดูรายละเอียดใน อง.ทุก.อ. (บาลี) ๒/๘๘/๖๒).

^{๒๗๕} ดูรายละเอียดใน อง.ติก. (บาลี) ๒๐/๘๗-๘๘/๒๒๕-๒๒๙, อง.ติก. (ไทย)๒๐/๘๗/๓๑๒-๓๑๗.

เป็นพระผู้มีพระภาค' เป็นผู้มั่นคง เลื่อมใสยิ่งในพระธรรม ฯลฯ ในพระสงฆ์ ฯลฯ มี
 หาสปัญญา มีชวณปัญญา และถึงพร้อมด้วยวิมุตติ เขาย่อมทำให้แจ้งเจโตวิมุตติปัญญา
 วิมุตติอันไม่มีอาสวะ เพราะอาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน แม้
 บุคคลนี้ก็พ้นจากนรก กำเนิดสัตว์ดิรัจฉาน ภูมิแห่งเปรต อบาย ทุกคติและวินิบาต^{๒๗๖}

พระอรหันต์เป็นผู้บริบูรณ์ด้วยศีล สมาธิและปัญญา ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า
 ภิกษุในธรรมวินัยนี้มีปกติทำศีลให้บริบูรณ์ มีปกติทำสมาธิให้บริบูรณ์ มีปกติทำ
 ปัญญาให้บริบูรณ์ ภิกษุนั้นล่วงละเมิดสิกขาบทเล็กน้อยบ้าง ออกจากอาบัติบ้าง ช้อนั้น
 เพราะเหตุไร เพราะในการต้องอาบัติและการออกจากอาบัติเล็กน้อยนี้ เราไม่กล่าว
 ความเป็นคนไม่เหมาะสมไว้ แต่สิกขาบทเหล่าใดเป็นเบื้องต้นแห่งพรหมจรรย์สมควร
 แก่พรหมจรรย์ ภิกษุนั้นมีศีลประจำตัวและมีศีลมั่นคงในสิกขาบทเหล่านั้นสมาทาน
 ศึกษาในสิกขาบททั้งหลาย เธอทำให้แจ้งเจโตวิมุตติ ปัญญาวิมุตติอันไม่มีอาสวะเพราะ
 อาสวะสิ้นไปด้วยปัญญาอันยิ่งเองเข้าถึงอยู่ในปัจจุบัน^{๒๗๗}

สภาวะจิตพระอรหันต์

มหากิริยาจิต เป็นจิตของพระอรหันต์ผู้หมดจดจากกิเลสแล้ว แต่ก็ยังมีการรับรู้
 อารมณ์อยู่ เพราะขั้นยังไม่นิพพาน นิพพานแต่กิเลส ความเป็นอยู่ของพระอรหันต์จึงมีจิตที่ยัง
 เกี่ยวข้องกันกับอารมณ์อยู่เสมอ แต่จิตที่เกี่ยวข้องกันกับอารมณ์ของพระอรหันต์นั้น ไม่มีผลที่จะ
 เป็นวิบากหรือให้เกิดวิบากทั้งในส่วนกุศลหรืออกุศล ซึ่งจะทำให้เกิดภพชาติใหม่ต่อไป พระ
 อรหันต์จึงมีจิตที่ชื่อว่า “มหากิริยาจิต” ทำหน้าที่เสพอารมณ์ เรียกตามภาษาธรรมว่า “ชวณะ” คือ
 ทำหน้าที่คิดนึกหรือรู้สึกต่ออารมณ์นั่นเอง

โดยปกติจิตที่ทำหน้าที่คิด นึก หรือรู้สึกของคนเราและสัตว์ทั้งหลายนั้นจะมีจิตอยู่ ๒
 ประเภทคือ อกุศลจิต กับกุศลจิต ทั้งอกุศลและกุศลจิตเมื่อเกิดขึ้นเสพอารมณ์คือ ทำหน้าที่ชวณะ
 แล้วก็มีวิบากคือผลเกิดขึ้น เมื่อมีวิบากเกิดขึ้น วิบากนี้ก็จะทำหน้าที่เกิดในภพชาติใหม่ต่อไป ถ้า
 เป็นวิบากของอกุศลก็จะนำเกิดในอบายภูมิ ๔ ถ้าเป็นวิบากของกุศล ก็จะนำเกิดในสุคติภูมิ

แต่พระอรหันต์ไม่เป็นเช่นนั้น การเสพอารมณ์หรือ ชวณะของพระอรหันต์ไม่ใช้จิต
 กุศลหรืออกุศล แต่เป็นจิตที่ปราศจากกิเลสแล้ว เรียกจิตนั้นว่า “มหากิริยาจิต” เกิดขึ้นแล้วก็ดับ
 ไป โดยปราศจากผลใด ๆ ความเป็นอยู่ของพระอรหันต์ จึงไม่มีจิตกุศลหรืออกุศล แต่เป็นมหา
 กิริยาจิต เป็นจิตที่เป็นไปเพื่อประโยชน์ เพื่ออนุเคราะห์ แก่มนุษย์และเทวดาทั้งหลายฝ่ายเดียว
 เพื่อจะเทศนาสั่งสอนสืบทอดพระพุทธศาสนาและเป็นเนืองนบุญอันประเสริฐ แก่ผู้ทำบุญกับพระ

^{๒๗๖} ส.มหา. (ไทย) ๑๙/๑๐๒๑/๕๓๔.

^{๒๗๗} อญ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๘๓/๓๑๓.

อรหัตต์เท่านั้น

ความเป็นอยู่ของพระอรหัตต์ และภารกิจของพระอรหัตต์ บางครั้งก็ใช้ปัญญาประกอบ บางครั้งก็ไม่ใช้ปัญญาประกอบ จึงมีจิตแตกต่างกันถึง ๘ ดวง

ดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า ภารกิจของพระอรหัตต์บางครั้งก็ประกอบด้วยปัญญาบางครั้งก็ไม่ประกอบด้วยปัญญา ในที่นี้หมายความว่า ปัญญาที่จะทำหน้าที่ประหารกิเลสนั้นไม่มีแล้ว เพราะกิเลสได้ถูกประหารโดยมรรคญาณไปหมดแล้ว ส่วนปัญญาที่ใช้พิจารณาสภาพธรรมนั้นยังมีอยู่ เช่น ในขณะที่แสดงธรรม เมื่อกล่าวถึงสภาพธรรม สภาพธรรมเหตุปัจจัย สติปัญญา ฯลฯ เป็นต้น ปัญญาที่จะต้องใช้อพิจารณาสภาพธรรมเหล่านี้เพื่อแสดงธรรมยังต้องมีอยู่

เพราะฉะนั้น พระอรหัตต์มีความเป็นอยู่โดยมีปัญญาประกอบด้วยก็ได้ ไม่มีปัญญาประกอบด้วยก็ได้ และการไม่มีปัญญาประกอบในที่นี้ ไม่ได้หมายความว่าพระอรหัตต์โง่ไม่รู้ความเป็นจริง แต่หมายถึงการเกี่ยวข้องกับอารมณ์ บางครั้งก็ไม่จำเป็นต้องมีปัญญาประกอบ บางครั้งก็จำเป็นต้องมีปัญญาประกอบนั่นเอง ทั้งนี้เพราะปราศจากโมหิกิเลสแล้วนั่นเอง

ภาวจิตของพระอรหัตต์ บางครั้งก็เป็นโสมนัส บางครั้งก็เป็นอุเบกขาทั้งนี้ก็ขอให้เข้าใจว่า ความเป็นโสมนัสและอุเบกขา ของจิตพระอรหัตต์นั้นไม่เหมือนจิตปุถุชนอย่างเรา จิตปุถุชนอย่างเรามีโสมนัสยังมีอนุสัยกิเลส มีอุเบกขาก็ยังมีอนุสัยกิเลสส่วนพระอรหัตต์ไม่มีอนุสัยกิเลสปราศจากกิเลส หมดจดจากกิเลสแล้ว

เพราะฉะนั้นภาวจิตของพระอรหัตต์ ถ้าจะเป็นโสมนัส ก็ให้เข้าใจว่าเป็นโสมนัสที่ปราศจากกิเลส เต็มเปี่ยมไปด้วยความเมตตา ปราศจากดีด้วยความบริสุทธิ์ใจ ไม่มีอนุสัยกิเลสซ่อนอยู่ภายใน ถ้าจะเป็นอุเบกขา ก็เป็นอุเบกขาที่ปราศจากอนุสัยกิเลส

ส่วนการเกิดขึ้นของจิตพระอรหัตต์ คือมหากิริยาจิตที่เกิดขึ้นโดยมีสิ่งชักชวนหรือไม่มีสิ่งชักชวนนั้น เป็นภาวจิตที่ปราศจากอนุสัยกิเลสเช่นกัน ไม่เหมือนปุถุชนหรือสัตว์ทั้งหลาย ที่ยังมีอนุสัยกิเลสอยู่

สรุปแล้วภาวจิตของพระอรหัตต์ เป็นจิตที่ตั้งงาม เช่นเดียวกับมหากุศลจิตจะต่างกันตรงที่ มหากุศลจิตเกิดขึ้นกับปุถุชนและสัตว์ทั้งหลาย เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็มีวิบากทำให้มีภพชาติใหม่ต่อไป ส่วนมหากิริยาจิต ซึ่งเป็นจิตของพระอรหัตต์ เกิดขึ้นกับพระอรหัตต์เท่านั้นเมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ไม่มีผล ไม่มีวิบากที่จะทำให้เกิดภพชาติใหม่ต่อไปนั่นเอง

โลกุตตรจิต ๘ - ๔๐

โลกุตตรจิต คือ จิตที่มีอารมณ์อยู่เหนือการเกิดดับ พ้นจากการเกิดดับและอารมณ์ที่อยู่เหนือการเกิดดับ พ้นจากการเกิดดับในที่นี้ คือ “นิพพาน” เพราะฉะนั้นจิตใดที่มีอารมณ์เป็นนิพพานจิตนั้นจึงเรียกว่า “โลกุตตรจิต”

เมื่อมัคคจิตเกิดขึ้น ๔ ครั้ง ออกุศลจิตทั้ง ๑๒ ก็ถูกทำลายหมดไม่มีส่วนเหลือ ผู้ที่มีมัคคจิต เกิดขึ้นครบทั้ง ๔ ครั้ง จึงเป็นผู้ที่หมดจากกิเลส เรียกว่า “พระอรหันต์” แปลว่า ผู้หมดจากกิเลส ผู้ไกลจากกิเลส

ส่วนผลจิต ๔ เป็นชาติวิบาก คือ เป็นผลของโลกุตตรกุศล ทำหน้าที่เสวยผลของการประหารกิเลส อีกที่หนึ่ง จำง่าย ๆ ว่า มัคคจิตเป็นกุศล ผลจิตเป็นวิบาก

การเกิดขึ้นของมัคคจิต ในบุคคลหนึ่ง ๆ จะเกิดขึ้น ได้เพียงครั้งเดียว เช่น เมื่อโสดาปัตติมัคค เกิดขึ้นแล้วก็จะไม่เกิดขึ้นอีกต่อไป แม้จะต้องตายไปเกิดอีกสักกี่ชาติก็ตาม โสดาปัตติมัคคก็จะไม่เกิดอีกเป็นอันขาด เพราะกิเลสที่โสดาปัตติมัคคจะต้องประหารนั้น ไม่มีอีกแล้ว

การเกิดขึ้นของโลกุตตรจิต

โลกุตตรจิต จะเกิดขึ้นได้นั้นต้องอาศัยการปฏิบัติธรรม คือ เจริญสติปัฏฐาน มีสติ มีปัญญา มีความเพียรแก่กล้า จนกระทั่งมีรูป มีนามเป็นอารมณ์ เป็นฌานขั้นที่ ๑ เรียกว่า นามรูปปริจเฉทญาณ

หนทางที่จะให้ถึงซึ่งพระนิพพานนั้น จะต้องเริ่มที่เจริญสติปัฏฐาน และสติปัฏฐานที่ถูกต้องนั้น จะต้องมีนามรูปเป็นอารมณ์ เมื่อมีนามรูปเป็นอารมณ์ได้แล้ว จึงเข้าถึงทางๆ ไปสู่นิพพาน

พระอรหันต์นิพพานแล้วเหลืออะไร?

ถาม ผมอยากทราบว่า ตามหลักอภิธรรมกล่าวว่าจิตกับวิญญาณขันธ์เป็นสิ่งเดียวกัน ใช่หรือไม่ครับ ถ้าใช่อย่างนั้น เวลาบรรลุเป็นพระอรหันต์ และดับขันธ์ปรินิพพานเป็นอนุภาติเสสนิพพาน ขันธ์ทั้ง ๕ ดับหมด ก็สูญหมดสิ้นทุกสิ่งทุกอย่างนะสิครับ หรือความจริงเป็นอย่างไรมีบางท่านกล่าวไว้ดังนี้ว่า จิตถูกหุ้มห่อด้วยขันธ์ทั้ง ๕ เป็นชั้นที่ ๑ และถูกหุ้มห่อด้วยวิบากเป็นชั้นที่ ๒ เมื่อทำลายกรรมและวิบากหมดแล้ว บรรลุเป็นอรหันต์เหลือแค่ขันธ์ ๕ ทรงอยู่อย่างบริสุทธิ์ ต่อเมื่อดับขันธ์ปรินิพพานแล้ว ขันธ์ทั้ง ๕ ก็ดับหมดเหลือแต่จิตล้วนๆ บริสุทธิ์ (เรียกว่า เกาล) ถึงบรมสันติสุขสภาพร ตลอดกาลนิรันดร

ตอบ ก่อนอื่นขอเรียนว่า หลักธรรมในพระพุทธศาสนาโดยเฉพาะหลักธรรมขั้นสูง คือ มรรคผลนิพพานนั้น บางนิกายก็มีความเห็นแตกต่างไปจากนิกายเถรวาทที่เรานับถือกันอยู่ คำถามที่คุณตั้งมานั้นจะเป็นคำสอนของผู้ใดนิกายไหนคณะไม่อาจทราบได้ แต่คำสอนในนิกายเถรวาทไม่ใช่เช่นนั้น เพราะฉะนั้น คำตอบที่จะตอบต่อไปนี่จึงเป็นคำตอบที่ได้มาจากคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าและพระอรหันต์สาวกและอรรถกถาในนิกายเถรวาทเท่านั้น

ในพระอภิธรรม พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติชื่อของสภาพรู้ คือจิตไว้ถึง ๙ ชื่อดังนี้คือ ๑. จิต ๒. มนะ ๓. มานสะ ๔. หทยะ ๕. ปันตระ ๖. มนายตนะ ๗. มนินทริย ๘. วิญญาน ๙. วิญญานขันธ์

ซึ่งจะใช้ชื่อใดก็หมายความว่าถึงจิตทั้งสิ้น ในบรรดาชั้น ๕ มีรูปชั้น เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น และวิญญาณชั้นนั้น วิญญาณชั้นก็คือจิตนั่นเอง

ชั้นทั้ง ๕ นั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ถ้าชั้น ๕ ของพระอรหันต์ดับไปแล้ว คือปรินิพพานแล้ว เหลือแต่จิตล้วนบริสุทธิ์ ก็แสดงว่าชั้นของพระอรหันต์ดับไปเพียง ๔ ชั้น วิญญาณชั้นคือจิตมิได้ดับด้วยจึงยังคงเหลือบริสุทธิ์อยู่ ถ้าเป็นอย่างนั้นจริง จิตก็เที่ยง เพราะดำรงอยู่ชั่ววินาที นี้ก็ขัดกับคำสอนของพระพุทธเจ้าแล้วจึงถูกต้องไปไม่ได้

อนึ่ง ในพระอภิธรรมท่านแสดงว่านามชั้น ๔ คือ เวทนา สัญญา สังขาร และ วิญญาณ เมื่อเกิดขึ้นต้องเกิดพร้อมกัน ๔ ชั้น และเมื่อดับก็ดับไปพร้อมกันทั้ง ๔ ชั้น ไม่ใช่ ๓ ชั้นดับ วิญญาณชั้นไม่ดับ เมื่อรูปกายอันเป็นรูปชั้นแตกดับ นามชั้นทั้ง ๔ ก็อยู่ไม่ได้ ต้องแตกดับด้วย และต้องแตกดับพร้อมกันทั้ง ๔ ชั้นด้วย ไม่ใช่ดับเพียง ๓ ชั้น เหลือวิญญาณชั้นคือจิตไว้ ถ้าเป็นเช่นนั้นก็ไม่ใช่นิพพานในนิคายเถรวาท

ธรรมดาชั้น ๕ เป็นสังขตธรรมหรือสังขารธรรม คือธรรมที่มีปัจจัยปรุงแต่งและมีสภาพเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป ปราศจากเหตุปัจจัยแล้ว ชั้น ๕ เกิดขึ้นไม่ได้ เมื่อมีเหตุปัจจัยให้เกิด ชั้น ๕ ก็เกิด เมื่อหมดเหตุปัจจัย ชั้น ๕ ก็ดับ ดังที่ [พระอัสสชิ](#)กล่าวแก่อุปติสสะปริพาชก ซึ่งภายหลังคือท่านพระสารีบุตร ว่า

“ธรรมเหล่าใดมีเหตุเป็นแดนเกิด พระตถาคตตรัสถึงเหตุแห่งธรรมเหล่านั้น และความดับแห่งธรรมเหล่านั้น พระมหาสมณะมีปกติตรัสอย่างนี้”

ด้วยเหตุนี้ชั้น ๕ ของพระอรหันต์เมื่อดับ คือปรินิพพานแล้ว เพราะหมดเหตุปัจจัยที่จะให้เกิดแล้วจึงไม่เกิดอีก ไม่ว่าจะเป็รูปชั้น เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น และ วิญญาณชั้น จึงเป็นไปไม่ได้ที่จะเหลือแต่จิตล้วนๆ บริสุทธิ์ ในเมื่อจิตก็คือวิญญาณชั้น เมื่อ วิญญาณชั้นซึ่งรวมอยู่ในชั้น ๕ ดับ การจะเหลือแก่จิตบริสุทธิ์จึงเป็นไปไม่ได้

ใน [พรหมชาลสูตร ที่ ๑๐](#) สิ้นขันธวรรค ข้อ ๙๐ ตอนท้าย

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแก่ภิกษุว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย กายของตถาคตมีตัณหาอันจะนำไปสู่ภพชาติแล้วยังดำรงอยู่ เทวดาและมนุษย์ทั้งหลายย่อมเห็นตถาคตชั่วเวลาที่กายของตถาคตยังดำรงอยู่ ต่อเมื่อกายแตก สิ้นชีวิตแล้วเทวดาและมนุษย์ทั้งหลายจะไม่เห็นตถาคต”

จากพระพุทธานุศาสน์ก็แสดงชัดว่า ผู้ที่ทำลายตัณหาอันเป็นเหตุให้เกิดในภพต่างๆ ได้ ชาติแล้ว เป็นพระอรหันต์แล้วยังมีชีวิตอยู่ เทวดาและมนุษย์ย่อมเห็นกายของพระอรหันต์ได้ แต่เมื่อพระอรหันต์สิ้นชีวิตแล้วคือปรินิพพานแล้ว เทวดาและมนุษย์ย่อมไม่เห็นกายของท่าน เพราะ กายของท่านดับแล้วไม่เกิดอีกแล้ว

อนึ่ง การดับของขั้นที่ ๕ ท่านไม่เรียกว่าสูญ ในเมื่อขั้นที่ ๕ เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัยดับไปก็เพราะสิ้นเหตุปัจจัย ท่านจึงเรียกการไม่ได้เกิดอีกของขั้นที่ ๕ ว่า เพราะหมดเหตุปัจจัยที่จะให้เกิด ขั้นที่ ๕ ก็ไม่เกิด

อีกอย่างหนึ่ง จุติของพระอรหันต์ท่านเรียกว่า จริมะจิต คือเป็นจิตดวงสุดท้ายในสังสารวัฏ สำหรับบุคคลที่ตายแล้วยังต้องเกิดอีก จิตดวงสุดท้ายในแต่ละชาติที่ตายนั้นเรียกว่า จุติจิต เพราะจุติจิตดับแล้วมีปฏิสนธิจิตเกิดขึ้นในภพใหม่ชาติใหม่อีก ทั้งนี้บุคคลที่ยังไม่เป็นพระอรหันต์นั้น ไม่ว่าจะเกิดมาก็ร้อย ก็พัน ก็แสน ก็โกฏฐชาติ จิตก็เกิดดับติดต่อกันมาตลอดร้อยชาติ พันชาติ แสนชาติ โกฏฐชาติ คือจุติจิตดับแล้วปฏิสนธิจิตก็เกิดสืบต่อไปอีกทุกๆ ชาติ

ต่อเมื่อบรรลุปะเป็นพระอรหันต์แล้วนั้นแหละ จุติของท่านจึงชื่อว่าจริมะจิต คือเป็นจิตดวงสุดท้ายของการเกิดมาในสังสารวัฏอันยาวนานนั้น เพราะไม่ปฏิสนธิจิตสืบต่อกัน เหมือนในชาติที่ยังไม่ได้เป็นพระอรหันต์ นี่คือเหตุผลที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ในเรื่องนี้และในนิคายเถรวาทนี้

อ้างอิง และแนะนำ :-

พระไตรปิฎก เล่มที่ ๔ พระวินัยปิฎก เล่มที่ ๔ มหาวรรค ภาค ๑ พระอัสนชิเถระ แสดงธรรม <http://www.84000.org/tipitaka/book/v.php?B=4&A=1358&Z=1456#65>

พระไตรปิฎก เล่มที่ ๙ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑ ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค พรหมชาลสูตร <http://www.84000.org/tipitaka/book/v.php?B=09&A=1&Z=1071#90>

พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๒ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๔ มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก มหาตันทนสัจจขยสูตร ว่าด้วย สาดิภิกษุมีทิฏฐิลามก

<http://www.84000.org/tipitaka/book/v.php?B=12&A=8041&Z=8506>

พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๖ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๘ สังยุตตนิกาย นิทานวรรค อัสนสูตวตาสสูตร <http://www.84000.org/tipitaka/book/v.php?B=16&A=2519&Z=2566>

พระไตรปิฎก เล่มที่ ๑๗ พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๘ สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค ยมกสูตร ว่าด้วยพระชีณาสพตายแล้วสูญหรือไม่

<http://www.84000.org/tipitaka/book/v.php?B=16&A=2519&Z=2566>

จ. ความเป็นอยู่ของพระอรหันต์

พระอรหันต์หมัดกิจที่ต้องทำแล้วมีชีวิตอยู่เพื่ออะไร? พระสารีบุตรเถระได้กล่าวภาสิตไว้ว่า

เราไม่ปรารถนาความตาย ไม่ต้องการเป็นอยู่
แต่เรามีสติสัมปชัญญะอยู่เฉพาะหน้า จักละกายนี้ไป
เราไม่กลัวตาย ความปรารถนาในชีวิตก็ไม่มี
เราไม่ปรารถนาความตาย ไม่ต้องการเป็นอยู่
รอคอยเวลาอันควร (เพื่อจะตาย - ต้องการปรินิพพาน)
เหมือนลูกจ้างทำงาน รอคอยค่าจ้าง ฉะนั้น^{๒๗๘}

ข. คฤหัสถ์บรรลุมัจจุราแล้วต้องบวชภายในวันนั้น

ความเป็นอยู่ของพระอรหันต์แตกต่างจากคนทั่วไปที่ไม่ใช่พระอรหันต์ ถ้าหากว่า คฤหัสถ์ได้บรรลุเป็นพระอรหันต์จะต้องบวชเป็นพระภิกษุภายในวันนั้น ถ้าไม่บวชภายในวันนั้นก็ต้องปรินิพพานภายในวันนั้น นี่เป็นข้อที่แตกต่างอีกอย่างหนึ่ง ปรากฏในคำตอบของพระนาคเสนว่า

พระเจ้ามิลินท์ “พระคุณเจ้านาคเสน พวกท่านกล่าวกันว่า คฤหัสถ์ผู้ใด บรรลุความเป็นพระอรหันต์ คฤหัสถ์ผู้นั้น ย่อมมีคติ เป็น ๒ เท่านั้น ไม่เป็นอื่น คือ ต้องบวช หรือไม่ก็ต้องปรินิพพานในวันนั้นนั่นแหละ ไม่ล่วงเลยวันนั้นไปได้ ดังนี้ พระคุณเจ้านาคเสน ถ้าหากว่า ในวันนั้นไม่อาจได้อาจารย์ อุปัชฌาย์ หรือบาตรและจีวร ท่านผู้เป็นอรหันต์นั้น จะบวชเองหรือล่วงเลยวันนั้นไป พระอรหันต์ผู้มีฤทธิ์รูปใดรูปหนึ่งพึงมาบวชให้จะได้หรือไม่ หรือล่วงเลยวันนั้นไปแล้ว จึงปรินิพพาน จะได้หรือไม่”

พระนาคเสน “ขอถวายพระพร มหาบพิตร พระอรหันต์ไม่อาจบวชเองได้ เมื่อบวชเองก็ย่อมถึงความเป็นไทยสังวาส (ปลอมบวช) ทั้งไม่อาจล่วงเลยวันนั้นไม่ได้ จะมีพระอรหันต์รูปอื่นก็ตาม ไม่มีก็ตาม ท่านก็จะต้องปรินิพพานในวันนั้นนั่นแหละ”

พระเจ้ามิลินท์ “พระคุณเจ้านาคเสน ถ้าอย่างนั้น ความเป็นพระอรหันต์แห่งพระอรหันต์ ย่อมเป็นเหตุคร่าชีวิต คือ เป็นเหตุให้บุคคลผู้บรรลุต้องเป็นผู้สิ้นชีวิต”

พระนาคเสน “ขอถวายพระพร เพศคฤหัสถ์ไม่สงบ เพราะความที่เมื่อเป็นเพศไม่สงบ ก็เป็นเพศที่ทราวมกำลัง คฤหัสถ์ผู้บรรลุความเป็นพระอรหันต์ จึงต้องบวชในวันนั้นนั่นแหละเกี่ยวหรือไม่ก็ต้องปรินิพพาน ขอถวายพระพร ขอนี้หาใช่โทษของความเป็นพระอรหันต์ไม่ ความเป็นเพศทราวมกำลังนี้ เป็นโทษของเพศคฤหัสถ์นั่นแหละเกี่ยว

^{๒๗๘} ขุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๑๐๐๑/๕๐๔.

ขอถวายพระพร เปรียบเหมือนว่า โภชนาหารซึ่งเป็นของหล่อเลี้ยงอายุ รักษาชีวิตของสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ก็ยังคร่ำเอาชีวิตได้ เพราะการที่ไฟธาตุ ย่อยอาหารอันเป็นโกฏฐาสที่ไม่สงบ (มีข้อเสียด) อ่อนกำลังไปจึงไม่อาจย่อยได้ ขอถวายพระพร นี้ไม่ใช่โทษของโภชนาหารความที่ไฟธาตุอ่อนกำลังไปนี้ เป็นโทษของโกฏฐาสเท่านั้น ฉนใด ขอถวายพระพร เพราะความที่ เมื่อเป็นเพศไม่สงบ ก็เป็นเพศที่ทรมากำลัง คฤหัสถ์ผู้บรรลุมิชาความเป็นพระอรหันต์ จึงต้องบวชในวันนั้นนั้นเทียว หรือไม่ก็ต้องปรีนิพพาน ขอถวายพระพร ข้อนี้หาใช่โทษของความเป็นพระอรหันต์ไม่ ความเป็นเพศทรมากำลังนี้ เป็นโทษของเพศคฤหัสถ์นั้นเทียว ฉนนั้นเหมือนกัน

ขอถวายพระพร อีกอย่างหนึ่ง เปรียบเหมือนว่า เสือหญ้าฝั้นเล็ก ๆ เมื่อเขาเอาก้อนหินหนัก ๆ วางไว้เบื้องบน ก็ยอมฉีกขาดไป เพราะความที่เป็นของไม่แข็งแรง ฉนใด ขอถวายพระพร คฤหัสถ์ผู้บรรลุมิชาความเป็นพระอรหันต์ เมื่อไม่อาจรองรับความเป็นพระอรหันต์ โดยเพศนั้นได้ ก็ต้องบวชเสียในวันนั้นนั้นเทียว หรือไม่ก็ต้องปรีนิพพาน ฉนนั้นเหมือนกัน

ขอถวายพระพร อีกอย่างหนึ่ง เปรียบเหมือนว่า บุรุษผู้อ่อนแอ ทรมากำลัง มีชาติกำเนิดต่ำทราม มีบุญน้อย ได้รับราชสมบัติที่แสนยิ่งใหญ่แล้ว ก็ยอมตกไป ย่อมพลาดไป ถอยกลับไป มีอাজจะรองรับอิสริยยฐานะได้ ฉนใด ขอถวายพระพร คฤหัสถ์ ผู้บรรลุมิชาความเป็นพระอรหันต์ ก็ยอมไม่อาจรองรับความเป็นพระอรหันต์โดยเพศนั้น เพราะเหตุฉนั้น จึงต้องบวชในวันนั้นนั้นเอง หรือไม่ก็ต้องปรีนิพพาน ฉนนั้นเหมือนกัน แล”

พระเจ้ามิลินท์ “ดีจริง พระคุณเจ้านาจเสน ข้าพเจ้าขอยอมรับคำตามที่ท่านกล่าวมานี้”

ช. พระอรหันต์ไม่ฝั้น

พระอรหันต์เป็นผู้ที่ไม่มีกิเลสแล้ว ความเป็นอยู่ย่อมแตกต่างกับคนธรรมดา เช่น คนทั่วไปยอมนอนฝั้น แต่พระอรหันต์ท่านไม่ฝั้น เพราะท่านไม่มีสัญญาวิปลาสที่เหมือนกับคนอื่นทั่วไป ปรากฏคำอธิบายในคัมภีร์อรรถกถาพระวินัยว่า

บรรดาความฝั้น ๔ อย่างนั้น ความฝั้นที่คนฝั้น เพราะธาตุกำเริบและเพราะเคยทราบมาก่อนไม่เป็นจริง ความฝั้นที่ฝั้นเพราะเทวดาสังหรณ์ จริงก็มี เหลวไหลก็มี เพราะพวกเขาทเวดาโกรธแล้ว ประสงค์จะให้พินาศโดยอุปาย จึงแสดงให้เห็นวิปริตไปบ้าง ส่วนความฝั้นที่คนฝั้นเพราะบุพนิมิต เป็นความจริงโดยส่วนเดียวแล ความแตกต่างแห่งความฝั้น แม้เพราะความแตกต่างแห่งมูลเหตุทั้ง ๔ อย่างนี้คละกันก็มีได้เหมือนกัน

ก็แลความฝั้นทั้ง ๔ อย่างนี้ฉนั้น พระเสขะและปุถุชนเท่านั้น ย่อมฝั้นเพราะยังละวิปลาสไม่ได้ พระอเสขะทั้งหลาย ย่อมไม่ฝั้นเท่านั้น ย่อมฝั้นเพราะยังละวิปลาสไม่ได้ พระอเสขะทั้งหลาย ย่อมไม่ฝั้นเพราะท่านละวิปลาสได้แล้ว.

ถามว่า ก็บุคคลเมื่อฝั้นนั้น หลับฝั้น หรือตื่นฝั้น หรือว่าไม่หลับไม่ตื่นฝั้น.

แก้วว่า ในเรื่องความฝั้นนี้ ท่านควรกล่าวเพิ่มอีกสักเล็กน้อย ชั้นแรกถ้าคนหลับฝั้นก็

จะต้องขัดแย้งกับพระอภิธรรม เพราะว่า คนหลับด้วยภวังคจิต ภวังคจิตนั้น หาว่ามีรูปนิมิตเป็นต้นเป็นอารมณ์หรือสัมผัสด้วยรากะเป็นต้นไม่ ก็เมื่อบุคคลฝัน จิตทั้งหลายเช่นนี้ ย่อมเกิดขึ้นได้ ถ้าบุคคล ตื่นฝัน ก็จะต้องขัดแย้งกับพระวินัย เพราะว่าคนตื่นฝันเห็นสิ่งใด, เขาเห็นสิ่งนั้นด้วยสัพพะพหุหาริจิต (วิถิจิตตามปกติของคนผู้ตื่นอยู่) ก็ชื่อว่า อนาปัตติ ย่อมไม่มีในเพราะความล่วงละเมิดที่ภิกษุทำด้วยสัพพะพหุหาริจิต แต่เมื่อผู้กำลังฝันทำการล่วงละเมิด เป็นอนาปัตติโดยส่วนเดียวแท้ ถ้าบุคคลไม่หลับไม่ตื่นฝัน ชื่อว่าใคร ๆ จะฝันไม่ได้ และเมื่อเป็นอย่างนั้น ความฝันก็ต้องไม่มีแน่, จะไม่มีได้ เพราะเหตุไร? เพราะคนผู้ถูกความหลับดุจลิงครอบง่า จึงฝัน. สมจริงดังคำที่พระนาคเสนเถระกล่าวไว้ว่า มหาบพิตร ! คนถูกความหลับดุจลิงครอบง่าจึงฝันแล^{๒๗๙}

ฉ. ปัจจุบันยังมีพระอรหันต์อยู่อีกหรือไม่

สำหรับคำถามที่ว่ายังมีพระอรหันต์อยู่อีกหรือไม่ คงจะหมายถึงพระอรหันต์ที่เป็นอนุพุทธะ หรือที่เรียกว่า พระอรหันต์สาวกของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในข้อนี้ขอตอบว่า ถ้าหากว่าเดี๋ยวนี้ยังมีการเจริญมรรคมืองค์ ๘ กันอยู่ พระอรหันต์ก็ยังมีอยู่ เพราะพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ว่า “ตราบใดที่ยังมีผู้เจริญมรรคมืองค์ ๘ ตราบนั้นโลกนี้ก็จะไม่ว่างจากพระอรหันต์”^{๒๘๐}

พระอรรถกถาจารย์ท่านได้อธิบายขยายความในข้อนี้ว่า ในยุคแรกคือ นับตั้งแต่ครั้งพุทธกาลสมัยที่พระผู้มีพระภาคเจ้ายังทรงมีพระชนม์มอยู่จนถึง พ.ศ. ๑๐๐๐ เป็นยุคของพระอรหันต์ผู้ได้ปฏิสัมภิทาญาณ

ในยุคที่ ๒ นับตั้งแต่ พ.ศ. ๑๐๐๑ ถึง ๒๐๐๐ เป็นยุคของพระอรหันต์ผู้ได้อภิญญา ๖

ในยุคที่ ๓ นับตั้งแต่ พ.ศ. ๒๐๐๑ ถึง พ.ศ. ๓๐๐๐ เป็นยุคของพระอรหันต์ผู้ได้วิชชา ๓

ในยุคที่ ๔ นับตั้งแต่ พ.ศ. ๓๐๐๑ ถึง ๔๐๐๐ เป็นยุคของพระอรหันต์สุขวิปัสสกะ

ในยุคที่ ๕ นับตั้งแต่ พ.ศ. ๔๐๐๑ ถึง ๕๐๐๐ เป็นยุคพระอนาคามี^{๒๘๑}

ถ้าพิจารณาตามคำอธิบายนี้ ก็ตอบได้ทันทีว่า เดี่ยวนี้ยังมีพระอรหันต์อยู่ เพราะเป็นยุคที่ ๓ ซึ่งเป็นยุคของพระอรหันต์ผู้ได้วิชชา ๓

การดำรงชีวิตของพระอรหันต์

พระอรหันต์ก็มีตาเห็นรูปทางตา แต่ไม่มีความกำหนดเพราะพอใจ มีจิตหลุดพ้นดีแล้ว พระอรหันต์ก็มีหูได้ยินเสียงทางหู แต่ไม่มีความกำหนดเพราะพอใจ มีจิตหลุดพ้นดีแล้ว พระอรหันต์ก็มีจมูกได้กลิ่นทางจมูก แต่ไม่มีความกำหนดเพราะพอใจ มีจิตหลุดพ้นดีแล้ว พระ

^{๒๗๙} พระวินัยปิฎก มหาวีถิงค์ เล่ม ๑ ภาค ๓ - หน้าที่ 103

^{๒๘๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๔/๑๖๒.

^{๒๘๑} อัง.เอก.อ. (ไทย) ๓๒/๑๖๗.

อรหันต์ก็มีสันนิมิตทางอื่น แต่ไม่มีความกำหนดเพราะพอใจ มีจิตหลุดพ้นดีแล้ว พระอรหันต์ก็มีกายถูกต้องโกฎิจัพพะทางกาย แต่ไม่มีความกำหนดเพราะพอใจ มีจิตหลุดพ้นดีแล้ว พระอรหันต์ก็มีใจ ฐรรรมารมณฺเฑทางใจ แต่ไม่มีความกำหนดเพราะพอใจ มีจิตหลุดพ้นดีแล้ว^{๒๘๒} พระอรหันต์ทั้งหลาย หลุดพ้นจากภพใหม่แล้วบรรลุมรรคถึงภูมิที่ฝึกแล้ว ย่อมไม่หวั่นไหวในมานะทั้งหลายท่านเป็นผู้ชนะแล้วในโลก^{๒๘๓}

พระอรหันต์เป็นผู้ไม่เชื่อใคร

ดังพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า “นรชนใด ผู้ไม่ต้องเชื่อใคร^{๒๘๔} รู้จักนิพพานที่ปัจฉิมอะโรปรุ้งแต่ไม่ได้ ตัดรอยต่อ^{๒๘๕} แห่งการเกิดใหม่ ทำลายโอกาส^{๒๘๖} แห่งการท่องเที่ยวไปในสังสารวัฏ คลายความหวังแล้ว นรชนนั้นแล เป็นบุรุษสูงสุด”

ก่อนดับขันธปรินิพพาน พระอรหันต์เป็นผู้คลายตัณหา^{๒๘๗} ไม่ติดอยู่กับความเพิลิตเพลินที่มีอยู่ในส่วนเบื้องต้นใครๆ กำหนดไม่ได้ในส่วนท่ามกลาง พระอรหันต์นั้นมิได้มุ่งหวังถึงตัณหาและทิฏฐิ (ในส่วนเบื้องต้น)

บุคคลผู้ไม่โกรธ ไม่สะดุ้ง ไม่โอ้อวด ไม่คะนอง พุดด้วยปัญญา ไม่ฟุ้งซ่านเป็นผู้สำรวจมาจានั้นแล ชื่อว่า เป็นมุนี

บุคคลผู้ไม่มีตัณหาเครื่องเหนี่ยวรั้งในอนาคต ไม่เศร้าโศกถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว ผู้เห็นวิเวกในผัสสะทั้งหลาย ย่อมไม่ถูกนำไปในทิฏฐิต่างหลาย

บุคคลนั้นเป็นผู้หลีกเลี่ยงไม่หลอกลวง ไม่ทะเยอทะยาน ไม่ตระหนี่^{๒๘๘} ไม่คะนอง ไม่เป็นที่นารังเกียจและไม่ประกอบในความเป็นผู้มีวาจาเสื่อมเสีย

บุคคลผู้ไม่ยินดีในสิ่งที่น่ายินดี ไม่ประกอบในความดูหมิ่น ละเอียดอ่อน มีปฏิภาณไม่ต้องเชื่อใคร และไม่ต้องการกำหนด

บุคคลไม่ศึกษาเพราะอยากได้ลาภ ไม่โกรธเพราะไม่ได้ลาภไม่เดือดดาลและไม่ยินดี

^{๒๘๒} ชุ.มหา. (ไทย) ๒๙/๙๐/๒๙๑.

^{๒๘๓} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๗๖/๖๘.

^{๒๘๔} ไม่ต้องเชื่อใคร ในที่นี้หมายถึงรู้แจ้งธรรมอย่างประจักษ์ชัดด้วยตนเอง ไม่ต้องรอสถาบันธรรมจากผู้อื่น (ช.ม.อ. (บาลี) ๘๘/๓๓๙-๓๔๑)

^{๒๘๕} รอยต่อ หมายถึงวัฏฏสนธิ (รอยต่อวัฏฏะ) สังสารสนธิ (รอยต่อสงสาร) (ช.ช.อ. (บาลี) ๔/๘/๖๖)

^{๒๘๖} ทำลายโอกาส หมายถึงทำลายโอกาสที่จะเกิดอีกได้ เพราะสิ้นเชื้อพันธุ์คือกุศลกรรมและอกุศลกรรม (ช.ช.อ. (บาลี) ๔/๖๖)

^{๒๘๗} ชุ.สุตต. (ไทย) ๒๕/๘๕๖/๗๐๖.

^{๒๘๘} ตระหนี่ มี ๕ อย่าง (๑) อาวาสมัจฉริยะ(ตระหนี่ที่อยู่) (๒) กุลมัจฉริยะ(ตระหนี่ตระกูล) (๓) ลาภมัจฉริยะ (ตระหนี่ลาภ) (๔) วัณณมัจฉริยะ(ตระหนี่วรรณะ) (๕) ธัมมมัจฉริยะ(ตระหนี่ธรรม) (ช.ม. (แปล) ๒๙/๘๗/๒๖๕)

ในรสเพราะตัณหา

บุคคลเป็นผู้วางเฉย มีสติทุกเมื่อไม่สำคัญว่าเสมอเขา ไม่สำคัญว่าเลิศกว่าเขา ไม่สำคัญว่าด้อยกว่าเขาในโลก กิเลสหนาย่อมไม่มีแก่บุคคลนั้น

บุคคลใดไม่มีที่อาศัย ไม่มีตัณหาในภพหรือในวิภพ^{๒๘๙} บุคคลนั้นรู้ธรรมแล้วไม่ต้องอาศัย

เราเรียกบุคคลนั้นผู้ไม่มุ่งหวังในกามทั้งหลายว่า เป็นผู้เข้าไปสงบ บุคคลนั้นไม่มีกิเลสเครื่องร้อยรัด ข้ามตัณหาที่ชื่อว่า วิสัตติกา ได้แล้ว

บุคคลนั้นไม่มีบุตร สัตว์เลี้ยง นา ไร่ และที่ดิน ทิฏฐิว่า มีอิตตา หรือทิฏฐิว่า ไม่มีอิตตาหาไม่ได้ในบุคคลนั้น

เหล่าปุถุชน หรือสมณพราหมณ์พึงกล่าวหาบุคคลนั้นด้วยโทษ^{๒๙๐}ใด โทษนั้น ไม่เชิดชูบุคคลนั้นเลย เพราะฉะนั้น บุคคลนั้นจึงไม่หวั่นไหวในเพราะวาทะทั้งหลาย

บุคคลผู้เป็นมุนี เป็นผู้คลายความยินดี ไม่ตระหนี่ ย่อมไม่กล่าวในเรื่องเลิศกว่าเขา ไม่กล่าวในเรื่องเสมอเขา ไม่กล่าวในเรื่องด้อยกว่าเขา เป็นผู้ไม่มีความกำหนด ย่อมไม่ถึงความกำหนด^{๒๙๑}

บุคคลใดไม่มีความถือว่าเป็นของตนในโลก เมื่อไม่มีความถือว่าเป็นของตน ย่อมไม่เศร้าโศก ไม่ถึงความลำเอียงในธรรมทั้งหลาย บุคคลนั้นแล เรียกว่า ผู้สงบ^{๒๙๒}

^{๒๘๙} ภพ หมายถึง สัสสตทิฏฐิหรือภาวทิฏฐิ วิภพ หมายถึง อจเจตทิฏฐิ หรือวิภวทิฏฐิ (ขุ.ส.อ. ๒/๘๖๓/๓๙๐) และดู ขุ.ม. (แปล) ๒๙/๙๑/๒๘๕)

^{๒๙๐} โทษ หมายถึง กิเลสมีรากะเป็นต้น (ขุ.ส.อ. ๒/๘๖๖/๓๙๐)

^{๒๙๑} ความกำหนด(กัปปะ) มี ๒ อย่าง คือ (๑) กำหนดด้วยอำนาจตัณหา (๒) กำหนดด้วยอำนาจทิฏฐิ (ขุ.ม. (แปล) ๒๙/๙๕/๒๙๓)

^{๒๙๒} ขุ.ธ.(ไทย) ๒๕/๙๙/๖๐.

๖.๕ เหตุสันทสนฺหนให้เกิดวิชาและวิมุตติ

๖.๕.๑ วิชา

วิชา แปลว่า ความรู้แจ้ง ความรู้วิเศษที่เกิดสืบเนื่องจากสมาธิในระดับฌานสมาบัติในสามัญญผลสูตร^{๒๙๓} ที่ฌนิกาย พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงไว้ ๘ ประการ คือ

๑) วิปัสสนาญาณ ญาณที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้งอุปาทานขั้น ๕ คือ ปัญญาพิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงตามพระไตรลักษณ์ ซึ่งมีการปรับจิตมาตามลำดับจนถึงรู้แจ้งอริยสัจ ๔^{๒๙๔}

๒) มโนมยิทธิญาณ ญาณที่ทำให้ได้ฤทธิ์ทางใจ คือ สามารถเนรมิตกายอื่น ๆ ให้เกิดขึ้นภายในร่างกายของตนตามแต่จะต้องการ^{๒๙๕}

๓) อิทธิวิธญาณ ญาณที่ทำให้แสดงฤทธิ์ได้ คำว่าฤทธิ์ แปลว่าความสำเร็จทางใจที่เกิดขึ้นแก่ผู้ฝึกจิตมาถึงขั้นนี้ ย่อมทำสิ่งที่คนธรรมดาทำไม่ได้เป็นอันมาก^{๒๙๖}

๔) ทิพพโสตธาตุญาณ ญาณที่ทำให้เกิดหูทิพย์ คือ สามารถได้ยินเสียงในที่ห่างไกลหรือเบาที่สุดเหมือนกันของเทวดา และพรหมทั้งหลาย^{๒๙๗}

๕) เจโตปริยญาณ ญาณที่ทำให้กำหนดจิตของผู้อื่นได้ สามารถรู้จิตใจของบุคคลอื่นได้อย่างถี่ถ้วน^{๒๙๘}

๖) ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ญาณที่ทำให้ระลึกชาติได้^{๒๙๙}

๗) ทิพพจักขุญาณ ญาณที่ทำให้ได้ตาทิพย์ ญาณที่สามารถเห็นสิ่งต่าง ๆ ในที่ไกลหรือเล็กที่สุดได้อย่างทะลุปรุโปร่ง มีว่าจะอยู่ในที่แจ้ง หรือ ที่ลึบกำบังไว้อย่างมิดชิดประการใดก็ตาม ย่อมสามารถเห็นได้เป็นอย่างดีเหมือนกับตาของเทวดา และพรหมทั้งหลาย^{๓๐๐}

๘) อาสวักขยญาณ ญาณที่สามารถทำลายกิเลสอาสวะทั้ง ๓ ให้หมดไปโดยสิ้นเชิง คือ ๑) กามาสวะ ความกำหนัดรักใคร่ในกามคุณทั้งหลาย ๒) ภวาสวะ ความติดใจพอใจในความมีความเป็น ภพชาติต่างๆ ๓) อวิชชาสวะ การไม่รู้อริยสัจ ๔ ตามความเป็นจริง และไม่รู้อดีตอนาคต และไม่รู้จักสมุปบาท^{๓๐๑}

^{๒๙๓} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔-๒๔๘/๗๗-๘๔.

^{๒๙๔} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔-๒๓๕/๗๗-๗๘.

^{๒๙๕} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๖-๒๓๗/๗๘-๗๙.

^{๒๙๖} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๘-๒๓๙/๗๙-๘๐.

^{๒๙๗} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๐-๒๔๑/๘๐.

^{๒๙๘} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๒-๒๔๓/๘๐-๘๑.

^{๒๙๙} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๔-๒๔๕/๘๑-๘๒.

^{๓๐๐} ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๖-๒๔๗/๘๒-๘๓.

^{๓๐๑} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๔๘-๒๔๙/๘๔.

ในญาณทั้ง ๘ ประการนี้ ข้อ ๑ – ๗ จัดเป็นโลกียะ คือสามัญชนทั่วไปอาจทำให้เกิดได้ และบางข้อแม้นักบวชนอกศาสนาก็มีได้ ส่วนอัสวัคชญาณนั้นเป็นโลกุตระ เป็นเป้าหมายสูงสุดของพุทธศาสนา ซึ่งหลักการปฏิบัติในพระพุทธศาสนามุ่งไปที่อัสวัคชญาณ คือการกำจัดกิเลสในสันดานของตนให้สิ้นไป

วิวัฒนาการของความรู้แจ้งมีลำดับ ดังนี้

๑. ขั้นรู้ว่า นามรูปมีเกิดดับ (อุทฺทปฺพยานุสฺสนาญาณ) หมายถึง รู้ว่านามรูป คือชีวิตคนเรานั้นมีเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ดับไปแล้วก็เกิดขึ้น วนเวียนอยู่อย่างนี้ตลอด

๒. ขั้นรู้ว่า นามรูปมีแตกดับเป็นจุดจบสิ้น (ภังคานุสฺสนาญาณ) หมายถึง รู้ว่านามรูปแม้จะมีเกิดขึ้น แต่การเกิดขึ้นนั้นก็ไม่ใช่เที่ยงแท้ ทำยที่สุดก็แตกดับไปถาวร ไม่มีอะไรที่เกิดแล้วจะเที่ยงแท้ยั่งยืนอยู่ได้

๓. ขั้นรู้ว่า นามรูปปรากฏเป็นของน่ากลัว (ภยตฺตูปฺปฏิฐานญาณ) หมายถึง รู้ว่านามรูปมีแตกดับเป็นจุดจบสิ้นแล้วก็เกิดความรู้ต่อไปว่านามรูปทั้งปวงไม่ว่าจะอยู่ในภพใดคติใดต่างล้วนปรากฏเป็นของน่ากลัวทั้งสิ้น เพราะต้องแตกดับสลายไป ไม่มีส่วนใดปลอดภัยเสมอ

๔. ขั้นรู้ว่า นามรูปเป็นโทษ (อาทีนวานุสฺสนาญาณ) หมายถึง เมื่อรู้ว่าการปรากฏเป็นของน่ากลัวแล้วก็เกิดความรู้ต่อไปว่านามรูปทั้งหมดเป็นโทษ คือ เป็นสิ่งมีความบกพร่องจะต้องระคนอยู่ด้วยทุกข์

๕. ขั้นรู้ว่า นามรูปเป็นของน่าเบื่อหน่าย (นิพิพทานุสฺสนาญาณ) หมายถึง เมื่อรู้ว่าการปรากฏเป็นของน่ากลัวแล้วก็เกิดความรู้ต่อไปว่านามรูปทั้งหมดนั้นเป็นของน่าเบื่อหน่ายไม่น่าเพลิดเพลินจิตใจ

๖. ขั้นรู้ปรารถนาจะพ้นไปจากนามรูป (มฺฤจิตฺตักมฺยตาญาณ) หมายถึงเมื่อรู้ว่าการปรากฏเป็นของน่าเบื่อหน่ายแล้วก็เกิดความรู้ขั้นต่อไป คือ รู้ยากพ้นไปจากนามรูปเหล่านั้น กล่าวคือ ไม่อยากมีตัวตนอีกต่อไป ไม่อยากเกิดใหม่ในภพภูมิต่าง ๆ อีกต่อไป เพราะเห็นภัยของนามรูป และเกิดความเบื่อหน่ายอย่างแท้จริง

๗. ขั้นรู้พิจารณาทบทวน (ปฏิสังขานุสฺสนาญาณ) หมายถึง เมื่อรู้เบื่อหน่ายในนามรูปถึงขั้นอยากจะพ้นไปให้หมดสิ้นแล้วก็เกิดความรู้ต่อไปว่า การจะพ้นจากนามรูปไปได้ทั้งหมดสิ้นนั้นต้องยกเอานามรูปขึ้นมาพิจารณาทบทวนด้วยหลักไตรลักษณ์ กล่าวคือ ต้องพิจารณานามรูปจนเห็นชัดว่าไม่เที่ยง ถูกบีบคั้นให้ผันแปรและไม่มีตัวตนที่แท้จริง เพื่อมองหาอุบายที่จะพ้นไปจากนามรูปนั้นให้ได้

๘. ขั้นรู้วางใจเป็นกลางในสังขาร คือนามรูป (สังขารุเปกขาญาณ) หมายถึง เมื่อรู้พิจารณานามรูปซ้ำด้วยหลักไตรลักษณ์แล้วก็เกิดความรู้ขั้นต่อไป คือ รู้วางใจเป็นกลาง เพราะมีความเข้าใจตามสภาพเป็นจริงว่า นามรูปทั้งปวงย่อมไม่เที่ยง ถูกบีบคั้นให้ผันแปร และ

ไม่มีตัวตนที่แท้จริง แล้ววางใจเป็นกลางได้ไม่ยินดียินร้าย จากนั้นก็เห็นว่า นิพพาน คือการดับนามรูปได้สิ้น เป็นทางแห่งความสงบ และญาณ คือความรู้ที่มุ่งตรงต่อนิพพาน เลิกละความเกี่ยวเกาะกับนามรูปเสียได้

๘. ขั้นรู้สวดคล้องตามอริยสัจ (สัจจานุโลมิกญาณ) หมายถึง เมื่อรู้วางใจเป็นกลางในนามรูปจนเกิดญาณ คือความรู้มุ่งตรงต่อนิพพานแล้วก็เกิดความรู้ขั้นต่อไป คือรู้สวดคล้องตามอริยสัจว่านามรูปทั้งหมดล้วนเป็นทุกข์ซึ่งมูลเหตุมาจากตัณหา แต่ถึงอย่างไรนามรูปทั้งหมดนั้นก็ดับได้โดยการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘^{๓๐๒}

ความรู้ขั้นที่ ๘ นี้เป็นขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ ต่อจากนั้นก็เกิดโคตรกญาณแล้วเกิดมรรคญาณผลญาณสำเร็จตามพรอริยะตามลำดับ ตั้งแต่เป็นพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี ไปจนถึงเป็นพระอรหันต์

วิชา หรือวิปัสสนาญาณนี้ย่อมละอวิชชาให้หลุดไปตามลำดับและจะถอนอวิชชาให้หมดสิ้นได้ต่อเมื่อวิชา หรือวิปัสสนาญาณนั้นได้พัฒนาแก่กล้าขึ้นถึงขั้นให้เกิดมรรคญาณและผลญาณ และเมื่อเกิดมรรคญาณและผลญาณขั้นสมบูรณ์ คืออรหัตมรรคและอรหัตผลแล้วย่อมดับสังขารได้สิ้น

๖.๕.๒ วิมุตติ

สมณะ^{๓๐๓}ที่เจริญแล้วทำให้จิตเจริญ จิตที่เจริญแล้วย่อมละระาคะได้ เมื่อละระาคะได้แล้วจึงมี “เจตวิมุตติ” ส่วนวิปัสสนาที่เจริญแล้วย่อมทำให้ปัญญาเจริญ ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมละอวิชชาได้ เมื่อละอวิชชาได้แล้วจึงมี “ปัญญาวิมุตติ”^{๓๐๔}

วิมุตติ มี ๕ อย่าง คือ

๑. วิกัมภณวิมุตติ หลุดพ้นด้วยการข่มไว้ หมายถึงสมาบัติ ๘ จัดเป็นวิกัมภณวิมุตติ เพราะว่าพ้นจากนิเวรณเป็นต้นอันตนข่มไว้เอง

๒. ตทังควิมุตติ หลุดพ้นชั่วคราว หมายถึงอนุปัสสนา ๗ มีอนิจจานุปัสสนาเป็นต้น เพราะว่ากำหนดตัดด้วยอำนาจเป็นข้าศึกต่อธรรมนั้นๆ เอง เพราะว่าพ้นจากนิจจสัญญาเป็นต้นเหล่านั้น

^{๓๐๒} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑/๑, วิสุทฺธิ. (บาลี) ๓/๒๖๒-๓๑๘.

^{๓๐๓} คำว่า “สมณะ” มีรูปวิเคราะห์ว่า กามจฺจนฺทาทโย ปจฺจนิกรมฺเม สมเอติ วินาสเอตีติ สมโถ. สมาริสฺเสตฺ นามิ.^{๓๐๓} แปลว่า ที่ชื่อว่าสมณะ เพราะอรรถว่า ย่อมยังธรรมที่เป็นข้าศึกมีกามฉันทเป็นต้นให้สงบคือให้พินาศไป คำว่า สมณะ นั้น เป็นชื่อของสมาริ (สมณะมีองค์ธรรมคือสมาริ) (ดูรายละเอียดใน ชุ.ป.อ. (บาลี) ๑/๒๕/๑๓๖).

^{๓๐๔} ดูรายละเอียดใน อง.ทุก. (บาลี) ๒๐/๓๒/๖๐, อง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๓๒/๗๖.

๓. สมุจเฉทวิมุตติ หลุดพ้นอย่างเด็ดขาด หมายถึง อริยมรรค ๘ เพราะว่าพ้นจากกิเลสที่ตนตัดขาดแล้วเอง

๔. ปฏิบัติสัททวิมุตติ หลุดพ้นอย่างสงบ หมายถึง สามัญญผล ๘ เพราะว่าเกิดขึ้นในที่สุตแห่งความสงบของกิเลสด้วยอานุภาพแห่งมรรค

๕. นิสสรณวิมุตติ หลุดพ้นด้วยการสลัดออกไป หมายถึง นิพพาน เพราะสลัดปราศจากไป ดำรงอยู่ไกลจากกิเลสทั้งปวง^{๓๐๕}

วิมุตติที่หมายถึงความหลุดพ้นในระดับสูง^{๓๐๖} แยกออกได้เป็น ๓ อย่าง คือ

๑) การหลุดพ้นที่เป็นมรรค

๒) ความเป็นผู้หลุดพ้นคือความเป็นอิสระ เมื่อหลุดพ้นออกมาได้แล้ว วิมุตติในความหมายอย่างนี้ จัดเป็นผล

๓) ภาวะแห่งความเป็นผู้หลุดพ้น ภาวะแห่งความเป็นอิสระที่หลุดพ้น ผู้เป็นอิสระนั้นเข้าถึง และรู้สึกได้ซึ่งอำนาจความดีงามต่างๆ มีความสุขสบายปลอดโปร่งโล่งใจเป็นต้น และภาวะแห่งความเป็นอิสระเช่นนั้น ที่ผู้ยังไม่หลุดพ้นกำหนดเป็นอารมณ์ เช่นนึกถึง คำนึกถึงหวังเอาเป็นจุดหมายในใจเป็นต้น หมายถึงนิพพานนั่นเอง

พระธรรมปิฎก, (ป.อ. ปยุตโต) อธิบายไว้ว่า

ในความหมาย ๓ อย่างนั้น ข้อที่ถือว่าเป็นความหมายจำเพาะกว่าอย่างอื่น คือเป็นเรื่องของวิมุตติแท้ๆ ก็คือวิมุตติในความหมายที่เป็นผล หมายถึงอรหัตตผล ส่วนความหมายที่เป็นมรรค ก็คือวิชาและวิราคะ

วิมุตติที่เป็นผล โดยเฉพาะอรหัตตผลนั้นแยกให้เห็นเป็น ๒ ด้าน คือ เป็นเจโตวิมุตติ และปัญญาวิมุตติ เจโตวิมุตติ คือความหลุดพ้นทางด้านจิต หรือหลุดพ้นด้วยกำลังจิต คือด้วยสมาธิ หมายถึงภาวะจิตที่ประกอบด้วยสมาธิซึ่งกำราบราคะลงได้ ทำให้หลุดพ้นจากกิเลสเครื่องผูกมัดทั้งหลาย ปัญญาวิมุตติ แปลว่าความหลุดพ้นด้วยปัญญา แต่ควรจะแปลว่าความหลุดพ้นแห่งปัญญาด้วย เพราะหมายถึงปัญญาบริสุทธิ์ หรือความรู้ถูกต้องสมบูรณ์ ไม่มีกิเลสบดบัง ซึ่งเกิดขึ้นแก่ผู้บรรลุอรหัตตผล ในเมื่อปัญญานั้นกำจัดอวิชชาได้แล้ว ทำให้ผู้นั้นหลุดพ้นจากกิเลส เครื่องผูกมัดทั้งปวง

เจโตวิมุตติได้แก่ผลของสมาธิ หรืออรหัตตผลสมาธิ หรืออรหัตตผลจิต ส่วนปัญญาวิมุตติได้แก่ ผลญาณ หรือผลปัญญา หรืออรหัตตผลญาณ หรืออรหัตตผลปัญญา ผู้บรรลุอรหัตตผลจะต้องได้เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติครบทั้งสองอย่างทุกคน คำทั้งสองจึงมาคู่กัน

^{๓๐๕} ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๑๓/๒๑.

^{๓๐๖} วิมุตติ ในที่นี้หมายถึงความหลุดพ้นด้วยอรหัตตผล (ส.นิ.อ. (บาลี) ๒/๒๓/๖๑)

เสมอ ในข้อความที่กล่าวถึงการบรรลุมรรคผล เจโตวิมุตติเป็นผลของสมถ ปัญญาวิมุตติเป็นผลของวิปัสสนา คำคูนี่แสดงให้เห็นว่า สมถและวิปัสสนาจะต้องมาควบคู่กัน แม้ในขั้นผลก็เช่นเดียวกันกับในขั้นมรรค

เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติมาด้วยกันจึงเป็นวิมุตติที่สมบูรณ์ แต่หากผู้ปฏิบัติธรรมจะบำเพ็ญแต่สมถอย่างเดียวก็ได้ และสมถที่บำเพ็ญเช่นนั้นย่อมสามารถทำให้เกิดสมาธิขั้นสูงถึงฌานสมาบัติ ซึ่งในภาวะเช่นนั้น กิเลสทั้งหลายย่อมสงบระงับไป เป็นการหลุดพ้นได้อย่างหนึ่ง แต่หลุดพ้นได้เพียงชั่วคราว ผู้บำเพ็ญสมถจึงต้องก้าวต่อไปสู่วิปัสสนา คือเจริญปัญญาด้วย จึงจะหลุดพ้นได้อย่างแท้จริง ความข้อนี้ชี้ให้เห็นว่า เจโตวิมุตติอาจมีได้ในกรณีอื่น แม้ที่มีใช่เป็นการบรรลุมรรคผล แต่เจโตวิมุตติในกรณีเช่นนั้นย่อมจะมีใช่เจโตวิมุตติที่เด็ดขาดแน่นอน ดังนั้นตัวตัดสินที่แท้จริงจึงได้แก่ปัญญาวิมุตติ ซึ่งทำลายอวิชชาลงไปโดยลำดับ กำจัดกิเลสเด็ดขาดเป็นขั้นๆ ปัญญาวิมุตติมาเมื่อใด ก็หมายถึงวิมุตติที่เด็ดขาดแท้จริงเมื่อนั้น จึงสรุปได้เป็น ๒ ประการ คือ

๑) ปัญญาวิมุตติใช้ในกรณีเดียว คือหมายถึงความหลุดพ้นที่เด็ดขาดแน่นอน จะมากับเจโตวิมุตติเสมอส่วนเจโตวิมุตติอาจใช้ในกรณีอื่นด้วย ดังนั้น ถ้าหมายถึงการหลุดพ้นเด็ดขาดขั้นมรรคผล ตั้งแต่โศดาปัตติผลขึ้นไปจะต้องมาด้วยกันกับปัญญาวิมุตติ หรือมิฉะนั้นก็ต้องมีคำวิเศษณ์กำกับไว้ด้วยอย่างใดอย่างหนึ่ง สำหรับระบุให้ชัดว่า เป็นขั้นสุดท้ายเด็ดขาด แต่ถ้ามาคำเดียวตามลำพัง หรือมีคำอย่างอื่นกำกับ ย่อมมีใช่เจโตวิมุตติขั้นสุดท้ายที่เด็ดขาดสมบูรณ์

๒) เมื่อกล่าวถึงบุคคลผู้บรรลุมรรคผล โดยแบ่งเป็นปัญญาวิมุต กับอุกโตภาควิมุต นั้น พึงเข้าใจว่า ปัญญาวิมุตติซึ่งดูเสมือนจะให้แปลว่า ผู้ได้ปัญญาวิมุตติอย่างเดียว นั้น อันที่จริงย่อมได้เจโตวิมุตติด้วย เพราะการได้ปัญญาวิมุตติส่อความคุมถึงอยู่แล้วว่า ต้องได้เจโตวิมุตติด้วย เป็นแต่หมายถึงเจโตวิมุตติแบบที่อาศัยสมาธิเพียงเท่าที่จำเป็น^{๓๐๗} ซึ่งจะต้องมีเป็นธรรมดาอยู่แล้วก่อนที่จะได้ปัญญาวิมุตติ จึงไม่ต้องระบุให้เด่นชัดออกมาเหมือนกับพูดว่า ผู้เจริญวิปัสสนาอย่างเดียวแต่ความจริงก็ต้องอาศัยสมถเพื่อใช้สมาธิเท่าที่จำเป็นด้วยนั่นเอง

^{๓๐๗} สุขวิปัสสนาภาวนา คือการเจริญวิปัสสนาล้วนๆ ผู้ปฏิบัติจนเห็นแจ้งแล้วเรียกว่า สุขวิปัสสกบุคคล หรือ วิปัสสนายานิกบุคคล คือสมาธิขั้นต้นก็สามารถนำมาเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนาได้ แม้แต่จิตที่สงบชั่วขณะก็สามารถเป็นพื้นฐานเจริญวิปัสสนาได้ คัมภีร์ มูลปณณาสกฏีกากล่าวว่า “น หิ ชณิกสมาธิ วินา วิปัสสนา สมภาวติ” หากขาดชณิกสมาธิวิปัสสนาก็เกิดไม่ได้ คือต้องอาศัยชณิกสมาธิเป็นบาทจึงจะเจริญวิปัสสนาได้ ดูรายละเอียดใน ขุ.เถร.อ. (บาลี) ๒/๑๒๘๘/๖๐๓. ม.มู.ฎีกา (บาลี) ๑/๔๙/๒๕๗, วิสุทฺธิ.มหาฎีกา (บาลี) ๑/๓/๑๕.

ส่วนอุภโตภาควิมุตติ ที่แปลว่าผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วน ในกรณีนี้เน้นคำว่า “เจโตวิมุตติ” เจโตวิมุตติที่นี้ ย่อมไม่หมายถึงเพียงเจโตวิมุตติที่จำเป็นต้องมีในขณะที่จะได้บัญญัติวิมุตติ แต่หมายถึงเจโตวิมุตติในความหมายที่เป็นพิเศษออกไป คือ วิโมกข์หรือฉานสมาบัตินั่นเอง วิมุตติที่ใช้ตามความหมายอย่างกว้าง หรืออย่างหลวมๆ มีมากมาย หลายระดับ สำหรับระดับที่ยังไม่ใช่ชั้นสูงสุด ส่วนมากท่านใช้คำว่า เจโตวิมุตติแทน เพราะเจโตวิมุตติบังอยู่ในตัวแล้วว่า ยังไม่ใช่วิมุตติขั้นสมบูรณ์เด็ดขาด และตามปกติวิมุตติในระดับต่ำลงมา ก็มักเป็นเรื่องการหลุดพ้นด้วยกำลังจิต หรือกำลังสมาธิทั้งนั้น นอกจากคำว่า เจโตวิมุตติแล้ว คัมภีร์ชั้นรองลงมา บางคัมภีร์นิยมใช้คำว่าวิโมกข์แทน

คำว่า วิมุตติ หรือเจโตวิมุตติ หรือวิโมกข์ เมื่อใส่คำวิเศษณ์กำกับ ทำให้ความหมายจำกัดอยู่ในระดับต่ำ ๆ ไปได้แล้ว การใช้คำวิเศษณ์ที่ตรงข้ามกับระดับต่ำเหล่านั้นกำกับลงไป ก็เท่ากับทำให้มีความหมายเป็นวิมุตติในระดับสูงสุด หรือขั้นมรรคผลขั้นเด็ดขาดนั่นเอง ด้วยเหตุการณ์จำกัดความหมายโดยคำวิเศษณ์กำกับ จึงกลายเป็นวิธีที่ท่านนิยมใช้ ทั้งสำหรับความหมายในขั้นสูงสุดและความหมายในขั้นต่ำลงมา ดังนั้น ด้วยเหตุที่วิมุตติมีความหมายต่างออกไปหลายระดับ เช่นนี้ ในคัมภีร์ชั้นอรรถกถาท่านจึงรวมมาจัดเข้าเป็นขั้นตอนให้เห็นชัดยิ่งขึ้น และนิยมจัดแบ่งเป็น ๕ ชั้น หรือ ๕ ความหมาย เป็นการช่วยให้ผู้ศึกษาที่ยังไม่คุ้นเคย ให้มองเห็นภาพชัดเจนขึ้น ทำให้เข้าใจง่ายเข้าใจขยยกเอาวิมุตติทั้ง ๕ มาให้ดังนี้คือ

๑) วิกขัมภณวิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นด้วยการข่มกิเลสไว้ คือระงับนิวรณ์ได้ด้วยอำนาจสมาธิ ได้แก่ สมาบัติ ๘ คือ รูปฌาน ๔ และอรุณฌาน ๔

๒) ตทังควิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นด้วยองค์ธรรมจำเพาะ ได้แก่ พันความเห็นผิดถือผิดด้วยอาศัย ญาณ คือความรู้ฝ่ายวิปัสสนา

๓) สมุจเจทวิมุตติ หมายถึง ความหลุดพ้นด้วยเด็ดขาด หรือตัดขาด คือการทำลายกิเลสที่ผูกมัดให้หลุดพ้นเป็นอิสระออกไปได้ด้วยญาณ หรือวิชาขั้นสุดท้าย ได้แก่ วิมุตติในความหมายที่เป็นมรรค

๔) ปฏิบัติสัททวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยสงบระงับเรียบสนิทและราบคาบไป คือความเป็นผู้หลุดพ้นออกไปได้แล้ว มีความเป็นอิสระอยู่เพราะกิเลสที่เคยผูกมัด หรือครอบงำถูกกำจัดราบคาบไปแล้ว ได้แก่วิมุตติในความหมายที่เป็นผล

๕) นิสสรณวิมุตติ ความหลุดพ้นที่เป็นภาวะหลุดรอดปลอดโปร่ง คือ ภาวะแห่งความเป็นอิสระซึ่งทำให้ผู้นั้นปฏิบัติกิจอื่นๆ ไปด้วยดีต่อไป ได้แก่ วิมุตติในความหมายที่เป็นนิพพาน^{๓๐๘}

^{๓๐๘} พระธรรมปิฎก, (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม.(กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๓๐๘-๓๐๙.

สรุปว่า บุคคลที่ได้ชื่อว่าอุภโตภาควิมุตตินั้น ได้แก่พระอรหันต์ผู้ได้สมาบัติ ๘ เท่านั้น ปัญญาวิมุตติ ได้แก่บุคคลผู้มีได้ถูกต้องสมาบัติ ๘ ด้วยกาย^{๓๐๘} แต่หลุดพ้นจากกิเลสเพราะเห็นด้วยปัญญา ท่านจัดปัญญาวิมุตตบุคคลไว้ ๕ พวก คือพระอรหันต์ผู้สุขวิปัสสก คือเจริญวิปัสสนาล้วนๆ พวกหนึ่ง และบุคคลผู้ออกจากรูปฌาน ๔ แต่ละฌานแล้วเจริญวิปัสสนา แล้วบรรลुพระอรหันต์อีก ๔ พวกคือ

ออกจากปฐมฌานแล้วบรรลुพระอรหันต์ ๑ ออกจากทุติยฌานแล้วบรรลुพระอรหันต์ ๑

ออกจากตติยฌานแล้วบรรลุพระอรหันต์ ๑ ออกจากจตุตถฌานแล้วบรรลุพระอรหันต์อีก ๑ จึงรวมเป็น ๕ พวก ซึ่งพระอรหันต์ทั้ง ๕ พวกนี้ ไม่มีท่านใดเลยที่ได้สมาบัติ ๘ อย่างมากก็ได้เพียงรูปฌาน ๔ เท่านั้น

ถึงกระนั้น บุคคลทั้งสองพวกนี้ คือทั้งอุภโตภาควิมุตติและปัญญาวิมุตติต่างก็ได้ชื่อว่าพระอรหันต์ผู้หลุดพ้นจากกิเลสทั้งปวงเป็นสมุจเฉทวิมุตติด้วยกันทั้งสิ้น

๖.๕.๓ อาหารของวิชาและวิมุตติ

สภาพที่นำมาซึ่งผล เรียกว่าอาหาร ดังที่คัมภีร์อรรถกถาอธิบายว่า อตฺตโน ผลํ อาหารํ ติ อหาโร^{๓๐๙} ชื่อว่า อาหาร เพราะนำมาซึ่งผลแก่ตน

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสอธิบายหลักธรรมที่เป็นเหตุนำมาซึ่งวิชาและวิมุตติไว้ว่า

“อะไรเล่าเป็นอาหารของวิชาและวิมุตติ^{๓๑๐}” ควรตอบว่า ‘โพชฌงค์ ๗’

^{๓๐๘} สมาบัติ ๘ นั้นได้แก่ รูปฌาน ๔ คือปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน และอรุณฌาน ๔ คืออากาสาณัญจายตนฌาน วิญญาณัญจายตนฌาน อากิญจัญญายตนฌาน และเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน นิโรธสมาบัติหรือสัญญาเวทิตนโรธ คือการเข้าสมาบัติด้วยการดับสัญญาและเวทนา ซึ่งรวมไปถึงการดับจิตและเจตสิกอื่นๆ พร้อมทั้งรูปที่เกิดจากจิตด้วย แต่รูปที่เกิดจากกรรม จากอตุและอาหารยังคงเป็นไปอยู่ เพราะฉะนั้นผู้ที่เข้านิโรธสมาบัติจึงยังมีชีวิตอยู่ ผู้ที่เข้านิโรธสมาบัติได้นั้นมี ๒ พวก คือพระอนาคามีหรือพระอรหันต์ผู้ได้สมาบัติ ๘ เท่านั้น พระอริยบุคคลนอกจากนั้นเข้าไม่ได้ และท่านจะเข้านิโรธสมาบัติกันอย่างมาก ๗ วัน ก่อนเข้าท่านจะต้องทำบุพกิจ ๔ อย่าง คือ

๑. อริษฐานไม่ให้บริวารและร่างกายของท่านเป็นอันตราย
๒. อริษฐานขอให้ออกจากฌานได้โดยไม่ต้องมีใครมาเรียก เมื่อสงฆ์ต้องการพบท่าน
๓. อริษฐานขอให้ออกจากฌานได้โดยไม่ต้องมีใครมาเรียก เมื่อพระพุทธองค์ทรงมีพระประสงค์จะพบท่าน
๔. พิจารณาอายุของท่านว่าจะอยู่ได้ครบ ๗ วันหรือไม่ ถ้าอยู่ครบ ท่านก็อริษฐานกำหนดเวลาเข้าถ้าอยู่ไม่ครบ ๗ วัน ท่านก็กำหนดเวลาเข้าให้น้อยกว่า ๗ วัน

^{๓๐๙} ขุททกนิกายภูทกคา จุฬนิตฺตเสวณฺณนา (สทฺธมมปฺชฺไชติกา) - หน้าที่ ๖๐.

^{๓๑๐} วิชาและวิมุตติ ในที่นี้หมายถึงผลญาณ และสัมปยุตตรธรรมที่เหลือ อ.ทสก.อ. (บาลี) ๓/๖๑-๖๒/๓๕๒.

แม้โพชฌงค์ ๗ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของโพชฌงค์ ๗ ควรตอบว่า ‘สติปัฏฐาน ๔’

แม้สติปัฏฐาน ๔ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของสติปัฏฐาน ๔ ควรตอบว่า ‘สุจริต ๓’

แม้สุจริต ๓ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของสุจริต ๓ ควรตอบว่า ‘ความสำรวมอินทรีย์’

แม้ความสำรวมอินทรีย์ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของความสำรวมอินทรีย์ ควรตอบว่า ‘สติสัมปชัญญะ’

แม้สติสัมปชัญญะ เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของสติสัมปชัญญะ ควรตอบว่า ‘การมณสิการโดยแยบคาย’

แม้การมณสิการโดยแยบคาย เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหารอะไรเล่าเป็นอาหารของการมณสิการโดยแยบคาย ควรตอบว่า ‘ศรัทธา’

แม้ศรัทธา เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของศรัทธา ควรตอบว่า ‘การฟังสังฆธรรม’

แม้การฟังสังฆธรรม เราก็ก้าวว่ามีอาหาร มิได้กล่าวว่ามีอาหาร อะไรเล่าเป็นอาหารของการฟังสังฆธรรม ควรตอบว่า ‘การคบสัตบุรุษ’

การคบสัตบุรุษที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้การฟังสังฆธรรมบริบูรณ์ การฟังสังฆธรรมที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ศรัทธาบริบูรณ์ ศรัทธาที่บริบูรณ์ย่อมทำให้การมณสิการโดยแยบคายบริบูรณ์ การมณสิการโดยแยบคายที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สติสัมปชัญญะบริบูรณ์ สติสัมปชัญญะที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้ความสำรวมอินทรีย์บริบูรณ์ ความสำรวมอินทรีย์ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้สุจริต ๓ บริบูรณ์ สุจริต ๓ ที่บริบูรณ์ย่อมทำให้สติปัฏฐาน ๔ บริบูรณ์ สติปัฏฐาน ๔ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์ โพชฌงค์ ๗ ที่บริบูรณ์ ย่อมทำให้วิชาและวิมุตติบริบูรณ์^{๓๑๒}

๖.๕.๓ เจริญสติปัฏฐาน ๔ ทำโพชฌงค์ ๗ วิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์

พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ ทรงละนิวรรณ์ ๕ ที่เป็นเครื่องเศร้าหมองใจทอนกำลังปัญญา มีพระทัยมั่นคงดีในสติปัฏฐาน ๔ ทรงเจริญสัมโพชฌงค์ ๗ ตามความเป็นจริงจึง ตรัสรู้อรุณตรสัมมาสัมโพธิญาณ^{๓๑๓} ดังนั้น การจะบรรลุธรรมได้ต้องเจริญปัญญาเพื่อให้เกิดวิปัสสนาปัญญา มัคคปัญญา ผลปัญญา ซึ่งเป็นอริปัญญา^{๓๑๔}

^{๓๑๒} อจ.ทสก.(ไทย) ๒๔/๖๑/๑๓๖.

^{๓๑๓} ดูรายละเอียดใน ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๑๔๓/๘๖-๘๗, ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๔๓/๑๐๔-๑๐๕).

^{๓๑๔} ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ.อ. (บาลี) ๗๗๐/๔๔๑-๔๔๓.

เพราะว่าเห็นความเป็นไปแห่งสังขารด้วยวิปัสสนาปัญญาเห็นสังขารทั้งสี่ด้วยมรรคปัญญา^{๓๑๕} วิปัสสนาปัญญาจะเกิดขึ้นได้ต้องเจริญสติปัฏฐาน ๔

คำว่า “สติปัฏฐาน” หมายถึง สติที่เข้าไปตั้งมั่น^{๓๑๖} ความจริงสติก็มีอยู่อย่างเดียวเท่านั้นแต่แยกกำหนดไปตามอารมณ์ มี ๔ อย่าง เพราะสติเข้าไปตั้งมั่นในกาย เวทนา จิต และธรรม^{๓๑๗} ได้แก่

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง สติที่กำหนดพิจารณาเห็นกาย มี ๑๔ วิธี จัดเป็น ๑๔ กัมมัฏฐาน คำว่า “กาย” มีลมหายใจลมหายใจเข้าออกเป็นต้น^{๓๑๘} ทั้งหมดนี้รวมเรียกว่า “กาย” ที่มีอยู่ในรูปกาย^{๓๑๙} ซึ่งเป็นที่รวมอวัยวะน้อยใหญ่ เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทางกาย พระผู้มีพระภาค ทรงสอนให้มีสติอยู่กับกาย ตามดูกายย่อยทั้งหมดนั้นในร่างกายนี้ กำหนดดูเป็นของไม่สวยงาม ละความสำคัญผิดว่าสวยงามเห็นเป็นไตรลักษณ์ เหมาะสำหรับผู้เป็นต้นหาจริตและสมถยานิกมีปัญญาน้อย^{๓๒๐}

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง สติที่กำหนดพิจารณาเห็นเวทนามี ๙ วิธี จัดเป็น ๑ กัมมัฏฐาน คำว่า “เวทนา” ก็คือ การเสวยรสของอารมณ์^{๓๒๑} ได้แก่ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนาเป็นต้น^{๓๒๒} เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทางใจที่รับรู้เสวยอารมณ์ ทรงสอนให้มีสติกำหนดรู้เวทนาตามดูเวทนาในร่างกายนี้ กำหนดดูว่าทั้งหมดนั้นเป็นทุกข์ละความสำคัญผิดว่าสุขเห็นเป็นไตรลักษณ์ เหมาะสำหรับผู้เป็นต้นหาจริตและสมถยานิกมีปัญญามาก^{๓๒๓}

^{๓๑๕} ดูรายละเอียดใน อภ.ปญจ.อ. (บาลี) ๑/๓๖.

^{๓๑๖} คำว่า “สติปัฏฐาน” มีรูปวิเคราะห์ว่า ปฏฐาตีติ ปฏฐานัง, อุปฏฐาติ โอปฏฐานัง, ปกขณทิตวา ปกขณทิตวา ปตฺตริตวา ปวตฺตตีติ อตฺโต, สติเยว สติปฏฐานัง, อถวา สรณญฺเจเน สติ, อุปฏฐานญฺเจเน ปฏฐานัง, อิติ สติ จ สา ปฏฐานญฺจาตีปิ สติปฏฐานัง.^{๓๑๖} แปลว่า ที่ชื่อว่าปัฏฐาน เพราะอรรถว่า ตั้งมั่นอยู่ หมายความว่า เข้าไปตั้งมั่นอยู่ คือหยั่งลงแน่นแผ่เป็นไปอยู่. สตินั้นเอง ชื่อว่าสติปัฏฐาน. อีกอย่างหนึ่ง ชื่อว่าสติ เพราะมีความหมายว่าระลึกได้, ชื่อว่าปัฏฐาน เพราะมีความหมายว่าเข้าไปตั้งมั่น. สติด้วย สตินั้นเป็นปัฏฐานด้วย แม้เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่า สติปัฏฐาน (ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๖๘).

^{๓๑๗} ดูรายละเอียดใน วิ.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๖๕/๔๖๙, วิ.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๖๕/๕๙๗.

^{๓๑๘} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/ ๓๐๒.

^{๓๑๙} กุจฺฉิตานัง เกสาทินัง อาโยติ กาโย. แปลว่า ที่ชื่อว่า กาย เพราะอรรถว่า เป็นที่เกิดเส้นผมป็นต้นที่หน้าเกลียด (ดูรายละเอียดใน อภ.วิ.อ. (บาลี) ๓๕๕/๒๓๔).

^{๓๒๐} ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๖๙.

^{๓๒๑} อารมฺมณสฺส รสํ เวทฺชนฺติ อนฺุภวณฺตีติ เวทนา. แปลว่า ชื่อว่าเวทนา เพราะอรรถว่า ย่อมรู้คือย่อมเสวยรสของอารมณ์ (ดูรายละเอียดใน อภ.ส.อ. (บาลี) ๒/๘๙).

^{๓๒๒} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๕๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓-๓๑๔.

^{๓๒๓} ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๖๙.

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง สติที่กำหนดพิจารณาเห็นจิตมี ๑๖ วิธี จัดเป็น ๑ กัมมัฏฐาน คำว่า “จิต” ก็คือ ผู้รู้อารมณ์^{๓๒๔} เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทางใจ ทรงสอนให้มีสติกำหนดรู้จิตย่อย เช่น จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ เป็นต้น^{๓๒๕} ในจิตใหญ่ที่เป็นผู้รู้อารมณ์ในร่างกายนี้นี้ กำหนดดูว่าจิตทั้งหมดนั้นไม่เที่ยงมีการเกิดดับ ๆ ละความสำคัญผิดว่าเที่ยงเห็นเป็นไตรลักษณ์ เหมาะสำหรับผู้เป็นทวิปฏิจิตและวิปัสสนายานิกมีปัญญาน้อย^{๓๒๖}

๔) รัชมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง สติที่กำหนดพิจารณาเห็นสภาวะธรรม มี ๕ วิธี จัดเป็น ๑ กัมมัฏฐาน คำว่า “ธรรม” หมายถึง สภาวะธรรมที่ทรงสภาพของตนไว้^{๓๒๗} คือเป็นอยู่อย่างใดก็เป็นอย่างนั้น เช่น นิวรณ์ ๕ ชั้น ๕ เป็นต้น^{๓๒๘} เป็นสภาวะธรรมปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับจิต ทรงสอนให้มีสติกำหนดรู้สภาวะธรรมในร่างกายนี้นี้ให้รู้ว่าสภาวะธรรมทั้งหมดนั้นว่างเปล่าเป็นอนัตตา ละความสำคัญผิดว่าเป็นตัวตนเห็นเป็นไตรลักษณ์ เหมาะสำหรับผู้เป็นทวิปฏิจิตและวิปัสสนายานิกมีปัญญามาก^{๓๒๙}

สติปัฏฐาน ๔ เป็นมูลแห่งการทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์ ดังพระดำรัสที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ในคัมภีร์มัชฌิมนิกายว่า “สติปัฏฐาน ๔ ที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมทำโพชฌงค์ ๗ ให้บริบูรณ์^{๓๓๐} โพชฌงค์ ๗ ที่ภิกษุเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมทำวิชาและวิมุตติให้บริบูรณ์”^{๓๓๑}

^{๓๒๔} อารมมณฺเณ จินฺเตตฺตีติ จิตฺตํ, วิชาณาตฺตีติ อตฺถโก. ที่ชื่อว่าจิต เพราะอรรถว่า ย่อมคิด อธิบายว่า ย่อมรู้อารมณ์ (ดูรายละเอียดใน อภ.ส.อ. (บาลี) ๑/๑๑๐).

^{๓๒๕} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๑/๒๕๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๓๒๖} ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๖๙.

^{๓๒๗} อตฺตโน ปน สภาวํ ชาเรณฺตฺตีติ ธมฺมา. ชาเรยฺหนฺติ วา ปจฺจเยหิ ชาเรยฺหนฺติ วา ยถาสภาวโตติ ธมฺมา. แปลว่า ที่ชื่อว่าธรรม เพราะอรรถว่า ย่อมทรงสภาพของตนไว้. อีกอย่างหนึ่ง ที่ชื่อว่าธรรม เพราะอรรถว่า อันปัจจัยทั้งหลายย่อมทรงไว้ หรือว่า อันปัจจัยทั้งหลายย่อมทรงไว้ตามสภาพ (ดูรายละเอียดใน อภ.ส.อ. (บาลี) ๑/๙๖).

^{๓๒๘} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๒-๔๐๓/๒๕๕-๒๖๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒-๔๐๓/๓๑๖-๓๓๘.

^{๓๒๙} ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๖๙.

^{๓๓๐} ดูรายละเอียดใน ม.อุปริ.(ไทย) ๑๔/๑๔๙/๑๘๙.

^{๓๓๑} ดูรายละเอียดใน ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๑๔๙/๑๘๙.

บรรณานุกรม

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

(๑) พระไตรปิฎก :

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก, ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ .พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.

มหามกุฏราชวิทยาลัย . พระไตรปิฎกและอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

(๒) ปกรณวิเสส อรรถกถา และฎีกา :

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาอรรถกถา.กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๒.

_____ .ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฎีกา. กรุงเทพมหานคร :โรงพิมพ์โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๗.

_____ .ปกรณวิเสสภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาปกรณวิเสส.กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๗.

_____ .วินยปิฎก สมณฑปาสาทิกา มหาวินยคคอกฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

_____ .ทีฆนิกาย สุมงคควิลาสินี สีกุขนทวคคอกฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๒.

_____ .ทีฆนิกาย สุมงคควิลาสินี มหาวคคอกฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๓.

_____ .มชฌมิกาย ปปญจสุทนี มุลปณณาสกอกฎกถา. กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์วิญญูณ,๒๕๓๓.

_____ .มชฌมิกาย มชฌมปณณาสกอกฎกถา. กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๓.

_____ .สังยุตตนิคาย สารตตปกาลินี สคากคคอกฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๓.

_____ .องคตตรนิกาย มโนรทปฐนี ทุกาทินิปาทอกฎกถา. กรุงเทพมหานคร

: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๓.

_____ .ขุททกนิกาย ธมฺมปทฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ .ขุททกนิกาย ปรมตฺถทีปนี สุตตนิปาตอฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๔.

_____ .ขุททกนิกาย เอกกนิปาตชาตกอฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๔.

_____ .ขุททกนิกายสทฺธมฺมปฺปชฺชโรตติกาฆานิทฺเตสอฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๔.

_____ .ขุททกนิกาย สทฺธมฺมปฺปชฺชโรตติกา จุฬนิตฺเตสอฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๔.

_____ .ขุททกนิกาย ปฏิสมฺภิตามคฺคอฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๔.

_____ .ธมฺมสงฺคณี อฎฐสาส์นีอฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๔.

_____ .ปรมตฺถมญฺชฺสา วิสฺสุทฺธิมคฺคมหาฎีกา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

_____ .มิลินฺทปญฺหปกรณํ. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๐.

_____ .มิลินฺทปญฺหอฎกถา ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๑.

_____ .มรฺตุตฺถปฺปกาสิณี นาม มิลินฺทปญฺหฎีกา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๑.

_____ .วิสฺสุทฺธิมคฺคปกรณ. กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๗.

_____ .อภิธรรมปิฎกปญฺจปกรณอฎกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๓๔.

_____ .อภิธมฺมตฺถสงฺคโห. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๒.

_____ .อภิธมฺมตฺถวิภาวีนีฎีกา .กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๒.

_____ .อภิธมฺมตฺถวิภาวีนียา ปญฺจิกา นาม อตฺถโยชนา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หน้าวัดบวรนิเวศวิหาร, ๒๕๓๗.

_____ . อภิธมฺมตฺถสงฺคปาเลีย สห อภิธมฺมตฺถวิภาวีนีนาม อภิธมฺมตฺถสงฺคฎีกา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หน้าวัดบวรนิเวศวิหาร, ๒๕๓๘.

_____ .วิสุทธิมรรค แปล ภาค ๑ ตอน ๒. ฉบับมหายานกุฎราชวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๗, จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : มหายานกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

_____ .วิสุทธิมรรค แปล. ภาค ๒ ตอน ๒. ฉบับมหายานกุฎราชวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๗ จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : มหายานกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

ข. ข้อมูลผู้ตีพิมพ์

พระติสสทัตตเถระ . อภิธมฺมตถวิภาวิณี. มหายานกุฎราชวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหายานกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พระพุทฺธโฆส. วิสุทธิมรรค ปฐมภาค. มหายานกุฎราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหายานกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

_____ . คัมภีร์วิสุทธิมรรค. สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปล และ เรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพฯ : บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘.

พระอุปติสสเถระ รจนา. วิมุตติมรรค. พระเทพโสภณ (ประยูร ฐมฺมจิตฺโต) และคณะแปลจาก ฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระ และพระเขมินทเถระ. อนุสรณ์งานบำเพ็ญกุศลออกเมรุพระราชทานเพลิงศพพระพุทฺธวรญาณ (มงคล วิโรจนมหาเถร ป.ธ.๕), พิมพ์ครั้งที่ ๖, จำนวน ๖,๐๐๐ เล่ม. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระติสสทัตตเถระ . อภิธมฺมตถวิภาวิณี. มหายานกุฎราชวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหายานกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พระพุทฺธโฆส. วิสุทธิมรรค ปฐมภาค. มหายานกุฎราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหายานกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

_____ . คัมภีร์วิสุทธิมรรค. สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปล และ เรียบเรียง,พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพฯ : บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘.

พระญาณชชเถระ (แลตีสยาตอ). อาณาปาทิปณี. พระคณธสาราภิวงศ์ แปลและเรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๘.

_____ . ปรมัตถที่ปณี. แปลโดย พระคณธสาราภิวงศ์. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.

พระธัมมपालมหาเถระ รจนา, อาจารย์สิริ เพ็ชรไชย ป.ธ. ๘ แปล.

ปรมัตถมัญชุสา วิสุทธิมรรคมหาฎีกา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท ธนาเพรส แอนด์ กราฟฟิค จำกัด , ๒๕๔๕.

- _____ . **สังฆธรรมปกาสินี** (บาลี-ไทย) ภาค ๓., สิริ เพ็ชรไชย (และคณะ) แปล, กรุงเทพมหานคร : มุขนิธิภูมิพโลภิกขุ, ๒๕๔๕.
- พระญาณธชเถระ(แลด็สยาดอ), **อานาปานทีปนี**, พระคันธสารากิวงค์ แปล และเรียบเรียง. โรงพิมพ์ไทยรายวันการพิมพ์, กรุงเทพฯ, ๒๕๔๙.
- พระอัครควังสเถระ. **สัททนต์ิธาตุมาลา**. พระธรรมโมลี ตรวจชำระ. พระมหานิมิต ธรรมสาโร และจำรูญ ธรรมดา แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๖.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาดอ), **ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร**, พระพรหมโมลี ศาสตราจารย์พิเศษ (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ, พระคันธสารากิวงค์ แปลและเรียบเรียง (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วน จำกัด ประยูรสาสน์ไทย การพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๑๒๙-๑๓๑.
- _____ . **มหาสติปัฏฐาน ทางสู่พระนิพพาน**. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสารากิวงค์. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.
- _____ . **วิปัสสนาธุณี หลักการวิปัสสนากาวหา (ฉบับสมบูรณ์)**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาสน์ไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓.
- _____ . **วิปัสสนาหัย เล่ม ๑**. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสารากิวงค์. นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐.
- _____ . **วิปัสสนาหัย เล่ม ๒**. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสารากิวงค์. นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐.
- _____ . **คำแนะนำในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเบื้องต้น**. (มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย พิมพ์ที่: กองบริการคำสอนและสิ่งพิมพ์, ม.ป.ป.).
- _____ . **นิพพานกถา**. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ. แปลเรียบเรียงโดย พระคันธสารากิวงค์. กรุงเทพมหานคร: จัดพิมพ์โดยห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาสน์ไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.
- _____ . **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. แปลโดย พระคันธสารากิวงค์. พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, Ph.D.) ตรวจชำระ. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.
- _____ . **หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน**, จำรูญ ธรรมดา แปล.

- กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๖.
- พระภัททนต์อาสาสมมหาเถระ ฐัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุภิกษุฐานาจริยะ, ดร.
- วิปัสสนาที่ปณีฎีกา.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- _____. **วิปัสสนาวงศ์ ในประเทศไทย.** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๔.
- _____. **๑๐๐ ปีอัครมหาภิกษุฐานาจริยะ.** กรุงเทพมหานคร: บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๔.
- สมเด็จพระพุฒาจารย์ (สมเด็จพระสังฆราช อุดมสมมหาเถระ). **อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า,** กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.
- พระญาณโพนิกเถระ , **หัวใจกรรมฐาน,** ชาญ สุวรรณวิภาช แปล, (พิมพ์ครั้งที่ ๕).
- สำนักพิมพ์ศยาม บริษัทเคล็ดไทยจำกัด. กรุงเทพฯ ๒๕๔๑
- พระสังฆมณฑลชวติกะ ฐัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖,** พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพฯ: มูลนิธิสังฆมณฑลชวติกะ จัดพิมพ์. โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๐.
- _____. **ปรมัตถโชติกะ (ปริเฉทที่ ๕)** โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ กรุงเทพฯ. ๒๕๔๐
- พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ.๙). **มุนีนาถที่ปณี,** สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, กรุงเทพฯ. ๒๕๓๙.
- _____. **กัมมวิลาสินี,** สำนักพิมพ์ดอกหญ้า กรุงเทพฯ. ๒๕๔๐
- _____. **กรรมที่ปณี,** สำนักพิมพ์ดอกหญ้า กรุงเทพฯ. ๒๕๔๕
- _____. **โลกที่ปณี,** สำนักพิมพ์ดอกหญ้า กรุงเทพฯ. ๒๕๔๕
- _____. **วิปัสสนาที่ปณี. พิมพ์ครั้งที่ ๒.** กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, ๒๕๔๓.
- พระธรรมธีรราชฆานมุนี (โชดก ญาณสิทธิ), **คู่มือสอบอารมณ์กรรมฐาน,** กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ โรงพิมพ์พิทักษ์อักษร, ๒๕๓๓.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๓๘.
- _____. **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ,** พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- _____. **เทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า.** กรุงเทพมหานคร : อมรินทร์ พริ้นติ้งกรุ๊ป จำกัด. ๒๕๓๐.
- พระคันธสารภิกษุวิงศ์ , **อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถที่ปณี.** พิมพ์ครั้งที่ ๒ , กรุงเทพฯ : ไทยรายวันการพิมพ์ . พฤษภาคม ๒๕๔๖.
- พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี). **อานาปานสติภาวนาลำดับการบรรลุมิติของพระพุทธเจ้า.** สมเด็จพระพุฒาจารย์

(สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระป.ธ.๙, MA, Ph.D.) ตรวจชำระ. กรุงเทพมหานคร
: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.

ค. หนังสือทั่วไป

- ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). **คู่มือการศึกษากรรมฐานสังคหวิภาค** พระ
อภิธรรมมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๙. พระนคร : ประพาสต้นการพิมพ์, ๒๕๐๙.
- จำลอง ดิษยวณิช. **จิตวิทยาของการดับทุกข์**, เชียงใหม่ : กลางเวียงการพิมพ์, ๒๕๔๔.
- _____ . **วิปัสสนากรรมฐานและเชาว์อารมณ์**. เชียงใหม่ : โรงพิมพ์แสงศิลป์ , ๒๕๔๓.
- อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย(หลักสูตรชั้นมัธยมศึกษาอาภิธรรมิกะโท). **วิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพฯ
: เฉลิมชาญการพิมพ์, ๒๕๒๘.
- เดือน คำดี. **ศาสนาเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มхамกุฎราชวิทยาลัย. ม.ป.ป.
- พระธรรมปิฎก(ป. อ. ปยุตโต),. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. กรุงเทพฯ :
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๓๘.
- พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตโต). **เทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า**. กรุงเทพมหานคร :
อมรินทร์ พรินติ้ง กรุ๊ป จำกัด. ๒๕๓๐.
- _____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร :
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๘.
- วศิน อินทสระ. **พุทธวิธีในการสอน**. กรุงเทพฯ ฯ : มหามกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒ .
- _____ **เส้นทางชีวิต**. กรุงเทพฯ ฯ : ศิริลักษณ์การพิมพ์, ๒๕๓๐.
- _____ **พุทธวิธีเผยแผ่พระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๒ . กรุงเทพฯ : พรศิวการพิมพ์,
๒๕๔๒ .
- วศิน อินทสระ. **สาระสำคัญแห่งพุทธปรัชญามหายาน**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์กิจเจริญ,
๒๕๓๑.
- _____ . **โนยโสมนสิการ**. กรุงเทพมหานคร : โอเอส พรินติ้ง เฮ้า จำกัด, ๒๕๔๕.
- _____ . **หลักการและการเวียนว่ายตายเกิด**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมดา,
๒๕๔๕.
- สมัคร บุรวาต. **ปรัชญาของสิทธัตถะ**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๔๒.
- แสง จันทร์งาม. **วิธีสอนของพระพุทธเจ้า**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์บรรณาคาร, ๒๕๒๖.
- _____ . **วิธีสอนของพระพุทธเจ้า**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มхамกุฎราชวิทยาลัย,
๒๕๔๐.
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. **คุณลักษณะพิเศษแห่งพระพุทธศาสนา**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มхам
กุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

_____ . พระไตรปิฎกฉบับประชาชน. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย,
๒๕๓๗.

แสง จันทร์งาม . วิธีการสอนของพระพุทธเจ้า. พิมพ์ครั้งที่ ๑ . กรุงเทพฯ ฯ : มหาจุฬาราช
วิทยาลัย, ๒๕๔๐ .

ธนิศ อยู่โพธิ์, **วิปัสสนาหิยม**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

บุญมี เมธางกูร และ วรณสิทธิ์ ไวกยะเสวี. **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถ
สังคหะปริจเฉทที่ ๑**. กรุงเทพมหานคร : ดวงดีการพิมพ์, ๒๕๓๐.

พินิจ รัตนกุล., รศ.ดร., **สวดมนต์สมาธิ วิปัสสนา รักษาโรคได้**. พิมพ์ครั้งที่ ๓
นนทบุรี. บริษัทเพชรรุ่งการพิมพ์จำกัด, ๒๕๔๗.

ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรมศัพท์ปรัชญา อังกฤษ-ไทย ฉบับราชบัณฑิตย-
สถาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, ๒๕๔๘,

แสง จันทร์งาม. วิธีสอนของพระพุทธเจ้า. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราช
วิทยาลัย, ๒๕๔๐.

สุชีพ ปุญญานุภาพ. **พระไตรปิฎกฉบับประชาชน**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗.

ง. วิทยานิพนธ์

พระครูประคุณสรกิจ (สุชาติ ชีโนโรโส),. การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนา
กัมมัฏฐานตามแนวของสำนักวิเวกอาศรม. **วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธ
ศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาพระพุทธศาสนา)**. บัณฑิตวิทยาลัย มหาจุฬาราช
วิทยาลัย, ๒๕๓๗.

พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี(พรหมจันทร์).“ศึกษาวิเคราะห์หลักปฏิบัติอานาปาน-
สติภาวนา เฉพาะกรณีคำสอนของพุทธทาสภิกขุ”. **วิทยานิพนธ์พุทธ
ศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระมหาประพันธ์ ศุภษร. “ความสำคัญของบุคลิกภาพของพระพุทธเจ้าต่อ
ความสำเร็จในการเผยแผ่พุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**.
บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ๒๕๔๔.

- พระภูริวัฑฒ์ จิตปุณฺณ (ดอกบัว), ศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเข้าถึงความจริงของ
พระพุทฺธศาสนากับวิทยาศาสตร์ : ศึกษากรณีปัจจุสมุปบาท, **หลักสูตร
ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทฺธศาสนศึกษา**, บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยพุทฺธศักราช ๒๕๔๙
- พระอธิการดิเรก ธิธมาโณ (สีหะ) ,ศึกษาการบรรลู่ธรรมของวิปัสสนาญาณิกบุคคล
วิทยานิพนธ์พุทฺธศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต,มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ-
ราชวิทยาลัย, พุทฺธศักราช ๒๕๕๗,
- พันตำรวจโทหญิง สุชาดา พระเขียนทอง,ศึกษาหลักวิปัสสนาภาวนาในเจโตศีล
สูตร, **วิทยานิพนธ์พุทฺธศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**,มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย, พุทฺธศักราช ๒๕๕๕.
- ศิริรักษ์ ชาวสนิท. “บทบาทของพระสารีบุตรและพระโมคคัลลาน์ในการเผยแผร์
พระพุทฺธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต**. ภาควิชา
ตะวันออก. คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๒.
- มาลี อาณากุล,การศึกษาเปรียบเทียบกรรมฐานในคัมภีร์พระอภิธรรมมัตถสังคหะ
กับ คัมภีร์วิสุทธิมรรค และวิธีปฏิบัติกรรมฐานของสำ นักวิปัสสนาอ้อม
น้อยกับวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์,**วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต
สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ**,มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙.
- วริยา ชินวรรณ และคณะ. รายงานวิจัยเรื่อง วิวัฒนาการการตีความคำสอน
เรื่องสมาธิในพระพุทฺธศาสนาฝ่ายเถรวาทในประเทศไทย. คณะ
มนุษยศาสตร์,มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๗.