

๑๕. สมาธิทำให้สติบริสุทธิ์ด้วยอุเบกขา

Concentration Causes Mindfulness Purified by Equanimity

By Nithee Siripat – Siripat.com and Academiae Network. 2015

ความสำคัญของบทความ

การเจริญภาวนาเพื่อให้เกิด “สมาธิ” คือ สมถภาวนา-จิตตภาวนา และ “ปัญญา” คือ วิปัสสนาภาวนา-ปัญญาภาวนา แต่ผู้ที่ได้บรรลุถึง “สมาธิ” ใต้นั้น ย่อมทำให้ “สติ” มีความบริสุทธิ์ด้วย “อุเบกขา” หมายถึง ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง เพื่อเกิดปัญญาคมชัด ความรู้รอบทั่ว นั่นคือ “สัมปชัญญะ” อันแสดงนัยถึง “ปัญญา” เพราะฉะนั้น “สติสัมปชัญญะ” ที่แก้กมลาคมชัดดีพร้อมแล้วด้วย “สมาธิ” จึงเรียกว่า “สติปัญญา” ซึ่ง “สติปัญญา” สามารถพัฒนาตนเองไปสู่ ความแตกฉานทางปัญญา ความรู้แตกฉาน ที่เรียกว่า “ปฏิสัมภิตา ๔” ได้แก่ (๑) “อรรถปฏิสัมภิตา” ปัญญาแตกฉานในอรรถ (๒) “มัคคปฏิสัมภิตา” ปัญญาแตกฉานในธรรม (๓) “นิรุตติปฏิสัมภิตา” ปัญญาแตกฉานในทางนิรุกติ คือ ภาษา (๔) “ปฎิภาณปฏิสัมภิตา” ปัญญาแตกฉานในปฎิภาณ การเข้าถึง “อุเบกขาจิต” จึงเป็นเรื่องสำคัญในการปฏิบัติธรรม ซึ่งจำแนกออกเป็น ๑๐ อย่าง ได้แก่ (๑) “ฉัพพังกุเปกขา” อุเบกขาในองค์ ๖-อารมณ์ ๖ [อินทรีย์ ๖] (๒) “พรหมวิหารกุเปกขา” อุเบกขาในพรหมวิหาร ๔ (๓) “โพชฌังกุเปกขา” อุเบกขาในโพชฌงค์ ๗ (๔) “วิริยกุเปกขา” อุเบกขาในวิริยะ-สัมมัปปธาน ๔ (๕) “สังขารกุเปกขา” อุเบกขาในสังขาร ๓ (๖) “เวทนุกุเปกขา” อุเบกขาในเวทนา ๓ (๗) “วิปัสสนุกุเปกขา” อุเบกขาในวิปัสสนา-วิปัสสนาญาณ ๘ (๘) “คัมมัชฌัตตกุเปกขา” อุเบกขาในความเป็นกลางในธรรมนั้นๆ-เจตสิก ๕๒ (๙) “ฉานุกุเปกขา” อุเบกขาในฉาน ๔ (๑๐) “ปารีสัทธกุเปกขา” อุเบกขาในความบริสุทธิ์-วิสุทธิ ๗ การวางอารมณ์เป็นกลางใน “สภาวะธรรม” ทั้งหลาย เพราะเกิด “สติปัญญา” ที่รู้รอบทั่วถ้วนดีพร้อม จึงไม่มี “เจตนา” เข้าไปปรุงแต่ง “สภาวะธรรม” นั้นๆ ให้เกิดเป็น “ธรรมารมณ์แห่งสังสารทุกข์หรือสังสารวัฏ” ซึ่งจะทำให้เกิด “อกุศลวิบากแห่งอุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกข์” นั่นคือ “โสกะ-ปริเทวะ-ทุกข์-โทมนัส-อุปายาส” เมื่อเข้าถึงภูมิแห่งความบริสุทธิ์หมดจากกิเลสทั้งปลาย “สติ” และ “สัมปชัญญะ” ย่อมเกิดความบริสุทธิ์หมาดจดเช่นกัน “สมาธิ-เอกัคคตา” ทำให้จิตใจมีความเที่ยงไม่หวั่นไหว นั่นคือ เป็นภาวะจิตที่ถูกต้อง คือ “หมดจด-สะอาด-ไม่มีมลทิน-ปราศจากอุปกิเลส-อ่อน-ควร-แ่กงาน-มั่นคง-ไม่หวั่นไหว” อันจะเป็นบาทฐานสำคัญในการเจริญวิปัสสนาภาวนา นั่นคือ การเจริญโสฬสญาณ-ญาณ ๑๖ โดยมี “วิปัสสนาญาณ ๘” ที่เป็นกระบวนการคิดในภูมิแห่งวิปัสสนาเพื่อทำลาย “อุปาทานขันธ ๕” ที่เรียกว่า “วฏฐานคามินีปฏิปทา” คือ วิปัสสนาที่ให้ถึงมรรค วิปัสสนาที่เจริญแก้กมลาคมชัดดีพร้อม ทำให้เข้าถึงมรรค วิปัสสนาที่เชื่อมต่อให้ถึงมรรค โดยการทำลายสังขารธรรม [สังขตธรรม] ให้หมดสิ้นไป การจะทำลายสังขารทั้งหลายใต้นั้น จึงต้องอาศัย “สมาธิที่บริสุทธิ์แห่งกุศลจตุตถฌานจิต” ที่ทำให้ “สติ” และ “สัมปชัญญะ” อยู่ในภาวะที่บริสุทธิ์หมดปราศจากนิเวรณเช่นกัน.



บทความที่ ๑๕ ประจำปี ๒๕๕๘ – สมาธิทำให้สติบริสุทธิ์ด้วยอุเบกขา

ความสำคัญของสมาธินั้น เป็นเรื่องใหญ่ที่บ่งบอกถึงความสำเร็จทั้งทางโลกและทางธรรม ผู้ที่มีสมาธิสั้น ย่อมเป็นผู้มีอารมณ์หงุดหงิดได้ง่าย คือ “**มีใจหงุดหงิดมีจิตฟุ้งซ่าน**” ไม่ดำรงมั่นในสติสัมปชัญญะ ไม่ตั้งมั่นในจิตตสมาธิ และอ่อนแอในการหมั่นประกอบความเพียร ไม่ใช่ “**วิชรูปมจิตโต**” คือ มีจิตเช่นกับเพชร เพราะสามารถทำการ โคนรากล้างของกิเลสทั้งหลายได้ แต่เป็น “**มีจิตเช่นกับแผลเรื้อรัง**” [อรุณูปมจิตโต] ย่อมกำเริบด้วยสามารถแห่งความโกรธ [กุปฺปติ] ย่อมถึงความหงุดหงิด คือ ความกระด้าง [ปติตฺถิยติ] ย่อมละสภาพปกติ คือ เป็นของเน่า [พฺยาปชฺชติ-ความขุ่นจิต อาการเปลี่ยนแปลงต่างๆ เพราะจิตวิบัติ] มีความโกรธมีกำลังทราม [โกป-โกโป-ความเคือง] ย่อมมี “**โทสะ-จิตอาฆาต**” ที่มีกำลังมากกว่าความหงุดหงิดนั้น ด้วยสามารถแห่งความประทุษร้าย [โทส-โทโส-การคิดประทุษร้าย กิริยาที่คิดประทุษร้าย] และมี “**โทมนัส-ปฏิวโรธ-ความแค้นเพราะคับแค้นใจ**” ที่เป็นอาการแห่งความไม่พอใจ การอุปมาเทียบเคียง “**อารมณ์หงุดหงิดฟุ้งซ่าน**” เป็นเช่น “**แผลเรื้อรัง-ทูลฐารุโก**” ซึ่งแผลเรื้อรังจะหลั่งออกซึ่งของ ๓ อย่างนี้ คือ “**หนอง-เลือด-และ-เยื่อ**” ตามธรรมดาของคนอยู่แล้ว แต่เมื่อถูกกระทบเข้า จะหลั่งสิ่งเหล่านั้นออกยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้น “**คนมักโกรธ**” [ปฏิฆาโต-ความขัดเคือง] จึงเปรียบเหมือนแผลร้าย จรณะ [พฺฤติกรรม] ของคนมักโกรธ พึงเห็นเหมือนการหลั่ง [ของไม่สะอาด] ของแผลร้ายนั้นออกไปตามธรรมดาของคนบ้าง หรือ “**ผู้ดูร้าย**” ย่อมมีจรณะ [พฺฤติกรรม] เหมือนการหลั่ง “**หนอง-เลือด-และ-เยื่อ**” ของซากศพที่ขึ้นพองออกไปตามธรรมดาของคนบ้าง แค่ว่าพูดเล็กน้อย ก็เปรียบเหมือนถูกกระทบด้วยไม้หรือกระบอง ภาวะที่เขาจะลำพองมากยิ่งขึ้นว่า คนผู้นี้ ก็กล้าที่จะพูดเช่นนี้กับคนอื่นได้หมด พึงเปรียบเหมือนการไหลออกมากยิ่งขึ้นแห่งแผลเรื้อรัง เพราะฉะนั้น ผู้มีนิสัยอารมณ์ที่หงุดหงิดฟุ้งซ่าน จึงเป็นผู้โกรธง่ายและมีจิตใจคูร้าย ขาดสติสัมปชัญญะ ไม่มีเหตุผล ดังสภาพแผลเรื้อรังเน่าเปื่อยพะ กระทบกับอารมณ์อะไรเพียงเล็กน้อย ก็จะฉุนเฉียว ดุดัน ร้ายกาจ ผลุนผลัน โกรธง่าย โกรธเร็ว ที่เรียกว่า “**มโนปโทโส**” หมายถึง ธรรมชาติประทุษร้ายใจ เพราะเกิดขึ้นประทุษร้ายใจ คำว่า “**โกรธ**” [โกรธ] เพราะด้วยสามารถแห่งการโกรธ อาการแห่งการโกรธ คำว่า “**กุซณนา**” คือ กิริยาที่โกรธ กิริยาที่คิดประทุษร้าย “**กุซณิตตต**” [ความโกรธ] คือ ภาวะแห่งจิตที่โกรธ ด้วยเหตุนี้ “**ความฟุ้งซ่าน-ความหงุดหงิด-ความโกรธ-ความคิดประทุษร้าย-ความขัดเคือง**” [มีจนาสังกัปปะ] จึงเป็นภาวะแห่งอกุศลวิบากในปฏิจาสมุปบาท ที่อยู่ในชุด “**โสกะ-ปริเทวะ-ทุกข-โทมนัส-อุปายาส**” กล่าวโดยสรุป คือ มีสติสัมปชัญญะไม่ครบบริบูรณ์ สติไม่บริสุทธิ์ ปัญญาไม่คมชัด ไม่ใช่ “**สังวรสุทธิ**” หมายถึง ความบริสุทธิ์ด้วยสังวร ความสำรวมที่เป็นเครื่องทำให้บริสุทธิ์ ที่เรียกว่า “**อินทริยสังวร**” คือ สำรวมอินทริย์ ๖ คือ “**ตา-หู-จมูก-ลิ้น-กาย-ใจ**” ไม่ให้ยินดียินร้าย [อุเบกขาเวทนา] ในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง คมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้อง โผฏฐัพพะ ฐีธรรมารมณ์ด้วยใจ การสำรวมระวังไม่ให้กิเลสครอบงำใจในเวลารับรู้อารมณ์ทางอินทริย์ทั้ง ๖ หรือ “**ปาริสุทธิศีล ๔**” ที่เรียกเต็มว่า “**อินทริยสังวรศีล**” แปลว่า “**ศีลคือความสำรวมอินทริย์**” นั้นเอง



ดังนั้น จะเห็นได้ว่า “ความฟุ้งซ่าน-ความหงุดหงิด-ความโกรธ-ความคิดประทุษร้าย-ความขัดเคือง” เป็นคุณสมบัติทางจิตของปุถุชนเป็นส่วนใหญ่ ผู้รู้ไม่เท่าทันกิเลสทั้งหลาย พอพูดอะไรนิดอะไรหน่อย ก็โกรธง่ายหายเร็ว ไม่มีเหตุผลด้วยวิจารณ์ญาณที่มี “สติสัมปชัญญะ” สมบูรณ์ครบรอบ “เพียร-วิปริต-วิปลาสา” เป็นคนเจ้าอารมณ์ “ผีเข้าผีออก” [คิดอุบาทว์] อยู่เสมอ บุคคลเหล่านี้ยอมทำงานใหญ่ให้สำเร็จได้ยาก เพราะพื้นจิตสันดานยังถูกกลุ่มมรุมจิต [ปริยภูฐาน] ด้วยนิเวศน์ อันหมายถึง “นิเวศน์ ๕ อวิชา อรติ และอกุศลธรรมทั้งปวง” การชำระบาราศนิเวศธรรมและจิตตอุปกิเลสให้ปราศจากไปในจิตนั้น คือ การเจริญอริยมรรค อันหมายถึง ทางอันประเสริฐ ทางดำเนินของพระอริยะ ญาณอันให้สำเร็จความเป็นพระอริยะ คือ “มัคคญาณ-มรรค ๔” ได้แก่ “โสดาปัตติมรรค-สกทาคามีมรรค-อนาคามีมรรค-และ-อรหัตตมรรค” หรือในอีกนัยหนึ่ง หมายถึง “มรรคมืองค์ ๘” หรือ “อริยมรรคมืองค์ ๘” ที่เรียกเต็มว่า “อริยอัฏฐังคิกมรรค” ได้แก่ “สัมมาทิฐิ-สัมมาสังกัปปะ-สัมมาวาจา-สัมมากัมมันตะ-สัมมาอาชีวะ-สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ” ทั้งหมดรวมกันหมายถึง “เส้นทางสายกลางแห่งปัญญา” ที่เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิปทา” นั่นคือ (๑) เริ่มต้นด้วยปัญญา (๒) ดำเนินด้วยปัญญา และ (๓) นำไปสู่ปัญญาอันยิ่งขึ้นไป ซึ่งหมายถึง “จักขุ-ญาณ-วิชา-ปัญญา-อาโโลโก” รวมทั้ง “อภิญญาธรรม” ทั้งหมด หรือ “อริยมรรค-อุตตริมนุสสธรรม” [ธรรมวิเศษ-คุณวิเศษ] ผู้ที่มีจิตที่ฟุ้งซ่าน จิตที่หวั่นไหว จิตที่สัลดาย จิตที่วอกแวก ย่อมเข้าถึง “อริยมรรค” ได้ยากเป็นกรณีพิเศษ ซึ่งต้องอาศัยความอดทน [ขันติ] ความหมั่นเพียร [วิริยะ] และการพัฒนาปัญญา [ญาณ] อย่างเอาใจจริงเอาใจเช่นกัน จะมาทำเล่นเป็นลึงหลอกเจ้านั้น คงไม่ได้แน่นอน ฉะนั้น คำว่า “สมาธิ” [Concentration] จะเป็นคำที่เกี่ยวข้องกับ คำว่า (๑) “อธิจิตต์” [Higher Mentality] จิตอันยิ่ง (๒) “สมถะ” [Tranquility] หรือ “ปัสสัทธิ” ความสงบราบรื่น และ (๓) “ฌาน” [Meditative Absorptions] การเพ่งอารมณ์แห่งกรรมฐาน และธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับ “สมาธิ” คือ “ความฟุ้งซ่านแห่งนิเวศน์ ๕” แต่คำว่า “สมาธิ” หรือ “เอกัคคตาแห่งสมาธิ” ซึ่งสื่อถึง คำว่า “วิเวก ๓” หมายถึง ความสงบ ได้แก่ (๑) อยู่ในที่สงบเป็น “กายวิเวก” (๒) จิตสงบเป็น “จิตตวิเวก” และ (๓) หมดกิเลสปราศจากนิเวศน์เป็น “อุปธิวิเวก” หรือ คำว่า “ปฏิสัถถานะ” หมายถึง การหลีกเร้น การปลีกตัวออกไปจากความพลุกพล่านวุ่นวาย หรือจากอารมณ์หลากหลายที่อาจรบกวน สู่ความสงบวิเวก การอยู่ลำพัง นอกจากนี้ “สมาธิ” ยังสื่อถึงธรรมเครื่องที่ชำระจิตใจให้สะอาด ผุดผ่อง เบิกบาน บริสุทธ์ จากนิเวศน์ทั้งหลาย ไม่เศร้าหมอง ไม่ขุ่นมัว ไม่สทรรคด้วย “อุปกิเลส” ที่ย่างเข้ามาในจิต แต่ยังไม่ปราศจาก “อนุสยกิเลส-กิเลสอนุสัย” ที่เรียกว่า “จิตประภัสสร” [ปฐมวิญญา-มโนธาตุ-ฐิติภูตัง-ภวังคจิต] จิตตามสภาพดั้งเดิม ไม่ใช่จิตในกระแสวิถีแห่ง “วิถีจิต” [ชวนจิต-มโนวิญญาณ (ข้อ ๖ ในวิญญาณ ๖) = ความรู้ที่เกิดขึ้นเพราะธรรมารมณ์เกิดกับใจ ธรรมเกิดกับใจเกิดความรู้ขึ้น ความรู้อารมณ์ทางใจ] ในอันดับต่อไปให้พิจารณาขียนทั้งหลายที่เกี่ยวข้องกับ คำว่า “สมาธิ” ดังนี้



- (๑) “อธิจิต-อธิจิตต์” หมายถึง จิตอันยิ่ง เรื่องของการเจริญสมาธิอย่างสูง หมายถึง “ฌานสมาบัติ” ที่เป็นบาทแห่งวิปัสสนา หรือแม้สมาธิที่เจริญด้วยความรู้เข้าใจโดยมุ่งให้เป็นปัจจัยแห่งการก้าวไปใน “มรรค”
- (๒) “อธิจิตตสิกขา” (ข้อ ๒ ในสิกขา ๓-ไตรสิกขา) หมายถึง เรื่องอธิจิตต์อันจะต้องศึกษา การศึกษาในอธิจิตต์ ข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรมพัฒนาจิตใจอย่างสูงเพื่อให้เกิดสมาธิ ความเข้มแข็งมั่นคงพร้อมทั้งคุณธรรมและคุณสมบัติที่เกื้อกูลทั้งหลาย เช่น สติ ขันติ เมตตา กรุณา สดชื่น เบิกบาน เป็นสุข ผ่องใส อันจะทำให้จิตใจมีสภาพอ่อนโยน ที่เหมาะแก่การใช้งาน เฉพาะอย่างยิ่ง ให้เป็นฐานแห่งการเจริญปัญญา เรียกกันง่ายๆ ว่า “สมาธิ” นอกจากนี้ ยังหมายถึง (๑) “สัมมาวายามะ” (ข้อ ๖ ในมรรค) คือ เพียรชอบ คือ เพียรใน “สัมมปฺปธาน ๔” [ปธาน ๔] ความเพียรใหญ่ ได้แก่ สังวรปธาน ๑ ปหานปธาน ๑ ภวานาปธาน ๑ อนุรักษนาปธาน ๑ (๒) “สัมมาสติ” (ข้อ ๗ ในมรรค) คือ ระลึกรชอบ คือ ระลึกใน “สติปัฏฐาน ๔” ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑ (๓) “สัมมาสมาธิ” (ข้อ ๘ ในมรรค) คือ ตั้งจิตมั่นชอบ จิตมั่นชอบ คือ สมาธิที่เจริญตามแนวของ “ฌาน ๔” ได้แก่ ปฐมฌาน ๑ ทุติยฌาน ๑ ตติยฌาน ๑ จตุตถฌาน ๑ และ (๔) “สัมมาวิมุตติ” (ข้อ ๑๐ ในสัมมัตตะ ๑๐) คือ หลุดพ้นชอบ ได้แก่ อรหัตตผลวิมุตติ
- (๓) “สมาธิ” (ข้อ ๒ ในไตรสิกขา ข้อ ๔ ในพละ ๕ ข้อ ๖ ในโพชฌงค์ ๗) หมายถึง ความมีใจตั้งมั่น ความตั้งมั่นแห่งจิต การทำให้ใจสงบแน่น ไม่ฟุ้งซ่าน ภาวะที่จิตตั้งเรียบแน่วอยู่ในอารมณ์ คือ สิ่งอันหนึ่งอันเดียว มักใช้เป็นคำเรียกง่ายๆ สำหรับ “อธิจิตตสิกขา”
- (๔) “เอกัคคตา” (ข้อ ๕ ในเจตสิก ๕๒) หมายถึง จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ความมีอารมณ์เป็นอันเดียว คือ ความมีจิตแน่วแน่วอยู่ในอารมณ์อันเดียว ได้แก่ สมาธิในทริยเอกัคคตาแห่งสมาธิ เอกัคคตาแห่งจิต หรือ เอกัคคตาแห่งวิเวก
- (๕) “สมาธิ ๒” หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต ภาวะที่จิตสงบนิ่งจับอยู่ที่อารมณ์อันเดียว ได้แก่ (๑) “อุปจารสมาธิ” สมาธิจวนเจียน หรือ สมาธิเฉียดๆ (๒) “อปปนาสมาธิ” สมาธิแน่นแน่ว
- (๖) “สมาธิ ๓” หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต ภาวะที่จิตสงบนิ่งจับอยู่ที่อารมณ์อันเดียว ได้แก่ (๑) “ขณิกสมาธิ” (๒) “อุปจารสมาธิ” (๓) “อปปนาสมาธิ”
- (๗) “สมาธิ ๓” หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต อันหมายถึง “สมาธิในวิปัสสนา” หรือ “ตัววิปัสสนา” นั่นเอง แยกประเภทตามลักษณะการกำหนดพิจารณาไตรลักษณ์ ข้อที่ทำให้สำเร็จความหลุดพ้น ได้แก่ (๑) “สุญญตสมาธิ” คือ สมาธิอันพิจารณาเห็นความว่าง ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนดอนัตตลักษณะ (๒) “อนิมิตตสมาธิ” คือ สมาธิอันพิจารณาธรรมไม่มีนิมิต ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนดอนิจจลักษณะ (๓) “อปปณฺ्हิตสมาธิ” คือ สมาธิอันพิจารณาธรรมไม่มีความตั้งปรารถนา ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนดทุกขลักษณะ
- (๘) “สมาธิขั้นธ” หมายถึง หมวดธรรมจำพวกสมาธิ เช่น ฉันทะ วิริยะ จิตตะ ชาคริยานุโยค กายคตาสติ เป็นต้น



- (๙) “**ธรรมสมาธิ ๕**” หมายถึง ธรรมที่ทำให้เกิดความมั่นคงในธรรม เกิดความมั่นใจในการปฏิบัติธรรม
 ถูกต้อง กำจัดความข้องใจสงสัยเสียได้ เมื่อเกิดธรรมสมาธิ คือความมั่นคงในธรรม ก็จะเกิดจิตต
 สมาธิ คือความตั้งมั่นของจิต ได้แก่ (๑) “**ปราโมทย์**” ความชื่นบานใจ ร่าเริงสดใสร (๒) “**ปีติ**” ความอึด
 ใจ ความปลื้มใจ (๓) “**ปัสสัทธิ**” ความสงบเย็นกายใจ ความผ่อนคลายร้อนสบาย (๔) “**สุข**” ความรื่นเริง
 ไร้ความข้องขัด (๕) “**สมาธิ**” ความสงบอยู่ตัวมั่นสนิทของจิตใจ ไม่มีสิ่งรบกวนร่ำระคาย
- (๑๐) “**ฌาน ๒**” หมายถึง การเพ่ง การเพ่งพินิจด้วยจิตที่เป็นสมาธิแน่วแน่ ได้แก่ (๑) “**อรัम्मณูปนิชฌาน**”
 การเพ่งอารมณ์ ได้แก่ “**สมาบัติ ๘**” คือ “**รูปฌาน ๔**” และ “**อรุฌาน ๔**” (๒) “**ลักขณูปนิชฌาน**” การ
 เพ่งลักษณะ ได้แก่ วิปัสสนา มรรค และ ผล นั่นคือ “**วิปัสสนา**” ชื่อว่าลักขณูปนิชฌาน เพราะพินิจ
 สังขารโดยไตรลักษณ์ “**มรรค**” ชื่อว่าลักขณูปนิชฌาน เพราะยังกิจแห่งวิปัสสนานั้นให้สำเร็จ “**ผล**” ชื่อ
 ว่าลักขณูปนิชฌาน เพราะเพ่งนิพพานอันมีลักษณะเป็น **สุญญตะ อนิมิตตะ** และ **อัปณิหิตะ** อย่าง
 หนึ่ง และเพราะเห็นลักษณะอันเป็นสัจภาวะของนิพพาน อย่างหนึ่ง ในข้อนี้ ให้ถือว่า “**การเจริญ
 ภาวนา**” ทั้ง ๒ ประเภท คือ “**สมถภาวนา**” กับ “**วิปัสสนาภาวนา**” เป็นการเจริญฌานสมาบัติที่เข้าถึง
 การเจริญวิปัสสนาญาณในขณะเดียวกัน
- (๑๑) “**ฌาน ๒**” หมายถึง ภาวะจิตที่เพ่งอารมณ์จนแน่วแน่ ได้แก่ (๑) “**รูปฌาน ๔**” ฌานมีรูปธรรมเป็น
 อารมณ์ ฌานที่เป็นรูปาวจร (๒) “**อรุฌาน ๔**” ฌานมีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ฌานที่เป็นอรุปาจร
- (๑๒) “**ฌาน ๔**” หมายถึง การเพ่งอารมณ์จนใจแน่วแน่เป็น “**อัปนาสมาธิ**” ภาวะจิตสงบประณีต ซึ่งมี
 “**สมาธิ**” คือ “**เอกัคคตา**” เป็นองค์ธรรมหลัก ได้แก่ (๑) “**ปฐมฌาน**” [ฌานที่ ๑] มีองค์ฌาน ๕ คือ วิตก
 วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตา (๒) “**ทุติยฌาน**” [ฌานที่ ๒] มีองค์ฌาน ๓ คือ ปีติ สุข เอกัคคตา (๓) “**ตติย
 ฌาน**” [ฌานที่ ๓] มีองค์ฌาน ๒ คือ สุข เอกัคคตา (๔) “**จตุตถฌาน**” [ฌานที่ ๔] มีองค์ฌาน ๒ คือ
 อุเบกขา เอกัคคตา
- (๑๓) “**สมถะ**” (ข้อ ๑ ในกรรมฐาน ๒ หรือ ภาวนา ๒) หมายถึง ธรรมเป็นเครื่องสงบระงับจิต ธรรมยังจิตให้
 สงบระงับจากนิวรณ์ปกิเลส การฝึกจิตให้สงบเป็น “**สมาธิ**”
- (๑๔) “**สมถกัมมัฏฐาน**” [สมถกรรมฐาน] หมายถึง กรรมฐานคือสมถะ งานฝึกจิตให้สงบ

องค์ความรู้ทั้งหมดที่กล่าวถึงนี้ เป็นความรู้พื้นฐานสำหรับการบำเพ็ญเพียรภาวนาในพุทธศาสนา ไม่ใช่การ
 นึกคิดจะทำสมาธิหรือปฏิบัติธรรมก็นั่งหลับตาไปเลย ชนิดเอาให้เหมาะตามอารมณ์ของแต่ละคน ก็คงใช้
 เวลานานกว่าจะเข้าที่เข้าทางที่ถูกต้อง ที่จะบรรลุผลจริง คุณลักษณะสำคัญของการเป็นผู้คงแก่เรียน ผู้
 ได้เล่าเรียนสดับฟังมาก ที่ได้ชื่อว่า “**พหุสัจจะ**” นั้น เป็นของจำเป็นสำหรับ “**ผู้ปฏิบัติธรรม-ผู้บำเพ็ญเพียร
 ภาวนา**” เพื่อให้ได้ประสบการณ์ก่อนลงมือปฏิบัติจริง ไม่ว่าจะป็นฝ่ายสมถะหรือฝ่ายวิปัสสนาก็ตาม การ
 แสวงหาความรู้ในเรื่องที่สนใจให้ลึกซึ้งละเอียดถี่ถ้วนไว้ก่อน เป็นการสั่งสมประสบการณ์ที่ดี ทำให้
 ดำเนินการในกิจนั้น ไม่เกิดความผิดพลาด หรือผิดแนวทางแห่ง “**มัชฌิมาปฏิปทา**” คือ ออกนอกกลุ่มนอกทาง
 ในการประพฤติปฏิบัติตาม “**อริยมรรคมีองค์ ๘**” กลายเป็นเรื่องภาวะที่ผิด สิ่งที่ผิด ที่เรียกว่า “**มิจฉิตตะ ๑๐**”



อันจะนำความล้มเหลวมาสู่การปฏิบัติธรรม ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายในการสร้างกุศลกรรม อันเป็นพื้นฐานของการเจริญสมณะและการเจริญวิปัสสนาต่อไป ยิ่งเป็นบุคคลที่มั่นใจในตนเองสูง สบประมาณความรู้คนอื่น ก็ยังมีปัญหาซับซ้อนมากขึ้น เพราะมีจิตที่ต้องการเอาชนะผู้อื่น แข่งดีแข่งเด่นกับผู้อื่น จนกลายเป็นผู้มีจิตฟุ้งซ่านหวาดระแวงผู้อื่น หวั่นเกรงสงสัย กลัวความดีของผู้อื่น ไม่เกิดความยินดีกับกุศลกรรมในผู้อื่น มีจิตใจคับแคบ ข่อมเป็นผู้เห็นธรรมได้ยากในที่สุด

เพราะฉะนั้น ความเป็นผู้มีใจกว้าง มองโลกในแง่ดี มีวิสัยทัศน์กว้างไกล มีมุมมองที่รอบด้านด้วยกระบวนการทัศน์ที่มีเหตุผล มีความนึกคิดความเชื่อที่สอดคล้องกับเป็นจริงตาม “**กฏธรรมชาติ**” [Natural Law] อันเป็น “**ภูมิรู้-ภูมิธรรม-ภูมิปัญญา**” ที่เรียกว่า “**วิปัสสนาภูมิ-ปัญญาภูมิ**” ที่ประกอบด้วยหลักธรรมสำคัญแห่งการเจริญปัญญา ได้แก่ **ขันธ ๕** **อายตนะ ๑๒** **ธาตุ ๑๘** **อินทรีย์ ๒๒** **อริยสัจ ๔** **ปฏิจาสมุปบาท ๑๒** ซึ่งเป็นความจริง “**สัจธรรมที่สูงสุด**” ที่เรียกว่า “**ปรมัตตสัจจะ**” องค์ความรู้ดังกล่าวนี้ ผู้ปฏิบัติธรรม ผู้บำเพ็ญเพียรภาวนานั้น ก็สามารถศึกษาค้นคว้าด้วยตนเองได้ ที่เรียกว่า “**ปรโตโมสะ**” [สุตมยปัญญา] แล้วนำมาครุ่นคิดพิจารณาไตร่ตรองอย่างถูกต้องวิธีมีระเบียบการคิดที่ฉลาดแยกแยะด้วยอุบายในใจที่สืบเนื่องในตนตามหลักธรรม “**ปฏิจาสมุปบาท-อิทัปปัจจยตา-ปัจจยการ-ตตตา**” ที่เรียกว่า “**โยนิโสมนสิการ**” [จินตามยปัญญา] คำว่า “**ปฏิจาสมุปบาท-อิทัปปัจจยตา-ปัจจยการ-ตตตา**” นั้น หมายถึง “**การที่ธรรมทั้งหลายอาศัยกัน เกิดขึ้นพร้อม**” ๑ **สภาพอาศัยปัจจัยเกิดขึ้น** ๑ **การที่สิ่งทั้งหลายอาศัยกันจึงเกิดมีขึ้น** ๑ **การที่ทุกขเกิดขึ้นเพราะอาศัยปัจจัยต่อเนื่องกันมา** ๑ **อาการที่เป็นปัจจัยแก่กัน [ปัจจยการ]** ๑ **ความเป็นอย่างนั้น** ๑ **ความเป็นเช่นนั้น** ๑ **ภาวะที่สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นของมันอย่างนั้นเอง** คือ เป็นไปตามเหตุปัจจัย [ตตตา] มิใช่เป็นไปตามความอ้อนวอนปรารภณา หรือการคลบ้นดาลของใครๆ ๑ อนึ่ง การเจริญหลักธรรม “**ปฏิจาสมุปบาท ๑๒**” ให้มากย่อมเกิด “**ปัญญาเห็นธรรม**” ได้ คือ “**ปัจจยปริคคญาณ**” (ข้อ ๒ ในโสฬสญาณ-ญาณ ๑๖) หมายถึง ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามและรูป คือรู้ว่า “**รูปธรรม**” และ “**นามธรรม**” ทั้งหลาย [นามรูป] เกิดจาก “**เหตุปัจจัย**” และเป็นปัจจัยแก่กัน อาศัยกัน โดยรู้ตามแนว “**ปฏิจาสมุปบาท**” ก็ดี ตามแนว “**กฎแห่งกรรม**” ก็ดี ตามแนว “**วิญญะ ๓**” ก็ดี เป็นต้น [ให้พิจารณาตาม “**ปฏิจาสมุปบันธรรม**” คือ หลักธรรมที่แสดงถึงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นด้วยอาศัยเหตุเช่นกัน เช่น อัทธา ๓ มุล ๒ เป็นต้น ที่เป็นองค์ประกอบใน “**ภวจักร**”] “**ปัจจยปริคคญาณ**” นี้ ยังแสดงนัยถึง “**ทิพพจักขุญาณ**” (ข้อ ๒ ในวิชชา ๓) ที่เรียกอีกอย่างว่า “**จตุปปาตญาณ**” หมายถึง ญาณกำหนดรู้จติและอุบัติแห่งสัตว์ทั้งหลาย อันเป็นไปตามกรรม เห็นการเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์ทั้งหลาย

อย่างไรก็ตาม สิ่งที่ทำก่อนในขั้นแรก คือ การรักษาศีลให้บริสุทธิ์ เช่น ศีล ๕ ศีล ๘ หรือ ศีล ๑๐ ตามสมควรแห่งฐานะของบุคคลที่เป็นไปได้จริง ให้พิจารณาถึง “**อริสัสสิกขา**” ได้แก่ “**สัมมาวาจา-สัมมากรรม-สัมมาอาชีวะ**” เมื่อมีศีลที่บริสุทธิ์ด้วยการประพฤติที่สะอาดบริสุทธิ์จนกลายเป็น “**ศีล**” นั่นคือ “**สังวรสุทธิ**” แห่งการเจริญ “**อินทรีย์สังวร**” นั่นคือ ความบริสุทธิ์ด้วยสังวร ความสำรวมที่เป็นเครื่องทำให้บริสุทธิ์ คำว่า



“อินทรียสังวร” (ข้อ ๑ ในอภินิหารกปฏิปทา ๓ ข้อ ๒ ในปาริสุทธิศีล ๔ ข้อ ๒ ในองค์แห่งภิกษุใหม่ ๕) หมายถึง ส้ารวม “อินทรีย ๖” คือ “ตา-หู-จมูก-ลิ้น-กาย-ใจ” ไม่ให้ยินดียินร้ายในเวลาเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องโผฏฐัพพะ ฐัฐธรรมารมณด้วยใจ หรือ การระวังไม่ให้กิเลสครอบงำใจในเวลารับรู้ารมณ ทางอินทรียทั้ง ๖ ส่วน “อินทรียสังวร” ที่เป็นข้อ ๒ ในปาริสุทธิศีล ๔ นั้น เรียกเต็มว่า “อินทรียสังวรศีล” แปลว่า “ศีลคือความส้ารวมอินทรีย” เมื่อมีศีลบริสุทธิดีพร้อมแล้ว ค่อยก้าวสู่การพัฒนาจิตใจให้คงาม สะอาด ผุดผ่อง บริสุทธิ ให้เป็นจิตที่ปราศจากนิวรรณ คำว่า “นิวรรณ” หมายถึง นิวรรณ ๕ [กามฉันทะ- พยาบาท-ถีนมิททะ-อุทธัจจกุกกัจจะ-วิจิกิจฉา] อวิชชา อรติ และ อกุศลธรรมทั้งปวง ธรรมเหล่านี้เป็น “นิวรรณ” ไม่ใช่แค่ “นิวรรณ ๕” หรือ “นิวรรณธรรม” เท่านั้น ฉะนั้น การพัฒนาจิตใจให้คงาม สะอาด บริสุทธิ ปราศจากอุปกิเลสทั้งหลาย เรียกว่า “จิตตภาวนา-สมถภาวนา-สมถกรรมฐาน” เรียกสั้นๆ ว่า “สมถะ-สมาธิ-ฌาน” กุศลวิบากแห่งการปฏิบัติธรรมในขั้นนี้ คือ “จิตประภัสสร” แห่งกุศลจตุตถฌานจิต ซึ่งเป็นจิต ที่ประกอบด้วย “อริยมรรคมีองค์ ๘” ครบถ้วน และประกอบด้วยองค์ฌาน ๒ คือ (๑) “อุเบกขา” คือ ความวางเฉยในอารมณ์เพราะเกิดสติสัมปชัญญะ คือ ระลึกได้รู้ทั่วถ้วน และ (๒) “เอกัคคตาแห่งสมาธิ” เมื่อจิตตั้งมั่นอย่างนี้ได้แล้ว “จิต” จะอยู่ตามสภาพที่ “หมดจด-สะอาด-ไม่มีมลทิน-ปราศจากอุปกิเลส-อ่อน-ควรแก่ งาน-มั่นคง-ไม่หวั่นไหว” นั่นคือ กลายเป็น “สมาธิในวิปัสสนา” หรือ “จิตตัววิปัสสนา” เพราะประกอบด้วย “สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ” ที่สมบูรณ์ด้วย “จิตตสมาธิ” กับ “ธรรมสมาธิ ๕” และ “โพธิปักขิย ธรรม ๓๗” ได้แก่ สติปฏิฐาน ๔ สัมมปธาน ๔ อิทธิบาท ๔ อินทรีย ๕ พละ ๕ โภชณค ๗ มรรคมีองค์ ๘ ในขั้นตอนนี้ เรียกได้ว่าเป็น “สมถกรรมฐาน-สมถภาวนา” ที่สมบูรณ์ที่สุด ที่จะก้าวต่อไปในบาทฐานแห่ง วิปัสสนาภาวนา เมื่อผู้ปฏิบัติธรรม ผู้บำเพ็ญเพียรภาวนา ได้เจริญสมถภาวนาให้มาก ให้สืบเนื่องอยู่เรื่อยๆ เป็นนิตยัตถิแล้ว “อุเบกขาเวทนา” ก็เกิด “ฌานูปেকขา” ก็เกิด และ “ตัตรมฆณตตุเปกขา” ก็เกิด เช่นกัน คือ “อุเบกขาในความวางตนเป็นกลางในธรรมนั้นๆ” กล่าวโดยสรุป ย่อมเข้าถึง “อุเบกขา ๑๐” ที่จะเกิดในภูมิ แห่งวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ นั่นเอง ดังนี้

- (๑) “จพิงคูปেকขา” —อุเบกขาในองค์ ๖-อารมณ์ ๖ [อินทรีย ๖]
- (๒) “พรหมวิหารรูปเอกขา” —อุเบกขาในพรหมวิหาร ๔
- (๓) “โพชฌังคูปเอกขา” —อุเบกขาในโพชฌังค ๗
- (๔) “วิริยูปเอกขา” —อุเบกขาในวิริยะ - สัมมปธาน ๔
- (๕) “สังขารูปเอกขา” —อุเบกขาในสังขาร ๓
- (๖) “เวทณูปเอกขา” —อุเบกขาในเวทนา ๓
- (๗) “วิปัสสนูปเอกขา” —อุเบกขาในวิปัสสนา-วิปัสสนาญาณ ๘
- (๘) “ตัตรมฆณตตุเปกขา” —อุเบกขาในความเป็นกลางในธรรมนั้นๆ -เจตสิก ๕๒
- (๙) “ฌานูปเอกขา” —อุเบกขาในฌาน ๔
- (๑๐) “ปาริสุทธิรูปเอกขา” —อุเบกขาในความบริสุทธิ-วิสุทธิ ๗



ในการเจริญภาวนานั้น ทั้ง “สมถภาวนา” กับ “วิปัสสนาภาวนา” ย่อมเกิดมรรคผลสืบเนื่องควบคู่กัน เช่น การบรรลุถึง “มรรค ๔” นั้น ต้องอาศัย “สมาธิในวิปัสสนา” ที่เรียกว่า “มรรคสมาธิ” [ทำหน้าที่เป็นจิตตัววิปัสสนาในการชำระบาราสังโยชน์ทั้ง ๑๐ หรือ สัจญ์โยชนธรรม] กับ “มัคคญาณ” ที่จะทำให้เกิดความตรัสรู้ใน “อริยบุคคลแห่งอริยมรรค” ได้แก่ “โสดาปัตติมรรค-สกทาคามีมรรค-อนาคามีมรรค-อรหัตตมรรค” ตามลำดับ คำว่า “มรรค-อริยมรรค” ในขั้นนี้ หมายถึง ทางอันให้ถึงความ เป็นอริยบุคคลแต่ละขั้น หรือญาณที่ทำให้ละ “สังโยชน์” ได้ขาด เป็นชื่อแห่งโลกุตตรธรรม [โลกุตตรมรรค] คู่กับ “ผล-อริยผล-ผลญาณ” ดังนี้

- (๑) “โสดาปัตติมรรค” คือ มรรคอันให้ถึงกระแสที่นำไปสู่พระนิพพานที่แรก [“อัญญมัคคังควิภาวนญาณ” ญาณคือทำให้แจ้งซึ่งองค์แห่งมรรค ๘] มรรคอันให้ถึงความ เป็นพระโสดาบัน เป็นเหตุละสังโยชน์ได้ ๓ ได้แก่ “สักกายทิฏฐิ-วิจิกิจฉา-สีลพทปรามาส”
- (๒) “สกทาคามีมรรค” คือ มรรคอันให้ถึงความ เป็นพระสกทาคามี เป็นเหตุละสังโยชน์ได้ ๓ ข้อต้น กับทำ “ราคะ-โทสะ-โมหะ” [อกุศลมูล ๓] นั่นคือ “ติด-โกรธ-หลง” ให้เบาบางลง
- (๓) “อนาคามีมรรค” คือ มรรคอันให้ถึงความ เป็นพระอนาคามี เป็นเหตุละสังโยชน์เบื้องต่ำทั้ง ๕ ได้ เรียกว่า “โอรัมภากิยสังโยชน์ ๕” คือ สังโยชน์เบื้องต่ำ เป็นอย่างหยาบ เป็นไปในภพอันต่ำ ได้แก่ “สักกายทิฏฐิ-วิจิกิจฉา-สีลพทปรามาส-กามราคะ-ปฏิฆะ”
- (๔) “อรหัตตมรรค” คือ มรรคอันให้ถึงความ เป็นพระอรหันต์ เป็นเหตุละสังโยชน์ได้หมดทั้ง ๑๐ [โอรัมภากิยสังโยชน์ ๕ กับ อุทฺธัมภากิยสังโยชน์ ๕ คือ สังโยชน์เบื้องสูง เป็นอย่างละเอียด เป็นไปแม้ในภพอันสูง] ได้แก่ “สักกายทิฏฐิ-วิจิกิจฉา-สีลพทปรามาส-กามราคะ-ปฏิฆะ-รูปราคะ-อรูปราคะ-มานะ-อุทฺธัจจะ-อวิชชา”

อนึ่ง ควรรู้จัก “อานันตริกสมาธิ” หมายถึง “สมาธิอันไม่มีระหว่าง” คือ ไม่มีอะไรคั่นทำให้เกิดผลตามมาทันที ได้แก่ “มรรคสมาธิ” ซึ่งเมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็จะเกิด “มรรคญาณ-มัคคญาณ” [อริยมรรค] คือ ปัญญาที่กำจัด “อาสวะ” [อาสวะ ๔-สัจญ์โยชนธรรม-สังโยชน์ ๑๐] ตามติดต่อมาในทันที สำหรับ “อานันตริกสมาธิ” นี้ พระพุทธเจ้าตรัสว่าเป็น “สมาธิเยี่ยมยอด” ไม่มี “สมาธิ” ใดเทียมเท่า เพราะทำกิเลสให้สิ้นไปได้ ประเสริฐกว่า “รูปาวจรสมาธิ” [รูปฌานสมาธิ-เอกัคคตาแห่งสมาธิ] และแม้แต่ “อรูปราวจรสมาธิ” [อรูปรฌานสมาธิ] ของพระพรหม หรือที่จะทำให้อันใดเกิดเป็นพรหม

อย่างไรก็ตาม ในการพัฒนาสัมมาสมาธินั้น ควรเริ่มต้นจากการเจริญโพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ประการ โดยเริ่มต้นที่ “สติปัฏฐาน ๔” หมายถึง (๑) ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ (๒) ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน (๓) การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง (๔) การมีสติกำกับคู่สิ่งต่างๆ และความ



เป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกรอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพียง
ไปตามอำนาจกิเลส ดังนี้

- (๑) “**กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน**” การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันกายและ
เรื่องทางกาย สติพิจารณากายเป็นอารมณ์ [ลงความเห็นข้อสรุปแห่งอนัตตานุปัสสนาญาณ =
อนัตตานุปัสสนายถาภูตญาณ-ญาณวิโมกข์] ว่า “*กายนี้ก็สักว่ากาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเรา
เขา*” โดยจำแนกวิธีปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ (๑) “*อานาปานสติ*” กำหนดลมหายใจ (๒)
“*อิริยาบถ*” กำหนดรู้ทันอิริยาบถ (๓) “*สัมปชัญญะ*” สร้างสัมปชัญญะในการกระทำความ
เคลื่อนไหวทุกอย่าง (๔) “*ปฏิกุศลมนสิการ*” พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่
ประสมเข้าเป็นร่างกายนี้ (๕) “*ธาตุมนสิการ*” พิจารณาเห็นร่างกายของตน โดยสักว่าเป็นธาตุแต่
ละอย่างๆ (๖) “*นวสีวธิกา*” พิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ อันแปลกกันไปใน ๕ ระยะเวลา ให้
เห็นคติธรรมคาของร่างกาย ของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น
- (๒) “**เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน**” การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันเวทนา
คือ ความรู้สึกสุขทุกข์และไม่สุขไม่ทุกข์ เป็นอารมณ์โดยรู้เท่าทัน [ลงความเห็นข้อสรุปแห่ง
อนัตตานุปัสสนาญาณ = อนัตตานุปัสสนายถาภูตญาณ-ญาณวิโมกข์] ว่า “*เวทนานี้ก็สักว่า
เวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา*”
- (๓) “**จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน**” การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันจิตหรือ
สภาพและอาการของจิต คือ สติพิจารณาใจที่เศร้าหมองหรือผ่องแผ้วเป็นอารมณ์ [ลงความเห็น
ข้อสรุปแห่งอนัตตานุปัสสนาญาณ = อนัตตานุปัสสนายถาภูตญาณ-ญาณวิโมกข์] ว่า “*ใจนี้ก็สัก
ว่าใจ ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา*” กำหนดรู้จิตตามสภาพที่เป็นอยู่ในขณะนั้นๆ เช่น “*จิตมี
ราคะ โทสะ โมหะ ก็รู้ว่าจิตมี ราคะ โทสะ โมหะ*” และ “*จิตปราศจาก ราคะ โทสะ โมหะ ก็รู้ว่า
จิตปราศจาก ราคะ โทสะ โมหะ*”
- (๔) “**ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน**” การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันธรรม
คือ การตั้งสติพิจารณาธรรมที่เป็นกุศลหรืออกุศลที่บังเกิดกับใจเป็นอารมณ์ [ลงความเห็น
ข้อสรุปแห่งอนัตตานุปัสสนาญาณ = อนัตตานุปัสสนายถาภูตญาณ-ญาณวิโมกข์] ว่า “*ธรรมนี้ก็
สักว่าธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา*” โดยมีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่
นิรวรณ์ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจจ์ ๔ ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในคน
หรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้นๆ

ในอันดับถัดไป คือ การเจริญโพธิปักขิยธรรมส่วนที่เหลือซึ่งจะเกี่ยวข้องกับ “**เอกัคคตาแห่งสมาธิ**” ดังนี้

- (๑) “**สัมมปฺปชาน ๔**” [สัมมาวายามะ = ความเพียรชอบ ความเพียรใหญ่] ได้แก่ “**สังวร-ปหานะ-
ภาวนา-อนุรักขนา**”



- (๒) “อิทธิบาท ๔” [องค์ธรรมแห่งความสำเร็จตามจุดหมาย] ได้แก่ “นันทะ-วิริยะ-จิตตะ-วิมังสา”
- (๓) “อินทรีย์ ๕” [องค์ธรรมที่เป็นเจ้าการใหญ่ไม่ให้ธรรมปฏิบัติเกิดขึ้น] ได้แก่ “ศรัทธา-วิริยะ-สติ-สมาธิ-ปัญญา”
- (๔) “พละ ๕” [องค์ธรรมที่เป็นกำลังปิดกั้นไม่ให้ธรรมที่เป็นปฏิบัติเกิดขึ้น คือ ความไร้ศรัทธา ความเกียจคร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน และความหลงมกมาย ตามลำดับ] ได้แก่ “ศรัทธา-วิริยะ-สติ-สมาธิ-ปัญญา”
- (๕) “โพชฌงค์ ๗” [สัมมาสมาธิ = องค์ธรรมแห่งการตรัสรู้] ได้แก่ “สติ-สัมมาวิริยะ-วิริยะ-ปีติ-ปัสสัทธิ-สมาธิ-อุเบกขา”
- (๖) “มรรคมงคล ๘” [องค์มรรคที่เป็นองค์ประกอบในการบรรลุฌานในแต่ละขั้น] ได้แก่ “สัมมาทิฐิ-สัมมาสังกัปปะ-สัมมาวาจา-สัมมากัมมันตะ-สัมมาอาชีวะ-สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ”

เมื่อเจริญโพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ประการ จนเกิดความเข้าใจที่ถูกต้องและเกิดความชำนาญดีพร้อมแล้ว โดยเข้าใจลึกซึ้งถึงจุดประสงค์ในหลักธรรมทั้ง ๗ ศิพร้อม ซึ่งเป็นองค์ธรรมที่เกื้อกูลความตรัสรู้และอริยมรรคในอันดับต่อไป คือ “การเจริญสมถภาวนา” ซึ่งหมายถึง “การเจริญฌานสมาบัติแห่งรูปฌาน ๔” [ฌาน ๔] โดยมี “เอกกคตาแห่งสมาธิ” เป็นองค์ธรรมหลักในแต่ละขั้น ดังนี้

- (๑) “ปฐมฌาน” [ฌานที่ ๑] มีองค์ฌาน ๕ คือ “วิตก-วิจารณ์-ปีติ-สุข-เอกกคตา”
- (๒) “ทุติยฌาน” [ฌานที่ ๒] มีองค์ฌาน ๓ คือ “ปีติ-สุข-เอกกคตา”
- (๓) “ตติยฌาน” [ฌานที่ ๓] มีองค์ฌาน ๒ คือ “สุข-เอกกคตา”
- (๔) “จตุตถฌาน” [ฌานที่ ๔] มีองค์ฌาน ๒ คือ “อุเบกขา-เอกกคตา”

เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างชัดเจนเกี่ยวกับฌานแต่ละองค์ในฌานแต่ละขั้น ให้พิจารณานิยามอย่างลึกซึ้งทางที่ดีที่สุดท่องจำให้ได้ เพราะในการพิจารณาสภาวธรรมต้องเกิดความเข้าใจที่จดจำได้ขึ้นใจ มิฉะนั้น จะเกิดอาการสับสนพันเพื่อนในหลักธรรมได้เหมือนกัน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“องค์ฌาน ๖-ฌานังคะ” หมายถึง องค์ธรรมทั้งหลายที่ประกอบกันเข้าเป็นฌานขั้นหนึ่งๆ หรือ “อารมณ์แห่งกรรมฐาน” ที่เกิดขึ้นขณะมโนการกรรมฐานหนึ่งๆ ได้แก่

- (๑) “วิตก” — ความตรึก ความตริตริึก ความตรึกอย่างแรง ความดำริ ความที่จิตแนบอยู่ในอารมณ์ ความที่จิตแนบสนิทอยู่ในอารมณ์ การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ การปักจิตลงสู่อารมณ์
- (๒) “วิจารณ์” — ความตรอง ความพิจารณา ความตามพิจารณา ความเข้าไปพิจารณาความที่จิตสืบต่ออารมณ์ ความที่จิตเพ่งดูอารมณ์การพิจารณาอารมณ์ การตามพื้นอารมณ์



- (๓) “ปีติ” —ความอึ้งใจ ความปราโมทย์-ปรีดาปราโมทย์ ความยินดียิ่ง ความบันเทิง ความร่าเริง ความรื่นเริง ความปลื้มใจ ความตื่นเต้น ความที่จิตชื่นชมยินดี ความดื่มด่ำในใจ ซึ่งเอิบอาบไปทั่วสรรพางค์
- (๔) “สุข” —ความสบายใจ ความสุขทางใจ ความสุขฉ่ำชื่นทั่วทั้งตัวที่ประณีตอย่างยิ่ง ความเสวยอารมณ์ที่สบาย เป็นสุขอันเกิดแต่ “เจโตสัมผัส-มโนสัมผัส” [ความกระทบทางใจ = ใจ-ธรรมารมณ์-มโนวิญญาณ] กิริยาที่เสวยอารมณ์ที่สบายเป็นสุขอันเกิดแต่เจโตสัมผัส
- (๕) “อุเบกขา” —ความมีจิตเรียบสมดุลงกลาง ความวางจิตเป็นกลางที่ลงตัวสนิท ความสบายทางใจก็ไม่ใช่ ความไม่สบายทางใจก็ไม่ใช่ ความเสวยอารมณ์ที่ไม่ทุกข์ไม่สุขอันเกิดแต่เจโตสัมผัส กิริยาเสวยอารมณ์ที่ไม่ทุกข์ไม่สุข อันเกิดแต่เจโตสัมผัส
- (๖) “เอกัคคตา” —การตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไปภาวะที่จิตตั้งเรียบสงบแน่วไม่ฟุ้งซ่านอยู่ในอารมณ์อันเดียว “**ความสงบอินทรีย์**” คือ “สมาธิอินทรีย์-สมาธิพละ-สัมมาสมาธิ”

ให้พิจารณาขั้นตอนที่ละเอียดยิ่งขึ้นในการเจริญรูปฌานแต่ละชั้น ดังต่อไปนี้

- (๑) “ปฐมฌาน” มีองค์ฌาน ๕ ได้แก่ “วิตก-วิจาร์-ปีติ-สุข-เอกัคคตา” ดังนี้
 “ภิกษุในศาสนานี้ เจริญมรรคปฏิบัติ (อุบาสกที่ ๒-มรรคมงคล ๘) เพื่อเข้าถึงรูปภพ สัจจจากกาม สัจจจากอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ ประกอบด้วยวิตก วิจาร์ มีปีติและสุขอันเกิดแต่เวกอยู่ ในสมัยใด ฌานมีองค์ ๕ คือ “**วิตก-วิจาร์-ปีติ-สุข-เอกัคคตาแห่งจิต**” มีในสมัยนั้น นี้เรียกว่า “**ปฐมฌานกุศล**” ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน”
- (๒) “ทุติยฌาน” มีองค์ฌาน ๓ ได้แก่ “ปีติ-สุข-เอกัคคตา” ดังนี้
 “ภิกษุในศาสนานี้ เจริญมรรคปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงรูปภพ บรรลุทุติยฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ **เป็นไปในภายใน** [เป็นของภายในเฉพาะตน] **เป็นธรรมชาติผ่องใส** [ความปลงใจเชื่อ ความเลื่อมใสยิ่ง] เพราะ **วิตกวิจาร์สงบ** [ระงับ เข้าไประงับ ดับไป ดับไปอย่างราบคาบถูกทำให้พินาศไป ถูกทำให้พินาศไปด้วยดี ถูกทำให้เหือดแห้ง ถูกทำให้เหือดแห้งด้วยดี ถูกทำให้มีที่สุดปราศไปแล้ว] **เป็นธรรมชาติขึ้นแก่ใจ** [ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ สมาธิอินทรีย์ สมาธิพละ สัมมาสมาธิ] ไม่มี **วิตก** [ความตรึก ความตรึกอย่างแรง ความคำริ ความที่จิตแนบอยู่ในอารมณ์ ความที่จิตแนบสนิทอยู่ในอารมณ์ ความยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ สัมมาสังกัปปะ = วิตก] ไม่มี **วิจาร์** [ความตรอง ความพิจารณา ความตามพิจารณา ความเข้าไปพิจารณาอารมณ์



ความที่จิตสืบทอดอารมณ์ ความที่จิตเพ่งคู่อารมณ์อยู่เนื่องๆ = วิจารณ์] มีแต่ปีติและสุขอัน **เกิดแต่สมาธิ** [ความผ่อนคลาย ปีติ สุข เอกัคคตาแห่งจิต เกิดแล้ว เกิดพร้อมแล้ว บังเกิดแล้ว บังเกิดเฉพาะแล้ว ปรากฏแล้ว ในสมาธินี้] อยู่ในสมัยใด ฌานมีองค์ ๓ คือ **“ปีติ-สุข-เอกัคคตาแห่งจิต”** มีในสมัยนั้น นี้เรียกว่า **“ตติยฌานกุศล”** ธรรมทั้งหลายที่เหลือเรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน”

(๓) **“ตติยฌาน”** มีองค์ฌาน ๒ ได้แก่ **“สุข-เอกัคคตา”** ดังนี้

“ภิกษุในศาสนา นี้ เจริญมรรคปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงรูปภพ เพราะคลายปีติได้อีกด้วย จึงเป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ ซึ่งเป็นฌานที่พระอริยเจ้าทั้งหลายกล่าวสรรเสริญผู้ได้บรรลุว่า เป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข ดังนี้ อยู่ในสมัยใด ฌานมีองค์ ๒ คือ **“สุข-เอกัคคตาแห่งจิต”** มีในสมัยนั้น นี้เรียกว่า **“ตติยฌานกุศล”** ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน”

(๔) **“จตุตถฌาน”** มีองค์ฌาน ๒ ได้แก่ **“อุเบกขา-เอกัคคตา”** ดังนี้

“ภิกษุในศาสนา นี้ เจริญมรรคปฏิบัติ เพื่อเข้าถึงรูปภพ บรรลุจตุตถฌานที่มีปฐมวิกสิตเป็นอารมณ์ ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข เพราะละสุขและทุกข์ได้เพราะโสมนัสและโทมนัสดับสนิทในก่อน มีสติบริสุทธิ์ เพราะอุเบกขา อยู่ในสมัยใด ฌานมีองค์ ๒ คือ **“อุเบกขา-เอกัคคตาแห่งจิต”** มีในสมัยนั้น นี้เรียกว่า **“จตุตถฌานกุศล”** ธรรมทั้งหลายที่เหลือ เรียกว่า ธรรมที่สัมปยุตด้วยฌาน”

ให้ฟังสังเกตว่า ในขณะที่เจริญฌานแต่ละขั้น จะมี **“เอกัคคตาแห่งสมาธิ”** เป็นองค์ธรรมหลัก ที่ประกอบด้วย การเจริญโพธิปักขิยธรรมทั้ง ๓๗ ประการ เป็นองค์ประกอบสำคัญ และมีการเจริญจตุตถปิฎฐาน ที่ตามด้วย สัมมปปธาน ๔ อธิบาท ๔ อินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และ มรรคมมีองค์ ๘ ในขณะที่เดียวกัน จิตที่เป็น **“สติ”** และ **“สัมปชัญญะ”** หรือ **“สติสัมปชัญญะ”** จะดำรงมั่นใน **“ธรรมสมาธิ ๕”** เกิดเป็น **“สตिकมชัด-อุปัฏฐาน”** เพราะมี **“กายานุปัสสนา-เวทนานุปัสสนา-จิตตานุปัสสนา-ธัมมานุปัสสนา”** เป็นฐานที่ตั้งแห่งเครื่องระลึก และ **“สัมปชัญญะแก่กล้า-ญาณ [ปัญญาคมชัด]”** ด้วยความเลื่อมใส ศรัทธาปสาทะ ปลงใจเชื่อใน อริยมรรค คือ **“อริโมกข์”** เพราะมี **“กายานุปัสสนา-เวทนานุปัสสนา-จิตตานุปัสสนา-ธัมมานุปัสสนา”** เป็นฐานที่ตั้งแห่งเครื่องเรียนรู้ [มนสิการในกรรมฐานนั้นๆ] ในภาวะดังกล่าวนี้ จิตกำลังพัฒนาตนในภูมิแห่ง วิปัสสนา ที่เรียกว่า **“วิปัสสนูปกิเลส ๑๐”** ได้แก่ (๑) **“โอภาส”** แสงสว่าง (๒) **“ปีติ”** ความอิมใจปลาบปลื้มเต็มไปทั้งตัว (๓) **“ญาณ”** ความรู้ที่คมชัด (๔) **“ปัสสัทธิ”** ความสงบเย็นกายใจ (๕) **“สุข”** ความสุขนำชื่น ทว่าทั้งตัวที่ประณีตอย่างยิ่ง (๖) **“อริโมกข์”** ศรัทธาแรงกล้าที่ทำให้ใจผ่อนคลายอย่างยิ่ง (๗) **“ปัดคาหะ”** ความเพียรที่พอดี (๘) **“อุปัฏฐาน”** สติชัด (๙) **“อุเบกขา”** ความวางจิตเป็นกลางที่ลงตัวสนิท (๑๐) **“นิกัณติ”** ความจิตใจพอใจ แต่อย่างไรก็ตาม อย่าเกิดความฟุ้งซ่านด้วยสำคัญผิดในธรรมว่า ตนบรรลุธรรมคือมรรคผลนิพพาน จิต



ก็เลยตลาดเขวออกไปเพราะความฟุ้งซ่านนั้น ไม่เกิดปัญญาที่จะเห็นไตรลักษณ์ได้จริง เรียกว่า “ธัมมทฐัจจะ-
ธรรมฐัจจะ” ในกรณีนี้ “อุเบกขาจิต” จะช่วยให้วางเฉยใน “วิปัสสนูปกิเลส” เหล่านั้น เพื่อให้กรรมเจริญต่อไป

ในอันดับต่อไป เป็นการพิจารณาสภาวธรรมด้วย “สมถภาวนา” กับ “วิปัสสนาภาวนา” คือ เริ่มต้นที่ฌาน
สมาธิจาก “รูปฌาน ๔” จนกระทั่งบรรลุถึง “จตุตถฌาน” [อุเบกขา-เอกัคคตา] และเจริญฌานวิโมกข์
จนกระทั่งบรรลุถึงโลกุตตรมรรค คือ “มรรค ๔-มัคคญาณ” ดังรายละเอียดต่อไปนี้

“ฌานวิโมกข์” แสดงลำดับขั้นการปฏิบัติจำนวน ๑๕ ขั้น ดังนี้

- (๑) เนกขัมมะ เกิด เผากามฉันทะ เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๒) เนกขัมมะ เกิด พันไป-เผาพันไป เพราะเหตุนี้จึงเป็น ฌานวิโมกข์
- (๓) ธรรม เกิด ย่อมเผา ฌายีนุคคลย่อมรู้จักกิเลสที่เกิดและถูกเผา เพราะเหตุนี้จึงเป็น ฌานวิโมกข์
- (๔) ความไม่พยายาบท เกิด เผาความพยายาบท เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๕) ความไม่พยายาบท เกิด พันไป-เผาพันไป เพราะเหตุนี้จึงเป็น ฌานวิโมกข์
- (๖) อาโลกสัญญา เกิด เผาถิ่นมัทธะ เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน [จิตสว่างไสวตลอดแม้วันหรือคืน]
- (๗) ความไม่ฟุ้งซ่าน เกิด เผาทฐัจจะ เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๘) การกำหนดธรรม เกิด เผาวิจิกิจฉา เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๙) ญาณ เกิด เผาอวิชชา เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๐) ความปราโมทย์ เกิด เผอรติ [ความไม่ยินดีด้วยริษยา] เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๑) ปฐมฌาน เกิด เผานิรวรณ เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๒) ทุตติยฌาน เกิด เผานิรวรณ เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๓) ตติยฌาน เกิด เผานิรวรณ เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๔) จตุตถฌาน เกิด เผานิรวรณ เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๕) โสดาปัตติมรรค เกิด เผากิเลส เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๖) สกทาคามิมรรค เกิด เผากิเลส เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๗) อนาคามิมรรค เกิด เผากิเลส เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๘) อรหัตตมรรค เกิด เผากิเลสทั้งปวง เพราะเหตุนี้จึงเป็นฌาน
- (๑๙) ฌาน เกิด พันไป-เผาพันไป เพราะเหตุนี้จึงเป็น ฌานวิโมกข์



ข้อพึงสังเกตประการหนึ่ง คือ “การเจริญฌานสมาธิ” เพียงลำพังอย่างเดียว นั้น ไม่สามารถบรรลุถึงมรรคผลนิพพานได้ ต้องประกอบด้วย “ญาณในวิปัสสนา” ที่เป็นฝ่ายโลกุตตรธรรม นั่นคือ “มรรคญาณ-มัคคญาณ” [มรรค ๔] ที่เรียกว่า “โลกุตตรมรรค” และมีจิตตสมาธิที่เรียกว่า “มรรคสมาธิ” [สมาธิในวิปัสสนา-จิตตวิปัสสนา] หรือสมาธิที่เยี่ยมยอด เมื่อลุด่วงจาก “เอกัคคตาแห่งจตุตถฌานสมาธิ” กลายเป็น “มรรคสมาธิ” แล้วสามารถบรรลุผลถึง “มรรคญาณ-มัคคญาณ” ได้ในทันที เรียกว่า “อานันตริกสมาธิ” นอกจากนี้ ให้พิจารณาอำนาจแห่งสมาธิ ที่เรียกว่า “เจโตวิมุตติ” หมายถึง ความหลุดพ้นแห่งจิต ความหลุดพ้นด้วยอำนาจการฝึกจิต ความหลุดพ้นแห่งจิตจากราคะ ด้วยกำลังแห่งสมาธิ นั่นคือ “สมาธิ ๓” ดังนี้

“สมาธิ ๓” หมายถึง ความตั้งมั่นแห่งจิต อันหมายถึง “สมาธิในวิปัสสนา” หรือ “ตัววิปัสสนา” นั่นเอง แยกประเภทตามลักษณะการกำหนดพิจารณาไตรลักษณ์ ข้อที่ทำให้สำเร็จความหลุดพ้น ได้แก่ (๑) “สุญญตสมาธิ” คือ สมาธิอันพิจารณาเห็นความว่าง ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนดคณัตถลักษณะ (๒) “อนิมิตตสมาธิ” คือ สมาธิอันพิจารณาธรรมไม่มีนิมิต ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนดคณิจลักษณะ (๓) “อัปปณิหิตสมาธิ” คือ สมาธิอันพิจารณาธรรมไม่มีความตั้งปรารภณา ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนดทุกขลักษณะ

ให้เปรียบเทียบกับฝ่ายวิปัสสนา ที่เรียกว่า “วิโมกข์ ๓” นั่นคือ “ปัญญาวิมุตติ” หมายถึง ความหลุดพ้นด้วยปัญญา ความหลุดพ้นด้วยอำนาจการเจริญปัญญา ความหลุดพ้นแห่งจิตจากอวิชชา ด้วยปัญญาที่รู้เห็นตามเป็นจริง ดังนี้

“วิโมกข์ ๓” หมายถึง ความหลุดพ้น ประเภทของความหลุดพ้น จัดตามลักษณะการเห็นไตรลักษณ์ข้อที่ให้ถึงความหลุดพ้น ได้แก่

- (๑) “สุญญตวิโมกข์” คือ หลุดพ้นด้วยเห็นความว่างหมดความยึดมั่น ได้แก่ ความหลุดพ้นที่เกิดจากปัญญาพิจารณาเห็นนามรูป โดยความเป็นอนัตตา คือ หลุดพ้นด้วยเห็นอนัตตตา แล้วถอนความยึดมั่นเสียได้ = อาศัยอนัตตานุปัสสนา ถอนอตตาทิณิเวส
- (๒) “อนิมิตตวิโมกข์” คือ หลุดพ้นด้วยไม่ถือนิมิต ได้แก่ ความหลุดพ้นที่เกิดจากปัญญาพิจารณาเห็นนามรูป โดยความเป็นอนิจจัง คือ หลุดพ้นด้วยเห็นอนิจจตา แล้วถอนนิมิตเสียได้ = อาศัยอนิจจานุปัสสนา ถอนวิปลาสนิมิต
- (๓) “อัปปณิหิตวิโมกข์” คือ หลุดพ้นด้วยไม่ทำความปรารภณา ได้แก่ ความหลุดพ้นที่เกิดจากปัญญาพิจารณาเห็นนามรูป โดยความเป็นทุกข คือ หลุดพ้นด้วยเห็นทุกขตา แล้วถอนความปรารภณาเสียได้ = อาศัยทุกขานุปัสสนา ถอนคณิหิต



ด้วยเหตุนี้ จะเห็นได้ว่า การเจริญสมาธินั้น เพื่อให้บรรลุถึงจิตตามสภาพที่มีคุณสมบัติ “หมดจด-สะอาด-ไม่มีมลทิน-ปราศจากอุปกิเลส-อ่อน-ควรแก่งาน-มั่นคง-ไม่หวั่นไหว” หรือให้เข้าถึง “โสภณเจตสิก ๒๕” หมายถึง เจตสิกฝ่ายดีงาม ดังนี้

ก) “โสภณสาธารณเจตสิก ๑๕” หมายถึง เจตสิกที่เกิดทั่วไปกับจิตดีงามทุกดวง ดังนี้

- (๑) “สัทธา” ความเชื่อ
- (๒) “สติ” ความระลึกได้ ความสำนึกพร้อมอยู่
- (๓) “hiri” ความละอายต่อบาป
- (๔) “โอตตัปปะ” ความสะดุ้งกลัวต่อบาป
- (๕) “อโลภะ” ความไม่ยอกได้อารมณ์
- (๖) “อโทสะ” ความไม่คิดประทุษร้าย
- (๗) “ตัตรมฺหัตตตตา” ความเป็นกลางในอารมณ์นั้นๆ
- (๘) “กายปัสสัทธา” ความสงบแห่งกองเจตสิก
- (๙) “จิตตปัสสัทธา” ความสงบแห่งจิต
- (๑๐) “กายลหุตตา” ความเบาแห่งกองเจตสิก
- (๑๑) “จิตตลหุตตา” ความเบาแห่งจิต
- (๑๒) “กายมุตตา” ความอ่อนหรือนุ่มนวลแห่งกองเจตสิก
- (๑๓) “จิตตมุตตา” ความอ่อนหรือนุ่มนวลแห่งจิต
- (๑๔) “กายกัมมัญญุตตา” ความควรแก่การงานแห่งกองเจตสิก
- (๑๕) “จิตตกัมมัญญุตตา” ความควรแก่การงานแห่งจิต
- (๑๖) “กายปาคูญญุตตา” ความคล่องแคล่วแห่งกองเจตสิก
- (๑๗) “จิตตปาคูญญุตตา” ความคล่องแคล่วแห่งจิต
- (๑๘) “กายชุกตา” ความซื่อตรงแห่งกองเจตสิก
- (๑๙) “จิตตชุกตา” ความซื่อตรงแห่งจิต

ข) “วิริตติเจตสิก ๓” หมายถึง เจตสิกที่เป็นตัวความงดเว้น ดังนี้

- (๒๐) “สัมมวาจา” เจริญชอบ
- (๒๑) “สัมมากัมมันตะ” กระทำชอบ
- (๒๒) “สัมมาอาชีวะ” เลี้ยงชีพชอบ

ค) “อัปปมัญญาเจตสิก ๒” หมายถึง เจตสิกคืออัปปมัญญา ดังนี้

- (๒๓) “กรุณา” ความสงสารสัตว์ผู้ถึงทุกข์
- (๒๔) “มุทิตา” ความยินดีต่อสัตว์ผู้ได้สุข



ง) “ปัญญาทรียเจตสิก ๑” หมายถึง เจตสิกคือปัญญาทรีย ดังนี้

(๒๕) “ปัญญาทรีย-อโมหะ” ความรู้เข้าใจ ไม่หลง

เพราะฉะนั้น การพิจารณาไตร่ตรองถึงรายละเอียดของอาการลักษณะของจิต “เจตสิก” อันเกิดจากการเจริญ
ฌานสมาบัติแห่งรูปฌานทั้ง ๔ จึงเป็นองค์ความรู้ที่สำคัญที่ผู้ปฏิบัติธรรม ผู้บำเพ็ญเพียรภาวนา ต้องพยายาม
จดจำข้อธรรมย่อแห่งเจตสิกให้ได้ มิฉะนั้น ก็เกิดการวิปัสสนาหรือทำ “โยนิโสมนสิการ” ในความว่างเปล่า
ไม่ได้ กระบวนการคิดของมนุษย์จะดำเนิน โดยเหนือปัญญาญาณนั้น ต้องเป็นผู้เชี่ยวชาญในการเจริญภาวนาจริงๆ
คือ มีชั่วโมงการฝึกหัดมากจริงๆ ที่เรียกว่า “วสี” ในฝ่ายที่เป็นสมถภาวนา หรือจิตตภาวนา ดังนี้

“วสี ๕” หมายถึง ความชำนาญ ความคล่องแคล่ว ได้แก่

(๑) “อาวัชชนวสี” —ความชำนาญคล่องแคล่วในการนึก ตรวจสอบคัมภีร์ที่ตนได้ออกมาแล้ว นั่นคือ
พิจารณาเห็นหรือนึกคิดถึงอารมณ์แห่งองค์ฌานที่ผ่านมา

(๒) “สมาปชชนวสี” —ความชำนาญคล่องแคล่วในการที่เข้าฌานได้รวดเร็วทันที

(๓) “อธิฐานวสี” —ความชำนาญคล่องแคล่วในการที่จะรักษาไว้มิให้ฌานจิตต์นั้น “ตกแว้งค์” นั่น
คือ การเจริญฌานอย่างสืบเนื่อง ได้ตลอดเวลาที่ต้องการ

(๔) “วุฏฐานวสี” —ความชำนาญคล่องแคล่วในการจะออกจากฌานเมื่อใดก็ได้ตามต้องการ นั่นคือ
กำหนดระยะเวลาของการนั่งสมาธิ

(๕) “ปัจจเวกขณวสี” —ความชำนาญคล่องแคล่วในการพิจารณาทบทวนองค์ฌาน

การเจริญฌานสมาบัติแห่งรูปฌานทั้ง ๔ นี้ ถือเป็น “ปฏิปทา ๔” หมายถึง แนวปฏิบัติ ทางดำเนิน การปฏิบัติ
แบบที่เป็นทางดำเนินให้ถึงจุดหมายคือความหลุดพ้นหรือความสิ้นอาสวะ ในข้อ ๑ คือ “ทุกขา ปฏิปทา
ทฤษฎาปัญญา” นั่นคือ “ปฏิบัติลำบาก-ทั้งรู้ได้ช้า” เช่น ผู้ปฏิบัติที่มี “ราคะ-โทสะ-โมหะ” แรงกล้า [กิเลส
หนา] ต้องเสวยทุกข์โศกนันทเนื่องจาก “ราคะ-โทสะ-โมหะ” นั้นอยู่เนืองๆ หรือเจริญกรรมฐานที่มีอารมณ์
ไม่น่าชื่นใจ เช่น อสุภะ ปฏิกุลมณสิการ เป็นต้น อีกทั้ง “อินทรีย์” ก็อ่อน จึงบรรลู่ “โลกุตตรมรรค” ต่ำช้า
อนึ่ง คำว่า “อินทรีย์” แสดงนัยถึง “อินทรีย์ ๕” หมายถึง ธรรมที่เป็นใหญ่ในกิจของตน โดยเป็นเจ้าการใน
การทำหน้าที่และเป็นหัวหน้านำสัมปยุตตธรรมในการครอบงำกำจัดธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ ได้แก่ “ศรัทธา-
วิริยะ-สติ-สมาธิ-ปัญญา” ฉะนั้น คำว่า “อินทรีย์” โดยความหมายว่าเป็นเจ้าการในการครอบงำเสียซึ่งธรรม
ที่ตรงข้ามแต่ละอย่าง คือ ความไร้ศรัทธา ความเกียจคร้าน ความประมาท ความฟุ้งซ่าน และความหลงมกมาย
ตามลำดับ ซึ่งตรงกับหลักธรรม “พละ ๕” หมายถึง ธรรมเป็นกำลังให้เกิดความเข้มแข็งมั่นคง ซึ่งธรรมที่ตรง
ข้ามแต่ละอย่างจะเข้าครอบงำไม่ได้ เช่นเดียวกัน เมื่อมี “อินทรีย์ ๕” ก็ย่อมมี “พละ ๕” ที่เกื้อกูลกัน แล้ว



ธรรมทั้ง ๒ นี้ จะเกื้อกูลให้เกิด “สมาธิที่แก่กล้าถึงองค์แห่งความตรัสรู้” ที่เรียกว่า “โพชฌงค์ ๗” ซึ่งจะเป็นสภาวะธรรมที่สหรัศด้วย “ธรรมสมาธิ ๕” กับ “ฌานจิตต” [จิตตสมาธิในระดับกุศลจตุตถฌานจิต]

“โพชฌงค์ ๗” หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้—องค์ธรรมตรัสรู้ ได้แก่

- (๑) “สติ” — ความระลึกได้ สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง [สติปัญญา]
- (๒) “สัมมวิจยะ” — ความเพียรธรรม ความสอดคล้องสืบค้นธรรม [อิทธิบาท]
- (๓) “วิริยะ” — ความเพียรบากบั่นเพื่อทำดีละชั่ว [สัมมปปธาน]
- (๔) “ปีติ” — ความอิ่มใจ ความดีมีค่าในใจ [ธรรมสมาธิ]
- (๕) “ปัสสัทธิ” — ความผ่อนคลายสงบเย็นกายใจ [ธรรมสมาธิ]
- (๖) “สมาธิ” — ความมีใจตั้งมั่น จิตสงบแน่วแน่ในอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน [รูปฌาน]
- (๗) “อุเบกขา” — ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง [รูปฌาน]

อย่างไรก็ตาม ในขั้นสุดท้ายของการเจริญฌานสมาบัติแห่งรูปฌานทั้ง ๔ นั้น ต้องสัมปยุตต์กับ “อริยมรรคมีองค์ ๘” (ข้อ ๗ ในโพธิปักขิยธรรม ๓๗) ซึ่งจะทำให้บรรลุถึง “มัคคญาณ-มรรค ๔” ที่หมายถึง “โลกุตตรมรรค” (ข้อ ๑ ในโลกุตตรธรรม ๕) เพราะฉะนั้น เมื่อบรรลุถึง “จตุตถฌาน” [อุเบกขา-เอกัคคตา] แล้ว ให้พิจารณาไตรตรองถึง “ความเป็นสมาธิในวิปัสสนา” ซึ่งในขั้นนี้ จิตจะเข้าสหรัศด้วย “ธรรมสมาธิ ๕” [ปราโมทย์-ปีติ-ปัสสัทธิ-สุข-สมาธิ] และ “สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ” [สัมมปปธาน ๔-สติปัญญา ๔-ฌาน ๔] ซึ่งเรียกว่า “อริจิตต” คือ จิตอันยิ่งที่ปราศจาก *นิเวรณ* *นิเวรณูปกิเลส* *อุปกิเลสทั้งหลาย* หรือ *อกุศลธรรมทั้งปวง* ที่กลุ่มรุมจิตด้วย “ปริยัญฐานกิเลส” [ซึ่งเป็นกิเลสอย่างกลาง ต้องกำจัดระงับให้บาราบด้วย “อำนาจแห่งสมาธิ” แต่ยังไม่หลุดพ้นไม่ยั่งยืน เรียกว่า “วิกขัมภนนิโรธ” หมายถึง ดับด้วยข่มไว้ คือ การดับกิเลสของท่านผู้บำเพ็ญฌาน ถึงปฐมฌาน ข่อมข่มนิเวรณไว้ได้ ตลอดเวลาที่อยู่ในฌานนั้น] ยกเว้น “อนุสยกิเลส-กิเลสอนุสัย” [ซึ่งต้องกำจัดด้วยอริยมรรค-มัคคญาณ-มรรค ๔ ในภูมิแห่งวิปัสสนา อันเป็นกิเลสอย่างละเอียด ได้แก่ อาสวะ ๔ สังโยชน์ ๑๐] นั่นคือ “จิตประภัสสร” กล่าวโดยย่อ “โพชฌงค์ ๗” ประกอบด้วย “ธรรมสมาธิ ๕” [ปราโมทย์-ปีติ-ปัสสัทธิ-สุข-สมาธิ] กับ “อริจิตต” ได้แก่ “สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ” [สัมมปปธาน ๔-สติปัญญา ๔-ฌาน ๔] โดยจะเหลือองค์ธรรมต่อไปนี้ “สติ-สัมมวิจยะ-วิริยะ-ปีติ-ปัสสัทธิ-สมาธิ-อุเบกขา” ซึ่งทำหน้าที่ในการตรัสรู้ถึงสัมโพธิญาณได้ องค์ธรรมทั้ง ๗ ประการ คือ “จิตตวิปัสสนา” [มรรคสมาธิ-อนันตริกสมาธิ] ในบรรดาสภาวะธรรมทั้งหลาย ที่ทำให้เกิด “ญาณทัสสนะ” คือ “การเห็นด้วยปรีชาหยั่งรู้ในวิปัสสนา” ที่หมายถึง “ญาณในวิปัสสนา-โสฬสญาณ-ญาณ ๑๖” คำว่า “การเห็นด้วยปรีชาหยั่งรู้ในวิปัสสนา” คือ ปัญญาหยั่งรู้ในสภาวะธรรมตามสภาพที่เป็นจริง ปราศจากการปรุงแต่งด้วยเจตนาของมนุษย์อันเป็น “สมมตตัสสัจจะ” ไม่ใช่ “ปรมัตตตัสสัจจะ” ที่เป็น “สัจจธรรมโดยปรมัตถ์” ที่เกิดขึ้นด้วย “ยถาภูตญาณทัสสนะ” [มัคคญาณ-ญาณทัสสนวิสุทธิ] ที่บริสุทธิ์ปราศจากนิเวรณ ซึ่งหมายถึง



“ความหมกมดแห่งญาณทัสสนะ” คือ ความรู้ในอริยมรรค ๔ หรือ “มรรคญาณ-มัคคญาณ” อันเกิดถัดจาก “โศตรญาณ” เป็นต้นไป เมื่อ “มรรค” เกิดแล้ว “ผลจิต” แต่ละอย่างย่อมเกิดขึ้นในลำดับถัดไปจาก “มรรคญาณ-มัคคญาณ” นั้นๆ ความเป็นอริยบุคคลย่อมเกิดขึ้น โดยวิสุทธิข้อนี้ เป็นอันบรรลุผลที่หมายสูงสุดแห่ง “วิสุทธิ” หรือ “ไตรสิกขา” หรือการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น

ประการสุดท้ายนี้ การเริ่มต้นในการปฏิบัติธรรม การนั่งสมาธิ การบำเพ็ญเพียรภาวนา นั้น ล้วนต้องเริ่มต้นที่ “สติปัฏฐาน ๔” แห่งโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ก่อน พร้อมด้วย “สหชาติธรรม” ที่เหลืออันเป็น “สัมปยุตตธรรม” ที่จะสนับสนุนการเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาในเวลาเดียวกัน ในการบรรลุถึง “จตุตถฌานแห่งฌานสมาบัติ” นี้ อันเป็นจิตที่ “หมกมด-สะอาด-ไม่มีมลทิน-ปราศจากอุปกิเลส-อ่อน-ควรแก่งาน-มั่นคง-ไม่หวั่นไหว” ที่เรียกว่า “จิตประภัสสร” ที่สหระคด้วยของค์มาน ๒ คือ “อุเบกขา” กับ “เอกัคคตาแห่งจิต” เมื่อเกิด “อุเบกขา” คือ ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง กับ “สมาธิ” คือ ความมีใจตั้งมั่น จิตสงบ แน่วแน่ในอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่าน ย่อมส่งผลแห่งอกุศลวิบากถึง “สติปัฏฐาน ๔” ไม่ว่าฐานที่ตั้งสติฐานใดก็ตาม เป็นอานิสงส์แห่งวิสุทธิ คือ จิตที่ “หมกมด-สะอาด-ไม่มีมลทิน-ปราศจากอุปกิเลส-อ่อน-ควรแก่งาน-มั่นคง-ไม่หวั่นไหว” อาจกล่าวได้ว่า “อุเบกขา” ทำให้ “สติวิสุทธิ-สังวรวิสุทธิ” และ “เอกัคคตา-สมาธิ” ทำให้ “สัมปชัญญะ” เกิดบริสุทธิ์แก่กล้า ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่หวั่นไหว มีความคมชัดด้วยปัญญา กลายเป็น “ญาณ” คือ ความหยั่งรู้ ปรึกษาหยั่งรู้ หรือ “ปัญญา” คือ ความรู้ทั่วชัด ความลึกซึ่งรอบรู้ ในทำนองเดียวกัน ยิ่งบุคคลใดได้เจริญสมถะและวิปัสสนามากเท่าใด ก็ย่อมทำให้จิตใจมีความบริสุทธิ์หมกมดจากกิเลสทั้งปวงและกองทุกข์ในขณะเดียวกันเท่านั้น ทำให้เกิด “ปัญญา ๓” ที่สมบูรณ์แห่งแดนความรู้ในสรรพสิ่งทั้งหลาย นั่นคือ (๑) จินตามยปัญญา (๒) สุตมยปัญญา (๓) ภาวนามยปัญญา ซึ่งหมายถึง “ปฏิสัมภิทา ๔” คือ ความแตกฉาน ความรู้แตกฉาน ปัญญาแตกฉาน ได้แก่ (๑) “อตถปฏิสัมภิทา” ปัญญาแตกฉานในอรรถ (๒) “สัมมปฏิสัมภิทา” ปัญญาแตกฉานในธรรม (๓) “นิรุตติปฏิสัมภิทา” ปัญญาแตกฉานในทางนิรุกติ คือ ภาษา (๔) “ปฏิภาณปฏิสัมภิทา” ปัญญาแตกฉานในปฏิภาณ ฉะนั้น อาจกล่าวได้ว่า สภาวะดังกล่าวนี้ เป็นสิ่งที่ถูกต้อง และดีเยี่ยมแห่ง “สติสัมปชัญญะ” ที่บริสุทธิ์หมกมด เป็น “องค์ความรู้แห่งอริยสังขารอย่างแท้จริง” ซึ่งหมายถึง ความระลึกได้และความรู้ตัวอยู่เสมอ คือ ฝึกตนให้เป็นคนรู้จักยั้งคิด รู้สึกตัวเสมอว่า สิ่งใดควรทำและไม่ควรทำ ระวังมิให้เป็นคนมัวเมาประมาท โดยบรรลุถึง “โยนิโสมนสิการ” ก็ถึงพร้อม “กัลยาณมิตตา” ก็ถึงพร้อม และมีความถึงพร้อมด้วยธรรมทั้งหลายที่ต้องมาสัมปยุตต์หรือสหระคด้วย “อัปมาทะ” นั่นคือ “ความไม่ประมาท” ด้วยประการฉะนี้.

