

๕๐. สมถะและวิปัสสนาเป็นธรรมคู่กัน

Tranquility and Insight as Complementary Pair

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

ความสำคัญของบทความ

เมื่อพิจารณาถึงการปฏิบัติธรรมหรือการบำเพ็ญเพียรภาวนาทางพระพุทธศาสนานั้น ส่วนใหญ่ก็เริ่มกล่าวถึงองค์ประกอบ ๒ ประการ ได้แก่ (๑) **สมถะ-สมาธิ-ฌาน** คือ สมถะแห่งเจโตวิมุตติ และ (๒) **วิปัสสนา-ญาณ** คือ วิปัสสนาแห่งปัญญาวิมุตติ แต่ตามนัยของชาวบ้านทั่วไปนั้น มักหมายถึง “การนั่งสมาธิ” หรือ “เข้าสมาธิแล้วเห็นสมณินิคมและพิจารณาสิ่งที่เห็นนั้น” คือ “การปฏิบัติธรรม” อย่างไม่รู้ตาม ในทางทฤษฎีและทางปฏิบัติในการเจริญภาวนากรรมฐานนั้น กิจใดๆ ที่จะต้องเกิดขึ้นในทั้งสมถะและวิปัสสนานั้น ย่อมเป็นสภาวะธรรมที่เป็นธรรมคู่กัน ที่เรียกว่า “**ญาณสัมปยุตต์**” คือ **ประกอบด้วยเหตุผลและปัญญา** นั่นคือ “**ธรรมทั้งหลายเป็นอย่างเดียวกัน ไม่ล่วงละเมิดซึ่งกันและกัน**” สมถะเป็นอย่างหนึ่ง คือ “**ฌานวิโมกข์**” (ฌานที่ทำให้หลุดพ้นตามลักษณะการเห็นไตรลักษณ์ ได้แก่ **สุญญตสมาธิ-อนิมิตตสมาธิ-อัปณิหิตสมาธิ** ซึ่งเกิดขึ้นในฌานวิโมกข์อันมีวัตถุ ๑๕ ประการ) และวิปัสสนาเป็นอย่างหนึ่ง คือ “**ญาณวิโมกข์**” (ญาณที่ทำให้หลุดพ้นตามลักษณะการเห็นไตรลักษณ์ ได้แก่ **สุญญตวิโมกข์-อนิมิตตวิโมกข์-อัปณิหิตวิโมกข์** ซึ่งเกิดขึ้นในมหาวิปัสสนา ๑๘) แต่ละอย่างเป็นโครงสร้างเอกเทศที่ต้องมาสัมปยุตต์รวมกันเป็น ๑ ระบบใหญ่เดียวกัน แต่อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาถึง “**อรหัตต์ ๒**” หมายถึง ผู้บรรลุอรหัตตผลแล้ว ท่านผู้สมควรรับทักษิณาและการเคารพบูชาอย่างแท้จริง ได้แก่ (๑) “**สุกขวิปัสสก**” ผู้เห็นแจ้งอย่างแท้จริง คือ ท่านผู้มีได้ฌาน สำเร็จอรหัตต์ด้วยเจริญแต่วิปัสสนาล้วนๆ ท่านที่อาศัยเพียงอุปจารสมาธิ เจริญวิปัสสนาไปจนถึงที่สุด แต่เมื่อจะสำเร็จอรหัตต์นั้น ก็เป็นผู้ได้ **ปฐมฌาน** (ละนิวรณ์ด้วยวิเวก ดังนี้ “**กายวิเวก**” ความสงบกาย ได้แก่ อยู่ในที่สงบก็ดี ดำรงอิริยาบถและเที่ยวไปผู้เดียวก็ดี ๑ “**จิตตวิเวก**” ความสงบใจ ได้แก่ ทำจิตให้สงบผ่องใส สงบจากนิวรณ์ สังโยชน์ และอนุสัย เป็นต้น หมายถึงจิตแห่งท่านผู้บรรลุฌาน และอริยมรรค อริยผล ๑ “**อุปธิวิเวก**” ความสงบอุปธิ ได้แก่ ธรรมเป็นที่สงบระงับสังขารทั้งปวง ปราศจากกิเลสที่ดี ชันชัที่ดี อภิสังขารที่ดี ที่เรียกว่า “**อุปธิ**” หมายถึงพระนิพพาน ๑) ประเภทนี้ เรียกอีกอย่างว่า “**วิปัสสนายานิก-สุทธวิปัสสนายานิก**” คือ ผู้มีวิปัสสนาเป็นยานคือผู้เจริญวิปัสสนาโดยยังไม่ได้ฌานสมาบัติมาก่อน และ (๒) “**สมถยานิก**” ผู้มีสมถะเป็นยาน คือ ท่านผู้เจริญสมถะจนได้ฌานสมาบัติแล้ว จึงเจริญวิปัสสนาต่อจนได้สำเร็จอรหัตต์ เรียกว่า “**อุกโตภาควิมุต**” ซึ่งในการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องตามลำดับนั้น จะเน้นที่ “**สมถยานิก-อุกโตภาควิมุต**” เพื่อให้เกิดการพัฒนาจิตใจในทั้ง “**ภุมิ ๔**” ให้สมบูรณ์ตามขั้นความหมดจดบริสุทธิ์ “**วิสุทธิ ๗**” ตามหลักทางสายกลางแห่งมัชฌิมาปฏิปทา ได้แก่ **กามาวจรภุมิ-รูปาวจรภุมิ-อรูปาวจรภุมิ-โลกุตตรภุมิ** โดยมีจุดหมายสูงสุดแห่งความสำเร็จใน “**โลกุตตรธรรม ๘**” ได้แก่ **อริยมรรค ๔-อริยผล ๔-ปรินิพพาน ๑** ท่านทั้งปวารณาในโมกขธรรมนี้ ย่อมต้องทำให้มาก เจริญให้มากด้วยตนเองเท่านั้น ก็ด้วยประการฉะนี้.



บทความที่ ๕๐ ประจำปี ๒๕๕๘ – สมถะและวิปัสสนาเป็นธรรมคู่กัน

ในการมโนการกรรมฐานหรือการพิจารณาธรรมทั้งหลายนั้น เพื่อเป็นการก้าวเข้าถึงภูมิแห่งอริยะหรือโลกุตระนั้น โดยเฉพาะขั้นแรก คือ “โสดาบัน” ที่บรรลุถึง “ดวงตาเห็นธรรม-ธรรมจักขุ” จึงมีความจำเป็นต้องอาศัยคุณธรรมบางประการ ที่เรียกว่า “โสดาปัตติลังคะ ๔” หมายถึง องค์คุณเครื่องบรรลุโสดา องค์ประกอบของการบรรลุโสดา คุณสมบัติที่ทำให้เป็นพระโสดาบัน อนึ่ง พระพุทธเจ้าตรัสว่า ธรรม ๔ ประการดังกล่าวนี้ เมื่อเจริญให้มาก ปฏิบัติให้มาก ทำให้มาก ย่อมเป็นไปเพื่อการบรรลุอริยผลได้ทุกขั้นจนถึงอรหัตตผล ซึ่งตรงกับ “ปัญญาวิมุตติธรรม ๔” หรือ “วิมุตติธรรม ๔” ได้แก่

- (๑) “สัปปริสลังเสวะ” เสวนาสัตบุรุษ คบหาท่านผู้ทรงธรรมทรงปัญญาเป็นกัลยาณมิตร
- (๒) “สัทธัมมัสสวนะ” สดับสัทธรรม ใส่ใจเล่าเรียนฟังอ่านหาความรู้ให้ได้ธรรมที่แท้
- (๓) “โยนิโสมนสิการ” ทำในใจโดยแยบคาย รู้จักคิดพิจารณาหาเหตุผล โดยถูกวิธี
- (๔) “ชัมมานุสम्मปฏิบัติ” ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติธรรมถูกหลัก ให้ธรรมย่อยคล้อยแก่ธรรมใหญ่ สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของธรรมทั้งหลายที่สัมพันธ์กัน ๑ ปฏิบัติธรรมนั้นๆ ให้สอดคล้องพอดีตามขอบเขตความหมายและวัตถุประสงค์ที่สอดคล้องกับธรรมข้ออื่นๆ กลมกลืนกันในหลักใหญ่ที่เป็นระบบทั้งหมด ๑ ดำเนินชีวิตถูกต้องตามธรรม ๑

หรืออีกนัยหนึ่ง ยังหมายถึง “โสดาปัตติลังคะ ๔” ต่อไปนี้ คือ องค์คุณเครื่องบรรลุโสดา คุณสมบัติที่ทำให้เป็นพระโสดาบัน คุณสมบัติของพระโสดาบัน อันเป็นเรื่องความศรัทธาปสาทะ ดังนี้

- (๑) ประกอบด้วยความเลื่อมใสมั่นในพระพุทธเจ้า
- (๒) ประกอบด้วยความเลื่อมใสมั่นในธรรม
- (๓) ประกอบด้วยความเลื่อมใสมั่นในสงฆ์
- (๔) ประกอบด้วยอริยกันตศีล คือ ศีลอันเป็นที่ชื่นชมพอใจของพระอริยะ บริสุทธี ไม่ถูกค้นหา และทิวฐิแปดเปื้อนหรือครอบงำ และเป็นไปเพื่อสมาธิ หรือ การครองเรือนด้วยใจปราศจากมัจฉริยะ (จาคะ) ยินดีในการแจกจ่ายแบ่งปันช่วยเหลือผู้อื่น

แต่อย่างไรก็ตาม ในการประพฤติปฏิบัติอันเป็นปฏิปทาข้างนั้น ผู้ปฏิบัติธรรม หรือผู้บำเพ็ญเพียรภาวนาควรทำความเข้าใจที่ถูกต้องถึง “การเจริญภาวนากรรมฐาน” ที่เรียกว่า “ภาวนา ๒” หมายถึง การเจริญ การทำให้เกิดให้มีขึ้น การฝึกอบรมจิตใจ ได้แก่

- (๑) “สมถภาวนา” คือ การฝึกอบรมจิตใจให้เกิดความสงบ การฝึกสมาธิ
- (๒) “วิปัสสนาภาวนา” คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริง การเจริญปัญญา



คำว่า “ภาวนา ๒” นี้ มีนัยตรงในบาลีที่มา ซึ่งเรียกว่า “ภาเวตัพพรหม” และ “วิชาภาคิยธรรม” ในคัมภีร์ สมัยหลัง บางทีเรียกว่า “กรรมฐาน” หมายถึง อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งงานเจริญภาวนา ๑ ที่ตั้งแห่งงานทำความเพียร ๑ การฝึกอบรมจิต ๑ วิธีฝึกอบรมจิต ๑ เพราะฉะนั้น จะเห็นได้ว่า การบำเพ็ญเพียรภาวนานั้น ต้องมีองค์ประกอบด้วยธรรมที่เป็นคู่กัน “ปัสสัทธิยุคพาที” คือ องค์ธรรมอันเป็นคู่ๆ ที่มีลักษณะเป็นคู่แห่งความสงบคู่กัน ดังเช่น “สมถะ-สมถพละ” (เนกขัมมะ-กามฉันทะ ๑ อภัยบาท-พยาบาท ๑ อาโลกสัญญา-ถีนมิทระ ๑ อวิกเขปะ-อุทธีจจะ ๑ ธรรมวัตถถาน-วิจิจฉา ๑ ญาณ-อวิชา ๑ ความปราโมทย์-อริติ ๑ กุศลธรรมทั้งหลาย-อกุศลธรรมทั้งหลาย ๑ รูปมาน ๔ อรูปมาน ๔) คู่สงบกับ “วิปัสสนา-วิปัสสนาพละ” (อนุปัสสนา ๗) ย่อมทำให้เกิดภาวนากรรมฐานที่ถูกต้อง

ว่าด้วย “สมถพละ” หมายถึง ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่าน

ญาณในธรรมอันเป็นอันตราย ๘ และญาณในธรรมอันเป็นอุปการะ ๘

- (๑) ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านใน กามฉันทะ ด้วยสามารถแห่ง เนกขัมมะ
- (๒) ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านใน พยาบาท ด้วยสามารถแห่ง อภัยบาท
- (๓) ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านใน ถีนมิทระ ด้วยสามารถแห่งอาโลกสัญญา
- (๔) ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านใน อุทธีจจะ ด้วยสามารถแห่งอวิกเขปะ
- (๕) ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านใน วิจิจฉา ด้วยสามารถแห่ง ธรรมวัตถถาน
- (๖) ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านใน อวิชา ด้วยสามารถแห่ง ญาณ
- (๗) ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่านใน อริติ ด้วยสามารถแห่ง ความปราโมทย์

อานาปานสติสมาธิ ๑๖

ในการเจริญ “อานาปานสติสมาธิ” หมายถึง สติกำหนดลมหายใจเข้าและหายใจออก เมื่ออบรมทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นคุณสมบัติ เขือกเย็น อยู่เป็นสุข และยังบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วๆ ให้อันตรธานสงบไปโดยฉับพลัน อนึ่ง “ลมหายใจเข้า” เรียกว่า “อานะ” ไม่ใช่ปัสสาสะ และ “ลมหายใจออก” เรียกว่า “ปานะ” ไม่ใช่อัสนาสะ เมื่อกำหนดสติเข้าไปตั้งอยู่ ด้วยอำนาจลมหายใจเข้า สติเข้าไปตั้งอยู่ด้วยอำนาจลมหายใจออก ย่อมปรากฏแก่บุคคลผู้หายใจเข้า ย่อมปรากฏแก่บุคคลผู้หายใจออก ความที่จิตมีอารมณ์เดียว (สมาธิ) ซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกับสติที่กำหนดลมหายใจเข้าและหายใจออกนั้น เรียกว่า “สมาธิ-เอกัคคตาจิต” นั่นคือ สมาธิที่ประกอบด้วยอานาปานสติ หรือสมาธิในอานาปานสติ จึงเรียกว่า “อานาปานสติสมาธิ” ให้พิจารณาลำดับขั้นในการเจริญอานาปานสติ ดังนี้



รูปฌาน ๔ และอรุฌาน ๔ (ฌานสมาบัติ)

- (๑) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหวใน *นิเวรณทั้งหลาย* ด้วยสามารถ **ปฐมฌาน**
- (๒) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหวใน *วิตกและวិจาร* ด้วยสามารถ **ทุติยฌาน**
- (๓) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหวใน *ปีติ* ด้วยสามารถ **ตติยฌาน**
- (๔) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหวใน *สุขและทุกข* ด้วยสามารถ **จตุตถฌาน**
- (๕) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหวใน *รูปสัญญา ปฏิขสัญญา นานัตตสัญญา* ด้วยสามารถ **อากาสนัญญาตนสมาบัติ**
- (๖) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหวใน *อากาสนัญญาตนสัญญา* ด้วยสามารถ **วิญญาณัญญาตนสมาบัติ**
- (๗) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหวใน *วิญญาณัญญาตนสัญญา* ด้วยสามารถ **อากัญญาตนสมาบัติ**
- (๘) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหวใน *อากัญญาตนสัญญา* ด้วยสามารถ **เนวสัญญานาสัญญาตนสมาบัติ**
- (๙) ชื่อว่าสมถพละ เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหว ไม่เอนเอียง ไม่กวดแก่งไปใน “**อุทธัจจะ**” ในกิลเลสอันสหระคด้วย “**อุทธัจจะ**” และในขั้นนี้ เป็นสมถพละ

ก่อนที่จะก้าวสู่ “**ภูมิแห่งวิปัสสนากัมมัฏฐาน**” (วิปัสสนาพล) จาก “**ภูมิแห่งสมถกรรมฐาน**” (สมถพล) นั้น ผู้บำเพ็ญเพียรภาวนาควรทำความเข้าใจให้ถูกต้องเกี่ยวกับธรรมทั้งหลาย ที่เรียกว่า “**สังขาร-สังขารธรรม**” หรือ “**สังขตะ-สังขตธรรม**” หมายถึง *สภาพที่ปรุงแต่งด้วยเหตุปัจจัยอันมีเจตนาทำหน้าที่ปรุงแต่งกรรม* ซึ่งหมายถึง “**อภิญญูยธรรม**” คือ *ธรรมที่ควรรู้อย่าง* เพื่อใช้เป็นอารมณ์แห่งกรรมฐานในการเจริญอนุวิปัสสนาทั้ง ๗ ประการ โดยพิจารณาอยู่เนื่องๆ ดังนี้

“อภิญญูยธรรม”

- (๑) “**ขั้น ๕**” = รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ
- (๒) “**อายตนะภายใน ๖-อินทรีย์ ๖-สพายตนะ**” = จักขุ โสตะ ฆานะ ชิวหา กาย ใจ
- (๓) “**อายตนะภายนอก ๖-อารมณ ๖**” = รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ ธรรมารมณ
- (๔) “**วิญญาณ ๖**” = จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหาวิญญาณ กายวิญญาณ มโนวิญญาณ
- (๕) “**ผัสสะ ๖**” = จักขุสัมผัส โสตสัมผัส ฆานสัมผัส ชิวหาสัมผัส กายสัมผัส มโนสัมผัส
- (๖) “**เวทนา ๖**” = จักขุสัมผัสสชาเวทนา โสตสัมผัสสชาเวทนา ฆานสัมผัสสชาเวทนา ชิวหาสัมผัสสชาเวทนา กายสัมผัสสชาเวทนา มโนสัมผัสสชาเวทนา
- (๗) “**สัญญา ๖**” = รูปสัญญา สัททสัญญา คันธสัญญา รสสัญญา โสภณูปสัญญา ธรรมสัญญา



- (๘) “เจตนา ๖” = รูปตัณหา สัมผัสตัณหา คันธตัณหา รสตัณหา โภกัณห์ตัณหา
 ธรรมตัณหา
- (๙) “ตัณหา ๖” = รูปตัณหา สัมผัสตัณหา คันธตัณหา รสตัณหา โภกัณห์ตัณหา ธรรมตัณหา
- (๑๐) “วิตก ๖” = รูปวิตก สัมผัสวิตก คันธวิตก รสวิตก โภกัณห์วิตก ธรรมวิตก
- (๑๑) “วิจาร์ ๖” = รูปวิจาร์ สัมผัสวิจาร์ คันธวิจาร์ รสวิจาร์ โภกัณห์วิจาร์ ธรรมวิจาร์
- (๑๒) “ชาตุกัมมัฏฐาน ๑๖” = ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ อากาศธาตุ วิญญาณธาตุ ปฐวี
 กถิณ อาโปกถิณ เตโชกถิณ วาโยกถิณ นีลกถิณ ปิตกถิณ โลหิตกถิณ โอทาทกถิณ อากาศกถิณ
 วิญญาณกถิณ
- (๑๓) “อาการ ๓๒-ทวัตติงสาการ” = ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ
 ตับ พังผืด ไต ปอด ไข้ใหญ่ ไข้น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น
 น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไข้ข้อ มูลตร สมอหงษ์
- (๑๔) “อายตนะ ๑๒” = จักขวยตนะ รูปายตนะ โสตายตนะ สัมผัสตนะ ฆานายตนะ คันธายตนะ
 ชิวหายตนะ รสายตนะ กายายตนะ โภกัณห์พายตนะ มนายตนะ ธรรมายตนะ
- (๑๕) “ธาตุ ๑๘” = จักขุธาตุ รูปธาตุ จักขุวิญญาณธาตุ โสตธาตุ สัมผัสธาตุ โสตวิญญาณธาตุ ฆานธาตุ
 คันธธาตุ ฆานวิญญาณธาตุ ชิวหาธาตุ รสธาตุ ชิวหาวิญญาณธาตุ กายธาตุ โภกัณห์ธาตุ กาย
 วิญญาณธาตุ มโนธาตุ ธรรมธาตุ มโนวิญญาณธาตุ
- (๑๖) “อินทรีย์ ๒๒” = จักขุนทรีย์ โสตินทรีย์ ฆานินทรีย์ ชิวหินทรีย์ กายินทรีย์ มนินทรีย์ ชิวิตินทรีย์
 อิตตินทรีย์ ปุริสอินทรีย์ สุนอินทรีย์ ทุกอินทรีย์ โสมนัสอินทรีย์ โทมนัสอินทรีย์ อุเบกอินทรีย์
 สัมผัสอินทรีย์ วิริอินทรีย์ สตินทรีย์ สมานอินทรีย์ ปัญอินทรีย์ อนัญญัตถัญญัสสามิตินทรีย์ [อินทรีย์
 ของผู้ปฏิบัติด้วยมโนการว่า เราจักรู้ธรรมที่ยังไม่รู้ อินทรีย์นี้เป็นชื่อของโสตาปัตติมรรคญาณ]
 อัญญินทรีย์ [อินทรีย์ของผู้จุติธรรมด้วยมรรคนั้น อินทรีย์นี้เป็นชื่อของญาณในฐานะ ๖ คือ
 โสตาปัตติผลถึงอรหัตมรรคญาณ] อัญญาตาอินทรีย์ [อินทรีย์ของพระชีนาสพผู้รู้จบแล้ว
 อินทรีย์นี้เป็นชื่อของอรหัตผลญาณ]
- (๑๗) “ธาตุ ๓” = กามธาตุ รูปธาตุ อรูปธาตุ
- (๑๘) “ภพ ๕” = กามภพ รูปภพ อรูปภพ สัญญาภพ อสัญญาภพ เนวสัญญานาสัญญาภพ เอกโวการภพ
 จตุโวการภพ ปัญจโวการภพ
- (๑๙) “ฌาน ๔” = ปฐมฌาน ทุติฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน
- (๒๐) “อัปปมัญญา ๔” = เมตตาเจโตวิมุตติ กรุณาเจโตวิมุตติ มุทิตาเจโตวิมุตติ อุเบกขาเจโตวิมุตติ
- (๒๑) “อรุปลสมาบัติ ๔” = อากาสนัญญาตนสมาบัติ วิญญาณัญญาตนสมาบัติ อากัญญาตนสมาบัติ
 เนวสัญญานาสัญญาตนสมาบัติ
- (๒๒) “ปฏิจสงมุปบาท ๑๒” [อิทัปปัจจยาตา-ปัจจยาการ-ตถตา] = อวิชา สังขาร วิญญาณ นามรูป
 สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา ตัณหา อุปาทาน ภพชาติ ชรา-มรณะ



ว่าด้วย วิปัสสนาพละ (อนุปัสสนา ๗ ในอภิญญเอชธรรม)

- (๑) “อนิจจานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “ชวนปัญญา” (ปัญญาเร็ว) ให้บริบูรณ์
- (๒) “ทุกขานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นสภาพแห่งทุกข์ เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “นิพเพธิกปัญญา” (ปัญญาทำลายกิเลส) ให้บริบูรณ์
- (๓) “อนัตตานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “มหาปัญญา” (ปัญญามาก) ให้บริบูรณ์
- (๔) “นิพพิทานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความเบื่อหน่าย เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “ตักขปัญญา” (ปัญญาคมกล้า) ให้บริบูรณ์
- (๕) “วิราทานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความคลายกำหนดในราคะ เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “วิมุตปัญญา” (ปัญญากว้างขวาง) ให้บริบูรณ์
- (๖) “นิโรธานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความดับแห่งสมุทัยโดยความเป็นเหตุเกิด เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “คัมภีรปัญญา” (ปัญญาลึกซึ้ง) ให้บริบูรณ์
- (๗) “ปฏินิสัสคคานุปัสสนา” คือ พิจารณาความถื่อมั่นตั้งไว้โดยความถื่อผิยัดมั่นหรือพิจารณาเห็นความสละคืน เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “อัสสามันตปัญญา” (ปัญญาไม่ไถ่) ให้บริบูรณ์

ในอันดับต่อไป นี้ ให้นำข้อธรรมย่อยใน “อภิญญเอชธรรม” มาเจริญพิจารณากรรมฐานในแต่ละข้อด้วย “อนุปัสสนา ๗” ตั้งแต่ ข้อ (๑) “ขันธ ๕” (รูป เป็นต้น) จนถึง ข้อ (๒๒) “ปฏิจจสมุปบาท ๑๒” (ชรามรณะ) มีจำนวนทั้งหมด ๒๒๐ ข้อธรรมย่อย ซึ่งต้องใช้เวลาในการพิจารณากรรมฐานบ่อยๆ เป็นเวลานาน เพื่อให้เกิดปัญญาประเภทต่างๆ ตามเป็นจริง (ยถา ปชาน) ด้วยการเจริญอนุปัสสนานั้นๆ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ตัวอย่างที่ ๑ การพิจารณา “รูป” (ขันธ ๕)

- (๑) “อนิจจานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงใน รูป เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “ชวนปัญญา” (ปัญญาเร็ว) ให้บริบูรณ์
- (๒) “ทุกขานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นสภาพแห่งทุกข์ใน รูป เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “นิพเพธิกปัญญา” (ปัญญาทำลายกิเลส) ให้บริบูรณ์
- (๓) “อนัตตานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตนใน รูป เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “มหาปัญญา” (ปัญญามาก) ให้บริบูรณ์



- (๔) “นิพพิทานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความเบื่อหน่ายใน **รูป** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**ติกขปัญญา**” (ปัญญาคมกล้า) ให้บริบูรณ์
- (๕) “วिरคานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความคลายกำหนดในราคะใน **รูป** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**วิบูลปัญญา**” (ปัญญากว้างขวาง) ให้บริบูรณ์
- (๖) “นิโรธานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความดับแห่งสมุทัยโดยความเป็นเหตุเกิดใน **รูป** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**คัมภีรปัญญา**” (ปัญญาลึกซึ้ง) ให้บริบูรณ์
- (๗) “ปฏินิสสัคคานุปัสสนา” คือ พิจารณาความถื่อมั่นตั้งไว้ด้วยความถื่อผิยิมั่นหรือพิจารณาเห็นความสละคืนใน **รูป** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**อัสสามันตปัญญา**” (ปัญญาไม่ไถล) ให้บริบูรณ์
- ฉะนั้น เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหว ไม่เอนเอียง ไม่กวัดแกว่งไปใน “**อวิชชา**” ในกิเลสอันสทรคด้วย “**อวิชชา**” และในขั้นนี้ เป็นวิปัสสนาพละ

ตัวอย่างที่ ๒ การพิจารณา “**มโนวิญญูณธาตุ**” (ธาตุ ๑๘)

- (๑) “อนิจจานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงใน **มโนวิญญูณธาตุ** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**ชวนปัญญา**” (ปัญญาเร็ว) ให้บริบูรณ์
- (๒) “ทุกขานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นสภาพแห่งทุกข์ใน **มโนวิญญูณธาตุ** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**นิพเพธิกปัญญา**” (ปัญญาทำลายกิเลส) ให้บริบูรณ์
- (๓) “อนัตตานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตนใน **มโนวิญญูณธาตุ** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**มหาปัญญา**” (ปัญญามาก) ให้บริบูรณ์
- (๔) “นิพพิทานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความเบื่อหน่ายใน **มโนวิญญูณธาตุ** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**ติกขปัญญา**” (ปัญญาคมกล้า) ให้บริบูรณ์
- (๕) “วिरคานุปัสสนา” คือ พิจารณาเห็นความคลายกำหนดในราคะใน **มโนวิญญูณธาตุ** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**วิบูลปัญญา**” (ปัญญากว้างขวาง) ให้บริบูรณ์
- (๖) “นิโรธานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความดับแห่งสมุทัยโดยความเป็นเหตุเกิดใน **มโนวิญญูณธาตุ** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**คัมภีรปัญญา**” (ปัญญาลึกซึ้ง) ให้บริบูรณ์
- (๗) “ปฏินิสสัคคานุปัสสนา” คือ พิจารณาความถื่อมั่นตั้งไว้ด้วยความถื่อผิยิมั่นหรือพิจารณาเห็นความสละคืนใน **มโนวิญญูณธาตุ** เป็นวิปัสสนาพละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**อัสสามันตปัญญา**” (ปัญญาไม่ไถล) ให้บริบูรณ์
- ฉะนั้น เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหว ไม่เอนเอียง ไม่กวัดแกว่งไปใน “**อวิชชา**” ในกิเลสอันสทรคด้วย “**อวิชชา**” และในขั้นนี้ เป็นวิปัสสนาพละ



ตัวอย่างที่ ๓ การพิจารณา “**ขรา-มรณะ**” (ปฏิจางสมุปบาท ๑๒)

- (๑) “**อนิจจานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงใน **ขรา-มรณะ** เป็นวิปัสสนาผละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**ขวนปัญญา**” (ปัญญาเร็ว) ให้บริบูรณ์
- (๒) “**ทุกขานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นสภาพแห่งทุกข์ใน **ขรา-มรณะ** เป็นวิปัสสนาผละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**นิพเพธิกปัญญา**” (ปัญญาทำลายกิเลส) ให้บริบูรณ์
- (๓) “**อนัตตานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตนใน **ขรา-มรณะ** เป็นวิปัสสนาผละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**มหาปัญญา**” (ปัญญามาก) ให้บริบูรณ์
- (๔) “**นิพพิทานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นความเบื่อหน่ายใน **ขรา-มรณะ** เป็นวิปัสสนาผละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**ติกขปัญญา**” (ปัญญาคมกล้า) ให้บริบูรณ์
- (๕) “**วิราคานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นความคลายกำหนดในราคะใน **ขรา-มรณะ** เป็นวิปัสสนาผละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**วิบูลปัญญา**” (ปัญญากว้างขวาง) ให้บริบูรณ์
- (๖) “**นิโรธานุปัสสนา**” คือ การพิจารณาเห็นความดับแห่งสมุทัยโดยความเป็นเหตุเกิดใน **ขรา-มรณะ** เป็นวิปัสสนาผละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**คัมภีรปัญญา**” (ปัญญาลึกซึ้ง) ให้บริบูรณ์
- (๗) “**ปฏินิสสัคคานุปัสสนา**” คือ พิจารณาความถึอมั่นคงไว้ด้วยความถึอผิถึอมั่นคงหรือพิจารณาเห็นความสละคืนใน **ขรา-มรณะ** เป็นวิปัสสนาผละ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**อัสสามันตปัญญา**” (ปัญญาไม่ไถ่) ให้บริบูรณ์

ฉะนั้น เพราะอรรถว่า จิตไม่หวั่นไหว ไม่เอนเอียง ไม่กวัดแกว่งไปใน “**อวิชา**” ในกิเลสอันสหระคด้วย “**อวิชา**” และในขั้นนี้ เป็นวิปัสสนาผละ

เมื่อมาพิจารณาถึงรายละเอียดของการเจริญภาวนาทั้ง ๒ กรรมฐาน นั้น จะเห็นได้ว่า ในประการแรก คือ (๑) “**สมถกรรมฐาน-สมถผละ**” เป็นขั้นตอนการชำระจิตให้พ้นจากราคะเป็นสำคัญ ซึ่งหมายถึง **กลุ่มแรก** คือ “**ญาณในธรรมอันเป็นอันตราย ๘**” ได้แก่ **กามฉันทะ-พยาบาท-ถีนมิทธะ-อุทธัจจกุกกุจจะ-วิจิกิจฉา-อวิชา-อโรติ-อกุศลธรรมทั้งปวง** (นั่นคือ นีวรณ) โดยมีธรรมคู่ปฏิบัติ ที่เรียกว่า “**ญาณในธรรมอันเป็นอุปการะ ๘**” ได้แก่ **เนกขัมมะ-ความไม่พยาบาท-อาโลกสัญญา-ความไม่ฟุ้งซ่าน-ความกำหนดกรรม-ญาณ-ความปราโมทย์-กุศลธรรมทั้งปวง** เพื่อให้จิตสงบไม่หวั่นไหวในสหธรรมทั้งหลาย กับ **กลุ่มหลัง** คือ “**นีวรณ ๕-วิตก-วิจารณ์-ปฏิบัติ-และ-สุข**” เพื่อให้บรรลุถึง “**จตุตถฌาน-ฌานที่ ๔**” ที่ประกอบด้วย “**อุเบกขา-เอกัคคตาแห่งจิต**” เพื่อให้เกิดสมาธิที่แน่วแน่เป็น “**อัปนาสมาธิ**” จนรวมถึง “**อรุปสมาบัติ ๔**” ได้แก่ **อากาสาณัญจายตนสมาบัติ-อากาสาณัญจายตนภูมิ** ชั้นที่เข้าถึงภาวะมีอากาสาไม่มีที่สุด ๑ **วิญญาณัญจายตนสมาบัติ-วิญญาณัญจายตนภูมิ** ชั้นที่เข้าถึงภาวะมีวิญญาณไม่มีที่สุด ๑ **อากิญจัญญายตนสมาบัติ-อากิญจัญญายตนภูมิ** ชั้นที่เข้าถึงภาวะไม่มีอะไร ๑ **เนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติ-เนวสัญญานาสัญญายตนภูมิ** ชั้นที่เข้าถึงภาวะมีสัญญาไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่ ๑ นอกจากนี้ ผู้ที่มีสามารถบรรลุถึงขั้น “**อนาคามี**” กับ “**อรหัตต์**” ย่อมมี



บารมีเข้าถึง “นิโรธสมาบัติ-สัญญาเวทิตนนิโรธ” หมายถึง การดับ “**วจีสังขาร-กายสังขาร-และ-จิตตสังขาร**” ไปตามลำดับ นั่นคือ การดับสัญญา และการดับเวทนา เป็นอันดับสุดท้าย ภาวะจิตดังกล่าวนี้ เป็นจิตปราศจากอุปาทานขั้นทั้งหลาย ที่เรียกว่า “**ชั้นขวินิมุต**” เป็นเรื่องของ “**เจโตวิมุตติแห่งสมถพละ**” อนึ่ง “**สมถพละ**” มีนัยถึง “**จรรณะ ๑๕**” หมายถึง **ข้อปฏิบัติปฏิบัติทางอันยิ่งอันเป็นทางบรรลुวิวิชา** ได้แก่ “**ศีลสัมปทา ๑**” คือ ความถึงพร้อมด้วยศีล “**อปัลลภกปฏิบัติทา ๓**” คือ **อินทริยสังวร-โภชนมัตตัญญุตตา-ชาคริยานุโยค** “**สัทธรรม ๓**” คือ **ศรัทธา-หิริ-โอตตปปะ-พหุสุต-วิริยารัมภะ-สติ-ปัญญา** และ “**ฌาน ๔**” คือ **ปฐมฌาน-ทุติยฌาน-ตติยฌาน-จตุตถฌาน**

ในประการหลัง คือ (๒) “**วิปัสสนากัมมัฏฐาน-วิปัสสนาพละ**” หมายถึง การพิจารณาธรรมแห่งกรรมฐานทั้งหลายเพื่อให้หลุดพ้นจาก “**อวิชชา ๘**” คือ ให้รู้แจ้งใน “**อริยสัจ ๔-อัทธา ๓ (กาล ๓) -ปฏิจจฉสมุปบาท ๑๒ (ปฏิจจฉสมุปบันธรรมทั้งหลาย)**” แต่ถ้าพิจารณาตามจุดมุ่งหมายของการปฏิบัติธรรมแล้ว ย่อมหมายถึง “**วิชชา**” หมายถึง **ความรู้แจ้ง-ความรู้วิเศษ** ได้แก่ “**วิชชา ๓**” คือ “**ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ-จุตูปปาตญาณ-อาสวักขยญาณ**” และ “**วิชชา ๘**” คือ “**วิปัสสนาญาณ (ญาณในวิปัสสนา) -มโนมยิทธิ (ฤทธิ์สำเร็จด้วยใจ) -อิทธิวิชา (อิทธิวิธี-แสดงฤทธิ์ต่างๆ ได้) -ทิพพโสต (หูทิพย์) -เจโตปริยญาณ (ความรู้ที่กำหนดใจผู้อื่นได้) -ปุพเพนิวาสานุสสติ (ระลึกชาติได้) -ทิพพจักขุ (ตาทิพย์) -อาสวักขยญาณ (ความรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ)**” หรืออีกนัยหนึ่ง คือ พระจักขุอันเป็นสมบัติของพระผู้มีพระภาคเจ้า ที่เรียกว่า “**จักขุ-ญาณ-วิชชา-ปัญญา-แสงสว่าง**” อันเกิดจาก “**ยถาภูตญาณทัสสนะ**” (ยถา ปชาน) คือ ความรู้เห็นธรรมตามเป็นจริง นั่นคือ (๑) **จักขุ ๕** ได้แก่ **มังสจักขุ-ตาเนื้อ ทิพพจักขุ-ตาทิพย์ ปัญญาจักขุ-ตาปัญญา พุทธจักขุ-ตาพระพุทเจ้า สมันตจักขุ-ตาเห็นรอบ (๒) ญาณ ๑๖-วิปัสสนาญาณ ๕ (๓) วิชชา ๓-วิชชา ๘ (๔) ปัญญา ๓** ได้แก่ **จินตามยปัญญา-สุตมยปัญญา-ภาวนามยปัญญา** และ (๕) **อาโลกสัญญา** คำว่า “**อาโลโก**” ตามอรรถว่า “**อาโลกสญญ มนสิการิทธิ**” ความว่า ทำไว้ในใจถึงแสงสว่าง มีแสงสว่างแห่งดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ และแก้วมณี เป็นต้น ทั้งกลางวันหรือกลางคืน ด้วยประการดังนี้ หรือทำ-มนสิการ “**อาโลกสัญญา**” ไว้ในใจเพื่อการละ “**ถีนมิททะ**” (ความหดหู่และเซื่องซึม) ย่อมตั้งสัญญาว่าเป็นกลางวันอยู่ กระทำ “**อาโลกสัญญา**” ว่ากลางวันไว้ในใจ ฉันทกลางคืนก็ฉันทนั้น กลางคืนฉันทกลางคืนก็ฉันทนั้น ย่อมมีใจปลอดโปร่ง อัน “**นิรรม**” ไม่พัวพัน ย่อมเจริญจิตที่มีความสว่าง ด้วยประการดังนี้ อีกอย่างหนึ่ง “**ธรรม ๖ ประการ**” ย่อมเป็นไปเพื่อการละถีนมิททะ ได้แก่

- (๑) การถือเอานิมิตในอติโกชณะ (บริโคมมากเกินไป)
- (๒) การเปลี่ยนอิริยาบถ
- (๓) มนสิการในอาโลกสัญญา
- (๔) การอยู่กลางแจ้ง
- (๕) ความเป็นผู้มีกัลยาณมิตร
- (๖) สัมปายกถา



อย่างไรก็ตาม ในการเจริญวิปัสสนาญาณอยู่เนืองๆ ย่อมหมายถึงการมนสิการใน (๑) **อนุปัสสนา ๗** กับ (๒) **มหาวิปัสสนา ๑๘** ดังนี้

อนุปัสสนา ๗

- (๑) “**อนิจจานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**ชวนปัญญา**” (ปัญญาเร็ว) ให้บริบูรณ์
- (๒) “**ทุกขานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นสภาพแห่งทุกข์ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**นิพเพธิกปัญญา**” (ปัญญาทำลายกิเลส) ให้บริบูรณ์
- (๓) “**อนัตตานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**มหาปัญญา**” (ปัญญามาก) ให้บริบูรณ์
- (๔) “**นิพพิทานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นความเบื่อหน่าย ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**ตักขปัญญา**” (ปัญญาคมกล้า) ให้บริบูรณ์
- (๕) “**วิราคานุปัสสนา**” คือ พิจารณาเห็นความคลายกำหนดในราคะ ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**วิบูลปัญญา**” (ปัญญากว้างขวาง) ให้บริบูรณ์
- (๖) “**นิโรธานุปัสสนา**” คือ การพิจารณาเห็นความดับแห่งสมุทัยโดยความเป็นเหตุเกิด ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**คัมภีรปัญญา**” (ปัญญาลึกซึ้ง) ให้บริบูรณ์
- (๗) “**ปฏินิสสัคคานุปัสสนา**” คือ พิจารณาความถ้อยมั่นตั้งไว้โดยความถ้อยผิยมั่นด้วยสละคืน ซึ่งบุคคลเจริญแล้ว ทำให้มากแล้ว ย่อมยัง “**อัสสามันตปัญญา**” (ปัญญาไม่ไถ่) ให้บริบูรณ์

ข้อพึงพิจารณาเพิ่มเติมเกี่ยวกับ “อนุปัสสนา ๗” นั้น คือ การพิจารณา การเจริญ หรือ การมนสิการกรรมฐาน ให้มากอยู่เนืองๆ เป็นนิมิตให้เกิด “ปัญญาญาณ” หรือ “ภาวนามยปัญญา” ที่เรียกว่า “**ปัญญา ๗**” ซึ่งเป็นการ ยืนยันถึงผลปฏิเวธ ความรู้แจ้งแทงตลอดด้วยปฏิเวธะ จนเกิด “**ยถากุตญาณทัสสนะ**” (ความรู้เห็นธรรมตาม เป็นจริง อันมีสมุฏฐานจากการทำให้มาก เจริญให้มาก พยายาม บรรลภความเพียร ประคองจิตไว้ ตั้งมั่นจิตไว้ ให้ถึง **เนกขัมมะ**—ด้วยละกามฉันท ๑ **อภัยบาท**—ด้วยละพยาบาท ๑ **อาโลกัญญา**—ด้วยละดินมิทระ ๑ **อวิกเขปะ**—ด้วยละอุททัจจะ ๑ **ธรรมวัตถาน**—ด้วยละวิจิจฉนา ๑ **ญาณ**—ด้วยละอวิชชา ๑ **ความปราโมทย์**—ด้วยละ อรติ ๑ **กุศลธรรมทั้งหลาย**—ด้วยละอกุศลธรรมทั้งหลาย ย่อมถึงบริบูรณ์ด้วย **สัมมาวายามะ**—**สัมมาสติ**—**สัมมาสมาธิ** สัมปยุตต์ด้วย โปธิปักขิยธรรม ๓๗ ได้แก่ **สติปัฏฐาน ๔**—**สัมมัปปธาน ๔**—**อิทธิบาท ๔**—**อินทริย์ ๕**—**พละ ๕**—**โพชฌงค์ ๗**—**มรรคมีองค์ ๘**) และทำให้เกิดองค์ความรู้แห่งปัญญาเฝ้ารอบ ที่เรียกว่า “**จักขุ-ญาณ-วิชชา-ปัญญา-แสงสว่าง**” ดังเหล่านี้ คือ ผลอันเกิดขึ้นในปัจจุบัน แต่อย่างไรก็ตาม “**ปัญญา ๗**” ยังทำให้เกิด “**อรหัตตปัญญา-ปัญญา ๑๐**” ดังนี้



ปัญญา ๑๐ แห่งภาวนามยปัญญา (ปัญญาพระอรหันต์)

- (๑) “ชวนปัญญา” — ปัญญาเร็ว (สิงปัญญา) ด้วยเล่นไปในสังขารเข้าถึงวิปัสสนาและในวิสังขาร
- (๒) “นิพเพชกปัญญา” — ปัญญาทำลายกิเลส ด้วยความ เบื่อหน่าย ไม่พอใจ ไม่ยินดีในสังขารทั้งปวง
- (๓) “มหาปัญญา” — ปัญญามาก ปัญญาใหญ่ ด้วยเห็นความเป็นของสูงถึงความเจริญความยิ่งใหญ่
- (๔) “ติกขปัญญา” — ปัญญาคมกล้า ทำลายกิเลสได้ไว ไม่รับรองไว้ ย่อมละ บรรเทา ทำให้สิ้นสุด
- (๕) “วิบูลปัญญา” — ปัญญากว้างขวาง ในอรรถ ธรรม ภาษา ปฏิภาณ อภิญญา นิพพาน
- (๖) “คัมภีรปัญญา” — ปัญญาลึกซึ้ง รู้ลึกซึ้งในขั้นชั้น ธาตุ อภิญญา นิพพาน
- (๗) “อัสสามันตปัญญา” — ปัญญาไม่ไกล เป็นปัญญาที่ละเอียดไม่ถูกครอบงำได้
- (๘) “ปุลลปัญญา” — ปัญญาแน่นหนา ด้วยลุ่มธรรมทั้งหลายจนถึงนิพพาน
- (๙) “หาลปัญญา” — ปัญญาว่าเรง มีความเรง แข็งขัน ยินดี ปราโมทย์
- (๑๐) “ปฏิสัมภิตา ๔” — ปัญญาแตกฉาน ด้วยสามารถ สัทธาธิมุต กายสักขี ทิฏฐิปัตตะ

มหาวิปัสสนา ๑๘

- (๑) “อนิจจานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง
- (๒) “ทุกขานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความทุกข์
- (๓) “อนัตตานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความไม่ใช่ตัวตน
- (๔) “นิพพิทานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความเบื่อหน่าย
- (๕) “วิราคานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความคลายกำหนัด
- (๖) “นิโรธานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความดับ
- (๗) “ปฏินิสัสคคานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความสละคืน
- (๘) “ขยานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความสิ้นไป
- (๙) “วยานุปัสสนา” คือ การเห็นความเสื่อมไป
- (๑๐) “วิปริณามานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความแปรปรวน
- (๑๑) “อนิมิตตานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นความไม่มีเครื่องหมาย
- (๑๒) “อัปปลิตานุปัสสนา” คือ การเห็นธรรมไม่มีที่ตั้ง
- (๑๓) “สุญญตานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเป็นความว่างเปล่า
- (๑๔) “อริปัญญาธรรมวิปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นธรรมด้วยปัญญาอันยิ่ง
- (๑๕) “ยถาภูตญาณทัสนะ” คือ ความรู้ความเห็นตามความเป็นจริง
- (๑๖) “อาทีนวานุปัสสนา” คือ การพิจารณาเห็นโทษ
- (๑๗) “ปฏิสังขานุปัสสนา” คือ การพิจารณาหาทาง
- (๑๘) “วิวัฏฏณานุปัสสนา” คือ การพิจารณาการเห็นอุบายที่จะหลีกไป



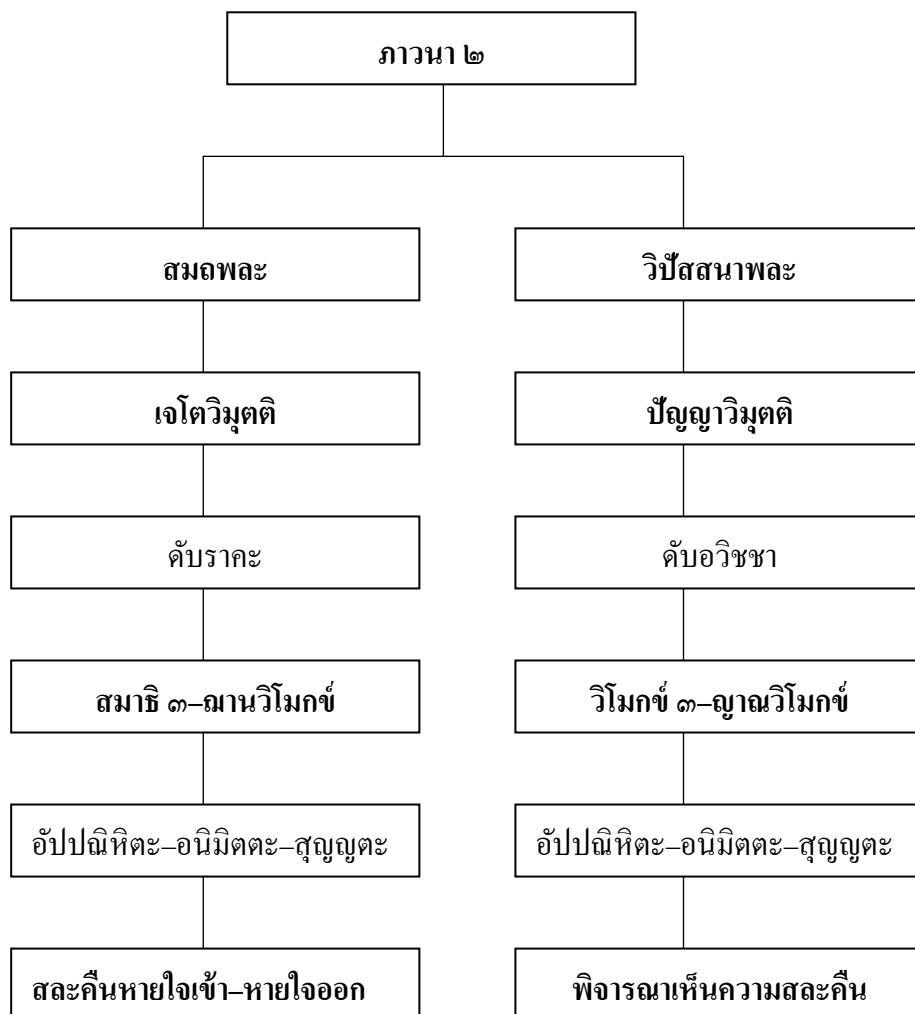
อย่างไรก็ตาม ให้พิจารณาเปรียบเทียบกับ “ญาณ ๑๖-โศภสญาณ” ส่วนข้อ ๔-ข้อ ๑๒ เรียกว่า “วิปัสสนาญาณ ๘” ดังนี้

- (๑) “นามรูปปริจเฉทญาณ” — ญาณกำหนดจำแนกรู้นามและรูป คือ รู้ว่าสิ่งทั้งหลายมีแต่รูปธรรมและนามธรรม และกำหนดแยกได้ว่า อะไรเป็นรูปธรรม อะไรเป็นนามธรรม
- (๒) “ปัจจุยปริคคญาณ” — ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามและรูป คือ รู้ว่า รูปธรรมและนามธรรมทั้งหลายเกิดจากเหตุปัจจัย และเป็นปัจจัยแก่กัน อาศัยกัน โดยรู้ตามแนวปฏิจสมุปบาท ก็ดี ตามแนวกฎแห่งกรรมก็ดี ตามแนววัฏฏะ ๓ เป็นต้น
- (๓) “สัมมสนญาณ” — ญาณกำหนดรู้ด้วยพิจารณาเห็นนามและรูปโดยไตรลักษณ์ คือ ยกรูปธรรมและนามธรรมทั้งหลายขึ้นพิจารณาโดยเห็นตามลักษณะที่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มิใช่ตัวตน
- (๔) “อุทยัพพยานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันตามเห็นความเกิดและความดับ คือ พิจารณาความเกิดขึ้นและความดับไปแห่งเบญจขันธ์ จนเห็นชัดว่า สิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นครั้งแล้วก็ต้องดับไปส่วนเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปทั้งหมด
- (๕) “ภังคานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันตามเห็นความสลาย คือ เมื่อเห็นความเกิดดับเช่นนั้นแล้วคำนึงเด่นชัดในส่วนความดับอันเป็นจุดจบสิ้น ก็เห็นว่าสังขารทั้งปวงล้วนจะต้องสลายไปทั้งหมด
- (๖) “ภยตูปฏฐานญาณ” — ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว คือ เมื่อพิจารณาเห็นความแตกสลายอันมีทั่วไปแก่ทุกสิ่งทุกอย่างเช่นนั้นแล้ว สังขารทั้งปวงไม่ว่าจะเป็นไปในภพใดคติใด ก็ปรากฏเป็นของน่ากลัว เพราะล้วนแต่จะต้องสลายไป ไม่ปลอดภัยทั้งสิ้น
- (๗) “อาทีนวานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันคำนึงเห็นโทษ คือ เมื่อพิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงซึ่งล้วนต้องแตกสลายไป เป็นของน่ากลัวไม่ปลอดภัยทั้งสิ้นแล้ว ย่อมคำนึงเห็นสังขารทั้งปวงนั้นว่าเป็นโทษ เป็นสิ่งที่มีความบกพร่อง จะต้องระคนอยู่ด้วยทุกข์
- (๘) “นิพพิทานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันคำนึงเห็นด้วยความหน่าย คือ เมื่อพิจารณาเห็นสังขารว่าเป็นโทษเช่นนั้นแล้ว ย่อมเกิดความหน่าย ไม่เพิลิดเพิลินติดใจ
- (๙) “มูญจิตุกัมยตาญาณ” — ญาณอันคำนึงด้วยใคร่จะพ้น ไปเสีย คือ เมื่อหน่ายสังขารทั้งหลายแล้ว ย่อมปรารถนาที่จะพ้น ไปเสียจากสังขารเหล่านั้น
- (๑๐) “ปฐิสังขานุปัสสนาญาณ” — ญาณอันคำนึงพิจารณาหาทาง คือ เมื่อต้องการจะพ้น ไปเสีย จึงกลับหันไปยกเอาสังขารทั้งหลายขึ้นมาพิจารณากำหนดด้วยไตรลักษณ์เพื่อมองหาอุบายที่จะปลดปล่อยออกไป
- (๑๑) “สังขารุเปกขาญาณ” — ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร คือ เมื่อพิจารณาสังขารต่อไป ย่อมเกิดความรู้เห็นสภาวะของสังขารตามความเป็นจริง ว่ามีความเป็นอยู่เป็นไปของมันอย่างนั้นเป็นธรรมดา จึงวางใจเป็นกลางได้ ไม่ยินดียินร้ายในสังขารทั้งหลาย แต่ก็นมองเห็นนิพพานเป็นสันติบท ญาณจึงแล่นมุ่ง ไปยังนิพพาน เลิกละความเกี่ยวเกาะกับสังขารเสียได้



- (๑๒) “**สังขานุโลมิกญาณ-อนุโลมญาณ**” —ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้ริยสังข์ คือ เมื่อวางใจเป็นกลางต่อสังขารทั้งหลาย ไม่พะวง และญาณแล่นมุ่งตรงไปสู่นิพพานแล้ว ญาณอันคล้อยต่อการตรัสรู้ริยสังข์ ย่อมเกิดขึ้นในลำดับถัดไป เป็นขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ ต่อจากนั้นก็เกิดโคตรภูญาณมาคั่นกลาง แล้วเกิดมรรคญาณให้สำเร็จความเป็นอริยบุคคลต่อไป
- (๑๓) “**โคตรภูญาณ**” —ญาณครอบโคตร คือ ความหยั่งรู้ที่เป็นหัวข้อแห่งการข้ามพ้นจากภาวะปุถุชนเข้าสู่ภาวะอริยบุคคล
- (๑๔) “**มัคคญาณ**” —ญาณในอริยมรรค คือ ความหยั่งรู้ที่ทำให้สำเร็จภาวะอริยบุคคลแต่ละขั้น
- (๑๕) “**ผลญาณ**” —ญาณในอริยผล คือ ความหยั่งรู้ที่เป็นผลสำเร็จของพระอริยบุคคลขั้นนั้นๆ
- (๑๖) “**ปัจจบเวกขณญาณ**” —ญาณหยั่งรู้ด้วยการพิจารณาทบทวน คือ สำนวญมรรคผล กิเลสที่ละแล้ว กิเลสที่เหลืออยู่ และนิพพาน เว้นแต่ว่าพระอรหันต์ไม่มีการพิจารณากิเลสที่ยังเหลืออยู่

ดังนั้น ในการเจริญภาวนากรรมฐานนั้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจถูกต้องถึงอำนาจแห่งสมถะและวิปัสสนาที่เป็นธรรมคู่กัน (ปัสสัทธิยุคพาที) ให้พิจารณาภาพประกอบข้างล่างนี้



เพราะฉะนั้น เมื่อผู้บำเพ็ญเพียรภาวนาฝึกอบรมจิตจนถึง “จุดตกตามกุศลจิต” ที่สทรรคด้วย “อุเบกขาแห่งฌาน-อุเบกขาแห่งโพชฌงค์” (สัมปชัญญะบริสุทธฺิ) กับ “อัปนาสมาธิ-เอกัคคตาแห่งจิต” (สติบริสุทธฺิ) ย่อมเกิด “ญาณทัสสนะ” คือ การเห็นด้วยปรีชาหยั่งรู้ตามเป็นจริงในภาวะที่จิตปราศจากนิเวรณ (กามฉันทะ-พยาบาท-ถีนมัทธะ-อุทธัจจกุกกุกจะ-วิจิกิจฉา-อวิชชา-อโรติ-อกุศลธรรมทั้งปวง ซึ่งเป็นธรรมที่อันตรายต่อสมาธิ) นั่นคือ “จิตตัววิปัสสนา-สมาธิในวิปัสสนา” ที่เรียกว่า “ยถาภูตญาณทัสสนะ” ที่ทำให้เกิด “จักขุ-ญาณ-วิชา-ปัญญา-แสงสว่าง” ด้วยเหตุนี้ การบำเพ็ญเพียรภาวนาจึงต้องทำ เจริญ พิจารณา มนสิการ ให้มากยิ่งขึ้นอยู่เรื่อยๆ เป็นนิตย เพื่อทำ “ฉันทะ” ให้เกิด พยายาม ปรารถนาความเพียร “ระคองจิตไว้” (ปกคณหิตฺวา) คือ ระคองจิตไว้ด้วย “สตินทริย-และ-วิริยทริย” หรืออีกนัยหนึ่ง ระคองจิตไว้ด้วยเจริญ “ธรรมวิชัยสัมโพชฌงค์-และ-ปีติสัมโพชฌงค์” และเพื่อ “ข่มจิตไว้” (วินิคุณฺหิตฺวา) คือ ข่มจิตไว้ด้วย “สตินทริย-และ-สมาธิทริย” หรืออีกนัยหนึ่ง ข่มจิตไว้ด้วยการเจริญ “ปีติสัมโพชฌงค์-สมาธิสัมโพชฌงค์-และ-อุเบกขาสัมโพชฌงค์” รวมทั้ง “ตั้งจิตไว้” เพื่อความดำรงอยู่-ความไม่สาบสูญ-ความภยโหยง-ความไพญญล ความเจริญ-ความบริบูรณ์-แห่งกุศลธรรมที่เกิดแล้ว เหล่านี้เรียกว่า “สัมมาวายามะ” ประกอบด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะในสติปัฏฐานทั้ง ๔ ที่เรียกว่า “สัมมาสติ” และสังคจากามสังคจากอกุศลธรรมทั้งหลาย แล้วบรรล “ปฐมฌาน” ที่มีวิตกมีวิจารณ์ มีปีติและสุขอันเกิดแต่เวกอยู่ จากนั้นบรรล “ทุติยฌาน” อันยังใจให้ผ่องใส เพราะวิตกวิจารณ์สงบ เป็นธรรมเอกผุดขึ้นภายใน ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปีติและสุขอันเกิดแต่สมาธิอยู่ เพราะคายปีติได้อีกด้วย จึงเป็นผู้มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วยนามกาย จากนั้นบรรล “ตติยฌาน” พึงเป็นฌานที่พระอริยทั้งหลายกล่าวสรรเสริญผู้ได้บรรลว่า เป็นผู้ที่มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติอยู่เป็นสุขอยู่ และต่อจากนั้น จึงบรรล “จตุตถฌาน” ที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุขเพราะละสุขละทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับสนิทในก่อน มีสติบริสุทธฺิเพราะอุเบกขาอยู่ เหล่านี้เรียกว่า “สัมมาสมาธิ” ให้พิจารณาขั้นตอนการเข้าถึง “ปฐมฌาน” ดังนี้

“จิตที่ (๑) ถูก กามฉันท-ความพอใจในกาม-ความต้องการกามคุณ เล้าโลมด้วยอารมณ์ต่างๆ ย่อมไม่ตั้งมั่นในอารมณ์ เป็นที่ตั้งแห่งความเน่าเน่า หรือจิตนั้นถูกกามฉันทครอบงำ ย่อมไม่ดำเนินไปเพื่อละกามธาตุ (๒) ถูก พยาบาท-ความคิดร้าย-ความขัดเคืองแค้นใจ กระทบกระทั้งในอารมณ์ ย่อมไม่เป็นที่ไปติดต่อ (๓) ถูก ถีนมัทธะ-ความหดหู่และเซื่องซึม ครอบงำ ย่อมเป็นจิตไม่ควรแก่การทำงาน (๔) ถูก อุทธัจจะกุกกุกจะ-ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ-ความกระวนกระวายกุ่มก้วงวอล นำไปในเบื้องหน้า เป็นจิตไม่สงบที่เดียว ย่อมหมุนไปรอบ (๕) ถูก วิจิกิจฉา-ความลังเลสงสัย เข้าไปกระทบ ย่อมไม่ขึ้นสู่ปฏิบัติที่ทำให้บรรล จะนั้น ฌานสำเร็จนิเวรณ เหล่านี้แล ท่านกล่าวว่า องค์แห่งการละ เพราะกระทำอันตรายแก่ฌานโดยวิเสส ด้วยประการฉะนี้”



“ก็เพราะ (๑) **วิตก** ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ (๒) **วิจารณ์** ประคองจิตไว้ในอารมณ์ (๓) **ปีติ** เกิดแต่ไปยอกสมบัติแห่งจิตที่มี **สังโยค-เครื่องผูกมัดไว้กับ** อันวิตกวิจารณ์เหล่านั้น สำเร็จแล้วด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน การทำความเอิบอím และ (๔) **สุข** กระทำความเพิ่มพูน ลำดับนั้น (๕) **เอกัคคตา** ซึ่งเป็นสัมปยุตธรรมที่เหลือของปฐมฌานนั้น อันการคิดไปกับจิต การตามเคล้า ความเอิบอím และความเพิ่มพูนเหล่านี้อนุเคราะห์แล้วย่อมตั้งมั่นเสมอและ โดยชอบในอารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งความแน่วแนะนั้น ฟังทราบความที่ประธานประกอบองค์ ๕ ด้วยสามารถความเกิดขึ้นแห่งองค์ ๕ เหล่านี้ คือ **วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตาจิต** ด้วยว่าเมื่อองค์ ๕ เหล่านี้เกิดขึ้นแล้ว ฌานชื่อว่าย่อมเกิดขึ้น เพราะเหตุนี้ องค์ ๕ เหล่านี้ ท่านจึงกล่าวว่า เป็นองค์ประกอบ ๕ ประการของปฐมฌานนั้น”

“เพราะฉะนั้น ปฐมฌานแห่งเอกัคคตาจิต จึงมี **ความงาม ๓** คือ เบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุด ได้แก่ (๑) **ปฏิบัติวิสุทธิเป็นเบื้องต้นแห่งปฐมฌาน** ด้วยสามารถแห่งการมาภายใน **อัปปนา-สมาธิแน่วแน** (๒) **การเพิ่มพูนอุเบกขาเป็นท่ามกลางแห่งปฐมฌาน** ด้วยสามารถแห่งกิจของ **ตัตรมัชฌัตตอุปกขา** และ (๓) **ความรื่นเริงเป็นที่สุดแห่งปฐมฌาน** ด้วยสามารถแห่งความสำเร็จแห่ง **ญาณ-การพิจารณาหรือวิปัสสนา** ที่ปล่อยแล้วด้วยการยังความไม่ล่วงธรรมทั้งหลาย เป็นต้น ให้สำเร็จ (ในข้อนี้ให้พิจารณาถึง **ธรรมสมาธิ ๕**)”

ข้อสังเกต:- เพื่อให้เกิดความเข้าใจอย่างละเอียดลึกซึ้งเกี่ยวกับ “องค์ฌาน ๖” และ “ธรรมสมาธิ ๕” ให้ดีขึ้น ให้พิจารณารายละเอียดเพิ่มเติม ดังนี้

“**ธรรมสมาธิ ๕**” หมายถึง **ธรรมที่ทำให้เกิดความมั่นคงในธรรม** คือ **กุศลธรรม เกิดความมั่นคง** ในการปฏิบัติธรรมถูกต้อง **กำจัดความข้องใจสงสัยเสียได้** เมื่อเกิด “**ธรรมสมาธิ**” แล้ว ก็จะเกิด “**จิตตสมาธิ**” ตามมา คือ **ความตั้งมั่นของจิต ต้องเจริญพร้อม “โพธิปักขิยธรรม ๓๗”** ได้แก่

- (๑) “**ปราโมทย์**” — ความชื่นบานใจ—ร่าเริงสดใส—ปรีดายินดี [= ภาวะจิตพื้นฐานในฌาน]
- (๒) “**ปีติ**” — ความอímใจ—ความปลื้มใจ [= องค์ฌาน]
- (๓) “**ปัสสัทธิ**” — ความสงบเย็นกายใจ—ความผ่อนคลายรื่นสบาย [= โพชฌงค์—องค์การตรัสรู้]
- (๔) “**สุข**” — ความรื่นใจไร้ความข้องขัด [= องค์ฌาน]
- (๕) “**สมาธิ**” — ความสงบจิตตั้งมั่นสนิท—ไม่มีสิ่งรบกวนร่ำระคาย [= องค์ฌาน—โพชฌงค์—องค์การตรัสรู้]

หมายเหตุ: องค์ธรรมย่อยในแต่ละหลักธรรมนั้น ถึงจะเป็นคำเดียวกัน แต่มีความหมายแตกต่างกัน ในเชิงความละเอียดอ่อนประณีต เช่น ปีติธรรมสมาธิ—ปีติรูปฌาน—ปีติสัมโพชฌงค์ เป็นต้น ส่วนคำว่า “**โพชฌงค์**” คือ องค์แห่งการตรัสรู้ และ “**สัมโพชฌงค์**” คือ องค์แห่งการตรัสรู้แล้ว



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

- (๑) “**วิตก**” — ความตริก ความตริตริก ความตริกอย่างแรง ความดำริ ความที่จิตแนบอยู่ในอารมณ์ ความที่จิตแนบสนิทอยู่ในอารมณ์ การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ การปักจิตลงสู่อารมณ์
- (๒) “**วิจาร์**” — ความตรอง ความพิจารณา ความตามพิจารณา ความเข้าไปพิจารณาความที่จิตสืบต่ออารมณ์ ความที่จิตเพ่งดูอารมณ์การพิจารณาอารมณ์ การตามพันอารมณ์
- (๓) “**ปีติ**” — ความอึดใจ ความปราโมทย์-ปรีดาปราโมทย์ ความยินดียิ่ง ความบันเทิง ความร่าเริง ความรื่นเริง ความปลื้มใจ ความตื่นเต้น ความที่จิตชื่นชมยินดี ความดื่มด่ำในใจ ซึ่งเอิบอาบไปทั่วสรรพางค์
- (๔) “**สุข**” — ความสบายใจ ความสุขทางใจ ความสุขจำขึ้นทั่วทั้งตัวที่ประณีตอย่างยิ่ง ความเสวยอารมณ์ที่สบาย เป็นสุขอันเกิดแต่ “**เจโตสัมผัส-มโนสัมผัส**” [ความกระทบทางใจ = ใจ-ธรรมารมณ์-มโนวิญญูณ] กิริยาที่เสวยอารมณ์ที่สบายเป็นสุขอันเกิดแต่เจโตสัมผัส
- (๕) “**อุเบกขา**” — ความมีจิตเรียบสมคูลเป็นกลาง ความวางจิตเป็นกลางที่ลงตัวสนิท ความสบายทางใจก็ไม่ไฉ่ ความไม่สบายทางใจก็ไม่ไฉ่ ความเสวยอารมณ์ที่ไม่ทุกข์ไม่สุขอันเกิดแต่เจโตสัมผัส กิริยาเสวยอารมณ์ที่ไม่ทุกข์ไม่สุข อันเกิดแต่เจโตสัมผัส
- (๖) “**เอกัคคตา**” — การตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไปภาวะที่จิตตั้งเรียบสงบแน่วไม่ฟุ้งซ่านอยู่ในอารมณ์อันเดียว “**ความสงบอินทรีย์**” คือ “**สมาธิอินทรีย์-สมาธิพละ-สัมมาสมาธิ**”

แต่อย่างไรก็ตาม ผู้บำเพ็ญเพียรภาวนาจะต้องประกอบ “**ปโยคสมบัติ**” (ความถึงพร้อมด้วยการประกอบความเพียร ข้อ ๔ ในสมบัติ ๔) ให้ถึง “**จตุตถฌาน**” (อัปปนาสมาธิ) ให้จงได้ จึงไม่ใช่เรื่องง่ายที่ทุกคนจะทำได้ ที่เรียกว่า “**ทุกขาปฏิบัติทาพันธธาภิญญา**” (ข้อ ๑ ในปฏิบัติทา ๔) คือ ปฏิบัติลำบากและรู้ช้า ไม่ไฉ่ “**ทุกขาปฏิบัติทาจิตปาภิญญา**” (ข้อ ๒ ในปฏิบัติทา ๔) คือ ปฏิบัติลำบากแต่รู้เร็ว ซึ่งบุคคลทั่วไปมักชอบการปฏิบัติสะดวกและรู้เร็ว (สุขาปฏิบัติทาจิตปาภิญญา ข้อ ๔ ในปฏิบัติทา ๔) มากกว่า นอกจากนี้ เมื่อพัฒนาตนให้ก้าวหน้าไปสู่ภูมิแห่งวิปัสสนาได้นั้น ก็เชื่อว่าจะเป็นเรื่องสะดวกง่ายอีกเช่นกัน ก็ถือเป็น “**ทุกขาปฏิบัติทาพันธธาภิญญา**” คือ การปฏิบัติลำบากและรู้ผลได้ช้า อันต้องอาศัย “**ฉันทะ**” ให้เกิดขึ้น พยายาม ประารถความเพียร ประคองจิตไว้ ตั้งจิตไว้ ด้วย “**สัมมาวายามะ**” เพื่อให้เข้าถึงการพัฒนาปัญญาโดยธรรม ที่เรียกว่า “**สัมมาทิฐฐิ**” คือ เห็นชอบและตามด้วย “**สัมมาสังกัปปะ**” คือ ดำริชอบ เพราะฉะนั้น การบำเพ็ญเพียรภาวนาจึงเป็นเรื่องภาวะความถึงพร้อมที่เกิดคู่กันระหว่าง “**สมณะ-ฌาน**” กับ “**วิปัสสนา-ญาณ**” โดยเริ่มจาก “**กุศลธรรมทั้งปวง**” (อริสัจ) มาก่อนในอันดับแรกเริ่มในการปฏิบัติ.

