

๗. จิตพิจารณาจิตในจิตตามุขปัสสนาสติปัฏฐาน

The Contemplation of Mind under Mental Scrutiny

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

ความสำคัญของบทความ

ความเป็นไปของวิถีชีวิตของมนุษย์ย่อมเป็นไปตาม “กรรม” ที่ตนเป็นผู้เลือกทำ ที่อยู่ภายใต้ความครอบงำของ “กิเลสวิชา-กิเลสอาสวะ” อันเป็นกฎธรรมชาติตามหลักปฏิบัติสมุปปาท ที่เป็นองค์ความรู้ที่ผู้ปฏิบัติธรรม-โยคาวจรผู้บำเพ็ญเพียรภาวนา ต้องหมั่นประกอบความเพียรใหญ่ในการศึกษาค้นคว้า “ความจริง” ในประเด็นนี้ คือ การรู้จักตนเองให้ดีพอภายในตนเองและ “โยนิโสมนสิการ” เทียบเคียงไปถึงผู้อื่น สภาวะธรรมอื่น ที่อยู่ภายนอก นั่นคือ การเจริญจุดสติปัฏฐานอย่างจริงจัง และถูกวิธีที่มีอุบายแบบคายอย่างฉลาด คือ “มีเหตุผลและปัญญา” ที่เกิดจากการเจริญบำเพ็ญเพียรภาวนา ที่เรียกว่า “ภาวนามยปัญญา” เท่านั้น คำว่า “สติ” กับ คำว่า “สัมปชัญญะ” หรือในความหมายที่รวมกัน “สติสัมปชัญญะ” นั้น เป็นเรื่องสำคัญยิ่ง ในการศึกษา ค้นคว้า “ปรมัตถสัจจะ” [อภิธรรม] ที่เรียกว่า “ปรมัตถธรรม ๔” หมายถึง สภาวะที่มีอยู่โดยปรมัตถ์ สิ่งที่เป็นจริงโดยความหมายสูงสุด ได้แก่ (๑) “จิต” คือ สภาวะที่คิด ภาวะที่รู้แจ้งอารมณ์ (๒) “เจตสิก” คือ สภาวะที่ประกอบกับจิต คุณสมบัติและอาการของจิต (๓) “รูป” คือ สภาวะที่เป็นร่าง พร้อมทั้งคุณและอาการ (๔) “นิพพาน” คือ สภาวะที่สิ้นกิเลสและทุกข์ทั้งปวง สภาวะที่ปราศจากต้นเหตุ คำว่า “รูป-เจตสิก-จิต” หมายถึง “ขั้น ๕ ที่ปราศจากนิเวศแห่งโลกุตตรธรรม” นั่นคือ “กามฉันทะ-พยาบาท-ถีนมিতะ-อุทธัจจกุกกุจจะ-วิจิกิฉา-อวิชชา-อหิริ-อปกิเลส [จิตตอุปกิเลส-อุปกิเลสแห่งจิต] -อกุศลธรรมทั้งปวง” หรือ “กิเลสต้นเหตุ-กิเลสอาสวะ” อันก่อให้เกิด “ขั้น ๕ ที่ประกอบด้วยอุปาทิแห่งโลกียธรรม” ฉะนั้น “สติสัมปชัญญะ” จึงต้องระลึกได้และรู้ตัวทั่วถ้วนใน “ขั้น ๕ แห่งอุปาทิ” เพื่อทำลายระงับ โลกธรรมนี้ให้พ้น เพื่อศึกษาเรียนรู้ “ขั้น ๕ แห่งโลกุตระ” โดยวิถีแนวทางแห่ง “มัชฌิมาปฏิปทา” ด้วยข้อปฏิบัติปฏิบัติใน “อริยมรรคมีองค์ ๘” และ “โพธิปักขิยธรรม ๓๗” และเพื่อนำไปสู่ “นิพพานแห่งอมตชาติ” ด้วยเหตุนี้ ข้อประพฤติปฏิบัติในสัมมาปฏิบัติแห่งอริยมรรค จะมักเป็น “ทุกขา ปฏิปทา ทนุชาภิญญา” คือ **ข้อปฏิบัติลำบาก** ที่เป็นทางดำเนินให้ถึงจุดหมาย คือ ความหลุดพ้นหรือความสิ้นอาสวะ **ทั้งรู้ได้ช้า** เช่น ผู้ปฏิบัติที่มี “ราคะ-โทสะ-โมหะ” แรกก้าวต้องเสวยทุกข์โศกนามนี้ เนื่องจาก “ราคะ-โทสะ-โมหะ” นั้นอยู่เนืองๆ หรือเจริญกรรมฐานที่มีอารมณ์ไม่น่าชื่นใจ เช่น อสุภะ เป็นต้น อีกทั้งอินทรีย์ก็อ่อน จึงบรรลุ “โลกุตตรมรรค” ได้ช้า โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การเจริญกรรมฐานใน (๑) “สติปัฏฐาน ๔” ที่เชื่อมโยงกับ (๒) “รูปฌาน ๔” [สมถภาวนา] และ (๓) “โสตถญาณ-ญาณ ๑๖” [วิปัสสนาภาวนา] เพราะฉะนั้น เป็นเรื่องที่ท้าทายอย่างยิ่ง และเป็นการยากมากที่มีผู้สามารถฝึกปฏิบัติให้ผ่านขั้นตอนใน “อริยมรรค-อริยธรรม” อย่างถูกต้องและสอดคล้อง และบรรลุความตรัสรู้ใน “สัมโพธิญาณ” แห่งพระธรรมวินัยนี้.



บทความที่ ๗ ประจำปี ๒๕๕๘ – จิตพิจารณาจิตในจิตตามุขัสสนาสติปัฏฐาน

ความแตกต่างระหว่างโลกแห่งวัตถุกับโลกแห่งจิตนั้น เป็นความสมมูลแห่งธรรมชาติที่เชื่อมมิติความสัมพันธ์ด้วย “ชีวิต-ชีวิตินทรีย์” กับ “พลัง-พลัง” ที่หล่อเลี้ยงด้วย “อาหาร” นั่นคือ “ขั้น ๕-เบญจขั้น” ซึ่งหมายถึง (๑) “ร่างกายจิตใจของมนุษย์” (๒) กองแห่งรูปธรรมและนามธรรม ๕ หมวดที่ประชุมกันเข้าเป็นหน่วยรวมแห่งชีวิต ซึ่งบัญญัติเป็นคำศัพท์ใช้เรียกว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา-เขา เป็นต้น (๓) ส่วนประกอบ ๕ อย่างที่รวมเข้าเป็นชีวิต กองหรือหมวดทั้ง ๕ ได้แก่ (๑) “รูปขั้น” กองรูป (๒) “เวทนาขั้น” กองเวทนา (๓) “สัญญาขั้น” กองสัญญา (๔) “สังขารขั้น” กองสังขาร (๕) “วิญญาณขั้น” กองวิญญาณ สำหรับคำว่า “ชีวิตินทรีย์” หมายถึง (๑) “อายุ” คือ สภาวะธรรมที่ทำให้ชีวิตดำรงอยู่หรือเป็นไป พลังที่หล่อเลี้ยงดำรงรักษาชีวิต พลังชีวิต ความสามารถของชีวิตที่จะดำรงอยู่และดำเนินต่อไป ช่วงเวลาที่ชีวิตของมนุษย์สัตว์ประเภทนั้นๆ หรือของบุคคลนั้นๆ จะดำรงอยู่ได้ ช่วงเวลาที่ชีวิตจะเป็นอยู่ได้ หรือได้เป็นอยู่ หรือ “อายุ” ก็คือ “ชีวิตินทรีย์” นั่นเอง และ (๒) “ชีวิตินทรีย์” คือ อินทรีย์คือชีวิต สภาวะที่เป็นใหญ่ในการตามรักษา “สหชาตธรรม” [ธรรมที่เกิดร่วมด้วย-หน่วยรวมแห่งธรรมที่มาสัมปยุตต์กัน] ดุจน้ำหล่อเลี้ยงดอกบัว เป็นต้น มี ๒ ฝ่าย ดังนี้

(๑) “รูปชีวิตินทรีย์” หมายถึง “ชีวิตินทรีย์” (ข้อ ๑๓ ในอุปาทयरูป ๒๔) ที่เป็น “ชีวิตรูป” ซึ่งทำหน้าที่เป็นเจ้าการในการรักษาหล่อเลี้ยงเหล่า “รูปธรรม” นั่นคือ “กัมมรูป ๑๘” [รูปที่เกิดแต่กรรม] ได้แก่ (๑) อินทรีย์รูป ๘ [รูปที่เป็นอินทรีย์ นั่นคือ เป็นใหญ่ในหน้าที่ ได้แก่ ปสาทรูป ๕ = จักขุ-ตา โสตะ-หู ฆานะ-จมูก ชิวหา-ลิ้น กาย-กายสัมผัส ภาวรูป ๒ = อิตถิตตะ-อิตถินทรีย์-ความเป็นหญิง กับ ปุริสิตตะ-ปุริสินทรีย์-ความเป็นชาย ชีวิตรูป ๑ = ชีวิตินทรีย์] (๒) หทัยรูป ๑ [หทัยวัตถุ-หัวใจ] (๓) อวินิพโยกรูป ๘ [หน่วยรวมรูปธรรมที่เล็กที่สุด ที่เรียกว่า “กลาป-สุทธานุกลาป” มีองค์ ๘ ได้แก่ ปฐวี-ภาวะแผ่ขยายหรือรองรับ อาโป-ภาวะเอิบอาบเกาะกุม เตโช-ภาวะร้อน วาโย-ภาวะเคลื่อนไหวเคร่งตึง วัฒนะ-สีคันธะ-กลิ่น รสชะ-รส โอชา-อาหารรูป คือ กวฬิงการาหาร-อาหารคือคำข้าว-อาหารที่กิน] และ ปริจเจทรูป ๑ [อากาศธาตุ-ช่องว่าง]

(๒) “นามชีวิตินทรีย์” หมายถึง “ชีวิตินทรีย์” (ข้อ ๖ ในเจตสิก ๕๒) ที่เป็น “เจตสิก” [ธรรมที่ประกอบด้วย “จิต” ๑ สภาวะธรรมที่เกิดดับพร้อมกับ “จิต” มีอารมณ์และวัตถุที่อาศัยเดียวกัน กับ “จิต” ๑ อาการและคุณสมบัติต่างๆ ของ “จิต” ๑] ในหัวข้อ “สัตัพจิตตสาธารณเจตสิก” คือ “เจตสิก” ที่เกิดกับ “จิต” ทุกดวง ซึ่งทำหน้าที่เป็นเจ้าการ ในการรักษาและหล่อเลี้ยง “นามธรรม” ทั้งหมด นั่นคือ “จิต” และ “เจตสิก” ทั้งหมด บางทีเรียก “อรูปชีวิตินทรีย์”



เพราะฉะนั้น “นามชีวิตินทรีย์” จึงหมายถึง “เจตสิก ๕๒” กับ “จิต ๘๘” [ธรรมชาติที่รู้อารมณ์-สภาพที่นึกคิด-ความคิด-ใจ-วิญญาณ] ในการปฏิบัติธรรม คือ การเจริญสมถภาวนาที่ต้องอาศัยการเจริญ “สติปัฏฐาน ๔” เป็นพื้นฐานมาก่อน เพื่อกำหนดสติตามพิจารณาเรื่อยๆ ใน “ภาวะจิต” ที่เป็นอยู่ว่าปราศจาก “อกุศลมูล ๓” เป็นหลักหรือไม่ ได้แก่ “ราคะ [โลภะ]-โทสะ-โมหะ” ซึ่งเรียกว่า “จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน” ดังนี้

“จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน” หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า “จิตนี้สักว่าเป็นแค่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา” คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดจิตของตนที่มี (๑) ราคะ ไม่มีราคะ [อโลภะ คือ ความไม่โลภ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับโลภะ ความคิดเพื่อแผ่ = จาคะ] (๒) มีโทสะ ไม่มีโทสะ [อโทสะ คือ ความไม่คิดประทุษร้าย ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับโทสะ = เมตตา] (๓) มีโมหะ ไม่มีโมหะ [อโมหะ คือ ความไม่หลง ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์กับความหลง = ปัญญา] ซึ่ง “ราคะ [โลภะ]-โทสะ-โมหะ” หมายถึง “อกุศลมูล ๓” นั่นคือ รากเหง้าของอกุศล ต้นเหตุของอกุศล ต้นเหตุของความชั่ว ซึ่งทำให้ขาดสติ ที่เรียกว่า “มิจฉาสติ” (ข้อ ๗ ในมิจฉตตะ ๑๐) คือ ระลึกรู้ได้แก่ ระลึกถึงการอันจะชั่วให้เกิด “ราคะ [โลภะ]-โทสะ-โมหะ” (๔) เสร้าหมองหรือผ่องแผ้ว [สังกิเลส-โวทาน คำว่า “สังกิเลส” หมายถึง ความเส้าหมอง ความสกปรก สิ่งที่ทำให้ใจให้เส้าหมอง ธรรมที่อยู่ในหानภาค คือ ในฝ่ายข้างเสื่อม ได้แก่ ธรรมจำพวกที่ทำให้ตกต่ำเสื่อมทราม เช่น โยนิโสมนสิการ อคติ ตัณหา มานะ ทิฏฐิ อวิชา-ส่วนคำว่า “โวทาน” หมายถึง ความบริสุทธิ์ ความผ่องแผ้ว การชำระล้าง การทำให้สะอาด ธรรมที่อยู่ในวิเสสภาค คือ ในฝ่ายข้างวิเศษ ได้แก่ ธรรมจำพวกที่ทำให้เจริญงอกงามดียิ่งขึ้นไปจนปลอดพ้นจากประคาถิงมัวหมองบริสุทธิ์บริบูรณ์ เช่น โยนิโสมนสิการ กุศลมูล สมณะ และ วิปัสสนา ตลอดถึง นิพพาน] และ (๕) ฟุ้งซ่านหรือเป็นสมาธิ [อุทธัจจะ-เอกัคคตา หรือ อวิกเขปะ-ไม่ฟุ้งซ่าน กับ จิตตะ-ความคิดมุ่งไป คือ ตั้งจิตรับรู้ในสิ่งที่ทำและทำสิ่งนั้นด้วยความคิด เอาจิตฝักใฝ่ไม่ปล่อยใจให้ฟุ้งซ่านเลื่อนลอยไป] เป็นต้น อย่างไรก็ตาม เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

อย่างไรก็ตาม ให้พิจารณาขั้นตอนการเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในขั้นที่ละเอียดประณีตจำนวน ๑๖ ขั้นตอน เพื่อเป็นการเจริญพิจารณาอยู่เรื่อยๆ เป็นการดำรงมั่นใน “สติ” และ “สัมปชัญญะ” ใน “ฐานของจิต” คือ (๑) ยกจิตเป็นอารมณ์แห่งกรรมฐานเครื่องระลึกของ “สติ” และยกจิตเป็นอารมณ์แห่งกรรมฐานเครื่องเรียนรู้ของ “สัมปชัญญะ” ซึ่งทำให้เกิด “สติปัญญา” และสามารถเข้าถึง “ฉานสมาบัติ” ได้ และความหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ได้ในขณะอยู่ใน “ฉาน” [สมาบัติ ๘] ขึ้นนั้นๆ ดังรายละเอียดต่อไปนี้



จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ให้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ คือ (๑) จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า (๒) จิตไม่มีราคะ หรือจิตปราศจากราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากราคะ (๓) จิตมีโทสะ ก็รู้ชัด ว่าจิตมีโทสะ (๔) จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโทสะ (๕) จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีโมหะ (๖) จิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่า จิตปราศจากโมหะ (๗) จิตหตฺถุ ก็รู้ชัดว่า จิตหตฺถุ (๘) จิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน (๙) จิตเป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า จิตเป็นมหัคคตะ (๑๐) จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่าจิตไม่เป็นมหัคคตะ (๑๑) จิตมีธรรมอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า จิตมีธรรมอื่นยิ่งกว่า (๑๒) จิต ไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า จิตไม่มีธรรมอื่นยิ่งกว่า (๑๓) จิตตั้งมั่นก็รู้ชัดว่า จิตตั้งมั่น (๑๔) จิตไม่ตั้งมั่น ก็รู้ชัดว่า จิตไม่ตั้งมั่น (๑๕) จิตหลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า จิตหลุดพ้น (๑๖) จิตยังไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า จิตยังไม่หลุดพ้น

ด้วยเหตุดังพรรณนามานี้ (๑) ย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในบ้าง (๒) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกบ้าง (๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง (๔) พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในจิตบ้าง (๕) พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในจิตบ้าง (๖) พิจารณาเห็นธรรมคือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความเสื่อมในจิตบ้าง อยู่ อนึ่ง เมื่อ “สติ” ตั้งมั่นอยู่ว่า “จิตมีอยู่ ก็เพียงสักว่าความรู้ [เครื่องเรียนรู้อของสัมปชัญญะ] เพียงสักว่าอาศัยระลึก [เครื่องระลึกของสติ] เท่านั้น” ย่อมเป็นผู้อัน “ตัณหา” และ “ทิฏฐิ” ไม่อาศัยอยู่แล้ว และไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลก ซึ่งได้ชื่อว่า “พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่” ฉะนั้น ย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตเนื่อง ๆ อยู่อย่างนี้

หมายเหตุ: ความหมายของคำว่า “มหัคคตะ-มหรคต” หมายถึง (๑) “อันถึงความเป็นสภาพใหญ่” (๒) “ซึ่งถึงความยิ่งใหญ่” (๓) “ซึ่งดำเนินไปด้วย ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และ ปัญญา อย่างใหญ่” คือ ธรรมที่ถึงความยิ่งใหญ่เข้าถึง “ฉาน” คือ เป็น “รูปาวจร” [รูปฉาน ๔] หรือ “อรุปาวจร” [อรุปฉาน ๔] หรือเข้าถึง “นิโรธ” [ความดับกิเลส-ภาวะไร้กิเลสและไม่มีทุกข์เกิดขึ้น] ในระดับชั้น “วิจขัมภณวิมุตติ” (ข้อ ๑ ในวิมุตติ ๕) หมายถึง พันด้วยข่มหรือสะกดไว้ ได้แก่ ความพ้นจากกิเลสและอกุศลธรรมได้ด้วย “กำลังฉาน” อาจสะกดได้นานกว่าระดับชั้น “ตทังควิมุตติ” (ข้อ ๒ ในวิมุตติ ๕) แต่เมื่อฉานเสื่อมแล้วกิเลสและอกุศลธรรม ก็อาจเกิดขึ้นอีก ทั้ง “วิจขัมภณวิมุตติ” และ “ตทังควิมุตติ” นั้น จัดเป็น “โลกิยวิมุตติ”

อย่างไรก็ตาม พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงให้พิจารณาจิตใน “จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน” โดยให้แยกขั้นตอนออกเป็น ๓ ประเภท ได้แก่

- (๑) การจำแนกอารมณ์ของจิต
- (๒) จิตในจิตนอก
- (๓) สติกำหนดจิตเป็นอริยสัง ๔



การจำแนกอารมณ์ของจิต

- (๑) “จิตมีราคะ” คือจิตที่เกิดพร้อมด้วยโลภะ ๘ อย่าง ไม่รวม อกุศลจิต ๔ ดวง
“จิตปราศจากราคะ” คือ จิตที่เป็นกุศล แล อพยากฤตฝ่ายโลกิยะ แต่ไม่ได้โลภุตรจิต
- (๒) “จิตมีโทสะ” ได้แก่ จิต ๒ ดวง ที่เกิดพร้อมด้วยโทมนัส
“จิตปราศจากโทสะ” ได้แก่จิตที่เป็นกุศล และอพยากฤตฝ่ายโลกิยะ
- (๓) “จิตมีโมหะ” ได้แก่ จิต ๒ ดวง คือ จิตที่เกิดพร้อมด้วย วิจิกิจฉาดวง ๑ ที่เกิดพร้อมด้วย อุทธัจจะดวง ๑ แต่เพราะโมหะย่อมเกิดได้ในอกุศลจิตทั้งหมด ฉะนั้น แม้อกุศลจิตที่เหลือ ก็ควรได้ในข้อจิตมีโมหะนี้ด้วย
“จิตปราศจากโมหะ” ได้แก่ จิตที่เป็นกุศล และอพยากฤตฝ่ายโลกิยะ
- (๔) “จิตหดหู่” ได้แก่ จิตที่ตกไปในถีนมิทระ ก็จิตที่ตกไปในถีนมิทระนั้น ชื่อว่า จิตหดหู่
“จิตฟุ้งซ่าน” ได้แก่ จิตที่เกิดพร้อมด้วยอุทธัจจะ จิตที่เกิดพร้อมด้วยอุทธัจจะนั้น ชื่อว่า จิตฟุ้งซ่าน
- (๕) “จิตเป็นมหัคคตะ” ได้แก่ จิตที่เป็นรูปาวจร และอรูปาวจร [ฉานสมาบัติ-สมาบัติ ๘]
“จิตไม่เป็นมหัคคตะ” ได้แก่ จิตที่เป็นกามาวจร
- (๖) “สตุดฺตร” จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่ จิตที่เป็นกามาวจร จิตที่ชื่อว่า สตุดฺตระ ได้แก่ จิตที่เป็นรูปาวจร
“อนุดฺตร” จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่ จิตที่เป็นรูปาวจร และอรูปาวจรจิตชื่อว่า อนุดฺตระ
“อสุตฺตร” จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ได้แก่ จิตที่เป็นกามาวจร
- (๗) “สูมาหิต” จิตตั้งมั่นแล้ว ได้แก่ อัปนาสมาธิหรืออุปปจารสมาธิ
“อสูมาหิต” จิตไม่ตั้งมั่น ได้แก่ จิตที่เว้นจากสมาธิทั้งสอง
- (๘) “วิมุตฺต” จิตหลุดพ้น ได้แก่ จิตหลุดพ้นด้วย ตทังควิมุตติ [ดับด้วยองค์นั้นๆ ด้วยธรรมที่เป็นคู่ปรับ] และ วิกขัมภนวิมุตติ [ดับด้วยข่มไว้]
“อวิมุตฺติ” จิตไม่หลุดพ้น ได้แก่ จิตที่เว้นจากวิมุตติทั้งสอง ส่วน สมุจเฉทวิมุตติ [ดับด้วยตัดขาด] ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ [ดับด้วยสงบระงับ] และ นิสสรณวิมุตติ [ดับด้วยสลัดออกได้ยั่งยืนตลอดไป] ไม่มีโอกาสในขั้นนี้เลย



จิตในจิตนอก

คำว่า “**อิติ อชฺมตฺตํ วา**” หรือ “**ภายใน**” ความว่า ด้วยการกำหนดจิตมีราคะ เป็นต้น อย่างนี้ชื่อว่า (๑) พิจารณาเห็นจิตในจิตของตน (๒) ในจิตของคนอื่น (๓) ในจิตของตนตามกาล (๔) ในจิตของคนอื่นตามกาลอยู่ คำว่า “**พิจารณาเห็นธรรม**” คือ ความเกิดขึ้น ฟังนำความเกิดและความเสื่อมแห่ง วิญญูณนอกเทียบเคียงด้วยอาการอย่างละ ๕ ได้แก่ (๑) ย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในบ้าง (๒) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกบ้าง (๓) พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง (๔) พิจารณาเห็นธรรมคือความเกิดขึ้นในจิตบ้าง และ (๕) พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในจิตบ้าง ว่า เพราะเกิด อวิชชา วิญญูณ จึงเกิดดังนี้ เป็นต้น ข้อต่อไปจากนี้ เช่น จิตไม่มีราคะ ก็มีนัยดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

สติกำหนดจิตเป็นอริยสัจ ๔

แต่ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ มีข้อแตกต่างกันอย่างเดียวกับสติปัฏฐานข้ออื่นๆ คือ ฟัง ประกอบความว่า “**สติที่กำหนดจิตเป็นอารมณ์—เป็นทุกขสัจ—เป็นสมุทัยสัจ—เป็นนิโรธสัจ—เป็นมรรคสัจ**” ดังนี้ แล้วฟังทราบว่าเป็นทางปฏิบัติที่นำ “**ออกจากทุกข์—ออกจากสมุทัย—ออกจากนิโรธ—ออกจากมรรค**” ของผู้กำหนดจิตเป็นอารมณ์ นั่นคือ “**จิตนี้สักว่าเป็นแค่เพียงจิต ไม่ใช่ สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา**”

อย่างไรก็ตาม การเจริญสติปัฏฐาน ๔ [จุดสติปัฏฐาน—มหาสติปัฏฐาน] นั้น มีวัตถุประสงค์โดยนัย คือ การกำจัด ระบบ ปิดกั้น “**นิเวรณ—นิเวरणูปกิเลส**” ซึ่งหมายถึง “**กามฉันทะ—พยาบาท—ถีนมัทธะ—อุทธัจจกุกกุจจะ—วิจิกิจฉา—อวิชชา—อโรติ—อุปกิเลส [จิตตอุปกิเลส—อุปกิเลสแห่งจิต] —อกุศลธรรมทั้งปวง**” นับเป็น “**นิเวรณ**” ด้วยกันทั้งสิ้น ดังนั้น คำว่า “**ปราศจากนิเวรณ**” จึงแสดงนัยถึง “**จิตประภัสสร**” แห่งจุดถุณจิต [อุเบกขา—เอกัคคตา] ที่ประกอบด้วยการทำจิตให้เป็น “**สมาธิ—สัมมาสมาธิ**” [รูปฌาน ๔] พร้อมด้วย “**มัสติ—มีสัมปชัญญะ—สัมมาสติ**” [สติปัฏฐาน ๔] และ “**สัมมาวายามะ—สัมมัปปธาน ๔**” ดังรายละเอียดต่อไปนี้



ฌานสมาธิและปัญญาญาณในจุดสติปัฏฐาน

สำหรับในบทหัวข้อนี้ เป็นการวิวัฒน์พัฒนาทักษะทางความคิดในขั้นสูง ด้วยการเจริญฌานสมาบัติแห่งสมณะ กับการเจริญวิปัสสนาญาณแห่งโศภณญาณ ที่มีพร้อมด้วยความรู้แจ้ง ความรู้วิเศษ นั่นคือ “วิชา ๓-ญาณ ๓” ที่เกิดจากการฝึกฝนอย่างหนักหน่วงถึงขั้นเอาชีวิตเข้าแลก ถึงจะประสบความสำเร็จได้ ดังนี้

- (๑) ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ นั้น เป็นการระงับจิตให้สงบ เป็น “สัมมาสมาธิ” ที่ประกอบด้วย “สติที่บริสุทธิ์-สัมมาสติ” และ “สัมปชัญญะที่แก่กล้า” จนเกิดเป็น “ปัญญาความรู้ที่คมชัด-ความรู้แจ้ง-ความรู้วิเศษ [วิชา ๓-ญาณ ๓]” ดังมีลำดับต่อไปนี้ (๑) “กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน” คือ ให้เป็นผู้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ แต่อยู่ตริกวัดที่เข้าประกอบกับกาย (๒) “เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน” คือ ให้เป็นผู้พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ แต่อยู่ตริกวัดที่เข้าประกอบกับเวทนา [ย่อเข้าถึง “ปฐมฌาน”] (๓) เป็นผู้พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ แต่อยู่ตริกวัดที่เข้าประกอบกับจิต (๔) “ชัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน” คือ ให้เป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ แต่อยู่ตริกวัดที่เข้าประกอบกับธรรม ผู้ปฏิบัติธรรม-โยคาวจรผู้บำเพ็ญเพียรภาวนาย่อมเข้าถึง “ทุตถิยาน” มีความผ่อนคลายแห่งใจภายใน มีความเป็นธรรมเอกผุดขึ้น เพราะสงบวิตรกและวิจารณ์ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีปีติและสุขเกิดแต่สมาธิอยู่ ย่อมเป็นผู้วางเฉย เพราะหน่ายปีติ มีสติสัมปชัญญะอยู่ และเสวยสุขด้วย “นามกาย” [เจตสิก-จิต = เวทนา-สัญญา-สังขาร-วิญญาณ] เข้าถึง “ทุตถิยาน” มีความผ่อนคลายแห่งใจภายใน “มีความเป็นธรรมเอกผุดขึ้น” [การเข้าสมาธิที่มีจุดหมายเป็นหนึ่ง คือ มีความผ่อนคลายแห่งใจในภายในที่เป็นฌานในแต่ละขั้น ยัง “สมาธิจิต” ให้เจริญรุ่งเรืองไพบูลย์ขึ้น คำว่า “สมุปสาหน-ผ่อนคลาย” ได้แก่ ศรัทธา-ความเชื่อ) กิริยาที่เชื่อความปลงใจเชื่อ ความเลื่อมใสยิ่ง ส่วน คำว่า “เจตโส เอโกทิวา-ธรรมเอกผุดขึ้นแก่ใจ” นั่นคือ “เอกกคตา” ได้แก่ ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ สมาธิในทริยสมาธิพละ สัมมาสมาธิ สมาธิสัมโพชฌงค์] เพราะสงบวิตรก วิจารณ์ และ ปีติ ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ ไม่มีปีติ “มีสุขเกิดแต่สมาธิ” [วิเวก-เอกกคตาแห่งจิต] อยู่ ย่อมเป็นผู้วางเฉย [อุเบกขา-มานุเบกขา = การวางเฉยเป็นกลางในอารมณ์แห่งกรรมฐานนั้นๆ เนื่องด้วยการเจริญฌานสมาบัติ “รูปฌาน ๔”] เพราะหน่ายปีติ “มีสติสัมปชัญญะ” [ความระลึกได้และรู้ตัวด้วยปัญญารอบรู้ทั่วชัด] อยู่ และเสวยสุขด้วย “นามกาย” [เจตสิก-จิต = เวทนา-สัญญา-สังขาร-วิญญาณ] ย่อมเข้าถึง “จตุตถฌาน” อันไม่มีทุกข์ไม่มีสุข เพราะละสุข ละทุกข์ และดับโสมนัสโทมนัสก่อนๆ ได้ มี “สติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา” อยู่



(๒) เมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเครื่องขีเยวน ปราศจากอุปกิเลส เป็นจิตอ่อนโยน ควรแก่การงานตั้งมั่น ถึงความไม่หวั่นไหวอย่างนี้แล้ว ย่อมโน้มจิตไปเพื่อ “**บุพเพนิวาสานุสติญาณ**” (ข้อ ๑ ในวิชา ๓ คือ ความรู้แจ้ง ความรู้วิเศษ ญาณเป็นเหตุระลึกขันธ์ที่อาศัยอยู่ในก่อนได้) คือระลึกขันธ์ที่อยู่อาศัยในชาติก่อนได้เป็นอเนกประการ คือ ระลึกได้ชาติหนึ่งบ้าง สองชาติบ้าง เป็นต้น ฉะนั้น ย่อมระลึกขันธ์ที่อยู่อาศัยในกาลก่อนได้เป็นอเนกประการ พร้อมทั้งอาการ พร้อมทั้งอุเทศ [ตามหัวข้อที่ยกขึ้นแสดงไว้] เช่นนี้ อย่างไรก็ตาม ในบทหัวข้อนี้ ให้เทียบเคียงกับการเจริญโสฬสญาณ-ญาณ ๑๖ ในวิปัสสนากัมมัฏฐาน-วิปัสสนาภาวนา ข้อ ๑ คือ “**นามรูปปริจเจทญาณ**” หมายถึง ญาณกำหนดจำแนกรูปร่างและรูป คือ รู้ว่าสิ่งทั้งหลายมีแต่รูปธรรมและนามธรรม และกำหนดแยกได้ว่า อะไรเป็นรูปธรรม อะไรเป็นนามธรรม ซึ่งทำให้รู้แจ้งเห็นจริงใน “**ปรมัตถสัจจะ**” ที่เป็น “**วิปัสสนาภูมิ-ปัญญานิคม**” ได้แก่ ขันธ์ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒

(๓) เมื่อจิตเป็นสมาธิ บริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเครื่องขีเยวน ปราศจากอุปกิเลส เป็นจิตอ่อนโยน ควรแก่การงาน ตั้งมั่น ถึงความไม่หวั่นไหว อย่างนี้แล้ว ย่อมโน้มจิตไปเพื่อ “**จตุปปาทญาณ**” (ข้อ ๒ ในวิชา ๓ คือ ความรู้แจ้งความรู้วิเศษ ญาณกำหนดรู้จติและอุบัติแห่งสัตว์ทั้งหลาย อันเป็นไปตามกรรม เห็นการเวียนว่ายตายเกิดของสัตว์ทั้งหลาย จนสามารถทำให้เกิด “**กัมมัตถสตกตาญาณ**” หรือ “**กฎแห่งกรรมของสัตว์**” ได้ รวมทั้งปัญญาเห็นความจริงใน “**กฎแห่งกรรม**”) ในกรรมของสัตว์ทั้งหลาย มองเห็นหมู่สัตว์กำลังจติ กำลังอุปบัติ เลว ประณีต มีผิวพรรณดี มีผิวพรรณทราม ได้คิดยกยอก ด้วย “**ทิพยจักขุ-ทิพพจักขุญาณ**” อันบริสุทธิ์ ล่วงจักขุของมนุษย์ ย่อมทราบชัดซึ่งหมู่สัตว์ผู้เป็นไปตามกรรมเช่นนี้ อย่างไรก็ตาม ในบทหัวข้อนี้ ให้เทียบเคียงกับการเจริญโสฬสญาณ-ญาณ ๑๖ ในวิปัสสนากัมมัฏฐาน-วิปัสสนาภาวนา ข้อ ๒ คือ “**ปัจจุปัจธิคคญาณ**” หมายถึง ญาณกำหนดรู้ปัจจัยของนามและรูป คือรู้ว่า รูปธรรมและนามธรรมทั้งหลายเกิดจากเหตุปัจจัย และเป็นปัจจัยแก่กัน อาศัยกัน โดยรู้ตามแนวปฏิจาสมุปบาท ก็ดีตามแนวกฎแห่งกรรมก็ดี ตามแนววิญญะ ๓ ก็ดี เป็นต้น ซึ่งทำให้รู้แจ้งเห็นจริงใน “**ปรมัตถสัจจะ**” ที่เป็น “**วิปัสสนาภูมิ-ปัญญานิคม**” เฉพาะในส่วนที่เป็น “**ปัจจุปัจธิคคญาณ**” ได้แก่ (๑) อนุโลมปฏิจาสมุปบาท (๒) ปฏิโลมปฏิจาสมุปบาท กับ ปฏิจาสมุปบันนธรรมทั้งหลาย ได้แก่ (๓) อิทธา ๓-กาล ๓ (๔) สังขป ๔-สังคหะ ๔ (๕) สนธิ ๓ (๖) วิญญะ ๓ (๗) อาการ ๒๐ (๘) มूल ๒ และ (๙) กฎแห่งกรรม



(๔) เมื่อจิตเป็นสมาธิ [สมณะ-ในจุดตถกถา] บริสุทธิ์ผุดผ่อง [วิสุทธิ-จิตอันบริสุทธิ์แล้ว เพราะพ้นจากกรรมอันเป็นข้าศึกทั้งหลาย กล่าวคือ นิวรณ์ ๕ วิตก วิจารณ์ ปีติ และ สุข ปราศจากอุปกิเลสแล้ว คือ นิรุปธิ-ผู้ไม่มีอุปกิเลส คุจทองคำที่ไล่ค้แล้ว] ไม่มีกิเลสเครื่องยียวน ปราศจากอุปกิเลสเครื่องเศร้าหมอง เป็นจิตอ่อนโยน ควรแก่การงาน ตั้งมั่น ถึงความไม่หวั่นไหวอย่างนี้แล้ว ย่อมโน้มจิตไปเพื่อ “**อาสาวัชยญาณ**” (ข้อ ๒ ในวิชา ๓ คือ ญาณหยั่งรู้ในธรรมเป็นที่สิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย ความรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ หรือ ความตรัสรู้) รู้ชัดตามเป็นจริงว่า นี้ทุกข์ นี้เหตุให้เกิดทุกข์ นี้ที่ดับทุกข์ นี้ปฏิบัติทำให้ถึงที่ดับทุกข์ รู้ชัดตามเป็นจริงว่า เหล่านี้ “**อาสวะ**” [“**อาสวะ ๓-อาสวะ ๔**” หมายถึง สภาวะอันหมักดองสันดาน สิ่งที่ย่อมพัวพันจิต กิเลสที่ไหลซึมซ่านไป ย่อมใจเมื่อประสบอารมณ์ต่างๆ] นี้เหตุให้เกิดอาสวะ นี้ที่ดับอาสวะ นี้ปฏิบัติทำให้ถึงที่ดับอาสวะ เมื่อเธอรู้อย่างนี้ เห็นอย่างนี้ จิตก็หลุดพ้น แม้จาก “**กามาสวะ**” แม้จาก “**ภวาสวะ**” [รวมทั้ง “**ภิกขุสาสวะ**”] แม้จาก “**อวิชชาสวะ**” เมื่อจิตหลุดพ้นแล้ว ย่อมมีญาณรู้ว่าหลุดพ้นแล้ว รู้ชัดว่าชาติสิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจที่ควรทำได้ทำเสร็จแล้ว กิจอันเพื่อความเป็นอย่างนี้มิได้มี อย่างไม่รู้ก็ตาม ในบทหัวข้อนี้ ให้เทียบเคียงกับการเจริญโสฬสญาณ-ญาณ ๑๖ ในวิปัสสนากัมมัฏฐาน-วิปัสสนากาวนา ข้อ ๓ คือ “**สัมมสนญาณ**” หมายถึง ญาณกำหนดรู้ด้วยพิจารณา เห็นนามและรูปโดยไตรลักษณ์ คือ ยกรูปธรรมและนามธรรมทั้งหลายขึ้นพิจารณาโดยเห็นตามลักษณะที่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มิใช่ตัวตน รวมทั้ง ข้อ ๔- ข้อ ๑๒ คือ “**วิปัสสนาญาณ ๕**” ข้อ ๑๓ “**โคตรภูญาณ**” ข้อ ๑๔ “**มัคคญาณ**” ข้อ ๑๕ “**ผลญาณ**” และ ข้อ ๑๖ “**ปัจจบเวกขณญาณ**” [พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ใน “**อาสาวัชยญาณ**” ซึ่งเป็นความรู้ที่พระองค์ได้ในยามสุดท้ายแห่งราตรี วันตรัสรู้ ซึ่งเกิดขึ้นในลำดับภายหลังการตรัสรู้ใน “**อริยสัจจ์ ๔-กิจในอริยสัจจ์ ๔-ญาณทัสสนะอันมีปริวัฏฏ์ ๓** [ญาณ ๓-อาการ ๑๒]” โดยการเจริญปัจจบเวกขณญาณทั้ง ๑๕ ประการ หลังจากนั้น พระองค์จึงปฏิญาณตนว่า ได้บรรลุบรมธรรม-พระนิพพาน ใน “**ความตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ**” ด้วยพระองค์โดยชอบอันยอดเยี่ยม]

(๕) เมื่อเป็นผู้อดทน คือ มีปกติอดทนต่อความหนาว ความร้อน ความหิว และความกระหาย ต่อ สัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน ต่อถ้อยคำ คำพูดที่กล่าวร้าย ใสร้าย ต่อ เวทนาประจำ สรีระที่เกิดขึ้นแล้ว อันเป็นทุกข์กล้า เจ็บแสบ มิใช่ความสำราญ ไม่เป็นที่ชอบใจ พอจะสังหารชีวิตได้ ย่อมเป็นผู้กำจัด “**ราคะ-โทสะ-โมหะ**” ทั้งปวงได้ หมดกิเลส เพียงคังน้ำฝาแล้ว [“**กสาวเภสัช**” คือ น้ำฝาคเป็นยา ยาที่ทำจากน้ำฝาคของพืช เช่น น้ำฝาคของสะเดา น้ำฝาคกระดอม น้ำฝาคบอระเพ็ด เป็นต้น] เป็น [ภิกษุ] ผู้ควรแก่ของค่านับ ควรแก่ของค้อนรับ ควรแก่ทักษิณาทาน ควรแก่การกระทำอัญชลี เป็นเนื่อนาบุญของโลกอย่างหาแห่งอื่นเปรียบมิได้



กล่าวโดยสรุป ผู้ปฏิบัติธรรม-โยคาวจรผู้บำเพ็ญเพียรภาวนานั้น จะต้องหมั่นเพียรใน “การเจริญจิตตานุสส
นาสติปัฏฐาน” อย่างสืบเนื่องอยู่เนื่องเป็นนิตย์ นอกจากสติปัฏฐานในฐานะอื่นอีก ๓ ในฐานะ ได้แก่ กายานุสส
นาสติปัฏฐาน-เวทนานุสสนาสติปัฏฐาน-และ-ธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน นั่นคือ หวนระลึกคิดพิจารณา
เนื่องๆ [โยนิโสมนสิการ] เป็นเช่น “อนุสติ” เครื่องเตือนใจให้หวนระลึกให้ตั้งมั่นดำรงอยู่ใน “สติ-
สติสัมปชัญญะ” ด้วยความไม่ประมาท [อัปมาทะ] เพื่อให้เห็นภาวะจิตของตนเองที่เป็นไปตามสภาพ
ขณะนั้น และอีกส่วนหนึ่ง ตนเองเป็นผู้กำหนดสติให้ตามพิจารณาภาวะจิตที่ปราศจากอุปกิเลสหรือนิรวรณ
เพื่อให้จิตผ่องแผ้ว ผุดผ่อง ผ่องใส บริสุทธิ์ จนเกิด “จิตตสมาธิแห่งรูปฌาน-จตุตถฌาน-ฌานที่ ๔” ซึ่ง
ประกอบด้วยองค์ฌาน [ฌานังคะ] ๒ องค์ คือ “อุเบกขา-เอกัคคตา” [จิตประภัสสร] และจะกลายเป็น “สมาธิ
ในวิปัสสนา” หรือ “จิตผู้วิปัสสนา” ต่อไป ประการสำคัญ อย่าลืมว่า ไม่ว่าจะเจริญจิตตานุสสนาในฐานะสติใด
ก็ตาม ภาวะจิตที่สงบวิเวกจากอุปกิเลสและนิรวรณทั้งหลาย ย่อมทำให้ “จิตเป็นสมาธิในฌานแต่ละชั้น” ได้
เมื่อ “สมาธิทำให้สติบริสุทธิ์คมชัด” ย่อมเกิด “อุเบกขา” ที่ประกอบด้วย “ปัญญาอรบรูแห่งสัมปชัญญาที่แก่
กล้า” ที่เกิดขึ้นในขณะเดียวกัน ฉะนั้น ผู้ที่มี “สติสัมปชัญญะ” ที่ครบบริบูรณ์แห่งการเจริญอริยมรรคใน
“มัชฌิมาปฏิปทา” ย่อมเป็นผู้ถึงพร้อมด้วย “สติปัญญา” ที่จะเห็นธรรมทั้งหลายได้ตามเป็นจริงและตาม
กำหนดแห่งธรรมตา และมีโอกาสในการบรรลุถึง “โลกุตตรธรรม” ได้ในไม่ช้า.

