

๑๐๕. อุเบกขาในการเจริญภาวนากรรมฐาน

Equanimity in the Mental Development



ขอน้อมแด่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

In Honor of the Blessed One of the Fully Enlightened One



By Nithee Siripat – Siripat.com and Academiae Network. 2016

ความสำคัญของบทความ

ความนิ่งสงบในกายและใจของผู้เจริญสมรรถแห่งพระพุทธศาสนานั้น ย่อมเกิดจากการพัฒนาปัญญาให้รู้
ประจักษ์แจ้งในธรรมทั้งหลาย ที่เรียกว่า “**ปรมัตถสัจจะ**” นั่น การเป็นผู้มีปรีชาหยั่งรู้แจ้งเห็นจริง โดยเฉพาะ
อย่างยิ่ง การรู้เห็นเหตุปัจจัยของการปรากฏแห่งสภาวะธรรมใดๆ ตามเป็นจริง หรือมีปรีชาหยั่งรู้ถึงบรรดา
สัตว์ทั้งหลายจุดและอุบัติไปตามอำนาจแห่งกรรมของตน [กฎแห่งกรรม-กัมมัฏสกตญาณ] อันเป็นเหตุให้
ต้องวางเฉยเป็นกลางในสภาวะธรรมหรือ “**สังขารนิमित**” ดังกล่าวนั้น ด้วย “**อุเบกขานิमित**” ตลอดไป เพราะรู้
เห็นตามเป็นจริง ที่เรียกว่า “**สัมมสนญาณ**” หมายถึง ปรีชาญาณที่รู้เห็นนามรูปโดยไตรลักษณ์ ที่หมายถึง
“**สามัญญลักษณะ ๓: อนิจจตา-ทุกขตา-อนัตตตา**” โดยผ่านกระบวนการนึกคิด พิจารณา ไตร่ตรอง สืบค้นหา
ต้นเหตุและปลายเหตุ ที่เรียกว่า “**โยนิโสมนสิการ**” [จตุปปาดญาณ-ทิพพจักขุญาณ-ปฏิจิจสมุပ္บาท ๑๒] ใน
กระบวนการคิดดังกล่าวนี้ มีความสำคัญมากในการพิจารณาสภาวะธรรมในวิปัสสนากาวนา โดยอาศัยสมถ
ภาวนาทำให้ “**สติ**” เกิดความบริสุทธิ์คมชัดด้วย “**จตุตถฌานกุศลจิต**” คือ จิตปราศจากนิวรณ์ [จิตประภัสสร]
และทำให้ “**สัมปชัญญะ**” มีความแก่กล้ากลายเป็น “**ญาณ**” คือ การหยั่งรู้ เรียกรวมกันว่า “**ญาณทัสสนะ**” คือ
การหยั่งรู้แจ้งเห็นจริงในธรรมทั้งหลาย ฉะนั้น “**อุเบกขา**” คือ ความวางเฉยในอารมณ์ใดๆ ในขณะที่จิตเป็น
สมาธิอย่างแน่วแน่ [อัปปมาสมาธิ] ย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมไม่เกิดการเสีษธรรมใดๆ เช่นกัน.



บทความที่ ๑๐๕ ประจำปี ๒๕๕๕ – อุเบกขาในการเจริญภาวนากรรมฐาน

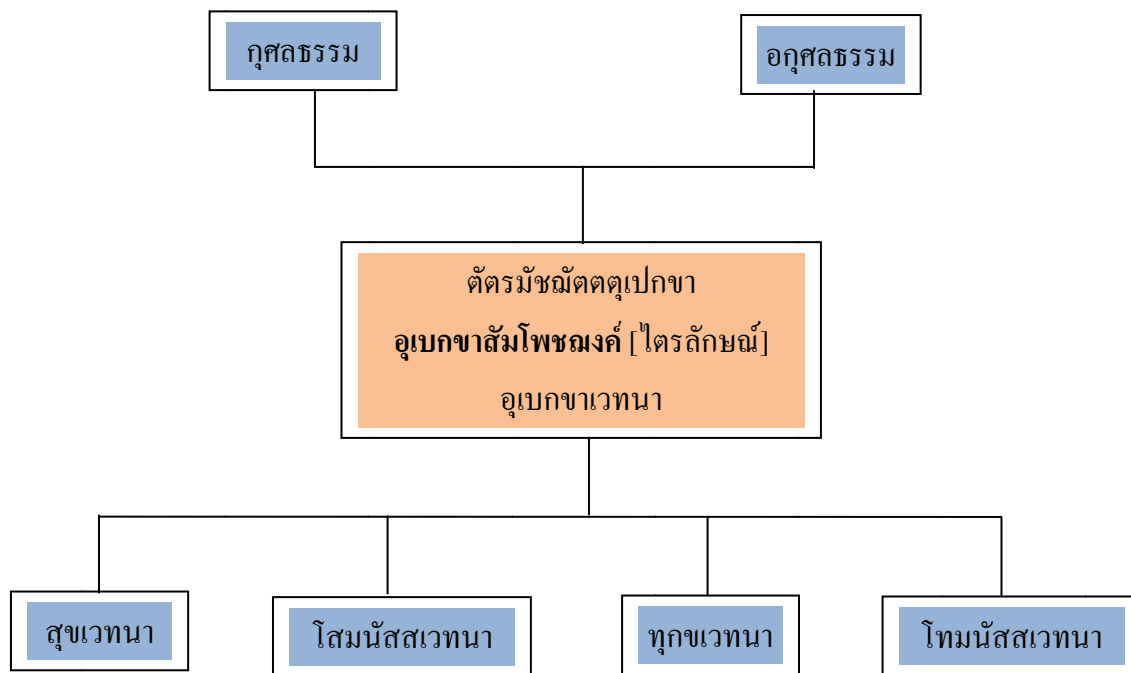
การพิจารณาสิ่งต่างๆ ที่ปรากฏอยู่รอบตัว ให้เห็นชอบตามเป็นจริงตามกำหนดแห่งธรรมคาถานั้น ย่อมไม่ใช่เรื่องง่ายๆ ที่ปุถุชนทั่วไปจะพึงนึกคิดได้จริง และสามารถปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่นให้เป็นความทุกข์ร้อนกายและใจ ที่เรียกว่า “อุปาทานทุกข์” [อุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกข์] การกำหนดรู้ทุกข์สัจจะไม่ได้นั้น ย่อมไม่มีปริชาสามารถมณีการกรรมฐานได้อย่างถูกต้องโดยไตรลักษณ์ ไม่เห็นเหตุแห่งการเกิดขึ้นของนามรูปได้จริง จึงลงความเห็นว่ สิ่งทั้งหลายดังกล่าวนั้นเป็นจริงด้วย “ทิฏฐิแห่งตน” อันเป็นวิปลาสผิพเพี้ยน จากความเป็นจริงตามธรรมชาติ นอกจากจดจำด้วยสัญญาที่ผิด [สัญญาวิปลาส] นั้น ยังเอาจิตเข้าไปปรุงแต่ง ตามอำนาจครอบงำแห่งกิเลสทั้งหลายที่หมักคองอยู่ในพื้นจิตตสันดาลของตน [จิตตวิปลาส] เลยเป็นเหตุให้ ถือผิพยิ่งขึ้น [ทิฏฐิวิปลาส] ไม่สามารถพิจารณาเห็นสามัญลักษณ์แห่งไตรลักษณ์ได้ด้วย จึงวางเฉยเป็นกลาง ในอารมณ์แห่งกรรมฐานที่กำลังประสพอยู่ไม่ได้ ให้พิจารณาความหมายของคำว่า “อุเบกขา” [Equanimity] คือ ความวางเฉยเพราะเห็นตามเป็นจริง [Indifference] ไม่ใช่เพราะไม่รู้อะไรเลย ดังเช่น

- (๑) “อทุกขมสุขเวทนา-อุเบกขาเวทนา” (ข้อ ๓ ในเวทนา ๓ – ข้อ ๕ ในเวทนา ๔) คือ *ความรู้สึกเฉยๆ จะสุขก็ไม่ใช่ ทุกข์ก็ไม่ใช่*
- (๒) “อุเบกขา” (ข้อ ๔ ในพรหมวิหาร ๔) คือ *ความวางใจเป็นกลาง อันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา คือ มีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราฐ ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันตนประกอบ พร้อมทั้งจะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับที่ตนรับผิดชอบของตน*
- (๓) “อุเบกขา” (ข้อ ๗ ในโพชฌงค์ ๗) คือ *ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง*
- (๔) “อุเบกขา” (ข้อ ๑๐ ในบารมี ๑๐) คือ *ความวางใจเป็นกลาง ความวางใจสงบราบเรียบสม่ำเสมอ เที่ยงธรรม และดำรงอยู่ในธรรม ไม่เอนเอียงหรือหวั่นไหวไปด้วยความยินดียินร้ายชอบชัง หรือแรงเขี้ยววนยั่วใดๆ*
- (๕) “อุเบกขา” (ข้อ ๕ ในวิปัสสนูปกิเลส ๑๐) คือ *ความมีจิตเป็นกลาง*
- (๖) “อุปกนิทริย์” (ข้อ ๑๔ ในอินทริย์ ๒๒) คือ *อินทริย์เป็นอุเบกขาเวทนา*

ดังนั้น ความเข้าใจอย่างถูกต้องในความหมายของ “อุเบกขา” แล้วนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงและการปฏิบัติธรรม ย่อมทำให้ปล่อยวางในความเป็นตัวตนอย่างหลงผิดในโลกธรรมได้ ทำให้เห็นทุกข์เพราะความแปรปรวน และความเป็นอนัตตาความไม่ใช่ตัวตน นั่นคือ การประกอบความเพียรให้เกิดปัญญาเห็นนามรูป โดยไตรลักษณ์อยู่ตลอดเวลา ดังรายละเอียดต่อไปนี้



“อุเบกขา ๑๐” หมายถึง เห็น โดยความเข้าถึง ด้วยเห็นเสมอ คือ เป็นผู้ไม่ตกไปในฝักใฝ่เลยเห็น ผู้พร้อมเพียง ด้วย “ศตยฆาน” เรียกว่า “ผู้มีอุเบกขา-อุเบกขโก” เพราะเป็นผู้ประกอบด้วยอุเบกขานั้น ซึ่งบริสุทธิไพบูลย์มีกำลัง ได้แก่ ตัตรมัมหมัตตอุเบกขา ๑ พรหมวิหารอุเบกขา ๑ โภชนังคอุเบกขา ๑ ฉฬงคอุเบกขา ๑ ฆานุเบกขา ๑ ปาริสุทธิอุเบกขา ๑ วิปัสสนุเบกขา ๑ สังขารุเบกขา ๑ เวทนุเบกขา ๑ และ วิริยุเบกขา ๑ (พระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภทามรรค เล่ม ๗ ภาค ๑ - หน้าที่ 510 -513 FILE 68) ดังนี้



ภาพประกอบ ๑ อุเบกขานิมิตต์สัมพันธ์กับมิติแห่งธรรมที่แตกต่างกัน

จากภาพประกอบ ๑ แสดงให้เห็นว่า “อุเบกขา” มีความเกี่ยวพันกับปัญญาพิจารณาเห็น “นามรูป” โดยไตรลักษณ์ [สัมมตญาณ] โดยเห็นชอบ [สัมมาทิฏฐิ] ด้วย (๑) “อนิจจานุปัสสนา” มนสิการว่า “สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง” (๒) “ทุกขานุปัสสนา” มนสิการว่า “สังขารทั้งหลายแปรปรวนเป็นทุกข์” (๓) “อนัตตานุปัสสนา” มนสิการว่า “ธรรมทั้งปวงไม่ใช่ตัวตน” จนรวมถึง (๔) “อสุภวิปัสสนา” มนสิการว่า “ร่างกายทั้งหลายไม่งาม” เมื่อเกิดปัญญาเห็น “สามัญญลักษณะแห่งไตรลักษณ์” ดังนั้น ปัญญาเห็นธรรม [ธรรมลลิตี-ธรรมนิยาม ๓] ดังกล่าวนี้อยู่รวมถึง “กัมมัตสตกตาญาณ” [ทิพพจักขุญาณ] ด้วยเช่นกัน จึงเป็นเหตุทำให้ผู้บรรลุดุจธรรมวิเศษนี้ปล่อยวาง ทำจิตให้สมดุลเป็นกลางได้กับสภาวะธรรมที่ปรากฏขึ้นในวิปัสสนาภูมิ และเหตุการณ์ต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี ในอันดับต่อไปนี้ ให้พิจารณา “อุเบกขา” ในอาการลักษณะต่างๆ ดังนี้



(๑) **“คัตตรมัชฌัตตูปেকขา”** [คัตตรมัชฌัตตคา ข้อ ๓๔ ในเจตสิก ๕๒] คือ ความเป็นกลางในอารมณ์นั้นๆ และเป็นเจตสิกที่เกิดทั่วไปกับจิตตังงามทุกดวง] หมายถึง อุเบกขาที่นำ **“สหชาตธรรม”** [ธรรมที่เกิดร่วมกัน] ไปเสมอกัน อันมาใน **“ยวาทนกรรม”** [เจตสิก ๑๖ โดยเว้น ๓ ข้อแรกในกุศลจิต และอกุศลจิต] คือ ธรรมจำพวกที่กำหนดแนบไม่ได้ว่าข้อไหนจะเกิดขึ้นทั้งในกุศลจิตหรืออกุศลจิต ดังนี้

(๑) **“กุศลจิต ๕”** คือ **ความนึกคิดที่ดี** ได้แก่ นันทะ ๑ อธิโมกษ์ ๑ มนสิการ ๑ คัตตรมัชฌัตตคา-อุเบกขา ๑ กรุณา ๑ มุทุตา ๑ สัมมาวาจา-วจิตุจริตวิริตี ๑ สัมมากรรมันตะ-กายทุจริตวิริตี ๑ สัมมาอาชีวะ-มิจจาชีวะวิริตี ๑

(๒) **“อกุศลจิต ๑๐”** คือ **ความนึกคิดที่ไม่ดี** ได้แก่ นันทะ ๑ อธิโมกษ์ ๑ มนสิการ ๑ มานะ ๑ อิศสา ๑ มัจฉริยะ ๑ ถีนะ ๑ มितระ ๑ อุทธัจจะ ๑ กุกกัจจะ ๑

ฉะนั้น กล่าวคือ อุเบกขาให้วางเฉยเพราะเห็นไปตามเป็นจริง ไม่มีข้อเคลือบแคลงสงสัยเกิดขึ้นในธรรมที่ปฏิบัติ แล้วเกิด **“ปัญญาเห็นธรรม-ดวงตาเห็นธรรม-ธรรมจักษุ”** [ธรรมวิดิญาณ-ยถากุตญาณ-สัมมาทสสนะ] เพราะสามารถแยกคิดแยกชั่ว [กุศลธรรม-อกุศลธรรม] ได้จริง โดยทำกุศลกรรมด้วย **“โยนิโสมนสิการ”** ทำให้เกิด **“สติสัมปชัญญะ”** [ความไม่ประมาท-อัปมาทะ]

(๒) **“พรหมวิหารูปেকขา”** (ข้อ ๔ ในพรหมวิหาร ๔) หมายถึง อุเบกขาอันเป็นอาการของความเป็นกลางในสัตว์ทั้งหลายที่จิตแผ่ออกไปทิศหนึ่ง กล่าวคือ ผู้ที่เจริญอัปมัชฌาจนชานาญ มีจิตเสมอกันต่อสรรพสัตว์ และเข้าถึงฌานแล้ว สามารถแผ่อุเบกขาต่อสัตว์ทั้งหลาย แผ่ผันไปได้ต่างๆ ได้แก่

(๑) **“อโณสิพรรณา”** คือ **แบบกว้างขวางไม่มีขอบเขต**

(๒) **“โอริสิพรรณา”** คือ **แบบจำกัดขอบเขต**

(๓) **“ทิสพรรณา”** คือ **แบบเฉพาะเป็นทิศๆ**

กล่าวอีกนัยหนึ่ง ความวางใจเป็นกลาง อันจะให้ดำรงอยู่ในธรรมตามที่พิจารณาเห็นด้วยปัญญา หรือความรู้แจ้ง [วิชชา] คือ มีจิตเรียบตรงเที่ยงธรรมดุจตราขู ไม่เอนเอียงด้วยรักและชัง พิจารณาเห็นกรรมที่สัตว์ทั้งหลายกระทำแล้ว อันควรได้รับผลดีหรือชั่ว สมควรแก่เหตุอันตนประกอบพร้อมที่จะวินิจฉัยและปฏิบัติไปตามธรรม รวมทั้งรู้จักวางเฉยสงบใจมองดู ในเมื่อไม่มีกิจที่ควรทำ เพราะเขารับผิดชอบตนได้ดีแล้ว เขาสมควรรับผิดชอบตนเอง หรือเขาควรได้รับผลอันสมกับ ความรับผิดชอบของตน [อธิโมกษ์ = กัมมัตสกตาสัทธา-กัมมัตสกตาศัญญา-กัมมัตสกตาทุณยา]



(๓) “**โพชฌังคอุเบกขา**” (ข้อ ๗ ในโพชฌงค์ ๗) หมายถึง อุเบกขาสัมโพชฌงค์อันเป็นอาการของความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง ในบรรดาธรรมอันเกิดร่วมกัน โดยอาศัย “**วิเวก**” ดังนี้

“**วิเวก ๓**” หมายถึง *ความสังัดที่ปลีกออกจากกิเลส* ได้แก่

- (๑) “**กายวิเวก**” คือ *ความสังัดกาย* ได้แก่ อยู่ในที่สังัดที่ดี ดำรงอิริยาบถและเที่ยวไปผู้เดียวที่ดี
- (๒) “**จิตตวิเวก**” คือ *ความสังัดใจ* ได้แก่ ทำจิตให้สงบผ่องใส สงัดจากนิวรณ์ สังโยชน์ และอนุสัย เป็นต้น หมายถึงเอาจิตแห่งท่านผู้บรรลุฌาน และพร้อมด้วย อริยมรรค-อริยผล
- (๓) “**อุปธิวิเวก**” คือ *ความสังัดอุปธิ* ได้แก่ ธรรมเป็นที่สงบระงับสังขารทั้งปวง ปราศจากกิเลสที่ดี ชั้นชกที่ดี อภิสังขารที่ดี ที่เรียกว่าอุปธิ หมายถึงเอาพระนิพพาน

“**วิเวก ๕**” หมายถึง *ความสังัด ความปลีกออก* ได้แก่

- (๑) “**วิกขัมภณวิเวก**” คือ *ปลีกออกด้วยข่มไว้* คือ การดับกิเลสของท่านผู้บำเพ็ญฌาน ถึงปฐมฌาน ข่มข่มนิวรณ์ไว้ได้ ตลอดเวลาที่อยู่ในฌานนั้น
- (๒) “**ตทังควิเวก**” คือ *ปลีกออกด้วยองค์นั้นๆ* คือ ดับกิเลสด้วยธรรมที่เป็นคู่ปรับหรือธรรมที่ตรงข้าม เช่น ดับ *สักกายทิฏฐิ* ด้วยความรู้ที่กำหนดแยกนามรูปออกได้ เป็นการดับชั่วคราวในกรณีนั้นๆ
- (๓) “**สมุจเฉทวิเวก**” คือ *ปลีกออกด้วยตัดขาด* คือ ดับกิเลสเสร็จสิ้นเด็ดขาด ด้วย *โลกุตตรมรรค*
- (๔) “**ปฏิบัติสัทธาวิเวก**” คือ *ปลีกออกด้วยสงบระงับ* คือ อาศัย *โลกุตตรมรรค* ดับกิเลสเด็ดขาดไปแล้ว บรรลุ *โลกุตตรผล* กิเลสเป็นอันสงบระงับไปหมดแล้ว ไม่ต้องขวนขวายเพื่อดับอีก
- (๕) “**นิสสรณวิเวก**” คือ *ปลีกออกด้วยสลัดออกได้* หรือ *ดับด้วยปลอดโปร่งไป* คือ ดับกิเลสเสร็จสิ้นแล้วดำรงอยู่ในภาวะที่กิเลสดับแล้วนั้นยังเย็นตลอดไป ภาวะนั้นชื่อ นิสสรณนิโรธ ได้แก่ *อมตธาตุ* คือ *นิพพาน*

สำหรับ คำว่า “**โพชฌงค์ ๗**” หมายถึง ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ ได้แก่ (๑) “**สติ**” คือ ความระลึกได้ สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง (๒) “**สัมมวชิระ**” คือ ความเพียรธรรม ความสอดส่องสืบค้นธรรม (๓) “**วิริยะ**” คือ ความเพียร (๔) “**ปีติ**” คือ ความอิ่มใจ (๕) “**ปัสสัทธา**” คือ ความผ่อนคลายสงบเย็นกายใจ (๖) “**สมาธิ**” คือ ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วแน่ในอารมณ์ (๗) “**อุเบกขา**” คือ ความมีใจเป็นกลางเพราะเห็นตามเป็นจริง



(๔) **“อุเบกขา”** หมายถึง อุเบกขาอันเป็นอาการของความไม่ละความเป็นปรกติอันบริสุทธิ์ ใน
คลอง **“อารมณ์ ๖”** [รูป-เสียง-กลิ่น-รส-โผฏฐัพพะ-ธรรมารมณ์] ทั้งที่น่าปรารถนาและไม่น่า
ปรารถนาใน **“ทวาร ๖-อินทรีย์ ๖”** [ตา-หู-จมูก-ลิ้น-กาย-ใจ] นั่นคือ เมื่อ ได้เห็น-ได้ยิน-ได้
กลิ่น-รู้รส-รู้สิ่งต้องกาย-รู้เรื่องในใจ ก็เกิดความรู้สึกว่า **“ไม่ตึง-ไม่เสียใจ”** เป็นผู้มีอุเบกขา
[อุเบกขาเวทนา- อุทกขมสุขเวทนา] และมีสติสัมปชัญญะ [อัปมาทะ-ไม่ประมาท] กล่าวอีกนัย
หนึ่ง ย่อมแสดงนัยถึง **“ธรรม ๒”** ดังรายละเอียดต่อไปนี้

(๑) **“อินทรียสังวร”** (ข้อ ๑ ในอปัลณกปฏิปทา ๓) หมายถึง **การสำรวมอินทรีย** คือ ระวังไม่ให้
บาปอกุศลธรรมครอบงำใจ เมื่อรับรู้อารมณ์ด้วยอินทรียทั้ง ๖ คำว่า **“อปัลณกปฏิปทา ๓”**
หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ไม่ผิด ปฏิปทาที่เป็นส่วนแก่นสารเนื้อแท้ ซึ่งจะนำผู้ปฏิบัติให้ถึง
ความเจริญอกงามในธรรม เป็นผู้ดำเนินอยู่ในแนวทางแห่งความปลอดภัยพ้นจากทุกข์อย่าง
แน่นอนไม่ผิดพลาด ได้แก่ (๑) **อินทรียสังวร-การสำรวมอินทรีย (๒) โภชนมัตตัญญูตา-**
ความรู้จักประมาณในการบริโภค (๓) ชาคริยานุโยค-การหมั่นประกอบความดี

(๒) **“สติสังวร”** (ข้อ ๒ ในสังวร ๕) หมายถึง **สังวรด้วยสติ สำรวมด้วยสติ** คือ สำรวมอินทรีย
ทั้ง ๖ อย่าง ได้แก่ จักขุ-ตา ๑ โสตะ-หู ๑ ฆานะ-จมูก ๑ ชิวหา-ลิ้น ๑ กาย-กาย ๑ มโน-ใจ
๑ เพื่อระวังรักษามิให้บาปอกุศลธรรมเข้าครอบงำ เมื่อเห็นรูป-ได้ยินเสียง-ได้กลิ่น-รู้รส-
รู้สิ่งต้องกาย-หรือ-รู้เรื่องในใจแห่งความนึกคิด [สังขารนิมิต]

(๕) **“ฉานูปেকขา”** (ข้อ ๕ ในองค์ฉาน ๖) หมายถึง อุเบกขาอันยังธรรมที่ไม่ตกไปในฝักฝ่ายให้เกิดใน
ฉานนั้น แม้เป็นสุขอย่างเลิศอยู่ที่ตาม คำว่า **“องค์ฉาน ๖”** หมายถึง องค์ประกอบของฉาน องค์
ธรรมทั้งหลายที่ประกอบกันเข้าเป็นฉานขั้นหนึ่งๆ ได้แก่

(๑) **“วิตก”** คือ ความตรึก ความตรึ การยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ ปกจิตลงสู่อารมณ์

(๒) **“วิจาร์”** คือ ความตรอง การพิจารณาอารมณ์ การตามทันอารมณ์

(๓) **“ปีติ”** คือ ความอิ่มใจ

(๔) **“สุข”** คือ ความสุข ความสบายใจ

(๕) **“อุเบกขา”** คือ ความมีจิตเรียบสมดุลเป็นกลาง

(๖) **“เอกัคคตา”** คือ จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง ความมีอารมณ์หนึ่งเดียว

ฉะนั้น ในการบำเพ็ญเพียรตบะหรือภาวนากรรมฐานนั้น ผู้เจริญฉานสมาบัติต้องมีความเข้าใจ
อย่างละเอียดในสภาวะแห่งจิตที่ประกอบด้วยองค์ฉานในฉานสมาบัติแต่ละขั้น ที่เรียกว่า **“รูป
ฉาน ๔”** [Absorptions] หมายถึง ฉานมีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ธรรมที่เป็นรูปาวจรซึ่งท่องเที่ยวไป
ในรูป นั่นคือ เนื่องจากอยู่ในระดับจิตชั้น **“รูปภพ”** อันเป็น โลกเป็นที่อยู่ของพวกพรหม [รูปฉาน]
หรือระดับที่มีรูปธรรมเป็นอารมณ์ เพราะฉะนั้น ผู้ที่เข้าถึงรูปฉานได้ จึงเป็นผู้เข้าถึง **“รูปพรหม”**



คือ เหล่าพรหมในชั้นรูปภพ พรหมที่เกิดด้วยกำลังรูปฌาน มี ๑๖ ชั้น ดังนี้

- (๑) “ปฐมฌาน” [ฌานที่ ๑] มีองค์ ๕ คือ *วิตก-วิจาร์-ปีติ-สุข-เอกัคคตา*
- (๒) “ทุติยฌาน” [ฌานที่ ๒] มีองค์ ๓ คือ *ปีติ-สุข-เอกัคคตา*
- (๓) “ตติยฌาน” [ฌานที่ ๓] มีองค์ ๒ คือ *สุข-เอกัคคตา*
- (๔) “จตุตถฌาน” [ฌานที่ ๔] มีองค์ ๒ คือ *อุเบกขา-เอกัคคตา*

ในการบรรลुरुูปฌาน [สมาบัติ-ภาวะสงบประณีตซึ่งพึงเข้าถึง] ในแต่ละขั้นนั้น ย่อมแสดงนัยถึงความคิดใจในรูปธรรมอันประณีต ที่เรียกว่า “**รูปราคะ**” (ข้อ ๑ ในอุทฺธมกาคิยสังโยชน์) ซึ่งเป็นสังโยชน์เบื้องสูง [สังโยชน์ = กิเลสที่ผูกมัดใจสัตว์ ธรรมที่มีมัดสัตว์ไว้กับทุกข์ กำจัดด้วยโลกุตตรมรรค] เพราะฉะนั้น ความก้าวหน้าในการเจริญฌานสมาบัติในขั้นนี้ จึงประกอบด้วยการละออกจาก “**ราคะ**” คือ ความคิดใจในรูปธรรม ความคิดใจในอารมณ์แห่งรูปฌาน ความปรารถนาในรูปภพ หรือ ความกำหนดข่มใจในรูปภพ [สาราค-ราคะกล้า] กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ การเข้าไปรับรู้ในสภาวะแห่งจิตที่ดำเนินไปอย่างสงบราบเรียบดีแล้ว เกิดความพอใจจิตใจในสภาวะแห่งอารมณ์ในกรรมฐานดังกล่าวนั้น แล้วจึงค่อยละความกำหนดคิดใจนั้นออกไปที่ละสภาวะแห่งจิตในอารมณ์นั้นๆ ความรู้เห็นในรูปฌานแต่ละขั้นนั้น ย่อมเข้าถึงสภาวะในอารมณ์แห่งกรรมฐานได้ตามสภาพที่เป็นจริง ด้วยความบริสุทธิ์โดย “**เอกัคคตาแห่งสมาธิ**” [สมาธิ-สมาชินทรีย์-จิตตัสเสกัคคตา = **อธิจิตตสิกขา**: สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ] ทำให้เกิดความเข้าใจอย่างถูกต้อง [สัมมาทิฏฐิ] อันเป็นเหตุให้มีปริชาสามารถรู้เห็น [ญาณทัสสนะ] สภาวะตามสภาพเป็นจริงในรูปภพแต่ละขั้นได้จริง นั่นคือ “**กัมมัตสกตาปัญญา-กัมมัตสกตาญาณ**” คือ ความรู้เห็นสภาวะที่สัตว์ทั้งหลายจุดและอุบัติตามอำนาจกรรมของของตนได้ ที่เรียกว่า “**จตุปปาตญาณ-ทิพพจักขุญาณ**” (ข้อ ๒ ในวิชา ๓) คือ ปริชารู้อุบัติและอุบัติของสัตว์ทั้งหลาย มีจักขุทิพย์มองเห็นสัตว์กำลังจุดบ้าง กำลังเกิดบ้าง มีอาการดีบ้าง เลวบ้างเป็นต้น ตามกรรมของตน เพราะฉะนั้นบุคคลผู้เข้าถึง “**จตุตถฌาน**” ได้ อันถือเป็นจิตที่งดงาม [โสภณจิต] จึงสามารถละองค์ฌานแห่งรูปภพต่างๆ ได้ ตามลำดับแห่งรูปฌาน จนเหลือเพียง “**อุเบกขา-เอกัคคตา**” [จิตประภัสสร] เท่านั้น โดยสามารถข่มระงับนิเวรณได้ในฌานขั้นนั้นๆ [อาศัยเอกัคคตาแห่งสมาธิชำระกิเลสนิเวรณได้ในแต่ละขั้น] จึงไม่คิดใจหลงไหลในรูปภพขั้นนั้นๆ [ภูมิ ๑๖-รูปาวจรภูมิ ๑๖] ด้วย **อำนาจแห่งอุเบกขาจิต** เพื่อให้เดินก้าวหน้าต่อไปในการเจริญภาวนากรรมฐานขั้นที่สูงขึ้นไปอีก แต่อย่างไรก็ตาม ในระหว่างที่เจริญรูปฌานนั้น ต้องมีสติดำรงมั่นคงมั่งคั่งได้ด้วย “**สติปฏิฐาน ๔**” [อุปปุฏฐาน] ที่เรียกว่า “**สัมมาสติ**” ก่อนข้ามไปสู่ “**สัมมาสมาธิ**” [เอกัคคตา-รูปฌาน ๔] ซึ่งทำหน้าที่ให้สติเกิดความบริสุทธิ์จากกิเลสนิเวรณ และสัมปชัญญะเกิดการเรียนรู้สภาวะธรรม [อารมณ์แห่งกรรมฐาน] จนเกิดความรู้แจ้งหรือความรู้วิเศษ [วิชา] ดังเช่น **จตุปปาตญาณ-ทิพพจักขุญาณ** เป็นต้น



(๖) **“ปาริสุทธูปেকขา”** หมายถึง อุเบกขาอันไม่จนขวาย แม้ในความสงบจากธรรมเป็นข้าศึก บริสุทธฺิ จากธรรมเป็นข้าศึกทั้งหมด โดยการบรรลุเข้าถึง **“จตุตถฌาน”** [จิตประภัสสร] มีอุเบกขาเป็นเหตุ ให้ **“สติ”** บริสุทธฺิ ที่เรียกว่า **“สัมมาสติ”** [อุปัฏฐานแห่งสติปัฏฐาน ๔] หรือ **“สติวิสุทธฺิ”** และทำให้เกิด **“วิชชา ๓”** ได้โดยตรงในระหว่างที่เป็น **“เอกัคคตาแห่งสมาธิ”** [สมาธิ-สมาธิในทริย-อัปปนาสมาธิ-จิตตัสเสกัคคตา = อธิจิตตสิกขา: สัมมาวายามะ-สัมมาสติ-สัมมาสมาธิ] เพราะฉะนั้น เมื่อกล่าวถึง **“จตุตถฌาน-จิตประภัสสร”** นั้น จึงหมายถึง **“อธิจิตต์-จิตอันยิ่ง”** [อัปปนาสมาธิ] เป็นจิตที่ปราศจากกิเลสนิวรณ์ทั้งหลาย ที่กลุ่มรุมจิตใจในปัจจุบัน ยังไม่สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสที่หมักคองอยู่ในพื้นจิตตสันดานชั้นลึก ที่เรียกว่า **“อนุสัยกิเลส”** ซึ่งต้องกำจัดชำระด้วย **“อธิปัญญาสิกขา”** แต่อย่างไรก็ตาม ในการเจริญรูปฌานนั้น จิตที่ทำหน้าในการควบคุมความเป็นไปในองค์ฌานทั้งหลายนั้น คือ **“สติ”** [Mindfulness] หรือ **“สติ คือ จิตตวิปัสสนา”** นั่นเอง เมื่อทำหน้าที่พิจารณา **“อุเบกขา”** [Equanimity] ในองค์ฌานแห่งจตุตถฌาน สติจึงต้องสะอาดบริสุทธิ์จากกิเลส นิวรณ์ เพราะพิจารณาเห็นตามเป็นจริง และมี **“สัมปชัญญะ”** [Awareness] ทำหน้าที่เรียนรู้สภาวะธรรมที่ปรากฏขึ้น [ปรีชาญาณที่พิจารณาไตร่ตรองสังขารนิมิตในอารมณ์แห่งกรรมฐาน = โยนิโสมนสิการ-ญาณทัสสนะ] และเป็นเหตุทำให้เกิด **“ปัญญาหยั่งรู้-ปัญญาญาณ”** ที่เรียกว่า **“กัมมัสสกตาปัญญา”** หมายถึง ความรู้ถึงภาวะที่สัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของตน ทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว จัดเป็นปัญญาที่ถูกต้องในระดับสามัญ (ยังไม่เป็นอธิปัญญา) และเป็น **“โลกียสัมมาทิฏฐิ”** [ปัญญาเห็นธรรม-ธรรมจักษุ-ทิพจักษุญาณ-จตุปปาตญาณ-กัมมัสสกตาญาณ] เมื่อรู้เห็นและเข้าใจอย่างถูกต้องสิ้นสงสัยดีแล้ว จึงวางเฉยต่อสังขารนิมิตในอารมณ์แห่งกรรมฐานนั้นๆ ไม่ยึดมั่นถือมั่นในเรื่องนั้นอีกต่อไป กล่าวโดยรวม การชำระอุเบกขาให้บริสุทธิ์จากกิเลสในขั้นนี้ เรียกว่า **“กัณหาวิตรณวิสุทธฺิ”** (ข้อ ๔ ในวิสุทธฺิ ๗) นับเป็นการกำหนดสมุทฺยสังจ



(๗) **“วิปัสสนูปেকขา”** หมายถึง อุเบกขาที่เป็นกลางในการค้นคว้าโดยละสิ่งที่มีที่เป็นด้วย **“อนัตตตา”** สารสำคัญในข้อนี้ คือ การเจริญวิปัสสนากาวนาหรือมนสิการกรรมฐานให้เกิดปริชาญาณหรือปริชาหยังรู้ในสภาวะธรรมที่ดำเนินไปตามช่วงเวลาแห่งกาลทั้ง ๓ [อัทธา ๓: อดีตอัทธา-อนาคตอัทธา-ปัจจุบันนัทธา] หลังจากบรรลุถึง **“จตุปปาตญาณ-ทิพพจักขุญาณ”** (ข้อ ๒ ในวิชา ๑) หรือ **“ปัจฉยปริคคหญาณ”** (ข้อ ๒ ในญาณ ๑๖) โดยเรียกรวมๆ ในเบื้องต้นว่า ได้เกิด **“ดวงตาเห็นธรรม-ธรรมจักขุ”** และต่อจากนั้น ก็ดำเนินวิปัสสนาถึง **“สัมมสนญาณ”** (ข้อ ๓ ในญาณ ๑๖) คือ เกิดปัญญาเห็นธรรมตามเป็นจริง [ธรรมนิยาม ๓-ธรรมฐิติ-ยถาภูตธรรม] หรือ ปัญญาญาณพิจารณานามรูปโดยไตรลักษณ์ ปัญญาหยังรู้ที่กำหนดพิจารณานามรูป คือ **ขันธ ๕** ตามแนวไตรลักษณ์ หรือ ญาณกำหนดรู้ด้วยพิจารณาเห็นนามและรูปโดยไตรลักษณ์ คือ ยกรูปธรรมและนามธรรมทั้งหลายขึ้นพิจารณาโดยเห็นตามลักษณะที่เป็น (๑) ของไม่เที่ยง-อนิจจตา (๒) ของเป็นทุกข์-ทุกขตา (๓) ของมิใช่ตัวตน-อนัตตตา กล่าวอีกนัยหนึ่ง คือ มีปริชาหยังรู้สภาวะธรรมทั้ง (๑) **สังขตะ-สังขตธรรม** กับ (๒) **อสังขตะ-อสังขตธรรม** ว่า **“มิใช่ตัวตนแห่งอนัตตตา”** ปัญญาญาณที่เกิดขึ้นในขั้นตอนนี้ เป็นเหตุให้เกิดความก้าวหน้าอย่างมั่นคงแน่นอนในกาวนากรรมฐานหรือวิปัสสนากรรมฐาน ที่เรียกว่า **“วิปัสสนาญาณ ๕”** หรือ **“วิปัสสนาญาณ ๑๐”** ได้แก่ **สัมมาสนญาณ-อุท্থัพพญาณ-ภังคญาณ-ภยญาณ-อาทีนวญาณ-นิพพิทาญาณ-มัญญิตุกัมยตาญาณ-ปฏิบัติสังขยาญาณ-สังขารูปেকขาญาณ-อนุโลมญาณ** โดยจะไม่เกิดการหลงทางหรือฟุ้งซ่านในธรรมที่กำลังปฏิบัติอยู่ ให้พิจารณาลำดับการเจริญวิปัสสนาใน ๕ ขั้น [การทบทวนขันธ ๕] อย่างละเอียด ดังนี้

“วิปัสสนาญาณ ๕” หมายถึง ญาณในวิปัสสนา ญาณที่นับเข้าในวิปัสสนา หรือที่จัดเป็นวิปัสสนา คือ เป็นความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง ได้แก่

- (๑) **“อุท্থัพพยานุปัสสนาญาณ”** คือ ญาณอันตามเห็นความเกิดและความดับ คือ พิจารณาความเกิดขึ้นและความดับไปแห่งเบญจขันธ์ จนเห็นชัดว่า สิ่งทั้งหลายเกิดขึ้นครั้งแล้วก็ต้องดับไปล้วนเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปทั้งหมด
- (๒) **“ภังคานุปัสสนาญาณ”** คือ ญาณอันตามเห็นความสลาย คือ เมื่อเห็นความเกิดดับเช่นนั้นแล้วคำนึงเด่นชัดในส่วนของความดับอันเป็นจุดจบสิ้น ก็เห็นว่าสังขารทั้งปวงล้วนจะต้องสลายไปทั้งหมด
- (๓) **“ภยตูปัญฐานญาณ”** คือ ญาณอันมองเห็นสังขารปรากฏเป็นของน่ากลัว คือ เมื่อพิจารณาเห็นความแตกสลายอันมีทั่วไปแก่ทุกสิ่งทุกอย่างเช่นนั้นแล้ว สังขารทั้งปวงไม่ว่าจะเป็นไปในภพใดคติใด ก็ปรากฏเป็นของน่ากลัว เพราะล้วนแต่จะต้องสลายไป ไม่ปลอดภัยทั้งสิ้น
- (๔) **“อาทีนวานุปัสสนาญาณ”** คือ ญาณอันคำนึงเห็นโทษ คือ เมื่อพิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงซึ่งล้วนต้องแตกสลายไป เป็นของน่ากลัวไม่ปลอดภัยทั้งสิ้นแล้ว ย่อมคำนึงเห็นสังขารทั้งปวงนั้นว่าเป็นโทษ เป็นสิ่งที่มีความบกพร่อง จะต้องระคนอยู่ด้วยทุกข์



- (๕) “นิพพิทานุปัสสนาญาณ” คือ ญาณอันคำนึงเห็นด้วยความหน่าย คือ เมื่อพิจารณาเห็นสังขารว่า เป็นโทษเช่นนั้นแล้ว ย่อมเกิดความหน่าย ไม่เพิลิดเพิลินคิดใจ
- (๖) “มูญฺหิจฺจุกัมมตาญาณ” คือ ญาณอันคำนึงด้วยใคร่จะพ้นไปเสีย คือ เมื่อหน่ายสังขารทั้งหลายแล้ว ย่อมปรารถนาที่จะพ้นไปเสียจากสังขารเหล่านั้น
- (๗) “ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ” คือ ญาณอันคำนึงพิจารณาหาทาง คือ เมื่อต้องการจะพ้นไปเสีย จึงกลับหันไปยกเอาสังขารทั้งหลายขึ้นมาพิจารณากำหนดด้วยไตรลักษณ์เพื่อมองหาอุบายที่จะปลดปล่อยออกไป
- (๘) “สังขารูปกขาญาณ” คือ ญาณอันเป็นไปโดยความเป็นกลางต่อสังขาร คือ เมื่อพิจารณาสังขารต่อไป ย่อมเกิดความรู้เห็นสภาวะของสังขารตามความเป็นจริง ว่ามีความเป็นอยู่เป็นไปของมันอย่างนั้นเป็นธรรมดา จึงวางใจเป็นกลางได้ ไม่ยินดียินร้ายในสังขารทั้งหลาย แต่หันมองเห็นนิพพานเป็นสันติบท ญาณจึงแล่นมุ่งไปยังนิพพาน เลิกละความเกี่ยวเกาะกับสังขารเสียได้
- (๙) “สัจจานุโลมิกญาณ-อนุโลมญาณ” คือ ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้ริยสัจจ์ คือ เมื่อวางใจเป็นกลางต่อสังขารทั้งหลาย ไม่พะวง และญาณแล่นมุ่งตรงไปสู่निพพานแล้ว ญาณอันคล้อยต่อการตรัสรู้ริยสัจจ์ ย่อมเกิดขึ้นในลำดับถัดไป เป็นขั้นสุดท้ายของวิปัสสนาญาณ ต่อจากนั้นก็เกิด โคตรกฏญาณมาคั่นกลาง แล้วเกิดมรรคญาณให้สำเร็จความเป็นอริยบุคคลต่อไป
- (๑๐) “สังขารูปกขา” หมายถึง อุเบกขาอันเป็นกลางในความไม่ยึดถือการดำรงอยู่ในความพิจารณา “นิรวรณ” ด้วยอำนาจวิปัสสนา [วิปัสสนาพละ] คำว่า “นิรวรณ” หมายถึง สิ่งที่กั้นจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม ธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุคุณความดี อกุศลธรรมที่ทำให้จิตให้เศร้าหมองและทำปัญญาให้อ่อนกำลัง ได้แก่ กามฉันทะ-พยาบาท-ถีนมัทธะ-อุทธัจจะ-วิจิกิจฉา-อวิชชา- อคติ-อกุศลธรรมทั้งหลาย นั่นคือ เป็นการทำลาย “สังขารนิमित” [สิ่งที่นึกคิดในใจเป็นอารมณ์] ที่ก่อเกิดขึ้นด้วยอำนาจครอบงำแห่งกิเลสนิรวรณทั้งหลาย ให้หมดสิ้นไปด้วยการวางใจเป็นกลางในสภาวะธรรม [อารมณ์แห่งกรรมฐาน] นั้นๆ แต่อย่างไรก็ตาม สิ่งที่นึกคิดในใจเป็นอารมณ์ในวิปัสสนากรรมฐานนั้น ย่อมเกิดจากผลวิบากแห่งกรรมที่เป็นของของตน อันมีมูลเหตุเกิดจาก “กิเลสนิรวรณ-นิรวรณธรรม” [กัมมัสสกตาญาณ] จึงทำให้เข้าใจอย่างถูกต้อง [สัมมาทิฐิ] ควรวางตนวางใจเป็นกลางใน “สังขารนิमित” [นามรูป] ทั้งหลายเหล่านั้น ได้จริง ซึ่งเป็นการดับนิรวรณด้วยปัญญาญาณ ที่เกิดควบคู่กับอำนาจสมณะ [สมณพละ] นั่นคือ ดับนิรวรณด้วย “จตุตถฌาน” ด้วยจิตที่ปราศจากนิรวรณ ที่เรียกว่า “จิตประภัสสร”



(๕) **“เวทนูเปกขา”** หมายถึง อุเบกขาที่ **“ไม่รู้ทุกข์ไม่รู้สุข”** โดยจิตเป็น **“กามาวจรกุศล”** อันเป็นสภาวะที่จิตเรียนรู้สภาวะธรรมด้วยปัญญาสามัญธรรมดา เพื่อวางเฉยเป็นกลางต่ออารมณ์ที่รับรู้ผ่านเข้ามาด้วยการสัมผัสทางอินทรีย์ทั้ง ๖ ที่เรียกว่า **“อุเบกขาเวทนา-อทุกขมสุขเวทนา”** (ข้อ ๓ ในเวทนา ๓-ข้อ ๕ ในเวทนา ๕) หรือ **“อุเปกจินทรีย์”** (ข้อ ๑๔ ในอินทรีย์ ๒๒) คือ อินทรีย์เป็น **“อุเบกขาเวทนา”** แต่อย่างไรก็ตาม ก็ให้พิจารณาถึงในการเจริญสติปัฏฐานในฐานะ **“เวทนานุปัสสนา-สติปัฏฐาน”** หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า **“เป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา”** คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้สึกเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามิส และเป็นนิรามิสตามที่เป็น ไปอยู่ในขณะนั้นๆ แต่ในความเป็นจริงนั้น ก็ให้กำหนดสติพิจารณาสภาวะธรรมเหล่านั้น เป็น **“สังขตธรรม”** ที่เป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตน จึงให้กำหนดรู้เป็นกลางในอารมณ์ ไม่ต้อง ไปยึดมั่นถือมั่นแห่งตัวตน ตามอำนาจครอบงำแห่งกิเลส นีวรณ ที่ปรุงแต่งขึ้นมาจากเหตุปัจจัยเพราะความไม่รู้จริง [อวิชชา] หรือความลุ่มหลง [โมหะ] เพราะไม่มีสติปัญญา [สติสัมปชัญญะ] ไม่ประกอบด้วยความไม่ประมาท [อัปปมาทะ] เพราะฉะนั้น การวางเฉยต่ออารมณ์ความรู้สึก ที่เรียกว่า **“เวทนูเปกขา-อุเบกขาเวทนา”** ทำให้เข้าใจถึงสภาวะแห่งการสัมผัส [ผัสสะ ๖: ตาเห็นรูป-หูได้ยินเสียง-จมูกได้กลิ่น-ลิ้นได้รส-กายสัมผัส โผฏฐัพพะ-ใจรู้สิ่งนึกคิดในใจหรือธรรมารมณ์] โดยฝึกสติและสัมปชัญญะให้รู้อย่างเท่าทันกับกิเลส ไม่ไปลุ่มหลงปรุงแต่งต่อเติมในความรู้สึกแห่งอารมณ์นั้นๆ อีกต่อไป เพราะไม่ใช่ตัวตนอย่างแท้จริง แม้จะเป็นทุกข์ ก็ไม่ต้องเป็นทุกข์ แม้จะเป็นสุข ก็ไม่ต้องเป็นสุข ด้วยเสมอไป กำหนดสติและสัมปชัญญะให้รู้เท่าทันถึงจิตตามสภาพที่เป็นจริง [ปรมัตถ์-ปรมัตถสังจะ] พิจารณาหรือสัมผัสสภาวะธรรมทั้งหลายตามที่เป็นจริง [ธรรมฐิติ-ยถาภูตธรรม-ตถตา] โดยเฉพาะอย่างยิ่ง นึกคิดให้ได้ตามเป็นจริงแห่งนามรูปนั้น โดยไตรลักษณ์ ฉะนั้น การวางเฉยต่อ **“เวทนา ๓-เวทนา ๕”** [การเสวยอารมณ์ ความรู้สึกรสของอารมณ์] ทั้งหลายที่เกิดขึ้นในทุกขณะ จิต จึงเป็นภาระหน้าที่สำคัญของผู้ปฏิบัติธรรมต้องรู้อย่างเท่าทัน [โยนิโสมนสิการ] พิจารณาด้วยความเห็นโดยชอบ [สัมมาทิฐิ] ดังนี้

“เวทนา ๓” หมายถึง การเสวยอารมณ์ ความรู้สึกรสของอารมณ์ได้แก่

- (๑) **“สุขเวทนา”** คือ ความรู้สึกสุข สบาย ทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม
- (๒) **“ทุกขเวทนา”** คือ ความรู้สึกทุกข์ ไม่สบาย ทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม
- (๓) **“อทุกขมสุขเวทนา-อุเบกขาเวทนา”** คือ ความรู้สึกเฉยๆ จะสุขก็ไม่ใช่ ทุกข์ก็ไม่ใช่



“เวทนา ๕-อินทรีย์ ๕” หมายถึง การเสวยอารมณ์ได้แก่

- (๑) “สุข-สุขเวทนา-สุขอินทรีย์” คือ ความสุข ความสบายทางกาย
- (๒) “ทุกข์-ทุกข์เวทนา-ทุกข์อินทรีย์” คือ ความทุกข์ ความไม่สบาย เจ็บปวดทางกาย
- (๓) “โสมนัส-โสมนัสเวทนา-โสมนัสอินทรีย์” คือ ความแ่มชื่นสบายใจ สุขใจ
- (๔) “โทมนัส-โทมนัสเวทนา-โทมนัสอินทรีย์” คือ ความเสียใจ ทุกข์ใจ
- (๕) “อุเบกขา-อุทกขมสุขเวทนา-อุปกอินทรีย์” คือ ความรู้สึกเฉยๆ

(๑๐) “**วิริยูปেকขา**” หมายถึง อุเบกขาอัน ได้แก่ความเพียรไม่ย่อหย่อน ด้วยการปรารถถึงความไม่เที่ยงที่ใส่ใจถึง “**อุเบกขานิमित**” ตลอดกาล เมื่อพิจารณาถึงความไม่เที่ยงด้วย “**อนิจจานุปัสสนา**” ในสรรพสิ่งทั้งหลายล้วนเป็นเช่นนี้ ย่อมถอน “**วิปลาสนิमित**” ได้โดยไม่มียึดมั่นในสภาวะธรรมหรืออารมณ์แห่งกรรมฐานดังกล่าวนั้น นั่นคือ ผู้ปฏิบัติธรรม (๑) หมั่นเพียรเจริญสมณะด้วย “**อนิมิตตสมาธิ**” คือ สมาธิอันพิจารณาธรรมไม่มีนิमित ได้แก่ วิปัสสนาที่ให้ถึงความหลุดพ้นด้วยกำหนด “**อนิจจลักษณะ**” และ (๒) หมั่นเพียรเจริญวิปัสสนาด้วย “**อนิมิตตวิโมกข์**” คือ หลุดพ้นด้วยไม่มีนิमित ได้แก่ ความหลุดพ้นที่เกิดจากปัญญาพิจารณาเห็นนามรูป โดยความเป็นอนิจจัง คือ หลุดพ้นด้วยเห็น “**อนิจจตา**” แล้วถอนนิमितเสียได้ อาศัย “**อนิจจานุปัสสนา**” ถอน “**วิปลาสนิमित**” นั้นได้อันหนึ่ง คำว่า “**วิปลาส**” นั้น บุคคลย่อมรู้ได้ด้วยปัญญาพิจารณาเห็นธรรมหรือนามรูปด้วยไตรลักษณ์ถึงจะกำจัดความวิปลาสในความนึกคิดได้ ดังนี้

“**วิปลาส ๔-วิปลาส ๔**” หมายถึง ความรู้เห็นคลาดเคลื่อน ความรู้เข้าใจผิดเพี้ยนจากความเป็นจริง วิปลาส มี ๓ ระดับ ได้แก่

- (๑) “**สัญญาวิปลาส**” คือ สัญญาคลาดเคลื่อน หมายถึงผิดพลาดจากความเป็นจริง โดยปรุงแต่งตามสภาพความทรงจำอย่างผิดๆ เช่น คนตกใจเห็นเชือกเป็นงู
- (๒) “**จิตตวิปลาส**” คือ จิตคลาดเคลื่อน ความคิดผิดพลาดจากความเป็นจริง โดยนึกคิดผิดเพี้ยนจากความเป็นจริง เช่น คนบ้าคิดเอาหญ้าเป็นอาหาร
- (๓) “**ทัญญูวิปลาส**” คือ ทัญญูคลาดเคลื่อน ความเห็นผิดพลาดจากความเป็นจริง เพราะยึดมั่นในความเห็นหรือความนึกคิดของตนเป็นใหญ่ โดยเฉพาะเชื่อถือไปตาม “**สัญญาวิปลาส**” หรือ “**จิตตวิปลาส**” นั้น ยกตัวอย่าง เช่น มี “**สัญญาวิปลาส**” เห็น “**เชือกเป็นงู**” แล้วเกิด “**ทัญญูวิปลาส**” เชื่อหรือลงความเห็นว่าที่บริเวณนั้น “**มีงูชุม**” หรืออาจมี “**จิตตวิปลาส**” ว่า “**ทุกสิ่งที่เกิดขึ้นต้องมีผู้สร้าง**” จึงเกิดถือเอา “**ทัญญูวิปลาส**” ว่า “**แผ่นดินไหวเพราะเทพเจ้าบันดาล**” ดังนี้ นั่นคือ ท่านบ้ามีจันตอนด้วยวิปริตไปแล้ว



เพราะฉะนั้น “วิปัสสนา ๓ ระดับ” นี้ ที่เป็นพื้นฐาน เป็นไปใน ๔ ด้าน ซึ่งเป็นปฏิปักษ์ต่อความเป็นจริงตามธรรมชาติแห่งไตรลักษณ์ ได้แก่

- (๑) วิปัสสนาในสิ่งที่ไม่เที่ยง ว่าเที่ยง
- (๒) วิปัสสนาในสิ่งที่เป็นทุกข์ ว่าสุข
- (๓) วิปัสสนาในสิ่งที่ไม่เป็นตัวตน ว่าตัวตน
- (๔) วิปัสสนาในสิ่งที่ไม่ว่าง ว่าว่าง

ดังนั้น บุคคลที่มีถึงพร้อมความนึกคิดที่ถูกต้อง “ทวิภูมิตัมปทา” หรือดำรงมั่นอยู่ด้วยความเห็นชอบ “สัมมาทิฐิ” นั่นคือ ปรารถนาความเพียรรู้เห็นสรรพสิ่งถูกต้องโดยไตรลักษณ์ ไม่มีความคิดวิปริตวิการอย่างผิดๆ จากความเป็นจริง ย่อมประกอบความเพียรด้วย “วิริยูปเพกขา” โดยพิจารณาสรรพสิ่งต่างๆ หรือสภาวะธรรมโดย “อุเบกขานิมิต” ได้เสมอ โดยไม่หลงลืม มีสติพื้นเพื่อน ปราศจากสติปัญญา [มกุฏสัจจะ-อัมปชัญญะ] เมื่อรู้เห็นเข้าใจสภาวะธรรมหรืออารมณ์แห่งกรรมฐานได้ดีแล้ว ก็รู้เห็นตามเป็นจริง [ธรรมฐิติญาณ-ยถาภูตญาณ-สัมมาทสสนะ] โดยเฉพาะเข้าใจได้เป็นอย่างดีโดย “ธรรมนิยาม ๓” [สังขารทั้งหลาย ไม่เที่ยง ๑ สังขารทั้งหลาย แปรปรวนเป็นทุกข์ ๑ ธรรมทั้งหลาย ล้วนไม่ใช่ตัวตน ๑ และเกิด ปฏิกุศลัญญา หรือ อสุกัญญา ได้ตามเป็นจริง] ย่อมปล่อยวางเป็นกลางในอารมณ์แห่งกรรมฐานนั้นได้ เพราะเห็นตามเป็นจริงด้วย “อุเบกขาปัญญา” และ “อุเบกขาคิต” นั่นเอง

เมื่อพิจารณาถึงสภาวะแห่งจิตที่ดำรงอยู่ใน “อุเบกขาคิต” กับ “ตัตรมัชฌัตตตาเจตสิก” นั้น ต้องประกอบด้วยปัญญาเห็นนามรูปตามเป็นจริงโดยไตรลักษณ์ [สัมมสนญาณ] มิฉะนั้น จะไม่เกิดการวางเฉยในอารมณ์ต่างๆ ได้ แต่จะกลับไปยึดมั่นถือมั่นจนเกิดความเดือดร้อนเป็นทุกข์ ที่เรียกว่า “อุปาทานทุกข์-อุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกข์” หรือ “สังสารทุกข์แห่งสังสารจักร” อันมีเหตุปัจจัยเกิดจาก “วิภูฏะ ๓: กิเลส-กรรม-วิบาก” ที่วอกวนหมุนเวียนไม่สิ้นสุด หรือดำรงอยู่ใน “ทุกติ” นั่นคือ เกิดปัญญาเห็น “กฎแห่งกรรม” หรือปัญญาเห็นบรรดาสัตว์ทั้งหลายจุดและอุปบัติไปตามอำนาจกรรมของตน [กัมมัตสสคาปัญญา-ทิพพจักขุญาณ] จึงทำให้ต้องนึกคิดพิจารณาวางตนเป็นกลางในสภาวะธรรมหรืออารมณ์แห่งกรรมฐานทั้งหลายเหล่านั้น ด้วย “อุเบกขา” เพื่อป้องกันไม่ให้เกิด “การเสวยธรรม” ด้วยการเข้าไปยึดมั่นใน “วิปัสสนนิमित-ความแปรปรวนแห่งวิปริตนิยาม-ความไม่ใช่ตัวตน” เพราะฉะนั้น “อุเบกขา” จะเกิดขึ้นคู่กับ “สัมมสนญาณ” หมายถึง ปัญญาเห็นนามรูปโดยไตรลักษณ์ เพราะที่เสียบเฉย วางเฉย ปล่อยวาง เพราะเกิดปัญญาเห็นตามเป็นจริง [โยนิโสมนสิการ] ไม่ใช่เพราะความไม่รู้จริงแห่งอวิชาแต่อย่างใด [โยนิโสมนสิการ] ดังนั้น คนที่เสียบจึงแบ่งออกเป็น ๒ พวก ได้แก่ (๑) รู้ตามเป็นจริง กับ (๒) ไม่รู้อะไรเลย ในบรรดาผู้ปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้า นั้น จัดอยู่ในพวกแรกเท่านั้น.

