

๕๘. อธิจิตตสิกขาบาทฐานแห่งวิปัสสนา

The Training in Higher Mentality Becomes the Path of Insight



ขอน้อมแด่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

In Honor of the Blessed One of the Fully Enlightened One



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

ความสำคัญของบทความ

บุคคลอันได้ชื่อว่า “ผู้ปฏิบัติธรรม” นั้น ย่อมเป็นผู้เข้าถึง “ธรรมแห่งหลักไตรสิกขา” ด้วย “อริยมรรคมีองค์ ๘” มาก่อน ได้แก่ **อธิศีลสิกขา-อธิจิตตสิกขา-อธิปัญญาสิกขา** หรือเรียกสามัญญาว่า **ศีล-สมาธิ-ปัญญา** ตามลำดับ เพราะเป็นเส้นทางที่จะดำเนินไปใน “หลักมัชฌิมาปฏิปทา” หรือการเข้าถึง “กระแสแห่งอริยมรรค” ได้แก่ **อริยมรรคมีองค์ ๘-อริยมรรค ๔-อริยสัจ ๔** โดยการสร้างกุศลกรรมด้วยโยนิโสมนสิการ ด้วย “หลักปฏิจสงฺฆบพาท” [ปัจฉัยธรรม] ก่อนวิปัสสนาด้วย “หลักไตรลักษณ์” [อนิจจัง-ทุกขัง-อนัตตา] เพื่อการตรัสรู้ธรรมทั้งหลายก่อนเข้าสู่ “นิพพาน” ในกระบวนการปฏิบัติธรรมนั้น อาจกล่าวได้ว่า “อธิจิตตสิกขา” นั้น เป็นหลักประพฤติปฏิบัติที่เป็นจุดศูนย์กลางของการปฏิบัติธรรมก็ว่าได้ เพราะชีวิตของมนุษย์นั้น มีจิตวิญญาณหรือจิตใจเป็นประธาน ที่ประกอบด้วยการใช้ปัญญาและเหตุผล อันเรียกว่า “องค์ความรู้” เป็นเครื่องเตือนสติในการตัดสินใจในการสร้างกรรมใดๆ ตามเจตนาที่ปรารถนา จิตที่ปราศจากนิเวศน์ กับปัญญาอันยิ่ง จะเป็นเครื่องมือสำคัญในการชำระล้างกิเลสทั้งหลายออกจากจิตใจ ดังนั้น การย้อนกลับเข้าไปหาจิตดั้งเดิมหรือปฐมวิญญาณ [ฐิติภูตัง-จิตประภัสสร] นั้น ต้องอาศัยอำนาจแห่งสมาธิในสมถภาวนา นั่นคือ “ญาณทัสสนะ” กับ “วิปัสสนาญาณ” แห่งวิปัสสนาภาวนา [อธิปัญญาธรรมวิปัสสนา-ยถาภูตญาณทัสสนะ] ในกระบวนการคิดทั้งหมด จึงต้องอาศัยการมนสิการกรรมฐาน [โยนิโสมนสิการ-ทิพพจักขุญาณ-ปฏิจสงฺฆบพาท] ที่เกิดจาก “วิชา” [ฉาน-ลักขณูปนิชฌาน] กับ “ญาณ” [วิปัสสนา-อารัมมณูปนิชฌาน - ไตรลักษณ์-อริยสัจ ๔] เพราะฉะนั้น ความรู้เข้าใจอย่างถูกต้องในพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่จะเอื้ออำนวยให้ผู้ปฏิบัติธรรมประสบความสำเร็จในการเจริญภาวนาทั้งปวง.



บทความที่ ๕๘ ประจำปี ๒๕๕๕ – อริจิตตสิกขาบาทฐานแห่งวิปัสสนา

ในการปฏิบัติธรรมนั้น คำว่า “กรรมทุกอย่างมีใจเป็นประธาน” นั้น เป็นประเด็นสำคัญในการกำหนดแนวทางในการเจริญภาวนากรรมฐาน เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมกำหนดรู้สภาพจิตของตนได้ ก็เท่ากับพิจารณาเห็นจิตวิญญาณของตน ที่เรียกว่า “อัตตสัมปทา” [Self-Actualization] คือ ความถึงพร้อมของผู้มีตนอันได้พัฒนาแล้วด้วยภาวนาทั้ง ๔ ด้าน นั่นคือ “ภาวิตต” ได้แก่ [ภาวิต ๔] คุณบทแห่งบุคคล คือ **ภาวิตกาย-ภาวิตศีล-ภาวิตจิต-ภาวิตปัญญา** และบุคคลนั้น ย่อมได้ชื่อว่า “อรหันต์” ผู้ถึงพร้อมด้วย “อริยมรรคมีองค์ ๘” รวมทั้ง “อริยสัจจ์ ๔-มรรค ๔” เป็นเหตุทำให้รู้เท่าทันกิเลสทั้งหลาย จึงเป็นผู้ปราศจาก **โสกะ-ปริเทวะ-ทุกซ์-โทมนัส-อุปายาส เป็นธรรมดา** เพราะฉะนั้น การบำเพ็ญเพียรภาวนานั้น ย่อมมีนัยถึงการทำ **กายใจ [นามรูป]** ให้สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสทั้งหลายและทุกซ์ทั้งปวง กิเลสต้นเหตุทั้งหลายเป็นเหตุทำให้เกิด **“อุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกซ์”** และทำให้สภาพจิตหรือคุณภาพชีวิต โสกเศร้า มัวหมอง ปิดกั้นโอกาสเข้าถึงคุณธรรมหรือความดีได้ ในขั้นตอนของการปฏิบัติธรรมด้วย “**อริจิตตสิกขา-จิตตภาวนา-ภาวิตจิต-จิตตวิสุทธิ**” นั้น ต่างมีมุ่งหมายในการกำจัดกิเลสอย่างกลาง [ปริยฎฐานกิเลส] ที่กลุ่มมรุมจิตใจด้วยนิเวศน์ ได้แก่ **นิเวศน์ ๕-อริ [ปฏิฆะ-โทสะ]-อวิชชา [โมหะ]-อกุศลธรรมทั้งหลาย** แต่อย่างไรก็ตาม กิเลสอย่างกลาง -ปริยฎฐานกิเลส นั้น ย่อมกำจัดด้วย “**สมณะ-สมณภาวนา**” ส่วนกิเลสอย่างละเอียด -อนุสัยกิเลส นั้น ย่อมกำจัดด้วย “**วิปัสสนา-วิปัสสนาภาวนา**” หรือกำจัดด้วย “**มหาวิปัสสนา ๑๘**” และ “**ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา อริยสัจจ์**” [มรรค ๔-มคคญาณ = **มคคสมังคี**] รวมทั้ง “**ผล ๔-ผลญาณ = ผลสมังคี**” กับ “**นิพพาน ๑**” ที่เรียกรวมกันว่า “**โลกุตตรธรรม ๕**” พร้อมสัพยุดต์ด้วย “**โพธิปักขิยธรรม ๓๗**” โดยมีแกนหลักสำคัญ คือ “**อริยมรรคมีองค์ ๘**” ได้แก่ **สติปัญฐาน ๔-สัมมปธาน ๔-อิทธิบาท ๔-อินทรีย์ ๕-พลัง ๕-โพชนงค์ ๗-มรรคมีองค์ ๘** ในก่อนหน้านั้น ผู้ปฏิบัติธรรมต้องถือปฏิบัติด้วย “**จรณะ ๑๕**” หรือ “**เสขปฏิบัติ**” หมายถึง ข้อปฏิบัติอันเป็นบาทฐานในการบรรลुวิชชาหรือนิพพาน ได้แก่ **สี่สัมปทา ๑-อปณณกปฏิบัติ ๓-สังกรรม ๗-ฌาน ๔** ในทางปฏิบัตินั้น ก็ต้องดำเนินเจริญจิตตภาวนาให้ถึง “**อรุปฌาน ๔**” ด้วย ต่อจากนั้น ก็เลือกวิปัสสนาด้วย “**ญาณ ๑๖-โสฬสญาณ**” หรือ “**มหาวิปัสสนา ๑๘**” ผู้ปฏิบัติธรรมที่กำหนดรู้แนวทางปฏิบัติอย่างทะลุปรุโปร่งได้ เรียกว่า “**ปฏิปทานุตตรियะ**” คือ ปริชาญาณหยั่งรู้แจ่มแจ้งในหลักธรรม “**อริยมรรคมีองค์ ๘**” [อัญญมคคังควิภาวนญาณ-ญาณทำให้แจ้งซึ่งองค์แห่งมรรค ๘] มีส่วนเกี่ยวข้องกับธรรมทั้งหลายในการตรัสรู้อย่างไร [สัมมาญาณ] จนกว่าจะมีปริชาหยั่งรู้การตรัสรู้ด้วย “**สัมโพธิญาณ**” [นิพพาน] ด้วย “**อรหัตตผลวิมุตติ**” [สัมมาวิมุตติ] ที่เรียกว่า “**วิมุตตานุตตรियะ**” คือ การหลุดพ้นอันเยี่ยม ในขั้นตอนดังกล่าวนี้ต่างเรียกว่า “**อเสขธรรม**” นั่นคือ “**สัมมัตตะ ๑๐**” อันประกอบด้วย (๑) **อริยมรรคมีองค์ ๘-มรรค ๔-มคคญาณ (๒) สัมมาญาณ-ผล ๔-ผลญาณ-สุภาทีเสสนิพพาน (๓) สัมมาวิมุตติ-อรหัตตผลวิมุตติ-อนุภาทีเสสนิพพาน** ส่วนรายละเอียดปลีกย่อยนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมได้จาก “**พระไตรปิฎก**” และ “**พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**” [พระพรหมคุณาภรณ์ ป.อ. ปยุตฺโต]



เพื่อให้แตกฉานในธรรมทั้งหมด ฉะนั้น ศูนย์กลางของการพัฒนาคุณภาพของมนุษย์นั้น ขึ้นอยู่ที่จิตวิญญาณ [จิตใจ] โดยพยายามไม่ให้จิตตกอยู่ใน “อบายภูมิจ” อย่างใดอย่างหนึ่ง ได้แก่ (๑) พวกเรา ร้อยกระวน กระวาย (๒) พวกมีดี มัวโง่เขลา (๓) พวกทิวกระหาย ไร้สุข (๔) พวกหวาดหวั่น ไม้เร็นเริง บุคคลผู้มีอาการจิต วอกวนหมุนเวียนในอบายภูมิจทั้ง ๔ อย่างนี้ จิตย่อมถูกกิเลสครอบงำ ได้แก่ ความ โศกเศร้า-ความรู้สึกรวญ-ความ ทุกข์กาย-ความทุกข์ใจ-ความคับแค้นใจ อันมีมูลเหตุจาก “อวิชา-ตัณหา-อุปาทาน” นั้นเอง ดังนั้น การ หมั่นเพียรเจริญภาวนาอย่างต่อเนื่องอยู่เป็นนิตย์ เป็นกิจวัตรของพุทธศาสนิกทุกคนต้องประพฤติปฏิบัติ เพื่อ รักษาคุณภาพชีวิตและดูแลระดับจิตใจให้มีระดับจิตสูงขึ้นไปจนถึง “ระดับจิตของพระอรหันต์” [กิริยาจิต] แต่ อย่างไรก็ตาม ในกระบวนการฝึกอบรมจิตใจนั้น วัตถุประสงค์หลัก คือ การภาวนาให้ได้มาซึ่ง “ผู้มีสติ-ผู้มี สติสัมปชัญญะ” ที่มีความอดทน [ขันติสังวร] และการประกอบความเพียร [วิริยสังวร] อันเป็นบาทฐาน สำคัญต่อการ ใช้ปัญญาพิจารณากระแสกิเลสตัณหาทั้งหลาย มิให้เข้ามาครอบงำจิตด้วยความมี สติสัมปชัญญะ [ญาณสังวร] ในความเป็นจริงนั้น ความมีสติสัมปชัญญะ คือ “สติสังวร” นั่นคือ สำรวม อินทรีย์ทั้ง ๖ ไม่ให้บาปอกุศลธรรมเข้าครอบงำจิตใจ แต่ทั้งหลายทั้งปวงนั้น ก็ต้องเกิดจากสำรวมระวังด้วยสติ เป็นสำคัญ ชื่อน่าสังเกตในการพิจารณาหลักธรรมนั้น พระพุทธเจ้าตรัสสอนด้วยแนวทางปฏิบัติตามเกณฑ์ “ไตรสิกขา” [ศีล-สมาธิ-ปัญญา] โดยเฉพาะหมวดธรรมใน “ปฏิบัติศีลธรรม” เพราะฉะนั้น เมื่อผู้ปฏิบัติ ธรรมลงมือปฏิบัติธรรมจริง ก็ให้คำนึงถึง “หลักไตรสิกขา” ไว้ ว่าตนเองปฏิบัติธรรมได้ครบวงจรดังกล่าวนี้ หรือไม่ หรือจะพิจารณาให้ครบตามหลักธรรมภาวนาใน ๔ ด้าน [ภาวนา ๔] ได้แก่ ภาวนา-ศีลภาวนา- จิตตภาวนา-ปัญญาภาวนา ซึ่งต้องสอดคล้องตามหลักธรรม “สังวร ๕” และ “อริยมรรคมีองค์ ๘” อันเป็น แนวทางที่ประเสริฐในการกำจัดกิเลสทั้งหลายและทุกข์ทั้งปวง นั่นคือ “นิพพาน-บรมธรรม-อมตธาตุ” ประการสำคัญ คือ ต้องนำหลักธรรมทั้งหลายนั้น ไปสู่ภาคปฏิบัติจริง และเห็นผลแห่งการปฏิบัติจริง มิฉะนั้น ก็ไม่เกิดประโยชน์อะไรทั้งสิ้น ที่เรียกว่า “การปฏิบัติธรรม-การเจริญภาวนา” ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่า ในทุก ขณะจังหวะของชีวิต คือ การเจริญภาวนากรรมฐาน ประกอบด้วย “สติสัมปชัญญะ” ตลอดเวลา นั่นคือ มี ปัญญาและเหตุผล ซึ่งต้องประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง ไม่ว่าจะทำกิจกรรมใดๆ ก็ตาม คือ “ทำ-พูด-คิด” [กรรม ๓: กายกรรม-วจีกรรม-มโนกรรม] คำว่า “จังหวะชีวิต” [The Rhythm of Life] นั้น หมายถึง “อาการจิต- วิญญาณประวัติ” อันเป็นสภาพจิตหรือสภาวะแห่งจิตมี “อวิชา-ตัณหา-อุปาทาน” [กิเลส] ทำหน้าที่ปรุงแต่ง ตามความปรารถนาของบุคคล แล้วทำให้เป็นทุกข์ตกอยู่ในทุกติภูมินั้นๆ [สังสารทุกข์] ฉะนั้น การทำจิตให้ สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสทั้งหลาย จึงเป็นหน้าที่หลักของผู้ปฏิบัติธรรม เพื่อให้หลุดพ้นจาก “โลกียภูมิ” ก้าว ไปสู่ “โลกุตตรภูมิ” [นิพพาน] ความรู้ในเรื่องดังกล่าวนี้ ไม่ใช่เรื่องยากในทางปฏิบัติ แต่ขึ้นอยู่กับว่า มีใจรัก [ศรัทธาและฉันทะ]ที่จะทำหรือไม่มากกว่า ประการแรกนั้น ต้องมีทัศนคติที่ดีต่อการปฏิบัติธรรม ติดตามดู ผล ปรับปรุงแก้ไข ตามเส้นทางแห่ง “อริยมรรคมีองค์ ๘” ฉะนั้น จิตอันยังยวดจึงเป็นบาทฐานในวิปัสสนา ต่อไป ด้วยประการฉะนี้.

