

## ๕๕. ฌานและญาณปัจจัยหลักแห่งการปฏิบัติธรรม

Absorption and Insight as the Main Factors for Mental Development



ขอน้อมแด่พระผู้มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น

**In Honor of the Blessed One of the Fully Enlightened One**



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

### ความสำคัญของบทความ

แนวทางการปฏิบัติธรรมหรือการเจริญภาวนากรรมฐานที่ถูกต้องนั้น จำแนกออกเป็น ๒ อย่าง ได้แก่ (๑) การเจริญฌาน-สมถภาวนา-สมาธิ กับ (๒) การเจริญญาณ-วิปัสสนาภาวนา-ปัญญา โดยมีจุดประสงค์ร่วมกัน คือ การบรรลุความตรัสรู้ [อาสวัชยะ-สัมโพธิ] โลกุตตรธรรมทั้งหลาย เพื่อให้เข้าถึง “สัจภาวะแห่งนิพพาน” เพราะฉะนั้น แนวทางดำเนินปฏิบัติสัมมาปฏิบัติทออันยี่งั้น จึงประกอบด้วยคุณธรรม ๒ กลุ่มที่บ่งบอกลักษณะของธรรมที่เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ดังนี้ **คุณธรรมกลุ่มแรก** ได้แก่ (๑) “วิราคะ” คือ ความคลายกำหนัด (๒) “วิสังโยค” คือ ความไม่ประกอบทุกข์ (๓) “อปจยะ” คือ ความไม่พอกพูนกิเลส (๔) “อัปปิจฉตา” คือ ความมกน้อย (๕) “สันตุกฺขี” คือ ความสันโดษ (๖) “ปวิเวก” คือ ความสงัด (๗) “วิริยารัมภะ” คือ การประกอบความเพียร และ (๘) “สุภรตา” คือ ความเลื่องง่าย กับ **คุณธรรมกลุ่มหลัง** ได้แก่ (๑) “เอกัณฺตนิพพิทา” คือ ความหน่ายสิ้นเชิง (๒) “วิราคะ” คือ ความคลายกำหนัด (๓) “นิโรธ” คือ ความดับ (๔) “อุปสมะ” คือ ความสงบ (๕) “อภิญญา” คือ ความรู้ยิ่ง (๖) “สัมโพธิ” คือ ความตรัสรู้ และ (๗) “นิพพาน” คือ ภาวะปราศจากกิเลสอาสวะทั้งหลายแล้ว แต่อย่างไรก็ตาม ธรรมที่เชื่อมระหว่างฌานกับญาณ นั้น เรียกว่า “ญาณทัสสนะ” หมายถึง การหยั่งรู้จริงเห็นจริง [ยถาภูตญาณ-ปริชาญาณ] ที่กลายเป็น “ยถาภูตญาณทัสสนะ” เป็นเหตุให้บรรลุถึง “วิชา” คือ ความรู้แจ้ง กับ “ปัญญาญาณ” คือ ปัญญาหยั่งรู้ในวิปัสสนา แต่ทั้งหลายทั้งปวงนั้น ต้องมี “สติสัมปชัญญะ” อยู่ด้วย โดยเป็นเหตุทำให้ไม่เกิดความประมาทในการเจริญภาวนา [อัปมาทะ] จึงทำให้ตรัสรู้ธรรมได้ จนเข้าถึงนิพพานในอันดับสุดท้าย.



## บทความที่ ๕๕ ประจำปี ๒๕๕๕ – ฌานและญาณปัจจัยหลักแห่งการปฏิบัติธรรม

เมื่อกล่าวถึงแนวทางในการปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้า นั้น อาจมีหลายคนสับสนถึงขั้นตอนของการปฏิบัติที่เป็นมาตรฐานว่าจะเริ่มต้นอย่างไรดี คือ ให้เหมาะสมแก่กรรม เพื่อป้องกันความผิดพลาด ไม่วกไปเวียนมาผิดๆ ถูกๆ สร้างความวิตกกังวลสงสัยขึ้นในระหว่างปฏิบัติธรรม โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้เข้าไปปฏิบัติธรรมตามสถานปฏิบัติธรรมต่างๆ ซึ่งมีแนวทางประพจน์ปฏิบัติที่แตกต่างกันตามเจ้าของสถานทีนั้นๆ ถ้าจะพิจารณาตามแนวทางแห่งพุทธะแล้ว การถือปฏิบัติตามส่วนบุคคลเฉพาะนั้น อาจมีขั้นตอนละเอียดตามจริตของผู้เป็นครูฝึกสมาธิและวิปัสสนา อาจมีแนวทางปฏิบัติเฉพาะตน ทั้งง่ายและยากแตกต่างกันไป ดังนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมต้องใช้ปัญญาและเหตุผล ในการพิจารณาไตร่ตรองถึงประโยชน์อย่างแท้จริง ที่คนพึงได้รับ ไม่ใช่แค่เพียงความพอใจในการสร้างภาพคำว่า “ไปปฏิบัติธรรม” แต่กลับเป็นความสูญเปล่าของเวลาชีวิตไปอย่างน่าเสียดาย เพราะความประมาทการใช้ปัญญาหรือวิจรรณญาณ แถมยังเกิดค้นหาอุปาทานยึดมั่นในข้อปฏิบัติอย่างผิดๆ โดยสำคัญว่าเป็นแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้อง สักดิ์สิทธิ์ที่จะทำให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งหลายและทุกข์ทั้งปวงได้ ที่เรียกว่า “ลัทธิพศุปราสาท-ลัทธิพศุปาทาน” เลยเป็นเหตุทำให้ไม่ก้าวหน้าในการเจริญภาวนากรรมฐาน เพราะไม่ถือปฏิบัติเป็นผู้เรียนรู้มากอีกส่วนหนึ่ง เลยไม่รู้ทิศทางอันถูกต้องเหมาะสมแก่กรรม [ธัมมานุธรรมปฏิบัติ] ฉะนั้น “อาการหลงครุ” คือการยึดติดกับครูอาจารย์จึงเป็นเรื่องที่ผิด เพราะจิตคนละดวง เกิด “อวิชชา-ตัณหา” มาปิดกั้นแนวทางความคิดของตนให้เศร้าหมอง ฟุ้งซ่านและร้อนใจไปเองว่า “ตนจะทำผิด” เพราะไม่เกิดปัญญาและไม่เข้าใจเหตุผลและความหมายแห่งประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจริง ตรงกับคำว่า “เลี้ยงไม่รู้จักโต” หรือไม่เป็นลูกศิษย์ที่ดีได้ ไม่สามารถต่อ ยอดความรู้ให้สูงขึ้นต่อจากครู หนึ่ง ความไม่เพเลิดเพลินเจริญใจเจริญธรรมนั้น ทำให้ “นิรวณ” ถุ่มรุมจิตใจให้เศร้าหมองและไม่เกิดปัญญาเห็นธรรมตามเป็นจริง [ยถากุตญาณ] เพราะความกลัวทำให้ล่าเอียงว่าจะไม่ได้ดังใจนึก นั่นเอง อุปสรรคแห่งนิรวณเหล่านี้ ยังไปรวมกับกำลังของมารทั้ง ๕ ได้เช่นกัน ได้แก่ (๑) กามฉันทะ-พยาบาท-ถีนมิทธะ-อุทธัจจกุกกุจจะ-วิจิกิจฉา กับ (๒) กิลสมาร-ขันธมาร-อภิสังขารมาร-เทวปุตตมาร-มัจจุมาร กล่าวโดยสรุป หมดโอกาสในการบรรลุล “โลกุตตรธรรม” ในที่สุดอันสุดรอบในชีวิตนี้ การถือปฏิบัติธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้า นั้น เริ่มต้นจากง่ายๆ สามัญชนไปถึงยากๆ อันพิสดารตามภูมิปัญญาของแต่ละบุคคล และเป็นเรื่องปฏิบัติที่ศรัทธา ก็ให้ใช้วิจรรณญาณในการพิจารณาให้ละเอียดลึกซึ้งด้วย “สติสัมปชัญญะ” เพื่อป้องกันความผิดพลาดอันใหญ่หลวงที่อาจจะเกิดขึ้นได้ ฉะนั้น ความเข้าใจอย่างถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้า นั้น มีความสำคัญยิ่งต่อผู้ปฏิบัติธรรม ซึ่งควรจะต้องศึกษาค้นคว้าหาความรู้ไว้ก่อนล่วงหน้าอย่างดีพร้อม ก่อนถึงเวลาลงมือปฏิบัติจริง การเตรียมตัวพร้อมจึงสำคัญเป็น “ทักษะสะสม-ประสบการณ์” และเป็น “ต้นทุนทางปัญญา” ส่วนความรู้แจ้งที่จะเกิดขึ้นในวิปัสสนาภูมิถือเป็นการต่อ ยอดขึ้นใหม่ ที่เรียกว่า “ปัญญาญาณในวิปัสสนา” ที่เป็นความรู้ที่เหนือโลกเป็นหลัก ไม่ใช่ปัญญาสามัญอย่างปุถุชนรู้ทั่วๆ ไปจากสถาบันการศึกษา ดังนั้น จึงให้พิจารณาถึง “ภาวนา ๒”



ประกอบด้วย (๑) “ฌาน” คือ ความสงบสงัดแห่งจิตเป็นสมาธิ และ (๒) “ฌาน” คือปริชาหยังรู้แจ้งด้วยปัญญาและเหตุผล โดยมี “สติสัมปชัญญะ” ทำหน้าที่เป็นจิตตัววิปัสสนาสภาวธรรม ที่เรียกว่า “ญาณทัสสนะ” และ “आสวัภยะ” [ความตรัสรู้] ตามลำดับ เพราะฉะนั้น ฌานเป็นกำลังฝ่ายสมาธิและญาณเป็นกำลังฝ่ายปัญญา ในการปฏิบัติธรรมนั้น องค์ประกอบทั้ง ๒ ประการ นี้ เป็นผลมุ่งหมายแห่งการปฏิบัติเพื่อบรรลुธรรมวิเศษทั้งหลายโดยฌานสมาบัติ คือ “รูปฌาน ๔” นั้น เป็นการเจริญภาวนาฝ่ายสมถะ ที่เรียกรวมว่า “จรณะ ๕๕” หรือ “เสขปฏิบัติภา” ได้แก่ (๑) สีสัมปทา ๑ (๒) อปัลณกปฏิบัติภา ๓ (๓) สัทธรรม ๗ (๔) ฌาน ๔ ซึ่งมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้บรรลุความรู้แจ้ง ที่เรียกว่า “วิชชา” คือ วิชชา ๓-วิชชา ๘-อภิญญา ๖-ญาณ ๑๖ รวมทั้งบรรดา “วิปัสสนาญาณ” คือ “ญาณในวิปัสสนา” ซึ่งต้องรวมกับ “สมาธิในวิปัสสนา” หรือถ้าจะจำแนกใหม่ นั่นคือ (๑) จิตตัววิปัสสนา คือ “สติ” กับ (๒) จิตตัวสร้างปัญญา คือ “สัมปชัญญะ” หรือแบ่งตามงานภาวนา คือ (๑) สมถะ-สมาธิ-ฌาน กับ (๒) วิปัสสนา-ปัญญา-ญาณ ที่เชื่อมด้วย “ญาณทัสสนะ” อันเป็นปัญญาตรัสรู้ธรรมในขั้นตอนสุดท้าย เรียกว่า “ยถาภูตญาณ-ยถาภูตญาณทัสสนะ” อันเป็นญาณอีกอย่างหนึ่งใน “มหาวิปัสสนา ๑๘” แต่อย่างไรก็ตาม ลำดับขั้นที่สมบูรณ์ของขั้นตอนตรัสรู้ธรรมนั้น ฝ่ายสมถะต้องมีความสมบูรณ์แบบเช่นกัน คือ ต้องประกอบด้วย “รูปฌาน ๔” และ “อรุปฌาน ๔” เพื่อให้สมดุลกับฝ่ายวิปัสสนา คือ ญาณ ๑๖-โสหตญาณ ที่เจริญด้วย “อนุปัสสนา ๗” และ “มหาวิปัสสนา ๑๘” ซึ่งเกิดขึ้นพร้อมๆ กัน เรียกว่า “ธรรมสามัคคี” ในกระบวนการปฏิบัติธรรมทั้งหมดนี้ ต่างเรียกว่า “วิสุทธิ ๗” หมายถึง ความบริสุทธิ์ที่พัฒนาสูงขึ้นไปเป็นขั้นๆ ตามหลักไตรสิกขา [ศีล-สมาธิ-ปัญญา] จนบรรลุถึงความเป็นอริยบุคคลในพระธรรมวินัยนี้ เรียกว่า “อริยมรรค ๔-มัคคญาณ ๔” พร้อมด้วย “ผลญาณ ๔” และ “นิพพาน ๑” ตามลำดับ ดังนั้น ความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธะเจ้า จึงเป็นเรื่องสำคัญสำหรับพุทธศาสนิกทั้งหลาย เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดเป็น “ชนผู้หลงทิศ” ความรอบรู้ดังกล่าวนี้ สาธุชนทั้งหลายสามารถศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมได้จากพระไตรปิฎกหรือเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง หรือจากการฟังธรรมฟังเทศน์ในโอกาสต่างๆ พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญา อันเปรียบเหมือนยานนำพาสัตว์ทั้งหลาย ให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะทั้งหลายในโลกียภูมิ ข้ามไปสู่โลกุตตรภูมิอันเป็นสถานที่สงบสุขอันเป็น “สันติบทแห่งนิพพาน” ซึ่งบุคคลผู้จะเข้าถึงได้ต้องประกอบด้วยความเพียรอย่างสูงให้ถึงอริยมรรค ที่มีรากฐานการพัฒนาด้วย (๑) ฌาน กับ (๒) ญาณ หรือ (๑) สมถะ กับ (๒) วิปัสสนา เท่านั้น นั่นเอง.

