



ศึกษาการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภทัตเถระ  
A STUDY OF PURE VIPASSANA MEDITATION OF SUBHADDATHERA

นายฐินันต์ ตระกูลสุน

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๖๐



## ศึกษาการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ

นายฐินวัน ตระกูลสุน

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



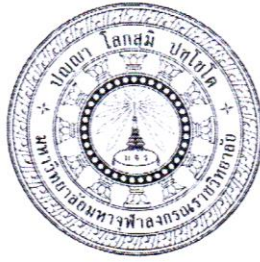
## **A Study of Pure Vipassanā Meditation of Subhaddathera**

**Mr. Thinnawan Trakulhoon**

A Research Paper Submitted in Partial Fulfillment of  
The Requirement for the Degree of  
Master of Arts  
(Vipassana Meditation)

Graduate School  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University  
C.E. 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับสารนิพนธ์  
เรื่อง “ศึกษาการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม  
หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

(พระราชรัตน์มณี, ผศ.ดร.)

ประธานกรรมการ

(รศ.ดร.มานพ นักการเรียน)

กรรมการ

(ดร.บุญชญา วิวิธจร)

กรรมการ

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ดร.บุญชญา วิวิธจร

ชื่อผู้วิจัย

(นายฐินวัน ตระกูลสุน)

ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ  
ผู้วิจัย : นายฐิณวัน ตระกูลสุน  
ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)  
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ดร.บุญญา วิวิชจร, บธ.บ. (การตลาด), ศน.ม. (พุทธศาสนศึกษา),  
พธ.ม. (วิปัสสนาภาวนา), Ph.D. (Buddhist Studies)  
วันเสร็จสมบูรณ์ : ๒๕ มกราคม ๒๕๖๑

## บทคัดย่อ

สารนิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ในการศึกษา ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาสุทธวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาวิเคราะห์วิธีการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวม สรุปวิเคราะห์เรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา และตรวจสอบความถูกต้องโดยผู้เชี่ยวชาญ

จากการศึกษา พบว่า สุทธวิปัสสนาในประเทศไทย เป็นแนวทางปฏิบัติที่สืบทอดมาโดยตรงจากอินเดีย มีความถูกต้องตามพระไตรปิฎก ผู้ปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา เรียกว่า สุทธวิปัสสนายานิกบุคคล ซึ่งเป็นการปฏิบัติแบบวิปัสสนาล้วน ๆ โดยใช้ขณิกสมาธิ ที่เกิดขึ้นถี่เร็วแบบต่อเนื่อง ในการกำหนดรู้สามัญลักษณะของรูปนาม อันประกอบด้วยขั้น ๕ เป็นต้น ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ผู้ปฏิบัติจะใช้วิธีการปฏิบัติแบบวิปัสสนาพุทฺังคสมถะ คือ เจริญสมถะวิปัสสนานำหน้า เมื่อเผชิญกับวิปัสสนูปกิเลส ก็จะปฏิบัติแบบธัมมูทัจจวิคคหิตมานัส คือ เจริญวิปัสสนาโดยกำหนดความฟุ้งซ่านธรรม สลับกันไปจนกว่าจะบรรลุธรรม สำหรับการบรรลุธรรมนั้น สุทธวิปัสสนายานิกบุคคลที่มีศรัทธาแก่กล้า เรียกว่า สัทธานุสारी เมื่อบรรลุธรรมแล้วเป็น สัทธาวิมุต ส่วนผู้ปฏิบัติที่มีปัญญาแก่กล้า เรียกว่า ธัมมานุสारी เมื่อบรรลุธรรมแล้วเป็น ทิฐูปัตตะ และทั้งสองลักษณะบรรลุอรหัตต์โดยปัญญาวิมุต

การเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระปัจฉิมสักขีสาวกนั้น ท่านบรรลุธรรมเป็นพระอนาคามีแล้ว ก่อนที่จะบรรพชาอุปสมบท หลังจากรับจากพระผู้มีพระภาคเจ้า ท่านได้ปลีกเร้นหมู่ชนอธิษฐานจงกรม ซึ่งเป็นการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในหมวดอิริยาบถ โดยใช้ขณิกสมาธิในการกำหนดการเกิดดับของรูปนาม พระสุภัททเถระเข้าสู่มรรคญาณ และผลญาณ ขณะกำหนดรู้อาการเกิดดับแห่งจิต ซึ่งเป็นการปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยบรรลุเป็นอรหัตต์แบบปัญญาวิมุต พร้อมด้วยปฏิสัมภิตา ด้วยปัญญาอันยิ่ง

**Research Paper Title** : A Study of Pure Vipassana Meditation of Subhaddathera

**Researcher** : Mr. Thinnawan Trakulhoon

**Degree** : Master of Arts (Vipassana Meditation)

**Research Paper Supervisor**

: Dr. Boonchaya Wiwitkhajon, B.A. (Marketing),  
M.A. (Buddhist studies), M.A. (Vipassana Meditation),  
Ph.D. (Buddhist Studies)

**Date of Completion** : January 25, 2018

### Abstract

There are two objectives of this research paper: to study Pure Vipassana Meditation in Theravada Buddhist scriptures and to study and analyze Pure Vipassana practice process of Subhaddathera. By studying the information from the Theravada Buddhist scriptures and other related documents, then, composed, summarized, analyzed, explained in details, corrected and verified by Buddhist scholars.

From the research, the researcher found that Pure Vipassana in Thailand is a practice method which directly inherit from India, and absolutely accurate to *Tipitaka* scriptures. The Pure Vipassana practitioner calls *Suddhavipassanāyānika* person, who practice with bare insight by using *Khaṇika-samādhi* (Momentary Concentration) which is high frequency continually awareness in perceiving *Sāmañña-lakkhaṇa* (the Common Characteristics) of physical and mental components such as *Pañca-khandha* (Five Aggregates), accordingly to *Satipaṭṭhāna* (Foundations of Mindfulness). The Pure Vipassana practitioner begins by *Vipassanāpubbaṅgama-samatha* (Concentration Development Leads by Vipassana), While facing with *Vipassanūpakilesa* (Imperfection or Defilements of Insight) the practitioner will use *Dhammuddhaccaviggahitamānassa* (Vipassana Practice by Remarkings Phenomenon Distraction), rotates until the enlightenment. For the enlightenment of Pure Vipassana person who has strong *Saddhindriya* (Faith Faculty) calls *Saddhānusārī* (The Faith-devotee), after first enlightenment calls *Saddhāvimutta* (One Liberated by Faith). While the person who has strong *Paññindriya* (Wisdom Faculty) calls *Dhammānusārī* (The Truth-devotee) and after first enlightenment calls *Diṭṭhippatta* (One Attained to Right View). Both kinds of practitioners will be *Paññāvimutta* (One Liberated by Understanding) noble person in Buddhism.

Pure Vipassana practicing of Subhaddathera, the *Pacchimasakkhisāvaka* (The Last Self-Witnessed Disciple) was already become *Anāgāmi* (Non-Returner) before full ordination. After learning *Kammaṭṭhāna* (Sections of Mental Exercise), he hid from the crowd and intended to *Caṅkama* (Walking Up and Down) which is the section of *Iriyāpatha* (Postures Mindfulness) of *Kāyānupassanāsatipaṭṭhāna* (Mindfulness as regards the body) in *Satipaṭṭhāna* (Foundations of Mindfulness) Vipassana practicing. At the last enlightened moment, Subhaddathera entered *Magga-ñāna* (Knowledge of Path) and *Phala-ñāna* (Knowledge of Fruition) while focusing rises and falls of mental factors, which is the practicing of *Cittānupassanā-satipaṭṭhāna* (Mindfulness as Regards Mental Conditions). And finally became an *Arahanta* (The Perfect One) who liberated by understanding together with *Paṭisambhidā* (Discrimination) of highest wisdom in Buddhism.

## กิตติกรรมประกาศ

เกล้า ๆ ขอ กราบขอบพระคุณ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ  
ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง กรรมการมหาเถรสมาคม และ  
เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม วรวิหาร เป็นอย่างสูงยิ่ง ที่ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตร-  
มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษา และปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา  
และขออนุโมทนาแก่คุณแม่ ดร.สิริ กรินชัย อ.กบแก้ว ไชยะบุรินทร์ และแม่ชื่อนันทน์ อัครศักดิ์ ที่มี  
ส่วนในการสนับสนุนการปฏิบัติ และศึกษารวมของข้าพเจ้า ตั้งแต่ปี ๒๕๕๗ เป็นต้นมา อันเป็น  
จุดเริ่มต้นของการเข้ามาเรียนศึกษาสาขาวิชาวิปัสสนาภาวนานี้

ขอกราบขอบพระคุณพระวิปัสสนาจารย์ ท่านสยาดอภัททันตवासะ ธัมมกถิกพหุชนนิตธ  
ระ อัครมหาบัณฑิต อภิชอัครมหาสัทธัมมโชติก โอวาทาจริย มหาสายนกสยาดอ ภัททันตอินทาสักก  
ศาสนธชธัมมาจริย มหาสายนกสยาดอ และภัททันตธัมมรักขิตต ศาสนธชธัมมาจริย วินยวิฑู วินย  
ธชธัมมาจริย/ปริยัตติวาริธ ธัมมาจริย วินยธัมมาจริย ที่เมตตาอบรมสั่งสอนวิปัสสนาภาวนา เมื่อครั้ง  
ปฏิบัติธรรมที่สำนักมหาสิริศาสนเยกต้า กรุงย่างกุ้ง สหภาพเมียนมาร์

ขอกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณพระราชรัตนมุนี ผศ. ดร. (บุญเทียม ถานินโท) พระ  
ภวนาธรรมวิรัช วิ. (สุพันธ์ อาจิณณสีโล) พระภวนาพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี) พระมหาภูมิชาย  
อศคปญโธ พระสมุห์มานัส อศคปญโธ พระมหาอาทร มหามงคล พระจักรพงศ์ ปิยธมโม และคณะ  
พระวิปัสสนาจารย์ทุกรูป รวมทั้งขอขอบพระคุณ รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล รศ.ดร.มานพ นักการเรียน  
ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง ดร.บุญชญา วิวิธขจร ดร.ชัยชาญ ศรีหามุ ซึ่งได้เมตตาให้คำแนะนำ ตลอดจน  
แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการทำสารนิพนธ์นี้

ขอขอบพระคุณ บริษัท อีทีเอ็ม เมทีเคิล จำกัด และคุณอศิราพร อัครศักดิ์ ซึ่งได้  
อนุเคราะห์ทุนการศึกษา และเวลาอันจำเป็น ที่เกี่ยวข้องในงานสารนิพนธ์นี้

ขอขอบคุณคณะเจ้าหน้าที่ และเพื่อนนิสิตปริญญาโท สาขาวิปัสสนาภาวนา พร้อมทั้งผู้ที่มี  
ส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้ ปัญญาอันสอดส่องที่เกิดจากสารนิพนธ์นี้ ผู้ศึกษาขออน้อมถวาย  
บูชาคุณพระรัตนตรัย และขอมอบถวายเป็นธรรมบรรณาการแต่บิดามารดา คุณครู อุปัชฌาย์  
คณาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทคุณงามความดีและความรู้ ตลอดถึงท่านผู้มีอุปการคุณทุกท่าน ขอ  
ผลานิสงส์แห่งคุณงามความดีในการศึกษาครั้งนี้ และโอกาสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตลอดทั้ง  
คุณประโยชน์แห่งสารนิพนธ์เล่มนี้ จงเป็นผลสำเร็จต่อการบรรลุมรรคผล นิพพาน แก่ทุกคน ๆ ด้วย  
เทอญ

นายฐินวัน ตระกูลสุน

วันที่ ๒๕ เดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๖๑



## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ง
สารบัญ	จ
สารบัญแผนภาพ	ช
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ซ
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	<b>๑</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๘
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๙
<b>บทที่ ๒ สุทธวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท</b>	<b>๑๐</b>
๒.๑ ประวัติความเป็นมาของสุทธวิปัสสนาภาวนาในประเทศไทย	๑๐
๒.๑.๑ ช่วงยุคเริ่มแรก พ.ศ. ๑๘๒๐-๒๓๐๑	๑๑
๒.๑.๒ ยุคแสวงหาวิปัสสนาภาวนา พ.ศ. ๒๓๐๑-๒๔๙๕	๑๒
๒.๑.๓ ยุคฟื้นฟู พ.ศ. ๒๔๙๕-ปัจจุบัน	๑๔
๒.๒ สุทธวิปัสสนายานิกบุคคล	๑๕
๒.๒.๑ สมာธิที่ใช้การเจริญสุทธวิปัสสนา	๑๖
๒.๒.๒ ประเภทของการเจริญวิปัสสนาภาวนา	๒๒
๒.๒.๓ การบรรลุธรรมของสุทธวิปัสสนายานิกบุคคล	๓๖
๒.๓ แนวทางการปฏิบัติของสุทธวิปัสสนา	๓๙
๒.๓.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๐
๒.๓.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๗

๒.๓.๓	จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๙
๒.๓.๔	ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๕๑
๒.๔	สรุปร่ายบท	๕๖
<b>บทที่ ๓</b>	<b>วิเคราะห์การเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ</b>	<b>๕๘</b>
๓.๑	บุพกรรมในกาลก่อน	๕๙
๓.๒	ชาติภูมิในปัจจุบัน	๖๑
๓.๓	การบรรพชาอุปสมบท	๖๒
๓.๓.๑	ขอเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า	๖๒
๓.๓.๒	พุลถามคำถามพระพุทธองค์	๖๒
๓.๓.๓	พระศาสดาตรัสสอน	๖๓
๓.๓.๔	ขอบรรพชาอุปสมบท	๖๔
๓.๔	การปฏิบัติ และการบรรลุธรรม	๖๕
๓.๔.๑	นิยามความหมายอิริยาบถ	๖๖
๓.๔.๒	อิริยาบถเป็นอารมณ์วิปัสสนา	๖๖
๓.๔.๓	การจงกรมในการปฏิบัติวิปัสสนา	๗๐
๓.๔.๔	ผลแห่งการปฏิบัติในอิริยาบถเดินและการจงกรม	๗๑
๓.๕	วิเคราะห์การเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ	๗๔
๓.๕.๑	พระสุภัททะสำเร็จพระอนาคามีแล้วเมื่ออุปสมบทเป็นพระภิกษุ	๗๔
๓.๕.๒	พระสุภัททะปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา	๗๔
๓.๕.๓	พระสุภัททะบรรลุอรหัตต์ด้วยจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๗๕
๓.๕.๔	พระสุภัททเถระบรรลุอรหัตต์แบบปัญญาวิมุตติ และปฏิบัติแบบทิสฺสี-ปัตตะ	๗๕
๓.๖	สรุปร่ายบท	๗๖
<b>บทที่ ๔</b>	<b>สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ</b>	<b>๗๗</b>
๔.๑	สรุปผลการวิจัย	๗๗
๔.๒	ข้อเสนอแนะ	๗๘
<b>บรรณานุกรม</b>		<b>๘๐</b>
<b>ประวัติผู้วิจัย</b>		<b>๘๔</b>

## สารบัญแผนภาพ

ตารางที่		หน้า
แผนภาพที่ ๑	การปฏิบัติวิปัสสนา ๔ แบบ	๓๖
แผนภาพที่ ๒	ลักษณะการบรรลุธรรมโดยจำแนกตามอริยบุคคล ๘ จำพวก	๓๘

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

### ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้ พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติ พระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ มีหลักการใช้คำย่อชื่อพระไตรปิฎก โดยเริ่มจากอักษรย่อชื่อ คัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น

- ม.อุ. (บาลี) ๑๔/๑๔๙/๑๓๔. หมายถึง สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุपरินิพพานสภบาลี พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ เล่ม ๑๔ ข้อ ๑๔๙ หน้า ๑๓๔

- ที.สี. (ไทย) ๙/๒๗๐/๙๘. หมายถึง พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติ พระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๒๗๐ หน้าที่ ๙๘

การอธิบายบอกอักษรย่อในสารนิพนธ์นี้ จัดทำเฉพาะคัมภีร์ที่อ้างอิงในสารนิพนธ์นี้เท่านั้น

### พระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์		ภาษา
๙	ที.สี.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย	สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
๑๐	ที.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย	ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)
๑๒	ม.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย	มูลปัญญาสภ	(ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย	มัชฌิมปัญญาสภ	(ภาษาไทย)
๑๔	ม.อุ.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย	อุपरินิพพานสภบาลี	(ภาษาบาลี)
	ม.อุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย	อุपरินิพพานสภ	(ภาษาไทย)
๑๕	ส.ส.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
๑๗	ส.ข.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	ขันธวรรค	(ภาษาไทย)
๑๘	ส.สพ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	สหายนวรรค	(ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.ทก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	ทกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	จตกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๓	อง.สตตก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
	อง.นวก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๔	อง.ทสก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย	ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)

๒๕	ขุ.ข.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
	ขุ.ธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
๒๘	ขุ.ชา.สตุตติ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	สัตตตินิบาตชาดก	(ภาษาไทย)
๓๑	ขุ.ป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)
๓๒	ขุ.อป.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	อปทาน	(ภาษาไทย)
๓๓	ขุ.พุทฺธ.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	พุทธวงศ์	(ภาษาไทย)
	ขุ.จரிய.	(บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จரியปิฎกปาติ	(ภาษาบาลี)
	ขุ.จரிய.	(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จரியปิฎก	(ภาษาไทย)

### พระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ			ชื่อคัมภีร์	ภาษา	
๓๕	อภ.วิ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
๓๖	อภ.ปุ.	(ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	ปุคคลบัญญัติ	(ภาษาไทย)

### ข. คำย่อเกี่ยวกับชื่อคัมภีร์ขึ้นรองจากพระไตรปิฎก

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้คัมภีร์อรรถกถา ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๓ มีหลักการใช้คำย่อ โดยเริ่มจากอักษรย่อชื่อคัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้ แล้วตามด้วย ชื่อ/หน้า ตามลำดับ เช่น

- ที.สี.อ. (ไทย) ๑๐/๒๐ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี สีลขันธวรรคอรรถกถา ฉบับภาษาไทย ข้อที่ ๑๐ หน้าที่ ๒๐

และคัมภีร์อรรถกถาฉบับของมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัยที่อยู่ในชุด พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม ที่พิมพ์เมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๓๕ โดยเริ่มจากอักษรย่อชื่อคัมภีร์ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้ แล้วตามด้วยลำดับเล่ม/ภาค (ถ้ามี)/ตอน (ถ้ามี)/หน้า ตามลำดับ เช่น

- ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๒/๘๙ หมายถึง พระสูตรและอรรถกถาแปล ขุททกนิกาย ธรรมบท เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๒ ตอนที่ ๒ หน้า ๘๙ ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๓๕

การอธิบายบอกอักษรย่อในสารนิพนธ์นี้ ทำเฉพาะคัมภีร์ที่อ้างอิงในสารนิพนธ์นี้เท่านั้น

### อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ			ชื่อคัมภีร์	ภาษา	
ที.ม.อ.	(บาลี)	=	ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	มหาวคคอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
ที.ม.อ.	(ไทย)	=	ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี	มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ม.ม.อ.	(บาลี)	=	มชฌิมนิกาย	ปปัญจสูทนี	มูลปณณาสกอรรถกถา	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ.	(ไทย)	=	มชฌิมนิกาย	ปปัญจสูทนี	มูลปณณาสกอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ม.อ.อ.	(ไทย)	=	มชฌิมนิกาย	ปปัญจสูทนี	อุปริปณณาสกอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ส.ส.อ.	(ไทย)	=	สังยุตตนิกาย	สารัตถปกาสินี	สคาถาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.เอกก.อ.	(ไทย)	=	อังคตตรนิกาย	มโนรทปุรณี	เอกกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.ทุก.อ.	(ไทย)	=	อังคตตรนิกาย	มโนรทปุรณี	ทุกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.ติก.อ.	(ไทย)	=	อังคตตรนิกาย	มโนรทปุรณี	ติกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อง.สตุตท.อ.	(ไทย)	=	อังคตตรนิกาย	มโนรทปุรณี	สัตตกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.ป.อ.	(ไทย)	=	ชุตทุกนิกาย	สัทธรรมปกาสินี	ปฏิสัมภิทามรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

**อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก**

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.วิ.อ	(บาลี) = อภิธมฺมปิฎก	วิภงฺค	สมโฆทวิโนทนีอรรถกถา (ภาษาบาลี)

**อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาราชวิทยาลัย**

เล่ม	ภาค	ตอน	หน้า	คำย่อ	ชื่ออรรถกถา
๓๕	๒	-	-	อง.จตุกก.อ. (ไทย)	มโนรทปุรณี จตุกนิบาตอรรถกถา
๖๗	๖			ช.จ.อ. (ไทย)	สัทธมฺมปชฺโชติกา จุฬนิตเทศอรรถกถา
๖๘	๗	๑		ช.ป.อ. (ไทย)	สัทธมฺมปชฺโชติกา ปฏิสัมภิทามรรคอรรถกถา

**ค. คำย่อเกี่ยวกับหนังสือที่ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์หรือสถานที่พิมพ์**

วิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้คำย่อเกี่ยวกับหนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการ ที่ได้จัดพิมพ์โดย  
ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์ หรือสถานที่พิมพ์ ดังนี้

ม.ป.ป.	=	ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์
ม.ป.ท.	=	ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

“ทุกข์” เป็นสิ่งที่มนุษย์ชาติต้องเผชิญมาทุกยุคทุกสมัย และวิธีพ้นทุกข์ที่ยึดถือมาตลอด ก็คือ “การมุ่งแสวงหาความสุข”<sup>๑</sup> แต่ความสุขที่เราทุ่มเทแสวงหามาได้ กลับไม่สามารถเติมเต็ม “แม้สักเสี้ยวหนึ่งของจิตใจที่โหยหา” ขณะที่แนวทางการสร้างความสุข และรักษาความสุขที่เราคุ้นชินนั้น เต็มไปด้วยความบีบคั้น แทบทุกชีวิตต้องล้มตายเป็นด้วยความเร่งรีบ เพื่อถูกแผดเผาจากปัญหาอบอวนที่รุมเร้า ด้วยจิตใจที่แห้งแล้งและว้าวุ่น ล้มตัวลงนอนด้วยความเหนื่อยล้าและท้อแท้วันแล้ววันเล่า โดยไม่มีเวลาแม้เพียงเสี้ยววินาทีที่จะฉวยคิดเลยว่า ชีวิตของเรามีคุณค่าเพียงเท่านี้หรือ ความสุขของเรามีเพียงแค่นี้จริง ๆ หรือ สิ่งที่เราตะเกียกตะกายหาด้วยชีวิตทั้งชีวิตนั้น แท้จริงแล้วเพื่ออะไรกันแน่ พระมหาจักรพรรดิ บุคคลผู้ยิ่งใหญ่ มีใครบ้างที่ทานทนการกลืนกินของกาลเวลา แม้แต่บุรุษผู้ยิ่งใหญ่เหนือ ๓ โลกอย่างพระพุทธองค์ ก็ต้องถูกพัดพาจนลบลายไปตามกระแสกาลเวลาที่ไม่เคยหยุดยั้ง ความไม่รู้หรือวิชา คือ ความหลงในสิ่งล่อลวงที่ไม่เป็นแก่นสาร ขาดพร่อง และไม่ยั่งยืน วุ่นวายสับสนด้วยโลกธรรม ๘ ได้แก่ ๑) ได้ลาภ ๒) ได้ยศ ๓) เสื่อมลาภ ๔) ได้ยศ ๕) เสื่อมยศ ๖) นิินทา ๗) สรรเสริญ ๘) สุข ๙) ทุกข์<sup>๒</sup> ทำให้แนวทางการพัฒนาของมนุษย์เป็นไปอย่างไม่มีจุดหมายที่แน่นอน แสวงหาเรื่อยไปไม่มีที่สิ้นสุด เมื่อขับเคลื่อนด้วยอกุศลวิถีก ๓ อย่าง ตามที่พระพุทธเจ้าได้แสดงไว้ในเทวธาวิตกกสูตร<sup>๓</sup> ได้แก่ ๑) กามวิตก ๒) พยาบาทวิตก และ ๓) วิหิงสาวิตก จนเป็นที่มาของปัญหาครอบครัว ปัญหาสังคม ปัญหาเศรษฐกิจการเมืองของประเทศ ปัญหาความขัดแย้งระหว่างประเทศ ปัญหาศาสนา ฯลฯ ที่ยังไม่มีคำตอบแห่งปัญหา และดูเหมือนว่าพร้อมที่จะทำลายล้างทุก ๆ อารย-ธรรมที่มีอยู่ โดยมองข้ามเครื่องมือทรงคุณค่าที่พระพุทธองค์ได้มอบไว้แก่ชาวโลกเมื่อกว่า ๒,๖๐๐ ปีมาแล้ว อันจะสามารถนำพามวลมนุษยชาติให้ล่วงพ้นความทุกข์ระทมสู่ความเป็นบรมสุข<sup>๔</sup> นั่นคือ “วิปัสสนาภาวนา”<sup>๕</sup>

<sup>๑</sup> คุรุยลละเอียดยใน ขุ.ชา.อสีติ. (ไทย) ๒๘/๒๔๔-๒๔๗/๑๒๕.

<sup>๒</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๓๘/๓๔๘.

<sup>๓</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๐๖/๒๑๘.

<sup>๔</sup> คุรุยลละเอียดยใน ส.ส. (ไทย) ๑๕/๓๖/๔๘.

<sup>๕</sup> คุรุยลละเอียดยใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔/๗๗.

สุทฺธวิปัสสนา (Suddhavi-passanā) หรือผู้มีวิปัสสนาล้วน ๆ เป็นยาน<sup>๖</sup> ที่นิยมปฏิบัติในปัจจุบัน เป็นแนวทางการปฏิบัติที่มีความสอดคล้องกับหลักสติปัฏฐาน ๔ เพื่อเห็นแจ้งความเป็นพระไตรลักษณ์แห่งรูปนาม<sup>๗</sup> ซึ่งใช้เพียงขณิกสมาธิ ในการฝึกฝนพัฒนาสติให้มีความว่องไว และมีกำลังได้ในการใช้ชีวิตประจำวันทั่วไป ผ่านการกำหนดรู้ตามสภาวะที่เป็นจริงในปัจจุบันขณะของร่างกาย (กายานุปัสสนา) ที่ยืน เดิน นั่ง นอน (อิริยาบถบรรพ) การเคลื่อนไหวละเอียด เช่น คู้เหยียดแขนขา เป็นต้น (สัมปชัญญบรรพ) อาการเคลื่อนไหวของท้อง (อานาปานบรรพ) ความรู้สึกสุข ทุกข์ เฉย ๆ (เวทนานุปัสสนา) ความคิดต่าง ๆ (จิตตานุปัสสนา) หรือแม้กระทั่งอารมณ์ต่าง ๆ เช่น ความง่วง เบื่อ เซ็ง กังวล เป็นต้น (อัมมานุปัสสนา)<sup>๘</sup> ซึ่งเพียงแค่ผลขั้นต้นจากการเจริญสติเช่นการขมตัดตปฺลิโพธ<sup>๙</sup> ก็สร้างคุณประโยชน์อันมหาศาลให้แก่ผู้ปฏิบัติแล้ว พร้อมกันนี้ สภาวะธรรมที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะต้องเผชิญเป็นอันดับแรก นั่นคือ นิวรณ์ ๕<sup>๑๐</sup> ไม่ว่าจะเป็นกามฉันทะ (ความรักสบาย ทำอะไรจับจดขาดความพยายาม) พยาบาท (ความคิดร้าย มองโลกแง่ร้าย) ถีนมิทธะ (ความหดหู่และเซื่องซึม เอื่อยเฉื่อยใช้ชีวิตไปวัน ๆ) อุทธัจจกุกกิจะ (ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ คิดมากจน เลื่อนลอย วิตกกังวล) และวิจิกิจฉา (ความลังเลสงสัย ไม่กล้าลงมือทำอะไรเป็นขึ้นเป็นอัน) ซึ่งผู้ปฏิบัติทุกคนต้องเรียนรู้การบริหารจิตใจให้สามารถเอาชนะอุปสรรคเบื้องต้นนี้ได้ ความสามารถของจิตใจที่ได้รับการฝึกฝนจนพัฒนาขึ้นนี้เอง จะเป็นแรงผลักดันให้ผู้ปฏิบัติสามารถข้ามพ้นความยากลำบากของชีวิตได้ ด้วยสติและปัญญา จนดำเนินไปถึงที่สุดแห่งทุกขังได้

แม้วิปัสสนาภาวนาจะเป็นวิชาทรงคุณค่าต่อมนุษยทุกเพศวัย ชนชาติ ศาสนา และสามารถใช้อย่างมากมายมหาศาลในชีวิตประจำวัน แต่พลังผลักดันเบื้องต้นที่ขาดไม่ได้สำหรับผู้ปฏิบัติ คือ “แรงศรัทธา” ด้วยเหตุที่พระอรหันต์พุทธสาวก-พุทธสาวิกา ส่วนใหญ่ล้วนมีบุญสัมพันธ์กันมากกับพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ก่อน ๆ ในหลาย ๆ พุทธอันตรที่ผ่านมา<sup>๑๑</sup> ในจำนวนพุทธสาวกทั้งหลายเหล่านี้ มีพระสาวกชั้นผู้ใหญ่จำนวนมาก ซึ่งเป็นที่รู้จักอย่างกว้างขวาง และต่างก็มีคุณูปการอย่างมหาศาล ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่ได้จนถึงปัจจุบัน พระสุ-

<sup>๖</sup> พรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์.พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๘๐.

<sup>๗</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘, ๓๐๑.

<sup>๘</sup> มหาสติปัฏฐานสูตร ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔-๓๘๒/๓๐๓-๓๑๖.

<sup>๙</sup> พระอธิการดิเรก ธีรภูษา (สีหะ), “ศึกษาการบรรลุธรรมของวิปัสสนาญาณบุคคล”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์, ๒๕๕๖), หน้า ๖๗.

<sup>๑๐</sup> อัมมานุปัสสนา หมวดนิวรณ์ ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖.

<sup>๑๑</sup> สุวัฒน์ สุวฑฒโน (พิทักษ์วงษ์), มนุษย์...เกิดมาทำไม? เล่ม ๑๗ ตอน ประวัติอัสติมหาสาวก ๘๐ รูป, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๗), คำนำ.



ภัททเถระ ซึ่งเป็นพระปัจฉิมสาวกของพระพุทธเจ้า เป็นหนึ่งในพระอรหันตสาวกที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จัก เช่นกัน การศึกษาประวัติ และแนวทางการปฏิบัติภาวนาของท่าน เพื่อสามารถนำมาใช้เป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินชีวิตตามแนวปฏิบัติ และเป็นแรงบันดาลใจให้แก่อนุชนรุ่นหลังในการพัฒนาศักยภาพแห่งตนได้ไม่น้อย

ด้วยความสำคัญของแนวทางการปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา และคุณวิเศษแห่งอรหันตสาวก ซึ่งจะช่วยเสริมสร้างศรัทธาปสาทแก่พุทธศาสนิกชนโดยทั่วไป อันนำไปสู่การเผยแผ่แห่งพระบรมพุทธานุชาสนา ผู้วิจัยจึงทำการศึกษาค้นคว้าการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ พระปัจฉิมอรหันตสาวก เพื่อจะเสริมสร้างองค์ความรู้ใหม่ที่จะเป็นข้อมูลในเชิงวิชาการ เพิ่มความเข้าใจที่ถูกต้อง และเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเผยแผ่แนวทางปฏิบัติในการเจริญวิปัสสนาภาวนาแบบสุทธวิปัสสนา อันจะเป็นประโยชน์ต่อความเจริญก้าวหน้าส่วนบุคคล และครอบครัวของผู้ปฏิบัติธรรม เพื่อประสานประโยชน์ต่อสังคม ประเทศชาติ และมวลมนุษยชาติสืบต่อไป

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาสุทธวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาวิเคราะห์วิธีการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ

## ๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ สุทธวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ พระสุภัททเถระบรรลุธรรมโดยการเจริญสุทธวิปัสสนาอย่างไร

## ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยเรื่องศึกษาค้นคว้าการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระเป็นการวิจัยแบบภาคเอกสาร (Documentary Research) โดยแบ่งเป็นขอบเขตด้านเนื้อหา และขอบเขตด้านการศึกษา ได้แก่

### ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

งานวิจัยศึกษาค้นคว้าการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ ผู้วิจัยแบ่งขอบเขตการศึกษาในแง่มุมประเด็นที่เกี่ยวกับการเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และข้อมูลที่เกี่ยวข้อง โดยศึกษาเอกสารสำหรับการวิจัยออกเป็น ๒ ส่วน คือ

ก. เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา และปกรณ์เสสสุทิมรรค โดยผู้วิจัยเลือกใช้คัมภีร์ต่อไปนี้

๑. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๓๙

๒. พระอรรถกถา ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๓. ปกรณวิเสสวิสุทธิมรรค ฉบับแปลโดยสมเด็จพระพุทธปาพจนจารย์ (อาจ อาจสภมหาเถร)

**ข. เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source)** ผู้วิจัยใช้เอกสารทางวิชาการ หนังสือ ตำรา บทความ และของพระเถระจารย์ นักปราชญ์ ผู้เชี่ยวชาญและนักวิชาการในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการเจริญสุทธวิปัสสนา และประวัติพระพระสุภัททเถระที่เกี่ยวข้อง

#### ๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ผู้วิจัยศึกษาเฉพาะส่วนที่เกี่ยวข้องกับสุทธวิปัสสนา และประวัติการปฏิบัติ และการบรรลุนิพพานของพระสุภัททเถระเท่านั้น

#### ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

**สุทธวิปัสสนา** หมายถึง การเจริญวิปัสสนาภาวนาของวิปัสสนายานิก ผู้ใช้ฉันทสมาธิในการปฏิบัติวิปัสสนาล้วน ๆ ท่านที่อาศัยเพียงอุปจารสมาธิ เจริญวิปัสสนาไปจนถึงที่สุด แต่เมื่อจะสำเร็จอรหัตตนั้น ก็เป็นผู้ได้ปฐมฌาน ผู้ปฏิบัติประเภทนี้ เรียกอีกอย่างว่า วิปัสสนายานิก หรือสุทธวิปัสสนายานิก ผู้มีวิปัสสนาล้วน ๆ เป็นยาน

**พระสุภัททเถระ** หมายถึง สุภัททปริพาชก พระปัจฉิมอรหัตตสาวก ผู้ซึ่งเข้าเฝ้าพระพุทธองค์เพื่อสอบถามปัญหาเป็นคนสุดท้าย แล้วหมั่นเพียรปฏิบัติจนบรรลุเป็นพระอรหัตต์ ในคำคืนที่พระพุทธองค์ปรินิพพาน เป็นสักขีสาวกองค์สุดท้ายของพระผู้มีพระภาค ฯ

#### ๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งออกเป็นสองส่วน คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ประกอบด้วยคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา และปกรณวิเสสวิสุทธิมรรค รวมทั้งเอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ หนังสือ ตำรา บทความ เอกสารทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย ดังนี้

##### ๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ที่เกี่ยวข้อง

ก. **คัมภีร์พระไตรปิฎก** สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสสอนการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่มีปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร<sup>๑๒</sup> จากพระโอษฐ์ของพระองค์เอง ซึ่งมีปรากฏในพระสูตรต่าง ๆ เป็นจำนวนมาก รวมทั้งได้แสดงประวัติ และการบรรลุธรรมของมหาสาวกต่าง ๆ ไว้มากเช่นกัน

<sup>๑๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๑. ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๙๕/๓๑๒.

ได้แก่ พระมหากัปปินเถระ<sup>๑๓</sup> พระอุบาลีเถระ<sup>๑๔</sup> เป็นต้น

**ข. คัมภีร์อรรถกถา** อธิบายเกี่ยวกับวิปัสสนาไว้หลายแห่ง เช่น ในคัมภีร์อรรถกถา บทอุเทศ มหาสติปัฏฐานสูตร พระพุทธองค์ตรัสว่า “ขึ้นชื่อว่าวิปัสสนาย่อมไม่มี โดยมีได้กำหนดธรรม อย่างใดอย่างหนึ่งในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม ดังนั้น ควรทราบว่ามี สันตติอาภาตย์และนางปญฺจาจาราเหล่านั้น ได้ล่วงพ้นความเศร้าโศกและความคร่ำครวญด้วยหนทาง (คือสติปัฏฐาน) นี้”<sup>๑๕</sup> รวมทั้งเนื้อหาของพระมหาเถระต่าง ๆ เช่น พระอานนทเถระ พระอนุรุทธเถระ เป็นต้น

**ค. ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค** ได้บรรยายไว้ว่า วิปัสสนาญาณที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมทำลายกิเลสที่ติดตามมานานให้พินาศ เหมือนดวงอาทิตย์กำจัดความมืดให้สลายไป เพราะฉะนั้น บัณฑิตจึงพึงทราบอานิสงส์แห่งญาณปัญญานี้ ซึ่งเห็นประจักษ์ด้วยตนเอง<sup>๑๖</sup> เป็นต้น

### ๑.๖.๒ เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ที่เกี่ยวข้อง

**ก. สมเด็จพระพุทธชินวงศ์** กล่าวถึง สภาวะของผู้บรรลุธรรมใน “หนังสืออริย-วังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า” ไว้ว่า ผู้บรรลุธรรมแล้ว มักมีสภาพจิตต่างจากเดิมเหมือนเกิดใหม่ ศรัทธาที่เป็นความเลื่อมใส และความผ่องใสแห่งจิต จะมีกำลังแก่กล้ามั่นคง ปีติ และปัสสัทธิก็มีกำลังแก่กล้าด้วยกำลังศรัทธา อีกทั้งความสุขจะปรากฏโดยธรรมชาติ ผู้บรรลุธรรมจะไม่อาจกำหนดรู้ศรัทธา ปีติ ปัสสัทธิ และสุขอย่างชัดเจนได้ในเวลาเริ่มบรรลุธรรม เพราะธรรมเหล่านั้นมีกำลังแก่กล้า ต่อเมื่อเวลาผ่านไปหลายชั่วโมง หรือหลายวัน ธรรมต่าง ๆ เหล่านี้จะค่อย ๆ ลดกำลังลง เขาย่อมสามารถกำหนดรู้ได้อย่างชัดเจน<sup>๑๗</sup>

**ข. พระโสภณมหาเถระ** (มหาสีสยาตอ) ได้อธิบายถึง การประหารกิเลสด้วยวิปัสสนาภาวนา ใน “หนังสือนิพนพานกถา” ไว้ว่า สรรพสัตว์ทั้งหลายมีกิเลสธูลี คือ อนุสัยนอนเนื่องอยู่ในกระแสจิต เป็นความโลภ ความโกรธ และความหลง เรียกว่าปริยฐานกิเลส มีการล่วงละเมิดทางกายหรือวาจา ที่เรียกว่า วิติกมกิเลส ทุกคนจึงควรขัดเกลากิจ ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จึงสามารถบรรลุถึงความรู้แจ้งได้ เมื่อวิปัสสนาญาณพัฒนาสูงขึ้น ผู้ปฏิบัติธรรมจึงจะบรรลุมรรคญาณ

<sup>๑๓</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.อป. (ไทย) ๓๒/๖๗-๑๐๗/๒๔๗-๒๕๒.

<sup>๑๔</sup> ดูรายละเอียดใน อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๙๙/๒๓๒.

<sup>๑๕</sup> ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๒. (ยสุมา ปน กายเวทนาจิตตมเมสุ กณฺจิ รมฺมํ อนามสิตวา ภาวนา นาม นตฺถิตฺตสมา เตปิ อิมินาว มคฺเคน โสภปริเทเว สมตฺกนฺตาดิ เวทิตฺตพฺพา).

<sup>๑๖</sup> ดูรายละเอียดใน พระพุทธโฆสจารย์, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๑๘๓-๑๑๘๔.

<sup>๑๗</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D), **อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า**, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๑๙๑.

ขจัดอนุสัยกิเลสได้อย่างเด็ดขาด<sup>๑๘</sup>

**ค. พระธรรมปิฎก** (ป.อ.ปยุตโต) กล่าวถึงความหมายของสมาธิในหนังสือ “การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์” ไว้ว่า การฝึกอบรมพัฒนาจิตใจมีความสำคัญเป็นอย่างมาก ทั้งการใช้ชีวิตประจำวัน และปฏิบัติหน้าที่การทำงาน เพราะการกระทำทุกอย่างเกิดจากความตั้งใจ หรือเจตนานั่นเอง และการที่จะพัฒนาปัญญาให้สามารถส่งผลให้เกิดจิตใจที่เข้มแข็ง สงบแน่วแน่ และมีกำลัง ต้องอาศัยสมาธิ สมาธินี้เองจึงเป็นพื้นฐานให้เกิดปัญญาในการพัฒนาจิตใจ ให้สามารถใช้ชีวิต และทำงานได้อย่างมีความสุข และมีเต็มศักยภาพได้<sup>๑๙</sup>

**ง. พระญาณโพนิกเถระ** กล่าวไว้ในหนังสือ “หัวใจกรรมฐาน” ไว้ว่า การกำหนดในธาตุ ๔ มี ดิน น้ำ ไฟ และลม เป็นการวิเคราะห์ร่างกายออกเป็นธาตุ ๔ ชนิด (ธาตุวัตถุถาวร) การกำหนดเฉพาะธาตุอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยเฉพาะธาตุลมที่เป็นธาตุแห่งการสั่นไหว หากกำหนดปฏิบัติจนเห็นลักษณะเฉพาะ และการทำหน้าที่ของมันด้วยปัญญาอย่างแท้จริงแล้ว สภาวะของธาตุที่เหลือทั้ง ๓ อันเป็นเหตุใกล้ ก็จะไม่ค่อย ๆ เค้นชัดตามขึ้นมาด้วย<sup>๒๐</sup>

**จ. วคิน อินทสระ** กล่าวถึงขณะบรรลुरुธรรมของพระสุภัททเถระในหนังสือ “พระอานนทพุทธานุชา” ไว้ว่า แสงจันทร์นวลส่องสุกสกาวเมื่อครูนี้นี้จะอัศจรรย์ลง สุภัททภิกษุแห่งขึ้นดูท้องฟ้าเมฆก้อนใหญ่กำลังเคลื่อนเข้าบดบังแสงจันทร์จนมืดดวงไปแล้ว แต่ไม่นานนัก เมฆก้อนนั้นก็เคลื่อนคล้อยไป แสงใสสะอาดส่องลงมาสว่างนวลดังเดิม ทันใดนั้นดวงปัญญาก็พลุ่งโพล่งขึ้นในดวงใจของสุภัททเถระ เพราะนำดวงใจไปเทียบกับดวงจันทร์ “อา” ท่านอุทานเบา ๆ “จิตนี้เป็นธรรมชาติที่ส่องใส มีรัศมีเหมือนจันทร์เจ้า แต่อาศัยกิเลสที่จรมาเป็นครั้งคราว จิตนี้จึงเศร้าหมอง เหมือนก้อนเมฆบดบังดวงจันทร์ให้อับแสง” และแล้ววิปัสสนาปัญญาก็โพล่งขึ้น ชำแรกกิเลสแห่งทะเลสาบธรรมทั้งมวลที่ห่อหุ้มดวงจิต แหวกอวิชชาและโมหะ อันเป็นประดุจตาข่ายด้วยศัสตรา คือ วิปัสสนาปัญญา ชำระจิตให้บริสุทธิ์จากกิเลสสาვეทั้งมวล บรรลुरुหัตถผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิตา<sup>๒๑</sup>

<sup>๑๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **นิพพานถา**, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโมมหาเถระ ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D) ตรวจชำระ, แปลเรียบเรียงโดย พระคันธสารวิวงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๑๒.

<sup>๑๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต), **การศึกษากับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๙), หน้า ๖๗.

<sup>๒๐</sup> พระญาณโพนิกเถระ, **หัวใจกรรมฐาน**, แปลโดย พลตรี นายแพทย์ชาล สุวรรณวิรัช, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๕๓), หน้า ๗๕.

<sup>๒๑</sup> วคิน อินทสระ, **“พระอานนทพุทธานุชา”**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๓๐๘.

### ๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ก. พระครูใบฎีกาจำเนียร ปริสุทฺธ (ฆวีวงษ์) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบการบรรลุลหกรรมของพระราชเถระกับพระอานนทเถระ” พบว่า การบรรลุลหกรรมของพระเถระทั้งสองนั้น พระราชเถระบรรลุลหกรรมด้วยการเพ่งธรรม ส่วนพระอานนทเถระ ท่านได้บรรลุลหกรรมในขณะที่เจริญสัมปชัญญะบรรพนั่งลงบนเตียงแล้ว กำลังเอนกายลงนอน คิดจะพักผ่อน ยกเท้าพ้นจากพื้น ศีรษะยังไม่ทันถึงหมอน จิตของท่านสิ้นอาสวะในระหว่างนั้น เพราะการเจริญกายคตาสติภาวนา<sup>๒๒</sup>

ข. พระครูศรีภาวนาวิสุทธิคุณ (บุญโชติ อากาศโร) ทำการศึกษาเรื่อง “ศึกษาการบรรลุลหกรรมของพระอุบาลีเถระ” พบว่า แนวทางการปฏิบัติเพื่อการบรรลุลหกรรมของพระอุบาลีเถระ เป็นการเจริญวิปัสสนาโดยการกำหนดวิปัสสนาล้วน ๆ แบบวิปัสสนาปุพพังคมนัย ได้บรรลุลหกรรมเป็นพระอรหันต์ ในเวลาต่อมา เพราะความที่ท่านเป็นผู้ทรงจำ และชำนาญในพระวินัย พระพุทธเจ้าทรงตั้งท่านไว้ในฐานะที่เลิศกว่าภิกษุทั้งหลาย ผู้เป็นเอตทัคคะทางพระวินัย<sup>๒๓</sup>

ค. เจ้าอธิการเกรียงศักดิ์ ขนฺติโก (หอมสมัย) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ศึกษาการบรรลุลหกรรมของพระเรวตขทิวรณียเถระ” อธิบายไว้ว่า เมื่อบวชแล้วท่านปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตลอด ๓ เดือน ครั้นปรารถนาออกพรรษา ก็บรรลุลหกรรมโดยการเจริญวิปัสสนามีสมณะนำหน้า แบบสมณปุพพังคมนัย สำเร็จเป็นพระอรหันต์ ต่อมาเพราะความที่ท่านเป็นผู้อยู่ป่าโดยไม่ได้เลือกตามความชอบใจ แต่อยู่ป่าโดยไม่เลือกป่า พระพุทธเจ้าทรงตั้งท่านไว้ในฐานะที่เลิศกว่าภิกษุทั้งหลาย ผู้เป็นเอตทัคคะทางอยู่ป่า เป็นวัตร<sup>๒๔</sup>

ง. พระอธิการโฆษิต ปณฺณาวโร (รุ่งเรือง) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ศึกษาการบรรลุลหกรรมของพระมหากัปปินเถระ” อธิบายถึงการบรรลุลหกรรมของท่านพระมหากัปปินเถระไว้ว่า เมื่อท่านได้ฟังอนุปุพพิทถาจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตลอดจนอรยัสจ ๔ จนเกิดดวงตาเห็นธรรมบรรลุโสดาบัน แล้วจึงทูลขอออกบวชเป็นพระภิกษุ จากนั้น ท่านได้ฟังธรรมเป็นครั้งที่ ๒ จนเกิดดวงตาเห็นธรรม เข้าสู่

<sup>๒๒</sup> พระครูใบฎีกาจำเนียร ปริสุทฺธ (ฆวีวงษ์), “ศึกษาเปรียบเทียบการบรรลุลหกรรมของพระราชเถระกับพระอานนทเถระ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ, หน้า ก-ข.

<sup>๒๓</sup> พระครูศรีภาวนาวิสุทธิคุณ (บุญโชติ อากาศโร), “ศึกษาการบรรลุลหกรรมของพระอุบาลีเถระ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗) บทคัดย่อ, หน้า (๑)-(๒).

<sup>๒๔</sup> เจ้าอธิการเกรียงศักดิ์ ขนฺติโก (หอมสมัย), “ศึกษาการบรรลุลหกรรมของพระเรวตขทิวรณียเถระ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ, หน้า (๑)-(๒).

มรรคญาณ ผลญาณ แล้วบรรลุเป็นพระอรหันต์<sup>๒๕</sup>

จ. พระอริการดิเรก ธิธมชาโณ (สีหะ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ศึกษาการบรรลุธรรมของวิปัสสนายานิกบุคคล” พบว่า หลักการปฏิบัติของวิปัสสนายานิกบุคคล คือ การกำหนดรู้อาการพอง-ยุบของท้อง เป็นการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ของวิปัสสนายานิกบุคคลอีกวิธีหนึ่ง ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติที่ทำให้สามารถบรรลุมรรค ผล นิพพานได้จริง เผยแพร่โดยท่านมหาสีหยาดอ อาจารย์ผู้แตกฉานทางด้านปริยัติและปฏิบัติ ในการกำหนดรู้อาการพอง-ยุบ ของท้องว่า พองหนอ-ยุบหนอ เป็นอารมณ์หลักนั้น จัดเป็นธาตุกัมมัฏฐาน เรียกว่า กุจฉิสยาโยธาตฺ ซึ่งเกิดในช่องท้อง ก่อนทำการปฏิบัติ ควรแสวงหาสถานที่สัปปายะ ตัดปลีโพธิ เข้าหากัลยาณมิตร และสำรวมอินทรีย์ ตามลำดับเพื่อการบรรลุประโยชน์ที่พึงหวังได้ตามฐานะของตน ในระหว่างการปฏิบัตินั้น ระดับสมาธิที่ใช้คือ ฌณิกสมาธิ หรือสมาธิชั่วขณะเท่านั้น จึงควรรักษาความต่อเนื่องของสมาธิด้วยการผ่อนสั้น ผ่อนยาวในคำบริกรรมให้พอเหมาะ เมื่อสมาธิจิตมีกำลังวิปัสสนาญาณก็จะเกิดขึ้น<sup>๒๖</sup>

จากการศึกษาทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า สติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางสายเอก และเป็นทางสายเดียวที่ดำเนินไปสู่พระนิพพาน และสุทธวิปัสสนานั้น เป็นการปฏิบัติของวิปัสสนาญาณิกบุคคล ที่ใช้ฌณิกสมาธิ หรือสมาธิชั่วขณะ ซึ่งเป็นระดับสมาธิที่สามารถฝึกฝน และพัฒนาได้จากกิจกรรมในชีวิตประจำวัน อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อผู้ปฏิบัติ ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาแนวทางปฏิบัติ และบรรลุธรรมของพระสุภัททเถระในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทอย่างครบถ้วน เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการนำไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และเพิ่มพูนศรัทธาปสาทของผู้สนใจต่อไป

## ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ฉบับนี้ ผู้วิจัยกำหนดขั้นตอนการวิจัยต่าง ๆ ดังนี้

๑.๗.๑ เก็บรวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ (Primary source) จากพระไตรปิฎก อรรถกถา ปกรณวิเสสวิสุทธิมรรค และข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary source) จากหนังสือ ตำรา บทความทางวิชาการ รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

<sup>๒๕</sup> พระอริการโฆสิต ปณฺณาวโร (รุ่งเรือง), “ศึกษาการบรรลุธรรมของพระมหากัปปินเถระ”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ, หน้า (๑)-(๒).

<sup>๒๖</sup> พระอริการดิเรก ธิธมชาโณ (สีหะ), “ศึกษาการบรรลุธรรมของวิปัสสนายานิกบุคคล”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖) บทคัดย่อ, หน้า (๑)-(๒).

๑.๗.๒ เรียบเรียง ตรวจสอบความถูกต้อง และความน่าเชื่อถือของข้อมูล ตลอดจน จัดลำดับความสำคัญของแหล่งที่มา โดยเปรียบเทียบกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

๑.๗.๓ กำหนดประเด็นเพิ่มเติม หรือรายละเอียดอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยการขอคำแนะนำ จากผู้ทรงคุณวุฒิ และคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง

๑.๗.๔ วิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูล และสรุปคำตอบปัญหาการวิจัย ตามคำแนะนำจาก ผู้ทรงคุณวุฒิ และคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง

๑.๗.๕ ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ โดยการเข้าพบกับอาจารย์ที่ปรึกษา และ คณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทางเป็นระยะ ๆ

๑.๗.๖ ปรับปรุง แก้ไขเนื้อหา ตามคำแนะนำของคณะกรรมการสอบสวนนิพนธ์ และ ดำเนินงานตามขั้นตอนของบัณฑิตวิทยาลัย

## ๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบแนวทางการปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา

๑.๘.๒ ทำให้ทราบว่าพระพระสุกัถทะเลระปฏิบัติตามแนวทางสุทธวิปัสสนาจนบรรลุธรรม ได้อย่างไร

## บทที่ ๒

### สุทธวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การตรัสรู้ของพระพุทธองค์ เป็นการประสูติ ตรัสรู้ และปรินิพพานในขณะจิตเดียว นั่นคือ ประสูติเป็นอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรัสรู้หรือริสัจจะ บรรลุโลกุตระมรรคทั้ง ๔ และเสด็จปรินิพพานด้วย กิเลสปรินิพพาน ทรงรับรองกับพระวักกิลีว่า “ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรา ผู้ใดเห็นเรา ผู้นั้นเห็นธรรม”<sup>๑</sup> เป็นการเห็นธรรม ซึ่งหมายถึง การปฏิบัติจนเห็นแจ้งในอริยสัจ ๔ ด้วยวิปัสสนาภาวนา นับตั้งแต่การตรัสรู้ ตลอดเวลา ๔๕ พรรษาแห่งพระพุทธองค์ วิปัสสนาเป็นแนวทางเพียงหนึ่งเดียวที่จะนำสัตว์ให้พ้นทุกข์<sup>๒</sup> ในบทนี้จึงบรรยายถึงประวัติความเป็นมา และแนวทางการปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา ดังต่อไปนี้

๒.๑ ประวัติความเป็นมาของสุทธวิปัสสนาในประเทศไทย

๒.๒ สุทธวิปัสสนายานิกบุคคล

๒.๓ แนวทางการปฏิบัติของสุทธวิปัสสนา

#### ๒.๑ ประวัติความเป็นมาของสุทธวิปัสสนาในประเทศไทย<sup>๓</sup>

สำหรับประวัติความเป็นมาของสุทธวิปัสสนาในประเทศไทย ตามที่มีบันทึกในหลักฐานทางประวัติศาสตร์ อาจแบ่งได้เป็น ๓ ช่วงใหญ่ ๆ ได้แก่

๒.๑.๑ ช่วงยุคเริ่มแรก พ.ศ. ๑๘๒๐-๒๓๐๑

๒.๑.๒ ช่วงแสวงหาวิปัสสนาภาวนา พ.ศ. ๒๓๐๑-๒๔๙๕

๒.๑.๓ ช่วงฟื้นฟู พ.ศ. ๒๔๙๕-ปัจจุบัน

<sup>๑</sup> ส.ข. (ไทย) ๑๗/๒๑๖/๑๑๗.

<sup>๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๓</sup> ชินสกเถระ (พธ.บ. ๓๕), พุทธวิหาร ศูนย์กลางการศึกษาวิปัสสนาธุระ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์ (1987) จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๒๖๙.



### ๒.๑.๑ ช่วงยุคเริ่มแรก พ.ศ. ๑๘๒๐-๒๓๐๑

วิปัสสนาธุระในอาณาบริเวณแหลมทองนี้ สันนิษฐานว่า เริ่มต้นตั้งแต่การสังคายนาครั้งที่ ๓ หลังปรินิพพาน ๒๓๕ ปี ในรัชสมัยพระเจ้าอโศกมหาราช อันเป็นการชำระพระไตรปิฎก เพราะมีเดียรถีย์ปลอมบวชจำนวนมาก กระทำการสังคายนาที่วัดโศการาม ณ เมืองปัญา (หรือปาตลีบุตร ตามที่เรียกกันในสมัยนั้น) ประกอบด้วยพระปฏิสัมภิทาอรหันต์ ๑,๐๐๐ องค์ มีพระโมคคัลลีบุตรติสสเถระเป็นประธาน หลังการสังคายนาได้มีการส่งคณะพระสงฆ์สมณทูตออกเผยแผ่พระพุทธศาสนา ในปัจจุบันชนบท ๙ สาย โดยสายที่ ๘ มีพระโสณเถระ และพระอุตตรเถระเป็นพระสมณทูต ได้เดินทางเข้ามาเผยแผ่ในดินแดนสุวรรณภูมิ ซึ่งเป็นพื้นที่เขตเอเชียอาคเนย์ในปัจจุบัน โดยมีเหตุการณ์สำคัญ ๆ ดังนี้

#### ก. สมัยสุโขทัย

- พ.ศ. ๑๘๒๐ พ่อขุนรามคำแหงมหาราช ได้อาราธนาพระบรมครูติโลกรัตนจากลังกาที่อยู่นครศรีธรรมราชมายังสุโขทัย
- พ.ศ. ๑๘๓๕ พระเจ้าลิไทส่งพระสุนเถระ และพระอโนมทัสสี เดินทางไปออกผนวชที่เมืองเมาะตะมะ
- พ.ศ. ๑๘๔๕ พระเจ้าลิไทส่งพระอานนท์ และคณะ ๘ รูป เดินทางไปออกผนวชที่เมืองเมาะตะมะ
- พ.ศ. ๑๙๐๔ พระเจ้าลิไทอาราธนาพระมหาสามีสังฆราช (สุนนะ) จากลังกา

#### ข. สมัยกรุงศรีอยุธยา

- พ.ศ. ๑๙๑๓ พระเจ้ากือนาได้ส่งทูตไปทูลขอพระมหาสามีสังฆราช (สุนนะ) มาเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่ล้านนา (เชียงใหม่)
- พ.ศ. ๑๙๖๕ พระพรหมมุนี พระโสมเถระ และพระญาณสิทธิ์ เดินทางไปศึกษาที่ลังกา และเมื่อกลับจากลังกา ได้อาราธนาพระมหาวิกรมพาหุสามี และพระอุตตมปัญญากลับมาด้วย
- พ.ศ. ๑๙๙๑-๒๐๓๑ สมัยพระบรมไตรโลกนาถ แม้ไม่ปรากฏชื่อพระวิปัสณาจารย์ แต่ก็ถือว่าเป็นยุคทองแห่งพระพุทธศาสนา
- พ.ศ. ๒๑๖๓-๒๑๗๑ สมัยพระเจ้าทรงธรรม ได้ส่งพระภิกษุไปลังกาเพื่อประกาศเรื่องราวพระพุทธรูป ในด้านการเรียนการสอน พระมหากษัตริย์ออกมาสอนเอง ทรงอุปถัมภ์ด้านปริยัติธรรมมาก โดยไม่ค่อยใส่ใจฝ่ายวิปัสสนา

ประชาชนเข้าบวชจำนวนมากเพื่อหวังลาภสักการะ เป็นเหตุให้มีการ  
 ปลอมบวชจำนวนมาก ศาสนากลายเป็นเรื่องไสยศาสตร์ เครื่องรางของ  
 ชลึง การปลุกเสกต่าง ๆ วิปัสสนาเริ่มเสื่อม ผู้คนนิยมสร้างวัดประจำ  
 ตระกูลเพื่ออวดกัน

- พ.ศ. ๒๒๗๕-๒๓๐๑ สมัยพระบรมโกศ ไสยศาสตร์ เครื่องรางของชลึงเจริญรุ่งเรืองมาก  
 ผู้ปฏิบัติธรรมเริ่มน้อยลงในยุคนี้นี้ พระเจ้ากัรติสิริราชสิงหะแห่งลังกาได้ส่ง  
 ราชทูตมาขอวิปัสสนาจารย์จากอยุธยา ในปี พ.ศ. ๒๒๙๓ แต่หาจนทั่ว  
 แผ่นดิน มีเพียงรูปเดียวเท่านั้น คือ พระอุบาลี ซึ่งท่านและคณะได้  
 เดินทางไปเป็นสมณทูตในปี พ.ศ. ๒๒๙๖ จนกลายเป็นนิกายสยามวงศ์  
 ในประเทศศรีลังกาปัจจุบัน การเดินทางของท่านในครั้งนี้ แสดงถึงการ  
 ขาดช่วงของวิปัสสนาอย่างชัดเจน

## ๒.๑.๒ ยุคแสวงหาวิปัสสนาภาวนา พ.ศ. ๒๓๐๑-๒๔๙๕

ก. สมัยกรุงธนบุรี พ.ศ. ๒๓๑๐-๒๓๒๕ เป็นช่วงเวลาแสวงหาวิปัสสนาภาวนา

ข. สมัยรัตนโกสินทร์ พ.ศ. ๒๓๒๕-๒๔๙๕ ในช่วงสมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้น ไม่มีหลักฐาน  
 ชัดเจนที่มีการบันทึกถึงระบบการเรียนการสอนเกี่ยวกับด้านศาสนาที่ชัดเจน จึงถือว่าย่างคงเป็นช่วงที่  
 แสวงหาหลักวิชาวิปัสสนาภาวนาอยู่

โดยในสมัยรัชกาลที่ ๕ ทรงมีพระบรมราชโองการให้ปฏิรูปการศึกษาของประเทศขึ้นใหม่  
 โดยได้จัดรูปแบบการศึกษาพระพุทธศาสนาขึ้นใหม่ในครั้งนั้นด้วย

- ๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๓๖ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ พระราชทานพระบรมราชานุญาต  
 ให้ตั้ง “มหามกุฏราชวิทยาลัย” เพื่อให้การศึกษาแก่คณะสงฆ์ฝ่ายธรรมยุติกนิกาย อันมีการศึกษาเฉพาะ  
 ส่วนคัมภีร์เพียงอย่างเดียว

- ๑๓ กันยายน พ.ศ. ๒๔๓๙ ทรงสถาปนา “มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” ขึ้น ตาม  
 หลักฐานในพระราชกิจจานุเบกษาว่า ทรงต้องการให้เป็นสถานที่สอนพระปริยัติธรรม และวิชาการ  
 ชั้นสูงแก่คณะสงฆ์มหานิกาย

ในสมัยนั้น สมเด็จพระเจ้าน้องยาเธอ พระมหาสมณเจ้า กรมหมื่นวชิรญาณวโรรส (สมเด็จพระ  
 พระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส สมเด็จพระสังฆราช) ทรงรับเป็นผู้จัดรูปแบบการศึกษา  
 คณะสงฆ์ ตามพระราชโองบายไว้ ๒ ส่วน ได้แก่ คัมภีร์ และวิปัสสนาธุระ โดยวิปัสสนาธุระ ทรงมีพระ  
 ราชกระแสรับสั่งให้แสวงหาอาจารย์ที่มีความชัดเจนในการสอน ซึ่งยึดคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นเกณฑ์

ต่อมาพระมหาสมณเจ้าทรงถวายคืนงานวิปัสสนาธุระ ไม่ทรงรับอาราธนาเป็นผู้จัดทำ ด้วยเหตุผลว่า ไม่มีหลักสอบไล่ และทรงถวายข้อมูลว่า วิปัสสนาธุระมีอยู่ในคณะสงฆ์ฝ่ายมหานิกาย ขอให้คณะสงฆ์กลาง คือ คณะสงฆ์มหานิกายเป็นผู้จัด โดยขอรับพระราชทานพระราชหัตถเลขาถึง สมเด็จพระเจ้าน้องยาเธอ สมเด็จพระพุฒาจารย์ วัดพระเชตุพน และสมเด็จพระวันรัต วัดสุทัศน์ ซึ่งเป็นพระราชาคณะฝ่ายมหานิกาย โดยมีเจ้าพระยาภาสกรวงศ์ สานาบดีกระทรวงธรรมการเป็นผู้ประสานงาน

แต่ในที่สุดก็ไม่อาจหาวิปัสสนาจารย์ที่มีคุณสมบัติตรงตามพระราชประสงค์ได้ ตามหนังสือกราบทูลรายงานที่เจ้าพระยาภาสกรวงศ์มีต่อพระเจ้าน้องยาเธอ กรมหมื่นสมมตอมรพันธุ์ ราชเลขชาติ ๔๒/๔๙๘๔ เพื่อนำความกราบถวายบังคมทูลพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ขอรับพระราชทานคืนคำในภาคที่ ๒ เรื่องวิปัสสนาธุระ มีใจความว่า

“ที่ ๘๒/๔๙๘๔

วันที่ ๒๐ ตุลาคม รัตนโกสินทร์ศก ๑๑๕

กราบทูลใน พระเจ้าน้องยาเธอ กรมหมื่นสมมตอมรพันธุ์ ทรงทราบฝ่าพระบาท

ด้วยระบुरายการที่จะจัดการเล่าเรียน คณะมหานิกายภาคที่ ๒ ว่า ด้วยวิปัสสนาธุระ ที่ได้กราบบังคมทูลไปแล้วนั้น เกล้ากระหม่อมได้สืบสวนเพื่อความรู้ ก็ได้ความว่า อาจารย์สั่งสอนกันอยู่เดี๋ยวนี้นี้ ไม่ได้เปนไปตามสมณะกรรมถาน แลวิปัสสนากรรมถาน ที่มาในวิสุทธิมรรคนั้น อาจารย์ได้สอนบอกพระพุทธานุสรณ์ เปนต้น มีถานะที่ตั้ง แลลัทธิต่าง ๆ กัน จนได้สมาธิจิตระคุณวิเศษเกิดขึ้นแต่จิตระนั้น เปนโอกาสแสงสว่าง แลเปนไปตามทางอธิฐานของผู้เจริญสมาธิเรียนวิปัสสนานั้นเอง ได้ฟังเล็งเห็นการต่าง ๆ ที่สุดจนตัวหายก็อาจบอกได้ เมื่อการเปนอยู่เช่นนี้ ผิดจากธรรมดาที่จริง แลสมเด็จพระราชาคณะผู้ใหญ่ที่ได้เรียนถานท่าน ๆ แลแล้ว ไม่สมควรที่จะอุดหนุนการเล่าเรียนเช่นนี้ ข้าพระพุทธเจ้าขอรับพระราชทานคืนคำในภาคที่ ๒ เรื่องวิปัสสนาธุระ แลงดการที่จะทรงพระราชดำริปลูกขานนั้น

ควรมิควรแล้วแต่จะโปรดเกล้า ฯ”

การศึกษาพระพุทธศาสนาในประเทศไทยแต่เดิมนั้น ทั้งก่อนและหลังปี พ.ศ. ๒๔๓๙ เท่าที่ปรากฏตามหลักฐาน ไม่พบว่าเคยมีหลักสูตรการศึกษาวิปัสสนาธุระที่ชัดเจน เป็นการขาดช่วงครู

สอนกัมมัฏฐาน (ที่ตรงตามแนวทางซึ่งพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงวางไว้) ดังกล่าว อาจเป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้โครงการตามหาอาจารย์สอนวิปัสสนากาวนาในครั้งนั้น ไม่ประสบผลสำเร็จ

### ๒.๑.๓ ยุคฟื้นฟู พ.ศ. ๒๔๙๕-ปัจจุบัน

สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) ในสมัยดำรงสมณศักดิ์ที่พระพิมลธรรมนั้น ท่านได้เพียรพยายามแสวงหาวิปัสสนาจารย์ภายในประเทศ<sup>๔</sup> ที่มีคุณสมบัติตรงตามพระราชประสงค์ของรัชกาลที่ ๕ แต่ไม่ประสบผลสำเร็จ ท่านจึงเริ่มแสวงหาจากภายนอก ตามบันทึกกล่าวว่า วิชชาวิปัสสนาที่ถูกต้องตรงตามพระไตรปิฎก มีเหลืออยู่เพียงสองประเทศ ได้แก่ ที่ศรีลังกา และที่พม่า ที่ศรีลังกาขณะนั้นอ่อนกำลังลงแล้ว ท่านจึงเลือกที่จะขอวิปัสสนาจารย์จากประเทศพม่า โดยบังเอิญที่ท่านมีสัมพันธภาพส่วนตัวอันดีกับเอกอัครราชทูตพม่าประจำประเทศไทยในขณะนั้น สิ่งนี้จึงนับเป็นปัจจัยสนับสนุนสำคัญที่ทำให้การดำเนินงานสะดวกราบรื่น

- พ.ศ. ๒๔๙๕ พระพิมลธรรมส่งพระมหาโชดก เปரியูธรรม ๙ ประโยค ซึ่งถือว่ามีการศึกษาสูงสุดในประเทศขณะนั้น เข้าศึกษาวิปัสสนาธุระในประเทศพม่า จากนั้นได้เสนอเรื่องขอพระวิปัสสนาจารย์จากประเทศพม่าตามลำดับ ดังปรากฏเป็นข้อความใน “ปะธานพจน์” ของสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) ดังนี้

“พระมหาโชดกได้ไปศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานอยู่ประเทศพม่าเป็นเวลา ๑ ปี คือ พ.ศ. ๒๔๙๕ เมื่อได้ศึกษา และปฏิบัติจนเป็นที่พอใจพอแก่ความประสงค์แล้ว เธอก็บอกว่าใครจะกลับประเทศไทย ข้าพเจ้าก็อนุญาตให้กลับ และพร้อมกันนั้น ข้าพเจ้าก็ขอพระวิปัสสนาจารย์ชั้นที่มีความชำนาญให้มาพร้อมกับพระมหาโชดกลัก ๒ รูป ทางสภาการศึกษาประเทศพม่าเมื่อได้ทราบอย่างนั้น ก็ยินดีจัดส่งพระวิปัสสนาจารย์ชั้นดีให้มาพร้อมกับพระมหาโชดก ๒ รูป คือ ท่านอาสภะ กัมมัฏฐานาจารย์นั้น คือ ผู้สอนและสอบอารมณ์ให้ท่านพระมหาโชดก แทนท่านมหาสิริยาตอที่ประเทศพม่านั่นเอง นับได้ว่า สภาการศึกษาประเทศพม่าเขาพร้อมที่จะส่งเสริมพระปฏิบัติศาสนาให้ไทยเราจริง ๆ จึงเป็นสิ่งน่าอนุโมทนา สาธุการเป็นอย่างยิ่ง”<sup>๕</sup>

<sup>๔</sup> อดีตข้าราชการสมเด็จพระสังฆราช อดีตนายคณบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อดีตสังฆมนตรีว่าการองค์การปกครอง อดีตเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร กรุงเทพมหานคร รายละเอียดใน: เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๑.

<sup>๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๓.

- กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๔๙๖ พระพิมลธรรม อธิบดีสงฆ์วัดมหาธาตุฯ ได้ทำพิธีเปิดสำนัก  
วิปัสสนากัมมัฏฐานแห่งแรกในประเทศไทยขึ้นที่วัดมหาธาตุฯ

- พ.ศ. ๒๕๔๘ วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย  
ได้รับอนุมัติให้เปิดการเรียนการสอนหลักสูตรระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

**สรุปความว่า** แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของไทยจาก หลักฐานบันทึกทาง  
ประวัติศาสตร์ สรุปได้ดังนี้

- สืบทอดจากคณะสมณทูตอินเดีย สมัยพระเจ้าอโศกมหาราช หลังการสังคายนา  
พระไตรปิฎก ครั้งที่ ๓ นำโดยพระโสณเถระ และพระอุตตรเถระ เพราะหลักฐานทางประวัติศาสตร์  
บันทึกไว้ว่า เป็นสายที่เดินทางเผยแผ่ในดินแดนสุวรรณภูมิ ซึ่งหมายถึง เขตพื้นที่ของประเทศพม่า ศรี  
ลังกา และไทยในปัจจุบัน

- การปฏิบัติวิปัสสนามีอยู่ใน เขตบริเวณแหลมทอง เริ่มต้นตั้งแต่สมัยสุโขทัย จนถึงที่สุด  
เมื่อสมัยพระบรมโกศ แห่งกรุงศรีอยุธยา เมื่อปี พ.ศ. ๒๒๙๖ เนื่องจากประเทศศรีลังกา หรือลังกาใน  
สมัยนั้น แทบจะไม่มีพระพุทธศาสนาหลงเหลืออยู่แล้ว แต่พระอุบาลี ซึ่งพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศส่งไป  
เป็นสมณทูตได้เดินทางไป และสามารถยังพระศาสนา และวิปัสสนาภาวนาให้กลับมาเจริญรุ่งเรืองอีก  
ครั้ง จนกำเนิดเป็นสยามวงศ์ในประเทศศรีลังกาปัจจุบัน อ้างอิงได้จากบันทึกของพระพิมลธรรม (อาจ  
อาสภมหาเถร) เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๙๕ บันทึกว่า “วิปัสสนาภาวนาที่ตรงตามพระไตรปิฎกในขณะนั้นมีอยู่  
เพียงสองประเทศ ได้แก่ที่ศรีลังกา และที่พม่า”

- แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในปัจจุบันนี้ เป็นแนวทางที่ตรงตามพระราชดำริใน  
รัชกาลที่ ๕ รวมทั้งถูกต้องตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค และพระไตรปิฎก โดยหลักฐานทางประวัติศาสตร์  
และผู้เชี่ยวชาญผู้เชี่ยวชาญปริยัติ ที่ปฏิบัติจนเห็นแจ้งด้วยตนเอง

## ๒.๒ สุทธิวิปัสสนายานิกบุคคล

สุทธิวิปัสสนายานิกบุคคล แปลมาจากภาษาบาลีว่า “สุทธิวิปัสสนายานิก”<sup>๖</sup> หมายถึงผู้  
ปฏิบัติวิปัสสนายานิก<sup>๗</sup>ล้วน ที่ใช้วิปัสสนาเป็นยาน เรียกเต็มว่าสุทธิวิปัสสนายานิก เพื่อย้ำว่าเป็นผู้เริ่ม  
ปฏิบัติวิปัสสนาทันที ไม่จำเป็นต้องฝึกฝึกหัดเจริญสมาธิแบบสมถใด ๆ โดยขณะเจริญวิปัสสนา จะใช้

<sup>๖</sup> พระพุทธโฆษาเถระ, “วิสุทธิมรรค บาลี-ไทย ภาค ๖ ฉบับภูมิพโลภิกขุ”, มูลนิธิภูมิพโลภิกขุ แปล  
เรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มูลนิธิภูมิพโลภิกขุ, ๒๕๔๑), หน้า ๔.

<sup>๗</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๗๗๓/๕๓๘.

ปัญญาในการพิจารณาลักษณะความเป็นจริงของสรรพสิ่งทั้งปวงอย่างถูกต้องแล้ว จิตก็จะสงบ และเกิดสมาธิตามมาในที่สุด<sup>๘</sup>

## ๒.๒.๑ สมาธิที่ใช้ในการเจริญสุทธวิปัสสนา

### ก. ความหมายตามศัพท์

สมาธิ คือ กุศลจิตที่มีภาวะอารมณ์หนึ่งเดียว หรือการดำรงจิต และเจตสิกไว้ในอารมณ์เดียว

คำว่า สมาธิ เป็นภาษาบาลี องค์ประกอบของคำนี้ สามารถพิจารณาได้ ๒ นัย<sup>๙</sup> คือ

๑. นัยที่ ๑ คือ สภาพจิตที่ยินดีในอารมณ์หนึ่งเดียว ชื่อว่า สมาธิ
๒. นัยที่ ๒ คือ ธรรมที่ข่มจิตอันฟุ้งไปในอารมณ์ต่าง ๆ ให้สงบลง ชื่อว่า สมาธิ

ความหมายของสมาธิในพระอภิธรรมปิฎก คือ การตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่แห่งจิต ความมั่นอยู่แห่งจิต ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความไม่ฟุ้งซ่านแห่งจิต ภาวะที่จิตไม่ส่ายไป ความสงบ สมาธิในทริย สมาธิพละ ความตั้งใจชอบ นี้ชื่อว่า สัมมาสมาธิ มีในสมัยนั้น<sup>๑๐</sup>

ในคัมภีร์อภิธานวรรณนา คาถาที่ ๑๕๕ ให้ความหมายของสมาธิไว้ว่า เป็นสภาวะที่จิตตั้งมั่น ความสงบ วิเคราะห์ว่า สภาพที่จิตยินดีในอารมณ์เดียว อีกอย่างวิเคราะห์ว่า เป็นธรรมที่ข่มจิตอันฟุ้งไปในอารมณ์ต่าง ๆ ให้สงบลง อีกอย่างวิเคราะห์ว่า สุญญตสมาธิ อนิมิตตสมาธิ และอัปปณิหิตสมาธิ ชื่อว่า สมาธิ<sup>๑๑</sup>

ในพจนานุกรม มคอ-ไทย ได้ให้ความหมายของสมาธิไว้ว่า ความตั้งมั่น ความตั้งใจมั่น ความตั้งใจมั่นด้วยดีแห่งจิต ความตั้งใจด้วยดีแห่งจิตในอารมณ์เดียว ความไม่ส่ายไปแห่งจิต ความสำรวมใจให้แน่วแน่ สมาธิส่วนมากใช้เป็นกุศลกรรม แต่บางท่านต้องการให้เกิดความชัดเจน จึงเติมคำบ่งชี้ไว้ด้านหน้า คือ ฝ่ายดีเติม “สมา” เป็น “สมมสมาธิ” ฝ่ายชั่วเติม “มิจฉา” เป็น “มิจฉา-สมาธิ”<sup>๑๒</sup>

<sup>๘</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๔๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทรัพย์การพิมพ์, ๒๕๕๗), หน้า ๔๔๙.

<sup>๙</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทีโต, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๒๑๔.

<sup>๑๐</sup> อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๓๙/๓๐.

<sup>๑๑</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทีโต, หน้า ๒๐๙.

<sup>๑๒</sup> พันตรี ป. หลงสมบุญ (ประยูรท์ หลงสมบุญ), พจนานุกรม มคอ-ไทย, (กรุงเทพมหานคร: คณะศึกษาศาสตร์ภาควิชาภาษาสันสกฤต, ๒๕๔๐), หน้า ๗๑๔.

## ข. ความหมายตามอรรถนัย

สมาธิ แปลว่า ความตั้งมั่นแห่งจิต หมายถึง ภาวะจิตที่มีอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว หรือภาวะที่จิตแนบแน่นอยู่กับสิ่งหนึ่งสิ่งใดนาน ๆ

การฝึกสมาธิ คือ กรรมวิธีการฝึกฝนจิตให้มีความแน่วแน่ รวมพลัง และจัดระเบียบความคิดจิตใจของตน เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เช่น การงาน การเรียน การพัฒนาบุคลิกภาพ ส่วนประโยชน์อย่างสูง รวมทั้งใช้เป็นฐานในการพัฒนาปัญญา จนสามารถถลลลหรือเลิกกิเลสได้ตามลำดับ ซึ่งเป็นเป้าหมายทางพระพุทธศาสนา

สมาธิ เป็นภาวะกลาง ๆ ที่ไม่มีดีชั่วในตัวของมันเอง เหมือนวิทยาศาสตร์บริสุทธิ์ หรืออุปกรณ์เครื่องใช้ หากใช้ในทางสร้างสรรค์ เรียกว่า “สัมมาสมาธิ” แต่หากใช้ในทางทำลาย ก็เรียกว่า “มิถิลาสมาธิ”

ในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ให้ความหมายของสมาธิไว้ว่า ความตั้งมั่นแห่งจิต ความสำรวมใจให้แน่วแน่ เพื่อให้จิตใจสงบ หรือเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง<sup>๑๓</sup>

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมายสมาธิไว้ว่า เป็นการฝึกพัฒนาด้านจิตใจ ที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะจิตใจเป็นฐานของพฤติกรรม เนื่องจากพฤติกรรมทุกอย่างเกิดขึ้นจากความตั้งใจหรือเจตนา และเป็นไปตามเจตจำนงหรือแรงจูงใจ ซึ่งอยู่เบื้องหลัง หากพัฒนาจิตใจให้ดีงามแล้ว จะควบคุมดูแล และนำพฤติกรรมไปใช้ในทางที่ดีงาม แม้ความสุขความทุกข์ในที่สุดแล้วก็อยู่ที่ใจ ยิ่งกว่านั้น ปัญญาจะเจริญงอกงามได้ต้องอาศัยจิตใจที่เข้มแข็ง สู้ปัญหา เอาใจใส่ มีความเพียรพยายามที่จะคิดค้น ไม่ท้อถอย ยิ่งเรื่องที่ยากหรือพิชิตยากนั้นยาก หรือละเอียดลึกซึ้ง ก็ยิ่งต้องมีจิตใจที่สงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่กระวนกระวาย คือ ต้องมีสมาธิจึงจะคิดได้ชัดเจน เจาะลึกทะลุได้ และมองเห็นทั่วตลอด จิตที่ฝึกดีแล้ว จึงเป็นฐานที่จะให้ปัญญาทำงาน และพัฒนาอย่างได้ผล<sup>๑๔</sup>

## ข. ระดับของสมาธิ

การเจริญสมาธิภาวนาในพระพุทธศาสนา จัดแยกสมาธิออกเป็น ๓ ประการ คือ<sup>๑๕</sup>

๑. ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ เป็นสมาธิขั้นต้น ซึ่งคนทั่วไปมักใช้ประโยชน์ในการปฏิบัติหน้าที่การงานในชีวิตประจำวันให้ได้ผลดี อีกทั้งใช้ในการเจริญวิปัสสนาโดยเฉพาะได้เช่นกัน

<sup>๑๓</sup> ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๔, (กรุงเทพมหานคร: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์ จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๔), หน้า ๑๓๗๑.

<sup>๑๔</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), การศึกษา กับ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์, หน้า ๖๗.

<sup>๑๕</sup> คูรายละเอียดใน พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธอุทตฺต (อาภสภมมหาเถระ, หน้า ๑๓๕-๑๔๖).

๒. อุปจารสมาธิ สมาธิเฉียด ๆ หรือสมาธิจวนจะแน่วแน่ เป็นสมาธิขั้นก่อนที่จะเข้าสู่ภาวะแห่งฌาน และสามารถระงับนิวรณ์ได้

๓. อัปนาสมาธิ สมาธิแน่วแน่ หรือสมาธิแนบสนิท เป็นสมาธิระดับสูงสุดแห่งฌานทั้งหลาย อันเป็นผลสำเร็จของการเจริญสมาธิ

ถ้าพิจารณาในแง่การกำหนดอารมณ์กรรมฐาน อุปจารสมาธิเป็นสมาธิเมื่อจิตตั้งมั่นโดยละนิวรณ์ทั้ง ๕ ได้ เป็นช่วงที่เกิดปฏิภาคนิมิต ซึ่งเป็นสมาธิจวนเจียนจะแน่วแน่ ไกล่เข้าถึงสภาวะฌาน<sup>๑๖</sup> เมื่อทำอุปจารสมาธิ จนชำนาญชำนาญคุ้นดีแล้ว ก็จะแน่วแน่กลายเป็นอัปนาสมาธิ เป็นองค์แห่งฌานต่อไป<sup>๑๗</sup> ส่วนขณิกสมาธิใช้ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา

### ค. ความสำคัญของสมาธิ

อุปจารสมาธิ หรืออัปนาสมาธิ อันผู้ปฏิบัติกำหนดวิปัสสนาโดยตั้งอยู่บนพื้นฐานสมาธิทั้งสองนั้น เรียกว่า สมถยานิกบุคคล คือ ผู้ปฏิบัติที่ใช้สมถะเป็นเครื่องนำทาง หรือไปสู่มรรคผลนิพพาน โดยอาศัยสมถะเป็นยานพาหนะ ด้วยเหตุนี้ อุปจารสมาธิ และอัปนาสมาธิ จึงเป็นจิตตวิสุทธิ<sup>๑๘</sup> สมถยานิกะบุคคล

ส่วนขณิกสมาธิ ใช้ในกระบวนการฝึกอบรมอินทรีย์ (ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา) ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นการเจริญภาวนาให้เกิดปัญญา จนถึงขั้นบรรลุมรรค ผล นิพพานตามจึงเป็นระดับสมาธิของวิปัสสนายานิกะบุคคล (ผู้เจริญวิปัสสนาโดยตรง)

ในการเจริญภาวนานั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำสมาธิให้ได้เสียก่อน พร้อมทั้งศีลบริสุทธิศีลในที่นี้ คือ ระเบียบควบคุมรักษา กาย วาจา ใจ ให้เป็นปกติ ซึ่งมีทั้งศีลของชาวบ้าน และของนักบวช แต่หากกล่าวโดยรวมยอดแล้ว คือ มีเจตนาดำรงสติระลึกได้อยู่เสมอเพียงอย่างเดียว เพื่อควบคุมใจให้รู้จักละอายต่อการทำชั่ว และรู้สึกกลัวผลของความชั่ว พยายามรักษาใจให้อยู่ในแนวทางการปฏิบัติที่ถูกต้อง เป็นศีลที่มีอยู่อย่างปกติตามธรรมดา

หากสมาธิยังไม่มั่นคง ก็ยากที่จะเกิดวิปัสสนาปัญญาขึ้น สมาธิจึงเป็นบันไดขั้นแรกในการก้าวขึ้นไปสู่การเจริญวิปัสสนาปัญญา เมื่อจิตของผู้ปฏิบัติตั้งมั่นในสมาธิจนมีกำลังดีแล้ว แม้แต่จะอยู่

<sup>๑๖</sup> ภาพที่มองเห็นในใจของสิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์กรรมฐานซึ่งประณีตลึกซึ้งเลยจากขั้นที่เป็นภาพติดตาไปอีกขั้นหนึ่ง เป็นของเกิดจากสัญญาบริสุทธิ์ ปราศจากสี ปราศจากมลทิน สามารถนึกขยายหรือย่อส่วนได้ตามปรารถนา, เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๓๖.

<sup>๑๗</sup> ขุ.ป.อ. (ไทย) ๑/๓/๒๔.

<sup>๑๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาชุนี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), จำรูญ ธรรมดา แปล, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๖๑.



แค่เพียงอุปจารสมาธิ จิตของผู้ปฏิบัติก็ย่อมมีกำลัง และอยู่ในสภาพที่นุ่มนวล ควรแก่การเจริญวิปัสสนาภาวนา

### ง. ความสำคัญของฌาน

สภาวะฌานที่เป็นผลสำเร็จของสมาธิ ก็แตกต่างกันไป อันถือเป็นความหลุดพ้น แต่เป็นความหลุดพ้นเพียงชั่วคราวเฉพาะเมื่ออยู่ในฌานนั้น และจะต้องถอยกลับสู่สภาวะเดิม ไม่ยั่งยืนถาวร เรียกได้อีกอย่างว่า โลกียวิโมกข์ เป็นวิกขัมภนวิมุตติ คือ หลุดพ้นด้วยขมไว้ด้วยกำลังแห่งฌาน

ฌาน ชื่อว่า คุณธรรม เพราะว่าเผาธรรมที่เป็นข้าศึก เช่น นิวรณ์ เป็นต้น ผู้ปฏิบัติย่อมเผาธรรมที่เป็นข้าศึกด้วยฌาน อธิบายว่า ผู้ปฏิบัติทั้งหลายย่อมเผาธรรมที่เป็นข้าศึก หรือย่อมคิดถึงโคจร คือ อารมณ์ที่ใช้หน่วง เช่น กสิณ เป็นต้น อีกประการหนึ่ง เพราะการเพ่ง คือ การเข้าไปเพ่งอารมณ์นั้นเสียเอง ดังนั้น ฌานมีอันเข้าไปเพ่งเป็นลักษณะ<sup>๑๙</sup>

การเจริญฌานเพื่อเข้าถึงจุดหมายทางพุทธศาสนา องค์ธรรมสำคัญที่สุดซึ่งเป็นตัวตัดสินสุดท้าย คือ ปัญญา และปัญญาที่ใช้เรียกว่า วิปัสสนา การเจริญสมาธิจนถึงสภาวะฌาน ซึ่งเป็นองค์ธรรมที่ส่งเสริมให้เกิดปัญญา ดังพุทธสุภาษิตที่ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ธรรมสองอย่างเหล่านี้เป็นเหตุเกิดปัญญา ธรรมสองอย่างนี้ ได้แก่ สมถะ และวิปัสสนา”<sup>๒๐</sup> และว่า ฌานย่อมไม่มีแก่ผู้ไร้ปัญญา ขณะที่ปัญญาก็ย่อมไม่มีแก่ผู้ไร้ฌาน พร้อมทั้งสรุปว่า ผู้ใดมีทั้งฌาน และปัญญา ผู้นั้นแลอยู่ใกล้พระนิพพาน<sup>๒๑</sup>

ในคัมภีร์อรรถกถาอธิบายเพิ่มเติมไว้ว่า “ฌานมี ๒ แบบ ในส่วนเบื้องต้น เน้นถึงรัมมณูปนิชฌาน ซึ่งเกิดจากการเจริญสมถภาวนา แต่ในขณะที่แห่งโลกุตตรมรรค มุ่งเน้นที่ลักขณูปนิชฌาน ซึ่งเกิดจากการเจริญวิปัสสนาภาวนา”<sup>๒๒</sup> การฝึกอบรมจิตให้สงบจนเป็นสมาธิ เมื่อสมาธิตั้งมั่นแน่วแน่อยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งจนกลายเป็นเอกัคคตารมณ์ เกิดเป็นฌาน

ฌาน แปลว่า การเพ่ง คือ ภาวะจิตที่เพ่งอารมณ์จนแนบแน่น<sup>๒๓</sup> มี ๒ ลักษณะ คือ อารัมมณูปนิชฌาน และลักขณูปนิชฌาน ในฌาน ๒ อย่างนี้ สมบัติ ๘ จัดเป็นอารัมมณูปนิชฌาน เพราะเข้าไปเพ่งอารมณ์ เช่น กสิณ เป็นต้น ส่วนลักขณูปนิชฌาน ก่อเกิดวิปัสสนาญาณ มรรคญาณ ผลญาณ<sup>๒๔</sup> ดังรายละเอียดต่อไปนี้

<sup>๑๙</sup> พ.ป.อ. (ไทย) ๒/๑๕๓/๑๑๔.

<sup>๒๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๙๘/๒๓๕.

<sup>๒๑</sup> พ.พ. (ไทย) ๒๕/๓๓๒/๑๔๙.

<sup>๒๒</sup> พ.ป.อ. (ไทย) ๑/๓๖/๒๕๓.

<sup>๒๓</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๕๖๐/๖๐๔.

<sup>๒๔</sup> ส.ส.อ. (ไทย) ๒๔/๑/๑.

**๑. อารัมมณูปนิชฌาน** การเพ่งอารมณ์แบบสมถะ คือ ภาวะที่จิตสงบนิ่ง อันเนื่องมาจากการเพ่งอารมณ์สมถะ อรรถกถามีคำอธิบายว่า “อารัมมณูปนิชฌาน คือ การเข้าไปเพ่งอารมณ์ ได้แก่ สมาบัติ ๘ พร้อมด้วยอุปปจาระ ท่านเรียกว่า อารัมมณูปนิชฌาน เพราะเหตุว่าเข้าไปเพ่งอารมณ์ คือ กสิณ ในอรรถนี้ จึงมุ่งเอาอารัมมณูปนิชฌานเท่านั้น ว่าเป็นฌาน”<sup>๒๕</sup>

ในคัมภีร์อภิธานปัปทีปิกา (อภิธานวรรณนา) มีการอธิบายไว้ว่า อารมณ์ที่ยึดเหนี่ยวแห่งจิต หรืออารมณ์ที่จิตและเจตสิกยึดเหนี่ยว ชื่อว่า อาลัมพะ หรืออารมณ์อันได้แก่ รูป เป็นต้น เป็นอารมณ์ที่จิตและเจตสิกมายินดี จึงชื่อว่า อารัมมณะ<sup>๒๖</sup>

ผลของอารัมมณูปนิชฌาน คือ สมถฌาน<sup>๒๗</sup> แบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ รูปฌาน ๔ และอรูปฌาน ๔ เมื่อทำได้สมบูรณ์แล้ว เกิดเป็นสมาบัติ ๘ และผลของการเจริญสมาบัติได้สมบูรณ์แล้ว ก่อเกิดอภิญา ๕ ประการ ๑. อิทธิวิธี ความรู้ที่ทำให้แสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้ ๒. ทิพพโสต ความรู้ที่ทำให้มีหูทิพย์ ๓. เจโตปริยญาณ ญาณที่ทำให้กำหนดรู้ใจคนอื่นได้ ๔. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ ญาณที่ทำให้ระลึกชาติได้ ๕. ทิพพจักขุ ความรู้ที่ทำให้มีตาทิพย์

แต่ผลจากสมถะไม่ว่าจะเป็นฌานสมาบัติ หรืออภิญาทั้ง ๕ ประการนี้ เป็นเพียงโลกีย์ของปุถุชน เสื่อมถอยได้ เช่น ฤทธิ์ที่พระเทวทัตได้<sup>๒๘</sup> เจโตวิมุตติของพระโคตมิกะ<sup>๒๙</sup> และฌานสมาบัติของพระภิกษุสามเณร ฤาษี รวมทั้งคฤหัสถ์ ต่างเป็นสิ่งที่มียู่แล้วก่อนพุทธกาล และเป็นสิ่งที่มีได้ในลัทธิภายนอกพระพุทธศาสนา<sup>๓๐</sup> ซึ่งไม่ใช่จุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา เพราะไม่ทำให้หลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ได้อย่างแท้จริง นักบวชบางลัทธิทำสมาธิจนได้สมาบัติ ๘ แต่ยังมีมิจฉาทิฏฐิเกี่ยวกับเรื่องอดีต และยึดถือในฌานนั้นว่าเป็นนิพพาน ลัทธิเช่นนี้พระพุทธเจ้าทรงปฏิเสธ<sup>๓๑</sup>

ผลจากสมถะตามหลักพระพุทธศาสนา คือ การสร้างสมาธิให้ตั้งมั่น ควรแก่การงานเพื่อใช้เป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนาภาวนา ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “ผู้มีจิตตั้งมั่น (เป็นสมาธิ) แล้วย่อมรู้เห็นตามเป็นจริง”<sup>๓๒</sup>

<sup>๒๕</sup> ขุ.ป.อ. (ไทย) ๑/๖๒/๓๘๒.

<sup>๒๖</sup> พระโมคคัลลานเถระ, คัมภีร์อภิธานปัปทีปิกา, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทิโต, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๕๒), หน้า ๑๔๗.

<sup>๒๗</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), แปลโดย จารุญ ธรรมดา, หน้า ๑๓๓.

<sup>๒๘</sup> ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๑๖/๑๓๑.

<sup>๒๙</sup> ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๕๖/๔๐๒.

<sup>๓๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๑๓/๓๒๐.

<sup>๓๑</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๕๐/๔๗.

<sup>๓๒</sup> ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๕๑๒-๕๑๔/๖๑๖-๖๑๗.

จุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาสำเร็จด้วยวิปัสสนา คือ การฝึกอบรมปัญญา โดยใช้กำลังสมาธิเป็นพื้นฐาน หากบรรลุจุดหมายสูงสุดด้วย และได้ผลพิเศษแห่งสมณะด้วย ก็จัดว่าเป็นผู้มีคุณสมบัติพิเศษ ได้รับการยกย่องนับถืออย่างสูง แต่หากบรรลุจุดหมายแห่งวิปัสสนาอย่างเดียว แม้ไม่ได้ผลพิเศษแห่งสมณะ ก็ยังเลิศกว่าได้ผลพิเศษแห่งสมณะ คือ อภิญญา ๕ แต่ยังไม่พ้นจากอวิชาและกิเลสต่าง ๆ และแม้ไม่กล่าวถึงจุดหมายสูงสุด พระอนาคามีบางท่านจะไม่ได้ฌาน ไม่ได้อภิญญา ก็ถือว่าเป็นผู้บำเพ็ญสมาธิบริบูรณ์ เพราะสมาธิของพระอนาคามีผู้ไม่ได้ฌานสมาบัติ ไม่ได้อภิญญานั้น แม้จะไม่ใช้สมาธิที่สูงพิเศษอะไรนัก แต่ก็ยังเป็นสมาธิที่สมบูรณ์ในตัว ยิ่งยืนคงระดับ เพราะไม่มีกิเลสที่จะทำให้เสื่อมถอยได้อีก

**๒. ลักษณะปนิชฌาน** การเพ่งพินิจให้เห็นสามัญลักษณ์แบบวิปัสสนาภาวนา ในกรณีนี้ มรรคผลก็เรียกว่าฌานได้ เพราะเพ่งลักษณะที่เป็นสุญญตาของนิพพาน

วิปัสสนาจัดเป็นฌานประเภทเพ่งพิจารณาลักษณะอารมณ์รูปนาม

ลักษณะปนิชฌาน คือ การเข้าไปเพ่งลักษณะของวิปัสสนา มรรค และผล เป็นวิปัสสนาภาวนาโดยตรง หมายถึง เป็นวิปัสสนาฌานโดยการเพ่งลักษณะของไตรลักษณ์ มีกำลังของสมาธิ ๓ ระดับ คือ (๑) ขณิกสมาธิ เป็นสมาธิชั่วขณะ (๒) อุปจารสมาธิ เป็นสมาธิจวนจะแน่วแน่ สมาธิที่ยังไม่ถึงถึงที่สุด เป็นขั้นทำให้กิเลสระงับก่อนจะเป็นอัปนาสมาธิ คือ ถึงฌาน (๓) อัปนาสมาธิ เป็นสมาธิแน่วแน่ จิตตั้งมั่นสนิท เป็นสมาธิในฌาน<sup>๓๓</sup>

จึงสรุปได้ว่า ลักษณะปนิชฌาน เป็นการเพ่งลักษณะของรูป ไม่ได้เพ่งรูปเหมือน อารัมมณูปนิชฌาน การเพ่งดูให้เห็นความเป็นไตรลักษณ์ โดยอาศัยขณิกสมาธิ ไม่ใช่อุปจาระ หรืออัปนาสมาธิ แต่เมื่อขณิกสมาธิแนบแน่นมากขึ้น ก็จะมีกำลังเท่ากับอัปนาสมาธิเอง ปกติปุถุชนจะรับรู้รูปนามที่เป็นนามธรรมได้ เพราะสภาวะธรรมเหล่านั้นปรากฏชัดทางทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยเฉพาะในขณะที่เจริญวิปัสสนาจะปรากฏขึ้นอย่างชัดเจน ผู้ที่บรรลุฌานย่อมรับรู้ฌานธรรมที่เป็นมหัคคตธรรมได้ ส่วนผู้บรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคลย่อมรับรู้ มรรค ผล และนิพพาน โดยประจักษ์ได้ ดังนั้น รูปนามทั้งหมดจึงเป็นสภาวะที่มีอยู่จริง ซึ่งเรียกว่าปรมาตม์ มิใช่สิ่งที่คิดขึ้นมาเองด้วยการฟังตามกันมา

สิ่งที่รับรู้ด้วยการฟังตามกันมา อาจจริงหรือไม่ก็ได้ สิ่งนั้นไม่ใช่ปรมาตม์ สิ่งที่ประจักษ์แจ้งแก่ตนเองเป็นปรมาตม์ เพราะเป็นสภาวะที่ไม่เปลี่ยนแปลง หมายถึง สภาวะที่ประจักษ์แก่วิปัสสนา หากอาศัยบุคคลอื่นแสดงธรรมให้ชัดแจ้งก็ได้

<sup>๓๓</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, พระคันธสารากวีวงศ์ แปลและเรียบเรียง, (นนทบุรี: บริษัท ไทยร่มเกล้า จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๕๙-๖๑.

ผู้เจริญวิปัสสนารับรู้ของการเคลื่อนไหวรูป ณ ขณะเดิน เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้น จะรับรู้จิตที่ต้องการจะเดินได้ รับรู้รูปที่เกิดดับไปในแต่ละขณะ ผู้ปฏิบัติจะรับรู้ได้ว่า “เราเดิน” เป็นเพียง คำพูดที่ใช้กันทางโลก ตัวตนเราที่เดินไม่มีอยู่จริง มีเพียงจิตที่ต้องการเดิน กับรูปที่เคลื่อนไหวจากจุด หนึ่งไปสู่อีกจุดหนึ่งเท่านั้น และเป็นเช่นเดียวกันกับอริยาบถอื่น ๆ ผู้ปฏิบัติก็รับรู้จิตที่ต้องการจะทำ อริยาบถ พร้อม ๆ กับรูปที่เกิดขึ้น และการเกิดดับของรูป การรับรู้ในลักษณะนี้ เป็นการประจักษ์แจ้ง โดยวิปัสสนาญาณ<sup>๓๔</sup> สำหรับวิปัสสนา มรรค และผลเหล่านี้ วิปัสสนาย่อมเข้าไปเพ่งในไตรลักษณ์ กิจ คือ การเข้าไปเพ่งด้วยวิปัสสนา ย่อมสำเร็จด้วยมรรค ดังนั้น มรรคจึงจัดเป็นลักขณูปนิชฌาน ส่วนผล จัดเป็นลักขณูปนิชฌาน เพราะเข้าไปเพ่งลักษณะที่แท้จริงแห่งนิโรธ

การเข้าไปเพ่งโดยลักษณะ หมายถึง การเพ่ง ๓ อย่าง คือ เพ่งวิปัสสนา ๑ เพ่งมรรค ๑ เพ่งผล ๑ ซึ่งพระพรหมคุณาภรณ์ ได้อธิบายการเพ่ง ๓ ลักษณะนี้ไว้ว่า การเพ่งแบบวิปัสสนา ได้แก่ การเพ่ง พินิจสังขารโดยไตรลักษณ์ การเพ่งมรรค คือ การยังกิจแห่งวิปัสสนานั้นให้สำเร็จ ส่วนการเพ่งผล คือ การ เพ่งนิพพานอันมีลักษณะเป็นสุญญตะ อนิมิตตะ และอัปณิหิตะ เป็นการเพ่งเห็นลักษณะอันเป็นสัจจ- ภาวะของนิพพาน<sup>๓๕</sup>

จึงสรุปได้ว่า การเพ่งพินิจสังขาร (คือ ชั้น ๕ ได้แก่ กาย เวทนา สัญญา สังขาร และ วิญญาณ) โดยความเป็นไตรลักษณ์นั้น เป็นการกำหนดรู้เห็นความเป็นจริงของรูปนาม ในความเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือไตรลักษณ์ คือ ลักษณะที่ไม่เที่ยง มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับลง เรียกว่า อนิจจลักษณะ เพ่งที่ความเป็นทุกขัง ตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เรียกว่า ทุกข- ลักษณะ เพ่งที่ความไม่ใช่อัตตาตัวตน บังคับบัญชาไม่ได้ เป็นไปตามเหตุปัจจัย เรียกว่า อนัตตลักษณะ การเพ่งทั้ง ๓ ลักษณะนี้ เป็นการเพ่งที่องค์ฌาน หรือองค์ของสมาติดังกล่าวแล้วนั่นเอง รวมทั้งการเพ่ง ดู วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข และเอกัคคตา ก็เป็นการเพ่งรูปนามอันเป็นตวิปัสสนาเช่นกัน ขณะที่การเพ่ง มรรคเป็นหนทางดำเนินไปสู่ผล และเพ่งผลต่อ ก็หมายถึง พระนิพพาน ตามลำดับ

### ๒.๒.๒ ประเภทของการเจริญวิปัสสนา

ในพระไตรปิฎก อรรถกถา และปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค ได้จำแนกการเจริญวิปัสสนา ออกเป็น ๔ ประเภท<sup>๓๖</sup> ได้แก่

- |                         |         |  |
|-------------------------|---------|--|
| ก. สมถุปุพฺังคมวิปัสสนา | หมายถึง | การเจริญวิปัสสนามีสมถนำหน้า            |
| ข. วิปัสสนาปุพฺังคมสมถะ | หมายถึง | การเจริญสมถะมีวิปัสสนานำหน้า           |
| ค. ยุคันทสมถวิปัสสนา    | หมายถึง | การเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่ไปด้วยกัน |

<sup>๓๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๔-๑๒๕, ๑๒๙.

<sup>๓๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๖๑.

<sup>๓๖</sup> อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๘.

ง. ัมมุทัชจวิคคหิตมานัส หมายถึง การเจริญวิปัสสนาภาวนาเมื่อจิตถูกชักให้เขว ด้วยัมมุทัชจัจจ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

### ก. สมถปุพพังคมวิปัสสนา

การเจริญวิปัสสนามีสมถะนำหน้า เรียกชื่อเต็มว่า สมถปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา<sup>๓๗</sup> คือ ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะ สมถะจึงเกิดก่อน แล้วพิจารณาเห็นธรรมที่เกิดในสมาธินั้น ในความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตาค่อยเกิดขึ้น<sup>๓๘</sup>

การใช้สมถะเป็นบาทฐานของวิปัสสนานั้น บุคคลใดมีสมาธิและวิปัสสนาไม่แก่กล้า เมื่อนั่งเจริญวิปัสสนานาน ร่างกายย่อมเกิดอาการเจ็บปวดเมื่อยล้า จนยากที่จะทานทน จิตก็จะทुरนทुरาย กระวนกระวาย ผู้ปฏิบัติก็จะเข้าสมาบัติอีกครั้ง ชุ่มความลำบากกายและใจได้แล้ว ทูเลาลงจนรู้สึกสบายขึ้นแล้ว ค่อยกลับมาเจริญวิปัสสนาอีก เมื่อผู้ปฏิบัตินั่งนานอีก ความลำบากเช่นนั้นก็จะเกิดขึ้นอีก ผู้ปฏิบัติก็จะเข้าสมาบัติอีกครั้งเหมือนที่ทำในครั้งก่อน ซึ่งเป็นการเข้าสมาบัติเพื่อเจริญการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ในคัมภีร์ชินาลังการฎีกา มีบันทึกไว้ว่า บุคคลผู้เจริญพุทธธานุสสติ คือ พระพุทธคุณ ชำระมลทินในจิตสันดาน ด้วยปิติซึ่งมีพระพุทธคุณเป็นอารมณ์ ดับความกระวนกระวาย คือ กิเลสแล้ว เรียนจำพุทธคุณ เป็นต้นว่า อิติปิ โส ภควา อรหัง... แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคนั้นเป็นพระอรหันต์ เรียนจำพระคุณข้อหนึ่งพอประมาณแก้ปัญหาตน ยังอุปจารสมาธิให้เกิดขึ้นแล้ว เจริญวิปัสสนาซึ่งมีสมาธินั้นเป็นปทัฏฐาน พึงบรรลุลูกความบริสุทธิ์<sup>๓๙</sup>

ผู้เจริญวิปัสสนาโดยใช้สมถะนำหน้า เรียกว่า สมถยานิกบุคคล คือ ผู้ปฏิบัติที่ได้รู้ปฎิภาณหรืออรุณญาณมาก่อน แล้วจึงออกจากฌานนั้น ๆ ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา จนทำมรรค ผล ให้เกิดภายหลัง โดยสมถะที่บำเพ็ญก่อนนี้ อาจเป็นเพียงอุปจารสมาธิ หรือเป็นอัปปนาสมาธิจนได้ฌานสมาบัติก็ได้<sup>๔๐</sup>

ภิกษุผู้บรรลุลุณแล้ว ควรเข้าฌานบ่อย ๆ เมื่อเกิดความชำนาญในการเข้าฌานแล้ว จึงยกองค์ฌาน (ปิติ สุข) ขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ เจริญวิปัสสนา เพื่อให้ฌานเป็นบาทตามลำดับ เรียกว่า อนุปัทธัมมวิปัสสนา เป็นการหยั่งเห็นธรรมตามลำดับสมาบัติ และองค์ฌาน<sup>๔๑</sup>

<sup>๓๗</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๓๕/๔๓๓.

<sup>๓๘</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

<sup>๓๙</sup> พระพุทธรักขิตาจารย์, ชินาลังการฎีกา, แปลโดย นายรังสี สุทนต์ และคณะ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๔๘), หน้า ๗๐.

<sup>๔๐</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๔๔๙.

<sup>๔๑</sup> อัง.นวก. (ไทย) ๒๓/๓๕/๕๐๖-๕๐๗.

การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณะนำหน้าในอรรถกถาพระวินัยอุบายไว้ว่า ผู้มีจิตตถุณยานหรือปัญญาญาณเกิดแล้ว ใครจะเจริญกรรมฐาน โดยวิธี สลัดกขณา (คือ วิปัสสนา) และวิวิฏฐานา (คือ มรรค) แล้วบรรลุปาริสุทธิ (คือ ผล) ในอานาปานสติภาวนานี้ต่อไป ย่อมทำมานั้นแลให้ถึงความเป็นวิสัยด้วยอาการ ๕ แคล้วคล่องแล้ว กำหนดรูปนามเจริญวิปัสสนา<sup>๔๒</sup>

ผู้ปฏิบัติออกจากสมาบัติแล้ว ย่อมเห็นได้ว่ากายและจิต เป็นสมุทัยแห่งลมอัสสาสะปัสสาสะทั้งหลาย เปรียบเหมือนเมื่อเตาสูบของช่างทองถูกชักสูบอยู่ ลมอาศัยสูบและความพยายามที่ควรแก่การนั้นของบุรุษประกอบกัน ย่อมเข้าออกได้ฉับไฉน ลมอัสสาสะปัสสาสะก็อาศัยกายและจิตประกอบกัน เข้าออกได้ฉับไฉนเหมือนกัน จากนั้นย่อมกำหนดลงได้ว่า ลมอัสสาสะปัสสาสะและกายด้วยเป็นรูป จิตและธรรมที่สัมปยุตกับจิตนั้น เป็นอรูป ครั้นกำหนดรูปนามได้อย่างนี้แล้ว ก็หาปัจจัยของรูปนามคู่ต่อไป เมื่อเห็นเหตุปัจจัยแล้ว ก็ข้ามความสงสัยปรารภความเป็นไปแห่งรูปนามในกาลทั้ง ๓ เสียได้ ผู้ข้ามความสงสัยได้แล้ว ยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์โดยพิจารณาเป็นกลาป ละวิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ อันเกิดขึ้นในส่วนเบื้องต้นแห่งอุทัยพยุยานุปัสสนาเสีย กำหนดเห็นปฏิปทาญาณอันพ้นจากอุปกิเลสแล้วว่าเป็นทาง ละการพิจารณาข้างเกิดแล้วก็ถึงภังคานุปัสสนา ดูแต่ข้างดับแล้ว ก็เปื้อน่ายหายรักในสังขารที่ปรากฏโดยความเป็นของน่ากลัว เพราะเห็นแต่ข้างดับ ทาระหว่างมิได้ หลุดพ้นไปถึงอริยมรรค ๔ ตามลำดับ ตั้งอยู่ในอรรถกถาผลถึงที่สุดแห่งปัจจเวกขณะญาณ<sup>๔๓</sup>

ในอังคุตตรนิกาย นวกนิบาต บรรยายถึงการปฏิบัติของสมถยานิกไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในศาสนานี้ สงัดแล้วจากกามคุณ สงัดแล้วจากอกุศลธรรม บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก มีวิจารณ์ มีปีติและสุข เกิดแต่วิเวกอยู่ เธอຍ่อมยังเห็นธรรมเหล่านั้น คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาน ในขณะที่เกิดปฐมฌานนั้นว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เหมือนโรค เหมือนผี เหมือนหนาม ไม่ดีงาม เหมือนโรค เป็นสภาพอื่น (จากตัวตน) แดกสลาย ว่างเปล่า ไม่ใช่ตัวตน”<sup>๔๔</sup>

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) อธิบายรายละเอียดว่า ภิกษุผู้บรรลุปฐมฌานแล้ว ควรเข้าปฐมฌานก่อนจะเจริญวิปัสสนา เพื่อให้ฌานเป็นบาท เมื่อออกจากฌาน แล้วจึงเจริญวิปัสสนา ต่อมา แม้การหยั่งเห็นก็เป็นการกำหนดรู้ขั้น ๕ ซึ่งปรากฏในปฐมฌานนั้น ผู้ที่บรรลุปฐมฌานอื่น หรืออรุณฌาน ก็ควรปฏิบัติตามนัยนี้เช่นเดียวกัน ผู้บรรลุฌานต้องเข้าฌานก่อน แล้วออกจากฌาน หลังจากนั้นจึงกำหนดรู้รูปนามที่ปรากฏในฌานนั้น ๆ มีข้อความเกี่ยวกับเรื่องนี้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า

<sup>๔๒</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

<sup>๔๓</sup> ขุ.ป.อ. (ไทย) ๒/๑๖๓/๑๕๔-๑๕๕.

<sup>๔๔</sup> อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๕๓/๙๕-๙๖.

“การหยั่งเห็นรูปนามตามความเป็นจริง ชื่อว่า ทิฏฐิวิสสุติ (ความหมดจดแห่งความเห็น) ผู้ปฏิบัติฝ่ายสมถยานิก ต้องการให้สำเร็จทิฏฐิวิสสุตินั้น พึงกำหนดองค์ฌานมีวิตก เป็นต้น และธรรม (ผัสสะ สัญญา เจตนา จิต เป็นต้น) ที่ประกอบกับองค์ฌานนั้น โดยประเภทแห่งลักษณะ และหน้าที่ เป็นต้น เมื่อออกจากรูปฌานหรืออรูปรูฌาน อย่างไรอย่างหนึ่งแล้ว ยกเว้นเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน”

การกำหนดรู้องค์ฌาน และสัมปยุตตธรรม คือ จิตพร้อม ด้วยเจตสิก หมายถึง การกำหนดสภาพลักษณะที่เป็นลักษณะพิเศษของธรรมนั้น ๆ และหน้าที่ เป็นต้น มิใช่การรับรู้ ชื่อ รูปร่าง สันฐานหรือจำนวน พระพุทธองค์จึงตรัสสอนให้กำหนดรู้อุปธรรมก่อนนามธรรม แต่หากนามธรรมปรากฏชัดในบางขณะ ก็อาจกำหนดนามธรรมได้เช่นกัน ผู้ปฏิบัติไม่สามารถกำหนดรู้อุปธรรมและนามธรรมพร้อมกันได้ จึงทรงแสดงการกำหนดรู้หทัยรูป อันเป็นที่อาศัยของฌาน “การเจริญวิปัสสนาในนามธรรม ย่อมมีแก่สมถยานิกเป็นส่วนใหญ่ ผู้ที่เจริญวิปัสสนาโดยมีนามธรรมเป็นหลัก ย่อมกำหนดรู้องค์ฌาน” หมายความว่า เมื่อกำหนดรู้นามธรรมเป็นหลักแล้ว แม้ไม่กำหนดรู้อุปธรรม ก็จัดว่าได้กำหนดรูปรูปนามทั้งสองอย่างได้โดยปริยาย แม้วิปัสสนายานิกผู้กำหนดรูปเป็นหลัก ก็จัดว่าได้กำหนดรูปรูปนามทั้งสองโดยปริยายเช่นเดียวกัน เพราะรูปนามก็มีลักษณะทั่วไป คือ ไตรลักษณ์เหมือนกัน

สมถยานิก เมื่อสำเร็จอรหัตผลเป็นพระอรหันต์แล้ว ท่านจัดแยกเป็น ๒ ประเภท ได้แก่ ๑) พระปัญญาวิมุต คือ ท่านที่ได้ฌานสมาบัติเพียงขั้นรูปฌาน คือ ไม่เกินจตุตถฌาน ก่อนเจริญวิปัสสนากาวนา บรรลุอรหัตผลเป็นปัญญาวิมุต ๒) อุภโตภาควิมุตติ คือ ท่านที่ได้อรูปรูฌานขั้นใดขั้นหนึ่ง หรือสัญญาเวทิตยนิโรธ ก่อนเจริญวิปัสสนากาวนา บรรลุอรหัตผลเป็นอุภโตภาควิมุต<sup>๔๕</sup>

### ข. วิปัสสนาปุพพังคสมถะ

สมถะมีวิปัสสนานำหน้า เรียกเต็มว่า วิปัสสนาปุพพังคสมถะกาวนา เป็นสภาวะที่มีการพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตา อันเป็นวิปัสสนาเกิดก่อน สภาวะที่จิตปล่อยธรรมทั้งหลายอันเกิดในวิปัสสนานั้นเป็นอารมณ์ และสภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่านเป็นสมถ วิปัสสนาจึงมีก่อน สมถะมีภายหลัง<sup>๔๖</sup>

บางคนเข้าใจว่า การเจริญวิปัสสนาต้องอาศัยสมถะเป็นบาทฐานเท่านั้น ซึ่งต้องบรรลุฌานก่อนแล้วจึงมาเจริญวิปัสสนาได้ โดยอ้างข้อความในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ที่กล่าวถึงการเจริญอานาปานสติแบบสมถะ และอ้างอิงจากคัมภีร์พระบาลีว่า “โส ฌานา วุฏฐิติวา อสสาสปัสสาเส วา ปริคคณหาติ ฌานังคานิ วา.”<sup>๔๗</sup> แปลว่า “ภิกษุนี้พ้นออกจากฌานนั้นแล้ว ย่อมกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกหรือองค์ฌาน” ความจริงแล้ว ข้อความข้างต้นกล่าวระบุถึงบุคคลผู้บรรลุฌานด้วยการเจริญอานาปานสติก่อน

<sup>๔๕</sup> อัง.สตตก. (ไทย) ๒๓/๑๔/๒๐-๒๑.

<sup>๔๖</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๘.

<sup>๔๗</sup> ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๙๗.

แล้วจึงเจริญวิปัสสนาด้วยการกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกหรือองค์ฌาน ไม่ได้หมายความว่า ถ้าไม่บรรลุนิพพาน ก็เจริญวิปัสสนาไม่ได้ เพราะกามาวจรธรรมที่ใช้เป็นอารมณ์ของทั้งสมถะยานิก และวิปัสสนายานิกนั้น มีวิธีปฏิบัติต่างกัน สมถะกำหนดรู้สัณฐานยาวสั้นของลมหายใจเข้าออก ซึ่งจัดเป็นบัญญัติ ส่วนวิปัสสนากำหนดรู้สภาวะเคลื่อนไหวของลมหายใจที่กระทบจมูกหรือริมฝีปากบน โดยโณภูฏัพพารมณ์ ซึ่งจัดเป็นธรรมานุปัสสนา มีข้อความเกี่ยวกับเรื่องนี้จากพระบาลีและอรรถกถาว่า “กาเยสุ กายณฺณุตฺราทํ ภิกฺขเว เอวํ วทามิ, ยทิตฺถํ อสฺสาสปฺสฺสาสา.”<sup>๔๘</sup> แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตกล่าวว่า ลมหายใจเข้าออกเป็นกองรูปร่างหนึ่ง (วาโยธาตุ) ในกองรูปร่างทั้งหลาย” กล่าวคือ เป็นกองวาโยธาตุ ในบรรดากองรูปร่างเหล่านั้น ลมหายใจเข้าออกเป็นกองรูปร่างหนึ่ง เพราะนับเข้าในโณภูฏัพพายตนะ เป็นกองรูปร่าง คือ วาโยธาตุที่นับเข้าในโณภูฏัพพายตนะในรูป ๒๕ ประการ เช่น จักขายตนะ เป็นต้น

ทั้งนี้ ผู้ปฏิบัติตามรู้รูปธรรมและนามธรรมพร้อมกันไม่ได้ เพราะทั้งสองมีลักษณะต่างกัมนั้นคือ รูปมีลักษณะไม่รับรู้อารมณ์ ส่วนนามมีลักษณะรับรู้อารมณ์ และจิตก็รับอารมณ์ได้แค่หนึ่งเดียวในแต่ละขณะ ไม่สามารถรับรู้สองอารมณ์ในขณะเดียวกันได้ ดังมีข้อความกล่าวไว้ว่า “ควรหยั่งเห็นรูปในบางคราว ควรหยั่งเห็นนามในบางคราว เพราะไม่อาจหยั่งเห็นพร้อมกัน เนื่องจากรูปธรรมตรงกันข้ามกับนามธรรมโดยแท้ และไม่ประสงค์การหยั่งเห็นในเรื่องที่ต่างกัน”

สรุปได้ว่า สมถะยานิกกำหนดรู้ธรรมที่ปรากฏชัดเมื่อออกจากฌานแล้ว ซึ่งได้แก่นามธรรม คือ ฌานจิตตูปบาทในปัจจุบันขณะ หทัยรูปอันเป็นที่ตั้งของจิต หรือรูปร่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดจากจิต ส่วนวิปัสสนายานิกเป็นผู้กำหนดรู้รูปร่างในปัจจุบันขณะ ต่างกันเพียงสมถะยานิกเป็นผู้บรรลุนิพพานแล้ว จึงกำหนดรู้ฌานได้ ส่วนวิปัสสนายานิกไม่ได้บรรลุนิพพาน จึงกำหนดรูปร่างในขณะนั้น ๆ ดังนั้น วิปัสสนายานิกควรเจริญสติรู้เท่าทันสภาวะการเห็น ซึ่งเป็นจิตและเจตสิก รูปอันเป็นที่ตั้งของนามธรรมเหล่านั้น และสิ่งที่พบเห็น เช่นเดียวกับขณะได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส ส่วนในขณะนึกคิด ควรรู้เท่าทันสภาวะคิดที่เป็นจิตและเจตสิก รูปอันเป็นที่ตั้งของนามธรรมเหล่านั้น และรูปอันเกิดจากจิตที่คิดฟุ้งซ่าน โดยรับรู้สภาวะธรรมที่ปรากฏชัดในขณะนั้น ๆ ตามสมควร ผู้ที่เจริญวิปัสสนาโดยมีรูปธรรมเป็นหลักซึ่งเรียกว่าผู้เพ่งลมหายใจเข้าออก ย่อมกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก ส่วนผู้ที่เจริญวิปัสสนาโดยมีนามธรรมเป็นหลัก ย่อมเป็นการกำหนดรู้องค์ฌาน”

### ค. ยุคนันทสมถะวิปัสสนา

การสมถะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน เรียกเต็มว่า สมถะวิปัสสนายุคนันทภาวนา<sup>๔๙</sup> คำว่า “ยุคนันทสมถะวิปัสสนาภาวนา” ยุค แปลว่า คู่ นันท แปล เชือกเป็นเครื่องผูก ความสัมพันธ์ระหว่างสมถะภาวนากับวิปัสสนาภาวนา มีลักษณะของกิจหรือหน้าที่ที่เหมือนกัน เป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่

<sup>๔๘</sup> ม.อ. (บาลี) ๑๔/๑๔๙/๑๓๔.

<sup>๔๙</sup> ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๕๓-๖๕/๑๑๖-๑๒๒.



ล่องเลยกันและกัน ด้วยการมีสภาวะเป็นอารมณ์<sup>๕๐</sup>

การเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่ไปด้วยกันอาการ ๑๖ อย่าง ได้แก่

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| ๑. ด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์             | ๒. ด้วยมีสภาวะเป็นโคจร                 |
| ๓. ด้วยมีสภาวะละ                     | ๔. ด้วยมีสภาวะสละ                      |
| ๕. ด้วยมีสภาวะออก                    | ๖. ด้วยมีสภาวะหลีกออก                  |
| ๗. ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมละเอียด        | ๘. ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมประณีต           |
| ๙. ด้วยมีสภาวะหลุดพ้น                | ๑๐. ด้วยมีสภาวะไม่มีอาสวะ              |
| ๑๑. ด้วยมีสภาวะเป็นเครื่องข้าม       | ๑๒. ด้วยมีสภาวะไม่มีนิमित              |
| ๑๓. ด้วยมีสภาวะไม่มีปณิหิตะ          | ๑๔. ด้วยมีสภาวะเป็นสุญญุตระ            |
| ๑๕. ด้วยมีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน | ๑๖. ด้วยมีสภาวะเป็นคู่กันไม่ล่องเลยกัน |

เมื่อละอุทธัจจะจึงมีสมาธิ คือ ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ ไม่ฟุ้งซ่าน โดยมีนิโรธเป็นอารมณ์ เมื่อภิกษุนั้นละอวิชชาจึงมีวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นสภาพที่มีนิโรธเป็นอารมณ์สมณะและวิปัสสนาจึงมีรสเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์<sup>๕๑</sup>

การเจริญสมณะและวิปัสสนาไปพร้อมกันนี้ มีอธิบายปรากฏในปฏิสัมภิทามรรค ซึ่งปรากฏลักษณะ ๑๖ ประการคือ อารมณ์ โคจร การละ การสละ การออก การหลีกออก เป็นธรรมละเอียดเป็นธรรมประณีต หลุดพ้น ไม่มีอาสวะ เป็นเครื่องข้าม ไม่มีนิमित ไม่มีปณิหิตะ เป็นสุญญุตระธรรม มีกิจเป็นอย่างเดียวกัน เป็นคู่กัน ไม่ล่องเลยกันและกัน ในขณะที่เจริญอยู่นั้นจะปรากฏสภาวะเหมือนกันไป<sup>๕๒</sup>

ไม่ล่องเลยกันและกัน คือ หากสมณะล่องเกินวิปัสสนา จิตจะเป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน เพราะสมณะเป็นไปในฝ่ายหดหู่ หากว่า วิปัสสนาล่องเกินสมณะ จิตจะเป็นไปเพื่อความฟุ้งซ่าน เพราะวิปัสสนาเป็นไปในฝ่ายแห่งความฟุ้งซ่าน ฉะนั้น สมณะเมื่อไม่ล่องเกินวิปัสสนา ย่อมไม่ตกไปในความเกียจคร้าน วิปัสสนาไม่ล่องเกินสมณะ ย่อมไม่ตกไปในความฟุ้งซ่าน สมณะเป็นไปเสมอย่อมรักษาวิปัสสนาจากการตกไปสู่ความฟุ้งซ่าน วิปัสสนาเป็นไปเสมอย่อมรักษาสมณะจากการตกไปสู่ความเกียจคร้าน สมณะและวิปัสสนาทั้ง ๒ มีกิจอย่างเดียวกันด้วยกิจ คือ การไม่ล่องเกินกันและกัน ดังนั้น เมื่อสมณะและวิปัสสนาเป็นไปเสมอกัน ไม่ล่องเกินกันและกัน ย่อมทำประโยชน์ให้สำเร็จ ความที่สมณะและวิปัสสนานั้นเป็นธรรมคู่กันในขณะแห่งมรรคย่อมมีได้ เพราะเป็นธรรมคู่กันในขณะแห่งวิปัสสนาอัน

<sup>๕๐</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๐-๔๒๔.

<sup>๕๑</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๑๙.

<sup>๕๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติม ช่วงที่ ๑/ยุติ), พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๔), หน้า ๗๕.

เป็นนุฏฐานคามินี<sup>๕๓</sup>

ความสัมพันธ์ของสมถภาวนากับวิปัสสนาภาวนาเช่นนี้ เป็นความสัมพันธ์ที่มีสภาวะเหมือนกัน ของผู้ปฏิบัติเจริญทั้งสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาไปด้วยกัน แต่ไม่ได้หมายความว่า จะกำหนดสภาวะไปพร้อมกัน พระอรธกถาจารย์ได้อธิบายการเจริญสมถและวิปัสสนาเป็นคู่กัน ไว้ดังนี้

“คำว่า “ยุคนทฺธ ภาเวติ” ย่อมเจริญทำให้คู่กันไป ในคำนี้ไม่ใช่ สามารถที่จะเข้าสมาบัติด้วยจิตนั้น แล้วพิจารณาสังขารทั้งหลายด้วยจิตดวง นั้นนั้นแล แต่ภิกษุนี้เข้าสมาบัติได้เพียงใด ย่อมพิจารณาถึงสังขารทั้งหลายได้ เพียงนั้น หมายความว่า ภิกษุเข้าปฐมฌาน ครั้นออกจากปฐมฌานนั้นแล้ว ย่อมพิจารณาสังขารทั้งหลาย เป็นต้น เป็นเช่นนี้ไปจนถึงเนวสัญญานา- สัญญาตนสมาบัติ จึงสรุปได้ว่า การเข้ารูปฌานและอรุฌาน เป็นการเจริญ สมถภาวนา ออกจากรูปฌาน หรืออรุฌาน พิจารณาสังขารทั้งหลายให้เห็น ไตรลักษณ์ เป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนา เช่นนี้จึงหมายถึง การเจริญสมถะ และวิปัสสนาเป็นคู่ ๆ”<sup>๕๔</sup>

ที่ว่า การเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาคบคู่กัน ไม่ได้หมายความว่า ทำทั้งสอง อย่างพร้อมกันทีเดียว เพราะเราไม่สามารถพิจารณาสังขารด้วยจิตเดียวกันกับที่เข้าสมาบัติ คำว่า เจริญสมถะและวิปัสสนาคบคู่กัน จึงมุ่งแสดงถึง การเข้าสมาบัติถึงไหนก็พิจารณาสังขารถึงนั้น พิจารณาสังขารถึงไหน ก็เข้าสมาบัติถึงนั้น กล่าวคือ เข้าปฐมฌาน ออกจากปฐมฌานแล้ว พิจารณา สังขาร ครั้นพิจารณาสังขารแล้ว ก็เข้าทุติยฌาน ออกจากทุติยฌานแล้ว พิจารณาสังขารอีก เป็นต้น ภาวนาลักษณะนี้เรื่อยไปตามลำดับ จนเข้าเนวสัญญานาสัญญาตนสมาบัติ ออกจากเนวสัญญานา- สัญญาตนสมาบัติ ก็พิจารณาสังขารอีกอย่างนี้เรียกว่าเจริญสมถะวิปัสสนาคบคู่กันไป<sup>๕๕</sup> ดังปรากฏ ในอนุปทสูตรว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ในเรื่องนี้ สารีบุตรสังัดจากกาม และอกุศลธรรม ทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจาร ปิติ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ ก็ ธรรมในปฐมฌาน คือ วิตก (ความตรึก) วิจาร (ความตรอง) ปิติ (ความอิมใจ) สุข (ความสุข) จิตเตกัคคตา (ความที่จิตมีอารมณ์เดียว) ผัสสะ (ความถูกต้อง) เวทนา (ความเสวยอารมณ์) สัญญา (ความหมายรู้) เจตนา (ความจงใจ) วิญญาณ

<sup>๕๓</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์ พรินท์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๕๗๓.

<sup>๕๔</sup> คูรายละเอียดใน อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๘. ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๐-๔๒๔.

<sup>๕๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า ๔๔๗.

(ความรู้แจ้ง) ฉันทะ (ความพอใจ) อธิโมกข์ (ความน้อมใจเชื่อ) วิริยะ (ความเพียร) สติ (ความระลึกได้) อุเบกขา (ความวางเฉย) มนสิการ (ความใส่ใจ) เหล่านี้ สารีบุตรกำหนดตามลำดับบทได้แล้ว ธรรมที่สารีบุตรรู้แจ้งแล้ว เหล่านี้ ย่อมเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป สารีบุตรนั้นรู้ชัดอย่างนี้ว่า ได้ยินว่า ธรรมเหล่านี้ที่ยังไม่มีเกิดขึ้น ที่มีแล้วย่อมดับไป เธอจึงไม่ยินดี ไม่ยินร้าย อันกิเลสอาศัยไม่ได้ อันกิเลสพัวพันไม่ได้ หลุดพ้นแล้ว พราศได้แล้วในธรรมเหล่านี้ มีจิตที่ฝึกให้ปราศจากเขตแดน คือ กิเลสได้แล้วอยู่ สารีบุตรนั้นรู้ชัดว่า การสลัดทุกข์ที่สูง ๆ ขึ้นไป ยังมีอยู่ เธอมีความเห็นว่า การสลัดทุกข์มิได้เพราะ การกระทำธรรมนั้นให้มากขึ้น<sup>๕๖</sup>

พระสารีบุตรเถระท่านได้เจริญสมถภาวนาakupāyāpīṭṭhāna โดยเข้าปฐมฌาน เป็นต้น แล้วออกจากฌานนั้น พิจารณาองค์ธรรม และธรรมที่สัมปยุตในฌานนั้นให้เห็นเป็นไตรลักษณ์แล้วก็พัฒนาจิตต่อไปจนถึงที่สุด คือ เข้าสัญญาเวทิตนโรธ แล้วออกจากสมาบัตินั้นพิจารณาธรรมที่ปรากฏอยู่นั้นให้เป็นไตรลักษณ์ถึงที่สุด คือ พระนิพพาน เป็นผู้ทำกิจแห่งพระศาสนาเพียงเท่านั้น

สรุป การเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาไปพร้อมกันนั้น ไม่ได้หมายถึงการกำหนดไปพร้อมกัน แต่หมายถึง การกำหนดไปตามลำดับจิตที่เป็นสมาธิ หมายความว่า ผู้ปฏิบัติแบบยุคนั้นภาวนา เมื่อเจริญสมาธิเข้าถึงอัปนาสมาธิเป็นฌานแล้ว ไม่ว่าจะป็นรูปฌาน หรืออรูปฌาน ก็เหมือนกัน ออกจากฌานนั้น ๆ มากำหนดองค์ฌาน หรือธรรมที่สัมปยุตด้วยฌานนั้น จนเห็นเป็นไตรลักษณ์ ข้ามพ้นทั้งนิเวรณธรรม ซึ่งเป็นปฏิปักษ์ของสมถภาวนา และข้ามพ้นอวิชชา ซึ่งเป็นปฏิปักษ์เป็นธรรมตรงกันข้ามกับวิชชา เป็นที่สิ้นไปแห่งอัสวะกิเลสทั้งปวง

### ง. ธัมมูทัจจวิคคหิตมานัส

คำว่า ธัมมูทัจจวิคคหิตมานัส เป็นศัพท์ที่นำเอาศัพท์หลายศัพท์มาสนธิต่อกันเข้าสมาส เชื่อมกันเข้า ตัดบทเป็น ธัมม + อุทัจจ + วิคคหิต + มานัส

คำว่า อุทัจจจะ แปลว่า ความฟุ้งซ่าน ความคิดพล่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ อย่างผลอตัว<sup>๕๗</sup> มีวิเคราะห์ว่า อุทตตสส ภาโว อุทจจัจ แปลว่า ภาวะแห่งการฟุ้งขึ้น ( อุทต + ญ ลบ ญ และสระหน้า แปลง ตย เป็น จจ)<sup>๕๘</sup>

<sup>๕๖</sup> ดูรายละเอียดใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๙๓-๙๗/๑๑๐-๑๑๕.

<sup>๕๗</sup> พันตรี ป. หลง สมบุญ, พจนานุกรม มคอ - ไทย, หน้า ๑๒๗.

<sup>๕๘</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๑๐๑.

คำว่า วิคคหิต แปลว่า ถือเอา ซึ่งเป็นกิริยาของมานัส (ใจ)

จึงแปลได้ว่า เป็นวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมุทัจจ (ความฟุ้งซ่านธรรม หรือตื่นธรรม)<sup>๕๙</sup>

พระสารีบุตรเถระอธิบายว่า “ธมฺมุทัจจจาวิคคหิตมานส โหติ” มีใจถูกอุทัจจจะในธรรมกันไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน จิตย่อมกวัดแกว่ง หวั่นไหว เพราะโอภาส เพราะญาณ เพราะปิติ เพราะปัสสัทธิ เพราะสุข เพราะอธิโมกษ์ เพราะปคคหะ เพราะอุปฺภูฐาน เพราะอุเบกขา เพราะน้อมนึกถึงอุเบกขา และนิกันติ<sup>๖๐</sup> จากนั้น มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่มรรคก็เกิดแก่เธอ... ในภายหลัง<sup>๖๑</sup>

ใจอันยึดเอาความฟุ้งซ่านซึ่งเกิดขึ้นเพราะธมฺมุทัจจ ๑๐ ประการ ที่เรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ คือ โอภาส (แสงสว่าง) ญาณ ปิติ ปัสสัทธิ สุข อธิโมกษ์ (ความน้อมใจเชื่อ) ปคคหะ (การประคองไว้) อุปฺภูฐานะ (การเข้าไปตั้งไว้) อุเบกขา (ความมีจิตเป็นกลาง) นิกันติ (ความใคร่) ซึ่งเกิดขึ้นแกโยคาวจรผู้เริ่มเข้าถึงวิปัสสนาเท่านั้น หากเกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติทุกคนไม่ ดังปรากฏในวิสุทธิมรรคว่า ความจริง วิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดขึ้นแก่ ๑) พระอริยสาวกผู้บรรลุปฏิเวธแล้ว ๒) ผู้ปฏิบัติผิด (เริ่มต้นมาแต่ศีลวิบัติ) ๓) ผู้ละทิ้งกัมมฐาน ๔) บุคคลเกียจคร้าน (แม้ปฏิบัติถูกต้องมาแต่เริ่มต้น) แต่จะเกิดขึ้นแก่กุลบุตรผู้ปฏิบัติโดยชอบ ประกอบความเพียรแล้ว ๆ เล่า ๆ ผู้เริ่มต้นบำเพ็ญวิปัสสนาแล้วเท่านั้น<sup>๖๒</sup> วิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดขึ้นแก่บุคคล ๔ ประเภท เพราะผู้ปฏิบัติที่นั้นเกิดการบรรลุธรรมชั้นสูงกว่าจะเกิดวิปัสสนูปกิเลส หรือผู้ปฏิบัติผิดทางของวิปัสสนา และผู้ปฏิบัติที่นั้นละทิ้งกัมมฐาน ถึงจะไม่ละทิ้งแต่ไม่ใส่ใจปฏิบัติจริงจัง

คำว่า ผู้เริ่มต้นบำเพ็ญวิปัสสนานั้น ไม่ได้หมายถึงผู้เริ่มลงมือปฏิบัติใหม่ ๆ แต่หมายถึงผู้ได้เห็นไตรลักษณ์พิจารณารูปนามเห็นความเกิดดับว่า “สิ่งที่มีความดับไปเป็นธรรมดาตนเองเกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นแล้ว ก็ถึงความดับไป” เรียกว่า อารัทวิปัสสโก (ผู้เริ่มต้นบำเพ็ญวิปัสสนา)<sup>๖๓</sup>

ในปฏิสัมภิทามรรคพระอรธกถาจารย์ได้อธิบายไว้ว่า วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการซึ่งเกี่ยวเนื่องด้วยนิกันติ (ความยินดี) หมายถึง อุปกิเลส ๙ ประการนั้นเมื่อประกอบด้วยนิกันติ คือ ความยินดีด้วยเท่านั้น จึงถือว่าทำวิปัสสนาให้เศร้าหมองได้ ดังนี้

<sup>๕๙</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๔๒-๓/๔๔๕-๘.

<sup>๖๐</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗/๔๒๖.

<sup>๖๑</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๕-๔๒๖.

<sup>๖๒</sup> พระพุทธโฆษาจารย์, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), หน้า ๑๐๖๑.

<sup>๖๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๖๐.

“คำว่า นิกนติ อุปุชชติ ได้แก่ นิกนติที่ไม่อาจแม้กำหนดลงไปว่า เป็นกิเลส ที่มีอาการสงบ สุขุม ทำความอาลัยในวิปัสสนาอันประดับด้วย โสภาส เป็นต้น อย่างนี้ ย่อมเกิดขึ้นเมื่อวิปัสสนูปกิเลสมีญาณ เป็นต้น อย่างใดอย่างหนึ่งในวิปัสสนูปกิเลสทั้งหลายเหล่านั้นเกิดขึ้น เหมือนโสภาส พระโยคาวจรคิดว่า ก็เมื่อก่อนนี้ ญาณ เห็นปานนี้ไม่เคยเกิดขึ้นแก่เราเลย ปีติ ปัสสัทธิ อธิโมกข์ ปัคคหะ อุပ္ภูฐาน อุเบกขา นิกนติ เห็นปานนี้ก็ไม่เคยเกิดขึ้นเลย เราเป็นผู้บรรลุมรรคผลแน่นอน แล้วถือเอาสิ่งไม่ใช่มรรคผลว่าเป็นมรรคผล วิปัสสนาวิถีย่อมไปผิดทาง พระโยคาวจรนั้น สละมุลกัมมัฏฐานของตนแล้ว นั่งยินดีวิปัสสนูปกิเลสที่เกิดขึ้นด้วยความยินดี (นิกนติ) ในสภาวะนั้นนั่นแหละ จึงเป็นเหตุให้โสภาส เป็นต้น เป็นวิปัสสนูปกิเลส ไม่ใช่เพราะเป็นอกุศล”<sup>๖๔</sup>

วิปัสสนูปกิเลส ถ้านับเป็นวัตถุแล้ว จัดเป็น ๑๐ ประการ แต่ถ้านับอาการถือเอาอันนั้นจัดเป็น ๓๐ ประการ หมายความว่า การถือเอาวิปัสสนูปกิเลสอย่างหนึ่ง มีอาการ ๓ อย่าง ดังพระอรธกถาจารย์ท่านได้อธิบายไว้ว่า “อุปกิเลสเหล่านั้นมี ๑๐ อย่างด้วยสามารถแห่งวัตถุ แต่มี ๓๐ อย่างด้วยสามารถแห่งการถือเอา หมายถึง เมื่อพระโยคาวจรถือว่า โสภาสเกิดขึ้นแล้วแก่เรา ย่อมเป็นการถือเอาด้วยทิวฐิเมื่อถือว่า โสภาสน่าพอใจเกิดขึ้นแล้วหนอ ย่อมเป็นการถือเอาด้วยมานะ เมื่อยินดีโสภาส ย่อมเป็นการถือเอาด้วยตัณหา<sup>๖๕</sup> นั้นเป็นลักษณะของผู้ปฏิบัติแบบธัมมัทธัจจ์”

ต้นเหตุแห่งธัมมัทธัจจ์ ๑๐ ประการนี้ คือ อุทธัจจะ แม้นิกนติหรือความยินดีพอใจจะเป็นเหตุให้ตัณหา ทิวฐิ และมานะเกิดขึ้น ซึ่งจัดเป็นอุปกิเลสโดยอ้อม แต่นิกนติก็ถูกนับเนื่องเข้าเป็น ๑ ใน ๑๐ ของวิปัสสนูปกิเลส และถือว่าเป็นอุปกิเลสโดยตรง พึงสังเกตว่า ในขณะที่วิปัสสนาญาณกำลังดำเนินไป ถึงแม้ว่าจะอยู่ในระดับจินตญาณก็ตาม เมื่อมีนิกนติหรือความยินดีพอใจเกิดขึ้น แต่ผู้ปฏิบัติไม่ได้กำหนดรู้ อุทธัจจะ คือ ความกวัดแกว่ง หรือความฟุ้งซ่านแห่งจิต เป็นเหตุให้การมนสิการถึงความเป็นพระไตรลักษณ์อย่างใดอย่างหนึ่งไม่ปรากฏ ในคัมภีร์พระไตรปิฎกจึงระบุว่า อุทธัจจะในฐานะต้นเหตุแห่งวิปัสสนูปกิเลส เพราะทำให้วิปัสสนาเศร้าหมอง มีวิเสสลักษณะ หรือลักษณะที่จตุกะ ดังต่อไปนี้<sup>๖๖</sup>

<sup>๖๔</sup> พระพุทธโฆษาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), หน้า ๑๐๖๗.

<sup>๖๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๖๗.

<sup>๖๖</sup> พระมหาชินวัฒน์ จุกกวโร รวบรวมและเรียบเรียง, เจตสิกปริมัตถ์, (กรุงเทพมหานคร: สารการพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า ๓๒๒.

๑. อวุปสมลกฺขณฺ์ มีความไม่สงบเป็นลักษณะ หมายความว่า สภาพของอุทัจจธรรม ย่อมมีสภาพที่ซัดส่ายไปในอารมณ์ต่าง ๆ อยู่เสมอ ไม่สามารถสงบตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวได้ เปรียบน้ำที่กระเพื่อมเพราะถูกแรงลมพัด ดังนั้น ความคิดของบุคคลที่ถูกอุทัจจจะเข้าครอบงำ ย่อมซัดส่ายอยู่ตลอดเวลา เมื่อยังไม่อยู่ ย่อมปล่อยความคิดให้ไหลไปเรื่อย ๆ ไม่มีที่สิ้นสุด

๒. อนนฺวณฺฐานรฺส มีความไม่ตั้งมั่นเป็นกิจ หมายความว่า สภาพของอุทัจจธรรม ย่อมไม่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งด้วยความหนักแน่นมั่นคงได้ มักซัดส่ายไปในอารมณ์ต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา เปรียบเสมือนธงชัยและธงแผ่นผ้าที่ปลิวไหวตามกระแสลม ดังนั้น เมื่ออุทัจจธรรมเกิดขึ้นครอบงำจิตใจของบุคคลใดแล้ว จิตของบุคคลนั้นย่อมไม่สามารถตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งได้

๓. ภาณตภาวปจฺจุปฺภูจฺจณฺ์ มีความพล่านไปเป็นอาการปรากฏ หมายความว่า สภาพของอุทัจจ ย่อมฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา ไม่สามารถสงบตั้งมั่นเป็นหนึ่งได้ เปรียบเสมือนขี้เถ้าที่ฟุ้งขึ้นเพราะถูกหินทุ้ม ดังนั้น บุคคลที่กำลังคิดฟุ้งซ่านอยู่ จึงไม่มีความสงบ คือ ไม่สามารถหยุดยั้งความคิดได้

๔. อโยนิโสมนสิการปทฺฐจฺจณฺ์ มีการไม่กระทำไว้ในใจโดยแยบคายเป็นเหตุใกล้ให้เกิด หมายความว่า การที่บุคคลถูกอุทัจจธรรมเข้าครอบงำ จนหยุดยั้งความคิดของตนไม่อยู่นั้น เป็นเพราะบุคคลนั้นขาดโยนิโสมนสิการ คือ การไม่พิจารณาสรรพสิ่งทั้งปวงที่ประสบพบเห็นโดยอุบายอันแยบคาย หรือไม่ใช่ปัญญาในการดำเนินชีวิต มักปล่อยจิตให้ไหลไปตามกระแสกิเลสและอารมณ์ที่มาปรากฏต่าง ๆ ซึ่งยั่วยุให้เป็นไป เมื่อถูกกิเลสครอบงำมากแล้ว ย่อมทำให้บุคคลนั้นขาดความยั้งคิด และขาดความรู้สึกลับตัว จึงทำให้ออกุศลเกิดขึ้นอยู่เสมอ โดยมีความฟุ้งซ่านเป็นต้นเหตุ<sup>๖๗</sup>

ภาวะแห่งความฟุ้งซ่านชื่อว่า อุทัจจจะ มีลักษณะคือความไม่สงบ อุปมาเหมือนน้ำกระเพื่อมเพราะถูกลมตี มีความไม่ตั้งมั่นในอารมณ์เป็นกิจ อุปมาเหมือนธงที่สะบัดเพราะถูกลมพัดมีความพล่ง-พล่านไปเป็นผลปรากฏ อุปมาเหมือนขี้เถ้าที่ฟุ้งขึ้นเพราะถูกก้อนหินปา มีอโยนิโสมนสิการเป็นเหตุใกล้<sup>๖๘</sup>

### แนวทางการเจริญวิปัสสนาภาวนา

ธัมมูทัจจวิคคหิตมานัส คือ วิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธัมมูทัจจ ได้แก่ ความฟุ้งซ่านธรรม หรือตื่นธรรม (ความเข้าใจผิดยึดเอาผลที่ประสบในระหว่างว่าเป็นนิพพาน) มุ่งไปยังสภาวะธัมมูทัจจ ที่เกิดขณะผู้ปฏิบัติพิจารณารูปนาม (ขันธ ๔) โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์

<sup>๖๗</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๒๒.

<sup>๖๘</sup> พระพุทธทศตเถระ, อภิธัมมวาทาร, แปลโดย พระคันธสาราภังค์, พระธัมมมัทธาเถระ อัครมหาบัณฑิต ตรวจชำระ, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๗๓-๗๔.

และเป็นอนัตตา ปฏิบัติด้วยการเริ่มจากสุทธวิปัสสนา<sup>๖๙</sup> ก่อน คือ เจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยไม่ได้เจริญฌานใด ๆ มาก่อน การกำหนดรู้รูปนาม (ขั้น ๕) อบรมอินทรีย์จนเกิดเป็นวิปัสสนาขณิกสมาธิ ซึ่งมีอำนาจกำจัดนิวรณ์ได้เช่นเดียวกับอุปปจารสมาธิ<sup>๗๐</sup> และเมื่อขณิกสมาธิมีกำลังกล้าแข็งมากขึ้น ก็จะเกิดวิปัสสนาปัญญาที่รู้เห็นรูปนามอย่างชัดเจน โดยปราศจากสมมติบัญญัติใด ๆ บรรลุถึงนามรูปปริจเฉทญาณ<sup>๗๑</sup> เป็นต้น ดังที่พระธรรมเสนาบดีสารีบุตร ได้อธิบายไว้ธัมมทัจจวารนิเทศ ความว่า

“(ภิกษุ) มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกันไว้ เป็นอย่างไร คือ เมื่อภิกษุ มนสิการโดยความไม่เที่ยง โสภาย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนึกถึงโสภายว่า “โสภาย เป็นธรรม” เพราะนึกถึงโสภายนั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทธัจจะนั้นกันไว้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกันไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิดอย่างไร ฯลฯ มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ภิกษุยอมละสังโยชน์ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้

เมื่อมนสิการโดยความไม่เที่ยง ญาณย่อมเกิดขึ้น ปิตีย่อมเกิดขึ้น ปัสสัทธิย่อมเกิดขึ้น สุขย่อมเกิดขึ้น อธิโมกข์ย่อมเกิดขึ้น ปัคคหะย่อมเกิดขึ้น อุปลัญฐานย่อมเกิดขึ้น อุเบกขาย่อมเกิดขึ้น นิกันตีย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนึกถึงนิกันตติว่า “นิกันตติเป็นธรรม” เพราะนึกถึงนิกันตตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทธัจจะนั้นกันไว้อย่างนี้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกันไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิดอย่างไร ฯลฯ มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ภิกษุยอมละสังโยชน์ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้

<sup>๖๙</sup> อ.จ.ตฤก.อ. (ไทย) ๒/-/๒๕๕.

<sup>๗๐</sup> ขุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/-/๓๖๘.

<sup>๗๑</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D), อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทา

เมื่อมนสิการโดยความเป็นทุกข์ เมื่อมนสิการโดยความเป็นอนัตตา โสภาย่อมเกิดขึ้น ญาณย่อมเกิดขึ้น ปีติย่อมเกิดขึ้น ปัสสัทธิย่อมเกิดขึ้น อุเบกขาย่อมเกิดขึ้น นิกันตีย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนี้ถึงนิกันตติว่า “นิกันตติเป็นธรรม” เพราะนึกถึงนิกันตตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุผู้มีใจถูกอุทธัจจะนั้นกั้นไว้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้ ฯลฯ ภิกษุย่อมละสังโยชน์ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้

เมื่อมนสิการรูปโดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา เมื่อมนสิการเวทนา ฯลฯ สัญญา ฯลฯ สังขาร ฯลฯ วิญญาณ ฯลฯ จักขุ ฯลฯ เมื่อมนสิการชราและมรณะโดยความไม่เที่ยง ฯลฯ เมื่อมนสิการชรา และมรณะโดยความเป็นทุกข์ ฯลฯ เมื่อมนสิการชราและมรณะโดยความเป็นอนัตตา โสภาย่อมเกิดขึ้น ญาณย่อมเกิดขึ้น ปีติย่อมเกิดขึ้น ปัสสัทธิย่อมเกิดขึ้น สุขย่อมเกิดขึ้น อธิโมกษ์ย่อมเกิดขึ้น ปัคคหะย่อมเกิดขึ้น อุปฏิฐานย่อมเกิดขึ้น อุเบกขาย่อมเกิดขึ้น นิกันตีย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนี้ถึงนิกันตติว่า “นิกันตติเป็นธรรม” เพราะนึกถึงนิกันตตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุผู้มีใจถูกอุทธัจจะนั้นกั้นไว้ ย่อมไม่รู้ชัดชราและมรณะ ซึ่งปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดชราและมรณะ ซึ่งปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดชราและมรณะ ซึ่งปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายในมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ โดยความไม่เที่ยง มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิดได้อย่างไร ฯลฯ มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ฯลฯ ภิกษุละสังโยชน์ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้ ภิกษุผู้มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกั้นไว้

จิตย่อมกวัดแกว่ง หวั่นไหว เพราะโสภาส เพราะญาณ เพราะปีติ เพราะปัสสัทธิ เพราะสุข เพราะอธิโมกษ์ เพราะปัคคหะ เพราะอุปฏิฐาน เพราะอุเบกขา ภิกษุนี้กำหนดฐานะ ๑๐ ประการนี้ด้วยปัญญาแล้ว ย่อมเป็นผู้ฉลาดในอุทธัจจะในธรรม และย่อมไม่ถึงความหลงใหล

จิตกวัดแกว่ง เสร้าหมอง                      จิตภาวนาย่อมเคลื่อน  
จิตกวัดแกว่ง ไม่เสร้าหมอง                      จิตภาวนาย่อมเสื่อมนไป



จิตบริสุทธิ์ ไม่เศร้าหมอง      จิตภาวนาย่อมไม่เสื่อมไป  
จิตไม่ฟุ้งซ่าน ไม่เศร้าหมอง      จิตภาวนาย่อมไม่เคลื่อน

ด้วยฐานะ ๔ ประการนี้ ภิกษุย่อมรู้ชัดความที่จิตกวัดแกว่ง  
ฟุ้งซ่าน ถูก โอภาส เป็นต้นกั้นไว้ ด้วยฐานะ ๑๐ ประการนี้ ฉะนั้นแล”<sup>๗๒</sup>

พระสารีบุตรเถระอธิบายการเจริญวิปัสสนาภาวนาในลักษณะธัมมูทัจจ ไว้อีกว่า “ภิกษุมีใจถูกอุทัจจจะในธรรมกั้นไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายในมีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ เธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอปฏิบัติ เจริญ ทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป”<sup>๗๓</sup>

ลักษณะของการเจริญกัมมัฏฐานแบบธัมมูทัจจ เมื่อผู้ปฏิบัติถึงอุทัพพยานุปัสสนาญาณแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้องประสบภาวะของจิตอย่างหนึ่งเรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส อันเป็นธรรมขวางกั้นจิตไม่ให้ผู้ปฏิบัติดำเนินไปถูกทางวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติจำต้องนึกถึง รู้ เห็น พิจารณา อธิษฐาน น้อมใจเชื่อ ด้วยศรัทธา ประคองความเพียรไว้ ตั้งสติไว้มั่น ตั้งจิตไว้มั่น รู้ชัดด้วยปัญญา เมื่อเป็นเช่นนั้น ผู้ปฏิบัติก็จะผ่านพ้นสภาวะซึ่งเป็นสภาวะที่อาจจะทำให้ผู้ปฏิบัติหลงทางไปได้ ลักษณะของผู้ปฏิบัติเกิดความฟุ้งซ่านเพราะวิปัสสนูปกิเลส นั้น มีปรากฏในปฏิสัมภิทามรรคว่า “เมื่อภิกษุมนสิการโดยความไม่เที่ยง โอภาสย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนึกถึงโอภาสว่า โอภาสเป็นธรรม เพราะนึกถึงโอภาสนั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทัจจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทัจจจะนั้นกั้นไว้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง”<sup>๗๔</sup>

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในวิธีที่ ๔ นี้ คือ เมื่อผู้ปฏิบัติกำลังมนสิการขั้นที่ ๕ อย่างหนึ่งอย่างใดโดยไตรลักษณ์ ก็จะมีโอภาส คือ แสงสว่างขึ้นมา ญาณ ปีติ ปัสสทธิ (ความสงบเย็น) สุข อธิโมกข์ (ความปลงใจหรือศรัทธาแก่กล้า) ปัคคายหะ (ความเพียรที่พอดี) อุปัญฐาน (สติชัดหรือสติกำกับอยู่) อุเบกขา (จิตเรียบเสมอเป็นกลาง) หรือ นิกันติ (ความตั้งใจ)<sup>๗๕</sup> อย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมา ผู้ปฏิบัตินึกถึงโอภาสเป็นต้นนั้น ว่าเป็นธรรม คือ เข้าใจว่าเป็นมรรค ผล หรือนิพพาน เพราะการนึกไปเช่นนั้น ก็จะเกิดความฟุ้งซ่าน ผู้ปฏิบัติมีใจถูกชักให้เข้าไปด้วยอุทัจจจะแล้ว ก็จะไม่รู้ตามความเป็นจริง ซึ่งสภาพที่ปรากฏอยู่ โดยภาวะเป็นของไม่เที่ยง โดยภาวะที่เป็นทุกข์ โดยภาวะที่เป็นอนัตตา ก็จะทำ

<sup>๗๒</sup> พ.ป. (ไทย) ๓๑/๖-๗/๔๒๕-๔๒๗.

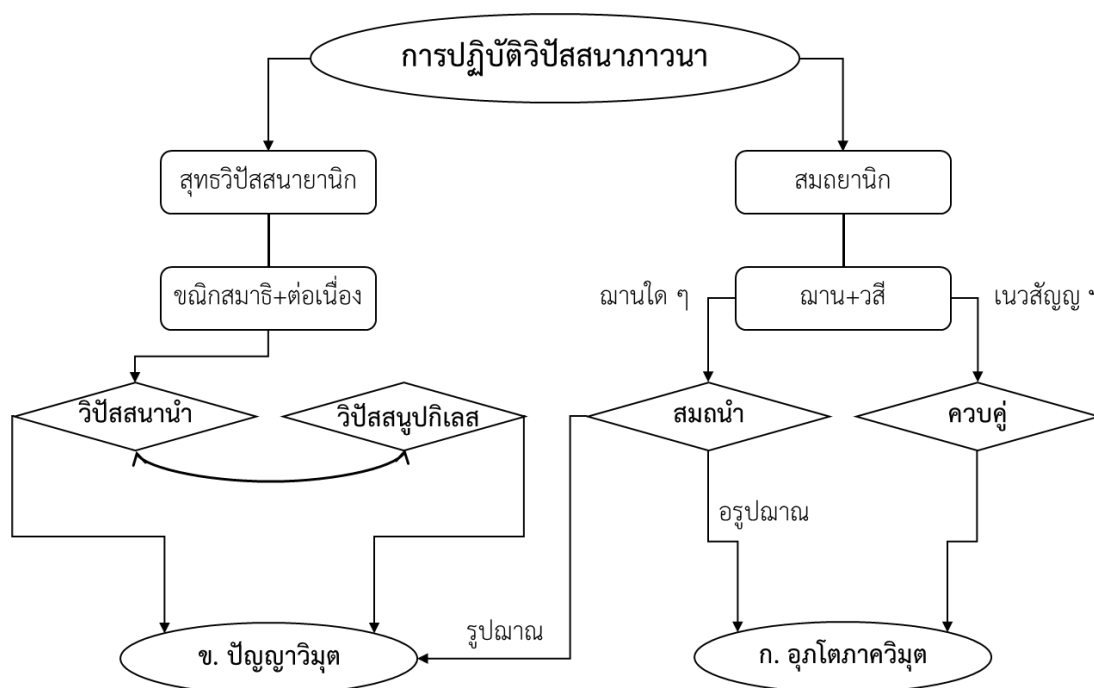
<sup>๗๓</sup> พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

<sup>๗๔</sup> พ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๒๕.

<sup>๗๕</sup> พ.ป. (ไทย) ๓๑/๗/๔๒๖.

ให้เน้นซ้ำในการปฏิบัติได้ แต่หากตั้งสติ กำหนดรู้ถึงความเป็นไตรลักษณ์ของสภาวะเหล่านั้นได้ ก็จะเป็นทางไปสู่ มรรค ผล นิพพาน ได้เช่นกัน

แผนภาพที่ ๑ การปฏิบัติวิปัสสนา ๔ แบบ



การเจริญวิปัสสนาทั้ง ๔ ประเภทนั้น ย่อให้สั้นเหลือเพียง ๒ คือ วิปัสสนามีสมถะนำหน้า เรียกว่า “สมถยานิก” สมถะมีวิปัสสนานำหน้า เรียกว่า “วิปัสสนายานิก”<sup>๗๖</sup>

**๒.๒.๓ การบรรลุธรรมของสุทธวิปัสสนายานิกบุคคล**

บรรลุธรรม คือ การเกิดปัญญาเห็นแจ้งโลกุตตรธรรม <sup>๗๗</sup> อันได้แก่ อริยมรรค ๔ สามัญญผล ๔ และนิพพาน ๑ อริยมรรค ๔ คือ โสตาปัตติมรรค สกทาคามิมรรค อนาคามิมรรค และอรหัตตมรรค สามัญญผล (ผลแห่งความเป็นสมณะ) ๔ ได้แก่ ๑. โสตาปัตติผล ๒. สกทาคามิผล ๓. อนาคามิผล ๔. อรหัตตผล และอริยสัง ๔<sup>๗๘</sup> ขึ้นสูงสุด ก็คือ การบรรลุวิชชา หมายถึง ความรู้แจ้งอรหัตตมรรคและวิมุตตินั่นเอง เป็นการสำเร็จเป็นพระอริยบุคคล ๔ จำพวก อันได้แก่ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ โดยการปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา เจริญสมถะ และวิปัสสนา ตามหลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าดำเนินตามวิปัสสนาวีถี ผู้ปฏิบัติสามารถรู้แจ้งแทงตลอดอริยสัง ๔ ละสังโยชน์ และอนุสัย ได้ตามกำลังของมรรค

<sup>๗๖</sup> ชุ.จ.อ. (ไทย) ๖/-/-/๖๔๑.  
<sup>๗๗</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๔/๓๗๘.  
<sup>๗๘</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๘/๑๐๘๑/๖๐๕.

บรรลุมรรคผล นิพพาน สำเร็จเป็นพระอรหันต์ในพระพุทธศาสนา การบรรลุมรรคจําแนกได้เป็น ๗ ลักษณะ<sup>๗๙</sup> ดังนี้

**ก. อุภโตภาควิมุต** คือ ผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วน หมายถึง ท่านผู้หลุดพ้นจากรูปกายด้วยอรุณสมบัติ และหลุดพ้นจากนามกายด้วยอริยมรรค ได้แก่ พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญสมณกัมมัฏฐาน ได้สัมผัสสวิโมกข์ ๘ หมายถึง สมบัติ ๘<sup>๘๐</sup> และนิโรธสมบัติด้วยนามกาย ได้เจโตวิมุตติขึ้นอรุณสมบัติ และสิ้นอาสวะเพราะเห็นอริยสัจ ๔ ด้วยปัญญาแล้ว ได้ปัญญาวิมุตติด้วย<sup>๘๑</sup>

**ข. ปัญญาวิมุตติ** คือ ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา หมายถึง พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาล้วน ๆ หรือบำเพ็ญเพียงรูปฌาน ๔ เท่านั้น มิได้สัมผัสสวิโมกข์ ๘ สิ้นอาสวะเพราะเห็นอริยสัจ ๔ ด้วยปัญญา<sup>๘๒</sup>

**ค. กายสักขี** คือ ผู้เป็นพยานด้วยนามกาย หรือผู้ประจักษ์กับตัว หมายถึง ท่านที่ได้สัมผัสสวิโมกข์ ๘ ด้วยกาย และอาสวะบางส่วนก็สิ้นไปเพราะเห็นอริยสัจ ๔ ด้วยปัญญา<sup>๘๓</sup> หมายถึงเอาพระอรหันต์ผู้บรรลุมรรคผลขึ้นไปถึงผู้กำลังปฏิบัติเพื่ออรหัตผล ที่มีสมาธิในทริยแก่กล้ายิ่ง คือ ได้อรุณฌานขึ้นใดขั้นหนึ่งในการปฏิบัติ<sup>๘๔</sup> จัดอยู่ในผู้มีศรัทธาแก่กล้าด้วย ท่านผู้นี้ถ้าบรรลุมรรคผล จะกลายเป็นอุภโตภาควิมุตติ<sup>๘๕</sup>

**ง. ทิฏฐิปัตตะ** คือ ผู้บรรลุมรรคสมาทิสัจจะ หมายถึง ท่านผู้เข้าใจอริยสัจถูกต้อง และอาสวะบางส่วนก็สิ้นไปเพราะเห็นด้วยปัญญา ได้แก่ พระอรหันต์ผู้บรรลุมรรคผลขึ้นไปถึงผู้ปฏิบัติเพื่อพระอรหันต์ ที่มีปัญญินทริยแก่กล้า<sup>๘๖</sup>

**จ. สัทธาวิมุตต** คือ ผู้หลุดพ้นด้วยศรัทธา หมายถึง ท่านผู้เข้าใจอริยสัจถูกต้อง ได้แก่ พระอรหันต์ผู้บรรลุมรรคผลขึ้นไปถึงผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคพระอรหันต์ ที่มีศัทธินทริยแก่กล้า<sup>๘๗</sup>

**ฉ. อัมมานุสारी** คือ ผู้แล่นไปตามธรรม (ปัญญา) หมายถึง พระอรหันต์ผู้ดำรงอยู่ในมรรคปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคผล มีปัญญาแก่กล้าเป็นตํานาน<sup>๘๘</sup>

<sup>๗๙</sup> อ.ส.ต.ต.ก. (ไทย) ๒๓/๑๔/๒๐-๒๑.

<sup>๘๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๒๙/๗๕.

<sup>๘๑</sup> อ.ส.ต.ต.ก. (ไทย) ๒๓/๑๔/๒๐.

<sup>๘๒</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๕๒/๔๙๒.

<sup>๘๓</sup> อ.ต.ก.อ. (ไทย) ๒/๒๑/๙๘.

<sup>๘๔</sup> อ.ส.ต.ต.ก.อ. (ไทย) ๓/๑๔/๑๖๑.

<sup>๘๕</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๑๔๔.

<sup>๘๖</sup> อ.ภ.ป. (ไทย) ๓๖/๒๐๘/๒๓๑.

<sup>๘๗</sup> อ.ส.ต.ต.ก.อ. (ไทย) ๓/๑๔/๑๖๑.

<sup>๘๘</sup> อ.ท.ก.อ. (ไทย) ๒/๔๙/๕๕.

อริยบุคคลผู้ปฏิบัติเพื่อให้แจ้งโสดาปัตติผลมีปัญญาแก่กล้าเป็นตัวนำ ชื่อว่า อัมมานุสारी

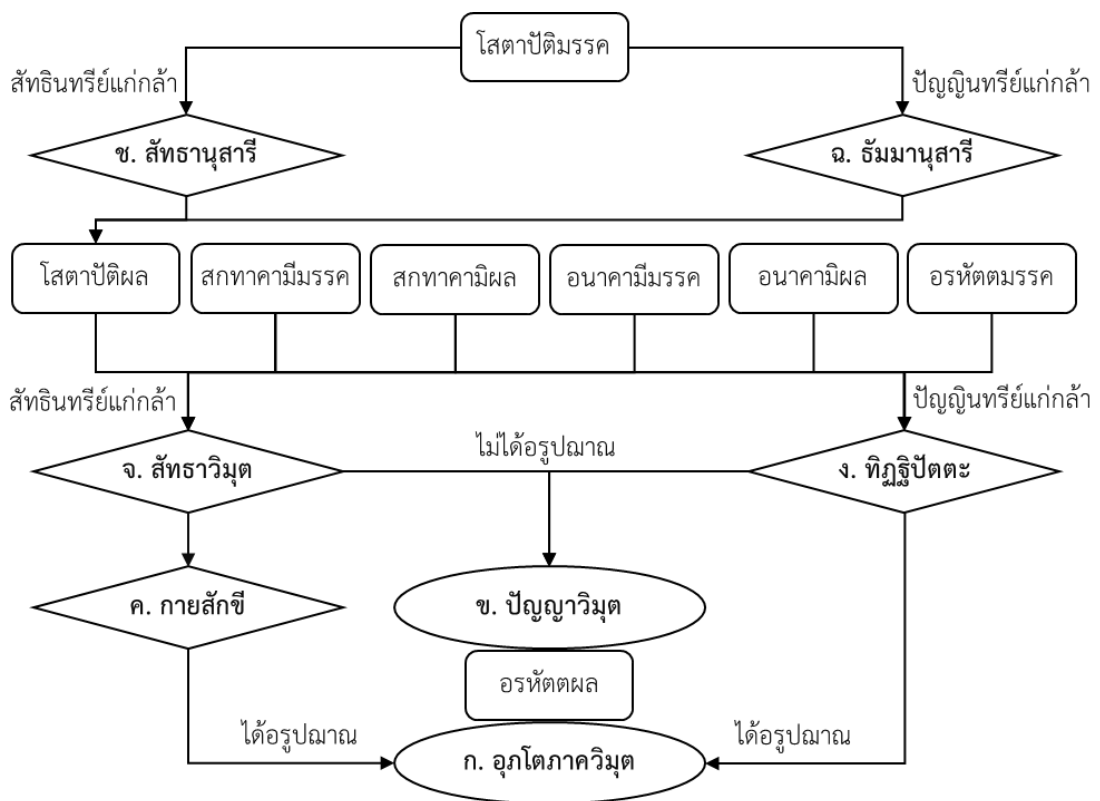
อริยบุคคลผู้ตั้งอยู่แล้วในผล คือ โสดาปัตติผล สกทาคามีผล หรืออนาคามีผล มีปัญญาแก่กล้าเป็นตัวนำ ชื่อว่า ทิฏฐิปัตตะ ถ้าบรรลอรหัตผลโดยมีสมาธิระดับรูปฌาน ๔ เป็นบาทฐาน กลายเป็นอุกโตภาควิมุต ถ้าบรรลอรหัตผลโดยมีสมาธิระดับรูปฌาน ๔ หรือขณิกสมาธิเป็นบาทฐาน กลายเป็นปัญญาวิมุต

**ข. สัทธานุสारी** คือ ผู้แล่นไปตามศรัทธา หมายถึง พระอริยบุคคลผู้ดำรงอยู่ในโสดาปัตติ มรรค กำลังปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผล มีศรัทธาแก่กล้าเป็นตัวนำ<sup>๘๙</sup>

อริยบุคคลผู้ปฏิบัติเพื่อให้แจ้งซึ่งโสดาปัตติผล มีศรัทธาแก่กล้าเป็นตัวนำ ชื่อว่า สัทธานุสारी

อริยบุคคลผู้ตั้งอยู่แล้วในผล คือ โสดาปัตติผล สกทาคามีผล หรืออนาคามีผล มีศรัทธาแก่กล้าเป็นตัวนำ ชื่อว่า สัทธาวิมุต<sup>๙๐</sup>

**แผนภาพที่ ๒ ลักษณะการบรรลุธรรมโดยจำแนกตามอริยบุคคล ๘ จำพวก**



<sup>๘๙</sup> ส.ข. (ไทย) ๑๗/๓๐๓/๓๒๑.

<sup>๙๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๕๒/๓๘๗.

**สรุปความว่า** สุทวิปัสสนายานิกบุคคล เป็นผู้ปฏิบัติที่มีวิปัสสนานำหน้าสมณะ ประเภทวิปัสสนาพุทฺพังคมสมณะ ที่ใช้ขณิกสมาธิกำหนดความเป็นไตรลักษณ์ของรูปนาม จนเมื่อขึ้นสู่วิปัสสนาในช่วงอุทฺถัพพญาณอย่างอ่อน จนเผชิญกับวิปัสสนูปกิเลสแล้ว ก็จะใช้การเจริญวิปัสสนาแบบธัมมุทัจจวิคคหิตมานัส คือ กำหนดโดยตรงที่วิปัสสนูปกิเลส เพื่อให้เห็นแจ้งความเป็นไตรลักษณ์ของธรรมารมณ์เหล่านั้น ซึ่งอาจบรรลุผลได้เลยจากการกำหนดรู้ดังกล่าว หรือหากยังไม่บรรลุธรรมก็จะกลับไปใช้วิปัสสนาพุทฺพังคมสมณะต่อไป

สำหรับการบรรลุธรรมของผู้ปฏิบัติแบบสุทวิปัสสนานั้น เป็นการปฏิบัติแบบธัมมานุสारी หรือสัทธานุสारीก็ได้ ขึ้นอยู่กับว่าสัทธินทรีย์ หรือปัญญาทรีย์จะแก่กล้ากว่ากัน หลังจากบรรลุโสตปาตีผล สกทาคามีผล หรืออนาคามีผลแล้ว หากสัทธินทรีย์แก่กล้าก็จัดเป็นสัทธาวิมุต แต่ถ้าปัญญาทรีย์แก่กล้าจะจัดเป็นทิวฐิปัตตะ ต่อเมื่อบรรลุอรหัตผลนั้น ผู้ปฏิบัติแบบสุทวิปัสสนา ก็จะจัดเป็นพระอรหันต์แบบปัญญาวิมุต เนื่องจากใช้เพียงขณิกสมาธิเท่านั้น จึงเป็นลักษณะพิเศษ ซึ่งกำลังเทียบเท่าปฐมฌานเท่านั้น

### ๒.๓ แนวทางการปฏิบัติของสุทวิปัสสนา

สุทวิปัสสนา หมายถึง การเจริญวิปัสสนานำหน้าสมณะ ด้วยการใช้สติกำหนดรูปนามที่ปรากฏทางอายตนะทั้ง ๖ ณ ปัจจุบันขณะ โดยอาศัยองค์ธรรม ๓ ประการ อันได้แก่

- อาตปปี คือ ความเพียรอันยิ่งยวด
- สัมปชาโน คือ ความหยั่งรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง และ
- สติมา คือ มีสติรู้ในสภาวะธรรมที่เป็นอยู่ในปัจจุบันขณะ

โดยใช้สมาธิที่เกิดขึ้นแบบถี่ ๆ สั้น ๆ แต่ต่อเนื่อง หรือที่เรียกว่า “ขณิกสมาธิ” เป็นพื้นฐานในการปฏิบัติ (ซึ่งไม่จำเป็นต้องตัดการรับรู้ทางอายตนะต่าง ๆ เหมือนลักษณะของฌาน) ไปตามฐานการรับรู้ต่าง ๆ ที่เป็นรูป (ฐานกาย) และนาม (ฐานเวทนา ฐานจิต และฐานธรรมารมณ์) ในความเป็นสามัญลักษณะของสรรพสิ่ง<sup>๙๐</sup> ซึ่งหมายถึง การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ อันประกอบด้วย

๒.๓.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๒.๓.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๒.๓.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๒.๓.๔ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

โดยมีแนวทางการปฏิบัติ ดังนี้

<sup>๙๐</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, พระคันธสาราภิวงศ์, หน้า ๒๐๐.

### ๒.๓.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การตั้งสติกำหนดรู้ที่ฐานกาย มีสัญญา และมีใจนี้ครองไว้<sup>๙๒</sup> ซึ่งถือว่าเป็นโลก ๆ หนึ่ง<sup>๙๓</sup> พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ หมายถึง การมีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งกาย คือ รูปชั้นธัมม ด้วยความเพียร ด้วยสัมปชัญญะ ด้วยสติ<sup>๙๔</sup> ไม่ยินดียินร้าย<sup>๙๕</sup>

การเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐานของสุทธวิปัสสนายานิก ใช้สำหรับผู้ปฏิบัติกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในหมวดอานาปานปัพพะ<sup>๙๖</sup> ที่ยังไม่ได้ฌาน มีสติพิจารณาในอาการเคลื่อนไหว รวมทั้งอาการสัมผัสของปฐวีธาตุ และวาโยธาตุขณะหายใจเข้า-ออก ด้วยการเจริญสติปัฏฐานในหมวดธาตุมนสิการปัพพะ อิริยาปถปัพพะ และสัมปชัญญูปปัพพะ หรือปฏิบัติในหมวดปฏิกุศลปัพพะเลยทันที ด้วยการตามพิจารณารูปกายตามความเป็นจริง โดยที่ยังไม่ได้ฌาน เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาทันทีโดยใช้สมาธิเพียงระดับขณิกสมาธิ คือ พิจารณาเห็นรูป-นามปัจจุบัน โดยความเป็นไตรลักษณ์ เกิดวิปัสสนาญาณไปตามลำดับ จนบรรลุมรรค ผล นิพพาน

ผู้ปฏิบัติที่บรรลุโสดาปัตติมรรคแล้ว กำลังปฏิบัติเพื่อทำให้แจ้งซึ่งโสดาปัตติผล โดยมีขณิกสมาธิเป็นบาทฐาน มีปัญญาแก่กล้าเป็นตัวนำ ชื่อว่า อัมมานุสสารี เมื่อบรรลุโสดาปัตติผลแล้ว และกำลังปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคผลเบื้องสูงต่อไป โดยมีปัญญาแก่กล้าเป็นตัวนำ เรียกว่า ทิฏฐิปัตตะท่านผู้นี้เมื่อบรรลุอรหัตผลกลายเป็นปัญญาวิมุต

คัมภีร์อรรถกถา และคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวถึงการปฏิบัติวิปัสสนาของสุทธวิปัสสนายานิก ที่ไม่ต้องปฏิบัติให้ถึงขั้นฌาน ก็ปฏิบัติวิปัสสนาได้เลยทันทีไว้ว่า

“ลมหายใจในขณะที่ไม่ได้กำหนดรู้ก็ยังหยาบอยู่ ต่อเมื่อกำหนดรู้สภาวะของมหาภูตรูป (อาการเย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง เคลื่อนไหวไปมา เป็นต้น) จึงละเอียดลง แม้อลมหายใจในตอนที่กำหนดมหาภูตรูปนั้นก็นับว่ายังหยาบอยู่ เมื่อกำหนดอุปาทายรูป (รูปละเอียด) จึงละเอียดเข้า ลมหายใจตอนที่กำหนดอุปาทายรูปนั้นยังหยาบอยู่ เมื่อกำหนดรู้รูปทั้งสิ้นจึงละเอียดเข้า ลมหายใจตอนที่กำหนดรู้รูปทั้งสิ้นก็นับว่ายังหยาบ ต่อเมื่อกำหนดทั้งรูปทั้งนามจึงละเอียดเข้า แม้อลมหายใจในตอนที่กำหนดทั้ง

<sup>๙๒</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๕๘/๑๐๗.

<sup>๙๓</sup> อง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๔๕/๓๔๕.

<sup>๙๔</sup> ที.ส. (ไทย) ๙/๑๕๐-๒๓๕/๔๘-๗๘.

<sup>๙๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๙๖</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๗๗/๔๕๔.

รูปทั้งนามนั้นก็นับว่ายังหยاب ในตอนที่กำหนดปัจจัยของนามรูปจึงละเอียด  
 เข้า กายสังขารในตอนที่กำหนดปัจจัยนั้นก็ยังนับว่ายังหยاب ต่อเมื่อเห็นนาม  
 รูปพร้อมทั้งปัจจัยจึงละเอียดเข้า แม้กายสังขารในตอนที่เห็นนามรูปพร้อมทั้ง  
 ปัจจัยนั้นก็นับว่ายังหยاب ถึงตอนที่เป็นวิปัสสนาอันมีไตรลักษณ์เป็นอารมณ์  
 จึงละเอียดเข้า ในทุรพลวิปัสสนา (วิปัสสนากำลังอ่อน) ก็นับว่ายังหยاب ใน  
 พลววิปัสสนา (วิปัสสนากำลังกล้า) จึงละเอียดเข้า”<sup>๙๗</sup>

พระสารีบุตรเถระอธิบายวิธีทำกายให้ปรากฏ ก่อนการพิจารณารูปกาย ยกขึ้นสู่วิปัสสนา  
 ไว้ว่า

“กายปรากฏอย่างนี้ คือ เมื่อผู้ปฏิบัติรู้ความที่จิตมีอารมณ์เดียว  
 ไม่ฟุ้งซ่าน ด้วยความพยายามใส่ใจกำหนดรู้ลมหายใจเข้า-ลมหายใจออกยาว  
 และใส่ใจกำหนดรู้ลมหายใจเข้า-ลมหายใจออกสั้น สติย่อมตั้งมั่น กาย  
 เหล่านั้น ย่อมปรากฏด้วยสตินั้น ด้วยญาณนั้น

เมื่อมีการคำนึงถึง รับรู้ เห็น พิจารณา อธิษฐานจิต น้อมใจเชื่อ  
 ด้วยศรัทธา ประคองความเพียร ตั้งสติไว้อย่างมั่นคง รู้ชัดด้วยปัญญา รู้แจ้ง  
 ธรรมที่ควรรู้ กำหนดรู้ธรรมที่ควรกำหนดรู้ ละธรรมที่ควรละ เจริญธรรมที่  
 ควรเจริญ ทำให้แจ้งธรรมที่ควรทำให้แจ้ง กายจึงจะปรากฏ”<sup>๙๘</sup>

หลังจากนั้น พระสารีบุตรเถระอธิบายวิธีการยกรูปกายขึ้นสู่พระไตรลักษณ์ เจริญวิปัสสนา  
 ภาวนา โดยการตามพิจารณาเห็นรูปกายว่า

“ภิกษุพิจารณาเห็นกายนั้นอย่างไร คือ พิจารณาเห็นโดยความ  
 ไม่เที่ยง ไม่พิจารณาเห็นโดยความเที่ยง พิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ไม่  
 พิจารณาเห็นโดยความเป็นสุข พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ไม่  
 พิจารณาเห็นโดยความเป็นอัตตา ย่อมเบื่อหน่าย ไม่ยินดี ย่อมคลายกำหนด  
 ไม่กำหนด ย่อมทำราคาให้ดับ ไม่ให้เกิด ย่อมสละคืน ไม่ยึดถือ เมื่อพิจารณา  
 เห็นโดยความไม่เที่ยง ย่อมละนิจจสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็น  
 ทุกข์ ย่อมละสุขสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ย่อม  
 ละอัตตสัญญาได้ เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมละนันทิ (ความยินดี) ได้ เมื่อคลาย

<sup>๙๗</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๒๒๑/๔๕๖.

<sup>๙๘</sup> พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๓๑/๒๖๖.

กำหนดย่อมละระคาะได้ เมื่อทำระคาะให้ดับ ย่อมละสมุทัยได้ เมื่อสละคีน ย่อม  
ละอาทานะ (ความยึดถือ) ได้ ภิกษุณั้พิจารณาเห็นกายนั้นอย่างนี้”<sup>๙๙</sup>

การเจริญสุทวิปัสสนาภาวนาในวาโยธาตุบรรพ หรือวาโยธาตุมนสิการ ว่าด้วยการน้อม  
นำวาโยธาตุ (ธาตุลม) มาระลึกรู้กำหนดพิจารณาทำไว้ในใจให้แยกคาย เรียกอีกอย่างว่า ธาตุ  
กัมมัฏฐาน คือ การพิจารณาธาตุลมด้วยสติสัมปชัญญะ มองให้เห็นในความเกิดขึ้นและความเสื่อม  
สลายไปในกาย เพื่อให้ตระหนักว่ากายนี้ก็สักว่ากาย มิใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา จัดเป็นส่วนหนึ่ง  
หรือบรรพหนึ่งในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เรียกว่า ธาตุมนสิการปัพพะ

ในคัมภีร์มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกั์ ปรากฏข้อความที่พระพุทธเจ้าตรัสถึงเรื่องนี้ว่า รูป  
หรือธาตุ แปลว่า สภาวะสภาพที่ว่างเปล่าไม่ใช่บุคคลตัวเราของเรา ธาตุในทางธรรมเป็นเพียง  
สภาวะธรรม ไม่ใช่สมมุติบัญญัติ ซึ่งใช้สื่อสารกันให้เข้าใจว่าเป็นก้อนอัตภาพมนุษย์ การพิจารณาธาตุทั้ง  
๔ คือ ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ และวาโยธาตุ ที่ปรากฏในร่างกาย จนกระทั่งเห็นเป็นเพียงกอง  
ธาตุ โดยปราศจากความจำว่าเป็นหญิง ชาย เรา เขา สัตว์ บุคคลเสียได้<sup>๑๐๐</sup>

พระญาณโพนิกเถระ กล่าวไว้ในหนังสือ หัวใจกรรมฐานปรากฏใจความว่า การกำหนดใน  
ธาตุ ๔ มี ดิน น้ำ ไฟ และลม เป็นการวิเคราะห์ร่างกายออกเป็นธาตุ ๔ ชนิด (ธาตุวิัตถถานะ) การ  
กำหนดเฉพาะธาตุอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยเฉพาะธาตุลมที่เป็นธาตุแห่งการสั่นไหว หากกำหนดปฏิบัติ  
จนเห็นลักษณะเฉพาะ และการทำหน้าที่ของมันด้วยปัญญาอย่างแท้จริงแล้ว สภาวะของธาตุที่เหลือ  
ทั้ง ๓ อันเป็นเหตุใกล้ ก็จะไม่ค่อย ๆ เค้นชัดตามขึ้นมาด้วย<sup>๑๐๑</sup>

ในคัมภีร์พระอภิธรรม พระวิภังค์ ปรากฏข้อความว่า วาโยธาตุ ได้แก่ สภาวะที่ทำให้  
เคลื่อนไหว เรียกกันเป็นสามัญว่าธาตุลมมี ๒ อย่าง ทั้งที่เป็นภายในและภายนอก ภายในได้แก่ ความ  
พัดไปมา ธรรมชาติที่เป็นเครื่องค้ำจุนรูป เป็นภายในตน มีเฉพาะตน ที่กรรมอันประกอบด้วยตัณหา  
และทิวฐิยึดถือ ซึ่งเป็นไปภายในตน เช่น ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในไส้ ลม  
พัดไปตามตัว ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ที่เป็นไปภายนอก ได้แก่ ความพัดไปมา ความเคร่งตึงแห่ง  
รูป เป็นภายนอกตนที่กรรมอันประกอบด้วยตัณหาและทิวฐิไม่ยึดถือ ซึ่งเป็นภายนอกตน เช่น ลม  
ตะวันออก ลมตะวันตก ลมเหนือ ลมใต้ ลมมีฝุ่นละออง ลมหนาว ลมร้อน ลมอ่อน ลมแรง ลมดำ ลม  
บน ลมใบก้างหัน ลมโบก หรือความพัดไปมาของธรรมชาติที่พัดไปมา<sup>๑๐๒</sup>

<sup>๙๙</sup> พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๖๗/๑๕๘.

<sup>๑๐๐</sup> คุรยละเอียดใน, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๐๒-๓๐๕/๓๓๐-๓๓๕.

<sup>๑๐๑</sup> พระญาณโพนิกเถระ, หัวใจกรรมฐาน, แปลโดย พลตรี นายแพทย์ชาญ สุวรรณวิภังค์, พิมพ์ครั้งที่ ๘,  
(กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สยาม, ๒๕๕๓), หน้า ๗๕.

<sup>๑๐๒</sup> คุรยละเอียดใน, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๗๖/๑๓๖-๑๓๗.



พระพรหมคุณาภรณ์ ให้ความหมายไว้ว่า วาโยธาตุ คือ ธาตุที่มีลักษณะพัดผันเครื่องตั้ง ภายในตัวก็มี ภายนอกตัวก็มี กล่าวเฉพาะที่เป็นภายในสำหรับกำหนด พอให้สำเร็จประโยชน์เป็น อารมณ์ของกรรมฐาน ได้แก่ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในไส้ ลมชานไปตาม ตัว ลมหายใจ หรือสิ่งอื่นใดก็ตามในตัว ที่มีลักษณะพัดผันไป เป็นต้น<sup>๑๐๓</sup>

สภาวะที่มีลักษณะพัดไปมา ภาวะสั้นไหว เครื่องตั้ง ค้ำจุน ในร่างกายนี้ ส่วนที่ใช้กำหนด เป็นอารมณ์กรรมฐาน ได้แก่ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในไส้ ลมพัดไปตามตัว ลมหายใจ อย่างนี้เป็นกรกล่าวถึงวาโยธาตุในลักษณะที่คนสามัญทั่วไปจะเข้าใจได้ และที่จะให้สำเร็จ ประโยชน์ในการเจริญกรรมฐาน แต่ในทางอภิธรรม วาโยธาตุเป็นสภาวะพื้นฐานที่มีอยู่ในรูปธรรมทุก อย่าง ได้แก่ ภาวะสั้นไหว เครื่องตั้ง ค้ำจุน<sup>๑๐๔</sup>

วาโยธาตุ เป็นธาตุที่มีลักษณะเครื่องตั้งและไหวหรือพัดผ่านไปมา เป็นธาตุที่มีความสำคัญ มากแก่คนและสัตว์ เพราะเป็นธาตุที่ทำให้ไหวกาย ไหววาจา (พูด) ได้ และทำให้ชีวิตดำรงอยู่ โดยเฉพาลมหายใจเข้าออก ถ้าหมดลมประเภทนี้ก็ต้องขาดใจตาย

วาโยธาตุที่มีอยู่ทั่วไปในสรรพางค์กายคนและสัตว์นั้น มี ๖ ชนิด คือ<sup>๑๐๕</sup>

- ก. ลมพัดขึ้นเบื้องบน (อุทงคมาโย) เช่น การเรอ การหาว การไอ การจาม เป็นต้น
- ข. ลมพัดลงเบื้องต่ำ (อโธคมาโย) เช่น การผายลม ลมเบ่ง เป็นต้น
- ค. ลมในท้อง (กุจฉิสยวาโย) เช่น ลมที่ทำให้ท้องขึ้น ท้องเฟ้อ ทำให้ปวดท้อง เสียดท้อง เป็นต้น
- ง. ลมในไส้ (โกฏฐุสยวาโย) เช่น ลมที่ทำให้ท้องร้อง ท้องลั่น เป็นต้น
- จ. ลมพัดไปตามร่างกาย ทำให้เคลื่อนไหวได้ พูดได้
- ฉ. ลมหายใจเข้า หายใจออก

พระพุทธทศตะเถระ อธิบายความหมายวาโยธาตุ ไว้ในหนังสืออิธัมมาตาร ใจความว่า หมายถึง ธาตุลมที่เป็นในกาย มีธรรมวัตถถาน ๔ คือ การกำหนดสภาวะธรรมโดยลักษณะ รสะ ปัจจุ- ปัญฐาน และปทัฏฐาน<sup>๑๐๖</sup>

<sup>๑๐๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๑๑๘.

<sup>๑๐๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติม ช่วงที่ ๑/ยุคติ), พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๔), หน้า ๓๕๘.

<sup>๑๐๕</sup> พิฑูร มลิวลิย์ ป.ธ.๙, น.บ. เรียบเรียง, สังคหะ (๑) สภาวะธรรมพื้นฐาน, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรมการศาสนา, ม.ป.ป), หน้า ๗-๘.

<sup>๑๐๖</sup> พระพุทธทศตะเถระ, อิธัมมาตาร, แปลโดย, พระคันธสาราภิวังศ์, พระธัมมนันทาเถระ อัครมหาบัณฑิต ตรวจสอบชำระ, หน้า ๒๒๖.

- ลักษณะ คือ สภาวะธรรม (สภาวะลักษณะ) หรือ ความเสมอกันของธรรม มีความไม่เที่ยงเป็นต้น (สามัญญลักษณะ) ส่วนที่เป็นวาโยธาตุ มีลักษณะตึง
- รสะ คือ หน้าที่ หรือความบริบูรณ์แห่งหน้าที่ วาโยธาตุ มีหน้าที่เคลื่อนไหว
- ปัจจุภูฐาน คือ ผลที่เกิดพร้อมกับเหตุ หรือภายหลังแต่เหตุ หรืออาการที่ปรากฏ วาโยธาตุมีการผลกัตัน เป็นผลหรือเครื่องปรากฏ
- ปทัฏฐาน คือ เหตุใกล้ วาโยธาตุ มีมหาภูตรูป ๓ อื่นที่เหลือ ได้แก่ อาโป เตโช ปฐวี เป็นเหตุใกล้

การกำหนดวาโยธาตุที่เป็นลมที่ตึงขึ้นหรือยุบหย่อนลงในช่องท้อง ที่เรียกว่า พอง-หนอ-ยุบ-หนอนั้น ต้นแบบผู้ค้นพบและเผยแพร่โดยมีหลักฐานพระไตรปิฎกเทียบเคียงกับการปฏิบัติในการกำหนดธาตุลมที่ช่องท้อง คือ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ผู้เชี่ยวชาญพระไตรปิฎกชาวพม่า ที่พิสูจนการปฏิบัติกำหนดธาตุลมที่พองขึ้น และยุบลงของช่องท้อง ตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตร อย่างจดจ่อต่อเนื่องติดต่อกันเป็นระยะเวลาช้านาน จนได้ผลเป็นที่แน่ใจและยืนยันได้ว่า การปฏิบัติแบบกำหนดลมที่พองขึ้น หรือยุบลงของหน้าท้อง โดยใช้คำบริกรรมลงท้าย “หนอ” ว่า พอง-หนอ ยุบ-หนอ เพื่อเพิ่มกำลังให้ขณิกสมาธิ

กล่าวคือ เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ตามอาการโดยคำภาวนาที่ตรงตามสภาวะคำเดียวว่า “พองหรือยุบ” ขณิกสมาธิกำลังอ่อนปรากฏไม่ชัดเจน เช่น นั่งตั้งสติกำหนดภาวนาในใจของท้องที่พองขึ้นว่า “พอง” นั้น อาการที่พองขึ้นจะปรากฏตั้งอยู่นานกว่าคำภาวนา คือ เพียงอาการพองปรากฏได้ครั้งหนึ่งคำภาวนาว่า “พอง” ก็หมดลงเสียก่อนที่อาการพองนั้นจะหมดหรือดับไป เมื่อเป็นเช่นนี้สมาธิที่เกิดจากคำภาวนาว่า “พอง” ก็สะดุดหยุดลงไม่ติดต่อกันไปตามสภาวะของอาการ “พอง” นั้น ซึ่งยังปรากฏต่อไปอย่างชัดเจน ผู้ปฏิบัตินั้นก็กระวนกระวาย เพราะสมาธิมีกำลังน้อยเกินไป แต่ถ้าเติมคำภาวนาตามลงไปอีกคำหนึ่งว่า “หนอ” ก็จะเป็นการเพิ่มกำลังให้สมาธิตั้งอยู่นานพอดี กับอาการที่ปรากฏตามสภาวะที่เป็นจริง สมาธิยอมดำเนินไปได้ช้านานโดยสะดวก เป็นการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน ญาณหรือปัญญา ก็จะเกิดและก้าวหน้าสูงขึ้นยิ่ง ๆ ขึ้นไปตามลำดับ<sup>๑๐๗</sup>

ท่านพระโสภณมหาเถระได้นำวิธีการกำหนดในวาโยธาตุ โดยใช้คำบริกรรมส่ำทับท้ายอาการปัจจุบันของรูปตามที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติอย่างหนึ่ง คือ ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายนี้ ตามที่ดำรงอยู่ ตามที่เป็นอยู่โดยความเป็นธาตุว่า ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุ

<sup>๑๐๗</sup> ธนิต อยู่โพธิ์, วิปัสสนานิยม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๓๑.

ลมมีอยู่ในกายนี้”<sup>๑๐๘</sup> ปฏิบัติจนยืนยันได้ว่า การกำหนดรู้สภาวะพอง-ยุบจัดเป็นธาตุกรรมฐาน โดยสภาวะพอง-ยุบเป็นลมในท้องที่ดันให้พองออกและหดยุบลง ตามลักษณะของวาโยธาตุว่า โดยสภาวะพองยุบเป็นลมในท้องที่ดันให้พองออก และหดยุบลงเมื่อหายใจเข้าออก การกำหนดสภาวะพองยุบว่าพองหนอ-ยุบหนอ หรือตึงหนอ-หย่อนหนอ จัดเป็นการรับรู้ลักษณะเป็นต้นดังนี้ คือ

- สภาวะตึงหย่อนของธาตุลมที่โพฐฐัพพารมณ เป็นลักษณะพิเศษของวาโยธาตุ (วิตถมณลกขณา)
- การทำให้เคลื่อนไหวจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง เป็นหน้าที่ของวาโยธาตุ (สมุที-รณรสา)
- การผลักดัน เป็นอาการปรากฏของวาโยธาตุ (อภินิหารปจฺจุปฺภูฏานา)

การเจริญสติกำหนดธาตุลมตามแบบพอง-ยุบ เน้นการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ โดยมีธาตุลมเป็นหลัก จัดเป็นสติปัญญาประเภทกายานุปัสสนา สภาวะการพองยุบนั้นเป็นลมที่เกิดภายในท้อง เรียกว่า กุจฉิสยวาโย (ลมในท้อง) ที่เกี่ยวเนื่องกับลมหายใจเข้าออก กล่าวคือ การหายใจเป็นกระบวนการที่เกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อกระบังลม ทรวงอก และกระดูกซี่โครง กระบังลมกั้นอยู่ระหว่างช่องอกและช่องท้อง โดยอยู่ด้านล่างของปอด ตามปกติ เมื่อเราหายใจเข้า กระบังลมจะหดตัวกดอวัยวะในช่องท้อง ส่งผลให้ลมในท้องพองออกมา และเมื่อหายใจออก กระบังลมจะยืดขึ้น ส่งผลให้ลมในท้องยุบลง พร้อมกับดันลมออกจากปอด<sup>๑๐๙</sup>

การเจริญวิปัสสนาภาวนาตามพุทธประสงค์ ก็คือ การกำหนดรู้รูปนามเป็นอารมณ์ ถ้าผิดจากการกำหนดรูปนามเสียแล้ว ก็ทำให้การเจริญวิปัสสนาไม่ การกำหนดรู้รูปนามอันเป็นอารมณ์ของวิปัสสนานั้น ว่าโดยเฉพาะการกำหนดรูป ถ้ากำหนดรูปใหญ่ไม่ได้ผลหรือได้ผลน้อยที่สุด ก็พึงมา กำหนดที่รูปละเอียด ซึ่งได้แก่รูปที่ลมหายใจถูกต้อง คือ ลมหายใจเข้าออกไปถูกที่ใด ก็ให้กำหนดที่นั่น ในที่นี้ จุดที่ลมหายใจถูกต้องอยู่เสมออันมีอยู่ ๒ แห่ง คือ ที่จมูกและที่บริเวณท้อง ใน ๒ แห่งนั้น ปรากฏว่าสำหรับที่จมูกจะกำหนดได้ชัดเจนในระยะเริ่มแรกเท่านั้น ครั้นกำหนดนานเข้า เมื่อลมละเอียดลง จะปรากฏไม่ชัดเจน ส่วนที่บริเวณท้อง ซึ่งมีอาการ พองยุบ อยู่ นั้นกำหนดได้ชัดเจนสม่ำเสมอ แม้นานเท่าใดก็กำหนดได้เท่านั้น และแสดงสภาวะได้แจ่มชัดกว่าที่จมูกมาก<sup>๑๑๐</sup>

<sup>๑๐๘</sup> ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗.

<sup>๑๐๙</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัยเล่ม ๑ , แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) ตรวจชำระ, หน้า ๒๓๐,

<sup>๑๑๐</sup> ธนิต อยู่โพธิ์, วิปัสสนานิยม, หน้า ๓๔.

ฉะนั้นการกำหนดวาโยธาตุ โดยอาศัยการดูรูปละเอียดที่พองขึ้นหรือยุบลงของท้อง เป็นการกำหนดดูรูปที่ลมถูกต้องที่ผนังท้องโดยผ่านลมหายใจเข้าออก เรียกว่า วาโยธาตุโณฐฐัพพะรูป เป็นการดูรูปปรมาณูที่มีการเคลื่อนไหว

บุคคลที่กำหนดอาการพอง อาการยุบอยู่นั้น รู้อยู่แต่ว่าวาโยโณฐฐัพพะรูปเช่นนี้ แสดงว่าสัมมาทิฏฐิญาณเกิดขึ้น มีจักษุทิฏฐิวิชชาหายไป และสามารถบรรลุถึงมรรค ผล นิพพานได้ เช่นเดียวกัน หลักการของวิปัสสนานี้ อารมณีนอกกิเลสเกิดขึ้นได้ ให้ตั้งสติกำหนดอารมณ์นั้น กิเลสก็หายไป วิปัสสนาย่อมทำลายอนุสัยและสร้างปัญญาภูมิให้เจริญขึ้น ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน อิริยาบถทั้ง ๔ และพร้อมด้วยอิริยาบถน้อยใหญ่ ซึ่งกล่าวรวมเอาไว้ทั้งหมดนี้เรียกว่า สัพพสังคาทิกวงจะ ดังนี้ พอง-ยุบ คือ อัสสาสปัสสาส วาโยธาตุ ซึ่งเป็นวาโยธาตุทั้ง ๖ อย่าง เพราะอัสสาส ปัสสาสเป็นกายปฏิบัติ (ที่ท้อง) เป็นวาโยโณฐฐัพพะรูป (กายสังขาร) พอง-ยุบ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน สมดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในทำยมหาสติปัฏฐานว่า “การเฝ้าดูหรือพิจารณาภายในกายอยู่ อย่างนี้แล”<sup>๑๑๑</sup>

ในหมวดนี้ วิธีปฏิบัติของวิปัสสนายานิกบุคคล โดยการเปลี่ยนการกำหนดให้กลายเป็นการพิจารณารูปนาม ด้วยอำนาจของการพิจารณาตั้งไปในทางของปัญญาอย่างเดียว<sup>๑๑๒</sup> การเจริญวิปัสสนาล้วนเช่นนี้ เรียกว่า สุทธิวิปัสสนา ผู้บรรลุมรรคผลด้วยการเจริญสุทธิวิปัสสนา เรียกว่า สุขวิปัสสกบุคคล<sup>๑๑๓</sup>

ผู้เจริญวิปัสสนาโดยอาศัยสมาธิระดับอุปะจาระ หรืออัปปนา ชื่อว่า สมถยานิก ส่วนผู้เจริญวิปัสสนาโดยมิได้อาศัยสมาธิทั้งสองนั้น ชื่อว่า สุทธิวิปัสสนายานิก ซึ่งจึงอาศัยขณิกสมาธิเป็นหลักในการเจริญวิปัสสนา คัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาภูิกากล่าวถึงสมาธิประเภทนี้ว่า “โดยแท้จริงแล้ว การบรรลุโลกุตตรธรรม ไม่มีแก่สมถยานิกโดยปราศจากสมาธิที่จำแนกเป็นอุปะจาระและอัปปนา การบรรลุโลกุตตรธรรมย่อมไม่มีแก่วิปัสสนายานิก โดยปราศจากขณิกสมาธิ และการบรรลุโลกุตตรธรรมย่อมไม่มีแก่บุคคลทั้งสอง โดยปราศจากหนทางสู่วิมอกข์ ๓ (อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา และอนัตตานุุปัสสนา) ฉะนั้น ท่านจึงกล่าวว่าเป็นการอบรมสมาธิและวิปัสสนาปัญญาอยู่”<sup>๑๑๔</sup>

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการตั้งสติกำหนดรู้ที่ฐานกาย โดยพิจารณาเห็นภายในกายหรือรูปขันธ์ ซึ่งจำแนกไว้ ๖ หมวด ด้วยความเพียร สัมปชัญญะ ด้วยสติ โดยความไม่ยินดียินร้าย วิธีเจริญวิปัสสนาของวิปัสสนายานิก ไม่ต้องใช้ฌานปีนบาทฐาน สามารถเจริญวิปัสสนาได้ทันที ด้วยการ

<sup>๑๑๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๘.

<sup>๑๑๒</sup> พุทธทาสภิกขุ, อานาปานสติสมบูรณแบบ, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๘), หน้า ๙๕.

<sup>๑๑๓</sup> ดูรายละเอียดใน พุ.เถร.อ. (ไทย) ๓/-/-/๔๖๘-๔๖๙.

<sup>๑๑๔</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๒/๗๖๘/๑๐๔.

พิจารณารูปนาม ดิ่งไปในทางปัญญาอย่างเดียว เรียกว่า “สุทธวิปัสสนา” ผู้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ด้วยการเจริญวิปัสสนาแบบนี้ เรียกว่า “สุกขวิปัสสกบุคคล”

### ๒.๓.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการตั้งสติกำหนดรู้ที่ฐานเวทนา<sup>๑๕</sup> พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ อันประกอบด้วย ความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือ เฉย ๆ เมื่อคร่าวได้เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้ถูกต้องสัมผัสด้วยกาย และได้นึกถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เคยเกิดขึ้นทางประสาทสัมผัสทั้ง ๕ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย โดยพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงความรู้สึก ไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน

การเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานของสุทธวิปัสสนายานิก ใช้สำหรับผู้ปฏิบัติกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในหมวดอานาปานปัพพะ แต่ยังไม่ได้ฌาน กำลังเจริญสติพิจารณาในอาการเคลื่อนไหว และอาการสัมผัสของปฐวีธาตุ และวาโยธาตุขณะหายใจเข้า-ออก กำลังการเจริญสติปัฏฐานในหมวดธาตุนมสิการปัพพะ อิริยาถปัพพะ สัมปชัญญะปัพพะ หรือปฏิกุศลปัพพะอยู่ในขณะนั้น บังเกิดเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นใน ๗ ประการ (๑, ๒, ๓, ๔, ๕, ๖, ๘ ยกเว้น ๗ และ ๘)<sup>๑๖</sup> มีสติสัมปชัญญะตามพิจารณาคำความเป็นจริงของเวทนานั้น โดยที่ยังไม่ได้ฌานสมบัติ เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาทันที ใช้สมาธิเพียงระดับขณิกสมาธิ คือ รู้ทันปัจจุบันทุกขณะของของเวทนานั้น (นาม) โดยความเป็นไตรลักษณ์ จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน

พระสารีบุตรเถระอธิบายวิธีทำเวทนาให้ปรากฏ ก่อนที่จะพิจารณาเวทนาเป็นอารมณ์เจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานต่อไปว่า เวทนาปรากฏอย่างนี้ คือ เมื่อผู้ปฏิบัติรู้ความที่จิตมีอารมณ์เดียวไม่ฟุ้งซ่าน ด้วยความพยายามใส่ใจกำหนดรู้ลมหายใจเข้ายาว-ลมหายใจออกยาว ใส่ใจกำหนดรู้ลมหายใจเข้าสั้น-ลมหายใจออกสั้น สติย่อมตั้งมั่น กายเหล่านั้นย่อมปรากฏ ด้วยสตินั้น ด้วยญาณนั้น เมื่อมีการคำนึงถึง รับรู้ เห็น พิจารณา อธิษฐานจิต น้อมใจเชื่อด้วยศรัทธา ประคองความเพียร ตั้งสติไว้อย่างมั่นคง รู้ชัดด้วยปัญญา รู้แจ้งธรรมที่ควรรู้ กำหนดรู้ธรรมที่ควรกำหนดรู้ ละธรรมที่ควรละเจริญธรรมที่ควรเจริญ ทำให้แจ้งธรรมที่ควรทำให้แจ้ง เวทนาจึงจะปรากฏเมื่อเวทนาปรากฏขึ้น

เมื่อผู้ปฏิบัติเจริญสติพิจารณาเวทนาที่เป็นอารมณ์ของจิต โดยความสิ้นไป เสื่อมไป เพราะรู้แจ้งในวิเสสลักษณะ และสามัญญลักษณะของเวทนานั้น ๆ และพิจารณาเห็นจิตที่มีเวทนานั้น ๆ เป็นอารมณ์เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป วิปัสสนาญาณเกิดขึ้นตามลำดับ ดังที่พระสารีบุตรเถระ อธิบายว่า

<sup>๑๕</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๔๘/๑๐๗.

<sup>๑๖</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๙/๓๑๓.

“วิปัสสนาญาณเป็นอย่างไร คือ ปัญญาในการพิจารณาอารมณ์ แล้วพิจารณาเห็นความดับ ได้แก่ จิตมีเวทนาเป็นอารมณ์เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป พระโยคาวจรพิจารณาอารมณ์นั้นแล้ว พิจารณาเห็นความดับไปแห่งจิตนี้”<sup>๑๑๗</sup>

พิจารณาเห็นอย่างไร ชื่อว่าพิจารณาเห็น คือ พิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ไม่พิจารณาเห็นโดยความเที่ยง พิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นสุข พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นอัตตา ย่อมเบื่อหน่าย ไม่ยินดี ย่อมคลายกำหนด ไม่กำหนด ย่อมทำราคะให้ดับ ไม่ให้เกิด ย่อมสละคืน ไม่ยึดถือ

เมื่อพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ย่อมละนิจจสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ย่อมละสุขสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตาย่อมละอัตตสัญญาได้ เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมละนันทิ (ความยินดี) ได้ เมื่อคลายกำหนดย่อมละราคะได้ เมื่อทำราคะให้ดับ ย่อมละสมุทัยได้ เมื่อสละคืน ย่อมละอาทานะ (ความยึดถือ) ได้”<sup>๑๑๘</sup>

วิธีปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานลักษณะนี้ เปลี่ยนจากการกำหนดเป็นการพิจารณา เวทนาที่ปรากฏชัด ด้วยอำนาจของการพิจารณาตั้งไปในทางของปัญญาอย่างเดียว<sup>๑๑๙</sup> เป็นการเจริญวิปัสสนาล้วน เรียกว่า สุทรวิปัสสนา ผู้บรรลุมรรคผลด้วยการเจริญสุทรวิปัสสนาเรียกว่า สุขวิปัสสกบุคคล<sup>๑๒๐</sup>

ผู้ปฏิบัติตามแนวทางนี้ เมื่อบรรลุโสดาปัตติมรรคแล้ว และกำลังปฏิบัติเพื่อทำให้แจ้งซึ่งโสดาปัตติผล โดยมีขณิกสมาธิเป็นบาทฐาน มีปัญญาแก่กล้าเป็นตัวนำ ชื่อว่า อัมมานุสारी เมื่อบรรลุโสดาปัตติผลแล้ว และกำลังปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคผลเบื้องสูงต่อไป โดยมีปัญญาแก่กล้าเป็นตัวนำ กลายเป็น ทิฏฐิปัตตะ ท่านผู้นี้เมื่อบรรลุอรหัตผลกลายเป็น ปัญญาวิมุตติ

สรุป เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการตั้งสติกำหนดรู้ที่ฐานเวทนา จำแนกเป็น ๙ ประการ โดยพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา ว่าเป็นเพียงความรู้สึกไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน วิธีเจริญวิปัสสนาของสุทรวิปัสสนายานิกนั้น ไม่ได้ใช้ฌานเป็นบาท แต่ใช้สติสัมปชัญญะพิจารณาตาม

<sup>๑๑๗</sup> พ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๖๗/๑๕๘.

<sup>๑๑๘</sup> พ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๒/๘๒.

<sup>๑๑๙</sup> พุทธทาสภิกขุ, อานาปานสติสมบูรณแบบ, หน้า ๙๕.

<sup>๑๒๐</sup> พ.เถร.อ. (ไทย) ๓/-/๔๖๘-๔๖๙.

ความเป็นจริงของเวหนานั้น โดยใช้ฉนิกสมาธิให้เห็นความเป็นไตรลักษณ์จนบรรลุมรรค ผล นิพพาน เรียกว่า “วิปัสสนาญาณิก” เมื่อสำเร็จเป็นพระอรหันต์ เรียกว่า “ปัญญาวิมุตติ”

### ๒.๓.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการตั้งสติกำหนดรู้ที่ฐานจิต พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ หมายถึง การมีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งจิต คือ ความคิดต่าง ๆ เช่น พิจารณาว่าจิตมีราคะ หรือไม่มีราคะ จิตมีโทสะ หรือไม่มีโทสะ จิตมีโมหะ หรือไม่มีโมหะ โดยพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงความคิด ไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืนไม่ใช่ตัวตน<sup>๑๒๑</sup>

การเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานของสุทธวิปัสสนาญาณิกนั้น เมื่อบุคคลใดได้ปฏิบัติ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในหมวดอานาปานปัพพะ แต่ยังไม่ได้อาน กำลังเจริญสติพิจารณาในอาการ เคลื่อนไหว และอาการสัมผัสของปฐวีธาตุ และวาโยธาตุขณะหายใจเข้า-ออก กำลังเจริญสติปัฏฐานใน หมวดธาตุมนสิการปัพพะ อิริยาปลปัพพะ สัมปชัญญะปัพพะ หรือปฏิกุศลปัพพะอยู่ ในขณะที่ปฏิบัติ ภาวนาอยู่นั้น เกิดจิตมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่งปรากฏชัดขึ้น ใน ๑๑ ประการนี้ คือ จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะ จิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะ จิตหดหู่และท้อถอย จิต ฟุ้งซ่าน อย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ปฏิบัติมีสติสัมปชัญญะตามพิจารณาความเป็นจริงของจิตนั้น โดยที่ไม่ได้ ฌานสมาบัติ เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาทันที ใช้สมาธิเพียงระดับฉนิกสมาธิ คือ รู้ทันปัจจุบันทุก ๆ ขณะของ จิตนั้น (นาม) โดยความเป็นไตรลักษณ์ จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน

พระสารีบุตรเถระอธิบายวิธีทำจิตให้ปรากฏ ก่อนที่จะพิจารณาจิตเป็นอารมณ์ เจริญ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานต่อไปว่า

“เมื่อภิกษุรู้อยู่ จิตนั้นย่อมปรากฏ เมื่อภิกษุเห็นอยู่ พิจารณา ใคร่ครวญอยู่ อธิษฐานจิตอยู่ ตัดลึนใจด้วยศรัทธาอยู่ ประคองความเพียรอยู่ ยังสติให้ตั้งมั่นอยู่ ตั้งจิตให้แน่วแน่อยู่ รู้ด้วยปัญญาอยู่รู้ธรรมที่ควรรู้อย่างยิ่ง อยู่ กำหนดรู้ธรรมที่ควรกำหนดรู้อยู่ ละธรรมที่ควรละอยู่ เจริญธรรมที่ควร เจริญอยู่ ทำให้แจ้งซึ่งธรรมที่ควรทำให้แจ้งอยู่ จิตนั้นย่อมปรากฏ จิตนั้นย่อม ปรากฏอย่างนี้ ความรู้แจ้งอารมณ์ที่เกิดจากความเป็นผู้กำหนดรู้จิต ขณะ หายใจเข้าหายใจออกย่อมปรากฏ ความปรากฏเป็นสติ การพิจารณาเห็นเป็น ญาณ จิตย่อมปรากฏ ไม่ใช่สติ สติปรากฏด้วยเป็นตัวระลึกด้วย ผู้ปฏิบัติ

<sup>๑๒๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

พิจารณาเห็นจิตนั้นด้วยสตินั้น ด้วยญาณนั้น เพราะเหตุนั้น ท่านจึงกล่าวว่า  
“สติปัฏฐานภาวนาคือการพิจารณาเห็นจิตในจิต”<sup>๑๒๒</sup>

เมื่อผู้ปฏิบัติเจริญสติพิจารณาอาการจิตที่เป็นอารมณ์ของจิต โดยความสิ้นไป เสื่อมไป เพราะรู้แจ้งในวิเสสลักษณะ และสามัญญลักษณะของอาการจิตนั้น ๆ รวมทั้งพิจารณาเห็นจิตที่มีอาการจิตนั้น ๆ เป็นอารมณ์เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป วิปัสสนาญาณย่อมเกิดขึ้นตามลำดับ ดังที่พระสารีบุตรเถระอธิบายไว้ว่า

“วิปัสสนาญาณเป็นอย่างไร คือ ปัญญาในการพิจารณาอารมณ์ แล้วพิจารณาเห็นความดับ ได้แก่ จิตมีจิตเป็นอารมณ์เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป พระโยคาวจรพิจารณาอารมณ์นั้นแล้ว พิจารณาเห็นความดับไปแห่งจิตนั้น”<sup>๑๒๓</sup>

พิจารณาเห็นอย่างไรชื่อว่าพิจารณาเห็น คือ พิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ไม่พิจารณาเห็นโดยความเที่ยง พิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นสุข พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นอัตตา ย่อมเบื่อหน่าย ไม่ยินดี ย่อมคลายกำหนด ไม่กำหนด ย่อมทำราคะให้ดับ ไม่ให้เกิด ย่อมสละคืน ไม่ยึดถือ

เมื่อพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ย่อมละนิจจสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ย่อมละสุขสัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตาย่อมละอัตตสัญญาได้ เมื่อเบื่อหน่าย ย่อมละนันทิ (ความยินดี) ได้ เมื่อคลายกำหนดย่อมละราคะได้ เมื่อทำราคะให้ดับ ย่อมละสมุทัยได้ เมื่อสละคืน ย่อมละอาทานะ (ความยึดถือ) ได้”<sup>๑๒๔</sup>

วิธีปฏิบัติจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ เปลี่ยนจากการกำหนด เป็นการพิจารณาจิตที่ปรากฏโดยอาการต่าง ๆ ที่ปรากฏชัด ด้วยอำนาจของการพิจารณาดังไปในทางของปัญญาอย่างเดี่ยว<sup>๑๒๕</sup> เป็นการเจริญวิปัสสนาล้วน เรียกว่า สุทธวิปัสสนา ผู้บรรลุคุณผลด้วยการเจริญสุทธวิปัสสนาเรียกว่า สุขวิปัสสกบุคคล<sup>๑๒๖</sup>

<sup>๑๒๒</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑ / ๑๓๖ / ๒๓๕.

<sup>๑๒๓</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑ / ๑๖๗ / ๑๕๘.

<sup>๑๒๔</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑ / ๕๒ / ๘๒.

<sup>๑๒๕</sup> พุทธทาสภิกขุ, อานาปานสติสมบูรณแบบ, หน้า ๙๕.

<sup>๑๒๖</sup> อง.สตุตทก. (ไทย) ๓ / ๑๔ / ๒๓๒.



ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาโดยอาศัยสมาธิระดับอุปปจาระหรืออัปปนา ชื่อว่าสมถยานิก ส่วนผู้เจริญวิปัสสนาโดยมิได้อาศัยสมาธิทั้งสองนั้น ชื่อว่า สุทธิวิปัสสนายานิก ดังนั้น สุทธิวิปัสสนายานิกจึงอาศัยขณิกสมาธิเป็นหลักในการเจริญวิปัสสนา คัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกากล่าวถึงสมาธิประเภทนี้ว่า “โดยแท้จริงแล้ว การบรรลุ โลกุตตรธรรมไม่มีแก่สมถยานิกโดยปราศจากสมาธิที่จำแนกเป็นอุปปจาระและอัปปนา การบรรลุโลกุตตรธรรมย่อมไม่มีแก่วิปัสสนายานิก โดยปราศจากขณิกสมาธิ และการบรรลุโลกุตตรธรรมย่อมไม่มีแก่บุคคลทั้งสอง โดยปราศจากหนทางสู่วิมอกข์ ๓ (อนิจจานุปัสสนา ทุกขานุปัสสนา และอนัตตานุปัสสนา) จึงถือว่าบุคคลทั้งสองอบรมสมาธิ และวิปัสสนาปัญญาอยู่”

ผู้ปฏิบัติตามแนวทางนี้ เมื่อบรรลุโสดาปัตติมรรคแล้ว และกำลังปฏิบัติเพื่อทำให้แจ้งซึ่งโสดาปัตติผล โดยมีขณิกสมาธิเป็นบาทฐาน มีปัญญาแก่กล้าเป็นตัวนำ ชื่อว่า อัมมานุสारी เมื่อบรรลุโสดาปัตติผลแล้ว และกำลังปฏิบัติเพื่อบรรลุมรรคผลเบื้องสูงต่อไป โดยมีปัญญาแก่กล้าเป็นตัวนำกลายเป็น ญาณูปัตตะ ท่านผู้นี้เมื่อบรรลุอรหัตผลกลายเป็น ปัญญาวิมุตติ<sup>๑๒๗</sup>

สรุป จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการตั้งสติกำหนดรู้ที่ฐานจิต จำแนกเป็น ๑๖ ประเภท<sup>๑๒๘</sup>ดังกล่าว โดยพิจารณาเห็นจิตในจิต ว่าเป็นเพียงภาวะรู้อารมณ์ ไม่ใช่สิ่งที่เที่ยงแท้ยั่งยืน ไม่ใช่ตัวตน วิธีเจริญวิปัสสนาของสุทธิวิปัสสนายานิกนั้น ไม่ได้ใช้ฌานเป็นบาท แต่ใช้สติสัมปชัญญะพิจารณาตามความเป็นจริงของจิตนั้น โดยใช้ขณิกสมาธิ ให้เห็นความเป็นไตรลักษณ์จนบรรลุมรรค ผลนิพพาน เรียกว่า “วิปัสสนายานิก” เมื่อสำเร็จเป็นพระอรหันต์ เรียกว่า “ปัญญาวิมุตติ”

### ๒.๓.๔ อัมมานุสสนาสติปัฏฐาน

ธรรม หมายถึง สภาวะที่ทรงสภาพของตนไว้ เป็นอยู่อย่างใดก็เป็นอย่างนั้น เช่น สติเป็นธรรมชาติระลึกได้ ปัญญาเป็นธรรมชาติที่รู้แจ้งอารมณ์ เป็นต้น<sup>๑๒๙</sup> เป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นกับจิต

การตั้งสติกำหนดรู้ไว้ที่ฐานอัมมารมณฺ์ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลก<sup>๑๓๐</sup> หมายถึง การพิจารณาธรรมอันเป็นสภาวะโดยรวมทั้งรูปธรรม และนามธรรม ทั้งภายใน และภายนอก กำหนดรู้ไปตามลำดับตั้งแต่อย่างหยาบไปจนถึงอย่างละเอียดที่สุด ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติที่ลึกซึ้งกว่าการพิจารณาเห็นกาย เวทนา และจิต อย่างใดอย่างหนึ่งตามที่ได้ปฏิบัติมา ให้ความจริงแบบอริยสัจ คือ การปฏิบัติไม่ใช่แค่ให้กำหนดรู้เรื่องสภาวะธรรมอันเป็นทุกข์ทั้งปวงเท่านั้น แต่ต้องมีการกำหนดรู้ทางดับทุกข์รวมไว้ด้วย

<sup>๑๒๗</sup> อัง.สตุตตก. (ไทย) ๓/๑๔/๒๓๒.

<sup>๑๒๘</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๕/๕๙๔.

<sup>๑๒๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒-๔๐๓/๓๑๖-๓๓๘.

<sup>๑๓๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕. ที.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๔/๑๑๑.

พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลก พระพุทธเจ้าทรงจำแนกไว้ ๕ หมวด

ก. หมวดนิวรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องขวางกั้น หรือห้ามไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มี ๕ ประการ คือ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทัจจกุกกัจจะ วิจิกิจฉา

ข. หมวดขันธ คือ กองอุปาทานขันธ ๕ กอง คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

ค. หมวดอายตนะ คือ อายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์

๔) หมวดโพฆณค คือ องค์แห่งธรรมเครื่องตรัสรู้ ๗ ประการ คือ สติ ธรรมวิจยะ วิริยะ ปิติ ปัสสัทธิ สมาธิ อุเบกขา

๕) หมวดสัจจะ คือ สภาวะธรรมที่เป็นจริงอันประเสริฐ มี ๔ ประการ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค<sup>๑๓๑</sup>

การเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานของสุทธวิปัสสนายานิก ใช้สำหรับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน และจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน มาแบบวิปัสสนายานิกจนเกิดญาณแล้ว อารมณ์ที่ถูกจิตที่มีญาณรับรู้ ล้วนมีสภาพเป็นรูปธรรมและนามธรรม ผู้เจริญวิปัสสนาแบบสุทธวิปัสสนายานิกพิจารณาเห็นรูปธรรมและนามธรรมนั้น ที่เป็นอารมณ์ของจิต ดับไป และเห็นจิตนั้นดับไปด้วย เกิดเป็นวิปัสสนาญาณไปตามลำดับ<sup>๑๓๒</sup> จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน บุคคลนี้เรียกว่า วิปัสสนายานิก เมื่อบรรลुकุศลแล้ว จัดเป็นพระอริยบุคคลประเภท สัทธานุสारी หรือธัมมานุสारी อย่างใดอย่างหนึ่ง ต่อจากนั้นเป็นสัทธาวิมุตต หรือทิกฺขุิปัตตะ อย่างใดอย่างหนึ่ง และเมื่อสิ้นอัสวะกิเลสสำเร็จเป็นพระอรหันต์ บุคคลมีชื่อเรียกว่า ปัญญาวิมุตติ คือ บุคคลที่หลุดพ้นด้วยความสามารถแห่งปัญญา<sup>๑๓๓</sup>

พระสารีบุตรเถระอธิบายวิธีทำธรรมให้ปรากฏ ในขณะที่แห่งการเจริญวิปัสสนาภาวนา ของวิปัสสนายานิกว่า

“ภิกษุเป็นผู้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่อย่างไร คือ ภิกษุบางรูปในธรรมวินัยนี้ เว้นกาย เว้นเวทนา เว้นจิตแล้ว พิจารณาเห็นธรรมทั้งหลายที่เหลือจากนั้นโดยความไม่เที่ยง ไม่พิจารณาเห็นโดยความเที่ยง พิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นสุข พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ไม่พิจารณาเห็นโดยความเป็นอัตตา ย่อม

<sup>๑๓๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

<sup>๑๓๒</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๒/๘๒.

<sup>๑๓๓</sup> อง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๙๐/๗๙.

เบื้องต้น ไม่ยินดี ย่อมคลายกำหนด ไม่กำหนด ย่อมทำราคะให้ดับ ไม่ให้  
เกิด ย่อมสลละคืน ไม่ยึดถือเมื่อพิจารณาเห็นโดยความไม่เที่ยง ย่อมละนิจ-  
สัญญาได้ เมื่อพิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ย่อมละสุขสัญญาได้ เมื่อ  
พิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา ย่อมละอัตตสัญญาได้ เมื่อเบื้องต้น ย่อม  
ละนันทิได้ เมื่อคลายกำหนด ย่อมละราคะได้เมื่อทำราคะให้ดับ ย่อมละ  
สมุทัยได้ เมื่อสลละคืน ย่อมละอาทานะได้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมทั้งหลาย  
ด้วยอาการ ๗ อย่างนี้ ธรรมทั้งหลายย่อมปรากฏไม่ใช่สติ สติปรากฏด้วย เป็น  
ตัวระลึกด้วย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมเหล่านั้นด้วยสตินั้น และด้วยญาณนั้น  
เพราะเหตุนี้ จึงเรียกรวมการพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายว่า สติปัญฐาน  
ภาวนา”<sup>๑๓๔</sup>

อนึ่ง บางขณะของผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาแบบสุทธวิปัสสนายานิก จิตตกจากญาณเข้าสู่  
นิรวณธรรม ๕ คือ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกัจจะ วิจิกิจฉา หรือ อัมมูถัจจ<sup>๑๓๕</sup> อันมี  
สภาพเป็นอัมมารมณ พิจารณาเห็นนามธรรมนั้นที่เป็นอารมณ์จิต ดับไป และเห็นจิตนั้นดับไปด้วย เกิด  
เป็นวิปัสสนาญาณได้เช่นกัน ในเรื่องนี้ ผู้ปฏิบัติบางท่านแม้ยังไม่ได้ฌาน จิตยังประกอบอยู่ด้วยความ  
กำหนดในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรืออัมมารมณ การกำหนดรู้ชัดในอาการจิตเช่นนั้น ก็ทำให้  
บรรลุนิรวณทัสสนะได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสกับพระอุปวาณะ ปรากฏในอุปวาณสันติฎฐิกสูตร<sup>๑๓๖</sup> ว่า

“อุปวาณะ ก็ภิกษุในธรรมวินัยนี้เห็นรูปทางตาแล้วเป็นผู้เสวยรูป  
เสวยความกำหนดในรูป และรู้ชัดถึงความกำหนดในรูปในภายในซึ่งมีอยู่ว่า  
“ความกำหนดในรูปในภายในของเรามีอยู่” การที่ภิกษุเห็นรูปทางตาแล้วเป็น  
ผู้เสวยรูป เสวยความกำหนดในรูป และรู้ชัดถึงความกำหนดในรูปในภายใน  
ซึ่งมีอยู่ว่า “ความกำหนดในรูปในภายในของเรามีอยู่” อย่างนี้แล

อุปวาณะ ธรรมจึงชื่อว่า เป็นธรรมที่ผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วย  
ตนเอง ไม่ประกอบด้วยกาล ควรเรียกให้มาดู ควรน้อมเข้ามาในตน อันวิญญู  
ชนพึงรู้เฉพาะตน ฯลฯ

อีกประการหนึ่ง ภิกษุลิ้มรสทางลิ้นแล้วเป็นผู้เสวยรส เสวยความ  
กำหนดในรส และรู้ชัดถึงความกำหนดในรสในภายในซึ่งมีอยู่ว่า “ความ  
กำหนดในรสในภายในของเรามีอยู่” การที่ภิกษุลิ้มรสทางลิ้นแล้วเป็นผู้เสวย

<sup>๑๓๔</sup> ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๕/๕๙๕.

<sup>๑๓๕</sup> อง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/-/-/๔๐๔.

<sup>๑๓๖</sup> สั.สพ. (ไทย) ๑๘/๗๐/๖๐.

รส เสวยความกำหนดในรส และรู้ชัดถึงความกำหนดในรสในภายในซึ่งมีอยู่  
ว่า “ความกำหนดในรสในภายในของเรามีอยู่” อย่างนี้แล อุปวาณะ ธรรมจึง  
ชื่อว่าเป็นธรรมที่ผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วยตนเอง ไม่ประกอบด้วยกาล ควร  
เรียกให้มาตุ ควรน้อมเข้ามาในตนอันวิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน ฯลฯ

อีกประการหนึ่ง ภิกษุรู้แจ้งธรรมารมณทางใจแล้วเป็นผู้เสวย  
ธรรมารมณ เสวยความกำหนดในธรรมารมณ และรู้ชัดถึงความกำหนดใน  
ธรรมารมณในภายในซึ่งมีอยู่ว่า “ความกำหนดในธรรมารมณในภายในของ  
เรามีอยู่” การที่ภิกษุรู้แจ้งธรรมารมณทางใจแล้วเป็นผู้เสวยธรรมารมณ เสวย  
ความกำหนดในธรรมารมณ และรู้ชัดถึงความกำหนดในธรรมารมณในภายใน  
ซึ่งมีอยู่ว่า “ความกำหนดในธรรมารมณในภายในของเรามีอยู่” อย่างนี้แล  
อุปวาณะ ธรรมจึงชื่อว่าเป็นธรรมที่ผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วยตนเอง ฯลฯ อัน  
วิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน ฯลฯ

ส่วนภิกษุในธรรมวินัยนี้ เห็นรูปทางตาแล้วเป็นผู้เสวยรูป แต่ไม่  
เสวยความกำหนดในรูป และรู้ชัดถึงความกำหนดในรูปในภายในซึ่งไม่มีว่า  
“ความกำหนดในรูปในภายในของเราไม่มี” การที่ภิกษุเห็นรูปทางตาแล้วเป็น  
ผู้เสวยรูป แต่ไม่เสวยความกำหนดในรูป และรู้ชัดถึงความกำหนดในรูปใน  
ภายในซึ่งไม่มีว่า “ความกำหนดในรูปในภายในของเราไม่มี” อย่างนี้แล

อุปวาณะ ธรรมจึงชื่อว่าเป็นธรรมที่ผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วย  
ตนเอง ไม่ประกอบด้วยกาล ควรเรียกให้มาตุ ควรน้อมเข้ามาในตนอันวิญญู  
ชนพึงรู้เฉพาะตน ฯลฯ

อีกประการหนึ่ง ภิกษุลิ้มรสทางลิ้นแล้วเป็นผู้เสวยรส แต่ไม่เสวย  
ความกำหนดในรส และรู้ชัดถึงความกำหนดในรสในภายในซึ่งไม่มีว่า “ความ  
กำหนดในรสในภายในของเราไม่มี” ฯลฯ

อีกประการหนึ่ง ภิกษุรู้แจ้งธรรมารมณทางใจแล้วเป็นผู้เสวย  
ธรรมารมณ แต่ไม่เสวยความกำหนดในธรรมารมณ และรู้ชัดถึงความกำหนด  
ในธรรมารมณในภายในซึ่งไม่มีว่า “ความกำหนดในธรรมารมณในภายในของ  
เราไม่มี” การที่ภิกษุรู้แจ้งธรรมารมณทางใจแล้วเป็นผู้เสวยธรรมารมณ แต่ไม่  
เสวยความกำหนดในธรรมารมณ และรู้ชัดถึงความกำหนดในธรรมารมณใน  
ภายในซึ่งไม่มีว่า “ความกำหนดในภายในของเราไม่มี” อย่างนี้แล อุปวาณะ

ธรรมจึงถือว่าเป็นธรรมอันผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วยตนเอง ไม่ประกอบด้วย  
กาล ควรเรียกให้มาดู ควรน้อมเข้ามาในตน อันวิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน”

ในแนวทางการปฏิบัตินั้น กำหนดความไม่เที่ยง หมายความว่า กำหนดลมหายใจยาว แล้ว  
พิจารณาความไม่เที่ยงของลมหายใจยาว กำหนดลมหายใจสั้น แล้วพิจารณาความไม่เที่ยงของลม  
หายใจสั้น พิจารณาลมหายใจที่ปรุ่่งแต่งกาย และกำหนดความไม่เที่ยงของการปรุ่่งแต่งกาย พิจารณา  
อาการที่ทำการระงับลมหายใจไม่ให้ปรุ่่งแต่งกายได้ แล้วพิจารณาความไม่เที่ยง แล้วเลื่อนมาพิจารณา  
ในส่วนของเวทนานุปัสสนา คือพิจารณาว่าปิตินั้นไม่เที่ยง ความสุขไม่เที่ยง ปิติ และสุข ซึ่งปรุ่่งแต่จิต  
นั้นก็ไม่ใช่เที่ยง และการระงับเวทนาไม่ให้ปรุ่่งแต่งจิตนี้ ล้วนแต่มีลักษณะไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลง  
ตลอดเวลา จากนั้นเลื่อนมาพิจารณาจิตตานุปัสสนาตามลำดับขั้นตอนล้วนแต่ไม่เที่ยง เมื่อประสบ  
ความสำเร็จในการพิจารณาความไม่เที่ยง ก็จะเกิดวิราคะ คือ ความเบื่อหน่าย ความสลัดสังเวช ความ  
คลายกำหนดจากสิ่งที่ยึดมั่นถือมั่น<sup>๑๓๗</sup>

ในการเจริญวิปัสสนาของสุทธวิปัสสนายานิก บุคคลใดได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในหมวด  
กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน และจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน มาแบบวิปัสสนา-  
ยานิก จนเกิดญาณแล้ว อารมณ์ที่ถูกจิตที่มีญาณรับรู้ ล้วนมีสภาพเป็นรูปธรรมและนามธรรม ผู้เจริญ  
วิปัสสนาแบบสุทธวิปัสสนายานิกพิจารณาเห็นรูปธรรมและนามธรรมนั้น ที่เป็นอารมณ์ของจิตดับไป  
และเห็นจิตนั้นดับไปด้วย เกิดเป็นวิปัสสนาญาณไปตามลำดับ<sup>๑๓๘</sup> จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน<sup>๑๓๙</sup>  
บุคคลนี้เรียกว่า วิปัสสนายานิก เมื่อบรรลุธรรมแล้ว จัดเป็นพระอริยบุคคลประเภทสัทธานุสारी  
หรืออัมมานุสारी อย่างใดอย่างหนึ่ง ต่อจากนั้นเป็นสัทธาวิมุตต หรือทิฏฐิปัตตะ อย่างใดอย่างหนึ่ง และ  
เมื่อสิ้นอาสวะกิเลสสำเร็จเป็นพระอรหันต์ บุคคลมีชื่อเรียกว่า ปัญญาวิมุตติ คือ บุคคลที่หลุดพ้นด้วย  
ความสามารถแห่งปัญญา<sup>๑๔๐</sup>

แม้บางขณะของผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาแบบสุทธวิปัสสนายานิก จิตตกจากญาณเข้าสู่  
นิรวณธรรม ๕ คือ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุกจะ วิจิกิจฉา หรือ อัมมูทัจจ<sup>๑๔๑</sup> อันมี  
สภาพเป็นอัมมารมณั พิจารณาเห็นนามธรรมนั้นที่เป็นอารมณ์จิต ดับไป และเห็นจิตนั้นดับไปด้วย เกิด

<sup>๑๓๗</sup> พุทธทาสภิกขุ, อานาปานสติสมบูรณแบบ, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๘),  
หน้า ๑๗๔.

<sup>๑๓๘</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๒/๘๒.

<sup>๑๓๙</sup> พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี), อานาปานสติภาวนา, สมเด็จพระพุทธ  
ชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสัมมหาเถระ ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D) ตรวจชำระ, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูร  
สาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๙๑-๑๙๗.

<sup>๑๔๐</sup> อง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๙๐/๗๙.

<sup>๑๔๑</sup> อง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/-/-๔๐๔.

เป็นวิปัสสนาญาณได้เช่นกัน ในเรื่องนี้ ผู้ปฏิบัติบางท่านแม้ยังไม่ได้ฌาน จิตยังประกอบอยู่ด้วยความกำหนดในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ หรืออัมมารมณ การกำหนดรู้ชัดในอาการจิตเช่นนั้น ก็ทำให้บรรลุญาณทัสสนะได้

อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการตั้งสติกำหนดรู้ที่ฐานธรรมารมณ โดยพิจารณาธรรมอันเป็นสภาวะรูปธรรมและนามธรรมทั้งภายในและภายนอก ตั้งแต่อย่างหยาบไปจนถึงอย่างละเอียดที่สุด เป็นข้อปฏิบัติที่ลึกซึ้งที่สุด เพราะมิใช่ปฏิบัติแค่ให้รู้สภาวะธรรมอันเป็นทุกข์เท่านั้น แต่ต้องกำหนดรู้ทางดับทุกข์ด้วย วิธีเจริญวิปัสสนาของวิปัสสนायานิกนั้น เมื่อได้ปฏิบัติวิปัสสนาทั้ง ๓ หมวด จนเกิดญาณแล้วพิจารณาเห็นรูปธรรมและนามธรรม ที่เป็นอารมณ์ของจิตดับไป และเห็นจิตนั้นดับไปด้วย เกิดเป็นวิปัสสนาญาณไปตามลำดับ จนบรรลุมรรค ผล นิพพาน เป็นพระอรหันต์ประเภท สัทธานุสारी หรืออัมมานุสारी อย่างใดอย่างหนึ่ง สำเร็จเป็นพระอรหันต์ เรียกว่า “ปัญญาวิมุตติ”

**สรุปความว่า** การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานสูตรของผู้ปฏิบัติด้วยองค์ประกอบที่ดำเนินไปสู่ผลของการปฏิบัติ ได้แก่ อาตาปี สัมปะชาโน และสติมา เมื่อองค์ประกอบทั้ง ๓ ทำหน้าที่ร่วมกันอย่างดี ก็สามารถรู้เห็นการเกิดดับของรูปนามสังขารธรรมในความเป็นจริง เรียกว่า ปัญญาเจตสิก หนทางสายนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตั้งแต่อย่างหยาบไปจนถึงอย่างละเอียดที่สุด จนเกิดญาณปัญญา แล้วพิจารณาเห็นรูปธรรม และนามธรรม ที่เป็นอารมณ์ของจิตดับไป และเห็นจิตนั้นดับไปด้วย เกิดเป็นวิปัสสนาญาณไปตามลำดับ จนบรรลุมรรค ผล นิพพาน เป็นพระอรหันต์ประเภท สัทธานุสारी หรืออัมมานุสारी อย่างใดอย่างหนึ่ง สำเร็จเป็นพระอรหันต์ เรียกว่า “ปัญญาวิมุตติ” การเจริญวิปัสสนาโดยไม่ต้องใช้เวลานานปีนบาทรฐาน สามารถเจริญวิปัสสนาได้ทันที ด้วยการพิจารณารูปนาม ดิ่งไปในทางปัญญาอย่างเดียวนี้ เรียกว่า “สุทธวิปัสสนา” ผู้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ด้วยการเจริญวิปัสสนาแบบนี้ เรียกว่า “สุกขวิปัสสกบุคคล”

## ๒.๔ สรุปท้ายบท

การปฏิบัติสุทธวิปัสสนาสืบทอดจากคณะสมณทูตจากอินเดีย สมัยพระเจ้าอโศกมหาราช หลังการสังคายนาพระไตรปิฎก ครั้งที่ ๓ นำโดยพระโสณเถระ และพระอุตตรเถระ เป็นสายที่เดินทางเผยแผ่ในดินแดนสุวรรณภูมิ บริเวณเขตพื้นที่ของประเทศพม่า ศรีลังกา และไทยในปัจจุบัน การปฏิบัติวิปัสสนามีอยู่ใน เขตบริเวณแหลมทอง เริ่มต้นตั้งแต่สมัยสุโขทัย จนสิ้นสุดเมื่อสมัยพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ แห่งกรุงศรีอยุธยา เมื่อปี พ.ศ. ๒๒๙๖ และมีการฟื้นฟูขึ้นอีกครั้ง โดยการนำของพระพิมลธรรม (อาจ อาสภมหาเถร) เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๙๕ จนเป็นที่นิยมแพร่หลายในปัจจุบัน

แนวทางการปฏิบัติสุทธวิปัสสนาเป็นการเพ่งพินิจสังขาร โดยความเป็นไตรลักษณ์ เป็นการกำหนดรู้เห็นความเป็นจริงของรูปนาม ในความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรือไตรลักษณ์ เพ่งที่องค์ฌาน หรือองค์ของสมาธิ รวมทั้งการเพ่งดู วิตก วิจาร ปีติ สุข และเอกัคคตา ก็เป็นการเพ่งเพ่งรูปนามอันเป็นตัววิปัสสนาเช่นกัน ขณะที่การเพ่งมรรคเป็นหนทางดำเนินไปสู่ผล และเพ่งผลต่อ ก็หมายถึง พระนิพพาน ตามลำดับ อันเป็นแนวทางการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ทั้งนี้ สุทธวิปัสสนายานิกบุคคล เป็นผู้ปฏิบัติที่มีวิปัสสนานำหน้าสมณะ ประเภทวิปัสสนาปุพพังคมสมณะ ที่ใช้ขณิกสมาธิกำหนดความเป็นไตรลักษณ์ของรูปนาม ต่อเมื่อขึ้นสู่วิปัสสนาในช่วงอุปัฏฐกปัญญาญาณอย่างอ่อน จนเผชิญกับวิปัสสนูปกิเลสแล้ว ก็จะใช้การเจริญวิปัสสนาแบบอัมมุตัจจจวิคคหิตมานัส คือ กำหนดโดยตรงที่วิปัสสนูปกิเลส เพื่อให้เห็นแจ้งความเป็นไตรลักษณ์ของธรรมารมณ์เหล่านั้น ซึ่งอาจบรรลุมรรคผลได้เลยจากการกำหนดรู้ดังกล่าว หรือหากยังไม่บรรลุธรรม ก็จะกลับไปใช้วิปัสสนาปุพพังคมสมณะต่อไป

สำหรับการบรรลุธรรมของผู้ปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนานั้น เป็นการปฏิบัติแบบอัมมานุสारी หรือสัทธานุสारीก็ได้ ขึ้นอยู่กับว่าสัทธินทรีย์ หรือปัญญาธิริย์จะแก่กล้ากว่ากัน หลังจากบรรลุโสดาปัตติผล สกทาคามีผล หรืออนาคามีผลแล้ว หากสัทธินทรีย์แก่กล้าก็จัดเป็นสัทธาวิมุต แต่ถ้าปัญญาธิริย์แก่กล้าจะจัดเป็นทิวฐิปัตตะ ต่อเมื่อบรรลุอรหัตผลนั้น ผู้ปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา ก็จะจัดเป็นพระอรหันต์แบบปัญญาวิมุตติ เนื่องจากใช้เพียงขณิกสมาธิเท่านั้น จึงเป็นลักษณะปนิชฌาน ซึ่งมีกำลังเทียบเท่าปฐมฌาน

## บทที่ ๓

### วิเคราะห์การเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ

พระสุภัททเถระ ปัจฉิมสักขีสาวก<sup>๑</sup> (สาวกผู้ทันเห็นองค์สุดท้าย) สำเร็จเป็นพระอรหันตสาวกในคำคืนที่พระพุทธเจ้าทรงปรินิพพาน เป็นผู้ที่ได้รับพระธรรมเทศนาเป็นการส่วนตัวคนสุดท้าย และยืนยันถึงการคงอยู่ของผู้บรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา トラบเท่าที่ยังมีผู้ปฏิบัติตามพระธรรมวินัย แม้ภายหลังพุทธปรินิพพาน นับว่าเป็นคำยืนยันที่จะเป็นเหตุปัจจัยแห่งความศรัทธาอันเป็นบ่อเกิดแห่งความเพียรปฏิบัติของพุทธศาสนิกชนได้เป็นอย่างดี อีกทั้งการปฏิบัติของท่านจนบรรลุอรหัตตมรรคอรหัตผลเพียงคำคืนแรกแห่งการบรรพชาอุปสมบท ยิ่งเป็นสักขีพยานที่ย้ำถึงผลสำเร็จจากความศรัทธา และความเพียร เช่นกัน สมจริงดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “สัตถุโลกย่อมข้ามโอฆะ<sup>๒</sup>ได้ด้วยศรัทธาล่วงพ้นทุกข์ได้ด้วยความเพียร”<sup>๓</sup> ในบทนี้ ผู้วิจัยจึงกำหนดประเด็นศึกษาเกี่ยวกับพระสุภัททเถระ ไว้ดังต่อไปนี้

- ๓.๑ บุพกรรมในกาลก่อน
- ๓.๒ ชาตินิภูมิตั้งปัจจุบัน
- ๓.๓ การบรรพชาอุปสมบท
- ๓.๔ การปฏิบัติ และการบรรลุธรรม
- ๓.๕ วิเคราะห์การเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ
- ๓.๖ สรุปท้ายบท

<sup>๑</sup> สักขีสาวก แปลว่า พระสาวกที่ทันเห็นองค์พระพุทธเจ้า มี ๓ พวก คือ (๑) ผู้บรรพชาอุปสมบท เรียนกัมมัฏฐาน บรรลุอรหัตตผล เมื่อพระผู้มีพระภาคยังทรงพระชนม์อยู่ (๒) ผู้ได้บรรพชาอุปสมบท เมื่อพระพุทธเจ้ายังทรงพระชนม์อยู่ ต่อมาได้เรียนกัมมัฏฐาน และบรรลุอรหัตตผล (๓) ผู้ได้เรียนกัมมัฏฐานเมื่อพระผู้มีพระภาคยังทรงพระชนม์อยู่ พระสุภัททเถระจัดอยู่ในพวกที่ ๑ ดูใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒๑๕/๑๙๘.

<sup>๒</sup> ห้วงน้ำคือสงสาร, ห้วงน้ำคือการเวียนว่ายตายเกิด; กิเลสอันเป็นดุจกระแสน้ำหลากท่วมใจสัตว์ มี ๔ คือ กาม ภพ ทิฏฐิ อวิชชา ดูใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติมช่วงที่ ๑/ยุคที่), พิมพ์ครั้งที่ ๑๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๔.) ๕๘๖.

<sup>๓</sup> ขุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๘๖/๕๔๔.



### ๓.๑ บุพกรรมในกาลก่อน

ย้อนเวลาไปในปีที่ ๙๑ นับจากภัทรกัปนี้ไป สุภัททปริพาชก บังเกิดในเรือนกุกุมพี ในหมู่บ้านรามคาม ใกล้ประตูเมืองพันธุมดี มีชื่อว่า “จุลกาล” และมีพี่ชายชื่อว่า “มหากาล”

สมัยนั้น “พระวิปัสสีสัมมาสัมพุทธเจ้า”<sup>๔</sup> ทรงเสด็จอุบัติในโลก ในกรุงพันธุมดี ทรงมีพระชนกพระนามว่า “พันธุมมา” พระชนนีพระนามว่า “พันธุมดี” พระมเหสีพระนามว่า “สุทิสสนา” พระโอรสพระนามว่า “สมวัตตคันธ” ทรงครองขราวาสอยู่ ๘,๐๐๐ ปี แล้วเห็นนิมิต ๔ จึงเสด็จออกผนวชด้วยรถพระราชพาหนะ ทรงบำเพ็ญเพียรอยู่ ๘ เดือนจึงได้ตรัสรู้ภายใต้ต้นแคผอย ในสมัยพระวิปัสสีสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้มีการประชุมพระอรหันตชินาสพทั้งสิ้น ๓ ครั้ง คือ ครั้งที่ ๑ จำนวน ๘๐๐,๐๐๐ รูป ครั้งที่ ๒ จำนวน ๑๐๐,๐๐๐ รูป และครั้งที่ ๓ จำนวน ๘๐,๐๐๐ รูป โดยมนุษย์ในกัปนี้มีอายุขัย ๘๐,๐๐๐ ปี

ในระยะเวลา ๗ ปีแรก หลังการตรัสรู้ พระพุทธบิดาให้สร้างรั้วไม้ตะเคียนล้อมไว้ทั้ง ๒ ข้างทางเดิน ตั้งแต่ซุ้มประตูพระวิหาร จนถึงประตูพระตำหนักพระราชานิเวศน์ ปิดรั้วด้วยม่านผ้าเป็นม่านไว้ตลอดแนว ทำเพดานครอบด้วยพวงดอกไม้ชนิดต่าง ๆ ขนาดเท่าต้นตาล ประดับด้วยดาวทองห้อยเป็นระย้า ปูลาดพื้นล่างด้วยเครื่องลาดอันวิจิตร ให้ตั้งหม้อน้ำไว้ใกล้พุ่มดอกไม้ และของหอมทั้ง ๒ ข้างทาง โดยวางดอกไม้ไว้ในระหว่างของหอม และวางของหอมไว้ในระหว่างดอกไม้สลับกันไป เพื่อให้กลิ่นตลอดบอวลตลอดทาง พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น อันหมุกฤษุแวดล้อมได้เสด็จไปสู่พระราชวังกระทำภักติกแล้ว เสด็จกลับมายังวิหารภายในม่านนั้น ผู้คนอื่นนอกจากพระราชานั้นไม่ได้โอกาสแม้จะเข้าเฝ้า ไม่ได้ถวายภัตตาหาร และไม่ได้ทำการบูชาแด่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และเหล่าภิกษุสงฆ์เลย

เมื่อเวลาล่วงเลยไป ประชาชนชาวเมืองต่างคิดว่า “พระศาสดาได้เสด็จอุบัติขึ้นในโลกเป็นเวลาล่วงเลยมาแล้วถึง ๗ ปี ๗ เดือนแล้ว ถึงวันนี้ พวกเรายังไม่มีโอกาสได้เข้าเฝ้าพระศาสดา ไม่ได้ถวายภัตตาหาร ไม่ได้ทำการบูชา ไม่ได้ฟังธรรมเลย ก็พระราชาทรงถือว่า พระพุทธเจ้า และเหล่าพระสงฆ์เป็นของท่าน จึงทรงทำการอุปฐากพระศาสดา และหมู่พระสงฆ์เฉพาะพระองค์ผู้เดียว”<sup>๕</sup> ประชาชนต่างพากันคิดว่าพระศาสดา เมื่อเสด็จอุบัติ ก็อุบัติเพื่อประโยชน์แก่ชาวโลก และเทวโลก หาใช่เพื่อประโยชน์แก่พระราชานิเวศน์เพียงเท่านั้นไม่ หรือนรกจะเป็นของร้อนสำหรับพระราชานิเวศน์ก็หาไม่ สำหรับชนเหล่าอื่น จะไม่เป็นของร้อนดุจเดียวกัน เพราะฉะนั้น เราทั้งหลายจะกราบพูลพระราชานิเวศน์ ถ้าพระราชานิเวศน์จะประทานพระศาสดาแก่พวกเราบ้างก็เป็นการดี หากไม่ให้ พวกเราจะยอมเสี่ยงชีวิตรบ

<sup>๔</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.พุทธ. (ไทย) ๓๓/๑-๓๗/๖๘๕-๖๙๐.

<sup>๕</sup> ดูรายละเอียดใน อง.เอกก.อ. (ไทย) ๑/๑๘๘/๑๖๓.

กับพระราชชา แล้วรับเอาพระสงฆ์ไปบำเพ็ญบุญถวายทาน เป็นต้น แต่ในความเป็นจริง หากมีเฉพาะชาวเมืองลั้ว ๆ ก็ไม่สามารถจะทำอย่างนั้นได้ พวกเราจำเป็นต้องร่วมมือกับผู้มีความจงรักภักดีคนหนึ่ง” เมื่อคิดได้ดังนี้ จึงเข้าไปหาเสนาบดี ร่วมกันเกลี้ยกล่อมให้เสนาบดีร่วมมือกับพวกตน ก่อนที่จะร่วมมือกับชาวเมืองนั้น เสนาบดีได้ทำตักท้วงไว้ว่า “จะต้องให้ตนได้ถวายทานก่อน” หลังจากนั้น เสนาบดีได้เดินทางไปเข้าเฝ้าพระราชชา กราบทูลว่า “ประชาชนชาวเมืองต่างพากันโกรธพระองค์ เพราะพระองค์ทำการอุปัฏฐากพระศาสดาอยู่ผู้เดียว โดยที่ชาวเมืองต่างไม่ได้โอกาสทำการอุปัฏฐากเลย ถ้าพระองค์ไม่ให้พระศาสดาแก่พวกเขา ชาวเมืองก็จะทำการรบกับพระองค์ เพื่อแย่งชิงพระศาสดา” พระราชชาทรงเห็นว่าเสนาบดีได้หันไปร่วมมือกับชาวเมืองแล้ว จึงมีพระดำรัสตรองว่า ขอให้พระราชชาได้ถวายทานแก่ภิกษุสงฆ์ต่ออีก ๗ ปี ๗ เดือนก่อนเกิด แต่เสนาบดีและชาวเมืองไม่ยินยอม พระราชชาทรงจึงตรองลดลงเป็น ๖ ปี ๕ ปี จนในที่สุดตรองเหลือเวลาให้พระองค์ได้ถวายมหาทานอีกเพียง ๗ วันเท่านั้น เสนาบดีและชาวเมืองจึงตกลงยอมตามที่พระราชชาทรงขอ

ในวันต่อมาหลังครบ ๗ วันแล้ว เสนาบดีนั้นได้ถวายมหาทานแก่ภิกษุสงฆ์ โดยมีพระพุทธรูปองค์เป็นประมุข ถัดจากนั้นไป ชาวเมืองจึงได้ถวาย ได้ทำสักการะ และสัมนานะยิ่งกว่าสักการะที่พระราชชาได้ทรงกระทำแล้วเสียอีก ชาวเมืองได้ถวายทานอย่างนี้ไปเรื่อย ๆ จำเมื่อถึงโอกาสของชาวเมืองทั่วไป ชาวบ้านที่อยู่ใกล้ประตูเมืองจึงได้มีโอกาสเตรียมวัตถุทานสำหรับถวายต่อไป

ในกาลนั้น กุฎุมพีชื่อมหากาล (พระอัญญาโกณฑัญญเถระในชาติปัจจุบัน) ได้ปรึกษาน้องชาย คือ จุลกาล (สุภทัตตปริพาชกในชาติปัจจุบัน)<sup>๖</sup> ว่า ถึงวาระที่พวกเราจะได้ถวายทานแล้ว ควรทำอะไรสำหรับถวายพระศาสดา แต่จุลกาลผู้เป็นน้องปฏิเสธที่จะร่วมมือถวายทาน มหากาลจึงกล่าว ว่า ข้าวสาลีที่ตั้งท้องในนา ๑๖ กรีส เราจะให้ฉีกท้องข้าวนามาหุงทำถวายแต่พระพุทธรูปเจ้า จุลกาลไม่เห็นด้วย (ในอรรถกถาธรรมบท<sup>๗</sup> มีเนื้อความตรงข้ามกัน โดยรจนาไว้ว่า จุลกาลผู้เป็นน้องชายต้องการจะฉีกท้องข้าวสาลีทำเป็นสาส์นคัพพาน พืชชาย คือ มหากาล ไม่เห็นด้วย จุลกาลจึงขอแรงคนเป็นอันมากฉีกท้องข้าวสาลีทำสาส์นคัพพานถวายแต่หมู่ภิกษุมิพระพุทธรูปเจ้าเป็นประธาน แล้วทำความปรารถนาจะบรรลุธรรมก่อนคนอื่นทั้งหมด) มหากาลแบ่งนา ๑๖ กรีส เป็น ๒ ส่วนเท่า ๆ กัน ปักเขตในที่นา ๘ กรีส แล้วผ่าท้องข้าวสาลีนาไปเคี้ยวด้วยน้ำนม ใสของอร่อย ๔ ชนิด ถวายแก่ภิกษุสงฆ์มีพระพุทธรูปเจ้าเป็นประธาน ในครั้งนั้น ได้เกิดเหตุอัศจรรย์ ข้าวกล้าในนาที่ถูกฉีกท้องแล้วนำไปเคี้ยวทำอาหารถวายแต่พระพุทธรูปเจ้า และเหล่าภิกษุสงฆ์นั้น ได้กลับกลายเป็นข้าวกล้าที่บริบูรณ์เหมือนเดิม มหากาลได้ถวายทานอย่างดีเลิศตามสมัยถึง ๙ ครั้ง คือ

<sup>๖</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๑๖๒/๔๓๔-๔๓๘.

<sup>๗</sup> พระพุทธรูปโสภณเถระ, ธมมปทภูทกถา (ปรโม ภาโค), พิมพ์ครั้งที่ ๓๖, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาภูมิภววิทยาลั, ๒๕๕๔), หน้า ๘๘-๙๐.

- ในเวลาหว่าน ๑ ครั้ง
- ในเวลาที่ข้าวตั้งท้อง ๑ ครั้ง
- ในเวลาข้าวเმა ๑ ครั้ง
- เวลาเกี่ยว ๑ ครั้ง
- เวลาทำเขน็ด (ทำตอกมัดข้าว) ๑ ครั้ง
- เวลามัดเป็นฟ่อน ๑ ครั้ง
- ในเวลาข้าวขึ้นลาน ๑ ครั้ง
- ในเวลานวดข้าว ๑ ครั้ง
- ในเวลาข้าวขึ้นยุ้งเป็นต้น ๑ ครั้ง

ทุกครั้งได้ถวายด้วยข้าวที่ปรุงอย่างประณีตเท่านั้น ข้าวกล้า และต้นข้าวเหล่านั้น ก็คงบริบูรณ์เหมือนเดิม ได้สั่งสมความดีตลอดเวลาที่ยังมีพระพุทธเจ้า และพระสงฆ์อยู่ จุติจากอภิปภานั้นแล้ว ไปบังเกิดในเทวโลก บังเกิดเฉพาะในหมู่เทวดาและมนุษย์ เสวยสมบัติตลอด ๙๑ กัป ส่วนจุลกาลผู้เป็นน้องชายในชาติสุดท้ายเกิดเป็นสุภัททปริพาชกได้รับอุปสมบทเป็นปัจฉิมสักขีสาวก คือสาวกผู้เป็นพยานการตรัสรู้องค์สุดท้าย<sup>๘</sup>

### ๓.๒ ชาติภูมิในปัจจุบัน

สุภัททปริพาชกเดิมเป็นพราหมณ์ตระกูลใหญ่ ต่อมาออกบวชเป็นปริพาชกอยู่ในกรุงกุสินารา<sup>๙</sup> ในช่วงเวลาที่พระพุทธองค์ใกล้จะปรินิพพานพอดี ได้ทราบข่าวพระสมณโคดมจะปรินิพพานในปัจจุบันยามแห่งราตรีวันนั้น ท่านเคยได้ฟังคำของพวกปริพาชกคนแก่ คนเฒ่า ครูบาอาจารย์พูดต่อ ๆ กันมาว่า “พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงอุบัติขึ้นในโลกเป็นครั้งคราว” พระสมณโคดมจะปรินิพพานในปัจจุบันยามแห่งราตรีวันนี้ ก็เรายังมีความสงสัยที่ไม่มีผู้ใดให้คำตอบได้อยู่ ด้วยข่าวคราวที่ท่านได้ยินได้ฟังมา ทำให้ท่านเลื่อมใสในองค์พระศาสดา จึงบังเกิดความเชื่อว่า “พระสมณโคดมจะแสดงธรรมให้เราละความสงสัยนี้ได้”<sup>๑๐</sup>

<sup>๘</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม.อ. (ไทย) ๒/๒๘๔/๑๒๘.

<sup>๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติม ช่วงที่ ๑/ยุติ), หน้า ๔๖๒.

<sup>๑๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๒/๑๖๐.

### ๓.๓ การบรรพชาอุปสมบท

#### ๓.๓.๑ ขอเข้าเฝ้าพระศาสดา

สุภัททปริพาชกจึงเร่งเดินทางไปยังป่าสาละวัน ซึ่งเป็นทางเข้ากรุงกุสินาราของพวกเจ้ามัลละ และต้องขออนุญาตจากพระอานนท์ในการเข้าพบพระศาสดา ท่านได้กล่าวขอพระอานนท์ว่า “ท่านอานนท์ ข้าพเจ้าได้ฟังคำของพวกปริพาชกผู้แก่ ผู้เฒ่า ครูบาอาจารย์ต่างพูดกันว่า “พระตถาคตอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าจะทรงอุบัติขึ้นในโลกเป็นครั้งคราว” พระสมณโคดมจะปรินิพพานในปัจฉิมยามแห่งราตรีวันนี้ ข้าพเจ้ายังมีความสงสัยอยู่ ข้าพเจ้าเลื่อมใสพระสมณโคดมอย่างนี้ว่า “พระสมณโคดมจะแสดงธรรมให้ข้าพเจ้าละความสงสัยนี้ได้” ขอโอกาสให้ข้าพเจ้าได้เฝ้าพระสมณโคดมเถิด”

เมื่อสุภัททปริพาชกกล่าวอย่างนี้ ท่านพระอานนท์ตอบว่า “อย่าเลย สุภัททะผู้มีอายุ ท่านอย่ารบกวนพระตถาคตเลย พระผู้มีพระภาคทรงเห็นเดี๋ยวนี้”

สุภัททปริพาชกพูดขออนุญาตจากพระอานนท์ถึง ๓ ครั้ง และพระอานนท์ก็ปฏิเสธ ทั้ง ๓ ครั้งเช่นกัน จนพระพุทธรองค์ได้ยินเสียงสนทนาของทั้งสองท่าน จึงตรัสสั่งพระอานนท์ว่า “อย่าห้ามสุภัททะเลยอานนท์ ให้สุภัททะเข้ามาหาตถาคต เขาจะถามปัญหาบางอย่างกับเรา เขาจะถามเพื่อหวังความรู้เท่านั้น ไม่หวังรบกวนเรา อนึ่ง เมื่อเราตอบสิ่งที่ถาม เขาจะรู้ได้ทันที” พระอานนท์จึงตอบอนุญาตสุภัททปริพาชกว่า “ไปเถิดสุภัททะผู้มีอายุ พระผู้มีพระภาคประทานโอกาสแก่ท่าน”<sup>๑๑</sup>

#### ๓.๓.๒ ทูลถามคำถามพระศาสดา

สุภัททปริพาชกจึงเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคถึงที่ประทับ ได้สนทนาปราศรัยพอสมควร แล้วจึงนั่งลง ณ ที่สมควร

สุภัททปริพาชกได้ทูลถามพระผู้มีพระภาคว่า “ข้าแต่พระโคตมผู้เจริญ สมณพราหมณ์ที่เป็นเจ้าหมู่เจ้าคณะ เป็นอาจารย์ มีชื่อเสียงเกียรติยศ เป็นเจ้าลัทธิ ประชาชนยกย่องกันว่าเป็นคนดี ได้แก่ ปุณณะกัสสปะ มักขลิโคศล อชิตะเกสกะมพล ปุณะกัจจายนะ สัตถ์ชัยเวฬุภุตร และนิครนถ์นาฏบุตร เจ้าลัทธิเหล่านั้นทั้งหมด รู้ตามที่ตนกล่าวอ้าง หรือไม่ได้รู้ตามที่ตนกล่าวอ้าง หรือบางพวกรู้บางพวกไม่รู้”

พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า “สุภัททะ อย่าเลย เรื่องที่เธอถามว่า เจ้าลัทธิเหล่านั้นทั้งหมด รู้ตามที่ตนกล่าวอ้าง หรือไม่รู้ตามที่ตนกล่าวอ้าง หรือบางพวกรู้บางพวกไม่รู้ อย่าได้สนใจเลย”<sup>๑๒</sup>

<sup>๑๑</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๒-๒๑๓/๑๖๐-๑๖๑.

<sup>๑๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๓/๑๖๑.

สุภัททปริพาชกจึงถามขึ้นอีกว่า “ข้าแต่พระสมณะผู้เจริญ ชื่อว่ารอยเท้าในอากาศ มีอยู่หรือ ชื่อว่าสมณะภายนอกแต่ศาสนา มีอยู่หรือ สังขารทั้งหลายชื่อว่าเที่ยง มีอยู่หรือ”

พระพุทธองค์จึงตรัสตอบว่า

“รอยเท้าในอากาศนั้นเที่ยง ไม่มี  
 สมณะภายนอก ไม่มี  
 หมู่สัตว์เป็นผู้ยินดีอยู่แล้วในธรรมเครื่องเนิ่นช้า พระตถาคต  
 ทั้งหลาย ไม่มีธรรมเครื่องเนิ่นช้า  
 รอยเท้าในอากาศนั้นเที่ยง ไม่มี  
 สมณะภายนอก ไม่มี  
 สังขารทั้งหลาย (ชื่อว่า) เที่ยง ไม่มี กิเลสชาติเครื่องหวั่นไหว ไม่มี  
 แก่พระพุทธเจ้าทั้งหลาย”<sup>๑๓</sup>

### ๓.๓.๓ พระศาสดาตรัสสอน

เมื่อสุภัททปริพาชกทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระพุทธองค์จึงได้ตรัสตั้งนี้ว่า

“สุภัททะ ในธรรมวินัยที่ไม่มีอริยมรรคมีองค์ ๘ ย่อมไม่มีสมณะที่  
 ๑ ย่อมไม่มีสมณะที่ ๒ ย่อมไม่มีสมณะที่ ๓ ย่อมไม่มีสมณะที่ ๔ ในธรรมวินัย  
 ที่มีอริยมรรคมีองค์ ๘ ย่อมมีสมณะที่ ๑ ย่อมมีสมณะที่ ๒ ย่อมมีสมณะที่ ๓  
 ย่อมมีสมณะที่ ๔

สุภัททะ ในธรรมวินัยนี้มีอริยมรรคมีองค์ ๘ สมณะที่ ๑ มีอยู่ใน  
 ธรรมวินัยนี้เท่านั้น สมณะที่ ๒ มีอยู่ในธรรมวินัยนี้เท่านั้น สมณะที่ ๓ มีอยู่ใน  
 ธรรมวินัยนี้เท่านั้น สมณะที่ ๔ ก็มีอยู่ในธรรมวินัยนี้เท่านั้น ลัทธิอื่นว่างจาก  
 สมณะทั้งหลายผู้รู้ทั่วถึง สุภัททะ ถ้าภิกษุเหล่านี้เป็นอยู่โดยชอบ โลกจะไม่พียง  
 ว่างจากพระอรหันต์ทั้งหลาย

สุภัททะ เราบวชขณะอายุ ๒๙ ปีแสวงหาว่าอะไร คือบุคคล เรา  
 บวชมาได้ ๕๐ ปีกว่า ยังไม่มีแม้สมณะที่ ๑ ภายนอกธรรมวินัยนี้ ผู้อาจแสดง  
 ธรรมเป็นเครื่องนำออกจากทุกข์ได้ ไม่มีสมณะที่ ๒ ไม่มีสมณะที่ ๓ ไม่มี

<sup>๑๓</sup> ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๒/๒๕๕/๓๕๒.

สมณะที่ ๔ ลัทธิอื่นว่างจากสมณะทั้งหลายผู้รู้ทั่วถึง สุภัททะ ถ้าภิกษุเหล่านี้  
เป็นอยู่โดยชอบ โลกจะไม่พึงว่างจากพระอรหันต์ทั้งหลาย”<sup>๑๔</sup>

### ๓.๓.๔ ขอบรรพชาอุปสมบท

เมื่อพระผู้มีพระพุทธองค์ตรัสสอนเสร็จ สุภัททปริพาชกได้กราบทูลว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้  
เจริญ พระภาชิตของพระผู้มีพระภาคชัดเจนไพเราะยิ่งนัก ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ พระภาชิตของพระผู้  
มีพระภาคชัดเจนไพเราะยิ่งนัก พระผู้มีพระภาคทรงประกาศธรรมแจ่มแจ้งโดยประการต่าง ๆ เปรียบ  
เหมือนบุคคลหงายของทีคว่า เปิดของที่ปิด บอกทางแก่ผู้หลงทาง หรือตามประทีปในที่มืดด้วยตั้งใจ  
ว่า “คนมีตาดีจักเห็นรูปได้” ข้าพระองค์นี้ขอถึงพระผู้มีพระภาค พร้อมทั้งพระธรรม และพระสงฆ์เป็น  
สรณะ และข้าพระองค์พึงได้การบรรพชา พึงได้การอุปสมบทในสำนักของพระผู้มีพระภาค”

พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า “สุภัททะ ผู้เคยเป็นอัญญเดียรฉิย ประสงค์จะบรรพชา ประสงค์  
จะอุปสมบทในธรรมวินัยนี้ ต้องอยู่ปริวาส ๔ เดือน หลังจาก ๔ เดือนล่วงไป เมื่อภิกษุพอใจก็จะให้  
บรรพชา จะให้อุปสมบทเป็นภิกษุได้ อนึ่ง ในเรื่องนี้เรากำเนิงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลด้วย”

สุภัททปริพาชกกราบทูลว่า “หากผู้ที่เคยเป็นอัญญเดียรฉิย ประสงค์จะบรรพชา ประสงค์จะ  
อุปสมบทในพระธรรมวินัยนี้จะต้องอยู่ปริวาส ๔ เดือน หลังจาก ๔ เดือนล่วงไป เมื่อภิกษุพอใจก็จะให้  
บรรพชา จะให้อุปสมบทเป็นภิกษุได้ ข้าพระองค์จักขออยู่ปริวาส ๔ ปี หลังจาก ๔ ปีล่วงไป เมื่อภิกษุ  
พอใจ ก็จึงให้บรรพชา จงให้อุปสมบทเป็นภิกษุเถิด”

พระพุทธองค์จึงรับสั่งเรียกท่านพระอานนท์มาตรัสว่า “อานนท์ ถ้าเช่นนั้น เธอจงให้  
สุภัททะบวช”<sup>๑๕</sup>

ท่านพระอานนท์ทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว ในขณะนั้น สุภัททปริพาชกจึงกล่าวกับท่าน  
พระอานนท์ดังนี้ว่า “ท่านพระอานนท์ เป็นลาภของท่าน ท่านได้ดีแล้ว ที่พระศาสดาทรงแต่งตั้งท่าน  
โดยมอบหมายให้บรรพชาอันเตวาลิก<sup>๑๖</sup> ในที่เฉพาะพระพักตร์” เมื่ออุปสมบท พระสุภัททเถระดำรง  
อยู่แล้วในอนาคามีผล<sup>๑๗</sup>

<sup>๑๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๔/๑๖๒.

<sup>๑๕</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๕/๑๖๒-๑๖๓.

<sup>๑๖</sup> ความนี้แปลมาจากคำว่า อนเตวาลิกาภิเสเคน อภิสิตตา หมายถึง การที่อาจารย์แต่งตั้งศิษย์ใน  
สำนักให้บวชลูกศิษย์แทนตน ซึ่งเป็นจารีตของลัทธิภายนอกพระพุทธศาสนา ถือเป็นเกียรติยศที่ใคร ๆ ก็อยากได้  
สุภัททะถือตามจารีตนี้กล่าวยกย่องท่านพระอานนท์ ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒๑๕/๒๘๘.

<sup>๑๗</sup> ชู.ธ.อ. (ไทย) ๒/๒๕๕/๓๕๒.

### ๓.๔ การปฏิบัติ และการบรรลุธรรม

พระพุทธองค์ให้อุปสมบทแล้ว ตรัสบอกกัมมัฏฐาน พระสุกัถะรับกัมมัฏฐานไว้แล้ว หลีกออกไปอยู่ผู้เดียว ไม่ประมาทมีความเพียร อุทิศกายและใจอยู่<sup>๑๘</sup> อธิษฐานจงกรมในที่ส่วนหนึ่งแห่งอุทยาน พากเพียรพยายามชำระวิปัสสนา<sup>๑๙</sup> จงกรมนั้น คือ การเดินกลับไปกลับมาพิจารณาความเกิดดับของรูปนาม เมื่อกำลังจะสิ้นมัชฌิมาแห่งราตรี พระสุกัถะแห่งนมองดวงจันทร์บนท้องฟ้า เมฆก้อนใหญ่เคลื่อนบดบังแสงจันทร์จมนิดแล้วเคลื่อนออก ทันใดนั้น ท่านประจักษ์ว่า จิตนี้เป็นธรรมชาติที่ผ่องใส มีรัศมีเหมือนดวงจันทร์ แต่อาศัยกิเลสที่จรมาเป็นครั้งคราว จิตจึงเศร้าหมอง วิปัสสนาปัญญาจึงบังเกิด บรรลุอรหัตพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาแล้วมาถวายบังคมพระพระศาสดาแล้วนั่งอยู่ ณ ที่อันสมควร<sup>๒๐</sup>

การเจริญสติปัฏฐานภาวนา ซึ่งมุ่งหมายกำจัดอภิชฌา (ความพอใจ) และโทมนัส (ความไม่พอใจ) ในโลกให้สิ้นไปได้นั้น<sup>๒๑</sup> ต้องอาศัยองค์ธรรม ๓ ประการ ได้แก่ อาตาปี คือ ความเพียรเผากิเลสให้เร่าร้อน ความเพียรในที่นี้ หมายถึง สัมมปธาน ๔<sup>๒๒</sup> สัมปชาโน คือ ความรู้ตัว ได้แก่ สัมปชัญญะ ๔<sup>๒๓</sup> และ สติมา คือ ความระลึกอยู่ในอารมณ์ที่เป็นไปในสติปัฏฐาน ๔ อันเป็นสัมมาสติเท่านั้น<sup>๒๔</sup> องค์ธรรมทั้ง ๓ คือ ความเพียร ความรู้ตัว ความระลึกได้นี้ ผู้ปฏิบัติ นั่น คือ ผู้เพ่ง ขณะที่อารมณ์ของสติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม หรือรูปนามเป็นสิ่งที่ถูกเพ่ง ด้วยปฏิภาณระหว่างผู้เพ่งกับตัวถูกเพ่ง ๒ อย่าง ตามนัยแห่งมหาสติปัฏฐานเท่านั้น จึงทำให้เห็นสภาวะตามความเป็นจริง คือ วิปัสสนาปัญญาได้ การเดินจงกรม เป็นการปฏิบัติอิริยาบถบรรพ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

<sup>๑๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๕/๑๖๔.

<sup>๑๙</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒๑๕/๒๘๘.

<sup>๒๐</sup> วคิน อินทสระ, “พระอานนท์พุทธอนุชา” , (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๓๐๘.

<sup>๒๑</sup> อาตาปี สัมปชาโน สติมา วินยโย โลก อภิชฌาโทมนัสส์ ดุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑ – ๓๐๒.

<sup>๒๒</sup> ดุรายละเอียดใน อง.จตุกก (ไทย) ๒๑/๖๙/๑๑๓.

<sup>๒๓</sup> สัมปชัญญะ ๔ ประกอบด้วย โคจรสัมปชัญญะ สาทถกสัมปชัญญะ สัปปายสัมปชัญญะ และอสมโหมะสัมปชัญญะ องค์ธรรมของสัมปชัญญะ คือ ปัญญาอันเป็นสัมมาทิฐิ ดุรายละเอียดใน ที.ส.อ. (ไทย) ๒๑๔/๒๕๓.

<sup>๒๔</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๓๗๓/๕๓๖-๕๓๙.

### ๓.๔.๑ นิยามความหมายอิริยาบถ

“อิริยาบถ” เป็นคำที่นำมาจากภาษาบาลี คือ “อิริยาปถ” รูปศัพท์และความหมาย ประกอบด้วย อิริยา+ปถ มีความหมาย ในบทว่า อิริยาปถ-วเสน ความเป็นไปชื่อว่า อิริยา ได้แก่ กิริยา ด้วยเหตุว่า เป็นการประกอบอันเป็นไปทางกาย คลองแห่งความเป็นไปทางกายทั้งหลาย จึงชื่อว่า อิริยาบถ อธิบายว่า การกำหนดความเป็นทางกิริยามีการเดิน เป็นต้น

ในคัมภีร์สารัตถทีปนี ฎีกา ได้อธิบายคำว่า อิริยา ไว้ว่า ความเคลื่อนไหว คือ เป็นไป ชื่อว่า อิริยา การประกอบทางกาย คือ กายิกกิริยา ที่ชื่อว่า อิริยาบถ เพราะเป็นเหตุแห่งความเป็นไปของ อากัปกิริยาทางกายนั้น มีการยืน การนั่ง เป็นต้น (ความเพียรทางกาย คือ อิริยาบถ ๔ ได้แก่ การยืน เดิน นั่ง และนอน) ความหมายตามนัยที่ ๑ นี้ อิริยาบถ หมายถึง การแสดงอากัปกิริยาทางกายหลัก ๔ ประการ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน

จากข้อความข้างต้น จึงกำหนดนิยามความหมาย อิริยาบถ ได้ว่า ประกอบด้วยคำ ๒ คำ คือ อิริยา และ ปถ คำว่า อิริยา หมายถึง กิริยาอาการ ในการปฏิบัติวิปัสสนา หมายถึง “กายิกบโยค” หมายถึง การประกอบกิริยาที่เกิดขึ้นทางกาย โดยสรุปแล้วคำว่า อิริยา หมายถึง กิริยาอาการทางกาย คือ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน คำว่า ปถ ในคำว่า อิริยาบถ หมายถึง ปวตติมคค หมายถึง ความเป็นไป หรือการกำหนดทางกายมีการเดิน เป็นต้น

### ๓.๔.๒ อิริยาบถเป็นอารมณ์วิปัสสนา

อิริยาบถ ๔ หมายถึง ยืน เดิน นั่ง และนอน จัดเป็นอิริยาบถบรรพ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งจัดเป็นรูปขันธ์โดยตรง ดังนั้น จึงเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา อิริยาบถใหญ่ทั้ง ๔ คือ การยืน การเดิน การนั่ง และการนอน เป็นสิ่งที่มีอยู่แล้วเหมือนลมหายใจ ต้องไม่จงใจสร้างขึ้นเอง หน้าที่ของผู้ปฏิบัติ คือ เพียรกำหนดรู้ให้ตรงตามความเป็นจริงในปัจจุบันขณะ ที่มีการเปลี่ยนอิริยาบถ สลับกันไปตามปกติ เมื่อเดินจงกรมเสร็จแล้วก็นั่ง เมื่อนั่งครบบัลลังก์แล้วก็ลุกขึ้นเดินจงกรมใหม่ ส่วนอิริยาบถยืนจะปรากฏในขณะก่อนจะหันกายกลับ หรือตั้งใจกำหนดอิริยาบถยืนโดยตรงก็ได้

พระพุทธดำรัสว่า “เมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ว่าเดินอยู่” มุ่งแสดงการรับรู้บริสุทธิ์ที่เป็นการยก การย่าง และการเหยียบที่ปรากฏขึ้นจริงในปัจจุบันขณะ โดยไม่ปรุงแต่งตัวตน เรา ของเรา ความจริง แล้วควนทั่วไปที่ไม่ได้เจริญสติปัฏฐาน หรือแม้กระทั่งสัตว์เดรัจฉาน<sup>๒๕</sup> เช่น สุนัขบ้าน สุนัขป่า เป็นต้น ต่างก็รู้ตัวว่าเดิน แต่เป็นการรับรู้ในลักษณะของอัตตาตัวตนที่เดินอยู่ รับรู้ไปว่าการเดินมีความเที่ยงไม่แปรปรวน เพราะกิริยาเดินดำรงอยู่เหมือนเดิม ไม่ปรากฏความเป็นสภาวะธรรม คือ รูปที่กำลังเคลื่อนไหว จิตที่รับรู้สภาวะเคลื่อนไหว และสภาวะเกิดดับของรูปที่เคลื่อนไหวพร้อมทั้งจิตที่กำหนดรู้

<sup>๒๕</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๓๗๕/๕๕๗.



แต่อย่างไรก็ตาม ความรู้สึกของคนทั่วไปและสัตว์ดิรัจฉาน จึงประกอบด้วยอรรถสัจจะ คือ ความสำคัญว่าเป็นอัตตาตัวตน ซึ่งความรู้สึกนี้ไม่ใช่กรรมฐานในความหมายว่า “ที่ตั้งแห่งการเจริญภาวนา” ไม่จัดเป็นวิปัสสนาที่ยังเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง<sup>๒๖</sup> ผู้ปฏิบัติผู้กำหนดรู้ตามสภาวะการเดินในปัจจุบันขณะ ย่อมจะมีสติและปัญญาแตกต่างจากการรับรู้ของคนทั่วไป กล่าวคือ เขารับรู้จิตที่ต้องการจะเดินก่อนโดยกำหนดว่า “อยากเดินหนอ” แล้วสามารถกำหนดรู้ตามสภาวะเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงที่สุด เขารับรู้ว่าสภาวะเคลื่อนไหวเกิดขึ้นจากจิตที่สั่งให้เคลื่อนไหว และสภาวะเคลื่อนไหวนั้น ก็มีขนาดช่วงในระยะที่ยก ย่าง และเหยียบ ไม่ปะปนกัน หลังจากนั้นก็จะยังเห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วของสภาวะเคลื่อนไหวโดยละเอียด ผู้ปฏิบัติที่รับรู้สภาวะธรรมเช่นนี้ ย่อมจะเข้าใจว่าไม่มีตัวเรา ของเรา ซึ่งเป็นผู้เดิน มีเพียงจิตที่สั่งงานกับกลุ่มรูปที่เคลื่อนไหวจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง มีสภาพไม่เที่ยงเพราะเกิดขึ้นแล้วดับไป เป็นทุกข์เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดดับ และไม่ใช่ตัวตนที่ผู้ใดจะบังคับบัญชาได้ ผู้ปฏิบัติย่อมสามารถเพิกถอนความเห็นผิดว่ามีบุคคล ตัวตน เป็นเรา ของเรา และละความยึดมั่นในตัวตน ดังคัมภีร์อรรถกถาอธิบายไว้ว่า

ในเรื่องนั้น แม้สุนัขบ้าน และสุนัขป่า เป็นต้น เมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ว่าเดินอยู่ แต่พระพุทธรองค์มิได้ตรัสถึงความเข้าใจเช่นนี้ เพราะความเข้าใจอย่างนี้ไม่ละความเห็นว่าเป็นบุคคล ไม่เพิกถอนความสำคัญว่าเป็นตัวตน ทั้งไม่ใช่กรรมฐาน หรือการเจริญสติปัญญา ส่วนความเข้าใจของผู้ปฏิบัติย่อมละความเห็นว่าเป็นบุคคล ย่อมเพิกถอนความสำคัญว่าเป็นตัวตน จัดเป็นกรรมฐาน และการเจริญสติปัญญา พระพุทธดำรัสนี้ตรัสหมายถึงความเข้าใจอย่างนี้ว่า “ใครเดิน การเดินของใคร บุคคลย่อมเดินด้วยเหตุอะไร”<sup>๒๗</sup>

คำอธิบายของพระอรรถกถาจารย์ในเรื่องนี้ ไม่ได้เพิ่มเติมข้อความนอกเหนือไปจากพระพุทธานุญาต เป็นเพียงอธิบายความให้กระจ่างชัดเจนว่า ผู้ปฏิบัติย่อมเข้าใจว่ามีเพียงสภาวะเดิน และจิตที่ต้องการจะเดินเกิดก่อนการเดิน ไม่มีสัตว์บุคคลผู้เดิน และไม่ใช่การเดินของสัตว์หรือบุคคล การเดินเป็นต้น เกิดจากจิตที่ต้องการจะทำอากัปกิริยานั้น ๆ เป็นเหตุ

อนึ่ง แม้พระสูตรนี้จะไม่ได้ระบุว่า ผู้ปฏิบัติควรกำหนดอย่างไรในขณะที่เดิน ยืน นั่ง และนอน แต่ในคัมภีร์อรรถกถาระบุไว้ชัดเจนว่า การเดิน คือ การเคลื่อนไหวร่างกายทั้งหมดไปข้างหน้า การยืน คือ การเหยียดทั้งตัวในแนวตั้ง ซึ่งเป็นการตั้งตรงของร่างกาย อันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุลม การนั่ง คือ การคู้เข้าของกายครึ่งล่าง และการเหยียดตั้งของกายครึ่งบน อันเป็นสภาวะหย่อนหรือตั้งของธาตุลม การนอน คือ การเหยียดทางขวางโดยวางราบทั้งตัว อันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุลม ดังคำอธิบายในคัมภีร์อรรถกถาว่า

<sup>๒๖</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๓๗๕/๕๕๘.

<sup>๒๗</sup> ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๐๘/๓๘๒.

“ในคำถามนั้น คำว่า โภ คจฉติ (ใครเดิน) หมายความว่า ไม่มีสัตว์บุคคลผู้ใดผู้หนึ่งเดินอยู่ คำว่า กสส คมนิ (การเดินของใคร) หมายความว่า การเดินของสัตว์บุคคลผู้ใดผู้หนึ่ง คำว่า ก็ การณา คจฉติ (บุคคลย่อมเดินด้วยเหตุอะไร) หมายความว่า บุคคลย่อมเดินด้วยการแผ่ไปแห่งธาตุลมที่จิต กระทำขึ้น ดังนั้น เธอย่อมรู้ชัดอย่างนี้ว่า จิตที่คิดนี้ว่า “จะเดิน” ย่อมเกิดขึ้น จิตนั้นย่อมยังธาตุลมให้ เกิดขึ้น ธาตุลมย่อมยังวิญญูตติรูปให้เกิดขึ้น การเคลื่อนไหวข้างหน้าของร่างกายทั้งหมดด้วยการ ขับเคลื่อนของธาตุลมที่จิตกระทำขึ้นเรียกว่า “การเดิน” แม้การยืน เป็นต้น ก็มีนัยเดียวกัน”<sup>๒๘</sup>

“โดยแท้จริงแล้ว แม้ในการยืน เป็นต้น นั้น จิตที่คิดนี้ว่า “จะยืน” ย่อมเกิดขึ้น จิตนั้น ย่อมยังย่อมยังธาตุลมให้เกิดขึ้น ธาตุลมย่อมยังวิญญูตติรูปให้เกิดขึ้น การตั้งตรงของร่างกายทั้งหมด ตั้งแต่ส่วนปลาย (เท้า) ด้วยการขับเคลื่อนของธาตุลมที่จิตกระทำขึ้น เรียกว่า “การยืน”

จิตที่คิดนี้ว่า “จะนั่ง” ย่อมเกิดขึ้น จิตนั้นย่อมยังธาตุลมให้เกิดขึ้น ธาตุลมย่อมยัง วิญญูตติรูปให้เกิดขึ้น การคู้ของร่างกายส่วนล่าง และการตั้งตรงของร่างกายส่วนบนด้วยการ ขับเคลื่อนของธาตุลมที่จิตกระทำขึ้น เรียกว่า “การนั่ง”

จิตที่คิดนี้ว่า “จะนอน” ย่อมเกิดขึ้น จิตนั้นย่อมยังธาตุลมให้เกิดขึ้น ธาตุลมย่อมยัง วิญญูตติรูปให้เกิดขึ้น การเหยียดขวางของร่างกายทั้งหมดด้วยการขับเคลื่อนของธาตุลมที่จิตกระทำ ขึ้น เรียกว่า “การนอน”

เมื่อภิกษุหนึ่งรู้อยู่อย่างนี้ ย่อมเกิดความเข้าใจว่า ชาวโลกกล่าวกันว่า “สัตว์เดิน สัตว์ยืน” แต่โดยสภาวะไม่มีสัตว์ผู้เดินหรือยืน เหมือนคำกล่าวว่า “เกวียนไป เกวียนหยุด” ก็ไม่มีเกวียนใดที่ไป หรือหยุด แต่เมื่อสารถิผู้ฉลาดเทียมโค ๔ ตัว แล้วขับไป จึงมีเพียงคำกล่าวว่า “เกวียนไป เกวียนหยุด” ฉนั้นใด ร่างกายเหมือนเกวียน เพราะเป็นสภาพไม่รู้ ลมที่เกิดจากจิตเหมือนวัว จิตเหมือนสารถิ จิตที่คิด นี้ว่า “จะเดิน จะยืน” เกิดขึ้นแล้ว ธาตุลมย่อมยังวิญญูตติรูปให้เกิดขึ้น การเดิน เป็นต้น ย่อมดำเนิน ไปด้วยการขับเคลื่อนของธาตุลมที่จิตกระทำขึ้น ดังนั้น จึงมีเพียงคำกล่าวว่า “สัตว์เดิน สัตว์ยืน เรา เดิน เรายืน” ดังพระโบราณจารย์กล่าวไว้ว่า “เรือแล่นไปได้ด้วยแรงลม ลูกธนูแล่นไปได้ด้วยกำลัง สายธนู ฉนั้นใด ร่างกายนี้ที่ถูกลมนำไป ย่อมเดินไปได้ ฉนั้นนั้น แม้เครื่องยนต์ คือ ร่างกายนี้ถูกประกอบ ไว้ (ด้วยกิริยามีการเดินเป็นต้น) ย่อมเดิน ยืน และนั่งด้วยแรงสายชัก คือ จิต เหมือนเครื่องยนต์ที่หมุน ไปด้วยกำลังสายชัก ฉนั้น สัตว์ใดยืนหรือเดินได้ด้วยความสามารถของตน โดยปราศจากเหตุปัจจัย ธาตุลม และจิตที่ต้องการจะทำอากัปกิริยา สัตว์นั้นพึงมีได้ในโลกนี้หรือ”

<sup>๒๘</sup> พระพุทธโฆสชาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธชาจารย์ (อาจาสมมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า๔๘๗-๔๘๘.

ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้การเดิน ยืน นั่ง นอน ในลักษณะของเหตุปัจจัยอยู่อย่างนี้ กล่าวคือ เมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ว่าเดินอยู่ เมื่อยืนก็รู้ว่ายืนอยู่ เมื่อนั่งก็รู้ว่านั่งอยู่ เมื่อนอนก็รู้ว่านอนอยู่”

ในการเดินจงกรมนั้น ผู้ปฏิบัติควรรับรู้สภาวะในขณะที่เดิน ดังนี้ ขณะยกเท้า สภาวะเบาปรากฏ เพราะธาตุไฟที่มีสภาวะเบาเป็นหลักในขณะนั้น จะเห็นว่าไฟพุ่งขึ้นสูง ข้อนี้คล้ายตามอาการปรากฏของธาตุไฟว่า มหัททวนุปปาทนปจฺจุปฺภูฏานา (มีการทำให้ถึงความอ่อน การพุ่งขึ้นสูงเป็นเครื่องปรากฏ) ความจริงการทำให้อ่อน ก็คือ สภาวะเบาเหมือนคว้นไฟนั่นเอง ดังสาธกในคัมภีร์อรรถกถาและฎีกาว่า

“เมื่อเธอก้าวไปอย่างนี้ ในการยกเท้าข้างหนึ่ง ๆ ธาตุสองประการ คือ ธาตุดินและธาตุน้ำ มีความสามารถน้อยอ่อนกำลัง ธาตุสองประการอื่น (ธาตุไฟและธาตุลม) มีความสามารถมาก มีกำลังกล้า<sup>๒๙</sup> ธาตุไฟที่มีธาตุลมตามไป ย่อมเป็นปัจจัยแก่การยก เพราะธาตุไฟมีสภาวะพุ่งขึ้นสูง”

ขณะย่างเท้า สภาวะผลัดต้นปรากฏเพราะธาตุลมมีสภาวะผลัดต้นเป็นหลักในขณะนั้น ข้อนี้คล้ายตามอาการปรากฏของธาตุลมว่า มีการผลัดต้นเป็นเครื่องปรากฏ “ในการย่างและก้าวไปข้างหน้า ก็เช่นเดียวกันนี้ (ธาตุไฟและธาตุลมมีความสามารถมาก มีกำลังกล้า) ธาตุลมอันมีธาตุไฟสนับสนุน ย่อมเป็นปัจจัยแก่การย่างและก้าวไปข้างหน้า เพราะความชวนชวยยิ่งในการย่างเท้า และต้นเท้าย่อมมีแก่ธาตุลมที่มีภาวะไปทางขวาง”

ขณะเหยียบเท้า สภาวะหนักปรากฏ เพราะธาตุน้ำที่มีสภาวะหนักเป็นหลักในขณะนั้น จะเห็นได้ว่าน้ำไหลลงต่ำ ข้อนี้คล้ายตามลักษณะของธาตุน้ำว่า ปคฺขรณลกฺขณา (มีลักษณะไหลหรือเกาะกุม) เนื่องด้วยธาตุน้ำมีลักษณะไหลไปสู่ที่ต่ำจึงหนักกว่าธาตุดิน ดังอรรถาธิบายว่า “ในการเหยียบธาตุสองประการ คือ ธาตุไฟและธาตุลม มีความสามารถน้อย อ่อนกำลัง ธาตุสองประการอื่น (ธาตุดินและธาตุน้ำ) มีความสามารถมาก มีกำลังกล้า ธาตุน้ำอันมีธาตุดินสนับสนุน ย่อมเป็นปัจจัยแก่การเหยียบ เพราะธาตุน้ำมีสภาวะหนักกว่า (ธาตุดิน)”

ขณะวางเท้าเสมอพื้น สภาวะสัมผัสที่แข็งหรืออ่อนปรากฏเพราะธาตุดินที่มีสภาพสัมผัส ความแข็งหรืออ่อนเป็นหลักในขณะนั้น (ตามลักษณะของธาตุดินว่า มีลักษณะแข็งหรืออ่อน และตามหน้าที่ของธาตุดินว่า มีหน้าที่ตั้งไว้) “ในการวางและกด ก็เช่นเดียวกันนี้ (ธาตุดินและธาตุน้ำมีความสามารถมาก มีกำลังกล้า ธาตุดินอันมีธาตุน้ำสนับสนุน ย่อมเป็นปัจจัยแก่การวางการที่ธาตุน้ำคล้ายตามธาตุดินนั้น ย่อมมีเพราะธาตุดินมีหน้าที่ชวนชวยยิ่งแม้ในการให้ตั้งไว้เหมือนในการตั้ง (สิ่งใดสิ่งหนึ่ง) ไว้ เช่นเดียวกันนี้ การที่ธาตุน้ำคล้ายตามธาตุดินแม้ในการกดนั้น ย่อมมีเพราะการกดสำเร็จได้ด้วยอำนาจของธาตุดินที่มีอาการกระทบ”

<sup>๒๙</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๓๗๕/๕๕๖-๕๕๙.

### ๓.๔.๓ การจงกรมในการปฏิบัติวิปัสสนา

คำว่า จงกรม มาจากคำสันสกฤต หมายถึง การเดินไปมาในสถานที่แห่งเดียว เพื่อผ่อนคลายความเมื่อยจากการนั่ง หรือเพื่อเจริญสติระลึกปัจจุบัน พระพุทธองค์ทรงแสดงถึงการเดินจงกรมเป็นเบื้องต้นในหมวดอิริยาบถนี้ เพื่อเน้นการเดินจงกรมก่อนจะนั่งกรรมฐานในการเจริญวิปัสสนา แม้ในพระสูตรอื่นก็กล่าวถึงการเดินจงกรมก่อนการนั่งกรรมฐาน<sup>๓๐</sup>

“พวกเธอควรศึกษาอย่างนี้ว่า พวกเราจักเป็นผู้ประกอบความเป็นผู้ตื่นอยู่เสมอ จักชำระจิตให้สะอาดจากกรรมเครื่องกั้น (กุศล) ด้วยการจงกรม ด้วยการนั่ง ตลอดวัน ตอนต้นปฐมยามแห่งราตรี จักชำระจิตให้สะอาดจากกรรมเครื่องกั้น (กุศล) ด้วยการจงกรม และการนั่ง ในมัชฌิมยามแห่งราตรีสำเร็จสิทธิ์ไสยาส โดยข้างเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะ กระทำความหมายในอันลุกขึ้นไว้ในใจ ในปัจฉิมยามแห่งราตรี ลุกขึ้นแล้วทำจิตให้สะอาดจากกรรมเครื่องกั้นจิต ด้วยการจงกรม ด้วยการนั่ง”<sup>๓๑</sup>

“ในธรรมวินัยนี้ ยามกลางวันนั้น ภิกษุยอมชำระจิตให้สะอาดจากกรรมเครื่องกั้นจิต ด้วยการจงกรม ด้วยการนั่ง ตลอดวัน ตอนต้นปฐมยามแห่งราตรี ชำระจิตให้สะอาดจากกรรมเครื่องกั้นจิตด้วยการจงกรม ด้วยการนั่ง ในมัชฌิมยามแห่งราตรีสำเร็จสิทธิ์ไสยาส โดยข้างเบื้องขวา ซ้อนเท้าเหลื่อมเท้า มีสติสัมปชัญญะ กระทำความหมายในอันลุกขึ้นไว้ในใจ ในปัจฉิมยามแห่งราตรี ลุกขึ้นแล้วทำจิตให้สะอาดจากกรรมเครื่องกั้นจิต ด้วยการจงกรม ด้วยการนั่ง”

สาเหตุที่พระพุทธองค์ทรงเน้นการเดินจงกรมก่อนจะนั่งกรรมฐานก็เพราะว่า การเดินจงกรมนั้นก่อให้เกิดสมาธิได้เร็วกว่าการนั่งกรรมฐาน เนื่องจากสภาวะเดินที่ประกอบด้วยกายก าย และเหยียบ ประจักษ์ชัดกว่าสภาวะพองยุบ สภาวะนั่งที่เป็นการคู้เข้าของร่างกายส่วนล่าง และตั้งตรงของร่างกายส่วนบน และสภาวะสัมผัสของนิ้วมือหรือริมฝีปาก เป็นต้น ที่ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ในขณะนั่ง ในสมัยพุทธกาลมีพระภิกษุบางรูปบรรลुरुธรรมด้วยการเดินจงกรมอย่างเดียว เช่น พระสุภทัสผู้เป็นสาวกรูปสุดท้าย ผู้บรรลुरुธรรมด้วยการสั่งสอนของพระพุทธองค์ ในอรรถกถาของมหาปริณีพพาน

<sup>๓๐</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๒๓/๔๕๖-๔๕๗.

<sup>๓๑</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓/๒๔/๒๘.

สูตร<sup>๓๒</sup> กล่าวว่า ท่านพึงธรรมจากพระพุทธรองค์แล้วไปเดินจงกรมในป่าสาละ ก็ได้บรรลุธรรมในขณะที่เดินจงกรมนั่นเอง

### ๓.๔.๔ ผลแห่งการปฏิบัติในอิริยาบถเดินและการจงกรม

พระพุทธรองค์ทรงตรัสสอนว่า “เธอตั้งกายไว้ด้วยกิริยาท่าทางอย่างใด ๆ ก็รู้กิริยาท่าทางอย่างนั้น ๆ” เป็นการกล่าวรวมอิริยาบถทั้งหมดว่า เมื่อร่างกายตั้งอยู่ด้วยกิริยาเดิน ก็พึงรู้กิริยาเดิน เมื่อร่างกายตั้งอยู่ด้วยกิริยายืน นั่ง หรือนอน ก็พึงรู้กิริยายืน นั่ง หรือนอน ผู้คนทั่วไปไม่กำหนดรู้กิริยาต่าง ๆ ว่าเป็นเพียงสภาวะธรรมที่เกิดจากเหตุปัจจัย จึงเกิดกิเลสยึดมั่นว่าเป็นสิ่งเที่ยง เป็นสุข บังคับบัญชาได้ ต่อเมื่อเขาตามรู้ด้วยสติที่มีวิปัสสนาปัญญาประกอบรวม จึงทำลายกิเลสหยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริงได้

ในการเดินจงกรม พระพุทธรองค์ทรงสอนให้กำหนดรู้เป็นเพียงสภาวะเบาผลัดกัน หนัก และสัมผัสแข็งอ่อนของเท้าที่เคลื่อนไปข้างหน้า เกิดจากจิตที่ต้องการจะเดินซึ่งเกิดขึ้นก่อน และกิริยาเดินก็มีความเกิดขึ้นและดับไปเป็นธรรมดา เมื่อสภาวะยกสิ้นสุดแล้ว สภาวะย่างย่อมเกิดขึ้น เมื่อสภาวะย่างสิ้นสุดแล้ว สภาวะเหยียบย่อมเกิดขึ้น ในสภาวะยกไม่มีสภาวะย่างหรือเหยียบ แม้ในสภาวะย่างก็ไม่มีสภาวะเหยียบเช่นกัน เมื่อปัญญาเริ่มเห็นเกิดขึ้น ย่อมจัดเป็นการตามรู้ในกองรูปภายใน ชื่อว่า ปัจจกขญาณ คือ ปัญญาหยั่งเห็นโดยประจักษ์ โดยมีลำดับผลการปฏิบัติดังนี้

๑. ฝึกขยับตามรู้สภาวะ คือ ความเกิดขึ้นในกองรูปอยู่บ้าง
๒. ตามรู้สภาวะ คือ ความดับไปในกองรูปอยู่บ้าง
๓. ตามรู้สภาวะ คือ ทั้งความเกิดขึ้น และความดับไปในกองรูปอยู่บ้าง

เพียงการรู้ว่าเป็นกองรูปนั้น ยังไม่เพียงพอในการขจัดความหลงผิด ผู้ปฏิบัติต้องเห็นประจักษ์ในความไม่เที่ยงเสียก่อน จึงจะคลายความเห็นผิดว่าเที่ยงได้ ดังนั้น การเห็นประจักษ์จึงเป็นพื้นฐานให้หยั่งเห็นความเป็นทุกข์ และความไม่ใช่ตัวตนต่อไป ซึ่งการเห็นประจักษ์ในไตรลักษณ์ดังกล่าว ก็คือ วิปัสสนา แปลว่า “การหยั่งเห็นโดยประการต่าง ๆ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน” จะเห็นได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนา ก็คือ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ นั่นเอง

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค<sup>๓๓</sup> ได้ให้คำอธิบายไว้ว่า รูปย่อมเกิดขึ้นด้วยเหตุ ๔ อย่าง ได้แก่ อวิชชา ตัณหา กรรม และอาหาร เมื่อมีเหตุ ๔ อย่างนี้ รูปจึงเกิดขึ้นโดยอวิชชา ตัณหา และกรรม เป็นเหตุอดีต ส่วนอาหารเป็นเหตุปัจจุบัน ในทำนองเดียวกัน รูปย่อมดับไปด้วยการดับแห่งเหตุ ๔ อย่าง

<sup>๓๒</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๑๙๗-๑๙๘.

<sup>๓๓</sup> พระพุทธโฆษาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจาสมมหาเถร),

นั้น เมื่อเหตุ ๔ อย่างนี้ดับไป รูปจึงดับไป กล่าวโดยประสบการณ์ในการปฏิบัติว่า ในบางขณะผู้ปฏิบัติ อาจเข้าใจถึงเหตุเกิดของรูปว่า “รูปเกิดขึ้นเพราะมีวิชาที่ไม่รู้รูปตามความเป็นจริง เพราะมีตัณหา พอใจในรูป เพราะมีกรรมที่ให้ผลเป็นรูปในปัจจุบัน และเพราะมีอาหารที่รับประทาน” ในบางขณะ อาจเข้าใจว่า “รูปเกิดขึ้นเพราะมีจิตที่ต้องการทำอากัปกริยานั้น ๆ เกิดขึ้นก่อน” หรือ เข้าใจว่า “รูป เย็นเกิดขึ้นเพราะธาตุไฟที่มีความร้อนน้อย หรือ ร้อนเกิดขึ้นเพราะธาตุไฟที่มีความร้อนมาก” ดังนี้ เป็นต้น ความเข้าใจดังกล่าวเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเองตามสมควรแก่บารมีของแต่ละคน โดยส่วนใหญ่ผู้ ปฏิบัติมักรับรู้ “จิตสัง” คือ จิตที่ประกอบด้วยฉันทะและเจตนาในการทำอากัปกริยาทางกาย วาจา ใจ โดยกำหนดว่า “อยากเดินหนอ” “อยากยกหนอ” “อยากย่างหนอ” “อยากลงหนอ” หรือ “อยาก เหยียบหนอ” เป็นต้น การรู้เห็นเหตุเกิดเหตุดับไปอย่างนี้ เป็นวิปัสสนาญาณที่ ๒ ชื่อว่า ปัจจย-ปริคคหญาณ คือ ปัญญาเห็นเหตุปัจจัย

ต่อมาผู้ปฏิบัติจะยังเห็นความแปรปรวนของรูปได้ โดยรับรู้ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับ ไปของสภาวะยก ย่าง เป็นต้น กล่าวคือ สภาวะยกเกิดขึ้นแล้วดำเนินต่อไปชั่วขณะ แล้วสิ้นสุดลง สภาวะย่างจึงเกิดขึ้นแล้วดำเนินไปจนกระทั่งสิ้นสุด ในที่สุดจึงเกิดสภาวะเหยียบที่เกิดขึ้น แล้วดำเนิน ต่อไปแล้วสิ้นสุด สภาวะยกไม่มีในสภาวะย่าง สภาวะย่างไม่มีในสภาวะเหยียบ การรู้เห็นความเกิดขึ้น และดับไปอย่างนี้ เป็นวิปัสสนาญาณที่ ๓ ชื่อว่า สัมมสนญาณ คือ ปัญญาเห็นความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป

หลังจากนั้นเขาย่อมบรรลุวิปัสสนาญาณที่ ๔ ชื่อว่า อุทัพพญาณ คือ ปัญญาเห็นความ เกิดดับ เขาสามารถยังเห็นความเกิดดับอย่างชัดเจนว่า สภาวะยก ย่าง และเหยียบนั้น เกิดขึ้นและ ดับไปอย่างรวดเร็วถี่บีบ ไม่คงอยู่แม้เพียงเศษหนึ่งส่วนล้านวินาที ในบางขณะอาจรู้เห็นความเกิดดับ ของรูปกายได้อีกด้วย ต่อมาย่อมบรรลุวิปัสสนาญาณที่ ๕ ชื่อว่า ภังคญาณ คือ ปัญญาเห็นความดับ โดยรับรู้ความดับไปของรูปนามหมายควมว่า สภาวะยกเป็นต้นปรากฏเพียงความดับไปเหมือนเป็น เงามดำ ๆ โดยปราศจากสภาวะเกิดขึ้นอย่างชัดเจน

อิริยาบถกับความรู้ในอริยสัจ ๔ ที่ประจักษ์แก่ผู้ปฏิบัติธรรมที่ระลึกรู้กิริยาเดิน โดยไม่อิง อาศัยตัณหา และทิวฐิ คือ

- การรู้เห็นความเกิดดับของรูปที่เคลื่อนไหวในขณะที่เดิน จิตที่ต้องการจะเดิน สติที่ระลึกรู้ และปัญญาที่เห็นเห็น เป็นต้น จัดเป็นการกำหนดรู้ทุกขสัจ ชื่อว่า ปริณญากิจ คือ กิจกำหนดรู้
- การละความพอใจในสภาวะธรรมที่กำหนดรู้อยู่ จัดเป็นการละสมุทฺธสัจได้ชั่วขณะ เป็น ตหังคปหาน ชื่อว่า ปหานกิจ คือ กิจละ
- การบรรลุนิพพานชั่วขณะที่เรียกว่า ตหังคนิโรธ ด้วยการให้สำเร็จความดับวิภูฏะทุกข คือ กิเลสที่อาจเกิดขึ้น เมื่อมิได้เจริญสติตั้งแต่อวิชชาที่ปกปิดสภาวะเกิดดับที่เป็นอนิจจลักษณะไว้

พร้อมด้วยกรรมและวิบากชั้น ๖ จัดเป็นการกระทำที่แจ้งนิพพาน ชื่อว่า สัจฉิกิริยากิจ คือ กิจกระทำ ให้แจ้ง (ในที่นี้หมายถึงการให้สำเร็จความดับวิภวัญทุกข์โดยตรง ยังไม่ใช่การรู้เห็นความดับของรูปนาม คือ นิพพานอย่างแท้จริง)

- การอบรมอริยมรรคมืองค์ ๘ มีสัมมาทิฐิ เป็นต้น ที่เป็นฝ่ายโลกียะ ชื่อว่า ภาวนากิจ คือ กิจอบรม

ทุกขณะที่ผู้ปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน จนกระทั่งเกิดปัญญาหยั่งเห็นความ เกิดดับอย่างชัดเจน อริยสัจ ๔ ย่อมประจักษ์เสมออยู่อย่างนี้ เมื่อผู้ปฏิบัติบรรลุวิปัสสนาญาณชั้น ต่าง ๆ จนกระทั่งบรรลุนิพพานด้วยมรรคญาณ ก็จะหยั่งเห็นความดับสนิทของรูปนามอย่างชัดเจน อริยสัจ ๔ ที่ปรากฏในขณะนั้น คือ

- การหยั่งเห็นความดับของรูปนามที่กำหนดรู้อยู่จัดเป็นการกำหนดรู้ทุกขสัง และปริยญา ปฏิเวธะ คือ การแทงตลอดด้วยการกำหนดรู้

- การละความพอใจในรูปนามทั้งหมด จัดเป็นการละสมุทยสัง และปหานปฏิเวธะ คือ การแทงตลอดด้วยการละ

- การรู้นิพพานที่เป็นความดับรูปนามทั้งหมดเป็นอารมณ์ เป็นการกระทำที่แจ้งนิโรธสัง และสัจฉิกิริยาปฏิเวธะ คือ การแทงตลอดด้วยการกระทำที่แจ้ง

- การเจริญอริยมรรคมืองค์ ๘ ฝ่ายโลกุตตระ เป็นการอบรมมรรคสัง และภาวนาปฏิเวธะ คือ การแทงตลอดด้วยการอบรม

โดยประการดังนี้ ในเวลาบรรลุนิพพานด้วยมรรคญาณ ผู้ปฏิบัติชื่อว่าเป็นผู้แทงตลอด อริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรคในขณะเดียวกัน ด้วยการกำหนดรู้ การละ การกระทำที่ แจ้ง และการอบรมเปรียบเสมือนประทีปที่ทำการกิจ ๔ อย่างในขณะเดียวกัน คือ การให้แสงสว่าง การ ทำลายความมืด การเผาไส้ และการยังน้ำมันให้แห้ง

สรุปได้ว่า เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ความเป็นไตรลักษณ์ของกองรูปในขณะเดิน ในเบื้องต้นผู้ ปฏิบัติมักรับรู้ตัวตนโดยไม่หยั่งเห็นสภาวะธรรมอย่างชัดเจน อาจรู้สึกสัจฐานของร่างกายในขณะเดิน เป็น “เราเดิน” และอวัยวะในร่างกายว่าเป็น “ของเรา” พร้อมทั้งยึดติดผูกพันว่าเที่ยง เป็นสุข บังคับ บัญชาได้ ต่อเมื่อมีปัญญากำหนดรู้สภาวะธรรมในขณะยก ย่าง เหยียบ ฯลฯ ได้แล้ว ก็จะเข้าใจว่าเป็น เพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจากเหตุปัจจัย โดยจิตสั่งเป็นสาเหตุให้เคลื่อนไหวร่างกาย และร่างกายก็ เกิดขึ้นด้วยอวิชา ตัณหา กรรม และอาหารตามสมควร

ต่อมาเมื่อผู้ปฏิบัติบรรลุถึงญาณแล้ว ย่อมหยั่งเห็นอากัปกิริยาของรูปทั้งหมดดับไปอย่าง รวดเร็ว โดยไม่ปรากฏรูปร่างสัจฐานเป็นมือเท้า หรือส่วนอื่น ๆ เขาไม่พบเห็นว่ามีตน หรือของตนที่ ควรยึดมั่นด้วยทิฐิ และน่าพอใจด้วยตัณหา ปฏิเสธความเป็นตัวตน ซึ่งพบในอาการ ๑๐ ของสัญญา-

ตานุปัสสนา<sup>๓๔</sup> เรื่องสังขารเพกขาญาณอันเป็นวิปัสสนาญาณที่ ๑๑ ดังนั้น ความปรากฏแห่งสติดังกล่าวจึงปรากฏชัดในขณะที่บรรลุสังขารเพกขาญาณ

โดยทั่วไปตัณหาและทิฐิ มักเข้าไปอิงอาศัยอารมณ์ที่ผู้ปฏิบัติไม่กำหนดรู้ จนกระทั่งเกิดปัญหาเห็นไตรลักษณ์ ซึ่งอารมณ์ที่ปรากฏเช่นนี้ย่อมไม่เป็นที่อิงอาศัยของตัณหาและทิฐิ การไม่เกิดตัณหาและทิฐิโดยประการอย่างนี้ เรียกว่าการไม่อิงอาศัยตัณหาและทิฐิ เช่น ผู้ปฏิบัติที่กำหนดรู้สภาวะเดินจนปรากฏความเกิดดับอย่างรวดเร็ว ย่อมเกิดปัญญาเข้าใจไตรลักษณ์ได้ เขาจัดว่าดับตัณหาและทิฐิในสภาวะที่กำหนดรู้ได้ชั่วขณะ โดยความเป็นตทังคนิโรธ และปราศจากความพอใจเห็นผิดในขั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่ไม่ได้กำหนดรู้ในขณะนั้น จึงดับตัณหาทิฐิได้ด้วยกรณขมไว้เป็นวิกขัมภนนิโรธ สมดังพระบาลีที่ว่า “อิทเมกสฺส จตุอิริยาปถปริคคาหกสฺส ภิกขุโน ยาว อรหตฺตา นียยานมุขุตติ”<sup>๓๕</sup> แปลว่า ข้อนี้เป็นทางพ้นทุกข์จนกระทั่งบรรลุอรหัตผลของภิกษุรูปหนึ่งผู้กำหนดรู้อิริยาปถ ๔

### ๓.๕ วิเคราะห์การเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภัททเถระ

จากหลักฐานทางคัมภีร์ที่ปรากฏข้างต้น วิเคราะห์ได้ว่า

#### ๓.๕.๑ พระสุภัททะสำเร็จเป็นพระอนาคามีแล้วเมื่ออุปสมบทเป็นพระภิกษุ เนื่องจาก

ก. พระพุทธองค์ตรัสแจ้งเรื่องการอยู่ปริวาส ๔ เดือน โดยอาจมีข้อยกเว้นนั้น สุภัทท-ปริพาชกตอบยืนยันว่า จะขอบรรพชาอุปสมบทแต่ต้องอยู่ปริวาสถึง ๔ ปี สิ่งนี้เปรียบเหมือนพระพุทธองค์ต้องการให้สุภัททปริพาชกพิสูจน์ถึงความศรัทธาที่ไม่หวั่นไหวต่อหน้าที่ประชุม ซึ่งการที่จะมีศรัทธาในพระรัตนตรัยไม่เปลี่ยนแปลงได้นั้น ต้องสำเร็จเป็นพระอริยบุคคลชั้นโสดาบันเป็นต้นไปเท่านั้น<sup>๓๖</sup>

ข. ประกอบความเพียร อุทิศกายและใจอยู่ในที่นี้ หมายถึง มุ่งที่จะบรรลุอรหัตผล โดยไม่ห่วงอาลัยต่อร่างกาย และชีวิตของตน ซึ่งเป็นการปฏิบัติของพระอนาคามี<sup>๓๗</sup>

๓.๕.๒ พระสุภัททะปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา เนื่องจาก ท่านเจริญวิปัสสนาโดยอริยฐานจกกรม ซึ่งเป็นการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในหมวดอิริยาปถ<sup>๓๘</sup> ซึ่ง

<sup>๓๔</sup> พระพุทธโฆษาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาโมกข์ (อจาจาสมมหาเถร), หน้า ๘๗๗-๑๑๓๕.

<sup>๓๕</sup> ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๘๓

<sup>๓๖</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๙๘/๔๙๐.

<sup>๓๗</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๒๐๔/๑๙๐.

<sup>๓๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.



จะไม่ได้ใช้สมาธิถึงระดับฌาน การเดินเคลื่อนไหวไปมาอย่างนี้ เป็นการกำหนดการเกิดดับของรูปนาม โดยใช้ขณิกสมาธิเท่านั้น

๓.๕.๓ พระสุภัททะบรรลอรหัตต์ด้วยจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เนื่องจาก ณ ขณะ บรรลุธรรม ท่านกำหนดรู้การเกิดดับของจิต ที่เกิดจากการจรเข้าออกแห่งกิเลส ซึ่งเป็นการกำหนดรู้ใน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน<sup>๓๙</sup>

๓.๕.๔ พระสุภัททะเถระบรรลอรหัตต์แบบปัญญาวิมุตติ และปฏิบัติแบบทวิปฏิปัตตะ เนื่องจากปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา ไม่ได้มีโลกียวิชชา และโลกียอภิญญา แต่มีปฏิสัมภิทา ๔ ซึ่งเป็น ลักษณะผลของผู้ปฏิบัติที่ยิ่งด้วยปัญญา ดังพระพุทธดำรัสที่<sup>๔๐</sup>ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๗ ประการ ไม่นานนัก ก็จะทำให้แจ้งปฏิสัมภิทา ๔<sup>๔๑</sup> ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่ธรรม ๗ ประการ อะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า “จิตของเรานี้หุดหู่”
๒. รู้ชัดจิตท้อแท้ภายใน<sup>๔๒</sup> ตามความเป็นจริงว่า “จิตของเรา ท้อแท้ภายใน”
๓. รู้ชัดจิตฟุ้งซ่านไปภายนอก<sup>๔๓</sup> ตามความเป็นจริงว่า “จิตของเราฟุ้งซ่านไปภายนอก”
๔. รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า เวทนาปรากฏเกิดขึ้น ปรากฏตั้งอยู่ ปรากฏดับไป
๕. รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า สัญญาปรากฏเกิดขึ้น ปรากฏตั้งอยู่ ปรากฏดับไป
๖. รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า วิตกปรากฏเกิดขึ้น ปรากฏตั้งอยู่ ปรากฏดับไป

<sup>๓๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.

<sup>๔๐</sup> อ.จ.สตุตทก. (ไทย) ๒๓/๓๘/๕๘-๕๙.

<sup>๔๑</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๑๘-๗๓๑/๔๕๙-๔๖๕.

<sup>๔๒</sup> จิตท้อแท้ภายใน ในที่นี้หมายถึงจิตที่ตกอยู่ในถีนมิทธะ ดูใน อ.จ.สตุตทก.อ. (ไทย) ๓/๓๘/๑๗๙.

<sup>๔๓</sup> จิตฟุ้งซ่านไปภายนอก ในที่นี้หมายถึงจิตที่ฟุ้งซ่านไปในกามคุณ ๕ ประการ ดูใน อ.จ.สตุตทก.อ. (ไทย)

๗. กำหนดดี มนสิการดี ทรงจำดี แหงตลอดดีด้วยปัญญาซึ่งนิमित  
ในธรรมที่เป็นสัปปายะและอัสปายะ<sup>๔๔</sup> ที่เลวและประณีต ที่มีส่วนคำและ  
ขาว

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุประกอบด้วยธรรม ๗ ประการนี้แล ไม่นาน  
นัก ก็จะทำให้แจ้งปฏิสัมภิทา ๔ ด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่”

### ๓.๖ สรุปท้ายบท

พระสุภัททเถระก่อนอุปสมบท ได้บวชเป็นปริพาชกอยู่ที่เมืองกุสินารา ท่านมีบุพกรรม  
ร่วมกับพระอัญญาโกณฑัญญะ เมื่อสมัยพระวิปัสสีสัมมาสัมพุทธเจ้า นับย้อนไป ๙๑ กัป โดย  
พระอัญญาโกณฑัญญะเป็นพี่ชายชื่อ มหากาล ส่วนพระสุภัททเถระเป็นน้องชายชื่อ จุลกาล ในครั้งนั้น  
พี่ชายดำริจะทำบุญถวายทานตั้งแต่ข้าวเริ่มตั้งท้อง จึงชักชวนน้องชาย แต่น้องชายไม่เห็นด้วย จึงแบ่ง  
นากันคนละครึ่ง ตัวน้องชายนั้นทำบุญถวายทานเมื่อเก็บเกี่ยวเสร็จสิ้นแล้ว จึงเป็นบุพกรรมให้  
พระสุภัททเถระได้รับการอุปสมบท รั้งกัมมัญฐาน ปรารภความเพียร จนบรรลุอรหัตต์ในคำคืนพุทธ  
ปรินิพพาน เป็นปัจฉิมสักขีสาวก

การเข้าเฝ้าพระพุทธองค์ของสุภัททปริพาชกมีความสำคัญยิ่งในการยืนยันแก่ผู้มีจิตศรัทธา  
ถึงผลของการปฏิบัติตามพระธรรมวินัยของพระศาสนาแม้หลังพุทธปรินิพพาน ด้วยประการที่ว่า  
ตราบที่มีผู้ปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ ๘ โลกก็จะไม่สิ้นพระอริยบุคคล ซึ่งหลังทรงเทศน์สอน  
พระสุภัททเถระแล้ว ก็มีพระบรมพุทธานุญาตให้สามารถถอนสิกขาบทเล็กน้อย และจบลงด้วยปัจฉิม  
โอวาท จะเห็นได้ว่า พระธรรมเทศนานี้เป็นสิ่งที่เพิ่มกำลังศรัทธา และความเพียรได้เป็นอย่างดี

พระสุภัททเถระบรรลุธรรมสำเร็จเป็นอนาคามีแล้วจึงได้รับการบรรพชาอุปสมบท เมื่อรับ  
กัมมัญฐานจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ก็หลีกเร้นไปอธิษฐานปรารภความเพียรด้วยการเดินจงกรม  
อันเป็นการปฏิบัติกายานุปัสสนาในสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งการเดินจงกรมนั้น เป็นแนวทางการปฏิบัติแบบ  
สุทวิปัสสนา เพราะใช้เพียงขณิกสมาธิในการกำหนดรู้ความเกิดดับแห่งรูปนาม และขณะที่ท่านบรรลุ  
ธรรมนั้น เป็นการกำหนดไตรลักษณ์ของจิต ซึ่งเป็นการปฏิบัติในหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การ  
ที่ท่านสำเร็จพระอรหัตต์ พร้อมปฏิสัมภิทาดด้วยปัญญาอันยิ่ง ยืนยันส่วนที่ท่านเป็นอริยบุคคลที่ปฏิบัติ  
แบบทิวลิปตตะ และบรรลุอรหัตต์แบบปัญญาวิมุต

<sup>๔๔</sup> นิमितในธรรมที่เป็นสัปปายะและอัสปายะ หมายถึงเหตุในธรรมที่เป็นอุปการะและที่ไม่เป็น  
อุปการะ ดูใน อง.สตตค.อ. (ไทย) ๓/๓๘๘/๑๗๙.

## บทที่ ๔

### สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

#### ๔.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษา “ศึกษาการเจริญสุทธวิปัสสนาภาวนาของพระสุภทัตเถระ” มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ ได้แก่ เพื่อศึกษาสุทธวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาวิเคราะห์การเจริญสุทธวิปัสสนาของพระสุภทัตเถระ ปรากฏผลจากการศึกษา ดังนี้

๔.๑.๑ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของไทยจากหลักฐานบันทึกทางประวัติศาสตร์ สืบทอดจากคณะสมณทูตจากอินเดีย สมัยพระเจ้าอโศกมหาราช หลังการสังคายนาพระไตรปิฎก ครั้งที่ ๓ นำโดยพระโสณเถระ และพระอุตตรเถระ การปฏิบัติวิปัสสนามีอยู่ใน เขตบริเวณแหลมทอง เริ่มต้นตั้งแต่สมัยสุโขทัย จนถึงสิ้นสุดเมื่อสมัยพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ แห่งกรุงศรีอยุธยา เมื่อปี พ.ศ. ๒๒๙๖ และแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในปัจจุบันนี้ เป็นแนวทางที่ตรงตามพระราชดำริ ในรัชกาลที่ ๕ และถูกต้องตามพระไตรปิฎก และคัมภีร์วิสุทธิมรรค โดยหลักฐานทางประวัติศาสตร์ และผู้เชี่ยวชาญผู้เชี่ยวชาญปริยัติที่ปฏิบัติจนเห็นแจ้งด้วยตนเอง

๔.๑.๒ สุทธวิปัสสนายานิกบุคคล เป็นผู้ปฏิบัติที่มีวิปัสสนานำหน้าสมณะ ประเภท วิปัสสนาบุพพังคมสมณะ ที่ใช้ขณิกสมาธิกำหนดความเป็นไตรลักษณ์ของรูปนาม จนเมื่อขึ้นสู่วิปัสสนา ในช่วงอุทกพิพพญาณอย่างอ่อน จนเผชิญกับวิปัสสนูปกิเลสแล้ว ก็จะใช้การเจริญวิปัสสนาแบบธัมมูตัจจวิคคหิตมานัส หรือหากยังไม่บรรลุนิพพาน ก็จะกลับไปใช้วิปัสสนาบุพพังคมสมณะต่อไป ผู้ปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนานั้น เป็นการปฏิบัติแบบธัมมานุสारी หรือสัทธานุสारीก็ได้ ขึ้นอยู่กับว่าสัทธินทรีย์ หรือปัญญาธิริยจะแก่กล้ากว่ากัน หลังจากบรรลุโสดาปัตติผล สกทาคามีผล หรืออนาคามีผลแล้ว หาก สัทธินทรีย์แก่กล้าก็จัดเป็นสัทธาวิมุต แต่ถ้าปัญญาธิริยแก่กล้าจะจัดเป็นทิวฐิปัตตะ ต่อเมื่อบรรลุ อรหัตผลนั้น ผู้ปฏิบัติแบบสุทธวิปัสสนา ก็จะจัดเป็นพระอรหันต์แบบปัญญาวิมุต เนื่องจากใช้เพียงขณิกสมาธิเท่านั้น จึงเป็นลักษณะปัญชฌาน ซึ่งมีกำลังเทียบเท่าปฐมฌาน

๔.๑.๓ การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานสูตรของผู้ปฏิบัติด้วยองค์ประกอบที่ดำเนิน ไปสู่ผลของการปฏิบัติ ได้แก่ อาตาปี สัมปะทาโน และสติมา เมื่อองค์ประกอบทั้ง ๓ ทำหน้าที่ร่วมกัน อย่างดี ก็สามารถรู้เห็นการเกิดดับของรูปนามสังขารธรรมในความเป็นจริง เรียกว่า ปัญญาเจตสิก หนทางสายนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔ ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตา

นุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตั้งแต่อย่างหยابไปจนถึงอย่างละเอียดที่สุดจนเกิดญาณปัญญา แล้วพิจารณาเห็นรูปธรรม และนามธรรม ที่เป็นอารมณ์ของจิตดับไป และเห็นจิตนั้นดับไปด้วย เกิดเป็นวิปัสสนาญาณไปตามลำดับ จนบรรลุมรรค ผล นิพพาน เป็นพระอรหันต์ประเภท สัทธานุสारी หรือธัมมานุสारी อย่างใดอย่างหนึ่ง สำเร็จเป็นพระอรหันต์ เรียกว่า “ปัญญาวิมุตติ” การเจริญวิปัสสนาโดยไม่ต้องใช้ฌานปีนบาทฐาน สามารถเจริญวิปัสสนาได้ทันที ด้วยการพิจารณารูปนาม ดิ่งไปในทางปัญญาอย่างเดียวนี้ เรียกว่า “สุทวิปัสสนา” ผู้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ด้วยการเจริญวิปัสสนาแบบนี้ เรียกว่า “สุกขวิปัสสกบุคคล”

๔.๑.๔ พระสุภัททเถระก่อนอุปสมบท ได้บวชเป็นปริพาชกอยู่ที่เมืองกุสินารา ท่านมีบุพกรรมร่วมกับพระอัญญาโกณฑัญญะ เมื่อสมัยพระวิปัสสิสัมมาสัมพุทธเจ้า นับย้อนไป ๙๑ กัป โดยพระอัญญาโกณฑัญญะเป็นพี่ชายชื่อ มหากาล ส่วนพระสุภัททเถระเป็นน้องชายชื่อ จุลกาล ในครั้งนั้นพี่ชายดำริจะทำบุญถวายทานตั้งแต่เช้าเริ่มตั้งท้อง จึงชักชวนน้องชาย แต่น้องชายไม่เห็นด้วย จึงแบ่งนากันคนละครึ่ง ตัวน้องชายนั้นทำบุญถวายทานเมื่อเก็บเกี่ยวเสร็จสิ้นแล้ว จึงเป็นบุพกรรมให้พระสุภัททเถระได้รับการอุปสมบท รับกัมมัฏฐาน ปรรวาทความเพียร จนบรรลุอรหันต์ในคำคืนพุทธปรินิพพาน เป็นปัจฉิมสักขีสาวก คำเทศนาของพระพุทธองค์ที่มีต่อสุภัททปริพาชก ยืนยันว่าตราบที่มีผู้ปฏิบัติตามอริยมรรคมีองค์ ๘ โลกก็จะไม่สิ้นพระอริยบุคคล พระสุภัททเถระบรรลุธรรมสำเร็จเป็นอนาคามีแล้วจึงได้รับการบรรพชาอุปสมบท เป็นอริยบุคคลที่ปฏิบัติแบบทิฐิปัตตะ แล้วหลีกเลี่ยงไปอธิษฐานปรารภความเพียรด้วยการเดินจงกรม อันเป็นการปฏิบัติกายนุปัสสนาในสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นแนวทางการปฏิบัติแบบสุทวิปัสสนา เพราะใช้เพียงขณิกสมาธิในการกำหนดรู้ความเกิดดับแห่งรูปนาม บรรลุอรหันต์แบบปัญญาวิมุตติ ด้วยการกำหนดไตรลักษณ์ของจิต ซึ่งเป็นการปฏิบัติในหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน พร้อมปฏิสัมภิทาด้วยปัญญาอันยิ่ง เป็นปัจฉิมสักขีสาวก

## ๔.๒ ข้อเสนอแนะ

จากประวัติ และปฏิปทาของพระสุภัททเถระที่ได้ศึกษา ทำให้เห็นถึงความแตกต่างในจุดสนใจของมนุษย์ในยุคสมัยที่แตกต่าง ในสมัยพระพุทธองค์นั้น ผู้คนมีความสนใจโดยทั่วกันอยู่ที่การบรรลุธรรม อันพ้นจากสังสารวัฏฏ์ ซึ่งมีพื้นฐานหลักความเชื่อเรื่องชาติภพ กรรม และผลของกรรมอยู่ เก่าก่อนแล้ว คำสอนของพระพุทธองค์จึงมุ่งเน้นที่เป้าหมายสูงสุดของผู้คนในสมัยนั้น นั่นคือการบรรลุธรรม พ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดที่ไม่มีจุดสิ้นสุด หรือพระนิพพาน ขณะที่ปัจจุบันนี้ผู้คนโดยทั่วไปอาศัยอยู่ในยุคโลกาภิวัตน์ ที่ยึดถือค่านิยมทางวัตถุอย่างเต็มรูปแบบ สังคมต่างแสวงหาความสุข และความสำเร็จในลักษณะของความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ความเชื่อสุดโต่งในลักษณะนี้กลับเป็นเหมือนมะเร็งร้ายที่กัดกินรากฐานความมั่งคั่งของผู้คนที่พยายามกักเก็บทรัพย์ากรไว้กับตนอย่างไม่ลืมหูลืมตา สุดท้ายแล้วความล่มสลายของสังคม เศรษฐกิจ และการเมืองก็จะเป็นสิ่งที่พรากเอายศฐาบรรดาศักดิ์

เหล่านั้นไปจากพวกเขา

สุทธวิปัสสนา เป็นเครื่องมือทรงประสิทธิภาพที่ทำให้มนุษย์เข้าใจตนเอง พัฒนาศักยภาพความสามารถของปัจเจกบุคคล ซึ่งผลได้นั้น ไม่ได้จำกัดอยู่เพียงแค่พระนิพพาน แต่หากยังมีผลพลอยได้มากมายมหาศาลที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติเก็บเกี่ยวได้ระหว่างเส้นทางสู่พระนิพพานเช่นกัน ด้วยแนวทางที่ใช้เพียงขณิกสมาธิในการกำหนดรูปร่างปัจจุบันของสุทธวิปัสสนา ทำให้ผู้คนสามารถประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างน่าอัศจรรย์ เช่น การมีสติรู้ทันนิเวศน์ รู้ทันกิเลส เป็นต้น ต่างเป็นผลเบื้องต้นจากการปฏิบัติสุทธวิปัสสนาได้ ขณะสุทธวิปัสสนาจะช่วยปรับพื้นฐานจิตใจของผู้ปฏิบัติให้รู้จักการแสวงหาความสุขที่เกิดจากความสงบแห่งกิเลสตัณหา ดำเนินชีวิต และปฏิบัติหน้าที่แห่งตนด้วยจิตใจที่ปราศจากอกุศลมูลแล้ว ย่อมส่งผลให้หน้าที่การงานเจริญก้าวหน้าโดยอัตโนมัติ ซึ่งจะส่งผลต่อไปยังสังคมในวงกว้าง และเป็นผลดีต่อทุกฝ่าย ทุกระดับของสังคมในที่สุด

จากความเห็นของผู้วิจัย แม้สินค้าจะมีประโยชน์ และทรงประสิทธิภาพ แต่หากนำเสนอสรรพประโยชน์การใช้งานที่ไม่ตรงกับความต้องการของผู้บริโภค ก็ยากที่จะกระจายสินค้าไปสู่ตลาดได้ เช่นเดียวกับสุทธวิปัสสนา ที่แม้จะมีคุณค่ามหาศาลต่อทุกคนทุกภาคส่วนของสังคม แต่หากไม่สามารถนำเสนอคุณค่าของการปฏิบัติให้ตรงกับความต้องการในชีวิตผู้คนได้ ก็ยากที่จะโน้มน้าวให้มนุษยชาติหันมาพัฒนาตนด้วยแนวทางที่องค์พระศาสดาวางไว้ให้ได้

ดังนั้น ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ที่ต้องการศึกษาในเรื่องสุทธวิปัสสนานี้ ผู้วิจัยเห็นว่าประเด็นที่น่าสนใจอีกหลายประเด็น ที่ควรจะนำไปศึกษาวิจัยเพิ่มเติม คือ

- ๑) ผลของสุทธวิปัสสนาที่มีต่อสุขภาพร่างกาย
- ๒) ผลของสุทธวิปัสสนาที่มีต่อสุขภาพจิต
- ๓) ผลของสุทธวิปัสสนาที่มีต่อศักยภาพการทำงาน

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐.  
กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๓๙.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๓๙.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร:  
โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย. ๒๕๓๕.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

##### (๑) คัมภีร์:

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. คัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.  
กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐.

พระพุทธโฆสจารย์. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ).  
พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔.

พระธัมมปาละมหาเถระ. ปรมัตถมัชฌิมสูตร วิสุทธิมคคมหาฎีกา ภาค ๑. อาจารย์สิริ เพ็ชรไชย ป.ธ. ๙  
แปล. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส แอนด์ กราฟฟิค จำกัด. ๒๕๕๕.

##### (๒) หนังสือ:

ชินสภเถระ (พธ.บ. ๓๕). พุทธวิหาร ศูนย์กลางการศึกษาวิปัสสนาธุระ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อักษร  
สัมพันธ์ (1987) จำกัด, ๒๕๕๘.

ธนิต อยู่โพธิ์. วิปัสสนานิยม. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,  
๒๕๔๐.

ปัญญา ใช้บางยาง. ๘๐ พระอรหันต์ (ฉบับสมบูรณ์). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา บันลือธรรม,  
๒๕๕๕.

พระครูกล้วยานสิทธิวัฒน์ (สมาน กล้วยานธมโม/ พรหมอยู่). เอตทัคคะในพระพุทธศาสนา. พิมพ์ครั้งที่ ๙.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙.

- พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (ประเสริฐ มนต์เสวี). **อานาปานสติภาวนา**. สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสัสมหาเถระ ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D) ตรวจชำระ. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสตร์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๐.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ). **คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์ พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต). **การศึกษา กับ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๙.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส. อาร์.พรินต์ติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘.
- \_\_\_\_\_ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติมช่วงที่ ๑/ยุดิ)**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗ , กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระพุทธศาสนาของธรรมสภา, ๒๕๕๔.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๔๐. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทรัพย์การพิมพ์, ๒๕๕๗.
- พระพุทธโฆสเถระ. **ธมมปทฎกถา (ปจโม ภาโค)**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๖. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาภูมิราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.
- พระพุทธทตตะเถระ. **อภิธัมมวาทาร**. แปลโดย พระคันธสาราภิงค์. พระอัมมันทาเถระ อัครมหาบัณฑิต ตรวจชำระ. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.
- พระโมคคัลลานเถระ, **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**, แปลโดย พระมหาสมปอง มุทิโต. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๗.
- \_\_\_\_\_ . **คัมภีร์อภิธานัปทิติกา**. แปลโดย พระมหาสมปอง มุทิโต. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโมป.ธ.๙, M.A., Ph.D) ตรวจชำระ แปลเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิงค์. **นิพพานถา**. กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.
- \_\_\_\_\_ . **วิปัสสนาชุนี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์)**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วน จำกัด. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓.
- \_\_\_\_\_ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. พระคันธสาราภิงค์ แปลและเรียบเรียง. นนทบุรี: บริษัท ไทยร่มเกล้า จำกัด, ๒๕๕๘.

พันตรี ป. หลงสมบุญ (ประยูร หลงสมบุญ). **พจนานุกรม มคอ-ไทย**. กรุงเทพมหานคร: คณะศิษย์วัด  
ปากน้ำภาษีเจริญ, ๒๕๔๐.

พิฑูร มลิวัลย์ ป.ธ.๙, น.บ. เรียบเรียง. **สังคหะ (๑) สภาวธรรมพื้นฐาน**. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์  
กรมการศาสนา, ม.ป.ป.

พุทธทาสภิกขุ. **อานาปานสติสมบูรณแบบ**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๘.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.๒๕๕๔**. กรุงเทพมหานคร: ศิริวัฒนา  
อินเตอร์พริ้นท์ จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๔.

วศิน อินทสระ, **“พระอานนท์พุทธอนุชา”**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์สุภา จำกัด, ๒๕๕๖.  
สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). **อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระ  
อริยเจ้า**. กรุงเทพฯ: ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.

สมบูรณ ตาสนธิ. **พระอรหันตสาวกบรรลุธรรมได้อย่างไร**. นนทบุรี: อิงค์ ปียอนด์ บุ๊คส์, ๒๕๕๕.

สุวัฒน์ สุวทมน (พิทักษ์วงษ์). **มนุษย์...เกิดมาทำไม? เล่ม ๑๗ ตอน ประวัติอัสติมหาสาวก ๘๐ รูป**.  
กรุงเทพมหานคร: บริษัท พิมพ์สวย จำกัด, ๒๕๕๗.

อุทัย ไชยานนท์. **ชีวประวัติพระอรหันต์**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์น้ำฝน จำกัด.

### (๓) วิทยานิพนธ์:

เจ้าอธิการเกรียงศักดิ์ ขนดีโก (หอมสมัย). **“ศึกษาการบรรลุธรรมของพระเรวตขทิวนิยเถระ”**.

**วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,  
๒๕๕๗.

พระครูใบฎีกาจำเนียร ปริสุทฺโธ (ขวิวงษ์). **“ศึกษาเปรียบเทียบการบรรลุธรรมของพระราธเถระกับ  
พระอานนทเถระ”**. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลง  
กรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระครูศรีภวานาวิสุทธิคุณ (บุญโชติ อาภากร). **“ศึกษาการบรรลุธรรมของพระอุบาลีเถระ”**. **วิทยา-**  
**นิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระมหาสุพจน์ นนทวิริโย (คชรินทร์). **“ศึกษาเปรียบเทียบการบรรลุธรรมของพระสารีบุตรเถระ และ  
พระมหาโมคคัลลานเถระ”**. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:  
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระหิรัญชัย ปรุกโกโม (บ่อทอง). **“ศึกษาการบรรลุธรรมของพระสีวลีเถระ”**. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร**  
**มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระอธิการโฆสิต ปญญาโว (รุ่งเรือง). **“ศึกษาการบรรลุธรรมของพระมหากัปปินเถระ”**. **วิทยา-**  
**นิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.



พระอริการดิเรก ธีรธชาโณ (สีหะ). “ศึกษาการบรรลุมรรคของวิปัสสนาญาณิกบุคคล”. **วิทยานิพนธ์  
พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

## ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : นายฐินวัน ตระกูลสุน
- ว/ด/ป เกิด : ๒๙ มกราคม ๒๕๑๗
- สถานที่เกิด : มณฑลจี๋หลิน สาธารณรัฐประชาชนจีน
- การศึกษาทางโลก
- พ.ศ. ๒๕๔๑ : เศรษฐศาสตรบัณฑิต สาขาปริมาณวิเคราะห์  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม
- พ.ศ. ๒๕๕๘ : ศูนย์ปฏิบัติธรรมธรรมโมลี อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา ระยะเวลา  
๒๐ วัน
- พ.ศ. ๒๕๕๙ : ศูนย์ปฏิบัติธรรมธรรมโมลี อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา ระยะเวลา  
๔ เดือน ๒๐ วัน
- พ.ศ. ๒๕๖๐ : Buddha Sasana Nuggaha Organisation, No., 16, Sasana  
Yeiktha Road, Bahan, Yangon (Rangoon) 11201  
Republic of the Union of Myanmar (Burma) ระยะเวลา ๒  
เดือน ๑๐ วัน
- ประวัติการทำงาน
- พ.ศ. ๒๕๔๓-๒๕๔๕ : ผู้ช่วยผู้จัดการทั่วไป บริษัท ไทยเทียนซื่อ (ประเทศไทย) จำกัด
- พ.ศ. ๒๕๔๕-๒๕๔๙ : ผู้ช่วยผู้จัดการ ฝ่ายธุรการ ธนาคารแห่งประเทศไทย สาขากรุงเทพ  
เลขาผู้จัดการทั่วไป ธนาคารแห่งประเทศไทย สาขากรุงเทพ
- พ.ศ. ๒๕๕๐-๒๕๕๓ : พนักงานขาย บริษัท อีทีเอ็ม เมทีเคิล จำกัด
- พ.ศ. ๒๕๕๔-ปัจจุบัน : กรรมการผู้จัดการ บริษัท อีทีเอ็ม เมทีเคิล จำกัด
- ที่อยู่ปัจจุบัน : ๕ ซอยเพชรเกษม ๑๕ แยก ๙ แขวงวัดท่าพระ เขตบางกอกใหญ่  
กรุงเทพ ๑๐๖๐๐
- โทรศัพท์ : ๐๙๗-๔๕๓๕๖๔๒
- email : frotintin@gmail.com