



www.kanlayanatam.com

จิตตวิชา พลัคนามู๋จ้งทางจิตต์

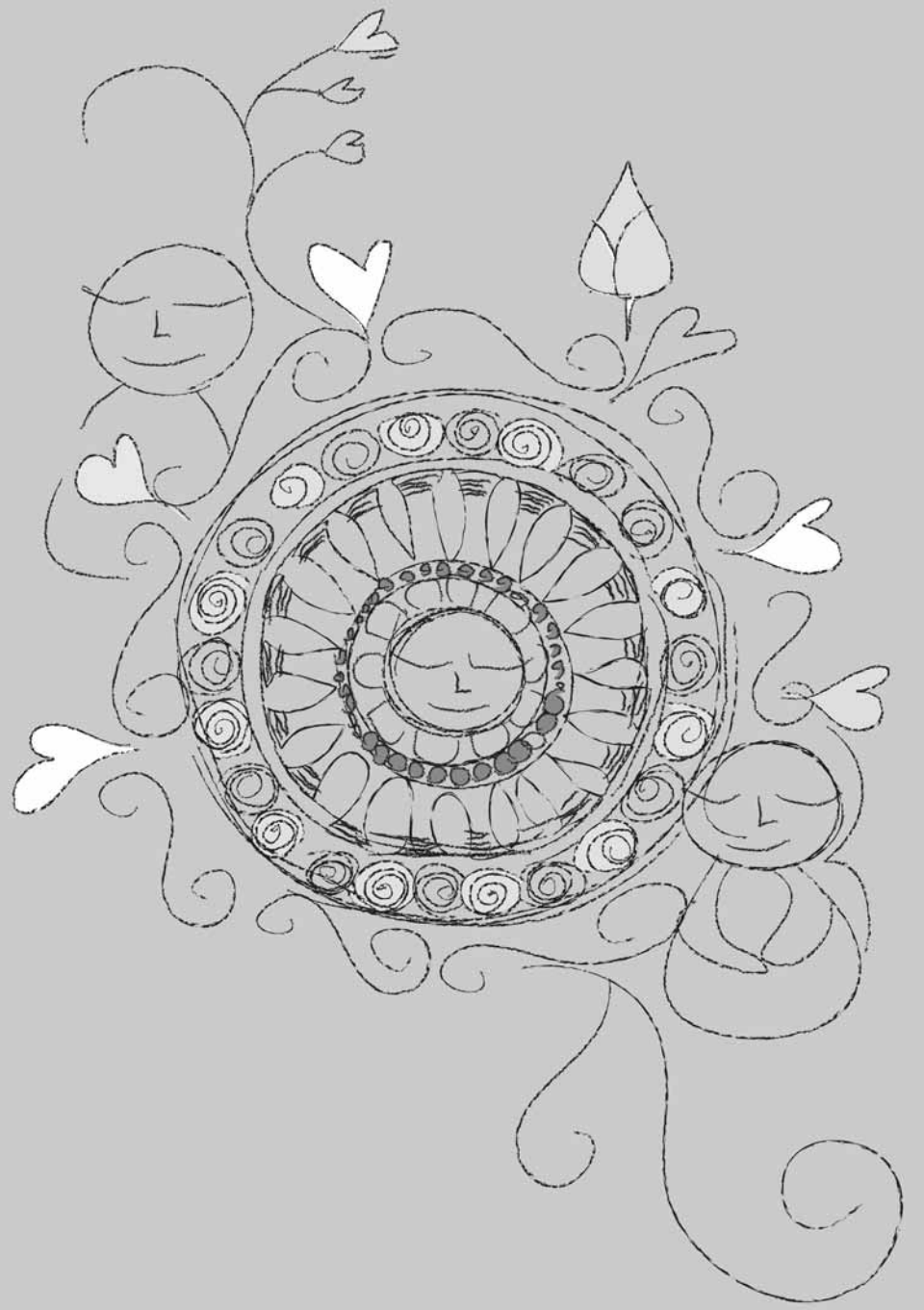
โดย พระอาจารย์ ที ธรรมชโร



จิตตวิชา

หลักความรู้จ้งทางจิตต์

โดย พระอาจารย์ ที ธรรมชโร



จิตตวิชา
หลักความรู้แจ้งทางจิตต์
พระอาจารย์ลี ชุมชลโร



ชมรมกัลยาณธรรม

หนังสือดีลำดับที่ ๑๒๑

สิงหาคม ๒๕๕๓ จำนวน ๘,๐๐๐ เล่ม

๑๐๐ ถนนประโคนชัย ตำบลปากน้ำ

อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ๑๐๒๗๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๗๐๒ ๗๓๕๓, ๐ ๒๗๐๒ ๙๖๒๔

รูปเล่ม : บริษัท วิถีทำ จำกัด โทรศัพท์ ๐๘๖ ๗๘๗ ๘๘๐๐

แยกสี : Canna Graphic โทร ๐๘๖ ๓๑๔ ๓๖๕๑

พิมพ์ที่ : บริษัท ชุมทองอุตสาหกรรมและการพิมพ์ จำกัด

โทรศัพท์ ๐ ๒๘๘๕ ๗๘๗๐ - ๓

สัพพทานัง ชัมมทานัง ชินาติ
การให้ธรรมะเป็นทาน ย่อมชนะการให้ทั้งปวง
www.kanlayanatam.com

คำนำ

หนังสือจิตตสิกขาเล่มนี้ ได้เปลี่ยนชื่อใหม่ เพราะได้แก้ไข
ดัดแปลงให้พิสดารยิ่งขึ้นอีก และได้ตัดออกบ้างเป็นบางแห่ง เล่ม
แรกได้รับพิมพ์ เพื่อให้เป็นหนทางของผู้ปฏิบัติอยู่แล้ว ครั้งแรก
ข้าพเจ้าได้ทราบว่า ผู้ปฏิบัติมีความเข้าใจกันต่างๆ และห่างไกล
จากการศึกษา ด้วยรู้สึกเลื่อมใสในกิจการที่ต้องการพบเห็น และ
รู้สึกสลดสังเวชใจ ในความเข้าใจกันมีทั้งผิดและถูก มีทั้ง
สรรเสริญว่ามรรคผลมีอยู่ มีทั้งติว่ามรรคผลนิพพานเลื่อมไปหมด
จะกระทำก็ไม่ได้ ดังนี้เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นเหตุให้สลดใจมาก
เพราะมีความมุ่งหวังมรรคผลธรรมวิเศษทุกคน จึงได้ยอมโน้มตัว
เข้ามาปฏิบัติศาสนา ถ้าไม่หวังเช่นนั้น คงไม่เอาใจใส่โดยจริงจัง
อะไร ถ้าไม่เอาใจใส่โดยจริงจังแล้ว เราก็เป็นผู้ว่างเปล่าปราศจาก
ความดีของพระพุทธองค์ที่ประสงค์ เพราะพระองค์เทศนา ก็เพื่อ
ต้องการรื้อถอนเอาสัตว์ให้พ้นจากทุกข์เท่านั้น จะทำตนเป็นคน
แอบแฝงตะแคงข้างใส่ไม่ตั้งใจแล้ว ก็จะมีจิตเจตนาของพระองค์ที่
มุ่งกรุณาเรา ธรรมดาคนเราต้องการความดีด้วยกันทุกท่านทุกคน

ฉะนั้นเหตุอันใดพอเป็นหนทางพ้นทุกข์ได้แล้วจึงควรสนใจอย่าปล่อยวางคำสอนของพระองค์ให้มันไปเปล่าๆ ตามที่ข้าพเจ้าได้เคยสังเกตผู้ปฏิบัติกันต่อๆ มานั้น โดยมากพากันทำโดยอาการผิดๆ ถูกๆ อยู่เป็นจำนวนมากทีเดียว และตั้งตนเป็นคณาจารย์สั่งสอนไปตามลัทธินั้นๆ พูดกันถึงฉานบ้าง สมาธิบ้าง โสดาบ้าง นิพพานบ้าง ผู้เห็นต่างๆ ก็ยึดเอาความรู้ความเห็นของตนไปจนเกิดมิจฉาทิฏฐิก็มี เป็นต้นว่า เรานุญน้อย เกิดไม่ทันปฏิบัติ ไม่ทันมรรคทันผล เราจะต้องหยุดดังนี้ เห็นหยาบๆ บ้าง พอปานกลางบ้าง ละเอียดบ้าง บุคคลใดรู้ขั้นไหน แต่ไม่รู้ใจคนอื่น ก็ยากในการสอนกันที่จะให้สำเร็จประโยชน์ ผู้สอนมุ่งหวังดีก็จริงแต่ขาดความรู้ในบุคคลที่ถูกสอนแล้วเจริญได้ยาก แม้พระองค์ก็เหมือนกัน ท่านย่อมรู้นิสัยของคนนั้น และภูมิของคนนั้นว่าควรรู้ธรรมขั้นไหนเพียงไร ก็สอนเหมาะเจาะจึงได้รับผลดี พระองค์มีพีชพันธุ์ที่จะปลูกมากก็จริง พระองค์ก็ย่อมปลูกแต่เฉพาะในที่ซึ่งจะเกิดผล ถ้าพระองค์เห็นว่าดินฟ้าอากาศไม่อำนวยแล้วย่อมไม่หว่านพีชพันธุ์ลงไป เช่น เรามีพันธุ์ข้าวกำมือเดียว หว่านปลูกบนหลังเขาและท้องทะเลแล้ว ย่อมได้ผลน้อยหรือไม่ได้เสียเลย ในที่นี้ข้าพเจ้าจึงเรียบเรียงอย่างต่ำบ้าง ปานกลางบ้าง สูงบ้าง สุดแท้แต่ผู้ปฏิบัติจะคัดเลือกเอาตามขั้นภูมิของตนให้สะดวก การทำทางสมาธิจิตนี้ถ้าสนใจให้ถูกหนทางดีแล้ว ย่อมเห็นผลในปัจจุบัน ถ้าทำผิดหนทางแล้วก็อาจเป็นโทษได้ในปัจจุบันเหมือนกัน

โดยมากผู้ปฏิบัติ ถ้าขาดการศึกษาสมาคมแก่ภักยาณชน

ผู้ชำนาญแล้ว อาจทำให้เผลอไปหลงไปต่างๆ เพราะเหตุใดเล่า ก็เพราะปล่อยจิตของตนไปตามนิมิตที่ปรากฏจนลืมกายจิตของตน การเล่นกลลึงภายนอกนั้นแหละสำคัญมาก ถ้าไม่ศึกษาความรู้ให้พอแล้ว ย่อมลอยไปเพ่งอะไรก็เป็นจริงเห็นจริง ส่งจิตไปตามอาการที่รู้เห็นหมด สติลอยไปต่างๆ ยากที่ปัญญาจะเกิดได้ เหตุนี้ในแบบนี้ จึงสอนให้เพ่งลงที่กายที่จิต อะไรเกิดขึ้นห้ามยึดถือเอาเป็นสำคัญ **อีกประการหนึ่งอาจารย์ที่สอนกัน ก็แตกต่างกันไป ไม่ลงหลักเดิมของพระองค์ได้** บางอาจารย์มุ่งลภายศสรรเสริญ จึงตั้งลัทธิสอนกัน มีพิธีอย่างแข็งแรงอย่างซ้ง แล้วก็สอนอาราธนาให้องค์พระมาโปรด **พระพุทธเจ้าของเราไม่ใช่พระผู้เป็นเจ้าของเจ้าที่จะเสด็จมาช่วยเรา** เราจะต้องกระทำเข้าไปหาท่านต่างหาก บางพวกอาราธนาเอา **ปีติ ๕ และสี่สังขันธ์** ถ้าเป็นอย่างนั้นก็สำเร็จขั้นหนึ่งขึ้นขั้นกันหนหนึ่งจนถึงขั้น ๒ ขั้น ๓ ขั้น ๔ ถึงปีกิไหว้ครูหัวหมูบายศรีกันเสียที พระพุทธเจ้าท่านสอนศาสนานั้น ท่านไม่มุ่งหวังจะให้เราบวงสรวงเลย ท่านย่อมไม่เห็นแก่อำมิสใดๆ เลย ถ้าทำหมดวิธีแล้วก็หมดชั้น สำเร็จธรรมแล้วก็สมมติตนเองเป็นพระพุทธเจ้าบ้าง บัจเจกโพธิบ้าง พระโสดาบ้าง สกิทาคาบ้าง อนาคาอรหัตต์บ้าง กลายเป็นพระอรหัตต์ติดกันขึ้น แยกตื่นชนชั้น หูกระดิกไป โดยไม่สมแก่เหตุที่เป็นจริง ดังนี้ เป็นต้น

บางอาจารย์ก็ทำพิธีขึ้นครุมีรูปเทียน ๕ เล่ม บ้าง ๑๐ เล่ม บ้าง ข้าวตอกดอกไม้จะต้องเอาเท่านั้นๆ จะต้องมาขึ้นวันนั้นเวลานั้น ตามความนิยมของอาจารย์ที่ทำมา ถ้าทำกันวิธีนี้ก็ดีอยู่ แต่ลำบาก

แก่ผู้ที่จนทรัพย์และเวลาน้อย ย่อมลำบากในการทำสมาธิ เมื่อเสร็จวิธีแล้ว ก็ให้ภาวนาว่าอรหังๆ หรือ พุทฺโธ พุทฺโธ จนเกิดนิมิตที่อาจารย์สอนให้ระลึกหาเป็นต้นว่า เห็นสีขาว สีเขียว สีแดง สีเหลือง เห็นอสุภ เห็นน้ำ เห็นไฟ เห็นคน เห็นรูปพระพุทธรูปเจ้า พระสาวก เห็นนรก เห็นสวรรค์ จนเกิดความสำคัญลอยไปตามอารมณ์นั้นๆ แล้วก็เข้าใจสำคัญว่าสำเร็จ เห็นของดีแล้ว บางทีจิตสงบรวมลง นั่งงมลิ้มตัวนิ่งอยู่บ้าง บางทีเกิดสว่างในใจแล้วลิ้มตัวบ้าง เกิดสุขติดสุขบ้าง เกิดสงบติดสงบ เกิดสติติดสติ เกิดนิมิตติดนิมิตบ้าง ที่กล่าวมานี้ล้วนแต่เป็นอุคคหนิมิตทั้งนั้น บางทีก็มีสังขารเกิดขึ้น เข้าใจว่าปัญญาแล้วก็ฟังไปต่างๆ **บางทีก็สมมุติตนเองขึ้นเป็นพระโสดา สกิทาคาบ้าง อรหัตต์บ้าง คนในโลกไม่มีใครรู้เสมอเราได้ แล้วเข้ายึดถือตามความรู้ความเห็นของตนว่าถูกทั้งนั้นเลยเกิดเป็นมานะ ความสำคัญว่าตนเป็นนั่นเป็นนี่ต่างๆ** อาการที่กล่าวมานี้ ถ้ายึดถือเอาแล้วผิดทั้งนั้น ต่อนั้นจักไม่เกิดวิปัสสนาปัญญาได้ ต้องจนกันอยู่ตั้งหลายสิบปี บางท่านก็เข้าใจว่าตนปฏิบัติมาตั้ง ๒๐ ปีแล้ว ใครๆ จะมาดูถูกไม่ได้ กลัวเขาดูถูกอีก เลยเกิดเป็นทิฏฐิมานะไปต่างๆ ความรู้ความฉลาดก็เท่านั้นแหละ เอาจริงๆ บางคนพระไตรสรณคมณ์ก็ยังไม่เข้าถึงใจ แต่ท่านที่รู้ยิ่งกว่านี้ก็คงมี มิใช่จะแกลังติเตียนท่านผู้รู้

เหตุนี้ข้าพเจ้าจึงเรียบเรียงตามที่เคยศึกษาเล่าเรียนมา ถ้าท่านอ่านเห็นพอจะเป็นหนทางของท่านที่ต้องการ ก็จงพิจารณา ดูเถิดอาจารย์ของข้าพเจ้ามิได้สอนเช่นนั้น คือสอนในทางสันโดษ

โดยไม่มีกฎเกณฑ์ว่าจะต้องเอารูป ๕ เทียน ๑๐ หัวหมู บายศรี ข้าวตอก ดอกไม้อะไร คือสอนตามมีตามเกิด มีก็ตาม ไม่มีก็ตาม ขอบให้มีศรัทธาเชื่อคุณแห่งพระพุทธรูปเจ้า แล้วยอมปฏิบัติตามเป็นพอ ถ้าจะเอา ก็ให้มีเพียงรูปเทียนพอเป็นพิธี ไหว้พระรัตนตรัย จะมีเท่าไรก็ตาม ๑ เล่ม ๒ เล่ม สุดแต่เขามี ถ้าไม่มีจริงๆ ก็ยกเอาชีวิตของเราให้แหละ บุญขาดแล้วว่าคำอาราธนาพระรัตนตรัย เป็นสภาวะที่พึงของตนว่า พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ ๓ จบ ตามวิธีกล่าวไว้ในหนังสือเล่มนี้ ท่านสอนเช่นนี้รู้สึกสะดวกในการปฏิบัติ ข้าพเจ้าได้ปฏิบัติมาเป็นเวลาหลายปี ได้เคยสังเกตเสมอมา รู้สึกสงสารตัวเอง และเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ถ้าหากว่ากระทำให้ถูกต้องดีแล้ว อาจสำเร็จประโยชน์ที่ตนมุ่งหมายนั้นโดยเร็วพลัน จะเกิดความรู้ อัจฉริยะกุศล ที่ตนได้กระทำภาวนามานี้ หรือบางทีอาจรู้เห็น มรรคผลนิพพานในปัจจุบันนี้ เพราะพระนิพพานย่อมมีประจำโลก แต่ไม่มีผู้กระทำให้แจ้ง และไม่รู้สึกเหตุด้วย รู้แล้วไม่สนใจด้วย และเป็นมิจฉาทิฏฐิด้วย สำคัญผิดไปต่างๆ เป็นต้นว่านิพพานสูญ ไม่มีทำไม่ได้ หมดนิสสัย เราไม่ใช่พระอรียเจ้าจะทำได้ที่ไหน พุทฺโดยหลงๆ ถ้าเป็นผู้ดีแล้ว เป็นอรียเจ้าแล้ว จะทำหาประโยชน์อะไร ถ้าเราไม่ใช่ผู้รังเกียจธรรมคำสอนของพระองค์แล้ว ย่อมปฏิบัติได้ทุกจำพวก ที่จริงเราหนีธรรมแต่ไม่ประพฤติธรรม ก็คงมีความรังเกียจอยู่นั่นเอง ถ้าจะถือว่าเป็นแล้ว ดีแล้ว บางทีคอยทำชาติหน้าเถอะ หน้าที่ไหน แต่เดี๋ยวนี้ยังไม่สนใจ และบางทีก็เอากิเลสมากลบเสียบ้าง เป็นต้นว่าเราจะต้องละโลก โกรธ หลง เสียก่อนจึงจะทำได้ บางทีก็เอาการงานมาอ้างเสีย ว่าเราจะต้องละจากการงานเสียก่อน ดังนี้

การประพาศิธรรมไม่เป็นของลำบากอะไร เพราะเป็นการกระทำในทางจิตเท่านั้น ไม่จำเป็นจะต้องรื้อวัดรื้อบ้าน ทั้งสมบัติเสียก่อนแล้วจึงจะทำได้ ถ้าหากทำได้อย่างที่คิดเช่นนั้น ย่อมกลับไปให้โทษที่เดียว คนเรารักใคร่ตนก็จริงแต่ไม่ทำประโยชน์ใส่ตนจนเอาแต่อิฐมาบรรทุกตนอย่างหนักแล้ว เรฯ รวนฯ เสียวันคืนไปเปล่าๆ เหตุนี้เหล่าพุทธบริษัทควรประพาศิปฏิบัติเหตุแห่งมรรคผลนิพพาน คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ทั้ง ๓ นี้ให้สมบูรณ์เทอญ ถ้าท่านทั้งหลายสนใจแล้ว จงตรวจดูในวิธีทำตามคำอธิบายในตอนต่อไป เมื่อเห็นสมควรแก่ชั้นภูมิของตนในตอนไหนแล้ว จงหยิบยัดเอาที่นั่นเป็นหลักปฏิบัติ ส่วนตัวข้าพเจ้าเองรู้สึกเลื่อมใสในคำสอนของพระองค์ที่ทรงแสดงธรรมอันเป็นที่จับใจ ในข้อที่ว่า การยึดถือเอานามรูปมาเป็นตัวตนของเรา พระองค์ตรัสว่าเป็นทุกข์ข้อนี้มันได้ตรงตามคำสอนของพระองค์ที่ว่า อนตตาว่าไม่ใช่ตัวตนของเรา เมื่อข้าพเจ้าได้ตรองดู รู้สึกเกิดความสด สว่าง สว่าง ร่างกาย ที่เป็นอยู่ คือได้เพ่งดูตามความจริงที่กล่าวแล้วว่า รูปเป็นอนัตตานั้น ความจริงเป็นอย่างไร ก็ได้ความชัดเจนตามกำลังสติปัญญาของตน ได้ตริตรองว่ารูปร่างกายของเรานี้ ตั้งขึ้นด้วยเหตุอะไร ทรงอยู่ด้วยเหตุอะไร ได้ความว่าตั้งขึ้นด้วยอุปาทานความยึดมั่นสำคัญผิด เป็นตัวกรรมนี้ ๑

๒. ทรงอยู่ด้วยการบำรุงมาจากบิดามารดา ท่านไม่มีสมบัติอะไรที่จะบำรุงเรา ท่านก็แสวงหาซึ่งอาหารมีสัตว์ ๒ เท้า ๔ เท้า สัตว์น้ำ สัตว์บก ด้วยกำลังทรัพย์บ้าง กำลังกายของตนเองบ้าง

แล้วก็นำมาบำรุงเรา สัตว์ที่ถูกเบียดเบียน ย่อมแข่งพยายามบุคคล ผู้กินผู้ฆ่า ตัวเราก็เหมือนกัน ย่อมหวงแหนเช่นกัน ถูกลักถูกขโมยแล้วย่อมมีความพยายามซึ่งกันและกัน ถ้าใครไม่รู้ความจริงก็ยึดเอาเป็นตัวตน แต่ข้าพเจ้าตรองเห็นว่า ตา หู จมูก ลิ้น กาย อวัยวะน้อยใหญ่ทั้งหมดนี้ ที่เจ็บป่วยด้วยโรคร้ายนั้น เราคงถูกบรรดาสัตว์ทั้งหลายแข่งด่าพยายาม และ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อวัยวะน้อยใหญ่ของร่างกายนี้ ล้วนแต่สำเร็จมาจากอาหาร ต่อไปร่างกายที่ถูกพยายามจึงได้ทนทุกข์เวทนาไปโดยอาการต่างๆ จะทำพิธีขอร้องโดยอาการโดยยอมไม่ได้ เพราะถูกวิญญูณแห่งสัตว์ทั้งหลาย ลงโทษ จองเวร จึงได้เป็นโรคร้ายไข้เจ็บ เป็นต้นว่า เจ็บตา เจ็บหู เจ็บจมูก เจ็บลิ้น เจ็บกาย ในที่สุดอวัยวะน้อยใหญ่ก็ต้องปล่อยทิ้งให้เขากิน แม้เวลาเป็นอยู่เขาก็คอยมายื้อแย่งกัดกิน ตัวอย่างเช่น รึน ยุง ถ้าเราไม่ทำความปล่อยวางเสียได้แล้ว ก็จักมีความลำบากหลายภพหลายชาติ นี้แหละจึงเป็นเหตุให้ข้าพเจ้าเลื่อมใสในอนตตา ที่ว่าไม่ใช่ตัวตน

๓. การดับไปนั้นก็เพราะถูกห้ามอาหาร คือกรรมของตนที่ได้ทำมาอย่างนั้นแน่นอน เราจึงได้เป็นอย่างนี้ เราคงเคยทราบ สัตว์ต่างๆ ด้วยการให้อุดอาหาร ทรมานวิญญูณของสัตว์โลกให้ลำบาก จนถึงแก่พลัดพรากจากสังขารอันเป็นที่รักของเขา กรรมนั้นมาสนอง เราก็จักพลัดพรากแตกดับไปเหมือนกัน และเห็นเช่นนี้ จึงเป็นเหตุให้เลื่อมใสยิ่งขึ้น ในข้อปฏิบัติที่พระองค์ทรงสั่งสอนให้เห็นอนัตตา ปล่อยวางอุปาทานการยึดมั่น เราไม่ต้องหวงแหน

สมบัติของวิญญาณที่หลงๆ พะวงอยู่ ถ้าเรายังมาหวงโดยยึดถือ
รูปร่างสังขารร่างกายอยู่ เราก็จะกลายเป็นคนจ้อโก่งเอาสมบัติ
ของเขา แล้วเปลี่ยนเป็นเนื้อหนังของเรา แล้วก็ลืมสภาพเดิมเสีย
จึงเป็นเหตุให้เข้ายึด คล้ายกับทารกที่เกิดมา ครั้งแรกเกิดใน
สกุลหนึ่งภาษาหนึ่ง แล้วมีสกุลหนึ่งภาษาหนึ่งเอาไปเลี้ยงไว้ย่อม
ลืมภาษาเดิม สกุลเดิมของตน ถึงเขาจะมาเรียกทารกคนนั้นตาม
สกุลเดิมที่เกิด ทารกนั้นยอมไม่ยอม เหตุตั้งนี้ก็เพราะความหลง
ไม่รู้สภาพเดิมของตน สกกลกายของเรานี้ฉันใด เจริญวัยขึ้นแล้ว
ก็ยึดถือว่าเป็นตัวของเรา ลืมสภาพเดิมของเขา จึงเป็นเหตุให้
มัวเมาติดรูปติดนาม ทนทุกข์เวทนาหลายภพหลายชาติเป็นแน่อน
นี้เป็นข้อให้ข้าพเจ้าปฏิบัติในธรรม คำสอนพระพุทธเจ้าเพื่อรู้ถอน
ตนออกจากกองทุกข์

เหตุฉะนั้นพวกเราที่เป็นทารกยังอ่อน สมควรจะปฏิบัติธรรม
ตามกำลังความรู้ของตน ที่ข้าพเจ้าเรียบเรียงขึ้นนี้ หากมีข้อความ
อันใดขาดตกบกพร่อง หรือคำอันใดที่ไม่เพราะโสตของท่านแล้ว
จงพลิกแพลงแก้ไขให้ถูกต้องตามพุทธประสงค์ขององค์สมเด็จพระ
ผู้มีพระภาคเจ้านั้น เทอญ

พระอาจารย์ลี ธมฺมธโร
วัดป่า คลองกุ่ม จันทบุรี
จังหวัดจันทบุรี

สารบัญ

วิธีนั่งสมาธิ	หน้า ๑๕
- บทพุทธานุสสติ	หน้า ๑๗
- บทธมฺมานุสสติ	หน้า ๑๘
- บทสงฆานุสสติ	หน้า ๑๘
อธิบายพระไตรสรณาคมน์	หน้า ๒๒
อธิบายอัปมัญญาพรหมวิหาร ๔	หน้า ๒๔
อธิบายการแผ่เมตตาจิต	หน้า ๒๖
คำบาลีแผ่เมตตาแก่ตน	หน้า ๒๖
คำบาลีแผ่เมตตาแก่คนอื่นสัตว์อื่น	หน้า ๒๗
อธิบายอานิสงส์อัปมัญญา ๔	หน้า ๒๙
อธิบายวิธีทำสมาธิ	หน้า ๓๑
อธิบายอิริยาบถ ๔	หน้า ๓๒
หมวดนิวรรณ์ ๕	หน้า ๓๗
อุบายที่แก่นิวรรณ์	หน้า ๓๙
- กามฉันทะ	หน้า ๓๙
- พยาบาทะ	หน้า ๔๐

- ถิ่นมิทุระ	หน้า ๔๒	- อธิบายข้อ ๓	หน้า ๘๖
- อุทฺธจฺจุกุกุจฺจะ	หน้า ๔๓	- อธิบายข้อ ๔	หน้า ๘๗
- วิจิกิจฺฉา	หน้า ๔๔	วิปัสสนากัมมัฏฐาน	หน้า ๙๐
อธิบายจริต ๖	หน้า ๔๖	วิสุทฺธิ ๗	หน้า ๙๗
ความหมายของ กัมมัฏฐาน ๒	หน้า ๔๘	- สีสวิสุทฺธิ	หน้า ๙๗
อธิบายวิธีทำให้เป็นสมณะ	หน้า ๔๙	- จิตตวิสุทฺธิ	หน้า ๙๗
อธิบายอรุปกัมมัฏฐาน	หน้า ๕๔	- ทิฏฐิวินิสุทฺธิ	หน้า ๙๗
อธิบายจิตที่เป็นภพๆ	หน้า ๕๗	- กงฺขาวิตฺตรณวิสุทฺธิ	หน้า ๙๘
อธิบายบริกรรมนิมิต	หน้า ๕๙	- มคฺคามคฺคญาณทสฺสนวิสุทฺธิ	หน้า ๑๐๑
อาการของปีติ ๕	หน้า ๖๐	วิปัสสนาญาณ ๙	หน้า ๑๐๓
นิมิต ๓	หน้า ๖๓	อธิบายโลกียมรรคเพิ่มเติม	หน้า ๑๑๓
- อุกคหนิมิต	หน้า ๖๓	อธิบายโลกียมรรคที่จะทำให้เป็นอริยมรรค	หน้า ๑๑๕
- ปฏิภาคนิมิต	หน้า ๖๔	อธิบายคำที่ว่ามรรคๆ นั้นมิใช่อื่น	หน้า ๑๑๖
- อุปจารสมาธิ	หน้า ๖๕	อธิบายสังโยชน์ ๓ ที่พระโสดาบันละได้	หน้า ๑๑๘
วิชา ๓	หน้า ๗๙	- ลักฺกายทิฏฐิ	หน้า ๑๑๘
- อธิบายญาณที่ ๑	หน้า ๗๙	- วิจิกิจฺฉา	หน้า ๑๑๘
- อธิบายญาณที่ ๒	หน้า ๘๐	- สีสัพพตฺปฺรามาส	หน้า ๑๑๘
- อธิบายญาณที่ ๓	หน้า ๘๑	สกิทาคามิมรรค	หน้า ๑๒๑
วิชา ๘	หน้า ๘๒	อนาคามิมรรค	หน้า ๑๒๓
- อธิบาย วิปัสสนาญาณ ๑	หน้า ๘๓	อรหัตตมรรค	หน้า ๑๒๔
ปฏิสมุทฺทิตา ๔	หน้า ๘๕		
- อธิบายข้อ ๑	หน้า ๘๕		
- อธิบายข้อ ๒	หน้า ๘๖		

วิธีนั่งสมาธิ

กิจเบื้องต้นให้นั่งคุกเข่า ประนมมือด้วยความตั้งใจนอบน้อม กราบไหว้พระรัตนตรัยเปล่งวาจาณัมสการดังต่อไปนี้ :-

อรหัง สมมา สมพุทฺโธ ภควา พุทฺธํ ภควนฺตํ อภิวาเทมิ (กราบ)
สวากุขาโต ภควตา ฌโม ฌมํ นมสฺสามิ (กราบ)
สุปฏิปนโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สงฺฆํ นมามิ (กราบ)

ลำดับนี้ตั้งใจปฏิบัติบูชาด้วยกายวาจาใจ กล่าวคำนอบน้อม พระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า **นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมมาสมพุทฺธ สฺส** ๓ จบ แล้วปฏิญาณตนถือเอาพระรัตนตรัยเป็นที่พึ่งที่ระลึก ของตน ที่เรียกว่า **ไตรสรณาคมณ** ว่าตามบาลีดังนี้

พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ

ฌมํ สรณํ คจฺฉามิ

สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ

ทุติยมฺปิ พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ

ทุติยมฺปิ ฌมํ สรณํ คจฺฉามิ



หุตติยมปิ สงฆ์ สรรณ คจณามิ
 ตติยมปิ พุทฺธ สรรณ คจณามิ
 ตติยมปิ ธรรม สรรณ คจณามิ
 ตติยมปิ สงฆ์ สรรณ คจณามิ

(ว่าคำอธิษฐานพระไตรสรณาคมณีให้มันก่อน)

ข้าพเจ้าขอถึงพระพุทธเจ้าองค์อรหันต์ ผู้ละกิเลสขาดจากสันดาน กับทั้งพระธรรมเจ้า กล่าวคือคำสั่งสอนของพระองค์ที่เป็นปริยัติธรรม และปฏิบัติธรรม กับทั้งพระสงฆ์เจ้า กล่าวคือพระโสดาบัน พระสัทธาคามิ พระอนาคามีและพระอรหันต์ว่าเป็นสรณะที่พึ่งที่ระลึกที่นับถือของข้าพเจ้า ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป จนกว่าสิ้นชีวิตของข้าพเจ้านี้แล แม่หนที่ ๒ แม่หนที่ ๓ ก็ให้ระลึกเช่นนั้น

ตอนนี้ให้ตั้งความสัตย์อีกว่า เอเตน สัจจวชฺเชน โทศุเม ชยมงคฺล (แปลว่า ข้าพเจ้าขอกล่าวคำสัตย์ ขอชยมงคฺลจะมีแก่ข้าพเจ้า ในกาลบัดนี้) กราบลงหนที่หนึ่ง ขึ้นพระไตรสรณาคมณีจบลงเพียงเท่านี้

ต่อไปนี้ให้เจตนาวิริติ หรือสมาทานศีล ๕ ศีล ๘ หรือ ศีล ๑๐ แล้วละเว้นโทษ ๕ หรือ โทษ ๘ หรือโทษ ๑๐ นั้น ถ้าเราเข้าใจเนื้อความดีแล้ว จะอธิษฐานรวมสิกขาบททั้ง ๕ ว่า อิมานิ ปญจ

สิกขา ปทานิ สมาதியามิ (๓ หน) สำหรับศีล ๕, อิมินา อภฺฐสิกฺขา ปทานิ สมาதியามิ (๓ หน) สำหรับศีล ๘ หรือ อุโบสถ อิมานิ ทสสิกฺขา ปทานิ สมาதியามิ (๓ หน) สำหรับศีล ๑๐ ปริสุทฺโธ อหํ ภนฺเต ปริสุทฺโธ ติมํ พุทฺโธ ธาเรตุ, ปริสุทฺโธ ติมํ สงฺฆธาทเรตุ (สำหรับศีล ๒๒๗) เมื่อรู้ข้อห้ามแล้ว สมาทานด้วยตนเองก็ได้ แล้วเว้นการประพฤติดิในสิกขาบททั้ง ๕ หรือ ๘ หรือ ๑๐ หรือ ๒๒๗ ที่ตนสมาทานแล้วนั้น ให้ตรวจชำระศีลนั้น จนเห็นว่าตนบริสุทธิ์แล้ว มาตรวจดูใจต่อไป เมื่อเห็นว่าเราเข้าอยู่ในองค์พระรัตนตรัยและศีลแล้ว ควรเจริญหรือระลึกถึงพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ คือ น้อมใจระลึก เพื่อให้เกิดศรัทธาเชื่อมั่นพร้อมทั้ง กาย วาจา ใจ ก่อน

บทพุทธานุสสติ (คือระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้าแล้วน้อมใจเชื่อมั่น) โดยว่าคำบาลีดังนี้

อิติปิโส ภควา อรหํ สมมาสมพุทฺโธ วิชาจรณสมปนฺโน
 สุกโต โลกวิทู อนุตฺตโร ปุริสฺสทมฺมสารถิ สตฺถาทเว มนุสฺसानํ
 พุทฺโธ ภควา ติ (กราบลง) แล้วน้อมกายวาจาใจ ปฏิบัติบูชา
 พระพุทธเจ้าอีก ว่าบัดนี้ ข้าพเจ้าขอปฏิบัติบูชาคุณพระพุทธเจ้า
 ทั้ง ๓ ประเภท กล่าวคือ พระปัญญาคุณ พระวิสุทธิคุณ พระ
 กรุณาคุณ อันมีในพระองค์แล้วนั้น ต่อนี้ข้าพเจ้าจักขอปฏิบัติ
 บูชาพร้อมทั้งกาย วาจา ใจ ไม่ให้ประมาทตามสติกำลังความ



สามารถของข้าพเจ้า ในกาลต่อไปข้างหน้านี้ ขอคุณพระพุทธเจ้า
เหล่านั้น จงเกิดมีในชีวิตจิตใจของข้าพเจ้า

พุทธ ชีวิต ยาว นิพพาน สรรณ คัจฉามิ (กราบลง)

บทธมฺมานุสฺสติ (คือระลึกถึงคุณพระธรรมเจ้าและน้อมใจให้
เชื่อมั่น) ว่าโดยคำบาลีดังนี้

สวากขาโต ภควตา ธมฺโม สन्นิฏฺฐิโก อกาลิโก เอหิปสฺสิโก
โอปนยิโก ปตฺยจตุตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญญูหิ ตี (กราบลง)

บัดนี้ข้าพเจ้าขอปฏิบัติบูชาคุณพระธรรมเจ้าทั้ง ๓ ประเภท
กล่าวคือ พระปริยัติธรรม ปฏิบัติธรรมและปฏิเวธธรรมเจ้า อัน
เกิดมีในพระองค์แล้วนั้นต่อข้าพเจ้าจักขอปฏิบัติบูชาพร้อมทั้งกาย
วาจา ใจ ไม่ให้ประมาทตามสติกำลังความสามารถของข้าพเจ้าใน
กาลต่อไปข้างหน้านี้ ขอคุณพระธรรมเจ้าเหล่านั้น จงเกิดมีใน
ชีวิตจิตใจของข้าพเจ้า

ธมฺม ชีวิต ยาว นิพพาน สรรณ คัจฉามิ (กราบลง)

บทสงฺฆานุสฺสติ (คือ ระลึกถึงคุณพระสงฆ์และน้อมใจให้
เชื่อมั่น) ว่าโดยคำบาลีดังนี้

สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ อชฺฐปฏิปนฺโน ภควโต
สาวกสงฺโฆ

ญายปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สามิจิปฏิปนฺโน ภควโต
สาวกสงฺโฆ

ยทิทํ จตฺตาริ ปุริสฺสยฺคานิ อญฺฺฐ ปุริสฺสปฺคคฺลา เอส ภควโต
สาวกสงฺโฆ

อาหุเนยฺโย ปาหุเนยฺโย ทกฺขิเณยฺโย อญฺชลี้กรณฺเณยฺโย อนุตฺตรํ
ปฺญญกฺเขตฺตํ โลกสฺสา ตี (กราบลง)

บัดนี้ข้าพเจ้าขอปฏิบัติบูชา คุณพระสังฆเจ้าทั้ง ๔ คู่ ๘ จำพวก
อันเกิดมีแล้วแก่ท่านพระองค์ใด ต่อไปนี้ข้าพเจ้าจักขอปฏิบัติบูชา
พร้อมทั้งกาย วาจา ใจ ไม่ให้ประมาทตามสติกำลังความสามารถ
ของข้าพเจ้า ในกาลต่อไปข้างหน้านี้ ขอคุณพระสังฆเจ้าเหล่านั้น
จงเกิดมีในชีวิตจิตใจของข้าพเจ้า

สงฺฆ ชีวิต ยาว นิพพาน สรรณ คัจฉามิ (กราบลง)

ตอนนีให้นั่งราบลง ประนมมือทำให้เที่ยง เจริญพรหมวิหาร
๔ ถ้าแผ่ไปไม่เจาะจงเรียกว่า *อบฺปมญฺญา พรหมวิหาร ๔* ว่าโดย
คำบาลีย่อๆ เพื่อสะดวกแก่ผู้จำยากก่อนดังนี้

เมตฺตา เมตฺตาจิต

กรุณา กรุณาจิต



มุกิตา มุกิตาจิต

อุเปกขา อุเปกขาจิต

จบแล้วให้นั่งขัดสมาธิ เอาขาขวาทับขาซ้ายมือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายให้ตรง ทำสติให้มั่น ไม่ฝันเพื่อน ประนมมือไหว้อยู่ แล้วระลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ แต่ในใจว่า พุทฺโธ เมนาโถ พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้าที่ใจ ธมฺโม เมนาโถ พระธรรมเจ้าเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้าที่ใจ สงฺโฆ เมนาโถ พระสงฆ์เจ้าเป็นที่พึ่งของข้าพเจ้าที่ใจ แล้วว่าซ้ำอีกว่า พุทฺโธฯ ธมฺโมฯ สงฺโฆฯ แล้วปล่อยมือลงข้างหน้า **บริกรรมภาวนาแต่คำเดียวว่า พุทฺโธฯ ให้ทำความรู้สึกอยู่ที่ลมหายใจเข้าออกเท่านั้น นี่เป็นวิธีทำสมาธิในเบื้องต้น เมื่อมีความเพียรไม่เกียจคร้านแล้ว ก็จักเห็นคุณเกิดขึ้นในใจตนเอง สำหรับผู้สนใจจริงๆ แล้วปฏิบัติได้เสมอ เท่านั้นจักเห็นคุณที่เดียว แต่โดยมากผู้ปฏิบัติจะารู้ผลก่อนเหตุ แม้ผลที่รู้ก็เสมอจำเท่านั้น **เลยไม่อัศจรรย์** ฉะนั้นในที่นี้จึงคัดเอาหัวข้อจะต้องทำก่อนมาไว้ในที่นี้ ส่วนคำอธิบายจะแยกไว้ตอนต่อไป จะเอามาแทรกในตอนนี้ ผู้ไม่ชำนาญแล้วอาจจะเบื่อบ้าง เลยจะหยิบเอาที่ไหนก็ไม่ถูก เหตุนั้นผู้มุ่งต่อการปฏิบัติแล้ว ควรจดจำเอาเสมอนี้ก่อน ถ้าหากเกิดขึ้นกับตาโดยอาการใด จงดูคำอธิบายข้างหน้าอีก**





อธิบายพระไตรสรณาคมน์

พระรัตนตรัยนี้เป็นที่พึ่งอันศักดิ์สิทธิ์ แก่ผู้เชื่อมั่นเชื่อมั่น และกระทำให้เกิดขึ้นพร้อมทั้งกาย วาจา จิต คือ ให้เห็นคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ ในจิตจริง ๆ **เดี๋ยวนี้คนเราโดยส่วนมาก ถึงพระพุทธรูปเจ้าแต่เงา คือไหว้กันแต่รูปที่เปรียบ ถึงพระธรรม ก็แต่นึกเห็นแต่ชั้นปริยัติ ไม่ค่อยปฏิบัติให้ถึงปฏิเวธ ถึงพระสงฆ์ก็เสมอเห็นโกนผมห่มผ้าเหลืองเท่านั้น ถ้าถึงกันเสมอเท่านี้ก็ไม่ว่าจะปิดอบายได้ ฉะนั้นผู้นับถือจริงๆ แล้ว จงให้เข้าถึงจิตใจ จึงจะเป็นผู้เชื่อมั่นไม่มมง่าย อีกนัยหนึ่งแก้ว ๓ ประการนี้ ถ้าใครเชื่อมั่นด้วยดีแล้ว จักกักภัยที่ตนหวาดเสียไปได้จริงๆ ในปัจจุบันนี้คนเราโดยมาก ความรู้ความเห็นเลยของดีไปเสีย เพราะยังตื่นข่าวกันไปต่างๆ ถ้าอะอะลิ้มพระรัตนตรัยแล้ว ขนลุกตาใสใบหูชัน ห้วนไหวไปเหมือนนกระต่ายตื่นตูม วิ่งไปกระโดดไป ฉะนั้น พูดถึงข้างหน้าถ้าใครๆ มีความเชื่อมั่นแล้วในจิตใจ บุคคลผู้นั้นชื่อว่าได้ที่พึ่งอันประเสริฐ จักไม่ไปเกิดในอบายภูมิ ๔ เป็นเด็ดขาด สมกับบาทพระคาถา ที่มาในมหาสมัยสูตรว่า : -**

เยเกจิ พุทฺธํ สรณํ คตาเส นเต คมิสฺสนติ อปายภูมํ ปหาย
เมหฺลํ เทหํ เทวกายํ ปริปุเรสฺสนตีติ

แปลความว่า นรชนทั้งหลายเหล่าใดเหล่าหนึ่งถึงพระพุทธรูปเจ้าว่าเป็นสรณะที่พึ่ง (ภายในใจ) ชนทั้งหลายเหล่านั้นจักไม่ได้ไปเกิดในอบายสี่ คือ (นรก เปรต อสุรกาย และสัตว์ดิรัจฉาน) เมื่อละกายเป็นของมนุษย์แล้ว จักได้ยังกายทิพย์ให้บริบูรณ์ ดังนี้ ถ้าเราเชื่อมั่นแล้ว ไม่ควรไปเชื่อถือของศักดิ์สิทธิ์ที่สมมติกันขึ้นภายนอกโดยหาเหตุผลมิได้ เห็นคนอื่นเขาพาทำมา ก็หลับตาทำไปโดยอาการต่างๆ แล้ว อาจทำให้พระไตรสรณาคมน์เสื่อมและเศร้าหมองไป ใจเราก็จะหมดหลักฐานที่พึ่งอาศัย ก็จะเกิดความสงสัย ฟุ้งซ่าน ไปนับถืออนกิริตนอกรอย พลอยลุ่มหลงไปต่างๆ **ลักษณะของผู้มีพระรัตนตรัยเป็นสรณะที่พึ่งแล้ว** ย่อมมีกายอ่อนนุ่ม มีวาจาอ่อนนุ่ม ย่อมปรารถนาเสมอพร้อมทั้งน้ำใจ ประกอบด้วยปัญญา พิจารณารู้เห็นความจริงของตนว่า เราเกิดมานี้เพราะกรรม เราเป็นอยู่นี้เพราะกรรม เราตายไปนี้เพราะกรรม เราทำดีได้ดี เราทำชั่วได้ชั่ว ดังนี้ใครๆ จะช่วยความเป็นตายให้เราได้ เมื่อมีความเชื่อมั่นมั่นระลึกศึกษาภาวนาอยู่เป็นนิตย์แล้ว เท่ากับสาธยายมนต์ทิพย์อันประเสริฐ นับเป็นหลักหัวใจในทางพุทธศาสนาส่วนหนึ่ง



อธิบายอแปมัญญาพรหมวิหาร ๔

เมตตา

คือ ให้มีจิตรักใคร่ปรารถนาจะให้ตนเองและสัตว์เป็นสุขทั่วหน้ากัน นี่เป็นกัมแพงอันหนึ่งหรือทิศอันหนึ่งก็ว่า

กรุณา

คือ ให้มีจิตเอ็นดูสงสารตนเองและสัตว์ทั่วหน้าและคิดจะช่วยให้ตนและผู้อื่นพ้นจากทุกข์ทั้งปวง นี่เป็นกัมแพงอันหนึ่งหรือทิศอันหนึ่งก็ว่า

มุทิตา

คือ ให้มีจิตอ่อนน้อมพลอยยินดี เมื่อตนและสัตว์อื่นได้รับความสุข นี่เป็นกัมแพงอันหนึ่งหรือทิศอันหนึ่งก็ว่า

อุpekขา

คือ ให้มีจิตวางเฉยในเมื่อตนและสัตว์อื่นได้รับความวิบัติเดือดร้อนในกิจที่ทำ หรือทำมาแล้วก็ตาม อันเราไม่มีหนทางที่จะช่วยได้ ให้วางเฉยเสีย ไม่เสียใจ คอยระวังรักษาจิต อย่าให้เศร้าหมอง ถ้ามีหนทางจะช่วยได้ก็ให้ช่วย ไม่ใช่จะให้เฉยไปทุกอย่าง ให้เฉยแต่สิ่งที่ตนหมดความสามารถแล้วเท่านั้น

พรหมวิหาร ๔ นี้จะให้บริสุทธิ์ดี ต้องให้ถึงพร้อมทั้งกาย วาจา จิต จึงจะเป็นประโยชน์มาก เมตตาทางกายราวกับกำแพงหนา โยชน์หนึ่ง เมตตาทางวาจาอีกโยชน์หนึ่ง ทางจิตอีกโยชน์หนึ่ง เมตตา รวมลง ๓ โยชน์ กรุณาอีก ๓ โยชน์ รวมลงเป็น ๑๒ โยชน์ด้วยกัน พร้อมทั้งกาย วาจา จิต เมื่อจิตเป็นได้เช่นนี้ จะมีภัยอันตรายได้ที่ไหน เพราะมีเครื่องล้อมจิตโดยรอบแล้ว นี่เป็นแต่เพียงเทียบเคียงเท่านั้น ถ้าฟังให้เกิดมีจริงแล้ว จะปรากฏความจริงด้วยตนเองว่า มีคุณสักเพียงไร เมื่อจิตของตนไม่มีภัยแล้วจะเกิดสมาธิโดยเร็วพลัน จะแผ่โดยพิสดารก็ได้ จะว่าโดยบาลีหรือคำแปลก็ได้ การกระทำในจิตนั้นมี ๒ อย่างคือ เมตตาตน กรุณาตน มุทิตาตน อุpekขาตน ได้แก่ กิริยาที่ไม่ไปทำชั่วและสงสารตน นำออกจากความชั่วและประพฤติดอกจากศีลธรรม และทำความวางเฉย ในคราวที่สมควร เป็นต้นว่า คราวเจ็บป่วย เห็นว่าหมดหนทางแก้ไขแล้ว กระทำกำหนดจดจำเอาแต่ความดีไว้ในจิตนี้หนึ่ง และแผ่ไปแก่คนอื่นหรือสัตว์อื่นนั้นหนึ่ง

อธิบายการแผ่เมตตาจิต

การแผ่ไปแก่คนอื่นนั้น มี ๒ อย่างคือ

๑. **แผ่ไปเฉพาะคนที่รักใคร่และคุ้นเคย** มีบิดา มารดา ครู อุปัชฌาย์ อาจารย์ ญาติมิตรที่ใกล้ชิดของตน ไม่ทั่วไปแก่คนอื่น และสัตว์อื่น

๒. **แผ่ทั่วไปจะเป็นคนประเภทไหนก็ตาม** ไม่เฉพาะเจาะจง คนนั้นคนนี้ เห็นว่ามีรูปร่างเหมือนกัน เป็นเพื่อนทุกข์ด้วยกันทั้งสิ้น แล้วก็แผ่เมตตาจิตทั่วไป ไม่กำหนดขีดคั่นอันใด แผ่ไปจนตลอด ๓ ภพ มีกามภพ รูปภพ อรูปภพ เหล่านี้เป็นต้น ทำให้เกิดขึ้น โดยอาการอย่างนี้ ย่อมมีอำนาจมาก จิตจักมีกำลังอันยิ่งใหญ่

บาลีและคำแปลโดยพิสดาร ดังนี้

คำบาลีแผ่เมตตาแก่ตน

อหํ สุขิโต โหมิ	เราจงเป็นสุขๆ (เทอญ)
นิหฺหุทุกฺโข โหมิ	เราจงเป็นผู้ไม่มีทุกข์ (เทอญ)
อเวโร โหมิ	เราจงเป็นผู้ไม่มีเวร (เทอญ)
อพยา ปชฺฌโฆ โหมิ	เราจงเป็นผู้ไม่เบียดเบียนตน (เทอญ)
อนิโฆ โหมิ	เราจงเป็นผู้ไม่มีทุกข์กายทุกข์ใจ (เทอญ)
สุขี อุตฺตานํ ปฺริหารามิ	เราจงเป็นผู้มีสุขรักษาตน (เทอญ)

นี้แผ่เมตตาจิตเฉพาะตน เมื่อตนมีบริบูรณ์แล้วควรแผ่ไปแก่คนอื่นหรือสัตว์อื่นทั้งหลายทั่วไป

โดยบาลีและแปลคำดังนี้

คำบาลีแผ่เมตตาแก่คนอื่นสัตว์อื่น

(๑) สพฺเพ สตุตา สุขิตา โหนตุ	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้มีสุขทุกถ้วนหน้า (เทอญ)
(๒) สพฺเพ สตุตา อเวรา โหนตุ	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีเวร (เทอญ)
(๓) สพฺเพ สตุตา อพฺยา ปชฺฌมา โหนตุ	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่เบียดเบียนกัน (เทอญ)
(๔) สพฺเพ สตุตา อนิโฆ โหนตุ	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้ไม่มีทุกข์กายทุกข์ใจ (เทอญ)
(๕) สพฺเพ สตุตา สุขี อุตฺตานํ ปฺริหรนฺตุ	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงเป็นผู้มีสุขรักษาตน (เทอญ)
(๖) สพฺเพ สตุตา สพฺพทุกฺขา ปมฺญจฺนฺตุ	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจง (เอาตน) พ้นจากทุกข์ทั้งปวง (เทอญ)
(๗) สพฺเพ สตุตา ลหฺตสมฺปติโต มาวิคจฺจนฺตุ	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง (ขอ) อย่าได้ปราศจากสมบัติอันตน ได้รับ (เทอญ)



(๘) สัพเพ สัตตา	สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง
กมฺมสฺสกา	เป็นผู้มีกรรมเป็นของๆ ตน
กมฺมทายาทา	เป็นผู้มีกรรมเป็นทายาท (จักเป็นผู้ได้รับผล ของกรรม)
กมฺมโยนี	เป็นผู้มีกรรมเป็นกำเนิด (เป็นผู้มีกรรมเป็นแดนเกิด)
กมฺมพณฺฐ	เป็นผู้มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์
กมฺม ปฏฺิ สรรณา	เป็นผู้มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย
ยงฺกมฺมํ กริสฺสนฺติ	จักเป็นผู้กระทำความอันใดไว้
กฺลฺยาณฺว	ดีหรือชั่ว (บุญหรือบาป)
ปาปกฺงฺวา	สัตว์ทั้งหลายที่เป็นอยู่ในโลก
ตสฺส ทายาทา	จักเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น
ภวิสฺสนฺติ	ไปทุกถ้ำนห้านั้น (เทอญ)

จบริวิธีแผ่เมตตาพรหมวิหาร ๔ ที่แผ่ไปไม่เจาะจงแก่คนนั้น คนนี้ เรียกว่าเจริญ *อบฺปมณฺญตฺม* ถ้าหากขัดข้องในการท่องจำแล้ว ให้รวมลงที่เดียวก็ได้ดังนี้ *เมตฺตา เมตฺตาจิตฺ, กรุณา กรุณาจิตฺ มุทิตา มุทิตาจิตฺ อุเปกฺขา อุเปกฺขาจิตฺ*

(หรือจะระลึกในใจโดยภาษาไทยเราก็ได้)

อธิบายอันสงสือปมัญญา ๔

การเจริญอัปมัญญาพรหมวิหาร ๔ นั้น เป็นกิจที่ควรกระทำโดยแท้ เพราะเป็นธรรมอันเย็นใจของสัตว์โลกทั่วไป ตลอดถึงบิดามารดา วงศาคณาญาติ มิตรสหายและสัตว์ทุกจำพวก อีกประการหนึ่ง พรหมวิหารนี้เมื่อทำให้เกิดในใจจริงๆ แล้ว ย่อมระงับเวรภัยพยาบาทโดยเด็ดขาด ฉะนั้นพระคาสตาจารย์จึงเตือนพระภิกษุทั้งหลายว่า

เมตฺตตาย ภิกฺขเว เจโตวิมฺุตติยา อาเสวิตาย ภาวิตาย พหุ ลิกฺตาย

ยานิกฺตาย วตฺถุกฺตาย อนุจฺจิตาย ปริจิตาย สฺสุมาลทฺตาย สฺงวตฺตติ

แปลเนื้อความว่า ดูกรพระภิกษุทั้งหลาย ในธรรมวินัยนี้ ความหลุดพ้นวิเศษ (จากพยาบาทและเวรภัย) ด้วยอำนาจแห่งจิตเมตตาที่บุคคลสั่งองเสพแล้วโดยชอบ กระทำให้เกิดมีขึ้นแก่ตน และกระทำให้มากแล้ว ทำกระแสจิตเดินเหมือนยาน (ที่ให้สำเร็จไปในสถานที่ต้องการ) ทำให้เป็นวัตถุแล้ว มีได้หยุดยั้งแห่งการทำจิตและสะสมขึ้น ปรารภให้สม่าเสมอ (ไม่ให้เปลืองตัวทุกอริยาบถทั้ง ๔) บุคคลผู้นั้นย่อมได้รับความเย็นใจ (คือทำการงานทางกายก็ดี พุดทางวาจาก็ดี คิดทางใจก็ดี ให้มีเมตตาจิตอยู่ทุกเมื่อ ย่อมเป็นไป

เพื่อพันทุกข์ดังนี้) ถ้าใครๆ เจริญอยู่เป็นนิตย ย่อมมีอำนาจ อาจทำให้สัตว์ทั้งหลายได้รับความเอ็นใจจากบุคคลที่มีเมตตาจิตนั้น ด้วยเหตุนี้ผู้ทำสมาธิ จำเป็นโดยแท้ที่จะต้องทำให้มีขึ้น พร้อมทั้ง กาย วาจา ใจ บางแห่งท่านเจริญแต่ผู้มีโทสจริต แต่ในที่นี้จะ เป็นจริตอะไรก็ตาม จำจะต้องทำก่อน ถ้าจริตที่เป็นโทสอยู่แล้วยิ่งจะสะดอกเข้าในการทำสมาธิจิต พรหมวิหารนี้นัยหนึ่งท่านเรียกว่า พรหม ๔ หน้าหรือกำแพง ๔ ทิศ เป็นเครื่องล้อมจิตโดยรอบ ถ้าใครทำให้มีขึ้นแล้วจิตดวงนั้นย่อมไม่มีภัยเลย ถ้าจะพูดถึงการบำเพ็ญบุญกุศลแล้วก็ดีดีมาก เป็นต้นว่าทำทานด้วยเมตตาจิต รักษาศีลด้วยเมตตาจิต เมื่อทำได้เช่นนี้ย่อมได้รับกุศลอันแรงกล้า

เมตตาจิตนี้เปรียบประหนึ่งเมล็ดฝืนที่สะอาดบริสุทธิ์ตกมาจากท้องฟ้าแล้วย่อมให้ผลแก่ตถุณชาติ รุกขชาติ งอกงามขึ้นแซมเต็มที และเป็นที่ต้องการของมนุษย์ทุกเหล่า เหตุนี้ผู้ปฏิบัติควรตรวจดูจิตของตนเสมอๆ ว่าเรามีเมตตาจิตหรือไม่ เพื่อจะได้บำเพ็ญให้มีขึ้นทางกายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ให้ถูกทางแห่งความสุขต่อไป เมตตาที่สำคัญอยู่ที่จิตใจ ถ้าจิตไม่มีเมตตาแล้วรักษากายวาจาได้ยาก ถ้าหากจิตประกอบด้วยเมตตาจริงๆ แล้วความเศร้าหมองย่อมไม่มีแก่กายและวาจา ความเศร้าหมองทางกายทางวาจา กายวาจาเขาย่อมไม่รับ จิตเป็นผู้จะรับเอาทั้งผลดีชั่วทั้งหลาย เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงควรทำสมาธิอบรมจิตให้เป็นสมาธิโดยลำดับ

อธิบายวิธีทำสมาธิ

คือ ทำให้เป็นระเบียบ พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้ตามที่พระองค์ทรงบำเพ็ญมาแล้ว เป็นตัวอย่างที่ดีงามและเหมาะสมแก่กาลสมัยด้วย คือ :-

กิริยายืนทำสมาธิ ๑

กิริยาเดินทำสมาธิ ๑

กิริยานั่งทำสมาธิ ๑

กิริยานอนทำสมาธิ ๑

อิริยาบถทั้ง ๔ นี้ ประกอบสมาธิเวลาใด เวลานั้นเรียกว่าภาวนามัยกุศล (บุญสำเร็จเกิดขึ้นด้วยการภาวนา) ภาวนา แปลว่ากระทำความดีให้เกิดมีขึ้นในท่าน เป็นกิจทั่วไปแก่ภิกษุสามเณร อุบาสก อุบาสิกา ใครทำได้ย่อมเป็นกุศลกรรมสิทธิ์เฉพาะตัวผู้ที่ทำ ผู้ที่เชื่อปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธแล้ว ควรประพฤติตนโดยจริงแท้

อธิบายอริยาบท ๔

กิริยายืน

ก็ให้ประกอบภาวนาอย่างเดียวกัน ให้เปลี่ยนแต่อริยาบทเท่านั้น คือ ยืนโดยกิริยาลำรวมจิต ยืนให้ตรง ดำรงสติให้มั่น วางมือขวาทับมือซ้าย คว่ำมือทั้งสอง หลังตาหรือลี้มตาสุดแท้แต่สะดวกในการกระทำของตน ไม่มีการห้ามอะไร แล้วเพ่ง (พุทโธ) กับจิตให้รวมลงเฉพาะกาย เฉพาะจิตที่รู้จักจิตตั้งมั่นได้ (นี่เป็นกิริยายืนตามระเบียบนิยม)

กิริยาเดิน

เรียกว่าเดินจงกรม เดินโดยกิริยาอย่างนี้คือ ให้กำหนดทางสั้นยาวกว้างแคบ สุดแท้แต่เราต้องการ และควรทำทางให้เสมอไม่ให้สูงๆ ต่ำๆ เพื่อสะดวกแก่การเดิน จะเดินเร็วหรือช้า ก้าวขาสั้นยาว สุดแท้แต่สะดวก และอย่าเงยหน้าขึ้น อย่าก้มหน้าลงให้พอดี แล้วลำรวมจักขุพอสมควร วางมือทั้งสองลงข้างหน้าทับกันเหมือนกับยืน ตลอดจนการทำจิตก็เหมือนอริยาบท ที่กล่าวแล้ว (นี่เป็นกิริยาเดินตามระเบียบนิยม)

กิริยานั่ง

จะอธิบายแบบอย่างไว้อีก คือให้วิริติเจตนา ละเว้นให้ห้องศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ตามชั้นภูมิของตนให้บริสุทธิ์ก่อน เมื่อเห็นว่าเรามีศีลบริสุทธิ์แล้ว ให้นั่งตามระเบียบ คือนั่งขัดสมาธิ เอาขาขวาทับขาซ้าย นั่งไหว้ประนมมือก่อน แล้วระลึกถึงคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ มาเป็นที่พึ่งของตน ว่าเมตตาพรหมวิหาร ๔ แล้วว่า พุทฺโธ เมณาโธ ธมฺโม เมณาโธ สงฺโฆ เมณาโธ แล้วว่า พุทฺโธฯ ธมฺโมฯ สงฺโฆฯ จบแล้วประนมมือไหว้ แล้ววางลงข้างหน้า บริกรรมภาวนาคำเดียวเหนียวเป็นอารมณ์ คือ พุทฺโธ อยู่ที่ลมหายใจเท่านั้น ให้ลำรวมจิตไว้ในกาย อย่าส่งจิตไปข้างนอก ให้เพ่งดูแต่กายของตนเอง คือ เพ่งดูธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟแล้วปล่อยวางอาการเสีย เอาจิตกับ พุทฺโธ ตั้งไว้ที่ลมหายใจเข้าออก ทำความรู้อยู่ อย่าให้ลี้มตัวจึงจะพูด คำที่ว่า พุทฺโธ เพราะ พุทฺโธ แปลว่าเป็นผู้ตื่นอยู่ ได้แก่ผู้มีสตินั่นเอง (นี่เป็นกิริยานั่งสมาธิ)

กิริยานอน

คือ นอนตะแคงข้างขวา เอามือขวาวางรองศีรษะ ยึดมือซ้ายไปตามตัว ไม่นอนขด นอนคว่า นอนหงาย และเป็นกิริยาที่กล้าหาญ เป็นกิริยาที่มีชัย ไม่มีเศร้าโศก เป็นกิริยาที่ไม่จนใจ เป็นกิริยาที่ทรงศีลทรงธรรม เมื่อทำได้เช่นนี้แล้ว ให้ลำรวมสติให้มั่น อยู่ด้วยคำบริกรรมภาวนา ประจำอริยาบถนั้น (นี่โดยกิริยานอนตามระเบียบนิยม)

อิริยาบถทั้ง ๔ นี้ เป็นแต่เปลี่ยนแปลงพักผ่อนอิริยาบถของกาย ส่วนภาวนานั้นให้คงตามเดิม อย่าปล่อยอารมณ์เดิมที่ตนภาวนาอยู่ คอยสำรวจระวังรักษาจิตไว้ทุกอิริยาบถ **แต่ที่จริงผู้ฝึกหัดใหม่ในเบื้องต้นนั้น ควรทำในอิริยาบถ ๒ ไร่ให้มากกว่าก่อน คืออิริยาบถนั่ง ๑ อิริยาบถเดินจงกรม ๑ อิริยาบถทั้งสองนี้ควรประกอบในภาวนาให้มากๆ จิตจักเป็นสมาธิได้ง่าย ส่วนอิริยาบถยืนและนอน จิตไม่สู้จะรวมง่าย เวลานอนภาวนาจะกลายให้หลับไปก็ได้ ส่วนอิริยาบถยืน จิตไม่สู้จะรวมสนิทดี ถ้าเป็นผู้ชำนาญแล้วเห็นว่าไม่ขัดข้องในการทำสมาธิของตน ให้ทำในอิริยาบถทั้ง ๔ เสมอๆ ยิ่งดี ไม่มีห้าม ทำได้ทุกกลมหายใจเข้าออกได้ ยิ่งดีมาก**

การนอนตะแคงข้างขวานั้นเรียกว่า สีหไสยาสน์ราชสีห์ นอนตะแคงข้างซ้ายนั้นเรียกว่า กามโภคี คือกิริยาที่หนักในทางกาม นอนคว่ำนั้นเรียกว่า ดิรัจฉานไสยาสน์ นอนเหมือนสัตว์บางจำพวก เป็นโมหะกิริยา คือ กิริยาที่มีดี นอนหงายนั้นเรียกว่า เปรตไสยาสน์ เป็นกิริยาเปรตและคนที่ตาย เป็นกิริยาที่แพ้ เป็นกิริยาที่สิ้นท่าทางเมื่อนอนหลับ ลมเดินแรง อาจจะทำปากและกรนไปต่างๆ แต่ไม่ห้ามเด็ดขาดทีเดียว แล้วก็เปลี่ยนไปหาอิริยาบถที่ถูกต้องเสีย แล้วทำจิตให้มีสติ รักษาจิตให้มั่นคงอาจจนจิตเป็นสมาธิ อุบายทั้งหลายที่กล่าวรวมลงนี้ เป็นเหตุให้จิตใจตั้งมั่นแน่วแน่ เป็นขณิกสมาธิบ้าง อุปจารสมาธิบ้าง อัปปนาสมาธิบ้าง สมาธินี้เป็น

เครื่องปราบกิเลสอย่างหนึ่ง กล่าวคือ นิวรณ์ทั้ง ๕ นิวรณ์นี้ เป็นข้าศึกของสมาธิโดยแท้ คือคอยกั้นจิตมิให้ตั้งมั่นลงได้ เมื่อเกิดขึ้นแล้ว อย่างไม่โดย่างหนึ่ง ไม่อาจสามารถจะแลเห็นธรรมของจริงได้ เพราะเป็นเครื่องกั้นจิตมิให้บรรลุถึงความดี เหตุนี้จึงเรียกว่า “ข้าศึกของสมาธิ”

หมวดนิเวรณ ๕



(๑) กามฉนฺท

คือ ความพอใจรักใคร่ในวัตถุกาม ก่อนที่จะยินดีในวัตถุ กามนั้น อาศัยกิเลสกามที่มีราคะ เป็นต้น แล้วเกิดความกำหนัด ขึ้นกับจิตก่อน จึงมีความรักใคร่ในวัตถุกาม คือ จิตกำหนดรัก ใคร่ยินดีลุ่มหลงในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เย็นร้อนอ่อนแข็ง ธรรมารมณฺ์เกิดกับใจ เป็นไปฝ่ายกุศลบ้าง อกุศลบ้าง เรียกว่า *กาม ฉนฺทนิเวรณฺ์*

(๒) พยาบาท

คือ มีจิตปรารถนาในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์ ไม่ได้สมหวัง แล้วก็คิดพยาบาทปองร้ายแก่มนุษย์ และสัตว์ทั้งหลาย ที่ตนไม่ชอบใจ จิตพยาบาทนี้ จัดเป็นมิถิฉนฺทวิภวณฺ์ประการหนึ่ง จึงเรียกว่า *พยาบาทนิเวรณฺ์*



(๓) ถีนมิตฺต

คือ จิตโง่งมงายหลงผิด จิตหตทุเคลิบเคลิ้ม ทาวนอนและ
เกียจคร้าน เมื่อครอบงำจิตได้แล้ว ก็มีให้กระทำความดีได้ จึงเรียกว่า
ถีนมิตฺตนิวรณ

(๔) อุทฺธจฺจุกุกุจฺจ

คือ ความไม่สงบแห่งจิต คิดฟุ้งซ่านรำคาญใจ ฟุ้งไปสู่อารมณ์
ภายนอก มีรูปอารมณ์ เป็นต้น คือความไม่รู้ความจริงของอายตนะ
ทั้งภายนอกและภายใน ไม่รู้จักอุปายที่จะข่มจิตของตนให้ตั้งอยู่
ในกัมมัฏฐานบทใดบทหนึ่ง จึงฟุ้งไปตามอารมณ์ต่างๆ จิตดวงนี้
ก็มาจากกามฉันทะนั่นเอง คือเกิดขึ้นจากความปรารถนาบ้าง จาก
ความไม่ปรารถนาบ้าง อารมณ์ทั้งสองนี้ เมื่อไม่สมหวังแล้ว เกิด
ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ จึงเรียกว่า *อุทฺธจฺจุกุกุจฺจนิวรณ*

(๕) วิจิกิจฺฉา

คือ จิตสงสัยลังเล ไม่แน่ใจในอารมณ์ทั้งปวง ได้แก่ ความ
ไม่ตกลงใจ ว่าสิ่งนี้ผิดหรือถูก ดีหรือชั่ว มีความสำคัญต่างๆ เป็นต้น
ว่าสิ่งที่ถูกต้องสำคัญว่าผิด สิ่งที่ดีสำคัญว่าถูก คิดไม่ตกลง
แน่นอนได้ จึงเรียกว่า *วิจิกิจฺฉานิวรณ*

อุปายที่แก่นิรณ

๑. กามฉันทะ นั้นควรใช้อุปาย ๓ อย่างคือ

(๑.๑) ให้ฟังพิจารณาวัตถุที่ตนรักใคร่นั้น ให้เห็นเป็น **อนิจจัง**
ความไม่เที่ยงถาวร **ทุกข** ความเป็นทุกข์ด้วยพยาธิเบียดเบียนอยู่เสมอ
ฟังจนเห็นว่าเป็น **อนตตา** ไม่ใช่ตัวตนเราเขาอะไร จนเห็นว่าแม้เรา
ได้รับสุขสมปรารถนาแล้ว สิ่งนั้นย่อมไม่เป็นกรรมสิทธิ์อยู่เอง
ล้วนแต่จะละทิ้ง ทอดทิ้งทุกตัวตน ดังนี้ ถ้ายังกำเริบอยู่ ให้ฟัง
ต่อไปอีก

(๑.๒) ควรฟังพิจารณาให้แยบคาย คือให้ฟัง **อสุภานิमित**
ทำความเห็นให้ตรงเข้าไปสู่ปฏิภูล โสโครก ไม่สวยไม่งาม คือ
เจือปนไปด้วยของน่าเกลียด และเป็นที่อยู่ของสัตว์ต่างๆ มีหนอน
เป็นต้น ถึงเราจะหาอุปายมาปฏิบัติขัดเกลาด้วยอาการใดก็ดี ยัง
ไม่พ้นไปได้ ควรฟังต่อไปอีก

(๑.๓) ควรฟัง พิจารณาให้แยบคาย จนกว่าจิตจะรู้จักจริงเห็น
จริงตามสภาพ คือให้เห็นลงว่า **รูปกายนี้ก็สักแต่ว่า ชาติทั้ง ๔**
ประชุมกันเข้า มีจิตวิญญาณที่หลงเข้าครอบครองสิ่งอยู่ชั่วคราว
ราวกับว่าหอยเสฉนวนออกเปลือกนี้เข้าเปลือกโน้น ไม่จริงไม่จริงอะไร
ให้ข่มจิตลงเฉพาะอารมณ์ที่เพ่งลงอันเดียว จนเกิดสมาธิอย่างใด

อย่างหนึ่ง กามฉันทนิเวรณ์ ก็จะไม่เบาลงหรือหายไป

๒. พยาบาท

เกิดขึ้นหรือกำเริบนั้น คือสติอ่อน มีปฏิฆะนิमितตา อโยนิโส มนสิการ คือ การนึกโดยปราศจากอุบายแยบคายในสิ่งที่กระทบใจของตน เกิดความโกรธ แล้วคิดจะแก้แค้นตอบแทน มุ่งมาด คาดหมายไว้ในใจแห่งตน เรียกว่า พยาบาทปองร้าย ควรใช้อุบายระงับเสียดังนี้คือ

(๒.๑) เมตตานิมิตตอุคคห

ให้เจริญเมตตาโดยเฉพาะหรือไม่เฉพาะ และทั่วไปอย่างใดอย่างหนึ่ง

(๒.๒) เมตตาทวารานุโยค

ให้ตั้งใจเจริญเมตตาแผ่ไมตรีจิต คิดจะให้ผู้อื่นเป็นสุขและตนเป็นสุข

(๒.๓) กมฺมสฺสกตา ปจฺเวกฺขณตา

ให้พิจารณาถึงกรรมของตนและผู้อื่น ว่าสัตว์ทั้งหลายมีกรรมเป็นของๆ ตน ตนจะได้ดีหรือชั่วก็เพราะกรรมที่นำมา ให้เห็นว่า พยาบาทนี้เป็นกรรมฝ่ายชั่ว ถ้าเราเห็นว่าชั่วแล้ว เราและคนอื่น

ย่อมไม่ปรารถนาสักคนเลยในโลก

(๒.๔) ปฏิสงฺขารพหุลตา

ให้พิจารณาให้มากเข้าทุกที ในอุบายนั้นๆ

(๒.๕) กลฺยาณมิตฺตตา

ให้คบหาแต่บุคคลที่มีเมตตาภาวนา คือผู้มีใจรักใคร่เอ็นดูผู้อื่น ได้แก่ผู้ที่มีศีลธรรม

(๒.๖) สປฺปายกถา

ให้หมั่นศึกษาปรารภแต่เรื่องสบายใจ ได้แก่พูดเรื่องเมตตาภาวนา หรือพูดแต่สิ่งที่จะเป็นประโยชน์แก่ผู้พูดและผู้ฟัง ให้กระทำจิตใจของเราดำเนินอยู่ เสมอๆ

(๒.๗) สจฺจทมะ

ให้ตั้งความสัตย์ว่า เราจักข่มใจของเรา เฟ่งดูโทษของตนที่มีอยู่ในกายในใจของเราเอง เราจักไม่เฟ่งใครๆ ทั้งหมด ทำความเห็นของเราให้ตรงเข้ามาหาใจ ว่าความพยาบาทนี้เกิดขึ้นที่จิตใจ เราจะต้องแก้ที่ใจเราเอง ดังนี้อุบายทั้ง ๗ นี้ เป็นเหตุให้ละความพยาบาทได้ดีทีเดียว

๓. **ถีนมิตฺต** ควรใช้อุบายระงับเสียดังนี้ คือ

(๓.๑) **อติโภชน** นิमितฺตคาคา การไม่บริโภคอาหารมาก

(๓.๒) **อริยาปถ** สมฺปริวตฺตคหตา การเปลี่ยนอิริยาบถให้เสมอๆ กัน

(๓.๓) **อาโลก** สมฺญามนสิการ การนึกถึงแสงสว่างให้เข้ามาเฉพาะหน้า ที่เราทำความเพียร

(๓.๔) **อพฺโพกาสวาส** ให้แสวงหาที่อยู่ในที่แจ้งรูกขมุล และที่ห่างไกลจากหมู่บ้าน

(๓.๕) **กฺลฺยาณมิตฺตตตา** ให้คบเพื่อนพรหมจรรย์ที่ดีงาม ไม่ง่วงเหงา คบท่านผู้มีญาณได้ยิ่งดี

(๓.๖) **สปรายกถา** ให้พูดแต่เรื่องที่ทำให้สบายใจ เช่น พูดถึงเรื่องที่จะทำความดีต่างๆ มีรูปดงค์ เป็นต้น

ถีนมิตฺต นี้ เหตุที่จะละได้ขาดแล้ว ต้องพระอรหันต์มรรค แต่ต้องละไปตั้งแต่ปุถุชนนี้โดยลำดับ อุบายเหล่านี้เป็นเครื่องละถีนมิตฺตนิวรณ์

๔. **อุทฺตจฺจกุกฺกจฺจะ** ควรใช้อุบายหลายอย่าง ดังต่อไปนี้ คือ

(๔.๑) **พหุสฺสูตฺตา** ให้หมั่นสดับตรับฟังเล่าเรียนให้มาก

(๔.๒) **ปริปุจฺจตฺตา** ให้หมั่นสอบถามและบำเพ็ญตามอยู่เสมอๆ

(๔.๓) **วินยฺปกตญฺจตฺตา** ให้เป็นผู้ฉลาดตรึตรองในศีลธรรมที่ตนปฏิบัติอยู่นั้น

(๔.๔) **วฺชฺฉมิเสวิตา** ให้คบหาท่านผู้ใหญ่โดยศีลธรรมและมีวิชาจรรยาดี รอบคอบ

(๔.๕) **กฺลฺยาณมิตฺตตตา** ให้คบแต่มิตรที่ดีงาม

(๔.๖) **สปรายกถา** ให้พูดแต่เรื่องที่ทำให้สบายใจ ได้แก่ พูดชี้แจงในเรื่องที่ควรและไม่ควร

อุทฺตจฺจะ ความฟุ้งซ่านนี้จะละขาดได้แก่พระอรหันต์มรรค

กุกฺกจฺจ ความรำคาญใจ จะละขาดได้แก่พระอรหันต์

มรรค แต่ต้องละไป แต่ปุถุชนนี้โดยลำดับ



๕. **วิกิจจนา** ควรใช้อุบายหลายอย่าง ดังต่อไปนี้ คือ

(๕.๑) **หฬุสสุตา** ให้เป็นผู้ทำความเล้าเรียนไว้มากๆ

(๕.๒) **ปริบุจฺจตา** ให้หมั่นสอบถามท่านผู้ชำนาญเสมอๆ

(๕.๓) **วินยปกตญฺจตา** ให้เป็นผู้ชำนาญในศีลธรรมที่ตนประพฤติ ปฏิบัติอยู่นั้น

(๕.๔) **อธิโมกฺขพหุลตา** เป็นผู้มีความเชื่อมากในทางดี

(๕.๕) **กฺลฺยาณมิตฺตตา** ให้คบแต่ท่านผู้เป็นคนดี

(๕.๖) **สปรายกฺกา** ให้พูดแต่เรื่องที่จะให้สบายใจ เป็นต้นว่า พรรณนาถึงคุณพระรัตนตรัย จะให้หมดสงสัยในคุณพระรัตนตรัยได้แก่ พระโสดาปัตติมรรคและโสดาปัตติผล

รวมลงนิวรรณ์ทั้ง ๕ นั้น ถ้ามาเพ่งกายจนเห็นแจ่มแจ้ง เพ่งจิตจนมั่นคงแน่นอนแล้ว นิวรรณ์ย่อมดับไป เพราะนิวรรณ์เกิดขึ้นที่กายที่จิต เกิดขึ้นที่ไหนให้ดับที่นั่น **นิวรรณ์นี้เป็นกิเลสอย่างกลาง ทำจิตให้เป็นสมาธิ แก้ไขจึงจะระงับได้ อีกประการหนึ่งเรียกว่า**

ข้าศึกของสมาธิโดยตรง ข้าศึกโดยอ้อมนั้น ได้แก่ ปีติ ๕ แห่ง **ปริกรรมภาวนาหนึ่ง อุกคหนิมิตหนึ่ง ปฏิภาณนิมิตหนึ่ง ธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ถ้ารู้ทันย่อมเป็นหนทางแห่งมรรคผลนิพพาน ถ้ารู้ไม่เท่าทันย่อมติดพันอยู่ จะกลายเป็นข้าศึกของสมาธิ และปัญญาที่ดี นี่เป็นข้าศึกอย่างกลางของสมาธิ **ข้าศึกอย่างละเอียด ได้แก่ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐** อย่าง อาการใดอาการหนึ่ง เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ถ้าสติปัญญาอ่อน ย่อมทำให้เข้าใจผิด หลงลืม พลังเพลอ ฟุ้งซ่าน เคลิบเคลิ้มไป กลายเป็นของที่ขลังไปต่างๆ ในที่สุดก็จะเข้าใจว่าตนได้สำเร็จพระอรหันต์ รู้ไม่เท่าทันแล้วย่อมหลงไป ไม่อาจสามารถให้บรรลุคุณธรรมสูงสุดได้**

เหตุนี้จึงควรทำความปล่อยวางความรู้อย่างนั้น ความเห็นอย่างนั้น ตามสภาพของความจริง ทำความรู้อบรอบของตนให้มั่นคง อย่าให้ข้าศึกเหล่านี้เข้าทับจิตได้ ข้าศึกเหล่านี้จะอธิบายโดยลำดับแห่งสมาธิ เพราะเป็นของที่เกิดขึ้นโดยลำดับแห่งสมาธิ แต่ความจริงเป็นของที่มีอยู่แล้ว แต่เราไม่รู้ เพราะจิตไม่ตั้งมั่น จึงไม่รู้สู้กว่าธรรมเหล่านี้มีอยู่ เมื่อทำสมาธิเข้าแล้วย่อมปรากฏอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่เห็นนิมิตคงมีความรู้ เมื่อความรู้เห็นเกิดขึ้นแล้ว ย่อมตื่นและยินดี เพราะเข้าใจว่าเพ็งมีมา ถ้าเข้าใจว่ามีอยู่แล้ว ในจิตก็ไม่ตื่นและยินดียินร้ายจนลุ่มหลง ทำให้สมาธิเสื่อมไป

การที่จะทำจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิได้นั้น จะต้องศึกษาใน กัมมัฏฐานเสียก่อน เพราะเป็นอารมณ์ของสมาธิ จะศึกษาใน กัมมัฏฐานนั้น จะต้องศึกษาในจิตของตนอีก เพราะจิตนั้น เปรียบเสมือนสมุฏฐานของโรค กัมมัฏฐานเปรียบเสมือนยาแก้โรค ฉะนั้น

จิต แปลว่าความประพฤติเป็นไปของสัตว์โลกที่เป็นอยู่มี ๖ อย่างคือ

๑. ราคจิต คือ จิตที่เป็นราคะ ชอบกำหนด
๒. โทสจิต คือ จิตที่หงุดหงิด โกรธง่าย
๓. โมหจิต คือ จิตที่มักหลงมกมาย
๔. วิตกจิต คือ จิตที่มีวิตก คิดพล่านไปเสมอๆ
๕. ศรัทธาจิต คือ จิตที่มีความเชื่อง่าย ใจเร็ว
๖. พุทธจิต คือ จิตที่ชอบคิดนึกตรึกตรอง ใช้ความรู้ เป็นปรกติ

อธิบายจิต ๖

จิต ๖ อย่างนี้ย่อมมีสัญญาอารมณ์ต่างๆ กัน แต่ความจริง นั้น จิตทั้งหมดย่อมมีบริบูรณ์อยู่ในจิตทุกๆ คน **ธรรมดาจิตที่ยัง หลงอยู่ ย่อมเป็นอยู่ในวงนี้** แต่เวลาขณะจิตหยุดพักในอารมณ์นั้น ต่างๆ กัน ถ้าจิตใจหยุดที่ไหนด้อยหรือนาน ก็เรียกว่ามีจิตอันนั้น

คือมีอาการแรงกล้าต่างกัน ผู้ปฏิบัติจึงสังเกตตนเองดูก็จะรู้ได้ทันที เช่น บางขณะจิตก็เกิดความกำหนด บางขณะจิตก็หงุดหงิดโกรธง่าย บางขณะจิตก็คิดอะไรไม่ออก มักหลง บางขณะจิตก็วิตก พลุ่งพล่านไป บางขณะจิตก็เชื่องง่ายมกมาย บางขณะจิตก็ชอบ คิดหรือรู้พล่านไป เมื่อเป็นเช่นนี้จิตทั้ง ๖ ก็รวมลงที่จิตดวงเดียว แต่ส่งไปตามอารมณ์ต่างๆ เหตุนั้นผู้ปฏิบัติธรรมก็สำเร็จต่างกัน เร็วบ้าง ช้าบ้าง ความเป็นไปเช่นนี้ ก็เนื่องมาจากจิต ๖ คือจิต เดิมเป็นกรรมฐาน ย่นจิตคงมี ๒ ประเภทคือ โทสะ กับ พุทธะ ทั้งสองนี้เป็น **ปัญญาธิกะ** เจริญสมณะน้อย วิปัสสนามาก ตรัสรู้เร็ว ถ้าเป็นผู้ถึงกระแสธรรมชั้นแรก คือโสดาบันบุคคลจักได้ **เอกพีธี** จะต้องเกิดอีกชาติเดียว นี่ประการหนึ่ง ราคะ กับ ศรัทธา ทั้งสองนี้เป็น **ศรัทธาธิกะ** เจริญสมณะกับวิปัสสนาเสมอๆ กัน ตรัสรู้พอ ปานกลาง ถ้าเป็นผู้ถึงกระแสธรรม ก็จักได้ **โกลงโกล** จะต้องเกิด อีก ๓ ชาติ ๔ ชาติ นี่ประการหนึ่ง และวิตก กับ โมหะ ทั้งสองนี้เป็น **วิริยธิกะ** เจริญสมณะเป็นส่วนมากก่อน จึงจะเจริญวิปัสสนาได้ เป็น ผู้ตรัสรู้ช้า แต่มีวิชามาก ถ้าสำเร็จโสดาบันจะต้องเกิดอีก ๗ ชาติ นี่ประการหนึ่ง

ที่สำเร็จต่างๆ กันนั้นก็เพราะจิตเป็นเหตุ **เนกขัมมจิต** คือ การที่กำจัดออกจากกามได้ต่างๆ กัน ตรัสรู้เร็ว เป็น **เนกขัมมปรม** **ตถปารมี** ตรัสรู้พอปานกลาง เป็น **เนกขัมมอุปปปารมี** ตรัสรู้ช้าเป็น **เนกขัมมปารมี** นี้สำหรับพระโสดาบันบุคคลออกจากกามในชั้นนี้



สำหรับสาวกภูมิ ท่านเหล่านั้นใช้ความเพียรยิ่งหย่อนกว่ากัน หรือ
อบรม สัณเฑาะพต่างๆ กัน ความจริงจะเป็นอาการใดก็ตาม ย่อมมี
อารมณ์ ๒ อย่างเท่านั้น คือ ดีกับชั่วเท่านั้น รวมลงจรตอะไรก็ตาม
ย่อมอยู่ในจิตดวงเดียว เมื่ออารมณ์ของจิตมี ๒ อย่าง ก็ควรที่จะ
ย่นรวมกัมมัฏฐานลง ๒ อย่างเหมือนกัน จึงจะเป็นไปเพื่อความ
ตั้งมั่นแห่งจิต จรตอะไรก็ตาม ย่อมควรแก้กัมมัฏฐาน ๒ อย่าง
ทั้งหมด

กัมมัฏฐาน ๒ คือ

๑. สมถกัมมัฏฐาน แปลว่า ธรรมที่เป็นอุบายสงบใจ
๒. วิปัสสนากัมมัฏฐาน แปลว่า ธรรมที่เป็นอุบายเรื่องปัญญา
รู้เห็นในทางใจ

อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐานนั้น ตามเกจิอาจารย์กล่าวไว้ใน
คัมภีร์ต่างๆ มีถึง ๔๐ ทศ แม้จะมีมากก็จริง แต่ต้องรวมอยู่ใน
สมถกัมมัฏฐาน ๒ ประเภททั้งหมด

สมถกัมมัฏฐาน ๒ นั้น คือ

๑. รูปกัมมัฏฐาน
๒. อรูปกัมมัฏฐาน

อธิบายรูปกัมมัฏฐาน และ อรูปกัมมัฏฐาน

๑. รูปกัมมัฏฐานนั้น

หมายเอารูปที่ปรากฏอยู่ในกายตนและคนอื่น คือ มหาภูต
รูปทั้ง ๔ มีธาตุดิน ๑ ธาตุน้ำ ๑ ธาตุไฟ ๑ ธาตุลม ๑ ประชุมกันเข้า
เรียกว่ารูปกาย หรือ จะมีอยู่ที่ไหนก็ตาม สิ่งที่เราเห็นด้วยตาเป็น
มหาภูตรูปทั้งนั้น นี้เรียกว่า รูปกัมมัฏฐานประเภทหนึ่ง

๒. อรูปกัมมัฏฐาน

หมายเอาอาการที่รู้สึกทางใจ คือ ไม่ปรากฏแลเห็นด้วยตา
เรียกว่าอรูปกัมมัฏฐาน ได้แก่นามธรรมทั้ง ๔ คือ ๑. เวทนา ความ
เสวยอารมณ์มีสุขทุกข์ อุเบกขา ๒. สัญญา ความจำได้หมายรู้ว่า
นั้น รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ดีชั่ว ๓. สังขาร
ความคิดปรุงแต่งในทางดีทางชั่วและไม่ดีไม่ชั่ว ๔. วิญญาณ ความ
รู้แจ้งในทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ อันรู้สึกมีปรากฏอยู่ที่กายที่
จิตของตน เรียกว่าง่าย ๆ ก็คือ กาย ๑ จิต ๑ ภาษา บาลีเรียกว่า นาม
ธรรม ๑ รูปธรรม ๑ เท่านั้น

อธิบายวิธีทำให้เป็นสมถะ

รูปกัมมัฏฐาน ทำให้เป็นสมถะนั้น ต้องทำโดยอาการอย่างนี้
คือ ให้เอาธาตุ ดิน น้ำ ไฟ ลม ที่ปรากฏมีอยู่ในกายเป็นอารมณ์ของ
จิต อย่าส่งจิตคิดนึกไปตามอารมณ์ภายนอก ให้พุ่งลงเฉพาะกาย
เฉพาะจิตของตน กำหนดเพ่งในธาตุดินโดยปัญจกะ คือ ๑. เกสา



ผมทั้งหลาย ๒. โลมา ขนทั้งหลาย ๓. นขา เล็บทั้งหลาย ๔. ทันดา
ฟันทั้งหลาย ๕. ตโจ หนังกี่หุ้มห่อร่างกระดูกทั้งหลาย ทั้ง ๕ อย่าง
นี้ ให้เพ่งพิจารณาจนเห็นเป็นของไม่งาม ไม่สะอาด เป็นปฏิกุศล
โสโครก โดยที่เกิดบ้าง ที่อยู่บ้าง โดยสีบ้าง โดยกลิ่นฐานบ้าง โดย
กลิ่นบ้าง ให้นึกเพ่งอยู่อย่างนี้

ถ้าจิตยังไม่สงบให้ตรวจดูอีก คือเพ่งพิจารณาธาตุน้ำที่มีอยู่
ในกายโดยปัญญาจะหมวด ๕ อีก คือ ๑. **ปิตต** น้ำดีสีเขียวรสขม
๒. **เสมห** น้ำเสลดที่คอยปิดกลิ่นอาหารไม่ให้พุ่งขึ้นมาทางทวารปาก
๓. **ปุพฺพโ** น้ำหนองที่พุพองเปื่อยเน่าเกิดมีขึ้นในเวลาเป็นแผล ๔.
โลหิต น้ำเลือด มีสีแดง เลือดดำ เลือดขาว อันซาบซ่านอยู่ทั่ว
สรรพางค์กาย ๕. **เสโท** น้ำเหงื่อที่ไหลออกในคราวกระทบความร้อนจัด
เพ่งพิจารณาจนเห็นเป็นปฏิกุศล น่าเกลียดน่ากลัว น่า
สยดสยอง เป็นของปฏิกุศลโดยที่เกิดที่อยู่ และสีและกลิ่นและ
ลักษณะอาการเหล่านี้ ให้เพ่งกลับไปกลับมาจนเห็นปรากฏในใจว่า
เป็นอย่างนั้นๆ จริง จิตจักเกิดความสงบ

ถ้าไม่สงบให้คอยตรวจดูธาตุไฟที่ปรากฏอยู่ในกายโดย **จตุกะ**
อีก คือ ๑. **ไฟยังกายให้อบอุ่น** ๒. **ไฟยังกายให้กระวนกระวายแฉะร้อน**
๓. **ไฟเผาอาหารให้ย่อยยับ** สำหรับต้มกลิ่นอาหารส่งไปตามสรรพางค์
กาย (อาหารที่บริโภคลงไปนั้น คือ ฉิบหายด้วยธาตุ ไฟเผาไปส่วน
หนึ่ง เป็นกากส่วนหนึ่ง หมู่นอนกินส่วนหนึ่ง เลี้ยงร่างกาย



ส่วนหนึ่ง ดังนี้) ๔. **ไฟยังกายให้ทรุดโทรมเหี่ยวแห้งไป** รวมลง ธาตุ
ไฟทั้ง ๔ กองนี้ ให้พิจารณาเห็นไฟเหล่านั้นเป็นไตรลักษณ์

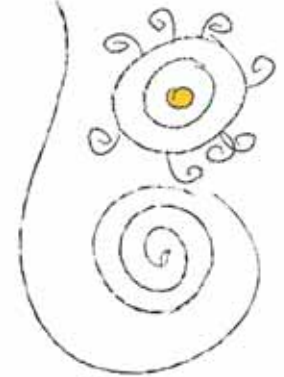
ถ้าจิตยังไม่สงบ ให้พิจารณาธาตุลมโดยลำดับอีกคือ ให้รู้
ลักษณะของธาตุลม โดย **ฉก** คือ ๑. **ลมพัดขึ้นเบื้องบน** ๒. **ลม**
พัดลงเบื้องต่ำ ๓. **ลมพัดในท้อง** ๔. **ลมพัดในลำไส้** ๕. **ลมพัดไป**
ทั่วสรรพางค์กาย ๖. **ลมหายใจเข้าออก** ให้พิจารณาธาตุลมทั้งหลาย
เหล่านี้เป็น **อนิจจัง ทุกขัง อนตตา** อันใดอันหนึ่ง ถ้าจิตไม่สลัดสังเวช
ก็ให้รวมลง ธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ ทั้ง ๔ กองนี้เป็นจุดอันเดียว เรียก
ว่า **รูปกัมมัฏฐาน** **รูปธรรม**ทั้งหลายที่กล่าวมานี้ ให้ตรวจดูจนเกิด
ความสลัดสังเวช คือให้เห็นเป็นของปฏิกุศลน่าเกลียดบ้าง ให้เห็น
เป็น **อนิจจัง** ไม่เที่ยง คอยจะเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ บ้าง **ทุกขัง** เป็น
ทุกข์บ้าง **อนตตา** ไม่ใช่ตัวตนเราเขาบ้าง เมื่อเห็นเช่นนั้น จิตสงบ
ตั้งมั่นรวมอยู่ เรียกว่า **สมถภาวนา**

อุปายทั้งหลายที่กล่าวมานี้ สำหรับทำให้จิตสงบตั้งมั่นและ
ทำสติให้แก่กล้ามีกำลัง แต่เมื่อพิจารณาอาการที่กล่าวมานั้นอยู่
ให้หยุดคำบริกรรมเสียก่อน เมื่อจิตอ่อนสงบลง จึงให้เพ่งส่วน
สำคัญของกาย คือลมหายใจเข้าออกกับ **พุทฺโ** ให้จิตตั้งมั่นอยู่
แห่งเดียว หรือชานาญอย่างอื่นก็สุดแท้แต่สะดวกในการตั้งจิต
แต่ห้ามส่งจิตไปตั้งตามอารมณ์ภายนอกกาย และคอยระวังรักษา
จิตไม่ให้ยึดถือเอาอารมณ์ภายนอกเข้ามาภายใน ถึงแม้จะคิดนึก



ไปก็อย่ายึดเอาเข้ามา ถ้าเห็นว่าไม่ใช่เรื่องจะทำจิตให้สงบ ห้ามขาด แต่ถึงอย่างนั้นก็ต้องระวังในส่วนธาตุทั้ง ๔ นั้น ถ้าเห็นอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วก็เห็นหมด เป็นลักษณะอาการอย่างเดียวกันหมด

ถ้าจิตของตนสงบลงแล้ว ให้หยุดบริกรรมเสียอีก ให้กำหนดเอาตัวสำคัญที่เดียว คือจิต เมื่อกำหนดจิตให้มันอยู่ที่ความรู้ ฟังรวมลงทั้งหมดทีเดียว พิจารณาไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนตตา จนจิตมีความสลดสังเวช เป็นเหตุให้จิตสงบรวมลงเข้าสู่ภาวะคือ ภาพของจิต ที่เป็น กามภาพบ้าง รูปภาพบ้าง อย่างใดอย่างหนึ่ง จิตที่เข้าสู่ภาวะนั้นมีอาการรวบรัดค่อยๆ เบาๆ บ้าง เป็นขณะๆ แล้ว กลับออกบ้าง เข้าไปตั้งแล้วอยู่ภายในบ้าง มีความรู้บ้าง ลืมบ้าง ถ้าสติอ่อนจักลืมตัวบ้าง ไปปรากฏนิมิต บางทีก็ยึดถือเอานิมิตที่เกิดบ้าง บางทีลืมกายตนเองบ้าง บางทีลืมคำบริกรรมภาวนาไปบ้าง ถ้าจิตเป็นเช่นนั้นจักกลายเป็นโมหสมาธิ หรือมิจฉาสมาธิ และเป็นมิจฉาวิมุตติบ้าง คือสมาธิหลง สมาธิผิด พันผิดเหตุนั้นเมื่อจิตเป็นสมณะ ถึงตอนนี่จึงให้ความรู้ตัวอยู่เสมอ อย่าลืมกายลืมจิต โดยมากถ้าจิตเข้าสู่ภาวะบางขณะนั้นมักลืมตัว และมักปรากฏนิมิตต่างๆ บางทีก็เกิดความอยากเห็นอยากดู เมื่อสิ่งที่น่าปรารถนาเกิดขึ้นแล้ว ก็ยึดถือเอา เกิดความพอใจ ทำให้จิตลอยไปต่างๆ เลยไม่พบสมาธิที่ดีที่แน่นแค้นแล้วกล้ำมีปัญหา เพราะนิมิตมากีดกันเสีย ไม่เกิดวิปัสสนาปัญญาได้ ฉะนั้นจึงให้ปล่อยวางไปเสีย คือตั้งจิตไว้มีให้หวั่นไหวไปด้วยอาการต่างๆ





อธิบายอรูปกัมมฐาน

อรูปกัมมฐานนั้น คือสิ่งที่ไม่แลเห็นด้วยตา เป็นความมีความรู้สึกเรียกว่า อรูป ที่จะทำให้เป็นสมณะให้แยกออกเป็นกองๆ ก่อน คือ ๑. เวทนา ความเสวยอารมณ์ ๒. สัญญา ความจำหมาย ๓. สังขาร ความคิดปรุงแต่ง ทางใจ ๔. วิญญาณ ความรู้แจ้ง เมื่อเข้าใจเช่นนี้แล้ว ให้เพ่งพิจารณาเวทนาที่ปรากฏมีในกายในจิตของตนเอง คือให้สังเกตใจที่เสวยอารมณ์อยู่ว่า สุข ทุกข์ อุเบกขา ทั้ง ๓ นี้มีในขณะที่ใด ให้ทำความรู้สึก ว่า ขณะนี้เราเสวยอารมณ์ที่เป็นสุข ขณะนี้เราเสวยอารมณ์ที่เป็นทุกข์ ขณะนี้เราเสวยอารมณ์ที่ไม่สุข ไม่ทุกข์ ทั้ง ๓ ประเภทนี้ ให้ทำความรู้สึกอยู่เสมอ เวทนาที่ไม่สุขไม่ทุกข์มีในขณะที่จิตไม่นาน ถ้ามีสติเพ่งดูจริงๆ แล้ว ก็จะมีรู้ว่าเวทนาทั้ง ๓ นี้ ล้วนแต่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ทนทาน ไม่ถาวร คอยจะยกย้ายเปลี่ยนแปลงไปตามหน้าที่ของเขา เป็นต้นว่ามีสุขบ้าง มีทุกข์บ้าง อุเบกขาบ้าง มากบ้างน้อยบ้าง ย่อมไม่สมปรารถนาแห่งความต้องการ

เมื่อรู้เห็นเช่นนั้นแล้ว ให้ปล่อยวาง อย่ายึดมั่นถือมั่น กำหนดจิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวในอันใดอันหนึ่ง เช่นสุขเวทนา ถ้ายังไม่มั่นให้เพ่งดูสัญญาอีกว่า เดียวนี้เราทำอะไรอยู่ เป็นอดีตที่ล่วงแล้วหรืออนาคตที่ยังมาไม่ถึงหรือเป็นปัจจุบัน ว่าเดี๋ยวนี้เราจำดีหรือชั่ว ให้ทำความรู้สึกตัวตั้งอยู่ในทางกายทางจิต ถ้าปรากฏว่า

เราจำสุขให้เพ่งสุข รู้อยู่ที่สุข ปรากฏทุกข์ให้เพ่งรู้อยู่ที่ทุกข์ จำอะไรได้ ให้เพ่งลงเฉพาะอันนั้น ความรู้ของเรากับความจำอะไรจะดับก่อนกัน ไม่นานก็เห็นได้ว่าสัญญาความจำนี่ก็เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา เมื่อรู้เห็นเช่นนั้นแล้ว ให้ปล่อยวางอย่ายึดมั่นถือมั่น กำหนดจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวอันใดอันหนึ่ง ถ้ายังไม่มั่นหรือไม่สงบ ให้เพ่งพิจารณาดูสังขาร คือความคิดปรุงแต่งอีกว่า เดียวนี้เราคิด เรื่องอะไรเป็นสิ่งที่ล่วงแล้ว หรือยังไม่มาถึง คิดปรุงแต่งทางดีหรือทางชั่ว คิดนอกกายนอกจิต หรือในกายในจิต เป็นเหตุให้จิตสงบ หรือเป็นเหตุให้จิตฟุ้งซ่าน ให้ทำความรู้สึกตัวอยู่เสมอ เมื่อมีความรู้สึกในสังขารแล้ว จะรู้ได้ทันทีว่าความคิดไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนตตา ทั้งนั้น

ลำดับนั้นให้เพ่งความคิดลงที่กายที่จิต ให้ปล่อยวางความคิดโดยอาการต่างๆ ให้กำหนดจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์อันเดียวอันใดอันหนึ่งเป็นเอกสัญญา คือหมายในที่แห่งเดียว ถ้ายังไม่มั่นไม่สงบ ให้เพ่งพิจารณาดูวิญญาณความรู้จักว่า เดียวนี้เรารู้อะไรภายในหรือภายนอก อดีตหรืออนาคต หรือปัจจุบัน ดีหรือชั่ว เป็นประโยชน์หรือไม่เป็นประโยชน์ ให้ทำความรู้สึกตัวอยู่เสมอ เมื่อคนมีสติความระลึกได้ สัมผัสัญจะความรู้สึกตัวอยู่เป็นนิตย์แล้ว ก็จะมีสติได้ทันทีว่า วิญญาณความรู้สึกนี้ ก็เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา ไปตามกันทั้งหมด ให้กำหนดแต่ความรู้ไว้คนเดียว ไม่ให้เกี่ยวข้องในอารมณ์อื่น ทำความรู้ไม่ให้หวั่นไหว ใจนั้นย่อมได้รับความสงบ



นั้นแลชื่อสมณะ

ต่อจากนั้นให้ฟังพิจารณาแต่กรรมที่เป็นปัจจุบัน คือ ใ้รู้กายรู้จิต อะไรปรากฏในกายให้ฟังแต่อันนั้น อะไรปรากฏอยู่ในจิตให้ฟังแต่สิ่งที่ปรากฏ กำหนดจิตจนจิตสงบ ตั้งเพียงมันอยู่ในอารมณ์อันเดียวได้แล้ว ก็จักเป็น ขณิกสมาธิบ้าง อุปจารสมาธิบ้าง อัปปนาสมาธิบ้าง สมาธิทั้ง ๓ อย่างนี้เป็นผลของกัมมัฏฐานที่ตนทำมา สมาธินี้บางทีก็ได้จากรูปบ้าง ได้จากเวทนาบ้าง ได้จากสัญญาบ้าง ได้จากสังขารบ้าง ได้จากวิญญานบ้าง สุดแต่แต่ใครจะเกิดความสลัดสังเวชในข้อใดตอนใดได้ทั้งนั้น ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นอุบายเพื่อให้เลือกเท่านั้น ถ้าใครเห็นสมควรแกจิตของตนแล้ว ก็ให้เอาแต่ข้อนั้นๆ ไม่จำเป็นจะต้องเอาทั้งหมด กัมมัฏฐาน ๒ อย่างนี้เรียกอีกโวหารหนึ่งว่า *ขันธ ๕* นั้นจะมีมากอาการใดก็ตาม ย่อมรวมลงที่กาย ๑ จิต ๑ เท่านั้น

ควรทำจิตให้ตั้งมั่นในกาย ใ้รู้สภาพของกาย ตั้งมั่นในจิตจนรู้จิตของตนเท่านั้น ถ้าไม่รวมลงเช่นนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมย่อมไม่รู้รสของสมาธิและปัญญา อุปมาเหมือนอาหาร ถ้าใครๆ ไม่รวมลงถึงปากและท้องแล้ว ย่อมไม่รู้จักรสชาติอะไร และไม่เป็นประโยชน์ด้วยลำดับนั้น เมื่อท่านกระทำบำเพ็ญอยู่ในสมาธิอันใดก็ตาม ข้อลำดับนั้น ให้คอยสังเกตจิตใจของตนให้ได้ ถ้าจิตตนเป็นสมาธิอันใดก็ตาม ให้มีสติตามระลึกได้อยู่เสมอ สัมปชัญญะให้ทำความ

รู้สึกตัวอยู่เสมอ เมื่อเรามีความรู้สึกตัวอยู่ในขณิกสมาธิก็ตาม อุปจารสมาธิก็ตาม สมาธิทั้ง ๒ นี้ ถ้าเราตามรู้ตามรักษาไว้ได้แล้วจนเป็น *สมาธิพลัง* ก็จักเกิดเป็น*อัปปนาสมาธิ* คือ สมาธิแน่วแน่ แก่ล้วยกล้า มีปัญญาอันแจ่มแจ้งโดยลำดับ ถ้าตนมีปัญญาญาณเกิดขึ้น จะได้ว่าจิตดวงเดียนี้ย่อมเกิดได้ต่างๆ เป็นต้นว่า นี้อจิตเป็นกามภพ นี้อจิตเป็นรูปภพ นี้อจิตเป็นอรูปรภพดังนี้

อธิบายจิตที่เป็นภพ

จิตที่เป็นภพๆ นั้น คือ

๑. จิตที่มีอารมณ์ประกอบด้วยโทมนัส ทุกข์เวทนา ย่อมเกิดในอบายภูมิ ๔
๒. จิตที่มีอารมณ์ประกอบด้วยโสมนัส สุขเวทนา แต่อย่างต่ำ ย่อมเกิดในมนุษย
๓. จิตที่มีอารมณ์ประกอบด้วยโสมนัส สุขเวทนาแรงขึ้นอีก ย่อมเกิดในสวรรค์
๔. จิตที่มีอารมณ์ประกอบด้วยโสมนัส สุขเวทนาอันเกิดขึ้นจากสมาธิและฌาน ได้แก่ปีติธรรมที่แรงกล้าย่อมเกิดในรูปพรหม
๕. จิตที่มีอารมณ์ประกอบด้วยอุเบกขาเวทนาอันละเอียด ไม่มีรูปเป็นนิमित จิตนั้นย่อมเกิดในอรูปรภพ



นี้แลกำลังของสมถะยอมเป็นไปได้อย่างต่าง ๆ นี้ คือ จิตที่เกิดแก่เจ็บตายอยู่ จิตเหล่านี้เกิดจากอำนาจของสมาธิ ๒ ประเภทดังนี้

๑. ขณิกสมาธิ

คือ อาการที่จิตสงบลงเป็นขณะๆ เปรียบเหมือนคนกำลังเดินทางอยู่ ขาหนึ่งก้าวไป ขาหนึ่งยืนได้ชั่วขณะ ขาหนึ่งก็ก้าวกันไปอยู่อย่างนั้น

๒. อุปจารสมาธิ

คือ อาการที่จิตสงบลงลึกยิ่งไปกว่านั้น เปรียบเสมือนคนกำลังเดินทางอยู่ เมื่อไปเจออะไรเข้าแล้ว ย่อมยืนอยู่ทั้ง ๒ เท้าไม่ก้าวเดิน ครู่หนึ่งแล้ว ก็เดินต่อไปอีก นี่เป็นลักษณะของอุปจารสมาธิ

สมาธิทั้งสองนี้ ยังไม่พ้นจากอันตรายได้ ยังมีข้าศึกอยู่มาก ถ้าเราไม่มีภูมิรู้พอแล้ว ย่อมเสื่อมไปบ้าง ติดอยู่บ้าง อันตรายย่อมเกิดขึ้นโดยลำดับแห่งสมาธิทั้ง ๒ นี้ คือ **บริกรรมนิมิต** ได้แก่การยึดมั่นคำบริกรรมไม่รู้จักปล่อยวาง นี่ประการหนึ่ง ปีติ ๕ เกิดขึ้นไม่รู้เท่า นี่ประการหนึ่ง มัวแต่เล่นนิมิตที่เกิดขึ้น ยึดถือเอาว่าเป็นของดีและขลัง นี่ประการหนึ่ง ธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ถ้ารู้เท่าทัน ย่อมเป็นหนทางแห่งมรรคผลนิพพาน รู้ไม่เท่าทันเข้าใจว่าเป็นยึดมั่นถือมั่นแล้ว ย่อมหลงไปในปีติทั้ง ๕ จะเคลิบเคลิ้มหลงไหลไป

ต่างๆ แสดงตนไปตามความรู้ความเห็น จนถือนั่งในฤทธิ์เดชกลายเป็นนักทำนายต่างๆ อันเป็นเหตุให้สมาธิเสียไปเป็นต้นว่าสติอ่อนลดยไปตามอารมณ์นั้น มัวเมา เคลิบเคลิ้มหลงไหล จะกลายเป็นข้าศึกประหารสมาธิที่ดีแน่วแน่มิปัญญา อันจะรู้แจ้งในไตรภพ เหตุนี้จึงเรียกว่าข้าศึก

แต่ผู้ปฏิบัติในกัมมัฏฐานนั้น ก็ต้องเกาะข้าศึกเหล่านี้แหละ แต่ไม่ควรนอนใจ เพราะเป็นทางเท่านั้น ธรรมดาคนเดินทางไม่จำเป็นจะต้องยึดถือเอาทางนั้นไปด้วย ปล่อยไว้ตามเดิมนี้ฉันใด บริกรรมนิมิตหนึ่ง ปีติ ๕ หนึ่ง อุกคหนิมิตหนึ่ง และปฏิภาคนิมิตหนึ่ง สิ่งเหล่านี้จะต้องผ่านไปทั้งนั้น แต่ไม่ควรจะยึดมั่นจนหลงเป็นต้นว่าเราถึงธรรมอันดีแล้วดังนี้

อธิบายบริกรรมนิมิต

บริกรรมนิมิต คือ ยึดถือเอาคำภาวนาเป็นที่ตั้งแห่งจิตเป็นต้นว่า ให้ยึดเอา พุทฺโธ บ้าง อรหํ บ้าง บทใดบทหนึ่ง ก็เป็นของควรปล่อยวาง ไม่ควรยึดถือ เห็นว่าเรามีจิตมั่นคง มีสติและมีการพิจารณาอยู่ ให้ปล่อยวางคือ ให้หยุดจิตมั่นคงมีสติและมีการพิจารณาอยู่ ให้ปล่อยวาง คือให้หยุดคำบริกรรมเสีย แล้วกำหนดจิตให้รู้เฉพาะจิตที่รู้อันเดียว

อาการของปิติ ๕

๑. เมื่อเกิดขึ้นในใจแล้ว ทำให้ขนลุกขนพองและทำให้น้ำตาไหลออกโดยไม่รู้สึกบ้างและทั้งรู้ๆอยู่บ้าง แต่ไม่ใช่ออกโดยโหม่นสเสียใจอะไร คือออกโดยโสมนัสยินดีเอิบอิมใจในอารมณ์ที่เป็นกุศล เรียกว่า *ซุททกาปิติ*

๒. เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้เสียไปทั่วสรรพางค์กายและให้ปรากฏในใจแปลบๆ เหมือนแสงฟ้าแลบ หรือเหมือนแสงหิ่งห้อย เรียกว่า *ชณิกาปิติ*

๓. เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้ชุ่มซ่าแรงขึ้นมากกระทบคางเหมือนลูกคลื่นกระทบฝั่ง เรียกว่า *โสมนตปิติ*

๔. เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้ฟูไปต่างๆ เช่นนั่งสมาธิอยู่บางที่ก็ยกมือไหว้และกราบลงแรงกล้าขึ้น แล้วหลงลืมตัวบางที่ก็ออกอุทานต่างๆ ที่นอกจากตนเจตนาไว้เดิม เคลิ้มไปปนเพื่อเปลือตัวไปบ้าง เรียกว่า *อุพเพงคาปิติ*

๕. เมื่อเกิดขึ้นแล้วทำให้กายสั่นซาบซ่าแผ่ไป บางทีให้แลเห็นกายโตใหญ่บ้าง กายพองขึ้นบ้าง เล็กบ้าง เรียกว่า *ผรณาปิติ*

ปิติทั้ง ๕ นี้เมื่อเกิดขึ้นแล้วอย่างใดอย่างหนึ่ง ควรทำสติให้มั่นคง อย่าส่งใจไปตามอารมณ์ที่เกิดขึ้น ทำจิตให้แข็งมั่นอยู่ อย่าลืมกาย ลืมจิต รักษาภิกขิกาย วาจา ใจมั่นคง อย่าปล่อยกาย วาจาใจ ไปตามปิติ ถ้าปิติอย่างอ่อนก็พอควร ถ้าอย่างแรงกล้าแล้ว หากเราส่งจิตไปตาม จักเป็นเหตุให้ยึดมั่นยินดีติดอยู่ อย่าสำคัญว่าเราได้โน่นได้นี้ เพราะเป็น *อนิจจัง ทุกขัง อนตตา* ทั้งนั้น จิตจักไม่เป็นสมาธิอย่างดีได้ ถ้าเรามัวหลงยึดเอาแล้ว ปิตินั้นแหละ จักกลายเป็นข้าศึกของสมาธิปัญญา

นิมิต ๓

อุคคหนิมิต ๑ ปฏิภาคนิมิต ๑

อุคคหนิมิตนั้น เมื่อจิตเราสงบลงแล้วอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมปรากฏเกิดขึ้นในจิตต่างๆ เป็นต้นว่า เห็นดำๆ แดงๆ ขาวๆ เป็นกลุ่มเป็นก้อน บางทีก็เห็นกายตนปรากฏ เห็นเป็นผู้เป็นคนแสดงกิริยาต่างๆ เห็นรูปพระพุทธรูปเจ้า เห็นสาวก เห็นนรก เห็นสวรรค์ เห็นไปไม่สิ้นสุด อាកารใดก็ตาม รวมลงก็คือ เมื่อเราหลับตาภาวนาแล้วแลเห็นในใจนั้นแหละ จัดเป็น **อุคคหนิมิต** ทั้งนี้ ถ้าเห็นนิมิตที่ดี ก็จะสำคัญว่าเราได้ดี ชอบใจ แล้วยึดถือเอาเป็นอารมณ์ ถ้าเห็นนิมิตที่ไม่น่าปรารถนาแล้ว ก็จะเกิดความกลัวหวาดหวั่น ฉะนั้นให้ทำความรู้เท่าเสียว่า นิมิตเหล่านี้เป็นของไม่จริง เป็นของหลอกจิต ย่อมตกอยู่ใน **อนิจจัง ทุกขัง อนตตา** เกิดขึ้นแล้วดับไปเป็นธรรมดา ถ้าเข้ายึดถือเอา ย่อมเป็นกิเลส คือเป็นอุปาทานอีกประเภทหนึ่งเรียกว่า **นิมิตอุปาทาน** เหตุนี้จึงควรปล่อยวางเสียให้ทำความรู้สึก อยู่ที่กายที่จิตของตน



ที่จริงนิमितเหล่านั้นมิใช่อื่น คือออกมาจากจิตของเรานั่นเอง เงามตนเองหลอกตนเอง คล้ายกับคนที่กินอาหารส่องกระจกเงา เมื่อเห็นเงาของตนเอง แต่ไม่รู้ว่าเป็นเงาของตน มีจิต โลภบ้าง อิจฉาบ้าง เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมอ้าปากจะแย่งเอา อาหารที่ตนคาบกินอยู่ย่อม หลุดไป อุดคคหนิมิตนี้ ถ้าเราไปยึดถือเอาเป็นอารมณ์แล้ว สมาธิที่ดีและปัญญาที่ดีย่อมเสื่อมไปตกไปจะนั้น เมื่อเป็นเช่นนั้น จึงควรปล่อยวางเสีย ถ้ายึดมั่นอยู่ ก็จักกลายเป็นอุปาทาน เป็นข้าศึกอีก ถ้าเห็นนิमितไม่งามที่น่าเกลียดน่ากลัว ก็จะหวาดเสียว

เหตุนี้เมื่อมีนิमितเกิดขึ้น จะเป็นอาการใดก็ตาม อย่ายึดเอา ให้ทำความเข้าใจเสียว่า เป็นของไม่เที่ยงมันคงถาวรจริงจังอะไร ล้วนแต่บริวารของ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน ทั้งนั้น อีกอย่างหนึ่ง ท่านเรียกว่า กิเลสมาร มารคือกิเลส เป็นเหตุให้ใจเราเศร้าหมอง พะวงอยู่ในสิ่งนั้นๆ ข้อสำคัญอย่ายอมเข้ามาในจิตของตน เพราะเราเจตนาจะปฏิบัติฝึกฝนจิตใจให้บริสุทธิ์เท่านั้น ไม่ต้องการอะไรหมด ให้ฟังดูกายดูจิต ให้เห็นกายและจิตของตน ทำความรู้้อยู่ จนรู้ว่าบริสุทธิ์หมดกิเลสหมดทุกข์แล้ว ถ้ารู้จริงอย่างนั้นแล้ว นั้นแหละถูก นอกนั้นอย่ายึดถือเอาเป็นอารมณ์

ปฏิภาคนิมิต คือ ให้แยกจิตออกจากนิमित แยกนิมิตออกจากจิต คือเห็นความจริงของนิมิตว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา ทั้งนั้น ถ้าแยกไม่ออก ไปมัวเมาเล่นแต่กับนิมิตเหล่านั้นแล้ว จิตก็จะเคลื่อน

ออกจากสมาธิที่ดี ถ้าจะให้รู้จิตดีแล้ว ควรยกนิมิตออกจากจิต ยกจิตออกจากนิมิต ก่อนที่จะยกออกได้นั้น ต้องพิจารณาเห็นเป็น ไตรลักษณ์ คือนิมิตต่างๆ ที่ปรากฏ เล็กบ้าง โตบ้าง แคบบ้าง กว้างบ้าง สว่างบ้าง มาใกล้บ้าง ไปไกลบ้าง เมื่อเป็นเช่นนี้ก็เรียกได้ว่าเป็นของไม่เที่ยง ให้ยกจิตออกจากนิมิตเหล่านั้นเสีย จิตจึงจะพ้นจากนิมิตที่ปรากฏ กำหนดจิตเข้ามาตั้งอยู่เฉพาะกายเฉพาะจิตตามเดิม กำลังสติดีเข้ามั้นเข้า ก็จะกลายเป็นอัปปนาสมาธิอย่างแน่นแน จนกว่าจะเกิดมีกำลังขึ้น

ต่อนั้นก็เกิดวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยลำดับ บางคนก็ปรากฏ บางคนก็ไม่ปรากฏเสียเลย ถึงมีบ้างก็น้อย เพราะเป็นของไม่เที่ยง บางคนก็มาก ถ้าสมถะแก่ยอมปรากฏมาก ถ้าวิปัสสนาแก่ยอมไม่ปรากฏ ถึงอย่างไรก็ตามข้อสำคัญนั้นก็คือ ความรู้กายรู้จิตของตนนั้นแหละถูก รู้จรรู้ว่าจิตของเราพ้นจากกองกิเลสแล้วยิ่งดี แม้จะไม่ปรากฏนิมิตก็ตาม ย่อมมีอันสงบอยู่ตนเอง ถ้าจิตเราสงบลงเป็นขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิบ้าง ก็แต่สมถะอย่างต่ำ พอเป็นบาทของวิปัสสนาญาณ สมาธิอย่างสูงคือ อัปปนาสมาธิๆ จะเกิดขึ้นได้ก็อาศัยอุปจารสมาธินี้ก่อน

อุปจารสมาธิ คือ จิตสงบลงเฉียดๆ ไม่นานเกิดขึ้นก่อน ถ้ามีสติสัมปชัญญะ ความรู้ตัวเกิดขึ้นจึงจะเป็นฌาน ฌานนั้นหมายเอาจิตฟังอารมณ์ มีรูป เป็นต้น ส่วนฌานนั้น ถ้าเราต้องการให้

เกิดแล้วไม่มีเสื่อม จะต้องทำให้ชำนาญ วิธีทำ ให้นึกเอาวัตถุอันใดอันหนึ่ง เป็นต้นว่าลมหายใจ แล้วอย่าส่งจิตไปนึกถึงวัตถุอื่น หัดเพ่งอยู่ในวัตถุอันเดียว แล้วจึงประกอบขึ้น คือ **วิตก** ได้แก่การตรึกในวัตถุที่ตั้งขึ้นแล้วนั้น **วิจารณ์** ได้แก่การตรองหรือขยายในวัตถุอันนั้น จนเกิดความเข้าใจในวัตถุอันนั้น เป็นต้นว่า เห็นรูปอันนี้เป็นอสุภ ไม่สะอาดบ้าง ธรรมชาติบ้าง ต่อไปจิตก็เบา กายก็เบา ใจก็อึมเิบ กายอึมเิบ เรียกว่า **ปีติ** กายไม่ทุกข์เวทนา ใจไม่ได้เสวยเวทนา ใจไม่ได้เสวยเวทนาอันเป็นทุกข์ จึงเรียกว่าสุข นี้เรียกว่า **ปฐมฌาน** มีองค์ ๕ คือ เอกัคคตา วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข

เมื่อเราจะทำ ให้เอาเอกัคคตารมณขึ้นก่อน คือให้เพ่งจิตให้อยู่ในรูปอันเดียว เป็นต้นว่าลมหายใจ แล้วค่อยขยายตัวออก ที่เรียกว่า **วิตก** คือให้ตรึกนึกในรูปนั้น จนเห็นรูปนั้นกระจางขึ้น ที่เรียกว่า **วิจารณ์** ส่วนปีติ และสุขไม่ต้องทำ เกิดขึ้นเอง เอกัคคตา วิตก วิจารณ์ เป็นเหตุ ปีติ สุข เป็นผลจึงสำเร็จเป็นปฐมฌาน จนชำนาญเข้า การเพ่งเล็งก็แก่กล้าขึ้นตามลำดับ จนการตรึกในอารมณ์นั้นๆ ก็หายไป การตรองก็หาย เพราะมีความเข้าใจบ้างแล้ว คือจิตเพ่งอยู่ในรูปนั้นๆ ก็ปรากฏแต่ปีติ ความเิบอึมเิบกายและใจ สุขความเย็นใจ เพ่งตามเข้าไปให้ชำนาญ อย่าถอนจิตออกจากอารมณ์ ให้เพ่งอยู่จนมันคง ถ้าจิตมันเข้า ก็กลายเป็น **ทุติยฌาน** คือคงเหลือแต่ ปีติ สุข เอกัคคตา แล้วรู้อยู่ที่ปีติ อันปรากฏในกายอันหยาบ เมื่อจิตมันเข้าๆ จนหลุดออกจากอาการของปีติ จะเหลืออยู่แต่สุข

กับเอกัคคตา คือจิตเข้าสู่ **ตติยฌาน** แล้วเพ่งจิตให้มันอยู่ในอารมณ์อันนั้น อย่าถอนจิตออกจากอารมณ์เดิม เพ่งอยู่ในวัตถุนั้นๆ จนจิตเป็นอัปนาฌาน เพ่งแน่วแน่มิหวั่นไหว

ต่อนั้นจิตย่อมรู้สว่างไสวขึ้น เป็นเหตุให้ปล่อยวางในรูปอันหยาบที่ปรากฏ ปรากฏรูปอันละเอียดเพ่งอยู่ที่รูปอันนั้น ที่เรียกว่า เอกัคคตารมณอันเดียว ความวางเฉยต่ออารมณ์ภายนอกย่อมมีคงเหลืออยู่แต่อุpekขากับเอกัคคตารมณ ๒ อย่างดังนี้ เรียกว่า **จตุตถฌาน** จนชำนาญคล่องแคล่วกล้าหาญ เป็นสมาธิพลัง ต่อนี้ย่อมเกิดวิชา วิปัสสนาญาณอย่างแรงกล้า สามารถที่จะบรรลุนิยามรรคอรินผลขึ้น เหตุนี้จึงให้ยับยั้งจิตไว้ให้นานๆ เสียก่อน มิฉะนั้นจะเลยเข้าไปสู่อรูปฌานๆ นั้น ดังนี้คือ ถ้าจะเข้าไปสู่อรูปฌานก็ให้เพ่งอยู่ที่ว่างๆ นั้น เมื่อทำความเพ่งอยู่อย่างนี้ เรียกว่า อรูปฌาน ที่หนึ่ง เรียกว่า **อากาศานญจายตนฌาน** คือมีความรู้สึกว่างๆ ทางกายตน มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โสภโธง ไม่ปรากฏรูปเป็นนิमितเลย ถ้าผู้มีปัญญอ่อน อาจจะไม่เข้าใจว่าตนถึงพระนิพพาน แต่ที่จริงเป็นอรูปฌานส่วนหนึ่ง

เมื่อรู้เห็นแล้วให้เพ่งอรูปฌานที่สองต่อไปอีก เมื่อจะเพ่งต่อให้ปล่อยวางความว่างนั้นเสีย ให้ทำความรู้สึกอยู่ในอารมณ์นั้นๆ แต่รู้มันจะว่าดีมีปัญญาก็ไม่ใช่ จะว่ารู้ชั่วเป็นอกุศลก็ไม่ใช่ ได้แต่เพ่งอยู่แต่รู้เท่านั้น ชั้นนี้ เรียกว่า **วิญญาณญจายตนฌาน** คือรู้



ไม่มีอาการ บางทีถ้าไม่มีปัญญาอาจเข้าใจว่านิพพาน แต่ที่จริงก็
 อรูปฌานส่วนหนึ่ง เมื่อรู้เช่นนี้ฟังให้ละเอียดเข้าจนเห็นว่าจิตของ
 เรานี้ไม่มีอะไรเลย เป็นของว่างเปล่าอยู่เฉยๆ ไม่เห็นมีอะไรปรากฏ
 แล้วให้กำหนดรู้ในอารมณ์นั้นจนชำนาญ ก็เป็นอรูปฌานที่สาม มี
 สุขอันละเอียดแต่ไม่ใช่นิพพานเป็น*อากิญจัญญายตนฌาน*ส่วนหนึ่ง
 ต่างหาก แล้วให้อยู่ที่รู้เห็นที่มีอยู่นั้น จนอารมณ์อันละเอียดนี้
 เปลี่ยนไป ถ้าไม่ถอนจิต ฟังอยู่แต่เฉพาะอารมณ์ อารมณ์ที่ว่า
 อะไรๆ ไม่มี แล้วกำหนดจิตดวงนั้นให้มันเข้า ทำความฟังอยู่จน
 เหลือแต่รู้อันเดียว แต่รู้อันนี้จะว่ารู้ก็ไม่ใช่จะว่าไม่รู้ก็ไม่ใช่ จะว่า
 มีสัญญาจำได้ก็ไม่ใช่ จะว่าไม่มีสัญญาจำได้ก็ไม่ใช่ ยังตัดสิน
 ความจริงในอารมณ์นั้นๆ ยังไม่ได้ เพราะจิตตอนนี้การฟังพิจารณา
 อ่อนลง เพราะความสุขอันประณีตบังเกิดแล้ว ก็มีได้ฟังหา
 เหตุและปัจจัยกำหนดไม่ได้จึงตกอยู่ใน *อรูปฌาน ๔* ที่เรียกว่า
เนวสญญานาสญญายตนฌาน จะว่าหมดความจำได้หมายรู้ก็ไม่ใช่
 จะว่ามีสัญญาจำได้หมายรู้เหลืออยู่ก็ไม่ใช่ ฉะนั้นเมื่อจิต
 เปลี่ยนแปลงโดยความรู้ก็ตาม โดยความเห็นก็ตามคอยฟังตามอยู่
 ทำความรู้นี้ให้รอบคอบอยู่ในอารมณ์นั้นๆ เสีย ไม่ให้ติดสุขอัน
 ละเอียด นี่ก็เป็นเหตุให้ปล่อยวางสังขารธรรมทั้งปวงได้ อรูปฌาน
 ๔ นี้มีชื่ออื่น ได้แก่จิตตติตตอยู่ที่นาม ๔ อย่างนั่นเอง คือ ติดสุข
 เวทนาหนึ่ง สุขนั้นหา นิมิตเครื่องหมายมิได้ เป็นของว่างเปล่าเป็น
 แต่รู้สึกอยู่ นี้อรูปฌานที่ ๑ อรูปฌานที่ ๒ นั่นคือ จิตตติตตอยู่ใน
 วิญญาณฟังความรู้เป็นอารมณ์ ความรู้นั้นก็เป็นของว่างๆ เปล่าๆ



มีแต่ความรู้ที่เกิดติดต่อกันไปไม่มีที่สิ้นสุดยุติลงได้ นี้เรียกว่า
วิญญาณญายตนฌาน คือ ติดอยู่ที่วิญญาณชั้นที่ ๓ นั้น
 คือติดอยู่ในสังขารที่เกิดขึ้นดับไป ไม่มีอะไรๆ ทั้งหมดปรากฏ
 เป็นนิมิตเป็นแต่คิดๆ นึกๆ อยู่ในอารมณ์นั้น นี้เรียกว่า *อากิญจ*
ญายตนฌาน คือติดอยู่ในสังขารชั้นที่ ๔ นั้น จิตตติ
 ตตอยู่ในสัญญาความจำเป็นต้นว่าสิ่งผ่านมานั้นหรือเป็นอยู่นี้จะว่า
 ความรู้จำได้ก็ไม่ใช่ จะว่าไม่มีความรู้จำได้ก็ไม่ใช่ ฉะนั้น จึงตกอยู่ใน
เนวสญญานาสญญายตนฌาน

อรูปฌานทั้ง ๔ นี้ มีสุขเวทนาเป็นภาคพื้น ติดต่อเนื่องกัน
 มาแต่อรูปฌาน ที่ ๑ มีสุขอันละเอียดสุขุมที่สุด แต่มีความรู้ความ
 เห็นยังไม่แท้ ยังไม่จริง ยังปล่อยวางความรู้ความเห็นไม่ได้ คือใช้
 แต่ความฟังไปเสมอๆ มิได้ตรึกตรองหาเหตุและปัจจัย จิตตอนนี้
 ย่อมขาดความตรึกตรองอยู่นั่นเอง เพราะสุขสบายละเอียดมากหา
 ประมาธมิได้ ฉะนั้นผู้หวังพ้นทุกข์จงฟังพิจารณาฟังเข้าไปแล้ว
 ให้ฟังกลับออก ไปๆ มาๆ อยู่จนชำนาญคล่องแคล่ว แล้วให้ตรวจ
 หาเหตุและปัจจัยจนเกิดความรู้ขึ้นว่า นี่คือจิตตติตตอยู่ในสัญญาชั้น
 คือความจำได้หมายรู้ นี่จิตตติตตอยู่ในสังขารชั้นที่ปรุงแต่งความคิด
 นี่จิตตติตตอยู่ในวิญญาณชั้นที่ ความรู้ย่อมเป็นเหตุเป็นปัจจัยแห่ง
 นามรูป นามรูปทั้ง ๒ นี้ย่อมครอบงำกันอยู่เป็นธรรมดา เมื่อ
 เข้าใจเช่นนี้แล้วให้ฟังรูปเป็นอารมณ์ ตรึกตรองไปมาให้ละเอียดเข้า
 จนจิตตั้งมั่นเป็น*เอกัคคตารมณ์* ทำจิตให้เป็นอารมณ์หนึ่ง จะเป็น



กามารมณ์ก็ตาม รูปารมณ์ก็ตามเป็น อรูปารมณ์ก็ตาม ให้เพ่ง
ถอยไปถอยมา ถอยเข้าถอยออก กำหนดจิตให้มันอยู่นิ่งแล้วเพ่ง
พิจารณาอารมณ์นั้นๆ จนรู้ความเกิดและความดับของเขา แต่เรา
อย่าสำคัญว่าเป็นผู้เกิดผู้ดับ ทำจิตเป็นกลางวางเฉยอยู่ เป็นเหตุ
ให้รู้ความจริง ดังนี้

รูปฌาน ๔ และอรูปฌาน ๔ นี้ รวมลงมีอาการทำโดยย่อ ๒
อย่าง คือ **เพ่งรูปทั้ง ๔** อันใดอันหนึ่งเป็นอารมณ์เรียกว่า **รูปฌาน**
อารมณ์อันเดียวนั้น เป็นไปได้ถึง**จตุตถฌาน** คือต่างกันแต่อาการ
ที่เพ่งเท่านั้น ส่วนอรูปฌานนั้นก็เกิดมาจากรูปฌานนั่นเอง คือสุข
กายเป็นที่ตั้งแห่งอารมณ์ นี้เพ่งสุขเป็นอารมณ์เดียวเป็นไปได้ถึง
เนวสญญานาสญญายตนฌานเหมือนกัน ต่างกันแต่อาการ คือ
ความรู้ความเป็นอยู่เท่านั้น รวมลงเป็นภาษาไทยเราก็คือ เพ่งกาย
หนึ่ง เพ่งจิตหนึ่งเท่านั้น รูปฌานเปรียบเสมือนผลมะม่วง อรูปฌาน
เสมือนรสมะม่วงฉะนั้น เพราะว่าผลมะม่วงเป็นรูป รสมะม่วงเป็น
นาม เพราะไม่มีใครเห็นได้ว่า รสนั้นปรากฏเป็นรูปร่างสัณฐาน
อย่างไรไม่รู้ได้ เพราะเป็นของละเอียด นี้และถ้าใครไม่เข้าใจและ
ไม่ได้ปฏิบัติตามในขั้นสมาธินี้ ก็เป็นเหตุให้สำคัญผิด บางทีถึงกับ
เห็นว่าตายสูญ ความเห็นเช่นนี้ก็คือเป็นผู้มืดอยู่ จนมองหาตัวไม่พบ
ที่ตนมองหาไม่พบไม่เห็นแล้ว ย่อมตัดสินว่าตายสูญดังนี้

ความเห็นเช่นนั้นเป็นความเห็นที่มีผิด เหมือนกับนักค้นสมัยนี้



ได้ค้นกันจนเห็นความจริงเช่น ไฟเวลาดับแล้ว คนที่โง่งมเห็นว่า
ไฟสูญ นักค้นเขาว่าไฟไม่สูญ บางทีอาจนำมาใช้อีกได้โดยไม่ต้อง
ใช้ไฟได้อย่างเราธรรมดานี้แหละฉันใด กาย ใจมนุษย์เราตายแล้วก็
ไม่สูญ จะมีส่วนหยาบๆ ให้เห็นเช่นคนตายแล้ว ต่างคนก็จะเห็น
ว่ากายของคนนั้นหายไปหมด แต่ความจริงของธาตุยังเหลืออยู่
คือธาตุดินก็เป็นดินตามเดิม ธาตุน้ำก็เป็นน้ำตามเดิม ธาตุไฟก็
เป็นไฟตามเดิม ธาตุลมก็เป็นลมตามเดิม แต่ส่วนอาการหายไป เช่น
ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อที่สมมุติกันหายไป แต่สภาพของธาตุ
เดิมเขาไม่หายสูญ คงเป็นอยู่เช่นนั้น ถ้าคนที่หลงสมมุติจะตกใจ
ที่เดียวในการตาย ถ้าใครเห็นความจริงแล้ว ย่อมไปไม่แปลกคือ
สักแต่ว่าเปลี่ยนอาการของรูปต่างหาก ที่เราตกใจกันก็เพราะยึด
กายนี้ว่าเป็นของเรา เหตุนี้เองเมื่อตายก็เห็นว่ากายสูญ ยิ่งเกิด
ความตกใจมาก เพราะไม่รู้ความจริงของรูปกาย เมื่อไม่รู้ความ
จริงของรูปกายนี้แล้ว กลายเห็นผิด เป็น**มิจฉาทิฎฐิ** ว่าตายสูญ ถ้า
ตายสูญแล้ว นรก สวรรค์ มาร พรหม นิพพานไม่มี

ถ้าจริงเช่นนั้น พระพุทธเจ้าก็จักเป็นคนโง่งมยิ่งกว่าเรา เพราะ
สุขในปัจจุบันชาติ เดียวนี้ใครๆ ก็แสวงหาได้ทุกคน จนที่สุตสัตว์
ดิรัจฉานก็ยังรู้จักหากินได้ พระพุทธเจ้าจะต้องมาสอนใช้ความ
เพียรถึงกับสละชีวิตจิตใจทำไม คนที่เห็นว่าตายสูญ ที่เกิดมาแล้ว
ถูกอาชีพชักจูงให้ทำมาหากินอยู่ตามดินฟ้าอากาศ เปรียบเหมือน
บุคคลที่ตาบอดตาใสมาแต่กำเนิด เมื่อเติบโตขึ้นแล้วถูกพ่อแม่



เพื่อนมิตรจึงมือเข้าไปในถ้ำ ย่อมไม่รู้ตัวเลยว่า นอกถ้ำหรือในถ้ำ เพราะแลไม่เห็น ถ้ำตนแลไม่เห็น ก็นึกว่าที่ไหนก็คงมีแต่มืดทั้งนั้น ถึงเขาเล่าให้ฟังว่านอกถ้ำสว่าง ในถ้ำมืดก็ไม่เชื่อ เพราะความมืดของตนนี้ฉันทัด ความเห็นที่ว่า กาย ใจ นรก สวรรค์ มาร พรหม นิพพาน ไม่มี ตายแล้วสูญ เช่นนี้เป็นความมืดของตนต่างหาก วิชาของตนเรียนไม่ถึงความเกิดความตาย แล้วย่อมเห็นว่าตายสูญ นรก สวรรค์ มาร พรหม นิพพานไม่มี เห็นเขาเล่ากัน พรรณนาถึงการปฏิบัติศีล สมาธิ ฌาน ปัญญา เพื่อแก้ภพแก้ชาติที่เราเห็นว่าสูญ ก็นึกกระหึ่มอยู่ในใจว่าพวกนี้เองที่หลง แต่ที่จริงตนหลงไม่รู้ตัว ผู้ที่เห็นว่าตายแล้วจะต้องเกิดอีกนั้น อาศัยมีกิเลสตัณหาวิชา ยังพัวพันหัวใจอยู่ จะต้องเกิดเรื่อยไป ผู้ที่แลไม่เห็นแล้วย่อมว่าสูญหมด

พระพุทธเจ้าของเราเป็นผู้ปราชญ์ ท่านเป็นผู้ฉลาดประกอบ ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา และเห็นได้ว่าไม่สูญ เหมือนกับนายช่างทอง ผู้ฉลาด แลเห็นน้ำแร่ไหลออกจากภูเขา ย่อมพูดได้ว่าที่น้ำไหลมี ก้อนทอง แลนำมาบอก ชาวนาเข้าไปดู เขาย่อมไม่รู้แร่ทอง มอง เห็นแต่น้ำไหลๆ ออกจากหินก็คิดว่าคนนั้นโกหก คนนั้นเห็นจะเป็นคนเสียสติ เห็นน้ำไหลเป็นแร่ทองไปได้ดังนี้ แต่ที่จริงตนไม่มี วิชาต่างหาก ถ้ามานึกถึงคนสมัยทุกวันนี้ ยิ่งแลเห็นได้ง่าย คนที่ เห็นว่าตายแล้วยังมีวิชาอยู่ตราบไต่ย่อมเกิดขึ้น นี่เหมือนนายช่างทองผู้มีความรู้ คนที่เห็นว่าตายสูญเหมือนชาวนา จะหาวิชา

ความรู้ในการสังเกตแร่ทองมิได้

ผู้ที่รู้กระจ่างในความเกิดและความตายนี้ จะต้องเรียน จิตวิทยา คือความรู้ในทางจิตเป็นจิตตวิชา ความรู้ในทางจิตที่เรียกว่า วิตก วิจาร์ ปิติ สุข เอกัคคตา เป็นปฐมวิชา ชั้นที่ ๑ ในทาง พระพุทธศาสนา เฟ่งเข้าไปจนเหลืออยู่แต่ ปิติ สุข เอกัคคตา เป็น ทุตยวิชา ความรู้ในชั้นที่ ๒ เฟ่งเข้าไปจนเหลืออยู่แต่ สุขกับ เอกัคคตา เป็น ตติยวิชา ความรู้ชั้นที่ ๓ เฟ่งเข้าไปจนเหลืออยู่แต่ เอกัคคตา กับอุpekขาเป็น จตุตถวิชา ชั้นที่ ๔ เมื่อจบแล้วหมดวิชาใน โรงเรียนนั้นๆ คือ ความรู้ในรูปกาย รู้ได้ว่าเป็น ธาตุ เป็น อสุภ เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตฺตา เมื่อรู้ต่อนี้แล้วบางคนก็ไม่เรียนต่อ ย่อมแสวงหาทำไปในทางผิด ตัวอย่างเช่นแสดงตนเป็นผู้มีฤทธิ์บ้าง เป็นไปในทางโหราศาสตร์บ้าง เป็นไปในทางเวทมนต์กลคาถาอาคม ใช้เป็นวิชาหากินไปตามความหลง

ถ้าผู้มีทรัพย์ คือความเชื่อต่อมรรคผลนิพพานแล้ว เรียนต่อไปในสถานทีอื่น คือ อรูปฌาน ๔ ใช้วิธีเฟ่งจิตเลย เป็นต้นว่า เวลานี้จิตเราคิดอะไร ดีหรือชั่ว มีสติสัมปชัญญะรู้ตัว คิดว่าชั่ว ตามเฟ่งแก้ไขจนดับ เหลือแต่ความคิดที่ดี เมื่อเกิดความคิดที่ดีก็มีสุข เมื่อใจมีสุขให้เฟ่งสุขอันนั้น อย่าถอนจิต ถึงจะคิดก็คิดในสุขนั้นๆ เฟ่งเข้าจนชำนาญในการเฟ่งสุข ถอนออกแล้วจะทำอีกก็ได้ สุขนี้แหละเป็นสมุฏฐานของอรูปฌานทั้ง ๔ เปลี่ยนแต่ความเห็นต่างหาก

สุขอันเดียวนี้เมื่อใครฟังเป็นอารมณ์ให้มันหรือนานเข้า เป็นอรูปรูปร่าง
 ที่ ๑ ที่ ๒ ที่ ๓ ที่ ๔ จนจบชั้น ต่อนั้นให้กลับมาตรวจวิชาที่
 เรียนครั้งแรกอีก กลับไปกลับมา จนเป็นอุปปรมาณแน่นอนอยู่

รูปรูปร่างที่ได้แล้วเปรียบเหมือนข้าราชการที่รับบำเหน็จ
 บำนาญของรัฐบาลเมื่อตนพ้นมาแล้ว บางคนก็นอนกินบำนาญอยู่
 ไม่ใช้วิชานั้นๆ ให้เป็นประโยชน์แก่ตนอีก ปลีกตัวเสีย เปรียบ
 เสมือนคนที่ได้รับรูปรูปร่าง อรุปรูปร่างแล้ว ไม่ทำประโยชน์ในโลกุต
 ตระต่อไป ที่จะทำนั้น ให้ฟังตรวจดูความรู้เดิมในทางรูปกายและ
 จิต จนเกิดวิปัสสนาญาณ ที่เรียกว่า ปรัชญา คือความรู้ชั้นสูงต่อไป
 อันเป็นบันไดที่จะให้สำเร็จในโลกุตตระ

อาศัยอุปปรมาณฟังจิตแน่นอนลงเป็นรูปรูปร่างที่ ๑ ถ้าผู้มี
 ปัญญามาก เมื่อจิตเป็นสมาธิจิตน้อยกำหนดนามเลย คือ ฟัง
 จิตพิจารณาอารมณ์จนแจ้งชัด เห็นความจริงของนามรูปแล้ว จิต
 ที่ยึดอยู่ในนามรูปดับ ในระหว่างดับจากสภาพเดิมนั้นเรียกว่า
 โคตรภูจิต เกิดขึ้น เมื่อจิตมีความรู้ได้ว่า จิตโลกียะเป็นอย่างไรๆ
 จิตโลกุตตระเป็นอย่างไรๆ รู้เช่นนี้เรียกว่า โคตรภูญาณ คือรู้เรื่อง
 ของพระนิพพาน ตอนนี้อย่างนี้สำหรับผู้แก้ไขการฟังจิตเจริญวิปัสสนา
 เป็นส่วนมาก ย่อมได้สำเร็จเป็นปัญญาวิมุตติจำพวกหนึ่ง ส่วน
 วิชาทางโลกียะอ่อน คือวิชาสามก็ไม่ได้ครบ วิชาแปดก็ไม่ได้ครบ
 ปฏิสัมภิทาสี่ก็ไม่ได้ครบ แต่ที่จุดสำคัญก็คือ *อัสวัคชญาณ* อย่างเดียว

เป็นสำคัญ นี้สำหรับผู้ฟังจิตฟังรูปน้อย ไม่ชำนาญ

ส่วนพวกหนึ่งแก้กล้าสมณะคือเจริญรูปรูปร่างเป็นลำดับ ไม่
 รีบด่วน ทวนไปๆ มาๆ จนชำนาญในรูปรูปร่างและอรูปรูปร่าง แล้ว
 กลับมาตั้งจิตในจิตตฤตถิณให้แก้กล้า คือฟังรูปเป็นนิมิตที่เรียกว่า
อุคคหนิมิต เมื่อฟังไปตามอาการของรูปรูปร่าง เมื่อปรากฏขึ้นแล้ว
 ขยายเข้าขยายออกได้ เรียกว่า *ปฏิภาคนิมิต* จนจิตแน่นอน มีสติ
 สัมผัสปัญญา ระลึกได้รู้ตัว ฟังอยู่จนจิตวางเฉย เทียงอยู่กับ
 อารมณ์เดียว ไม่เกี่ยวเกาะด้วยอารมณ์ภายนอก จนจำได้หมายรู้
 ว่า จิตในรูปรูปร่างกับอรูปรูปร่าง มีอาการแปลกกันอย่างไร ต่อนั้น
 จะรู้ขึ้นได้ว่ารูปรูปร่างที่ ๔ นี้เป็นสำคัญ ทำจิตให้มีกำลังโดยอาการ
 ต่างๆ ต่อนั้นให้ทำความฟังเสียงอยู่ที่ *จิตตฤตถิณ* คือฟังเฉยอยู่
 ทำจิตให้เที่ยงเป็น *เอกัคคตารมณ์* ให้ฟังจิตในที่อันเดียวเป็นสติ
 ปัญญา เป็นกายานุปัสสนาสติอันละเอียด คือ ฟังภายในกาย เมื่อ
 ความฟังมาก ความสว่างย่อมปรากฏ จิตตอนนี้จะเกิดวิชาน่า
 อัศจรรย์ต่างๆ ในทางโลกียะและโลกุตตระ ตามสมควรแก่กำลัง
 ฌานประการหนึ่ง

วิชาในทางฌานนี้ เป็นวิชาแก้ความทุกข์ของตนหายได้
 แต่คนเรามีได้คิดแสวงหาเลย มัวหาแต่วิชาความรู้ที่จะผูกมัดตัวเอง
 ให้ข้องอยู่ในทุกข์เรื่อยไป ฉะนั้นเมื่อใครๆ ต้องการสุขใสสะอาด
 จงทำจิตของตนให้เกิดสมาธิฌาน อันเป็นสมบัติของพระอริยเจ้า



รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔ รวมเรียกว่า สมาบัติ ๘ รวมลงเป็น ๒ อย่างคือ โลกียฌาน ๑ โลกุตตรฌาน ๑ โลกียฌานนั้นได้แก่ผู้ได้ฌานแล้ว สำคัญว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นเรา สำคัญว่าเราเป็นสิ่งนั้นๆ ยึดมั่นถือมั่น ไม่ทำความรู้ปล่อยวางตามสภาพความจริงนั้นเสีย ก็ตกอยู่ในลักกายทิฏฐิ ความเห็นเป็นเหตุให้ถือว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นของๆ เราหรือเป็นเรา ก็กลายเป็นสัสสปัตปราคาส คือเห็นว่าฌานนี้ศักดิ์สิทธิ์วิเศษนัก เราจะอธิษฐานให้เป็นอย่างไรก็สำเร็จได้ และยอมเป็นจริงด้วย ฉะนั้นถ้าเข้ายึดมั่น จึงตกอยู่ในสัสสปัตปราคาส และความสงสัยในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ก็ไม่แจ่มแจ้ง เพราะเป็นได้เพียงเท่านั้น ก็ไปมัวเมาหลงอยู่ในสิ่งนั้นๆ ฉะนั้นใครถึงแล้ว ทำได้แล้ว แต่มิได้ละสังโยชน์ ๓ ก่อน ก็ตกอยู่ในโลกียฌาน ทั้งนั้น โลกียฌานนี้เสื่อมง่ายที่สุด อะไรมากระทบ ไม่ได้เลยคอยจะเสื่อม บางทีนั่งทำได้ ลุกมาเดินเท่านั้น ก็เสื่อมรูป เสี่ยง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณฺ์ภายนอกมากกระทบกาย ก็เสื่อม เว้นแต่ผู้ชำนาญจริงๆ

ส่วนโลกุตตรฌานนั้น เมื่อทำรูปฌานและอรูปฌานได้แล้ว มาเพ่งพิจารณาจนชำนาญ แล้วเจริญวิปัสสนาต่อ รู้แจ้งเห็นจริงในโลกียะว่าอามณฺ์ทั้ง ๒ นี้ ล้วนแต่เป็น อนิจจัง ไม่เที่ยง ทุกขํ เป็นทุกข์ อนตฺตา มิใช่ตัวตนเราเขาอะไร เมื่อมีความรู้เกิดขึ้นแล้วยอมปล่อยวางอามณฺ์นั้นๆได้ เมื่อจิตขาดจากรูปฌานและอรูปฌานก็เข้าโลกุตตระคือเข้ากระแสพระนิพพานได้แล้ว ตัดสังโยชน์ทั้ง ๓

ขาด คือ ลักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สัสสปัตปราคาส เป็นเทียงต่อพระนิพพาน ถ้าใครได้แล้วละสังโยชน์ได้ เรียกว่า **โลกุตตรฌาน** คือสมามธิ ปัญญา ก็กลายเป็นโลกุตตระทั้งหมด เมื่อชำนาญในฌานทั้ง ๒ นี้แล้ว ย่อมเกิดวิชาต่างๆ ในทางพุทธศาสนา เป็นโลกียวิชา และโลกุตตรวิชาบ้าง แปลกจากวิชาของโลกธรรมดา คือจะต้องเกิดขึ้นโดยลำดับแห่งฌานของตน เป็นต้นว่า วิชา ๓ วิชา ๘ ปฏิสัมภิทา ๔ ตามสมควรแก่กำลังฌานของตน



ลักษณะเป็นอย่างไร มีความเป็นอยู่อย่างไร บริโภคอะไร ย่อมตามกำหนดได้ จนเติบโตมา ๑ ปี ๒ ปี ๓ ปี ๔ ปี ๕ ปี จนถึงปัจจุบัน ย่อมกำหนดรู้ความจริงของรูปได้ต่อไป จนอนาคตกาลก็รู้ได้มา รูปนี้ถ้าอยู่ ๓๐ ปี ๔๐ ปี ๕๐ ปี จนแตกดับ รูปจะต้องเปลี่ยนอย่างนั้นๆ ย่อมกำหนดได้ตลอด ถ้าความรู้ตอนนี้แก่กล้าเป็นมหาสติได้จริง ในอดีตกาลล่วงแล้วนับแต่ ๑ ซาติ ๑๐ ซาติ ๑๐๐ ซาติ ๑๐๐๐ ซาติ ย่อมระลึกได้สุดแท้แต่กำลังญาณแห่งตน อาการของนามที่สิ่งอยู่ในรูป ก็รู้ได้เหมือนกันกับรูป

อธิบายญาณที่ ๒

หมายเอาความรู้ในปฏิสนธิวิญญานที่เกิดขึ้นๆ ดับๆ คือ กำหนดรู้ความเคลื่อนไหวของจิตที่เป็นปัจจุบันของตอนนี้จนชำนาญ บางที่เกิดเป็นจิตอธิบาย บางที่เกิดเป็นจิตมนุษย์ บางที่เกิดเป็นจิตสวรรค์ เป็นพรหมโดยอาการต่างๆ จิตหายบๆ และละเอียด ย่อมกำหนดรู้ได้ในเรื่องของตนที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนี้ก่อน ถ้ากำลังญาณแก่กล้าเข้า ก็กำหนดรู้ได้ในสัตวิโลกที่เกิดอยู่ตายอยู่ที่นี่ จะไปทางดีหรือชั่วประการใด ย่อมกำหนดรู้ได้ด้วยตาทิพย์ภายในใจ มีใช้ตาหน้ที่เราใช้อยู่

อธิบายญาณที่ ๓

หมายเอาความรู้ในอริยสังขารทั้ง ๔ กำหนดรู้ในทุกข์ได้ว่า มาจากต้นเหตุ กำหนดรู้ได้ในเรื่องที่ตั้งต้นเหตุ คือรู้จักมรรคแล้ว เจริญมรรค จนเกิดนิโรธขึ้นเห็นแจ้งในทุกขสังขัจจ์ สมุทยสังขัจจ์ นิโรธสังขัจจ์ มรรคสังขัจจ์กำจัดกิเลส และตั้งหนามานะทีปฏิตามสมควรแก่กำลังปัญญาของตน อาสวกขยญาณนี้ได้แก่ ตัวยวิปัสสนาญาณ

วิชา ๘

- | | |
|-------------------------|--|
| ๑. วิปัสสนาญาณ | ความรู้แจ้งชัดในธาตุชั้น
อายตนะ |
| ๒. มโนมยิทธิ | ทำฤทธิ์ในทางใจได้ |
| ๓. อิทธิวิธี | แสดงฤทธิ์ได้ |
| ๔. ทิพพโสต | ได้หูทิพย์ ฟังศัพท์สำเนียง
ไกลใกล้ได้ |
| ๕. เจโตปริยญาณ | รู้จักกำหนดใจของคนอื่นได้ |
| ๖. ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ | ระลึกชาติได้ |
| ๗. ทิพพจกฺขุ | ได้ตาทิพย์และเห็นอะไร
โดยไม่ต้องใช้สัมผัสตา
เหมือนคนธรรมดา |
| ๘. อาสวกุชยญาณ | รู้จักทำอาสวะให้สิ้นได้ |

อธิบายวิปัสสนาญาณที่ ๑

นั้นหมายถึงเอาความรู้แจ้งชัดในธาตุทั้ง ๖ คือมหาภูตรูป ๔ อากาศธาตุ ๑ วิญญาณธาตุ ๑ ย่อมกำหนดรู้ความจริงของธาตุนั้นๆ เป็นต้นว่า เห็นเป็นสามัญลักษณะเสมอกันหมด ปรากฏเป็นไตรลักษณ์ญาณ คือ อนิจจตา ความไม่เที่ยง ทุกขตา ความเป็นทุกข์ อนตตตา มิใช่ตัวตนเราเขา เห็นเป็นสังขตธาตุคลุมกันอยู่ กำหนดรู้ด้วยวิปัสสนาปัญญา กำหนดรู้ด้วยญาณ ๓ คือ *อดีตญาณ* รู้กาลที่ล่วงแล้วของธาตุนั้นๆ หนึ่ง *อนาคตังสญาณ* รู้กาลข้างหน้าของธาตุนั้นๆ หนึ่ง *ปัจจุบันญาณ* รู้ปัจจุบันที่ปรากฏอยู่เฉพาะหน้า กำหนดรู้ได้แล้วชัด จึงจัดว่าวิปัสสนาญาณรู้ชั้นคือ ธาตุ ๖ นั้น ย่นลงเสมอ ๕ อย่างคือ รูปกองหนึ่ง เวหนากองหนึ่ง สัญญา กองหนึ่ง สังขารกองหนึ่ง วิญญาณกองหนึ่ง เรียกว่าชั้น ๕ ชั้น ย่นลงเสมอ ๒ อย่าง คือ นาม ๑ รูป ๑ แล้วขยายออกเป็นอาการ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ที่เรียกว่า อายตนะ ความรู้แจ้งชัดในกองธาตุชั้น อายตนะเหล่านี้ จึงจัดเป็นวิชาข้อหนึ่งโดยย่อ

มโนมยิทธิ

แสดงฤทธิ์ในทางใจได้นั้น ได้แก่การทำกายตนและกายอื่น ให้ปรากฏแก่คนอื่นได้ จะโน้มมือไปทางใด ย่อมสำเร็จเป็นความจริงได้ โดยไม่ต้องเคลื่อนไหวกายเลย วิชาอันนี้อาศัย



การประกอบธาตุ ๔ ขึ้นเป็นสมุฏฐานแล้วอาศัยการเพ่งของฌาน
อธิษฐานจิตอย่างไรก็เป็นไปได้

อิทธิวิ

แสดงฤทธิ์ได้ต่างๆ นั้น เช่น คนมากมาย ทำให้มนุษย์แลเห็น
แต่น้อย คนน้อยทำให้เป็นคนมากก็ได้ หรือจะเดินผ่านไปในที่ต่างๆ
เช่น เดินไฟ เดินน้ำ เดินไปในที่แจ้ง ทำให้กายเล็กก็ได้ ให้โตก็ได้
จนสูงต่ำดำขาว เฒ่าแก่ชราหรือหนุ่ม สุดแท้แต่ตนจะประสงค์
และบันดาลดินฟ้าอากาศให้เกิดฝน เกิดลม เกิดไฟ แผ่นดินไหว
ต่างๆ ก็เป็นไปได้อย่างง่ายดาย

ทิพพิไสต

หูทิพย์นั้นคือ ฟังศัพท์เสียงลำเนียงไกลใกล้ จะเป็นเสียง
มนุษย์หรือเทวดาได้ สุดแท้แต่ตนจะฟังฟังเสียงอะไร ย่อมสำเร็จได้

ทิพพจกข

ตาทิพย์นั้นคือ มองเห็นไกลเป็นใกล้ ไม่ว่าคนหรือวัตถุ
อันใดอันหนึ่ง ย่อมแลเห็นได้โดยแจ้งชัดได้ โดยไม่ต้องลืมตา
เหมือนมนุษย์ธรรมดา

เจตปริยญาณ

รู้จักกำหนดใจผู้อื่นได้ว่า ดีหรือชั่ว หยาบหรือละเอียด

เกลียดชัง หรือหวังดีต่อเรา ย่อมรู้ได้ คนๆ นั้นจะคิดอย่างไร
รู้ได้ชัดในทางใจ

บุพเพนิวาสานุสสติญาณ

ระลึกชาติได้

อาสวกุขยญาณ

ความรู้กำจัดกิเลสได้ มี รากะ โทสะ โมหะ เป็นต้น ให้พ้น
ไปจากใจของตน (มีคำอธิบายแล้วในวิชา ๓)

ปฏิสมภิทา ๔

- ๑. อตถปฏิสมภิทา ปัญญารู้แตกฉานในอรรถธรรม
- ๒. ธรรมปฏิสมภิทา ปัญญารู้แตกฉานในธรรม
- ๓. นิรุตติปฏิสมภิทา ปัญญารู้แตกฉานในภาษาคำพูด
- ๔. ปฏิภาณปฏิสมภิทา ปัญญารู้แตกฉานในไหวพริบ

อธิบายข้อ ๑ อตถปฏิสมภิทา

ปัญญารู้แตกฉานในอรรถนั้นคือ รู้จักคำอธิบายในธรรมนั้นๆ
ให้กว้างขวาง รู้จักถอดเอาใจความมาอธิบายให้คนฟังเข้าใจถูกต้อง
ตามความมุ่งหมายของธรรมนั้นๆ มิให้ผิดจากพุทธประสงค์ จะ
พูดมากก็ได้ใจความ พูดน้อยก็ไม่ขาดใจความ คำที่ผิดแก้ให้เป็นถูก
สิ่งที่ถูกแต่หยาบก็อธิบายให้ละเอียดได้ ไม่ขาดตก

อธิบายข้อ ๒ ธมฺมปฏิสมฺภิตา

ปัญญาที่แตกฉานในธรรมนั้นคือ รู้จักแยกธรรมทั้ง ๒ ประเภท ออกเป็นคนละส่วน ไม่ระคนกัน ส่วนกุศลแยกเป็นส่วนหนึ่ง สมมุติตั้งขึ้นเป็นกัลยาณธรรมฝ่ายดีควรประพฤติตาม ส่วนอกุศลแยกเป็นส่วนหนึ่ง สมมุติตั้งขึ้นเป็นบาปธรรมฝ่ายชั่วไม่ควรประพฤติ และรู้จักอธิบายกุศลและอกุศลเป็นชั้นๆ คือกุศล จัดออกเป็น ๓ อย่างคือ อย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียด แล้วยังรู้จักธรรมที่เป็นกุศลอันเป็นเครื่องปราบ คือศีลปราบกิเลสอย่างหยาบ สมาธิ แก้กิเลสอย่างกลาง ปัญญาแก้กิเลสอย่างละเอียด นี่เป็นความรู้ชั้นปริยัติ แต่ทว่าจะต้องปฏิบัติให้เกิดมีในตน คือ รู้จักปฏิบัติ ประกอบศีลขึ้น เพื่อละอกุศลมูล ประกอบสมาธิขึ้นเพื่อละอกุศลอย่างกลาง คือนิเวรณ ประกอบปัญญาขึ้นเพื่อละอกุศลอย่างละเอียด คืออวิชชาที่เป็นสังโยชน์ รู้จักแยกธรรม รู้จักปฏิบัติตาม จนรู้ปฏิบัติธรรมอันสูงสุดจึงเรียกว่า ธมฺมปฏิสมฺภิตา รู้แต่พูดได้แต่ทำไม่ได้ ยังไม่ถูกต้องตามความประสงค์ของข้อธรรมนั้น

อธิบายข้อ ๓ นีรุตติปฏิสมฺภิตา

ปัญญาที่แตกฉานในภาษาคำพูดต่างๆ นั้นได้แก่ บุคคลสัญญาตา คือรู้จักพูดให้ถูกความประสงค์ของบุคคลที่มาสั่งเสพ ปริสัญญูตา รู้จักในบริษัท ๔ เป็นต้นว่า อุบาสกคนนี้ จะต้องพูดอย่างนี้ อุบาสกคนนั้นจะต้องพูดอย่างนั้น รู้จักพูดถูกต้องตามฐานะ และชั้นภูมิของคนนั้นๆ ภิกษุสามเณรหมู่หนึ่ง จะต้องพูดอย่างนี้ตามชั้นภูมิ

พูดให้คนฟังเข้าใจได้ในภาษาของตน เช่น ชาวนามาจะต้องพูดอย่างหนึ่ง พ่อค้ามาจะต้องพูดอย่างหนึ่ง กษัตริย์มาจะต้องพูดอย่างหนึ่ง รู้จักทำคำพูดของตนให้ถูกฐานะของคนนั้นๆ ได้ มิใช่รู้ภาษานก ภาษาหนูกายนอก ถ้าหากว่ารู้จริง ความรู้นั้นจะเป็นผลแก่เขาอย่างไร ถ้ารู้จริงก็ยกให้ท่านผู้นั้นเสีย แต่พระพุทธเจ้า คงประสงค์ให้รู้คำพูดที่เหมาะสมแก่ความต้องการของบริษัทเป็นส่วนมาก เมื่อใครรู้ได้จริง เรียกว่าเป็นผู้มีปฏิสมฺภิตาข้อนี้

อธิบายข้อ ๔ ปฏิภาณปฏิสมฺภิตา

ปัญญาที่แตกฉานในไหวพริบนั่นคือ ฉลาดทันคน พูดดักพูดแก้ในสิ่งที่ควร ไม่ใช่พูดเลอะเทอะ คือรู้ประโยชน์ในเรื่องพูดนั้นๆ พูดหยาบให้เป็นละเอียด พูดละเอียดให้หยาบ พูดเรื่องทีไกลให้แลเห็นเป็นไกล สิ่งทีไกลพูดให้ใกล้ พูดต่ำแก้ให้สูงได้ พูดสูงแก้ให้ต่ำ สิ่งที่ยากแก้ให้เป็นง่าย สิ่งทีแลไม่เห็นพูดให้แลเห็น รู้จักคำพูดน้อยให้ทันคำพูดมาก ใช้คำพูดมิให้ใครจับได้ โดยไม่ต้องใช้คำเท็จและสงสัยมาปนเลย แต่มิใช่คนพูดมาก คือเป็นนักพูดต่างหาก พูดมากมักจน นักพูดๆ มากก็ไม่จน พูดน้อยก็ไม่จน ทำให้คนหายสงสัยได้ ฉลาดพูดคำเดียวดีกว่าพูดตั้งร้อยคำพูดไหวพริบในที่นี้ หมายถึงความฉลาดในอรรถธรรม

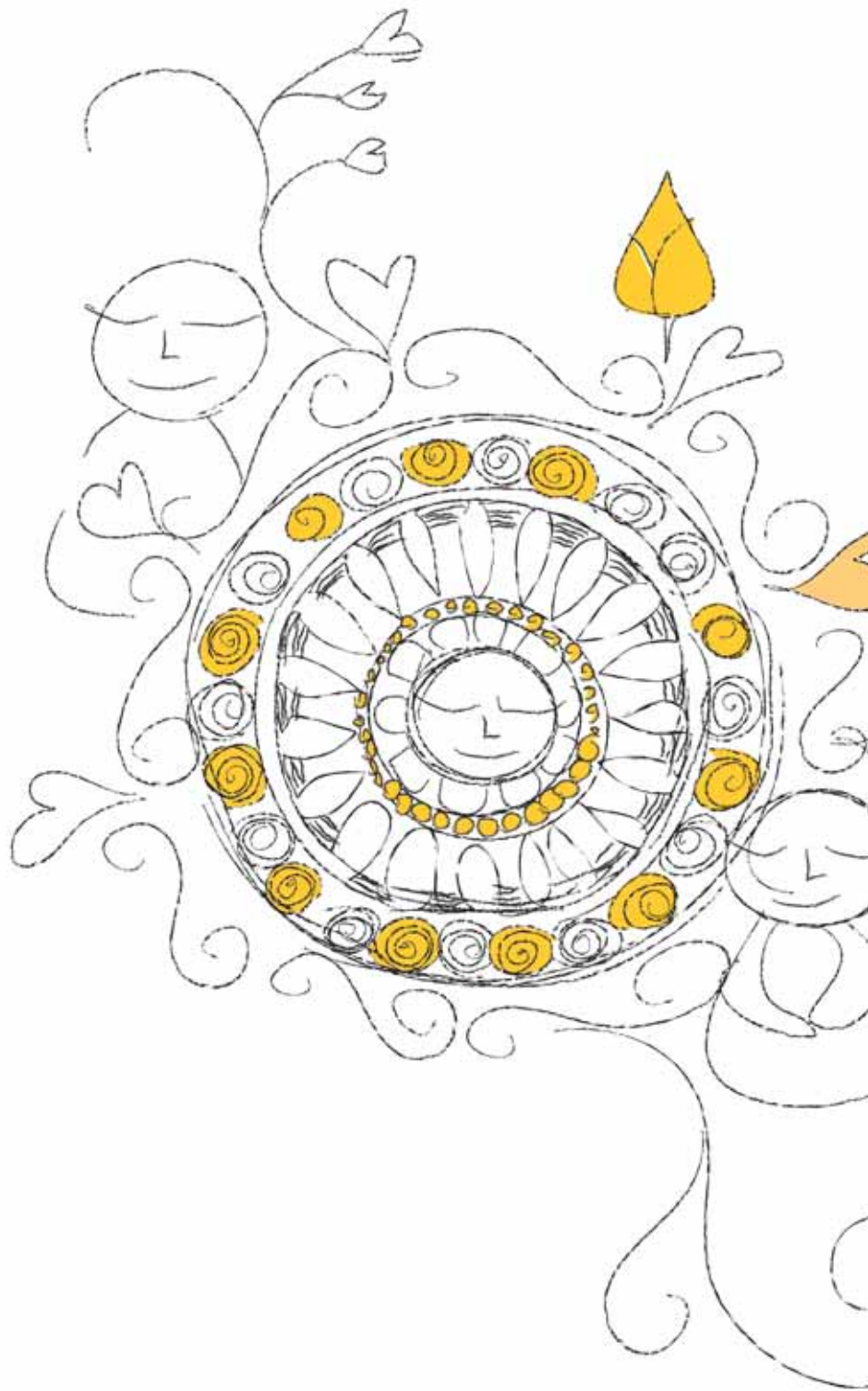
ปฏิสมฺภิตา ๔ นี้ ผู้ที่ได้นั้นจะต้องเป็นผู้เคยเจริญวิปัสสนามาก่อนจึงจะรู้ได้ วิชา ๓ ก็ตาม วิชา ๘ ก็ตาม ปฏิสมฺภิตา ๔



ก็ตาม จะเกิดขึ้นในลำดับแห่งฉานของตน ย่นลงตามภูมิแล้วคงมี ๒ คือ เสขภูมิ ได้แก่พระโสดา สกิทาคา และอนาคามีผล จนถึงปุถุชนเรานี้หนึ่ง อเสขภูมิ ได้แก่พระอรหัตผลนี้หนึ่ง *วิชาเหล่านี้ก็สำคัญอยู่แต่อาสวักขยานอย่างเดียว นอกนั้นจะได้หรือไม่ได้ไม่สู้สำคัญ* มิใช่ว่าพระอริยเจ้าจะได้ทุกองค์ เช่นบางจำพวก วิชา ๓ วิชา ๘ และปฏิสัมภทา ๔ ก็ได้ไม่ครบ อย่างว่าแต่ปุถุชนเลย แม้พระอรหัตบางองค์ก็ไม่ได้ ถึงได้ก็ได้แก่ทำอสวะให้สิ้นไปเฉยๆ คนที่จะได้นั้นจะต้องเคยเป็นผู้อบรมสมถวิปัสสนามาจากพระพุทธรเจ้า เป็นนิสัยมาก่อนจึงจะเป็นมาได้ ในที่สุดแห่งการทำฉานจะต้องเป็นมาโดยอาการเช่นนี้

ลำดับนี้จะย้อนกล่าวในวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพราะบางจำพวกยอมไม่ชำนาญในการทำฉาน ถึงได้บ้างก็นิดหน่อย เช่นบางจำพวกชอบตรึกหาเหตุผลของนามรูป เจริญไตรลักษณ์ญาณบำเพ็ญฉานแต่พอสมควร แล้วก็เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน วิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น จักเกิดขึ้นได้ในลำดับของจตุตถฉาน ถ้าผู้อ่อนฉาน วิปัสสนากัมมัฏฐานจะเกิดขึ้นได้ในลำดับแห่งปฐมฉาน มีอุปจารสมาธิเป็นเหตุ เมื่อมีเหตุเช่นนี้แล้ว ทำความเพ่งพิจารณาเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานเลยทีเดียว เป็นทางรู้แจ้งเห็นจริงในรูปหรือรูปที่เรียกตามอาการชั้น ๕ คือรู้แจ้งเห็นจริงในกองรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เหล่านี้ว่าเป็น *อนิจจัง ทุกขัง อนตตา* ทำปัญญาอันนั้นให้มีกำลังเป็นปัญญาพลัง

ถ้ากำลังวิปัสสนาแก่กล้ามาก สติอ่อน รู้ไม่เท่าทัน ก็จักมีความสำคัญเห็นผิติดเกิดขึ้น ๑๐ อย่าง เรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส คืออาการของวิปัสสนานั้นเอง ถ้าลงยึดถือเอากลายเป็นวิปัสสนูปกิเลส เป็นเหตุให้ตนสำคัญผิดไปว่า เราสำเร็จมรรคผลนิพพานไปก็ได้ เพราะกิเลสตอนนี้ละเอียดมากนัก หรืออีกนัยหนึ่ง เรียกว่า *ข้าศึกของวิปัสสนา* ถ้าสติปัญญาไม่เสมอมากแล้ว จะกลายเป็นผิติด คิดติดอยู่ไม่รู้ตัว สำคัญว่าเราหมดกิเลส กิจที่จะต้องทำอีกไม่มีตั้งนี้ กิเลส ๑๐ อย่างนั้นสุขุมละเอียดมาก ถ้าเกิดขึ้นแล้วย่อมไม่เชื่อใครๆ เหตุนั้นจึงควรศึกษาไว้ให้รู้ จะได้แยกจิตออกจากธรรมนั้นๆ เสียดังจะได้กล่าวต่อไปข้างหน้า เพราะเกิดขึ้นในลำดับแห่งวิปัสสนากัมมัฏฐาน



วิปัสสนากัมมัฏฐาน

วิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น แปลว่า อูบายทำให้เกิดความรู้ความเห็นในทางใจ คือเห็นคติธรรมตาของ รูปธรรม ๑ นามธรรม ๑ ที่แยกออกเป็นชั้น ๕ รู้เห็นเป็นสภาวะธรรมเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา ทั้ง ๓ นี้ เป็นนิมิตของวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถ้ากล่าวถึงวิปัสสนาแล้ว ทำให้จึงกล่าวถึงรูปกัมมัฏฐานและชั้น ๕ อนิจจัง ทุกขัง อนตตา อีกเล่า เพราะในสมถกัมมัฏฐานก็เห็นกล่าวแล้ว มีคำอธิบายว่า เรื่องของสมถกัมมัฏฐาน นั้นก็อยู่ในรูปกัมมัฏฐาน อรูปกัมมัฏฐาน นั้นก็จริงอยู่ แต่ความรู้ความเข้าใจละเอียดต่างกันไปอีก แต่วิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น ก็ยกเอาวัตถุอันเดียวกันนั่นเอง คือยกเอา รูปวัตถุหนึ่ง อรูปวัตถุหนึ่ง โวหารหนึ่งเรียกว่ารูปนาม แยกออกไปเรียกว่าชั้น ๕ นั้น ว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา ยังไม่แจ่มแจ้งชัดเจน เป็นการทำจิตใจให้สงบ พอเป็นบาทแห่งวิปัสสนากัมมัฏฐานเท่านั้น



ถ้าเข้าถึงวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้วความรู้ความเห็นใน อนิจจัง ทุกขัง อนตตา ในขั้นที่ ๕ นั้น แจ่มแจ้งชัดเจนขึ้นอีก เปรียบโวหารหนึ่งว่า ความรู้ความเห็นนั้น เปรียบเสมือนบุรุษตัดต้นไม้ล้มลงแล้ว แต่ยังมีได้จุดเผาด้วยไฟ ส่วนความรู้เห็นของวิปัสสนานั้นเปรียบเสมือนบุรุษตัดต้นไม้ล้มลงแล้วจุดเผาด้วยไฟ ความโล่งเตียนของป่านั้นจะแลเห็นผิดกันมากทีเดียว แต่หากเป็นป่าอันเดียวกันนั้นเอง ฉันทิเดแล ความรู้ความเห็นของสมณะ กับความรู้ของวิปัสสนา ย่อมต่างกัน ฉะนั้น การที่เจริญวิปัสสนานั้นคือ แยกขั้นที่ ๕ ออกเป็นกองๆ ก่อนคือ ๑. รูปขั้นที่ ๒. เวทนาขั้นที่ ๓. สัญญาขั้นที่ ๔. สังขารขั้นที่ ๕. วิญญาณขั้นที่ เมื่อแยกเช่นนี้แล้ว พงษ์พิจารณา รูปทั้งปวงที่ปรากฏในจักขุทวาร คือ ตา ว่ารูปทั้งหลายนี้ (อดีต ภา) รูปที่ล่วงไปแล้วแต่ก่อนๆ นั้น นับตั้งแต่อยู่ในครรภ์ของมารดา ที่ยังเป็นกาลละอยู่นั้นหนึ่ง (อนาคต ภา) รูปอันบังเกิดสืบไปภายหน้าจนแตกดับหนึ่ง (ปัจจุปปน ภา) รูปอันบังเกิดในปัจจุบันที่เฉพาะหน้าหนึ่ง (อชฺฌตต ภา) รูปที่บังเกิดภายในคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย (รูปทิพย์ ที่เกิดขึ้นด้วยอำนาจแห่งจิต) นี้หนึ่ง (พหิทฺธา ภา) และรูปนอกออกไปจากตา หู จมูก ลิ้น กาย ของตนนั้น คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ

สิ่งที่ปรากฏเหล่านี้ทั้งล่วงแล้วและยังไม่ถึงและปัจจุบันนี้ ให้ พงษ์พิจารณาลงไปเป็นจุดอันเดียวกัน เป็นไตรลักษณ์ตามโดย ๓ กาล คือ รูปทั้งหลายที่ล่วงแล้วนั้นว่า (สพฺพํ รูป) รูปทั้งหลายนั้น

ย่อมเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา คือ เกิดขึ้นแล้วย่อมฉิบหายไปเป็นธรรมดา ไม่เป็นแก่นสารอะไร ปรากฏขึ้นแล้วครู่หนึ่งขณะหนึ่งแล้วดับไป ย่อมไม่สมปรารถนาของผู้ต้องการเลย ในรูปธาตุนี้ เป็นไปเสมอหน้ากันทุกจำพวก นี้วาระของรูปเวทนา ความสวดย อารมณ์นั้นแยกออกเป็น ๒ ประเภทก่อน คือ ๑. เวทนานอกที่ เกิดขึ้นจากตากับรูปกระทบกัน หูกับเสียงกระทบกัน จมูกกับกลิ่นกระทบกัน โผฏฐัพพะ คือ เย็นและร้อนกระทบกาย เหล่านี้จัดเป็นเวทนานอก ๒. ถ้าจิตโสมนัสยินดี เกิดสุขเวทนา คือรู้สึกในทางใจนี้หนึ่ง ถ้าจิตไม่ชอบ มีโทมนัสเกิดขึ้น ย่อมสวดยทุกข์เวทนา รู้สึกในทางใจนี้หนึ่ง ถ้าจิตไม่ยินดีไม่ยินร้าย ย่อมเกิดอุเบกขา เวทนา รู้สึกเฉยในทางใจนี้หนึ่ง รวมความว่าเวทนาภายในนั้น ได้แก่ จิตที่สวดยอารมณ์ทั้ง ๓ คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา อุเบกขาเวทนา เพราะ ความรู้สึกเหล่านี้ ย่อมมีในจิต เวทนาทั้ง ๒ ประเภทนี้ (อดีต ภา) ล่วงไปแล้วก็ตาม (อนาคต ภา) ยังไม่ถึงก็ตาม (ปัจจุปปน ภา) ปัจจุบันเฉพาะหน้าก็ตาม ให้พุ่งลงไปเป็นจุดอันเดียวกัน เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตนของเรา เกิดขึ้นแล้วย่อมฉิบหายไปเป็นธรรมดา นี้วาระที่สอง

สัญญา ความจำได้หมายรู้ นั้น แยกออกเป็น ๒ ประเภท คือ ความจำภายนอกหนึ่ง ความจำภายในหนึ่ง ความจำภายนอกนั้น คือ จำรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ในเวลาตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส โผฏฐัพพะกระทบกาย ธรรมารมณ์



ที่เกิดจากใจ นี่ประเภทหนึ่ง จำภายในคือความรู้สึกในใจว่า นี่ สุขเวทนา นี่ทุกข์เวทนา นี่อุเบกขาเวทนา ธรรมเหล่านี้ย่อมรู้ได้ในทางใจ จึงเรียกว่า สัญญาภายใน เมื่อรู้เช่นนี้แล้ว ให้พิจารณาทั้ง ๓ กาล คือ (อดีต วา) ล่วงไปแล้วก็ตาม (อนาคต วา) ยังไม่มาถึงก็ตาม (ปัจจุบัน วา) ปัจจุบันที่ปรากฏเฉพาะหน้าก็ตาม ภายนอกก็ตามภายในก็ตาม ให้ฟังลงไป ในจุดอันเดียวกัน เป็น อนิจจํ ทุกขํ อนตตา ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตนของเรา เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปเป็นธรรมดา นี่วาระที่สาม

สังขารความปรุงแต่ง ก็แยกออกเป็น ๒ ประเภท คือ อุปาทินนสังขารและอนุปาทินนสังขาร คือ สังขารที่ไม่มีใจครอง นั้นได้แก่ ต้นไม้ และภูเขาอันธรรมชาติแต่งขึ้น สังขารที่มีใจครอง นั้นได้แก่มนุษย์และสัตว์ดิรัจฉาน สังขารที่มีใจครองแยกออกเป็น ๒ ประเภทคือ ภายนอกหนึ่ง ภายในหนึ่ง ภายนอกนั้นหมายเอา มหาภูตรูปทั้ง ๔ ประชุมกันเข้าเรียกว่า กาย อันธรรมชาติแต่งขึ้น คือกรรมนี้หนึ่ง ภายในนั้นหมายเอา จิตตสังขาร คือนามธรรม ความคิดปรุงแต่งในทางใจมี ๓ อย่างคือ

๑. ปุญญาภิสังขาร คิดปรุงแต่งในทางที่ดี
๒. อปุญญาภิสังขาร คิดปรุงแต่งในทางชั่ว
๓. อเนญชาภิสังขาร คิดปรุงแต่งในทางไม่ดีไม่ชั่ว

ให้ฟังลงทั้ง ๓ กาล (อดีต วา) ล่วงไปแล้วก็ตาม (อนาคต วา) ยังไม่มาถึงก็ตาม (ปัจจุบัน วา) หรือปรากฏในเฉพาะหน้าก็ตาม ภายในก็ตาม ภายนอกก็ตาม ให้ฟังพิจารณาจุดเดียวกัน เป็นไตรลักษณะว่า อนิจจาวต สงขารา อุปาทายธมฺมิโน อุปฺปชฺชิตวา นิรุชฌนฺติ สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ (เป็นทุกข์) เพราะมีความเกิดขึ้นแล้วเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา (เกิดขึ้น แล้วย่อมดับไป) ย่อมเป็น อนิจจํ ทุกขํ อนตตา ทั้งสิ้นนี้วาระที่สี่ วิญญาณความรู้ แจกแยกออกเป็น ๒ ประการคือ ภายในหนึ่ง ภายนอกหนึ่ง ภายในนั้นคือรู้แจ้งว่า นี่สุขเวทนา นี่ทุกข์เวทนา นี่อุเบกขาเวทนา ที่รู้สึกปรากฏขึ้นทางใจ ภายนอกนั้นคือรู้แจ้งทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ในเมื่อมีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ เย็นและร้อนมากระทบกายแล้ว จิตเกิดความยินดีบ้าง ยินร้ายบ้าง เจ็บบ้าง เรียกว่าธรรมารมณวิญญาณทั้งหลายเหล่านี้ ให้ฟังพิจารณาเป็นไตรลักษณ์ ๓ กาล คือ (อดีต วา) ที่ล่วงไปแล้ว คือตั้งแต่ปฏิสนธิ วิญญาณก่อเกิดนั้นก็ตาม (อนาคต วา) อนาคตที่ยังไม่มาถึงก็ตาม (ปัจจุบัน วา) หรือปรากฏเฉพาะหน้าก็ตาม ภายนอกก็ตาม ภายในก็ตาม ย่อมเป็น อนิจจํ ทุกขํ อนตตา ทั้งสิ้น ย่อมไม่มั่นคงถาวรอะไรเลย เมื่อพิจารณาจนเห็นแจ่มแจ้งโดยอาการใดอาการหนึ่ง เรียกว่า วิปัสสนาภาวนา เป็นหนทางแห่งมรรคผลนิพพานนี้แล

สมถกัมมัฏฐานก็ดี วิปัสสนากัมมัฏฐานก็ดี ย่อมมีความรู้สึกความเข้าใจต่างกัน แต่เป็นวัตถุอันเดียวกันนั่นเอง ถ้าหาก

ใครต้องการพันทุกซ์จริงๆ แล้ว จงศึกษาชั้นที่ ๕ ของตนให้เป็น สมถวิปัสสนาบ้าง จะสำคัญที่เราารู้แล้ว สิ่งเหล่านี้รู้แล้วก็จริง แต่ ยังละไม่ได้ ถ้าเป็นเช่นนั้นก็คงไม่รู้ผู้นั้นเอง สิ่งทีรู้ว่าไม่รู้ สิ่งที ไม่รู้ว่ารู้ จิตกลับกลอกหลอกตนอยู่เสมอๆ ความรู้ชั้นจำตาม ลัญญายังไม่เที่ยง อาจเปลี่ยนแปลงเป็นอื่นได้ รู้ชั้นนั้น คนนอก ศาสนาเขาก็อาจรู้ได้ อ่านหนังสือออกก็จะรู้กันเท่านั้นเอง เหตุนี้ ผู้ต้องการรู้จริงแล้ว จงรีบเฟ่งความรู้ หยั่งลงที่ชั้นที่ ๕ ให้รู้แจ้ง เห็นจริงถึงจะละได้ ถึงจะเป็นนักศาสนาที่แท้

ลำดับนี้จะอธิบายถึงวิปัสสนาญาณโดยลำดับ แต่จะต้องยก เอาวิสุทธิ ๗ มาอธิบายก่อน เพราะเป็นบาทแห่งวิปัสสนาญาณ

วิสุทธิ ๗

๑. สักกวิสุทธิ

คือ ชำระศีลตามชั้นภูมิของตนให้บริสุทธิ์หมดจดจากเวรทั้ง ๕ มีปาณาติบาต เป็นต้น พร้อมทั้งกาย วาจา จิต

๒. จิตตวิสุทธิ

คือ จิตสงบลงชั่วขณะเป็นขณิกสมาธิบ้าง เป็นอุปจารสมาธิ พอเฉียดๆ จิตสงบแน่นอนลงอย่างใดอย่างหนึ่ง พอเป็นที่ตั้งแห่ง วิปัสสนา

๓. ทัญญูวิสุทธิ

คือ จิตพิจารณา रूपนาม ๒ นี้ รู้จักแยกออกเป็นส่วนๆ ยกขึ้น สู่ไตรลักษณ์ญาณ รู้ว่านามรูปนี้เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา ไม่เที่ยง เป็นทุกขัง ไม่ใช่ตัวตนเราอะไร



๔. กงขาวัตรณวิสุทธิ

คือ กำหนดรู้เหตุและปัจจัยแห่งนามรูปนั้นว่า เพราะอะไรเกิดขึ้นก่อน นามรูปจึงเกิดขึ้นนี้หนึ่ง เพราะอะไรดับ นามรูปดับนี้หนึ่ง กำหนดตรวจดูทั้ง ๒ เงื่อนนี้จนหมดสงสัยในขณะนั้น ทั้งอดีตที่ล่วงแล้ว ทั้งอนาคตที่ยังมาไม่ถึง ทั้งปัจจุบันอันเป็นอยู่ เฉพาะนามรูปที่ปรากฏ จิตที่รู้อารมณ์ปัจจุบันนี้ สุขุมละเอียด แน่นแน่นมั่นคงกว่าที่เคยเป็นอยู่ ตอนนี้อัศจรรย์เกิด **วิปัสสนูปกิเลส ๑๐** อย่าง อย่างใดอย่างหนึ่ง ถ้าสติสมาธิปัญญาไม่ทันกัน ก็เป็นเหตุให้สำคัญผิดติดอยู่และยึดเอามาเป็นอารมณ์ แล้วยอมหลงไปเลื่อนไปจากธรรมชั้นสูงแต่ตอนต้น ที่กล่าวว่าข้าศึก ก็เรียก คือ

๑. โภกาโส

คือ โภกาสแสงสว่างนำอัศจรรย์ยิ่งนัก ป่าไม้และขวกหนาม ไม่ปรากฏ สว่างหนักเข้าจนเพลิน จนลืมหายลืมหิต ติดพันอยู่ในความสว่างอันนั้น

๒. ญาณ

คือ ความรู้หน้าอัศจรรย์ แล้วถือขลังยึดเอาวัตถุที่รู้เห็นนั้น บ้างยึดเอาความรู้อันนั้นบ้าง บางทีก็สำคัญว่าตนเป็นผู้สำเร็จ ธรรมวิเศษ สมมุติตนเองว่าเราหมดกิจแล้วบ้าง ความรู้ในขั้นนี้ได้รู้จริงๆ แต่ไม่ปล่อยวางความรู้เห็นอันนั้นตามสภาพความจริงได้

๓. ปีติ

คือ ความเอิบอิมใจแรงกล้าขึ้น คือ เกิดจากประสบอารมณ์ที่วิเวก อันตนมีความปรารถนาเต็มนั้นแล้ว เมื่อประสบเข้าย่อมยินดีปราโมทย์ จนลืมหายลืมหิตติดอารมณ์นั้นอยู่

๔. ปัสสทุติ

คือ ความสงบแห่งจิตอย่างยิ่ง จิตนิ่งอยู่ เพลินอยู่ในความสงบอันนั้นจนติดความสงบนั้น

๕. สุข

คือ ความสุขอันสุขุมละเอียด ซึ่งเกิดความวิเวกที่ตนเพิ่งพบเห็น แล้วจิตเสวยอารมณ์นั้น สุขตอนนี้จะละเอียด สบายยิ่งนัก แล้วยึดเอาความสุขอันนั้น

๖. อธิโมกข

คือ ความน้อมใจเชื่อมั่นในความรู้ความเห็นของตน ว่านี้แหละมรรคผลนิพพาน

๗. ปคุดาห

คือ ความเพียรก็กล้าหาญ เพราะยินดีอารมณ์ที่รู้เห็นนั้นๆ

๘. อุปฏฐาน

คือ สติมีกำลังกล้าแต่ปัญญาอ่อน ทำความปล่อยวางใน
อารมณ์นั้นๆ ไม่ได้ (เกิดความพลุกพล่านไป)

๙. อุเบกขา

คือ จิตนิ่งเฉยอยู่ในธรรมชาติอันละเอียด ไม่รู้ความจริง
แล้วยึดเอาเสวยอารมณ์อันนั้นอยู่

๑๐. นิกนติ

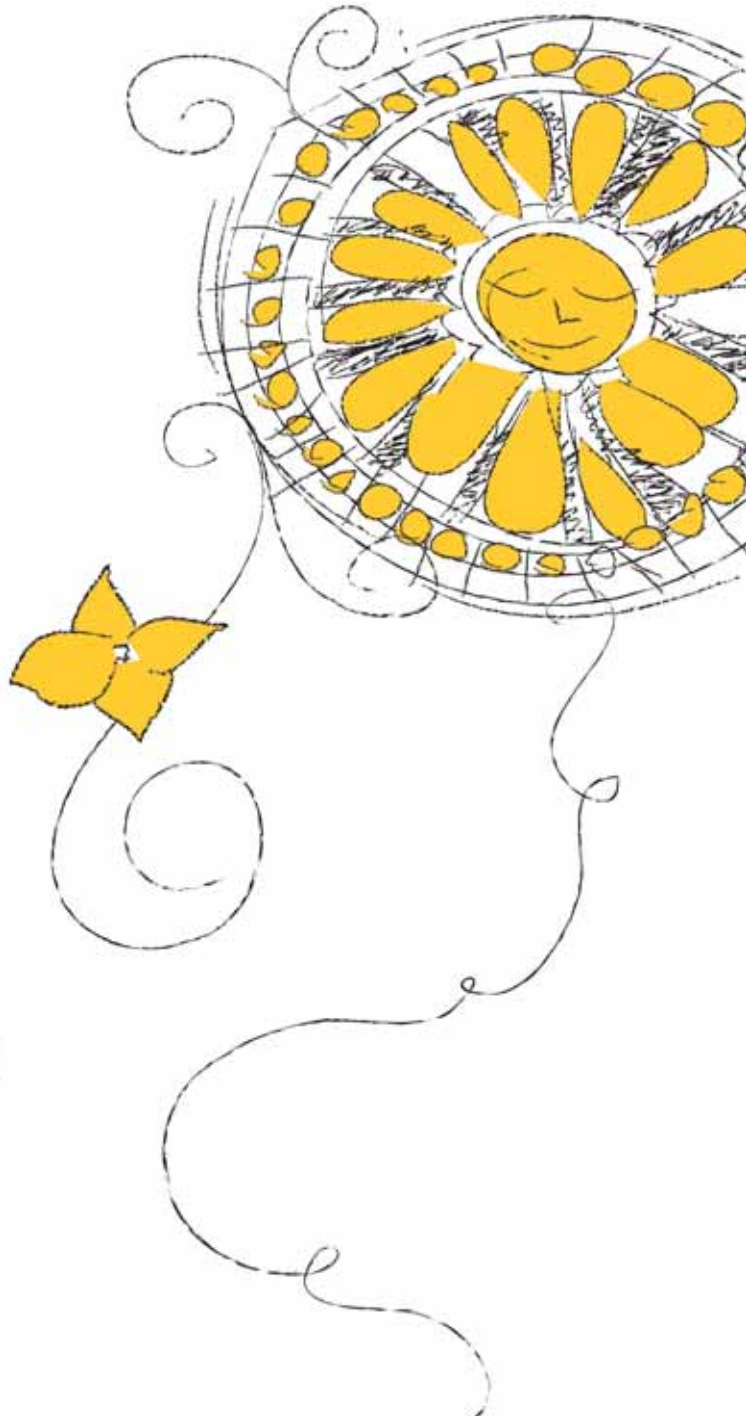
คือ ความพอใจในอารมณ์ที่ตนรู้ตนเห็นนั้นๆ แล้วก็สำคัญ
ไปต่างๆ

ธรรมทั้ง ๑๐ อย่างนี้เป็นจริงประเภทหนึ่ง เมื่อรู้เท่าทันย่อม
เป็นมรรคาหนทางให้จิตก้าวต่อไป สู่มรรคผลนิพพาน ถ้าเรายึด
เอาแล้ว จักกลายเป็นข้าศึกของวิปัสสนาญาณ กลายเป็นอุปาทาน
ความยึดมั่น อุปกิเลส ๑๐ อย่างนี้ ผู้ไม่ปล่อยวางตามสภาพแล้ว
ย่อมไม่พบของจริงอันประเสริฐ กล่าวคือ นิโรธ จิตที่ปล่อยวางได้
จะต้องใช้วิปัสสนาปัญญาพิจารณา ให้เห็นเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนตตา
ให้แจ้งชัด เมื่อรู้ชัดแจ้ง เมื่อรู้ชัดเจตดี ไม่มีความยึดมั่นในธรรมนั้นๆ
แล้ว จะมีญาณรู้ขึ้นในจิต ว่านี้ทาง ไม่ใช่ทาง หรืออีกนัยหนึ่งว่าแล
เห็นนายเพชรฆาตกำลังประหารชีวิตบุรุษคนหนึ่งที่มีความผิด
ทางอาญาฉะนั้น

เมื่อรู้เห็นเช่นนี้จิตก็เข้าถึง มคฺคามคฺคญาณทสฺสนวิสุทฺธิ
โดยลำดับ

๕. มคฺคามคฺคญาณทสฺสนวิสุทฺธิ

คือ ถ้ารู้เห็นเช่นนี้แล้วให้ประกอบจิตอันรู้นั้นอยู่ในวิถิจิต
แห่งวิปัสสนาปัญญาจะเกิดขึ้นในขณะที่จิตอันนั้น จิตอันนั้นจักเกิด
วิปัสสนาปัญญาขึ้นโดยลำดับ อันเป็นบันไดแห่งโลกุตตรมหากุศล
อันผลที่จะได้ซึ่งอุปกิเลสทั้ง ๑๐ อย่างนั้นแล้วก็เกิดมีวิปัสสนา
ญาณโดยลำดับ ดังนี้



วิปัสสนาญาณ ๕

๑. อุทยัพพยานวิปัสสนาญาณ

คือ ปรีชากำหนดค้ำนั่ง เห็นความเกิดทั้งความดับแห่งรูปนาม

๒. ภงคานวิปัสสนาญาณ

คือ ปรีชากำหนดค้ำนั่งเห็นความดับแห่งนามรูป

๓. กายตุปฏฐฐานญาณ

คือ ปรีชากำหนดค้ำนั่งเห็นสังขารทั้งหลาย (คือเห็นนามรูป ทั้งปวง) ปรากฏเป็นของน่ากลัว เหมือนนบุรุษเห็นอสรพิษนอน ขวางทางอยู่ฉะนั้น

๔. อาทิวราณวิปัสสนาญาณ

คือ ปรีชากำหนดค้ำนั่งเห็นสังขารทั้งหลายว่า มีแต่ความ แแตกดับทำลายเกิดแก่ เจ็บตาย ล้วนแต่กองทุกข์ทั้งมวล

๕. นีฬพิทานปลัสนาญณ

คือ ปรีชากำหนดค้ำหนึ่งถึงสังขารทั้งหลายด้วยความเปื้อน่ายคล้ายกำหนดจากการเกิดแก่เจ็บตาย อยู่ในคติต่างๆ คือ สังสารวัฏฏ์ ความหมุนเวียน เห็นทุกข์เห็นโทษเปื้อน่าย มิได้รักใคร่อาลัยอวรณ์อยู่ในสังขารทั้งปวง เปรียบประดุจพระยาสุวรรณราชหงส์ อันมิได้ยินดีที่จะลงในหลุมอันโลโครกแถบประตูบ้านแห่งคนฉันทาลฉะนั้น ธรรมดาพระยาสุวรรณราชหงส์นั้น ย่อมยินดีแต่เชิงเขาศิษณภูฏ และมหาสระใหญ่เท่านั้น (จิตพระโยคาวจร) นี้แลเมื่อมีญาณเกิดขึ้น ย่อมเปื้อน่ายคล้ายกำหนดจากสังขารทั้งหลายที่ได้ปรากฏแก่ตนนั้น

๖. มลจิตกมยตาญณ

คือ ปรีชากำหนดค้ำหนึ่งด้วยความรักใคร่ จะออกหนีให้พ้นไปจากสังขารทั้งหลายที่ปรากฏ เปรียบประดุจบุรุษอาบน้ำในสระลงไปแล้วมองเห็นงูพิษหรือจระเข้เข้าแล้ว มิแต่จะหนีขึ้นไปให้พ้นอย่างเดียว

๗. ปฏิสังขานปลัสนาญณ

คือ ปรีชากำหนดค้ำหนึ่ง ด้วยการพิจารณาหาทางออกจากสังขารทั้งหลายที่ปรากฏ รวกับนกกะทาที่ถูกขัง คอยหาทางจะหนีไปจากที่ขังฉะนั้น

๘. สงขารเปกุกาญณ

คือ ปรีชาที่กำหนดค้ำหนึ่งด้วยความวางเฉยต่อสังขารทั้งหลายนั้น ๆ เสีย ประดุจหนึ่งว่าภรรยาสามีที่หย่าร้างกันไปจะนั้น

๙. สัจจานโลมิกญณ

คือปรีชากำหนดค้ำหนึ่ง เป็นไปโดยสมควรแก่การกำหนดรู้สังขารทั้งหลาย คือกำหนดชั้นที่ ๕ ที่เป็นอริยสังขารของจริงที่รู้เห็นโดยอาการที่แสดงมาแล้ว นี้จัดเข้าไปใน ปฏิทาญณทสสนวิสุทธิข้อ ๖

วิปัสสนาญณทั้ง ๙ นี้ มีชื่ออื่นไกลเลย คือ ปฏิทาญณทสสนวิสุทธินี้เอง เพราะมาถึงตอนนี้เป็นหนทางที่เตียนเหมือนบุรุษที่ตัดต่อเสมอน้ำดินแล้ว ย่อมเดินได้สบาย ญณนี้ฉันใด คือได้พ้นไปจากวิปัสสนูปกิเลสเสียแล้ว ยังแต่รากเหง้าที่ฝังดิน คือ อวิชชา ต่อจากนี้ก็ดำเนินจิตตามวิปัสสนาญณวิถีสู่ขึ้นไปจนถึงพระอริยมรรคอันสูงของโลกียะ มีโสดาปัตติมรรคเป็นต้น จึงจัดเป็นญาณทสสนวิสุทธิข้อที่ ๗

ต่อจากนี้พึงกระทำความเพียรเจริญวิปัสสนาปัญญาไปๆ มาๆ ให้แก่กล้าแก่ตนที่ผ่านพ้นมานั้นให้แก่กล้าหาญ ตามญาณของวิปัสสนาทั้งหลายเหล่านั้น ให้เป็นปัจจัยส่งต่อกันไปโดยลำดับ

จนถึงสังขารโลมิกญาณ อนุโลมปฏิโลม เพื่อให้แจ้งชัดใน อริยสังขารทั้ง ๔ ถ้าเป็นผู้มีปัญญาอย่างอ่อน ก็ถอยออกถอยเข้า ๓ ขณะ โคตรภูญาณ บังเกิดก็เป็นผลจิต ถ้าเป็นปัญญาอย่างกลาง ๒ ขณะ โคตรภูญาณบังเกิดก็เป็นผลจิต ถ้าปัญญากล้าแข็ง ๑ ขณะ โคตรภูญาณบังเกิดก็เป็นผลจิต ฉะนั้น อริยมรรคและผลขั้นแรก โบราณบัณฑิตท่านจึงจัดไว้ ๓ จำพวก คือ อย่างต่ำปัญญาอ่อน จะต้องเกิด ๗ ชาติ อย่างกลางมัชฌิมปัญญา ๔ ชาติ หรือ ๓ ชาติ อย่างเร็วปัญญากล้าชาติเดียวดังนี้ เหตุเหล่านี้ก็มาจากจริตนิสัย ของบุคคลนั้นๆ เป็นเครื่องจำแนกให้ได้มรรคและผลเร็วหรือช้าต่างๆ กัน ผู้ที่ช้านั้นคือเป็นผู้เจริญสมณะสองส่วน วิปัสสนาส่วนหนึ่ง ผู้ที่ พอปานกลางนั้นคือ เป็นผู้เจริญสมณะส่วนหนึ่งเท่ากัน ผู้มีปัญญา เร็วกว่าหาญนั้นคือ เป็นผู้เจริญสมณะส่วนหนึ่ง วิปัสสนาส่วนสอง การทำมรรคเบื้องต้นต่างๆ กันจึงรู้แจ้งเห็นจริงในอริยสังขารต่างขณะกัน

ที่แสดงมานี้เป็นการณ์มรรคสังขาร รวมกล่าวแต่เรื่องสมณะ และวิปัสสนาเท่านั้น ในที่สุดก็รู้แจ้งเห็นจริงในขั้น ๕ เป็นอริยสังขาร ๔ รู้แจ้งเห็นจริงอย่างไร เห็นอะไรเป็นอริยสังขาร อธิบายดังนี้คือ มา กำหนดผลเข้ามาหาเหตุเป็นตัวอย่าง เช่น กำหนดในนามรูป ที่เกิด อยู่ดับอยู่ในปัจจุบันนี้เป็นทุกข์สังขาร เช่น บาลีที่ว่า นามรูป อนิจจัง นามรูป ทุกข์ นามรูป อนตตา นามรูปไม่เที่ยง ย่อมเป็นไปเสมอ หน้ากันหมด กำหนดรู้ความเกิดแก่แปรผันของเขา โดยชื่อก็

กำหนดดังนี้คือ ชาติทุกข์ ชราทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณทุกข์ โสภณทุกข์ ปริเทวนทุกข์ โทมนัสทุกข์ อุปายาสทุกข์ โดยย่อขั้น ๕ เป็นทุกข์ดังนี้ อะไรเป็นเหตุเล่า กำหนดเข้าหาเหตุและปัจจัยอันให้เกิดทุกข์ ก็รู้ ได้ว่าความปรารถนาในกามารมณ์ มีรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ ที่เรียกว่า กามตัณหา ความทะเยอทะยานอยากนี้ หนึ่งเป็นเหตุ เวลานี้กำหนดเข้าหาจิตจรรู้เหตุอย่างกลางอีก เมื่อรู้ ขึ้นได้ว่าเวลานี้ (จิตส่ายไป) ทำความปรารถนาอยู่ในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ อยากให้เป็นไปตามความต้องการของตน ที่เรียกว่า ภวตัณหา ความอยากเป็นนั่นเป็นนี่ นี่หนึ่งเป็นเหตุ กำหนดเข้าหาจิตจรรู้เหตุอย่างละเอียดอีก เมื่อรู้ขึ้นได้ว่าเวลานี้ (จิตหวั่นไหว) ทำความปรารถนาอยู่ในนามรูป ไม่อยากให้แปรผันไป อยากให้อยู่ในบังคับบัญชาของตน เรียกว่า วิภวตัณหา ความปรารถนาไม่อยากให้เป็นนั่นเป็นนี่ อยากให้คงอยู่ที่ตามความต้องการ ของตนนี้หนึ่ง ตัณหา ๓ นี้ก็เกิดขึ้นกับจิตที่หลง ฟังพิจารณาอยู่ที่จิตหนึ่งหลงนั้น จนเห็นเป็น อนิจจัง ทุกข์ อนตตา หักเจ้าตัณหา ให้ละเอียดคลายออกจากจิต เหมือนกับภาษิตว่า โยตสฺสาเยว ตณฺหํ หาย อเสสฺวิราคะนิโรโห จาโค ปฏินิสฺสคฺโค มุตฺตือนาลโย แปลความว่า ความดับโดยสิ้น กำหนดโดยไม่เหลือแหล่งตัณหาอันแลอันใด ความสละตัณหาอันความวางตัณหาอัน ความปล่อย ตัณหาอัน ความไม่พัวพันแห่งตัณหาอัน ไม่ทำความปรารถนาต่อไป ถอน อุปาทานได้นั้นแล นิโรธดังนี้



ก็จิตอันเดียวที่หลงๆ รู้ๆ นี้แหละตั้งหามาเกาะเกี่ยวจิตดวงเดียว ที่มีได้เจริญมรรคให้เกิดวิชชา นั้น เปรียบเหมือน ต้นไม้ที่อ่อนและเร็ววสูง ผุ่งนกเกาะเข้าแล้วย่อมห้วนไหวและหักโค่นเพราะอันตราย ฉะนั้น พระอริยเจ้าจึงกำหนดละทิ้งเสียเหลือแต่ นิโรธแยก นิโรธการดังนี้ นิโรธ ๒ คือ นามรูป นิโรธ นามรูปดับ กามตณฺหานิโรธ กามตณฺหาดับ ภวตณฺหา นิโรธ ภวตณฺหาดับ วิภวตณฺหา นิโรธ วิภวตณฺหาดับ นี้ นิโรธ ๓, นิโรธ ๔ นั่นคือเวทนา นิโรธ เวทนาดับ สญฺญา นิโรธ ความจำได้หมายรู้ดับ สงฺขาร นิโรธ ความปรุงแต่งดับ วิภฺยณฺณ นิโรธ ความรู้แจ้งต่างๆ ดับ นี้ นิโรธ ๔ เอารูปเติมเข้าอีกเป็นนิโรธ ๕ ถ้าจะพรรณาก็มากเป็นนิโรธทั้งสิ้น ถ้าเป็นผู้ละได้แล้ว ใจความย่อๆ ก็คือ ไม่มีอุปาทานนั่นเอง แต่การละนั้นเป็นโลกียะอย่างหนึ่ง โลกุตระอย่างหนึ่ง โลกียะนั้นคือจะได้เป็นขณะๆ ไม่ได้ดขาดทีเดียว จึงจะต้องเป็นได้แต่โลกียนิโรธเท่านั้น คือยังไม่เที่ยง ส่วนมรรคก็ยังไม่เที่ยงเหมือนกัน อริยมรรค ๘ ที่เป็นโลกียะ เช่น โลกียสัมมาทิฏฐิ ปญฺญาเห็นชอบ เห็นในทุกข์ สมุทฺทัย นิโรธ มรรค ความเห็นเหล่านี้ยังไม่เที่ยง เพราะเห็นชอบแล้วแต่ยังไม่ได้ จึงตกอยู่ในโลกียสัมมาทิฏฐินี้ ๑

๑. สัมมาสัมกับไป

ความดำริชอบของโลกียะนั้นก็ยังไม่เที่ยง เช่น เนกขัมมสังกับไป ความดำริออกจากกาม อพยาปาตสังกับไป ความดำริไม่พยาบาท

อวิหิงสาสังกับไป ความดำริไม่เบียดเบียน ความดำริทั้ง ๓ นี้ชอบแล้ว แต่มิได้ทำให้หลุดไปตามความเห็นนั้นๆ จึงตกอยู่ในโลกียสัมมาสังกับไป

๒. สัมมาวาจา

วาจาชอบนั้นมี ๔ คือ (๑) ไม่กล่าวคำเท็จ (๒) ไม่กล่าวคำส่อเสียดยุยง (๓) ไม่กล่าวคำหยาบ (๔) ไม่กล่าวคำเพ้อเจ้อโปรยประโยชน์ วาจาเหล่านี้รู้แล้วว่าชั่ว แต่ยังคงกล่าวอยู่เพราะไม่มีสติ เหตุนี้จึงตกอยู่ในโลกียสัมมาวาจา

๓. สัมมากัมมันโต

การงานชอบก็ไม่เที่ยง เช่น ทำทางกายกรรม จะประกอบ การงานอันใดขึ้น บางทีก็เป็นทุจริตเป็น สุจริตบ้าง การงานที่ทำนั้นตกอยู่ความไม่เที่ยง จึงเรียกว่า สัมมากัมมันโต

๔. สัมมาอาชีโว

ความเลี้ยงชีวิตชอบนั้น ประกอบทางกายก็ตาม ทางวาจาก็ตาม ทางใจก็ตามยังไม่บริสุทธิ์สิ้นเชิง ได้ทางหนึ่ง เสียทางหนึ่ง ตกอยู่ในความไม่เที่ยง จึงเรียกได้ว่า โลกียสัมมาอาชีโว

๕. สัมมาวาจาโม

ความเพียรนั้นมี ๔ คือ (๑) เพียรละบาป (๒) เพียรระวังบาป (๓) เพียรบำเพ็ญกุศล (๔) เพียรรักษากุศลไว้ ความเพียรทั้ง ๔ นี้ ยังไม่ครบรอบทีเดียว มีได้บ้างเสียบ้าง ตกอยู่ในความไม่เที่ยง จึงเรียกได้ว่า โลกียสัมมาวาจาโม

๖. สัมมาสติ

ความระลึกชอบนั้นมีอยู่ ๔ คือ

(๑) ระลึกในกาย ที่เรียกว่า กายานุปัสสนาสติ

(๒) ระลึกในเวทนา ที่เรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติ

(๓) ระลึกอยู่ในจิต ที่เรียกว่า จิตตานุปัสสนาสติ

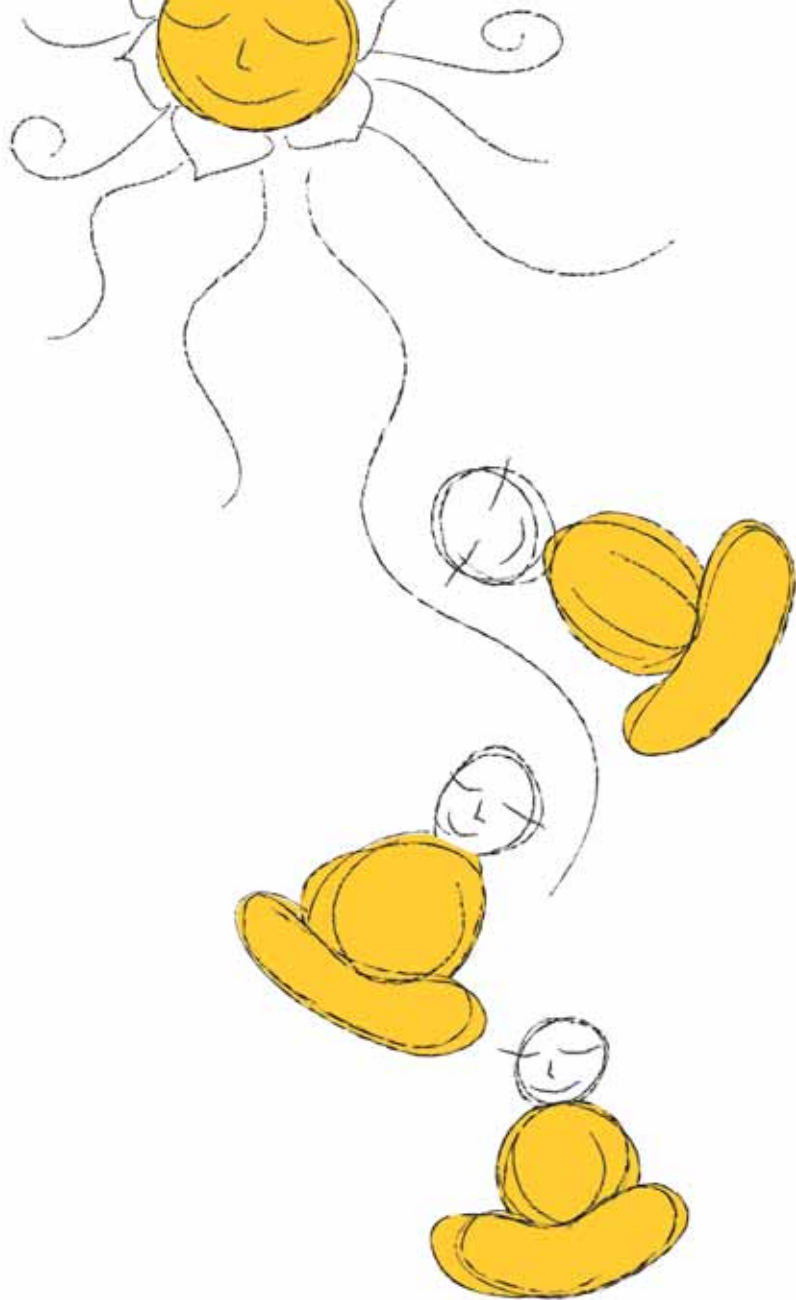
(๔) ระลึกในธรรม ที่เรียกว่า ธัมมานุปัสสนาสติ

แต่ยังไม่รอบ ได้บ้างเสียบ้าง ตกอยู่ในความไม่เที่ยง จึงเรียกได้ว่า โลกียสัมมาสติ

๗. สัมมาสมาธิ

ความตั้งใจมั่นชอบนั้นมี ๓ อย่างคือ (๑) ขณิกสมาธิ มั่นเป็นขณะๆ (๒) อุปจารสมาธิ มั่นพอเฉียดๆ สงบๆ (๓) อัปปนาสมาธิ มั่นแน่นแน่ ปราบอกุศลได้เป็นพักๆ ความมั่นเหล่านี้ตกอยู่ในความไม่เที่ยง ได้บ้างเสียบ้างจึงเรียกว่า โลกียสัมมาสมาธิ

ทั้ง ๗ ข้อนี้รวมลงก็มีแต่ ๓ คือ ศีล สมาธิ ปัญญา เท่านั้น ศีล สมาธิ ปัญญา ทั้ง ๓ นี้ ก็ไม่เที่ยง บริสุทธิ์บ้าง เศร้าหมองบ้าง รวมลงอีก ศีล สมาธิ ปัญญา ก็มีเท่ากาย วาจา ใจ กายวาจาใจ นั้น ก็ยังไม่เที่ยง ทำดีบ้าง ทำชั่วบ้าง พุ่ดีบ้าง พุ่ชั่วบ้าง คิดดีบ้าง คิดชั่วบ้าง ดังนี้ เมื่อต้องการให้เป็นโลกุตตรมรรคแล้ว ต้องสำรวมศีล สมาธิ ปัญญา เข้ามาที่กาย วาจา ใจ แล้วเพ่งชำระ กาย วาจา ใจ ให้ชอบแก่ศีล สมาธิ ปัญญา ก็จะได้รับความสำเร็จอันถาวรและส่องใส จึงเป็นโลกุตตรมรรคได้ มรรคและผลนี้จะเป็นโลกียมรรคก็ตาม โลกุตตรมรรคผลก็ตาม ย่อมติดตามกัน เหมือนเงาตามตัวฉะนั้น



อธิบายโลกียมรรคเพิ่มเติม

โลกียมรรคที่มีโหวหาร เรียกว่า *อภิญญาสิกขา* มีองค์ ๘ มรรค ๘ ของโลกียะนั้น น่าจะแยกออกได้เป็น ๒ ประเภท ที่ปุถุชนพากันปฏิบัติอยู่นี้ ย่อมเป็นได้ ๒ อย่าง คือทางที่ถูก ๘ ทางที่ผิด ๘ รวมเป็นมรรค ๑๖ เหตุฉะนั้นจึงต้องเลื่อมได้ แต่จะย่นลงกล่าวก็คือ คีล สมาธิ ปัญญา ไม่เป็นสามัคคีกัน เช่น คีลเป็นสัมมาทิฏฐิ สมาธิเป็นมิจฉาทิฏฐิ บางทีปัญญาเป็นสัมมาทิฏฐิ ส่วนคีลสมาธิมิจฉาทิฏฐิ เป็นตัวอย่าง เช่น กายวาจาเป็นศีลดี แต่ใจไม่สงบเป็นเอกัคคตารมณได้ นិเวรณครอบงำจิตใจได้อยู่ บางทีจิตใจสงบดี แต่ทำความปล่อยวาง (อารมณ) กองธาตุขันธ์อายตนะไม่ได้ บางทีรู้ดี มีปัญญาเป็นสัมมาทิฏฐิ มีความเห็นชอบแล้ว แต่ยังละชั่วไม่ได้ ถึงได้แล้ว เห็นโทษแล้ว แต่จะต้องกลับไปทำอีก ทำทั้งรู้ว่า นั่นแลนี้จึงเรียกว่ามรรคผลโลกียะนี้เป็น ๑๖ คือฝ่ายถูก ๘ ฝ่ายผิด ๘ หมุนกันไปหมุนกันมา

ถ้าศึกษาด้วยดีแล้ว ประคองโลกียสัมมาทิฏฐิได้ถูกต้อง ระวังอย่าให้มรรคที่เข้าผิดมาแทรกได้ ให้เป็นสามัคคีทั้ง ๓ คือ คีล สมาธิ ปัญญา เป็นสัมมาทิฏฐิทั้ง ๓ แล้ว ต่อก็โลกียะนี้เอง เมื่อเที่ยงตรงอยู่แล้ว ก็กลายเป็นโลกุตตระขึ้น เป็นอริยมรรค อริยผล อริยบุคคล มีโสดาบันเป็นต้น เมื่อเข้าถึงโลกุตตระแล้ว มรรคมีเสมอองค์ ๘ เท่านั้น คือเป็นสัมมาทิฏฐิชอบทั้งคีล สมาธิ ปัญญา



พร้อมทั้งกาย วาจา ใจ ก็ชอบเป็นโลกุตตระขึ้น ต่างจากโลกียะ
โลกียะนั้นยังไม่เที่ยงกลับกลายเป็นลอกตนเองอยู่ ประเดี๋ยวทำดี
ประเดี๋ยวทำชั่ว ประเดี๋ยวเสื่อม ประเดี๋ยวเจริญ ถ้าจะแบ่งเป็น
ประเภทคงมี ๔ จำพวกคือ

- (๑) บางจำพวกชั่วทั้ง ๓ กาล คือ อติต อนาคต ปัจจุบัน
- (๒) ชั่วแต่อดีตล่วงแล้ว แต่ทำดีในปัจจุบัน และต่อไปข้างหน้า
ไม่ยอมปล่อยความดีของตน
- (๓) ทำดีได้แต่อดีตและปัจจุบัน แต่ต่อไปข้างหน้าละทิ้ง
- (๔) อดีตที่ล่วงแล้วก็ทำแต่ความดีเรื่อยมาจนปัจจุบันก็ดีทุก
อิริยาบถคือมีศีล สมาธิ ปัญญา ประจำตนอยู่เสมอ ตลอดจนใน
กาลต่อไปก็คิดจะทำความดีเรื่อยไป

นี่แหละโลกียะไม่เที่ยง แปลว่ายังเป็นอยู่ มักมากอยู่ คือ
หาบไม่ใช่หิว คือ เป็นผู้รวยมากทำทั้งดีทั้งชั่ว บางทีดีข้างหลัง
คืออดีต ชั่วข้างหน้าคืออนาคต บางทีชั่วข้างหน้าคืออนาคต ดีข้าง
หลังคืออดีต บางทีชั่วข้างหน้าและข้างหลังแต่ปัจจุบันดี บางทีดีทั้ง
๓ กาล เมื่อเป็นเช่นนี้ก็มิได้สม่าเสมอกัน ข้างหนึ่งดี ข้างหนึ่งชั่ว
จะต้องรวมกันไป นี่แลพอกรรมแม่เวยร ข้างหนึ่งหนักบ้าง ข้าง
หนึ่งเบาบ้าง จะต้องหกหน้าคะเมนหลัง ไปๆ มาๆ นำพาไปเกิด
ภพต่างๆ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่เป็นโลกียะอาจเป็นไปได้ต่างๆ อย่าง
ว่ามานี้ เพราะเหตุนั้นควรสำรวจโลกียะให้ดี นับแต่ตนมีความรู้

ตนแล้ว ทำศีล สมาธิ ปัญญาที่เป็นโลกียะให้ถูกต้อง ให้เข้าถึง
โลกุตตรธรรมให้จงได้

อธิบายโลกียมรรคที่จะทำให้เป็นอริยมรรคนั้น ดังนี้

มรรค ๘ ที่เป็นโลกียมรรคนั้น ตามแนวทางพระอริยโสดา
มรรค เป็นต้น ท่านย่อรวมลงเข้ามาตั้งอยู่ในขั้นที่ ๕ คือรูป เวทนา
สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยย่อคือ รวมลงที่ กาย ใจ เมื่อรวม
ลงแล้ว ก็แบ่งด้วยปัญญาที่เป็นสัมมาทิฐิ จินเห็นเป็นไตรลักษณ์
ญาณ เห็น นามรูป ที่เกิดอยู่ ดับอยู่ในปัจจุบัน คือ อนิจจัง ทุกขัง
อนตตา ไปหมด คือเห็นด้วยญาณจักขุ เห็นด้วยปัญญาจักขุ วิชา
จักขุ ทั้งนี้เรียกว่า ธรรมจักขุ ดวงตาที่เห็นธรรมเห็นชอบ เห็น
ชอบเป็นสัมมาทิฐิ เป็นมัคคสมังคี ไม่มีมิถนาทิฐิเข้ามาปน ความ
เห็นชอบเห็นในรูปก็ชอบแก่ ศีล สมาธิ ปัญญา เห็นในนามก็ชอบ
แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา เห็นชอบหนึ่งเป็นอนุโลม เห็นชอบที่ ๒ เป็น
ปฏิโลม มีพระขรรค์แก้ว คือวิปัสสนาปัญญา กวัดแกว่งอยู่ คือ
ทำความเข้าใจพิจารณาอยู่ เรียกว่า มรรคกำหนดในอริยสังเป็น ๒
คือเหตุกับผลเท่านั้น

เมื่อกำหนดเหตุและผลอยู่นั้นใจจดจ่ออยู่ เรียกว่าโสดามรรค
เมื่อรู้เหตุและผลแจ้งชัดด้วยกำลัง ปัญญา ทำใจให้โปร่งใส ทำลาย
นามรูปที่เป็นสังโยชน์ขาดลงแล้ว ปรากฏช่องพระนิพพานขณะใด

ขณะหนึ่ง ถ้ากำลังปัญญาอ่อน ก็กลับมาทรงรูปขันธ์ นามขันธ์ อีกแต่มีหลง เพราะมองเห็นโทษสังโยชน์ ๓ ที่ตนเคยยึดถือมาแล้วนั้น ไม่กล้าเข้ายึดอีกนี่เรียกว่า ผู้เข้าถึง โลกุตตระ คือโสดาปัตติมรรคปัตติผล เป็นอริยบุคคลจำพวกหนึ่ง

โลกุตตระนั้นมี ๙ คือ มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ เรียกว่า โลกุตตระ ดังนี้

- | | |
|------------------|----------------|
| ๑. โสดาปัตติมรรค | ๒. โสดาปัตติผล |
| ๑. สกิทามิมรรค | ๒. สกิทาคามีผล |
| ๑. อนาคามิมรรค | ๒. อนาคามีผล |
| ๑. อรหัตตมรรค | ๒. อรหัตตผล |

ทั้งหมดรวมลงที่นิพพาน ๑ เป็น ๙ โลกุตตระธรรมนี้ แปลว่า ธรรมอันยิ่ง เป็นธรรมอันพิเศษจากโลกียธรรม คือเข้าโลกที่เหนือโลก มีแต่จะหมุนไปข้างหน้าเสมอ มิได้หมุนไปเบื้องต่ำอีกต่อไป

อธิบายคำที่ว่ามรรคๆ นั้นมิใช่อื่นก็คือ

หนทางแห่งพระนิพพานที่เรียกว่า อริยมรรค เป็นทางอันปราศจากข้าศึก ทางอันพระยามารติดตามไม่ได้ ที่เรียกว่า อภิญญาคิริมัค มีองค์ ๘ องค์ ๘ นั้นแยกออกเป็นโลกียมรรค ๑

โลกุตตระ ๑ ตอนนี้จะอธิบายแต่โลกุตตรมรรคตามแนวความคิดเห็น ให้ท่านปฏิบัติตรองดู โลกุตตรมรรคมีเสมอองค์ ๘ เท่านั้น เป็นแต่ฝ่ายสัมมาทิฐิ ทั้งสัมมาสังกัปปไป ปัญญาเห็นชอบ คือเห็นนามรูปที่เกิดอยู่ดับอยู่ในปัจจุบันด้วยวิปัสสนา เป็นไตรลักษณ์ญาณ ละแล้วไม่กลับกลอก ได้ถึงแล้วซึ่งความรู้ความเห็นที่ดี หมดความสงสัยในธรรมที่ตนรู้เห็น ส่วนสัมมาวาจา สัมมา กัมมันโต สัมมาอาชีโว ถึงแล้วซึ่งกายกรรมวจีกรรมอันสะอาด ปราศจากสังโยชน์ คือ ลักกายทิฐิ สัมมาวาจาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ถึงแล้วซึ่งจิตที่ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว กายกรรม วจีกรรม มโนกรรม ชอบ ปราศจากสี่ลัพท์ตปราคาส ตรงต่อพระนิพพาน ไม่แหวะเวียนชบเซาอยู่เหมือนมมนุษย์สามัญ (ลักษณะของโสดาปัตติผลนั้นดังนี้คือ เป็นผู้ที่มีศรัทธาความเชื่อเลื่อมใสในคุณพระรัตนตรัยอย่างมั่นคงนี้หนึ่ง เป็นผู้ที่มิจากระดมประจําใจ ไม่ประมาท ไม่ลู่อ่านจแกความหลงนี้หนึ่ง เป็นผู้ที่มีศีลที่รักของตน ยิ่งกว่าชีวิตนี้หนึ่ง เป็นผู้ไม่มีใจเจตนาที่จะทำชั่วอันหยาบคายอีกได้เลย แต่ชั่วก็มีอยู่ คือเป็นของเดิมที่ยังค้างอยู่ แต่ถึงอย่างนั้น ก็มิได้ให้อกุศลขึ้นหน้าได้อีก โสดาแปลว่าเป็นผู้เข้าถึงกระแสธรรม คือปากช่องของพระนิพพานขั้นแรก ถ้าจะย่อกล่าวก็คือ เป็นผู้ตัดสังโยชน์ ๓ ที่หยาบๆ ได้ขาดเป็นสมุจเฉทประหาร)

อธิบายสังโยชน์ ๓ ที่พระโสดาละได้นั้น คือ

๑. สักกายทิฏฐิ

ถอนความคิดเห็นผิด อันเป็นเหตุให้เข้ายึดถือในรูป คือ สกกลากายนั้น ว่าเป็นตัวตนเสียได้

๒. วิจิกิจจา

ถอนความสงสัยลังเลใจในนามรูป และสงสัยในพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ ได้แล้ว ใครจะมาคัดค้านว่าความตรัสรู้ไม่มี ปฏิบัติศีลสมาธิปัญญาไม่ได้ถึงมรรคผลนิพพานเลย มีใครมากล่าวตู่เช่นนี้ ปัญญาของโสดาเห็นแน่แล้ว ท่านมิได้เชื่อคำเช่นนั้นเลย คือเป็นผู้มีความเห็นเป็น อกาลิโก มรรคผลไม่มีกาล ปัจจุบันตั้ง รู้เฉพาะตัวอย่างเดียว เชื่อแน่ไม่สงสัย มีความรู้มั่นไม่เหลวไหล

๓. สีลัพพตปรามาส

ถอนความเชื่อถืออันศักดิ์สิทธิ์แห่งนามรูปภายนอกและภายใน ไม่ลุ่มคล้ำศีลพรตของตนอีก (กิริยามารยาท) ทำอะไรย่อมรู้เหตุ และผลเสมอ มิได้ทำด้วยความมืด เพราะเป็นผู้เชื่อกรรม การกระทำของตนเป็นใหญ่ด้วย กายกรรม วาจกรรม มโนกรรม ที่ตนทำนี้ ทำดีได้ดีทำชั่วได้ชั่ว เชื่อมั่นต่อคุณพระพุทธรูป พระธรรม พระสงฆ์ ที่ปรากฏในตน ไม่ลุ่มคล้ำในศีลของตนอีกต่อไป เป็นผู้มีศีล

บริสุทธิ์มิได้เศร้าหมองเลย ตัดสังโยชน์ ๓ ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา ที่กาย วาจา ใจ ดับลง ที่รูปนามเป็นมัคคสมังคิรวมลงแล้วทำการเพ่งพิจารณาอยู่ไปๆ ด้วยกำลังปัญญา ก็คือเดินทางอยู่ தாகถางอยู่ จิตขณะหนึ่งเรียกว่าอนุโลม จิตขณะสองเรียกว่า ปฏิโลม คือ เพ่งอยู่ในความเกิดและความดับก็จะรู้ได้ว่า สิ่งที่ไม่เกิดไม่ดับก็มี อยู่ในนามรูปนี้เอง รู้ได้ด้วยวิปัสสนาปัญญาโสดาปัตติมรรค คือ จิตเพ่งอยู่ในนามรูป ๒ รอบบ้าง ๓ รอบบ้างตามกำลังวิปัสสนาปัญญาของตน นามรูปขาดดับทำลายขณะนั้น โศตรัญญาณบังเกิดแลเห็นธรรมที่ไม่เกิดไม่ดับที่มีอยู่ในตนนั้นแล คือช่องพระนิพพาน รู้เห็นชัดเจนด้วยอำนาจปัญญาแห่งตน เป็นโสดาปัตติผลครั้งแรก เป็นอริยบุคคลในพระพุทธรศาสนา สังโยชน์ดับสนิทโดยสมบูรณ์ ประหาร เป็นผู้เห็นทุกข์เห็นโทษ แห่งกรรมชั่วอันเป็นเหตุแห่งอบาย ๔ มีนรกเป็นต้น เป็นผู้พ้นได้แล้ว เป็นผู้หายใจได้สะดวกแล้ว เป็นผู้ได้แก้วรัตนะ มีโลกุตตรปัญญา ปรากฏพระนิพพานแน่แล้ว เหมือนกับมนุษย์แลเห็นปราสาททองในทางไกลแต่ยังไม่ถึง ย่อมคำนึงเป็นอารมณ์ทุกเมื่อ โสดานี้ท่านเดินทางล่วงไป ๓ โยชน์แล้วยังเหลืออีก ๗ โยชน์เท่านั้น พระองค์นี้ใครได้รู้ได้เห็นได้บารุง และได้ตั้งไกลแล้ว จักเป็นโศคลากอันยิ่งใหญ่ โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล อริยบุคคลในศาสนานั้นมี ๓ จำพวกคือ

๑. เอกพีธี มีความเกิดอีกครั้งเดียว
๒. โกลงโกละ มีความเกิดอีก ๓ ครั้งหรือ ๔ ครั้ง
๓. สตตทุกขตตูปรมะ มีความเกิดอีก ๗ ครั้ง

ทำไมจึงจัดเป็น ๓ เล่า ที่จัดเป็น ๓ จำพวกนั้นก็คือ จริตที่เป็นเองในบุคคลนั้นๆ เป็นเครื่องจำแนกความประพฤติของตน จำพวกแรกนั้นเป็นโทสจริตเจริญสมถะน้อย เจริญวิปัสสนามาก ตรัสรู้เร็ว วิชาโลกียะน้อย จำพวกที่สองนั้นเป็นราคะจริต เจริญสมถะและวิปัสสนาเท่ากัน ตรัสรู้พอปานกลาง วิชาโลกียะก็ได้พอควร จำพวกที่ ๓ นั้นเป็นโมหะจริต เจริญสมถะมากแก่กล้าทางฌาน แล้วจึงเจริญวิปัสสนาได้ ตรัสรู้ช้า วิชามากเช่น วิชา ๓ อภิญญา ๖ ปฏิสัมภีทา ๔ เมื่อถึงแก่กรรมขั้นสูงแล้ว ย่อมได้รู้ครบบริบูรณ์

แต่จริต ๓ นี้ถ้าว่ามีในตนคนเดียว ทำไมจึงมาแยกในตอนนี้อีกเล่า คือในคราวจะรู้จริงกันนั้น ได้ฟังโทษและคุณของเขาแล้ว ก็ได้รู้จริงในขณะนั้น เช่น บางคราว ราคะเป็นเหตุ บางคราวโทสะเป็นเหตุ บางคราวโมหะเป็นเหตุ แล้วได้กำหนดรู้เหตุเหล่านั้นๆ ก็ได้รู้ความจริงตามความเป็นจริง ต่อนั้นเรื่องจริงนั้นๆ ก็จำแนกออกเป็นพวกๆ ต่อนั้นก็เป็นผู้ตรงต่อมรรคผลเบื้องบน มีนิพพานเป็นที่สุด โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล อริยบุคคลนี้เป็นผู้มีศีลอันเต็มรอบ คือเป็นผู้ไม่ห่วงในศีลแล้ว มิได้รักษาศีลเสียแล้ว เพราะเป็นทาสศีลมานาน ต่อนี้คุณศีลจะต้องตามรักษาท่าน มิให้ตกไปในอบาย ๔ ได้ แปลว่าเป็นผู้มีโทษอันเชิงแล้ว ไม่ต้องห่วงรักษา ส่วนสมานกับปัญญาจะต้องทำต้องรักษาอยู่ อุกุลหยาบๆ ปรายแล้ว ยังอยู่แต่อย่างกลางและอย่างละเอียด จะต้องปรายด้วยมรรคเบื้องสูงคือ สกิทาคาต่อไป

สกิทาคามิมรรค

สกิทาคามิมรรคนั้นก็คือ โสดาปัตติผลนั่นเอง เป็นที่ตั้งต่อไปคือ การกระทำในมรรค ๘ ของโลกียะและโลกุตระของโสदानั้น พระสกิทาคา ท่านย่นรวมเข้ามาภายในชั้น ๕ ชั้น ๕ ย่นลงแต่ ๒ คือรูปนาม แล้วฟังพิจารณาด้วยกำลังฌานบ้าง กำลังวิปัสสนาญาณบ้าง ดังนี้คือองค์สัมมาทิฏฐิ ปัญญาเห็นชอบ เห็นในรูปนาม เป็นอนิจจานุปัสสนา เห็นแจ้งในความไม่เที่ยง ทุกขานุปัสสนา เห็นแจ้งในความเป็นทุกข์ อนัตตานุปัสสนา เห็นแจ้งในความเป็นอนัตตา ที่ว่ามีใช้ตัวตนดังนี้ เมื่อเห็นแจ้งแล้ว เป็นเหตุให้ไม่พอใจ จึงคิดจะทำลายความใคร่ในรูปนาม ที่เรียกว่า สัมมาสังกัปปो ความดำริชอบ คิดจะถอนออกเพราะเห็นโทษ จึงเรียกว่า สัมมาสังกัปปो สัมมาวาจานั้น ได้แก่อัตตสังขารที่เรียกว่าวิตก วิจารณ์ ที่คิดตรึกตรองหาเหตุและปัจจัยของนามรูปเป็นไปโดยชอบ จึงเรียกว่า สัมมาวาจา ในองค์อริยมรรคนี้

ส่วนวาจาภายนอกนั้นชอบแล้ว ตั้งแต่โสดามรรคโหนั้น ขึ้นนี้ไม่ต้องกล่าวถึง สัมมาสัมมันโต การงานชอบได้แก่การฟังในนามรูปให้เป็นสมถะและวิปัสสนานั้นเอง สัมมาอาชีโว เลี้ยงชีพชอบ ได้แก่การเลือกเฟ้นอารมณ์ มีรูปารมณ เป็นต้น ที่เรียกว่า วิตก วิจารณ์ ตรึกตรอง ด้วยปัญญา เมื่อรู้ความจริงแล้วก็เป็นสุขใจ ความฟังพิจารณาในนามรูปก็ชอบ ความเป็นอยู่ก็ชอบ จึงจัดเป็น

สัมมาอาชีโว สัมมาวายาโม ความเพียรชอบ ได้แก่เพียรเพ่งพิจารณาที่จะสละปล่อยวาง (อารมณ์) คือ นามรูป ด้วยกำลังวิปัสสนาญาณนั้นๆ จึงเรียกว่า สัมมาวายาโม เพียรชอบแก่เหตุมิได้นอนใจ สัมมาสติ ความระลึกชอบก็คือ ทำความระลึกอยู่ในนามรูปที่เคลื่อนไหวเกิดๆดับๆ มิได้เพลินตัวและมีสติสัมปชัญญะความรู้ตัวอยู่ โดยย่อก็คือมีสติสัมปชัญญะประจำกายและจิตทุกอิริยาบถทั้ง ๔ ส่วนรูปก็เป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ส่วนนามก็เป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่เที่ยงตรงต่อองค์สมาธิ จึงเรียกว่า สัมมาสติดังนี้ สัมมาสมาธิ ใจตั้งมั่นชอบ คือจิตเพ่งแน่แน่วอยู่เฉพาะนามรูป มิได้ส่งจิตไปเพ่งอื่นเป็นอารมณ์ตั้งเที่ยงอยู่ในอารมณ์หนึ่ง กำหนดเพ่งพิจารณาด้วยองค์วิปัสสนาญาณอันชอบเป็นอัปปนาจิต เป็นสมาธิที่ผิดจากองค์ปัญญา ค้นหาเหตุและปัจจัยแห่งนามรูปโดยพระญาณที่เรียกว่า สัจจานุโลมิกญาณ

เมื่ออริยมรรคทั้ง ๘ เป็นสัมมาชอบยิ่งทั้งหลายสังขาร วจิตสังขารและจิตตสังขาร องค์อริยมรรครวมลงประชุมกันในขณะจิตอันเดียว เพ่งจิตขณะนั้นรู้แจ้งเห็นจริงของนามรูป นามรูปก็ดับมิได้ปรากฏเป็นนิमित จิตหลุดออกจากเครื่องร้อยรัด คือ ราคะ โทสะ โมหะ จิตดับไป แต่สังโยชน์ก็ละได้ ๓ เหมือนโสดา แต่ราคะ โทสะ โมหะ เป็นแต่ทำให้เบาบางไป จึงเรียกได้ว่า สกิทาคามิผล เป็นพีชบุคคลจะต้องเกิดอีกครั้งหนึ่ง สกิทาคานี้คือ ผู้มีศีลอันเต็มรอบแล้วสมาธิได้อีกครั้งหนึ่ง และสมาธิที่ได้ครั้งนี้เป็นอันเต็มรอบแล้ว

แต่ยังจะต้องเจริญสมาธิเบื้องบนต่อกับปัญญาอย่างสูงอีก เพราะสมาธิปัญญาอย่างสูงยังไม่เต็มรอบ แต่มีปัญญาอย่างอ่อนตัดได้แต่กิ่งก้านสาขา แต่รากเหง้ายังเหลืออยู่ ถึงอย่างนั้นก็นับว่าเป็นผู้ปรากฏพระนิพพานกระชั้นแล้ว ดังนี้ เรียกว่า สกิทาคามิผล

อนาคามิรรค

อนาคามิรรคนั้นก็คือ สกิทาคามิผลนั่นเอง เป็นที่ตั้งต่อไปคือองค์อริยมรรคทั้ง ๘ นั้น ท่านก็รวมเข้ามาประชุมลงที่นามรูปเหมือนกัน ต่อนั้นก็เพ่งพิจารณาด้วย วิปัสสนา ที่เรียกว่า สัมมาทิวฐิ สัมมาสังกัปปो รวมลงในที่แห่งเดียวกันที่นามรูป เรียกว่า ปัญญาเห็นชอบ คือเห็นเป็นลักษณะญาณนี้หนึ่ง สัมมาวาจา สัมมา กัมมันโต สัมมาอาชีโว รวมลงในที่แห่งเดียวกันคือนามรูปเพ่งอยู่เป็นปกติ ย่อการทำมี ๒ อย่าง กายกรรม จิตเพ่งอยู่ในอาการของรูปกาย วจกรรมคือวิตก วิचार ของจิตเพ่งอยู่ในสังขาร ความ เป็นอยู่ของรูปกายก็เป็นปกติ นามกายก็เป็นปกติ เรียกว่า อธิศีล ตั้งขึ้นแล้ว สัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ความเพียรเพ่งแห่งนามรูป ก็มีได้เคลื่อนไหวเลย จิตแน่แน่วอยู่ในนามรูปเท่านั้น เป็นอารมณ์ จิตตั้งมั่นอยู่อย่างนี้เรียกว่า สัมมาสมาธิ เมื่อศีลสมาธิปัญญาเข้าสันนิบาตในนามรูปพร้อมกันแล้ว เพ่งพิจารณาด้วยกำลังปัญญา ไปๆ มาๆ เป็นอนุโลมขณะหนึ่ง ปฏิโลมขณะหนึ่ง เรียกว่าอริยมรรค

เมื่อนามรูปดับจากจิตเดิมได้ ละสังโยชน์ที่ ๔ ที่ ๕ กามราคะ ความกำหนดในนามรูปด้วยอำนาจกิเลสกำมั้นหนึ่ง ปฏิฆะ ความกระทบกระทั่งแห่งจิต ได้แก่ความหงุดหงิดด้วยอำนาจโทสะอันเกิดจาก นามรูปนี้หนึ่ง เมื่อขาดจากจิตได้แล้ว ด้วยวิปัสสนาปัญญา เรียกว่า อริยผล หนทางกัณดาร ๕ โยชน์ นั่นคือ ลักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ปฏิฆะ ทั้ง ๕ นี้ พระอนาคามีผ่านพ้นไปแล้ว ไม่ต้องกลับมาเกิดในกามโลกอีกเลย ละได้โดยเด็ดขาดเป็นอนาคามี เป็นอริยบุคคลในพุทธศาสนา ถ้าจัดตามบาลีมี ๕ จำพวก เมื่อแตกทำลายจากมนุษย์ไปแล้ว ไปอุบัติในพรหมโลกคือ สุทธาวาส ๕ ชั้นได้ สำเร็จอรหัตตมรรค อรหัตตผล อยู่ที่นั่นเอง ไม่ต้องมาเกิดในกามโลกอีก พระอนาคามีนี้เป็นผู้มีงานน้อยแล้ว คือศีลก็เต็มที่เป็นอริศีล สมาธิก็เต็มที่แล้ว ไม่ต้องทำอะไรจะต้องทำแต่ปัญญาอย่างเดียว นอกนั้นเป็นแต่ทรงอยู่เฉยๆ นี้คืออริยเจ้าชั้นที่ใกล้พระนิพพานแท้

อรหัตตมรรค

อรหัตตมรรคนั้นก็คือ อนาคามีผลนั่นเอง เป็นที่ตั้งต่อไป คือองค์อริยมรรคทั้ง ๘ นั้นท่านก็รวมลงที่นามรูปเหมือนกัน แต่นามรูปละเอียดผิดกับเบื้องต้น (คือ นามรูปรวมเข้าเป็นจุดอันเดียวกัน) เมื่อรวมลงที่นามรูปแล้ว ฟังพิจารณาด้วยกำลังวิปัสสนาไปๆ มาๆ ด้วยกำลังญาณ คือกำหนดนามรูปอันละเอียดนั้นเข้าเป็นจุดอัน

เดียวกัน คือเป็นตัวทุกข์ เป็นตัวสมุทัย ตัวมรรครวมอริยสังขารทั้ง ๔ เป็นอันเดียว คือกำหนดลงว่าอันใดเป็นตัวทุกข์ อันนั้นเป็นสมุทัย อันใดเป็นสมุทัย อันนั้นเป็นมรรค อันใดเป็นมรรค อันนั้นเป็นนิโรธ เมื่อทำความเข้าใจจนจบดังนี้แล้ว ฟังพิจารณาด้วยวิปัสสนาญาณดังนี้ว่า นามรูป อนิจจัง นามรูปไม่เที่ยง นามรูป ทุกข์ นามรูป เป็นทุกข์ นามรูป อนตตา นามรูปมิใช่ตัวตนเราเขาอะไร เมื่อฟังอยู่เช่นนี้ เรียกว่า อรหัตตมรรค เมื่อรู้แจ้งเฉพาะจิต นามรูปกับองค์สัมมาทิฏฐิขาดลงดับลงพร้อมกันในขณะนั้น บรรลุถึงคุณธรรมชั้นสูงสุดที่ไม่รู้จักเกิดไม่รู้จักดับ (อสังขตะ) สังโยชน์ ๑๐ ขาดกระจายมิได้เหลือเศษ คือนับต่อจากสังโยชน์ ๕ เบื้องต้นนั้นคือ (๖) รูปราคะความกำหนัดติดอยู่ในรูปธรรม นามธรรม เช่นพอใจในผัสสฺขบางสิ่งและวัตถุอันเป็นที่ตั้งแห่งอารมณ์ มีรูปญาณเป็นต้นนี้หนึ่ง (๗) อรูปราคะ ความกำหนัดพอใจในอรูปธรรม เช่น พพอใจในสุขเวทนาที่เคยเสวยนี้หนึ่ง (๘) มานะ ความสำคัญว่าตนเป็นนั่นเป็นนี่ คือปล่อยวางความสำคัญนั้นได้ (ไม่สมมุติตนเอง) นี้หนึ่ง (๙) อุทธัจจะ ความคิดฟุ้ง เช่น คิดอะไรเกินไปกว่าเหตุนี้หนึ่ง (๑๐) อวิชชาความหลงความมืดที่หมกมุ่นอยู่ใน รูปธรรม นามธรรมนี้หนึ่ง

รวมเป็นสังโยชน์ ๑๐ ทั้ง ๑๐ นี้ขาดจากสันดานแล้ว คือฟังพิจารณาด้วยกำลังปัญญา เห็นความดับความทำลายแห่งนามรูป โดยอาการของสังขารทั้งปวง สหฺเพสฺสงฺขารา อนิจฺจา สังขาร ทั้งหลาย

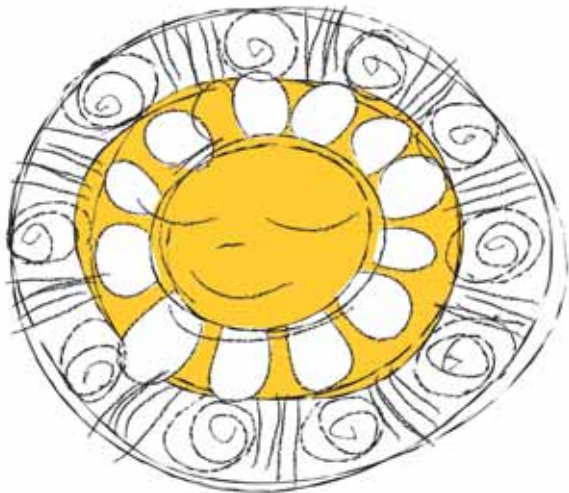


คือนามรูป เป็นของไม่เที่ยง, สัพเพ สงขารา ทุกฺขา สังขารทั้งหลาย
คือนามรูปเป็นทุกข์ทั้งสิ้น สัพเพ ธมฺมา อนตฺตา ธรรมทั้งหลาย คือ
รูปธรรม นามธรรมมิใช่ตัวตน พงเห็นเป็นนัยในไตรภพ เห็นไตรภพ
เป็นกองถ่านเพลิงอันใหญ่ เผาสัตว์ผู้ข้องอยู่ให้ละเอียดไป ในเวลาศีล
สมาธิ ปัญญา เข้าประชุมสันนิบาตแล้ว เจาะนามรูปเรียกว่า
อรหัตตมรรค ในขณะที่นามรูปดับ องค์อริยมรรคคือ สัมมาทิฏฐิ
ก็ดับลงพร้อมกัน สังโยชน์ ๑๐ ขาดเรียกว่า อรหัตตผล หมดจาก
ศีล สมาธิ ปัญญา จบพุทธศาสนาในโลก หมดจากการยึดมรรค
และยึดผล มีอยู่แต่ของเป็นเองคือนิโรธ คือจิตที่สัมปยุตด้วยขั้น
๕ ดับหมด อสังขตธรรมก็ไม่ได้เข้ายึด จิตที่สัมปยุตด้วยศีล สมาธิ
ปัญญา ก็ดับหมดเพราะศีล สมาธิ ปัญญา มาสันนิบาตที่นามรูป
หนึ่ง เป็นอริยชั้นแรก สันนิบาตที่นามรูปหนึ่งที่สอง เป็นอริย
ชั้นที่สอง สันนิบาตที่นามรูปหนึ่งที่สาม เป็นอริยชั้นที่สาม สันนิบาต
ที่นามรูปหนึ่งสี่ เป็นอริยชั้นที่สี่ เมื่อศีล สมาธิ ปัญญา เข้ามา
ประชุมเต็มส่วนแล้ว จิตย่อมหลุดออกจากนามรูป เพราะกำลัง
ปัญญา สมกับบาทคาถาว่า **ปญฺญา ปริภาวิตํ จิตตํ สมฺมาเทว
อาสเวหิ วิมฺลฺลจิตฺติ** แปลความว่าจิตอันปัญญาอบรมแล้ว ย่อมพ้นจาก
อาสวะทั้งปวงดังนี้ คือจิตปล่อยวางนามรูปได้ คือนามรูปมิใช่จิต
จิตมิใช่นามรูป จิตมิใช่ศีล สมาธิ ปัญญา สัพเพ ธมฺมา อนตฺตา
ธรรมทั้งหลายมิใช่ตัวตน ตัวตนมิใช่ธรรมเหล่านี้ เป็นอมตธรรม
คือธรรมไม่ตาย

ที่เรียกว่านิโรธ คือความดับราคะ โทสะ โมหะ แล้วโดยสิ้นเชิง
สิ้นภพ สิ้นชาติ ปราศจากอาลัยในธาตุชั้นอายตนะ มิได้มีวเมา
เหมือนนุถุชน มีนิพนธ์คาถามารับรองได้ดังนี้ว่า **มทนิมฺมทโน** ไม่
เมาในไตรภพอีกแล้ว **ปีปาสวินโย** ไม่มีความรักใคร่ในกามคุณ ๕
แล้ว **อาลยสมฺมุคฺชาโต** ถอนเสียซึ่งความอาลัยในขั้น ๕ ปล่อยวาง
ตามสภาพ **วฏฺฏฺพจฺเจโท** ตัดเสียซึ่งความเวียนในไตรภพโดยเด็ดขาด
ตณฺหุขโย ลื่นแล้วด้วยตัณหา **วิราโค** ลื่นแล้วด้วยความกำหนด
นิโรโธ ดับแล้วซึ่งอริชชา ไม่มีเหลือเศษ **นิโรโธนิพฺพานํ** ออกแล้ว
จากเครื่องร้อยรัด ถึงแล้วซึ่ง อมตธรรม กำจัดแล้วซึ่งความเกิด
แก่เจ็บตาย ถึงแล้วซึ่งบรมสุขคือสุขอันไม่แปรผัน ดับขั้น ๕ ไม่มี
เศษ สมกับนิเทศคาถาที่มาในปฏิจจสมฺปปาหว่า **อวิชฺชายต เมว
อเสสฺวิราคนิโรโธ**

สังขารดับโดยไม่เหลือ เพราะความคลายความดับ โดยหา
เศษมิได้แห่งวิชชานั้นสิ่งเดียว **สงฺขารนิโรธา** ดับสังขาร ทั้งหมด
โดยสิ้นเชิง **วิญฺญาณนิโรธา** ดับหมด ไม่ปรากฏแห่งนามรูป **สฬาย
ตณฺหานิโรธา** ดับหมด ไม่ปรากฏแห่งอายตนะ ๖ **ผลฺลสนิโรธา** ดับหมด
ไม่ปรากฏแห่งสัมผัส ๖ **เวทฺธานิโรธา** ดับหมด แห่งเวทนา ๓
ตณฺหานิโรธา ดับหมด ไม่ปรากฏแห่งตัณหา ๓ **อุปาทานนิโรธา**
ดับหมด ไม่ปรากฏแห่งอุปาทาน ๔ **ภวนิโรธา** ดับหมด ไม่
ปรากฏแห่งภพ **ชาตินิโรธา** ดับหมด ไม่ปรากฏแห่งความเกิด **ชรา
มรณํ โสภปริเทว** ทุกข์โหมนสุสฺสฺยาสา **นโรชฺฌนฺตํ** ความแก่

ความตาย ความโศก ความร่ำไร คร่ำครวญ ความแค้นใจ ความเคลิบเคลิ้ม ย่อมดับหมด ไม่ปรากฏเป็นทุกข์ จิตเป็นธรรมชาติพ้นจากอภัสสะ เพราะรู้แจ้งในสังขารธรรมทั้งปวง เป็น วิมุตติ คือ จิตหลุดพ้นไม่มีเหลือ ขาดจากอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ละสังโยชน์ ๑๐ ได้ขาดที่เรียกว่า อรหัตตผล เป็นอริยบุคคล จบศาสนาหมดกิเลสตัณหา ไม่มีใครสอนได้แล้ว พระพุทธเจ้าก็ไม่มีอำนาจที่จะบัญญัติคำสอนอีกแล้ว จึงเรียกว่า **จบศาสนา**



รายนามผู้ร่วมศรัทธาพิมพ์หนังสือเรื่องจิตตวิชา ท่านพ่อลี

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๑	คุณสุรพันธ์ วงศ์ชาญศิลป์	๒๓,๐๐๐
๒	คุณกรรณิการ์ พัฒนาศิริเวทิน	๑๐,๐๐๐
๓	บ.ภูพฟ้า จำกัด	๖,๘๘๐
๔	คุณคนันท์ชัย เกษมวัฒนาโรจน์	๕,๖๑๐
๕	คุณภาณุวัฒน์ สำเนียงเสนาะ	๕,๓๓๐
๖	คุณกานต์ โบราณินทร์	๕,๐๔๐
๗	คุณพงศกร บุญใส	๕,๐๑๐
๘	คุณกนกรัตน์ ปิยะเนติธรรม	๕,๐๐๐
๙	คุณปรกรณ์ ชินพงศ์สุวรรณ	๕,๐๐๐
๑๐	คุณศิริพันธ์ เผือกโสภากา	๕,๐๐๐
๑๑	ครอบครัว "ทองแจ่ม"	๔,๐๐๐
๑๒	คุณกิตติพร อุดมรัตน์กุลชัย	๓,๕๕๐
๑๓	คุณรวีวรรณ ดวงอุดม	๓,๔๐๐
๑๔	คุณเจษฎาพร ทวีสิงห์วงศ์	๓,๐๘๐
๑๕	พ.อ.สมพงษ์ สุตเกตุ	๓,๐๒๐
๑๖	พ.อ.ปราโมทย์ สิ้นสมบุญรณ์	๓,๐๐๐
๑๗	บ้านชนม่นันทวัน จ.เพชรบุรี	๓,๐๐๐
๑๘	คุณอรฉัตร เลียงพิบูลย์	๓,๐๐๐
๑๙	คุณธาศรี แสงที่ปทวิกิจ	๓,๐๐๐
๒๐	คุณสมัญญา ทศนมาลัย	๒,๙๑๐
๒๑	คุณเมฆา จิตรพงศ์ไพบูลย์, คุณวีรยา ภัทรอาชาชัย	๒,๗๗๐
๒๒	คุณนงนภัส พิริยะถาวร	๒,๖๐๐
๒๓	ด.ญ.อภิชญา-คุณสุนทร นันทิกุล	๒,๐๐๐
๒๔	คุณแม่เจียรนัย อำไพศรี	๒,๐๐๐
๒๕	คุณอารี แสงวิวัฒน์เจริญ	๒,๐๐๐
๒๖	คุณเยาว์รัตน์ วัชรินทร์กาญจน์	๒,๐๐๐
๒๗	คุณสรวิภา ก้องกิตติกุล	๒,๐๐๐
๒๘	คุณปรีชา พรวิริยกุล	๒,๐๐๐
๒๙	คุณสุพัตรา ราโชติ	๒,๐๐๐
๓๐	คุณพรพิมล จรุงจิตอารี และครอบครัว	๒,๐๐๐
๓๑	คุณบุญเหลือ พริ้งล้าภู	๒,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๓๒	คุณนงนุช	๑,๗๐๐
๓๓	อ.กมลชัย ตระจางินชานาม	๑,๖๘๐
๓๔	พ.อ.สมพงษ์ สุตเกตุ	๑,๖๐๐
๓๕	คุณพนัสกร ศรีรูป	๑,๕๕๐
๓๖	คุณแม่อริณณ์ นันทพูลทรัพย์ และ คุณรชต ชอบธรรมสกุล	๑,๕๐๐
๓๗	คุณภูมิภา จันทร์อาหาร	๑,๕๐๐
๓๘	พ.อ.หญิงบุญประกอบ สุนทรหุต	๑,๕๐๐
๓๙	คุณดาวารรณ อัครแสงพิทักษ์	๑,๔๕๐
๔๐	คุณเกษราณี ทรัพย์พันธ์ุ	๑,๓๐๐
๔๑	คุณธนาภรณ์ เลิศอัครรัตน์	๑,๑๗๐
๔๒	คุณทิพวัลย์ ฉัตรภูติ	๑,๑๒๐
๔๓	คุณปรารณีย์ พงษ์ทอง	๑,๑๐๐
๔๔	คุณสมศักดิ์-ด.ช.ชานาธิป วิทยเลิศปัญญา	๑,๑๐๐
๔๕	คุณวราภรณ์บุรีย์ บรรเจิดศรี	๑,๑๐๐
๔๖	คุณวัลลีย์ แซ่ก๊ และ คุณรวนรินทร์ ตันติกร	๑,๐๔๐
๔๗	คุณเกสร ภูน้ำใส	๑,๐๒๐
๔๘	คุณราชา คุรานา	๑,๐๐๐
๔๙	คุณวิชัย-คุณสุนทร โพธิ์นทีไท	๑,๐๐๐
๕๐	คุณเรวัต-คุณวัลยา แสงนิล	๑,๐๐๐
๕๑	คุณศรัณยพงศ์ อัครแสงพิทักษ์	๑,๐๐๐
๕๒	พ.ต.อ.ญาณพล ยั่งยืน	๑,๐๐๐
๕๓	คุณสุคนธ์ วัฒนะพันธ์ุ และ คุณพัชรินทร์ สายสังข์	๑,๐๐๐
๕๔	คุณนันทนา ธีรพันธ์ุเมธี	๑,๐๐๐
๕๕	คุณอารีรัตน์ ลีม่วงสุวรรณ	๑,๐๐๐
๕๖	คุณณรงค์กร พรชัยยันต์	๑,๐๐๐
๕๗	กลุ่มธรรมรักษา	๑,๐๐๐
๕๘	คุณกิตติศักดิ์-คุณประนอม และ ครอบครัว บ.ซีเอ็มซีออยส์ จำกัด	๑,๐๐๐
๕๙	คุณเนทีศน์ เหล้าพานิชย์กุล (ร้านแจ่มบุญ)	๑,๐๐๐

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๖๐	คุณจันทพร ผลการกุล และ คุณแพญศิริ ทองผดุงโรจน์	๑,๐๐๐
๖๑	คุณสุสดี แสงสินธุ์	๑,๐๐๐
๖๒	คุณศุภชัย ผ่านเจริญถาวร	๑,๐๐๐
๖๓	พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู	๑,๐๐๐
๖๔	คุณธาดารี แสงทวีปทวีกิจ	๑,๐๐๐
๖๕	คุณเสรีภาพ พรหมจาด	๑,๐๐๐
๖๖	คุณวรินทร์พร เนติไชยศักดิ์	๑,๐๐๐
๖๗	คุณบุษกร เดชวิชัย	๕๗๐
๖๘	พ.ต.อ.บุญเสริม-คุณยุพดี ศรีชมภู	๕๗๐
๖๙	คุณฉัตรกุล นิลนนท์	๕๖๐
๗๐	คุณอุไรรัตน์ คลังทอง	๕๖๐
๗๑	คุณประชิต ทองมณี	๕๒๐
๗๒	คุณสมศักดิ์ ชินวงศ์	๕๐๐
๗๓	คุณสมโภชน์ โกสุม	๕๐๐
๗๔	คุณนลินทิพย์ รติยประภากุล และคณะ	๗๖๐
๗๕	คุณวิโรจนา นิวนุญ และคณะ	๗๖๐
๗๖	คุณสุกัญญา สารชาติ	๗๔๐
๗๗	คุณศุภชัย ถึงฝั่ง	๗๑๐
๗๘	คุณยุพา พงคะบุตร	๗๐๐
๗๙	คุณสมภาพ แนวฤทธิกุล	๖๖๐
๘๐	แมชีฟวงศรี นิชะโต	๖๕๐
๘๑	คุณสุรัตน์ วงศ์ชาญศิลป์	๖๓๐
๘๒	คุณผ่องศรี ลงลายชาติ	๖๒๐
๘๓	คุณธนาวัฒน์-คุณระวีวรรณ ดวงอุดม	๖๐๐
๘๔	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๕๕๐
๘๕	คุณกัลญารัตน์ ยี่มกุญ	๕๕๐
๘๖	ผู้ไม่ประสงค์ออกนาม	๕๕๐
๘๗	คุณสมชาย วรสีหา	๕๕๐
๘๘	คุณสำราญ ธรรมเนียมอินทร์	๕๓๐
๘๙	คุณสุรพงษ์ ภิญญินุชนม์	๕๓๐
๙๐	คุณชชาติตรี ตรัสสิงห์วงศ์	๕๒๐

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๙๑	คุณญาณัก อวารณ	๕๐๐
๙๒	คุณสมพิศ พันธุเจริญศรี	๕๐๐
๙๓	คุณกรรณา แสงนิล	๕๐๐
๙๔	คุณพรทิพย์ ไชยณรงค์	๕๐๐
๙๕	คุณภาณวิทย์ เกียรติธนะวัชร	๕๐๐
๙๖	คุณสิริธร เจริญรัตน์	๕๐๐
๙๗	คุณมณีนุช ทรงแสงธรรม	๕๐๐
๙๘	คุณชญาวันรัตน์ กุลภัสสรภาธร	๕๐๐
๙๙	คุณวรรษยา ธนโภคธำรง	๕๐๐
๑๐๐	คุณศิริพร ทวีชาติ	๕๐๐
๑๐๑	คุณพิชัย-คุณรัตนา-คุณอรพล- คุณชัยรัตน์ คงอารยะเวชกุล	๕๐๐
๑๐๒	คุณพิมพ์ภิมล บุญกล้า	๕๐๐
๑๐๓	คุณนิลเนตร เขাপาน	๕๐๐
๑๐๔	คุณภาณวิทย์ เกียรติธนะวัชร	๕๐๐
๑๐๕	คุณเจริญ แอ้วชุมทรัพย์	๕๐๐
๑๐๖	คุณสุรพงษ์ ภิญญินุชนม์	๕๐๐
๑๐๗	คุณนพรัตน์ สุกุลนำโชค	๕๐๐
๑๐๘	คุณเกษมา ก้านจันทร์	๕๐๐
๑๐๙	คุณกวิสรา สุขสุดพงษ์	๔๖๐
๑๑๐	น.อ.ไกรพ กมลนาวัน	๔๒๐
๑๑๑	คุณรฐา ศรีชมภู	๔๒๐
๑๑๒	คุณหทัยกาญจน์ รอดสูงเนิน	๔๒๐
๑๑๓	คุณพิรญา มาทวีโชคติกุล	๔๑๐
๑๑๔	คุณชารี แสงสว่าง	๔๑๐
๑๑๕	คุณมณฑิต สุวรรณโท	๔๐๐
๑๑๖	คุณประกอบ บำรุงราษฎร์	๔๐๐
๑๑๗	คุณนพวรรณ ศรีชมภู	๔๐๐
๑๑๘	คุณหทัยกาญจน์ รอดสูงเนิน	๓๘๐
๑๑๙	คุณณัฐกานต์	๓๕๐
๑๒๐	คุณสมปัติ สมพันธ์ชาติตย์	๓๓๐
๑๒๑	คุณจิรวิบูลย์ ภาตราพูนสินไชย	๓๓๐
๑๒๒	คุณสุธิดา พรวลัสดีพัฒน์	๓๒๐

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๑๒๓	คุณณอมลีน เย็นสุข	๓๑๐
๑๒๔	คุณนันทกร สักกะพลางกูร	๓๐๐
๑๒๕	คุณวาสนี สักกะพลางกูร	๓๐๐
๑๒๖	ต.ญ.ปวีณ์กร สักกะพลางกูร	๓๐๐
๑๒๗	คุณจิตรา เดชไกรศักดิ์	๓๐๐
๑๒๘	คุณสมน พรหมคุณ	๓๐๐
๑๒๙	คุณพิชัย-คุณมาลี-คุณฐานิตา- คุณพิสุทธิ์ จันทร์วัชรังกุล	๓๐๐
๑๓๐	คุณจำเรียง เรืองรุ่ง	๓๐๐
๑๓๑	คุณวินัย ขวัญมา	๓๐๐
๑๓๒	คุณสอ สันตยานนท์	๓๐๐
๑๓๓	คุณอริวัฒน์ จิราภัทรเรืองกุล	๓๐๐
๑๓๔	คุณไพโรวรรณ ชนะ	๓๐๐
๑๓๕	คุณชญานิศ แก้วกระจ่าย	๓๐๐
๑๓๖	คุณภรณ์ปรียา อินทร์ทอง	๓๐๐
๑๓๗	คุณวันเพ็ญ เพชรราชย์	๓๐๐
๑๓๘	คุณวัชร คำมูล	๒๙๐
๑๓๙	คุณอริวัฒน์ ตั้งวิสุข	๒๘๐
๑๔๐	คุณชินสรวง โพธิ์ทอง	๒๗๐
๑๔๑	คุณปลีก ยุ่นสมาน	๒๖๐
๑๔๒	คุณยุพร รัตนะผล	๒๖๐
๑๔๓	คุณธรรารัตน์ กาญจนวิไลฐผล	๒๕๐
๑๔๔	น.ต.ทพพล ฉายานนท์	๒๕๐
๑๔๕	คุณบุษกร เดชวิชัย	๒๕๐
๑๔๖	คุณโดม วิศิษฐ์สรอรรถ	๒๔๐
๑๔๗	คุณวัชรจักร อธิปัญญา	๒๔๐
๑๔๘	คุณบุญช่วย คงเมือง	๒๔๐
๑๔๙	คุณสุนทร เลี้ยงอ่อน	๒๔๐
๑๕๐	คุณกิตติกร รัมมะบุตร	๒๓๐
๑๕๑	คุณชาญณรงค์ หมั่นพรหม	๒๒๐
๑๕๒	คุณพิมพ์พรณ พทยาวิวัฒน์กุล	๒๒๐
๑๕๓	คุณศรินทร์ห์ เผือกโสภา	๒๒๐
๑๕๔	คุณทิวาพร หลวงบำรุง	๒๑๐

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๑๕๕	คุณวรรณิ พงษ์วัฒนกิจ	๒๐๐
๑๕๖	คุณพรธนาภา โรจน์ฐิติกุล	๒๐๐
๑๕๗	คุณลิขิพันธ์ อ่อนมนเียวรรณ	๒๐๐
๑๕๘	คุณพูนศรี สัตตบรรณสุข	๒๐๐
๑๕๙	คุณดลฤดี จุฑะศรี	๒๐๐
๑๖๐	คุณหญิง จันทร์สนิท	๒๐๐
๑๖๑	คุณลักขณา สุจิรวกุล	๒๐๐
๑๖๒	คุณภาวิทัต สุจิราธรณ์	๒๐๐
๑๖๓	คุณภัสสรณ์ เจริญจิตต์กุล	๒๐๐
๑๖๔	คุณณัฐกมล อินทร์มรรย	๒๐๐
๑๖๕	คุณจตุร นิลนที	๒๐๐
๑๖๖	คุณแสงจันทร์ คำป่าแฝง	๒๐๐
๑๖๗	คุณอัญชานา มั่งมี และ คุณสมคิด พันธุ์เดช	๒๐๐
๑๖๘	คุณสุภาพร สุวิจิตรพงษ์	๒๐๐
๑๖๙	คุณศิริลักษณ์ ลีนคำ	๒๐๐
๑๗๐	คุณอนงค์นิตย์ รัตนวรากุล	๒๐๐
๑๗๑	คุณสุภาภรณ์ ชันธุสุวรรณ	๒๐๐
๑๗๒	คุณศรีวรรณ สุขแสนไกรตร และครอบครัว	๒๐๐
๑๗๓	คุณศิริพรรณ นักร้อง	๒๐๐
๑๗๔	คุณพยอม มณีพฤกษ์	๒๐๐
๑๗๕	คุณสิริพร โค้วฉิมพันธ์	๒๐๐
๑๗๖	คุณประเสริฐ ชัยประสิทธิ์	๑๙๕
๑๗๗	คุณรุ่งนา บวรสถิตกุล	๑๙๐
๑๗๘	คุณพงศ์เดช มานะกุล	๑๘๐
๑๗๙	คุณฉันทนา ภาคบงกช	๑๘๐
๑๘๐	คุณวีรชัย เหลืองอรุณเลิศ	๑๗๕
๑๘๑	คุณบุญมี มาสูงเนิน	๑๗๐
๑๘๒	คุณอรุณี ลือธีระศุกกุล	๑๗๐
๑๘๓	คุณปรีดา ปุงบางกะดี	๑๖๐
๑๘๔	คุณสำราญ พัทสาร	๑๖๐
๑๘๕	คุณวรรณภา พงศาสิริกุล	๑๕๐

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๑๘๖	คุณคณะนึ่งนิจ หาริณสุก	๑๔๐
๑๘๗	คุณกิตติพันธ์ ภคธรรฆวนันท์	๑๓๐
๑๘๘	คุณบุญเสริม ศรีชมภู และครอบครัว	๑๒๐
๑๘๙	คุณอรุณวรรณ บุรณบุญวงศ์	๑๑๐
๑๙๐	น.ท.สมุห์ แก้วจินดา	๑๐๐
๑๙๑	พระบุญถม ภูริวิฑฒโก	๑๐๐
๑๙๒	คุณชัยภัตสร เกษมกุลวัฒนา	๑๐๐
๑๙๓	พ.ต.อ.ประเทือง นาคบัว	๑๐๐
๑๙๔	ครอบครัวสังข์มณีรักษ์	๑๐๐
๑๙๕	คุณพรทิวา เปี่ยมเฉลียว	๑๐๐
๑๙๖	คุณกมลชนก คิมทอง	๑๐๐
๑๙๗	คุณเพชรรัตน์ พูลเกิด	๑๐๐
๑๙๘	คุณธนวรรณ สวธานันท์	๑๐๐
๑๙๙	ด.ญ.กัญญ์วรา-ด.ช.ชาคริต พรมงษ์	๑๐๐
๒๐๐	คุณบุญเสริม ศรีชมภู	๑๐๐
๒๐๑	นพ.ศิริชัย เอกสันติวงศ์	๑๐๐
๒๐๒	คุณกานดา ท่วมจันทร์	๑๐๐
๒๐๓	คุณสุรัตน์ ม่วงศิริ	๑๐๐
๒๐๔	คุณกฤติมา ลำเจียกสุวรรณ	๑๐๐
๒๐๕	คุณจันจิรา เกิดแก้ว	๑๐๐
๒๐๖	คุณอภิพร ตติยางกูร	๑๐๐
๒๐๗	คุณอาภรณ์ จอมศักดิ์	๑๐๐
๒๐๘	คุณนงคราฐ มระยงค์	๑๐๐
๒๐๙	คุณมานิต สมุห์แจ้	๑๐๐
๒๑๐	พระบุญถม ภูริวิฑฒโก	๑๐๐
๒๑๑	คุณชัยภัทร วงศ์พรกุล	๑๐๐

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	จำนวนเงิน
๒๑๒	คุณเดช ปาละสาร	๑๐๐
๒๑๓	ด.ญ.จินต์ภาณี ดวงอุดม	๑๐๐
๒๑๔	ด.ช.ปิ่นนธธ ดวงอุดม	๑๐๐
๒๑๕	คุณพูนพิพร ไกรสุวรรณสาร	๘๐
๒๑๖	คุณสุวรรณี สระตันดี	๘๐
๒๑๗	คุณสรุชญา โรจนรุ่งทวี	๗๐
๒๑๘	คุณทรงพล มงคลปรีดาไชย	๗๐
๒๑๙	คุณกตฤ น้อยศิริ	๗๐
๒๒๐	คุณธราธรัตน์ กาญจนวิไลชูผล	๖๐
๒๒๑	น.ต.ทศพล ฉายานนท์	๖๐
๒๒๒	คุณมานพ พรหมวงษ์	๕๐
๒๒๓	พลเอกสมหวัง ยัญญะสิทธิ์	๕๐
๒๒๔	คุณลมัย ราชรินทร์	๕๐
๒๒๕	คุณพิจิตรา พู่พงษ์	๕๐
๒๒๖	คุณประมุข อินทร์สูงเนิน	๔๐
๒๒๗	คุณบุษการ เดชวิชัย	๔๐
๒๒๘	คุณสุทัภย์ วิชญสกุลวงศ์	๔๐
๒๒๙	คุณประมุข อินทร์สูงเนิน	๔๐
๒๓๐	คุณอรุณี สังข์มณีรักษ์	๓๐
๒๓๑	คุณสุนภัทร สิงห์ศรี	๓๐
๒๓๒	คุณคณิศร เรืองวารกุล	๒๐
๒๓๓	คุณชนิษฐา สุนทรโชติ	๒๐
๒๓๔	คุณกมล พิพัฒน์จรัสสกุล	๒๐
๒๓๕	คุณเพิ่มพงศ์-ด.ช.เอกสิทธิ์ ธนพิพัฒน์สัจจา	๒๐
รวม		๒๒๑,๕๙๐