

วิชาธรรม ธรรมศึกษาชั้นเอก ธรรมวิจารณ์

เรื่อง

หน้า

เนื้อหา

| | |
|--|----|
| ๑. นิพพิทา ความหน่าย..... | ๓ |
| โลกมี ๒ อย่าง คือ..... | ๓ |
| โทษของการหมกอยู่ในโลก..... | ๓ |
| อาการสำรวจจิต มี ๓ ประการ..... | ๓ |
| มารและบ่วงแห่งมาร..... | ๔ |
| ปฏิบัติแห่งนิพพิทา..... | ๔ |
| อนิจจตา ความไม่เที่ยง กำหนดรู้ได้ ๓ ทาง..... | ๔ |
| สรูปอนิจจลักษณะแห่งสังขาร..... | ๕ |
| อนิจจลักษณะได้ในสังขาร ๒..... | ๕ |
| อนัตตตา..... | ๖ |
| อนัตตลักษณะ..... | ๖ |
| อธิบายคำว่า ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา..... | ๗ |
| อนัตตาไม่ใช่มีฉาปฏิญญี..... | ๗ |
| ความหน่ายที่เรียกว่านิพพิทา..... | ๗ |
| ๒. วิราคะ ความสิ้นกำหนด..... | ๗ |
| ไวพจน์ คือ คำสำหรับเรียกแทนกัน..... | ๗ |
| ๓. วิมุตติ ความหลุดพ้น..... | ๘ |
| อาสวะเป็นไวพจน์แห่งกิเลส..... | ๘ |
| วิมุตติ ๕..... | ๘ |
| ๔. วิสุทธิติ ความหมดจด..... | ๘ |
| บริสุทธิ์ด้วยปัญญา..... | ๘ |
| วิปัสสนาญาณ ๘..... | ๑๐ |
| นิพพิทา..... | ๑๐ |
| มรรค ๘ เทียบกับวิสุทธิติ ๗..... | ๑๑ |
| ๕. สันติ ความสงบ..... | ๑๑ |
| ๖. นิพพาน..... | ๑๒ |
| นิพพานตามมติพระพุทธศาสนา..... | ๑๒ |
| นิพพานเป็นอสังขตะ..... | ๑๓ |
| นิพพานมี ๒ อย่าง..... | ๑๓ |
| นิพพานศัพท์ ๒ ความหมาย..... | ๑๓ |
| สรูปธรรมที่เป็นปฏิบัติแห่งนิพพาน..... | ๑๔ |
| บาลีแสดงสุภาทิเสสนิพพาน..... | ๑๔ |

| | |
|---|----|
| พระพุทธรูปจน์แสดงอนุปาติเสสนิพพาน | ๑๔ |
| พระพุทธรูปจน์แสดงนิพพาน ๒ บรรยาย | ๑๕ |
| ปลุกฉันท์ในนิพพาน | ๑๕ |
| สรุปวิธีปลุกฉันท์ในนิพพาน | ๑๖ |
| หัวใจสมถกัมมัฏฐาน | ๑๖ |
| เมตตา | ๑๗ |
| พุทธานุสสติ | ๑๘ |
| กสิณ | ๑๙ |
| จตุธาตุวัตถถานะ | ๒๑ |
| วิปัสสนากัมมัฏฐาน | ๒๒ |
| วิสุทธิ ๕ | ๒๓ |
| ลักษณะ กิจ ผล และเหตุของวิปัสสนา | ๒๓ |
| วิภาค | ๒๓ |
| วิญญานเป็นอนัตตา | ๒๔ |
| วิธีเจริญวิปัสสนาตามนัยอรรถกถา | ๒๔ |

วิชาธรรม ธรรมศึกษาชั้นเอก
- ธรรมวิจารณ์ -

- ส่วนปรมัตถปฏิบัติ -

๑. นิพพิทา ความหน่าย

อุทเทส

- ๑. เอล ปสสถิมิ โลกิ จิตติ ราชรูปม
- ยตถ พาลา วิสีทนต์ิ นตถิ สงโค วิชานต

สุทั้งหลาย จงมาตุโลกนัอันตระการตุจราชรด ที่พวกคนเขลาหมกอยู่ แต่พวกผู้รู้หาข้องอยู่ไม่
โลกวัคค ฉัมมบท

- ๒. เย จิตติ สญญเมสุสนติ โมกขนต์ิ มารพนธนา
- ผู้ใดจักระวังจิต ผู้นั้นจักพ้นจากบ่วงแห่งมาร

จิตตวัคค ฉัมมบท

โลกมี ๒ อย่าง คือ

- ๑. โดยตรง ได้แก่ แผ่นดินเป็นที่อาศัย
 - ๒. โดยอ้อม ได้แก่ สัตว์ผู้อาศัย
- ในโลกทั้ง ๒ นี้มีสิ่งต่าง ๆ อยู่ ๓ อย่าง คือ
- ๑.) สิ่งอันให้โทษโดยส่วนเดียว เปรียบด้วยยาพิษ
 - ๒.) สิ่งอันให้โทษในเมื่อเกินพอดี เปรียบด้วยของมีนเมา
 - ๓.) สิ่งอันเป็นอุปการะ เปรียบด้วยอาหาร และเภสัช แต่ใช้ในทางผิดอาจให้โทษก็ได้
- ผู้หมกอยู่ในโลก คือ คนผู้ไร้พิจารณา ไม่หยั่งเห็นโลกโดยถ่องแท้
- อาการที่หมกอยู่ในโลก ๓ อย่าง คือ
- ๑. เพลิดเพลินในสิ่งอันให้โทษ
 - ๒. ระวังจนเกินพอดี ในสิ่งอันอาจให้โทษ
 - ๓. ติดในสิ่งเป็นอุปการะ

โทษของการหมกอยู่ในโลก

ผู้หมกอยู่ในโลกย่อมได้เสวยทุกข์บ้าง สุขบ้าง อันสิ่งนั้น ๆ พึงอำนวนย แม้สุขก็เป็นเพียงสามิส คือ มีเหยื่อเจือด้วยของล่อใจเป็นเหตุแห่งความติด ดุจเหยื่อ คือ มังสะอันเบ็ดเกี่ยวไว้ เป็นผู้อันจะพึงจูงไปได้ตามปรารถนา

ผู้ไม่ข้องอยู่ในโลก คือ บัณฑิตผู้พิจารณาเห็นความเป็นจริงแห่งสิ่งนั้น ๆ ว่าฉันใดแล้ว ไม่ข้อง ไม่พัวพันในสิ่งอันล่อใจ ใคร ๆ ไม่อาจยั่วให้ติดด้วยประการใดประการหนึ่งย่อมเป็นอิสระแก่ตน

สมเด็จพระบรมศาสดาตรัสชวนพุทธบริษัทให้มาตุโลก มิใช่เพื่อให้หลงชม ดุจดูละคร เห็นแก่สนุก แต่เพื่อให้หยั่งเห็นซึ่งลงไปถึงคุณและโทษแห่งสิ่งนั้น ๆ จะได้ไม่ตื่นเต้นไม่ติดในสิ่งนั้น ๆ

ผู้พ้นจากบ่วงแห่งมาร คือ ผู้สำรวมจิตไว้อยู่ ไม่ปล่อยให้เพลิดเพลิน ระวังพัวพันในสิ่งอันล่อใจ

อาการสำรวมจิต มี ๓ ประการ

- ๑. สำรวมอินทรีย์ มิให้ความยินดีครอบงำในเมื่อเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้อง โผฏฐัพพะอันน่าปรารถนา (อินทรีย์สังวรศีล)

๒. มนสิการกัมมัฏฐาน อันเป็นปฏิบัติต่อกามฉันทะ คือ อสุภะ และกายคตาสติ หรือ (กัมมัฏฐาน) อันยังจิตให้สลัด คือ มรณสติ (สมถกัมมัฏฐาน)

๓. เจริญวิปัสสนา คือ พิจารณาสังขารแยกออกเป็นชั้น สันนิษฐานเห็นเป็นสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา (วิปัสสนากัมมัฏฐาน)

มารและบ่วงแห่งมาร

มาร คือ โทษที่ล้างผลาญคุณความดีและทำให้เสียคน ได้แก่ กิเลสสาม คือเจตสิก (สิ่งที่เกิดภายในใจ) อันเศร้าหมอง ชักให้ใคร่ ให้รัก ให้อยากได้ กล่าวคือ ตัณหา ความทะยานอยาก ราคะ ความกำหนัด อรติ ความขี้เกียจ เป็นอาทิ

บ่วงแห่งมาร คือ อารมณ์เครื่องผูกจิตให้ติดแห่งมาร เหมือนมั่งสะอันเบ็ดเกี่ยวไว้ เป็นเหตุให้ปลามาकिनแล้วถูกเบ็ดเกี่ยวให้ติดอยู่ ได้แก่ วัตถุสาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันเป็นของน่าชอบใจ

ปฏิบัติแห่งนิพพิทา

อุทเทส

สพเพ สงขารา อนิจจาติ

สพเพ สงขารา ทุกขชาติ

สพเพ ธมมา อนตตชาติ ยथा ปญญา ย ปสสติ

อถ นิพพินทติ ทุกเข เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา

เมื่อใด เห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา เมื่อนั้น ย่อมหน่ายในทุกข์ นันทางแห่งวิสุทฺธิ
มคฺควคฺค ธัมมบพ

สังขาร ในพระพุทธรพจน์นี้ ได้แก่ ชั้น ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ (มีความหมายว่า ถูกปัจจัย คือ กรรม จิต อตุ อาหาร ปปรุงแต่ง)

สังขารในเบญจชั้น ได้แก่ อารมณ์อันเกิดกับจิต เช่น รัก ชัง วิตก วิจาร เป็นต้น (มีความหมายว่า เครื่องปรุงจิต)

สังขารมีลักษณะเสมอกันเป็น ๓ คือ

๑. อนิจจตา ความไม่เที่ยง

๒. ทุกขตา ความเป็นทุกข์

๓. อนัตตตา ความเป็นอนัตตา

อนิจจตา ความไม่เที่ยง กำหนดรู้ได้ ๓ ทาง

๑. ความเกิดขึ้นในเบื้องต้น และความสิ้นไปในเบื้องปลาย ได้ในบาลีว่า

อนิจจา วต สงขารา อูปาทายธมฺมิโน

อูปปชชิตฺวา นิรุชฌนติ

สังขารทั้งหลายไม่เที่ยงหนอ มีความเกิดขึ้นและความสิ้นไปเป็นธรรมดา เกิดขึ้นแล้วย่อมดับไป

๒. ความแปรในระหว่างเกิดและดับ ได้ในบาลีว่า

อจฺเจนติ กาลา ตรยฺนติ รตฺติโย

วโยคฺฉนา อณุปฺพุพฺพิ ชนฺตติ.

กาลย้อมล่วงไป รัตริย้อมผ่านไป ชั้นแห่งวัยย้อมละลำดับไป
ระยะเวลาในระหว่างเกิดและดับ เรียกว่า วัย แบ่งออกเป็น ๓ คือ

๑. ปฐมวัย ระยะเวลาไม่เกิน ๒๕ ปี
๒. มัชฌิมวัย ระยะเวลาอยู่ใน ๕๐ ปี
๓. ปัจฉิมวัย ระยะเวลาพ้น ๕๐ ปี ออกไปจนตลอดอายุ

ความแปรแห่งสังขารผ่านวัยทั้ง ๓ นั้นเปรียบด้วยเดินข้ามสะพานสูงขึ้น (ปฐมวัย) แล้ว
ราบ (มัชฌิมวัย) แล้วต่ำลง ๆ (ปัจฉิมวัย)

๓. ความแปรแห่งสังขารในช่วงหนึ่ง ๆ คือ ไม่คงที่อยู่นาน เพียงในระยะเวลาชนิดเดียวกันก็แปร
แล้ว ได้ในคาถาในวิสุทธิมรรค ว่า

ชีวิต อตตภาโว จ สุขทุกขา จ เกวลา
เอกจิตตสมา ยุตตา लहुโส वत्तเต खणे

ชีวิต อตตภาพ และสุขทุกข์ทั้งหมดประกอบกัน เป็นธรรมเสมอด้วยจิตดวงเดียว ขณะย้อมเป็นไป
พลัน

ความแปรเร็วอย่างนี้ ย่อมกำหนดเห็นชัดในนามกาย (จิตใจ) เช่น บางขณะนึกอารมณ์อย่างนั้น
บางขณะนึกอารมณ์อย่างนี้ บางขณะสุข บางขณะทุกข์ เป็นต้น

สรุปอนิจจลักษณะแห่งสังขาร

ความเกิดแล้วดับ และความแปรในระหว่างแห่งสังขารดังกล่าวมา สรุปเข้าในบาลีว่า

อุปฺปชฺชติ เจว เวติ จ อญฺญถา จ ภวติ

ย่อมเกิดขึ้นด้วยเที่ยว ย่อมเสื่อมสิ้นด้วย ย่อมเป็นอย่างอื่นด้วย นี้เป็น อนิจจลักษณะ คือ
เครื่องกำหนดว่าไม่เที่ยงแห่งสังขาร

อนิจจลักษณะได้ในสังขาร ๒

อนิจจลักษณะนี้ย่อมได้ทั้งในอุปาทินนกะ คือ สังขารมีใจครอง ทั้งในอนุปาทินนกะ คือ สังขาร
ไม่มีใจครอง

ทุกขตา ความเป็นทุกข์แห่งสังขาร ย่อมกำหนดเห็นด้วยทุกข์อย่างนี้

๑. สภาวะทุกข์ ทุกข์ประจำสังขาร คือ ชาติ ชรา มรณะ
๒. ปกิณณกทุกข์ ทุกข์จร คือ โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ โทมนัส อุปายาส
๓. นิพัทธทุกข์ ทุกข์เนื่องนิตย์ หรือทุกข์เป็นเจ้าของ ได้แก่ หนาว ร้อน หิว ระบาย ปวด

อุจจาระ ปวดปัสสาวะ

๔. พยาธิทุกข์ หรือทุกข์เวทนา มีประเภทต่าง ๆ ตามสมุฏฐาน คือ อวัยวะอันเป็นเจ้าการ ไม่ทำ
หน้าที่โดยปกติ

๕. สันตাপทุกข์ ทุกข์คือความร้อนรุ่ม ได้แก่ ความกระวนกระวายเพราะถูกไฟ คือ กิเลส ราคะ
โทสะ โมหะ เผ

๖. วิปากทุกข์ หรือผลกระทบ ได้แก่ วิปฏิสาร คือ ความร้อน การเสวยกรรมกรรม คือ การถูกลง
อาชญา ความฉิบหาย ความตกยาก และความตกอบาย

๗. สหคตทุกข์ ทุกข์ไปด้วยกัน หรือ ทุกข์กำกับกัน ได้แก่ ลาก ยศ สรรเสริญ สุข ความวิตก
กังวลกับลาภเป็นต้นนั้น

๘. อาหารปริเยฐิทุกข์ คือ ทุกข์ในการหากิน ได้แก่ อาชีวนุทุกข์ ทุกข์เนื่องด้วยการเลี้ยงชีวิต

๙. วิวาหมูลกทุกข์ คือ ทุกข์มีวิวาทเป็นมูล ได้แก่ ความไม่โปร่ง ความกลัวแพ้ ความหวั่นหวาด มี
เนื่องมาจากทะเลาะกันก็ดี สู้ศึกกันก็ดี รบกันก็ดี

๑๐. ทุกข์ชั้น หรือทุกข์รวบยอด หมายเอาสังขาร คือ ประชุมเป็นปัญจขันธ์นั่นเอง

การพิจารณาเห็นสังขารว่าเป็นทุกข์เต็มที อันจะนำไปสู่นิพพิทา ความหน่ายในสังขาร คือ การเห็น
ทุกข์ชั้นนี้ ส่วนทุกข์หมวดอื่นพอเป็นเครื่องกำหนดเห็นสังขารว่าเป็นทุกข์เท่านั้น

การรู้จักใช้ญาณกำหนดเห็นทุกข์อย่างละเอียด (แม้) ที่โลกเห็นว่าเป็นสุข มีสหนตทุกข์เป็นนิหัตตะ
ได้ในบาลีว่า

ทุกข์เมว हि สมโภติ ทุกข์ ติฏฐติ เวติ จ

นาถญตร ทุกขา สมโภติ นาถญตร ทุกขา นิรุชฌติ

ก็ทุกข์นั้นแลย่อมเกิดขึ้น ทุกข์ย่อมตั้งอยู่ ย่อมเสื่อมสิ้นไปด้วย จากทุกข์หาอะไรเกิดมิได้ นอกจาก
ทุกข์หาอะไรดับมิได้

บาลีนี้ เฟงทุกข์หมวด ๑๐ นี้ ท่านจัดความเป็นสภาพถูกความเกิด และความสิ้นปีบคั้นเป็นทุก
ขลักษณะ เครื่องกำหนดว่า เป็นทุกข์แห่งสังขาร

เมื่อเฟงถึงสภาพที่ถูกความเกิด และความสิ้นปีบคั้น เป็นทุกขลักษณะ ดังนั้น ทุกขลักษณะจึงได้
ในสังขารทั้ง ๒ คือ อุปาทินนสังขาร และอนุปาทินนสังขาร

อนตตตา ความเป็นอนัตตาแห่งสังขาร พึงกำหนดรู้ด้วยอาการ ๕ เหล่านี้ คือ

๑. ด้วยไม่อยู่ในอำนาจ หรือ ผืนความปรารถนา ชีวิตไม่ได้อย่างใจหวังเสมอไป
๒. ด้วยแย้งต่ออตตตา เป็นเครื่องพิสูจน์ว่า อตตตาที่ลัทธิอื่นบัญญัตินั้นไม่มี
๓. ด้วยความเป็นสภาพหาเจ้าของมิได้ ไม่มีใครมีสิทธิในอะไรที่แท้จริง
๔. ด้วยความเป็นสภาพสูญ เป็นภาพลวงตา เหมือนพยับแดด หรือ รถ เรือ เป็นต้น
๕. ด้วยความเป็นสภาวะธรรมเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีผู้สร้างหรืออำนาจดลบันดาลใด ๆ ทั้งสิ้น

อนัตตลักษณะ เครื่องหมายของความเป็นอนัตตาแห่งสังขาร มติค่านัตตาของลัทธิอื่นที่เชื่อความ
เวียนเกิดว่า ในรูปภพนี้มีอตตตาสงอยู่ เป็นผู้คิด เป็นผู้เสวยเวทนา และสำเร็จอาการอย่างอื่นอีก

มติฝ่ายพระพุทธศาสนาแย้งว่า ไม่มีอตตตาอย่างนั้น เป็นแต่สภาวะธรรมเกิดขึ้นเพราะเหตุ สิ้นเพราะ
สิ้นเหตุ ดังแสดงในบาลีว่า

เย ธมมา เหตุปุปภาวา เตสํ เหตุ ตถาคโต

เตสญจ โย นิโรโธ จ เอววาที มหาสมโณ

ธรรมเหล่าใด มีเหตุเป็นแดนเกิด พระตถาคตตรัสเหตุแห่งธรรม และตรัสความดับแห่งธรรม
เหล่านั้น พระมหาสมณะตรัสอย่างนี้

และมติฝ่ายพระพุทธศาสนา แสดงความเกิดแห่งธรรมเนื่องกันเป็นสายดังแสดงความเกิดแห่งวิถีจิตว่า

อาศัยอายตนะภายใน มีจักขุ เป็นต้น

อาศัยอายตนะภายนอก มีรูป เป็นต้น

ทั้งสองฝ่ายประจวบกันเข้า เกิดวิญญาณ (เห็นรูป) แต่นั้นเกิดสัมผัส เวทนา สัญญา สัญเจตนา
ตัณหา วิตก วิจารณ์ โดยลำดับ ดังแสดงเป็นบาลีว่า ยงกิญจิ สมุทยธมมํ สพพนต์ นิโรธมมํ สิ่งใดมีความ
เกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นล้วนมีความดับเป็นธรรมดา ความคิดอ่าน ความเสวยเวทนา และอาการอย่าง
อื่น เป็นกิจ (หน้าที่) แห่งจิต และเจตสิก มีใช่แห่งอตตตา

พระพุทธศาสนารับว่ามีจิติจิต จิตที่ทำหน้าที่เคลื่อนย้าย ด้วยคำว่า จิตเต สงกิสัญญะ ทุกคคติ
ปาฎิกงขา เมื่อจิตเศร้าหมอง จำหวังทุกคติ

จิตเต อสงกิลิฏฐะ สุกติ ปาฎิกงขา เมื่อจิตไม่เศร้าหมองสุคติย่อมหวังได้
และรับรองปฏิสนธิจิต (จิตที่ทำหน้าที่สืบต่อ) ด้วยคำว่า วิญญูณปจฺจยา นามรูป นามรูป
ย่อมเกิดมีเพราะวิญญูณเป็นปัจจัย

โดยนัยนี้ บทว่า อนัตตา มีความตามพยัญชนะว่า มิใช่ตัว มิใช่ตน แຍงตรงต่ออุปาทาน (ความถือ
ผิดว่ามีผู้สร้าง หรืออำนาจดลบันดาล)

อธิบายคำว่า ธรรมทั้งปวงเป็นอนัตตา

บาลีแสดงอนัตตลักษณะว่า ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา ไม่ว่าสังขารเหมือนใน ๒ คาถา
ข้างต้น เพราะอนิจจลักษณะและทุกขลักษณะ ย่อมได้เฉพาะในสังขาร (สิ่งที่ถูกปัจจัย คือ กรรม จิต
อุตุ อาหาร ปรงแต่ง) ส่วนอนัตตลักษณะ ย่อมได้ทั้งในสังขารและวิสังขาร (สิ่งที่ไม่ถูกปัจจัยปรงแต่ง คือ
นิพพาน) ดังนั้น จึงต้องใช้คำว่า ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา

อนัตตาไม่ใช่มีฉภาทิกฎฐิ

ความเห็นอนัตตาพึงปรารถนาโยนิโสมนสิการกำกับ จะได้กำหนดรู้สัจจะทั้ง ๒ คือ

๑. สมมติสัจจะ จริงโดยสมมติ เช่น บิดา มารดา มีจริง เป็นต้น
๒. ปรมาตสัจจะ จริงโดยปรมาตละ คือ อรรถอันลึก เช่น รูป เวทนา สัญญา สังขาร

วิญญูณ เป็นต้น

อนึ่ง ความเห็นอนัตตา จะได้ละทิฐฐิมานะ คือ ความถือผิด และความถือตัว และกิเลสอย่าง
อื่น อันเนื่องมาจากการถือเรา ถือเขา ถือก๊ก ถือพวก

ความหมายที่เรียกว่านิพพิทา

→ ผู้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารทั้งปวงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ด้วยอาการดังกล่าวแล้ว
ย่อมหน่ายในทุกขขันธ ไม่เพลิดเพลिन หมกมุ่นในสังขารอันยั่วยวนเส่นหา ความหน่ายนั้นเรียกว่านิพพิทา

นิพพิทาที่เกิดด้วยปัญญา จัดเป็นนิพพิทาญาณ ย่อมเป็นปฏิบัติ คือ ทางแห่งวิสุทธิติ ความหมดจด
ความผ่องแผ้วแห่งจิต

๒. วิราคะ ความสิ้นกำหนัด

อุทเทส

๑. นิพพิทโท วิรชชติ
เมื่อหน่าย ย่อมสิ้นกำหนัด

อนัตตลักษณะสูตร

๒. วิราโค เสฏฐโฐ ฌมมานํ
วิราคะ เป็นประเสริฐ แห่งธรรมทั้งหลาย

มัคควัคค ฌัมมบท

๓. สุขา วิราคตา โลเก กามานํ สมตักกโม
วิราคะ คือ ความก้าวล่วงเสียด้วยดี ซึ่งกามทั้งหลายเป็นสุขในโลก

พุทธรุทาน มหาวัคค วินัย

วิราคะ เป็นยอดแห่งธรรมทั้งปวง ทั้งที่เป็นสังขตะ คือ อันธรรมาตแต่ง ทั้งที่เป็นอสังขตะ คือ อัน
ธรรมาตมิได้แต่ง

ไวพจน์ คือ คำสำหรับเรียกแทนกัน

แห่งวิราคะ ๘ อย่าง

- ๑. มหนิมมโทโน ธรรมยังความเมาให้สร้าง
- ๒. ปิปาสะวินโย ความนำเสียซึ่งความระหาย
- ๓. อาลัยสมุคฺชาโต ความถอนขึ้นด้วยดีซึ่งอาลัย
- ๔. วัฏฏุปฺจเฉโห ความเข้าไปตัดเสียซึ่งวัฏฏะ
- ๕. ตณฺหุขโย ความสิ้นแห่งตัณหา
- ๖. วิจารณ์โค ความสิ้นกำหนด
- ๗. นิโรโธ ความดับ
- ๘. นิพพานัง ธรรมชาติหาเครื่องเสียบแทงมิได้

ความเมาในอารมณ์ย้วยวนให้เกิดความเมาทุกประการ เช่น สมบัติแห่งชาติ สกฺล อีสริยะ บริวาร กิติ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข กิติ ความเยาว์วัย ความหาโรคมิได้ และชีวิตกิติ ชื่อว่าความเมา ความกระวนกระวาย เพราะเหตุแห่งความอยากเปรียบด้วยอาการระหายน้ำ ชื่อว่า ความระหาย ความติดพัน ความห่วงใยในปียารมณ์ ชื่อว่า อาลัย ความเวียนเกิดด้วยอำนาจ กิเลส กรรม และวิบาก ชื่อว่า วัฏฏะ ความอยาก ชื่อว่า ตัณหา ความสิ้นกำหนด ปราศจากเสนาหา พอกจิตจากน้ำย้อม คือ กิเลสกาม ชื่อว่า วิจารณ์ ความดับทุกข์เนื่องมาจากดับตัณหา ชื่อว่า นิโรธ

แต่นิโรธศัพท์ที่ใช้ในความหมายธรรมดาก็มี เช่น คำว่า เตสญฺจ โย นิโรโธ จ พระตถาคตตรัส ความดับแห่งธรรมเหล่านั้นด้วย ยงฺกิญฺจิ สมุทฺยธมฺมิ สพฺพนฺตํ นิโรธธมฺมิ สิ่งใดมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดาสงั้นนั้นทั้งหมดมีความดับเป็นธรรมดา เป็นต้น

หมายเอาความดับคือ ระงับจิต เจตสิก (สัญญา เวทนา) ในลำดับแห่งสมาบัติที่ ๘ เรียกว่า นิโรธสมาบัติ ก็มี (เป็นชื่อสมาบัติอย่างหนึ่ง)

วิจารณ์ อันกล่าวถึงในลำดับแห่งนิพพิทา ได้แก่ อริยมรรค

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ทรงประทานข้อสังเกตว่า ปรมัตถปฏิบัติภา แสดงเฉพาะในทางละกิเลสกาม ไม่กล่าวถึงกิเลสส่วนปฏิฆะเลย ชะรอยท่านจะเห็นว่ากิเลสกามเป็นมูลแห่ง กิเลสส่วนปฏิฆะ มีนิตินะ ตัวอย่าง เช่น อาฆาตจะเกิดขึ้น ก็เพราะพบความติดขัดแห่งความปรารถนา เนื่องด้วยปียารมณ์

๓. วิมุตติ ความหลุดพ้น

อุทเทส

- ๑. วิจารณ์ วิมฺจฺจติ
เพราะสิ้นกำหนด ย่อมหลุดพ้น

อนัตตลักษณะสูตร

- ๒. กามาสวาปี จิตฺตํ วิมฺจฺจติถ ภาสวาปี จิตฺตํ วิมฺจฺจติถ อวิชชาสวาปี จิตฺตํ วิมฺจฺจติถ
จิตพ้นแล้ว จากอาสวะเนื่องด้วยกาม จากอาสวะเนื่องด้วยภพ และจากอาสวะเนื่องด้วยอวิชา

มหาวิภังค์ วินัย

- ๓. วิมุตตสมิ วิมุตตมิติ ญาณํ โหติ
เมื่อหลุดพ้นแล้ว ญาณว่าหลุดพ้นแล้ว ย่อมมี

อนัตตลักษณะสูตร

วิมุตติ แปลว่า ความหลุดพ้นจากกิเลส เป็นได้ทั้งโลกียะ และโลกุตตระ ที่เป็นโลกุตตระ ก็
เป็นได้ทั้งอริยมรรค และอริยผล

วิมุตติ มาในลำดับแห่งวิราคะ ตั้งในบาลีกระทู้ที่ ๑ ได้แก่ อริยผล (เพราะวิราคะเป็นอริยมรรค)
เป็นโลกุตตระ

วิมุตติในบาลีกระทู้ที่ ๒ ท่านแสดงในลำดับการรู้แจ้งอริยสัจ ๔ เป็นอริยมรรค (เพราะเพิ่งหลุด
พ้นจากกิเลส) เป็นโลกุตตระ

วิมุตติในบาลีกระทู้ที่ ๓ เป็นปัจจเวกขณะญาณ เรียกว่า วิมุตติญาณทัสสนะ เป็นโลกียะ เพราะ
ไม่ได้ทำหน้าที่ละกิเลส เพียงแต่ตรวจดูกิเลสที่ละได้ และยังไม่ละไม่ได้

อาสวะเป็นไฉนแห่งกิเลส

อาสวะนั้นเป็นชื่อแห่งเมรัยก็มี เช่น ผลาสโว น้ำดองผลไม้ เป็นชื่อแห่งกิเลสก็มี เช่น กามาสโว
กิเลสเป็นเหตุไคร่

คำว่า อาสวะ ในที่นี้ได้แก่ กิเลสอนุสัย คือ กิเลสอันนอนตาม คือ ดองอยู่หมักอยู่ในจิตตสันดาน
ได้แก่ กิเลสอันเป็นเจ้าเรือน ดังนั้น อาสวะกับกิเลสจึงเป็นคำไวพจน์แห่งกันและกัน ในบาลีเรียกอาสวะ ใน
อรรถกถาเรียกกิเลสเป็นพื้น

วิมุตติ ๕

๑. ตหังควิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยองค์นั้น ๆ ได้แก่ การระงับอกุศลเจตสิกได้เป็นคราว ๆ
๒. วิกขัมภณวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยข่มไว้ ได้แก่ การระงับกิเลส และอกุศลธรรมด้วยกำลัง

ฌาน

วิมุตติทั้ง ๒ นี้ เป็นโลกียวิมุตติ

๓. สมุจเฉทวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยตัดขาด ได้แก่ ระงับกิเลสด้วยอริยมรรค
๔. ปฏิปัสสัทธิวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยความสงบราบคาบ ได้แก่ อริยผล
๕. นิสสรณวิมุตติ ความหลุดพ้นด้วยออกไปเสีย ได้แก่ นิพพาน

วิมุตติทั้ง ๓ ข้อนี้เป็นโลกุตตรวิมุตติ

วิมุตติ เป็นได้ทั้งโลกียะ โลกุตตระ อริยมรรค และอริยผล ดังนี้แล

๔. วิสุทธิ ความหมดจด

อุทเทส

๑. ปณญาย ปริสุชฌติ
ย่อหมดจดด้วยปัญญา

ยักขสังยุตต สคาถวัคค

๒. เอส มคฺโค วิสุทธิยา
นั้น (นิพพิทา) เป็นทางแห่งวิสุทธิ

มคควคค ธมมบท

บริสุทธิด้วยปัญญา

บางลัทธิเชื่อว่า บาปที่ทำแล้วอาจลอยเสียด้วยทำพิธีเมื่ออาบน้ำ บางลัทธิถือว่า อ้อนวอนพระเจ้า
เพื่อโปรดยกประทานได้อยู่

ฝ่ายพระพุทธศาสนาถือว่า ทำบาปเอง ย่อมเศร้าหมองเอง ไม่ทำบาปเอง ย่อมหมดจดเอง ความหมดจดและความเศร้าหมอง เป็นของเฉพาะตัว คนอื่นยังคนอื่นให้หมดจดหาได้ไม่ โดยนัยนี้ถือว่า ความบริสุทธิ์ภายในย่อมมีได้ด้วยปัญญาอันเกิดจากวิปัสสนาญาณ ฯ

วิปัสสนาญาณ ๙

ความบริสุทธิ์ภายในย่อมดีด้วยปัญญา อันเกิดจากวิปัสสนาญาณ

ผู้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารไม่เที่ยง เพราะเพ่งความเกิดและความดับ นี้เป็นอุทกัพพญาณ คือ เห็นเกิดดับ

เพราะเพ่งความแปรในชั่วขณะ จัดเป็นภังคญาณ คือ เห็นย่อยยับ

เพราะเห็นสังขารย่อยยับ จึงเห็นสังขารเป็นของน่ากลัว จัดเป็นภยตูปัญฐานญาณ

เล็งเห็นสังขารว่าเป็นทุกข์ นี้จัดเป็นอาทีนวญาณ คือ เห็นโทษ

ความหน่ายในลำดับ (การเห็นโทษ) เป็นนิพพิทาญาณ

นิพพิทานั้นย่อมเป็นปฏิปทาเครื่องสาวไปถึงความเป็นผู้ใคร่จะปลดอุปาทานเสีย อันจัดเป็นมูญจิตุกัมมตาญาณ

ความพิจารณาหาอุบาย จัดเป็นปฏิสังขานญาณ

ความวางเฉยในสังขาร จัดเป็นสังขารุเปกขาญาณ โดยลำดับกัน

แต่นั้น จัดเป็นสังจານุโลมิกญาณ คือ เห็นอนุโลมอริยสัง (เลื่อนไหลไปฝั่งโลกุตตระ) เป็นวิปัสสนาญาณคาร์ป ๙ อยู่ในหัวต่อแห่งภาวะเป็นปุถุชน และภาวะเป็นอริยะ โคตรภูญาณก็เรียก หมายความว่า ญาณครอบโคตร คือ ล่วงภาวะเดิม (แต่ก็ยังไม่ได้บรรลุมรรค) ต่อแต่นี้เป็นวาระแห่งอริยมรรคและอริยผล โดยลำดับกัน

นิพพิทา ชื่อว่าเป็นทางแห่งวิสุทธิด้วยประการฉะนี้

อีกบรรยายหนึ่ง

อุทเทส

๓. มคคานภูฐงคิโก เสฏฐโฐ

เอเสว มคโค นตถณโณ ทสสนสส วิสุทธิยา

-ทางมีองค์ ๘ เป็นทางประเสริฐสุดแห่งทางทั้งหลาย ทางนั้นแล ไม่มีทางอื่นเพื่อหมดจด

แห่งทัสสนะ

มัคควัคค ธัมมบท

ทางมีองค์ ๘ นั้น คือ

| | |
|---------------|----------------|
| สัมมาทิฐิ | ความเห็นชอบ |
| สัมมาสังกัปปะ | ความดำริชอบ |
| สัมมาวาจา | เจรจาชอบ |
| สัมมากัมมันตะ | การงานชอบ |
| สัมมาอาชีวะ | เลี้ยงชีวิตชอบ |
| สัมมาวายามะ | พยายามชอบ |
| สัมมาสติ | ระลึกชอบ |
| สัมมาสมาธิ | ตั้งใจชอบ |

เป็นทางประเสริฐที่สุด และเป็นทางยอดแห่งสังฆตธรรม

ทางมีองค์ ๘ นี้จัดเป็นสังฆตธรรม เพราะเป็นเจตสิก ยังมีเกิดมีดับอยู่

มรรค ๘ เทียบกับวิสุทธิ ๗

มรรค ๘ นำไปถึงความหมดจดแห่งทัสสนะอย่างไร พึงรู้ด้วยเทียบกับวิสุทธิ ๗ อย่างนี้
 สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สงเคราะห์เข้าเป็นศีลวิสุทธิที่ ๑
 สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ สงเคราะห์เข้าเป็นจิตตวิสุทธิที่ ๒ อันได้แก่ สมาบัติ
 สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปะ ได้ในวิสุทธิ ๕ ในลำดับ
 สัมมาสังกัปปะ ทำกิจพิจารณา สัมมาทิฐิ ทำกิจสันนิษฐานเป็นขั้น ๆ อย่างนี้
 พิจารณาเห็นสังขารโดยไตรลักษณ์ จัดเป็นทวิวิสุทธิ หมดจดแห่งความเห็น นับเป็นที่ ๓
 พิจารณาเห็นสังขารเป็นไปเนื่องด้วยเหตุดังแสดงในบาลีว่า เหมือนอย่างว่า พีชชนิดใดชนิดหนึ่งอัน
 หวานไว้แล้ว อาศัยรสแห่งแผ่นดิน และยางในพีชรวมกันเข้าทั้ง ๒ อย่าง ย่อมงอกขึ้นในนาฉันใด ชั้นธ
 ชาติ อายุตนะ ๖ เหล่านี้ อาศัยเหตุเกิดขึ้น ฉะนั้น ย่อมดับเพราะสลายแห่งเหตุนี้ จัดเป็นกัณฐาวิตถรณวิ
 สุทธิ หมดจดแห่งญาณเป็นเครื่องข้ามความสงสัย นับเป็นที่ ๔ ได้ในพระพุทธรพจน์ว่า
 ในกาลนั้น ความสงสัยทั้งปวงของพราหมณ์นั้นย่อมสิ้นไป เพราะมารู้ธรรมพร้อมทั้งเหตุและเพราะมา
 รู้ความสิ้นแห่งปัจจัยทั้งหลาย

พิจารณาเห็นสังขารด้วยอาการอย่างนั้น ด้วยใช้โยนิโสมนสิการกำกับ รู้จักว่าน้อมอย่างไรถูกทาง
 ทาง อย่างไรผิดทาง จัดเป็นมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ หมดจดแห่งญาณทัสสนะ ว่าทางหรือมิใช่ทาง
 นับเป็นที่ ๕

ความรู้และความเห็นในทางปฏิบัติถูก จัดเป็นปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิ คือ ตวิวิปัสสนาญาณ ๘
 พิจารณาเห็นสำเร็จเป็นอริยมรรค จัดเป็นญาณทัสสนวิสุทธิ หมดจดแห่งญาณทัสสนะ นับเป็นที่
 ครบ ๗ ที่หมายกล่าวในบาลีว่า

เอเสว มคโค นตถญญเญ ทสสนสสุ วิสุทธิยา
 ทางนี้แล ไม่มีทางอื่น เพื่อหมดจดแห่งทัสสนะ

ในธรรมิทสูตฺร แสดงวิสุทธิ ๗ ว่า ส่งต่อกันโดยลำดับจนถึงอนุปาทาปรินิพพาน เหมือนการ
 เดินทางกว่าจะถึงที่สุดด้วยรถ ๗ ผลัด

วิสุทธิ เป็นไวพจน์แห่งวิมุตติ คือ ใช้เรียกแทนกัน ความหมายเหมือนกัน คือ ไม่มีกิเลส

วิสุทธิ ๖ ข้างต้นเป็นโลกียะ วิสุทธิที่ ๗ เป็นโลกุตตระ

สมเด็จฯ ทรงเรียงวิสุทธิต่อจากวิมุตติ ทรงอธิบายว่า จิตพ้นจากอาสวะแล้วย่อมผ่องแผ้ว (บริสุทธิ์)
 เหมือนผ้าฟอกแล้วย่อมหมดมลทิน ย่อมขาวผ่อง

๕. สันติ ความสงบ

อุทเทส

๑. สนติมคฺคเมว พฺรหฺม
 สูงพูนทางแห่งความสงบนั้นแล

มคฺควคฺค อัมมบท

๒. นตฺถิ สนฺติปริ สุขํ
 สุขอื่นจากความสงบ ย่อมไม่มี

สุขวคฺค อัมมบท

๓. โลกามีสํ ปชฺเห สนฺติเปกฺโข
 ผู้พ่วงความสงบ พึงละอาภิสในโลกเสีย

สคาถวคฺค สํยุตฺต

สันติ ย่อมเป็นไปในไตรทวาร ได้ในบาสิว่า ใจของผู้นั้นสงบแล้ว กายและวาจา ก็ย่อมเป็นอันสงบ การทำที่เว้นจากการเบียดเบียนกัน การพูดที่เว้นจากวิวาทและพรุสวาท ใจนี้ก็ในทางเมตตา กรุณา นี้คือ กาย วาจา ใจ ที่สงบ ความสุขอื่นยิ่งไปกว่าความสงบนี้ ย่อมไม่มี

โลกามิส คือ รูป เสียง กลิ่น รส โภภุญัพพะ เพราะเป็นเครื่องล่อใจให้ติดในโลภ ดุจเหยื่ออัน เบ็ดเกี่ยวอยู่ การทำใจมิให้ติดในสิ่งเหล่านั้น (ชื่อว่า ละ) ย่อมเป็นปฏิบัติของท่านผู้รู้ ผู้สงบดีแล้ว ดัง แสดงในชราสูตร ว่า

หยดน้ำย่อมไม่ติดในใบบัวฉันได วารีย่อมไม่กำซาบในดอกปทุม ฉันได มุนีย่อมไม่เข้าไปติดใน อารมณ์ อันเห็นแล้วก็ดี อันฟังแล้วก็ดี อันทราบแล้วก็ดี ฉันนั้น

สันติเป็นได้ทั้งโลกิยะและโลกุตระ ดุจเดียวกับวิสุทธิ (สันติ) ที่เป็นโลกิยะได้ในคำว่า

บุคคลย่อมถึงความสงบแห่งจิต ด้วยร้องไห้ ด้วยเศร้าโศก ก็หาไม่

ที่เป็นโลกุตระได้ในคำว่า ผู้เพ่งสันติ พึงละโลกามิสเสีย

สมเด็จฯ ทรงเรียงสันติต่อจากวิสุทธิ ทรงอธิบายว่า จิตวิสุทธิแล้วย่อมสงบ ดุจผ้าฟอกขาวผ่องแล้ว ย่อมมีนิवल

๖. นิพพาน

อุทเทส

๑. นิพพานํ ปรมํ วทนติ พุทธา
พระพุทธรเจ้าทั้งหลาย ย่อมกล่าวนิพพานว่ายอดเยี่ยม

พุทรวัคค อัมมบท

๒. นิพพานคมนํ มคคํ ชิปโปเมว วิโสธเย
พึงรีบชำระทางไปนิพพาน

มคควัคค อัมมบท

๓. นิพพานํ ปรมํ สุขํ
นิพพาน เป็นสุขอย่างยอดเยี่ยม

สุขวัคค อัมมบท

นิพพานศัพท์ แปลได้ ๒ นัย

๑. แปลว่า ดับ
๒. แปลว่า หาของเสียบแทงมิได้

นิพพานมีชื่อเรียกในลัทธิภายนอก พึงเห็นในคำแห่งโธตกมาณพ ทูลพระบรมศาสดาว่า ข้าแต่พระ ภาควา ข้าพเจ้าขอทูลถามพระองค์ ข้าแต่พระองค์ผู้แสงคุณใหญ่ ขอพระองค์ตรัสชื่อนั้นแก่ข้าพเจ้า ข้าพเจ้าพึงพระดำรัสแล้วพึงศึกษานิพพานของตน

นิพพานตามมติพระพุทธานุศาสน์

มติข้างพระพุทธานุศาสน์ แยกเหตุอันแต่งสังขาร (อวิชชา) เป็นต้นสาย นิพพานเป็นปลายสาย ปฏิเสธอดีต แต่ยอมรับความเชื่อมถึงกันแห่งจิตในภพหลัง และปฏิสนธิจิตในภพหน้า โดยอาการอย่าง สืบสันตติในชีวิตเดียวกัน

กล่าวความบริสุทธิ์ด้วยประการทั้งปวงแห่งจิต อันต้องเกี่ยวในสังสารวัฏ ที่การบรรลุพระอรหัต อัน สำเร็จด้วยวิริยะกับปัญญา ซึ่งต้องบำเพ็ญบารมีเป็นเวลาช้านาน

กล่าวถึงการดับแห่งจิตอันบริสุทธิ์ (จิตของพระอรหันต์) นั้น ในปัจฉิมชาติ แล้วไม่เกิดอีก เป็นถึงที่สุดเพียงนี้ ว่าเป็น นิพพาน

นิพพานเป็นอสังขตะ

โดยนัยนี้ นิพพานอันเป็นปลายสายย่อมจัดเป็นวิสังขาร มิใช่สังขาร และเป็น อสังขตะ อันปัจจัยมิได้แต่ง เพราะพ้นจากความเป็นสังขาร และอันปัจจัยมิได้แต่งให้เกิดอีก

นิพพานมี ๒ อย่าง

ในทุกนิบาต อติวุตตกะ ทรงแจกนิพพานไว้ ๒ อย่าง คือ

๑. สอุปาทิเสสนิพพาน ดับกิเลสมีอุปาทิเหลืออยู่
๒. อนุปาทิเสสนิพพาน ดับกิเลสไม่มีอุปาทิเหลือ

อุปาทิ แปลว่า สิ่งที่กรรมและกิเลสเข้ายึดโดยความเป็นผล ได้แก่ ชั้น ๕ อันเป็นผลแห่งกรรม และกิเลส ในที่นี้หมายถึง ชั้น ๕ ของพระอรหันต์

สมเด็จพระ ๗ ทรงแสดงพระมติว่า อุปาทิ แปลว่า ผู้ครอง อันเป็นปัจจัยแห่งการคิด การพูด การทำ ได้แก่ สิ่งที่เรียกโดยยอภิธรรมนัยว่า จิต จิตนี้ เป็นผู้คิด เป็นปัจจัยแห่งกายวิญญูติ คือ การไหวกาย และวจวิญญูติ คือการไหววาจา หรือเปล่งเสียง

ทรงสรุปนิพพานในสูตรนี้ว่า ความสิ้นอาสวะแต่จรมกจิต (จิตสุดท้าย) ยังทรงอยู่ กล่าวคือ สำเร็จพระอรหันต์ เป็นสอุปาทิเสสนิพพานธาตุ ครั้นจรมกจิตดับแล้ว เป็นอนุปาทิเสสนิพพานธาตุ

นิพพานศัพท์ ๒ ความหมาย

ทรงแสดงพระมติว่า นิพพานศัพท์หมายเอาสอุปาทิเสส ควรแปลว่า หาของเสียบแทงมิได้ หมายเอาอนุปาทิเสส ควรแปลว่า ดับ

พระพุทธพจน์แสดงปฏิบัติ (ข้อปฏิบัติเพื่อบรรลุนิพพาน)

(คำแปล)

๑. ภิกษุยินดีในความไม่ประมาทแล้วหรือเห็นภัยในความประมาทโดยปกติ ย่อมไม่พอเพื่อล้อมรอบ ย่อมปฏิบัติใกล้นิพพานเที่ยว

อัปมาทวัคค รัมมบท

๒. ภิกษุมีความเคารพในพระศาสนา พระธรรม พระสงฆ์ สิกขา ๓ ความไม่ประมาท และ ปฏิสันถาร ย่อมเป็นผู้ไม่พอเพื่อล้อมรอบ ย่อมปฏิบัติใกล้นิพพานเที่ยว
คารวสูตร สัตตกังกุตตร

๓. ฌานและปัญญาในผู้ใด ผู้นั้นปฏิบัติใกล้นิพพาน

ภิกขุวัคค รัมมบท

๔. ธีระชนเหล่านั้น เข้าฌาน มีความเพียร ติดต่อ มีความบากบั่นมั่นเป็นนิตย์ ย่อมถูกต้องนิพพานอันเกษมจากโยคะ หารธรรมอื่นยิ่งกว่าไม่มี

อัปมาทวัคค รัมมบท

๕. ภิกษุ เธอจงวิตเรื่อนี้ คืออัตตภาพนี้ เรือนเธอวิตแล้ว จักปล้นถึง เธอตัดรากและโทสะแล้ว แต่นั้นจักถึงนิพพาน

ภิกขุวัคค รัมมบท

๖. ภิกษุผู้เข้าไปตั้งกายคตาสติแล้ว สังวรในบ่อเกิดแห่งผัสสะ ๖ มีจิตตั้งมั่นติดต่อ พึงรู้
นิพพานแห่งตน

นันทวัคค อุทาน

สรุปรธรรมที่เป็นปฏิปทาแห่งนิพพาน

จากพระพุทธพจน์ทั้ง ๖ ข้อ ที่ทรงยกมา ได้ธรรมที่เป็นปฏิปทาแห่งนิพพาน ดังนี้

๑. ความไม่ประมาท
๒. ความเคารพ
๓. สมานะและปัญญา
๔. ความเพียร
๕. หมั่นบรรเทากิเลสและบาปธรรม (วิตเรื่อ)
๖. เจริญกายคตาสติ และสำรวมอินทรีย์

บาลีแสดงสุอุปาทิเสสนิพพาน

(เฉพาะคำแปล)

เพราะละตัณหาเสีย ท่านกล่าวว่า นิพพาน

อุทนายมาณวกปัญหา

ความดับด้วยสාරอกโดยไม่เหลือ เพราะสิ้นตัณหาทั้งหลายด้วยประการทั้งปวง เป็นนิพพาน

นันทวัคค อุทาน

ธาตุอันหนึ่งแล เป็นไปในธรรมอันแลเห็นแล้วในโลกนี้ เป็นนิพพานธาตุมีอุปาทิยังเหลือ เพราะสิ้น
ธรรมชาติผู้นำไปสู่ภพ (ตัณหา)

ทุกนิบาต อิติวุตตก

ไวพจน์แห่งวิราคะมี มทนิมมทโน เป็นต้น ดังกล่าวมาในเรื่องวิราคะ ก็หมายเอา สุอุปาทิเสสนิ
พพาน เช่นกัน

พระพุทธพจน์แสดงอนุอุปาทิเสสนิพพาน

(เฉพาะคำแปล)

เรากล่าวทวีปนั้นมีใช้อื่น หาห้วงมิได้ หาเครื่องยึดมิได้ เป็นที่สิ้นรอบแห่งขราและมัจจุว่านิพพาน
กัปปมาณวกปัญหา

ส่วนธาตุเป็นไปในธรรมอันจะพึงถึงข้างหน้า ที่ภพทั้งปวงดับด้วยประการทั้งปวง เป็นนิพพาน
ธาตุหาอุปาทิเหลือมิได้

ทุกนิบาต อิติวุตตก

ความเข้าไปสงบแห่งสังขารเหล่านั้น ย่อมเป็นความสุข

นิทานวัคค สังยุตตุ

ภิกษุทั้งหลาย आयตนะนั้นมีอยู่ ดิน น้ำ ไฟ ลม ไม่มีเลย อากาสนัญญายตนะ วิญญาณัญญ
ายตนะ อากิญจัญญายตนะ เนวสัณญานาสัญญายตนะ ก็มีใช้ โลกนี้ก็มีใช้ โลกอื่นก็มีใช้ ดวงจันทร์ ดวง
อาทิตย์ทั้ง ๒ ก็มีใช้

อนึ่ง ภิกษุทั้งหลาย เราไม่กล่าวเลยซึ่งอายตนะนั้นว่า เป็นการมา เป็นการไป เป็นการยืน เป็น
การจตุติ เป็นการเกิด आयตนะนั้นหาที่ตั้งอาศัยมิได้ มิได้เป็นไป หาอารมณ์มิได้ นั้นแลที่สุดแห่งทุกข์

ปาฏลิกามิวัคค อุทาน

ในสูตรนี้ เรียกนิพพานว่า आयตนะ เพราะนิพพานเป็นธัมมายตนะ (เป็นอารมณ์ของมนายตนะ)
กล่าวว่า ดิน น้ำ ไฟ ลม ไม่มีในนิพพานนั้น ส่องความว่า นิพพานมิใช่รูปขันธ์

กล่าวว่า นิพพานไม่ใช่อาภาสานัญญาตนะ เป็นต้น ส่องความว่า นิพพานมิใช่นามชั้น
กล่าวว่า นิพพานมิใช่โลกนี้ มิใช่โลกอื่น มิใช่ดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ ส่องความว่านิพพาน ไม่ใช่
โลกอย่างใดอย่างหนึ่ง (จักรวาล)

กล่าวปฏิเสธการไปมา การดำรงอยู่ การจุติ การเกิด ส่องความว่า นิพพานไม่มีสัมพันธด้วยโลกอื่น
ด้วยการไปมาถึงกันธรรมดา และด้วยการเวียนเกิด

กล่าวว่า นิพพานไม่มีที่ตั้งอาศัย มิได้เป็นไป หาอารมณ์มิได้ ส่องความว่า นิพพานมิใช่โลก และ
มิใช่สัตว์โลก

รวมความแล้วนิพพานไม่ใช่อะไรสักอย่าง ถ้ามว่า แล้วนิพพานคืออะไร คำตอบคือ อนัตต ทุกขสส
นิพพานเป็นที่สุดสิ้นแห่งทุกข์ เป็นปลายสายแห่งทุกข์ชั้น ทุกข์ชั้นสุดลงเพียงนี้

พระพุทธพจน์แสดงนิพพาน ๒ บรรยาย

(เฉพาะคำแปล)

ธรรมชาตินั้นสงบแล้ว ธรรมชาตินั้นประณีตแล้ว ธรรมชาติไรเล่าเป็นที่สงบแห่งสังขารทั้งปวง เป็นที่
สละคืนอุปธิทั้งปวง เป็นที่สิ้นแห่งตัณหา เป็นที่สิ้นกำหนด เป็นที่ดับ คือ นิพพาน

—นวกาทิกงคุดตร

อุปธิ ในคำว่า เป็นที่สละคืนอุปธิทั้งปวง หมายถึง กิเลส ก็ได้ หมายถึง เบญจขันธ์ก็ได้ แต่ในที่นี้
หมายถึงเบญจขันธ์ เป็นไวพจน์ของสังขารในบพัตน (คือมีความหมายเดียวกับสังขาร)

บพว่า เป็นที่สงบแห่งสังขารทั้งปวง และบพว่า เป็นที่สละคืนอุปธิทั้งปวง หมายถึงอุปาทิเสสนิ
พพาน ส่วน ๓ บทต่อมา คือ เป็นที่สิ้นแห่งตัณหา เป็นที่สิ้นกำหนด เป็นที่ดับ หมายถึงอุปาทิเสสนิ
พพาน

ปลุกจิตในนิพพาน

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ทรงประทานข้อคิดไว้ว่า

วิสัยนักปราชญ์ มีปกติใช้สติปัญญาสอดส่องอรรถอันสุขุม หรือทั้งเคยได้ประสบ สามิสสุขมาด้วย
ตนเอง เห็นลงว่า สามิสสุขเป็นเครื่องเกี่ยวไว้ดุจเบ็ด เป็นเครื่องร้อยไว้ดุจสนตะพายหรือบังเหียน ผู้ซึ้งในสา
มิสุขนั้น เป็นผู้อันจะพึงจงไปได้ตามปรารถนา ไม่เป็นโสดแก่ตน ทั้งเป็นสุขไม่รู้จักอ้อม ได้แล้วยังไม่พอ ใน
ที่สุดย่อมแปรปรวนไป ท่านจึงทำความเข้าใจในสุขอันสุขุมกว่านั้น เช่นสุขเกิดแต่การรู้สึกว่าได้ทำกิจอันควร
ทำ

พระศาสดาทรงหมายเอาการรู้สึกอย่างนี้ จึงได้เปล่งพระสุรสิงหนาทว่า กิจอย่างใดอันพระศาสดาผู้
เอ็นดู แสวงหาประโยชน์เพื่อสาวกทั้งหลายจะพึงทำ กิจอย่างนั้นอันเราได้ทำแล้วแก่พวกเธอทุกอย่าง

หรือว่า ตนอยู่ด้วยความไม่มีภัย ไม่มีเวร กับผู้อื่น ดังแสดงว่า ภิกษุมิใช่ประกอบด้วยเมตตา
กรุณา เป็นจิตวิบูล ถึงความเป็นใหญ่หาจำกัดมิได้ หาเวรมิได้ หาความเบียดเบียนมิได้ แผ่ไปอยู่

หรือว่า ไม่เป็นอยู่เปล่า ได้ยังประโยชน์ให้สำเร็จแก่เขาทั้งหลาย ดังแสดงว่า สัตบุรุษย่อมเกิดมา
เพื่อประโยชน์ เพื่อเกื้อกูล เพื่อสุขแก่มหาชน

หรือเกิดแต่การนี้ก่ออารมณ์อย่างอื่นอีก อันละม้ายกัน หรือเกิดแต่ความเลื่อมใสในธรรมดังแสดงว่า ผู้
มีใจผ่องใส ได้ปิตีอาศัยธรรมย่อมอยู่เป็นสุข

หรือเกิดแต่การพิจารณาธรรมดังแสดงว่า ในกาลใด ๆ ย่อมพิจารณาความเกิด ความดับ แห่ง
ชั้นทั้งหลาย ในกาลนั้น ๆ ย่อมได้ปิตีปรามิทัย นั้นเป็นน้ำอมฤตของผู้รู้ทั้งหลาย

การใช้สติปัญญาสอดส่องอรรถอันสุขุมดังกล่าวมา ย่อมยังฉันทะให้เกิดในนิรามิสสุขละเอียดเป็นชั้น ๆ ปลุกความนิยมในธรรมอันซึ่งตามกัน ตลอดถึงนิพพานเป็นที่สุด เหตุฉะนั้นพระพุทธรเจ้าทั้งหลาย จึงกล่าวยกย่องนิพพานว่า เป็นธรรมยอดเยี่ยม

สรุปวิธีปลุกฉันทะในนิพพาน

ใช้สติปัญญาสอดส่องให้เห็นโทษของสามิสสุข แล้วทำความพอใจในสุขอันละเอียดกว่านั้นด้วยการปฏิบัติ ดังนี้

๑. ทำกิจที่ควรทำ
๒. อยู่ด้วยความไม่มีภัย ไม่มีเวรกับผู้อื่น
๓. ไม่เป็นผู้อยู่เปล่า ทำประโยชน์ให้เกิดแก่ส่วนรวม
๔. ทำใจให้เลื่อมใสในธรรม
๕. พิจารณาให้เห็นความจริงของชีวิต

หัวใจสมถกัมมัฏฐาน

กายคตาสติ

ศัพท์นี้ แปลว่า สติไปในกาย กัมมัฏฐานนี้เป็นคู่ปรับแก้กามฉันท กามฉันทมีปกติให้รักสวयรักงาม กัมมัฏฐานนี้มีปกติให้เห็นน่าเกลียดเห็นโสโครก กุลบุตรผู้มาบรรพชา ย่อมได้รับสอนกัมมัฏฐานนี้ไว้ก่อนจากพระอุปัชฌาย์ เหมือนดังได้รับมอบศีลตราวุธไว้สำหรับต่อสู้กับข้าศึก คือกามฉันท อันจะทำอันตรายแก่พรหมจรรย์ พวกภิกษุจึงเรียกกัมมัฏฐานนี้ว่ามูลกัมมัฏฐาน แปลว่า กัมมัฏฐานเดิม ในที่นี้จักแสดงโดยสังเขป

สาธุชนผู้จะเจริญกัมมัฏฐานนี้ พึงกำหนดตจปัญจกะ คือ หมวดแห่งอาการ ๕ อย่าง มีหนึ่งเป็นที่สุด ให้จำได้ก่อน ทั้งโดยอนุโลมคือตามลำดับ ทั้งโดยปฏิโลม คือ ย้อนลำดับ อาการ ๕ อย่างนั้น คือ เกสา โลมา นขา ทนตา ตโจ นี่เป็นอนุโลม ตโจ ทนตา นขา โลมา เกสา นี่เป็นปฏิโลม ท่านสอนให้จำโดยอนุโลมและปฏิโลมดังนี้ เพื่อจะให้แม่นยำ และพึงรู้จักอาการทั้ง ๕ นั้นด้วย

๑. เกสา นั้น คือสิ่งที่เส้น ๆ งอกอยู่บนศีรษะ เบื้องหน้าเพียงหน้าผาก เบื้องท้ายเพียงปลายคอต่อ เบื้องขวาเพียงหมวกหูทั้ง ๒ ข้าง
๒. โลมา คือ สิ่งที่เส้น ๆ เหมือนกันอีกส่วนหนึ่ง อันมิใช่เกสา เส้นหยาบข้างละเอียดบ้าง งอกอยู่ตามตัวทุกแห่ง เว้นฝ่ามือฝ่าเท้า
๓. นขา คือ สิ่งที่เส้น ๆ งอกอยู่ตามปลายนิ้วมือปลายนิ้วเท้าทุก ๆ แห่ง
๔. ทนตา สิ่งที่เส้น ๆ งอกอยู่ในเหงือกเบื้องล่างเบื้องบน สำหรับบดเคี้ยวอาหาร
๕. ตโจ ได้แก่ สิ่งที่หุ้มอยู่ทั่วสรรพางค์กาย

พึงกำหนดรู้อย่าง ๆ ดังนี้ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง

ครั้นรู้จักสิ่งทั้ง ๕ อย่างนี้แล้ว พึงพิจารณาน้อมใจให้เห็นเป็นของน่าเกลียดโสโครก โดยปกติของมันทั้งในกายตนและในกายผู้อื่น ถ้ายังไม่เห็นโดยทันที พึงพิจารณาขยายออกไปโดยสี่ โดยสี่ฐาน คือ รูปร่าง โดยกลิ่น โดยที่เกิด โดยที่อยู่ อันผม ขน เล็บ ฟัน หนัง นั้น มีสี่ก็ไม่งาม มีสี่ฐานก็ไม่น่ารัก มีกลิ่นก็เหม็น มีที่เกิดที่อยู่ล้วนแต่เป็นที่โสโครก เพราะเป็นของปฏิกุล เขาจึงต้องตกแต่งทำนุบำรุงไม่เช่นนั้น ก็จะมีปรากฏเป็นของปฏิกุลยิ่งนัก เป็นของน่าสะอิดสะเอียน ความเห็นน่าเกลียดนั้น มิใช่ไม่ปรากฏแก่สามัญชนเมื่อไร เป็นแต่เมื่อปรากฏแล้ว เขาน้อมใจนึกไปเสียโดยทางอื่นปรารถนาแต่ของที่เขาคงแต่งไว้แล้ว นึกเห็นเป็นงาม ความนึกเห็นเช่นนั้น เป็นเหตุชักนำกามฉันทที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น ยั่ววนกามฉันทที่

เกิดขึ้นแล้วให้แก้กล้า ไม่ใช่อารมณ์ของกัมมัญฐานนี้ ความน้อมใจแสดงให้เห็นเป็นข้างไม่งาม เป็นของสกปรก
สุดแต่จะปรากฏได้อย่างไร นี่เป็นอารมณ์ของกัมมัญฐานนี้ ผู้เจริญกัมมัญฐานนี้ ฟังนึกถึงอาการอันหนึ่งขึ้น
ก่อนโดยปกติของมัน หรือโดยสัจฐาน กลิ่น ที่เกิด ที่อยู่ และโดยอย่างอื่น น้อมใจให้เห็นว่าน่าเกลียด
แล้วเลื่อนนึกถึงอาการอื่น ๆ ต่อไป เมื่อความชำนาญมีขึ้น นึกเพียงชื่อไปตามลำดับและย้อนลำดับความเห็น
ปฏิภูลย่อมจะปรากฏ คุณจิตได้ง่ายเข้า ในขณะที่ใด ความปฏิภูลปรากฏ ในขณะที่นั้น จัดว่าได้ผลที่มุ่ง
หมายแห่งกัมมัญฐานนี้ เพราะเหตุนั้น ฟังรักษาอารมณ์นี้ไว้อย่าให้จิตจาง จะได้เป็นที่ตั้งแห่งสมาธิ แต่สมาธิ
ในกัมมัญฐานนี้เป็นแต่เพียงอุปจาร เพราะเหตุให้จิตท่องเที่ยวอยู่ไม่แน่วแน่วลงแท้

กัมมัญฐานนี้ เป็นประโยชน์แก่คนมีกามฉันท์ หรือเรียกราคจริตเป็นเจ้าเรือน มีอาณิสสสัมไมให้ช้อยอยู่
ในกายตนและกายผู้อื่น

เมตตา

ศัพท์นี้ แปลว่า คุณสมบัติเป็นเหตุสนิทสนม กัมมัญฐานนี้เป็นคู่ปรับแก้พยาบาท พยาบาทมีปกติให้
คิดล้าผลาญ กัมมัญฐานนี้มีปกติให้ชอบพอ สาธุชนผู้เจริญกัมมัญฐานนี้ ฟังนึกถึงคนอื่นเทียบกับตนว่า เรา
รักสุขเกลียดทุกข์ ฉันทใด คนอื่นก็รักสุขเกลียดทุกข์ฉันทนั้น สิ่งที่ชอบใจของเรา ย่อมเป็นของที่ชอบใจของคน
อื่น สิ่งไม่เป็นที่ชอบใจของเรา ย่อมไม่เป็นที่ชอบใจของคนอื่นด้วยเหมือนกัน เราจะหาผลที่ชอบใจ ในทาง
เสียผลเช่นนั้นของผู้อื่น ย่อมไม่เป็นที่ชอบใจของคนอื่นด้วยเหมือนกัน เราจะหาผลที่ชอบใจ ในทาง
เสียผลเช่นนั้นของผู้อื่น ย่อมไม่เป็นที่ชอบใจของคนอื่นด้วยเหมือนกัน เราจะหาผลที่ชอบใจ ในทาง
ความดีอย่างใดอย่างหนึ่งของเขาขึ้นนึก สุดแต่จะเลือกได้ เป็นความประพฤติทางกายก็ตาม ทางวาจาก็ตาม
ทางใจก็ตาม เช่นคนมักพูดบาดหูคนอื่น แต่ไม่ใช่คนร้ายถึงลงมือด้วยกายก็มี คนมักโกรธแต่ไม่ทำจริงก็มี
คนร้าย แต่อีกฝ่ายหนึ่งมีน้ำใจเผื่อแผ่ อนุเคราะห์แก่ผู้อื่นก็มี เช่นนี้เป็นตัวอย่าง ฟังนึกถึงความดีที่มีอยู่ใน
เขา บางทีจะระงับความเกลียดชังให้เบาลงหรือให้หายไป ถ้าไม่มีความดีอย่างใดอย่างหนึ่งของเขา ที่จะฟัง
เอาขึ้นนึก ก็ฟังยังกรุณาคือสงสารให้เกิด คนยากจนทรพย์ ขาดกำลังเป็นเครื่องทำนุบำรุงชีวิตและร่างกายให้
เป็นสุข และไม่ได้ช่องที่จะอนุเคราะห์คนอื่นด้วยกำลังทรัพย์ ควรได้รับความกรุณาของคนมีทรัพย์ฉันทใด คนไร้
คุณสมบัติขาดกำลังเป็นเครื่องบำรุงใจให้เป็นสุข ไม่ได้ช่องที่จะชักจูงคนอื่นในความดี ซ้ำกลับเบียดเบียนเพื่อน
มนุษย์ให้ได้รับทุกข์ภัยต่าง ๆ ควรได้รับความกรุณาของผู้ประพฤติธรรมมีสติสัมปชัญญะฉันทนั้น อันจะ
เกลียดชังคนเช่นนั้น เท่ากับคนตีทะเลาะกับคนเมา เมื่อนึกอย่างนี้บางทีก็จะยังกรุณาให้เกิดขึ้นได้ ถ้าน้อมใจ
ไม่ลง ก็ฟังนึกถึงความที่สัตว์มีกรรมเป็นของ ๆ ตน ผู้ใดทำดีหรือชั่ว ผู้นั้นจงปรากฏด้วยกรรมของตนเอง
ฟังวางจิตลงเป็นอุเบกขา แม้อย่างนั้นก็สำเร็จ อย่างนี้ปรารถนาถึงผู้นั้นเสียเลย ถ้าเขาเกลียดชังตนต่างหาก
ก็ฟังหาช่องแสดงกายวาจาใจ หรืออนุเคราะห์เพื่อผูกไมตรี เมื่อเป็นเช่นนี้ ก็จะได้อยู่โดยไม่มีภัยไม่มีเวรกับ
ผู้อื่น แต่นั้น ฟังน้อมจิตให้คิดชอบกับคนซึ่งเฉยอยู่แต่เดิมด้วยถ้อยที่ถ้อยอาศัยทำสาธารณิธรรมแก่กัน ฟังทำ
คนผู้ชอบกันห่าง ๆ ให้สนิทสนม ฟังทำคนผู้ชอบกันสนิทสนมแล้วให้มันเข้า ความปรารถนาแห่งจิต เพื่อ
ชอบพอสนิทสนมกับคนอื่นดังนี้ ชื่อว่าเมตตา โดยความก็คือปรารถนาสุขแก่เขา ความนึกแผ่เมตตา นี้ จัด
ว่าเป็นกัมมัญฐานอันหนึ่ง

สาธุชนผู้เจริญเมตตา ฟังแผ่โดยเจาะจงก่อนตั้งต้นแต่คนที่รักใคร่สนิท เช่นมารดา บิดา สามี
ภรรยา บุตร บุตรี และท่านผู้มีอุปการะ อุปัชฌายะ อาจารย์ เจ้านายเป็นต้นไป ตลอดถึงญาติมิตร คน
รู้จักคุ้นเคย และคนอื่น ๆ ที่ควรจะได้รับ ความปรารถนาอันดีต่อ เมื่อทำใจให้ชำนาญในการแผ่โดยเจาะจงนั้น
แล้ว ฟังแผ่โดยไม่เจาะจง เช่นไม่นิยมเฉพาะบุคคลชื่อนั้น ชื่อนี้ ที่ตนรู้จัก ฟังปลุกความรักใคร่ในคนร่วม
บ้านร่วมวัดร่วมเมืองร่วมประเทศร่วมชาติเป็นลำดับไป ตลอดถึงเพื่อนมนุษย์ทั่วไป ลงมาจนถึงสัตว์ดิรัจฉาน
เป็นที่สุด ตามแต่จะทำได้เพียงไร แผ่เมตตาโดยเจาะจงเป็นไปโดยแรงกล้า เป็นเหตุให้ช่วยเหลือกันแข็งแรง

แต่เป็นไปในทางที่แคบ ทั้งเขตแห่งความไม่มีภัยไม่มีเวร ทั้งเขตแห่งความสำเร็จประโยชน์แก่ผู้อื่น แม่เมตตา โดยไม่เจาะจง เป็นไปโดยเปล่าแต่เป็นไปในทางที่กว้าง เช่นคนร่วมบ้านร่วมวัดตลอดถึงร่วมชาติ รักใคร่ปรองดองช่วยเหลือกัน แม่ไม่แข็งแรงเหมือนทำให้แก่ครอบครัวย่อมมีผลกว้างกว่า พาคคนหมู่นั้นให้มีความสุขทั่วถึงกัน เหตุนี้ ในพระพุทธศาสนาจึงนิยมแม่เมตตา โดยไม่เจาะจงว่าเป็นเมตตาอย่างสูงอย่างกว้าง ในการเจริญกัมมัฏฐาน ท่านผูกบทไว้ให้ดีกว่าดังนี้ “สพเพ สตตา อเวรา อพยาปชฌา อนีฆา สุชี อุตตานิ ปริหรนตุ” แปลว่า ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงเป็นผู้ไม่มีเวร ไม่มีมลทิน ไม่มีทุกข์ มีสุขรักษาตนเถิด ในขั้นต้น น้อมใจให้ปรารถนาความสุขแก่ผู้อื่นมาได้แล้ว นึกถึงบทสำหรับบริกรรมนี้ จะคุมจิตให้มีเมตตาขึ้นได้ในขณะนั้น ในขณะที่ เมตตาเป็นไปอยู่ ในขณะนั้น จัดว่าได้ผลที่มุ่งหมายแห่งกัมมัฏฐานนี้ จิตสัมปยุตด้วยเมตตาตั้งมั่นแน่วแน่ลงไป จัดเป็นอุچارสมาธิ สามารถทำให้เกิดอัปนาสมาธิได้

กัมมัฏฐานนี้เป็นประโยชน์แก่คนมีพยาบาทเป็นเจ้าเรือน หรือเรียกว่าโทสจริตตลอดคนเหล่าอื่นทั่วไป มีอาณิสสให้อยู่ด้วยความไม่มีภัยไม่มีเวร รักใคร่ปรองดองช่วยเหลือกัน. เหตุนี้ จึงควรเจริญตามกาล ถึงคราวควรแม่เมตตาโดยเจาะจง ก็พึงเจริญโดยเจาะจง ถึงคราวแม่โดยไม่เจาะจง ก็พึงเจริญโดยไม่เจาะจง

พุทธานุสสติ

ศัพท์นี้ แปลว่า ระลึกถึงพระพุทธเจ้า อธิบายว่า ระลึกถึงปรารถนาความดีของพระองค์ ไม่ได้ระลึกถึงโดยอาการยกโทษหรือข้อขอด กัมมัฏฐานนี้เป็นคู่ปรับแก้ถีนมิทธนิรวรณ ถีนมิทธะมีปกติให้ท้อแท้และง่วงงุน กัมมัฏฐานนี้มีปกติให้อุตสาหะปรารถนาพระคุณของพระพุทธเจ้า และให้จิตนึกแล่นอยู่ สาธุชนผู้จะเจริญกัมมัฏฐานนี้ ควรอ่านหนังสือแสดงพระพุทธจรया เป็นต้นว่า เรื่อง ปฐมสมโพธิ และใคร่ครวญถึงพระพุทธจรयाซึ่งทรงบำเพ็ญเป็นอย่าง ๆ ไป อันส่อพระคุณสมบัติในพระองค์ และทรงพระมหากรุณาอุการแก่ประชาชน ก็จะหยั่งเห็นพระคุณทั้ง ๒ ส่วนนี้โดยวิสัย ในที่นี้จะแสดงเฉพาะพระคุณบทที่ท่านผูกไว้สำหรับนึกสำหรับสาธยายเรียกว่า อนุสสรณนัย คือ "อิติปิ โส ภควา อรหิ สมมาสมพุทโธ วิชชาจรณสมปนโน สุโคโต โลกวิทู อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ สตถา เทวมนุสสานิ พุทโธ ภควาติ"

พระผู้มีพระภาคเจ้านั้น ทรงรู้แจ้งโลก คือ ปรุฬห์ พร้อมด้วยสัตว์ผู้อาศัย และสังขารอันปรุงแต่งแผ่นดินและสัตว์เหล่านั้น ว่ามีความเปลี่ยนแปลงเป็นธรรมดา จึงเจริญในกาลบางครั้ง เสื่อมในกาลบางครั้ง สุดแต่เหตุปัจจัย อนึ่ง ในโลกนี้ ย่อมมีสิ่งต่าง ๆ อันจะล่อจิตให้รักให้ชังให้หลงให้กลัว คนไม่รู้เท่า ย่อมจะวุ่นไปตามด้วยความทะเยอทะยานบ้าง ด้วยความตกใจกลัวบ้าง แล้วและเฉไปประพลติจากทางอันชอบอันถูกนี้เป็นเหตุแห่งความเสื่อมของโลกได้อย่างหนึ่ง ความมีกำลังสามารถต้านทานแต่มาร ๒ ประเภทนั้น เป็นปัจจัยแห่งความเจริญของโลกได้อย่างหนึ่ง พระองค์ทรงรู้แจ้งโลกโดยนัยนี้เป็นอาทิ บัณฑิตจึงได้ถวายพระนามตามพระคุณว่า “โลกวิทู” แปลว่าท่านผู้รู้แจ้งโลก เมื่อพระองค์ทรงรู้แจ้งโลกอย่างนั้นแล้ว จึงไม่รักไม่หลงไม่มัวเมาในอารมณ์อันยวนจิต ไม่สะดุ้งหวาดหวั่น เพราะอารมณ์อันคุกคามให้ตกใจกลัว ทรงมั่นอยู่ในปฏิปทาอันชอบ ยิ่งความเป็นไปของพระองค์ให้ลุล่วงมาโดยสวัสดิ์ ตลอดพระชนมายุกาล บัณฑิตจึงได้ขนานพระนามถวายว่า “สุโคโต” แปลว่าท่านผู้ไปดีแล้ว หรือท่านผู้ดำเนินดีแล้ว.

ปฏิปทาของท่านผู้ดำเนินดีแล้ว เรียกว่า จรณะ เพราะเป็นเครื่องก้าวไปหาวิชา คือ ความรู้พิเศษ พระองค์ทรงมั่นในปฏิปทานั้นอยู่ จึงได้บรรลุวิชาความรู้อย่างสูง อันทำจิตให้พ้นจากหมู่มาร คือกิเลสอันคอยนำสัตว์โลกลงในที่ต่ำ จึงได้พระนามโดยพระคุณธรรมว่า “วิชาจรณสมปนโน” แปลว่าท่านผู้ถึงพร้อมด้วยวิชาคือความรู้ และจรณะคือปฏิปทา วิชาอันเป็นความรู้อันชอบ เป็นประโยชน์แก่พระองค์แก่ผู้อื่นทั้ง ๒ ฝ่าย พระองค์เสาะหาได้เอง ไม่ได้มาแต่สำนักผู้อื่น พระปัญญาอย่างสูงนี้ยังพระองค์ให้ได้รับพระนามว่า “สมมาสมพุทโธ” แปลว่าท่านผู้รู้ชอบเอง พระปัญญานั้นย่อมยังผลอย่างสูงสุดให้สำเร็จแก่พระองค์ คือ ทรงบริสุทธิ์ด้วยประการทั้งปวง ควรแก่ความนับถือของประชาชนทุกหมู่เหล่า บัณฑิตจึง

ถือเอาพระคุณนี้เป็นที่ตั้งถวายพระนามว่า “อรหิ” แปลว่าท่านผู้ไกลกิเลสบ้าง ท่านผู้ควรได้รับความนับถือ บ้าง คุณบทว่า “อรหิ” นี้เป็นนามเรียกได้ทั้งพระศาสดาทั้งพระสาวก แต่มีบทอื่นต่อท้ายให้แตกต่างกัน พระนามพระศาสดาว่า “อรหิ สมมาสมพุทโธ” แปลไว้แล้วข้างต้น นามสาวกว่า “อรหิ ซีณาสโว” แปลว่า พระอรหันต์สิ้นอาสวะ พระคุณเหล่านี้จัดเป็นอัตตสมบัติ คือ ความดีส่วนพระองค์

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงพระคุณที่เป็นอัตตสมบัติเช่นนั้นแล้ว จัดว่ามีภักยะ คือ สมบัติอันชักจูงคนอื่นเข้ามาคบหา ผู้ใดเข้ามาคบพระองค์ย่อมทรงสั่งสอนผู้นั้น แจกอรรรถแจกธรรมให้เข้าใจชัด บัณฑิตหมายเอาพระคุณสมบัตินี้ ขนานพระนามไว้ว่า “ภควา” แปลว่า ท่านผู้มีภักยะหรือว่าท่านผู้มีภาค พระองค์ทรงแจกธรรมสั่งสอนประชาชน ให้ได้บรรลุผลอันดีงามทั้งส่วนโลกิยะทั้งส่วนโลกุตระ ยังคนผู้ไม่เคยเข้าใจให้เข้าใจ ยังคนผู้เคยเข้าใจมาบ้างแล้ว ให้เข้าใจกว้างขวาง นำความหลงอันเป็นเหตุตื่นเตนและหวาดหวั่นเสีย จึงได้พระนามว่า “พุทโธ” แปลว่า ท่านผู้ปลุกให้ตื่น หรือว่าท่านผู้ปลุกใจ พระองค์ทรงสั่งสอนอย่างนี้ แก่พุทธเวไนยทุกชั้น ตามสมควรแก่ภูมิของเขา ยกขึ้นในปฏิปทาที่สูงกว่าโดยลำดับ จึงได้รับพระนามว่า “สตา เทวมนุสสานิ” แปลว่า ท่านผู้เป็นครูสอนของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย คือ ของคนทั้งเจ้าทั้งสามัญ พระองค์ทรงสั่งสอนคนเป็นอันมากเช่นนั้น ย่อมทรงรู้จักฉันทอธยาศัย เข้าพระหฤทัยในอุบาย ชักจูงน้อมตัดเข้าหาทางดีทางงาม ไม่ต้องใช้บังคับขู่เข็ญ เป็นแต่เพียงใช้พระวาจาก็สำเร็จ ถ้าจะเทียบด้วยนายสารถิผู้ฝึกม้า ก็จัดว่าเป็นเอกอูไม่มีคนสู้ บัณฑิตจึงได้ถวายพระนามว่า “อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ” แปลว่า ท่านผู้เป็นสารถิฝึกบุรุษควรทราบได้ไม่มีผู้ยิ่งกว่า พระคุณนี้จัดเป็นปรหิตปฏิบัติคือ ประพฤติเพื่อประโยชน์ผู้อื่น พระคุณทั้งสองส่วนนี้ มีในพระผู้มีพระภาคเจ้า ให้สำเร็จพระนาม ๙ ประการ เรียกว่า นวทรคุณ แปลว่า คุณของพระอรหันต์ ๙ ประการ แต่เรียกกลับกันมาเป็นนวทรคุณ บัณฑิตผูกเป็นบทตั้งไว้สำหรับระลึกตาม ในเวลาเจริญพุทธานุสสติ ท่านเรียงบทที่เป็นผลไว้ข้างหน้า เรียงบทที่เป็นเหตุไว้ข้างหลัง เพื่อให้เข้าใจง่าย ในที่นี้ จึงได้อธิบายความแห่งบทอันเป็นเหตุถอยหลังเข้ามา

สาธุชนผู้เจริญพุทธานุสสติ ได้อ่านหนังสือแสดงพระพุทธรธรรมามากแล้ว พบแต่บทแสดงความไว้อื่น ๆ ก็คงฟังเข้าใจได้โดยกว้างขวาง ฝ่ายชนผู้ไม่ได้อ่านหนังสือเช่นนั้นมาก คงจะเห็นความแต่เฉพาะบทเช่นเดียวกับได้เห็นด้วยตนเอง หรือเห็นแต่รูปถ่าย ความกว้างแคบย่อมผิดกัน เมื่อจะเจริญพึงยังศรัทธาเลื่อมใสและเคารพให้เกิดในพระพุทธรเจ้าแล้ว พึงบริกรรมนึกบทพระคุณนามเหล่านี้แต่เพียงลำพังหรือพร้อมทั้งอธิบาย เลื่อนไปโดยลำดับ หรือเลื่อมใสมากในพระคุณบทใดจะจับเฉพาะพระคุณบทนั้นขึ้นนึกก็ได้ เช่นเคยบริกรรมกันมาว่า “อรหิ ๆ” หรือ “พุทโธ ๆ” ดังนี้ แต่พึงรู้จักว่ากัมมัญฐานนี้เป็นคู่ปรับแก้มีโทษ คือ ความมัวงมงาย ต้องการนี่ยาว ๆ ในสมัยใดมีพระครองจำ ควรนึกไปโดยลำดับแม้พร้อมด้วยอธิบาย ในสมัยใดจิตปลอดโปร่ง จะนึกแต่บทที่ขึ้นใจก็ได้ หรือในเวลาใช้หนัก ความนึกสั้น จำต้องนึกเฉพาะบทแท้ ในสมัยใด พระคุณของพระพุทธรเจ้าปรากฏแก่จิต เกิดอุตสาหะจะประพฤติดตาม และห้ามมีโทษเสียได้ ในสมัยนั้น เป็นอันสำเร็จผลมุ่งหมายแห่งกัมมัญฐานนี้ เพราะต้องใช้ความนึกเป็นเบื้องต้น กัมมัญฐานนี้เจริญได้ดี ก็เป็นเพียงอุปจารสมาธิ

กัมมัญฐานนี้เป็นสบายแก่ชนมีถิ่นมีพระเป็นเจ้าเรือน และแก่คนเป็นสัทธาจริต มีอานิสงสีให้ตั้งใจไม่ย่อท้อต่อเหตุขัดข้อง เพื่อประพฤติดความดีความงาม

กลิน

ศัพท์นี้ แปลว่า วัตถุอันจูงใจ คือ จูงใจให้เข้าไปผูกอยู่ เป็นชื่อของกัมมัญฐาน แปลว่ามีวัตถุที่ชื่อว่ากลินเป็นอารมณ์ กัมมัญฐานนี้เป็นคู่ปรับแก้อุทัจจกุกกัจจนีวรณ์ อุทัจจจะมีปกติให้คิดพล่าน กุกกัจจะมีปกติให้จับจด ส่วนกัมมัญฐานนี้มีปกติคุมใจให้มั่น วัตถุที่เป็นกลินนั้น ต้องเป็นของไม่บาดตา เป็นของทำให้ใจของผู้แลชุ่มชื่น ท่านจัดไว้ ๑๐ ประการ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ที่เป็นอยู่โดยปกติ หรือบางอย่างจัด

ขึ้นไว้สำหรับ เรียกว่าภูตกลืน นับเป็น ๔, สีขาว เหลือง แดง ขาบ ที่จัดขึ้นไว้สำหรับเรียก วรรณกลืน นับเป็น ๔, แสงอากาศ แสงไฟที่เข้าตามช่อง เรียก อากาศกลืน และอาโลกกลืน โดยลำดับ ในที่นี้ จะแสดงโอทาทกลืน คือสีขาวพอเป็นตัวอย่าง

สาธุชนผู้เจริญภูตกลืนชนิดนี้ พึงขดไม่ให้เป็นวงกลม กว้างโดยศูนย์กลางสัก ๑๖ นิ้ว หรือราวนั้น พอตาจับได้ถนัด อย่าให้เล็กเกินไปจนนัยน์ตาจับเอาอื่นด้วย หรือใหญ่เกินไปจนนัยน์ตาจับไม่ทั่ววง เอาผ้าขาวอันบริสุทธิ์หุ้ม หรือเอาดอกไม้ขาวจัดในภาชนะอันกว้างโดยศูนย์กลางได้ราวเท่านั้นก็ดี แล้วเอาวางห่างจากที่นั่งสัก ๒ ศอกคืบ หรือราวนั้น พอเพ่งดูถนัด อย่าให้ชิดเกินไป หรือห่างเกินไป จนนัยน์ตาจับไม่ถนัด แล้วพียงเพ่งดู โดยอาการตามถนัด ตากำหนดจักษุณั้น ใจนึกถึงคำว่า “โอทาท ๑” แปลว่า “ขาว ๑” คุมนัยน์ตาอันแลเห็น กับใจอันนึกให้อยู่ที่กลืนพร้อมกัน กิริยาที่ทำเรียกว่า บริกรรม ดวงกลืนเรียกว่า บริกรรมนิมิต กิริยาที่นึกว่า “โอทาท ๑” เรียกว่า บริกรรมภาวนา บริกรรมนี้เป็นขั้นที่ ๑ ครั้นทำในขั้นนี้ ชำนาญแล้ว พึงตั้งใจจักษุณั้นให้ติดตา ลองหลับตาดูในระหว่าง ๆ ถ้ายังไม่ติดตาต้องสุมดูใหม่ ในสมัยใด จำได้ติดตา หลับตาลง ดวงกลืนปรากฏในใจ เหมือนแลเห็น ในสมัยนั้น นิมิตที่ปรากฏในใจนั้น เรียก อุกคหนิมิต แปลว่านิมิตที่จิตจำได้ หรือเรียกว่า นิมิตติดตา กิริยาที่นึกนั้นเรียก บริกรรมสมาธิ แปลว่าสมาธิในบริกรรม นิมิตอันติดตา ที่กล่าวว่าปรากฏในใจนั้น เช่น กับคนฉลาดได้พบสิ่งที่น่ากลัวอันให้ตกใจ หรือคนที่ผูกพันอยู่ในสิ่งหนึ่งหลับตาลง ย่อมแล

เห็นสิ่งนั้นติดตา แต่ท่านไม่จัดว่าเป็นอารมณ์ของกัมมัฏฐาน เพราะเป็นเหตุตกใจหรือเป็นเหตุติดข้อง บริกรรมสมาธินี้เป็นขั้นที่ ๒ ครั้นทำในขั้นนี้ชำรุดแล้ว พึงลองหลับตานึกถึงนิมิตนั้นขยายให้ใหญ่บ้าง เล็กน้อย แต่อย่าให้เสียส่วนตามสณฺฐาน ตัวอย่างเช่น รูปถ่ายมีขนาดต่างกัน แต่ส่วนแห่งอวัยวะนั้น ๆ ของรูปทั้งปวงทุกชนิดคงสมกันกับกาย เหมือนคนผู้เป็นเจ้าของรูปนั้น ในสมัยใด จิตจำนิมิตนั้นได้จนขยายออก หรือย่อเข้าได้ในสมัยนั้น นิมิตนั้นเรียกว่า ปฏิภาคนิมิต แปลว่านิมิตเทียบเคียง ภาวนานั้นเรียกว่า อุปะการภาวนา แปลว่าภาวนาใกล้อุปนาสมาธิ อุปะการสมาธินี้เป็นขั้นที่ ๓ ผู้ทำได้แม่นยำจนถึงขั้นนี้แล้ว บำเพ็ญภาวนาต่อไปจนเข้าองค์กำหนดขั้นต้น จัดได้ว่าบรรลุปฐมฌาน เป็นสมาธิขั้นสูง เรียกอุปนาสมาธิ แปลว่าสมาธิแน่นแพ้น อุปนาสมาธินี้ เป็นขั้นที่ ๔ นี้อธิบายตามมติของพระคันถรจนาคารย ฝ่ายข้าพเจ้าเองปรารถนาจะเข้าใจว่าขั้นที่ ๒ เป็นอุปะการภาวนา หรืออุปะการสมาธิ ขั้นที่ ๓ เป็นอุปนาภาวนา หรือเป็นอุปนาสมาธิ เพราะละนิวรณ์ ๕ ได้ในขั้นที่ ๓ แล้วก็เป็นผู้อุปนาอยู่เอง เพราะในปฐมฌาน ก็ยังมี วิตกวิจารณ์อยู่เหมือนกัน

กัมมัฏฐานนี้ท่านพรรณนา ว่า บรรลุได้ถึงขั้นอุปนา เพราะคุมจิตให้แน่วแน่นอยู่ที่เดียว ผู้ศึกษาในกัมมัฏฐาน ไม่ควรมุ่งเฉพาะคุณที่สูงอย่างเดียว ควรมุ่งเฉพาะคุณที่เป็นวิสัยของตน พึงเจริญกัมมัฏฐานอันเป็นสบายแก่ตน เช่นคนสามัญปรารถนาฐานันดรเป็นมหาอำมาตย์จะได้สมหวังทั้งนั้นเที่ยวหรือ ถ้าไม่ได้พยายามนั้นก็ไม่มีผล ควรพยายามในทางอื่นยังจะดีกว่า เพราะเหตุนี้ คนมุ่งจะเป็นมหาอำมาตย์ ต้องรู้จักกำลังของตน ทั้งแลเห็นช่องทางก่อน อุปมานี้ฉันใด ผู้เจริญกัมมัฏฐานก็พึงประพฤติฉันนั้น ไม่ควรจะเลยคุณเบื้องต้น ซึ่งตนควรจะถือเอาได้ก่อน

แม้แต่เพียงในขั้นบริกรรม ในสมัยใด คุมจิตไว้ที่กลืนแห่งเดียวได้ ไม่คิดพล่านในทางอื่น ได้ให้ความชุ่มชื้นไม่อึดอัดเบื่อหน่ายในสมัยนั้น จัดว่าเป็นอันสำเร็จผลมุ่งหมายแห่งกัมมัฏฐานนี้

กัมมัฏฐานนี้ เป็นที่สบายแก่คนมีอุทัจจกุกุกจะหรือเป็นวิตกจริตเป็นเจ้าเรือน มีอาณิสสให้พินิจอดทน ในการทำงานที่ปรารถนา

จตุรธาตุวัตถานะ

ศัพท์นี้ แปลว่า กำหนดธาตุ ๔ กัมมัฏฐานนี้ เป็นคู่ปรับแก้วิจิกิจฉา วิจิกิจฉามีปกติให้ลังเลไม่แน่ใจ ลงได้ ส่วนกัมมัฏฐานนี้มีปกติให้กำหนดรู้โดยสภาวะ คนผู้ไม่กำหนดรู้โดยสภาวะ ไม่รู้จักสิ่งนั้น ๆ โดยความเป็นจริงอย่างไร จึงมีสงสัย เมื่อเข้าใจตามจริงแล้ว ก็สิ้นสงสัยไปได้อย่างหนึ่ง ๆ พระอาจารย์เจ้าแสดง กัมมัฏฐานนี้ไว้ ก็เพื่อจะให้เข้าใจความเป็นจริงของร่างกาย เป็นอุบายกำหนดรู้สภาวะธรรมอย่างหนึ่ง เป็นเหตุ ออกไปกำหนดสภาวะธรรมอย่างอื่นได้อีก

สาธุชนผู้จะเจริญกัมมัฏฐานนี้ พึงกำหนดรู้จักธาตุและสังขารก่อน สภาวะที่มีอยู่โดยธรรมดาคำอันจะ แยกออกไปอีกไม่ได้ เรียกว่าธาตุ ธาตุเหล่านั้น คุณกันเข้าเองโดยธรรมดา หรือมนุษย์ปรุงขึ้นเรียกว่า สังขาร แสดงอุทการณพอเป็นตัวอย่าง เช่นกระดูก เนื้อ เลือด ความอุ่นและลมอากาศ ถ้าไม่ประสงคฺจะ กล่าวให้ละเอียดต่อไป เป็นธาตุละอย่าง ๆ ร่างกายคือประชุมธาตุเหล่านี้ เป็นสังขาร ฝ่ายและสีเป็นสัมภาระ อันหนึ่ง ๆ ดุจเดียวกับธาตุ ผ้าที่คนเอาฝ้ายมาปั่นให้เป็นด้ายย้อมด้วยสีแล้วทอขึ้นนั้น เป็นสังขาร ธาตุหรือ สัมภาระที่แสดงมาเป็นอุทการณนั้น ยังเรียกราดกระจายกำหนดรู้ยาก นักปราชญ์จึงได้ย่นให้สั้นเข้า เพื่อกำหนดรูปร่าง ครั้นโบราณท่านจัดธาตุที่เป็นส่วนรูป ๔ กระดุกก็ดี เนื้อก็ดี ฝ้ายก็ดี สีก็ดี ดังกล่าวไว้ใน อุทการณข้างต้นนั้น ท่านรวมเรียกเป็นธาตุอันเดียวว่าปฐวีหรือดิน ด้วยเหตุว่าธาตุเหล่านั้น แม้จะปรากฏ ว่าต่างกันโดยชนิด ก็ยังจัดว่าเป็นอันเดียวกันเข้าได้โดยลักษณะ คือ ความเป็นของแข็ง ส่วนเลือด เหงื่อ มัน ท่านจัดเป็นธาตุอันเดียวกันกับน้ำ เรียกอาโป เพราะเป็นของเหลวเหมือนกัน ไออุ่นแห่งร่างกาย ความ ร้อนที่เกิดแต่ของเสียดสีกัน เกิดแต่ไฟฟ้า เกิดแต่แสงแดดแห่งดวงอาทิตย์ ท่านจัดเป็นธาตุอันเดียวกันกับไฟ เรียกว่าเตโช เพราะมีความร้อนเป็นลักษณะเหมือนกัน ลมอันพัดมาแต่ทิศนั้น ๆ ตามฤดู พายุใหญ่อันตั้งขึ้น เป็นครั้งเป็นคราว และลมอันเดินอยู่ในร่างกายของสัตว์ ท่านจัดรวมเข้าเป็นธาตุอันเดียวกัน เรียกว่าวาโย เพราะมีความพัดเป็นลักษณะเหมือนกัน

ครั้นโบราณนักปราชญ์จัดธาตุอันเป็นส่วนรูปเป็น ๔ อย่างนี้ ดังมาในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมวดธาตุในมหาสติปัฏฐานสูตร ต่อนั้นมา รู้จักธาตุขึ้นอีกอย่างหนึ่งซึ่งเรียกว่าอากาศ ธาตุนี้กำหนดรู้ได้ยาก เพราะเป็นของสุขุม ไม่เห็นได้ด้วยจักขุ อาจจะได้ด้วยสัมผัส แต่ก็ยังรู้ได้ยากเหมือนกัน ในที่ว่างเป็นช่อง ไม่ว่าจะเล็กไม่ใหญ่ อากาศย่อมเดินเข้าชงอยู่เต็มทั้งนั้น แต่เพราะเป็นธาตุเบาและขยายตัว คนเดินไม่รู้สึ กปะทะ ช้ำเป็นอุปการะแก่ชีวิตของสัตว์ด้วย ทั้งมนุษย์ทั้งสัตว์ดิรัจฉานหายใจสูดอากาศเข้าไปปรุงโลหิตสำเร็จ เป็นไออุ่น ถ้าใครจะรู้จักธาตุนี้ พึงเอาระบอบกรองน้ำ ลองกรองน้ำดูในท้องไว้ น้ำที่ส่งดลในคราวแรก เอนี้มีไออุ่นที่ออกต่อข้างบนกระบอกเสีย จุ่มปากกระบอกลงไปใต้น้ำ คงจะรู้สึกที่น้ำเข้าไปหน่อยหนึ่ง แล้วมี อะไรปะทะอยู่ นั่นคือ อากาศนี้เองอันเข้าชงอยู่ในกระบอก น้ำเข้าไปได้หน่อยหนึ่งนั้นเพราะอากาศต้อง ปะทะน้ำ อัดตัวเข้า น้ำเข้าไปอีกไม่ได้นั้น เพราะอากาศอัดตัวเต็มที่แล้วปะทะอยู่ คราวนี้เปิดนิ้วมือจากท่อ ข้างบนแต่วางไว้ตรงปากท่อ จุ่มกระบอกลงไปอีก คงจะรู้สึกที่น้ำเข้าไปได้อีก ในขณะที่เวลานี้มือได้รับสัมผัส เย็นฉิว ๆ ขึ้นมาจากท่อ ธาตุที่ขึ้นมาถูกนิ้วมือนี้คืออากาศ อีกอย่างหนึ่ง ขณะที่ไปในยานที่แล่นโดยเร็วได้ สัมผัสลมเป็นอันมาก แต่ข้างทาง ต้นไม้หนึ่งอยู่ไม่ไหว ลมที่กระทบวู ๆ นั้น อากาศนี้เอง ยานเดินโดยเร็ว ปะทะอากาศโดยแรงจนรู้สึกสัมผัส หากจะเดินด้วยเท้าก็ไม่รู้สึก ท่านพบอากาศธาตุเข้าแล้วจึงได้เติมขึ้นอีก อย่างเป็นธาตุ ๕ ดังแสดงไว้ในจุลลราหูโลวาทสูตร แต่นักปราชญ์ในชั้นหลังกล่าวว่า วาโยกับอากาศเป็น ธาตุเดียวกัน วาโยก็คืออากาศที่เดินกำลังแรงนั่นเอง ข้อนี้เป็นความจริงอุดหนุนการจัดธาตุ ๔ ของเดิม ให้ มันเข้า ในที่นี้จักกล่าวเป็นธาตุ ๔ พอสมแก่ชื่อของกัมมัฏฐานบทนี้

ธาตุ ๔ คือ ปฐวี อาโป เตโช วาโย นี้ มีทั้งภายนอกภายใน ธาตุภายนอก เช่น ภูเขา แม่น้ำ กองไฟ ลมพัด โดยลำดับกัน ธาตุเป็นภายในนั้น คือ ที่คุมเข้าเป็นร่างกายของสัตว์ ส่วนที่แข็งที่แข็งมี ผม

ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เป็นต้น เป็นปฐวีธาตุ ส่วนที่เหลวไม่แข็งเหมือนปฐวี เอิบอาบอยู่ในปฐวี รักษาปฐวีให้สดอยู่ เช่น โลหิต มันทัน มันทเปลว และเหงื่อ เป็นต้น เป็นอาโปธาตุ ส่วนที่ร้อนอบอวนรักษาปฐวีไม่ให้เน่า คือไออุ่นเกิดแต่หัวใจสูดอากาศเข้าไปปฐวีโลหิตที่เป็นไปโดยปกติ หรือที่แรงจัดขึ้นในเวลาเป็นไข้ ความร้อนที่เกิดขึ้นเพราะร่างกายบดฝน และแรงในอาโปธาตุสำหรับละลายอาหาร เป็นเตโชธาตุ ส่วนที่พัดไปมาเป็นเครื่องค้ำจุนปฐวี มีลมพัดขึ้นพัดลง และอากาศอันซึ่งอยู่ในช่องว่างแห่งร่างกาย แรงขับโลหิตให้เดินและแรงสูบอากาศเข้าไปและขับออก (คือหายใจ) เป็นวาโยธาตุ ธาตุทั้ง ๔ นี้ค้ำกันเป็นร่างกายฉนใด ในส่วนอันหนึ่ง ๆ แห่งร่างกายก็มีธาตุเหล่านี้เจือกันอยู่ฉนนั้น เช่น น้ำย่อยมีอยู่ในเนื้อ น้ำมันมีอยู่ในกระดูก แต่เพราะเป็นของมีอยู่น้อยไม่ถึงซึ่งฉนนับ จึงเรียกแต่ธาตุที่มีมาก

มีคำถามสอดเข้ามาว่า อย่างไรร่างกายนี้จึงเดินได้พูดได้ ทำอะไรได้ต่าง ๆ แปรจากรูปตึกตาที่เข่าป้านไว้ มีคำแก้ว่า จะอธิบายละเอียดก็จะยืดยาว ขอกล่าวแต่เพียงว่า เกิดเพราะความพร้อมมูลปรองดองกัน ตึกตากล้วยรู้จักเดินได้ หีบเสียงยังรู้จักพูดได้ เครื่องจักรยังเลื่อยไม้หรือสีข้าวได้ เป็นอะไรสังขารมีวิญญานครองจะทำไมได้ ความพร้อมมูลปรองดองแห่งธาตุทั้ง ๔ นั้น เกิดกำลังหรืออำนาจอันสำคัญขึ้นอย่างหนึ่ง ซึ่งเรียกว่า มโน และแปลว่าใจ มโนนี้มีสายอยู่ ๕ สาย เรียกว่าวิถี ที่ปากหรือที่ปลายแห่งสายเหล่านี้เรียกว่าทวาร คือ นัยน์ตาเรียกว่าจักขุ ๑ หู เรียกว่าโสตะ ๑ จมูก เรียกว่าฆานะ ๑ ลิ้นเรียกชีวหา ๑ กาย ๑ จักขุเห็นรูป โสตะฟังเสียง ฆานะสูบกลิ่น ชิวหาล้มรส กายถูกต้องโผฏฐัพพะแล้ว มโนได้รับความรู้สึกทางวิถีทั้ง ๕ นี้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันเป็นเหมือนเงาฉายมาปรากฏแก่ มโนเรียกธรรมหรือ ธรรมารมณ แล้วมโนส่งไปตามวิถีแห่งกาย หรือตามวิถีอื่นในอวัยวะทำกิจนั้น ๆ เฟ่งความรู้ที่มโนได้รับทางทวาร ๕ ท่าน เรียกจักขุวิญญานบ้าง โสตวิญญานบ้าง ฆานวิญญานบ้าง ชิวหาวิญญานบ้าง กายวิญญานบ้าง เฟ่งความรู้ของมโนเอง เรียกมโนวิญญาน. เหล่านี้เรียกธาตุละอย่าง ๆ ที่เป็นทวาร ๖ ที่เป็นอารมณ์ ๖ ที่เป็นวิญญาน ๖ รวมเป็น ๑๘ ท่านย่นให้สั้นเข้าอีกเป็น ๑ เรียกวิญญานธาตุ เต็มเข้ากับธาตุ ๕ ซึ่งเป็นรูป รวมเรียกว่า ธาตุ ๖ ดังแสดงไว้ในธาตุวิภังคสูตร ธาตุ ๖ นี้ สงเคราะห์เข้าทั้งรูปธรรมทั้งนามธรรม

การแจกธาตุเป็นต่าง ๆ นั้น เป็นไปตามความเข้าใจของนักปราชญ์ในยุคหนึ่ง ๆ จะเอาเป็นยืนยันที่ไม่ได้ แต่ผลของการแจกธาตุให้กำหนดรู้นั้น คือ นำให้เข้าใจว่า สภาวะที่เป็นรูปธรรมน้อย ๆ รวมกันเข้าเป็นรูปใหญ่ขึ้นโดยลำดับ สภาวะที่เป็นนามธรรม เกิดเพราะความพร้อมมูลปรองดองแห่งรูปธรรม นี้ควรจับเป็นหลักในกัมมัญฐานนี้

สาธุชนผู้เจริญกัมมัญฐานนี้ เข้าใจธาตุและสังขารโดยลักษณะและประเภทอย่างนี้แล้ว ฟังนี้ถึงกายนี้อันธาตุทั้ง ๔ ค้ำกันเข้า โดยบทบาทที่ว่า “ อดถิ อิมสมิ กาย ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ” แปลว่า มีอยู่ในกายนี้ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม ในชั้นแรกนี้ถึงธาตุใด ควรกำหนดลักษณะ หรือแม้ประเภทด้วย ครั้นชำนาญแล้ว นี้ก็เพียงแต่ชื่อธาตุ ลักษณะและประเภทก็จะปรากฏเอง ในสมัยใด ปลงใจเห็นลงเป็นธาตุค้ำกัน ในสมัยนั้นเป็นอันได้ผลที่มุ่งหมายแห่งกัมมัญฐานนี้

กัมมัญฐานนี้ เป็นที่สบายแก่ชนมีวิจิตรใจเป็นเจ้าเรือน มีอานิสงสีให้หายหลงในสภาวะธรรม

วิปัสสนากัมมัญฐาน

ปัญญาที่เห็นแจ้งชัดในอารมณ์ ชื่อว่า วิปัสสนา

เจตนาที่ทำให้ปัญญานั้นเกิดมีขึ้นในจิต ชื่อว่า วิปัสสนากาวนา

สาธุชนผู้จะเจริญวิปัสสนากาวนา ฟังรู้จักกรรม ๓ อย่าง คือ

๑. ธรรมที่เป็นภูมิเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา
๒. ธรรมที่เป็นรากเหง้าเป็นเหตุเกิดขึ้นตั้งอยู่ของวิปัสสนา

๓ ตั้ววิปัสสนา

สังขารทั้งที่เป็นอุปาทินนกะและอนุปาทินนกะ จำแนกออกโดยประการต่าง ๆ มีชั้น ๕
อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ เป็นต้น เป็นภุมิ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนานั้น

สี่ลวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของศีล จิตตวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของจิตคืออุปจารสมาธิ และอัปนา
สมาธิ เป็นรากเหง้า เป็นเหตุเกิดขึ้นตั้งอยู่ของวิปัสสนานั้น

วิสุทธิ ๕ คือ ทิฐิวินิวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของความเห็น กังขาวิตรณวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของ
ปัญญาที่เห็นชัดข้ามล่วงกังขาเสียได้ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของความรู้จริงเห็นจริงว่า นี้
เป็นทางและมีใช่ทางปฏิบัติภาวนาทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์ของความรู้ ความเห็นเป็นข้อปฏิบัติจะให้
อริยมรรคเกิดขึ้น ญาณทัสสนวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งความรู้ความเห็นซึ่งเป็นโลกุตตระ คือรู้เห็นในมรรคทั้ง
๔ รวมวิสุทธิมรรคทั้ง ๕ นี้เป็นตั้ววิปัสสนา

อนึ่ง ปัญญาที่รู้จริง เห็นจริงในสภาวะอันเป็นเองของสังขาร คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา
จนถึงนิพพิทา เปื่อน่าวิ วிரาคะไม่กำหนดยินดี วิมุตติ หลุดพ้นจากอัสวกิเลส หลุดพ้นจากอัสวกิเลส นี้
เป็นตั้ววิปัสสนาเหมือนกัน

ลักษณะ กิจ ผล และเหตุของวิปัสสนา

ความรู้ความเห็นว่า สังขารไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาแจ้งชัด เป็นลักษณะ คือ เครื่องหมาย
ของวิปัสสนา

ความกำจัดมืด คือ โมหะ อันปิดบังปัญญาให้เห็นความจริงของสังขารว่า ไม่เที่ยง
เป็นทุกข์ เป็นอนัตตานั้นเสีย เป็นกิจ คือเป็นคุณของวิปัสสนา

ความเห็นจริง ส่องสว่างในความที่สังขารเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นผลของ
วิปัสสนา

จิตที่ตั้งมั่นด้วยสมาธิอันใดอันหนึ่ง (ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ) เป็นเหตุเกิดขึ้นตั้งอยู่
ของวิปัสสนา

วิภาค คือ ความจำแนกของวิปัสสนา ๖ อย่าง

อนึ่ง ผู้ที่จะเจริญวิปัสสนาพึงทราบ วิภาค คือความจำแนกของวิปัสสนา ๖ อย่างคือ

๑. อนิจจ ไม่เที่ยง
๒. อนิจจลกฺขณ เครื่องหมายที่จะให้กำหนดรู้ว่าเป็นของไม่เที่ยง
๓. ทุกฺข ของที่สัตว์ทนได้ยาก
๔. ทุกฺขลกฺขณ เครื่องหมายที่จะให้กำหนดรู้ว่าเป็นทุกข์
๕. อนตฺตา ภาวะมิใช่ตัวมิใช่ตน
๖. อนตฺตลกฺขณ เครื่องหมายที่จะให้กำหนดรู้ว่ามีใช่ตัวตน

สังขารทั้งหลายอันจำแนกออกเป็นชั้นอายตนะ และธาตุ เป็นต้น เป็นตัว อนิจจ เพราะเกิดขึ้น
แล้วดับไป ในที่สุด

ความเกิดขึ้นแล้วดับไป และผันแปรเป็นอย่างอื่น เป็นอนิจจลักษณะ

สังขารทั้งหลายดังกล่าวมา หรือจะย่นกล่าวอีกอย่าง หนึ่งว่า นามรูปนั้นแล เป็นตัวทุกข์ เพราะถูก
บีบคั้นด้วยความเกิด ความดับ และความผันแปร เป็นต้น

การที่ต้องเกิด ดับ และผันแปรเป็นอย่างอื่นไปเพราะ ชรา พยาธิ มรณะ เบียดเบียนเผาผลาญอยู่
เป็นนิตย์ เป็นตัวทุกข์ลักษณะ

ธรรมทั้งหลาย (สังขาร) เป็นตัวอนัตตา เพราะว่างเปล่าจากตัวตน จากสัตว์ จากบุคคล

ความเป็นของว่างเปล่าจากตัวตน จากสัตว์ จากบุคคล เป็นแต่เพียงสภาวะธรรมอย่างหนึ่ง ๆ เป็น
ตัวอนัตตลักษณะ

วิธีเจริญวิปัสสนาตามนัยพระบาลี

สาธุชน เมื่อจะเจริญวิปัสสนาที่มีสังขารและธรรมเป็นอารมณ์นั้น พึงเจริญตามนัยที่มากในพระบาลีว่า
สพเพ สงขารา อนิจจา สังขารทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สพเพ สงขารา ทุกขา
สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ สพเพ ธมมา อนตตา ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา ดังนี้ก็ได้

หรือจะพิจารณาแยกกันว่า รูป อนิจจํ รูปไม่เที่ยง เวทนา อนิจจํ เวทนาไม่เที่ยง สัญญา อนิจจา
สัญญาไม่เที่ยง สงขารา อนิจจา สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง วิญญาณํ อนิจจํ
วิญญาณไม่เที่ยง รูป อนตตา รูปเป็นอนัตตา เวทนา อนตตา เวทนาเป็นอนัตตา สัญญา อนตตา
สัญญาเป็นอนัตตา สงขารา อนตตา สังขารทั้งหลายเป็นอนัตตา วิญญาณํ อนตตา

วิญญาณเป็นอนัตตา

ส่วนที่ว่า ไม่เที่ยง เป็นอนัตตานั้นมีความหมายอย่างไร ให้ดูความหมายที่ได้แสดงมาแล้วในการ
พิจารณาโดยแยกกันนี้ ไม่มีพระบาลีกล่าวถึงทุกข์ ท่านอธิบายว่า เพราะทุกขลักษณะรวมอยู่กับอนิจจา
ลักษณะแล้วตามพระบาลีว่า ยถนิจจํ ตํ ทุกขํ สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ ยํ ทุกขํ ตทนตตา สิ่งใดเป็น
ทุกข์ สิ่งนี้เป็นอนัตตา

วิธีเจริญวิปัสสนาตามนัยอรรถกถา

ในอรรถกถาท่านแบ่งบุคคลผู้เจริญวิปัสสนาเป็น ๒ ประเภท คือ

๑. สมถยานิก ผู้เจริญวิปัสสนาที่ได้มานานมาแล้ว
๒. วิปัสสนายานิก ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ๆ ไม่ได้มานานมาก่อน

สมถยานิก ใช้ฌานเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนา คือ เข้าฌานออกฌานแล้วพิจารณาองค์ฌานทั้ง
๕ คือ วิตก วิจารณ์ ปีติ สุข เอกัคคตาว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ส่วนวิปัสสนายานิกบุคคล ต้องเจริญวิปัสสนาตามหลักวิสุทธิ ๗ คือ เริ่มแรกชำระศีลตามสมควร
แก่ภาวะของตนให้บริสุทธิ์ ทำใจให้เป็นสมาธิ ด้วยขณิกสมาธิ หรืออุปปจารสมาธิแล้วเจริญ ทิฏฐิวินิวิสุทธิ ทำ
ความเห็นให้บริสุทธิ์ว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ กล่าวโดยย่อก็มีแต่รูปกับนามเท่านั้น ละสัสตูปลัทธิความถือ
ผิดว่าเป็นสัตว์ สัตตสัญญา ความสำคัญผิดว่าเป็นสัตว์เสียให้ได้

ต่อจากนั้น เจริญกัมมชาตวิตรณวิสุทธิ ทำลายความสงสัยเกี่ยวกับตนเองในกาลทั้ง ๓ โดยกำหนดรู้
เหตุและปัจจัยของนามรูปให้แจ้งชัดว่า

อวิชา ตัณหา อุปาทาน กรรม อาหาร เป็นเหตุเป็นปัจจัยของรูปธรรม

อวิชา ตัณหา อุปาทาน กรรม ผัสสะ เป็นเหตุเป็นปัจจัยของนามธรรม คือ เวทนา สัญญา
สังขาร

วิชา ตัณหา อุปาทาน กรรม นามและรูป เป็นเหตุเป็นปัจจัยของนามธรรม คือ วิญญาณ
(วิญญาณ ๖)

เมื่อเข้าใจได้แน่ชัดเช่นนี้ ย่อมสาวไปถึงอดีตและอนาคตว่า นามรูปในอดีตที่ผ่านมาก็ดี ที่จะเกิดขึ้น
ในอนาคตก็ดี ก็ล้วนแต่เกิดเพราะเหตุและปัจจัยเหมือนกับนามรูปในปัจจุบันนี้เอง

ต่อจากนั้นพึงเจริญมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ โดยกำหนดรู้ถึงความหลงปลื้มใจอยู่กับความรู้
ความสุข ความสงบที่เกิดขึ้นใหม่เป็นต้น ไม่ใช่ทางแห่งมรรคผล แล้วไม่หลงปลื้มอยู่กับสิ่งเหล่านั้นมากำหนดรู้
นามรูปโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ต่อจากนั้นพึงเจริญปฏิบัติภาวนาทสสนวิสุทธิ ยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาญาณทั้ง ๙ มี อุทฺถัพพญาณ เป็นต้น มีสังขจัญโลมิกญาณเป็นที่สุด

เมื่อวิปัสสนาจิตดำเนินไปถึงสังขจัญโลมิกญาณ ญาณที่รู้เห็นตามวิปัสสนาญาณ ๘ (อุทฺถัพพญาณ จนถึงสังขารูปกขาญาณ) แล้วโคตรภูญาณอันเป็นญาณสุดท้ายของความเป็นปุถุชนก็เกิดขึ้น แต่ไม่ได้ทำหน้าที่กำหนดรู้รูปนามตามวิปัสสนาญาณทั้ง ๘ จึงไม่นับเป็นปฏิบัติภาวนาทสสนวิสุทธิ และไม่นับเป็นญาณทสสนวิสุทธิ เพราะไม่ได้ทำหน้าที่ละกิเลสให้เป็นสมุจเฉตพหวน แต่ถึงการนับว่า วิปัสสนาเพราะตกอยู่ในกระแสของวิปัสสนา ก็เกิดขึ้น ต่อจากนั้น ญาณทสสนวิสุทธิ คือมรรคจิต อันทำกิจในอริยสัจ ๔ คือ กำหนดรู้ทุกข์ ละสมุทัย ทำนิโรธ (นิพพาน) ให้แจ้ง ทำมรรคให้เจริญก็เกิดขึ้น ละกิเลสตามสมควรแก่ มรรคนั้น ๆ ได้เด็ดขาดเป็นสมุจเฉตพหวน ต่อจากนั้นผลจิตเกิดขึ้น ๒ ครั้ง หรือ ๓ ครั้ง ต่อจากนั้น ปัจจเวกขณญาณ ญาณพิจารณา (๑) (๒) ผล (๓) กิเลสที่ละแล้ว (๔) กิเลสที่เหลืออยู่ (๕) นิพพาน นี้ สำหรับพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี ส่วนพระอรหันต์ มีปัจจเวกขณญาณ ๔ คือ (๑) พิจารณามรรค (๒) พิจารณาผล (๓) พิจารณาภิเลสที่ละแล้ว (๔) พิจารณานิพพาน

การเจริญวิปัสสนาของผู้เป็นวิปัสสนายานิก มีวิธีปฏิบัติตามลำดับโดยย่อดังกล่าวมานี้ ส่วนผู้ปรารถนาที่จะศึกษาความพิสดาร พึงศึกษาจากหนังสือธรรมสมบัติ หมวดที่ ๑๐
