



ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

A STUDY OF RŪPANĀMA IN VIPASSANA MEDITATION
SECTION OF CONTEMPLATION OF THE BODY

พระจีระ เตชปญโญ (อาจสมคำ)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



ศึกษาภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

พระจිරะ เตชปญฺโญ (อาจสมคำ)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



A Study of Rūpanāma in Vipassana Meditation
Section of Contemplation of the Body

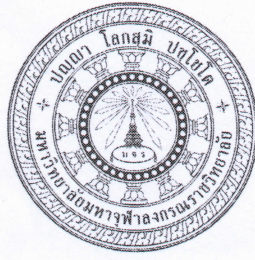
Phra Jeera Tejapañño (At-somkham)

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

Graduate School

Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตนิพนธ์
เรื่อง “ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน”
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
วิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

(พระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน, ดร.)

ประธานกรรมการ

(รศ.ดร.มานพ นักรการเรียน)

กรรมการ

(ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง)

กรรมการ

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง

ชื่อผู้วิจัย

(พระจีระ เตชปญโญ)

ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
ผู้วิจัย : พระจีระ เตชปญฺโญ (อาจสมคำ)
ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง, ป.ธ. ๙, พธ.ม. (พระพุทธศาสนา), พธ.ด.
(พระพุทธศาสนา)
วันเสร็จสมบูรณ์ : ๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการคือ เพื่อศึกษากายานุปัสสนาสติปัฏฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานโดยการศึกษาค้นคว้าจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา และฎีกา รวมทั้งข้อมูลจากเอกสารวิชาการที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาเรียบเรียงบรรยายตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ

จากการศึกษาวิจัยพบว่า หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยเจริญสติและสัมปชัญญะในการกำหนดรู้สภาวะธรรมซึ่งเกี่ยวข้องกับร่างกายทั้ง ๖ บรรพะ คือ อานาปานปัพพะ อิริยาบถปัพพะ สัมปชัญญะปัพพะ ธาตุมนสิการปัพพะ ปฏิกุลมณสิการปัพพะ และนวลวิภังคปัพพะ การกำหนดรู้สภาวะธรรมใน ๖ บรรพะนี้เป็นการฝึกให้เกิดการรู้เห็นสภาวะการเกิดดับของอารมณ์ปรุงแต่งจิตตามความเป็นจริง

สภาวะรูปนามของการเจริญวิปัสสนาภาวนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกเจริญสติสัมปชัญญะให้จิตรู้ทันอารมณ์ต่าง ๆ ทางกายที่กำลังปรากฏจริงทุกขณะ โดยไม่ให้สิ่งใดมาปรุงแต่งจิต แต่เป็นเพียงอาการรู้เท่านั้น เมื่อจิตนิ่งไปสู่สภาวะอารมณ์ทุกอย่างซึ่งเป็นสภาวะที่กำลังเกิดดับ ณ ปัจจุบันขณะ ทีละขณะตามสภาพความเป็นจริงด้วยปัญญินทรีย์ ไม่มีการตรึกนึกคิด ผู้ปฏิบัติมีสติกำหนดรู้ต่อเนื่องไม่หยุดในบรรพะต่าง ๆ การทำงานของสติในการพิจารณา รูปและนามจะปรากฏชัดเจนตามลำดับของวิปัสสนาญาณ ซึ่งจะทำให้ผู้ปฏิบัติเห็นสภาวะที่เกิดขึ้นของรูปนามของกายตามที่ปรากฏจริง รู้แจ้งรูปนามตลอดเวลาซึ่งเกิดดับตามหลักไตรลักษณ์ มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่และเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา ผู้ปฏิบัติสามารถเห็นคุณและโทษของอารมณ์ต่าง ๆ เนื่องด้วยกายและอาการที่ปรากฏทางกายทั้งหมดในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เช่น ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก การยืน การเดิน การนั่ง เป็นต้นจัดเป็นรูป ส่วนสภาวะที่เข้าไปรู้อาการนั้น ๆ เรียกว่านาม ทั้งรูปและนามนี้ ล้วนตกอยู่ในอำนาจของไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง ความดำรงอยู่ได้ยาก และความไม่ใช่ตัวตน จิตจะเกิดวิปัสสนาญาณ บริสุทธ์เป็นขั้น ๆ ไป เข้าสู่กระแสแห่งอริยมรรค อริยผล จนถึงบรรลุประนิพพาน ได้ในที่สุด

Research Paper Title: A Study of Rūpanāma in Vipassana Meditation Section of Contemplation of the Body

Researcher : Phra Jeera Tejapañño (At-somkham)

Degree : Master of Arts in Vipassana Meditation

Research Paper Supervisor

: Asst. Prof. Dr.Viroj Koomkrong, Pali IX, M.A. (Buddhist Studies),
Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Completion : January 19, 2018

Abstract

This research paper contains 2 objectives; 1) to study of Contemplation of the Body in Theravāda Buddhism and 2) to study of Rūpanāma or forms and name for Vipassana practice on contemplation of body section by collecting data from Buddhist scriptures; Tipitaka, commentaries, sub-commentaries and other concerned documents. All these data are brought to compose in descriptive style finally checked by experts.

From the study, it found that mindfulness foundation of contemplation on body is the way to practice of Vipassana Meditation through cultivating mindfulness and awareness observing the true state of all phenomena is related to the body included 6 groups; breathing in-out, body gestures, awareness, reflection on elements, reflection on loathsomeness, nine corpses. Contemplation on these six groups aims at training the mind to realize the true states of rise and fall of formative objects of mind as they really are.

In the insight practice on mindfulness of contemplation on body section, practitioners have to train mindfulness and awareness investigating on realizing all emotions that appear every moment with clear and distracted mind, only observing without thinking. By observing all mental objects into the true states which rise and fall at present in each moment with faculty of wisdom without distracted thought, continuously concentrating on various groups of body contemplation, the mindfulness of observing forms and name will be obviously seen and go in advance in respect of insight knowledge. This will crystalize the rise and fall of body conditions as they really are to observers. The three common characteristics of body known as forms and name, appearing and disappearing quickly as its nature. Practitioners will see advantages and disadvantages of all conditions of body as well as its related manners such as breathing in-out, standing, walking, sitting and so on, categorized as form or Rūpa and knower of all manners is or Nāma. Both of forms and name fall naturally into three common characteristics; changing, contradictory and non-self. The insight knowledge will function and purify the mind leading to the stream of noble path, fruits and Nibbana in the end.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เป็นอย่างสูง ที่ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนา อันส่งผลให้เกล้าฯ ได้ศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลา ๑ เดือน และต่อมาได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลารวมถึง ๗ เดือน ส่งผลให้เกิดการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแพร่หลายไปทั่วประเทศดังเป็นที่ประจักษ์ชัดในปัจจุบัน ขออนุโมทนากองทุนเล่าเรียนหลวงสำหรับพระสงฆ์ไทยที่ได้อุปถัมภ์การศึกษาในครั้งนี้

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความสะดวกช่วยเหลือเป็นอย่างดียิ่งจากคณะกรรมการพัฒนาโครงสร้างสารนิพนธ์ และคณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์ พระมหาโกมล กมโล รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บวรศึกษาพุทธโฆส, ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์, และอาจารย์อานัติชัย เหลืองอมรชัย ได้ให้ความรู้ความเข้าใจในการทำสารนิพนธ์ คณาจารย์ประจำวิชารวมถึงเพื่อนนิสิตที่ร่วมศึกษาในสาขาที่ให้ความร่วมมือ ในการทำวิจัยในครั้งนี้

ขอกราบขอบพระคุณ พระครูวิสิฐพัฒนารมณ์ เจ้าคณะอำเภอเมืองอุบลราชธานี เจ้าอาวาสวัดกลาง จังหวัดอุบลราชธานี ได้เมตตาอนุเคราะห์ให้อบรมสั่งสอนให้ความรู้และให้โอกาสในการศึกษาในระดับมหาบัณฑิต ขอขอบพระคุณพระครูใบฎีกานภักดิ์ เจ้าอาวาสวัดศาลเจ้า จังหวัดปทุมธานี ได้เมตตาอนุเคราะห์ให้ที่พักและอำนวยความสะดวกในด้านการศึกษา และขอขอบคุณพระมหาวิวัตร กลยาณวฑฒโน เจ้าอาวาสวัดมหาสวัสดิ์นาคพุฒาราม ที่ได้ให้ความสะดวกในระหว่างการศึกษา

ขอเจริญพรขอบคุณ คุณพ่อกิมเหล็ง คุณแม่บุญน้อย อาจสมคำ ที่ท่านได้มอบอรรถภาพทุกอย่างในชีวิตให้แก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณท่านอาจารย์บัญชา ตั้งวงษ์ไชย และศรัทธาญาติโยมทุกท่านที่ได้สนับสนุนด้านปัจจัยที่ได้มีส่วนร่วมในการทำสารนิพนธ์นี้ให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ขอขอบคุณนิสิตปริญญาโท สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา รุ่นที่ ๘ รุ่นที่ ๙ และรุ่นที่ ๑๑ สำหรับความเมตตาให้กำลังใจ และขอขอบคุณบรรณารักษ์ห้องสมุดที่ให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือสืบค้นข้อมูลและเจ้าหน้าที่ในส่วนต่าง ๆ ที่ปฏิบัติหน้าที่ ณ วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ที่อำนวยความสะดวกและสนับสนุนด้านการศึกษาและการทำสารนิพนธ์ฉบับนี้ตลอดการทำสารนิพนธ์นี้จนสำเร็จไว้ ณ โอกาสนี้ ปัญญาอันสูงส่งที่เกิดจากสารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยขอน้อมถวายบูชาคุณพระรัตนตรัย และขอมอบถวายเป็นธรรมบรรณาการแก่ บิดามารดา คุณครู อุปัชฌาย์อาจารย์ ผู้ที่มีอุปการคุณทุกท่านตลอดทั้งคุณประโยชน์แห่งสารนิพนธ์นี้จึงเป็นผลสำเร็จต่อการบรรลุ มรรค ผล นิพพาน แก่ทุกรูปและทุก ๆ ท่านด้วย เทอญ

พระจีระ เตชปญโญ (อาจสมคำ)

๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฉ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๘
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๘
บทที่ ๒ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๙
๒.๑ ความหมายของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๙
๒.๑.๑ ความหมายของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๑๐
๒.๑.๒ หลักการเจริญภาวนากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๑๒
๒.๒ หลักการสำคัญของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๑๓
๒.๒.๑ อานาปานปัพพะ	๑๓
๒.๒.๒ อิริยาบถปัพพะ	๑๔
๒.๒.๓ สัมปชัญญะปัพพะ	๑๘
๒.๒.๔ ธาตุมนสิการปัพพะ	๒๒
๒.๒.๕ ปฏิกุลมณสิการปัพพะ	๒๓
๒.๒.๖ นวสีวลิกปัพพะ	๒๔
๒.๓ บุคคลที่เกี่ยวข้องกับกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๒๔
๒.๓.๑ ตัณหาจริตบุคคล	๒๕
๒.๓.๒ ทิฏฐิจริตบุคคล	๒๕
๒.๓.๓ สมถยานิกบุคคล	๒๕

๒.๓.๔	วิปัสสนาญาณิกบุคคล	๒๗
๒.๔	การปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน	๒๘
๒.๔.๑	อานิสงส์การเจริญกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน	๒๘
๒.๔.๒	วิธีทำกายนุปัสสนาสติปัฏฐานให้ วิชา ๘ และวิมุตติให้บริบูรณ์	๒๙
๒.๕	สรุปท้ายบท	๓๐
บทที่ ๓	สภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๓
๓.๑	ความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นจากองค์ประกอบของการกำหนดรูปนาม	๓๓
๓.๒	สภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน	๖๙
๓.๓	สรุปท้ายบท	๘๓
บทที่ ๔	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๘๖
๔.๑	สรุปผลการวิจัย	๘๖
๔.๒	ข้อเสนอแนะ	๘๘
	บรรณานุกรม	๙๐
	ประวัติผู้วิจัย	๙๓

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

สารนิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และพระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ โดยอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๖/๒๖๑ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวคคปาติ พระไตรปิฎกภาษาบาลี เล่ม ๑๐ ข้อที่ ๓๗๖ หน้า ๒๖๑, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๑๐ ข้อที่ ๓๗๖ หน้า ๓๐๕

สารนิพนธ์ฉบับนี้ใช้ปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรค ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิสุทธิ (บาลี) ๒/๕๗๘/๑๗๐. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่ม ๒ ข้อ ๕๗๘ หน้า ๑๗๐

การอธิบายอักษรย่อพระวินัยปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๔-๕	วิ.ม. (บาลี)	= วินัยปิฎก มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
๔-๕	วิ.ม. (ไทย)	= วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)

การอธิบายอักษรย่อพระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๑๐	ที.ม. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
๑๐	ที.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎีกาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๒	ม.มู. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
๑๒	ม.มู. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณณาสก	(ภาษาไทย)
๑๔	ม.อุ. (บาลี)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
๑๔	ม.อุ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปณณาสก	(ภาษาไทย)
๑๘	ส.สพ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค	(ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.เอกก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.ติก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตุกก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๒	อง.ปณจก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปณจกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๓	อง.นวก. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย นวกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.อิติ. (ไทย)	= สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)

๒๙	ช.ม.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิกาย	(ภาษาไทย)
๓๐	ช.จ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จุฬนิกาย	(ภาษาไทย)
๓๑	ช.ป.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)
๓๓	ช.พุทธ.	(ไทย)	=	สุดตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	พุทธวงศ์	(ภาษาไทย)

การอธิบายอักษรย่อพระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๓๓	อภิ.สง.	(ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี (ภาษาไทย)
๓๔	อภิ.วิ.	(ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	วิมังค์ (ภาษาไทย)
๓๗	อภิ.ก.	(ไทย)	= อภิธรรมปิฎก	กถาวัตถุ (ภาษาไทย)

การอธิบายอักษรย่อปกรณ์วิเสส

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทฺธิ.	(บาลี)	= วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์	(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ.	(ไทย)	= วิสุทฺธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถาสุดตันตปิฎก

สารนิพนธ์ฉบับนี้ใช้คัมภีร์อรรถกถา ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม.อ. (ไทย) ๑๐/๔/๕๘ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา ภาษาไทย เล่ม ๑๐ ชื่อ ๔ หน้า ๕๘

การอธิบายอักษรย่ออรรถกถาพระสุดตันตปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	
ที.ม.อ.	(ไทย)	= ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา
ม.ม.อ.	(ไทย)	= มัชฌิมนิกาย	ปปัญจสุทนี มูลปณณาสก์อรรถกถา
ม.ม.อ.	(ไทย)	= มัชฌิมนิกาย	ปปัญจสุทนี มัชฌิมปณณาสก์อรรถกถา
อง.เอกก.อ.	(ไทย)	= อังคุตตรนิกาย	มนโรถปรณี เอกนินบาตรอรรถกถา
อง.จตุกก.อ.	(ไทย)	= อังคุตตรนิกาย	มนโรถปุรณี จตุกกนินบาตรอรรถกถา

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธเจ้าทรงบำเพ็ญบารมีมาเป็นเวลายาวนานถึง ๔ อสงไขย ๑๐๐,๐๐๐ กัป เพื่อที่จะนำหมู่สัตว์ให้ถึงจุดสูงสุดของพระพุทธศาสนา^๑ คือ ความหลุดพ้น ที่เรียกว่า พระนิพพานอันเป็นธรรมระงับสังขารทั้งปวง อันเป็นธรรมที่สลัดทิ้งอุปธิทั้งหมด^๒ อันเป็นธรรมที่สิ้นไปแห่งตัณหา^๓ อันเป็นธรรมที่คลายกำหนด^๔ อันเป็นธรรมที่ดับกิเลส อันเป็นธรรมที่เป็นไปเพื่อความเกษมสำราญอันเป็นธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญว่า เป็นธรรมที่ยอดเยี่ยมที่สุดในบรรดาธรรมทั้งปวง ในหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงค้นพบนั้น คือ อริยสัจ ๔^๕

การรู้แจ้งในอริยสัจของพระสัมมาสัมพุทธเจ้านั้นเป็นเหตุ นำมาซึ่งความหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงและทรงนำมาอบรมสั่งสอนแก่เหล่าสาวกจนได้ถึงซึ่งความหลุดพ้นในกาลต่อมา คำสอนนั้นว่าด้วยเรื่องทุกข์แล้วมีด้วยกัน ๒ ประการ คือ ความทุกข์ทางกายอย่าง ๑ และความทุกข์ทางใจอีกอย่าง ๑ ความทุกข์ทั้ง ๒ ประการนี้ ความทุกข์ทางกายบางอย่างก็สามารถที่ไย่รักษาได้ บางอย่างก็ไม่สามารถที่ไย่รักษาได้ แต่ความทุกข์ทางใจนั้นไม่มียาอะไรเลยที่จะแก้ไขได้ นอกเสียจากการนำหลักธรรมของพระพุทธเจ้ามาแก้ไข เพราะความทุกข์นั้นเป็นธรรมอันสรรพสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้และโลกไหน ๆ ก็ไม่พึงปรารถนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งทุกข์เพราะขันธ ดังมีข้อความปรากฏในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ว่า “การพิจารณาเห็นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยเห็นความเป็นของไม่เที่ยง เป็นอนิจจานุปัสสนา โดยความเป็นทุกข์ทนได้ยาก เป็นทุกข์ขานุปัสสนา โดยความเป็นดังหัวฝี เป็นทุกข์ขานุปัสสนา โดยความเป็นลูกศร เป็นทุกข์ขานุปัสสนา”^๖ นี้ก็ต้องอาศัยหลักสติปัฏฐาน ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนา

ครั้นเมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจากพระโอษฐ์พระองค์เอง ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร^๗ คือหลักการสติปัฏฐาน ๔ กล่าวไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร โดยสรุปได้ว่า

^๑ ชู.พุทธ. (ไทย) ๓๓/๗๘/๕๖๗.

^๒ ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๕๔/๑๓๒.

^๓ ชู.จุ. (ไทย) ๓๐/๕๖/๒๒๓.

^๔ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๔/๕๙๙.

^๕ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๕/๙๙.

^๖ ชู.ป. (ไทย) ๓๑/๗๓๖/๘๑๙.

^๗ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๑-๓๐๒.

“อิธ ภิกขเว ภิกขุ กายะ กายานุปัสสี วิหริตี อาตปิ สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเก อภิกขมาโทมนสสั...เวทนาสุ เวทนานุปัสสี ...จิตตานุปัสสี ...ธมเมสุ ธมมานุปัสสี...”^{๘๘}

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิกขมาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ... พิจารณาเห็นจิตในจิต ...แปลความว่าเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งหลาย...”^{๘๙}

ในพระไตรปิฎกได้กล่าวถึงพระสูตรพระสูตรหนึ่ง^{๙๐} ที่กล่าวถึงหลักธรรมอันจะทำให้เกิดความรู้แจ้ง ไม่ทำให้เกิดทุกข์อีก มีแต่สุขที่จีรัง การนำหลักธรรมในพระสูตรนี้มาเป็นแนวทางการศึกษา และปฏิบัติภาวนา ก็จะเป็นเหตุทำให้เกิดความรู้แจ้ง ตามกฎพระไตรลักษณ์ คือ ลักษณะที่เสมอเหมือนกันของสัตว์โลก คือ ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คำสอนเรื่องไตรลักษณ์นี้เป็นหลักธรรมที่ไม่ปรากฏในคำสอนของศาสนาอื่นโดยเฉพาะหลักอนัตตา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่มีอยู่แต่เพียงในพุทธศาสนาเท่านั้น เป็นหลักธรรมที่ทำให้เข้าใจในเรื่องของ “เบญจขันธ์”^{๙๑} คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ แต่ละส่วนเป็นมายา ไร้ตัวตน แต่ที่คนส่วนมากมองไม่เห็นกฎของไตรลักษณ์ก็เพราะมีเหยื่อล่อ ทำให้เกิดอุปาทาน คือ การยึดมั่นถือมั่น จนเป็นที่ตั้งแห่งความอยากได้ อยากมี อยากเป็น ซึ่งล้วนแต่จะทำให้เกิดทุกข์ การที่จะละทุกข์ได้นั้น จะต้องอาศัยข้อปฏิบัติที่เรียกว่าไตรสิกขา^{๙๒} ทำการถอนอุปาทานในเบญจขันธ์เสียให้ได้โดยสิ้นเชิง ก็จะไม่มีความทุกข์อีกต่อไปโดยความเป็นพระไตรลักษณ์ เพราะการรู้แจ้งในพระไตรลักษณ์ด้วยภาวนามยปัญญา^{๙๓} และเป็นการกำหนดรู้สภาวะรูปนามที่เกิดตั้ง จากเบญจขันธ์ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เมื่อรูปเป็นสภาวะที่มีความแตกต่างกันไป มีการสลาย แปรปรวนเป็นลักษณะ มีการแยกออกจากกันได้เป็นกิจ มีความเป็นอพยากธรรมหรือมีความไม่รู้ อารมณ์เป็นอาการปรากฏในปัญญาของบัณฑิตทั้งหลาย และมีวิญญาณเป็นเหตุไถ่ ในขณะนามเป็นสภาวะของจิตมีการน้อมเข้าไปสู่อารมณ์เป็นลักษณะ มีการประกอบกับวิญญาณ และประกอบกันเองโดยอาการที่เป็นเอกุปปตตเป็นต้นเป็นกิจ มีการไม่แยกกันกับจิตเป็นอาการปรากฏในปัญญาของบัณฑิตทั้งหลาย และมีวิญญาณเป็นเหตุไถ่ ดังนั้นญาณปัญญาที่เกิดขึ้นก็จะแจ้งในการพิจารณาความเป็นรูปเป็นนามได้ชัดเจน ก็จะพัฒนาญาณปัญญาในขั้นต้นคือ นามรูปปริจเฉทญาณ เป็นต้นไปสู่ญาณในระดับสูงจนทำให้ถึงจุดสูงสุดของการเจริญภาวนา คือ การบรรลุมรรค ผล และนิพพาน

การบรรลุปะระอรหันต์ มี ๒ ประการคือ ประการแรก คือ สุขขวิปัสสกะ (ผู้เห็นแจ้งอย่างแท้จริง คือ ท่านผู้มีได้ฌาน สำเร็จอรหัตผลด้วยการเจริญวิปัสสนาล้วน ๆ) ประการที่สอง คือ สมถยานิก (ผู้มีสมถะเป็นยาน คือ ท่านผู้เจริญสมถะจนได้ฌานสมาบัติแล้วจึงเจริญวิปัสสนาต่อจนได้สำเร็จอรหัตผล) การจำแนกพระอรหันต์เป็นสองประเภทอย่างนี้ มีมาในคัมภีร์ชั้นหลัง เช่น ปรมัตถ

^{๘๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘.

^{๘๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒.

^{๙๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๓๗๓/๓๑๐.

^{๙๑} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๖๑/๓๔๘.

^{๙๒} อัง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๘๓/๓๐๙.

^{๙๓} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๑.

โชติกา เป็นต้น สามารถอธิบายเพื่อเข้าใจเพิ่มเติมดังนี้ ประเภทแรกอาศัยเพียงอุปจารสมาธิเจริญวิปัสสนาไปจนสำเร็จรอดพ้นนั้น ก็จัดเป็นผู้ได้ปฐมฌาน ประเภทนี้เรียกว่า วิปัสสนายานิกหรือสุทธวิปัสสนายานิก (ผู้มีวิปัสสนาล้วน ๆ เป็นยาน) ส่วนประเภทที่สอง สมถยานิก ที่บาลีเรียกว่า อุภโตภาควิมุตติ เป็นการเพ่งอารมณ์ในสมถะภูมิเพื่อเป็นสมาธิแล้วทำให้เกิดฌานและต่อไปจึงพิจารณารูป นาม โดยความเป็น อนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ทนอยู่ไม่ได้ อนัตตา บังคับบัญชาไม่ได้ ไปจนกระทั่งถึง มรรค ผล นิพพาน นั้นเอง^{๑๔}

จากประเด็นดังกล่าว ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาการเจริญวิปัสสนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานโดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือ การปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ หมวด กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน อันมี สมถยานิกกรรมฐาน และวิปัสสนายานิกกรรมฐานที่มีการกำหนดอริยาบถย่อยเป็นกรรมฐานที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดที่จะทำให้จิตเป็นสมาธิได้เร็ว มีอานิสงส์ อานุภาพมากและเหมาะสมกับบุคคลในจริตต่าง ๆ และให้ได้ในระดับฌานต่าง ๆ แล้วจากนั้นอาศัยฌานที่ได้มาเป็นบาทฐานเป็นกำลังตั้งมั่นทางจิตปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนเห็นรูปนามตามความเป็นจริง กระทั่งได้โลกุตตรหรือได้อาสวขยญาณต่อไปซึ่งเมื่อได้แล้วฌานที่ได้ก็จะไม่มีการเสื่อมสามารถบรรลุรอดพ้น แต่หากว่าการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐานหมวดกายานุปัสสนานั้นมีสมถวิปัสสนาอยู่ในแต่ละบรรพในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังการวิจัยนี้จะมุ่งวิจัยเมื่อใดที่การเจริญสมถวิปัสสนาในหมวดกายานุปัสสนาที่จะทำให้เกิดลักษณะสภาวะรูปนามตามความเป็นจริงโดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัยดังนี้

๑.๒ วัตถุประสงค์การวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษากายานุปัสสนาสติปัฏฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ เนื้อหาหลักธรรมหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ เนื้อหาของสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

ศึกษาเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับโครงสร้าง เนื้อหา หลักธรรม และการนำหลักธรรมที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งมหาสติปัฏฐานสูตรนี้มีปรากฏในพระสุตตันตปิฎกที่ขนิกาย มหาวรรค มาสนับสนุนโดยมุ่งเน้นศึกษาการเจริญสมถยานิกและวิปัสสนายานิกในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานเท่านั้น การวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยด้านเชิงเอกสาร (Documentary Research) คือจากพระไตรปิฎกภาษาไทยและภาษาบาลี เป็นคัมภีร์ฉบับมหาจุฬาลง

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์แพรวแอนดิโฮม จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๘๐.

กรมราชวิทยาลัย พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาแปลชุด ๙๑ เล่ม ฉบับมหายานมกุฎราชวิทยาลัยเป็นข้อมูลชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources)

ส่วนเนื้อหาที่เป็นรายละเอียด ได้ศึกษาค้นคว้าจากหนังสือ เอกสาร และงานวิจัยที่ได้อธิบายถึงการเจริญสมณยานิกและวิปัสสนายานิกในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายนุปีสนา เป็นข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Sources)

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้มีคำศัพท์ที่เกี่ยวกับการศึกษา และเพื่อประโยชน์ต่อการศึกษา ผู้วิจัยจึงให้คำจำกัดความไว้ดังนี้

๑.๕.๑ กายานุปีสนาสติปัญญา หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงกายไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขาและให้เห็นคติธรรมตาของร่างกายของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น

๑.๕.๒ สภาวะรูปนาม หมายถึง ความเป็นเอง ความเกิดขึ้นเอง การปรากฏขึ้นเองในขณะปฏิบัติธรรม หมายถึงสภาวะหรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในกายและจิตใจของผู้ปฏิบัติในขณะที่เดินจงกรม ยืน นอน หรือนั่งภาวนาอยู่ โดยมีเพียงสิ่งที่ปรากฏ คือ รูปกับนาม เท่านั้น

๑.๕.๓ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง การฝึกอบรมและควบคุมจิตเพื่อการเจริญปัญญาให้เห็นแจ้งในสภาวะธรรมตามความเป็นจริงในปัจจุบันขณะ ซึ่งจัดว่าเป็นลักษณะพิเศษในทางพุทธศาสนาโดยการนำสมาธิมาเป็นฐานร่วมปฏิบัติกับหลักสติปัญญา ๔ ซึ่งเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารเพื่อทำสารนิพนธ์ครั้งนี้ ใช้คัมภีร์หนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการรวมทั้งรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

๑.๖.๑ คัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑) พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙, พระไตรปิฎกบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ ซึ่งปรากฏมีข้อความว่าด้วยการตรัสรู้และการบรรลุธรรมหลายแห่ง เช่น “ภิกษุทั้งหลาย มัชฌิมปฏิบัติทาไม่เอียงเข้าใกล้ที่สุด ๒ อย่างนั้น ตถาคตได้ตรัสรู้ อันเป็นปฏิบัติทาก่อให้เกิดจักขุ ก่อให้เกิดญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้เพื่อพระนิพพาน”^{๑๕}

๒) พระไตรปิฎกพร้อมทั้งอรรถกถาที่เป็นภาษาไทยแปลจำนวน ๙๑ เล่ม ฉบับมกุฎราชวิทยาลัยพุทธศักราช ๒๕๓๔ มีข้อความว่าด้วยการตรัสรู้และการบรรลุธรรมหลายแห่ง เช่น

^{๑๕} ดูรายละเอียดใน วิ.ม. (บาลี) ๔/๑๓/๑๔. วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๓/๒๐.

ส่วนท่านสุภัททะนี้บรรพชาอุปสมบทเรียนกัมมัฏฐาน บรรลุพระอรหันต์ เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้ายังทรงพระชนม์อยู่^{๑๖}

๑.๖.๒ ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา

๑) สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) ได้เขียนไว้ในหนังสืออริยวงศ์ปฏิบัติฯ คนทั้งหลายในสมัยก่อนฟังธรรมแล้วได้บรรลุธรรม พบว่า พระพุทธองค์ทรงแสดงเป็นลักษณะนี้เป็นการแสดง บุคคลาธิษฐานว่า การฟังธรรมแล้วบรรลุธรรม เพราะขณะที่ฟังนั้น คนที่ฟังได้กำหนดรู้ไปตามหลักธรรมที่พระองค์ทรงแสดง เห็นการเกิดดับ ของชั้น ๕ เห็นว่าชั้น ๕ นั้นเป็นไปตามกฎของ ไตรลักษณ์ คือ เห็นความไม่จีรัง เห็นความเป็นทุกข์ เห็นความเป็นของไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน จนเป็นเหตุให้เกิดความเบื่อหน่ายคลายจากความยึดมั่น ถือมั่นจนเป็นเหตุให้ได้มาซึ่งความหลุดพ้นได้^{๑๗}

๒) พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) กล่าวถึง “การเจริญสติ” นับเป็นอุบายวิธีดับทุกข์ด้วยการระลึกถึงสภาวะธรรมปัจจุบันมีเพียงกายและใจ ซึ่งเป็นสิ่งไม่พึงยึดมั่น เมื่อบุคคลรับรู้ร่างกายและใจนี้ดำรงอยู่ชั่วขณะตามเหตุปัจจัยโดยไม่รู้รูปร่างถาวรที่ยึดถือได้ว่าเป็นเรา ของเรา บุรุษ หรือสตรี ก็จะหยั่งเห็นธรรมชาติของกายใจที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน จิตของเขาย่อมเป็นอิสระจากทุกข์และกิเลสได้อย่างแท้จริง การเจริญสติจัดเป็นวิปัสสนา เพราะเป็นการอบรมจิตให้เกิดวิปัสสนาญาณที่หยั่งเห็นไตรลักษณ์โดยประจักษ์ สติที่ซึ่มซบรับรู้สภาวะธรรมอยู่เสมอสามารถทำลายกำแพงแห่งสมมติบัญญัติแล้วส่งผลให้หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ในทางตรงกันข้าม สติที่เฝ้ากำหนดรู้สมมติบัญญัติเช่นสติในสมถภาวนาที่กำหนดรูปร่างกลิ่น สติในการเรียนรู้และสติในการคิดรู้ ย่อมไม่ก่อให้เกิดปัญญาหยั่งรู้ได้ แนวทางในการเจริญสติปฏิฐานนี้มีมาในมหาสติปฏิฐานของ ทีฆนิกาย และมีมณิกาย ทั้งสองสูตรนี้มีข้อความตรงกันในคำสอนทั้งหมดที่กล่าวถึงการปฏิบัติธรรม^{๑๘}

๓) พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตฺตโน) กล่าวถึงหลักการปฏิบัติไว้ใน หนังสือวิปัสสนาภาวนา พบว่าการที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนา ไม่อาจจะเห็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้แจ่มแจ้ง ก็เพราะมีสิ่งปกปิดไว้ จึงทำให้ไม่มีสติตื่นตัวอยู่เสมอ ไม่รู้เท่าทันอาการต่าง ๆ ของรูปนาม ตามความเป็นจริงที่ปรากฏตามพระไตรลักษณ์ สิ่งที่ปกปิดไว้นั้นก็คือ ความสับสนต่อแห่งรูปนาม การผลัดเปลี่ยนอริยาบถ ความสำคัญว่าเป็นก้อน จึงทำให้ไม่รู้เท่าทันความรู้สึก ความคิดทุก ๆ อย่างที่เกิดขึ้นในจิตใจของเรา ถ้ารู้ในพระไตรลักษณ์ได้ ในที่สุดจะสามารถทำให้ทุกข์ดับไปได้^{๑๙}

๔) พระคันธสาราภิวังศ์ (พระมหาสมลักษณ์ คันธสารโร) ได้กล่าวสรุปถึงการเจริญสติปฏิฐานในหนังสือการเจริญสติปฏิฐาน คือ การมีสติจดจ่ออย่างต่อเนื่องตามรู้เท่าทันอาการต่าง ๆ

^{๑๖} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๑๖๒/๔๓๘.

^{๑๗} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวงศ์ปฏิบัติฯ, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓.

^{๑๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปฏิฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑.

^{๑๙} พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตฺตโน), วิปัสสนาภาวนา, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาหมกุฎราชวิทยาลัย ๒๕๕๔), หน้า ๒.

ที่กำลังเกิดอยู่ในการกายกับจิตตามความเป็นจริง รู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์ได้โดยละเอียดไม่ขาดช่วง ไม่ลืมกำหนดรู้อารมณ์ที่ปรากฏทางทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เมื่อมีรูปกระทบที่ตา มีเสียงกระทบที่หู มีกลิ่นกระทบที่จมูก มีรสกระทบที่ลิ้น มีสัมผัสกระทบที่กาย มีความคิดเกิดที่ใจก็สามารถตามรู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์นั้น ๆ ได้เพื่อก่อให้เกิดวิปัสสนาญาณที่รู้แจ้งไตรลักษณ์ได้แก่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ผู้ที่ต้องการรู้แจ้งไตรลักษณ์ต้องมีธรรมที่สนับสนุน ๔ อย่าง คือ วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ถึงจะได้รับผลของการเจริญสติปัฏฐาน คือ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลก คืออุปทานชั้นนี้ได้^{๒๐}

๕) พระคันธसारากวีวงศ์ (พระมหาสมลักษณ์ คนธสาโร) ได้กล่าวสรุปในปริเฉทที่ ๙ “กัมมัญฐานสังคหะ” แสดงการจำแนกรูปนามพร้อมทั้งประเภทของปัจจัย ซึ่งได้แสดงการเจริญกรรมฐานสำหรับผู้เข้าใจประเภทของรูปนามแล้ว จึงกล่าวคำที่ขึ้นต้นว่า “สมถวิปัสสนา” (ต่อแต่นี้ไป ข้าพเจ้ากล่าวกรรมฐานทั้ง ๒ อย่าง คือ สมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาไปตามลำดับ) ข้าพเจ้าจะกล่าวกรรมฐานทั้ง ๒ อย่างคือ สมถะ คือ คุณธรรมอันระงับกิเลส หรือธรรมหายาบอย่างอื่นมีวิตกเป็นต้น หมายถึง สมาธิที่เรียกว่า เอกัคคตา อันเป็นไปอย่างนั้น

วิปัสสนา คือ ปัญญาที่รู้แจ้ง (ไตรลักษณ์) หมายถึง ภาวนาปัญญาที่มีการหยั่งเห็นความไม่เที่ยงเป็นต้น โดยแท้จริงแล้ว วิปัสสนาทำให้ผู้ปฏิบัติรู้แจ้งความไม่เที่ยงเป็นต้น ล่วงพ้นความเป็นสตรีและบุรุษ พร้อมทั้งความเที่ยงและความสุขเป็นต้นซึ่งมหาชนในโลกรู้เห็นกันในชั้นนี้ทั้งหลาย^{๒๑}

๖) พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมจารย์ (พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี) ได้กล่าวสรุปถึง การเจริญวิปัสสนาซึ่งเป็นวิธีการที่กำจัดความสำคัญผิดทั้ง ๔ ประการได้มีอยู่เพียงทางเดียวเท่านั้นคือการตามรู้ ตามเห็นความจริงของรูป นาม ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นอกจากนี้ไม่มีทางใดอีกเลย การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ทำให้เกิดวิปัสสนาปัญญาเห็นแจ้งความจริงของรูป นาม ในคัมภีร์อรรถกถากล่าวว่า สติปัฏฐาน ๔ มุ่งแสดงการละหรือทำลายวิปัสสนาธรรมเป็นหลัก คือ สุภวิปัสสนา กำจัดได้ด้วยการเจริญภาวนาวิปัสสนาสติปัฏฐาน ด้วยเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่าวิปัสสนาและสติปัฏฐานเป็นอย่างเดียวกันโดยความเป็นเหตุเป็นผลกัน คือ วิปัสสนาญาณจะมีขึ้นไม่ได้เลยหากขาดกระบวนการพิจารณาธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔^{๒๒}

๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) พระทองศักดิ์ ปภาโต (ปิยะสุข) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษารูปนามตามที่ปรากฏในไตรลักษณ์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” จากการศึกษาวิจัยดังกล่าวพบว่า วิปัสสนา คือการปฏิบัติเพื่อให้เกิด ปัญญาที่รู้แจ้งใน รูปนาม โดยความเป็นไตรลักษณ์องค์ธรรมของวิปัสสนาภาวนา คือ ปัญญา

^{๒๐} พระคันธसारากวีวงศ์ (พระมหาสมลักษณ์ คนธสาโร), การเจริญสติปัฏฐาน, (จังหวัดลำปาง: โรงพิมพ์จิตพัฒนาการพิมพ์, ๒๕๔๑), หน้า ๘๕.

^{๒๑} พระคันธसारากวีวงศ์ (พระมหาสมลักษณ์ คนธสาโร), อภิธัมมัตถสังคหะ และ ปรมัตถทีปนี, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาสน์ไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๘๘๑.

^{๒๒} พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมจารย์ (พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี), ราชวิชาสติปัฏฐานภาวนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๖, หน้า ๓.

เจตสิกธรรม เป็นปัญญาที่ทำให้เกิดความรู้แจ้งในอารมณ์ของวิปัสสนาภาวนา คือ ชั้น ๕ นั้นเองที่จะเป็นเหมือนประตูที่ส่องทางชีวิตให้แก่ตนให้พ้นทุกข์ สันนิเสส หมตัตถหาได้โดยหมดจดสิ้นเชิง^{๒๓}

๒) พระเฉลิมรัฐ อรุโณ (สายจันตี) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักธรรมการเจริญวิปัสสนาภาวนาในไส้อัตตาสูต” จากการศึกษาวิจัยดังกล่าว พบว่า อุปทานชั้น ๕ อันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่นประกอบไปด้วยความยึดมั่นทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ซึ่งในการกำหนดรู้อุปาทานชั้น ๕ เป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนาโดยอาศัยสติเป็นเครื่องกำหนดรู้ ใช้ปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเพื่อกำหนดละอรรถาในอุปาทานชั้น ๕ ที่เป็นเหตุแห่งความยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นของเที่ยงแท้ ยั่งยืน ไม่มีเสื่อม ครั้นเมื่อผู้ปฏิบัติมีการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เห็นตามความเป็นจริงในชั้น ๕ ว่าเป็นเพียงอุปาทานที่บุคคลต่าง ๆ ไปยึดถือว่าเป็นสัตว์หรือบุคคล เรา เขา ดังนั้นผู้ปฏิบัติเกิดปัญญาละความเห็นผิด ในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี้มีเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้นชั่วขณะหนึ่งแล้วก็เสื่อมไป หากบุคคลใดไปยึดถือไว้ย้อมเป็นทุกข์ เพราะเป็นสิ่งที่ไม่คงอยู่ในสภาพเดิมได้ ละความยึดมั่นถือมั่นในอุปาทานชั้น ๕ ได้จะเข้าถึงความเป็นพระโสดาบัน^{๒๔}

๓) พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การบรรลุดรรมในพุทธศาสนาเถรวาท” จากการศึกษาวิจัยดังกล่าว พบว่าสิ่งสำคัญในการบรรลุดรรม คือ การศึกษาหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ ที่เป็นหลักของภูมิของวิปัสสนาภาวนาโดยตรงโดยเฉพาะโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ เป็นหลักธรรมที่นำไปสู่การปฏิบัติเพื่อการบรรลุดรรมโดยเฉพาะ^{๒๕}

๔) พระทองประเสริฐ สีลสัโร (มาทัน) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอนัตตลักขณสูตร” จากการศึกษาวิจัยดังกล่าว พบว่าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอนัตตลักขณสูตร เป็นการปฏิบัติที่กำหนดชั้น ๕ เป็นอารมณ์ ตรงกับการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ที่มีการกำหนด รูป นาม เป็นอารมณ์ของวิปัสสนา ดังนั้น อนัตตลักขณสูตรกับสติปัฏฐาน ๔ มีอารมณ์กำหนดที่ตรงกัน คือ รูป นาม ทั้งรูปและนามนั้นเป็นอารมณ์ของสมณะและวิปัสสนา ในการเจริญสมถยานิก คือการเจริญสมณะก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาภายหลัง โดยมีอารมณ์กรรมฐาน ๔๐ อย่าง มีผลทำให้จิตสงบปราศจากนิวรณ์ ส่วนการเจริญวิปัสสนาด้านปัญญา คือทำให้รู้แจ้งในไตรลักษณ์ แล้วจึงเจริญสมณะตาม ในภายหลัง เรียกว่า วิปัสสนายานิก วิปัสสนาทั้งสองนี้เป็นไปเพื่อการทำให้ผู้ปฏิบัติถึงที่สุดแห่งทุกข์ คือ บรรลุพระนิพพาน^{๒๖}

๕) พระมหาเกียรติขจร อภิวัฒน์ (อะสงค์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการบรรลุดรรมของพระอัญญาโกณฑัญญเถระ” จากการศึกษาวิจัยดังกล่าว พบว่า เมื่อพระมหานุรุชเสด็จออกผนวช

^{๒๓} พระทะนงศักดิ์ ปภาโต (ปิยะสุข), “ศึกษาสภาวะรูปนามตามที่ปรากฏในไตรลักษณ์”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้าบทคัดย่อ.

^{๒๔} พระเฉลิมรัฐ อรุโณ (สายจันตี), “ศึกษาหลักธรรมการเจริญวิปัสสนาภาวนาในไส้อัตตาสูต”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้าบทคัดย่อ.

^{๒๕} พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง), “การศึกษาเรื่องการบรรลุดรรมในพระพุทธศาสนา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้าบทคัดย่อ.

^{๒๖} พระทองประเสริฐ สีลสัโร (มาทัน), “การศึกษาหลักธรรมการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในอนัตตลักขณสูตร”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๕๓), หน้าบทคัดย่อ.

แล้ว ท่านและพราหมณ์อีก ๔ คน คือ วัปปะ ภัททิยะ มหานามะ และอัสสชิ จึงได้ออกบวชติดตาม พระมหาบุรุษ แล้วได้รับสมณนามว่า “ภิกษุปัญจวัคคีย์” ได้อุปฐากพระมหาบุรุษอยู่ตลอด ๖ ปี เมื่อได้ฟัง “ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร” ในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๘ ครั้นเมื่อได้ฟัง “อนัตตลักขณสูตร” ก็ได้ บรรลุเป็นพระอรหันต์พร้อมภิกษุปัญจวัคคีย์ทั้งหมดทุกรูป ต่อมาท่านได้รับการยกย่องจาก พระพุทธเจ้าว่าเป็นเอตทัคคะในด้านรัตตัญญูในฝ่ายภิกษุ แปลว่า ผู้รู้ราตรีนาน ได้บรรลุธรรม และ ได้รับอุปสมบทก่อนภิกษุทั้งหมดทุกรูป^{๒๗}

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงเอกสาร (Documentary Research) เพื่อศึกษาสภาวะรูป นามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยมุ่งศึกษาศึกษาสภาวะรูปนามใน การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นประเด็นสำคัญ โดยมีวิธีดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

๑.๗.๑ ศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) โดยวิธีเก็บข้อมูลสภาวะ รูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐานจากพระไตรปิฎกและอรรถกถาทั้ง ภาษาไทย และภาษาบาลี

๑.๗.๒ ศึกษาข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ทบทวนเนื้อหาของมหาสติปัฏฐานสูตร และรวบรวมข้อมูลอื่นที่เกี่ยวข้องจากคัมภีร์พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย อรรถกถา ฎีกา อุนฎีกา ปกรณ์วิ เสสวิสุทธิมรรค และเอกสารงานวิชาการ ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยมุ่งสนใจเรื่อง ความเป็นมาความสำคัญ เนื้อหา และรูปแบบการนำเสนอของมหาสติปัฏฐานสูตร สภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐานในสูตรนี้

๑.๗.๓ รวบรวมข้อมูลที่ศึกษาทั้งหมด มาเรียบเรียง และนำเสนอเนื้อหา โดยที่ประเด็น ความสำคัญ เนื้อหา และรูปแบบการนำเสนอในหลักธรรม ของลักษณะสภาวะรูปนามในสมถยานิก และวิปัสสนายานิกในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มาเชื่อมโยงกับหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐานของ มหาสติปัฏฐานสูตร

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบกายนุปัสสนาสติปัฏฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน

^{๒๗} พระมหาเกียรติขจร อภิวณฺโณ (อะสงค์), “ศึกษาการบรรลุธรรมของพระอัญญาโกณฑัญญเถระ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า บทคัดย่อ.

บทที่ ๒

กายานุปัสสนาสติปัฏฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการปฏิบัติธรรมในขั้นสูงสุดของพระพุทธศาสนาและเป็นที่ยอมรับกันในพระพุทธศาสนาเถรวาทว่าเป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อให้ล่วงความทุกข์ ถึงสันติสุขอย่างแท้จริง เป็นการพัฒนาจิตขั้นสูงสุดในพระพุทธศาสนาโดยอาศัยหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ซึ่งยังผลมากกว่าการบำเพ็ญสมณภาวนา เพราะเป็นการถอนและทำลายกิเลสอย่างละเอียดอันเป็นต้นตอของทุกข์ทั้งหลายทั้งมวลโดยตรงและเป็นการพัฒนาจิตเข้าสู่ขั้นอริยบุคคล ซึ่งไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป แต่ในขณะที่ยังอยู่ระหว่างการปฏิบัติยังไม่บรรลุนิพพานขั้นอรหันต์นั้น ก็จะมี ความทุกข์ที่ลดน้อยลง และมีความสุขเพิ่มขึ้นตามขั้นตอนการปฏิบัติ รวมทั้งได้ภพชาติที่ประณีตขึ้นอีกด้วย

พระพุทธเจ้าและเหล่าพระอริยสาวก ก็ได้ดำเนินไปสู่พระนิพพานด้วยหนทางนี้ อันเป็นทางสายเอก ซึ่งนักปราชญ์และบัณฑิตทั้งหลายรู้ทั่วกันแล้ว ว่าได้แก่หลักสติปัฏฐาน ๔ และเพื่อให้พุทธศาสนิกชนได้เข้าใจหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างถูกต้อง

ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาในเรื่องการศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาในหมวด กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในมหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดประเด็นที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยครั้งนี้ คือ

- ๒.๑ ความหมายของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ๒.๒ หลักการสำคัญของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ๒.๓ บุคคลที่เกี่ยวข้องกับกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ๒.๔ การปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ๒.๕ สรุปท้ายบท

๒.๑ ความหมายของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นหนึ่งในฐานแห่งการเจริญสติในการสติปัฏฐาน ๔ นั้นได้กล่าวไว้ในพระสูตรต้นตปิฎก ที่เป็นสูตรใหญ่นั้นมีปรากฏอยู่เพียง ๒ แห่งเท่านั้น คือ ในที่ขนิกาย มหาวรรค มีชื่อว่ามหาสติปัฏฐานสูตร และในมัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ มีชื่อเรียกว่าสติปัฏฐานสูตร

ที่ขนิกาย มหาวรรค แสดงกายานุปัสสนาสติปัฏฐานในมหาสติปัฏฐานสูตรไว้โดยละเอียดสรุปใจความได้ว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสเรื่องการเจริญสติปัฏฐาน แก่ชาวเมืองกัมมาสัมมะ แคว้นกुरु ได้ตรัสแสดงให้เห็นว่าสติปัฏฐานเป็นทางปฏิบัติเฉพาะในพระพุทธศาสนา และเป็นหนทางเดียวเท่านั้นที่เป็นทางดำเนินไปสู่จุดหมายคือพระนิพพาน พระองค์ตรัสแสดงให้ทราบว่าเป็น

หลักสติปัฏฐาน ๔ ประการเป็นอย่างไร มีการระลึกด้วยสติอย่างไร รวมถึงอานิสงส์แห่งการเจริญหลักสติปัฏฐาน ๔ ประการไว้โดยละเอียด^๑

มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ แสดงเรื่องกายานุปัสสนาสติปัฏฐานในสติปัฏฐานสูตรไว้ โดยกล่าวสรุปใจความสำคัญได้เช่นเดียวกับในทีฆนิกาย มหาวรรค คือพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงหลักสติปัฏฐานแก่ชาวเมืองกัมมาธัมมะ แคว้นกुरु และพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงให้เห็นว่าสติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสรรพสัตว์ทั้งหลาย เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อความดับทุกข์และโทมนัส เพื่อการบรรลุญาณธรรม เพื่อให้แจ้งแห่งพระนิพพาน^๒

ในสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค สติปัฏฐานสังยุต ได้กล่าวประมวลเรื่องสติปัฏฐานไว้ด้วยกัน ๑๐๔ สูตร โดยแบ่งเป็นวรรคได้ ๑๐ วรรค และแต่ละวรรคมีจำนวนพระสูตรอยู่ ๑๐ สูตรบ้าง ๑๒ สูตรบ้าง^๓

ส่วนในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค ยุกนัทวรรค ปฏิสัมภิตากถา กล่าวในเรื่องสติปัฏฐานคือการพิจารณาให้เห็นธรรมในธรรมทั้งหลายที่มีธรรม ๑๕ มีอรรถ ๑๕ มีนิรุติ ๓๐ มีญาณ ๖๐^๔ ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค ยุกนัทวรรค ธัมมจักกถา กล่าวถึงวาระด้วยว่า สติปัฏฐาน สรุปใจความว่า จักขุธรรม สภาวะที่เห็นอรรถ แสงสว่างเป็นธรรม สภาวะที่สว่างไสวเป็นอรรถ ธรรม ๕ ประการ อรรถ ๕ ประการนี้เป็นที่ตั้งแห่งกาย เป็นที่ตั้งแห่งสติปัฏฐาน ฯลฯ และมีสติปัฏฐานเป็นอารมณ์ โดยสติปัฏฐานเป็นโคจร สงเคราะห์เข้าในสติปัฏฐานและนับเนื่องในสติปัฏฐาน รวมลงในสติปัฏฐาน ตั้งอยู่ในสติปัฏฐาน ประดิษฐานอยู่ในสติปัฏฐาน^๕

และในพระอภิธรรมปิฎก ในวิภังค์ก็ได้แสดงเรื่องสติปัฏฐานวิภังค์ไว้^๖ และในกถาวัตถุก็ได้กล่าวในเรื่องสติปัฏฐานกถา เป็นต้น^๗

๒.๑.๑ ความหมายของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เมื่อกล่าวถึงกายานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นหมวดหนึ่งในหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพื่อให้พุทธบริษัททั้งหลายได้เห็นความสำคัญของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ในขณะก่อนที่จะปรินิพพาน ในมหาปรินิพพานสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสกับพระอานนท์และพวกภิกษุ ในอดีตชาติที่ปสูตตสังยุตตนิกาย ชันธวารวรรค มีใจความว่าพวกเธอจะมีตนเป็นเกาะ^๘ หมายถึงทำตนให้พ้นจากห่วงน้ำ คือ โสกะ ๔ เหมือนกับเกาะกลางมหาสมุทรที่น้ำท่วมไม่ถึง มีตนเป็นที่พึ่ง ไม่มีสิ่งอื่น ๆ เป็นที่พึ่ง มีธรรมเป็นเกาะ มีธรรมเป็นที่พึ่ง ไม่มีสิ่งอื่นเป็นที่พึ่ง คือ

^๑ ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐.

^๒ ดูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕-๑๓๘/๑๐๑-๑๓๑.

^๓ ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๘/๓๖๗-๔๗๐/๒๑๐-๒๘๑.

^๔ ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๑/๔๙๐-๔๙๓.

^๕ ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๑/๕๐๖-๕๐๘.

^๖ ดูรายละเอียดใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๕๕-๓๘๘/๓๐๖-๓๒๗.

^๗ ดูรายละเอียดใน อภิ.ก. (ไทย) ๓๗/๓๐๑-๓๐๓/๒๓๖-๒๔๑.

^๘ ที.ม.อ. (ไทย) ๑๖๕/๑๕๐.

ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่..พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่..พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่^๙

ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ได้กล่าวถึงความหมายของกายานุปัสสนาสติปัฏฐานไว้ว่า

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย, การมีสติกำกับความรู้สึกเท่าทันกายและเรื่องทางกาย ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ, ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน, การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง, การมีสติกำกับดูสิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพียงไปตามอำนาจกิเลส^{๑๐}

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสมีตนเป็นเกาะ มีตนเป็นที่พึ่ง คือ เป็นผู้ปฏิบัติโดยการกำหนดรู้สภาวะธรรม มีธรรมเป็นเกาะ มีธรรมเป็นที่พึ่ง คือ พึงพิจารณาอารมณ์ที่ถูกรู้ในสติปัฏฐาน ๔ มีองค์ธรรม ๓ คือ ๑. อาตาปี เพียรตั้งใจทำให้จริง ๒. สติมา มีสติพึงระลึกอยู่ที่รูปนามที่กำลังเกิดขึ้น ๓. สัมปชาโน การรู้ตัวทั่วพร้อมติดตามอริยาบถต่าง ๆ อยู่ทุกขณะ

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การที่มีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งกาย คือ รูปชั้นหยาบ หมายถึงการกำหนดรู้พิจารณาเห็นกองรูปว่าเป็นเพียงกองรูปด้วยความเพียร ด้วยสติด้วยสัมปชัญญะและไม่ยินดีหรือยินร้าย

กายานุปัสสนาสติปัฏฐานก็อยู่ในหลักสติปัฏฐาน ๔ มีกล่าวไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร มีพระบาลีและคำแปล ดังต่อไปนี้

“อิธ ภิกขเว ภิกขุ กายะ กายานุปัสสี วิหริติ อาตาปี สมปชาโน สติมา วินยเย โลเก อภิชฌาโทมนสสฺส..เวทนาสุ เวทนานุปัสสี..จิตเต จิตตานุปัสสี..ธมเมสุ ธมมานุปัสสี..”^{๑๑}

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้..พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา..พิจารณาเห็นจิตในจิต..พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย..”^{๑๒}

ส่วนในคัมภีร์ อรรถกถาที่ขนิทาย มหาวรรค สุมังคลวิลาสินี มีกล่าวไว้ว่า

^๙ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๒๗๔/๓๙๐.

^{๑๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก, ๒๕๕๓), หน้า ๓๙๕.

^{๑๑} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘.

^{๑๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๓๗๔/๓๐๑-๓๐๒.

“ก็เพราะเหตุที่ว่า เชื่อว่าการไม่ถูกต้องธรรมบางอย่าง ในกาย เวทนา จิต ธรรมทั้งหลายแล้วภavanaไม่มีเลย ฉะนั้น สันตติมหาอำมาตย์กับนางปฎาจารา แม้กระนั้น จึงควรทราบว่าเป็นผู้ก้าวล่วงโสกะและปริเทวะด้วยมรรคนี่เอง”^{๑๓}

ดังนั้นกายานุปัสสนาสติปัฏฐานในหลักสติปัฏฐานที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสแสดงไว้ในที่ต่าง ๆ หลายแห่ง แต่ละที่ตรัสไว้เต็มรูปแบบมีปรากฏอยู่ ๒ แห่งเท่านั้น คือ ในที่ขนิกายมหารวรรคและมัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกข์ข้อที่นำสังเกตต่อมา คือ อรรถกถาของทีขนิกายมหารวรรค และอรรถกถาของมัชฌิมนิกายมูลปณณาสกข์ข้อที่ชัดเจนว่า สติปัฏฐานสูตร ในมัชฌิมนิกายมูลปณณาสกข์มีชื่อเรียกว่า สติปัฏฐานสูตร ส่วนในทีขนิกาย มหารวรรค มีชื่อเรียกว่ามหาสติปัฏฐานสูตร^{๑๔} พระสูตรทั้งสองนี้ จัดเป็นพระสูตรที่มีอรรถกถาลีกซึ่ง จำนวน ๘ สูตร อยู่ในทีขนิกาย ๒ สูตร คือ มหานิทานสูตร และมหาสติปัฏฐานสูตร ส่วนในมัชฌิมนิกายมี ๖ สูตร คือ สติปัฏฐานสูตร สารโอมสูตร รุกโขปมสูตร รัฎฐपालสูตร มาคคณทียสูตร และอาเนญชสัปปายสูตร พระสูตรทั้ง ๘ นี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงแก่ พุทธบริษัทชาวกุรุ เพราะพุทธบริษัทเหล่านั้นมีความสนใจในการศึกษาธรรม และการปฏิบัติธรรมเป็นอย่างมาก โดยท่านได้อุปมาไว้ว่าบุรุษที่ได้มอบทอง แล้วเก็บดอกไม้ไม่นานาชนิดมาใส่ไว้ในผอบนั้น ฉันใด หรือบุรุษได้หีบทองแล้วเก็บรัตนะ ๗ ประการ มาใส่ไว้ในหีบนั้น ฉันใด พระผู้มีพระภาคเจ้ารับพุทธบริษัทชาวกุรุแล้วก็ตรัสแสดงพระธรรมเทศนาที่มี อรรถกถาลีกซึ่งแก่พุทธบริษัทนั้น ฉันนั้นเหมือนกัน

๒.๑.๒ หลักการเจริญภาวนากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การกำหนดรู้สภาวะความจริงของรูปนาม แต่มีวิธีการที่จะกำหนดรูปรูปนามนั้น ก็ต้องกำหนดตามนัยของหลักสติปัฏฐาน และเมื่อย่อหลักสติปัฏฐานลงแล้ว ก็ได้แก่รูปนามนั่นเองทั้ง ๔ ฐาน คือ กาย เวทนา จิต ธรรม

สติปัฏฐานแปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน^{๑๕}

สติปัฏฐาน ๔ เป็นการตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณารู้กาย เวทนา จิต และธรรมทั้งหลาย เพื่อกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกให้ได้ มีวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็น ๔ ประการ คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน อันได้แก่ รูป
๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน อันได้แก่ นาม
๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน อันได้แก่ นาม
๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน อันได้แก่ รูปกับนาม

ด้วยเหตุนี้ การเจริญวิปัสสนาภาวนา กับการเจริญสติปัฏฐานจึงเป็นอย่างเดียวกันและการเจริญสติปัฏฐาน ก็เป็นการเจริญ ศีล สมาธิ ปัญญา ดังนั้นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐานก็คือ การเจริญมรรคมืองค์ ๘ ซึ่งเป็นทางสายกลางคือ มัชฌมาปฏิปทา นั่นเอง

^{๑๓} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒๖๗.

^{๑๔} ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๐๖/๒๔๓. ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๗๓/๓๕๗.

^{๑๕} ที.ม.อ. (ไทย) ๓๗๓/๓๖๗-๓๖๘.

วิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา^{๑๖} คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีอริยาบถบรรพ สัมปชัญญะบรรพ ธาตุบรรพ เป็นวิปัสสนา ส่วน อานาปานบรรพ เป็นวิปัสสนาที่เจอตัวยสมถะ ปฏิกุลบรรพ อสุภบรรพ ต้องเจริญสมถะเสียก่อนแล้วจึง ยกขึ้นสู่วิปัสสนาภายหลัง ส่วนเวหนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ฌมมานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นวิปัสสนาล้วน

๒.๒ หลักการสำคัญของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การมีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ เนื่องด้วย กาย คือ รูปขันธ์ ด้วยความเพียร ด้วยสัมปชัญญะ ด้วยสติและไม่ยินดียินร้าย พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ ทรงจำแนกไว้เป็น ๖ หมวด คือ

๒.๒.๑ อานาปานปัพพะ

อานาปานสติเป็นกรรมฐานที่สามารถยังความสำเร็จผลในด้านสมถกรรมฐานได้จนถึงขั้น สูงสุดของฌานไปถึงอรุปรมาณ กระทั่งนิโรธสมบัติ มีพุทธพจน์กล่าวว่า

“เพราะฉะนั้น หากภิกษุหวังว่าเราพึงบรรลุจตุตถฌาน..ก็พึงมนสิการอานาปานสติสมาธินี้ ให้ดี..หากหวังว่าเราพึงก้าวล่วงอากิญจัญญายตนะโดยประการทั้งปวงแล้วเข้าถึงเนวสัญญานา สัญญายตนะเกิด..เราพึงก้าวล่วงเนวสัญญานา สัญญายตนะ โดยประการทั้งปวง แล้วเข้าถึงสัญญา เวทยินนิโรธเกิด ก็พึงมนสิการอานาปานสติสมาธินี้แล”^{๑๗}

อานาปานสติเป็นการพิจารณาลมหายใจเข้า ลมหายใจออกให้เห็นการไหลเข้าและไหล ออกติดต่อกันเป็นลำยาว และสั้นสลับกันไป ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ อย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ไป อยู่ในป่า ไปอยู่ที่โคนไม้ หรือที่เรือนว่าง๑ นั่งคู้บัลลังก์๒ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า๓ มีสติ หายใจเข้า มีสติหายใจออก

เมื่อหายใจเข้ายาว	ก็รู้ชัดว่า	เราหายใจเข้ายาว
เมื่อหายใจออกยาว	ก็รู้ชัดว่า	เราหายใจออกยาว
เมื่อหายใจเข้าสั้น	ก็รู้ชัดว่า	เราหายใจเข้าสั้น
เมื่อหายใจออกสั้น	ก็รู้ชัดว่า	เราหายใจออกสั้น
สำเนียงว่า	เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง	หายใจเข้า
สำเนียงว่า	เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวง	หายใจออก ฯ” ^{๑๘}

^{๑๖} พระราชสิริชัยมุนี (ถนอม คุณมจร ป.ธ.๖), “การศึกษาวิเคราะห์หัตถนิมิตในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนา เฉพาะกรณีการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๒-๑๓.

^{๑๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๘๔/๔๖๒.

^{๑๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๗/๑๐๒.

อานาปานสติเป็นการเจริญภาวนาเพียงอย่างเดียวที่ใช้ได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา คือ จะปฏิบัติเพื่อมุ่งฌานสมาธิอย่างเดียวกันก็ได้^{๑๙} หรือจะใช้เป็นพื้นฐานปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐานจนครบทั้ง ๔ ฐานก็ได้^{๒๐}

ส่วนในคัมภีร์มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ พระผู้มีพระภาคเจ้าได้จำแนกอานาปานสติชั้นที่ ๑-๔ โดยความเป็นกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ

๑. เมื่อหายใจเข้ายาว ย่อมรู้ว่า หายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกยาว ย่อมรู้ว่า หายใจออกยาว

๒. เมื่อหายใจเข้าสั้น ย่อมรู้ว่า หายใจเข้าสั้น เมื่อหายใจออกสั้น ย่อมรู้ว่า หายใจออกสั้น

๓. เธอย่อมสำเนียงกว่า เรา รู้ชัดกองลมทั้งหมด (เบื้องต้น ท่ามกลาง และที่ สุดของกองลม) ขณะหายใจเข้า เธอย่อมสำเนียงกว่า เรา จักรู้ชัดกองลมทั้งหมด ขณะหายใจออก

๔. เธอย่อมสำเนียงกว่า เรา จักระงับลมหายใจ ขณะหายใจเข้า เธอย่อมสำเนียงกว่า เรา จักระงับลมหายใจขณะหายใจออก

อานาปานสติทั้ง ๔ ชั้นนี้ มีวิธีการปฏิบัติ ๒ แบบ คือ วิธีปฏิบัติแบบสมถกรรมฐาน และวิธีปฏิบัติและวิปัสสนากรรมฐาน

ผู้ปฏิบัติที่ต้องการเจริญวิปัสสนาโดยตรง เมื่อสร้างสมาธิได้ด้วยการตามรู้ลมหายใจตามคณานานัยก็ไม่พึงปฏิบัติตามอนุพัตถนัย แต่พึงเจริญนัยหมวดที่ ๔ ซึ่งตามรู้ความไม่เที่ยงของลมหายใจได้เลย และเวลานั่งกรรมฐานทุกครั้งนั้น ควรสร้างสมาธิด้วยการตามรู้ลมหายใจเข้าออกตามสมถนัยก่อน เพื่อให้จิตสงบไม่ฟุ้งซ่านต่อจากนั้นจึงควรเจริญวิปัสสนาจนกระทั่งบรรลุญาณ คือ มรรค ผล

หากอานาปานสติ ๔ ชั้น ถ้าผู้ปฏิบัติประสงค์จะปฏิบัติวิปัสสนาล้วน ไม่ต้องปฏิบัติให้สมบูรณ์ถึงขั้นฌาน ก็สามารถเปลี่ยนวิธีการกำหนดให้เป็นการพิจารณารูป-นาม โดยความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้เลยตั้งแต่ขั้นแรก ด้วยการพิจารณาตั้งไปในทางปัญญาอย่างเดียว โดยไม่ต้องการบรรลุฌาน ซึ่งหมายความว่าไม่ต้องการสมาธิถึงขั้นบรรลุฌาน ต้องการสมาธิเพียงเท่าที่จะเป็นบาทฐานของวิปัสสนาคือขณิกสมาธิเท่านั้น^{๒๑}

๒.๒.๒ อิริยาบถปีพพะ

อิริยาบถ ๔ คือ พิจารณาการ ยืน เดิน นั่ง นอน^{๒๒} ให้รู้ความเป็นไปการก้าวไป การถอยกลับ การคู้ การเหยียด โดยกำหนดให้รู้ทันทุกอากัปภิกิริยา ในมหาสติปัฏฐานสูตรท่านแสดงไว้ว่า

^{๑๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๘๔/๔๖๑.

^{๒๐} ดุรายละเฮียดโน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๙/๑๘๙.

^{๒๑} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๙/๑๙๐.

^{๒๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๐๙/๙๙.

“ภิกษุทั้งหลาย ข้อปฏิบัติอีกประการหนึ่ง คือ ภิกษุเมื่อเดินอยู่ ย่อมรู้ชัดว่าเดินอยู่เมื่อยืนอยู่ ย่อมรู้ชัดว่ายืนอยู่ เมื่อนั่งอยู่ ย่อมรู้ชัดว่านั่งอยู่ เมื่อนอนอยู่ ก็ย่อมรู้ชัดว่านอนอยู่หรือว่าภิกษุตั้งกายไว้ด้วยอาการอย่างใดอยู่ ก็ย่อมรู้ชัดด้วยอาการอย่างนั้น”^{๒๓}

ความจริงแล้วผู้ที่มิได้เจริญสติปัฏฐานก็รู้ว่าตนเดิน ทว่าใจมิได้อยู่กับอาการเดินนั้น แต่ใจมักคิดถึงเรื่องในอดีตบ้างหรือในอนาคตบ้างโดยมิได้รับรู้สภาวะเดินเพียงอย่างเดียวอย่างแท้จริง ในบางครั้งแม้จะรู้ถึงการเดินก็มีความสำคัญว่าเป็นอัตตา คือ ตัวตน เป็นเราที่เดิน การเดินมีความเที่ยงไม่แปรปรวน เพราะกิริยาเดินดำรงเหมือนเดิม มิได้ปรากฏสภาวะเกิดดับของรูปนาม ความรู้สึกของผู้นั้นจึงมีอัตตสัญญา คือ ความสำคัญว่าเป็นตัวตน ไม่ใช่สติปัฏฐานหรือวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาตามรู้สภาวะเดินในปัจจุบันขณะย่อมมีสติและปัญญาแตกต่างจากการรับรู้ของผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนา กล่าวคือ เขาย่อมรับรู้จิตที่ต้องการเดินก่อนโดยจิตนั้นจะกำหนดให้กายเดิน แล้วสามารถตามรู้สภาวะเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่องตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงที่สุด เขารู้ว่าสภาวะเคลื่อนไหวเกิดขึ้นจากจิตที่สั่งให้เคลื่อนไหว และสภาวะเคลื่อนไหวนั้นก็มีความขาดช่วงในระยะ ที่เคลื่อนไหวไปในทิศทางที่แตกต่างกันไป ในขณะที่เคลื่อนไหวจากระยะหนึ่งไปอีกระยะหนึ่ง จะไม่ปะปนกัน หลังจากนั้นก็จะยังเห็นความเกิดดับของรูปนามอย่างรวดเร็วในขณะที่เคลื่อนไหว ผู้ปฏิบัติที่เกิดสภาวะธรรมอย่างนี้ย่อมจะเข้าใจว่าไม่มีตัวเรา ของเรา ซึ่งเป็นผู้เดิน มีเพียงจิตที่สั่งงานและกลุ่มรูปที่เคลื่อนไหวจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง มีสภาพไม่เที่ยงเพราะเกิดขึ้นแล้วดับไป เป็นทุกข์เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดดับจากรูปนาม และไม่ใช่ตัวตนที่ผู้ใดอาจบังคับบัญชาได้ ผู้นั้นย่อมเพิกถอน ความเห็นผิดว่ามีบุคคล ตัวตน เป็นเราของเรา และละความยึดมั่นในตัวตน

ก. อิริยาบถยืน

การยืน คือกายทั้งส่วนบนและส่วนล่างตั้งตรงและนิ่ง หรือการเหยียดทั้งในแนวตั้ง ซึ่งเป็นการตั้งตรงของร่างกายอันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุสมการกำหนดอิริยาบถยืนเป็นการฝึกปฏิบัติสติปัฏฐาน ในหมวดว่าด้วยอิริยาบถซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ในพระสุตตันตปิฎก เล่มที่ ๑๐ ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เมื่อยืนก็รู้ชัดว่าเรายืน สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่ากายมีอยู่ก็เพียงสักว่าความรู้เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น”^{๒๔}

หมายความว่า ให้ยืนตัวตรง และศีรษะตั้งตรงไม่ก้มหรือเงยหน้าวางเท้าทั้งสองเคียงคู่กัน ให้ปลายเท้าเสมอกันและให้ห่างกันเล็กน้อย มือทั้งสองประสานกันไว้ข้างหน้าหรือข้างหลังก็ได้ สายตามองไปหรือทอดสายตาไปข้างหน้าประมาณ ๑ หรือ ๒ เมตร ตั้งสติไว้ที่กาย รู้อาการของกายที่กำลังยืนตั้งตรงอยู่ การยืนนั้น จิต (ความคิด) เกิดขึ้นว่า เราจะยืน จิตนั้นจะให้วาโยธาตุเกิด จะให้การไหวของวาโยเกิดภาวะที่กายทั้งหมดตั้งแต่ที่สุด คือ ศีรษะถึงปลายเท้า ยึดขึ้นโดยการแผ่ขยายของวาโยธาตุที่เกิดจากกิริยาของจิต เรียกว่า การยืน^{๒๕}

^{๒๓} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๔/๗๔.

^{๒๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๕/๒๑๗.

^{๒๕} พุทธทาสภิกขุ (เสียม อินทปญฺโญ), *วิปัสสนาในอิริยาบถยืน*, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒),

ข. อิริยาบถเดิน

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนไว้ว่า “คจฺจนฺโต วา คจฺจามิตฺติ ปชานาติ”^{๒๖} แปลว่า

“กำลังเดินก็รู้ว่ากำลังเดิน”^{๒๗} หมายความว่า ให้ยกเท้าขึ้นให้พ้นจากพื้นแล้วก้าวเท้าออกไปหรือเคลื่อนไหวเท้าไปทิศทางข้างหน้า ไม่สั่นไปหรือยาวไปแล้ววางเท้าลงบนพื้น โดยวางให้เต็มเท้าพร้อม กับรู้สึกกำหนดรู้ตั้งแต่เริ่มยกเท้าไปจนถึงการวางเท้าลงบนพื้น ส่วนก้าวต่อมาก็มีวิธีกำหนดรู้การเคลื่อนไหวของเท้าเช่นเดียวกับเท้าแรกที่ก้าวเคลื่อนไหวมาก่อนพร้อมกับสติรู้ตั้งแต่ยกเท้าและจนถึงวางเท้าลงที่พื้น อย่างนี้เรียกว่ากำหนดเดิน หรือเดินจงกรม และลักษณะของธาตุในขณะยกเท้า การก้าวเท้าระยะหนึ่งจะสามารถพิจารณาได้เป็นส่วน ๆ ในการเดินจงกรม คือ

การยกเท้าขึ้นจากพื้นในทางปฏิบัติจะเกิดธาตุไฟเป็นหลักและธาตุลมคล้อยตาม เพราะธาตุไฟมีสภาพเบากว่าธาตุลม ตามอาการปรากฏของธาตุไฟว่า มีการให้ถึงความอ่อน หรือ การพุ่งขึ้นสูงเป็นเครื่องปรากฏ

การยื่นเท้าไปทิศทางข้างหน้า ในทางปฏิบัติจะกำหนดรู้ว่าเกิดจากธาตุลมเป็นหลัก เพราะมีสภาพผลัดดัน ตามอาการปรากฏของธาตุลมว่า ลมนั้นจะผลัดดันไปในทิศทางต่าง ๆ

เมื่อเห็นสิ่งกีดขวาง เห็นตอ เห็นหนาม หรือ เห็นสัตว์(งู) เป็นต้น อย่างไม่อย่างหนึ่งแล้ว ก้าวเท้าเฉียงไปทิศทางข้างโน้นและข้างนี้ เป็นการย้าย ในทางปฏิบัติจะเป็นการกำหนดรู้ธาตุลมเป็นหลัก ธาตุไฟคล้อยตามเพราะมีสภาพผลัดดัน

การหย่อนเท้าลงต่ำ ในทางการปฏิบัติจะกำหนดรู้ว่าเกิดจากธาตุน้ำเป็นหลัก ธาตุดินคล้อยตามเพราะธาตุน้ำมีสภาพหนักกว่าธาตุดิน ตามลักษณะของธาตุน้ำที่มีการไหลไปสู่ที่ต่ำเสมอจึงหนักกว่าธาตุดิน

การวางเท้าลงสู่พื้นดิน ในทางปฏิบัติจะกำหนดรู้ว่าเกิดจากธาตุดินเป็นหลัก ธาตุน้ำคล้อยตามเพราะมีสภาพสัมผัสความแข็งหรืออ่อน ตามลักษณะของธาตุดินว่า มีลักษณะแข็งหรืออ่อน และตามหน้าที่ของธาตุดินว่า มีหน้าที่ตั้งไว้

การกดเท้าลงที่พื้นในเวลาจะยกเท้าอีกข้างหนึ่งขึ้นนั้น ในทางปฏิบัติจะกำหนดรู้ว่าเกิดธาตุดินเป็นหลัก ธาตุน้ำคล้อยตาม

ประโยชน์ของการเดินจงกรม ๕ ประการ

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสอานิสงส์ของการเดินจงกรมไว้ในพระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาตไว้ ๕ ประการดังนี้

๑. เป็นผู้มีความอดทนต่อการเดินทางไกล
๒. เป็นผู้มีความอดทนต่อการบำเพ็ญเพียร
๓. เป็นผู้มีอาพาธน้อย

^{๒๖} ม.ม.อ. (บาลี) ๑๗/๑๓๔/๖๗๕.

^{๒๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

๔. อาหารที่กิน ต้ม เคี้ยว ล้มแล้วย่อยได้ง่าย
๕. สมาธิที่ได้เพราะการเดินจงกรมตั้งอยู่ได้นาน^{๒๘}

ค. อิริยาบถนั่ง

อิริยาบถนั่งเป็นการนั่งกำหนดหรือนั่งสมาธิ พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสสอนไว้ว่า “นีสีหติ ปลลงกั อากุชิตวา อุชฺฐิ กายํ ปณิธาย, ปริมุขํ สตี อุกฺกุฏเปตฺวา”^{๒๙} “นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า”^{๓๐} หมายความว่า นั่งราบไปกับพื้น วางเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นั่งตัวตรง หลับตาลง หายใจตามปกติ กำหนดรู้อาการที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง

อีกประการหนึ่งในคัมภีร์อรรถกถา ได้แสดงอิริยาบถนั่งไว้ว่า “การนั่งได้เพราะการแผ่ไปของธาตุอันเกิดแต่การทำของจิต เพราะฉะนั้นภิกษุผู้นั่งย่อมรู้ชัด อิริยาบถ อย่างนี้ คือจิต (ความคิด) เกิดขึ้นว่าเราจะนั่ง จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุ วาโยธาตุก็ทำให้เกิดวิญญูตติความเคลื่อนไหว ความคู้ กายเบื้องล่างลงทรงกายเบื้องบนตั้งขึ้นด้วยความไหวตัวแห่งวาโยธาตุอันเกิดขึ้นแต่การทำของจิต เรียกว่านั่ง”^{๓๑}

วิธีนั่งกรรมฐานมี ๓ แบบ คือ

๑. ทำนั่งแบบคู้บัลลังก์ หรือนั่งขัดสมาธิ (Full-lotus position) คือวิธีนั่งคู้เข้าทั้งสองข้างให้แนบลงที่พื้น แล้วเอาขาไขว้กันทับฝ่าเท้า ทำนั่งแบบนี้นิยมมากในประเทศอินเดีย แต่คนในท้องถิ่นอื่นมักนั่งทำไม่ได้ไม่นานเพราะสภาวะปวดส่งผลให้มีเวทนากล้า

๒. ทำนั่งแบบซ้อนขา (Half lotus position) คือวิธีนั่งคล้ายแบบแรกแต่ให้ขาขวาวางซ้อนทับขาซ้าย การนั่งทำนี้นิยมโดยทั่วไปในประเทศไทย เป็นแบบที่อาจก่อให้เกิดสภาวะเหน็บชาได้ง่าย

๓. ทำนั่งแบบเรียงขา (Easy position) คือวิธีนั่งคล้ายข้างต้นแต่จะวางขาเรียงกันกับพื้นให้ขาซ้ายไว้ด้านนอกขาขวาวอยู่ด้านใน การนั่งในทำนี้นิยมมากในประเทศพม่า มีข้อดีคือจะส่งผลให้เกิดทุกข์เวทนาช้า เพราะไม่ได้ทับขาไว้เหมือนการนั่งซ้อนขา^{๓๒}

ง. อิริยาบถนอน

อิริยาบถนอน คือ การเหยียดทางขวางโดยวางราบทั้งตัวอันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุลม ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสไว้ว่า

^{๒๘} ฌ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๙/๔๑.

^{๒๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๘๙.

^{๓๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

^{๓๑} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑๓๔/๖๗๕.

^{๓๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๔๓.

“ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเมื่อนอนก็รู้ชัดว่าเรานอน สติของเธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า การมีอยู่ก็เพียงสักว่าความรู้ เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น”^{๓๓}

การกำหนดรู้อิริยาบถนอนดังมีปรากฏในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานแห่งมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “เมื่อนอนอยู่ ก็รู้ว่านอนอยู่”^{๓๔} หมายความว่า ขณะที่เอนกายลงจะนอน พึงกำหนดตามกิริยาอาการ และท่าทางของกายจนกว่าจะนอนเป็นที่เรียบร้อยต่อนั้นก็ให้กำหนดรู้จนกว่าจะหลับ และหลับเมื่อใด ก็ไม่ต้องสนใจการมีสติกำหนดรู้ตัวเองอยู่เสมอดังนี้เป็นการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐานสูตร

ในอรรถกถาได้กล่าวถึงอิริยาบถนอนไว้ว่า “จิตเกิดขึ้นว่าเราจะนอน จิตจะให้ว่าโยนั้น เกิด จะให้การเคลื่อนไหวโยเกิด การเหยียดร่างกายทั้งหมดออกไปตามทางขวาง โดยการแผ่ขยายของว่าโยธาตุที่เกิดจากกิริยาของจิตเรียกว่า การนอน”^{๓๕}

วิธีการนอนกำหนดรู้เพื่อให้รู้ว่าจะนอนอยู่ ในการกำหนดรู้ส่วนของกายที่กระทบสิ่งต่าง ๆ ให้กำหนดรู้ เช่นที่ศีรษะที่สัมผัสกับหมอน หรือ เครื่องหนุนแล้วกำหนดรู้ความตึงความหย่อน การกำหนดรู้ที่สะโพกซึ่งสัมผัสกับที่นอนหรือพื้น แต่ถ้านอนตะแคงเอาข้างลำตัวลงก็กำหนดไปตามอวัยวะที่สัมผัสในการนอน เมื่อหลับตาหูก็มักได้ยินเสียง พึงกำหนดรู้ตามไปด้วยแล้วกลับมากำหนดตามอารมณ์เดิม ถ้านอนแบบธรรมดา (นอนหงาย) ก็กำหนดรู้ที่ศีรษะ แผ่นหลัง สะโพก ขา เท้า ที่สัมผัสกับที่นอนหรือพื้นครั้งหนึ่งแล้วกำหนดรู้ไปตามจุดต่าง ๆ ซึ่งสัมผัสกับที่นอนหรือพื้น และหากมีอารมณ์อื่นชัดเจนกว่าแทรกเข้ามาก็ให้ย้ายสติไปกำหนดรู้อารมณ์นั้น ๆ จนหายหรือจางไปแล้วกลับมากำหนดรู้อารมณ์การนอน และอารมณ์ที่จรเข้ามา เหมือนการกำหนดอารมณ์ในขณะที่นั่งกำหนดจนหลับไป

๒.๒.๓ สัมปชัญญะปัพพะ

สัมปชัญญะปัพพะ เป็นการพิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหวทางกาย เช่น การก้าวไป การถอยกลับ การคู้ การเหยียด โดยกำหนดให้รู้ทันทุกอากัปกิริยา สัมปชัญญะ คือ ความรู้ทั่วพร้อม รู้รอบคอบ รู้ตัวเสมอ รู้ที่ถูกต้องสมบูรณ์การเจริญวิปัสสนาด้วยการตั้งสติไว้ที่ฐาน คือ อิริยาบถต่าง ๆ ประกอบด้วย การก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู กาคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏี บาตร และจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การล้ม การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง ในอิริยาบถย่อยต่าง ๆ นี้ ด้วยมีสัมปชัญญะ มีสติกำหนดในอิริยาบถย่อย ทำให้เกิดปัญญา เห็นประโยชน์เห็นโทษ ของสติในการพิจารณา รูป ส่วนที่เป็นการเคลื่อนไหว และ นาม คือ จิต ที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในอิริยาบถต่าง ๆ^{๓๖}

สัมปชัญญะ มี ๔ อย่าง คือ

๑. ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า มีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์ เรียกว่า สาทถกสัมปชัญญะ

^{๓๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๕/๒๑๗.

^{๓๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๕๗/๒๔๙.

^{๓๕} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑๓๔/๖๗๕.

^{๓๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

๒. ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า เป็นสัปปายะหรือไม่เป็นสัปปายะ เรียกว่า สัปปาย สัมปชัญญะ

๓. ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า อารมณ์นั้นถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง เรียกว่า โจร สัมปชัญญะ

๔. ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า รู้สึกตัวชัดว่าไม่หลงลืมในขณะที่ทำกิจนั้น ๆ เรียกว่า อสัมโมหสัมปชัญญะ

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสสอนไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุเป็นผู้กระทำสัมปชัญญะในการก้าวไป และถอยกลับ ในการและไปข้างหน้า และเหลียวซ้ายเหลียวขวา ในการคู้อวัยวะเข้า และเหยียดออก ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ในการกิน ต้ม เคี้ยว ลืม ในการถ่ายอุจจาระ และ ปัสสาวะ ในเวลา เดิน ยืน นั่ง นอน หลับ ตื่น พุด นิ่ง ดังพรรณนามาฉะนี้ ภิกษุ ย่อม พิจารณาเห็นกายในกายอยู่บ้าง ฯลฯ ดูกรภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างนี้ ภิกษุชื่อว่าพิจารณา เห็นกายในกายอยู่”^{๓๗}

ในอรรถกถาก็ได้กล่าวไว้ว่า “ภิกษุย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ (ความเป็นผู้รู้พร้อม) ในการก้าวไปข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการและไปข้างหน้า แลเหลียวไปข้างซ้ายข้างขวา ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตรและจีวร ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการกิน ต้ม เคี้ยว และลืม ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด และความเป็นผู้นิ่งอยู่”^{๓๘}

ก. ในการก้าว ในการถอย

“อภิกกนเต ปฏิกกนเต สมปชานการี โหติ”^{๓๙} ย่อมทำความรู้สึกตัวในการก้าวในการถอย^{๔๐} หมายความว่า ในขณะที่ก้าวหรือถอยพึงตามรู้สภาวะก้าวหรือถอย เมื่อวิปัสสนาญาณมีกำลังมากขึ้นจะรับรู้จิตที่ต้องการจะก้าวจะถอย พร้อมทั้งสภาวะก้าวถอยที่เป็นสภาวะเคลื่อนไหวอย่างชัดเจนโดยความเกิดดับของรูป-นาม ปราศจากตัวตน เราของเรา ย่อมกำหนดรู้อยู่อย่างนี้

ข. ในการแล ในการเหลียว

“อาโลกิเต วิลอกิเต สมปชานการี โหติ”^{๔๑} ขณะเหลียวซ้ายและขวากำหนดรู้การเหลียว^{๔๒} เมื่อเหลียวซ้ายแลขวาย่อมกำหนดรู้อยู่ หมายความว่า ผู้ที่พึงเจริญสติตามรู้ในขณะที่แลและเหลียว เป็นต้น

^{๓๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๗๔.

^{๓๘} ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑๓๕/๖๐๘-๖๐๙.

^{๓๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๕/๓๒๔.

^{๔๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๔๑} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๕/๓๒๔.

^{๔๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

การเจริญสติรับรู้สภาวะแลและเสียวนี่ จัดเป็นโคจรสัมปชัญญะ เมื่อโคจรสัมปชัญญะมีกำลังแก่กล้า อสมิมโหสัมปชัญญะก็จะปรากฏขึ้นเอง ส่งผลให้ผู้นั้นยังเห็นว่าสภาวะธรรมทางกายและจิตที่เกี่ยวกับการเห็น คือ การลืมตา การกรอกตา การขยับศีรษะและใบหน้า การเหลียวดู การเห็น เกิดมาจากจิตที่ต้องการจะดู เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมดับไปทันที ไม่มีตัวเรา ของเรา อยู่ในสภาวะธรรมทางกายและทางจิตเหล่านี้ อันเป็นการสังเกตและพิจารณาความเกิดดับชัดเจนโดยความเป็นรูป-นาม ก็ย่อมกำหนดรู้อยู่อย่างนี้

ค. ในการเหยียด ในการคู้

“สมัญชิตะ ปสริเต สมปชานการี โหติ”^{๔๓} ขณะคู้แขนหรือขาออก กำหนดรู้การคู้หรือการเหยียดนั้นอยู่^{๔๔} หมายความว่า ทุกขณะที่เหยียดแขน คู้แขน เหยียดขา คู้ขา เหยียดร่างกาย ฟังกำหนดตามอากัปกริยานั้น ๆ เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าแล้ว ผู้นั้นจะสามารถรับรู้ถึงจิตที่ต้องการจะเหยียดและคู้ได้อีกด้วย การรับรู้ถึงสภาวะคู้เหยียดพร้อมทั้งจิตที่ต้องการจะทำอากัปกริยาเหล่านี้ชื่อว่า โคจรสัมปชัญญะ ต่อเมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้น ผู้นั้นจะรู้ชัดว่าไม่มีตัวตนผู้ทำการเคลื่อนไหว มีเพียงสภาวะเคลื่อนไหวจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่ง โดยเกิดจากจิตที่ต้องการทำ ซึ่งเกิดขึ้นก่อนแล้วดับไป และย่อมเกิดปัญญาเห็นเห็นว่าสภาวะเคลื่อนไหวในการคู้เข้าและเหยียดออกนั้นเกิดขึ้นแล้วดับไปที่ละช่วง ในสภาวะคู้ไม่มีสภาวะเหยียด ในสภาวะเหยียดไม่มีสภาวะคู้ ปัญญาดังกล่าวย่อมรู้แจ้งในพระไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ชื่อว่าอสมิมโหสัมปชัญญะ

ง. ในการนุ่ง ห่ม

“สงฆาฎิปตตจิวรธารणे สมปชานการี โหติ”^{๔๕} ขณะจับสิ่งของต่าง ๆ เช่น ฝ้านุ่ง ฝ้าห่ม บาตร จิวร สิ่งของต่าง ๆ เป็นต้น กำหนดรู้ เมื่อครองจิวร นุ่งห่ม ถือบาตร พาดสังฆาฏิ ย่อมกำหนดรู้อยู่^{๔๖} หมายความว่า ในเวลานุ่งห่มจิวร ทรงผ้าสังฆาฏิ ฟังกำหนดตามสภาวะนั้น ๆ ในเวลาถือภาชนะ เช่น บาตร ถ้วย จาน ช้อน ฟังกำหนดรู้เช่นนั้น เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้น ผู้นั้นจะรู้จิตที่ต้องการจะทำอากัปกริยานั้น ๆ พร้อมทั้งอากัปกริยาเคลื่อนไหว เป็นสภาวะรูป-นามที่เกิดดับจากสภาวะสัมผัสทางร่างกายนั่นเอง

จ. ในการฉัน เป็นต้น

“อสิเต ปิเต ขายิตะ สายิตะ สมปชานการี โหติ”^{๔๗} ขณะบริโภคอาหาร ต้ม เคี้ยว ลืม กำหนดรู้อาการ เมื่อกิน ต้ม เคี้ยว ลืม ย่อมกำหนดรู้อยู่^{๔๘} หมายความว่า ในเวลาฉันฟังกำหนดรู้ว่ากำลังฉันอยู่ เป็นต้น เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้า ผู้นั้นจะรับรู้จิตที่ต้องการจะทำอากัปกริยานั้น ๆ พร้อมทั้งสภาวะเคลื่อนไหวและการรับรู้รสด้วยชีวหาวิญญาน เมื่อโคจรสัมปชัญญะแก่กล้าขึ้นด้วยการกำหนดรู้

^{๔๓} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๕/๓๒๔.

^{๔๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๔๕} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๕/๓๒๕.

^{๔๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๔๗} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๕/๓๒๕.

^{๔๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

การล้ม ผู้นั้นอาจเกิดความรู้สึกรังเกียจอาหารว่าเป็นสิ่งปฏิกูล และเห็นว่าเป็นภาระในการเคี้ยวกิน บางท่านรับประทานอาหารไม่อิ่มเพราะรู้สึกว่ารำรังเกียจ ความสำคัญว่าอาหารเป็นสิ่งปฏิกูลนี้ เกิดขึ้นเมื่อโคจรสัมปชัญญะมีกำลังแก่กล้าแล้ว

ฉ. ในการถ่ายอุจจาระ และปัสสาวะ

“อุจจารปัสสาวกมเม สมปชานการี โทติ” ขณะถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ย่อมกำหนดรู้เมื่อถ่ายอุจจาระปัสสาวะ^{๕๙} หมายความว่า ในการขับถ่ายอุจจาระและปัสสาวะพึงกำหนดสติรู้ตามความเป็นจริงแล้ว การเจริญวิปัสสนาเป็นการรับรู้รูป-นามตามความเป็นจริงไม่มีการเลือกอารมณ์ที่ดีเลิศหรือต่ำทราม เพราะอารมณ์ทุกอย่างเหมือนผ้าขาวที่มาปรากฏในจิต ถ้าเรารับรู้อารมณ์ด้วยสติและปัญญา ก็เหมือนการจับผ้าด้วยมือที่สะอาด ถ้ารับรู้อารมณ์ด้วยความโลภเป็นต้น ก็เหมือนการจับผ้าด้วยมือที่สกปรก เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าขึ้น ผู้นั้นจะรับรู้จิตที่ต้องการจะขับถ่าย และสภาวะเคลื่อนไหวของรูปธรรม พร้อมด้วยทุกเวทนาที่เกิดขึ้นในขณะนั้น เป็นต้น^{๕๐}

ช. ในการเดิน

“คเต จิตะ นิสนเน สุตเต ชาคริตะ ภาสิตะ ตุนทีกาเว สมปชานการี โทติ”^{๕๑} ขณะเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด นิ่ง ย่อมกำหนดรู้^{๕๒} หมายความว่า ผู้นั้นควรกำหนดรู้ใน ขณะเดิน ยืน และนั่ง เหมือนกับหมวดอิริยาบถที่กล่าวมาแล้ว ในขณะง่วงนอน พึงกำหนดรู้ เมื่อง่วงนอนมากพึงเหยียดกายนอนแล้วกำหนดรู้ อาการนอนนั้น เป็นต้น โดยรับรู้รูป-นามที่ปรากฏชัดในแต่ละขณะนั้น ในขณะเริ่มตื่น พึงกำหนดจิตตื่นนั้น จิตดังกล่าวไม่ปรากฏชัดในเวลาเริ่มตื่น ภายหลังเมื่อสมาธิมีกำลังแล้ว ผู้นั้นจึงสามารถกำหนดรู้ได้ ย่อมเกิดปัญญาเห็นเห็นว่า รูป-นาม ที่เกิดขึ้นก่อนจะหลับได้ดับไปก่อนไม่ต่อเนื่องถึงขณะหลับ การหลับ คือการเกิดขึ้นของจิตที่ไม่สามารถทำการคิด กำหนดเห็น ได้ยิน หรือสัมผัส เป็นต้น รูปนามในขณะหลับก็ดับไปก่อนที่จะถึงขณะตื่น การตื่น คือ การเกิดขึ้นของจิตที่ทำการคิดเป็นต้นได้ ไม่มีตัวตนผู้นอนหรือผู้ตื่นอย่างแท้จริงและไม่มีสภาวะที่เที่ยง เป็นสุขบังคับบัญชาได้ การเห็นเห็นอย่างนี้ชื่อว่า อสัมโมหสัมปชัญญะในขณะที่พุดพึงกำหนดรู้เวลาที่พุด แต่การพุดทำให้ขาดสติและส่งผลให้คิดฟุ้งซ่านในเรื่องราวที่ได้พุดภายหลัง (สำหรับผู้ที่ยังมีสติและสมาธิไม่แก่กล้า) ผู้นั้นจึงไม่ควรพุดกันในระหว่างปฏิบัติธรรม ยกเว้นมีเหตุสำคัญจริง ๆ เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าแล้วย่อมรับรู้จิตที่อยากจะพุดได้ และรูปเคลื่อนไหวกระทบกัน เมื่อพุดแล้วหยุดพุด ก็พึงกำหนดรู้รูป-นาม ที่ประจักษ์ในขณะนั้นว่าเกิดขึ้นในขณะที่พุดได้ดับไปก่อนไม่ต่อเนื่องถึงขณะนิ่ง แม้จิตที่ต้องการจะนิ่งและรูปนิ่งก็เกิดขึ้นแล้วดับทันทีในขณะนั้นการเห็นเห็นอย่างนี้จัดเป็นอสัมโมหสัมปชัญญะ^{๕๓}

^{๕๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๕๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสารสันไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๓๔.

^{๕๑} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๕/๓๒๕.

^{๕๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๕๓} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๓๔.

๒.๒.๔ ธาตุมนสิการปีพพะ

พิจารณาสิ่งปฏิภูล คือ พิจารณาอาการ ๔๒ (พิจารณาโดยพิสดาร) ธาตุดิน ๒๐ ธาตุน้ำ ๑๒ ธาตุไฟ ๔ และธาตุลม ๖ ในกายของตนมี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ให้เห็นว่าเป็นของนำเกลียดหรือเป็นการพิจารณาโดยลักษณะของธาตุ มี ๔ ลักษณะ คือ

- | | |
|-----------------------|-------------------------------|
| ๑. ธาตุดิน (ปฐวีธาตุ) | มีลักษณะแข็งและอ่อน |
| ๒. ธาตุน้ำ (อาโปธาตุ) | มีลักษณะไหลและเกาะกุม |
| ๓. ธาตุไฟ (เตโชธาตุ) | มีลักษณะร้อนและเย็น |
| ๔. ธาตุลม (วาโยธาตุ) | มีลักษณะเคลื่อนไหวและหย่อนตึง |

ในบรรดาธาตุทั้ง ๔ ชนิดนี้ธาตุที่เห็นได้ง่ายที่สุดคือ ธาตุลมหรือวาโยธาตุ ซึ่งมีลักษณะความตึง ความหย่อน เป็นต้น และเมื่อกำหนดธาตุลมได้ชัดเจนแล้ว การรู้ลักษณะเฉพาะของธาตุอื่น ๆ ก็ง่าย ๆ ตามมาเอง เพราะธาตุทั้ง ๔ นี้ เกิดร่วมกันและไม่สามารถที่จะแยกออกจากกันได้นั่นเอง เรียกว่า อวินิโครูป ด้วยเหตุนี้บางคนจึงเรียกรวมฐานแบบนี้ว่า “วาโยธาตุกรรมฐาน”^{๕๔}

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสสอนไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายนี้แหละ ซึ่งตั้งอยู่ตามที่ตั้งอยู่ตามปกติ โดยความเป็นธาตุว่า มีอยู่ในกายนี้ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม

ภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือน คนฆ่าโค หรือ ลูกมือของคนฆ่าโค ผู้มีความชำนาญครั้งฆ่าแม่โคแล้วฆ่าแหละเนื้อแบ่งออกเป็นชิ้น ๆ นั่งอยู่ ณ ทางใหญ่ ๔ แพร่ง ฉันทไคภิกษุ ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง ฝ่าตามดูกายในกายภายนอกอยู่บ้าง ฝ่าตามดูกายในกายภายในหรือภายนอกอยู่บ้าง ด้วยประการฉะนี้

หรือฝ่าตามดูสิ่งที่เกิดขึ้นในกายอยู่บ้าง ฝ่าตามดูสิ่งที่ดับไปในกายอยู่บ้าง ฝ่าตามดูสิ่งที่เกิดขึ้นและดับไปในกายอยู่บ้าง

ภิกษุนั้นเข้าไปตั้งสติอยู่ว่า กายมีอยู่ดังนี้ เพียงเพื่อรู้ไว้เท่านั้น เพียงเพื่อระลึกไว้เฉพาะเท่านั้น เป็นผู้ไม่มีสิ่งใดอาศัยอยู่ด้วย ทั้งไม่มียึดถืออะไร ๆ ในโลกด้วย”^{๕๕}

ธาตุ ๔ เหล่านี้บางแห่งเรียกว่า มหาภูตรูป คือ รูปใหญ่โตปรากฏชัดเจน หมายความว่า รูปที่ใหญ่โตโดยรูปร่างและปรากฏลักษณะ เพราะวัตถุสิ่งของทั้งสิ้นประกอบขึ้นจากรูปเหล่านี้ ซึ่งมีลักษณะเฉพาะเด่นชัดกล่าว คือ

๑. ธาตุดิน คือ อาการ ๒๐ อย่าง ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก ไชกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่ย่อย อาหารใหม่ อาหารเก่า มันสมอง

๒. ธาตุน้ำ คือ อาการ ๑๒ อย่าง ได้แก่ น้ำดี น้ำเสลด น้ำหนอง น้ำเลือด น้ำเหงื่อ น้ำมันข้น น้ำมันเหลว น้ำตา น้ำลาย น้ำมูก น้ำไขข้อ ปัสสาวะ

^{๕๔} จำลอง ดิษยวณิช, วิปัสสนากรรมฐานและเขาวินิจฉัย อรรถปริวรรต, (เชียงใหม่: ห้างหุ้นส่วนจำกัด เชียงใหม่โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๕๖), หน้า ๕๒-๕๔.

^{๕๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๗/๗๕.

ส่วนภายในร่างกายยังมีธาตุอีก ๒ ลักษณะ (รวมเป็นอาการ ๑๐ อย่าง) คือ

๓. ธาตุไฟ คือ ไออุ่น ไฟทำให้เสื่อมโทรม ไฟเผาเผาและไฟที่ย่อยอาหาร

๔. ธาตุลม คือ ลมพัดขึ้นเบื้องบน ลมพัดลงเบื้องต่ำ ลมในท้อง ลมในลำไส้ ลมพัดไปตามอวัยวะน้อยใหญ่ และลมหายใจ

เมื่อกล่าวโดยอาการ ๔๒ ตามลำดับอย่างนี้ จิตของผู้ที่ย่อมรับรู้อาการอย่างใดอย่างหนึ่ง ที่เด่นชัดมากที่สุด ในขณะนั้นจิตย่อมตั้งมั่นในสภาวะของธาตุ บรรลุขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ ในวิปัสสนาซึ่งมีกำลังเทียบเท่ากับอุปปจารสมาธิ เพราะมีอารมณ์เป็นสภาวะธรรม ความจริงสมาธิของวิปัสสนานั้นมีกำลังเสมอกับอุปปจารสมาธิ ในขณะที่บรรลุวิปัสสนาญาณ และเทียบเท่าปฐมฌานในขณะที่บรรลุมรรคผล แต่เพราะวิปัสสนามีอารมณ์หลากหลายตามปัจจุบันขณะนั้น ๆ ดังนั้น จึงเรียกว่าขณิกสมาธิ ข้อนี้ต่างจากสมาธิในสมถภาวนาที่มีอารมณ์อย่างเดียว เช่น อนุสติ หรือ กสิณ เป็นต้น

การกำหนดพอง-ยุบก็เป็นการเพ่งอารมณ์เดียวจัดเป็นสมถภาวนาด้วยเช่นกัน แต่จะเน้นการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ โดยมีธาตุเป็นหลักจัดเป็นกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน เพราะสภาวะการพอง-ยุบนั้นต้องอาศัยการลมที่เกิดภายในท้อง ซึ่งจะมีลักษณะเดียวกันกับอานาปานสติ คือ พิจารณาลมหายใจเข้าออก การตามรู้ของลมที่ท้องนั้นจัดเป็นธาตุกรรมฐาน เพราะสภาวะตั้งหย่อนของลมในท้องนอกลำไส้ที่เรียกว่า กุจฉิสยวาโย ความจริงลมหายใจที่สุดเข้าไปในปอดมิได้เคลื่อนไปในท้องดังที่เข้าใจกันโดยทั่วไป การหายใจนั้นเป็นกระบวนการที่เกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อกระบังลม ทรวงอก และกระดูกซี่โครง กระบังลมนั้นอยู่ระหว่างช่องอกและช่องท้อง โดยอยู่ด้านล่างของปอด ตามปกติเมื่อเราหายใจเข้ากระบังลมจะหดตัวกดอวัยวะในช่องท้องส่งผลให้ลมในช่องท้องพองออกมา และเมื่อหายใจออกกระบังลมจะยืดขึ้น ส่งผลให้ลมในท้องยุบลงพร้อมกับดันลมออกจากปอด ดังนั้นสภาวะพองยุบท้องที่อาศัยการหายใจเข้าออกจึงเป็นลมในท้องที่มีอยู่เดิมและเป็นอารมณ์กรรมฐานอย่างหนึ่งได้ตามหลักกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน

๒.๒.๕ ปฏิกุลมณสิการปีพพะ

พิจารณาสิ่งปฏิกุล คือ พิจารณาอาการ ๓๒ ในกายของตนมี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสสอนไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง ภิกษุยอมพิจารณาเห็นกายนี้ แหละ แต่พื้นเท้าขึ้นไปแต่ปลายผมลงมา มีหนังเป็นที่สุตรอบ เต็มด้วยของ ไม่สะอาดมีประการต่างๆ ว่า มีอยู่ในกายนี้ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ ผังผืด ไต ปอด ไล่ใหญ่ ไล่หยาบ อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อมันข้น น้ำตา มันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร ทูกรภิกษุทั้งหลาย เปรียบเหมือนได้มีปาก สองข้าง เต็มด้วยธัญชาติต่างชนิดคือ ข้าวสาลี ข้าวเปลือก ถั่วเขียว ถั่วเหลือง งา ข้าวสาร บุรุษผู้มีนัยน์ตาดีแก่ไถ้นั้นแล้ว พึงเห็นได้ว่า นี้ข้าวสาลี นี้ข้าว เปลือก นี้ถั่วเขียว นี้ถั่วเหลือง นี้งา นี้ข้าวสาร ฉันทใด ภิกษุก็ฉันทนั้นเหมือน กัน ย่อมพิจารณาเห็นกายนี้แหละ แต่พื้นเท้าขึ้นไป

แต่ปลายผมลงมา มีหนัง เป็นที่สุตรอบ เต็มด้วยของไม่สะอาดมีประการต่างๆ ว่ามีอยู่ใน
กายนี้”^{๕๖}

พิจารณาร่างกายเป็นเพียงธาตุ ๔ ไม่ใช่คน ไม่ใช่สัตว์ อวัยวะภายนอก อวัยวะภายใน น้ำที่
แทรกตามอวัยวะ ต่าง ๆ ให้เห็นว่าเป็นของน่าเกลียด เมื่อเห็นเป็นของน่าเกลียดแล้วก็จะเกิดความ
เบื่อหน่าย ละคล้ายสิ่งต่าง ๆ ไม่ยึดมั่นอะไร ๆ ที่เป็นตัวเราอีกต่อไปได้

๒.๒.๖ นวสีวกถิปพะ

พิจารณาซากศพ มีลักษณะต่าง ๆ กัน ถึง ๙ ลักษณะ เช่น ซากศพที่ตายแล้ว ๑ วัน ถึง ๓
แล้วนำมาเปรียบเทียบกับกายของตนว่า มีสภาพอย่างเดียวกัน พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสสอนไว้ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย อีกข้อหนึ่ง ภิกษุเหมือนกะว่าพึงเห็นสรีระ ที่เขาทิ้งไว้ในป่าช้า อันฝูงกา
จิกกินอยู่บ้าง ฝูงนกตะกุ่มจิกกินอยู่บ้าง ฝูงแร้งจิก กินอยู่บ้าง หมูสุนัขกัดกินอยู่บ้าง หมูสุนัขจิ้งจอก
กัดกินอยู่บ้าง หมูสัตว์ตัวเล็กๆ ต่างๆ กัดกินอยู่บ้าง เธอย่อมโน้มเข้ามาสู่กายนี้แหละว่า ถึงร่างกายอัน
นี้เล่าก็มี อย่างนี้เป็นธรรมดา คงเป็นอย่างนี้ ไม่ล่วงความเป็นอย่างนี้ไปได้ ดังพรรณนามา ฉะนั้น ภิกษุ
ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกบ้าง พิจารณาเห็นกายใน
กายทั้งภายในทั้งภายนอกบ้าง พิจารณาเห็นธรรมคือ

ความเกิดขึ้นในกายบ้าง พิจารณาเห็นธรรมคือความเสื่อมในกายบ้าง พิจารณาเห็น ธรรม
คือทั้งความเกิดขึ้นทั้งความเสื่อมในกายบ้าง ย่อมอยู่ อีกอย่างหนึ่ง สติของ เธอที่ตั้งมั่นอยู่ว่า กายมีอยู่
ก็เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น เธอเป็นผู้อันตันทา และทิวี่ไม่อาศัยอยู่แล้ว และไม่ถือมั่นอะไรๆ ใน
โลก ดูกรภิกษุทั้งหลาย อย่าง นี้แล ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่ ฯ”^{๕๗}

๒.๓ บุคคลที่เกี่ยวข้องกับกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

คัมภีร์ที่ฆนิกาย มหาวรรค กล่าวถึงจิตของผู้เจริญวิปัสสนาหรือกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
สามารถสงเคราะห์เข้ากับจิต ๒ คือ ตัณหาจิตและทิวี่จิต

ในจิตทั้ง ๒ นี้ แยกย่อยออกไปอีกอย่างละ ๒ คือ ตัณหาจิตที่มีปัญญาอ่อน กับ ตัณหา
จิตที่มีปัญญาแก่กล้า และทิวี่จิตที่มีปัญญาอ่อนกับทิวี่จิต ที่มีปัญญาแก่กล้า ในอรรถกถามัชฌิม
นิกาย มูลปณณาสก มีอธิบายประเภทบุคคลที่เหมาะสมกับสติปัฏฐาน ๔ ไว้ว่า บุคคลผู้เจริญสมณะและ
วิปัสสนา แบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ

๑. มั่นธบุคคล บุคคลที่มีปัญญาอ่อน
๒. ติกขบุคคล บุคคลที่มีปัญญากล้า^{๕๘}

หากจะแบ่งให้ละเอียด มีถึง ๔ จำพวก คือ ตัณหาจิตของผู้มีปัญญาอ่อน และตัณหาจิต
ของผู้มีปัญญากล้า ทิวี่จิตของผู้มีปัญญาอ่อน และทิวี่จิตของผู้มีปัญญากล้า ดังนี้คือ

^{๕๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๖/๒๑๘.

^{๕๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๐/๒๒๐.

^{๕๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๘๐/๒๒๐.

๒.๓.๑ ตัณหาจริตบุคคล

ผู้มีนิสัยรักสวยรักงาม รักสุขรักสบาย และรักสงบ เหมาะแก่เจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐานหรือเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน และควรเริ่มต้นการปฏิบัติด้วยการทำสมถกรรมฐานให้จิตสงบในระดับลึกเสียก่อน จิตจึงจะมีคุณภาพในการตามรู้กายและเวทนาได้ดี ตัณหาจริตที่มีปัญญาอ่อน ควรเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะเป็นผลดีเพราะเป็นของหยาบ เห็นสภาวะรูปนามที่เกิดขึ้นได้ง่าย และเหมาะกับอธยาศัยของบุคคลพวกนี้

ตัณหาจริตที่มีปัญญากล้า ควรเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะเป็นผลดี เพราะเป็นกรรมฐานละเอียด คนมีปัญญากล้าสามารถเห็นสภาวะรูปนามที่เกิดขึ้นได้ง่าย และเหมาะกับอธยาศัยของบุคคลพวกนี้

๒.๓.๒ ทิฏฐิจริตบุคคล

ผู้ที่เป็นคนเจ้าความคิด เหมาะแก่การเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานหรือธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยไม่จำเป็นต้องทำสมถกรรมฐานให้จิตสงบแนบแน่นเสียก่อน ทิฏฐิจริตที่มีปัญญาอ่อน ควรเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะเป็นผลดี เพราะไม่หยาบ และไม่ละเอียดเกินไป เหมาะกับอธยาศัยของบุคคลพวกนี้

ทิฏฐิจริตที่มีปัญญากล้า ควรเจริญธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะได้ผลดีเพราะเป็นกรรมฐานละเอียด คนมีปัญญากล้าสามารถเห็นได้ง่าย และเหมาะกับอธยาศัยของบุคคลพวกนี้

สติปัฏฐาน ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติหรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน เพราะเหตุระระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสสติปัฏฐานว่ามี ๔ ไม่หย่อน ไม่ยิ่ง ตอบว่า ก็เพราะจะทรงให้เป็นประโยชน์แก้อกุล แก่เวไนยสัตว์ผู้มีจริตที่แตกต่างกัน

คัมภีร์อรรถกถากล่าวจริตของผู้เจริญวิปัสสนาหรือสติปัฏฐาน ๔ ว่ามี ๒ จริต คือ ตัณหาจริตและทิฏฐิจริตในจริตทั้ง ๒ นี้ แยกย่อยออกไปอีกอย่างละ ๒ คือ ตัณหาจริตที่มีปัญญาอ่อน กับ ตัณหาจริตที่มีปัญญาแก่กล้า และทิฏฐิจริตที่มีปัญญาอ่อนกับทิฏฐิจริต ที่มีปัญญาแก่กล้า ในอรรถกถามัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ มีอธิบายประเภทบุคคลที่เหมาะสมกับสติปัฏฐาน ๔ ไว้ว่า บุคคลผู้เจริญสมณะและวิปัสสนา แบ่งเป็น ๒ อย่าง คือ

๑. มั่นธบุคคล บุคคลที่มีปัญญาอ่อน
๒. ติกขบุคคล บุคคลที่มีปัญญากล้า

หากจะแบ่งให้ละเอียด มีถึง ๔ จำพวก คือ ตัณหาจริตของผู้มีปัญญาอ่อน และตัณหาจริตของผู้มีปัญญากล้า ทิฏฐิจริตของผู้มีปัญญาอ่อน และทิฏฐิจริตของผู้มีปัญญากล้า ดังนี้คือ

๒.๓.๓ สมถยานิกบุคคล

สมถยานิก แปลว่า ผู้มีสมณะเป็นยาน หมายถึงผู้บำเพ็ญสมณะก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาที่หลัง ตามความหมายอย่างกว้าง สมณะที่บำเพ็ญก่อนนั้น อาจได้เพียงอุچارสมาธิหรือก้าวไปถึงอัปนาสมาธิได้มานสมาบัติ ก็ได้ แต่อรรถกถานิยมใช้ในความหมายที่จำกัดหรือจำเพาะกว่านั้นคือ มุ่งเอา

เฉพาะผู้ได้มานสมาบัติแล้ว ดังนั้นจึงได้กล่าวว่าวิธีปฏิบัติตามแนวพุทธพจน์ (เกี่ยวกับการบรรลุอาสวัคชัยอาศัย ปฐมฌานก็ได้ ทุกิยฌาน ก็ได้ ฯลฯ) เป็นปฏิปทาของพระสมณยานิก ที่มีปัญญาอ่อน ควรเจริญกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะได้ผลดี เพราะมีนิมิตพึงถึงฌานได้ไม่ ยากนัก ที่มีปัญญากล้า ควรเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จึงจะได้ผลดี เพราะไม่ตั้งอยู่ในอารมณ์หยาบและเหมาะกับอภัยอาศัยของบุคคลพวกนี้การฝึกปฏิบัติของผู้ที่ได้มานสมาบัติตั้งแต่ ปฐมฌาน จนถึง สัตถุญาเวทิตินิโรธ เป็นปฏิปทาของผู้ปฏิบัติที่มีชื่อเรียกในสมัยอรธกถาว่า “สมณยานิก” แปลว่า ผู้มีสมณะเป็นยาน คือบำเพ็ญสมณะจนได้มานก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาและนับว่าเป็นวิธีปฏิบัติอย่างหนึ่งในบรรดาวิธี ๔ อย่างที่ท่านกล่าวไว้ในบาลีคือ^{๕๙}

๑. สมณปุพพังคมวิปัสสนา วิปัสสนาภาวนาที่มีสมณะนำหน้า (เรียกเต็มว่า สมณปุพพังคมวิปัสสนาภาวนา การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณะนำหน้า)

๒. วิปัสสนาปุพพังคมสมณะ เป็นสมณะภาวนาที่มีการเจริญวิปัสสนานำหน้า (เรียกเต็มว่าวิปัสสนาปุพพังคมสมณภาวนา การเจริญสมณะโดยมีวิปัสสนานำหน้า)

๓. ยุคนัทธสมณวิปัสสนาภาวนา เป็นการเจริญสมณะและวิปัสสนาภาวนาโดยที่มีเข้าคู่กัน (เรียกเต็มว่าสมณวิปัสสนายุคนัทธภาวนา การเจริญสมณะและวิปัสสนาคู่ไปด้วยกัน)

๔. ธัมมุตัจจจิตคหิตมานัส เป็นวิธีการปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมอุจจ์ คือว่าความฟุ้งซ่านธรรม หรือ ตีนธรรม (ความเข้าใจผิดยึดเอาผลที่ประสบในระหว่างว่าเป็นมรรคผลนิพพาน)^{๖๐}

ข้อความข้างต้นแสดงว่าเนยบุคคลผู้บรรลุสมณฌานก่อนแล้วมาเจริญวิปัสสนา สามารถเข้ามานสมาบัติในขณะที่เกิดความลำบากกายและในขณะที่เกิดความลำบากกายและใจ แล้วจึงเจริญวิปัสสนาต่อไป การปฏิบัติเช่นนี้ จะทำให้สมาธิและปัญญาในวิปัสสนาแก่กล้าขึ้นตามลำดับ เมื่อสมาธิและปัญญาแก่กล้าความลำบากกายและใจย่อมไม่เกิดขึ้น สามารถนั่งกำหนดได้อย่างต่อเนื่องตลอดทิวาราตรี สมณฌานจึงเกื้อกูลแก่เนยบุคคลโดยพิเศษอย่างนี้

ในปัจจุบันบุคคลผู้มักเจริญวิปัสสนาก่อน อาจพบกบความลำบากกายและใจบ้างแต่ถ้ากำหนดรู้สภาวะอย่างต่อเนื่องจนกระทั่งสมาธิและปัญญาแก่กล้าแล้ว ก็จะสามารถข้ามพ้นความลำบากนั้นไปได้ ด้วยเหตุที่กล่าวมานี้ ศีลและสมณภาวนาเป็นธรรมเกื้อกูลแก่เนยบุคคลเป็นพิเศษ ท่านจึงกล่าวไว้ในคัมภีร์เนตติอรธกถาข้างต้นว่า สิกขา ๓ เกื้อกูลแก่เนยบุคคล แต่ท่านมิได้กล่าวไว้โดยมุ่งจะแสดงว่าเขาต้องเจริญสิกขา ๓ เป็นเวลานานจึงจะบรรลุธรรมได้โดยแท้จริงแล้ว สมาธิมี ๒ ประการ คือ อุปจารสมาธิ และอัปนาสมาธิ จิตย่อมตั้งมั่นด้วย อาการ ๒ อย่างในฐานะแห่งอุปจารสมาธิ หรือในฐานะที่บรรลุอัปนาสมาธิ ในบรรดาสมาธิเหล่านั้น จิตย่อมตั้งมั่นด้วยการละนิรวณในในฐานะแห่งอุปจารสมาธิ และตั้งมั่นด้วยความปรากฏแห่งองค์ฌานในฐานะที่บรรลุอัปนาสมาธิ

^{๕๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, (กรุงเทพฯพหุพจนานุกรม: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๕), หน้า ๔๒๖.

^{๖๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๒๖.

๒.๓.๔ วิปัสสนายานิกบุคคล

วิปัสสนายานิก แปลว่า ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน เรียกเต็มเพื่อย้ำความหมายให้หนักแน่นว่า สุตรวิปัสสนายานิก แปลว่า ผู้มีวิปัสสนาล้วนๆ เป็นยาน หมายถึง ผู้ที่เริ่มปฏิบัติด้วยเจริญวิปัสสนาทีเดียวโดยไม่เคยฝึกหัดเจริญสมาธิใด ๆ มาก่อนเลย แต่เมื่อเจริญวิปัสสนาคือใช้ปัญญาพิจารณาความจริงเกี่ยวกับสิ่งทั้งหลายอย่างถูกทางแล้ว จิตก็จะสงบขึ้น เกิดมีสมาธิตามมาเอง ในตอนแรกสมาธิที่เกิดขึ้นอาจเป็นเพียงขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ ซึ่งเป็นสมาธิอย่างน้อยที่สุดเท่าที่จำเป็นเพื่อให้วิปัสสนาดำเนินต่อไปได้ ดังที่ท่านกล่าวว่า ปราศจากขณิกสมาธิเสียแล้ว วิปัสสนาย่อมมีไม่ได้ (แม้ผู้ได้ขณิกสมาธิอยู่แล้วมาปฏิบัติวิปัสสนา ก็เรียกว่าวิปัสสนายานิกอยู่นั่นเอง เพราะตามปกติในชีวิตประจำวัน คนทั่วไป ย่อมได้ขณิกสมาธิกันมาบ้างแล้ว ไม่มากก็น้อย ในโอกาสที่จิตใจสงบหรือแน่วแน่ด้วยการงานหรือเหตุแวดล้อมบางอย่าง ดังนั้น แม้จะเคยได้ขณิกสมาธิมาแล้วด้วยเหตุอันวายต่างๆ เช่น พ้นจิตดีเป็นต้นก็ถือว่ารวมอยู่ในจำพวกผู้ไม่เคยฝึกเจริญสมาธิมาก่อนเหมือนกัน) เมื่อผู้เป็นวิปัสสนายานิกเจริญวิปัสสนาต่อไป สมาธิก็พลอยได้รับการฝึกอบรมไปด้วย ถึงตอนนี้อาจเจริญวิปัสสนาด้วยอุปปจารสมาธิ (สมาธิจวนจะแน่วแน่หรือสมาธิจวนจะถึงฌาน) ก็ได้ จนในที่สุดเมื่อถึงขณะที่บรรลุมรรคผล สมานินั้นก็จะแน่วแน่สนิทเป็นอัปนาสมาธิ อย่างน้อยถึงระดับปฐมฌาน (ฌานที่ ๑ หรือรูปฌานที่ ๑)

ที่มีปัญญาอ่อน ควรเจริญจิตตานุสสนาสติปัญฐาน จึงจะได้ผลดี เพราะไม่หยาบไม่ละเอียดเกินไป เหมาะกับอัธยาศัยของบุคคลพวกนี้

ที่มีปัญญากว่า ควรเจริญธัมมานุสสนาสติปัญฐาน จึงจะได้ผลดี เพราะเป็นกรรมฐานละเอียดมาก และเหมาะกับอัธยาศัยของบุคคลพวกนี้^{๒๑}

อย่างไรก็ตาม อรรถกถาสรรพว่า ไม่ว่าจะเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณะนำหน้า หรือเจริญสมณะโดยมีวิปัสสนานำหน้าก็ตาม เมื่อถึงขณะที่อริยมรรคเกิดขึ้น ทั้งสมณะและวิปัสสนาจะต้องเกิดขึ้นด้วยกันอย่างควบคู่เป็นการแนบเนียนเสมอไป ที่เป็นเช่นนี้ เพราะว่าโดยหลักพื้นฐานแล้ว สมณะและวิปัสสนาก็คือองค์ของมรรคนั่นเอง วิปัสสนาได้แก่สัมมาทิฐิและสัมมาสังกัปปะ สมณะได้แก่องค์มรรคที่เหลืออีก ๖ ข้อ ซึ่งเป็นธรรมดาอยู่แล้วที่องค์มรรคเหล่านี้จะต้องเกิดขึ้นพร้อมกันในขณะบรรลุอริยภูมิ หากกล่าวว่ ธรรมทั้งสองนี้ เนื่องกันอย่างยิ่ง เป็นธรรมประกอบเข้าด้วยกัน อาศัยกัน ก็มีเหตุที่จะกล่าวเช่นนี้ได้ เช่นกัน เช่นในบางคราว พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนโดยสาระว่า เมื่อจิตสัสตสาย ฟุ้งชานอยู่ ย่อมเป็นเวลาแห่งสมณะ (หมายถึง ถ้ายังฟุ้งชานอยู่ ควรเจริญสมณะ) อานิสงค์ หรืออำนาจแห่งสมณะ ย่อมทำให้จิตไม่ฟุ้งชาน กล่าวคือ เป็นการทำให้จิตให้ตั้งมั่น ไม่สัสตสาย ฯลฯ พ้นไปจากความครอบงำ หรือความสั่นไหวไปตามอำนาจของกิเลส ตัณหา นิวรณ์ ทั้งหลายนั่นเอง และ เมื่อจิตมีความตั้งมั่น ไม่สัสตสายฟุ้งชานดีแล้ว พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสโดยสาระว่า นั้นย่อมเป็นเวลาแห่งวิปัสสนา เมื่อพิจารณาตามนี้แล้ว ผู้แยกกาย ไม่สุดโต่งจนเกินไป ย่อมพิจารณาถึงความประกอบเข้าด้วยกันของ

^{๒๑} พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมมาจารย์ (พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี), ราชวิชาสติปัญฐานภาวนา, หน้า

ธรรมทั้งสองนี้ คือ สมถะ และวิปัสสนา อันเป็นธรรมซึ่งมีหน้าที่ต่างกันสองประการ แต่เป็นไปเพื่อความบรรลุกิจเดียวกัน คือความบรรลุวิเศษ อันไม่กำเริบ นั้นเอง

๒.๔ การปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาว่าด้วย การตั้งสติพิจารณาเห็นภายในกายทั้งหลาย กายหมายถึง กาย, ตัว, ตน, ร่างกาย, หมู, กอง, คณะ, หมวด ซึ่งก็คือที่เกิดขึ้นของสิ่งน่ารังเกียจทั้งหลาย^{๖๒}

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนให้เรามีสติอยู่กับกาย (ซึ่งเป็นปรากฏการณ์ทางกายภาพ) โดยวิธีปฏิบัติตามหลักปฏิบัติ ๖ หมวดในกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เช่นการปฏิบัติในหมวดอิริยาบถที่กล่าวว่าเมื่อนั่งอยู่ ย่อมรู้ชัดว่า “นั่งอยู่” เป็นต้น^{๖๓} รวมถึงในหมวดสัมปชัญญะ ที่กล่าวว่ามีสัมปชัญญะในการก้าวไปและถอยกลับ เป็นต้น^{๖๔} คือพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนให้มีสติอยู่ตลอดในอิริยาบถทั้ง ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน รวมถึงในอิริยาบถย่อยต่าง ๆ โดยตั้งกายอยู่ในอาการอย่างไร ๆ ก็ให้รู้อาการ นั้น ๆ หรือท่าทางนั้น ๆ เมื่อเดินพึงกำหนดให้รู้ว่าเดิน เมื่อยืนพึงกำหนดให้รู้ว่ายืน อย่างนี้เป็นต้น การกำหนดรู้อย่างนี้ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานจำแนกไว้เป็น ๖ หมวดดังนี้ คือ

๑. พิจารณาลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ให้เห็นการไหลเข้า ไหลออกติดต่อกัน
๒. พิจารณาอิริยาบถ คือ พิจารณาให้รู้ความเป็นไปของการเดิน ยืน นั่ง นอน
๓. พิจารณาสัมปชัญญะ คือ พิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหวทางกาย
๔. พิจารณาสิ่งปฏิภูล คือ พิจารณาอาการ ๓๒ ในกายของตนมี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ให้เห็นว่าเป็นของน่าเกลียด
๕. พิจารณาธาตุ คือ พิจารณาดิน น้ำ ไฟ ลม ในกายของตน ให้เห็นโดยความเป็นธาตุ เหมือนคนฆ่าโคแบ่งอวัยวะของโคที่ฆ่าแล้ว ออกเป็นส่วน ๆ อย่างชำนาญ
๖. พิจารณาซากศพ ซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ กัน ถึง ๙ ลักษณะ เช่น ซากศพที่ตายแล้ว ๑ วัน ถึง ๓ วัน แล้วนำมาเปรียบเทียบกับกายของตนว่า มีสภาพอย่างเดียวกัน

๒.๔.๑ อานิสงส์การเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ผู้เจริญกรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ย่อมจะบรรลุมรรคผลและนิพพาน เป็นพระอรหันต์ผู้ละกิเลสได้โดยสิ้นเชิงกล่าวคือ พระอรหันต์ สามารถระงับความเศร้าโศกและความคร่ำครวญ ดับทุกข์ได้ทั้งทางกายและโหม่นสทางใจในภพนี้ เมื่อได้ปรินิพพานแล้วก็ไม่กลับมาเวียนวายเป็นตายเกิดในภพใหม่ให้ได้รับทุกข์และโหม่นสอีก ท่านเป็นผู้บรรลุมรรคญาณ ๔ คือ โสดาปัตติมรรคญาณ สกทาคามิมรรคญาณ อนาคามิมรรคญาณและอรหัตมรรคญาณ พร้อมทั้งรู้แจ้งพระนิพพานอันเป็นสภาพดับทุกข์ทั้งปวง ดังมีพระพุทธพจน์ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า

^{๖๒} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙. ราชบัณฑิต) รวบรวมแปล, พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์, (ม.ป.ท.), หน้า ๑๖๒.

^{๖๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๐๔/๓๗๕.

^{๖๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๐๕/๓๗๖.

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนี้ ตลอด ๗ ปี เขาหลังผล ๒ ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑ หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑ ๗ ปี ยกไว้ ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้ ตลอด ๖ ปี ... ๕ ปี ... ๔ ปี ... ๓ ปี ... ๒ ปี ... ๑ ปี เข้พึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือพระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑ หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ๑ ๑ ปี ยกไว้ ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้ อย่างนี้ ตลอด ๗ เดือน เขาพึงหวังผล ๒ ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑ หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่ เป็นอนาคามี ๑ ๗ เดือน ยกไว้ ผู้ใดผู้หนึ่งเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ นี้ อย่างนี้ ตลอด ๖ เดือน .. ๕ เดือน .. ๔ เดือน .. ๓ เดือน .. ๒ เดือน .. ๑ เดือน .. กึ่งเดือน เขาพึงหวังผล ๒ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ พระอรหัตผลในปัจจุบัน ๑ หรือเมื่อยังมีอุปาทิเหลืออยู่เป็นพระอนาคามี ๑ ฯ ดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงความโศกและปริเทวะ เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์โศกมนัส เพื่อบรรลุธรรมที่ถูกต้อง เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน หนทางนี้คือสติปัฏฐาน ๔ ประการ ฉะนั้นและคำที่เรากล่าวถึงพรรณนามาฉะนี้ เราอาศัยเอากายมรรค กล่าวแล้ว พระผู้มีพระภาคตรัสพระพุทธพจน์นี้แล้ว ภิกษุเหล่านั้นยินดีชื่นชมภษิตของพระผู้มีพระภาคเจ้าแล้ว ฉะนั้นแลฯ^{๖๕}

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสว่าสติปัฏฐานมี ๔ ไม่หย่อนไม่ยิ่ง ก็เพราะจะทรงให้เป็นประโยชน์เกื้อกูล แก่เวไนยสัตว์แท้จริง ในจำพวกเวไนยสัตว์ที่เป็นต้นทางจริต ทิฏฐิจริต ผู้เป็นสมถยานิก (ผู้มีสมถะเป็นยาน) และวิปัสสนายานิก (ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน) ที่เป็นไปโดยส่วนทั้งสอง คือ ปัญญาอ่อน และปัญญากล้า กายานุปัสสนาสติปัฏฐานมีอารมณ์หยาบเป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีต้นทางจริต มีปัญญาอ่อน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานมีอารมณ์ละเอียด เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีต้นทางจริต มีปัญญากล้า จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่มีอารมณ์ไม่แยกออกมากนักเป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ผู้มีทิฏฐิจริต มีปัญญาอ่อน ฌมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่มีอารมณ์แยกออกมาก เป็นทางหมดจด สำหรับเวไนยสัตว์ ผู้มีทิฏฐิจริต มีปัญญากล้า

๒.๔.๒ วิธีทำกายานุปัสสนาสติปัฏฐานให้ วิชชา ๘ และวิมุตติสมบูรณ์

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “โพชฌงค์ ๗ ประการที่บุคคลเจริญ ทำให้มากแล้ว ทำวิชา และวิมุตติให้สมบูรณ์ สติปัฏฐาน ๔ ประการที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วทำโพชฌงค์ ๗ ประการให้บริบูรณ์ สุจริต ๓ ประการที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วทำสติปัฏฐาน ๔ ประการให้บริบูรณ์ อินทรีย์สังวรที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วทำสุจริต ๓ ประการให้บริบูรณ์”^{๖๖}

กายานุปัสสนาเป็นการสำรวจอินทรีย์สังวรอย่างประเภทหนึ่งใน ๔ ประเภทของหลักสติปัฏฐานที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงทำสุจริต ๓ ประการให้บริบูรณ์ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เห็นรูปที่น่าชอบใจทางตาแล้ว ไม่หลงไหล ไม่เพลิดเพลिनรูปที่น่าชอบใจ ไม่ให้เกิดความกำหนัด กายของเธอก็คงที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้ว อนึ่ง เธอเห็นรูปที่ไม่น่าชอบใจทางตาแล้ว ก็ไม่เก้อเขิน มีจิตไม่ติดอยู่ ไม่เสียใจ มีใจไม่พยายาบาท ทั้งกายของเธอก็คงที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้นแล้ว

^{๖๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๐๐/๒๓๓.

^{๖๖} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๘๓/๑๒๐.

อีกประการหนึ่ง ฝึกหัดฟังเสียงทางหู ฯลฯ ดมกลิ่นทางจมูก ... ลิ้มรสทางลิ้น ... ถูกต้อง โผฏฐัพพะทางกาย ... รู้แจ้งธรรมารมณ์ที่น่าชอบใจทางใจแล้ว ไม่หลงใหลไม่เพเลิดเพลิน ไม่ให้เกิด ความกำหนัด ภายของเธอก็คงที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้ว อนึ่ง เธอรู้แจ้ง ธรรมารมณ์ที่น่าชอบใจทางใจแล้ว ก็ไม่เก้อเขิน มีจิตไม่ติดอยู่ ไม่เสียใจ มีใจไม่พยาบาททั้งกายของ เธอที่คงที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้นแล้ว

เพราะเหตุที่ฝึกหัดเห็นรูปทางตาแล้ว มีกายคงที่ และมีจิตที่คงที่ในภายใน มั่นคงดีหลุดพ้นดี แล้วในรูปทั้งที่น่าชอบใจและไม่ชอบใจ ฟังเสียงทางหู ฯลฯ ดมกลิ่นทางจมูก ... ลิ้มรสทางลิ้น ... ถูกต้อง โผฏฐัพพะทางกาย ... รู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจแล้ว มีกายคงที่ และมีจิตที่คงที่ในภายในมั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้วในธรรมที่น่าชอบใจและไม่ชอบใจ

อินทริยสังวรที่บุคคลเจริญอย่างนี้แล ทำให้มากแล้วอย่างนี้ จึงทำสุจริต ๓ ประการให้ บริบูรณ์ สุจริต ๓ ประการนั้นที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงทำสติปัฏฐาน ๔ ประการให้บริบูรณ์ คือ ฝึกหัดในธรรมวินัยนี้ละกายทุจริต เจริญกายสุจริต ละวจีทุจริต เจริญวจีสุจริต ละมโนทุจริต เจริญมโนสุจริต

กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไรก็สามารถทำ โภชณงค์ ๗ ประการให้บริบูรณ์ คือ ฝึกหัดในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มี สัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ฯลฯ พิจารณาเห็นจิตในจิต ฯลฯ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้ กายนุปัสสนาสติปัฏฐานที่อยู่ในสติปัฏฐาน ๔ ประการที่บุคคล เจริญอย่างนี้แล ทำให้มากแล้วอย่างนี้ จึงทำโภชณงค์ ๗ ประการให้บริบูรณ์

๒.๕ สรุปท้ายบท

การปฏิบัติธรรมในชั้นสูงสุดของพระพุทธศาสนาและเป็นที่ยอมรับกันในพระพุทธศาสนา เถรวาทว่าเป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อให้ล่วงความทุกข์ ถึงสันติสุขอย่างแท้จริง เป็นการพัฒนาจิตชั้น สูงสุดในพระพุทธศาสนาโดยอาศัยหลักการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา ซึ่งยิ่งผลมากกว่าการบำเพ็ญสมถ กาวนา เพราะเป็นการถอนและทำลายกิเลสอย่างละเอียดอันเป็นต้นตอของทุกข์ทั้งหลายทั้งมวล โดยตรงและเป็นการพัฒนาจิตเข้าสู่ขั้นอริยบุคคล ซึ่งไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป แต่ในขณะที่ยัง อยู่ระหว่างการปฏิบัติยังไม่บรรลุนิพพานขั้นอรหันต์นั้น ก็จะมี ความทุกข์ที่ลดน้อยลง และมีความสุขเพิ่มขึ้นตามขั้นตอนการปฏิบัติ รวมทั้งได้ภพชาติที่ประณีตขึ้นอีกด้วย

กายนุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นหนึ่งในฐานแห่งการเจริญสติในการสติปัฏฐาน ๔ นั้นได้กล่าว ไว้ในพระสูตรต้นตปิฎก ที่เป็นสูตรใหญ่นั้นมีปรากฏอยู่เพียง ๒ แห่งเท่านั้น คือ ในทีฆนิกาย มหาวรรค มีชื่อว่ามหาสติปัฏฐานสูตร และในมัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก มีชื่อเรียกว่าสติปัฏฐานสูตร

กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย, การมีสติกำกับรับรู้เท่า ทัณกายและเรื่องทางกาย ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ, ข้อปฏิบัติอันมีสติเป็นประธาน, การตั้งสติกำหนด พิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง, การมีสติกำกับรับรู้สิ่งต่าง ๆ และความเป็นไป

ทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจกิเลส การมีสติตั้งมั่นอยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ เนื่องด้วยกาย คือ รูปชั้น ๕ ด้วยความเพียร ด้วยสัจฉญาณ ด้วยสติและไม่ยินดียินร้าย พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงจำแนกไว้เป็น ๖ หมวด

ในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา ต้องมีอารมณ์ของวิปัสสนาอันได้แก่ วิปัสสนาภูมิ ๖ ซึ่งสงเคราะห์เป็นรูปนาม ในที่นี้จะขอยกตัวอย่างเป็นอุททาหารณ์ ว่าด้วยชั้น ๕ พอสังเขป เพื่อเป็นการศึกษาสืบต่อไป

ธรรมดาการปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหาร มีข้าวเจ้า ข้าวเหนียว เป็นต้นนั้น ต้องอาศัยพื้นที่นาที่เพราะปลูกฉันทใด แม้วิปัสสนากรรมฐานนี้ก็ต้ออาศัยภูมิพื้นที่ปลูกฉันทนั้นเหมือนกันภูมิพื้นที่เพาะปลูกให้วิปัสสนาเจริญงอกงามฉันทนั้น ถ้าว่าโดยย่อที่สุดแล้วมี ๒ อย่างคือ

- | | |
|------------|----------------------|
| ๑. รูปธรรม | คือ สิ่งที่ยืนให้รู้ |
| ๒. นามธรรม | คือ สิ่งที่เข้าไปรู้ |

รูปธรรม นามธรรม (เวไนโลกุตตรธรรม) เป็นภูมิพื้นที่ที่ยืนให้วิปัสสนาเห็นแจ้งแทงตลอด ทนต่อการพิสูจน์ วิปัสสนาจึงเอารูปนามมาเป็นกรรมฐาน เอาภูมิของวิปัสสนาเป็นกรรมฐานของวิปัสสนา รูปนามเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา รูปนามเป็นทางเดินของวิปัสสนา รูปนามยืนไว้ให้วิปัสสนาเพ่ง รูปธรรม ได้แก่ รูปปรมัตถ์ นามธรรม ได้แก่ จิตปรมัตถ์และเจตสิกปรมัตถ์

ส่วนวิปัสสนา ได้แก่ ปัญญาเจตสิกและสหชาติธรรม เพราะฉันทนั้น รูปนามนี้มิใช่อันได้แก่ จิต เจตสิก และรูปนั่นเอง (ส่วนพระนิพพาน สงเคราะห์เข้าเป็นนามธรรมที่พ้นจากฉันท) วิปัสสนาภูมิที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงมี ๖ ภูมิ คือ

- | | |
|--------------------|---|
| ๑. ชั้น ๕ | คือ กองทั้ง ๕ |
| ๒. อายุตนะ ๑๒ | คือ สะพานเครื่องเชื่อมเครื่องต่อให้เกิดความรู้มี ๑๒ |
| ๓. ธาตุ ๑๘ | คือ สิ่งที่ทรงไว้ซึ่งสภาพของตนะมี ๑๘ |
| ๔. อินทรีย์ ๒๒ | คือ ความเป็นใหญ่มี ๒๒ |
| ๕. ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ | คือ ความประชุมพร้อมของเหตุปัจจัย มี ๑๒ |
| ๖. อริยสัจ ๔ | คือ ความจริงอันประเสริฐมี ๔ |

การพิจารณารูป-นามที่สงเคราะห์วิปัสสนาภูมิ ๖ ลงในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้นสามารถที่จะพิจารณาได้ดังนี้คือ

รูป-นาม หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน จำแนกออกได้ดังนี้

- | | |
|-------------------------|---|
| ๑. รูป-นาม ในชั้น ๕ | รูปชั้น ๕ จัดเป็น รูป นอกนั้นจัดเป็นนาม |
| ๒. รูป-นาม ในอายุตนะ ๑๒ | อายุตนะ ๑๐ อย่างจัดเป็น รูป ยกเว้น มนายตนะ และอัมมายตนะ เป็นนาม |
| ๓. รูป-นาม ในธาตุ ๑๘ | จักขุธาตุ โสตรธาตุ ฆานธาตุ ชิวหาธาตุ กายธาตุ รูปธาตุ สัทธาตุ คันธาตุ รสธาตุ โผฐฐัพพาตุ จัดเป็น รูป นอกนั้นจัดเป็น นาม |

๔. รูป-นาม ในอินทรี ๒๒ จักขุนทรี โสตินทรี ฆานินทรี ชิวหินทรี กายินทรี
อิตถิน- ทรี ปุริสินทรี ชิวิตินทรี จัดเป็น รูป นอกนั้นจัดเป็น นาม

๕. รูป-นาม ในอริยสัจ ๔ ทั้งหมดอยู่ในหมวดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จัดเป็นนาม
ทั้งหมด

๖. รูป-นาม ในปฏิจจสมุปบาท ๑๒ นามรูป สหายตนะ ภพชาติ ขรามรณะ (โสกะ-
ปริเทวะ) จัดเป็น รูป นอกนั้นจะเป็น นาม

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ดังที่พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัส
แสดงไว้นั้นโดยสรุปแล้ว คือ การกำหนดพิจารณา รูป-นาม คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นส่วนที่
แสดงถึงรูปชั้น เป็นต้น การกำหนดรูปชั้นและนามชั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับวิปัสสนาภูมิ ๖ อัน
ได้แก่ชั้น ๕, อายุตนะ ๑๒, ธาตุ ๑๘, อินทรี ๒๒, อริสัจ ๔ และปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ซึ่งวิปัสสนาภูมิ
๖ เหล่านี้จัดเป็นอารมณ์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กายานุปัสสนาเป็นการสำรวจอินทรีสังวร
อย่างประเภทหนึ่งใน ๔ ประเภทของหลักสติปัฏฐานที่บุคคลเจริญอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึง
ทำสุจริต ๓ ประการให้บริบูรณ์ คือ เห็นรูปที่น่าชอบใจทางตาแล้ว ไม่หลงไหล ไม่เพลิดเพลिनรูปที่น่า
ชอบใจ ไม่ให้เกิดความกำหนัด กายของเธอก็คงที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี หลุดพ้นดีแล้ว
อนึ่ง เห็นรูปที่ไม่น่าชอบใจทางตาแล้ว ก็ไม่เก้อเขิน มีจิตไม่ติดอยู่ ไม่เสียใจ มีใจไม่พยายาบท ทั้งกาย
ของเราก็คงที่ และจิตที่คงที่ในภายในก็มั่นคงดี ก็สามารถหลุดพ้นจากกิเลสได้นั่นเอง

บทที่ ๓

สภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นการปฏิบัติธรรมในหลักสติปัฏฐาน ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้นจะประกอบไปด้วย ๖ บรรพ มี อานาปานบรรพ, อิริยาถบรรพ, สัมปชัญญะบรรพ ธาตุบรรพ, ปฏิกุลบรรพ, อสุภบรรพ ต้องเจริญสมณะและวิปัสสนา เพื่อให้สอดคล้องและขึ้นอยู่กับอารมณ์กรรมฐานของแต่ละบรรพ เพื่อให้เกิดปัญญาญาณเห็นรูปนามตามความเป็นจริง เพราะฉะนั้นการปฏิบัติวิปัสสนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดปัญญาเห็นประโยชน์โทษของรูปนามในแต่ละบรรพของหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยละเอียดสมบูรณ์ เพิ่มความเข้มข้นของการทำงานของสติในการพิจารณา รูป ส่วนที่เป็นการเคลื่อนไหวภายนอกและในกายทำให้รูปปรากฏขึ้น และนาม คือ จิต ที่ทำหน้าที่ให้เกิดการรับรู้ต่าง ๆ ในกายของแต่ละบรรพ ดังนั้นในการศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ผู้ศึกษาจึงได้กำหนดประเด็นการศึกษาไว้ดังต่อไปนี้

- ๓.๑ ความสัมพันธ์ของรูปนามแห่งวิปัสสนาภูมิในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ๓.๒ สภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ๓.๓ สรุปท้ายบท

๓.๑ ความสัมพันธ์ของรูปนามแห่งวิปัสสนาภูมิในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การที่จะกำหนดรูปนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น การกำหนดรูปนาม^๑ เราต้องรู้จักรูปกับนามเสียก่อน เช่น ขณะตาเห็นรูป หู ได้ยินเสียง ชันธ ๕ เกิดขึ้นแล้ว ชันธ ๕ นี้แหละเป็นรูปกับนาม ตัวอย่าง เวลาที่เห็นดอกไม้ ดอกไม้เป็นรูป ตาเป็นรูป เห็นดอกไม้สวยงามแล้วสบายใจ ความสบายใจนั้นเป็นเวทนา จำดอกไม้ได้ว่างามความจำได้นั้นเป็นสัญญา ประจักษ์ใจให้เห็นว่างามเป็นสังขาร เห็นดอกไม้ ผู้เห็นเป็นวิญญาณคือจักขุวิญญาณจิต เป็นจิตดวงหนึ่งเกิดทางจักขุทวาร ตาเห็นรูปครั้งหนึ่งครบเป็นชันธ ๕ พอดี ถ้าจะให้ง่ายในการพิจารณาสามารถย่อชันธ ๕ ลงเป็น ๒ คือ รูปคงเป็นรูปตามเดิม เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ทั้ง ๔ ชันธย่อลงเป็นหนึ่งเรียกว่า นาม เมื่อสามารถย่อชันธ ๕ ลงมาในแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาก็จะเหลือเพียงรูปกับนามเท่านั้น^๒ เมื่อรู้จักรูป

^๑ อ่างใน พระสุเรส สุโรโส (แจ่มแจ้ง), “การศึกษาวิเคราะห์วิธีการกำหนดรูปนามในอิริยาถบรรพพะในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๔๒.

^๒ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พิมพ์ตั้ง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๗๔๖.

นามแล้ว จะสามารถกำหนดรูปนามได้ต้องอาศัยสติ คือ ธรรมชาติหรือสภาพระลึกได้ คือ ระลึก
 สภาวะที่กำลังปรากฏ สัมผัสัญญาพิจารณาเพียงแค่สังเกต วิเสสลักษณะและสามัญลักษณะของ
 สภาวะที่กำลังปรากฏ วิเสสลักษณะ คือลักษณะโดยเฉพาะของแต่ละรูป แต่ละนามไม่เหมือนกัน รูป
 ดิน จะมีลักษณะแข็งหรืออ่อน รูปไฟจะมีลักษณะร้อนหรือเย็น รูปลมจะลักษณะตึงหย่อน เห็นนามจะ
 มีลักษณะรู้สึ นามได้ยินจะมีเสียง นามนึกคิดจะมีลักษณะรู้เรื่องราวต่าง ๆ เป็นต้น สามัญลักษณะ คือ
 ลักษณะโดยทั่วไป เหมือนกันทุกรูปนาม ได้แก่ ความเป็น อนิจจัง ความไม่เที่ยง, ทุกขัง ทนอยู่ใน
 สภาพนั้นโดยยากต้องดับไป, และอนัตตา ไม่สามารถควบคุมบังคับบัญชาได้ ทั้ง ๖ บรรพะในกายานุ
 ปัสสนาก็เป็นดังที่กล่าวมาเช่นนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ลักษณะของลมหายใจเข้าออกเป็น
 สภาวะรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเกิดขึ้นก็เห็นรูปที่ปรากฏชัด เมื่อจิตรับรู้ความเปลี่ยนแปลงก็เป็น
 สภาวะแห่งนามที่ปรากฏชัด

๒. อิริยาบลปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้
 อาการของ การเดิน การนั่งการยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสิ่งสัมผัส ก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ
 เป็นสภาวะรูปที่ปรากฏชัด และเมื่อจิตที่โน้มสู่สภาวะธรรมที่รู้ว่ากำลังยืน เดิน นั่ง หรือนอนนั้น นามก็
 ปรากฏชัด

๓. สัมผัสัญญาปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความ
 เปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้
 ได้แต่ละขณะ แม้ธาตุมนสิการปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็น
 อาการที่ธาตุทั้ง ๔ เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น หย่อนตึง ร้อนหรือเย็น ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรือ
 อ่อน เป็นต้น รูปก็จะปรากฏชัด และจิตที่โน้มสู่อารมณ์ของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ นามก็จะ
 ปรากฏชัด

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม
 อันจิตกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลง
 ของธาตุทั้ง ๔ ในกายรูปก็จะปรากฏชัด และจิตที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงนั้นอย่างชัดเจน นามก็จะ
 ปรากฏชัด

๕. ปฏิภูมมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้อาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน
 หน้าง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ รูปย่อมปรากฏชัด
 และเมื่อจิตพิจารณารู้โทษภัยแห่งความเป็นปฏิภูมและความไม่สวยงามของอาการทั้ง ๓๒ แล้ว
 นามย่อมปรากฏชัดเจน

๖. นวสีวลปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ลักษณะ ๙ อย่างในกายเมื่อพิจารณาว่า
 ภายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอันเป็นความมาเสื่อมในกาย รูปก็จะปรากฏชัด และเมื่อจิต
 พิจารณาเห็นความเปลี่ยนแปลงภายในกายอยู่นั้น นามก็ปรากฏชัดเจน

เมื่อรู้กับการกำหนดรู้ จึงแตกต่างกับเมื่อรู้ที่เป็นการรับรู้ของวิญญานของสัญญา ไม่ละ
 ความยึดมั่นถือมั่น ส่วนรู้ด้วยการกำหนดรู้เป็นการรู้ด้วยสัญญา รู้เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง

คือรูปและนามสามารถละความยึดมั่นในอุปาทานชั้น ๕ ปล่อยวางความสำคัญผิดว่า เป็น บุคคล ตัว เรา เขา เป็นสัตว์ได้ มีความปรวนแปร เปลี่ยนแปลง เกิดขึ้นดับไปไม่ได้อยู่ตลอดเวลา อาศัยการมีสติ กำหนดรู้อารมณ์ตามหลักการและวิธีการในสติปัฏฐาน

ชั้น ๕ แบ่งเป็น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เหล่านี้ถ้าย่อยแล้วก็เหลือ ๒ เท่านั้น คือ รูปกับนาม หรือกายกับใจเท่านั้นเอง

กล่าวโดยย่อแล้วชั้น ๔ เบื้องปลาย คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณนี้เป็นนาม เพราะจับต้องไม่ได้ มองไม่เห็น เป็นส่วนของใจ ส่วนชั้นข้อแรกคือ รูป เพราะจับต้องได้ มองเห็นได้

ท่านแยก รูป ออกเป็น ๒ อย่าง คือ

๑. มหาภูตรูป
๒. อุปาทายรูป^๑

มหาภูตรูป รูปใหญ่ คือ รูปที่เกิดจากการรวมตัวของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม มารวมตัวกันเข้าเป็นตัวของเรา เป็นสิ่งที่โต สามารถเห็นได้ชัด ท่านเรียกรูปชนิดนี้ว่า มหาภูตรูป คือ รูปใหญ่

อุปาทายรูป รูปที่อาศัย คือ เป็นการอิงอาศัยมหาภูตรูปมีอยู่ ๒๔ ชนิด เช่นปสาทรูป ๕ คือ เป็นประสาท ได้แก่ ประสาทตา ประสาทหู ประสาทจมูก ประสาทลิ้น ประสาทกาย ทุกประสาทที่อาศัยอยู่ในร่างกายนี้เป็นอุปาทายรูป อาหารที่กินเข้าไปก็เป็นอุปาทายรูป เป็นต้น

เมื่อพิจารณาจะเห็นได้ว่า รูปร่างกายนี้ มีอยู่ ๒ ส่วนคือ รูปใหญ่เป็นมหาภูตรูป และรูปอาศัยเป็นอุปาทายรูป นอกนั้นเป็นนามทั้งหมด ทั้งรูปและนามนี้จะต้องอาศัยกัน รูปนี้ต้องอาศัยนาม นามก็ต้องอาศัยรูป จะแยกกันไม่ได้ ถ้าแยกกันเมื่อไหร่ก็ตายทันที เมื่อใดรูปแยกจากนาม เมื่อใดแยกนามจากรูปชีวิตจะดำรงอยู่ไม่ได้ รูปนามนี้อาศัยกันและกัน เหมือนกับท่อนไม้ ๒ ท่อนที่พังกัน ถ้าอันใดอันหนึ่งล้มอีกอันหนึ่งก็จะล้มตามด้วย สมมติว่ารูปพังทลาย นามก็อยู่ไม่ได้ นามพังทลาย รูปก็อยู่ไม่ได้ รูปกับนามนี้อาศัยกันอย่างนี้เอง เมื่อพิจารณาเช่นนี้จะเห็นว่า รูปนามนี้เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป เป็นกฎธรรมดาตามธรรมชาติ ทั้งนามและรูปนี้เป็นอย่างนี้

๓.๑.๑ รูปนามแห่งชั้น ๕ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การจำแนกชั้น ๕^๒ ออกเป็นกอง คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ และเมื่อย่อยลงแล้วก็ได้เพียงแต่รูปกับนาม

องค์ธรรมของชั้น ๕ ได้แก่ปรมัตถธรรม ๓ ประการ คือ จิต ๘๘ หรือ ๑๒๑ เจตสิก ๕๒ รูป ๒๘ ส่วนนิพพานเป็นชั้นวิมุตติ คือพ้นจากการนับว่าเป็นชั้น เพราะไม่มีธรรมชาติที่จะนับได้โดยลักษณะ ๑๑ อย่าง ซึ่งจะได้อีกต่อไป

^๑ พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตฺตมโน ป.๖.๙), *วิปัสสนาภาวนา*, (นครปฐม: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๑๓๕-๑๓๖.

^๒ แนบ มหานิรายนท์, *การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน*, (ม.ป.ท, ๒๕๓๘), หน้า ๑๔๑.

จิตทั้งหมดกล่าวโดยสรุปเป็นวิญญาณชั้น เวทนาเจตสิกนั้นเป็นเวทนาชั้น สัญญาเจตสิก เป็นสัญญาชั้น เจตสิก ๕๐ เป็นสังขารชั้น รูป ๒๘ รวมชั้น ๕ ย่อลงมาก็ได้แก่รูปกับนาม คือ รูป ๒๘ เป็นรูปธรรม ส่วนเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณเป็นนามธรรม

ในรูปชั้น รูปใดรูปหนึ่งคือ เป็นเพียงรูปเดียวก็จัดเป็นกอง โดยมีลักษณะ ๑๑ ประการในรูปเดียวกันนั้นคือ

๑. รูปที่เป็นอดีตกาล
๒. รูปที่เป็นปัจจุบันกาล
๓. รูปที่เป็นอนาคตกาล
๔. รูปที่เป็นภายใน
๕. รูปที่เป็นภายนอก
๖. รูปที่หยาบ
๗. รูปที่ละเอียด
๘. รูปที่เลว
๙. รูปที่ประณีต
๑๐. รูปที่ใกล้
๑๑. รูปที่ไกล^๕

รวมรูป ๑๑ อย่างนี้เข้าเป็นกองหนึ่งเรียกว่าชั้น แม้เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ก็มีนัยดังเช่นนี้ จะมีต่างกันบ้างโดย เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นนามธรรม จึงมีบางอย่างต่างกับกับรูปในบางประเภท

ก. กาลทั้ง ๓ นั้น คือ อดีต ปัจจุบัน อนาคต มี ๔ นัย คือ

นัยแรกแห่งอัทธา หมายถึงกาลอันยึดยาวของรูป คือรูปที่เป็นอดีตนั้นได้แก่รูปที่ได้เกิดมาแล้ว ตั้งแต่ก่อนหน้าที่จะมาบังเกิดขึ้นแห่งปฏิสนธิจิตของภพหนึ่ง ๆ นั้น เรียกว่า รูปที่เป็นอดีตกาล รูปที่เกิดขึ้นตั้งแต่ระหว่าง ปฏิสนธิจิต ถึงจุติจิต ในภพหนึ่งชาติหนึ่งนั้นเรียกว่า รูปที่เป็นปัจจุบันกาล รูปที่เกิดขึ้นตั้งแต่จุติจิตไปแล้วเป็นต้นไป เรียกว่า รูปที่เป็นอนาคตกาล คำว่าอัทธากาล นั้น โดยนัยยะเป็นอย่างเดียวกัน

นัยที่สองแห่งสันตติ เป็นนัยของความสืบทอด เช่นรูปที่เกิดขึ้นในเวลาร้อน แต่ว่ายังเกิดติดต่อกันมาในเวลาที่ยังเย็นอยู่อีก เพราะความร้อนยังไม่หมดลงในทันที คือ ยังรู้สึกร้อนอยู่ ความร้อนของรูปที่ยังไหลสืบทอดเข้ามาในอากาศที่ยังเย็นจึงทำให้เรายังปรากฏความร้อนนั้นอยู่ รูปที่ยังร้อนอยู่ในเวลาเย็นนั้น เรียกว่าสันตติปัจจุบัน ส่วนรูปร้อนที่เกิดขึ้นก่อนหน้าที่ยังไม่ได้อากาศที่ยังเย็นนั้น เรียกว่าอดีตสันตติ และรูปร้อนที่สืบทอดไปในอากาศที่ยังดับลง เรียกว่าอนาคตสันตติ ดังนี้ เป็นต้น

^๕ อ่างใน พระมหาญาณทัศน์ ฉฬภิญโญ (วงศ์กำภู), “ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติในหมวดสัมปชัญญะบรรพ ในสติปัฏฐานสูตร”, พุทธศาสตร์มหาวิทยาลัย, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๔๓๔-๔๔.

นัยที่สามแห่งสมัย หมายถึงรูปที่เป็นไปในคราวหนึ่ง ๆ เช่น รูปที่เกิดในเวลาเที่ยง เรียกว่าปัจจุบันสมัย ส่วนรูปที่เกิดก่อนหน้านั้น เรียกว่า อดีตสมัยและรูปที่เกิดตามมาภายหลังเที่ยง เรียกว่า อนาคตสมัย เป็นต้น

นัยที่สี่แห่งขณะ ความหมายของขณะได้แก่อุปาทะขณะ ฐิติขณะ และกัมขขณะ ของรูปใดรูปหนึ่ง ที่มีขณะทั้ง ๓ นี้ คือ รูปที่กำลังเป็นไปใน ๓ ขณะนี้ เรียกว่า ขณะปัจจุบัน รูปที่เกิดในขณะทั้ง ๓ ก่อนหน้านั้นเรียกว่า อดีตขณะ ส่วนรูปที่จะเกิดใน ๓ ขณะ ตามมาภายหลังนั้นเรียกว่า อนาคตขณะ^๖

อธิบายคำว่า รูปที่เป็นภายใน กับ รูปที่เป็นภายนอก มีความหมายดังต่อไปนี้

รูปภายใน หมายถึงรูปใดรูปหนึ่งที่อยู่ในตัวเราเอง ส่วนรูปภายนอก หมายถึงรูปที่เป็นอยู่ในคนอื่น

อธิบายคำว่ารูปหยาบ กับ รูปที่ละเอียด นั้นมีความหมายดังต่อไปนี้

รูปหยาบ หมายถึงรูปที่เกิดแก่สัตว์ในอบายทั้ง ๔ ส่วนรูปของมนุษย์เป็นรูปละเอียด หรือรูปของมนุษย์เป็นรูปที่หยาบส่วนรูปของเทวดาเป็นรูปที่ละเอียดดังนี้ เป็นต้น เปรียบเทียบกันเป็นขั้นขึ้นไป

อธิบายคำว่ารูปที่เลว กับรูปที่ประณีต มีความหมายดังต่อไปนี้

รูปที่เลว หมายถึงรูปที่เกิดร่วมด้วยอกุศลจิต ส่วนรูปที่ประณีต หมายถึงรูปที่เกิดร่วมกับกุศลจิต

อธิบายคำว่า รูปที่ใกล้ กับรูปที่ไกล มีความหมายดังต่อไปนี้

รูปที่ใกล้ หมายถึง รูปที่อยู่ในภูมิเดียวกันและเป็นพวกเดียวกัน เช่นมนุษย์ด้วยกัน หรือเป็นเทวดาด้วยกัน หรือรูปที่เป็นอารมณ์อยู่ในขณะนั้น ๆ เป็นต้น

รูปที่ไกล หมายถึง รูปที่อยู่ต่างภูมิกัน หรือต่างพวกกัน หรือรูปที่ยังไม่ได้เป็นอารมณ์ในขณะนั้น ๆ เป็นต้น

อนึ่งรูปนามในชั้น ๕ นี้ล้วนอิงอาศัยซึ่งกันและกันอยู่ผู้ปฏิบัติต้องทำความเข้าใจในแง่ของความสัมพันธ์ให้ดีถ้าไม่เข้าใจอย่างแท้จริงแล้ว ก็จะโน้มเอียงไปในเรื่องของการทำตนเองให้ลำบากทั้งกายทั้งใจ แต่ถ้าไม่เข้าใจก็จะทำให้เกิดความหลงใหลในมายาของรูปนามที่แสดงออกมาในแง่ของความยึดมั่นถือมั่นแบบผูกพันจนเกิดเป็นตัณหา มานะ ทิฏฐิ จนทำให้เห็นผิดจากความจริงก็จะทำให้ขาดความเป็นกลางทางด้านจิตใจที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทานั่นเอง

หากพิจารณาอารมณ์รูปนามในชั้น ๕ นี้จะเห็นความสัมพันธ์ของรูปนามในหมวดภยานุสสนาสติปฏิฐานทั้ง ๖ บรรพะได้ดังนี้ คือ

^๖ วิสุทธิ. (ไทย) ๒/๔๙.

๑. อานาปานปัฟพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นอันเนื่องด้วยกาย ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าออกเป็นสภาวะรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเกิดขึ้นก็เห็นรูปปรากฏ เมื่อจิตรับรู้ความเปลี่ยนแปลงก็เป็นสภาวะแห่งนามปรากฏ

๒. อิริยาบถปัฟพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นอันเนื่องด้วยกาย ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่ง การยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสิ่งสัมผัส ก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ เป็นสภาวะรูปที่ปรากฏชัด และเมื่อจิตที่นุ่มสู่สภาวะธรรมที่รู้ว่าการนั่ง ยืน เดิน นอนนั้น นามก็ปรากฏชัด

๓. สัมผัสัญญะปัฟพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นอันเนื่องด้วยกายให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติดำหนดรู้ได้แต่ละขณะ แม้ธาตุมนสิการปัฟพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการที่ธาตุทั้ง ๔ เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น หย่อนตึง ร้อนหรือเย็น ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อนเป็นต้น รูปก็จะปรากฏชัด และจิตที่นุ่มสู่อารมณ์ของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ นามก็จะปรากฏชัด

๔. ธาตุมนสิการปัฟพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากรูปชั้นที่เป็นฐานกาย และจิตกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย รูปก็จะปรากฏชัด และจิตที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงนั้นอย่างชัดเจน นามก็จะ ปรากฏขึ้น

๕. ปฏิกุลมณสิการปัฟพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ รูปย่อมปรากฏชัด และเมื่อจิตพิจารณารู้อิทธิพลแห่งความเป็นปฏิกุศลและความไม่สวยงามของอาการทั้ง ๓๒ แล้วนามย่อมปรากฏชัดเจน

๖. นวสีวถิกปัฟพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นอันเนื่องด้วยการที่มีลักษณะ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณาว่ากายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอันเป็นความมาเสื่อมในกาย รูปก็จะปรากฏชัด และเมื่อจิตพิจารณาเห็นความเปลี่ยนแปลงภายในกายอยู่นั้น นามก็ปรากฏขึ้นชัดเจน^๗

๓.๑.๒ รูปนามแห่งอายตนะ ๑๒ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

อายตนะ เป็นธรรมที่มีความสำคัญของสัตว์โลกทั้งหลาย เพราะความบังเกิดขึ้นหรือความปรากฏขึ้นแก่สัตว์โลกนั้น ไม่มีอะไรเลยที่จะไม่ต้องอาศัยอายตนะหรือพ้นไปจากอายตนะ ๑๒ ได้ และเมื่อสงเคราะห์ลงในสภาวะธรรม ก็ได้แก่รูปและนามเช่นเดียวกันเพราะธรรมทั้งหลายทั้งปวง ไม่มีอะไรนอกไปเสียจากรูปธรรมและนามธรรม^๘

ชื่ออายตนะ ๑๒ และองค์ธรรมหรือสภาวะที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้มีดังต่อไปนี้

ชื่อและองค์ธรรมของอายตนะภายใน

^๗ แนบ มหานีรานนท์, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๔๓.

^๘ อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๑๖๑/๑๑๕.

๑. จักขวยตนะ	องค์ธรรมได้แก่	จักขุประสาท(ตา)
๒. โสตายตนะ	”	โสตประสาท(หู)
๓. ฆานายตนะ	”	ฆานประสาท(จมูก)
๔. ชิวหายตนะ	”	ชิวหาประสาท(ลิ้น)
๕. กายายตนะ	”	กายประสาท(กาย)
๖. มนายตนะ	องค์ธรรมได้แก่	จิต ๘๙ หรือ ๑๒๑ ดวง ^๙

ชื่อและองค์ธรรมของอายตนะภายนอก

๑. รูปายตนะ	องค์ธรรมได้แก่	รูปารมณ(สีต่าง ๆ)
๒. สัททายตนะ	”	สัททารมณ(เสียงต่าง ๆ)
๓. คันธายตนะ	”	คันธารมณ(กลิ่นต่าง ๆ)
๔. รสายตนะ	”	รสารมณ(รสต่าง ๆ)
๕. โผฏฐัพพายตนะ	”	โผฏฐัพพารมณ(ดิน ไฟ ลม)
๖. ัมมายตนะ	”	เจตสิก ๕๒ สุขุมรูป ๑๖ นิพพาน ๑ ^{๑๐}

เมื่อสงเคราะห์อายตนะลงในสภาวะธรรมแห่งรูปนาม ก็จะได้ดังต่อไปนี้

๑. อายตนะภายในและภายนอก ตั้งแต่ ๑-๕ เป็นรูปธรรมล้วน
๒. มนายตนะ ได้แก่จิต ๘๙ หรือ ๑๒๑ ดวง เป็นนามธรรมล้วน
๓. ัมมายตนะ เป็นรูปและนามปนกัน คือ สุขุมรูป ๑๖ เป็นรูปธรรมส่วนเจตสิกกับ

นิพพานเป็นนามธรรม

อายตนะ มีความหมายได้หลายนัย เช่นหมายความว่า เป็นที่ต่อหรือที่เกิดเป็นที่ประชุมหรือเป็นที่ทำให้วนเวียนอยู่ในสังสารวัฏ

ความหมายของอายตนะ ที่เป็นที่ต่อหรือเป็นที่เกิดนั้น คืออย่างไร เช่น จักขุประสาท คือ จักขวยตนะ (ตา) กับรูปารมณคือ รูปายตนะ (สีต่าง ๆ) มากระทบกันเข้า จึงทำให้จักขุวิญญาณ (การเห็นรูป) ซึ่งได้แก่ มนายตนะ เกิดขึ้นพร้อมด้วยเจตสิกที่ประกอบกับจักขุวิญญาณนั้นโดยนัยนี้ จึงเรียกว่า เป็นที่ต่อหรือที่เกิด

ความหมายของอายตนะ ที่ว่าเป็นที่ประชุม นั้น คืออย่างไร เช่นการเห็นรูปเกิดขึ้นครั้งหนึ่ง จะต้องประกอบด้วยอายตนะรวมประชุมกัน ๔ อย่างคือ รูปายตนะ (รูปารมณ) ๑, จักขวยตนะ (จักขุประสาท) ๑, มนายตนะ (จักขุวิญญาณ) ๑, ัมมายตนะ (เจตสิก ๗) ๑ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่าที่ประชุม แม้ทวารอื่น ๆ สำหรับทางปัญญาทวารก็ต้องพร้อมด้วยอายตนะทั้ง ๔ ดังนัยนี้เหมือนกัน แต่เปลี่ยนไปตามอารมณและทวารเท่านั้น

^๙ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๔๖.

^{๑๐} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๔๗.

ส่วนทางมนทวาร โดยเฉพาะที่รับอัมมารมณ ได้แก่มนายตนะ กับอัมมายตนะเพียง ๒
อายตนะนี้เท่านั้น เพราะไม่ประกอบด้วยอามรณ ๕ และทวาร ๕

ความหมายของอายตนะ ที่ว่าเป็นที่ทำให้วนเวียนอยู่ในสังสารวัฏนั้นคืออย่างไร คือ ทำให้
ต้องท่องเที่ยวเวียนว่ายตายเกิดมีรูจบลึกลงได้ ทั้งนี้มีไข่อื่นไกลเลย ก็เพราะสภาวะธรรมแห่งอายตนะ
๑๒ นี้เองหาใช่ บุคคล เรา เขา ตัวตนชายหรือหญิง หรือสัตว์ ที่เป็นผู้ท่องเที่ยวอยู่ในสังสารวัฏไม่
เพราะอายตนะเป็นนิสตัดนิชิวธรรม คือ เป็นธรรมที่ว่างเปล่า ปราศจาก บุคคล เรา เขา ตัวตน สัตว์
ด้วยเหตุนี้ เมื่อสรุปแล้ว ก็คืออายตนะนี้เอง เป็นธรรมที่เป็นผู้ประกอบกิจที่ก่อให้เกิดปัญจขันธ์
ทั้งหลาย อันหาเบื้องต้นและเบื้องปลายไม่ได้ ด้วยเหตุที่ว่านี้พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสเรียกว่า
“สังสารทุกข์”

สำหรับอายตนะ ๑๒ ซึ่งเป็นธรรมชาติที่เกิดในทวารทั้ง ๖ และอามรณ ๖ เป็นบ่อเกิดของ
ธรรมเหล่าอื่น เป็นที่รับมาแห่งบุญและบาป มีจิตและเจตสิกขบอบอยู่ที่นี้ ย่อมนำไปสู่ทุกข์ในสังสารวัฏ
อุปมาว่าอายตนะนี้เป็นสัญชาติ หรือจิตและเจตสิกเป็นประเทศ สรุปได้ว่า ที่เป็นเฉพาะรูปธรรม ๑๐
เฉพาะนามธรรม ๑ และเป็นทั้งรูปธรรม และนามธรรมอีก ๑ ดังนั้น อายตนะ ๑๒ คือรูปนามนั่นเอง

หากพิจารณาเห็นรูปนามในอายตนะ ๑๒ นี้จะเห็นความสัมพันธ์ของรูปนามในหมวดกายา
นุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง ๖ บรรพได้ ดังนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้คันธารมณที่เกิดจากอายตนะภายนอก
ที่มากกระทบกับขานปสาทที่เป็นอายตนะภายใน ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าออกเป็นสภาวะรูปนาม
ที่ปรากฏแม้ลมหายใจเกิดขึ้นก็เห็นรูปปรากฏ เมื่อจิตรับรู้ความเปลี่ยนแปลงก็เป็นสภาวะแห่งนามที่
ปรากฏขึ้น

๒. อิริยาบถปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รสารมณที่เกิดจากอายตนะภายนอก ที่
กระทบกับกายอันเป็นอายตนะภายใน ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน
การนั่งการยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสัมผัสผัส ก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ เป็นสภาวะรูปที่ปรากฏ
ชัด และเมื่อจิตที่โน้มสู่สภาวะธรรมที่รู้ว่ากำลังยืน เดิน นั่ง หรือนอนนั้น นามก็ปรากฏชัดขึ้น

๓. สัมผัสสัญญาปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รสารมณอันอันเป็นอายตนะภายนอก มา
กระทบกับกายปสาทอันเป็นอายตนะภายใน ทำให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอามรณ
ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้ได้แต่ละขณะ แม้ธาตุ
มนสิการปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการที่ธาตุทั้ง ๔
เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น กิน ดื่ม คู้ เหยียด ถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ เป็นต้น รูปก็จะปรากฏชัด และ
จิตที่โน้มสู่อามรณของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ นามก็จะปรากฏชัด

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม
อันเนื่องจากโณฏฐัพพารมณอันเป็นอายตนะภายนอกมากกระทบกับกายปสาทที่เป็นอายตนะภายในทำ
ให้ จิตกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลง
ของธาตุทั้ง ๔ ในกาย รูปก็จะปรากฏชัดและจิตที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงนั้นอย่างชัดเจน นามก็จะ
ปรากฏขึ้น

๕. ปฏิภูมณสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดอารมณ์จากอายตนะภายนอกคือ รูปารมณ์ รสอารมณ์ โผฏฐัพพะอารมณ์มากระทบกับอายตนะภายใน คือ จักขุปสาท ชิวหาปสาท และกายปสาท ที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ รูปย่อมปรากฏชัดและเมื่อจิตพิจารณารู้โทษภัยแห่งความเป็นปฏิภูม และความไม่สวยงามของอาการทั้ง ๓๒ แล้ว นามย่อมปรากฏชัดเจน

๖. นวสีวลิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปารมณ์ คันธารมณ์ โผฏฐัพพะอารมณ์ในอายตนะภายนอกที่กระทบกับอายตนะภายใน คือ จักขุปสาท ฆานปสาท และกายปสาท การที่มีลักษณะ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณารู้ร่างกายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอันเป็นความมาเสื่อมในกาย กลิ่น และสีที่ปรากฏจะเกิดรูปปรากฏชัด และเมื่อจิตพิจารณาเห็นความเปลี่ยนแปลงภายในกายอยู่นั้น นามก็ปรากฏขึ้นชัดเจน^{๑๑}

๓.๑.๓ รูปนามแห่งธาตุ ๑๘ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ธาตุ หมายถึงสภาวะธรรมที่ทรงไว้ซึ่งสภาพและลักษณะของตนเองอยู่เสมอโดยไม่มี การเปลี่ยนแปลง หรือวิปริตแปรผันไปเป็นอย่างอื่น สภาวะธรรมนั้นเรียกว่าธาตุ เช่น สภาวะใดที่ทรงไว้ซึ่งความแข็ง สภาวะนั้นหรือธรรมชาตินั้นเรียกว่าธาตุดินหรือสภาวะใดที่ทรงไว้ซึ่งความร้อน สภาวะนั้นหรือธรรมชาตินั้นเรียกว่าธาตุไฟ เป็นต้น^{๑๒}

การที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงสภาวะธรรมทั้งหลาย โดยยกขึ้นสู่ธาตุนั้น ก็เพื่อประโยชน์จะให้รู้ว่า สภาวะธรรมทั้งหลายเหล่านี้มีอยู่ หรือทรงอยู่ หรือมีอยู่เอง เป็นอยู่เอง ตามเหตุตามปัจจัย หาได้มีใครหรือมีผู้ใดมาเป็นผู้ทำให้เป็นเช่นนั้นไม่ หรือว่ามีสิ่งศักดิ์สิทธิ์หรือมีพระเจ้าผู้สร้างขึ้นมาใหม่ โดยเป็นธรรมชาติที่ว่างเปล่า ปราศจากชีพ ปราศจากบุคคล เป็นนิสสัตต นิชชีวะธรรม คือเป็นธรรมที่ไม่มีสัตว์ ไม่มีบุคคลตัวตน เรา เขา จึงทรงบัญญัติศัพท์นี้ เรียกว่า “ธาตุ”^{๑๓}

โดยที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงเรื่องขันธ์ ซึ่งรวมสภาวะธรรมเข้าไว้เป็นพวกเป็นกอง แล้วก็ทรงแสดงอายตนะ อันเป็นกิจการงานของสภาวะที่เป็นไปด้วยอารมณ์และทวารนั้นแล้วในลำดับต่อไปพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงไว้ซึ่งสภาวะนั้น ๆ นั้นเอง ที่ทำให้เป็นไปด้วยสภาพของทวาร ๖ และอารมณ์ ๖ กับวิญญาน ๖ โดยแยกตามทวารออกทวารละ ๓ อย่างดังนี้^{๑๔}

ทางตา	- จักขุธาตุ	คือ ประสาทตา (รูปธาตุ)
	- รูปธาตุ	คือ สีต่าง ๆ (รูปธาตุ)
	- จักขุวิญญานธาตุ	คือ การเห็น (นามธาตุ)

^{๑๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๖.

^{๑๒} อ้างใน พระมหาญาณทัตต์ ฉฬภิญโญ (วงศ์กำภู), “ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติในหมวดสัมปชัญญะบรรพในสติปัฏฐานสูตร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๔๘-๔๙.

^{๑๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๙.

^{๑๔} แนบ มหานีรานนท์, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๔๘.

ทางหู	- โสตราธาตุ	คือ ประสาทหู (รูปธาตุ)
	- สัทธาธาตุ	คือ เสียงต่าง ๆ (รูปธาตุ)
	- โสทรวินญาณธาตุ	คือ การได้ยิน (นามธาตุ)
ทางจมูก	- ฆานธาตุ	คือ ประสาทจมูก (รูปธาตุ)
	- คันธาธาตุ	คือ กลิ่นต่าง ๆ (รูปธาตุ)
	- ฆานวินญาณธาตุ	คือ การรู้กลิ่นต่าง ๆ (นามธาตุ)
ทางกาย	- กายธาตุ	คือ ประสาทกาย (รูปธาตุ)
	- โผฏฐัพพธาตุ	คือ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง (รูปธาตุ)
	- กายวินญาณธาตุ	คือ การรู้เย็น ร้อน อ่อน แข็ง (นามธาตุ)
ทางทวารทั้ง ๕ นั้น	มโนธาตุ	คือ ปัญจทวาราวชนะ ๑ กับสัมปฏิจฉันนะ ๒ (นามธาตุ)
ทางใจ	- ฉัมมธาตุ	คือ เจตสิก ๕๒ สุขุมรูป ๑๖ นิพพาน ๑ (นามกับรูป)
	- มโนวินญาณธาตุ	คือ จิต ๗๖ ดวง (นามธาตุ)

รวมธาตุทั้งหมดได้ ๑๘ ธาตุ

การเกิดขึ้นและความเป็นขึ้นของธาตุ ๑๘ ตามทวารนั้น ๆ แต่ละครั้ง ๆ นั้น มี ดังต่อไปนี้

เวลาเห็น	- จักขุธาตุ	ได้แก่ ประสาทตา
	- รูปธาตุ	ได้แก่ อารมณ์ทางตา คือสีต่าง ๆ
	- จักขุวินญาณธาตุ	ได้แก่ การเห็น
	- ฉัมมธาตุ	ได้แก่ เจตสิก ๕๒ สุขุมรูป ๑๖ นิพพาน ๑
	- มโนธาตุ	ได้แก่ ปัญจทวาราวชนะ ๑ กับสัมปฏิจฉันนะ ๒
	- มโนวินญาณธาตุ	ได้แก่ จิต ๗๖ ดวง

แม้ว่าเวลาที่ได้ยิน ที่ได้กลิ่น รู้รส หรือ เวลาที่กายถูกต้อง ก็มีนัยแห่งการเกิดขึ้นของธาตุ เช่นเดียวกันกับเวลาเห็น ต่างกันแต่เพียงที่ทางทวาร อารมณ์ และวินญาณเท่านั้น ที่เป็นไปตามปัญจทวาร

เวลาที่ใจ	- ฉัมมธาตุ	ได้แก่ เจตสิก ๕๒ สุขุมรูป ๑๖ นิพพาน ๑
	- มโนวินญาณธาตุ	ได้แก่ จิต ๗๖ ดวง

ธาตุทั้ง ๑๘ นี้ เมื่อสงเคราะห์ลงในสภาวะรูปธรรมและนามธรรม ก็จะได้ดังนี้ คือ เป็นรูปล้วนเพียงอย่างเดียว ๑๐ ธาตุ เป็นนามเพียงอย่างเดียว ๗ ธาตุ เป็นทั้งรูปทั้งนาม ๑ ธาตุ คือฉัมมธาตุ

คำว่าธาตุนี้ มีอยู่หลายนัย ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงบัญญัติไว้โดยอเนกประการ แต่สังเคราะห์ลงในธาตุ ๑๘ เหล่านี้ หาได้เกินไปจากธาตุ ๑๘ นี้

หากพิจารณาเห็นรูปนามในธาตุ ๑๘ นี้ จะพิจารณาเห็นความสัมพันธ์ของรูปนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง ๖ บรรพะได้ ดังนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้กายธาตุ ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้า ออกเป็นสภาวะรูปนามที่ปรากฏแก่ลมหายใจเกิดขึ้น ก็เห็นรูปปรากฏชัด เมื่อกายวิญญูณธาตุที่ทำให้หน้าให้จิตรับรู้ความเปลี่ยนแปลงสภาวะแห่งลมหายใจ นามก็ปรากฏชัดขึ้นชัด

๒. อิริยาบลปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้กายธาตุ ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่ง การยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสิ่งสัมผัสก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ เป็นสภาวะรูปที่ปรากฏชัด และสัมผัสที่กายวิญญูณธาตุรับรู้ด้วยจิตที่นุ่มสู่สภาวะธรรมที่รู้ว่าการกำลังยืน เดิน นั่ง หรือ นอนนั้น นามก็ปรากฏชัดขึ้น

๓. สัมปชัญญะปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้กายธาตุ ทำให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้ได้แต่ละขณะ แม้สัมปชัญญะปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการที่เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น กิน ต้ม คู้ เหยียด เป็นต้น รูปก็จะปรากฏชัด และจิตรู้ด้วยสัมผัสทางกายวิญญูณธาตุและมโนวิญญูณธาตุ ที่นุ่มสู่อารมณ์ของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ที่เคลื่อนไหวนั้น นามก็จะปรากฏชัด

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากโณภูมิจาธาตุกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย รูปก็จะปรากฏชัดและจิตที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงด้วยกายวิญญูณธาตุนั้นอย่างชัดเจน นามก็จะ ปรากฏชัด

๕. ปฏิกุลมณสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดอารมณ์จากอายตนะภายนอกคือ รูปารมณ์ รสอารมณ์ โณภูมิจาธาตุกระทบ จักขุธาตุ ชิวธาตุ และกายธาตุ ที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ รูปย่อมปรากฏชัดและเมื่อจิตพิจารณารูโหชกัยแห่งความเป็นปฏิกุลและความไม่สวยงามของอาการทั้ง ๓๒ ด้วยมโนวิญญูณธาตุแล้ว นาม ย่อมปรากฏชัดเจนน

๖. นวสีวลิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปธาตุ คันธธาตุ โณภูมิจาธาตุ คือ จักขุธาตุ ชานธาตุ และกายธาตุ ที่มีลักษณะแห่งชาคคพ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณาว่ากายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นชาคคพอันเป็นความมาเสื่อมนในกาย กลิ่น และ สีที่กระทบมโนธาตุ รูปปรากฏชัด และเมื่อจิตพิจารณาเห็นด้วยมโนวิญญูณธาตุว่าความเปลี่ยนแปลงภายในกายอยู่นั้น นาม ก็ปรากฏชัดเจนน^{๑๕}

^{๑๕} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๕๔/๑๗๗.

๓.๑.๔ รูปนามแห่งอินทรีย์ ๒๒ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

อินทรีย์ หมายถึงสภาวะธรรมที่มีความเป็นใหญ่ หรือเป็นผู้ปกครองในสภาวะธรรมที่เกิดร่วมด้วยกันกับตน เป็นใหญ่ในกิจนั้น ๆ อุปมาดั่งว่าในหมู่บ้านแห่งหนึ่ง ซึ่งมีผู้คนเป็นจำนวนมากแต่ก็ยังมีผู้ใหญ่บ้านคนเดียวที่เป็นใหญ่ในหมู่บ้านนั้น และเป็นผู้ปกครองลูกบ้าน ซึ่งอยู่ในหมู่บ้านของตนเอง^{๑๖}

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงจัดชื่อ องค์ธรรมและสภาวะธรรมของอินทรีย์ ๒๒ ไว้ดังต่อไปนี้

ชื่ออินทรีย์ ๒๒ คือ

- | | |
|-----------------|---------------------------------|
| ๑. จักขุนทรีย์ | ๑๒. โสมนัสสินทรีย์ |
| ๒. โสตินทรีย์ | ๑๓. โทมนัสสินทรีย์ |
| ๓. ฆานินทรีย์ | ๑๔. อุเบกขินทรีย์ |
| ๔. ชิวหินทรีย์ | ๑๕. สัทธินทรีย์ |
| ๕. กายินทรีย์ | ๑๖. วิริยินทรีย์ |
| ๖. อิตถินทรีย์ | ๑๗. สตินทรีย์ |
| ๗. ปุริสินทรีย์ | ๑๘. สมาธินทรีย์ |
| ๘. ชิวิตินทรีย์ | ๑๙. ปัญญินทรีย์ |
| ๙. มนินทรีย์ | ๒๐. อนัญญาตัญญูสสามิตินทรีย์ |
| ๑๐. สุขินทรีย์ | ๒๑. อัณญินทรีย์ |
| ๑๑. ทุกขินทรีย์ | ๒๒. อัณญาวินทรีย์ ^{๑๗} |

อินทรีย์ ๒๒ มีองค์ธรรมได้แก่สภาวะธรรมดังต่อไปนี้

จักขุนทรีย์, โสตินทรีย์, ฆานินทรีย์, ชิวหินทรีย์, กายินทรีย์ ทั้ง ๕ นี้ได้แก่ ประสาทรูป ๕ อัน มีจักขุประสาทรูป เป็นต้น

ประสาทรูปทั้ง ๕ นี้ จะมีความผ่องใสควรแรกการรับรู้อารมณ์เป็นลักษณะ โดยมีกิจที่จะดูรับอารมณ์ของตน และมีการสนับสนุนช่วยเหลือให้ปัญจวิญญาณทั้ง ๕ เกิดขึ้น เพื่อสำเร็จกิจการในอารมณ์ของตน โดยจะมีการเห็นรูป และได้ยินเสียง เป็นต้น

โดยประสาทรูปทั้ง ๕ มีรูปที่เกิดร่วมกันด้วยในกลาปของตนรวมอยู่ ๑๐ รูป ทุก ๆ ประสาทไปมีมหาภูตรูป ๔ เป็นต้น ในบรรดารูปที่เกิดร่วมอยู่ในกลาปของตนนั้น ก็มีประสาทรูปนี้เป็นใหญ่ เป็นประธานอยู่ในรูปทั้งหมด ที่เกิดร่วมอยู่ด้วยกันกับตนนั้น หรือในหน้าที่การงานที่จะช่วยเหลือให้ปัญจวิญญาณได้สำเร็จกิจการในการเห็นรูป ได้ยินเสียง ได้กลิ่น รู้รส อย่างถูกต้อง ในอารมณ์ของตนได้

^{๑๖} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๘/๑๔๘.

^{๑๗} ดุรายละเหยียดใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๘/๑๔๙-๑๕๑.

นั้น ก็จะมีปสาทรูปนี้เองที่เป็นใหญ่และมีความสำคัญในกิจการเหล่านั้น ด้วยเหตุเหล่านี้ ท่านจึงจัดประสาทรูปทั้ง ๕ ไว้ว่าเป็นอินทรีย์ มีจักขุนทรีย์ เป็นต้น และอินทรีย์ที่เหลืออีก ๑๗ นั้น ก็มี ความหมายเป็นไปในลักษณะเดียวกัน ต่างแต่เพียงสภาวะธรรม และการงานเท่านั้น คือ

๖. อินถินทรีย์ ได้แก่อิตถิภาวะรูป มีความสำคัญคือมีความเป็นใหญ่ในการแสดงออกของ ภาวะเพศให้ปรากฏในความเป็นเพศหญิง

๗. ปุริสินทรีย์ ได้แก่ปุริสภาวะรูป ซึ่งมีความเป็นใหญ่ในการแสดงออกของภาวะเพศให้ ปรากฏในความเป็นเพศชาย

๘. ชีวิตินทรีย์ ได้แก่ชีวิตรูปและชีวิตินทรีย์เจตสิก โดยมีความเป็นใหญ่ที่จะปกครองรูป และนาม ที่เกิดรวมด้วยกันกับตน ให้สามารถตั้งอยู่หรือให้เป็นอยู่ได้ในฐิติขณะของรูปนามนั้น ๆ

๙. มนินทรีย์ ได้แก่จิต ซึ่งจะมีหน้าที่สำคัญคือเป็นใหญ่เป็นประธานในธรรมที่เกิดร่วมกับ ตนเพราะเป็นหัวหน้าที่จะนำให้ธรรมทั้งหลายนั้นเป็นไปในอารมณ์นั้น ๆ ในที่นี้คือ เจตสิก

๑๐. สุขินทรีย์ ได้แก่ สุขเวทนา ซึ่งมีหน้าที่สำคัญที่เป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดรวมกันกับตนใน กิจที่จะให้ปรากฏความสุขสบาย ในเวลาที่ประสบกับอัญญารมย์ในทางกายทวาร

๑๑. ทุกخينทรีย์ ได้แก่ ทุกขเวทนา ซึ่งมีหน้าที่เป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดรวมกันกับตนในกิจที่ จะให้ปรากฏอาการทุกข์ ในเวลาที่ประสบกับอัญญารมย์ในทางกายทวาร

๑๒. โสมนัสสินทรีย์ คือ โสมนัสเวทนา ซึ่งจะมีหน้าที่สำคัญโดยเป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วม ด้วยกันต้นในกิจที่จะทำให้ปรากฏเป็นความโสมนัส ในเวลาที่ประสบกับอัญญารมย์ในทางมโนทวาร

๑๓. โทมนัสสินทรีย์ คือ โทมนัสเวทนา ซึ่งมีความสำคัญที่เป็นหน้าที่เป็นใหญ่ในธรรมที่ เกิดร่วมด้วยกับตนในกิจที่จะทำให้ปรากฏเป็นโทมนัส ในเวลาที่ประสบกับอัญญารมย์ในทางมโน ทวาร

๑๔. อุเบกخينทรีย์ คือ อุเบกขาเวทนา ซึ่งมีหน้าที่เป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกันกับตน ในกิจที่จะทำให้ปรากฏขึ้นแห่งความเป็นอุเบกขา และไม่ทำให้รู้สึกเป็นสุขหรือเป็นทุกข์ในเวลา ที่ประสบกับอารมณ์ทั้ง ๖

๑๕. สัทธินทรีย์ ได้แก่สัทธาเจตสิก ซึ่งมีหน้าที่เป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมด้วยด้วยกันกับ ตนในกิจที่ยังความเป็นสัทธาปสาทะ คือความเชื่อและความเลื่อมใสในอารมณ์ที่เป็นกุศล

๑๖. วิริยินทรีย์ ได้แก่วิริยะเจตสิก ซึ่งจะมีหน้าที่สำคัญที่เป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกัน กับตนในกิจที่ยังความภาคเพียร ที่จะยกธรรมที่เกิดร่วมด้วยที่เข้าสู่อารมณ์ทั้ง ๖ ที่เป็นกุศลและอกุศล

๑๗. สตินทรีย์ คือ สติเจตสิก ซึ่งจะมีหน้าที่ความสำคัญเป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกันกับ ตน ในกิจการที่ให้ระลึกในอารมณ์ที่ตนต้องการนั้น

๑๘. สมาธินทรีย์ คือ เอกัคคตาเจตสิก ซึ่งจะมีหน้าที่สำคัญเป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมกันกับ ตน ในกิจการที่จะทำให้จิตเป็นสมาธิตั้งมั่นในอารมณ์ที่ตนต้องการให้อยู่

๑๙. ปัญญาทรีย์ คือ ปัญญาเจตสิก ซึ่งมีหน้าที่ความสำคัญที่เป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมด้วยกันกับตนในกิจที่ทำให้รู้ความเป็นจริงตามเหตุผลของสภาวะธรรมต่าง ๆ และมีกิจที่จะทำลายความรู้ผิดหรือความเข้าใจผิดในธรรมทั้งปวงในอารมณ์ทั้ง ๖ ที่ได้มาประสบแก่ตน

๒๐. อนัญญาตัญญูสามิตินทรีย์ คือ ปัญญาเจตสิกที่ประกอบในโสตามรรคจิต ซึ่งมีหน้าที่อันเป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมกันกับตน ในกิจที่จะทำให้อริยสังขาร ๔ ประการที่ไม่เคยรู้ไม่เคยเข้าใจมาก่อนเลยในสังสารวัฏ

๒๑. อัณฺณินทรีย์ คือ ปัญญาเจตสิก ที่ประกอบในโลกุตตรจิต ๖ ดวงเว้นโสตามรรคจิตกับอรหัตตผลจิต ซึ่งมีหน้าที่เป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมกันกับตน ในกิจที่จะทำกิจให้รู้ธรรมที่เป็นโสตาปัตติมัคคปัญหาที่รู้มาแล้วนั้นแหละทำให้มีความรู้เข้าใจยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีก

๒๒. อัณฺญาตาวินทรีย์ คือ ปัญญาเจตสิกที่ประกอบในอรหัตตผลซึ่งมีหน้าที่เป็นใหญ่ในธรรมที่เกิดร่วมกันกับตน ในกิจที่ทำให้รู้แจ้งในธรรมที่สุดแห่งทุกข์ คือปัญญาอันรู้สิ้นทุกข์ อันเป็นกิจที่ต้องรู้อีกนั้นไม่มีแล้ว และทำให้เป็นพระขีณาสพผู้ทำให้อาสวะกิเลสหมดไปได้โดยเด็ดขาด^{๑๘}

ดังที่ได้กล่าวถึง อินทรีย์ ๒๒ แล้วนั้น เมื่อสงเคราะห์ลงสู่สภาวะธรรมแห่งความเป็นรูปและนามก็จะพิจารณาได้ดังต่อไปนี้ คือ ตั้งแต่ข้อที่ ๑ ถึง ข้อที่ ๗ เป็นรูป และข้อที่ ๘ คือ ชีวิตินทรีย์ มีชีวิตรู้กับชีวิตนามเป็นทั้งรูปและนาม ส่วนตั้งแต่ข้อ ๙ ถึงข้อที่ ๒๒ เป็นนาม เมื่อเข้าใจในความเป็นใหญ่ในกิจของตนเองของอินทรีย์ ๒๒ นี้ ก็จะทำให้ผู้นั้นเกิดการรู้เห็นในสิ่งที่รู้ตามสภาวะนั้น ๆ และต้องอาศัยความเข้าใจในเรื่องของสภาวะธรรมที่มีอยู่ตามความเป็นจริงที่เกิดร่วมกับสติสมาธิและปัญญาเพื่อการพิจารณาธรรมอย่างต่อเนื่อง จนสภาวะธรรมเหล่านั้นปรากฏขึ้นชัดเจนในจิตและทำให้ผู้นั้นรู้เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริงได้

หากพิจารณารูปนามในอินทรีย์ ๒๒ นี้ จะพิจารณาเห็นความสัมพันธ์ของรูปนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง ๖ บรรพจะได้ ดังนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ชีวิตินทรีย์ ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าออกเป็นสภาวะรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเกิดขึ้น ก็เห็นรูปปรากฏชัด เมื่อชีวิตินทรีย์ที่ทำหน้าให้จิตรับรู้อารมณ์จากสัทอินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์และปัญญินทรีย์ อันเป็นความเปลี่ยนแปลงสภาวะแห่งลมหายใจ นามก็ปรากฏชัดขึ้น

๒. อิริยาบถปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้ชีวิตินทรีย์ ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่งการยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสิ่งสัมผัสก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ เป็นสภาวะรูปที่ปรากฏชัด และด้วยจิตที่นุ่มสู่สภาวะธรรมที่รู้จาก สัทอินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์และปัญญินทรีย์ ว่ากำลังยืน เดิน นั่ง หรือ นอนนั้น นามก็ปรากฏชัดขึ้น

๓. สัมปชัญญะปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้ชีวิตินทรีย์ ทำให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้

^{๑๘} วรรณสิทธิ ไททยะเสวี, คู่มือการศึกษาวิสุทธิมัค(สังเขป), (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๑), หน้า ๑๑๑-๑๑๔.

ได้แต่ละขณะ แม้สัมผัสญูปะพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการที่เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น กิน ดื่ม คู้ เหยียด เป็นต้น รูปก็จะปรากฏชัด และจิตรู้ด้วยสัทินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์และปัญญินทรีย์ ที่น้อมสู่อารมณ์ของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ที่เคลื่อนไหวนั้น นามก็จะปรากฏชัด

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ชีวิตินทรีย์แห่งธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากชีวิตินทรีย์ที่กำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย รูปก็จะปรากฏชัด และจิตที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงด้วยสัทินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์และปัญญินทรีย์ นั้นอย่างชัดเจน นามก็จะปรากฏขึ้น

๕. ปฏิกุลมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดอารมณ์จากกายด้วย ชีวิตินทรีย์ ปุริสินทรีย์ และอิตถินทรีย์ ที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ รูปย่อมปรากฏชัด และเมื่อจิตพิจารณารู้โทษภัยด้วยสัทินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์และปัญญินทรีย์ แห่งความเป็นปฏิกุลและความไม่สวยงามของอาการทั้ง ๓๒ นาม ย่อมปรากฏชัดเจน

๖. นวสีวลิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ซากศพด้วย ชีวิตินทรีย์ ปุริสินทรีย์ และอิตถินทรีย์ ที่มีลักษณะแห่งซากศพ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณาว่ากายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอันเป็นความมาเสื่อมในกาย รูปจะปรากฏชัด และเมื่อจิตพิจารณาเห็นด้วยสัทินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธิินทรีย์และปัญญินทรีย์ว่าความเปลี่ยนแปลงภายในกายนี้ นาม ก็ปรากฏขึ้นชัดเจน^{๑๙}

๓.๑.๕ รูปนามแห่งอริยสัง ๔ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กล่าวถึงอริยสัง ๔^{๒๐} ซึ่งได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งมีลักษณะที่พึงทราบโดยสังเขปดังนี้

๑. ลักษณะแห่งทุกข์ มีลักษณะกระสับกระส่ายอยู่เป็นเนืองนิตย์ อยู่หนึ่ง ๆ ไม่ได้ทั้งกายและใจการกระสับกระส่ายของกายก็ดี ของใจก็ดี เพื่อเป็นการแก้ความทุกข์นั่นเอง ใจที่กระสับกระส่ายนั้นต้องการแสวงหาอารมณ์ความสุขอยู่เรื่อย ๆ หากความสุขไปก็เพื่อจะแก้ทุกข์ ส่วนผู้ที่พ้นทุกข์แล้วก็ไม่แสวงหาเลยเพราะใจเข้าถึงความสงบแล้ว คือสงบจากการแสวงหา เมื่อเข้าถึงความสงบ คือสันติสุขแล้ว ก็คงไม่ต้องแสวงหาความสุขอย่างอื่นอีก

๒. ลักษณะแห่งสมุทัย มีลักษณะที่เป็นเหตุให้กระสับกระส่าย เพราะความต้องการให้เกิดขึ้นทั้งทางกายและทางใจ ไม่อาจที่จะอยู่หนึ่งได้ กายและใจนั้นไม่เคยหยุดทำงานเลย

๓. ลักษณะแห่งนิโรธ จะมีลักษณะระงับความกระสับกระส่าย ถ้าเข้าถึงสันติสุขคือพระนิพพานแล้วเมื่อใดก็ตามก็จะหมดความกระวนกระวายใจกระสับกระส่ายที่กาย

^{๑๙} อภ.สง (ไทย) ๓๔/๕๕/๗๕.

^{๒๐} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๘/๑๔๖.

๔. ลักษณะแห่งมรรค มีลักษณะอันเป็นเหตุให้เข้าถึงธรรมที่ระงับความกระวนกระวายใจและกายที่กระสับกระส่ายได้

อริยสัจที่เป็นสัจจธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า เป็นความจริงอันประเสริฐ หรือเป็นของจริงสำหรับผู้ประเสริฐ^{๒๑} เพราะพระอริยะเท่านั้นที่จะเห็นธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ได้และอริยสัจ ๔ นั้นพระผู้มีพระภาคเจ้ามิได้ทรงตกแต่งขึ้น แต่เป็นธรรมที่มีอยู่เหนือกาลเวลาคงอยู่กับธรรมชาติอยู่แล้ว

หากจะกล่าวอีกนัยหนึ่งได้ว่า ธรรมทั้ง ๔ ประการนี้ เป็นของจริงอันเป็นเหตุทำให้ผู้ที่รู้ได้เห็นธรรมนั้น เป็นผู้ประเสริฐ คือ พระอริยบุคคล ๘ จำพวก มีพระโสดาบันบุคคลเป็นต้น เพราะปัญญาที่รู้แจ้งอริยสัจจธรรมทั้ง ๔ ประการนี้จะอาสาวิภวญาณ คือ เป็นปัญญาที่จะทำให้ลายอาสวะกิเลสให้หมดสิ้นไปจากจิตสันดานของเหล่าสัตว์ ฉะนั้นเหล่าสัตว์ทั้งหลายจะถึงความบริสุทธิ์ได้ก็เพราะปัญญาที่เป็นอริยสัจจธรรมนี้

ข้อปฏิบัติหรือหนทางที่จะทำให้เหล่าสัตว์ถึงความบริสุทธิ์หมดสิ้นอาสวะกิเลสนั้น จะต้องให้เกิดปัญญาเห็นอริยสัจ ๔ คือ หลักมหาสติปัฏฐาน ๔ หมวดใดหมวดหนึ่ง ซึ่งเป็นเอกายมรรคซึ่งมีทางเดียวนั้นก็คือ มัชฌิมาปฏิปทา^{๒๒} อันเป็นการเจริญสติปัฏฐาน คือมรรคมืองค์ ๘

อริยสัจ ๔ มืองค์ธรรม คือ ปรมัตถธรรม ๔ ประการ คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน เพราะธรรมชาติหรือสภาวะที่แท้จริงก็มีอยู่ ๔ ประการเท่านั้น และสภาวะธรรมนั้นที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแสดงไว้แล้ว เมื่อรวบรวมเป็นหมวดหมู่จะมี ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ ชาติ ๑๘ เป็นต้น และยังสงเคราะห์ลงในความเป็นจริงแห่งเหตุและผลในสัจจธรรมทั้ง ๔^{๒๓}

ด้วยเหตุนี้ เพื่อมิให้เกิดความเห็นผิด หรือ เกิดวาทะกรรมที่แตกต่างกันออกไป ในบรรดาท่านผู้ศรัทธาในพระพุทธศาสนาไม่สามารถจะถือเอาเนื้อความในพระสูตรหรือในพระอภิธรรมให้ลังกันได้ว่าสภาวะธรรมประเภทไหนสงเคราะห์หรือสรุปลงได้ในสัจจธรรมอันใด ซึ่งจะได้กล่าวตามหลักฐานที่แสดงให้เป็นเหตุผลได้ดังต่อไปนี้

ก. ทุกขสัจ

ส่วนที่เป็นพระอภิธรรม องค์ธรรมแห่งทุกขสัจ^{๒๔} ในพระอภิธรรมนั้นได้แก่โลกียจิต ๘๑ ดวง เจตสิก ๕๑ ดวง (เว้นโลภะเจตสิก ซึ่งเป็นสมุททยสัจ) รูป ๒๘ รวมองค์ธรรมได้ ๑๖๐ นี้ จัดเข้าทุกขสัจ ส่วนที่เป็นพระสูตร องค์ธรรมแห่งทุกขสัจ^{๒๕} ในพระสูตรนั้น ได้แก่ ชาติ(ความเกิด) ชรา(ความแก่) มรณะ(ความตาย) โสกะ(ความเสียใจ) ปริเทวะ(ความรำพันพรั่าเพ้อ) ทุกขะ(ความไม่สบายกาย) โทมนัส(ความไม่สบายใจ) อุปายาส(ความคับแค้นใจ) อับปิเยหิสัมปิโยโค(การประสิ่งที่ไม่พอใจ) ปี

^{๒๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๐/๖๗๗.

^{๒๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๙/๓๑๐.

^{๒๓} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๘/๔๐๒.

^{๒๔} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๘/๑๕๙.

^{๒๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๖/๒๔.

เยหีสัมปโยโค(การพลัดพรากจากสิ่งที่รัก) ยัมปิฉัง น ลภติ ตัมปิ(ความปรารถนาไม่สมหวัง) สังขิตเตน ปัญญาทานักขันธา ทุกขา(สรูปแล้วเพราะชั้น ๕ นั้นเองเป็นทุกข์ รวม ๑๑ กอง กล่าวโดยพระสูตร

ทุกขสังขในพระสูตรกับในพระอภิธรรมนั้น ก็ได้ต่างกัน คือ ในพระสูตรท่านกล่าว โดยเป็นลักษณะอาการของสภาวะธรรมเหล่านั้นเองดังเช่นชาติปีทุกขา คือความเกิดเป็นทุกข์นั้น หมายถึงความเกิดของใคร ใครเป็นผู้เกิดขึ้น ชาติความเกิดคือทุกขสังขในพระสูตรก็หมายถึงความเกิดขึ้นของสภาวะธรรม คือ ความเกิดของ จิต เจตสิก และของรูป ซึ่งเป็นทุกขสังขในพระอภิธรรม นั้นเอง แม้ชรา และมรณะ ก็เป็นอาการของสภาวะในจำนวน ๑๖๐ นั้นเหมือนกัน มิใช่อื่นไปจากนี้เลย สำหรับ โสกะ ปริเทวะ ทุกข โสมนัส อุปายาส อัปปิเยหิ วิเปหิ ยัมปิฉัง น ลภติ ฯ โดยอาการเหล่านี้ ก็เป็นอาการของราคะ โทสะ และทุกขเวทนา ซึ่งเป็นอาการที่เป็นสภาวะในพระอภิธรรม เพราะในที่สุดท่านก็กล่าวไว้โดยย่อแล้ว ก็มาจากอุปาทานชั้นทั้ง ๕ ที่เป็นทุกข์

รูปนามจากชั้น ๕ ก็ได้แก่จิต เจตสิก รูป มิใช่สิ่งใดเลย ฉะนั้นจึงไม่อาจจะถือว่า เนื้อความในพระสูตรและพระอภิธรรมนั้นแตกต่างกันแต่อย่างใด

ทุกขสังข โดยย่อได้แก่รูปนาม เป็นปริณญะยกิจ คือเป็นกิจที่ควรกำหนดรู้^{๒๖} มิใช่ ธรรมที่อยู่ในประเภทที่ควรละ หรือควรจะเจริญให้เกิดขึ้น หรือทำให้มากขึ้น ในทุกขสังข คือสภาวะธรรม ๑๖๐ ที่ว่าเป็นทุกข์ เพราะมีสภาพใจความที่เป็นไป ๔ ประการ^{๒๗} ได้แก่

๑. เป็นสภาพที่บีบคั้นหรือข่มเหง
๒. เป็นสภาพที่ต้องปรุงแต่งเนื่อง ๆ คือ ต้องบำรุงบริหารสังขารอยู่เนื่อง ๆ
๓. เป็นสภาพที่ทำให้เดือดร้อน เช่น ร่างกายไม่แข็งแรงก็เดือดร้อน
๔. เป็นสภาพที่ไม่คงที่ กลับกลอกและฉิบหายด้วยความเย็นและร้อน

สังขิตเตน ปัญญาทานักขันธา ทุกขา คือเมื่อสรูปแล้ว ใจความสำคัญในทุกข์ทั้งสี่นี้ ก็อุปาทานในชั้นทั้ง ๕ นั้นเองที่เป็นทุกข์

ทุกข์ทั้งหมดที่กล่าวมาข้างต้นใน ๑๑ กองนี้ได้แก่อะไรเล่า ก็ได้แก่ จิต เจตสิก รูป หรือ ชั้น ๕ ก็ได้แก่ จิตเจตสิก รูป อันเป็นต้นเหตุทุกข์ ซึ่งมีชาติ คือ การปฏิสนธิเป็นต้น จึงเป็นอันว่า ทุกข์หลายมีขึ้นได้ด้วยชั้น ๕ หรือ รูป-นาม นั้นเอง

ข. สมุทัยสังข

ในพระสูตรต้นตปิฎกองค์ธรรมของสมุทัยทางพระสูตร^{๒๘} ได้พิจารณาเรื่องเกี่ยวกับ ตัณหา ๓^{๒๙} ประการอันเป็นองค์ธรรมที่เป็นเหตุแห่งทุกข์^{๓๐} คือ

^{๒๖} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๖/๔๑๑.

^{๒๗} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๑/๔๘๔.

^{๒๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๖/๑๔.

^{๒๙} อ่างแล้ว.

^{๓๐} แนบ มหานีรานนท์, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๕๘.

๑. กามตัณหา คือ ความปรารถนา หรือ ความยินดี หรือ ความเพลิดเพลินในอารมณ์ในกามคุณทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันได้แก่ สัมผัสถูกต้อง ลักษณะอาการอย่างนี้ ชื่อว่า กามตัณหา

๒. ภาวตัณหา ได้แก่ความยินดีในอารมณ์ต่าง ๆ แต่ความยินดีนี้ประกอบด้วย สัสสตทิวฏฐิ หมายความว่า มีความคิดเห็นว่าตายแล้วเกิด สัตว์นี้เที่ยง และภพนี้เที่ยง ไม่มีเปลี่ยนแปลง เคยเป็นอยู่อย่างไร หรือเคยอยู่ที่ไหน ก็ต้องเป็นอยู่อย่างนั้น เช่น เชื่อว่า เกิดเป็นคนแล้วตายไปก็ต้องกลับมาเกิดเป็นคนเสมอไป ลักษณะที่ยินดีอยู่ในอารมณ์อย่างนี้ ท่านเรียกว่า ภาวตัณหา หรืออีกนัยหนึ่ง มีความยินดีอยู่ในภพที่ตนได้นั้น ก็จัดเป็นภาวตัณหา

๓. วิภวตัณหา คือ ความยินดีในอารมณ์ทั้ง ๖ อย่าง แต่ว่าความยินดีนั้นยังประกอบด้วย อุกฺเขททิวฏฐิ คือ มีความเห็นว่า สัตว์ทั้งหลายตายแล้วสูญไป ทุกสิ่งเกิดขึ้นเองแล้วก็ตายเอง แล้วก็สูญเองไม่มีเหตุปัจจัยอันใดที่จะมาทำให้เกิดขึ้นอีกและทั้งการกระทำและผลของการกระทำนั้น ๆ ก็ไม่มีการเกิดขึ้นอีก ทั้งหมดตายแล้วก็สูญหมด ความยินดีและความยึดถือในอารมณ์ที่ประกอบด้วยความรู้สึกลักษณะนี้ เรียกว่าวิภวตัณหา

ดังนั้น สมุทัยหรือตัณหาตามนัยแห่งพระสูตรต้นตปิฎกนี้ สามารถแยกอารมณ์ของโลภะออกเป็น ๓ นัยดังกล่าวมาแล้วข้างต้น

ในพระอภิธรรม องค์ธรรมของตัณหาสามารถสงเคราะห์ลงในโลภะเจตสิก^{๓๑} อันได้แก่กามตัณหานั้น คือ โลภะเจตสิกในโลภทิวฏฐิวิปยุต ๔ ดวง ส่วนภาวตัณหา ได้แก่โลภะเจตสิกที่ประกอบได้ในโลภมุลลจิต ทั้ง ๘ ดวง และวิภวตัณหา ได้แก่โลภะเจตสิกที่สัมปยุตด้วยอุกฺเขททิวฏฐิ ๔ ดวง คือต่างกันแต่ความเห็นที่เที่ยงกับเห็นว่าสูญเท่านั้น

ตัณหาทั้ง ๒ อย่างนี้ ถ้าจะกล่าวโดยพิสดารก็จะมีจำนวน ๑๐๘ คือ อายุตนะ ๑๒ ในตัณหา ๓ (กามตัณหา ภาวตัณหา และวิภวตัณหา) รวมเป็น ๓๖ และประกอบด้วยกาลทั้ง ๓ คือ อดีต ปัจจุบัน และอนาคต จึงเป็นจำนวน ๑๐๘ ทั้งนี้แจกแจงโดยวัตถุที่เป็นอารมณ์ของตัณหา

ถ้ากล่าวโดยมีขมิมา คืออย่างกลาง ก็ได้แก่ตัณหา ๓ ถ้ากล่าวโดยย่อ ก็ได้แก่โลภะเจตสิกอย่างเดียวเท่านั้น ถ้าตัณหาเหล่านี้ เป็นต้นเหตุให้เกิดทุกข์จริง มีการทำให้เกิดขึ้นเป็นภพใหม่ เป็นต้นด้วยเหตุนี้จึงเรียกตัณหาเหล่านี้ว่า ทุกขสมุทัย เพราะเป็นต้นเหตุให้เกิดทุกข์ คือ ได้แก่สภาวะธรรม ๑๐๘ หรือ ได้แก่ชาติ ชรา มรณะ เป็นต้น

ตัณหา ๓ นี้ จัดเป็นธรรมที่ควรละให้หมดไป หรือให้สิ้นไป ฉะนั้นตัณหา ๓ จึงเป็นปหานัตถัพพธรรม คือ เป็นธรรมในประเภทที่ต้องละ ไม่ใช่เป็นธรรมที่ควรกำหนดรู้ หรือควรเจริญให้เกิดขึ้น

ในสมุทัยสัจ มีสภาวะธรรมที่มีใจความที่ทำให้เป็นไป ๔ อย่าง^{๓๒} ดังนี้

๑. มีการบำรุงให้ทุกข์เกิดขึ้นหรือเจริญขึ้นมากมาย

^{๓๑} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๘/๑๕๙.

^{๓๒} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๑/๓๘๔.

๒. ย่อมชักนำมาซึ่งทุกข์ให้ตั้งอยู่ยืดยาว
๓. ย่อมประกอบหรือร้อยรัดไว้ ไม่ให้ทุกข์พ้นไปได้
๔. ย่อมเป็นสภาพที่กังวล ชัดขวางไว้มิให้พ้นจากทุกข์

ตัณหาทั้ง ๓ ประการนี้ ย่อมเป็นไปแก่สัตว์โลกทั้งหลายใน ๓๐ ภูมิ เว้อัสัญญัตตา ภูมิ คือ กามตัณหา ย่อมเกิดในกามภูมิ ๑๑ ภูมิ และในกามบุคคล สำหรับพระอริยบุคคลมีได้ในพระโสคาบันและพระสกทาคามีเท่านั้น ภาวตัณหา มี ๒ นัย คือ ภาวตัณหา เป็นตัวกิเลสที่มีความปรารถนายินดีในภพที่ยิ่ง ๆ ขึ้นไป หรือ ยินดีในภพที่ตนได้แล้วของภาวตัณหา นี้ มีได้ถึง ๓๐ ภูมิ และมีได้ในพระอริยบุคคลไปจนถึงพระอนาคามี ส่วนวิภวตัณหา นั้น ย่อมเป็นไปในกามภูมิเท่านั้น

ค. นิโรธสัง

นิโรธสังมีสภาวะธรรม^{๓๓} คือ พระนิพพาน เพราะเป็นธรรมที่ดับทุกข์และดับเหตุแห่งทุกข์คือสมุทัย จึงเรียกว่า ทุกขนิโรธสัง เพราะเป็นที่ที่ ไม่มีทุกข์เสียตแห่ง (เป็นที่ที่ไม่มีรูป-นาม) หรือ ธรรมที่เป็นปฏิปักษ์ต่อทุกข์ คือ เป็นอารมณ์ที่ตรงกันข้ามกับทุกข์ การดับทุกข์นั้น ก็หมายถึงดับสมุทัย เพราะทุกข์เป็นผลสมุทัยเป็นเหตุเมื่อจะดับผล ก็ต้องดับเหตุแห่งทุกข์ คือ สมุทัย

นิโรธสัง มีสภาวะธรรมที่ทำให้เป็นไป ๔ อย่าง

๑. เป็นธรรมที่ออกจากทุกข์ทั้งปวง
๒. เป็นธรรมที่สงัดจากกิเลสและทุกข์
๓. เป็นธรรมที่ไม่มีปัจจัยปรุงแต่ง
๔. เป็นธรรมที่ไม่มีความตาย

นิโรธที่เป็นพระนิพพานนั้น แสดง ลักษณะ กิจ และ ผล ได้ดังนี้

ลักษณะ	มีความสงบจากเพลิงกิเลสและเพลิงทุกข์
กิจ	มีการทำให้ไม่จุติ
ผล	ไม่มีนิมิตเครื่องหมาย นิมิตในที่นี้ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ^{๓๔}

ความหมายของพระนิพพานหรือนิโรธสัง คือ ในที่ใดเป็นที่ดับแห่งตัณหาอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ ในที่นั่นแหละเป็นที่ดับทุกข์ และในที่นั่นเองคือพระนิพพาน เพราะความดับแห่งทุกข์ เป็นเครื่องส่องให้เห็นธรรมคือนิโรธสัง

โดยเหตุนี้ พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์จึงตรัสว่า พระนิพพานเป็นธรรมอันยอดเยี่ยมพ้นจากเหตุพ้นจากปัจจัยทั้งปวง เพราะตามธรรมดา ธรรมอันใดที่ต้องอาศัยเหตุและปัจจัยเกิดขึ้นธรรมนั้นก็เป็นสังขตธรรม สังขตธรรมนั้นย่อมต้องมีลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เพราะตาม

^{๓๓} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๑/๓๘๔.

^{๓๔} อ่างแล้ว.

ธรรมดาของปัจจัย ย่อมเป็นธรรมที่ปรุงแต่งให้ธรรมทั้งหลายเกิดขึ้น แต่พระนิพพานเป็นธรรมซึ่งเป็นระดับของเหตุปัจจัยทั้งปวง เมื่อเหตุปัจจัยทั้งหลายดับลงไม่เหลือในทีใด ในที่นั้นก็ต้องพ้นจากการปรุงแต่ง ในที่นั้นจึงเรียกว่า พระนิพพาน ด้วยประการนี้ พระนิพพานจึงเป็นธรรมที่พ้นจากเหตุปัจจัยทั้งหลายทั้งปวงและผู้ใดจึงไม่อาจกล่าวได้ว่า พระนิพพานเป็นธรรมที่ผู้ใดจะเป็นผู้สร้างขึ้นได้เอง แต่ก็สามารถทำให้ถึงได้ ดังนั้นพระนิพพานจึงเป็นสังขิกิริยากิจ^{๓๕} กล่าวคือ เป็นกิจที่จะต้องทำให้แจ้งหรือต้องทำไปให้ถึง หมายความว่า ต้องทำไป หรือมุ่งไปให้ถึงที่ที่ค้นหาทั้งหลายดับ เมื่อถึงที่ที่ค้นหาทั้งหลายดับเมื่อใด เมื่อนั้นก็กล่าวได้ว่าผู้นั้นทำพระนิพพานให้แจ้งแล้ว ด้วยเหตุนี้ พระนิพพานจึงมิใช่ธรรมที่จะถึงได้ หรือ แจ้งได้ ด้วยการพูด ด้วยการอธิบาย หรือ ด้วยการคิดนึกตรึกตรองเพียงด้วยจินตนาการจากความคิด หรือด้วยการอ่อนวอนขอร้องจากพระผู้เป็นเจ้าของ พระนิพพานจะต้องรู้แจ้งได้ด้วย การเจริญภาวนาให้เกิดปัญญา คือ ปัญญาที่ต้องเกิดจากการเจริญภาวนาเพื่อให้เกิดขึ้นเท่านั้น

ด้วยเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า การไปพระนิพพานอันเป็นที่สุดแห่งทุกขนั้นมิได้ไปด้วยอิทธิฤทธิ์หรือปาหนะใด ๆ แต่จะต้องไปด้วยทางดำเนินสายกลาง มัชฌิมาปฏิปทา คือ อริยมรรคมีองค์ ๘^{๓๖} เท่านั้น เพราะมรรคมีองค์ ๘ นั้น เป็นธรรมจะพึงชำระล้างกิเลสให้หมดจดหมดสิ้นไปได้ หรือ ที่เป็นเครื่องดำเนินไปสู่ธรรมที่ดับค้นหาทั้งหลายทั้งปวง หรือ บรรลุถึงพระนิพพานได้

การดับค้นหาไปนั้น ท่านกล่าวว่า หากค้นหาจะดับไปจากปิยรูป สาทรูป คำว่า ปิยรูป สาทรูป นั้น ได้แก่ สภาวะอันเป็นที่รักที่ชื่นชอบใจคือเป็นที่รักที่ยินดีของค้นหา และสภาวะที่เป็นปัจจัยให้ค้นหาอาศัยเกิดขึ้น ได้แก่

๑. ทวารทั้ง ๖	ได้แก่ โสตทวาร เป็นต้น
๒. อารมณฺ์ทั้ง ๖	ได้แก่ โณภุฏฐัพพารมณฺ์ เป็นต้น
๓. วิญญานทั้ง ๖	ได้แก่ โสตวิญญาน เป็นต้น
๔. ผัสสะทั้ง ๖	ได้แก่ จักขุสัมผัสผัสสะ เป็นต้น
๕. เวทนาทั้ง ๖	ได้แก่ จักขุสัมผัสผัสสะเวทนา เป็นต้น
๖. สัญญาทั้ง ๖	ได้แก่ รูปสัญญา เป็นต้น
๗. เจตนาทั้ง ๖	ได้แก่ รูปสัญญาเจตนา เป็นต้น
๘. ตัณหาทั้ง ๖	ได้แก่ รูปตัณหา เป็นต้น
๙. วิตกทั้ง ๖	ได้แก่ รูปวิตก เป็นต้น
๑๐. วิจารณ์ทั้ง ๖	ได้แก่ รูปวิจารณ์ เป็นต้น ^{๓๗}

ธรรมทั้ง ๑๐ หมวดนี้ เป็นไปทางทวารทั้ง ๙ เมื่อรวมกันแล้วก็ เป็น ๖๐ ข้อธรรมทั้ง ๖๐ นี้ ที่เป็น ปิยรูป สาทรูป อันเป็นที่น่าใคร่ ที่ชื่นชอบใจยินดีของค้นหา เมื่อค้นหาจะดับ ก็ดับจากข้อธรรมทั้ง ๖๐ นี้ ดังนั้นการดับของค้นหาก็อยู่ที่หัวข้อธรรมทั้ง ๖๐ นี้ และอริยมรรคที่จะปหาน

^{๓๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๐/๖๖๐.

^{๓๖} อภ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๓๒/๘๒.

^{๓๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕/๓๘๕.

ตัณหา ก็หาได้ไปพหวนที่อื่นใดไม่ก็พหวนที่ข้อธรรมทั้ง ๖๐ นี้เอง เมื่อตัณหาดับแล้วในที่ไหนพระนิพพานก็อยู่ที่นั่น

ดังที่กล่าวแล้วว่า สมควรทำให้เข้าใจด้วยว่า มรรคสังขนี้เป็นเหตุ การถึงแห่งนิโรธหรือการถึงนิพพานเป็นผล ไม่ใช่นิโรธเป็นผล แต่การถึง คือ การที่จิตเห็นแจ้งนิพพานนั้นเป็นผลเพราะนิพพานนั้นทำให้เกิดไม่ได้ แต่ทำให้ถึงนิพพานได้ ถ้านิพพานเกิดขึ้นได้ก็ต้องดับได้ แต่เนื่องจากนิพพานนั้นเที่ยง ไม่เกิด ไม่ดับ จึงไม่ควรกล่าวว่า ทำนิพพานให้เกิดขึ้น เช่นมรรคจิตนั้น มีนิพพานเป็นอารมณ์ ก็เพราะการเจริญวิปัสสนา จนมรรคจิตนั้นทำให้เกิดปัญญาขึ้น จึงเข้าถึงนิพพานได้

ดั่งนัยแห่งนิพพาน คือ นิโรธนั้น อาจกล่าวได้อย่างเดียว ก็ได้แก่อสังขตธรรม คือ ธรรมชาติที่ไม่มีปัจจัยปรุงแต่ง หรือ ถ้ากล่าวโดยที่มี ๒ นัย^{๓๘} ก็ได้แก่สุอปทิสเสนินิพพาน คือ กิเลสได้หมดสิ้นแล้วหาเครื่องเสียบแทงมิได้แต่ยังคงเบญจขันธ์อยู่ กับ อนุปาทิสเสนินิพพาน คือ ดับกิเลสได้หมดแล้วและดับเบญจขันธ์คือสิ้นชีพด้วย

ถ้ากล่าวโดย ๓ นัย^{๓๙} ได้แก่อนิมิตตนิพพาน อปัปพิตนิพพานและสุญญตนิพพาน

ถ้ากล่าวโดย ๔ นัย^{๔๐} ได้แก่ การบรรลุมรรคด้วยมรรค ๔ คือ โสตามรรค สกทาคามิมรรค อานาคามรรค และอรหัตตมรรค

ถ้ากล่าวโดย ๕ นัย^{๔๑} ได้แก่ เพราะความดับแห่งความยินดีอันเกิดจากกามคุณ ๕ ได้

ถ้ากล่าวโดย ๖ นัย^{๔๒} ได้แก่ ความดับแห่งประเภทของตัณหาทั้ง ๖ มีรูปตัณหา เป็นต้น

บางแห่งกล่าวพระนิพพานโดยอุทเทศว่าเป็นการดับทุกข์ บางก็กล่าวโดยนิเทศว่า ดับตัณหาทั้ง ๖ มีรูปตัณหา เป็นต้น แต่โดยใจความแล้ว พระนิพพานทั้ง ๒ อย่างนี้ ก็มีนัยเดียวกัน เพราะดับทุกข์ก็คือการดับตัณหา หรือ ถ้าดับตัณหาก็คือการดับสิ้นแห่งทุกข์นั่นเอง และพระนิพพานนั้นท่านยังเรียกว่าทุกขนิโรธอริยสัง เพราะโดยใจความว่าเป็นธรรมที่ดับทุกข์ได้จริงอย่างประเสริฐ

ง. มรรคสังข

มรรคสังข หมายความว่า เป็นหนทาง หรือ เป็นเครื่องมือที่จะดำเนินไปให้ถึงพระนิพพาน คือ ธรรมที่ดับกิเลสและเพลิงทุกข์ได้จริง และมีทางทางเดียวเท่านั้น ซึ่งได้แก่สติปัญญา ๔ อันจะทำให้สัตว์ทั้งหลายหมดจดจากอาสวกิเลสเครื่องเศร้าหมองต่าง ๆ ได้ และทางนี้มองคืออริยมรรค ๘ ประการ^{๔๓} ท่านจึงเรียกว่า นิโรธคามินีปฏิปทา หมายความว่า เป็นข้อปฏิบัติที่จะทำให้สัตว์เข้าถึงความดับทุกข์ได้จริง ซึ่งได้แก่

^{๓๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕/๓๘๕.

^{๓๙} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๑/๔๓๗.

^{๔๐} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๖/๓๐๘.

^{๔๑} อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๓๖/๕๕๘.

^{๔๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕/๓๘๗.

^{๔๓} สั.ม. (ไทย) ๑๙/๓๐/๖๗๙.

๑. สัมมาทิฐิ คือ ปัญญาเจตสิก เป็นความเห็นถูกต้องในเหตุผลของสภาวะธรรมตามความเป็นจริง ที่ได้มาจากการพิจารณาอารมณ์ต่าง ๆ อันมีฐานการพิจารณาจาก มหาสติปัฏฐาน ๔ สัมมาทิฐินี้ถ้าเป็นโลกียะก็มีชั้น ๕ หรือ รูป-นามเป็นอารมณ์ ถ้าเป็นโลกุตตระ ก็จะมีนิพพานเป็นอารมณ์

๒. สัมมาสังกัปปะ อันได้แก่วิตกเจตสิก คือ ความดำริชอบ ที่ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ที่ไม่เนื่องด้วยความยินดีในกาม อันเป็นมูลมาจากโลภะ และการไม่ตรึกอารมณ์ที่เกี่ยวข้องแห่งวิหิงสา คือ ความเบียดเบียน กับไม่ตรึกอารมณ์ที่เป็นไปด้วยความพยาบาท ให้เขาได้รับความเดือดร้อนพินาศไป อันเป็นมูลที่เนื่องมาจากโทสะ เมื่อประมวลอารมณ์วิตกทั้ง ๓ แล้ว ก็ได้อภิขมา คือ ความยินดีความชอบอันเกิดจากมูลแห่งโลภะ กับโทมนัส คือ ความไม่ยินดีไม่สบายใจ อันเกิดจากมูลแห่งโทสะ ซึ่งมูลเหตุทั้ง ๒ ประการนี้ ก็เกิดจากมูลแห่ง โมหะ คือ อวิชชา

ฉะนั้น ความวิตก คือ สัมมาสังกัปปะในมรรคมืองค์ ๘ นี้ การแก่วิตกเจตสิกซึ่งทำหน้าที่ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ที่ปราศจากความยินดีหรือยินร้าย คือ ยกจิตขึ้นสู่อารมณ์แห่งสติปัฏฐาน ๔ นั้นเอง เพราะสติปัฏฐาน ๔ เป็นตัวทำลายอภิขมาและโทมนัส และอภิขมากับโทมนัสทั้ง ๒ นี้มีมูลจากโมหะ จึงอาจกล่าวได้ว่า ตัวสติปัฏฐานเป็นกันกระแสนของโมหะ มิให้เกิดขึ้นมาทำการปิดกั้นความจริงของอารมณ์ คือ กาย เวทนา จิต และ ธรรม ที่วิตกยกขึ้นสู่การพิจารณาด้วยปัญญา เพื่อให้รู้แจ้งเห็นจริงในอารมณ์ต่าง ๆ และหยั่งเห็นในสังขารทั้ง ๔

สัมมาสังกัปปะนั้น ท่านสงเคราะห์ไว้ในกองปัญญา^{๔๔} ก็เพราะว่าเป็นตัวอุปการะแก่ปัญญา ได้พิจารณาเหตุผลตามความเป็นจริงในอารมณ์นั้น วิตกเจตสิก มีอารมณ์ได้ทั้งกุศลและอกุศล แต่วิตกอันเป็นสัมมาสังกัปปะในองค์มรรคถ้าเป็นโลกียะก็ต้องมีสติปัฏฐาน ๔ เป็นอารมณ์ ถ้าเป็นโลกุตตระก็ต้องมีนิพพานเป็นอารมณ์ เพราะมรรคมืองค์ ๘ มีได้ทั้งโลกียะและโลกุตตระ ถ้ามรรคใดมีอารมณ์อย่างอื่น มรรคนั้นจะไม่ครบองค์ ๘

๓. สัมมาวาจา ได้แก่การเว้นจากวจีทุจริต ๔ อย่าง มีพูดปด เป็นต้น อันเกิดจากอกุศลมูล ๓ คือ โลภะ โทสะ โมหะ การที่สัมมาวาจาเจตสิก เว้นจากวจีทุจริตเสียได้นั้น ก็เพราะว่าสัมมาวาจาเจตสิกนั้นเกิดขึ้นสัมปยุตกับวิตกเจตสิกในองค์มรรคที่ ๒ ซึ่งยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ที่ปราศจากความเบียดเบียน ความพยาบาท และความใคร่ในกาม เพราะในอารมณ์ ของวิตกเจตสิกคือ สัมมาสังกัปปะนั้นเอง ทำให้อารมณ์ของมูลทั้ง ๓ มีโลภมูล เป็นต้น เกิดขึ้นได้ เมื่ออารมณ์ของมูลทั้ง ๓ เกิดขึ้นไม่ได้แล้ววจีทุจริต ทั้ง ๔ ก็ไม่สามารถจะเกิดขึ้นได้ในอารมณ์นั้น เมื่อวจีทุจริตทั้ง ๔ เกิดไม่ได้แล้วในอารมณ์นั้นหรือในขณะนั้นก็ตาม ก็เป็นอันว่ากิจของศีล คือ การละเว้น หรือ ห้ามปรามความก้าวล่วงละเมิดแห่งวจีทุจริต ก็เกิดขึ้นและมีอยู่ในอารมณ์นั้นด้วยแล้ว

เพราะฉะนั้น มรรคองค์นี้ท่านจึงสงเคราะห์ลงในกองศีล ซึ่งมีหน้าที่ปหานกิเลสอย่างพหุพหุที่จะล่วงออกมาทางวาจา เพราะมรรคองค์นี้จะไปโดยสมบูรณ์นั้น ก็ต้องอาศัยสัมมาสังกัปปะ คือวิตกทั้ง ๓ ถ้าหากวิตกเจตสิกยังเป็นไปอยู่ตราบใด สัมมาวาจา คือ เว้นจากวจีทุจริตทั้ง ๔ ก็ยังคงเป็นไปด้วยอยู่ตราบนั้น มรรคองค์นี้ถ้าเป็นโลกียะก็ต้องอาศัยอารมณ์ของสติปัฏฐาน ๔ เป็นไป

^{๔๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๘/๖๒๖.

ต่อเมื่อหยั่งลงถึงมรรคสัง คือปหานกิเลสได้แน่นอนเมื่อใด เมื่อนั้นก็เป็นโลกุตตระ โดยมีพระนิพพาน เป็นอารมณ์

๔. สัมมากรรมันตะ ได้แก่สัมมากรรมันตะเจตสิก ซึ่งมีหน้าที่เว้นการทุจริต ๓ มี การฆ่าสัตว์ เป็นต้น มรรคองค์นี้นั้นก็ต้องอาศัยสัมมาสังกัปปะ คือ วิตกเจตสิกทั้ง ๓ เป็นเหตุกับประกอบด้วยสัมมาวาจาในมรรคองค์ที่ ๓ นั้นด้วย มรรคองค์นี้ท่านสงเคราะห์ลงในกองศีล และมีอธิบายอย่างเดียวกับสัมมาวาจาต่างกันที่ว่า สัมมาวาจานั้น ชำระกิเลสทางวาจา ส่วนสัมมากรรมันตะ จะมีหน้าที่ชำระกิเลสทางกาย

๕. สัมมาอาชีวะ ได้แก่สัมมาอาชีวะเจตสิก ที่สัมปยุตต์ด้วยสัมมาวาจาและสัมมากรรมันตะ มรรคองค์นี้ มีหน้าที่ชำระมิจฉาชีพที่เป็นไปด้วยกันกับบวจิตุจริต ๔ และกายทุจริต ๓ และสงเคราะห์อยู่ในกองศีล เพราะเป็นไปด้วยกันกับกายและวาจา ส่วนความเป็นประเภทของโลกียะ และโลกุตตระนั้น ก็มีอธิบายอย่างเดียวกันกับสัมมาวาจาและสัมมากรรมันตะ

๖. สัมมาวายามะ ได้แก่ วิริยเจตสิก ที่มีหน้าที่ ๔ อย่าง คือทำความเพียรในที่ ๔ สถาน^{๔๕} มีเพียรระวังมิให้อกุศลเกิดขึ้น เพียรละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป เพียรเจริญกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น เพียรเจริญกุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้เกิดมากขึ้น ถ้าจะสรุปโดยนัยความหมายแล้วก็ได้แก่ทำ ความเพียรในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพราะองค์ธรรมของสติปัฏฐานท่านกล่าวว่ามี ๓ ประการคือ

๑. อาตปปี ได้แก่ วิริยเจตสิก คือ สัมมาวายามะ
๒. สัมปชาโน ได้แก่ปัญญาเจตสิก คือ ปัญญาหรือสัมมาทิฏฐิและสัมมาสังกัปปะ
๓. สติมา ได้แก่สติเจตสิก ที่ระลึกอยู่ในอารมณ์สติปัฏฐาน ๔^{๔๖}

เมื่อประกอบด้วยองค์ ๓ ประการโดยถูกต้องเสมอภาคกันแล้วอภิขมาและโทมนัสก็ จะมลายไปทั้งหมด ฉะนั้นสัมมาวายามะ ก็ต้องเกิดสัมปยุตต์ด้วยสัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ และ สัมมาอาชีวะด้วย เพราะกิจของความเพียรนั้น มีการละบาปเป็นต้นข้อนี้ก็เป็นไปเพื่อประโยชน์แก่ศีล ดังนั้นมรรคข้อนี้ ท่านจึงแสดงไว้ในลำดับที่ ๖ ซึ่งต่อจากศีล คือ สัมมาอาชีวะ เพราะศีลจะตั้งอยู่ได้ก็ ต้องอาศัยความเพียรนี้ด้วย และความเพียรนี้มีหน้าที่ละอกุศลทางจิต ซึ่งเป็นกิเลสอย่างกลาง และยังมี หน้าที่เจริญกุศลที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้นอีกด้วย กุศลในที่นี้ ได้แก่สมาธิและปัญญา หมายความว่าสมาธิ และปัญญาที่ยังไม่เกิด ก็เพียรทำให้เกิดขึ้น

๗. สัมมาสติ ได้แก่สติเจตสิก ที่มีการระลึกอยู่ในอารมณ์ของสติปัฏฐานทั้ง ๔ สัมมาสตินี้ท่านสงเคราะห์ไว้ในกองสมาธิ เพราะว่าสัมมาสติเป็นตัวกันกระแสนิรวรณธรรมที่ทำให้ นิรวรณทั้ง ๕ ที่เกิดขึ้นเป็นอารมณ์ไม่ได้ และองค์ของสัมมาสตินี้จะเจริญมั่นคงอยู่ได้ก็อาศัย สัมมาวายามะ คือต้องมีความเพียรอย่างเด็ดเดี่ยว มิฉะนั้นก็เจริญมั่นคงไม่ได้ ด้วยเหตุนี้ท่านจึงจัด สัมมาสติไว้รองลำดับจากสัมมาวายามะ และสัมมาวายามะก็ต้องอาศัยมาจากสัมมาสติ คือ สติที่ระลึก

^{๔๕} วจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๓๒/๒๔.

^{๔๖} ดูรายละเอียดใน วจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๖๙/๒๑๙-๒๒๐.

รู้ไปในสติปัญญา ๔ จึงจะทำให้เกิดความเพียรได้ ส่วนนัยของโลกียะและโลกุตระนั้น ก็เป็นไปอย่างเดียวกันกับนัยของสัมมาวายามะ

๘. สัมมาสมาธิ ได้แก่เอกัคคตาเจตสิก ที่มีกำลังตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์ของสติปัญญา ๔ เอกัคคตาเจตสิกในที่นี้ จัดอยู่ในกองของสมาธิ เพราะเอกัคคตาที่จักขึ้นเป็นสมาธิได้นั้น ก็ต้องมาจากสัมมาสติและสัมมาวายามะ ฉะนั้นสัมมาวายามะและสัมมาสติกับเอกัคคตาที่สัมปยุตด้วยสัมมาสติทั้ง ๓ องค์นี้ ท่านจึงจัดไว้ในกองของสมาธิ^{๔๗} เพราะต้องอาศัยซึ่งกันและกันเป็นไป สมาธิที่จะเข้าอยู่ในองค์มรรคหรือไม่นั้น จะต้องเอาอะไรมาเป็นเครื่องวัดหรือตัดสินก็ต้องเอาอารมณ์มาเป็นเครื่องตัดสินคือ ถ้าสมาธินั้นเป็นไปในอารมณ์ของสติปัญญาแล้ว สมาธินั้นก็จัดเป็นสัมมาสมาธิในองค์มรรค ส่วนความเป็นประเภทของโลกียะหรือโลกุตระนั้น ก็มีอธิบายอย่างเดียวกันกับสัมมาสติ

อนึ่ง ความสำคัญที่ควรทราบต่อไปนี้เป็นคือ ธรรมที่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้นและการตรัสรู้หรือริยสังขารทั้ง ๔ ท่านเรียกว่า โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ โภธิปักขิยธรรมนี้มีมหาสติปัญญาเป็นเบื้องต้นมีมรรคเป็นปริโยสาน คือ โภธิปักขิยธรรมก็มาจากสติปัญญาและโภธิปักขิยธรรมจะพร้อมเพียงบริบูรณ์ได้ ต้องมาจากความบริบูรณ์ของมรรคมืองค์ ๘ เมื่อมรรคมืองค์ ๘ บริบูรณ์ขณะใดขณะนั้นก็เป็นมรรคสังขารเรียกว่านิโรธคามินีปฏิปทา ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติที่ทำให้ถึงความดับทุกข์ได้จริง

มรรคมืองค์ ๘ มีทั้งที่เป็นโลกียะและโลกุตระ ถ้าเป็นโลกียะ ท่านจัดเขาสัมมาสติเป็นองค์มรรคเบื้องต้น เพราะสติปัญญาเป็นบุพภาคมรรค ส่วนมรรคอื่น ๆ อีก ๗ องค์ ก็ต้องมีอารมณ์เป็นไปกับสติปัญญา คือต้องอาศัยสติปัญญาอุปการะให้เป็นไปเช่นกัน^{๔๘}

เมื่อบุพภาคมรรค คือ สติปัญญาที่ได้อบรมจิตให้เกิดโลกียปัญญา ซึ่งได้แก้วิปัสสนาญาณ ให้เกิดความแก่กล้าจนสามารถหยั่งลงสู่ริยมรรคสังขารทั้ง ๔ ได้โดยมีพระนิพพานเป็นอารมณ์ขณะใด ขณะนั้นมรรคทั้ง ๘ ก็เป็นริยมรรคสังขาร ซึ่งจะเป็นโลกุตระมรรค ดังนั้น มรรคสังขารซึ่งเป็นโลกุตระ ท่านจึงจัดเป็นความเห็นชอบ คือ สัมมาทิฐิ หรือ ปัญญาญาณขึ้นเป็นประธานเพราะสำเร็จกิจแล้วด้วยปัญญา ซึ่งเป็นปริโยสานของโภธิปักขิยธรรม

โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนี้ เมื่อสรุปแล้วก็ได้แก่มรรคมืองค์ ๘ หรือเรียกย่อ ๆ ลงแล้วก็ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา การเจริญมรรคมืองค์ ๘ หรือโภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการนั้น มิใช่เจริญกันไปคราวละองค์สององค์เท่านั้น หากแต่ทางที่ถูกแล้ว ต้องเจริญพร้อมกันไปในครั้งเดียวหรือคราวเดียวกันจึงจะสำเร็จประโยชน์ได้ และมรรคสังขารนั้น เป็นการเจริญธรรม คือ เป็นธรรมที่ต้องเจริญอบรมจิตให้เกิดขึ้น

เพราะเหตุใด พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงทรงแสดงทุกขสังขารไว้เป็นอันดับแรกใน อริยสังขาร ๔ ทั้งนี้ก็เพราะทุกข์เป็นของหายาบ รุ้ง่ายกว่าเหตุแห่งทุกข์คือสมุทัย และแท้จริงแล้วในกายและใจก็มีแต่ทุกข์เท่านั้น ที่เคลื่อนกล่นจึงสมควรให้สัตว์ทั้งหลายพิจารณาถึงความจริงของโลกว่าเป็นทุกข์หรือทุกข์สังขาร นี้เป็นอันดับที่ ๑

^{๔๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑/๖๒๖.

^{๔๘} แนบ มหานีรานนท์, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๖๘.

เมื่อผู้ปฏิบัติเห็นแล้วว่ามิแต่ทุกข์ จึงต้องการหาสาเหตุว่าอะไรที่ทำให้เกิดทุกข์ ก็จะได้รับความจริงว่าเพราะความอยาก หรือ ตัณหาอันเป็นตัวสมุทัยด้วยเหตุนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงทรงแสดงสมุทัยสังเป็นอันดับที่ ๒ เพราะสมุทัยเป็นธรรมอันสุขุม ยากที่สัตว์จะรู้ได้ในเมื่อไม่รู้จักตัวทุกข์เสียก่อน

เมื่อผู้ปฏิบัติได้เห็นโทษของสมุทัยคือตัณหาความทะยานอยากแล้ว ก็เกิดความเบื่อหน่ายในทุกข์ เมื่อเกิดความเบื่อหน่ายแล้ว ย่อมคลายความกำหนัดยินดีในกาม เมื่อตัณหาอันเป็นความกำหนัดยินดีในกามคลายออกและสิ้นสุดลงในที่ใดอันไม่มีเครื่องเสียบแทงใด ๆ ก็จะปรากฏพระนิพพานใน ที่นั้น ด้วยเหตุนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงนิโรธสังเป็นอันดับที่ ๓

เมื่อเกิดปัญญาญาณหยั่งรู้เห็นธรรมที่ดับทุกข์อันหาเครื่องเสียบแทงมิได้ คือ นิโรธแล้ว จึงกลับมารู้เหตุคือข้อปฏิบัติที่ทำให้ดำเนินไปสู่ทางถึงธรรมที่ดับทุกข์ ด้วยเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงมรรคสังเป็นอันดับที่ ๔

ดังได้กล่าวมาแล้วว่า อริยสังจรธรรมจึงต้องมี ๔ จะลดอันใดอันหนึ่งย่อมหาได้ไม่ และเมื่อเกิดปัญญาเข้าถึงสังจะข้อใดข้อหนึ่งก็เป็นอันว่าเข้าถึงสังจรธรรมทั้ง ๔

ท่านได้อุปมาความเนื่องกันของสังจรธรรมทั้ง ๔ ข้อไว้ว่า ทุกข์สังเปรียบได้กับสิ่งที่เป็นภาระอันหนัก สมุทัยสังเปรียบดังผู้แบกภาระอันหนักไว้ นิโรธสังก็เปรียบได้กับผู้ทิ้งภาระอันหนักเสีย ส่วนมรรคสังจักเปรียบได้กับอุบายวิธีที่จะละทิ้งภาระอันหนักนั้น ด้วยเหตุนี้ ปัญญาญาณที่รู้ในเหตุผลของอริยสังจรธรรมจึงต้องมีความสัมพันธ์ติดต่อกันเนื่องไปด้วยกันดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

อนึ่ง ท่านแสดงปัญญาญาณที่หยั่งรู้ในอริยสังจรธรรมทั้ง ๔ ไว้ว่า

๑. ญาณที่รู้ทุกข์ ย่อมละวิปลาสธรรมทั้งสิ้น เช่นสัสสตทิฎฐิ คือเห็นว่าเที่ยง เป็นต้น
๒. ญาณที่รู้สมุทัย ย่อมละความเข้าใจผิดในเหตุของสภาวะธรรม เช่นเคยเข้าใจว่าพระผู้เป็นเจ้าของหรือ พระอินทร์ พระพรหม เป็นผู้สร้างหรือเป็นผู้บันดาลให้เกิดขึ้น
๓. ญาณที่รู้นิโรธ ย่อมละความเห็นผิดในสิ่งที่ไม่ใช่निพพาน ว่าเป็นนิพพาน
๔. ญาณที่รู้กระแสแห่งมรรค ย่อมละความยึดมั่นถือมั่นในข้อปฏิบัติที่ผิด ซึ่งมีช่องทางที่เป็นไปเพื่อพระนิพพาน ว่าเป็นทางปฏิบัติที่เป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์^{๔๙}

หากสรุปจุดประสงค์ในกิจของญาณทั้ง ๔ นี้แล้ว ก็มีเพียงอย่างเดียว คือ เพื่อละตัณหาอันเป็นเครื่องเสียบแทง ซึ่งเป็นตัวสมุทัยเท่านั้น เพราะเมื่อตัณหาดับ ก็ชื่อว่าทุกข์ดับ

หากพิจารณารูปนามในอริยสัง ๔ นี้ จะพิจารณาเห็นความสัมพันธ์ของรูปนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง ๖ บรรพะได้ ดังนี้ คือ

๑. อานาปานาบรรพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปที่เป็นทุกข์อันเนื่องจากรูปขันธ์ ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าออกเป็นสภาวะรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเกิดขึ้น ก็เห็นรูปปรากฏชัด

^{๔๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๐/๖๗๙.

เมื่อจิตและ วิตถเจตสิก สติเจตสิก ปัญญาเจตสิก ที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงสภาวะแห่งลมหายใจเกิดขึ้น นามก็ปรากฏขึ้นชัด

๒. อิริยาบถบรรพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นอันเป็นทุกข์ ที่มีลักษณะปรากฏรูป นามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่ง การยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสัมผัสสัมผัสรู้การ เคลื่อนไหวนั้น ๆ เป็นสภาวะรูปที่ปรากฏขึ้นชัด และด้วยจิตและวิตถเจตสิก สติเจตสิก ปัญญาเจตสิกที่ น้อมสู่สภาวะธรรมที่รู้จากอาการรูปชั้นที่กำลังเคลื่อนไหว เช่น ยืน เดิน นั่ง หรือ นอนนั้น นามก็ ปรากฏชัดขึ้น

๓. สัมผัสชัญญะปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้น ทำให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความ เปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้ ได้แต่ละขณะ แม้สัมผัสชัญญะปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการ ที่เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น กิน ดื่ม คุ้ย เหยียด เป็นต้น รูปก็จะปรากฏชัด และจิตและวิตถเจตสิก สติเจตสิก ปัญญาเจตสิกที่น้อมไปสู่อารมณ์ของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ที่เคลื่อนไหวนั้น นามก็จะ ปรากฏชัด

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นแห่งธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากการกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย รูปก็จะปรากฏชัด จิตและวิตถเจตสิก สติเจตสิก ปัญญาเจตสิกที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ที่ขุมนุมเป็นรูปชั้นนั้นอย่างชัดเจน นาม ก็ จะ ปรากฏชัด

๕. ปฏิภูมมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดอารมณ์จากกายด้วยรูปชั้น ที่รู้ ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นใน อาการทั้ง ๓๒ รูปย่อมปรากฏชัด และเมื่อจิตและ วิตถเจตสิก สติเจตสิก ปัญญาเจตสิกน้อมพิจารณา อารมณ์ที่เป็นโทษภัยของรูปชั้นและความเป็นปฏิกุลและความไม่สวยงาม นาม ย่อมปรากฏชัดเจน

๖. นวสีวลิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นเป็นซากศพ ที่มีลักษณะแห่ง ซากศพ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณาว่ากายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอันเป็นความมาเสื่อมในกาย รูปจะปรากฏชัด และเมื่อจิตและ วิตถเจตสิก สติเจตสิก ปัญญาเจตสิกน้อมพิจารณาเห็นว่าความ เปลี่ยนแปลงแตกสลายภายในกายในกายนี้เกิดขึ้น นาม ก็ปรากฏชัดเจน^{๕๐}

๓.๑.๖ รูปนามแห่งปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

คำว่า ปฏิจจสมุปบาท หมายความว่า ธรรมชาติที่เป็นเหตุเป็นผลกัน อาศัยกันและกัน เกิดขึ้นติดต่อกัน ต่อเนื่องกัน และทำให้เป็นไปหรือการเคลื่อนไปของสังสารวัฏอันไม่มีที่สิ้นสุดลงได้ หรือ ว่าธรรมทั้งหลายที่เป็นเหตุและอาศัยเหตุเกิดขึ้น ชื่อว่าปฏิจจสมุปบาท แปลว่า ธรรมชาติที่อาศัยเหตุ ปัจจัยเกิด^{๕๑}

^{๕๐} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๐/๖๘๐.

^{๕๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๔/๕๘/๒๐๖.

องค์ธรรมที่เป็นเหตุปัจจัยนั้น มี ๒๔ ประการ เช่น เหตุปัจจัย อารมณ์ปัจจัย เป็นต้น และท่านยกเอาองค์ธรรมแห่งปฏิจสมุปบาทเป็นปัจจัยแก่สังขารนั้น โดยปัจจัยมีปัจจัยอะไรบางอย่างนั้น มีปัจจัย ๒๔ นี้ บางทีก็เรียกว่า มหาปฏิฐาน หรือ ปัจจยการ

เหตุและปัจจัยในที่นี้ อุปมาดังเช่น ต้นมะพร้าวเกิดขึ้นเพราะลูกมะพร้าวเป็นเหตุ เหตุก็คือลูกมะพร้าวเป็นตัวการ ที่ทำให้เกิดผลคือต้นมะพร้าว ส่วนปัจจัยเป็นตัวการสนับสนุนเหตุให้สำเร็จผล เช่น การเกิดขึ้นของต้นมะพร้าว ก็อาศัยการรดน้ำพรวนดิน เป็นต้น นี่เป็นปัจจัย

การที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงปฏิจสมุปบาทธรรม ก็เพื่อจะให้เป็นที่ตั้งแห่งการพิจารณาให้เป็นความจริงของสภาวะธรรม ที่เกิดขึ้นและเป็นไปเองด้วยเหตุปัจจัย หากได้มีผู้หนึ่งผู้ใดหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใด ๆ เป็นผู้สร้างหรือบันดาล ทั้งนี้ก็เพื่อจะให้เกิดปัญญา ความเห็นถูก อันเป็นเหตุให้ละความเห็นผิดที่เคยเห็นว่าโลกเที่ยง หรือ มีอดีตชาติตัวตน เป็นต้น

ปฏิจสมุปบาทธรรมนี้ เป็นภูมิหรือเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาด้วยหมวดหนึ่งในจำนวนวิปัสสนาภูมิทั้ง ๖ แต่ในที่นี้จะกล่าวโดยสังเขปพอแก่ความต้องการตามสมควรเท่านั้น เพราะปฏิจสมุปบาทเป็นธรรมที่มีความละเอียดลึกซึ้งมากแต่ละบทแต่ละตอนขององค์ธรรมนั้น มีเนื้อหาความกว้างขวางสลับซับซ้อนยิ่งนัก ถ้าหากท่านผู้ที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมีความรู้ความเข้าใจในมหาสติปฏิฐานได้ดีแล้วก็ย่อมจะเห็นความมหัศจรรย์ในพระปัญญาของพระผู้มีพระภาคเจ้า ว่าเป็นเลิศได้อย่างดียิ่ง และอานิสงส์ของการเข้าถึงในมหาสติปฏิฐาน จะป้องกันมิให้มีฉันทิภูมิจิตเกิดขึ้นแก่ท่านผู้นั้นได้

ปฏิจสมุปบาท ท่านกล่าวว่าว่ามีองค์ ๑๒ คือ องค์ธรรมที่จัดขึ้นเป็นปฏิจสมุปบาทนั้นมี ๑๒ แต่ในองค์ธรรมทั้ง ๑๒ ถ้านับโดยปัจจัย คือ นับในระหว่างองค์ก็ได้คือ ๑๑ ปัจจัยดังต่อไปนี้

องค์ที่ ๑	อวิชชา	เป็นปัจจัยแก่	สังขาร
องค์ที่ ๒	สังขาร	เป็นปัจจัยแก่	วิญญาน
องค์ที่ ๓	วิญญาน	เป็นปัจจัยแก่	นามรูป
องค์ที่ ๔	นามรูป	เป็นปัจจัยแก่	อายตนะ
องค์ที่ ๕	อายตนะ	เป็นปัจจัยแก่	ผัสสะ
องค์ที่ ๖	ผัสสะ	เป็นปัจจัยแก่	เวทนา
องค์ที่ ๗	เวทนา	เป็นปัจจัยแก่	ตัณหา
องค์ที่ ๘	อุปาทาน	เป็นปัจจัยแก่	ภพ
องค์ที่ ๙	ภพ	เป็นปัจจัยแก่	ชาติ
องค์ที่ ๑๐	ชาติ	เป็นปัจจัยแก่	ชรา มรณะ
องค์ที่ ๑๑	ชรา มรณะ	เป็นปัจจัยแก่	โสกะ ปริเทวะ ทุกขโทมนัสฯ ^{๕๒}

^{๕๒} ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗๓๖/๘๑๑.

องค์ธรรมที่เป็น โสกะ ปรีทเวหะ ทุกข โทมนัสฯ เหล่านี้ ท่านมิได้นับเข้าเป็นองค์ธรรมของปฏิจจสมุปบาท แต่องค์ธรรมเหล่านี้ก็เป็นอาณิสสของปฏิจจสมุปบาท จึงยกเอามาแสดงเพื่อให้เห็นว่าปฏิจจสมุปบาทนั้น เป็นไปเพื่อลวงความพันทุกข์

การที่ท่านยกเอาอวิชชาขึ้นมากล่าวเป็นเบื้องต้นนั้น หาใช่ว่า อวิชชาเป็นสิ่งที่เกิดก่อนหาได้ไม่เป็นเพียงแต่ให้รู้ว่า อวิชชาเป็นประธานในปฏิจจสมุปบาทเท่านั้น เพราะเหตุแห่งปฏิจจสมุปบาทเป็นกฎแห่งวัฏฏะ ติดต่อกันเป็นวงกลม นั้นจึงไม่สามารถจะหาเบื้องต้นและเบื้องปลายได้

ด้วยเหตุดังกล่าวนี้ องค์ธรรมแห่งปฏิจจสมุปบาท ๑๒ องค์ธรรมนี้ ท่านจึงกล่าวว่าเป็นภวจักร คือ เป็นตัวจักรที่หมุนไปในสังสารวัฏ โดยไม่รู้จบรู้สิ้นได้ ในภวจักรทั้ง ๑๒ อย่างนี้ ท่านถือว่าอวิชชาเป็นจักรอันสำคัญยิ่ง และในองค์ธรรมทั้ง ๑๒ ของปฏิจจสมุปบาทนั้น ถ้านับตามปัจจัย คือ นับระหว่างขององค์ธรรมนั้น ก็ได้ ๑๑ ปัจจัย เพราะนับตั้งแต่อวิชชาเป็นปัจจัยแก่สังขารเรื่อยไปจนถึงขรา มรณะ ก็จะได้ ๑๑ ปัจจัย เพราะนับตั้งแต่อวิชชาเป็นปัจจัยแห่งสังขารเรื่อยไปจนถึง ขรา มรณะ ก็ได้ ๑๑ ปัจจัย ดังกล่าวมาในข้างต้นนี้

ในภวจักรทั้ง ๑๒ อย่างนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงแก่สัตว์โลกมี ๔ นัยด้วยกัน คือ

นัยที่ ๑ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงเบื้องต้นจนถึงเบื้องปลาย ได้แก่ อวิชชาไปจนถึงขรา มรณะ แก่สัตว์ที่กำเนิดในขลาปุชชะ (เกิดในครรภ์) ในอัมตชะ (เกิดในไข่) และในสังเสทชะ (เกิดในถ้ำโคล) เพราะมนุษย์มีเวทนามาก มีทุกข์มาก มีความสงสัยมาก จึงทรงแสดงอย่างนี้

นัยที่ ๒ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงตั้งแต่เวทนา ถึง มรณะ ได้แก่ ท่ามกลางถึงที่สุดแก่พวกสัตว์ที่ได้กำเนิดเป็นโอปปาติกะ (เกิดโดยผุดขึ้นในทันทีทันใด) เช่น พวกเทวดา เป็นต้น และเมื่อจะจุติก็จะหายไปทันที ไม่ทอดทิ้งซากไว้ ทั้งนี้พวกเทวดามีสุขมากเสวยสุขเวทนามาก พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงทรงแสดงตั้งแต่เวทนาจนถึงมรณะ

นัยที่ ๓ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงเบื้องปลายไปหาเบื้องต้น ได้แก่ มรณะ ไปจนถึงอวิชชา แก่สัตว์ในจำพวกที่ยึดมั่นอยู่ในสัสสตทิฏฐิที่เห็นว่าสัตว์และโลกเที่ยง

นัยที่ ๔ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดง ตัณหา ไปจนถึง อวิชชา แก่สัตว์ที่ยึดมั่นอยู่ด้วยอุจเฉททิฏฐิ ที่เห็นว่าสัตว์และโลก หรือ กรรมนั้น ตายแล้วต้องขาดสูญไปทั้งสิ้น

องค์ธรรมของปฏิจจสมุปบาททั้ง ๑๒ องค์นี้ แต่ละองค์ธรรมได้แก่อะไรบ้างนั้นมีดังต่อไปนี้^{๕๓}

องค์ธรรมที่ ๑ อวิชชาตามนัยแห่งพระสูตร คือ ความไม่รู้จักความจริง ๔ อย่าง คือ อริยสัจ ๔ ส่วนตามนัยแห่งพระอภิธรรมนั้น คือ ความไม่รู้ ๘ อย่างคือ ไม่รู้ อริยสัจ ๔ ไม่รู้อดีต ๑ ไม่รู้อนาคต ๑ ไม่รู้ทั้งอดีตและอนาคต ๑ ไม่รู้ปฏิจจสมุปบาท ๑ รวมเป็น ๘

องค์ธรรมที่ ๒ สังขาร คือ อภิสังขาร ๓ ได้แก่ ปุญญาภิสังขาร ๑ อุปัญญาภิสังขาร ๑ และอนัญญาภิสังขาร ๑ (คือ กุศล ๘ อกุศล ๑๒ มหัคคกุศล ๙)

^{๕๓} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗๓๖/๘๑๓-๘๑๕.

องค์ธรรมที่ ๓ วิญญาณ คือ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ ซึ่งได้แก่โลกียวิบาก วิญญาณ ๓๒ มีปฏิสนธิวิญญาณ เป็นต้น

องค์ธรรมที่ ๔ นาม รูป นามในที่นี้ได้แก่ เจตสิกชั้น ๓ คือ เวทนา สัญญา สังขาร และรูป ในที่นี้ได้แก่ กัมมัชรูป ๒๐

องค์ธรรมที่ ๕ आयตนะ คือ आयตนะ ๖ อันเป็นเครื่องต่อระหว่าง หรือ ที่ประชุมหรือ ที่เกิดคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ

องค์ธรรมที่ ๖ ผัสสะ คือ การกระทบของอารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ มี จักขุผัสสะ เป็นต้น ได้แก่ผัสสะเจตสิกในวิบาก ๓๒ ดวง

องค์ธรรมที่ ๗ เวทนา คือ เวทนาเจตสิก ได้แก่การเสวยอารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ มีอุเบกขา เวทนา เป็นต้น

องค์ธรรมที่ ๘ ตัณหา คือ โลภะเจตสิก ได้แก่ความยินดีพอใจเพติดเพลินอยู่ในอารมณ์ทั้ง ๖ ที่ได้ประสบอยู่ หรือตั้งรณปรารถนาอยู่แม้ยังไม่ได้ประสบกับสิ่งนั้น

องค์ธรรมที่ ๙ อุปาทาน คือ โลภะเจตสิกและทิฏฐิเจตสิก ได้แก่ ความติดแน่นหรือยึดแน่น ในอารมณ์ทางทวารทั้ง ๖ ที่ตนปรารถนา

องค์ธรรมที่ ๑๐ ภพ คือ ความฝักใฝ่ในการเกิดขึ้น หรือ การเกิดขึ้นของเบญจขันธ์ ซึ่ง ได้แก่ เจตนาเจตสิก กับวิบากจิต และกัมมัชรูป

องค์ธรรมที่ ๑๑ ชาติ คือ การเกิดขึ้น หรือการได้กำเนิด หรือการหยั่งลงในกำเนตทั้ง ๔ มี ชลาพุชะ เป็นต้น

องค์ธรรมที่ ๑๒ ชรา มรณะ คือ ความนำไปสู่ความเสื่อมไม่ยั่งยืน ความแตกสลาย ความตายหรือความดับหรือการสลายแห่งเบญจขันธ์ ซึ่งได้แก่ความตาย ๔ อย่าง มีการสิ้นอายุ เป็นต้น

ภวจักรหรือองค์ธรรมแห่งปฏิจสมุปบาท อันมีนัยแห่งการละกิเลส^{๕๔} คือ การพิจารณา ด้วยปัญญา รู้แจ้งตามความเป็นจริงแห่งความเป็นไปขององค์ธรรมแห่งปฏิจสมุปบาทนั้นย่อมทำลาย กิเลสธรรม มีวิปลาส เป็นต้น ให้ระงับไปตามควรแก่การเห็นเมื่อรู้ว่า

๑. เพราะอวิชชา มี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร ย่อมละความเห็นผิดที่เคยเห็นว่าธรรมทั้งหลายมีผู้สร้าง หรือ มีผู้บันดาลให้เกิดขึ้น เช่น พระผู้เป็นเจ้าของ หรือ พระอินทร์พระพรหม เป็นต้น

๒. เพราะสังขารมี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ มีปฏิสนธิวิญญาณ เป็นต้น ย่อมละความเห็นผิดที่เคยเห็นว่า มีตัวมีตนในเบญจขันธ์ เป็นต้น

๓. เพราะวิญญาณมี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป ได้แก่เจตสิกและกัมมัชรูปย่อมละความเห็นผิดที่เคยเห็นว่าสังขารเป็นสิ่งที่เบ็นสาระมั่นคง เป็นต้น

^{๕๔} วรรณสิทธิ ไทยะเสวี, **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ**, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ปัญญาสาร มูลนิธิแนบมหาธีรารานนท์, ม.ป.ป.), หน้า ๗๑-๗๔.

๔. เพราะนามรูปมี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดอายตนะ ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ย่อมละความเห็นผิด ที่เคยเห็นว่าเราเป็นผู้หนึ่ง ผู้หนึ่ง เราเป็นผู้เห็น เราเป็นผู้ได้ยิน เป็นต้น

๕. เพราะอายตนะมี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะ ได้แก่ผัสสะเจตสิก มีจักขุสัมผัสผัสสะ เป็นต้น ย่อมละความเห็นผิด ที่เคยเข้าใจว่ามีการถูกต้องสัมผัสเป็นอารมณ์

๖. เพราะผัสสะมี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา ได้แก่เวทนาเจตสิก มีอุเบกขาเวทนา เป็นต้น ย่อมละความเห็นผิด ที่เคยเข้าใจว่ามีตัวมีตนเป็นผู้สวเวทนาที่เป็นสุขและที่เป็นทุกข์

๗. เพราะเวทนามี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา ได้แก่โลภะเจตสิกที่มีความยินดีพอใจ เพลิดเพลินอยู่ในอารมณ์ ๖ ย่อมละความปรารถนาหรือความยินดีพอใจในภพต่าง ๆ

๘. เพราะตัณหามี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน ได้แก่โลภะเจตสิกและทวิภูตเจตสิกที่มีความยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์ ๖ ย่อมละความยึดถือในอารมณ์มีความเห็นผิด เป็นต้น

๙. เพราะอุปาทานมี จึงเป็นปัจจัยให้เกิดภพ ได้แก่เจตนาเจตสิกวิบากจิตกับกัมมัชรูปมีความเกิดขึ้นของขันธ ย่อมละความเห็นผิดที่เคยเห็นว่า เบญจขันธนั้นดับและสูญหมด

๑๐. เพราะมีภพ จึงเป็นปัจจัยให้เกิดชาติ คือความเกิดขึ้นในกำเนิด ๔ ย่อมละความเห็นผิดที่เคยเห็นว่า การเกิดขึ้นของเบญจขันธนั้น เป็นความสุข

๑๑. เพราะชาติมี จึงเป็นปัจจัยให้มีชรา และมรณะ คือความเสื่อมความแตกทำลายแห่งขันธ มรณะ ได้แก่ ความตาย ๔ อย่าง ย่อมละความเห็นผิดที่เคยเห็นว่า เบญจขันธนี้ เป็นของงามหรือเที่ยง เป็นต้น

องค์ธรรมแห่งปฏิจจนสมุปบาท หรือ ภาวจักรนั้น เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกันอย่างไร จะสามารถอธิบายโดยสังเขปได้ คือ^{๕๕}

๑. อวิชชาเป็นปัจจัยแห่งสังขาร

๑.๑. อวิชชาเป็นปัจจัยแห่งบุญญาภิสังขาร ก็เพราะไม่รู้ตามความเป็นจริงในอริยสัจทั้ง ๔ มีทุกขสัจ เป็นต้น ซึ่งความเกิดขึ้นของสังขารนั้น เป็นไปเพื่อทุกข์โดยอเนกประการที่แผงอยู่ในวิบากของผลแห่งบุญ ทั้งนี้ก็เพราะอำนาจของอวิชชาปิดบังไว้ จึงทำให้เห็นไปว่า ถ้าหากเราได้บำเพ็ญกุศลอย่างนั้น ๆ แล้วเราจะได้ไปเกิดในภพที่ดีจะทำให้เราได้รับความสุขในมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติหรือพรหมสมบัติ(รูปพรหม) และเมื่ออวิชชาทำให้ไม่รู้ และความเข้าใจผิดเช่นนี้แล้ว ตัณหาจึงเกิดขึ้นทำให้มีความยินดีและปรารถนาในกามเหล่านั้น ก็ต้องตั้งใจทำความเพียรอันมี ทาน ศีล และ เจริญรูปาวจรกุศล เพื่อที่จำทำให้ได้รับผล คือ วิบากอย่างนั้น ๆ เช่นนี้เรียกว่า เพราะอวิชชา จึงเป็นปัจจัยให้เกิดบุญญาภิสังขาร ได้แก่กามาวจรกุศล กับรูปาวจรกุศล ซึ่งมีทั้ง ๒ ปัจจัย คือ อารัมมณปัจจัย กับ อุปนิสสยปัจจัย

^{๕๕} วรรณสิทธิ ไททยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ, หน้า ๗๕.

๑.๒. อวิชชาเป็นปัจจัยแก่อุปัญญาภิสังขาร ก็เพราะด้วยความที่ไม่รู้ในโทษของอกุศลกรรมว่า เป็นเหตุให้ได้รับผลเป็นความทุกข์ มีอกุศลวิบาก เป็นต้น ด้วยความที่เข้าใจว่า การทำอกุศลนั้น จะนำไปเพื่อความสุข จึงมีความตั้งใจและเจตนาที่เป็นเหตุให้ปรากฏขึ้นแห่งอกุศลกรรมมีการฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ เป็นต้น ดังนี้เพราะอวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปัญญาภิสังขาร หรือ อกุศลกรรม ซึ่งมีเหตุปัจจัยให้เกิด ๑๕ ปัจจัย ได้แก่ อารัมมณปัจจัย อธิบัติปัจจัย อุปนิสสยปัจจัย เป็นต้น

๑.๓. อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดอเนญชาภิสังขาร ก็เพราะไม่รู้ข้อปฏิบัติทางดำเนินไปสู่ความพ้นทุกข์คือ มรรคมีองค์ ๘ เพื่อให้ก้าวล่วงทุกข์โศกเศร้าและถึงซึ่งพระนิพพาน อันเป็นอสังขตธรรม อันเป็นที่สุดแห่งทุกข์ จึงมีความยินดีเจตนาประกอบด้วยกรรม คือ ทำความเพียรในข้อปฏิบัติเพื่อให้ได้รูปฌาน มีการบำเพ็ญตบะ เป็นต้น เพราะเข้าใจว่า อรูปพรหม เป็นความสุขที่มั่นคงแน่นอน เชื่อว่าการที่ไปเกิดเป็นอรูปพรหมนั้น คือ นิพพาน เป็นที่พ้นทุกข์ได้ ไม่มีการเกิด แก่ เจ็บ หรือ ตาย อีกต่อไป ด้วยเหตุนี้อวิชชาเองจึงให้เกิดความเข้าใจผิด เช่นนั้น อันเป็นปัจจัยให้ทำความเพียรเพื่อไปสู่รูปฌาน ซึ่งเรียกว่า อเนญชาภิสังขาร และมีปัจจัยเดียว คือ อุปนิสสยปัจจัย^{๕๖}

๒. สังขารเป็นปัจจัยแก่วิญญาณ

๒.๑. ปุัญญาภิสังขาร คือ เจตนาที่เป็นกามาวจรกุศล ๘ ดวง กัมมรูปาวจรกุศล ๕ ดวง รวม ๑๓ ดวง และเฉพาะกามาวจรกุศล ๘ ดวง เป็นปัจจัยแก่วิบากวิญญาณ ๑๖ ดวง คือ มหาวิบาก ๘ ดวง กับ อเหตุกกุศลวิบาก ๘ ดวง^{๕๗}

ส่วนรูปาวจรกุศล ๕ เป็นปัจจัยแก่วิบากวิญญาณ คือ รูปาวจรวิบาก ๕ ดวง เจตนาที่เป็นบุญ ๑๓ ดวงนี้เป็นได้ทั้งปฏิสนธิ และ ปวัตติกาล

๒.๒. อุปัญญาภิสังขาร เป็นปัจจัยแก่วิบากวิญญาณ ๗ ดวง คือ อเหตุกอกุศลวิบาก ๗ ดวง ในวิบากวิญญาณที่เกิดจากอุปัญญาภิสังขาร ๗ ดวงนี้ เป็นได้ทั้งปฏิสนธิและปวัตติกาล

๒.๓. อเนญชาภิสังขาร คือ เจตนาที่ประกอบในอรูปาวจรกุศลจิต ๔ ดวง เป็นปัจจัยให้เกิดอรูปาวจรวิบาก ๔ ดวง ซึ่งเป็นได้ทั้งปฏิสนธิและปวัตติกาลในอรูปพรหม ๔ ภูมิ

ดังนั้น สังขาร ๓ เป็นปัจจัยแก่วิญญาณมี ๒ ปัจจัยคือ กรรมปัจจัยและอุปนิสสยปัจจัย การที่สังขาร ๓ คือ กรรม เป็นปัจจัยแก่ปฏิสนธิวิญญาณนั้น ก็เพราะว่าสัตว์ทั้งหลายได้สั่งสมกรรมที่เป็นไปเพื่อความเกิดขึ้นแห่งปฏิสนธิวิญญาณ และด้วยอำนาจแห่งความมีตมของอวิชชาเป็นปัจจัยให้ทำกรรม โดยเป็นอกุศลกรรมบ้าง อกุศลกรรมบ้าง ครั้นเมื่อถึงเวลาที่สัตว์จะต้องจุติ คือ ตายไปจากภพที่ตนอยู่นั้น กรรมที่สัตว์ได้สั่งสมไว้แล้วเป็นกรรมภพ คือกรรมที่จะนำไปสู่ปฏิสนธิในภพอื่นอีกต่อไป พร้อมทั้งอำนาจของตัณหาanusสัย ซึ่งเปรียบเหมือนยางเหนียวอยู่ในพืช ที่สัตว์ยังละไม่ได้ ก็จะตกแต่งอารมณ์ไปบังเกิดขึ้น เพื่อให้เป็นเครื่องยึดเหนี่ยวของปฏิสนธิจิตในเวลาสัตว์กำลังใกล้จะตาย

อุปมาดังเชือกที่ผูกสำหรับเป็นเครื่องเกาะเครื่องยึดของบุคคล ที่จะจับโยนข้ามห้วยไปฉะนั้น เพราะไม่สามารถจะข้ามห้วยน้ำไปได้โดยตัวเปล่า จิตของสัตว์ทั้งหลายนั้นก็ต้องอาศัยเป็นไป

^{๕๖} แนบ มหานีรานนท์, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๗๗.

^{๕๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๗๘.

ตามอารมณ์เช่นเดียวกัน เมื่อเหยียบฝั่งโน้น ซึ่งเปรียบด้วยภพใหม่ในขณะที่ใดปฏิสนธิจิตก็จะตั้งขึ้นในขณะนั้น กล่าวคือสัตว์เหล่านั้นได้ภพใหม่นั้นเอง

เชื่อกเปรียบเหมือนกับอารมณ์ ผังตรงข้ามเปรียบเหมือนกับภพใหม่ กรรมซึ่งมีอวิชชาเป็นปัจจัยนั้น เป็นผู้ตกแต่งไว้ให้ ตามแต่จะเลวหรือประณีตการผูกเชือกไว้กับต้นไม้เพื่อโหนตัวนั้นได้แก่กิเลส ผู้ที่เกาะหรือผู้ที่จะโหนเชือกไป ได้แก่ ปฏิสนธิวิญญาณ ๑๙ ดวง (คือ อกุศลวิบาก ๘ มหัคคตวิบาก ๙ อเหตุกอุเบกขาสันตริณ ๒) แล้วแต่จะเป็นดวงใดดวงหนึ่ง

อารมณ์ในที่นี้ ได้แก่ กรรม กรรมนิमित คตินิมิต ที่ปรากฏตามทวารทั้ง ๖ ในเมื่อสัตว์ใกล้จะตาย^{๕๘}

๓. วิญญาณเป็นปัจจัยแก่นามรูป

ในเรื่องนี้ได้แยกเป็น ๓ นัย คือ วิญญาณเป็นปัจจัยแก่นามอย่างเดียว ๑ นัย วิญญาณเป็นปัจจัยแก่รูปอย่างเดียว ๑ นัย และวิญญาณเป็นปัจจัยแก่นามรูปอีก ๑ นัย^{๕๙}

นาม ได้แก่ชั้น ๓ นัย คือ เวทนา สัญญา สังขาร ส่วน รูปได้แก่มหาภูตรูป กับอุปาทयरูป

๓.๑. อรูปวิบากวิญญาณ ๔ ดวง เป็นปัจจัยแก่นามอย่างเดียวในอรุปภูมิทั้ง ๔ โดยนามโอปปาติกกำเนิด

๓.๒. ปัญจมนานกุตลที่เกี่ยวข้องกับสัญญาวิราคะ ๑ ดวง เป็นปัจจัยแก่รูปอย่างเดียวในอสัญญาสัตตภาณุมิ โดยรูปโอปปาติกกำเนิด

๓.๓. ปฏิสนธิวิญญาณที่เหลืออีก ๑๕ เป็นปัจจัยแก่นามรูปใน ๒๖ ภูมิโดยกำเนิดทั้ง ๔

๔. นามรูปเป็นปัจจัยแก่อายตนะ

๔.๑. นาม คือ เจตสิก ๕๒ หรือนามชั้น ๓ เป็นต้น เป็นปัจจัยแก่มนายตนะอย่างเดียว คือ เป็นปัจจัยแก่อรุปพรหมในปฏิสนธิกาล ๗ ปัจจัยมีสหชาติปัจจัย เป็นต้น ส่วนนามที่มีใช้วิบาก เป็นปัจจัยแก่อรุปพรหม ๖ ปัจจัยโดยไม่มีวิบากปัจจัย ส่วนนามที่เป็นวิบากใน ปัญจโวการภพ เป็นปัจจัยแก่มนายตนะทั้งปฏิสนธิและปวัตติกาล มี ๗ ปัจจัย อย่างเดียวกันกับในอรุปพรหม ส่วนนามที่ไม่ใช้วิบากเป็นปัจจัยแก่มนายตนะ ที่ไม่มีใช้วิบาก ๖ ปัจจัย โดยเว้นวิบากปัจจัย^{๖๐}

อนึ่ง นามที่มีใช้วิบาก และที่เป็นวิบาก ย่อมอันที่เป็นปัจจัยแก่อายตนะทั้ง ๕ มีจักขวยตนะ เป็นต้น มี ๔ ปัจจัย คือ ปัจฉชาติปัจจัย เป็นต้น

๔.๒. รูป (กัมมัชรูป) เป็นปัจจัยแก่อายตนะนั้น เฉพาะ หทัยรูปเป็นปัจจัยแก่มนายตนะ ในปฏิสนธิและปวัตติกาล ๖ ปัจจัย มีนิสสยปัจจัย เป็นต้น

^{๕๘} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๔/๕๘/๒๑๐.

^{๕๙} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๓๓/๓๖๙.

^{๖๐} ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๐๖/๒๖๗.

มหาภูตรูป ๔ เป็นปัจจัยแก่มนายตะ ในปัญญาโวหารภพทั้งในปฏิสนธิ และ
 ปวัตติกาล ๔ ปัจจัย มีสหชาติปัจจัยเป็นต้น

ชีวิตรูป เป็นปัจจัยแก่อายตนะทั้ง ๕ มี ๓ ปัจจัย ได้แก่อตฺถิปัจจัยเป็นต้น ทั้งใน
 ปฏิสนธิและปวัตติกาล

อาหารรูป เป็นปัจจัยเฉพาะในปวัตติกาลแก่สัตว์ทั้งหลายที่อาศัยกวจิณการหาร

ปสาทรูป เป็นปัจจัยแก่มนายตนะ เฉพาะทวิปัญจวิญญาณ มี ๖ ปัจจัย มีสหชาติ
 ปัจจัย เป็นต้น

๔.๓. นามรูป เป็นปัจจัยแก่อายตนะ ๖ คือ นามซึ่งเป็นวิบาก กับ หทัยรูปเป็น
 ปัจจัยแก่มนายตนะในปัญญาโวหารภพ เฉพาะในปฏิสนธิกาล ๗ ปัจจัย มีสหชาติปัจจัย เป็นต้น

อนึ่ง นามซึ่งเป็นวิบาก กับ มหาภูตรูป เป็นปัจจัยแก่อายตนะ ๕ มี ๖ ปัจจัย คือ
 อินทรีย์ปัจจัย เป็นต้น ทั้งในปฏิสนธิกาล และ ปวัตติกาล

๕. อายตนะ ๖ เป็นปัจจัยแก่ผัสสะ

คำว่า ผัสสะ^{๖๑} หมายถึง เจตสิกธรรม ซึ่งมีหน้าที่ทำให้จิตกระทบกับอารมณ์ทั้ง ๖ ซึ่ง
 เป็นไปตามทวารทั้ง ๖ ซึ่งมีจักขุสัมผัสผัสสะ เป็นต้น

เพราะอายตนะ ๖ มี จึงเป็นปัจจัยแก่ผัสสะนั้น หมายถึงอายตนะภายนอกรวมอยู่
 ด้วยคือ อายตนะภายในกับอายตนะภายนอกกระทบกันเข้า จึงเกิดผัสสะคือ ความถูกต้องสัมผัส
 อารมณ์นั้นจึงเกิดขึ้นได้ ฉะนั้น เมื่อผัสสะเกิดขึ้น จึงมีองค์ประชุม ๓ อย่างคือ อารมณ์ ทวาร และ
 วิญญาณ องค์ธรรมทั้ง ๓ อย่างนี้ จะมีพร้อมกันอยู่ในองค์ของผัสสะ

อายตนะ ๖ ย่อมเป็นปัจจัยแก่ผัสสะ ๖ เฉพาะในกามภพที่มีอายตนะ ๖ ทั้งนี้ไม่
 กล่าวโดยพิสดาร ส่วนในรูปภพ ๑๕ ภูมิ ย่อมได้อายตนะ ๓ คือ ภายใน ๓ ภายนอก ๓ ย่อมเป็นปัจจัย
 แก่ผัสสะ ๓ มีจักขุสัมผัสผัสสะ เป็นต้น และในอรุภพทั้ง ๔ ภูมินั้น ได้เฉพาะมนายตนะเป็นปัจจัยแก่มน
 สัมผัสสะอย่างเดียว

อายตนะ ๖ ที่เป็นปัจจัยแก่ผัสสะ ถ้ากล่าวโดยส่วนรวมก็ได้ ๑๒ ปัจจัย มีสหชาติ
 ปัจจัย อัญญมัญญปัจจัย เป็นต้น ถ้าจำแนกโดยเฉพาะส่วนของแต่ละอายตนะแล้ว อายตนะภายใน ๕
 มีจักขุอายตนะ เป็นต้น เป็นปัจจัยแก่ผัสสะมี ๖ ปัจจัย ได้แก่ นิสสยปัจจัย ปุเรชาติปัจจัย เป็นต้น และ
 เฉพาะมนายตนะ เป็นปัจจัยแก่ผัสสะคือมโนสัมผัสผัสสะ มี ๙ ปัจจัย ได้แก่ สหชาติปัจจัย นิสสยปัจจัย
 เป็นต้น

ส่วนอายตนะภายนอก คือ อารมณ์ทั้ง ๕ มีรูปารมณ์ เป็นต้น เป็นปัจจัยแก่สัมผัสผัสสะ
 ทั้ง ๕ ได้แก่จักขุสัมผัสผัสสะ เป็นต้น มี ๔ ปัจจัย คือ อารัมณปัจจัย ปุเรชาติปัจจัย เป็นต้น ส่วน
 ธรรมายตนะเป็นปัจจัยแก่มนสัมผัสผัสสะโดยอารัมณปัจจัยเท่านั้น

^{๖๑} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๗๓/๓๖๙.

๖. ผัสสะเป็นปัจจัยแก่เวทนา

คำว่า เวทนา หมายความว่า สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นเพื่อเสวยอารมณ์ตามทวารทั้ง ๖ ตามที่ผัสสะได้กระทำให้กระทบถูกต้องกัน ทั้งนี้อาจกล่าวโดยย่อได้ว่า^{๖๒}

ผัสสะที่เกิดทางทวาร ๕ มีจักขุสัมผัสผัสสะ เป็นต้น เป็นปัจจัยแก่เวทนาที่เกิดตามทวารทั้ง ๕ มี ๘ ปัจจัย ได้แก่ สหชาติปัจจัย อัญญมัญญปัจจัย เป็นต้น ในปัจจัยทั้ง ๘ นี้ หมายถึง ผัสสะที่เกิดแก่ปัญจวิญญาณ และเป็นปัจจัยแก่เวทนาในปัญจวิญญาณด้วย และผัสสะที่เกิดขึ้นแก่ปัญจวิญญาณนี้ จะเป็นปัจจัยแก่เวทนาในสัมปฏิจฉันนะ หรือ สันตிரณะ และ ตทาลัมภณะ โดย อุปนิสสยปัจจัยเดี่ยวเท่านั้น

ส่วนผัสสะที่เกิดจากมโนทวาร ก็ย่อมเป็นปัจจัยแก่เวทนาในที่นั้น ๆ และผัสสะที่เกิดกับวิบากในปฏิสนธิ ภวังค์ จุติ ในภุมิ ๓ ก็มีปัจจัยเหมือนกันและก็เป็นปัจจัยแก่วิบากที่เป็นตทาลัมภณะ โดยอุปนิสสยปัจจัยอย่างเดี่ยวเท่านั้น ตั้งแต่วิบากวิญญาณเป็นต้นมา จนถึงเวทนา เป็นธรรมที่นับเนื่องอยู่ในตอนของผลในปัจจุบัน

๗. เวทนาเป็นปัจจัยแก่ตัณหา

เพราะเวทนาเป็นปัจจัย จึงมีตัณหา เวทนาในที่นี้ หมายถึงสุขเวทนาโดยเฉพาะส่วนเวทนานอกนั้น นับเข้าโดยปริยาย เพราะเมื่อผัสสะกระทบอารมณ์อะไรแล้ว ก็เป็นปัจจัยให้เกิดสุขเวทนา คือทำให้เกิดความสบายแก่จิตใจ ซึ่งเป็นธรรมชาติของสัตว์ที่มีกิเลสตัณหาก็ย่อมยินดีเพลิดเพลินและปรารถนาอยู่ในอารมณ์นั้น ๆ และเวทนาเป็นปัจจัยแก่ตัณหาโดยอุปนิสสยปัจจัยเดี่ยวเท่านั้น^{๖๓}

ตัณหาในที่นี้ ถ้าจะกล่าวโดยย่อก็มี ๖ ที่เป็นไปตามทวารทั้ง ๖ และอารมณ์ทั้ง ๖ แต่อาการเป็นไปของตัณหาอันมี ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหา และวิภวตัณหา

ที่กล่าวว่าเวทนาเป็นปัจจัยแก่ตัณหาอัน เป็นเฉพาะแก่ผู้มีกิเลส ส่วนผู้ที่สิ้นอาสวกิเลสแล้ว เวทนาจึงไม่เป็นปัจจัยแก่ตัณหา

๘. ตัณหาเป็นปัจจัยแก่อุปาทาน

เพราะตัณหาเป็นปัจจัย จึงมีอุปาทาน องค์ธรรมของอุปาทาน ได้แก่ โลภะและทิฏฐิ คือเมื่อความปรารถนาอันเกิดจากตัณหาอันแรงกล้า จิตใจก็เข้าเกาะกุมยึดแน่นในอารมณ์ที่ยึดมั่นอันเนื่องด้วยความเห็นผิดก็เกิดขึ้น เรียกว่า อุปาทาน ฉะนั้น ตัณหาจึงเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน^{๖๔}

อารมณ์ที่เป็นสิ่งยึดถือของอุปาทานมี ๔ ประการ คือ

๘.๑. กามุปาทาน ได้แก่ยึดมั่นถือมั่นในกามรมณ์

๘.๒. ทิฏฐุปาทาน ได้แก่ยึดมั่นถือมั่นว่ากรรมที่ทำนั้นไม่มีผล หรือ ซาติหน้าไม่มี

สังสารวิภูไม่มี

^{๖๒} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๔/๕๐๑-๕๐๒.

^{๖๓} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗๓๖/๘๒๒.

^{๖๔} แนบ มหานีรานนท์, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๘๓.

๘.๓. สีสัพทอุปาทาน ได้แก่อึดมั่นถือมั่นข้อปฏิบัติที่ผิดอันมิใช่ทางสู่พระนิพพาน
ว่าเป็นทางไปสู่พระนิพพาน

๘.๔. อัตตวาอุปาทาน ได้แก่ความยึดมั่นถือมั่นว่ามีอัตตาตัวตนที่นอกไปจาก
เบญจขันธ์ หรือ ว่าเบญจขันธ์เป็นตัวเป็นตน เป็นต้น

๙. อุปาทานเป็นปัจจัยแก่ภพ

เพราะอุปาทานเป็นปัจจัยถึงมีภพ ภพในที่นี้กล่าวว่ามี ๒ อย่าง คือ ๑. กัมมภพ
๒. อุปัตติภพ กัมมภพ คือ เจตนา ๒๙ ที่สัมปยุตกับอกุศล ๑๒ เป็นต้น ส่วนอุปัตติภพ คือ ภพทั้ง ๙
มีปัญจโวหารภพ เป็นต้น^{๖๕}

คำว่า ภพ หมายความว่า เป็นเหตุก่อให้เกิดขึ้น หรือการเกิดขึ้นฉะนั้นภพทั้ง ๒ อย่าง
นี้ จึงเกิดขึ้นจากอุปาทาน เพราะเมื่อมีความยึดมั่นถือมั่นอยู่ในสิ่งใดก็ย่อมมีเจตนาพยายามที่จะกระทำ
สิ่งนั้นเจตนาจึงสำเร็จเป็นกรรมขึ้นแล้วก็เป็นที่ก่อให้เกิดภพขึ้น อุปมาเหมือนกับผู้ที่คิดอยากได้ที่
อยู่ ก็จะเขียนแปลนบ้านที่จะเป็นที่อยู่อาศัยขึ้นตรงตามความต้องการของตน แล้วก็สร้างบ้านนั้น
ตามแปลนที่ตนเขียนขึ้นมา คือ เพราะเนื่องด้วยอุปาทานทั้ง ๔ นั้นเอง เป็นเหตุให้เกิดการสร้างกรรม
ต่าง ๆ ด้วยเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า เพราะอุปาทานมี จึงเป็นปัจจัยให้ภพมี คือ กัมมภพและอุปัตติภพ

อุปาทานอันเป็นปัจจัยเฉพาะกัมมภพมี ๗ ปัจจัย คือ สหชาตปัจจัย อัญญมัญญ
ปัจจัย เป็นต้น ส่วนอุปาทานที่เป็นปัจจัยแก่อุปัตติภพ ในกามภพ รูปภพและอรุภพ มีปัจจัยเดียว
คือ อุปนิสสยปัจจัย

๑๐. ภพเป็นปัจจัยแก่ชาติ

ภพ ในที่นี้หมายถึงเฉพาะแต่กัมมภพเท่านั้น ไม่ใช่อุปัตติภพ เพราะอุปัตติภพก็
เป็นไปกับชาติอยู่แล้ว และชาติจะมีได้ก็เพราะกัมมภพ ถ้ากัมมภพไม่มีแล้ว ชาติคือกำเนิด ๔ ก็มี
ไม่ได้^{๖๖}

ภพ เป็นปัจจัยแก่ชาติมี ๒ ปัจจัย คือ อุปนิสสยปัจจัย กับ กัมมปัจจัย

๑๑. ชาติเป็นปัจจัยแก่ชรา มรณะ

เมื่อชาติมีขึ้นแล้ว ก็ต้องเป็นปัจจัยให้มีชราและมรณะ คือ ความแก่และความ
เป็นต้น ซึ่งทั้งนี้ก็เป็นที่อยู่โดยทั่วไปอยู่แล้ว^{๖๗}

ส่วน โสกะ ปริเทวะ ทุกขะ และโทมนัส นั้นเป็นอนิสงส์หรือเป็นผลที่ได้มาจากชาติ
ถ้าชาติความเกิดไม่มีแล้ว ธรรมดังกล่าวก็ไม่เช่นกัน เพราะฉะนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าจึงตรัสว่า ดับชาติ
ความเกิดเสียได้แล้ว ทุกข์ทั้งหลายนั้นก็ดับไปทั้งหมด

^{๖๕} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.๕.๙). คำบรรยายการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพฯ มหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๗๗.

^{๖๖} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๔/๕๘/๒๑๐.

^{๖๗} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.๕.๙). คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๗๘.

ชาติเป็นปัจจัยแก่ชรา มรณะ นั้นเป็นโดยอุปนิสัยปัจจัยเดียวเท่านั้น

วิญญู แปลว่า วน แบ่งออกเป็น ๓ คือ กิเลสวิญญู กัมมวิญญู และวิปากวิญญู จะดับลงทันทีที่เนื่องด้วยความดับแห่งมูลทั้ง ๒ คือ อวิชชาซึ่งเป็นมูลตั้งต้น และตัณหาซึ่งเป็นมูลที่รับต่อมา โดยอาศัยตามนัยดังกล่าวแล้ววิญญู ทั้ง ๓ ของไตรภูมิ คือ กามภูมิ รูปภูมิ อรูปภูมิ อันเป็นธรรมชาติที่ปราศจากเบื้องต้นและที่สุด ซึ่งหมუნวนอยู่เสมอทำให้สัตว์ทั้งหลายถูกเบียดเบียนก็ย่อมปรากฏขึ้น ความหมუნวนเป็นวิญญูดังนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสเรียกว่า ปฏิจจสมุปบาท

หากพิจารณารูปนามในปฏิจจสมุปบาท ๑๒ นี้ จะพิจารณาเห็นความสัมพันธ์ของรูปนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง ๖ บรรพะได้ ดังนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปที่เป็นทุกข์อันเนื่องจากรูปชั้นใน กัมมัชรูปและอายตนะ ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าออกเป็นสภาวะรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเกิดขึ้น ก็เห็นรูปปรากฏชัด เมื่อจิตกำหนดรู้นามเจตสิก ที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงสภาวะแห่งลมหายใจเกิดขึ้น นามก็ปรากฏชัดขึ้น

๒. อิริยาบถปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นจากองค์ธรรมแห่งนามรูป ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่งการยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบอายตนะสัมผัสสัมผัสก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ เป็นสภาวะรูปที่ปรากฏชัด และด้วยจิตและวิญญูณที่นุ่มสู่สภาวะธรรมที่รู้จักอาการรูปชั้นที่กำลังเคลื่อนไหว เช่น ยืน เดิน นั่ง นอนนั้น นามก็ปรากฏชัดขึ้น

๓. สัมผัสสัญญาปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นและผัสสะ ทำให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอายตนะที่เป็นอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้ได้แต่ละขณะ แม้สัมผัสสัญญาปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการที่เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น กิน ดื่ม คู้ เหยียด เป็นต้น รูปก็จะปรากฏชัด และจิตที่นุ่มไปสู่อารมณ์และวิญญูณที่รับรู้การเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ที่เคลื่อนไหวนั้น นามย่อมปรากฏชัด

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นแห่งธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย รูปก็จะปรากฏชัด จิตและวิญญูณที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ที่ชุ่มนวมเป็นรูปชั้นนั้นอย่างชัดเจน นาม ย่อมปรากฏชัด

๕. ปฏิกุลมณสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดอารมณ์จากกายด้วยรูปชั้น ชาติชรา มรณะ ที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ รูปย่อมปรากฏชัด และเมื่อจิตนุ่มพิจารณาอารมณ์ที่เป็นโทษภัยของรูปชั้น ชาติ ชรา มรณะ ด้วยความเป็นปฏิกุลและความไม่สวยงาม นาม ย่อมปรากฏชัด

๖. นวสีวลิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้น ร่วมกับชรา และ มรณะ เป็นซากศพ ที่มีลักษณะแห่งซากศพ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณารู้ร่างกายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอัน

เป็นความมาเสื่อมในกาย รูปจะปรากฏชัด และเมื่อจิตน้อมพิจารณาเห็นว่าความเปลี่ยนแปลงแตกสลายภายในกายในกายนี้เกิดจากความเสื่อมของ รูปขั้น ๕ ขรา มรณะแล้ว นาม ก็ปรากฏขึ้นชัดเจน^{๖๘}

ผู้ที่เจริญวิปัสสนาภาวนา เอารูป-นามเป็นกรรมฐาน รู้รูป-นาม คือรู้ปฏิจสมุปบาท จนละคลายมูละ คือ อวิชชา ตัณหา ได้อย่างจริงจังแล้ว ก็ได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่มี ชาติ ขรา สิ้นเสียแล้ว โดยเหตุแห่งการประชุมพร้อมกันแห่งปัจจัยนั่นเอง เมื่ออวิชชาดับ สังขารก็ดับ เมื่อสังขารดับ วิญญาณก็ดับ เมื่อวิญญาณดับ นามรูปก็ดับ เมื่อนามรูปดับ आयตนะก็ดับ เมื่ออายตนะดับ ผัสสะก็ดับ เมื่อผัสสะดับ เวทนาจับดับ เมื่อเวทนาดับ ตัณหาก็จับดับ เมื่อตัณหาดับ อุปาทานก็ดับ เมื่ออุปาทานดับ ภพก็ดับ เมื่อภพดับ ชาติก็ดับ เมื่อชาติดับ ขรา มรณะก็ดับ เมื่อขรา มรณะดับแล้ว ไม่มีภพในการเกิดอีก ไม่ต้องมี โศกเศร้า ร่ำไรร่ำพัน ทุกข์กาย ทุกข์ใจ เป็นบรมสุขอย่างยิ่ง

จากการศึกษาพบว่า การพิจารณาเห็นรูป-นามมีความเกี่ยวข้องกับอารมณ์ของวิปัสสนาทั้งในส่วน ของ ขั้น ๕ आयตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ และปฏิจสมุปบาท ๑๒ ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนาต้องรู้เห็นแจ้งในรูปและนาม โดยอาศัย ความเพียร สติ และสัมปชัญญะ พิจารณาไปตามลักษณะและความเปลี่ยนแปลงที่ปรากฏขึ้น โดยรู้เห็นสภาวะธรรมเหล่านั้นตามความเป็นจริง คือรูปและนาม รู้ในขั้น ๕ आयตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ และรู้ในปฏิจสมุปบาทจนสามารถละความสำคัญผิดว่า เป็นบุคคล ตัวตน เป็นสัตว์ เป็นเรา เป็นเขาได้ ทุกสิ่งทุกอย่างอันล้วนมีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลง เกิดดับ บังคับบัญชาไม่ได้อยู่ตลอดเวลา ทุกสิ่งทุกอย่างมีความเกิดขึ้น ดำรงอยู่ และดับไปในที่สุดก็จะถูกละโดยเพิกถอนอวิชชาและตัณหาตลอดจนเข้าสู่กระแสแห่งการบรรลุมรรค ผล และนิพพานในที่สุด

๓.๒ สภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ก็คือ การพิจารณาเห็นด้วยปัญญาตามลักษณะอาการของกายที่ปรากฏอยู่ มีสติพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งกาย คือ รูปขั้น ๕ ด้วยความเพียรด้วยสัมปชัญญะ ด้วยสติ และไม่ยินดียินร้าย^{๖๙} ดังพุทธดำรัสว่า

“อิธ ภิกขเว ภิกขุ กายะ กายานุปัสสี วิหริตี อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเ อภิขมา โทมนสสุ”^{๗๐} ภิกษุในธรรมวินัยนี้ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิขมาและโทมนัสในโลกเสียได้^{๗๑}

คัมภีร์พระบาลีอธิบายว่า กายะ กายานุปัสสี หมายความว่า ผู้พิจารณาเห็นด้วยปัญญาซึ่งกายนั้นแล ในกาย ๑๘ ประการคือ อานาปานบรรพ ๑ อิริยาปถบรรพ ๑ สัมปชัญญะบรรพ ๑ ปฏิกุลมณสิกาบรรพ ๑ ธาตุมณสิกาบรรพ ๑ นวสีวธิกาบรรพ ๙ เนื่องด้วยบริกรรมกายภายในกาย ก็คือการทำความรู้สึกตัวอยู่เสมอ ในอาการก้าวไปข้างหน้าก็รู้ หรือว่าถอยข้างหลังก็รู้ เวลาจะเหลียวไปทางซ้าย

^{๖๘} แนบ มหานีรานนท์, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๘๓.

^{๖๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๗๐} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๓/๓๒๒.

^{๗๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๑.

หรือชวากัฏฐ์ ในการคู้หรือเหยียดแขนขาเข้าออกก็รู้ เวลาห่มจีวร ทรงผ้าสังฆาฏิ อุมบาตรก็รู้ และย่อมรู้พร้อมในการกิน การดื่ม การเคี้ยว การแตะสัมผัสสัมผัส ย่อมรู้พร้อมทั่วทั้งกายในขณะที่ เดินอยู่ นั่งอยู่ ยืนอยู่ นอนอยู่ หลับอยู่ ตื่นอยู่ พุดอยู่ หรือว่าเป็นผู้นั่งอยู่ก็จกัฏฐ์ ไม่ว่าตนจะอยู่ในอิริยาบถใด ก็ให้ทำความรู้สึกตัวอยู่เสมอ เป็นต้น

การปฏิบัติวิปัสสนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ สภาวธรรมอันเป็นอาการที่ปรากฏทางกายทั้งหมดโดยจะทำให้เห็นแจ้งสภาวธรรมตามความเป็นจริงอันมีความเกี่ยวข้องกับรูป-นาม เช่น การพิจารณากายเป็นอารมณ์โดยการเห็นว่า การก้าว การถอย การแล การเหลียว การคู้ การนุง การห่ม การย่น การเดิน การนั่ง การนอน การกิน การดื่ม เป็นต้นจัดเป็นการเห็นรูป เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนาเข้าไปพิจารณาเห็นสภาวธรรมด้วยจิตที่เข้าไปรับรู้อาการ ก้าว ถอย และเดิน เป็นต้นนั้นเรียกว่า เห็นนาม เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากายานุปัสสนาโดยมีกายเป็นอารมณ์และพิจารณาอย่างจดจ่อและต่อเนื่องในทุก ๆ อิริยาบถแล้วก็จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้รับรู้สภาวะของรูปและนามได้ตามสภาพความเป็นจริงที่ปรากฏตามลำดับของวิปัสสนาญาณที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเห็นสภาวะที่เกิดขึ้นของรูป-นามนั้นว่า ล้วนตกอยู่ภายใต้อำนาจของไตรลักษณ์ มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และความดับสิ้นไปเป็นธรรมดา

๓.๒.๑. ลักษณะที่จตุกะของรูปและนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ลักษณะที่จตุกะ ของ รูป

แสดง ลักษณะ รสะ ปัจจุปัฏฐาน ปทัฏฐาน ของรูป

- | | |
|--------------------------|---|
| ๑. รูปปนลกฺขณํ | มีการสลายแปรปรวนเป็นลักษณะ |
| ๒. วิกิริณฺรสํ | มีการแยกออกจากกันได้เป็นกิจ |
| ๓. อพฺยาทตฺปจฺจุปฺภูจฺาน | มีความเป็นอภัยาทธรรม (เป็นผล) หรือมีความไม่รู้อารมณ์เป็นอาการปรากฏในปัญญาทั้งหลาย |
| ๔. วิญฺญาณปทฺภูจฺานํ | มีวิญญานเป็นเหตุไกล ^{๗๒} |

ลักษณะที่จตุกะ ของ นาม

แสดง ลักษณะ รสะ ปัจจุปัฏฐาน ปทัฏฐาน ของนาม

- | | |
|-------------|--------------------------------|
| ๑. นมลกฺขณํ | มีการโน้มไปสู่อารมณ์เป็นลักษณะ |
|-------------|--------------------------------|

^{๗๒} ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จตุกะแห่งปรมัตถธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท รุ่งเรืองวิริยะพัฒนาโรงพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๙), หน้า ๔๑.

๒. สมปโยครสั มีการประกอบกับวิญญาณ และ ประกอบกันเอง โดยอาการที่เป็นเอกุปบาทตา เป็นกิจ เป็นต้น
๓. อวินิพโกคปจจุปฏฐานั มีการไม่แยกกันกับจิตเป็นผล
๔. วิญญาณปทฐฐานั มีวิญญาณเป็นเหตุใกล้^{๗๓}

๓.๒.๒. ลักษณะที่มีอยู่จริงของรูปและนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

บุคคลผู้ที่พิจารณาเห็นรูปรามณด้วยตา ย่อมรู้ที่อยู่ว่าตนเองได้เห็นรูป และย่อมรู้ที่อยู่ว่ารูปที่ตนได้เห็นนั้นมีอยู่จริง^{๗๔} ก็รูปที่รู้ได้เช่นนี้นั้น มิใช่มีอยู่จริง หากเหมือนกับของมายาที่ถูกเสกเป็นเพชรเป็นทองหรือเหมือนกับพยับแดดที่มีลักษณะปรากฏให้เห็นเหมือนน้ำ ซึ่งเป็นสภาวะที่ไม่ได้มีอยู่จริง แต่รูปหรือรูปรามณที่บุคคลเห็นได้ด้วยตานี้ เป็นสภาวะที่เป็นจริงตามที่บุคคลนั้นรู้นั่นเอง สาเหตุที่เป็นเช่นนั้น ก็เพราะว่าหากไม่มีอารมณ์ที่พึงเห็นได้ การเห็นหรือที่ฝ่ายพระอภิธรรมเรียกว่า จักขุวิญญาณ ก็ไม่สามารถที่จะเกิดขึ้นได้นั่นเอง เพราะฉะนั้น รูปหรือรูปรามณที่บุคคลเห็นได้ด้วยตานี้ ท่านจึงเรียกว่า ภูตัตถะ คือ สภาวะที่ปรากฏจริง หรือสัจจิกัตถะ “สภาวะที่มีอยู่ตามจริง”

ดังนั้น สัจจิกัตถะนี้ บางครั้งเรียกว่าปรมัตถะ กล่าวคือ สภาวะที่ประเสริฐอันมีอยู่โดยไม่ผิดเพี้ยน หลังจากที่บุคคลนั้นเห็นแล้ว ความตรึกตรองนึกคิด โดยอาศัยมโนทวาร เพื่อให้เกิดการจินตนาการเห็นเป็นรูปร่างสัญญาณต่าง ๆ ก็เกิดขึ้นทำให้บุคคลเห็นสิ่งที่มีทรวดทรงสัญญาณยาว ทรวดทรงสัญญาณสั้น ทรวดทรงสัญญาณกลม แบบ เหลี่ยม เห็นเป็นชาย เป็นหญิง เป็นต้น ก็ลักษณะการจินตนาการ ตรึกตรอง นึกคิดเรื่องนี้นั้น เนื่องจากการตรึกตรอง นึกคิดในอารมณ์ที่ตนไม่เคยเห็นมาก่อน หรือไม่เคยได้พิจารณามาก่อน จึงทำให้มีความปรากฏอยู่อย่างเนิ่นช้า ส่วนอารมณ์วัตถุที่ตนเคยได้เห็นก็ดี หรือ เคยพิจารณารู้มาก่อนแล้วนั้น ไม่จำเป็นต้องตรึกตรอง นึกคิดโดยใช้เวลานาน ดังนั้น ลักษณะการคิดในอารมณ์ที่เคยประสบมาแล้วจึงไม่ค่อยปรากฏชัด เมื่อไม่ปรากฏชัด ผู้นั้นจึงคิดว่า ตนเห็นแต่เฉพาะทรวดทรงสัญญาณนั้น ก็การตรึกตรอง นึกคิดเช่นนั้นเนื่องด้วยยังเป็นปุถุชนคนสามัญที่ไม่รู้ความแตกต่างระหว่างจิตหน้า และจิตหลังเท่านั้นเอง นี้ถือว่าเป็นธรรมชาติของปุถุชน ดังนั้นท่านจึงกล่าวไว้ว่า

การมุ่งเข้าไปในรูปรามณ หรือ การแต่สักว่าเห็นรูปรามณนั้น เป็นกิจหรือหน้าที่ของจักขุวิญญาณ ซึ่งเป็นกิจทำหน้าที่การเห็น การรู้อาการเคลื่อนไหวพิเศษพร้อมกับความประสงค์นั้นไม่ใช่กิจของจักขุวิญญาณแต่อย่างใด แต่อย่างไรก็ตาม ปุถุชนคนสามัญทั่วไปผู้ซึ่งไม่รู้ความแตกต่างระหว่างจิตข้างหน้าและจิตข้างหลังย่อมสำคัญผิดคิดถึงอาการที่เคลื่อนไหว ซึ่งสามารถรู้ได้แม้ด้วยมโนวิญญาณในระหว่างของวิถีจิตที่เป็นจักขุวิญญาณวิธีนั้นว่าเป็นเหมือนกับอารมณ์ที่ตนได้เคยเห็นด้วยตา^{๗๕}

^{๗๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๑-๔๒.

^{๗๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิชาจำรูญ ธรรมดา แปล, วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสารสันไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๑๓๓.

^{๗๕} อ่างแล้ว.

ขณะที่เห็นการเคลื่อนไหวมือหรือเท้า เป็นต้น จิตที่เห็นนั้นจะเห็นเฉพาะรูปรามณ์เท่านั้น ไม่ได้รับรู้ว่าเป็นมือหรือเท้าที่เคลื่อนไหวแต่อย่างใด แต่ถึงกระนั้นก็ตามเนื่องจากว่าสภาวะจิตเป็นธรรมที่มีความเร็วอย่างมาก เพราะฉะนั้น หลังจากที่จิตเห็นรูปรามณ์ กล่าวคือจักขุวิญญาณได้เกิดขึ้น แล้วนั้นปุณฺณคนทั่วไปย่อมไม่สามารถที่จะแยกแยะได้ว่าจิตที่เกิดขึ้นก่อนกับจิตที่เกิดขึ้นหลังเป็นอย่างไร พวกเขาจะคิดว่าสิ่งที่พวกเขาเห็น คือ การเคลื่อนไหวเท่านั้น ซึ่งการรับรู้ด้วยความคิด เป็นการเห็นด้วยตา เช่นกัน แต่สำหรับผู้ที่ได้อบรมฝึกฝนจิตมาอย่างสม่ำเสมอสามารถตัดสินใจด้วยปัญญาปัญญาของตนเองว่า จิตที่เห็นเป็นอีกสภาวะหนึ่ง จิตที่รู้ว่า “นี่คือมือ นี่คือเท้า” ก็เป็นอีกสภาวะหนึ่งจิตที่รู้ว่า “นี่คือการเคลื่อนไหว” ก็เป็นอีกสภาวะหนึ่งนั่นเอง

อย่างไรก็ตาม เกี่ยวกับในเรื่องนี้ เพื่อให้บุคคลธรรมดาทั่วไปพอที่จะจำได้และมีความเชื่อมั่นและเชื่อถือ จึงจะขอยกตัวอย่างมาอธิบายพอเป็นแนวทางดังต่อไปนี้ อุปมาเหมือนในยามค่ำคืน ที่มีผู้เอาดวงไฟมากวัดแกว่งให้เป็นวงกลม ผู้คนที่ดูก็จะเห็นท่อนที่มีดวงไฟนั้น ว่าเป็นการเห็นเป็นวงกลม ยิ่งถ้าแสดงท่าทางด้วยรูปแบบต่าง ๆ เช่น รูปแบบที่ยาว ๆ รูปแบบสามเหลี่ยม ผู้คนที่ทั้งหลายที่อยู่ก็จะเห็นเป็นดวงไฟยาวบ้าง หรือเห็นดวงไฟเป็นสามเหลี่ยมบ้าง เป็นต้น แต่ความเป็นจริงนั้น รูปสัณฐานของดวงไฟที่เป็นวงล้อมีสัณฐานที่เป็นวงกลมนั้นมีได้มีอยู่ ในขณะเดียวกัน ผู้ที่ไม่สามารถที่จะเห็นทรวดทรงสัณฐานเหล่านั้นในขณะเดียวกันได้ แต่เนื่องจากรูปสีแดง ๆ ของดวงไฟนั้นมีอยู่กระจายไปทั่วทุกที่ที่กวัดแกว่งดวงไฟ เพราะฉะนั้น จะทำให้ผู้ที่มองเห็นเป็นลำดับไม่ขาดสายตลอดระยะเวลาที่กวัดแกว่งนั้น รูปทรงสัณฐานนั้น ๆ ย่อมปรากฏในจิตทั้งหลายที่เกิดขึ้นภายหลัง ซึ่งพอประมวลเอาการเห็นที่หลากหลายนั้นมาตรึงตรอง นึกคิด ให้เป็นสิ่งเดียวกัน นี่เป็นตัวอย่างที่ยกขึ้นอุปมาอุปไมย ที่มีมาในคัมภีร์โดยตรง

อีกนัยหนึ่ง หากอุปมาเหมือนคนที่อ่านหนังสือไม่ค่อยได้ เมื่อเห็นตัวหนังสือต่าง ๆ ก็ก็นำมาตรึงตรอง นึกคิด ใช้เวลาพอสมควร จึงจะสามารถอ่านที่ละพยางค์ ที่ละตอน ที่ละบทได้ ซึ่งกว่าจะอ่านได้ต้องใช้เวลานานมาก ผู้ที่อ่านหนังสือยังไม่คล่องนั้น ก็เนื่องจากต้องใช้เวลาคิดอยู่ยาวนาน ความคิดนั้นจึงจะปรากฏชัด แต่สำหรับผู้ที่อ่านหนังสือคล่องแล้ว การหยุดคิดก็จะไม่ค่อยปรากฏ คือจะเป็นไปอย่างรวดเร็ว แค่อ่านตามอง ก็สามารถอ่านหนังสือได้ แต่ลักษณะความคิดที่เร็วนี้เป็นสิ่งที่มีย่อยุ่ตนเอง แต่เนื่องด้วยว่าเร็วมากจึงไม่สามารถปรากฏความคิด ฉันทักกันนั้น^{๗๖}

ลักษณะการเห็นและการนำมาตรึงตรอง นึกคิดในวัตถุอารมณ์ที่ตนยังไม่เคยเห็น ก็ย่อมมีการปรากฏที่นานและชัดเจนกว่าอารมณ์ที่ตนเคยเห็นมาก่อน ซึ่งใช้เวลาไม่มากในการตรึงตรอง นึกคิดแล้วรู้อารมณ์นั้น ๆ จึงทำให้การตรึงตรอง นึกคิด ไม่ค่อยปรากฏ ดังนั้น เพียงแต่ได้เห็น เราก็จะสามารถแยกแยะออกได้ว่า นี่คือนาย นี่คือนาง เป็นต้น ก็เนื่องจากว่าเราเคยเห็นอารมณ์เหล่านั้นมาก่อนแล้วเราก็จะคิดว่านั่นคือนาย นั่นคือนาง ในขณะเดียวกัน ถึงแม้ว่าจะปรากฏ แต่ลักษณะการคิดที่เป็นไปอย่างรวดเร็วหลังจากการเห็นนั้นย่อมมีแน่นอน ด้วยความคิดหรือการจินตนาการเอานั่นแหละ จึงทำให้ผู้ที่ตัดสินใจไปว่านี่คือนาย นี่คือนาง ดังนี้ เป็นต้น ด้วยที่ไม่สามารถรู้ได้ในขณะที่เห็นอยู่ แต่

^{๗๖} พระโศภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), รมนา จำรูญ ธรรมดา แปล, วิปัสสนาธุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, หน้า ๑๓๕.

สามารถรู้เห็นได้หลังจากยึดติดคิดเอาอารมณ์นั้นมาพิจารณาแล้ว สภาวะที่เรียกว่าชายหรือหญิงนั้นจึงเปลี่ยนไป จึงไม่ใช่ลักษณะเหมือนดวงไฟ ที่เป็นวงกลมในขณะที่มีผู้กวัดแกว่ง คือเป็นสภาวะที่ไม่ได้มีปรากฏอยู่อย่างแท้จริง ดังนั้น จึงไม่ได้ชื่อว่า ภูตตถะหรือสัจจิกตถะ และปรมัตถะ เป็นเพียงสมมติบัญญัติเท่านั้น เพราะเป็นเพียงสิ่งที่สามารถสมมุติชื่อไว้โดยประการต่าง ๆ หรือ ทำเป็นเพียงเครื่องหมายสัญลักษณ์ไว้โดยประการต่าง ๆ ได้เท่านั้น

การที่บัญญัติธรรมนี้ไม่มีปรากฏอย่างแท้จริงซึ่งลักษณะความไม่ปรากฏแห่งบัญญัติดังกล่าวมานั้น หากแต่พิจารณาแล้วก็จะสามารถรู้ได้ ซึ่งลักษณะการพิจารณารู้นั้น พึงทราบดังนี้ หากเราจะถอนเอาวรรณรูปทุกอย่างที่ปรากฏออกจากทัฬหะตัวตนที่เห็นว่าเป็นชายเป็นหญิงนั้น เป็นต้น ที่จะสามารถเห็นได้ เพราะฉะนั้น สภาพที่เห็นได้จึงเป็นเพียงแค่วรรณรูปหรือสีสนเท่านั้น ไม่ใช่ชายหรือหญิงหรืออื่นใด ดังนั้นจะเห็นได้เฉพาะกลุ่มวรรณรูปเท่านั้น ส่วนชายหรือหญิงเราจะไม่สามารถเห็นได้ สมมติบัญญัติคือชายหญิงที่เราได้เห็นมานั้น พึงทราบว่าไม่มีปรากฏอยู่จริงตามที่เราคิดว่าเราเห็นเกี่ยวกับกรณีนี้แม้ว่าจะไม่สามารถเห็นลักษณะชายหญิงได้นั้น แต่ก็อาจจะมีการทักท้วงได้ว่าชายหญิงที่เราสามารถเห็นได้ สัมผัสได้นั้นมีอยู่ ก็สภาวะที่เราสามารถกระทบสัมผัสได้นั้นยังไม่ใช่ชายไม่ใช่หญิง เป็นเพียงโณภูฐัพรูปที่กระทบกับสัมผัสได้เหมือนกับวรรณรูปที่สามารถเห็นได้เท่านั้นเอง เฉพาะผู้ที่สามารถสัมผัสโณภูฐัพรูปนั้นเท่านั้น ไม่สามารถที่จะสัมผัสตัวบุรุษสตรีนั้นได้เลย^{๗๗}

สาเหตุที่เป็นเช่นนั้น ก็เพราะว่า หากผู้ที่จะนำเอาโณภูฐัพรูปทั้งหมดที่สามารถกระทบสัมผัสได้ออกทั้งหมดแล้ว ก็จะไม่เหลือรูปชายหรือหญิงที่สามารถให้กระทบสัมผัส ได้เลย ดังนั้นชายหรือหญิงเป็นต้นจึงเป็นเพียงบัญญัติ ไม่สามารถมีอยู่จริง ไม่ปรากฏ โดยปรมัตถ์อย่างแท้จริงจึงได้ชื่อว่า อภูตตถธรรม และ อสัจจิกตถธรรม เท่านั้น หมายความว่า ชายหรือหญิงเป็นต้นเหล่านั้น ก็เป็นเพียงสภาวะธรรมที่ยังไม่ใช่ของจริง ยังไม่ใช่ของแท้ตามที่ปุถุชนตรีกตรอง นึกคิดเอาเองว่า “เราได้เห็นชาย เราได้เห็นหญิง เราได้กระทบสัมผัสชาย เราได้กระทบสัมผัสหญิง” เมื่อชายหรือหญิงเป็นต้นเหล่านี้เป็น อสัจจิกตถธรรมจึงมิได้เป็นปรมัตถ์ แต่เป็นสิ่งที่ไม่มีอยู่โดยปรมัตถ์ เรียกว่า อปรมัตถธรรม หมายความว่า เป็นธรรมที่ไม่ใช่ปรมัตถ์นั่นเอง

แม้แต่ความใสของจักขุที่เรียกว่าจักขุประสาทนั้น ก็เป็นเพียงสิ่งที่มีอยู่จริงเป็นสภาวะที่มีอยู่จริง เพราะนั้นในความใสแห่งดวงตาหรือจักขุนี้จึงก่อให้เกิดการเห็น เนื่องจากมีรูปรามณ์ปรากฏในความใสของจักขุนี้เอง หากไม่มีจักขุประสาทหรือความใสแห่งจักขุอยู่ รูปสีสนก็จะไม่สามารถปรากฏได้ การเห็นก็จะไม่เกิดขึ้น อุปมาเหมือนกับว่า บนกระจกที่ใสสะอาดนั้นบุคคลสามารถเห็นรูปหรือเงาที่ปรากฏในกระจกที่ใสสะอาดนั้นได้ แต่ถ้ากระจกไม่ใสสะอาด รูปเงาก็จะไม่สามารถปรากฏที่กระจกนั้นได้ บุคคลก็ไม่สามารถที่จะเห็นรูปเงาบนกระจกนั้น

ดังนั้นจักขุประสาทรูปที่บุคคลตรีกตรอง นึกคิดว่า เป็นรูปจักขุที่ใสสามารถก่อให้เกิดการเห็นได้นั้น เป็นสิ่งที่มีอยู่จริง เรียกว่า ภูตตถธรรม เป็นสัจจิกตถธรรม และเป็นปรมัตถธรรมโดยแท้ แม้แต่

^{๗๗} พระโศภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), รัตนจำรูญ ธรรมดา แปล, วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, หน้า ๑๓๖.

การเห็นก็เป็นสภาพที่มีอยู่จริง เพราะมีอยู่นั่นเอง จึงทำให้ผู้ที่สามารถรับรู้สี่สัณวรรณต่าง ๆ ได้ แต่ถ้าไม่มีอยู่จริงก็ไม่สามารถจะรู้ว่า ได้เห็นอะไร พุทอะไรก็ได้ไม่ได้ ดังนั้น สภาพที่เห็นที่เรียกว่าจักขุวิญญาณ นั้น จึงเป็นกุตตถธรรม สัจจิกัตถธรรมและปรมัตถธรรม แม้ในกรณีศัพท์รูป กล่าวคือเสียงที่บุคคลสามารถได้ยิน และ โสตปสาท คือ ความใสที่โสตะอันเป็นเครื่องรับสัททวารณ์ กล่าวถึงการได้ยิน กล่าวคือโสตวิญญาณเป็นต้น ก็เป็นสิ่งที่อยู่จริงตามที่เรานึกคิดและรู้ ดังนั้นสภาพเหล่านี้พึงทราบว่าเป็นกุตตถธรรม สัจจิกัตถธรรมและปรมัตถธรรม

หากพิจารณาลักษณะที่มีอยู่จริงของรูปนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง ๖ บรรพจะพิจารณาเห็นลักษณะกุตตถธรรมและสัจจิกัตถธรรมของรูปนามได้ ดังนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ ลักษณะที่กำหนดรู้รูปที่เป็นทุกข์หรือ กุตตถธรรม อันเนื่องจากรูปปรากฏขึ้นจริง ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าออกเป็นสภาพรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเกิดขึ้นก็เห็นรูปปรากฏชัด เมื่อจิตนุ่มสู่อารมณ์อันเป็นสัจจิกัตถธรรมและปรมัตถธรรม ที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงสภาพแห่งลมหายใจที่เกิดขึ้น นามที่เกิดขึ้นก็ย่อมเป็นสภาพที่มีอยู่จริง

๒. อิริยาบถปัพพะ เป็นลักษณะการกำหนดรู้รูปหรือกุตตถธรรม ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามจริงเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่งการยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบอายตนะสิ่งสัมผัสก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ เป็นสภาพรูปที่ปรากฏขึ้นชัด และด้วยจิตที่นุ่มสู่อารมณ์อันเป็นสัจจิกัตถธรรม และปรมัตถธรรมสภาวะธรรม ที่รู้จักอาการรูปที่กำลังเคลื่อนไหว เช่น ยืน เดิน นั่ง หรือ นอนนั้น นามอันเป็นสัจจิกัตถธรรมและปรมัตถธรรม ที่เกิดขึ้นก็ย่อมเป็นสภาพที่มีอยู่จริง

๓. สัมปชัญญะปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปหรือกุตตถธรรม ทำให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอายตนะที่เป็นอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามปรากฏขึ้นจริงในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้ได้แต่ละขณะ แม้สัมปชัญญะปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการที่เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น กิน ดื่ม คู้ เขี่ยต เป็นต้น รูปก็จะปรากฏขึ้นจริง และจิตที่นุ่มไปสู่อารมณ์และวิญญาณที่รับรู้การเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ที่เคลื่อนไหวนั้น นามอันเป็นสัจจิกัตถธรรมและปรมัตถธรรม ที่เกิดขึ้นก็ย่อมเป็นสภาพที่มีอยู่จริง

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปหรือกุตตถธรรมแห่งธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากการกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย รูปก็จะปรากฏขึ้นจริง จิตและวิญญาณที่รับรู้ความเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ที่ชุ่มนุมนเป็นรูปขันธ์นั้นอย่างชัดเจน อันเป็นสัจจิกัตถธรรมและปรมัตถธรรมย่อมเป็นสภาพที่มีอยู่จริง

๕. ปฏิภูมณสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดอารมณ์จากกายด้วยรูปหรือกุตตถธรรม ที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ รูปย่อมปรากฏขึ้นจริง และเมื่อจิตนุ่มพิจารณาอารมณ์ที่เป็นโทษภัยอันเป็นสัจจิกัตถธรรมและปรมัตถธรรม ด้วยความเป็นปฏิภูมและความเป็นไม่สวยงาม นามย่อมเป็นสภาพที่มีอยู่จริง

๖. นวสีวลิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปหรือภูตัตถธรรม อันเป็นชาคคพ ที่มีลักษณะแห่งชาคคพ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณาว่ากายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นชาคคพอันเป็นความเสื่อมในกาย รูปก็จะปรากฏขึ้นจริง และเมื่อจิตน้อมพิจารณาสู่อารมณ์อันเป็นสัจจัตถธรรมและปรมาตถธรรม เห็นว่าความเปลี่ยนแปลงแตกสลายภายในกายในกายนี้เกิดจากความเสื่อมของ รูปชั้นชรัชรา มรณะแล้ว นามก็ย่อมมีอยู่จริง

๓.๒.๓. ลักษณะปรากฏของรูปและนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

รูปและนามทั้งหลายย่อมปรากฏชัดเจนในขณะที่เห็น^{๗๘} เช่น รูปตาที่ใสที่เรียกว่า จักขุปสาทรูป วรรณรูปที่บุคคลสามารถเห็นได้ที่เรียกว่ารูปารมณฺ์ จิตที่ทำหน้าที่เห็นที่เรียกว่าจักขุวิญญาณ และจิตในวิถีเดียวกันแห่งจักขุวิญญาณนั้นทั้งหลาย รวมถึงเจตสิกที่ประกอบกับจิตทั้งหลายเหล่านั้น ก็จะปรากฏเกิดขึ้นอย่างประจักษ์แจ้งในขณะที่บุคคลเห็นรูปารมณฺ์ แม้กระนั้นในบรรดารูป นาม ที่มาปรากฏขึ้นในขณะที่เห็นรูปารมณฺ์นั้นก็จะปรากฏเฉพาะรูปใดรูปหนึ่งที่มีสภาวะและลักษณะอย่างชัดเจนเป็นต้น หนึ่ง อาจกล่าวได้ว่า สิ่งที่เกิดขึ้นในวิถีเดียวกันนั้น หมายถึง จิต ๓๘ ดวง คือ ปัญจวาราวัชชนจิต ๑ ดวง, สัมปฏิจฉนจิต ๒ ดวง, สันตึรณจิต ๓ ดวง, โภจันจิต ๑ ดวง, กามกุศลชวณะ ๘ ดวง, อุกุศลชวณะ ๑๒ ดวง, และตทาลัมพณจิต ๑๑ ดวง, ซึ่งจิตเหล่านี้ได้เกิดขึ้นเพราะอาศัยจักขุทวาร ซึ่งถ้าเป็นการนับด้วยวิธีแบบอัครคหิตคหณนัย กล่าวคือ นับที่ไม่นับเอาสิ่งที่นับไปแล้วคือไม่นับซ้ำ ก็จะได้จิตทั้งหมด ๓๕ ดวงเท่านั้น นี่คือตัวอย่างของการปรากฏรูป นาม ในขณะที่เห็นอาการเคลื่อนไหวในอริยาบถต่าง ๆ แม้ในขณะที่ ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส เป็นต้น ก็พึงทราบโดยทำนองเดียวกันนี้ จิตต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นนั้นสามารถเปรียบเทียบได้ในขณะที่จักขุวิญญาณเกิดขึ้นนั่นเอง

ในขณะที่บุคคลได้ยินอยู่นั้น รูปนามทั้งหลาย เช่น สัททรูป โสตปสาทรูป ที่เป็นอารมณ์หรือ ที่เรียกว่าสัททารมณฺ์ โสตวิญญาณ คือ จิตที่ได้ยินและเจตสิกที่เกิดขึ้นในวิถีเดียวกันกับโสตวิญญาณนั้น ก็จะปรากฏชัดเจนในขณะที่บุคคลได้ยินเสียง

รูปและนามทั้งหลาย เช่น ฆานปสาทรูป คันธารมณฺ์หรือคันธรูป ฆานวิญญาณที่เป็นจิตที่ได้กลิ่น รวมถึงเจตสิกที่เกิดขึ้นในวิถีเดียวกัน ย่อมปรากฏขึ้นในขณะที่บุคคลได้กลิ่นหรือได้ดมกลิ่น

รูปและนามทั้งหลาย เช่น ชิวหาปสาทรูป รสารมณฺ์ ชิวหาวิญญาณที่เป็นจิตที่ลิ้มรสรวมทั้งจิตและเจตสิกที่เกิดขึ้นในวิถีเดียวกันกับชิวหาวิญญาณนั้น ก็จะเกิดปรากฏชัดในขณะที่บุคคลกินหรือลิ้มรสอาหารอยู่

รูปและนามทั้งหลาย เช่น กายปรสาทรูป โภจันพัพพารมณฺ์ ซึ่งได้แก่ ปฐวีรูปที่มีทั้งหยาบหรืออ่อนนุ่ม เตโชรูปที่เป็นทั้งอ่อนและนุ่ม วาโยรูปที่เห็นรูปเคลื่อนไหว และกายวิญญาณซึ่งเป็นจิตที่ทำหน้าที่กระทบสัมผัส รวมถึงจิตและเจตสิกที่เกิดขึ้นภายในเดียวกันวิถีเดียวกันกับกายวิญญาณ ก็จะปรากฏชัดเจนในขณะที่บุคคลได้สัมผัสทางกาย^{๗๙}

^{๗๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รมนา จำรูญ ธรรมคา แปล, วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, หน้า ๑๖๑.

^{๗๙} อ่างแล้ว.

ในขณะที่บุรุษและสตรีทั้งหลายเกิดจิตสำคัญว่าตนเป็นชายเป็นหญิง บุริสภาวะรูปซึ่งเป็นรูปที่เป็นเชื้อให้เกิดเป็นชาย ส่วนอติถิกวารูป ซึ่งเป็นรูปที่เป็นเชื้อให้เกิดความเป็นหญิงนั่นเอง ส่วนในขณะที่บุคคลกลืนน้ำลายก็ดี หลังน้ำตาหรือน้ำมูกไหลก็ดี อาโปธาตุซึ่งทำหน้าที่ไหลเอิบอาบ ก็ปรากฏชัดในขณะนั้น ๆ

ในขณะที่ความตริกตรอง นึกคิด หรือ ทำการพิจารณาอยู่นั้น จิตที่ทำหน้าที่คิดหรือจิตที่ทำการพิจารณาพร้อมทั้งหัวใจหรือหทัยวัตถุอันเป็นที่อาศัยของจิตนั้น ก็ปรากฏชัดเจนในขณะนั้น อนึ่ง คำว่า จิตที่คิดนั้น หมายถึง จิต ๒๐ ดวง ที่เกิดขึ้นในวิถีเดียวกันซึ่งประกอบด้วยมนทวาราวัชชนจิต ๑ ดวง, กามกุศลจิต ๘ ดวง, อกุศลจิตรวม ๓๒ ดวง, ตทาลัมพนจิต ๑๑ ดวง, รวมทั้งหมด ๓๒ ดวงด้วยกัน ส่วนจิตที่ทำการพิจารณานั้นมี ๒๐ ดวง ซึ่งประกอบด้วยมนทวาราวัชชนจิต ๑ ดวง, มหากุศลชวนจิต ๘ ดวง, ตทาลัมพนจิต ๑๑ ดวง, รวมทั้งหมด ๒๐ ดวง

ในเวลาที่ถูกปฏิบัติกินหรือดื่มแล้วเกิดผละกำลังขึ้น และในเวลาที่ถูกปฏิบัติไม่ได้กินหรือดื่มผละกำลังจะถดถอยลงนั้น โอชรูปซึ่งเรียกว่าอาหารอันมีลักษณะที่เป็นสารของอาหารนั้นก็จะมีปรากฏชัดเจน ส่วนในเวลาทีรูปร่างทั้งหลายกล่าวคือ ปสาทรูป ภาวรูป และหทัยรูป ปรากฏเกิดขึ้นโดยไม่ขาดสายนั้น พึงทราบว่า ชีวิตรูป คือ รูปชีวิตซึ่งเป็นภาวะที่ทำให้รูปร่างทั้งหลายเหล่านั้นไม่มีการหมดผละกำลังหรือไม่เสื่อมโทรม ไม่เหี่ยวยุบ ก็จะมีปรากฏชัดเจนในขณะนั้นเอง อนึ่ง ตามที่แสดงมาแล้วนี้ จะชี้ให้เห็นว่า ในบรรดาสภาวะธรรมที่ปรากฏโดยประจักษ์แจ้งในขณะนั้น ๆ พึงทราบว่าสภาวะธรรมที่ปรากฏชัดเจนที่สุดเท่านั้นจะปรากฏเกิดขึ้นโดยความเป็นหลักเป็นประธาน

หากพิจารณาลักษณะที่ปรากฏของรูปนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง ๖ บรรพจะจะสามารถเห็นลักษณะรูปนามที่ปรากฏขึ้นได้ดังนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นธัมมอันเนื่องด้วยกาย ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าออกเป็นสภาวะรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเข้าออกก็เป็นลักษณะที่รูปปรากฏขึ้น เมื่อจิตนั้นอมสู่อารมณ์ความเปลี่ยนแปลงของลมหายใจ ก็เป็นลักษณะแห่งนามที่ปรากฏขึ้น

๒. อิริยาบถปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปอันเนื่องด้วยกาย ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่งการยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสิ่งสัมผัส ก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ เป็นลักษณะรูปที่ปรากฏขึ้นในอิริยาบถต่าง ๆ และเมื่อจิตที่นั้นอมสู่สภาวะธรรมที่รู้ว่ากำลังยืน เดิน นั่ง หรือ นอนนั้น นามก็มีลักษณะที่ปรากฏขึ้น

๓. สัมผัสัญญะปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นธัมมอันเนื่องด้วยกายให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้ได้แต่ละขณะ แม้ธาตุมนสิการปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการที่ธาตุทั้ง ๔ เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น หย่อนตึง ร้อนหรือเย็น ไหลหรือเกาะกุม แฉ็งหรืออ่อนเป็นต้น ย่อมเป็นลักษณะรูปที่ปรากฏขึ้น และจิตที่นั้นอมสู่อารมณ์ของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ เป็นลักษณะนามที่ปรากฏขึ้น

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากรูปที่เป็นฐานกาย และจิตกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แฉ็งหรืออ่อน หย่อน

หรือตั้ง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย เป็นลักษณะที่รูปรากฎขึ้น และจิตที่นุ่มส่อ อารมณ์รู้ความเปลี่ยนแปลงนั้นอย่างชัดเจน เป็นลักษณะนามที่ปรากฏขึ้น

๕. ปฏิภูมณสิกการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรูปที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ เป็นลักษณะ รูปที่ปรากฏขึ้น และเมื่อจิตพิจารณาอารมณ์รู้โทษภัยแห่งความเป็นปฏิภูมณและความเป็นไม่สวยงามของ อาการทั้ง ๓๒ แล้ว ลักษณะแห่งนามย่อมปรากฏขึ้น

๖. นวสีวลิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรูปรูปร่างอันเนื่องด้วยการที่มีลักษณะ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณาเห็นว่ากายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอันเป็นความมาเสื่อมไปภายในกาย อาการเสื่อมเป็นลักษณะรูปที่ปรากฏขึ้น และเมื่อจิตพิจารณาอารมณ์เห็นความเปลี่ยนแปลงภายใน กายอยู่นั้น ลักษณะที่รู้ความเปลี่ยนแปลงในกายนั้นเป็นลักษณะนามที่ปรากฏขึ้น

๓.๒.๔ การพิจารณารูปร่างและนามที่ละอย่างในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

อนึ่ง ผู้ปฏิบัติไม่อาจพิจารณารูปร่างธรรมและนามธรรมพร้อมกันได้^{๘๐} เพราะทั้งสองอย่างมี ลักษณะต่างกัน กล่าวคือ รูปมีลักษณะไม่รับรู้อารมณ์ ส่วนนามมีลักษณะที่รับรู้อารมณ์ได้ และจิตก็รับ เอาอารมณ์อย่างเดียวในแต่ละขณะ ไม่อาจรับรู้เรื่องสองเรื่องในขณะเดียวกันได้ ดังมีสาธกว่า

“รูปารุทธมมานิ อจจนตวิธูตตาย เอกขณิ อสสมมสิตัพพตตา ตถา สมมสนสสุ จ อธิ อนธิปิ เปตตา กาเลน รูปิ สมมสิตัพพิ กาเลน อรูปุนติ วุตติ”^{๘๑}

“พระบาลีกล่าวว่า ควรหยั่งเห็นรูปบางคราว ควรหยั่งเห็นนามในบางคราวเพราะไม่อาจ หยั่งเห็นพร้อมกัน เนื่องจากรูปธรรมตรงกันข้ามกับนามธรรมโดยแท้ และไม่ประสงค์การหยั่งเห็นใน เรื่องที่ต่างกัน”

สมถยานิกพึงพึงพิจารณาอารมณ์ที่ปรากฏชัดเมื่อออกจากฌานแล้ว อันได้แก่ นามธรรม คือฌานจิตตูปาทในปัจจุบันนั้น หทัยรูปอันเป็นที่ตั้งของจิต หรือรูปอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดจากจิต ส่วนวิปัสสนายานิกพึงพิจารณารูปร่างนามในปัจจุบันขณะนั้น ๆ เพียงต่างกันว่าสมถยานิกเป็นผู้บรรลุ ฌานแล้ว จึงพิจารณารูปร่างนามสัมปยุตกับปัญญาเห็นเป็นรูปร่างนามเป็นต้น แต่วิปัสสนายานิกมิได้บรรลุ ฌาน แต่พิจารณาเห็นรูปร่างนามตามความเป็นจริงในขณะเห็นนั้นเป็นต้น

ในขณะที่เห็นเป็นต้นนั้น วิปัสสนายานิกพึงเจริญสติรู้เท่าทันสภาวะการเห็นซึ่งเป็นจิตและ เจตสิก รูปอันเป็นที่ตั้งของนามธรรมเหล่านั้น และสิ่งที่พบเห็น แม้ในขณะที่ ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้นรส สัมผัส ก็มีนัยเดียวกันนี้ ส่วนในขณะที่จิตนึกคิด พึงรู้เท่าทันสภาวะจิตและเจตสิก รูปอันเป็นที่ตั้งของนามธรรม เหล่านั้น และรูปที่เกิดจากจิตที่คิดฟุ้งซ่าน โดยรับรู้สภาวะธรรมที่ปรากฏในขณะนั้น ๆ ตามสมควรตั้ง ข้อความที่ปรากฏในคัมภีร์ฎีกาว่า

^{๘๐} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ) วจนา จำรูญ ธรรมดา แปล, วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, หน้า ๑๖๒-๑๖๓.

^{๘๑} ม.อ. (บาลี) ๑๔/๒๒๕/๑๑๒.

“เอกเทศเมวาทิ สกอตตภาเว สงขารเ อนวเสสโต ปรีคคเหตุญจ สมมสิตุญจ อสภโกณฑิ อุตตโน อภินิหารสมุทาคตญานพลาณรูป เอกเทศเมว ปรีคคเหตุวา สมมสนโต.”^{๘๒}

คำว่า เอกเทศเมว (เพียงบางส่วน) มีความหมายว่า พระเถระกำหนดหยั่งเห็นบางส่วนซึ่งตนไม่อาจกำหนดรู้และหยั่งเห็นสังขารธรรมในอัฐภาพของตนโดยสิ้นเชิง ตามกำลังและสติปัญญาที่ได้สั่งสมมา”

อสสาสปสสาเส ปรีคคณหาติ รูปมูเขน วิปสสนํ อภินิวิสนโต, โย “อสสาสปสสาสภมิกโก” ตี วุตโต. ฌานงคานิ ปรีคคณหาติ อรูปมูเขน วิปสสนํ อภินิวิสนโต. ฌานงคานิ ปรีคคณหาติ อรูปมูเขน วิปสสนํ อภินิวิสนโต.”^{๘๓}

“ผู้เจริญวิปัสสนาโดยมีรูปธรรมเป็นหลักซึ่งเรียกว่าผู้เพ่งลมหายใจเข้าออก “ย่อมกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก” ส่วนผู้ที่เจริญวิปัสสนาโดยมีนามธรรมเป็นหลัก ย่อมกำหนดรู้องค์ฌาน”

ความจริงแล้วผู้ปฏิบัติไม่อาจรับรู้รูปนาม ๒ หรือ ๓ อย่างในขณะเดียวกันได้ เพราะรูปนามแต่ละอย่างมีสภาวะต่างกัน เช่น ปฐวีธาตุมีสภาวะแข็ง อ่อน อาโปธาตุมีสภาวะไหลเกาะกุม ผัสสะมีสภาวะกระทบอารมณ์ เวทนามีสภาวะเสวยอารมณ์ และจิตใจแต่ละขณะก็รับรู้อารมณ์อย่างเดี่ยว แต่เมื่อรับรู้รูปหรือนามอย่างใดอย่างหนึ่งที่ปรากฏชัด ก็จัดว่าได้รับรู้รูปนามทั้งหมดโดยปริยาย เพราะนับเข้าในสามัญญลักษณะที่เป็นไตรลักษณ์เหมือนกัน

หากพิจารณาลักษณะที่ปรากฏของรูปนามที่ละขณะในหมวดกายานุปัสสนาสติปัญฐานทั้ง ๖ บรรพจะสามารถเห็นลักษณะที่รูปนามปรากฏขึ้นได้ดังนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ การกำหนดรู้รูปชั้นธัมมอันเนื่องด้วยกาย ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าเกิดและดับไปขณะหนึ่ง ลมหายใจออกเกิดและดับขณะหนึ่งเป็นสภาวะรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเข้าออกก็เป็นลักษณะที่รูปปรากฏขึ้นที่ละขณะ เมื่อจิตโน้มสู่อารมณ์ความเปลี่ยนแปลงของลมหายใจเข้าขณะหนึ่ง ลมหายใจออกอีกขณะหนึ่ง ก็เป็นลักษณะแห่งนามที่ปรากฏขึ้นที่ละขณะเช่นกัน

๒. อิริยาบถปัพพะ การกำหนดรู้รูปอันเนื่องด้วยกาย ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่งการยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสิ่งสัมผัส ก็รู้การเคลื่อนไหว นั้น ๆ แต่ละขณะเป็นลักษณะที่รูปที่เกิดขึ้นด้วยอิริยาบถต่าง ๆ แต่ละขณะ เช่นขณะยืน รูปยืนเกิดขึ้นเป็นต้น และเมื่อจิตที่โน้มสู่สภาวะธรรมที่รู้ที่กำลังยืน เดิน นั่ง หรือ นอนแต่ละขณะนั้น นามก็มีลักษณะเกิดขึ้นเป็นขณะเช่นกัน

๓. สัมปชัญญะปัพพะ ก็อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นธัมมอันเนื่องด้วยกายให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้ได้แต่ละขณะ แม้ธาตุมนสิการปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะ

^{๘๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ोजना, พระคันถสารภิวังศ์ แปลและเรียบเรียง, วิปัสสนานัย เล่ม ๑, (นนทบุรี: บริษัท ไทยร่มเกล้า จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕๙.

^{๘๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๐.

กระทบและเห็นอาการที่ธาตุทั้ง ๔ เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น คู้ เหยียด ต้ม กิน เคี้ยว เป็นต้นแต่ละขณะที่เปลี่ยนแปลงนั้น รูปร่างมีลักษณะการเกิดขึ้นแต่ละขณะเช่นกัน และจิตที่นุ่มส่ออารมณ์ของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ เป็นลักษณะนามที่เกิดขึ้นแต่ละขณะด้วย

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากรูปที่เป็นฐานกาย และจิตกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย เป็นลักษณะที่รูปเกิดขึ้น และจิตที่นุ่มส่ออารมณ์รู้ความเปลี่ยนแปลงนั้นอย่างชัดเจน เป็นลักษณะนามที่เกิดขึ้น

๕. ปฏิภูมมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรูปที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ เป็นลักษณะรูปที่เกิดขึ้น และเมื่อจิตพิจารณาอารมณ์รู้โทษภัยแห่งความเป็นปฏิภูมและความไม่สวยงามของอาการทั้ง ๓๒ แล้ว ลักษณะแห่งนามย่อมเกิดขึ้น

๖. นวสีวลิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นธอันเนื่องด้วยการที่มีลักษณะ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณาว่ากายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอันเป็นความมาเสื่อมไปภายในกายอาการเสื่อมเป็นลักษณะรูปที่เกิดขึ้น และเมื่อจิตพิจารณาอารมณ์เห็นความเปลี่ยนแปลงภายในกายอยู่นั้น ลักษณะที่รู้ความเปลี่ยนแปลงในกายนั้นเป็นลักษณะนามที่เกิดขึ้น

๓.๒.๕ การยกรูปและนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานขึ้นสู่ไตรลักษณ์

ในกรณีที่ผู้ปฏิบัติบางท่านซึ่งเป็นผู้ที่ยังไม่รู้ประจักษ์ถึงความเกิดดับของรูปนามแล้ว จะใช้วิธีอนุমানเพียงด้วยสุดมยจินตตาอย่างเดียว และบริกรรมในใจว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พอกำหนดได้อย่างนี้ ผู้ปฏิบัตินั้นอาจเกิดความสำคัญว่าตนได้ทำการกำหนดไตรลักษณ์เรียบร้อยแล้ว แต่แท้จริงแล้ว ความรู้รูปนามอย่างประจักษ์แจ้งในช่วงที่กำหนดเห็นความเกิดดับ (ของรูปนามเหล่านั้น) อย่างนี้ว่า รูปนามนี้ไม่เที่ยงเพราะเกิดขึ้นแล้วดับ รูปนามนี้เป็นทุกข์เพราะถูกความเกิดดับเบียดเบียนอยู่ตลอดเวลา รูปนามนี้ไม่ใช่ตัวตนของเราเพราะไม่อยู่ในอำนาจที่จะบังคับได้ นี่เป็นการกำหนดไตรลักษณ์โดยปัจฉักขญาณ (ญาณที่เห็นอย่างประจักษ์) อย่างแท้จริง^{๘๔}

อนึ่ง เมื่อผู้ปฏิบัติได้กำหนดเห็นไตรลักษณ์อย่างประจักษ์แจ้งแล้วย่อมสามารถอนุমানรูปนามที่ตนยังไม่ได้กำหนดว่า รูปนามอื่น ๆ ก็มีสภาพเช่นเดียวกับรูปนามที่เรากำลังกำหนดอยู่นี่เอง นี่เป็นการกำหนดไตรลักษณ์โดยอนุমানญาณ (ญาณที่รู้ได้ด้วยการคาดคะเน)

ส่วนสาเหตุที่เรียกว่า การยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์ นั้น เพราะว่าโดยปกติแล้วสามัญญลักษณะ ๓ ประการ คือ อนิจจตา ทุกขตา อนัตตตา มีปรากฏอยู่ในรูปนามทั้งหมด เพียงแต่เราไม่มีญาณพอที่จะรู้เท่านั้นจึงไม่เห็น แต่ถ้าเราตั้งจิตพิจารณาด้วยสติในรูปนามเหล่านั้นแล้ว เมื่อภาวนาญาณแก่กล้าแล้วย่อมเห็นลักษณะ ๓ ประการซึ่งตนยังไม่เคยพิจารณาเห็นมาก่อนมาตั้งไว้ในรูปนาม ซึ่งเป็นส่วนที่มักใช้ในคัมภีร์ปกรณ์ต่าง ๆ ส่วนในวิสุทธิมรรคมหาภูิกาท่านอธิบายไว้ว่า

^{๘๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) วิชา จำรุธู ธรรมดา แปล, วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, หน้า ๔๘๔.

ผู้ปฏิบัติกำหนดพิจารณาไตรลักษณ์ที่ปรากฏอยู่ในรูปธรรมซึ่งตนยังไม่เคยกำหนดมาก่อน พระอรรถกถาจารย์เรียกว่า ผู้ยกรูปขึ้นสู่ไตรลักษณ์นั้น

อนึ่ง ผู้ปฏิบัติจะพิจารณาสภาวลักษณะในขณะทั้ง ๓ คือ อุปาทกขณะ (เกิดขึ้น) ฐิติขณะ (ตั้งอยู่ แปรผัน) ภังคขณะ (ดับ) ก็ย่อมจะทำได้ สภาวลักษณะนั้นก็คือลักษณะโดยธรรมชาติของนามรูป เช่น กักขฬะ ลักษณะหยาบแข็ง เวทียนะ ลักษณะการเสวย สัญขานนะ ลักษณะการจดจำ ผุสนะ ลักษณะการสัมผัสระหว่างจิตใจกับอารมณ์ วิชานนะ ลักษณะการรับรู้อารมณ์

ลักษณะดังกล่าวจะปรากฏเป็นลักษณะเฉพาะของใครของมันเท่านั้น เช่น จิตก็มีลักษณะรับรู้อารมณ์ เวทนาก็มีลักษณะเสวยอารมณ์ ดังนี้ เป็นต้น ถึงแม้ผู้ปฏิบัติจะเพิ่งเริ่มปฏิบัติ แต่ก็สามารถรู้ประจักษ์ถึงสภาวลักษณะเหล่านี้ได้ แต่ไม่ใช่เป็นการรู้อย่างที่ยกรูปนามขึ้นสู่ไตรลักษณ์ (การที่จะยกรูปนามขึ้นสู่ไตรลักษณ์ได้นั้นต้องให้ญาณแก่กล้าเสียก่อน) ดังนั้น ในคัมภีร์ต่าง ๆ ท่านจึงไม่เรียกว่า เป็นการยกสภาวลักษณะขึ้นสู่รูปนาม

สามัญลักษณะ ๓ ประการนี้ เราไม่สามารถที่จะพิจารณาเห็นในขณะทั้ง ๓ ได้ไม่สามารถรู้ในช่วงที่เริ่มต้นปฏิบัติใหม่ ๆ ได้ แต่โดยแท้จริงแล้วทุกรูปทุกนามก็ล้วนมีอนิจจลักษณะ ทุกขลักษณะ และอนัตตลักษณะกันทั้งสิ้น เมื่อผู้ปฏิบัติได้ญาณแก่กล้าเต็มที่แล้วย่อมรู้ซึ่งถึงลักษณะที่ดับของรูปนามหรือที่นิยมเรียกว่า อนิจจลักษณะ รู้ซึ่งถึงลักษณะที่เป็นทุกข์เพราะไม่อยู่ในอำนาจของใคร ก็การที่รู้ได้เช่นนี้เป็นเหมือนการรู้โดยสืบเนื่องมาจากสภาวลักษณะที่ผู้เคยรู้เห็นเพราะฉะนั้น ในคัมภีร์ต่าง ๆ จึงกล่าวว่ายกรูปนามสู่ไตรลักษณ์เพื่อมากำหนด

ลักษณะธรรมชาติมีความแข็งแกร่งการกระทบสัมผัสของรูปนามมีปฏิวิและผัสสะ เป็นต้น เป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติพึงกำหนดได้ แม้ขณะทั้ง ๓ เพราะฉะนั้น จึงเป็นสิ่งที่ปรากฏโดยสภาวธรรมชาติถูกกำหนดรู้โดยลักษณะเฉพาะของใครของมันฉันใด ลักษณะความไม่เที่ยง เป็นต้น ผู้ปฏิบัติก็จะกำหนดรู้อย่างนั้นไม่ได้ ไตรลักษณ์นั้นเป็นเหมือนกับถูกยกขึ้นสู่สภาวลักษณะแล้วจึงกำหนดรู้ได้ เพราะว่าเป็นสิ่งที่พึงกำหนดรู้โดยอาการ ๓ อย่าง คือ อาการดับ อาการที่ถูกความเกิด ดับเบียดเบียนและอาการที่ไม่อยู่ในอำนาจของใคร เพราะฉะนั้น อรรถกถาจารย์จึงกล่าวไว้ว่า สมุณณลกฺขณฺ์ อโรเปตฺวา แปลว่ายกสามัญลักษณะมาพิจารณา

จะเห็นได้ว่า เมื่อรู้อาการดับ อาการที่ถูกความเกิด ดับเบียดเบียนหรืออาการที่ไม่เป็นไปตามอำนาจก่อนแล้วจึงจะรู้อนิจจลักษณะ ทุกขลักษณะ และอนัตตลักษณะได้ และการรู้เช่นนั้นเหมือนกับยกสามัญลักษณะซ้อนบนสภาวะ (อุปาทก ฐิติ ภังค) ส่วนในหัวข้อที่ว่า การกำหนดด้วยการยกรูปนามสู่ไตรลักษณ์นั้น มิได้หมายความว่า พอปฏิบัติก็นึกสวดรำพึงรำพันเพื่อให้ลักษณะทั้งหลายเหล่านั้นปรากฏ ทั้ง ๆ ที่ยังไม่กำหนดเห็นความเกิด ดับเลย แต่ที่จริงแล้วต้องจำไว้เลยวาระที่กำลังกำหนดตามสภาวความเป็นจริงของรูปนามก็จะรู้ความเกิด ดับตามความเป็นจริงและเกิดความรู้อันประจักษ์โดยปัจฉักขญาณหรืออนุमानญาณว่า รูปนามไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่เป็นตัวตน อย่างนั้นเป็นการกำหนดรู้ไตรลักษณ์อย่างแท้จริง อนึ่ง เมื่อรู้แจ้งแทงตลอดความเกิด ดับแล้ว อนิจจ

ลักษณะก็ปรากฏขึ้นหลังจากนั้น ลักษณะที่เหลือก็ปรากฏโดยทำนองที่ว่า สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา^{๘๕}

อีกประการหนึ่ง อาการที่เกิดขึ้นแล้วดับไป อาการที่มีลักษณะถูกความเกิด ดับ เบียดเบียนอยู่เป็นประจำ และอาการที่ไม่เป็นไปตามความปรารถนาย่อมปรากฏชัดเจนยิ่งขึ้น ด้วยการกำหนดรู้อาการเกิด ดับ

เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้รูปนามที่เกิด ดับได้แล้วนั้น ไตรลักษณ์จึงปรากฏชัดขึ้น แล้วอุทัยพหุญาณก็จะแก่กล้าเต็มที่ จังหวะที่กำหนดย่อมรวดเร็วและมั่นคงประดุจเป็นไปเองโดยอัตโนมัติ และเพราะเหตุที่กำหนดได้อย่างรวดเร็ว ทันท่วงที จึงเป็นเหตุให้สังขารธรรมซึ่งเป็นอารมณ์ปรากฏโดยรวดเร็วตามไปด้วย ถึงตอนนี้ผู้ปฏิบัติเองจะไม่เอาจิตไปจับอุปาทกขณะ และ รุติขณะ (จุดเริ่มต้นเกิดขึ้นและตั้งอยู่) และก็จะไม่เอาใจใส่แม้กระทั่งลำดับของรูปนาม ที่เกิดขึ้นโดยต่อเนื่องกันดุจสายน้ำ หมายความว่าจิตของผู้ปฏิบัติผู้นั้นจะไม่กำหนดว่าเป็นรูปที่ต่อเนื่องกันหรือจิต (นาม) ที่ต่อเนื่องกันโดยเกิดก่อน และเกิดหลังอีกแล้ว และแม้แต่สังขารซึ่งเป็นนิमितที่มีปรากฏดุจทัพพะซึ่งมีรูปทรงสัญญาณตัวอย่างเช่น ในขณะที่ทำการคู้เข้าหรือเหยียดออกจะปรากฏรูปสัญญาณมือเท้าเฉพาะในตอนแรกแต่พอถึงตอนนี้กลับไม่มีปรากฏรูปสัญญาณของมือและเท้าอีกเลย ในทุก ๆ ครั้งที่พิจารณาจะเกิดญาณซึ่งทำหน้าที่รู้ว่ารูป นามดับแล้ว ซึ่งญาณนี้ท่านเรียกว่า ภังคญาณ^{๘๖}

ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ขั้น ๕ และสามัญญลักษณะทั้ง ๓ เหล่านี้แม้ทั้งหมดตามความเป็นจริง ด้วยญาณที่กำหนดรู้ความเกิด ดับอันได้แก่วิปัสสนาที่ดำเนินไปโดยถูกทาง ซึ่งพ้นจากอุปกิเลส ก็แล้ว ครั้งกำหนดเช่นนั้นแล้ว ญาณของผู้ปฏิบัติจะพิจารณาไตรตรองบ่อย ๆ ในรูปนามโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตานั่น ก็จะเป็นไปโดยความแก่กล้า และเมื่อสังขารทั้งหลายเหล่านั้นปรากฏอยู่โดยรวดเร็ว สติยอมไปไม่ถึง (ไม่ได้กำหนดเอาใจใส่) อุปาทกขณะ รุติขณะ รูปนามที่เป็นไปโดยไม่ขาดสายหรือสังขารนิมิตอันปรากฏ ดูว่ามีรูปทรงสัญญาณอย่างไรอย่างหนึ่ง สติที่เป็นตัวกำหนดย่อมตั้งอยู่ในความสิ้นไปเสื่อมไปและแตกสลายไปสำหรับผู้ปฏิบัติผู้นั้นเห็นว่า สังขารธรรมเกิดขึ้นอย่างนี้แล้วย่อมดับไปอย่างนั้น วิปัสสนาญาณ อันมีชื่อว่า ภังคานุวิปัสสนา ย่อมเกิดขึ้นในสถานะเช่นนี้

ผู้ปฏิบัติที่ได้ภังคญาณแล้วย่อมเห็นรูปนามอันเป็นอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งกำลังเกิดขึ้นเช่นอาการของรูปที่ฟอง ยุบ อาการของรูปที่นิ่ง ยืน เดิน ฯลฯ ว่าสิ่งเหล่านี้ได้ดับไปแล้วได้เสื่อมไปแล้ว และเมื่อเห็นเช่นนี้ก็ให้กลับไปพิจารณาที่การเห็นนั้นว่า ได้ดับแล้ว ได้เสื่อมไปแล้ว ญาณทั้ง ๒ ช่วงนี้ที่เป็นวิปัสสนาญาณ ที่ชื่อว่าภังคานุวิปัสสนา^{๘๗}

เมื่อผู้ปฏิบัติตามรู้กอรูปรูปภายในร่างกายของตนจนกระทั่งโคจรสัมปชัญญะแก่กล้าและเกิดอัสสัมโมหสัมปชัญญะที่เป็นปัญญาหยั่งเห็นไตรลักษณ์ว่า รูปนามที่ตามรู้ในปัจจุบันขณะนั้น ไม่เที่ยง

^{๘๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา จำรูญ ธรรมดา แปล, วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, หน้า ๕๓๑.

^{๘๖} พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมมาจารย์ (พระมหาประเสริฐ มนุตเสวี), รายวิชาสติปัญญาฐานภาวนา, หน้า ๕๑๐.

^{๘๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๑๒-๕๑๓.

เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน อย่างนี้แล้ว ก็อาจจะโน้มจิตไปเปรียบเทียบอนุมาณรู้กองรูปภายนอกร่างกาย กล่าวคือรูปนามของผู้อื่นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งตรงกับพระบาลีว่า พหิทธา วา กายะ กา ยานุปสสี วิหริติ. แปลว่า เห็นกายภายนอกกล่าวคือกายของผู้อื่น ในบางขณะเมื่อตามรู้กองรูปภายใน ว่า อยากเดินหนอ เดินหนอ อาจเกิดความเข้าใจว่า แม้สภาวะเดินของผู้อื่นก็เหมือนกับสภาวะเดินของตน ในขณะที่นั้นจัดว่าได้ตามรู้ทั้งกองรูปภายในและกองรูปภายนอกสลับกัน

การที่ผู้ปฏิบัติสามารถรับรู้ถึงการเกิดขึ้นแล้วดับไปของจิตและรูปที่เคลื่อนไหวได้นั้นได้ชื่อว่าเป็นญาณที่รู้สมุทัยที่มีความหมายว่าการเกิดและวาระที่มีความหมายว่าการดับ ส่วนการที่ล่วงรู้ถึงสาเหตุที่ทำให้จิตและรูปดังกล่าวเกิด เช่น ในระหว่างที่ทำการกำหนดอยู่นั้นผู้นั้นย่อมพิจารณาเห็นถึงเหตุของการเกิดจิตและรูปเหล่านั้นดังนี้ว่า เนื่องจากมีเหตุกองรูปเหล่านี้ จึงเกิดขึ้นได้ หรือ เนื่องจากมีจิตคิดรูปการเคลื่อนไหวเป็นต้นจึงมีได้ หรือเนื่องจากมีกรรมที่เคยสร้างไว้ จิตและรูปดังกล่าวจึงมีดังนี้เป็นต้น ซึ่งญาณที่รู้เช่นนี้ เรียกว่า เป็นญาณที่รู้สมุทัยที่มีความหมายว่า เหตุแห่งการเกิด และวาระที่มีความหมายว่าเหตุแห่งการดับ

คำว่า สภาวะคือความเกิดขึ้น หมายถึง ความเกิดขึ้นของจิตที่ต้องการจะเดินและรูปที่กำลังเคลื่อนไหว เป็นต้น อนึ่ง คำว่า สภาวะ คือ ความดับ หมายถึงความดับของกองจิตและกองรูปเหล่านั้น ผู้ที่รู้สภาวะคือ ความเกิดขึ้นและความดับนั้นอาจจะเข้าใจเหตุที่ทำให้กองรูปเกิดขึ้นและดับไปอีกด้วย กล่าวคือ กองรูปเกิดจากเหตุคือจิตที่ต้องการจะทำอากัปกริยาต่าง ๆ ถ้าไม่มีจิตดังกล่าวรูปก็เกิดขึ้นไม่ได้ นอกจากนี้ รูปยังเกิดจากสาเหตุอื่นอันได้แก่อวิชชา คือ ความไม่รู้ที่เกิดในภพก่อน ตัณหา คือ ความเพติดเพลินในกามคุณซึ่งเกิดในภพก่อน กรรม คือ การกระทำในภพนี้ และอาหาร คือสิ่งที่กินดื่มในภพนี้อีกด้วย ถ้าไม่มีสภาวะเหล่านี้ก็ไม่มีการเกิดเช่นกัน

หากพิจารณาลักษณะของรูปนามที่ขึ้นสู่ไตรลักษณ์ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานทั้ง ๖ บรรพจะสามารถเห็นลักษณะที่รูปนามปรากฏขึ้นได้ดังนี้ คือ

๑. อานาปานปัพพะ การกำหนดรู้รูปชั้นธัมมอันเนื่องด้วยกาย ที่มีลักษณะของลมหายใจเข้าเกิดคือสมุทหะและดับไปคือวาระขณะหนึ่ง ลมหายใจออกเกิดคือสมุทหะและดับคือวาระขณะหนึ่งเป็นสภาวะรูปนามที่ปรากฏแม้ลมหายใจเข้าออกก็เป็นลักษณะที่รูปเกิดขึ้นและดับไปด้วยสภาวะธรรมชาติแห่งอนิจจัง ไม่เที่ยง และถูกเบียดเบียนด้วยทุกขัง และดับไปคืออนัตตา เมื่อจิตโน้มสู่อารมณ์ความเปลี่ยนแปลงของลมหายใจเข้าขณะหนึ่ง ลมหายใจออกอีกขณะหนึ่ง ก็เป็นลักษณะแห่งนามที่ปรากฏขึ้นและดับไปด้วยอาการเช่นเดียวกับรูปที่ดับไป

๒. อิริยาบถปัพพะ การกำหนดรู้รูปอันเนื่องด้วยกาย ที่มีลักษณะปรากฏรูปนามเมื่อจิตสัมผัสรู้อาการของ การเดิน การนั่งการยืน การนอน เมื่อกายนั้นกระทบสิ่งสัมผัส ก็รู้การเคลื่อนไหวนั้น ๆ แต่ละขณะเป็นลักษณะที่รู้รูปที่เกิดขึ้นคือสมุทหะ และ ดับไปคือวาระด้วยอิริยาบถต่าง ๆ แต่ละขณะ เช่นขณะยืน รูปยืนเกิดขึ้นและดับไปเป็นต้นด้วยสภาวะธรรมชาติแห่งอนิจจัง ไม่เที่ยง และถูกเบียดเบียนด้วยทุกขังคือไม่ยั่งยืน และดับไปคืออนัตตา และเมื่อจิตที่โน้มสู่สภาวะธรรมที่รู้ว่ากำลังยืน เดิน นั่ง หรือ นอนแต่ละขณะนั้น ก็มีลักษณะแห่งนามที่ปรากฏขึ้นและดับไปด้วยอาการเช่นเดียวกับรูปที่ดับไป

๓. สัมผัสัญญะปัพพะ กั้อาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นธัมมเนื่องด้วยกายให้เห็นจิตที่กำหนดรู้ความเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ ในสภาวะธรรมนั้น ๆ ว่าเป็นรูปนามในแต่ละอิริยาบถย่อยที่สติกำหนดรู้ได้แต่ละขณะ แม้ธาตุมนสิการปัพพะก็จะเห็นอาการที่เป็นรูปนามในการที่ผัสสะกระทบและเห็นอาการที่ธาตุทั้ง ๔ เคลื่อนไหวเปลี่ยนแปลง เช่น คู้ เขียด ต้ม กิน เคี้ยว เป็นต้นแต่ละขณะที่เปลี่ยนแปลงนั้น รูปย่อมมีลักษณะการเกิดขึ้นคือสมุทยะและดับไปคือวยะแต่ละขณะด้วยสภาวะธรรมชาติแห่งอนิจจังคือ ไม่เที่ยง และถูกเบียดเบียนด้วยทุกขังคือไม่ยั่งยืน ดับไปคืออนัตตา และจิตที่น้อมสู่อารมณ์ของการเปลี่ยนแปลงธาตุทั้ง ๔ ก็เป็นลักษณะนามที่ปรากฏขึ้นและดับไปด้วยอาการเช่นเดียวกับรูปที่ดับไป

๔. ธาตุมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ และลม อันเนื่องจากรูปที่เป็นฐานกาย และจิตกำหนดรู้ความเย็นร้อน ไหลหรือเกาะกุม แข็งหรืออ่อน หย่อนหรือตึง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของธาตุทั้ง ๔ ในกาย เป็นลักษณะที่รูปเกิดขึ้นคือสมุทยะและดับไปคือวยะแต่ละขณะด้วยสภาวะธรรมชาติแห่งอนิจจังคือ ไม่เที่ยง และถูกเบียดเบียนด้วยทุกขังคือไม่ยั่งยืน ดับไปคืออนัตตา และจิตที่น้อมสู่อารมณ์รู้ความเปลี่ยนแปลงนั้นอย่างชัดเจน เป็นลักษณะนามที่ปรากฏขึ้นและดับไปด้วยอาการเช่นเดียวกับรูปที่ดับไป

๕. ปฏิภูมมนสิการปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปที่รู้ด้วยอาการ ๓๒ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้นอันจิตพิจารณาเห็นความเป็นของไม่สวยงามเป็นในอาการทั้ง ๓๒ เป็นลักษณะรูปที่เกิดขึ้นคือสมุทยะและดับไป คือวยะแต่ละขณะด้วยสภาวะธรรมชาติแห่งอนิจจังคือ ไม่เที่ยง และถูกเบียดเบียนด้วยทุกขังคือไม่ยั่งยืน ดับไปคืออนัตตา และเมื่อจิตพิจารณาอารมณ์รู้โทษภัยแห่งความเป็นปฏิภูมและความไม่สวยงามของอาการทั้ง ๓๒ แล้ว เป็นลักษณะนามที่ปรากฏขึ้นและดับไปด้วยอาการเช่นเดียวกับรูปที่ดับไป

๖. นวสีถิกปัพพะ ก็เพื่ออาศัยการกำหนดรู้รูปชั้นธัมมเนื่องด้วยการที่มีลักษณะ ๙ อย่าง เมื่อพิจารณาว่ากายของตนเมื่อตายแล้วย่อมเป็นซากศพอันเป็นความมาเสื่อมไปภายในกาย อาการเสื่อมเป็นลักษณะรูปที่เกิดขึ้นคือสมุทยะและดับไป คือวยะแต่ละขณะด้วยสภาวะธรรมชาติแห่งอนิจจังคือ ไม่เที่ยง และถูกเบียดเบียนด้วยทุกขังคือไม่ยั่งยืน ดับไปคืออนัตตา และเมื่อจิตพิจารณาอารมณ์เห็นความเปลี่ยนแปลงภายในกายอยู่นั้น เป็นลักษณะนามที่ปรากฏขึ้นและดับไปด้วยอาการเช่นเดียวกับรูปที่ดับไป

๓.๓ สรูปท่ายบท

เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดรู้รูปนามที่เกิด ดับได้แล้วนั้น ไตรลักษณ์จึงปรากฏชัดขึ้น แล้วอุหัพพญาณก็จะแก่กล้าเต็มที่ จังหวะที่กำหนดคอยมรรวดเร็วและมั่นคงประดุจเป็นไปเองโดยอัตโนมัติ และเพราะเหตุที่กำหนดได้อย่างรวดเร็ว ทันท่วงที จึงเป็นเหตุให้สังขารธรรมซึ่งเป็นอารมณ์ปรากฏโดยรวดเร็วตามไปด้วย ถึงตอนนี้ผู้ปฏิบัติเองจะไม่เอาจิตไปจับอุปาทนขณะ และ จิตិขณะ (จุดเริ่มต้นเกิดขึ้นและตั้งอยู่) และก็จะไม่เอาใจใส่แม้กระทั่งลำดับของรูปนาม ที่เกิดขึ้นโดยต่อเนื่องกันดุจสายน้ำ หมายความว่าจิตของผู้ปฏิบัติผู้นั้นจะไม่กำหนดว่าเป็นรูปที่ต่อเนื่องกันหรือจิต (นาม) ที่ต่อเนื่องกันโดยเกิดก่อน และเกิดหลังอีกแล้ว และแม้แต่สังขารซึ่งเป็นนิमितที่มีปรากฏดุจ

ทัพพะซึ่งมีรูปทรงสัณฐานตัวอย่างเช่น ในขณะที่ทำการคู้เข้าหรือเหยียดออกจะปรากฏรูปสัณฐานมือเท้าเฉพาะในตอนแรกแต่พอถึงตอนนี้กลับไม่มีปรากฏรูปสัณฐานของมือและเท้าอีกเลย ในทุก ๆ ครั้ง ที่พิจารณาจะเกิดญาณซึ่งทำหน้าที่รู้ว่ารูป นามดับแล้ว ซึ่งญาณนี้ท่านเรียกว่า ภังคญาณ

ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ขั้น ๕ และสามัญญลักษณะทั้ง ๓ เหล่านี้แม้ทั้งหมดตามความเป็นจริง ด้วยญาณที่กำหนดรู้ความเกิด ดับอันได้แก่วิปัสสนาที่ดำเนินไปโดยถูกต้อง ซึ่งพ้นจากอุปกิเลส ก็แล้ว ครั้นกำหนดเช่นนั้นแล้ว ญาณของผู้ปฏิบัติจะพิจารณาไตร่ตรองบ่อย ๆ ในรูปนามโดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตานั้น ก็จะเป็นไปโดยความแก่กล้า และเมื่อสังขารทั้งหลายเหล่านั้นปรากฏอยู่โดยรวดเร็ว สติย่อมไปไม่ถึง (ไม่ได้กำหนดเอาใจใส่) อุปาทกขณะ ฐิติขณะ รูปนามที่เป็นไปโดยไม่ขาดสายหรือสังขารนิมิตอันปรากฏ ดูว่ามีรูปทรงสัณฐานอย่างไรอย่างหนึ่ง สติที่เป็นตัวกำหนดย่อมตั้งอยู่ในความสิ้นไปเสื่อมไปและแตกสลายไปสำหรับผู้ปฏิบัติผู้นั้นเห็นว่า สังขารธรรมเกิดขึ้นอย่างนี้แล้วย่อมดับไปอย่างนั้น วิปัสสนาญาณ อันมีชื่อว่า ภังคานุปัสสนา ย่อมเกิดขึ้นในสถานะเช่นนี้

ผู้ปฏิบัติที่ได้ภังคญาณแล้วย่อมเห็นรูปนามอันเป็นอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งซึ่งกำลังเกิดขึ้นเช่นอาการของรูปที่ฟอง ยุบ อาการของรูปที่นิ่ง ยืน เดิน ฯลฯ ว่าสิ่งเหล่านี้ได้ดับไปแล้วได้เสื่อมไปแล้ว และเมื่อเห็นเช่นนี้ก็ให้กลับไปพิจารณาที่การเห็นนั้นว่า ได้ดับแล้ว ได้เสื่อมไปแล้ว ญาณทั้ง ๒ ช่วงนี้ที่เป็นวิปัสสนาญาณ ที่ชื่อว่าภังคานุปัสสนา

เมื่อผู้ปฏิบัติตามรู้กองรูปภายในร่างกายของตนจนกระทั่งโคจรสัมปชัญญะแก่กล้าและเกิดอสมัมโหสัมปชัญญะที่เป็นปัญญาหยั่งเห็นไตรลักษณ์ว่า รูปนามที่ตามรู้ในปัจจุบันขณะนั้น ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน อย่างนี้แล้ว ก็อาจจะโน้มจิตไปเปรียบเทียบอนุমানรู้กองรูปภายนอกร่างกาย กล่าวคือรูปนามของผู้อื่นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งตรงกับพระบาลีว่า พหิทธา วา กายะ กา ยานุปสสี วิหริติ. แปลว่า เห็นกายภายนอกกล่าวคือกายของผู้อื่น ในบางขณะเมื่อตามรู้กองรูปภายในว่า อยากเดินหนอ เดินหนอ อาจเกิดความเข้าใจว่า แม้สภาวะเดินของผู้อื่นก็เหมือนกับสภาวะเดินของตน ในขณะที่นั้นจิตว่าได้ตามรู้ทั้งกองรูปภายในและกองรูปภายนอกสลับกัน

การที่ผู้ปฏิบัติสามารถรับรู้ถึงการเกิดขึ้นแล้วดับไปของจิตและรูปที่เคลื่อนไหวได้นั้นได้ชื่อว่าเป็นญาณที่รู้สมุทัยที่มีความหมายว่าการเกิดและวาระที่มีความหมายว่าการดับ ส่วนการที่ล่วงรู้ถึงสาเหตุที่ทำให้จิตและรูปดังกล่าวเกิด เช่น ในระหว่างที่ทำการกำหนดอยู่นั้นผู้นั้นย่อมพิจารณาเห็นถึงเหตุของการเกิดจิตและรูปเหล่านั้นดังนี้ว่า เนื่องจากมีเหตุกองรูปเหล่านี้ จึงเกิดขึ้นได้ หรือ เนื่องจากมีจิตคิดรูปการเคลื่อนไหวเป็นต้นจึงมีได้ หรือเนื่องจากมีกรรมที่เคยสร้างไว้ จิตและรูปดังกล่าวจึงมีดังนี้เป็นต้น ซึ่งญาณที่รู้เช่นนี้ เรียกว่า เป็นญาณที่รู้สมุทัยที่มีความหมายว่า เหตุแห่งการเกิด และวาระที่มีความหมายว่าเหตุแห่งการดับ

การเจริญสติระลึกรู้ว่า อยากเดิน ต้องการเดิน คู้ เหยียด กิน ดื่ม เคี้ยว เป็นต้นย่อมรู้ชัดว่ามีเพียงจิตที่ต้องการจะเคลื่อนไหวและกองรูปที่เคลื่อนไหวอยู่ สิ่งที่ชาวโลกสมมติว่าเป็นบุคคล ตัวตน เรา เขา นั้นหาไม่มี ไม่มีบุรุษ ไม่มีสตรีใด ๆ ทั้งสิ้น มีแต่เพียงสภาวะจิตที่คิดจะไปและสภาวะรูปที่บังคับเกิดขึ้นโดยลักษณะอากัปภิกิริยามีการไปเป็นต้นเท่านั้น สติของผู้นั้นย่อมข้ามพ้นสัณฐานบัญญัติซึ่งเรียกว่า สังขารขณนิมิตอย่างสิ้นเชิง เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าแล้วผู้นั้นอาจรู้สึกได้ว่าอวัยวะบางส่วน

ในร่างกาย เช่น มือ เท้า ศรีษะ หรือร่างกายทั้งหมดนั้นหายไป การเจริญสติของผู้นั้นย่อมเป็นไปเพื่อพัฒนาปัญญาหยั่งเห็นสภาวธรรมอย่างแท้จริง ผู้นั้นย่อมไม่ถูกตัณหา กล่าวคือความเพลิดเพลนในรูปนามที่กำหนดรู้อยู่และไม่ถูกทิวฏฐิอิงอาศัยด้วยความเห็นผิดในตัวตนครอบงำ ผู้นั้นย่อมปราศจากความยึดมั่นใด ๆ ในโลก กล่าวคือ อุปาทานชั้น ๕ ทุก ๆ ครั้งที่ได้พิจารณารู้เห็นด้วยประจักษ์นั้นแล

จากการศึกษาพบว่า สภาวะรูป นามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ทั้งรูปและนามล้วนมีความเกี่ยวเนื่องกัน นามและรูปนี้ นามไม่มีเดช ไม่สามารถเป็นไปได้ด้วยเดชของตนเองไปในกาย คือ ไม่กิน ไม่เดิน ไม่นั่ง ไม่พูด ไม่สำเร็จอริยาบถ แม้รูปก็ไม่มีเดชไม่สามารถเป็นไปได้ด้วยเดชของตนเอง เพราะรูปนั้นไม่มีความต้องการที่จะกิน อีกทั้งไม่มีความต้องการดื่ม ไม่มีความต้องการที่จะเดิน ไม่มีความปรารถนาที่จะสำเร็จอริยาบถ ไปในกายทั้งภายในและภายนอก รูปเป็นไปได้ก็เพราะอาศัยนามและนามเป็นไปได้ก็เพราะอาศัยรูปโดยแท้ แต่เมื่อนามมีความปรารถนาที่จะเคลื่อนไหวมีความปรารถนาที่จะสำเร็จอริยาบถ รูปจึงเกิดการเคลื่อนไหวในอริยาบถต่าง ๆ ดังนั้นการมีความเพียร สัมปชัญญะ และสติกำหนดรู้ที่อยู่เสมอกายในกายและกายภายนอกจะทำให้เราพิจารณารูปนามที่ปรากฏนั้นชัดเจน เห็นความเกิดดับของรูปและนาม รู้สภาวธรรมที่เกิดขึ้นตามสภาพความเป็นจริง ซึ่งเป็นการรู้ที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนาญาณ ตามลำดับญาณทั้ง ๑๖ และสามารถบรรลุมรรค ผล นิพพานได้ในที่สุด

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ด้วยการพิจารณากำหนดรู้กายภายในกายภายนอกต่าง ๆ ตามหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดโดยมีสติจดจ่อต่อเนื่อง จนเห็นสภาวะเกิดดับของรูปนามตามความเป็นจริง วิปัสสนาญาณจะเกิดขึ้นตามลำดับของญาณ ๑๖ วิปัสสนาญาณทำให้บรรลุความเป็นอริยบุคคลผ่านญาณ ๑๖ รอบที่ ๑ ก็ได้สำเร็จเป็นพระโสดาบัน กิเลสยังไม่หมด แต่ว่าตัดออกไปได้บางส่วน แต่ส่วนไหนที่ตัดขาดไปแล้ว จะไม่เกิดขึ้นในจิตอีกต่อไป เช่น ความสงสัยจะไม่เกิดขึ้นอีกเลย ความโลภที่ประกอบด้วยความเห็นผิด หมดไปเลยจากจิต จะมีความเห็นอย่างถูกต้องเข้าใจอย่างถูกต้อง แต่ว่ายังมีความโลภบางอย่าง มีโทษบางอย่าง แต่ว่าไม่รุนแรงถึงขนาดที่จะกระทำอกุศลกรรม ชนิดที่จะนำไปสู่อบาย โสดาบันนี้ ศีล ๕ จึงบริสุทธิ์ จะไม่ล่วงศีล ๕ เป็นเด็ดขาด แต่ก็ยังมีความโลภยังมีความโกรธ แต่ว่าไม่มีความอาฆาตมาดร้าย ไม่มีความตระหนี่ นี้เป็นลักษณะของโสดาบัน ก็เท่ากับทำลายภพชาติไปมากมาย การที่จะเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไปก็จะเกิดอย่างมากไม่เกิด ๗ ชาติ ก็จะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ถึงแม้จะขาดความเพียร เกิดไป ๆ ๗ ชาติยังไงก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้วก็ปรินิพพาน ก็พ้นจากการเวียนว่าย ตายเกิด แต่ถ้าหากบุคคล ได้พากเพียร พยายามต่อไป สามารถที่จะดำเนินผ่านญาณ ๑๖ อีกรอบหนึ่ง ก็จะเป็นลักษณะเดียวกัน ผ่านญาณ ๑๖ รอบที่ ๒ ก็เป็น สกทาคามีบุคคล ผ่านญาณ ๑๖ รอบที่ ๓ เป็นอานาคามีบุคคล ผ่านญาณ ๑๖ รอบที่ ๔ ก็หมดสิ้นอัสวกิเลส เป็นพระอรหันต์ เป็นอเสขบุคคลไม่ต้องศึกษาต่อไป พันทุกข์โดยสิ้นเชิง และถ้าบรรลุอรหัตผลแล้วแต่ยังดำรงชั้น ๕ อยู่ก็จะมีนิพพานเป็นอารมณ์ คือเรียกว่า สอุปาทิเสสนิพพาน แต่ถ้าหากบรรลุอรหัตผลแล้วดับขั้นหมดสิ้น จะเรียกว่าอุปาทิเสสนิพพาน ดังพรรณนามานี้แล

บทที่ ๔

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน” มีวัตถุประสงค์ในการศึกษา ๒ ประการคือ เพื่อศึกษากายานุปัสสนาสติปัฏฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ทำการวิจัยโดยวิธีการเก็บข้อมูลจากชั้นปฐมภูมิ คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา คัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค ข้อมูลชั้นทุติยภูมิจากงานวิจัยวิทยานิพนธ์ และหนังสือตำรางานวิชาการต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง และนำมาเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนาตรวจสอบความถูกต้องเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญและอาจารย์ที่ปรึกษา

๔.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักของสติปัฏฐานสูตร ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ก็เพื่อฝึกให้มีความเพียร มีสัมปชัญญะคอยกำหนดรู้และมีสติกำหนดรู้อาการต่าง ๆ ภายในกายในกาย จะเป็นอาการ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหว หนัก เบา การเดิน ยืน นั่ง นอน การตีมน กิน แล เหลียว คู้ เขยียด เป็นสิ่งไม่สวยงาม เป็นสิ่งที่ต้องแตกสลายไป เป็นต้นหรือไม่ว่าตนจะอยู่ในอิริยาบถใด ๆ ก็ให้ทำความรู้สึกตัวอยู่เสมอ เมื่อผู้ปฏิบัติมีสติกำหนดรู้ได้ละเอียดสมบูรณ์มีพลังจิตที่แก่กล้า การทำงานของสติในการพิจารณาเห็น รูป ส่วนที่เป็นสภาวะที่เกิดหรือกระทบกับกาย และนามคือจิตที่ทำหน้าที่น้อมไปสู่อารมณ์นั้น ๆ รับรู้ความเปลี่ยนแปลงอันเนื่องด้วยกาย จะทำให้ผู้ปฏิบัติเห็นสภาวะที่เกิดขึ้นของรูปและนามตามความเป็นจริง ผู้ปฏิบัติเกิดปัญญา เห็นประโยชน์และเห็นโทษของกายนี้ และมีปัญญาหยั่งเห็นไตรลักษณ์ว่ารูปและนามที่ตามรู้ในปัจจุบันขณะนั้น ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ละความยึดมั่นในร่างกาย ตัวตน บุคคล เราเขา จิตยกขึ้นสู่อารมณ์ของวิปัสสนาญาณ คือ ญาณที่รู้แจ้งในสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นของรูปและนาม และสามารถจะบรรลุมรรค ผล นิพพานได้

จากการศึกษาผู้วิจัยพบว่า ภายในกาย ก็คือ การเปลี่ยนแปลงของสิ่งที่ประกอบกัน คือ ธาตุทั้ง ๔ ซึ่งเป็นเหตุเบื้องต้น และยังมีปัจจัยส่งเสริม คือ กิเลส กรรม วิบากอันเนื่องมาจากอวิชชา ที่ทำให้รูปและนามเกิดขึ้น หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น เป็นการกำหนดรู้และมีสติกำหนดรู้อาการต่าง ๆ ภายในกายในกาย จะเป็นอาการ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหว หนัก เบา การเดิน ยืน นั่ง นอน การตีมน กิน แล เหลียว คู้ เขยียด เป็นสิ่งไม่สวยงาม เป็นสิ่งที่ต้องแตกสลายไป เป็นต้น

การกำหนดรู้อารมณ์ต่าง ๆ เหล่านี้เป็นการฝึกให้เกิดปัญญาญาณ รู้เท่าทันสภาวะธรรมต่างตามความเป็นจริง และเมื่อผู้ปฏิบัติมีสติสัมปชัญญะที่แก่กล้าสามารถกำหนดรู้ได้ละเอียดสมบูรณ์

ทุก ๆ อารมณ์อันเนื่องด้วยกาย เช่น เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหว หนัก เบา การเดิน ยืน นั่ง นอน การดื่ม กิน แล เหลี้ยว คู้ เหยียด ความไม่สวยงาม ความเป็นสิ่งที่แตกสลายในที่สุด เป็นต้น การเกิด ปัญญาญาณหยั่งรู้และพิจารณารูปและนามก็ปรากฏชัดตามลำดับของวิปัสสนาญาณ ๑๖ สามารถทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตบริสุทธิ์เป็นขั้น ๆ ไป ซึ่งในทางพุทธศาสนาเรียกว่า บรรลุมรรค ผล นิพพาน ซึ่งเป็นขั้นที่จิตบริสุทธิ์สิ้นเชิงปราศจากกิเลส คือ โลภะ โทสะ โมหะ ทั้งหมด เรียกว่า พระอริยบุคคล คือผู้ประเสริฐ เพราะเป็นผู้มีจิตพัฒนาแล้ว เป็นผู้ที่มีจิตที่บริสุทธิ์เหนือปุถุชนคนทั่วไป ชื่อว่า เป็นผู้ประพฤติตามอริยมรรคที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสแสดงไว้ดีแล้ว

สภาวะของรูปในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง สภาวะที่มีความแตกดับไป มีการสลาย แปรปรวนเป็นลักษณะ มีการแยกออกจากกันได้เป็นกิจ มีความเป็นอพยากธรรมหรือมีความไม่รู้ อารมณ์เป็นอาการปรากฏในปัญญาของบัณฑิตทั้งหลาย และมีวิญญานเป็นเหตุใกล้ ส่วนสภาวะของนามในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง สภาวะของจิตมีการน้อมเข้าไปสู่อารมณ์เป็นลักษณะ มีการประกอบกับวิญญาน และประกอบกันเองโดยอาการที่เป็นเอกุปาทตา เป็นต้นเป็นกิจ มีการไม่แยกกันกับจิตเป็นอาการปรากฏในปัญญาของบัณฑิตทั้งหลาย และมีวิญญานเป็นเหตุใกล้ ในขั้นนี้ทั้ง ๕ รูปชั้นนี้เป็นรูป เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น และวิญญานชั้นเป็นนาม ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น อาการที่ปรากฏทางกายทั้งหมด เช่น อาการคู้ เหยียด แล เหลี้ยว เป็นต้นจัดเป็นรูป สภาวะที่เข้าไปรับรู้อาการคู้ เหยียด แล เหลี้ยว นั้น ๆ เรียกว่านาม ทั้งรูปและนามนี้ ล้วนตั้งอยู่ในไตรลักษณ์ คือ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

การเห็นสภาวะรูปและนามที่เกิดขึ้นดังที่กล่าวมานี้ เป็นการเห็นที่เกิดในการปฏิบัติวิปัสสนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้ปฏิบัติจะพิจารณารู้สภาวะธรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง ซึ่งสภาวะธรรมเหล่านี้จะปรากฏเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป และเป็นการกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจากวิปัสสนาญาณตามลำดับขั้นของวิปัสสนาญาณทั้ง ๑๖ ซึ่งจะทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตบริสุทธิ์เป็นขั้น ๆ ไปจนถึงการบรรลุมรรค ผล นิพพานในที่สุด

สภาวะรูป นามในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ทั้งรูปและนามล้วนมีความเกี่ยวเนื่องกัน นามและรูปนี้ นามไม่มีเดช ไม่สามารถเป็นไปได้ด้วยเดชของตนเอง ไปในกาย คือ ไม่กิน ไม่เดิน ไม่นั่ง ไม่พูด ไม่สำเร็จอริยาบถ แม้รูปไม่มีเดชไม่สามารถเป็นไปได้ด้วยเดชของตนเอง เพราะรูปนั้นไม่มีความต้องการที่จะกิน อีกทั้งไม่มีความต้องการดื่ม ไม่มีความต้องการที่จะเดิน ไม่มีความปรารถนาที่จะสำเร็จอริยาบถ ไปในกายทั้งภายในและภายนอก รูปเป็นไปได้อีกเพราะอาศัยนามและนามเป็นไปได้อีกเพราะอาศัยรูปโดยแท้ แต่เมื่อนามมีความปรารถนาที่จะเคลื่อนไหวมีความปรารถนาที่จะสำเร็จอริยาบถ รูปจึงเกิดการเคลื่อนไหวในอริยาบถต่าง ๆ ดังนั้นการมีความเพียร สัมปชัญญะ และสติกำหนดรู้ที่อยู่เสมอกายในกายและกายภายนอกจะทำให้เราพิจารณารูปนามที่ปรากฏนั้นชัดเจน เห็นความเกิดดับของรูปและนาม รู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นตามสภาพความเป็นจริง ซึ่งเป็นการรู้ที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนาญาณ ตามลำดับญาณทั้ง ๑๖ และสามารถบรรลุมรรค ผล นิพพานได้ในที่สุด

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ด้วยการพิจารณากำหนดรู้กายภายในกายภายนอกต่าง ๆ ตามหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดโดยมีสติจดจ่อต่อเนื่อง จนเห็นสภาวะเกิดดับของ

รูปนามตามความเป็นจริง วิปัสสนาญาณจะเกิดขึ้นตามลำดับของญาณ ๑๖ วิปัสสนาญาณทำให้บรรลุความเป็นอริยบุคคลผ่านญาณ ๑๖ รอบที่ ๑ ก็ได้สำเร็จเป็นพระโสดาบัน กิเลสยังไม่หมด แต่ว่าตัดออกไปได้บางส่วน แต่ส่วนไหนที่ตัดขาดไปแล้ว จะไม่เกิดขึ้นในจิตอีกต่อไป เช่น ความสงสัยจะไม่เกิดขึ้นอีกเลย ความโลภที่ประกอบด้วยความเห็นผิด หมดไปเลยจากจิต จะมีความเห็นอย่างถูกต้อง เข้าใจอย่างถูกต้อง แต่ว่ายังมีความโลภบางอย่าง มีโทษบางอย่าง แต่ว่าไม่รุนแรงถึงขนาดที่จะกระทำอกุศลกรรม ชนิดที่จะนำไปสู่อบาย โสดาบันนี้ ศีล ๕ จึงบริสุทธิ์ จะไม่ล่วงศีล ๕ เป็นเด็ดขาด แต่ก็ยังมีความโลภยังมีความโกรธ แต่ที่ไม่มี ความอาฆาตมาดร้าย ไม่มีความตระหนี่ นี่เป็นลักษณะของโสดาบัน ก็เท่ากับทำลายภพชาติไปมากมาย การที่จะเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไปก็จะเกิดอย่างมากไม่เกิด ๗ ชาติ ก็จะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ ถึงแม้จะขาดความเพียร เกิดไป ๆ ๗ ชาติยังงี้ก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้วก็ปรินิพพาน ก็พ้นจากการเวียนว่าย ตายเกิด แต่ถ้าหากบุคคล ได้พากเพียร พยายามต่อไป สามารถที่จะดำเนินผ่านญาณ ๑๖ อีกรอบหนึ่ง ก็จะเป็นลักษณะเดียวกัน ผ่านญาณ ๑๖ รอบที่ ๒ ก็เป็น สกทาคามีบุคคล ผ่านญาณ ๑๖ รอบที่ ๓ เป็นอนาคามีบุคคล ผ่านญาณ ๑๖ รอบที่ ๔ ก็หมดสิ้นอาสวกิเลส เป็นพระอรหันต์ เป็นอเสขบุคคลไม่ต้องศึกษาต่อไป พันทุกข์โดยสิ้นเชิง และถ้าบรรลุอรหัตตผลแล้วแต่ยังดำรงชั้น ๕ อยู่ก็จะมีนิพพานเป็นอารมณ์ คือเรียกว่า สุอุปาทิเสสนิพพาน แต่ถ้าหากบรรลุอรหัตตผลแล้วดับขั้นหมดสิ้น จะเรียกว่าอุปปติเสสนิพพาน การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักของสติปัฏฐานสูตรโดยเฉพาะการปฏิบัติในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น เราจะมีสติสัมปชัญญะพิจารณาด้วยปัญญาอาการที่เกิดขึ้นทางกายโดยรู้เท่าทันในอารมณ์ต่าง ๆ ของกายซึ่งจะสามารถพิจารณาได้ตั้งแต่ขั้นต้นแบบหยาบ ๆ หรือ ขั้นปลายแบบละเอียดเพื่อให้ละคลายความยึดมั่นอารมณ์ต่าง ๆ และรู้สภาวะธรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง เห็นสภาวะของรูปนาม ซึ่งสภาวะรูปและนามเหล่านี้จะปรากฏเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ผู้ปฏิบัติสามารถที่จะละคลายความยึดมั่นในร่างกายนี้อันเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์ โดยละความเห็นผิดว่าเป็นตัวตน เป็นสัตว์ บุคคล เราเขา จิตยกขึ้นสู่อารมณ์ของวิปัสสนาญาณและสามารถจะบรรลุมรรค ผล นิพพานได้ ทำให้ชีวิตของผู้ปฏิบัติได้รับความร่มเย็นสันติสุขอันเป็นความสงบระงับจากกิเลส ตัณหา อุปาทานเข้าสู่กระแสแห่งธรรม และเป็นประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่นรวมถึงสังคมโดยรวม การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีผลทำให้ ศีลสมาธิ และปัญญาเกิดขึ้น เกิดผลอันเป็นมรรคจิต ผลจิต และเข้าถึงพระนิพพานได้ เมื่อหลักการปฏิบัติในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานได้รับการเผยแพร่ให้กว้างขวาง ก็จะช่วยให้บุคคลทั้งหลายผู้ที่ศึกษาและนำไปประพฤติปฏิบัติมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น รู้จักเอาธรรมะ (อโลภะ อโทสะ อโมหะ) มาแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของชีวิตได้ ตลอดจนสามารถสืบทอดพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรืองสถาพรสืบต่อไป

๔.๒ ข้อเสนอแนะ

๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำข้อมูลไปใช้

ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาสภาวะรูปนามที่ปรากฏในการปฏิบัติวิปัสสนา หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ยังขาดการศึกษาในประเด็นวิธีการกำหนดรูปนามโดยละเอียดใน

บรรพชนของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ธาตุมนสิการปัพพะ ปฏิกุลมณสิการปัพพะ และ นวสัฎฐิปัพพะ ดังนั้นผู้ที่ต้องการศึกษาสภาวะรูปนามโดยละเอียดจึงควรที่จะศึกษาในประเด็นนี้ต่อไป

๑. การนำข้อมูลไปใช้เกี่ยวกับสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนากายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ผู้มีความสนใจการนำไปใช้ศึกษาเรื่องนี้ควรอ่านงานวิจัยนี้เป็นแนวทางสำหรับศึกษาเท่านั้น สำหรับเนื้อหาหลักธรรมที่ถูกต้องควรศึกษาเพิ่มเติมจากเอกสารต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยได้อ้างอิงไว้ในเชิงอรรถแล้วนั้น จึงจะเป็นข้อมูลและเนื้อหาที่ถูกต้องสมบูรณ์กว่า สำหรับผู้ที่สนใจจะนำไปเป็นแนวทางการปฏิบัติหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ผู้วิจัยคิดว่าสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติได้เป็นอย่างดี เพราะแนวทางการปฏิบัติของกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น มีความสมบูรณ์และเหมาะสมกับการปฏิบัติในขั้นต้น โดยเฉพาะการพิจารณาภายในเป็นลักษณะต่าง ๆ และเป็นการกำหนดรู้ได้ถูกต้องตามสภาวะธรรมเพราะมีอารมณ์เป็นจากทั้งภายในและภายนอกภายในที่ปรากฏเป็นจริงตามธรรมชาติ ทำให้รู้เห็นรูปนามโดยประจักษ์ต่อผู้ปฏิบัติเอง

๒. การนำข้อมูลไปใช้เกี่ยวกับอารมณ์กรรมฐานโดยเฉพาะวิปัสสนากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้วิจัยทำการวิจัยในครั้งนี้เป็นการวิจัยเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักของสติปัฏฐาน ๔ เท่านั้นโดยการกำหนดรู้กายเป็นอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในบรรพชนต่าง ๆ ความตั้งใจกำหนดรู้รูปนามทั้งภายนอกและภายใน อย่างประณีตบรรจงจดจ่อต่อเนื่องในทุก ๆ อิริยาบถ อันเป็นปัจจัยสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพื่อให้สภาวะญาณเบื้องต้นของผู้ปฏิบัติเจริญก้าวหน้าขึ้นไปเป็นลำดับตั้งแต่สภาวะญาณ ๑ ไปจนถึง มรรค ผล นิพพานต่อไป

๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำงานวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับผู้ที่ต้องการศึกษาวิจัยในเรื่องเดียวกันนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเรื่องเกี่ยวกับสภาวะรูปนามในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานในบรรพชนอื่น ๆ ผู้วิจัยขอเสนอแนะในการทำวิทยานิพนธ์หรือสารนิพนธ์ในครั้งต่อไปในประเด็นดังต่อไปนี้

๑. ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนากายานุปัสสนาสติปัฏฐานหมวดธาตุมนสิการปัพพะ
๒. ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนากายานุปัสสนาสติปัฏฐานหมวดปฏิกุลมณสิการปัพพะ
๓. ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติวิปัสสนากายานุปัสสนาสติปัฏฐานหมวดนวสัฎฐิปัพพะ

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย:

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ คัมภีร์วิสุทธิมรรค. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล. ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์

มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ). อริยวงสปฏิปทา. กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูร
ศาสน์ไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕.

กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก, ๒๕๕๓.

_____ พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสำนัก

พิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๖.

_____ พุทธธรรมฉบับปรับขยาย. พิมพ์ครั้งที่ ๓๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สำนักพิมพ์ผลิธัมม,

๒๕๕๕.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙). คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน. กรุงเทพมหานคร:

บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๐.

พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ ป.ธ.๙). วิปัสสนาภาวนา. นครปฐม: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย,

๒๕๕๔.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙ ราชบัณฑิต). รวบรวมแปล. พจนานุกรมเพื่อการศึกษา

พุทธศาสตร์ ชุดศัพท์วิเคราะห์. ม.ป.ท.

พุทธทาสภิกขุ (เงื่อม อินทปญฺโญ). วิปัสสนาในอิริยาบถยืน. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา,

๒๕๕๒.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน. แปลและเรียบเรียงโดย

พระคันธสาราภิวศ์ กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรศาสน์ไทยการพิมพ์, ๒๕๕๕.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา จำรูญ ธรรมดา แปล. วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติ

วิปัสสนา. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรศาสน์ไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓.

- _____ **วิปัสสนาญัตติ เล่ม ๑.** แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๔๘.
- _____ **วิปัสสนาญัตติ เล่ม ๒.** แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ครั้งที่ ๑. ห้างหุ้นส่วนซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐.
- _____ **อภิธัมมัตถสังคหะ และ ปรมัตถทีปนี.** กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.
- _____ **การเจริญสติปัฏฐาน ๔.** ลำปาง: จิตพัฒนาการพิมพ์, ๒๕๔๑.
- พระสัทธัมม โชติกะ ธัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปฏิจจสมุปปาตทีปนี และ ปัจจัย ๒๔** โดยย่อ. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- พระคันธสาราภิวังศ์ (พระมหาสมลักษณ์ คนธสาโร). **การเจริญสติปัฏฐาน.** จังหวัดลำปาง: โรงพิมพ์จิตพัฒนาการพิมพ์, ๒๕๔๑.
- _____ **อภิธัมมัตถสังคหะ และ ปรมัตถทีปนี.** กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๕.
- พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมจารีย์ (พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี). **รายวิชาสติปัฏฐานภาวนา.** กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.
- แนบ มหานีรานนท์. **การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน.** ม.ป.ท, ๒๕๓๘.
- ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). **ลักษณะที่จุดกะแห่งปรมัตถธรรม.** พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: บริษัท รุ่งเรืองวิริยะพัฒนาโรงพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๙.
- จำลอง ดิษยวณิช. **วิปัสสนากรรมฐานและเขาว์อารมณ์ ฉบับปรับปรุง.** เชียงใหม่: ห้างหุ้นส่วนจำกัด เชียงใหม่โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๕๖.
- วรรณสิทธิ ไทยะเสวี. **คู่มือการศึกษาวิสุทธิมัตถ (สังเขป).** กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๕๑.
- _____ **คู่มือการศึกษาพระอภิธัมมัตถสังคหะ.** กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ปัญญาสาร มูลนิธิแนบ มหานีรานนท์, ม.ป.ป.

(๒) วิทยานิพนธ์:

- พระราชสิริชัยมณี (ถนอม คุณธโร ป.ธ.๖). “การศึกษาวิเคราะห์นิตในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนา เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวน ๗ เดือน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.
- พระสุเรศ สุเรโส (แจ่มแจ่ม). “การศึกษาวิเคราะห์วิธีการกำหนดรูปนามในอริยาบถปัพพะในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑).
- พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง). “การศึกษาเรื่องการบรรลุธรรมในพระพุทธานุชา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พระมหาญาณทัศน์ ฉฬภิญโญ (วงศ์กำภู). “ศึกษาสภาวะรูปนามในการปฏิบัติในหมวดสัมปชัญญะ
บรรพในสติปัฏฐานสูตร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระมหาเกียรติขจร อภิวณฺโณ (อะสงค์). “ศึกษาการบรรลุธรรมของพระอัญญาโกณฑัญญเถระ”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระทะนงศักดิ์ ปภาโต (ปิยะสุข). “ศึกษารูปนามตามที่ปรากฏในไตรลักษณ์”. **วิทยานิพนธ์พุทธ
ศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
๒๕๕๕.

พระเฉลิมรัฐ อรุโณ (สายจันต์). “ศึกษาหลักธรรมการเจริญวิปัสสนาภาวนาในไส้อัตตาสสูตร”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระทองประเสริฐ สีลสัวโร (มาทัน). “การศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาใน
อนัตตลักขณสูตร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ : พระจีระ ฉายา เตชปณฺโณ นามสกุล อาจสมคำ
- ว/ด/ป เกิด : วันที่ ๒๐ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๐๗
- สถานที่เกิด : บ้านเลขที่ ๓๕/๕๔ หมู่ ๓ แขวงบางนา เขตพระโขนง กรุงเทพมหานคร
- การศึกษา
- พ.ศ. ๒๕๓๐ : สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาการบัญชี สถาบันเทคโนโลยีและสังคม (เกริก)
- พ.ศ. ๒๕๖๐ : สอบได้นักธรรมชั้นเอกจากสำนักศึกษาวัดเขียนเขต ตำบลบึงยี่โถ อำเภอรัญบุรี จังหวัดปทุมธานี
- ประสบการณ์การทำงาน
- พ.ศ. ๒๕๓๐ : หัวหน้าส่วนปฏิบัติการ บริษัท โอสิค (ประเทศไทย) จำกัด
- พ.ศ. ๒๕๓๖ : ผู้จัดการส่วนปฏิบัติการ บริษัท เบอริงเกอร์ มันทน์ไฮม์ จำกัด
- พ.ศ. ๒๕๔๑ : ผู้จัดการฝ่ายจัดซื้อและปฏิบัติการ บริษัท เคเอฟซี อินเทอร์เน็ตเซ็นแนล (ประเทศไทย) จำกัด
- พ.ศ. ๒๕๔๔ : ผู้จัดการส่วนปฏิบัติการและซัพพลายเชน บริษัท ฟิลิปส์ อิเล็กทรอนิกส์ (ประเทศไทย) จำกัด
- พ.ศ. ๒๕๔๙ : ผู้บริหารอาวุโสฝ่ายปฏิบัติการ บริษัท โพลีคอม (ประเทศไทย) จำกัด
- อุปสมบท : วันที่ ๘ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ ณ อุโบสถวัดกลาง ถนนพรหมราช ตำบลในเมือง อำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี
- สังกัดวัด : วัดกลาง ตำบลในเมือง อำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี
- ปีที่เข้าศึกษา : ปีการศึกษา ๒๕๕๘
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : ปีการศึกษา ๒๕๖๑
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดกลาง เลขที่ ๒๔๑ ถนนพรหมราช ตำบลในเมือง อำเภอเมืองอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี ๓๔๐๐๐
- โทรศัพท์ : ๐๙๘-๕๒๓ ๔๒๙๓
- Email : v11.5811405019@gmail.com