

ศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
A STUDY OF THE DEFILEMENTS OF INSIGHT (VIPASSANŪPAKILESA)
IN PRACTICE OF INSIGHT MEDITATION

พระมหาเด่น กุลยานวิโช (รุ่งกูด)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

ศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระมหาเด่น กุลยานวิชิโร (รุ่งกุล)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๔

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)

**A STUDY OF THE DEFILEMENTS OF INSIGHT
(VIPASSANŪPAKILESA) IN PRACTICE OF INSIGHT MEDITATION**

Phramaha Den Kullayāṇavijjo (Rungkul)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)
Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2011

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับ
วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา วิปัสสนากาวนา



(พระสุธีธรรมานุวัตร)

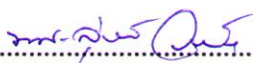
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์



ประธานกรรมการ

(พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร)



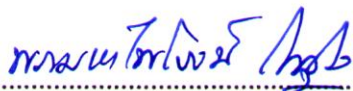
กรรมการ

(พระมหาสุรชัย วราสโก)



กรรมการ

(พระศรีสุธรรมมณี)



กรรมการ

(พระมหาไพโรจน์ ฉานกุสโล)



กรรมการ

(ผศ.เวทย์ บรรณกรกุล)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระมหาสุรชัย วราสโก

ประธานกรรมการ

พระศรีสุธรรมมณี

กรรมการ

ผศ.เวทย์ บรรณกรกุล

กรรมการ

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ผู้วิจัย : พระมหาเด่น กลุยามวิฑูโช (รุ่งกุล)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระมหาสุรชัย วราสโภ ป.ธ.๗, พธ.บ., M.A., Ph.D.

: พระศรีสุธรรมมุณี ป.ธ.๘, พธ.บ., พธ.ม.

: ผศ.เวทย์ บรรณกรกุล ป.ธ.๘, พธ.บ., ศษ.ม.

วันสำเร็จการศึกษา : ๑ เมษายน ๒๕๕๕

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาเนื้อหา “วิปัสสนูปกิเลส” ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยการศึกษาข้อมูลจากตำราพระพุทธศาสนาเถรวาทคือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วรวบรวมข้อมูล เรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนาและตรวจสอบความถูกต้อง โดยอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญด้านวิปัสสนาภาวนา

จากการศึกษาพบว่า วิปัสสนูปกิเลส คือ สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง มี ๑๐ ประการ คือ โอาส แสงสว่าง ญาณ ความรู้ที่คมชัด ปิติ ความอิ่มใจ ปัสสัทธิ ความสงบเย็นกายใจ สุข ความสุขอันประณีต อธิโมกข์ ความศรัทธาแรงกล้าฟ่องไสยینگนัก ปักคาหะ ความเพียรที่พอดี อุပ္ปฐฐาน สติความระลึกได้ที่คมชัด อุเบกขา ความวางจิตเป็นกลางไม่ยินดียินร้าย และนิกันติ ความยินดีพอใจในสภาวะธรรมทั้ง ๕ ที่เกิดขึ้น

วิปัสสนาภาวนา คือ การอบรมในศีล สมาธิ ปัญญาให้บริสุทธิ์หมดจด กล่าวโดยวิธีการปฏิบัติ ได้แก่ การมีสติกำหนดพิจารณาในกาย เวทนา จิต และธรรม ด้วยองค์แห่งวิปัสสนา คือ มีความเพียร มีสัมปะชัญญะ มีสติ อย่างจดจ่อต่อเนื่อง ไม่ลดละ ด้วยความพากเพียรและไม่ทอดทิ้งการภาวนา จนได้ชื่อว่า อารัทวิปัสสกะ ผู้เริ่มต้นบำเพ็ญวิปัสสนา ย่อมพบเห็นสภาวะหรือปรากฏการณ์แปลก ๆ ใหม่ ๆ ในวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ ซึ่งอาจทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดคิดว่าเป็นของดี ของวิเศษ ทำให้ยึดมั่นถือมั่น หรือหยุดการปฏิบัติ เพราะคิดว่าตนเองได้บรรลุสังขารธรรมแล้ว จึงเป็นเหตุให้วิปัสสนาญาณมัวหมองไม่ก้าวหน้าในการปฏิบัติ แต่หากผู้ปฏิบัติมีการใส่ใจในอารมณ์พระกรรมฐานอย่างแนบคาย กำหนดรู้ตามความเป็นจริงที่ปรากฏ ก็สามารถข้ามพ้นวิปัสสนูปกิเลสนี้ไปได้

Thesis Title : A Study of The Defilements of Insight (Vipassanūpakilesa)
in Practice of Insight Meditation

Researcher : Phramahā Den Kullayāṇavijjo (Rungkul)

Degree : Master of Arts (Vipassanā Meditation)

Thesis Supervisory Committee

: Phramahā Surachai Varasabho Pali VII, B.A., M.A., Ph.D.

: Phra Srisuthammuni Pali IX, B.A., M.A.

: Asst. Prof. Wet Bannakornkul Pali IX, B.A., M.A.

Date of Graduation : April 1, 2012.

Abstract

This thesis has 2 objectives. Number one, to study the Vipassanūpakilesa in the Theravada Buddhist Scriptures. And number two, to study the Vipassanūpakilesa during the Practicing of Vipassanā-Bhāvanā. The Thesis took information from the Theravada Buddhist Tepitaka, Scriptures, Tika and related commentaries. Data taken were then processed and approved by thesis advisers and Vipassanā-Bhāvanā specialists.

The researcher found that Vipassanūpakilesa is what deteriorating the Vipassanā process. Vipassanūpakilesa has 10 kinds, namely the Obhāsa (luminous aura), the Ñāṇa (knowledge), the Pīti (unprecedented joy), the Passaddhi (tranquility), the Sukha (bliss pleasure), the Adhimokkha (resolution), the Paggāha (exertion), the Upaṭṭhāna (firm mindfulness), the Upekkhā (equanimity) and the Nikanti (delight of the above 9).

Vipassanā-Bhāvanā is the intensive training in Sīla, Samādhi and Pañña towards Purification. It practically requires mindfulness in the body, the feelings, the consciousness and the Dhamma together with essential criteria of being Perseverant, that is, being Sampajāno and mindful at all time. The meditator should not give up contemplating when encounter phenomena. He should be an Āraddha-Vipassaka (the beginner). When he comes across some surprising circumstances among these 10 Vipassanūpakilesas, which delude him as already possessing or attaining Enlightenment, his Vipassanā Ñāṇa may be hindered and wisdom unprogressive. However, if the meditator persists on “noting” them correctly, which is called Yonisomanasikāra, he will be able to overcome these Illusive Vipassanūpakilesas.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ เจ้าประคุณ สมเด็จพระพุฒาจารย์ (สมเด็จพระสังฆราช) อุปสโม ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๕, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง กรรมการมหาเถรสมาคม และเจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม เป็นอย่างสูงยิ่ง ที่พระเดชพระคุณฯ ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา อันส่งผลให้เกล้าฯ ได้ศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลาถึง ๓ เดือน อีกทั้งส่งผลให้เกิดการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแพร่หลายไปทั่วประเทศ ดังเป็นที่ประจักษ์ชัดในปัจจุบัน

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จได้ด้วยดี เพราะได้รับความเมตตาจากคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ทั้ง ๓ ท่าน คือ พระศรีสุธรรมมณี พระมหาสุรชัย วราสโม และ ผศ.เวทย์ บรรณกรกุล โดยให้ความรู้ในเชิงวิชาการ และคำแนะนำในการแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ของการทำวิทยานิพนธ์ และขอขอบคุณต่อเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้

กราบขอบพระคุณหลวงพ่อดุสิตคุณมัญญาธร เจ้าอาวาสวัดอุดมรังสี พระมหาสมชาย กิตติปัญโญ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดอุดมรังสี พระอาจารย์อภิชาติ อัจฉจินโน พระอาจารย์บรรจบ อุตตที่ไป พระปลัดสมบัติ สมจิตโต พระมหาอดุลย์ วิจิตโต เวลปุลโลภิกขุ พระมหาเนติกิตติ พระมหาอาทิตย์และพระภิกษุสงฆ์ทุกรูปที่เป็นกำลังใจในการศึกษาและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ขออนุโมทนาแด่คุณพ่อแก่น-แม่ลำพวน รุ่งกุล ผู้ให้กำเนิดเกิดก่อกายาและสนับสนุนชีวิตในทางธรรม คุณแม่วรินทร์ มงคลวาที - คุณปานิสร่า มงคลวาที ผู้อุปถัมภ์ค่าใช้จ่ายในการศึกษา อีกทั้งคุณจิรัชโชติ สงวนปิยพันธ์ ที่ช่วยแปลบทคัดย่อ ตลอดทั้งคณะอุบาสก-อุบาสิกา วัดอุดมรังสี อันมีคุณทวีพันธุ์ ทิพย์ประภาพร , คุณอารยา กิตติภาณุวัฒน์ , คุณเศรษฐา-คุณสำลี อิมดิเรกผล , คุณพันธุ์ทิพา เรืองสวัสดิ์ , คุณยายจาบ ขวัญเมือง ฯลฯ ที่ให้กำลังใจและใจด้วยดีเสมอมา

อานิสงส์แห่งคุณงามความดีในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตลอดทั้งคุณประโยชน์แห่งวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ขอน้อมนำสักการะต่อคุณพระรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอกุศลผลบุญนี้จึงเป็นพลวปัจจัยแห่งมรรคผลนิพพานของข้าพเจ้าด้วยเทอญฯ

พระมหาเด่น กลุยานวิชิโช (รุ่งกุล)

๒๖ มีนาคม ๒๕๕๕

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 ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๐
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๐
บทที่ ๒ หลักปฏิบัติวิปัสสนากาวนา	๑๑
๒.๑ ความสำคัญของการวิปัสสนากาวนาตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔	๑๑
๒.๑.๑ ความหมายวิปัสสนา	๑๓
๒.๑.๒ ความหมายของกาวนา	๑๖
๒.๑.๓ ความหมายของวิปัสสนากาวนา	๑๘
๒.๑.๔ ความหมายของสติปัฏฐาน ๔	๒๐
๒.๑.๕ สติปัฏฐาน ๔	๒๔
๒.๑.๖ การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔	๒๗
๒.๒ วิปัสสนาภูมิ	๓๘
๒.๓ ญาณ ๑๖	๓๙
๒.๔ วิปัสสนูปกิเลสที่ปรากฏในวิปัสสนาญาณ	๔๕
๒.๕ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐	๔๖

บทที่ ๓ วิปัสสนูปกิเลสในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๔๘
๓.๑ ความหมายของวิปัสสนูปกิเลส	๔๘
๓.๒ ความหมายและลักษณะที่จตุกกะของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ	๕๐
๓.๓ วิธีการปฏิบัติที่นำไปสู่การเกิดวิปัสสนูปกิเลส	๕๖
๓.๔ วิปัสสนูปกิเลสที่มาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๖๑
บทที่ ๔ ศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๖๗
๔.๑ อาการที่ปรากฏชัดแห่งวิปัสสนูปกิเลส	๖๗
๔.๑.๑ เหตุเกิดขึ้นของวิปัสสนูปกิเลส	๖๘
๔.๑.๒ ลักษณะการเกิดของวิปัสสนูปกิเลส	๖๙
๔.๑.๓ เหตุที่เป็นวิปัสสนูปกิเลส	๗๐
๔.๑.๔ อาการที่ปรากฏชัดของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ	๗๑
๔.๒ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลส	๘๐
๔.๒.๑ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของหลวงพ่อโชดก	๘๑
๔.๒.๒ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของหลวงพ่อกัณฑ์ทันตะอาสภมหาเถระ	๘๔
๔.๒.๓ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของพระโสภณมหาเถระ(มหาสีสขาคอ)	๘๖
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๘๙
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๘๙
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๙๒
บรรณานุกรม	๙๓
ประวัติผู้วิจัย	๙๘

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาทศปิฎก ๒๕๐๐ และพระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๕ ในการอ้างอิงโดยระบุเล่ม/ชื่อ/หน้าหลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่นที่.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๖/๒๖๑ หมายถึง สุตตนต์ปิฎกที่มณิกายมหาวคฺคปาติ พระไตรปิฎกภาษาบาลีเล่มที่ ๑๐ ข้อที่ ๓๗๖ หน้า ๒๖๑, ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕ หมายถึง สุตตันตปิฎกที่มณิกายมหาวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทยเล่มที่ ๑๐ ข้อที่ ๓๗๖ หน้า ๓๐๕

พระวินัยปิฎก

วิ.มหา. (บาลี)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภงฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.มหา. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
วิ.จ. (บาลี)	=	วินัยปิฎก	จุฬวคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
วิ.จ. (ไทย)	=	วินัยปิฎก	จุฬววรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

ที.สี. (บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ที่มณิกาย สีลขุขนฺทวคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.สี. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ม. (บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ที่มณิกาย มหาวคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	ที่มณิกาย ปาฎิกวคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย ปาฎีกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.ม. (บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	มชฺฉิมนิกาย มุลปณฺณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มุลปณณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	มชฺฉิมนิกาย อุปริปณฺณาสกวคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.อุ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย อุปริปณณาสก์	(ภาษาไทย)
สํ.สพ. (บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	สังยุตตนิคาย สพายตนวคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.สพ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย สพายตนวรรค	(ภาษาไทย)
สํ.นิ. (บาลี)	=	สุตตนต์ปิฎก	สังยุตตนิคาย นิทานวคฺคปาติ	(ภาษาบาลี)
สํ.นิ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิคาย นิทานวรรค	(ภาษาไทย)

ส.ม. (บาลี)	=	สุตตุนตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวารวคฺคปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ส.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.สตุตก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย สัตตกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (บาลี)	=	สุตตุนตปิฎก	ขุททกนิกาย ฐมมปทปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ขุ.เถร. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย เถรคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (บาลี)	=	สุตตุนตปิฎก	ขุททกนิกาย ปฏิสมฺภิกขมคฺคปาฬิ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ป. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิกขมรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

อภิ.วิ. (บาลี)	=	อภิธมฺมปิฎก	วิภงฺกปาฬิ	(ภาษาบาลี)
อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)

ปกรณ์วิเสส

มิลินฺท. (บาลี)	=	มิลินฺทปญฺหปกรณ		(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ. (บาลี)	=	วิสุทฺธิมคฺคปกรณ		(ภาษาบาลี)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้อรรถกถาภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิงโดยระบุเล่ม/ชื่อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม.อ. (บาลี) ๕/๓๗๓/๓๕๘ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมงฺคฺลวิลาสิณีมหาวคฺค อฏฺฐกถา ภาษาบาลี เล่มที่ ๕ ข้อที่ ๓๗๓ หน้า ๓๕๘ และคัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๒๕ เช่น องฺ.เอกก.อ. (ไทย) ๑/๕๓/๖๒ หมายถึง อังคุตตรนิกาย มโนรณปุรณี เอกนินบาตอรรถกถา ภาษาไทย เล่มที่ ๑ ข้อที่ ๕๓ หน้า ๖๒

อรรถกถาพระวินัยปิฎก

วิ.มหา.อ. (บาลี)	=	วินยปิฎก	สมนฺตปาสาทิกา มหาวิภงฺกอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
------------------	---	----------	--------------------------------	------------

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

ที.สี.อ. (บาลี)	=	ทีฆนิกาย	สุมงฺคฺลวิลาสิณี สีลกขนฺทวคฺคอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
ที.ม.อ. (บาลี)	=	ทีฆนิกาย	สุมงฺคฺลวิลาสิณี มหาวคฺคอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)

ม.ม.อ. (บาลี)	=	มัชฌิมนิกาย	ปปัญจสูทนี มูลปณณาสกอฏฐกถา	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ. (ไทย)	=	มัชฌิมนิกาย	ปปัญจสูทนี มูลปณณาสกัอรรถกถา	(ภาษาไทย)
คัมภีร์.อ. (บาลี)	=	คัมภีร์คฤนิคาย	สารตถุปปกาสินี สคาถวคคอกฏฐกถา	(ภาษาบาลี)
อ.อ.เอกก.อ. (ไทย)	=	อังกุคตตริคาย	มโนรตปุรณิ เอกกนิบาคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อ.อ.ทุก.อ. (ไทย)	=	อังกุคตตริคาย	มโนรตปุรณิ ทุกนิบาคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อ.อ.ต.อ. (ไทย)	=	อังกุคตตริคาย	มโนรตปุรณิ ต.กนิบาคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อ.อ.จตุก.อ. (ไทย)	=	อังกุคตตริคาย	มโนรตปุรณิ จตุกนิบาคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อ.อ.สตุก.อ. (ไทย)	=	อังกุคตตริคาย	มโนรตปุรณิ สัตตกนิบาคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ข.ข.อ. (บาลี)	=	ขุททกนิกาย	ปรมตลไซตติกา ขุททกปาฏอฏฐกถา	(ภาษาบาลี)
ข.ข.อ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย	ปรมตลไซตติกา ขุททกปาฐอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ข.ธ.อ. (บาลี)	=	ขุททกนิกาย	ธมมปทอฏฐกถา	(ภาษาบาลี)
ข.ธ.อ. (ไทย)	=	ขุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ข.ป.อ. (บาลี)	=	สุตตตตปิฏก	ขุททกนิกาย ปฏิสมภิทามคคอกฏฐกถา	(ภาษาบาลี)

อรรถกถาปกรณ์วิเสส

สงคห. (บาลี)	=	อภิธมมตตตตสงคห	(ภาษาบาลี)
--------------	---	----------------	------------

ค. ค่ายอ่เกียวกับทัมภีร์ฎีกา วิชานนิพนธ์ฉบับนี้ใช้ฎีกาภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิงโดยระบุเล่ม/ข้อ/หน้าหลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สิ.ฎีกา (บาลี) ๑/๒๗๖/๓๗๓ หมายถึง ทีฆนิกาย สีนตลุปปกาสินี สีนตลขนทวคคฎีกา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๓๗๓ ฉบับมหาจุฬาลงกรณ เป็นฉบับที่สมบูรณ ส่วนภาษาไทยมีพิมพ์เผยแพร่ ๒ เล่ม คือ คัมภีร์สารตตที่ปนิฎีกาพระวินัย และคัมภีร์วิสุทธีมรรคมหาฎีกา

ฎีกาพระสุตตันตปิฎก

มุล.ฎีกา (บาลี)	=	มุลสิขญาฎีกา	(ภาษาบาลี)
ที.ม.ฎีกา (บาลี)	=	ทีฆนิกาย สีนตลุปปกาสินี มหาวคคฎีกา	(ภาษาบาลี)
ข.ธ.ฎีกา (บาลี)	=	ธมมปทมมหาฎีกา	(ภาษาบาลี)

ฎีกาปกรณ์วิเสส

วิสุทธี.ฎีกา (บาลี)	=	ปรมตตมณขุสา วิสุทธีมคคมหาฎีกา	(ภาษาบาลี)
วิสุทธี.ฎีกา (ไทย)	=	ปรมตตมณขุสา วิสุทธีมรรคมหาฎีกา	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มนุษย์ทั้งหลายที่เกิดมา เริ่มตั้งแต่ปฏิสนธิในครรภ์แล้วคลอดออกมามีชีวิตลืมตาโลกลำบากชีพอยู่จนกระทั่งถึงแก่ความตาย ล้วนแต่ต้องประสบกับความทุกข์นานัปการ พระผู้มีพระภาคแสดงไว้ในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรว่า แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์ แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์ แม้ความเจ็บก็เป็นทุกข์ แม้ความตายก็เป็นทุกข์ ความประสบสิ่งอันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ปรารถนาสิ่งใดไม่ได้สิ่งนั้นเป็นทุกข์ โดยย่ออุปาทานขันธ ๕ เป็นทุกข์^๑”

ความทุกข์เป็นสิ่งที่มนุษย์เราหลีกเลี่ยงไม่ได้ ความทุกข์จึงเป็นปัญหาในการดำรงชีวิต แม้มนุษย์จะดิ้นรน เพื่อต้องการให้พ้นจากสภาพของความทุกข์ทั้งหลายก็ตาม แต่ดูเหมือนว่ายิ่งดิ้นรนก็ยิ่งทุกข์มากขึ้น เปรียบดังนกน้อยที่ติดบ่วงของนายพราน น้อยตัวนักที่จะหลุดพ้นไปได้ ดังที่วชิราภิกษุณีกล่าวต่อมารว่า “...ทุกข์เท่านั้นเกิดขึ้น ทุกข์เท่านั้นดำรงอยู่ และแปรผันไป นอกจากทุกข์ไม่มีสิ่งอื่นเกิดขึ้น นอกจากทุกข์ไม่มีอะไรอื่นดับไป^๒”

เหตุที่เป็นเช่นนี้ เพราะมนุษย์ปุถุชนเป็นผู้ถูกอวิชชา^๓ คือ ความหลงอันเป็นเหตุไม่รู้จริง คือไม่รู้ในหลักปฏิจสุมปบาท^๔ และไม่รู้ในหลักอริยสัจจ์^๕ ซึ่งเป็นความจริงอันประเสริฐของพระอริยเจ้า ๔ ประการ อันได้แก่ ทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์ ความดับทุกข์ และหนทางแห่งการดับทุกข์ เมื่อมนุษย์ไม่เข้าใจความจริงของชีวิต จึงทำให้เกิด ความกลัวทุกข์ และพยายามหลีกเลี่ยงความทุกข์แล้วปรารถนาแต่ความสุขโดยไม่ทันเฉลียวใจว่า แม้แต่ความสุขก็ไม่เที่ยง สิ่งใดไม่เที่ยงสิ่งนั้นเป็นทุกข์^๖ ฉะนั้นความสุขก็เป็นความทุกข์เช่นกัน มนุษย์จึงสร้างเหตุปัจจัยเพื่อปกป้องความสุขให้

^๑ ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๑๐๘๑/๕๕๓.

^๒ ดูรายละเอียดใน ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๓๑/๒๒๘.

^๓ ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ – เพิ่มเติม ช่วงที่ ๑), พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๕๑๔.

^๔ หลักธรรมที่อาศัยซึ่งกันจึงเกิด.

^๕ ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๕/๕๕.

^๖ ดูรายละเอียดใน ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๓๐/๑๔๕-๑๕๐., ส.นิ. (ไทย) ๑๖/๑๘๘/๒๘๕.

มันคงถาวรตลอดไป โดยการเบียดเบียนเพื่อนมนุษย์ด้วยกันเอง ตลอดจนสัตว์เล็ก สัตว์ใหญ่ ให้ได้รับความเดือดร้อนอย่างไม่รู้จักจบสิ้น

ในหลักปฏิบัติของพระพุทธศาสนาถือว่า การจะดับทุกข์ได้ต้องอาศัยการฝึกฝนอบรม จิตจึงจะสามารถจัดทุกข์ทั้งหลายให้หมดไปได้ ดังพุทธภาษิตว่า “จิตตํ ทนตํ สุขาวหํ จิตที่ฝึกดีแล้ว นำสุขมาให้”^๙ วิธีการฝึกจิตเพื่อให้เกิดปัญญารู้เท่าทันความเป็นจริงของทุกข์ทั้งหลายที่เกิดขึ้นนั้น จนกระทั่งถึงความบริสุทธิ์ ระบุระดับความทุกข์กายทุกข์ใจ จนสามารถบรรลุนิพพานให้แจ้งได้ คือ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔^๙

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต้องอาศัยสติปัฏฐาน คือ ที่ตั้ง ที่อาศัย ที่ระลึกรู้ของสติหรือสติที่ตั้งไว้มั่น^๙ อันได้แก่ กาย เวทนา จิต และธรรม เป็นอารมณ์กัมมัญฐานที่ต้องกำหนดรู้ จึงเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดวิปัสสนาญาณขึ้นมา อุปมาเหมือนกับต้นข้าวยอมยังเมล็ดข้าวให้เกิดขึ้นได้ ฉะนั้น สติปัฏฐานทั้ง ๔ ก็ยอมยังวิปัสสนาให้เกิดขึ้น ฉะนั้น เมื่อวิปัสสนาญาณ คือความรู้ที่ประจักษ์แจ้งชัดทางกาย เวทนา จิต และธรรมโดยความเป็นของไม่เที่ยง แปรเปลี่ยนไป และความบังคับบัญชาไม่ได้ ซึ่งเป็นผลมาจากการเพียรพยายามกำหนดรู้รูปรูปนามอย่างต่อเนื่องยอมสามารถถ่ายทอดค้นหาและทูลง^{๙๐} ที่เป็นสาเหตุของความเกิดทุกข์ได้

ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น ผู้ปฏิบัติเมื่อตั้งจิตมีสติแน่วแน่จดจ่ออยู่กับรูปนามตามความเป็นจริง วิปัสสนาญาณก็จะพัฒนาขึ้นไปตามลำดับ แต่เมื่อถึงสภาวะแห่งญาณเห็นความเกิดดับของรูปและนามแล้ว จะมีสภาวะอย่างหนึ่ง เช่น แสงสว่าง ความโพล่ง ความเอิบอิ่มใจ ความเบากายเบาใจ ความสุข เป็นต้นเกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติ หากผู้ปฏิบัติหลงเพลิดเพลिनยินดี ติดใจอยู่กับสภาวะนั้น ๆ วิปัสสนาญาณก็ไม่สามารถพัฒนาต่อไปได้ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจเรื่องนี้

จากหลักการและเหตุผลดังกล่าวมา ผู้วิจัยมีความมั่นใจอย่างยิ่งว่าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักของมหาสติปัฏฐาน ๔ นั้น สามารถทำให้ทุกข์หมดไปหรือเบาบางลงไปได้ และในที่สุดก็สามารถข้ามรรคผลนิพพานให้แจ้งได้ แต่ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาก็ย่อมมีอุปสรรคเครื่องกีดขวางที่ทำให้การปฏิบัติวิปัสสนาไม่ก้าวหน้า หรือเสื่อมไป ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจในสิ่งที่เป็อุปสรรค คือ สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาญาณเศร้าหมองแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานี้ว่า เกิดขึ้นมา

^๙ พ.ธ.(ไทย) ๒๕/๑๓/๑๕

^{๙๑} คูรายละเอียดใน ที.ม.(ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๙๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสารากวีวงศ์, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๕), หน้า ๒๔.

^{๙๓} คูรายละเอียดใน ที.ม.ท.(ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๔.

ได้อย่างไร มีสถานะเป็นอย่างไร และมีวิธีแก้ไขอย่างไรที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติมีวิปัสสนาญาณก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้สนใจและพยายามทุ่มเทเพื่อที่จะทำการวิจัยเรื่อง “วิปัสสนูปกิเลส” เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจและสามารถนำไปปฏิบัติต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาเนื้อหา “วิปัสสนูปกิเลส” ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนากาวานา

๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาเนื้อหาวิปัสสนูปกิเลสครั้งนี้ กำหนดขอบเขตเฉพาะในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น วิสุทธิมรรค เป็นต้น

๑.๓.๒ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยวิปัสสนูปกิเลสครั้งนี้ กำหนดขอบเขตเฉพาะการปฏิบัติวิปัสสนากาวานาเท่านั้น

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๔.๑ เพื่อทราบวิปัสสนูปกิเลสในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทคืออะไร มีอะไร

๑.๔.๒ วิธีปฏิบัติต่อวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนากาวานาเป็นอย่างไร

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีศัพท์เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยและคำจำกัดความดังต่อไปนี้

๑.๕.๑ วิปัสสนูปกิเลส^{๑๑} หมายถึง อุปกิเลสแห่งวิปัสสนา , สภาวะที่ทำให้วิปัสสนามัวหมองข้องขัด , สภาพน่าชื่นชม ซึ่งเกิดแก่ผู้เจริญวิปัสสนาในขั้นที่เป็นวิปัสสนาอย่างอ่อน(ตรุณวิปัสสนา) แต่กลายเป็นโทษเครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนา โดยทำให้เข้าใจผิดว่าตนบรรลุมรรคผลแล้ว จึงชะงักหยุดเสีย ไม่ดำเนินก้าวหน้าต่อไปในวิปัสสนาญาณ มี ๑๐ คือ ๑) โสภัสสวาง ๒) ญาณ ความรู้ ๓) ปีติ ความเอิบอิ่ม ๔) ปีตัสสัทธิ ความสงบ ๕) สุข ความสุข ๖) อธิโมกข์

^{๑๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) , พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ , (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๕๑) หน้า ๓๗๕.

ความน้อมใจเชื่อ-ศรัทธา ๗) ปีกาหะ ความเพียร-วิริยะ ๘) อุปฏิฐาน ความเข้าไปตั้งอยู่ คือ สติ ๙) อุเบกขา คือความวางเฉย และ ๑๐) นิกันติ ความใคร่

๑.๕.๒ วิปัสสนากาวนา หมายถึง ปัญญา^{๑๒} ที่เห็นสภาวธรรมรูป สภาวธรรมนาม หรือ รูปนาม^{๑๓} ในปัจจุบันขณะที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ตามความเป็นจริงว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตน ไม่สามารถบังคับบัญชาได้ นั่นก็คือ ไตรลักษณ์^{๑๔} นั่นเองการฝึกอบรมจิตให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง การเจริญปัญญา หรือวิธีการทำให้เกิดการเห็นแจ้ง^{๑๕}

๑.๕.๓ สติปฏิฐาน หมายถึง ฐานที่ตั้งของสติ หรือฐานที่รองรับการกำหนด การระลึก การตามรู้ สภาวธรรม อารมณ์ ณ ปัจจุบัน ธรรมเครื่องระลึกที่เป็นไปอย่างต่อเนื่อง สติที่เข้าไปตั้งไว้อย่างมั่น^{๑๖} ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติ หมายถึง อารมณ์ของสติ ได้แก่ กาย เวทนา จิต ธรรม^{๑๗}

๑.๕.๔ ปรมัตถ์ หมายถึง สภาพของนาม-รูป ที่เป็นองค์ธรรมอันประเสริฐ ไม่มีการผิ ดแปลงผันแปรอย่างใด และเป็นธรรมที่เป็นประธานใน อัถลบัญญัติ และนามบัญญัติ^{๑๘} วิปัสสนา นี้มีปรมัตถ์ (นาม-รูป) เป็นอารมณ์ สภาพะของนาม-รูป คือ อากาโร อากาโร คือ การเคลื่อนไหว^{๑๙}

๑.๕.๕ โยนิโสมนสิการ หมายถึง การใส่ใจพิจารณาโดยแยกกายเพื่อเข้าถึงความจริง โดยถูกวิธี ความเข้าใจถูกต้องในเวลาปฏิบัติประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ พระพุทธองค์ตรัสว่า

^{๑๒} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑ - ๕๕/๑ - ๖.

^{๑๓} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๒๕/๗๕.

^{๑๔} ดูรายละเอียดใน ม.มู. (ไทย) ๑๒/๓๕๘/๓๕๔.

^{๑๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปุคฺโคโต), พุทธธรรม, ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๗๐.

^{๑๖} พระสัทธัมมโชติกะ ชัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๓ และปริจเฉทที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทธ, ๒๕๔๔), หน้า ๑๓๐.

^{๑๗} พระสัทธัมมโชติกะ ชัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะปริจเฉทที่ ๗, หน้า ๑๓๑.

^{๑๘} พระสัทธัมมโชติกะ ชัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ ทิพยวิสุทธ การพิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๔.

^{๑๙} พระภัททนต์ อาสภเถระ, บรรยาย, การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปฏิฐาน ๔, พระมหาอุเทน ปัญญาปรีชาต์ เรียบเรียง,(ชลบุรี: สำนักวิปัสสนามูลนิธิวิเวกอาศรม, ๒๕๔๑), หน้า ๓๑.

โยนิโสมนสิการ บัณฑิตกล่าวว่าเลิศกว่าธรรมเหล่าอื่น ภิกษุผู้ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ จักเจริญโพชฌงค์ ๗ ประการ^{๒๐}

๑.๕.๖ อโยนิโสมนสิการ หมายถึง การทำในใจโดยไม่แยบคาย การไม่ใช่ปัญญาพิจารณา ความไม่รู้จักคิด การปล่อยให้อวิชชาค้ำคองครอบงำ^{๒๑}

๑.๕.๗ โยคี หมายถึง ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ทบทวนวรรณกรรม เอกสารตำราวิชาการ รวมทั้งรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนา คือ

๑.๖.๑ คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑) คัมภีร์พระไตรปิฎก ที่แสดงพระบาลีเกี่ยวกับวิปัสสนาไว้หลายแห่ง เช่น ทิฆนิกาย ภาค ๓ หน้า ๑๗๕-๒๒๘ มัชฌิมนิคาย ภาค ๒ หน้า ๑๖๒ สังกยุตตนิกาย ภาค ๒ หน้า ๔๘๕ อังคุตตรนิกาย ภาค ๑ หน้า ๖๒ ปฏิสัมภิทามรรค หน้า ๒๒,๒๓,๕๖,๑๑๔,๑๕๖,๒๘๑, ๒๘๔,๒๘๗,๒๘๙,๓๒๗,๓๔๔ เช่นในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค พระไตรปิฎกเล่มที่ ๓๑ ได้แบ่งการปฏิบัติวิปัสสนาไว้ ๓ นัย คือ สมถยานิกนัย วิปัสสนายานิกนัย และยুক্তนัย^{๒๒}

๒) คัมภีร์อรรถกถา แสดงข้อความอธิบายพระบาลีเกี่ยวกับวิปัสสนาไว้หลายแห่งเช่น ในคัมภีร์อรรถกถา ขุททกนิกาย ธรรมบท แสดงข้อความไว้ว่า ชูระนี้คือ การเริ่มตั้งความเลื่อมและความสิ้นไปในอรรถภาพของภิกษุผู้มีความประพฤติเบาพร้อม ยินดีแล้วในเสนาสนะอันเงียบสงัด เจริญวิปัสสนาด้วยอำนาจที่ทำให้เป็นไปโดยติดต่อกัน จนถือเอาพระอรหัตต์ไว้ได้ นี้คือวิปัสสนาธุระ^{๒๓}

๓) คัมภีร์ฎีกา แสดงข้อความอธิบายเกี่ยวกับสติปัฏฐานไว้หลายแห่ง เช่น ปรมัตถทีปนี มหาฎีกาใหม่ ได้อธิบายเหตุผลที่พระพุทธองค์ควรจะตรัสพระบาลีว่า “จตุตตาริ

^{๒๐} ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๑๓/๑๔๖.

^{๒๑} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๓๒๕.

^{๒๒} ดูรายละเอียดใน ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๑/๔๑๓ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๔๑๓.

^{๒๓} ดูรายละเอียดใน ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๗.

สติปัญญา” แต่ตรัสเป็น “จตุตถาโร สติปัญญา”^{๒๔} เพราะทรงมุ่งเอาคำว่า “สติ” เป็นตัวประธาน ในสัมปยุตตธรรมทั้งหลายที่เกิดร่วมในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา^{๒๕}

๔) ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค พระพุทธโฆษาจารย์ ได้อธิบายเกี่ยวกับวิปัสสนา ไว้หลายแห่ง เช่น แสดงภูมิของปัญญาไว้ในชั้นนทเทสว่า ธรรมทั้งหลายอันแยกประเภทเป็นชั้น อยายนะ ธาตุ อินทรีย์ สัจจะ และปฏิจตุสมุปบาท เป็นภูมิของปัญญานี้ เป็นต้น^{๒๖}

๑.๖.๒ คำอธิบายการพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑) พระอาจารย์ภักทันทะ อาสภเถระ ฐัมมาจริยะ (๒๕๓๒ : วิปัสสนาทีปนีฎีกา) พบว่า ลักษณะพิเศษของอุท্থัพพญาณที่ควรจะทราบเอาไว้ด้วย คือ เมื่อถึงญาณนี้แล้วใจของโยคีผู้ ปฏิบัติจะผ่อนคลายโดยอำนาจของสมาธิ เป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนูปกิเลสขึ้นมา ทำให้ประสบพบเห็น และเกิดความรู้สึกรู้สึกนึกคิดแปลกประหลาดต่าง ๆ นานา ซึ่งผู้ที่ไม่เคยเข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน จะไม่มีโอกาสได้พบเห็นเป็นอันขาด^{๒๗}

๒) ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย (วิปัสสนากรรมฐาน) พบว่า วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการนี้ย่อมเกิดขึ้นแก่ผู้มีความเพียรเจริญวิปัสสนาในเมื่อได้บรรลุถึงอุท্থัพพญาณ ที่ยังอ่อนอยู่ ถ้าผู้มีความเพียรนั้นพลาดพลั้งหลงกลต่อวิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้แล้ว ก็ย่อมจะเข้าถึง สภาวะที่ไม่สามารถบำเพ็ญความเพียรวิปัสสนาต่อไปได้ เพราะเข้าใจผิดคิดไปว่าตนได้สำเร็จแล้ว ตนสิ้นกิเลสเป็นพระอรหันต์แล้ว อันเป็นเหตุให้ได้รับความอ้อมอกอ้อมใจ ขาดความเพียรที่จะปฏิบัติ ต่อไป แต่ถ้ามีอุปนิสัย วาสนา บารมีมาแต่อดีตชาติ คือเป็นบุคคลที่ควรบรรลุมรรคผลเพราะ ปฏิสนธิด้วยไตรเหตุ และสามารถพาตนให้ผ่านวิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้ไปได้แล้ว วิปัสสนาญาณก็ จะดำเนินไปตามแนวทางแห่งรูปนาม มีอาการเกิดดับชัดเจนและจักชัดเจนยิ่ง ๆ ขึ้น ซึ่งเป็น

^{๒๔} คำว่า “ปัญญา” เป็นบุพเพสาธุกรรม ควรจะมีรูปเป็น จตุตถาโร สติปัญญา แต่ตรัสเป็นรูปคำบุพเพสาธุกรรม “จตุตถาโร สติปัญญา”

^{๒๕} ดูรายละเอียดใน พระมหาแสวง โชติปาโล, พุทธวิทยานำรู้ เล่ม ๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๓๘), หน้า ๒๐๗.

^{๒๖} พระพุทธโฆษาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภ-มหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทประยูรวงศ์พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๒๐.

^{๒๗} พระอาจารย์ภักทันทะ อาสภเถระ ฐัมมาจริยะ ดร.และประธานกัมมัฏฐานาจริยะ, วิปัสสนาทีปนีฎีกา, (ชลบุรี : สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐานวิเวกอาศรม, ๒๕๓๒), หน้า ๕๕.

สัญลักษณ์แสดงว่า ผู้ประกอบความเพียรวิปัสสนานั้น ได้บรรลุถึงอุทกัพพญาณอย่างแก่เต็มที่แล้ว
 รอเวลาที่ก้าวขึ้นสู่ญาณเบื้องสูงต่อไป^{๒๕}

๓) พระเทพมุนี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๕) (๒๕๒๖ : วรรณกรรมไทย เรื่อง
 วิมุตติรัตนมาลี) พบว่า เมื่อโยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ค่อยมีจิตใจเจริญขึ้นด้วยภาวนามย
 ปัญญาเห็นสภาพรูปนามตามความเป็นจริง จนสามารถบรรลุถึงอุทกัพพญาณนี้แล้ว ย่อมนับได้ว่า
 เป็นผู้มึนบวญวาสนาบารมีอยู่เป็นอันมาก หากแต่ว่า พระอนุสาวณีแห่งองค์สมเด็จพระชินสีห์เจ้าของ
 เรานั้น ย่อมทรงไว้ซึ่งความมหัศจรรย์ประณีตสุขุมคัมภีรภาพ ยากที่เหล่าสัตว์จักรู้ตามได้โดยง่าย
 ในกรณีแห่งการบำเพ็ญวิปัสสนากัมมัฏฐานก็ย่อมจักเป็นเช่นนั้น หากไม่ใช่พิจารณาญาณให้ดี ก็
 ย่อมจะมีอุปสรรคมาขัดขวางปิดบังดวงปัญญา ไม่ให้เห็นคุณวิเศษเบื้องสูงขึ้นไป ผู้ปฏิบัติอาจจะ
 หลงไหลเดินผิดทาง โดยยึดถือเอาความวิเศษมหัศจรรย์เล็กน้อย ว่าเป็นความวิเศษยิ่งใหญ่กล่าวคือ
 มรรคผลนิพพาน ดังเช่นในกรณีที่โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติบรรลุถึงญาณนี้ เริ่มแรกเมื่อบรรลุถึงนั้น
 อุทกัพพญาณแห่งตนยังอ่อนอยู่ ผู้ปฏิบัติย่อมจักต้องประสบกับวิปัสสนูปกิเลส คือธรรมเครื่องเข้า
 ไปทำวิปัสสนาให้เศร้าหมอง

วิปัสสนูปกิเลสนี้ หากโยคีบุคคลได้ประสบและยึดถือเอาเป็นจริงเป็นจัง ก็ย่อมหมดหวัง
 ที่จะก้าวขึ้นไปสู่วิปัสสนาญาณเบื้องสูงได้ ด้วยเหตุนี้ จึงมีคำสอนไว้ในวงการปฏิบัติให้ระมัดระวัง
 วิปัสสนูปกิเลสให้ดี อย่าได้มีความประมาทเป็นอันขาดทั้งผู้ปฏิบัติและวิปัสสนาจารย์ผู้สอน
 กัมมัฏฐาน^{๒๖}

๔) พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา : วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติ
 วิปัสสนากัมมัฏฐาน พบว่า ในช่วงที่อุทกัพพญาณเกิดขึ้นใหม่ ๆ นั้น ปราภฏการณ์ที่มักจะเกิดขึ้น
 เสมอ ๆ ได้แก่ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ ซึ่งเป็นสภาวะธรรมที่เกิดมาเพื่อทำวิปัสสนาให้เศร้า
 หมอง คือเกิดมาเพื่อเป็นเครื่องกีดขวางวิปัสสนา แต่จะเกิดกับบุคคลประเภทใดบ้างนั้น ในวิสุทธิ
 มรรคท่านแสดงไว้ว่า

วิปัสสนูปกิเลสย่อมไม่เกิดแก่พระอริยสาวกผู้ได้บรรลุมรรคผลแล้ว
 แก่บุคคลผู้ปฏิบัติผิดทาง บุคคลผู้ทอดทิ้งกัมมัฏฐาน และบุคคลผู้เกียจคร้าน
 ย่อหย่อนในการปฏิบัติ แต่จะเกิดขึ้นเฉพาะแก่โยคีผู้ปฏิบัติชอบ ผู้มีความ

^{๒๕} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากัมมัฏฐาน, หลักสูตรชั้นมัชฌิมอภิธรรมิกะโท ,
 (มูลนิธิสัทธรรมโชติกะ จัดพิมพ์, หน้า ๑๑๕ – ๑๒๐.

^{๒๖} พระเทพมุนี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๕). วรรณกรรมไทย เรื่องวิมุตติรัตนมาลี, (กรุงเทพมหานคร :
 โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๒๗), หน้า ๒๘๐.

พากเพียรในการปฏิบัติอย่างยิ่งยวด จนได้ชื่อว่าอภิวิปัสสกะเท่านั้น
ที่จริง พลววิปัสสกะบุคคล บุคคลผู้เจริญวิปัสสนาจนได้ญาณแก่กล้า ก็ไม่เกิดวิปัสสนูปกิเลสเช่นกัน
เพราะฉะนั้น พึงทราบว่า อุปกิเลสหรือวิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดแก่โยคีผู้เพียบพร้อมด้วยญาณ
ตั้งแต่นิพพิทาญาณเป็นต้นไป

ในปฏิสัมภิทามรรคได้แสดงวิปัสสนูปกิเลสไว้ว่า

ภวานาจิตย่อมสิ้นคลอนเพราะแสงสว่าง ญาณ ปัญญาที่เฉียบ
แหลม ความอิมเอิบใจ ความสงบแห่งกายและใจ ความสุขกายสุขใจ ความ
ศรัทธา ความพากเพียร ความมีสติสัมปชัญญะ วิปัสสนูปกิเลสอันเป็นไป
กับอวิชชูปกิเลส และเพราะตัดหาความยินดีในวิปัสสนา^{๑๑๐}

๑.๖.๓ เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) แม่ชีระวีวรรณ ชุมจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์) ได้ศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้
เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง
วรวิหาร^{๑๑๑} พบว่า สิ่งที่เป็นอันตรายแก่โยคีผู้บำเพ็ญวิปัสสนา ได้แก่ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ
อันไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้ กิเลส ๑๐ ประการ จะต้องเข้ามารบกวนโยคีมากบ้าง น้อยบ้าง ที่จะกล่าวว่า
ไม่มีนั้น เห็นจะไม่มี จะมีก็น้อยหรือมากกว่ากัน เร็วหรือช้ากว่ากันเท่านั้น

๒) พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร (สมัช ต้นสอน) ได้ศึกษาภยญาณในการปฏิบัติ
วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน^{๑๑๒} พบว่า การ
เจริญวิปัสสนากับการเจริญสติปัฏฐาน จึงเป็นหลักเดียวกันและการเจริญสติปัฏฐานจักต้องบำเพ็ญ
ศีล สมาธิ ปัญญา ซื่อว่าเป็นการเจริญมรรค ๘ องค์ธรรมของสติปัฏฐานประกอบด้วย วิริยะ
ปัญญา สติ ดังในสติปัฏฐานแสดงว่า การเจริญสติปัฏฐาน เป็นการเจริญวิปัสสนานั้นเอง เพราะ

^{๑๑๐} พระโศภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ) รจนา, จำรูญ ธรรมดา แปล. วิปัสสนาธุณี หลักการปฏิบัติ
วิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์ ,
๒๕๕๑), หน้า ๕๑๖-๕๑๗.

^{๑๑๑} แม่ชีระวีวรรณ สุธุทธิจาริณี (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติ
วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”, วิทยานิพนธ์พุทธ
ศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔๑.

^{๑๑๒} พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร (สมัช ต้นสอน), “ศึกษาภยญาณในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏ
ฐาน ๔ : เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. (บัณฑิต
วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๓๐.

องค์ธรรมของสติปัฏฐาน ประกอบด้วยวิริยะ ปัญญา สติ ดังในสติปัฏฐานพระบาลีแสดงว่า “อาตาปี สมุปชาโน สติมา วินยฺห โลก อภิขฺมาโทมนสุสํ ฯ”

๓) นายชนาคม บรรเทากุล ได้ศึกษา “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภททันตะ อาสภมหาเถระ อัคคมหากัมมัฏฐานาจริยะ”^{๓๓} พบว่า คำว่า “วิปัสสนา” ที่กล่าวในพระไตรปิฎก ส่วนมากจะกล่าวเคียงคู่กับคำว่าสมถะ หมายถึง “ธรรมที่ควรเจริญด้วยปัญญา ยิ่ง” เพื่อที่จะเข้าใจความหมายของคำว่า วิปัสสนา ได้ชัดเจนขึ้น คัมภีร์อรรถกถาในชั้นหลังจึงอธิบายว่า วิปัสสนา หมายถึง ปัญญาที่พิจารณาสังขารในอาการที่ไม่เที่ยง เป็นหน้าที่ของปัญญินทรียเจตสิกที่มุ่งสภาวะตรงตามความเป็นจริง มิใช่เป็นเพียงผลของปัญญาหากเกิดจากเห็นแจ้งจากกระบวนการพิจารณากายและจิตโดยตรงจากการเจริญภาวนา

๔) นายอณิวัชร เพชรนรรัตน์ ได้วิจัยเรื่อง การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัทยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย^{๓๔} พบว่า แม้พระไตรปิฎกจะให้ความหมายของคำว่า วิปัสสนา ไว้หลายนัยก็ตามแต่ผู้ปฏิบัติก็ต้องผ่านกระบวนการฝึกวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในพระไตรปิฎก จึงจะสามารถพัฒนาวิปัสสนาปัญญาให้เกิดขึ้นได้ หลักการฝึกเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น แม้ผู้เข้าฝึกจะมีสมาธิในระดับใดก็ตาม ก็สามารถนำมาเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ แม้แต่จิตที่สงบชั่วขณะ (ขณิกสมาธิ) ก็สามารถนำมาเป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ ดังที่ท่านกล่าวไว้ในวิสุทธิมรรคว่า ปราศจากขณิกสมาธิเสียแล้ววิปัสสนาย่อมมีไม่ได้ (วิสุทธิ.ฎีกา. ๑/๑๕/๒๑)

๕) พระมหารุ่งเรือง รุกขิตฺตมโฆ (ปะมะชะ) ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน : ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น^{๓๕} พบว่า วิปัสสนากรรมฐาน หรือ วิปัสสนาภาวนา (insight meditation)

^{๓๓} นายชนาคม บรรเทากุล , “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภททันตะ อาสภมหาเถระ อัคคมหากัมมัฏฐานาจริยะ” , **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๑.

^{๓๔} นายอณิวัชร เพชรนรรัตน์ , “ การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัทยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” , **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๔๒.

^{๓๕} พระมหารุ่งเรือง รุกขิตฺตมโฆ (ปะมะชะ) , “ ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน : ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๗๕.

หมายถึง ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งในสภาวะของความเป็นจริงของสรรพสิ่งโดยการเอารูปนามเป็นอารมณ์ พิจารณารูปนามให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน วางจากความยึดมั่นในบัญญัติทั้งปวง

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

งานวิจัยนี้ ใช้วิธีการวิจัยจากเอกสาร (Documentary Research) ศึกษาค้นคว้าข้อมูลเกี่ยวกับหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยมีขั้นตอนดังนี้

๑) ศึกษาเนื้อหาวิปัสสนูปกิเลส จากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

๒) นำข้อมูลที่ได้ศึกษามาเรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนาและตรวจสอบความถูกต้อง โดยอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญด้านวิปัสสนาภาวนา

๓) นำข้อมูลที่ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแล้วนั้น ตรวจสอบข้อมูล ปรับปรุง และเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบและเข้าใจรายละเอียดเกี่ยวกับวิปัสสนูปกิเลสในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบและเข้าใจวิธีการแก้ไขเมื่อเกิดวิปัสสนูปกิเลสในขณะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

บทที่ ๒

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ผู้ที่ชื่อว่า อารัทธิวิปัสสกะ คือ ผู้เริ่มต้นบำเพ็ญวิปัสสนา เพราะเห็นการเกิดดับของรูป และนามได้นั้น ต้องอาศัยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ซึ่งได้แก่การเจริญสติในฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม รวมเรียกว่า สติปัฏฐาน ด้วยกำลังแห่งความเพียร ความมีสติ และสัมปชัญญะ เพื่อกำจัดเสียซึ่งอภิชฌาและโทมนัส การวิจัยในบทนี้ได้ศึกษาความสำคัญ ความหมายของ วิปัสสนาภาวนาและสติปัฏฐาน ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๒.๑ ความสำคัญของการวิปัสสนาภาวนาตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔

๒.๑.๑ ความหมายวิปัสสนา

๒.๑.๒ ความหมายของภาวนา

๒.๑.๓ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

๒.๑.๔ ความหมายของสติปัฏฐาน ๔

๒.๑.๕ สติปัฏฐาน ๔

๒.๑.๖ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

๒.๒ วิปัสสนาภูมิ

๒.๒.๑ ญาณ ๑๖

๒.๒.๒ วิปัสสนูปกิเลสที่ปรากฏในวิปัสสนาญาณ

๒.๒.๓ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐

๒.๑ ความสำคัญของการวิปัสสนาภาวนาตามแนวทางสติปัฏฐาน ๔

พระพุทธศาสนาได้กำเนิดขึ้นมาเพราะพระพุทธองค์ทรงค้นพบวิธีแก้ปัญหามืดมนด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือการพิจารณาเห็นภายในกาย เวทนาในเวทนา จิตในจิต ธรรมในธรรม”^๑ ในพระธรรมเทศนาถันท์แรก คือ ธรรมจักกัปปวัตตนสูตร เป็นการเจริญวิปัสสนา ^๒ว่า “มัชฌิมาปฏิปทาทำให้จักขุ ญาณ ปัญญา วิชชา แสงสว่างเกิดขึ้นแก่เราว่า นี้ทุกข์อริยสัจ ทุกข์อริยสัจ

^๑ คุราลละเอียคใน ส.ม.(ไทย) ๑๕/๓๕๗/๒๕๕-๒๕๖, วิ.ม.(ไทย) ๔/๑๕/๒๒.

^๒ คุราลละเอียคใน ม.อุ. (ไทย) ๑๔/๔๓๑/๔๕๐.

ควรกำหนดรู้ เราได้กำหนดรู้แล้ว”^๓ การกำหนดรู้ทุกขอริยสัง^๔ โภณทัณฺเฑาะพราหมณ์ ขณะฟังได้พิจารณาว่า “สิ่งใดมีความเกิดขึ้นเป็นธรรมดา สิ่งนั้นก็ดับไปเป็นธรรมดา” ได้บรรลุธรรมเป็นองค์แรก^๕ ต่อมาพระวชิระ พระภัททิยะ พระมหานามะ พระอัสสชิ ได้บรรลุพระอรหันต์ทั้งหมด^๖ เพราะฟังอนัตตลักขณสูตร ในสามัญญผลสูตร ที่ฌณิกายสี่ชั้นชวรควา เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหว ภิกษุผู้น้อมจิตไป เพื่อญาณทัสสนะ หรือวิปัสสนาญาณ^๗ ในรากเปยฆาลสูตร ว่า ภิกษุควรเจริญธรรม ๒ ประการเพื่อความรู้อย่างระคะ โทสะ โมหะ ฯลฯ และความประมาท ธรรม ๒ ประการ คือสมณะและวิปัสสนา^๘

ในอรรถถาธรรมบท ขมกวรรคพรรณนา แห่งพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ว่า พระพุทธองค์ตรัสวิสาขนาปัญหาของพระมหากาลเรื่องหน้าที่จะต้องกระทำ (ธุระ) ในพระพุทธศาสนาว่ามี ๒ อย่าง คือ การเรียนพระไตรปิฎก (คันถธุระ) และการปฏิบัติกรรมฐาน (วิปัสสนาธุระ) จึงสมทานโสสานิกชุดงค์เจริญสมถวิปัสสนาภาวนาจนบรรลุพระอรหันต์^๙ นอกจากนี้ยังมีเรื่องของผู้เจริญวิปัสสนาขานิกใน อรรถถา อัมปมาทวรรคพรรณนา ว่า พระจูฬปันถกเจริญวิปัสสนาพิจารณาเห็นสังขารไม่เที่ยงหนอ บรรลุพระอรหันต์^{๑๐}

จากตัวอย่างดังกล่าวข้างต้นนั้นต้องการจะชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของการปฏิบัติที่ถูกต้องในทางพระพุทธศาสนาว่า วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ หนทางเดียวเท่านั้นที่จะนำสรรพสัตว์ให้ออกไปจากกองทุกข์ในวัฏสงสารได้ และได้ยืนยันไว้ในช่วงก่อนเสด็จดับขันธปรินิพพาน เรื่องสุภททปริพาชกทูลถามผลที่เกิดจากหลักการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานแล้วจะได้ผลจริงหรือไม่^{๑๑} ว่า “มรรคมืองค์ ๘ ที่เป็นอริยะบุคคลจะมีได้เฉพาะในธรรมวินัยนี้เท่านั้น”^{๑๒} ท่านได้เจริญวิปัสสนาภาวนาจนบรรลุพระอรหันต์เป็นสักขีสาวกองค์สุดท้าย^{๑๓}

^๓ คุรายละเอียคใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๑๐๘๑/๕๕๒-๕๕๓.

^๔ คุรายละเอียคใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๕/๒๒-๒๓.

^๕ คุรายละเอียคใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๓-๑๓/๒๐-๒๕, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๑๐๘๑/๓๖๓.

^๖ คุรายละเอียคใน วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๐-๒๔/๒๗-๓๑, ส.บ. (ไทย) ๑๓/๕๕/๕๕.

^๗ คุรายละเอียคใน ที.ที. (ไทย) ๕/๒๓๔/๗๗-๗๘.

^๘ คุรายละเอียคใน อ.ง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๒๓๑-๒๔๖/๑๓๗-๑๓๘.

^๙ คุรายละเอียคใน ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๖-๘/๒๖, ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๕๕-๕๖.

^{๑๐} คุรายละเอียคใน ขุ.ขุ.อ. (ไทย) ๑/๒/๑/๓๓๑.

^{๑๑} คุรายละเอียคใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๕/๑๖๔.

^{๑๒} คุรายละเอียคใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/ /๒๖๑.

^{๑๓} คุรายละเอียคใน ที.ที. (ไทย) ๕/๔๐๕/๑๓๔, ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๕๖/๒๘๓.

ในปัจจุบัน โอวาททรงย้ำเตือนเรื่องการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานว่า “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลายว่า สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จ ด้วยความไม่ประมาทเถิด”^{๑๔}

พระอรรถกถาอธิบายคำว่า ความไม่ประมาท หมายถึงการเป็นอยู่โดยไม่ปราศจากสติปัฏฐาน^{๑๕} มีตัวอย่างใน สังคีตินิทานเรื่องพระอานนท์เจริญวิปัสสนาในหมวดสัมปชัญญะ (ในอิริยาบถที่ศีรษะยังไม่ถึงหมอน เพ้ายังไม่ทันยกขึ้นจากพื้น) บรรลุพระอรหันต์^{๑๖}

จากหลักฐานที่ได้ยกมาแสดงในเบื้องต้นนี้ชี้ให้เห็นว่า พระพุทธศาสนาเถรวาทได้ใช้หลักการเผยแผ่ด้วยการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ทางเดียวเท่านั้น

ต่อไปจะได้อธิบายความหมายของวิปัสสนากาวนา

๒.๑.๑ ความหมายวิปัสสนา

ความหมายวิปัสสนาโดยสังเขป

คำว่า วิปัสสนา ในอภิธรรมมุตตวิภาวิณีฎีกา (วิภาวิณี) มีวิเคราะห์ว่า

อนิจจาทิวเสน วิวิธกาเรน ปสฺสตีติ วิปสฺสนา อนิจฺจานุปสฺสนาทิกา ภาวนาปญฺญาฯ
แปลว่า ปัญญาที่เห็นความไม่เที่ยงของสังขาร ชื่อว่า วิปัสสนา^{๑๗} หรือวิเคราะห์อีกว่า
วิวิธกาเรน อนิจฺจาทิวเสน ปสฺสตีติ วิปสฺสนา

แปลว่า ปัญญาโดยย่อพิจารณาเห็นรูปนามโดยอาการต่างๆ ด้วยอำนาจแห่งความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ปัญญานั้นชื่อ ว่า วิปัสสนา^{๑๘} หรืออีกวิเคราะห์คือ

วิวิธํ อนิจฺจาทิกํ สงฺขาระสุ ปสฺสตีติ วิปสฺสนา

แปลว่า ปัญญาที่เห็นสภาวะต่างๆ มีอนิจจลักษณะเป็นต้นในสังขาร

เมื่อแยกออกตามโครงสร้างทางไวยากรณ์บาลีแล้ว จะเห็นชัดเจนที่ละคำ ดังนี้

คำที่ ๑ เป็นอุปสรรค วิ (บทหน้า) แปลว่า วิเศษ แจ่ม ต่าง

^{๑๔} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๘/๑๖๖.

^{๑๕} ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒๑๘/๒๐๑.

^{๑๖} ดูรายละเอียดใน วิ.จ. (ไทย) ๗/๔๓๘/๓๗๗-๓๗๘.

^{๑๗} มหามกุฏราชวิทยาลัย, อภิธรรมมุตตวิภาวิณีฎีกา (วิภาวิณี), (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๒๖๗.

^{๑๘} พระธรรมธีรราชมหามุนี, วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทอมรินทร์พริ้นติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๓๒), หน้า ๑๑.

คำที่ ๒ เป็นธาตุ ทิส^{๑๕} ธาตุในความหมายว่า เห็น
 คำที่ ๓ เป็นปัจจัย ยู^{๑๖} ปัจจัยในนามกิตก์
 คำที่ ๔ เป็นปัจจัย อาปัจจัยในอิตถิลิงค์ (เพศหญิง)
 เมื่อสำเร็จรูปแล้วได้คำว่า วิปัสสนา แปลว่า ความเห็นแจ้ง^{๑๗}

ความหมายวิปัสสนาโดยอรรถนัย

ในพระสูตรต้นตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปิ่นฉกกล่าวถึงวิปัสสนาพบในอังกงเขยสูตร^{๑๘} ว่าด้วยความหวัง ๑๗ ประการ พระอานนที่ได้กล่าวไว้ว่า สมัยนั้นพระพุทธองค์ประทับอยู่ในพระเชตะวัน อารามของอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ครั้งนั้น พระพุทธองค์ทรงตรัสกะบรรดาภิกษุว่า ผู้ที่มีความหวังว่า “เราพึงเป็นที่รัก เป็นที่ชบใจ เป็นที่เคารพ และเป็นที่ยกย่องของเพื่อนพรหมจารีทั้งหลาย ควรมีสถิลาบิสุทธิ มีความเพียรทำลายกิเลส ด้วยการเจริญฉาน และปฏิบัติในวิปัสสนา และเพิ่มพูนเรื่อ่นว่าง คำว่า วิปัสสนา พระอรธรรคถาอธิบายว่า หมายถึงอนุปัสสนา ๗ ประการ^{๑๙} คือ

- ๑) อนิจจานุปัสสนา (พิจารณาความไม่เที่ยง)
- ๒) ทุกขานุปัสสนา (พิจารณาความเป็นทุกข์)
- ๓) อนัตตานุปัสสนา (พิจารณาความไม่มีตัวตน)
- ๔) นิพพิทานุปัสสนา (พิจารณาความเบื่อหน่าย)
- ๕) วิราคานุปัสสนา (พิจารณาความคลายกำหนัด)
- ๖) นิโรธานุปัสสนา (พิจารณาความดับกิเลส)
- ๗) ปฏิสนธิคคานุปัสสนา (พิจารณาความสลัดทิ้งกิเลส)

^{๑๕} แปลง ทิส เป็น ปสฺส.

^{๑๖} ยู แปลงเป็น อน.

^{๑๗} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๘, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสนา, ชุด ศัพท์วิเคราะห์ เล่ม ๒, (ม.ป.ท.), หน้า ๖๑๗.

^{๑๘} คุรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๒/๖๕/๕๗.

^{๑๙} คุรายละเอียดใน ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๖๕/๑๖๘.

วิปัสสนาในคัมภีร์อรรถกถา หมายถึงปัญญาอันเห็นแจ้ง^{๒๔} เกิดจากการกำหนดรู้^{๒๕} ไคร่ครวญพินิจพิจารณาสังขารธรรม^{๒๖} โดยความเป็นสถานะไม่เที่ยง เพราะความเปลี่ยนแปลงแปรผันไปต่างๆ นานา ด้วยอำนาจแห่งศีล ที่มีอนิจจลักษณะเป็นตัวบ่วงบอก เป็นทุกข์ เพราะความเบียดเบียนจนไม่สามารถทนอยู่ในสภาพเดิมของตนได้ และ ไม่ใช่ตัวตน เพราะบังคับไม่ได้^{๒๗}

ในคัมภีร์ฎีกา คำว่า วิปัสสนา หมายถึงปัญญาที่เห็นสังขตธรรม โดยอาการต่างๆ มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน^{๒๘} หรือ ปัญญาที่ยังเห็นรูปนามว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน^{๒๙}

ในวิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต^{๓๐} คำว่า “วิปัสสนา” ที่กล่าวในพระไตรปิฎก ส่วนมากจะกล่าวเคียงคู่กับคำว่าสมณะ หมายถึง “ธรรมที่ควรเจริญด้วยปัญญายิ่ง” เพื่อที่จะเข้าใจความหมายของคำว่า วิปัสสนา ได้ชัดเจนขึ้น คัมภีร์อรรถกถาในชั้นหลังจึงอธิบายว่า วิปัสสนา หมายถึง ปัญญาที่พิจารณาสังขารในอาการที่ไม่เที่ยง เป็นหน้าที่ของปัญญินทรีย์เจตสิกที่มุ่งสถานะตรงตามความเป็นจริง มิใช่เป็นเพียงผลของปัญญาหากเกิดจากเห็นแจ้งจากกระบวนการพิจารณา กายและจิตโดยตรงจากการเจริญภาวนา

โดยสรุป “วิปัสสนา” คือ ปัญญาที่พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความไม่มีตัวตน คือผลที่เกิดจากการเจริญภาวนา ต่อไปจึงได้ถึงความหมายของคำว่า “ภาวนา” ซึ่งคำนี้มักจะใช้ร่วมกับวิปัสสนา ดังนี้

^{๒๔} อัง.สตุตท.อ. (ไทย) ๔/๕๒/๓๐๓.

^{๒๕} อัง.จตุก.อ. (ไทย) ๒/๑๖๒/๓๘๘. อัง.จตุก.อ. (ไทย) ๒/๒๕๔/๖๑๘.

^{๒๖} อัง.ทุก.อ. (ไทย) ๑/๒/๒๕๔., อัง.ทุก.อ. (ไทย) ๑/๒/๓๑๐., อัง.ติก.อ. (ไทย) ๑/๓/๕๗๓-๕๗๒.

^{๒๗} อัง.สตุตท.อ. (ไทย) ๔/๓๓. อัง.ติก.อ. (ไทย) ๑/๓/๕๗๕-๕๗๖.

^{๒๘} อภิธัมมัตถวิภาวินีฎีกา (ไทย) ปริเฉทที่ ๕ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค, หน้า ๒ มีวิเคราะห์ว่า ขนฺธาติสงฺขตฺตมฺเม อนิจฺจาทีววิธากาเรณ ปสฺสตีติ วิปสฺสนา.

^{๒๙} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๓๑๑)

^{๓๐} นายชนาคม บรรเทากุล, “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจารย์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑.

๒.๑.๒ ความหมายของภาวนา

คำว่า ภาวนา มีความหมายว่า การอบรม (กาย) ใจ ๒ วิธี คือ สมถภาวนา (การสงบใจ) และ วิปัสสนาภาวนา (การใช้ปัญญา)^{๓๑} ตัวอย่างคือคำว่า ภาวนามยปัญญา ใน พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปุณณาสกนิบาต อธิบายว่า การเจริญเนกขัมมะ เจริญอุบายบาท เป็นต้น^{๓๒} หรือการเจริญธรรมที่เป็นรูปาวจรกุศล, อรูปาวจรกุศล, โลกุตตรกุศล^{๓๓} หรือการอบรมกาย, อบรมจิต และการอบรมปัญญา^{๓๔} หรือการเจริญอริยสัจ ๔ หรือ การเจริญอินทรีย์ ๕ พละ ๕ โพชฌงค์ ๗ และ มรรคมีองค์ ๘^{๓๕} หรือการเจริญวิปัสสนา^{๓๖} เมื่อเห็นรูป, เวทนา, สัญญา, สังขาร, วิญญาณ, เห็นชรา มรณะ, เห็นนิพพาน ชื่อว่า เจริญอยู่ ธรรมใดที่ได้เจริญแล้ว ธรรมนั้นๆ มีรสเป็นอย่างเดียวกัน ชื่อว่า ภาวนา^{๓๗}

จากตัวอย่างที่ยกมาแสดงข้างบนทำให้ทราบว่า ภาวนา เป็นชื่อของวิธีการในการปฏิบัติ กัมมัฏฐานในทางพระพุทธศาสนาที่เป็นเครื่องมือนำออกจากความทุกข์โดยมีศีลเป็นต้น มีปัญญา เป็นที่สุด และที่สูงสุดของธรรมทั้งหลายที่กล่าวมา คือ ความดับทุกข์ทั้งมวลนั่นเอง

ภาวนา ๓ พบในอภิธรรมมัตถสังคหะ ได้แก่บริกรรมภาวนา อุปจารภาวนา และอัปนาภาวนา^{๓๘} หมายถึง ภาวนาที่เกิดด้วยการเจริญบ่อยๆ ภาวนาที่ใกล้จะแน่วแน่ และ ภาวนาที่แน่วแน่ ในปรมัตถทีปนี ภาวนา หมายถึง ธรรมที่บุคคลควรอบรม^{๓๙} หรือธรรมที่เป็นเครื่องอบรมกระเสจติ^{๔๐}

เมื่อกล่าวโดยหลักแห่งลักษณะที่จตุระคำว่า ภาวนา ได้แก่

- ๑) การทำให้กุศลเจริญขึ้นเป็นลักษณะ
- ๒) การปราบทานอกุศลเป็นกิจ

^{๓๑} ปิ่น มุกกันต์ พ.อ., ประมวลศัพท์ศาสนา, (กรุงเทพมหานคร : อมรการพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๔๖๕.

^{๓๒} คูรายละเอียดใน บ.ป. (ไทย) ๓๑/๔๒/๖๐๘-๖๐๙.

^{๓๓} คูรายละเอียดใน บ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๖/๓๖.

^{๓๔} คูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๗๒.

^{๓๕} คูรายละเอียดใน บ.ป. (ไทย) ๓๑ /๒๗/๓๖-๔๐.

^{๓๖} คูรายละเอียดใน บ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๘/๔๑-๔๔.

^{๓๗} คูรายละเอียดใน บ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๘/๔๕.

^{๓๘} พระอนุรุทธะ, อภิธรรมมัตถสังคหะปริจเจกที่ ๕ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค, พระคันธสารากิจส์ แปล, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท), ๒๕๔๖, หน้า ๕๕-๕๖.

^{๓๙} ภาเวตพุพาดิ ภาวนา .

^{๔๐} ภาเวนติ จิตฺตสนฺดานํ เอตาหิติ ภาวนา.

๓) การเข้าสู่ทางปฏิบัติที่เกี่ยวแก่สติของนามกายรูปกายเป็นอาการปรากฏ

๔) การตั้งใจอยู่ในอารมณ์ด้วยอำนาจแห่งเหตุที่ถูกที่ควรเป็นเหตุใกล้

ดังนั้น ภาวนา จึงมีลักษณะหลากหลายแต่มีหน้าที่เดียวคือประหามภิเสกกุศล ธรรมที่ภาวนากุศลทำให้เกิดขึ้นได้แก่ อรหัตตมรรค^{๔๑}

ในทางไวยากรณ์บาลีคำว่า ภาวนาเป็นอดีตถิลิงค์ มีรูปวิเคราะห์ศัพท์ ว่า

ภาเวตีติ ภาวนา แปลว่า คุณชาติที่ยังกุศลให้มีขึ้น ภู ชาติในความหมายว่ามี, เป็น ลง ยุ ปัจจัย ในนามกิตก์ และลง อา ปัจจัยในอดีถิลิงค์ พฤทธิสระ ภู เป็นสระ โอ, แปลงสระ โอ เป็น อาว, ลง ยุ ปัจจัย แปลง ยุ ปัจจัยเป็น อุลง ลี ปฐมวิภัติยเฝ้ายเอวจนจะสำเร็จรูปเป็น ภาวนา แปลว่า ภาวนา, การเจริญ, การทำให้มีให้เพิ่มขึ้น^{๔๒}

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถานให้ความหมายคำ “ภาวนา”ว่า เป็นคำภาษาไทยที่ยกมาจากภาษาบาลี เป็นคำนาม หมายถึง การทำให้มีขึ้น ให้เป็นขึ้นทางจิตใจ เป็นกริยา หมายถึง สำรวมใจให้แน่วแน่เป็นสมาธิ^{๔๓}

พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร (สมัย ต้นสอน) ได้สรุปความหมายของภาวนาไว้ในวิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต^{๔๔}ว่า ภาวนา จัดเป็นกัมมัฏฐานในการฝึกอบรมทางด้านจิตใจ เพราะคำว่า กัมมัฏฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการทำงานหรือการกระทำ^{๔๕} หมายความว่า ที่ตั้งของความเจริญอุตสาหกรรมที่เรียกว่า การปรารถนาความเพียร หมายถึงธรรมมีอารมณ์คือ วงกตเป็นต้น และนามธรรมมีการเจริญกตเป็นต้น อีกนัยหนึ่ง กัมมัฏฐาน คือ การกระทำอันเป็นที่ตั้งของความสุขพิเศษ เพราะเป็นที่ตั้งของความสุขในฉานและมรรค ผล การทำให้มีขึ้น ให้เป็นขึ้นทางจิตใจ ถ้าเป็นกริยา หมายถึง สำรวมใจให้แน่วแน่เป็นสมาธิ

เมื่อกล่าวโดยสรุป คำว่า ภาวนา หมายถึง การอบรมจิตเพื่อให้กุศลเจริญขึ้น

^{๔๑} ขุนสรพรพิกิจโกศล(โกวิท ปัทมะสุนทร), **ลักษณะกิจตุกะ**, (กรุงเทพมหานคร:บริษัท คัลเลอร์ โฟร์ จำกัด, ๒๕๓๗), หน้า ๕๗.

^{๔๒} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๘, ราชบัณฑิต), **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์**, หน้า ๔๘๗.

^{๔๓} ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊คส์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๘๒๑.

^{๔๔} พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร (สมัย ต้นสอน), “ศึกษาภยญาณในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัญญา ๔ : เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๒๒.

^{๔๕} คูรายละเอียด อ.จ.ก.อ. (บาลี) ๓/๑๐๗/๑๕๗.

๒.๑.๓ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

เมื่อรวมคำว่า วิปัสสนา กับ คำว่า ภาวนา เข้ากันแล้ว สำเร็จรูปเป็นวิปัสสนาภาวนา เป็นรูปศัพท์ใหม่^{๑๖} ได้ความหมายใหม่ที่ใจความและรูปศัพท์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันมิได้แยกกันแปลที่ ละศัพท์ที่ละความหมายดังนี้ว่า วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การอบรมในศีล สมาธิ ปัญญาให้บริสุทธิ์ หมดจดตามความหมายของพระพุทธศาสนาคือ ความพ้นทุกข์ในวัฏสงสาร หรือ แปลว่า “การเจริญวิปัสสนา”^{๑๖}

ในปรมัตถโชติกะ^{๑๗} คำว่า วิปัสสนาภาวนา มีรูปวิเคราะห์ว่า

“รูปร่างที่อารมณ์มณเฑสุ ปล่อยดูตติยา จ นิจุ สุข อดุต สุข สดุณยา จ วิเสเสน นามรูป-
ภาเวน วา อนิจจาทีอาการณ วา ปสฺสตีติ วิปสฺสนา”

ธรรมชาติใด ย่อมเห็นแจ้งในอารมณ์ต่าง ๆ มีรูปารมณ เป็นต้น โดยความเป็นนาม รูป ที่พิเศษนอกออกไปจากบัญญัติ โดยการละทิ้งสัททบัญญัติ อัถลบัญญัติเสียสิ้น และย่อมเห็นแจ้งในอารมณ์ต่าง ๆ มีรูปารมณ เป็นต้น โดยอาการเป็น อนิจจะ ทุกจะ อนัตตะ อสุกะ ที่พิเศษนอกออกไปจากนิจสัญญาวิปัสสาส สุขสัญญาวิปัสสาส อัถลสัญญาวิปัสสาส สุขสัญญาวิปัสสาสเสีย ฉะนั้น ธรรมชาตินั้น ชื่อว่า วิปัสสนา ได้แก่ ปัญญาเจตสิก ที่ในมหากุศล มหาภิรียา

เมื่อกล่าวถึงหลักธรรมในทางปฏิบัติ คำว่า วิปัสสนาภาวนา จะพบความหมายในตัวคือ

วิปัสสนา ได้แก่ พระไตรลักษณ์ ภาวนา ได้แก่ สติปัฏฐาน ๔ จึงได้ความหมายว่า การเจริญสติปัฏฐานเพื่อให้รู้แจ้งพระไตรลักษณ์

คำว่า วิปัสสนาภาวนา (insight meditation) หมายถึง ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการฝึกฝน อบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งในสภาวะของความเป็นจริงของสรรพสิ่งโดยการเอารูปนามเป็น อารมณ์ พิจารณารูปนามให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ว่าเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ว่าง จากความยึดมั่นในบัญญัติทั้งปวง^{๑๘}

^{๑๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ – เพิ่มเติม ช่วงที่ ๑), พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๗๔.

^{๑๗} พระสัทธัมมโชติกะ ชัมมาจริยะ , ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๕ เล่ม ๑ สมถกรรมฐานที่ปณี, พิมพ์ครั้งที่ ๕ , (กรุงเทพมหานคร : บริษัท วิ.อินเตอร์ พรินท์ จำกัด , ๒๕๔๗), หน้า ๑๗-๑๘.

^{๑๘} พระมหารุ่งเรือง รุกจิตธมฺโม (ปะมะชะชะ) , “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน : ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๑๗๕.

ในยุคนักสูตร^{๔๕} การเจริญวิปัสสนา มี ๔ วิธี ได้แก่

วิธีที่ ๑ สมถปุพฺพังคมวิปัสสนากาวนา การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถนำหน้า

วิธีที่ ๒ วิปัสสนापุพฺพังคมสมถกาวนา การเจริญสมถะโดยมีวิปัสสนานำหน้า เช่น พระมหาปิ่นถก ผู้มีความชำนาญในการเจริญวิปัสสนา^{๔๖}

วิธีที่ ๓ สมถวิปัสสนายุคนักทถกาวนา เป็นการเจริญวิปัสสนากับสมถะควบคู่กันไป

และวิธีที่ ๔ ฌมฺมุทฺถจฺจวคคหิตมานัส มีความฟุ้งซ่าน หรือ วิปัสสนุกิเลสปรากฏ ให้กำหนดรู้ไปจนดับ เมื่อปราศจากอุทธัจจะ การเจริญสมถะและวิปัสสนาขณะนั้น จิตย่อมตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์เป็นหนึ่งมีสมาธิและเจริญขึ้นถึงมรรคญาณในที่สุด การปฏิบัติใน ๓ ข้อข้างต้น ถ้าเกิดอุทธัจจธรรม^{๔๗}ให้พยายามกำหนดรู้ที่จิต กำหนดให้เห็นว่าจิตเกิดดับไม่ใช่ตัวตน ปัญญาญาณจะพัฒนาก้าวหน้าไปถึงมรรคญาณบรรลุมรรคได้

งานวิจัยนี้ได้เน้นที่วิธีที่ ๔ คือ ฌมฺมุทฺถจฺจวคคหิตมานัส เพราะศึกษาเรื่องวิปัสสนูปกิเลสโดยตรงสำหรับการเจริญวิปัสสนากาวนา พระอรรถกถาจารย์ได้กำหนดความประพฤติของโยคีไว้เพื่อเวไนยสัตว์ที่เป็นต้นหาจริต หรือทิกฺขุจฺจริต^{๔๘} มี ๒ วิธี คือ

วิธีที่ ๑ สมถยานิก ผู้มีสมถะเป็นยาน อธิบายว่าเป็นการปฏิบัติที่อาศัยกำลังสมาธิตามมีบัญญัติเป็นอารมณ์ เป็นบาทฐาน โดยออกจากฌานแล้วการกำหนดรู้องค์ฌานซึ่งเป็นรูปนาม^{๔๙} เพื่อเจริญวิปัสสนา บรรลุผลเหมาะสมสำหรับผู้มีต้นหาจริตปัญญาอ่อน ควรเจริญสติปัญญานในฐานกาย มีต้นหาจริตปัญญากล้า ควรเจริญในฐานเวทนา

วิธีที่ ๒ วิปัสสนายานิก ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน อธิบายว่าเป็นการปฏิบัติที่อาศัยวิปัสสนาสมาธิ ที่เรียกว่า ขณิกสมาธิ หรือ จิตวิสุทธิตี ใช้อารมณ์ปรมัตถ์เป็นบาทฐาน ในการเจริญวิปัสสนากำหนดรู้รูปนามปัจจุบันทันที โดยไม่เข้าฌานมาก่อน แต่สามารถบรรลุผลได้ (มรรคญาณอย่างน้อยปฐมฌาน) เหมาะสำหรับผู้มีทิกฺขุปัญญาอ่อน ควรเจริญสติปัญญานในฐานจิต มีทิกฺขุปัญญากล้าควรเจริญในฐานธรรม

^{๔๕} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๓๐/๒๓๗-๒๓๘.

^{๔๖} พระครูกัลยาณสีทธิวัฒน์, เอกทัตตะในพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร:บริษัทสหธรรมิก, ๒๕๔๖), หน้า ๑๕๕.

^{๔๗} อาการฟุ้งซ่านที่เกิดจากความสำคัญผิดเอาโอกาสเป็นต้นนั้นว่าเป็นมรรคผลนิพพาน.

^{๔๘} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๓๗-๒๓๘.

^{๔๙} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลโดย พระคันถสารากิจวงศ์, (นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕๕.

แต่ในวิสุทธิมรรคกฏีกา^{๕๔} ว่า วิปัสสนายานิกส่วนใหญ่เจริญวิปัสสนากาวานาในรูปธรรม

๒.๑.๔ ความหมายของสติปัฏฐาน ๔

ในพระสูตรต้นตปิฎกที่มกนิคาย มหาวรรคให้ความหมาย สติปัฏฐาน ๔ ว่าการเจริญสติ^{๕๕} และกล่าวถึงความสำคัญของสติปัฏฐาน ๔ ว่าเป็นทางเดียว^{๕๖} ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุญาชธรรม^{๕๗} เพื่อให้แจ้งนิพพาน ซึ่งมีหลักการกำหนดหรือพิจารณาอยู่ ๔ ประการ คือ

- ๑) การพิจารณาเห็นกายในกาย
- ๒) การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา
- ๓) การพิจารณาเห็นจิตในจิต
- ๔) การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย

โดยมีองค์ประกอบในการกำหนดและพิจารณา ๓ ประการ คือ

- ๑) มีความเพียร เฝ้ากิเลสให้เร่าร้อน
- ๒) มีสัมปชัญญะ รู้รูปร่างได้อย่างชัดเจนอยู่ตลอดเวลา
- ๓) มีสติ ระลึกได้อย่างต่อเนื่อง สม่่าเสมอ ไม่ขาดสติ

และมีเป้าหมายอย่างเดียวกันคือ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^{๕๘}

ในอรรถกถา สติปัฏฐาน ๔ หมายถึง ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือ การปฏิบัติมีสติเป็นประธาน^{๕๙} (สัมมาสติ)เป็นทางเดียวเป็นทางเอกมิใช่ทางสองแพร่ง เป็นทางที่บุคคลพึงไปผู้เดียวเป็นหนทางไปของบุคคลผู้เป็นเอก เป็นหนทางของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นหนทางไปในธรรมวินัยอันเดียวไม่มีในธรรมวินัยอื่น เป็นหนทางยอมไปครั้งเดียว^{๖๐} เป็นมรรคเบื้องต้น^{๖๑} ที่เป็นโลกิยมรรคเมื่อบุคคลเจริญให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อบรรลุมรรคที่เป็นโลกุตตระ

^{๕๔} วิสุทธิ. กฏีกา. (บาลี) ๒/๒๔.

^{๕๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๓๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕/๑๐๑, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๖๓/๒๑๐-๒๑๑, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๕๕-๓๘๕/๓๐๖-๓๒๓.

^{๕๖} ที.ม.อ. (บาลี) ๓๓๓/๓๕๕.

^{๕๗} ที.ม.อ. (บาลี) ๒๑๔/๑๕๗.

^{๕๘} จ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๔/๕๕๒.

^{๕๙} ที.ม.อ. (บาลี) ๓๓๓/๓๖๘, ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๕๓.

^{๖๐} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๕๘.

^{๖๑} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๖๔.

ในคัมภีร์ฎีกา สติปิฎกฐาน ๔ หมายถึง การตั้งสติไว้เป็นประธาน การตั้งสติไว้เบื้องหน้า การตั้งมั่นแห่งสติ สติที่เข้าไปตั้งมั่น หมายถึง การที่สติแล่นเข้าไปตั้งอยู่ในอารมณ์ มีสติเข้าจ้อง กำกับทุกขณะ โดยถือว่าไม่งาม เป็นทุกข์ ไม่เที่ยง และไม่ใช่อัตน เพื่อให้อัจฉกจ้องอยู่กับอารมณ์ ฐานกาย เวทนา จิต และธรรม ในหมวดนิวรรณ์ โทษณงค์ เป็นวิปัสสนากาวานาล้วนๆ อารมณ์ นอกนั้นเป็นได้ทั้งสมถะและวิปัสสนากาวานา^{๖๒}

ในปรหมัตถทีปนี สติปิฎกฐาน หมายถึง ธรรมที่เป็นใหญ่ตั้งมั่นในอารมณ์มีก่องรูป เป็นต้น มีรูปวิเคราะห์ เป็น อวชารณบุรพบท กรรมชารยสมาส ว่า สติ เอว ปญฺจานํ สติปิฎกานํ หมายถึง สติโดยทั่วไป สติปิฎกาน ศัพท์ มักปรากฏในฐานะ ๒ ประการ คือธรรมที่เป็นใหญ่ตั้งมั่น หมายถึงสติ (สติ เอว ปญฺจานํ สติปิฎกานํ) และที่ตั้งของสติ หมายถึงอารมณ์ ๔ มีก่องรูป เป็นต้น (สตียา ปญฺจานํ สติปิฎกานํ)^{๖๓}

ในปกรณ์วิเสส ให้ความหมายว่า สติแล่นไปตั้งอยู่ในอารมณ์กายเวทนาจิตธรรมโดยอาการว่าไม่งาม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่อัตน เพื่อทำกิจให้สำเร็จด้วยการละเสียซึ่งความสำคัญ ว่างาม ว่าเที่ยง ว่าสุข ว่ามีตัวตน^{๖๔}

ในทางอภิธรรมกล่าวถึงลักษณะที่ตู่ของสติเจตสิก^{๖๕} มี ๔ ประการ คือ

- ๑) มีความระลึกได้ในอารมณ์เนื่องๆ คือมีความไม่ประมาทเป็นลักษณะ
- ๒) มีการไม่หลงลืมเป็นกิจ
- ๓) มีการรักษาอารมณ์เป็นผล
- ๔) มีการจำได้แม่นยำเป็นเหตุไถ่

เมื่อตรวจสอบหลักความหมายในทางไวยากรณ์บาลีจึงรู้ว่าสติปิฎกฐานมาจากธาตุ วิกัตติ ปัจจัยอะไร และวิเคราะห์ว่า อย่างไรได้บ้าง มีความหมายว่า ดังนี้

คำว่า สติ มาจาก สร^{๖๖} ธาตุในความหมายว่า คิด, ระลึก ลง อ ปัจจัยประจำหมวดธาตุ ลง ตี ปัจจัย ในนามกิตก์ ลง สี ปฐมาวิภัตติ สำเร็จรูปเป็น สติ

^{๖๒} อภิธรรมมัตถสังคหบาลี ๖, หน้า ๔-๑๒.

^{๖๓} พระญาณชชะ, ปรหมัตถทีปนี ปริจเฉทที่ ๗ สมุจจยสังคหะ, พระคันธสารากิจวงศ์ แปล (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖), หน้า ๖๖๐-๖๖๑.

^{๖๔} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘), ข้อ ๘๑๕, หน้า ๑๑๐๕.

^{๖๕} ขุนสรรพกิจโกศล(โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่ตู่ของ, หน้า ๒๐.

^{๖๖} ลป ร ที่สุดธาตุ

มีรูปวิเคราะห์และความหมาย ดังนี้

คำว่า สติ มีรูปวิเคราะห์ว่า สรติ จินฺเตตฺติ สติ (กิริยาที่ระลึกได้)

อีกวิเคราะห์ คือ สรติ เอตยาติ สติ (ธรรมชาติเป็นเหตุให้ระลึกได้) หรือ

อีกวิเคราะห์ คือ ปมาทํ สรติ หีเสตฺติ สติ^{๖๗} (ธรรมชาติผู้เบียดเบียนความประมาท)^{๖๘}

คำว่า ปฏฺจฺจํ มาจาก อุปฺสรฺรค ชาติ วิกตฺติ ปัจจย วิเคราะห์ และความหมายดังนี้

ป เป็นอุปสรรค คือ บทหน้าแปลว่า ทัว ข้างหน้า ก่อน ออก

จา ชาติในความหมายว่า ตั้งอยู่^{๖๙} ลง ยู ปัจจย^{๗๐} ลง สิ ปฐมวิกตฺติในนปฺงสกฺลิ่ง

สำเร็จรูปเป็น ปฏฺจฺจํ มีรูปวิเคราะห์ว่า

ปตฺติฏฺจฺจติ เอตฺถาติ ปฏฺจฺจํ แปลว่า ที่เป็นที่ตั้ง, การตั้ง, การตั้งมั่น^{๗๑}

คำว่า สติปฏฺจฺจํ มีรูปวิเคราะห์ว่า สติยา กรณฺญตฺย ปฏฺจฺจํ ปฏฺจฺเจตฺตพฺพํ สติปฏฺจฺจํ (อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งสติ) สติ + ปฏฺจฺจํ แปลว่าสติปฏฺจฺจํ, ที่ตั้งแห่งสติ, การตั้งสติ, อารมณ์เป็นที่ตั้งสติ^{๗๒}

ด้วยเหตุนี้ สติปฏฺจฺจํ จึงหมายถึง ที่ตั้งแห่งสติ, อารมณ์เป็นที่ตั้งสติ, การตั้งมั่นซึ่งสติ, การตั้งมั่นแห่งสติ, ความตั้งสติ ฯลฯ ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติปรากฏ^{๗๓}

คำว่า สติปฏฺจฺจํ มีความหมาย ๓ ประการ คือ

ประการที่ ๑ ที่ตั้งของสติ หมายถึงอารมณ์ของสติ ๔ ได้แก่กาย เวทนา จิต ธรรม ตามนัยนี้ ปฏฺจฺจํ แปลว่าที่ตั้ง ลง ยู ปัจจยในอริกฺรณฺสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปตฺติฏฺจฺจติ เอตฺถาติ ปฏฺจฺจํ, สติยา ปฏฺจฺจํ สติปฏฺจฺจํ (สติปฏฺจฺจํ คือที่ตั้งของสติ)

^{๖๗} สร ชาติในความหมายว่าเบียดเบียน อ ปัจจย, ลป ร ที่สุดชาติ

^{๖๘} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๘. ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์, ชุด ศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๖๕๕.

^{๖๙} ชื่อน ฎ หน้า จ.

^{๗๐} แปลง ยู เป็น อน.

^{๗๑} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๘. ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์, ชุด ศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๓๘๗.

^{๗๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๕๕.

^{๗๓} หลงบุญสม ประยุทธ์พันธุ์ ป., พจนานุกรมมคธ-ไทย, (กรุงเทพมหานคร : ร้านเรื่องปัญญา, ๒๕๔๐), หน้า ๖๕๕.

ประการที่ ๒ สภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ หมายถึงการล่วงความยินดีในร้าย ตามนัยนี้ ปฏุจกัน แปลว่าสภาวะที่พึงตั้งไว้ ลง ยู ปัจจัยในกรรมสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ ปฏุจเปตพุนติ ปฏุจกัน, ตिया ปฏุจกัน สติปฏุจกัน (สติปฏุจกัน คือสภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ)

ประการที่ ๓ สติที่เข้าไปตั้งไว้ หรือ สติที่ตั้งมั่น ตามนัยนี้ ปฏุจกัน แปลว่าเข้าไปตั้งไว้ หรือ ตั้งไว้มั่น ลง ยู ปัจจัยในกัตตุสาธนะ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปฏุจชาติติ ปฏุจกัน, สติเขว ปฏุจกัน สติปฏุจกัน (สติปฏุจกัน คือสติเข้าไปตั้งไว้ หรือสติที่ตั้งไว้มั่น) อุปสรรค คือ ป ตามนัยนี้ใช้ในความหมายว่า เข้าไป, แล่นไป, ยิง, มั่นคง^{๓๔}

สรุปว่า สติปฏุจกัน^{๓๕} คือ สติที่เข้าไปตั้งไว้ หรือสติที่ตั้งไว้มั่น^{๓๖} การเจริญสติ^{๓๗} การเจริญฌาน^{๓๘} การพิจารณาธาตุ^{๓๙} หรือกองกุศล^{๔๐} เป็นอมตธรรม^{๔๑} มาตรฐานแห่งการบรรลุตธรรม^{๔๒} ธรรมอันเป็นที่พึง^{๔๓} เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ เพื่อบรรลุตธรรม^{๔๔} เพื่อแจ้งนิพพาน^{๔๕} เพื่อละความเห็นผิด^{๔๖} ละสมุทัย^{๔๗} ละรากะ^{๔๘} ละอาสวะ^{๔๙} ไม่ว่าพระใหม่ พระเสขะ พระอเสขะพึงสมาทาน^{๕๐} มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ^{๕๑} ละความยินดีในร้ายในโลก^{๕๒}

^{๓๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปฏุจกันสูตรทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสารากวีวงศ์, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๕), หน้า ๒๔.

^{๓๕} คูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๓๖} คูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๗-๓๖๘, ที.ม.ฎี. (บาลี) ๒/๓๕๗-๓๕๘.

^{๓๗} คูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๕/๓๐๑-๓๔๐, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๕๕-๓๘๕/๓๐๖-๓๒๗.

^{๓๘} คูรายละเอียดใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๗๕/๓๒๐-๓๒๑.

^{๓๙} คูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๗๖.

^{๔๐} คูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๗๑/๒๑๖.

^{๔๑} คูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๔๐๓-๔๐๔/๒๖๐-๒๖๑.

^{๔๒} คูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๕๒-๓๕๓๑๒๕๐-๒๕๑.

^{๔๓} คูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๐,๑๖๕/๑๐๕,๑๑๑.

^{๔๔} คูรายละเอียดใน อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๗๕/๓๒๐-๓๒๑, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๘๕/๓๒๓.

^{๔๕} คูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๕/๓๔๐.

^{๔๖} คูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๕๑-๑๕๖๑๑๔๕-๑๕๘.

^{๔๗} คูรายละเอียดใน พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๔-๓๕/๕๕๒-๕๕๖.

^{๔๘} คูรายละเอียดใน อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๒๗๔/๓๘๕-๓๕๐.

^{๔๙} คูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๔๑๖/๒๗๓.

^{๕๐} คูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๕/๓๗๐/๒๑๔-๒๑๕.

^{๕๑} คูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๕/๓๔๐, ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๓๔/๑๓๔.

^{๕๒} คูรายละเอียดใน ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๖/๒๗๖.

๒.๑.๕ สติปัญญา ๔

ในสติปัญญาประกอบด้วย องค์กรรมฐาน ๒๑ ซ้อย่อย ได้แก่ทางกาย ๑๔ ทางเวทนา ๑ ทางจิต ๑ และทางธรรม ๕ ในวิสุทธิมรรคว่า หมวดอานาปานะ หมวดปฎิภาสเป็นอารมณ์สมณะ วิปัสสนา หมวดนวสีวติกาเป็นสมณะ หมวดอิริยาบถ, สัมปชัญญะ, ธาตุมนสิการ, เวทนา จิต และ ธรรมเป็นวิปัสสนา ในคัมภีร์ฎีกา หมวดนิวรรณ์ โภชณังค์เป็นวิปัสสนา นอกนั้นเป็นได้ทั้งสมณะ และวิปัสสนา^{๕๓} ต่อไปจะได้อธิบายในส่วนแห่งวิปัสสนาดังนี้

ในพระสูตรต้นคปิฎก มัชฌิมนิคาย มูลปณณาสกั แห่งมูลปริยาวารวรรคได้กล่าวถึงมหา สติปัญญาสูตร อันเป็นพระสูตรที่ ๑๐ ในมูลปริยาวารวรรคนี้ ซึ่งจะได้อีกมาแสดงต่อไปนี้

ก ที่มาของชื่อมหาสติปัญญาสูตรแปลว่า การเจริญสติปัญญาสูตรใหญ่ ชื่อนี้ตั้งตาม เนื้อหาสาระของพระสูตร

ข ที่มาของพระสูตร พระสูตรนี้พระผู้มีพระภาคทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลาย ขณะ ประทับอยู่ ณ นิคมของชาวกุรุ ชื่อกัมมาสธัมมะ แคว้นกุรุ โดยทรงปรารภพุทธบริษัทชาวกัมมาส ธัมมนิคมว่า มีความสนใจในการเจริญสติปัญญาอันอย่างมาก แม้พวกทาสกรรมกร และบริวารชนก็ พุคกันแต่เรื่อง สติปัญญา เหตุเกิดของพระสูตรนี้ จัดอยู่ในประเภท ปรัชญาสยะ

ค รูปแบบของพระสูตรเป็นบรรยายโวหารแบบถามเอง – ตอบเอง และมี อุปมาอุปไมยผสมด้วย นับเป็นกระบวนบรรยายที่สมบูรณ์แบบมีทั้งภาคอุทเทส ภาคนิทเทส และ ภาคอานิสงส์เป็นการบรรยายกัมมัฏฐานที่เข้าใจง่าย

ฅ ใจความสำคัญของพระสูตรสำหรับใจความสำคัญของพระสูตรนี้กำหนดประเด็น ในการศึกษาไว้ ๔ ประเด็น คือ

ประเด็นที่ ๑ ภาคอุทเทส

พระผู้มีพระภาคทรงยกหัวข้อการบรรยายขึ้นเป็นอุทเทสว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็น ทางสายเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วง โสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และ โทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน (อริยมรรค) เพื่อให้แจ้งนิพพานทางนี้คือ สติปัญญา ๔ ประการ” สติปัญญา คือ การตั้งสติสัมปชัญญะเพียรพิจารณากายเวทนาจิตและธรรมเพื่อกำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลก ให้ได้โดยแยกพิจารณาเป็น ๔ ประการ คือ

๑) การพิจารณาเห็นภายในกาย

๒) การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย

^{๕๓} อภิธรรมมัตถสังคหะ ๖, หน้า ๔-๑๒.

๓) การพิจารณาเห็นจิตในจิต

๔) การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย

ประเด็นที่ ๒ ภาคนิเทศ

ในประเด็นนี้ได้ตั้งหัวข้อในการศึกษาออกเป็น ๔ ข้อ คือ

ข้อที่ ๑ การพิจารณาเห็นกายในกายแบ่งออกเป็น ๖ หมวด คือ

๑.๑ พิจารณาลมหายใจเข้าลมหายใจออก ให้เห็นการไหลเข้าไหลออกติดต่อกัน เป็นลำยาวสั้นสลับกันไป

๑.๒ พิจารณาอิริยาบถ คือพิจารณาการเดิน ยืนนั่งนอน ให้รู้ความเป็นไปของอิริยาบถนั้น ๆ

๑.๓ พิจารณาสัมปชัญญะ คือ พิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหวทางกายเช่น การก้าวการถอยการคู้แขนเข้าการเหยียด แขนออกโดยกำหนดให้รู้ทันทุกอากัปภิกิริยานั้น ๆ

๑.๔ พิจารณาสิ่งปฏิภูลคือพิจารณาอาการ๑๒ในกายของตนมีผมนเล็บฟันหนัง เป็นต้นให้เห็นว่าเป็นของน่าเกลียด

๑.๕ พิจารณาธาตุ คือพิจารณา ดินน้ำ ไฟลม ในกายของตนให้เห็นโดยความเป็นธาตุเหมือนคนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคนั่งแบ่งอวัยวะโคที่ฆ่าออกเป็น ส่วน ๆ อย่างชำนาญ

๑.๖ พิจารณาซากศพ ซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ กันถึง ๘ ลักษณะเช่นซากศพที่ตายมาแล้ว ๑ วัน ถึง ๓ วันแล้วนำมาเปรียบเทียบกับกายของตนว่ามีสภาพอย่างเดียวกัน

ข้อที่ ๒ การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายคือพิจารณาความรู้สึกสุข ทุกข์ไม่ใช่สุขไม่ใช่ทุกข์ (อุเบกขา) ในตัวเองแบ่งเป็น ๘ ประการคือ

๒.๑ เมื่อเสวยสุขเวทนาจีรู้ชัดเวทนานั้น

๒.๒ เมื่อเสวยทุกข์เวทนาจีรู้ชัดเวทนานั้น

๒.๓ เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนาจีรู้ชัดเวทนานั้น

๒.๔ เมื่อเสวยสุขเวทนามีอามิสที่รู้ชัดเวทนานั้น

๒.๕ เมื่อเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสที่รู้ชัดเวทนานั้น

๒.๖ เมื่อเสวยทุกข์เวทนามีอามิสที่รู้ชัดเวทนานั้น

๒.๗ เมื่อเสวยทุกข์เวทนาไม่มีอามิสที่รู้ชัดเวทนานั้น

๒.๘ เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนามีอามิสที่รู้ชัดเวทนานั้น

๒.๙ เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนาไม่มีอามิสที่รู้ชัดเวทนานั้น

ข้อที่ ๓ การพิจารณาเห็นจิตในจิตคือพิจารณาจิตของตนให้เห็นสภาวะตามที่ปรากฏในขณะนั้นๆ และรู้ชัดตามความเป็นจริง แบ่งเป็น ๑๐ ประการตามสภาวะของจิตเช่นจิตมีราคะก็รู้ชัดว่าจิตมีราคะ จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่าจิตปราศจากราคะ

ข้อที่ ๔ การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายคือพิจารณาว่าในขณะที่นั้น ๆ มีธรรมอะไรเกิดอยู่ในจิตของตนก็รู้ชัดธรรมนั้น ๆ แบ่งเป็น ๕ หมวด คือ ๑) หมวดนิรวณ ๒) หมวดขันธ ๓) หมวดอายตนะ ๔) หมวดโพชฌงค์ และ ๕) หมวดสังขะ

ตัวอย่างการพิจารณาเห็นนิรวณ ๕ เช่นเมื่อกามฉันทะภายในมืออยู่ก็รู้ชัดว่า “กามฉันทะภายในของเรามีอยู่” หรือเมื่อกามฉันทะภายในไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่า “กามฉันทะภายในของเราไม่มีอยู่” นอกจากนี้ยังพิจารณาให้รู้ชัดความเกิดแห่งกามฉันทะความดับแห่งกามฉันทะ และข้อปฏิบัติให้ถึงความดับแห่งกามฉันทะนั้นด้วย

ประเด็นที่ ๓ ภาคอานิสงส์ของสติปัญญา

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของการเจริญสติปัญญาไว้ในตอนท้ายของพระสูตรนี้ว่าบุคคลผู้เจริญสติปัญญา ๔ ประการนี้ แม้เพียง ๗ วันเป็นอย่างน้อยก็หวังได้ว่าจะมีผลในปัจจุบันอย่างใดอย่างหนึ่งในจำนวนผล ๒ อย่างคือ

๑) จะได้บรรลุอรหัตตผล ๒) ถ้ายังมีอุปาทิเหลืออยู่จะบรรลุอนาคามีผล

สรุปว่า สติปัญญา ๔ ประการนี้เป็นทางสายเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโศกะและปริเทวะเพื่อดับทุกข์และโทมนัสเพื่อบรรลุอายุธรรมเพื่อทำให้แจ้งนิพพาน

ประเด็นที่ ๔ ข้อสังเกต

สังเกตคือว่าพระผู้มีพระภาคทรงแสดงสติปัญญาไว้ในที่ต่าง ๆ หลายแห่งดังปรากฏทั่วไปทั้งในพระสูตรต้นตปิฎกและพระอภิธรรมปิฎกแต่ที่ตรัสไว้เต็มรูปนั้นก็คือพระสูตรนี้ซึ่งปรากฏในที่นี้ด้วย ในทีฆนิกายมหาวรรค คือ พระไตรปิฎก เล่ม ๑๐ ด้วย

สังเกตต่อไปคือพระผู้มีพระภาคทรงแสดงพระสูตรใหญ่ ๆ และมีอรรถกถาซึ่งแก่ชาวกุรุจำนวนหลายสูตรคือนอกจากพระสูตรที่กำลังพูดถึงอยู่นี้ยังมีมหานิทานสูตรและมหาสติปัญญาสูตรที่ปรากฏในทีฆนิกายสาโรปมสูตรรুকขุปมสูตรรัฐपालสูตรมาคัณขิยสูตรและอานนุชัลปายสูตรที่ปรากฏในมัชฌิมนิกายนี้^{๕๔} ทั้งนี้เพราะชาวกุรุมีความสนใจในการปฏิบัติธรรมกันมาก

มีประเด็นน่าสนใจคือมหาสติปัญญาสูตรที่ปรากฏในมัชฌิมนิกายนี้มีข้อความเหมือนกับมหาสติปัญญาสูตรในทีฆนิกายมหาวรรคแต่อรรถกถาได้ตั้งชื่อสูตรให้ต่างกันไป

^{๕๔} ดูรายละเอียดใน ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๐๖/๒๔๓., ที.ม.อ. (บาลี) ๓๓๓/๓๕๓.

กล่าวคือเรียกชื่อสูตรนี้ในมัชฌิมนิกายว่า สติปัฏฐานสูตร และเรียกชื่อสูตรในทีฆนิกายว่า มหาสติปัฏฐานสูตร

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือการเจริญศีล สมาธิ ปัญญา ได้ชื่อว่าเจริญมรรคมืองค์ ๘ จัดเป็นการปฏิบัติได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา กล่าวคือผู้ปฏิบัติเจริญสมถะจนได้ฌานก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ไปจนถึงที่สุดก็ได้ หรือจะอาศัยสมาธิเพียงขั้นต้น ๆ แล้วเจริญวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ไปจนถึงที่สุดก็ได้ ผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ได้ชื่อว่าเจริญมรรคมืองค์ ๘ ดังพระพุทธพจน์ว่า “ภิกษุทั้งหลาย... ปฏิปทาที่ให้ถึงการเจริญสติปัฏฐานเป็นอย่างไร คือ อริยมรรคมืองค์ ๘ ได้แก่ สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ นี้ เรียกว่า ปฏิปทาที่ให้ถึงการเจริญสติปัฏฐาน”^{๕๕}

สรุปได้ว่า การเจริญสติปัฏฐาน ๔ นี้จัดเป็นหลักของการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา

๒.๑.๖ การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาคือการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔

การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาคือการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔^{๕๖} เป็นหนทางเดียวกันที่จะนำเราไปสู่เส้นชัยคือความพ้นทุกข์ได้อย่างแน่นอนอนินชาตินี้^{๕๗} ในวิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต^{๕๘} พบว่า แม้พระไตรปิฎกจะให้ความหมายของคำว่า วิปัสสนา ไว้หลายนัยก็ตามแต่ผู้ปฏิบัติก็ต้องผ่านกระบวนการฝึกวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในพระไตรปิฎก จึงจะสามารถพัฒนาวิปัสสนาปัญญาให้เกิดขึ้นได้

ในอรรถกถาทีฆนิกายกล่าวถึงวิปัสสนากาวนาตามหลักสติปัฏฐานสูตรว่าเป็นอย่างเดียวกันว่า “ยสุมา ปน กายเวทนาจิตตมเมสุ กณฺหิ ฌมฺมํ อนามลิตฺวา กาวนา นาม นตฺถิ. ตสุมา เตปิ อิมินา ว มคฺเคน โสกปริเทเว สมตฺถิกนฺตาดิ เวทิตพฺพาดิ ”^{๕๙} แปลว่า อนึ่งขึ้นชื่อว่า

^{๕๕} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๔๐๖/๒๖๓.

^{๕๖} คูรายละเอียดยใน ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔๓๑/๔๕๐.

^{๕๗} คูรายละเอียดยใน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๖๔.

^{๕๘} นายอณิวัชร เพชรนรินทร์, “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๔๒.

^{๕๙} ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๖๒, วิสุทฺธิ. ฎีกา. (บาลี) ๒/๒๔.

ภาวนา ที่ไม่เนื่องด้วยกาย เวทนา จิต หรือสภาวะธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งย่อมไม่มี โดยมีตัวอย่างเปรียบเทียบกับผู้ที่ประสบผลสำเร็จเพราะการปฏิบัติกรรมฐานสายนี้คือผู้ที่ได้ก้าวล่วงพ้นความโศกเศร้าและความรำพันคร่ำครวญด้วยทางสายนี้ ได้แก่นางปฐาจารและสันตติอำมาตย์^{๑๐๐}

ในอริยวงศ์ปฏิบัติภา^{๑๐๑} กล่าวว่า อนึ่ง การเจริญสติปัฏฐาน อาจเรียกว่า วิปัสสนาภาวนา (การเจริญวิปัสสนา) จตุตถัจจกรรมฐาน (กรรมฐานที่ทำให้แทงตลอดคตัจจะ ๔) และบูรพภาคมรรค (หนทางเบื้องต้นในการบรรลุโลกุตตรธรรม) นอกจากนี้การเจริญภาวนาเพื่อบรรลุพระนิพพานที่ปรากฏในพระสูตรต่าง ๆ เช่น การเจริญสัมมัปปธาน ๔ อินทรีย์ ๕ โพชฌงค์ ๗ และการเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นต้น ก็นับเข้าในการเจริญสติปัฏฐาน เพราะสติเป็นหลักสำคัญ หากปราศจากสติแล้ว ไม่อาจเจริญธรรมอย่างอื่นได้

พระศรีธีรวงศ์ สัจจวโร ^{๑๐๒} ได้กล่าวไว้ว่า การเจริญวิปัสสนากับการเจริญสติปัฏฐาน เป็นหลักเดียวกัน และการเจริญสติปัฏฐานจักต้องบำเพ็ญศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งว่าเป็นการเจริญมรรค ๘ องค์ธรรมของสติปัฏฐานประกอบด้วย วิริยะ ปัญญา สติ ดังในสติปัฏฐานแสดงว่า การเจริญสติปัฏฐาน เป็นการเจริญวิปัสสนานั่นเอง เพราะองค์ธรรมของสติปัฏฐาน ประกอบด้วยวิริยะ ปัญญา สติ ดังในสติปัฏฐานพระบาลีแสดงว่า “อาตาปี สมุชชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิขุมา โทมนสุตฺถ ๑”

ธรรมที่เกื้อหนุนต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

สิ่งที่เป็นองค์ประกอบในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ สัมปายะ^{๑๐๓} ๗ ประการ ได้แก่

- ๑) อาวาส คือ ที่อยู่ซึ่งเหมาะสมกับการปฏิบัติ
- ๒) โจร คือ ที่เที่ยวบิณฑบาต ไม่ไกลไม่ไกลเกินไป
- ๓) ภัตตะ คือ การพุดคุยเกี่ยวกับกถาวัตถุ ๑๐^{๑๐๔}

^{๑๐๐} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๒/๒๖๗.

^{๑๐๑} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวงศ์ปฏิบัติภา, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๖๗.

^{๑๐๒} พระศรีธีรวงศ์ สัจจวโร (สมัย ต้นสอน), “ศึกษาภยญาณในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๓๐.

^{๑๐๓} วิสุทธิ. ๑/๑๖๑.

^{๑๐๔} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๒๕๒/๒๘๗.

- ๔) บุคคล คือ บุคคลที่เป็นมิตรกัน
- ๕) โภชนะคือ อาหารที่เหมาะสมกับร่างกาย เกื้อกูลต่อสุขภาพ
- ๖) อุต คือ ดินฟ้าอากาศธรรมชาติที่ดี และ
- ๗) อริยาบถ คือ อยู่ในอริยาบถที่ผ่อนคลาย

เมื่อเลือกสถานที่ได้แล้ว ควรสำรวจคนด้วยศีลวิสุทธิ ถ้าเป็นพระควรแสดงอาบัติ ทำศีลให้บริสุทธิ์^{๑๐๕} อุบาสกอุบาสิกา ควรสมาทานศีล ๘ จากนั้นก็ควรมอบกายใจแด่พระรัตนตรัย เข้ารับกรรมฐานจากวิปัสสนาจารย์ที่ประกอบด้วยสัปปริสธรรม ๗ ประการ^{๑๐๖} คือ

- ๑) รู้ธรรม คือ วิปัสสนาภูมิ ๖
- ๒) รู้บรรณ คือ มีปัญญารู้แจ้งในไตรลักษณ์
- ๓) รู้ตน คือ มีคุณธรรม ๖ (ศรัทธา, ศีล, สุตะ, จาคะ, ปัญญา, ปฏิภาณ)
- ๔) รู้ประมาณ คือ รู้ประมาณในโภชนะ และ ปัจจัย ๔
- ๕) รู้กาล คือ กาลนี้ควรไม่ประมาณในชีวิต ด้วยการปฏิบัติธรรมที่สมควร
- ๖) รู้บริษัท คือ รู้จักบริษัท ๔ บริษัทที่พร้อมเพรียงกันไม่ทะเลาะวิวาทกัน และ
- ๗) รู้จักเลือกบุคคล คือ บุคคลที่มีศีล สมာธิ ปัญญาเท่ากัน

เมื่อเข้าไปหาสัตบุรุษที่มีคุณสมบัติดังกล่าวแล้วก็รับโอวาทแล้ว ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของท่านเหมือนอย่างพระมหากัจจายนะอสีติมหาสาวก^{๑๐๗} มี ๔ ประการ คือ

- ๑) มีตาเหมือนตาบอด
- ๒) มีหูเหมือนหูหนวก
- ๓) มีปัญญาเหมือนกับคนใบ้ คือ อย่าแสดงภูมิรู้มากนักควรพยายามพูดให้น้อย^{๑๐๘}
- ๔) มีกำลังเหมือนไม่มีกำลัง

ในระหว่างปฏิบัติควรสำรวจในทวาร ๖ โดยการกำหนดรู้ทุกขณะ^{๑๐๙} ที่ได้เห็น ได้ยิน ได้รับกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้ถูกต้องสัมผัส และได้รับรู้ธรรมารมณ์ด้วยใจ ด้วยการกำหนดรู้รูปนามที่

^{๑๐๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๔๑/๘๘. และ ๑๐/๑๕๐/๕๔-๕๕.

^{๑๐๖} อ.จ.ส.ศ.ต.ก. (ไทย) ๒๓/๖๘/๑๔๓-๑๔๖.

^{๑๐๗} ชุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๕๐๑/๔๒๕.

^{๑๐๘} ชุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๕๘๒/๔๔๐.

^{๑๐๙} ชุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๖๕๓/๔๕๒.

ปรากฏทุกอย่างตามความเป็นจริง ในการปฏิบัติกับหมู่คณะนั้นสิ่งสำคัญที่ควรปฏิบัติตามหลัก
อปริหานิยธรรม^{๑๑๑} มี ๗ ประการ คือ

- ๑) เป็นผู้ไม่ชอบการงาน^{๑๑๒} (ละงานนอก)
- ๒) ไม่ชอบการพูดคุย ไม่ยินดีการพูดคุย (สำรอกงานใน)
- ๓) ไม่ชอบการนอนหลับ (ไม่นอนจนเกียจคร้าน)
- ๔) ไม่ชอบการคลุกคลีด้วยหมู่ (ไม่เป็นคนพาล)
- ๕) ไม่มีความปรารถนาชั่ว (ไม่อธิษฐานลามก)
- ๖) ไม่มีมิตรชั่ว (ไม่คบมิตรพาล)
- ๗) ไม่ถึงความหยุดชะงักในระหว่าง (ไม่หยุดพักงานใน)

วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

ก การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาในหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน
การปฏิบัติในหมวดนี้ ได้อาศัยรูปแบบตามหลักสูตรวิปัสสนามหาสี^{๑๑๒} มีดังนี้

๑) หมวดอิริยาบถ

ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้อิริยาบถ^{๑๑๓} ทั้ง ๔ คือ การเดิน การยืน การนั่ง และการนอน ก็ให้มี
สติเข้าไปกำหนดรู้ในอาการของอิริยาบถนั้นตามความเป็นจริง เมื่อรู้เท่าทันในอิริยาบถที่ปรากฏ
เป็นปัจจุบันขณะ ความยึดถือความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ก็จะเกิดขึ้นไม่ได้ ปัญญาที่รู้แจ้ง
อย่างนี้ วิปัสสนาญาณที่ปรากฏย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติรู้อาการของอิริยาบถทั้ง ๔ นั้นตามเป็นจริง

(ก) การกำหนดอิริยาบถยืน

เมื่อกำหนดสติระลึกรู้อาการยืน คือ รู้กายที่เหยียดทั้งตัวในแนวตั้ง ซึ่งเป็นการตั้งตรงของ
ร่างกายอันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุลม^{๑๑๔} ก็ให้ใส่ใจกำกับอาการยืนนั้น โดยให้เห็นปรากฏว่ายืนอยู่
จริง ไม่ได้ปรากฏความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขาให้ทราบชัดเจนไปอย่างนี้ ตั้งเนื้อความว่า

^{๑๑๑} คุรยละเอียคใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓๗/๘๓-๘๔.

^{๑๑๒} คุรยละเอียคใน ที.ม.อ. (บาลี) ๑๓๗/๑๒๘.

^{๑๑๒} อ้างถึง DHAMMA DISCOURSES by The Venerable Sayādaw Ashin U Jaṭṭila Mahāsi, Meditation Centre Yangon Myanmar, หน้า ๕๖. แปลโดย พระชาลุชัย กิตติวิโส (ธรรมะบรรยายประกอบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, ๒๕๕๔), (อัครสำเนา หน้า ๒๖).

^{๑๑๓} คุรยละเอียคใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๑๑๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสชาดอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๗๗.

“เมื่อยืน ก็รู้ชัดว่า ‘เรายืน’ ”^{๑๑๕} เมื่อกำหนดรู้อาการยืนก็ให้ใส่ใจในอาการนั้นให้ชัดเจน เพื่อประโยชน์แก่การกำหนดรู้อิริยาบถของการเดินต่อไป

(ข) การกำหนดอิริยาบถเดิน

การกำหนดรู้อาการเดิน คือ รู้การเคลื่อนร่างกายทั้งหมดไปข้างหน้า^{๑๑๖} ก็เช่นกัน ควรใส่ใจกำหนดกำกับความรู้เท่าทันในขณะที่รับรู้ความเป็นไปของการเคลื่อนไหวให้ต่อเนื่องสม่ำเสมออย่าให้ขาดตอน ด้วยการมีสติกำหนดรู้ว่า “เมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า ‘เราเดิน’ ”^{๑๑๗}

ในคัมภีร์ฎีกาว่า ขณะเดิน การยก เกิดจากธาตุไฟเป็นหลักธาตุลมคล้อยตาม เพราะธาตุไฟมีสภาพเบากว่าธาตุลม ตามอาการปรากฏของธาตุไฟ ว่ามีการให้ถึงความอ่อน หรือ การพุ่งขึ้นสูง เป็นเครื่องปรากฏ เกิดจากธาตุลมเป็นหลักธาตุไฟคล้อยตาม เพราะมีสภาพผลัดกันตามอาการปรากฏของธาตุลม ว่า มีการผลัดกันเป็นเครื่องปรากฏ ^{๑๑๘}

เมื่อทำการกำหนดรู้ในอิริยาบถยืนและเดินที่มีความสัมพันธ์ในระยะเวลาที่กำหนดแล้ว ทำให้การกำหนดรู้อิริยาบถยืนและเดินได้จนเกิดต่อเนื่องนั้นแล้วทำให้วิริยะมีกำลังสม่ำเสมอดีแล้ว ย่อมเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่ออิริยาบถนั่งต่อไป

(ค) การกำหนดอิริยาบถนั่ง

การกำหนดรู้อาการนั่ง คือ รู้การเข้าสู่ของกายครึ่งล่าง และการเหยียดตั้งของกายครึ่งบน อันเป็นสภาวะหย่อนหรือตั้งของธาตุลม ^{๑๑๙} และคำว่า การนั่ง คือ “นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า”^{๑๒๐} การกำหนดรู้อาการนั่งนี้ถือว่า มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งเพราะหลังจากที่กำหนดเดินจนความเพียรคือวิริยะสม่ำเสมอดีแล้ว ทำให้รู้เท่าทันสภาวะธรรมที่เกิดจากการเดิน ซึ่งมีผลต่อการนั่งกำหนด คือ ทำให้กำหนดรู้อาการนั่งได้ชัดเจนยิ่งขึ้น เพราะเห็นตามเป็นจริงว่า “เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า ‘เรานั่ง’ ”^{๑๒๑} เมื่อทำการกำหนดรู้ในอิริยาบถนั่งได้อย่างต่อเนื่อง ก็ทำให้การปฏิบัติเป็นอย่างไรขาดตอน ความเกื้อกูลที่จะเกิดต่อจากการนั่งปฏิบัติก็เป็นเหตุปัจจัยต่อการกำหนดรู้อาการนอนอย่างมีสติรู้เท่าทันต่อไป

^{๑๑๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๑๑๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัญญาฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๗๗.

^{๑๑๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๑๑๘} ที.ม.ฎีกา (ไทย) ๑/๓๐๑-๒, ม.ม.ฎีกา (ไทย) ๑/๔๔๖.

^{๑๑๙} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัญญาฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๗๗.

^{๑๒๐} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๘๕, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒, วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๒๑๘/๒๕๕.

^{๑๒๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

(ง) การกำหนดอิริยาบถนอน

การกำหนดรู้อาการนอน คือ รู้การเหยียดทางขวางโดยวางราบทั้งตัว อันจัดเป็นสภาวะตั้งของธาตุลม^{๑๒๒} อิริยาบถนอนถือว่า มีความสำคัญไม่น้อยกว่าอิริยาบถอื่น ๆ ที่กล่าวมาแล้ว เพราะนักปฏิบัติ ย่อมไม่ละเลยจากการกำหนดรู้ในหลักของการปฏิบัติที่กล่าวไว้ว่าต้องปฏิบัติตั้งแต่ตื่นจนกระทั่งถึงเวลาเข้านอนให้ปฏิบัติอย่างนี้จนเป็นปกติวิสัยของการกำหนดรู้อยู่เสมอว่า “เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า ‘เรานอน’ ”^{๑๒๓} ขณะที่เอนตัวลงจะนอน พึงกำหนดตามกิริยาอาการ และท่าทางของกาย จนกว่าจะนอนเป็นที่เรียบร้อยจนกว่าจะหลับไป

และเมื่อผู้ปฏิบัติดำรงกายอยู่โดยอาการใด ๆ ก็กำหนดรู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้นๆ ด้วยวิธีการปฏิบัติเช่นนี้ ย่อมทำให้พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายใน(กายของตน)และภายนอก(กายของผู้อื่น)อยู่ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดและเหตุดับในกาย หรือมีสติกำหนดรู้ชื่อว่า “กายมีอยู่” ก็เพียงพออาศัย เจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น^{๑๒๔}

การกำหนดรู้อิริยาบถทั้ง ๔ คือ ยืน เดิน นั่ง และนอนนั้น ไม่ใช่เป็นการสิ้นสุดของการกำหนดรู้ เพราะในอิริยาบถทั้ง ๔ (อิริยาบถหลัก) ก็มีอิริยาบถย่อยคือการกำหนดรู้ในหมวดสัมปชัญญะเป็นเครื่องเชื่อมต่อกับอิริยาบถหลัก เพื่อให้สติเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องดังต่อไปนี้

๒) หมวดสัมปชัญญะ

การกำหนดรู้ในสัมปชัญญะ^{๑๒๕} หรืออิริยาบถย่อยนี้ ก็จะช่วยส่งเสริมให้สติมีกำลังในการ ใสใจเข้าไปประลึกรู้ด้วยโยนิโสมนสิการ^{๑๒๖} ด้วยการทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอย การแล การเหลียว การคู้เข้า การเหยียดออก การครองผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร การฉัน การดื่ม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง^{๑๒๗} ด้วยวิธีการปฏิบัติเช่นนี้ ย่อมทำให้พิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในและภายนอกอยู่ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดและเหตุดับในกาย หรือมีสติกำหนดรู้ชื่อว่า “กายมีอยู่” ก็เพียงพออาศัย เจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น^{๑๒๘}

^{๑๒๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๗.

^{๑๒๓} คุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๑๒๔} คุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๑๒๕} คุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๑๒๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๓๖.

^{๑๒๗} คุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๑๒๘} คุรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

การกำหนดรู้ในอริยาบถย่อยต่าง ๆ นี้ ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ ทำให้เกิดปัญญา เห็นประโยชน์ เห็นโทษของการเคลื่อนไหวของอริยาบถต่าง ๆ อย่างละเอียดสมบูรณ์ไปอีก เพิ่มความเข้มข้นการทำงานของสติในการพิจารณารูปคือส่วนที่เป็นการเคลื่อนไหว และ นาม คือ จิต ที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในอริยาบถต่าง ๆ^{๑๒๕} สัมปชัญญะมี ๔ ประเภท คือ

๑. สาทถกสัมปชัญญะ ความรู้ชัดสิ่งที่มีประโยชน์
๒. สัปปายะสัมปชัญญะ ความรู้ชัดสิ่งที่เหมาะสม
๓. โจรสัมปชัญญะ ความรู้ชัดอารมณ์กรรมฐาน
๔. อสัมโมหสัมปชัญญะ ความรู้ชัดโดยไม่หลงผิด

การกำหนดรู้ในอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในส่วนของอริยาบถย่อยนี้ ทำให้ผู้กำหนดรู้นั้น เกิดความชัดเจนด้วยสติในความจริงที่แสดงออกมาของรูปนามที่ปรากฏจากขณะหนึ่งไปสู่ขณะหนึ่ง

การกำหนดรู้ในหมวดอริยาบถ และสัมปชัญญะนี้ ผู้ปฏิบัติย่อมตามรู้ในกองรูปภายในว่าเป็นกองรูป ตามรู้กองรูปภายนอกว่าเป็นกองรูป ตามรู้กองรูปทั้งภายในและภายนอกว่าเป็นกองรูป ตามรู้สภาวะคือความเกิดขึ้นในกองรูป ตามรู้สภาวะคือความดับไปในกองรูป ตามรู้สภาวะคือความเกิดขึ้นและความดับไปในกองรูปอยู่บ้าง อีกอย่างหนึ่ง สติของผู้ปฏิบัติย่อมปรากฏว่ามีเพียงกองรูป เพื่อปัญญาและการระลึกขันธ์ต่างๆขึ้นไปเท่านั้น ย่อมเป็นผู้อยู่อย่างไม่ถูกค้นหาและทักท้วงเข้า อิงอาศัย และไม่ถือมั่นอะไรในโลก^{๑๓๐}

ข การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดเวทนาวิปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้เวทนาที่ต้องอาศัยความเพียรและกำลังใจของผู้ปฏิบัติที่เข้มแข็งเป็นอันมาก เพราะสภาวะของเวทนานั้น โดยส่วนมากผู้ปฏิบัติวิปัสสนาทั้งใหม่และเก่า ถ้าไม่สามารถตามรู้เท่าทันอาการของเวทนาแล้ว ความเชื่อตรงกับการปฏิบัติก็จะอ่อนกำลัง เพราะมองว่าเวทนาเป็นตัวปัญหาที่เข้ามารบกวนจิตใจอยู่ตลอดเวลาที่กำหนดรู้ที่เป็นไปในอริยาบถน้อยใหญ่อยู่เนื่อง ความเป็นศัตรูก็จะเกิดขึ้นกับทุกขเวทนาเมื่อรับรู้อยู่

ส่วนสุขเวทนาเมื่อเกิดขึ้นความพอใจยินดีก็จะแล่นเข้ามาเป็นพวกพ้อง เจ้าของ มิตรสหายที่เข้าใจกันดี แต่ไม่อยู่นานวันก็จากไปเพราะความเกิดดับเนื่องๆ ส่วนอุเบกขานั้นก็ไม่แสดง

^{๑๒๕} คุรยละเอียดใน ทิ.ม. (ไทย) ๑๐/๓๓๖/๓๐๕.

^{๑๓๐} คุรยละเอียดใน พระไตรปิฎกมหาเถร (มหาศีลขยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๐๘-๑๐๙.

ตัวออกมาชัดเจนในขณะกำหนดรู้ ถ้าไม่เท่าทันก็มองไม่ออกกลายเป็นไม่ใส่ใจปล่อยไปเฉย ๆ ทำให้ขาดการกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันขณะที่เกิดขึ้นอยู่ว่า ธรรมวินัยนี้ หรือในพระศาสนานี้ เมื่อเสวยสุขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยสุขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยทุกขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยอุปกขาเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอุปกขาเวทนาอยู่”^{๑๓๑}

พระพุทธองค์ทรงแสดงการพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายไว้ ๕ ประการดังนี้

- ๑) เสวยสุขเวทนา (ความรู้สึกสุข) รู้ชัดว่า เสวยสุขเวทนา
- ๒) เสวยทุกขเวทนา (ความรู้สึกทุกข์) รู้ชัดว่า เสวยทุกขเวทนา
- ๓) เสวยอุปกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกไม่ทุกข์ไม่สุข) รู้ชัดว่า เสวยอุปกขมสุขเวทนา
- ๔) เสวยสุขเวทนาที่มีอามิส^{๑๓๒} รู้ชัดว่า เสวยสุขเวทนาที่มีอามิส
- ๕) เสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส รู้ชัดว่า เสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส
- ๖) เสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส รู้ชัดว่า เสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส
- ๗) เสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส รู้ชัดว่า เสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส
- ๘) เสวยอุปกขมสุขเวทนาที่มีอามิส รู้ชัดว่า เสวยอุปกขมสุขเวทนาที่มีอามิส
- ๙) เสวยอุปกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส รู้ชัดว่า เสวยอุปกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส

เมื่อพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายที่เป็นไปทั้งเวทนาภายใน^{๑๓๓} ภายนอก^{๑๓๔} พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายและเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ เมื่อมีสติพิจารณาเวทนาที่ปรากฏอยู่ ก็เพียงอาศัยเป็นเครื่องเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัยค้นหา อาศัยทฤษฎี ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก^{๑๓๕}

โพธิราชกุมารสูตร^{๑๓๖} พระพุทธองค์ตรัสว่า บุคคลจะบรรลุความสุขด้วยความสุขไม่ได้ แต่จะบรรลุความสุขได้ด้วยความทุกข์ พระคำรัสนี้แสดงถึงความอดทน โดยตรง

การกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญาพึงรู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริง เมื่อกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญา รู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริงอยู่ ย่อมเบื่อหน่ายใน

^{๑๓๑} คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๑๓๒} คุรยละเอียดใน อจ.ทุก. (ไทย) ๒๐/๖๕/๑๐๓.

^{๑๓๓} หมายถึง สุขเวทนาเป็นต้นของตน ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๘๐/๓๕๐, ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๑๓/๒๕๖.

^{๑๓๔} หมายถึง สุขเวทนาเป็นต้นของผู้อื่น ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๘๐/๓๕๐, ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๑๓/๒๕๖.

^{๑๓๕} คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๔.

^{๑๓๖} คุรยละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๒๓/๓๐๗.

เวทนา ย่อมรู้แจ้งเวทนาที่ไม่เที่ยงนั้นเที่ยวว่าเป็นของไม่เที่ยง ปัญญาที่รู้แจ้งดังกล่าวของภิกษุ นั้นเป็นสัมมาทิฐิ^{๑๓๗}

การกำหนดรู้เวทนาโดยสรุป คือ

เมื่อเสวยสุขเวทนา^{๑๓๘} ก็กำหนดตามความรู้สึกนั้น ๆ ที่เกิดขึ้นว่า สุขหนอ ,สบายหนอ โลงหนอ เป็นต้น

เมื่อเสวยทุกขเวทนา^{๑๓๙} ก็กำหนดตามความรู้สึกนั้น ๆ ที่เกิดขึ้นว่า เจ็บหนอ , ปวดหนอ , คั้นหนอ , ร้อนหนอ ฯลฯ

เมื่อเสวยอุเบกขเวทนา^{๑๔๐} คือ ความรู้สึกเป็นกลาง ซึ่งกำหนดรู้ได้ยาก หากปรากฏชัดเป็นบางครั้ง ก็กำหนดว่า เฉยหนอ

ค การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาในหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้อาการของจิตที่มีธรรมชาติรับรู้อารมณ์ การใส่ใจในอารมณ์เหล่านั้นด้วยการกำหนดรู้เท่าทันอาการของจิต ความเป็นไปที่คุ้นเคยในการรับรู้อารมณ์ที่ไม่ขาดการกำหนดรู้ด้วยโยนิโสมนสิการทำให้เกิดความนึก คิด ถือเอาเป็นเจ้าของในขณะที่รับรู้ทางทวารทั้งที่เป็รับอารมณ์นั้นเข้ามาอย่างเท่าทันด้วยการกำหนดรู้ด้วยสติที่เป็นไปในการรับรู้จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๑๔๑} ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นความจริงที่เกิดกับจิตก็สามารถเข้าใจในการละความยินดีในโลกได้^{๑๔๒} ดังมีการแสดงการกำหนดรู้อาการของจิตด้วยสติไว้ดังนี้

สติตั้งมั่นพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งจิต มี ๑๖ ประการ ได้แก่

- ๑) จิตมีราคะ ก็กำหนดรู้ว่า จิตมีราคะ
- ๒) จิตปราศจากราคะ ก็กำหนดรู้ว่า จิตปราศจากราคะ
- ๓) จิตมีโทสะ ก็กำหนดรู้ว่า จิตมีโทสะ
- ๔) จิตปราศจากโทสะ ก็กำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโทสะ
- ๕) จิตมีโมหะ ก็กำหนดรู้ว่า จิตมีโมหะ

^{๑๓๗} คูรายละเอียด ส.บ. (ไทย) ๑๓/๕๑/๔๒.

^{๑๓๘} พระโศภณมหาเถระ (มหาเถรสมาคม), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๓๓.

^{๑๓๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓๕.

^{๑๔๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๓๖.

^{๑๔๑} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๑/๕๕๔.

^{๑๔๒} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๑/๑๐๓ , ที.ม.ฎีกา (ไทย) ๒/๑๑๐.

- ๖) จิตปราศจากโมหะ ก็กำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโมหะ
 ๗) จิตหดหู่ ก็กำหนดรู้ว่า จิตหดหู่
 ๘) จิตฟุ้งซ่าน ก็กำหนดรู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
 ๙) จิตเป็นมหัคคตะ ก็กำหนดรู้ว่า จิตเป็นมหัคคตะ
 ๑๐) จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็กำหนดรู้ว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ
 ๑๑) จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็กำหนดรู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
 ๑๒) จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็กำหนดรู้ว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
 ๑๓) จิตสงบแล้ว ก็กำหนดรู้ว่า ว่าจิตสงบ
 ๑๔) จิตไม่สงบ ก็กำหนดรู้ว่า จิตไม่สงบ
 ๑๕) จิตพ้นจากกิเลสแล้ว ก็กำหนดรู้ว่า จิตพ้นจากกิเลส
 ๑๖) จิตไม่พ้นจากกิเลส ก็กำหนดรู้ว่า จิตไม่พ้นจากกิเลส^{๑๔๓}

ด้วยวิธีการกำหนดรู้เช่นนี้ ผู้ปฏิบัติย่อมพิจารณาเห็นจิตในจิตภายใน พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอก หรือพิจารณาเห็นจิตทั้งภายในและภายนอก พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิต พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิต หรือพิจารณาธรรมเป็นเหตุเกิดและเป็นเหตุดับในจิตอยู่

หรือว่า ผู้ปฏิบัติมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียงพออาศัย เจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย(ค้นหาและทฤษฎี)อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาพึงกำหนดรู้จิต^{๑๔๔} ด้วยวิธีการดังนี้ ข้อ ๑) จิตมีระคะ ให้กำหนดว่า ชอบหนอ, โลกหนอ, กำหนดหนอ ข้อ ๒) จิตมีโทสะ ให้กำหนดว่า โกรธหนอ ข้อ ๕) จิตมีโมหะ ให้กำหนดว่า สงสัยหนอ , คิดหนอ ข้อ ๗) จิตหดหู่ ให้กำหนดว่า หดหู่หนอ ข้อ ๘) จิตฟุ้งซ่าน ให้กำหนดว่า ฟุ้งหนอ ส่วน ข้อที่เหลือให้กำหนดว่า รู้หนอ

ง การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การมีสติเข้าไปกำหนดรู้สภาวะธรรมเนื่อง ๆ ซึ่งธรรม ๕ หมวด คือ หมวดนิเวรณั หมวดขันธั หมวดอายตนะ หมวดโพชฌงค์ หมวดสังขะ^{๑๔๕} พระพุทธองค์ตรัสไว้ท้ายหมวดธรรมทั้ง ๕ ว่า ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมใน

^{๑๔๓} คุรยลละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๑๔๔} คุรยลละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๖๖-๒๖๗.

^{๑๔๕} คุรยลละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒-๔๐๓/๓๑๖-๓๑๗.

ธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่
พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลาย
อยู่ หรือ พิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่

หรือว่า ภิกษุผู้นั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “ธรรมมีอยู่” ก็เพียงเพื่ออาศัย เจริญญาณ
เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย(ค้นหาและทฤษฎี)อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก^{๔๖}

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดธรรมมานุปัสสนาสติปัฏฐานนี้ จัดได้ยกมาแสดงเพียง
๒ หมวดที่ใช้ในการปฏิบัติ คือ

๑) หมวดนิรวณ

ธรรมเป็นเครื่องกั้นศักยภาพของจิตไม่ให้น้ำเพญกุศลชั้นสูง คือ ฌาน วิปัสสนา มรรค
และผล บุคคลที่ถูกนิรวณครอบงำยอมไม่รู้ประโยชน์ตนและผู้อื่น ไม่อาจบรรลุสมาธิและปัญญาได้
มี ๕ ประการ คือ

- (๑) กามฉันทะ ความยินดีพอใจในกาม ให้กำหนดว่า (ชอบหนอ)
 - (๒) พยาบาทะ การผูกพยาบาท จองล้างจองผลาญผู้อื่น (โกรธหนอ, พยาบาทหนอ)
 - (๓) ถีนมิทชะ มีอาการหดหู่และทอดลอยต่ออารมณ์ (ง่วงเหงา หาวนอน)
 - (๔) อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านและรำคาญในอารมณ์ (ฟุ้งหนอ, รำคาญหนอ)
 - (๕) วิจิกิจฉา ความสงสัย ลังเลใจ ใสสิ่งที่ควรเชื่อ (สงสัยหนอ)^{๔๗}
- เมื่อสภาพธรรมเหล่านั้นดับไปแล้ว ให้กำหนดว่า รู้หนอ

๒) หมวดอายตนะ

อายตนะ หมายถึง ที่เชื่อมต่อกันให้เกิดความรู้ จัดเป็นแดนรับรู้(อายตนะภายใน) และสิ่ง
ที่ถูกรู้^{๔๘}(อายตนะภายนอก) อายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ คือ

- | | |
|---------------|----------------|
| อายตนะภายใน ๖ | อายตนะภายนอก ๖ |
| (๑) จักขวยตนะ | (๑) รูปายตนะ |
| (๒) โสตายตนะ | (๒) สัทททายตนะ |
| (๓) ฆานายตนะ | (๓) คันธทายตนะ |
| (๔) ชิวหายตนะ | (๔) รสทายตนะ |

^{๔๖} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๓/๓๑๖-๓๓๗.

^{๔๗} ที.ป.า. (ไทย) ๑๑/๑๓๕/๓๐๑, อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๖๔/๕๔๕, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๔๑/๕๕๕.

^{๔๘} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลง
กรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๓๕-๓๖.

(๕) กายายตนะ (๕) โผฏฐัพพายตนะ

(๖) มนายตนะ (๖) ฐัมมายตนะ^{๔๘}

การกำหนดรู้ทางอายตนะภายใน-ภายนอก มีดังนี้

เมื่อตาเห็นรูป	กำหนดว่า เห็นหนอ
หูได้ยินเสียง	กำหนดว่า เสียงหนอ หรือ ได้ยินหนอ
จมูกได้กลิ่น	กำหนดว่า กลิ่นหนอ
ลิ้นรับรส	กำหนดว่า รสหนอ
กายถูกต้องสัมผัส	กำหนดว่า ถูกหนอ
ใจรับรู้ธรรมารมณ์	กำหนดว่า รู้หนอ

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การเจริญสติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ อันเป็นการกำหนดรู้รูปนามที่มีเป้าหมายเพื่อการดับทุกข์ ได้แก่ อารมณ์ที่ตั้งของสติทางฐานกาย จัดเป็นรูป ฐานเวทนา และฐานจิตจัดเป็นนาม ส่วนฐานธรรมเป็นทั้งรูปทั้งนาม

สติปัฏฐานเป็นการปฏิบัติที่มีรูปนามเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา โดยการจำแนกส่วนแห่งการปฏิบัติออกเป็นวิปัสสนาภูมิ ๖

๒.๒ วิปัสสนาภูมิ

วิปัสสนาภูมิ ๖^{๔๙} หรือ ภูมิแห่งปัญญา^{๕๐} เป็นปรมัตถ์อารมณ์ มี ชั้น ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ และปัจจุสมุปบาท ๑๒

ต่อไปจะได้ยกเฉพาะชั้น ๕ ขึ้นเป็นอุทาหรณ์ในอารมณ์ของวิปัสสนามากกว่า คือ

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นการปฏิบัติโดยการกำหนดรู้ที่กาย เวทนา จิต ธรรม หรือชั้น ๕ หรือรูปนาม โดยมีบาทฐานจากสี่วิสุทธิ และจิตวิสุทธิ (วิปัสสนาขณิกสมาธิ) ในที่นี้จะยกชั้น ๕ อธิบายถึงหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ดังนี้

^{๔๘} ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๕.

^{๔๙} ฉันทนา อุดสาหลักษณ์, พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนัชการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๘๗-๘๙.

^{๕๐} พระพุทธโฆสเถร, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธจาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, หน้า ๗๒๐.

รูปจันทร์เป็นกายานุปีสสนาสติปัญญา เป็นรูปธรรม

เวทนาจันทร์เป็นเวทนานุปีสสนาสติปัญญา เป็นนามธรรม

สัญญาจันทร์, สังขารจันทร์เป็นธัมมานุปีสสนาสติปัญญา เป็นนามธรรม

วิญญาณจันทร์เป็นจิตตานุปีสสนาสติปัญญา เป็นนามธรรม

การปฏิบัติจันทร์ ๕ เป็นธัมมานุปีสสนาสติปัญญา เป็นทั้งรูปธรรมนามธรรม

รูปจันทร์เป็นรูปธรรม ได้แก่ สภาวะธรรมที่เป็นรูป

จันทร์ที่เหลือ ๔ จันทร์ เป็นนามธรรม คือ สภาวะธรรมที่ไม่ใช่รูปไม่มีรูปร่างสีฉัพพรรณฉัตรปรากฏ เป็นทั้งรูปทั้งนาม เป็นปรมัตถธรรม เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาคือกำลังปรากฏอยู่ในปัจจุบันขณะเท่านั้น เช่น ในขณะที่จิตเห็นรูปทางตา จักขุปสาทรูป เป็นเหตุให้เห็นรูปารมณฺ์ ที่มากระทบจักขุปสาท ทั้งรูปารมณฺ์ทั้งจักขุปสาทเป็นรูปจันทร์ ส่วนผู้เห็นรูปารมณฺ์ คือจิต เป็นวิญญาณจันทร์ การเสวยรูปารมณฺ์เป็นเวทนาจันทร์ ความจำสีสังวรณะของรูปารมณฺ์ เป็นสัญญาจันทร์ ความดีใจหรือเสียใจในรูปารมณฺ์เป็นสังขารจันทร์ การเห็นทุกครั้ง จันทร์ ๕ ปรากฏพร้อมกันทุกครั้ง ทางหู จมูก ลิ้น กาย ใจ เช่นเดียวกัน ผู้มีสติควบคุมจิตกำหนดรู้ให้ทันจันทร์ ๕ ตามความเป็นจริงจึงเป็นอารมณ์วิปัสสนา ดังนั้น จำเป็นต้องกำหนดรู้ให้ทันให้ถูกทุกครั้งทุกอารมณ์ ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ขณะนั่งสมาธิกำหนดรู้คู่อการไหวเคลื่อนไหวของท้อง กำหนดรู้ ว่า พองหนอยุบหนอย กำหนดไปตามปัจจุบันอารมณ์ จนเห็นแจ้งไตรลักษณ์แห่งรูปนามที่ปรากฏอยู่นั้นตามเป็นจริง ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติยอมปรากฏญาณปัญญาที่เรียกว่าโสฬสญาณ (ญาณ ๑๖)^{๕๒} ซึ่งเป็นสภาวะของการปฏิบัติวิปัสสนา^{๕๓} ตามลำดับญาณ ซึ่งจะกล่าวถึงในเรื่องต่อไป

๒.๓ ญาณ ๑๖

ญาณ ๑๖ คือ ญาณที่เกิดแก่ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาโดยลำดับตั้งแต่ต้นจนถึงจุดหมายคือมรรคผลนิพพาน ๑๖ อย่าง คำบาลีเรียกว่า โสฬสญาณ มีดังต่อไปนี้

ญาณที่ ๑ นามรูปปริจเฉทญาณ ปัญญาที่กำหนดรู้รูป - นาม ความเห็นเช่นนี้ เรียกว่า ทิฏฐิวิสุทธิ เป็นความเห็นที่บริสุทธิ์หมดจด เป็นวิปัสสนาสัมมาทิฏฐิ

ญาณที่ ๒ ปัจจยปริคคหญาณ ปัญญาที่กำหนดรู้เหตุปัจจัยของรูป - นาม เพราะรูปและนามต่างอาศัยกันและกันเกิดเป็นเหตุเป็นผลแก่กันและกัน ไม่มีใครสร้างขึ้นมาเพราะได้รู้เห็นปัจจัย

^{๕๒} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย (หลักสูตรชั้นมัธยมอภิธรรมิกะโท), วิปัสสนากรรมฐาน, มูลนิธิธรรมโชติกะ จัดพิมพ์, (ม.ป.ท.), ๒๕๒๘, หน้า ๒๔๖.

^{๕๓} ดูรายละเอียดใน ข.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๕๔๔.

ของรูปนาม เรียกว่า กังขาวิตรณวิสุทธี ความบริสุทธิ์แห่งความสิ้นสงสัย อรรถกถาจารย์ว่า เป็น จุฬโศคาบัน

ญาณที่ ๓ สัมมสนญาณ ปัญญากำหนดรู้รูปนามโดยลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน การกำหนดพองยุบ รู้ชัดระยะกลางเป็นนามรูปจเฉทญาณ รู้ชัดระยะแรก กับระยะกลาง เป็นปัจจยปริคคหญาณ รู้ชัดระยะแรก ระยะกลาง ระยะสุดท้ายเป็นสัมมสนญาณ นิมิตค่อยๆ เกิดค่อยๆ หายเห็นชัดทั้ง ๓ ระยะ ทุกขเวทนามากกำหนดจนหายไป รูปนามชัดเจน เป็น วิปัสสนาญาณที่ ๑ ในวิปัสสนาญาณ ๑๐ (สัมมสนญาณ)

ญาณที่ ๔ อุท্থัพพยานวิปัสสนาญาณ ปัญญากำหนดรู้ความเกิด และความดับของรูปของนามชัดเจนแบ่งเป็น ๒ คือ ตรุณอุท্থัพพญาณ^{๕๔} มีกำลังญาณอ่อนเป็นวิปัสสนูปกิเลส^{๕๕} และพลวอุท্থัพพญาณ กำลังญาณแก่กล้าสามารถละความเห็นผิดในวิปัสสนูปกิเลสได้เป็นวิปัสสนาญาณที่ ๑ ในวิปัสสนาญาณ ๕ และเป็นญาณที่ ๔ ในญาณ ๑๖

ญาณที่ ๕ กังขานุวิปัสสนาญาณ^{๕๖} ปัญญากำหนดรู้แต่ความดับไปของรูปนาม^{๕๗} หรือเห็นความแตกไป^{๕๘} หรือตั้งสติไว้ในความดับ^{๕๙} ญาณละความเกิดรู้เฉพาะความเสื่อม^{๖๐} หรือเห็นแต่ความย่อยยับ^{๖๑} การกำหนดรู้ขั้น ๕ รูปนามว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนอยู่เสมอๆ จะเห็นสภาวะปรากฏเร็วมากกำหนดไม่ทันความเกิด กำหนดได้เฉพาะความสิ้นไป^{๖๒}

ญาณที่ ๖ ภัยคุปฏฐานญาณ^{๖๓} ปัญญากำหนดรู้รูปนามปรากฏเป็นของน่ากลัว คือเห็นความแตกสลาย ไม่ว่าจะภพใดภูมิใด ไม่ปลอดภัยทั้งสิ้น เป็นความกลัวที่เกิดขึ้นจากการกำหนด

^{๕๔} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ป.ธ.๘), ปิดประตูอบาย ทางไปสู่นิพพาน, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์อักษรพิทยาท, ๒๕๓๕), หน้า ๑๒๒.

^{๕๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๗๗.

^{๕๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๐.

^{๕๗} คุราลละเอียดใน ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕๑/๘๒, ชุ.ป.อ. (ไทย) ๖๘/๑๑๒-๑๑๓/๖๕๔.

^{๕๘} คุราลละเอียดใน ชุ.ป. (ไทย) ๖๘/๑๑๒/๖๕๒, ชุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/ ๖๕๒.

^{๕๙} คุราลละเอียดใน ชุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/๖๕๕.

^{๖๐} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๓๑.

^{๖๑} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ประมวลศัพท์, หน้า ๑๕๕.

^{๖๒} คุราลละเอียดใน ชุ.ป.อ. (ไทย) ๗/๑/ ๖๕๕.

^{๖๓} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ประมวลศัพท์, หน้า ๑๓๑.

^{๖๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๕๕.

รูปนาม ในอดีตดับไปแล้ว ปัจจุบันกำลังดับอยู่ อนาคตก็จะต้องดับไป เห็นจริงๆ จึงเกิดอาการใจหาย สภาวะปรากฏเร็วมาก

ญาณที่ ๗ อาทินวานุปีสสนาญาณ^{๑๖๕} ปัญญากำหนดรู้เห็นทุกข์โทษของรูปนามโดยถ่ายเดียว ไม่มีที่พึง ไม่มีที่หลบหลีก ไม่มีส่วนใดน่าปรารถนาเลย เป็นเหมือนผี เหมือนโรคเหมือนอาศัยอยู่ในป่าช้าอันตรายจากสัตว์ร้าย เป็นของน่ากลัวไม่ปลอดภัย เป็นสิ่งที่มีความบกพร่องระคนอยู่ด้วยทุกข์ ไม่ว่าจะกำหนดครั้งใดพบแต่ของไม่ดีเป็นโทษทั้งสิ้น

ญาณที่ ๘ นิพพิทานุปีสสนาญาณ^{๑๖๖} ปัญญากำหนดรู้รูปนามโดยอาการเบื้องต้น^{๑๖๗} เพราะมีแต่ความแตกสลายไป ไม่น่าอภิรมย์ยินดีเลย เห็นรูปนามเป็นโทษ ไม่เพลิดเพลินจิตใจ ไม่อยากไปสู่ภพใดๆ ไม่อยากกำหนดแต่ยินดีพิจารณาเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาหรือกำหนดได้ ญาณที่ ๖-๗-๘ เป็นอย่างเดียวกัน อย่างอ่อนเป็นภยญาณ อย่างกลางเป็นอาทินวญาณ อย่างแก่เป็นนิพพิทาญาณ^{๑๖๘}

ญาณที่ ๙ มุญจิกัมมตญาณ ปัญญากำหนดรู้จะพินิจไปจากรูป-นาม^{๑๖๙} อันน่าเบื่อหน่ายเต็มทนนั้นเสีย เหมือนปลาติดข่าย ใก้ป่าถูกขังในกรงอยากจะพินิจไปจากข่ายจากกรงขัง ฉะนั้น อาการเวทนาไม่รุนแรง มีคันหน้าคันตา ชูซ่าตามกาย เจ็บคันไอบุหรือแมลงได้

ญาณที่ ๑๐ ปฏิสังขานุปีสสนาญาณ ปัญญากำหนดรู้ทางพินิจไป^{๑๗๐} หรือ ญาณที่คำนึงหาทางจะพินิจ หันกลับไปพิจารณาไตรลักษณ์ ปรากฏชัดเจนยิ่งขึ้นอีกครั้งหนึ่ง ทุกขเวทนามีน้อยแต่รุนแรง การกำหนดไม่สะดวก ไม่ค่อยทันปัจจุบัน ต้องพยายามมากกว่าที่ญาณผ่านมา^{๑๗๑}

ญาณที่ ๑๑ สังขารูปกขาญาณ ปัญญากำหนดรู้รูปนามโดยอาการวางเฉย^{๑๗๒} เป็นกลาง รู้เห็นรูปนามตามเป็นจริงจนเบื้องต้น และปรารถนาจะหนีไปเสียให้พินิจแต่ไปไม่ได้ จึงเกิดความรู้สึกพะอืดพะอม แต่สติกำหนดรู้เฉยอยู่ ไม่ยินดียินร้าย ไม่มีข้อขัดข้อง กำหนดได้ง่ายที่สุด

^{๑๖๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ประมวลศัพท์*, หน้า ๔๐๘.

^{๑๖๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๖.

^{๑๖๗} ฝ่ายวิชาการอภิธรรม ไซติกะวิทยาลัย, *วิปัสสนากรรมฐาน*, หน้า ๑๔๔.

^{๑๖๘} ธรรมบท ว่า สัพเพ สงขารา อนิจจาติ ยथा ปญญาช ปรสฺสติ อถ นิพฺพิเนตฺติ ทุกฺเข เอส มกุโค วิสุทฺธิชาติ แปลว่า เมื่อใดบุคคลเห็นด้วยปัญญาว่า สังขารูปนามทั้งปวงไม่เที่ยง เมื่อนั้นย่อมเกิดความเบื่อหน่ายในสิ่งที่เบียดเบียนที่ตนหลง นั่นแหละเป็นทางแห่งนิพพานอันเป็นธรรมหมดจด

^{๑๖๙} พระธรรมปิฎก, *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ศัพท์*, หน้า ๒๓๕.

^{๑๗๐} ฝ่ายวิชาการอภิธรรม ไซติกะวิทยาลัย, *วิปัสสนากรรมฐาน*, หน้า ๑๕๗.

^{๑๗๑} พระธรรมปิฎก (ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*, หน้า ๑๔๖.

^{๑๗๒} ฝ่ายวิชาการอภิธรรม ไซติกะวิทยาลัย, *วิปัสสนากรรมฐาน*, หน้า ๑๖๕.

ไม่หว่านแล้ว ไม่เบื้อหน้าย เห็นรูปนามว่างเปล่า ละวางรูปนามลงได้จิตนิ่งเฉยไม่ฟุ้งซ่านกระวนกระวาย สมาธิตั้งอยู่นาน กำหนดรู้รูปนามสุขุมละเอียดลออ ญาณแล่นสู่นิพพาน^{๑๓๓}

ญาณที่ ๑๒ สัจจानุโลมิกญาณ^{๑๓๔} หรือ อนุโลมญาณ ปัญญากำหนดรู้รูปนามครั้งสุดท้ายโดยอนุโลมไปตามลำดับ เมื่อสำเร็จกิจในวิปัสสนาญาณ ๘ ตั้งแต่อุท্থัพพญาณถึงสังขารุเปกขาญาณ หรือ กำหนดไปตามโพธิปักขิยธรรม ๓๗ หรือญาณอันเป็นไปต่อการตรัสรู้ อริยสัจ^{๑๓๕} เมื่อใจเป็นกลางต่อรูปนาม การตรัสรู้ อริยสัจ ย่อมเกิดขึ้น ถึงจุดหมายปลายทางสู่ความดับ ปล่อยความเป็นไปของรูปนามตรงสู่พระนิพพาน เป็นสังขารุเปกขาญาณขั้นสุดยอด ท่านพระอนุรุทธาจารย์ เรียกยอดของสังขารุเปกขาญาณ และ อนุโลมญาณ ว่า ภูฐานคามินีวิปัสสนาญาณ วิปัสสนาญาณตั้งแต่อุท্থัพพญาณถึงสัจจานุโลมิกญาณ เรียกว่า ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ คือ ความบริสุทธิ์หมดจดจากข้อปฏิบัติจะนำไปสู่มรรคผลนิพพาน ข้อที่ ๖ ในวิสุทธิ ๗

ญาณที่ ๑๓ โคตรภูญาณ^{๑๓๖} ความหยั่งรู้ที่เป็นภาวะแห่งการข้ามพ้น จากปุถุชนเข้าสู่ อริยบุคคล โดยโคตรภูจิตหน่วงนิพพานเป็นอารมณ์ ละปุถุชนโคตรทันที^{๑๓๗} เป็นจิตทำลายชาติเชื้อปุถุชน การกำหนดรู้อนุโลมญาณ เข้าโคตรภูญาณ ตัดอารมณ์โลกีย์ ตัดโคตรปุถุชนไม่มีเหลือเป็นโลกิยญาณ^{๑๓๘} ปล่อยวางขันธ ๕ ก่อนที่อริยมรรค ได้นิพพานเป็นอารมณ์ครั้งแรก

ญาณที่ ๑๔ มรรคญาณ ความหยั่งรู้ที่ทำให้สำเร็จภาวะอริยบุคคล^{๑๓๙} เมื่อโคตรภูจิตดับ อริยมรรคจิตเสวยนิพพานต่อชั่วขณะจิตหนึ่ง ญาณปัญญาที่เกิดร่วมกับมรรคจิต เรียกว่า มรรคญาณ เห็นนิโรธสัจ ส่วนทุกข์ สมุทัย มรรค เกิดพร้อมกัน^{๑๔๐} เป็นโลกุตตระ เป็นอัปนาวิถิ^{๑๔๑}

^{๑๓๓} พระธรรมปิฎก, พจนานุกรมพุทธศาสน์ ประมวลศัพท์, ๒๕๓๘, หน้า ๓๑๐.

^{๑๓๔} ฝ่ายวิชาการอภิธรรม โชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๒๑๑.

^{๑๓๕} พระธรรมปิฎก, พจนานุกรมพุทธศาสน์ ศัพท์, หน้า ๓๑๘.

^{๑๓๖} พระธรรมปิฎก, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ประมวลธรรม, หน้า ๓๑๑-๓๑๒.

^{๑๓๗} คำว่า โคตรภู แยกได้ ๒ บท คือโคตร แปลว่าชาติหรือเชื้อสาย บทหนึ่ง ภู มาจากบาลีว่า อภิภูย แปลว่าทำลาย เพราะโคตรภู มี ๒ อย่าง คือมหัคคตโคตรภู การทำลายชาติ กาม และโลกุตตรโคตรภู การทำลายเชื้อสายของปุถุชน

^{๑๓๘} วิสุทธิมคคอรรถถา ว่า ปริกรรม อุปจาร อนุโลม ทั้ง ๓ นี้ มีหน้าที่ขจัดความมืด คือโมหะ แต่ยังไม่เห็นนิพพาน โคตรภูสามารถเห็นพระนิพพานได้ แต่ประหามโมหะไม่ได้

^{๑๓๙} พระธรรมปิฎก, พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๒๗.

^{๑๔๐} เปรียบเหมือนคุณสมบัติของดวงไฟทำกิจ ๔ อย่างในขณะเดียวกัน คือ ๑.ทำให้ใสใหม่ ๒. ขจัดความมืด ๓.เกิดแสงสว่าง ๔.ทำให้น้ำมันหมดไป ข้อนี้ฉันทิ มรรคญาณก็ฉันทิ

^{๑๔๑} ศุสามนุตรเมวมกุ โททุกขสจจंपริชานนุ โดสมุทขสจจंपชหนุ โดนิโรธสจจังสจจิกโรนุ โดมคคสจจัง ภาวนาวเสนอปนาวิถิโมตรติฯ

มีอินทรีย์เสมอกัน เริ่มหมดความรู้สึกรู้สึกที่อนุโลมญาณ ก้าวสู่ความดับผ่านโคตรภูญาณ ถึงมรรค
ญาณ เชื่อว่า ญาณทัสสนวิสุทธิ เป็นข้อสุดท้ายในวิสุทธิ ๗ การดับแตกต่างกันมีลักษณะ ดังนี้

ลักษณะที่ ๑ สังขารสุขุมละเอียดยังยิ่ง ดับไป เรียกว่า ดับทางอนิจจัง^{๘๒}

ลักษณะที่ ๒ ทุกขเวทนาเกิดขึ้นอย่างแรง ในที่สุดดับไป เรียกว่า ดับทางทุกขัง^{๘๓}

ลักษณะที่ ๓ สังขารละเอียดยังยิ่ง ค่อยๆ หายดับไป เรียกว่า ดับทางอนัตตา^{๘๔}

ญาณที่ ๑๕ ผลญาณ ความหยั่งรู้ที่เป็นผลสำเร็จปัญญาญาณในอริยผล^{๘๕} เมื่อมรรคจิต
ดับผลจิตเสวยนิพพานทันที ๒ ขณะญาณที่เกิดร่วมผลจิต เรียกว่า ผลญาณ เป็นญาณโลกุตระ
มรรคญาณไม่ว่าขั้นใดเกิดขณะจิตเดียวเท่านั้น ผลญาณปรากฏ ๒-๓ ขณะจิต^{๘๖} การกำหนดรู้
ดำเนินต่อไป^{๘๗} ในปฐมมรรค หรือโศคาปัตติมรรค ได้ประหารกิเลส ๕ อย่าง^{๘๘} คือ

๑) ความเห็นว่าเป็นตัวของตน^{๘๙}

๒) ความลึกลับสงสัยไม่แน่ใจ^{๙๐}

๓) ความยึดถือว่าบุคคลบริสุทธิด้วยศีล และวัตรเท่านั้น^{๙๑}

๔) การนำไปสู่อบายภพโดยกามราคะ^{๙๒}

๕) การนำไปสู่อบายภพโดยปญฺเฑาะ^{๙๓}

ญาณที่ ๑๖ ปัจจเวกขณญาณ ญาณหยั่งรู้การพิจารณาทบทวน กิเลสที่ละ หรือที่เหลือ
และนิพพาน เว้นแต่พระอรหันต์ไม่มีกิเลสที่เหลือ^{๙๔} ลักษณะญาณครั้งนี้ผลจิตดับ ภาวังจิตเกิดสืบต่อ

^{๘๒} ยติ ภูจฺจณคามินีวิปสฺสนา ทุกฺขโต วิปสฺสติ อปฺปมฺหิตโต วิโมกฺโข นาม โหติฯ

^{๘๓} ยติ ภูจฺจณคามินีวิปสฺสนา อนิจฺจาโต วิปสฺสติ อนิมฺคโต วิโมกฺโข นาม โหติฯ

^{๘๔} ยติ ภูจฺจณคามินีวิปสฺสนา อนตฺตโต วิปสฺสติ สฺสณฺณโต วิโมกฺโข นาม โหติฯ

^{๘๕} พระธรรมปิฎก, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ประมวลศัพท์, หน้า ๑๗๑.

^{๘๖} ฝ่ายวิชาการอภิธรรม ชาติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๒๓๑.

^{๘๗} ตโตปรฺเทวตีณิผลจิตฺตานิปวตฺติตวานิรุชฺฌนฺตฺยตฺตโตปรฺกวางฺคปาทโวโหติฯ ปฺนกวงฺคปฺนวิจฺฉินฺนิตฺต
วาทฺจเวกฺขณญาณิปวตฺตฺนฺตฺยฯ

^{๘๘} วิสุทธิมคฺคอรฺรทถา ว่า สํโยชนฺสุ ตาว สกฺกยทฺธิภูจฺจิจฺจิจฺจณาสีลพฺพตฺปรามาสฺ อปายคฺมนิยา จ
กามราคะปญฺเฑาะ อเต ปญฺจ ฐมฺมา ปฐมฺญาณวชฺชมาฯ

^{๘๙} สกฺกยทฺธิภูจฺจิจฺจือความเห็นว่าเป็นตัวของตนเป็นเหตุถือตัวตนเช่นเห็นรูปเป็นตนเห็นนามเป็นตน

^{๙๐} วิจิจฺฉนา คือความลึกลับไม่ตกลงได้, ความไม่แน่ใจ, ความสงสัย เป็นต้น

^{๙๑} สีสลฺพตฺปรามาส คือความยึดถือว่าบุคคลจะบริสุทธิได้ด้วยศีลและวัตรเท่านั้น

^{๙๒} อปายคฺมนิยํกามราคะ คือการนำไปสู่อบายภพได้โดยกามราคะ

^{๙๓} อปายคฺมนิยํปญฺเฑาะ คือการนำไปสู่อบายภพได้โดยปญฺเฑาะ

^{๙๔} พระธรรมปิฎก, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๖๑.

แล้ว กามาวจรกุศลจิตญาณสัมปยุต เกิดขึ้นพิจารณามรรคผลเป็นต้น หรือกลับไปพิจารณาภาวะที่เข้าสู่ความดับ ว่าเป็นอะไรไป ในอรรถกถา ว่า อริยบุคคลที่ไม่ได้พิจารณาก็มี ในอภิธรรมมัตถกตั้งคหอรรถกถา ว่า อริยบัณฑิตพหุสุดย่อมพิจารณากิเลสทีละ และกิเลสที่เหลือ บุคคลไม่มีปริยัติไม่ได้พิจารณา แต่ก็กำหนดต่อไป

การปฏิบัติวิปัสสนาบรรลุนิพพาน โดยผ่านญาณ ๑๖ เทียบกับวิสุทธิ ๗^{๕๕} มาตามลำดับ ผ่านครั้งแรกเป็นพระโสดาบัน ได้ถึงจุดหมายอันยิ่งใหญ่ในชีวิต ได้สมบัติอันเป็นอมฤต แม้สมบัติพระเจ้าจักรพรรดิ สมบัติท้าวสักกะ สมบัติท้าวมหาพรหม เทียบโสดาบันไม่ได้^{๕๖} โสดาปัตติผล เป็นโลกุตตรสมบัติ ไม่ต้องไปสู่อบายภูมิ ต่างจากมนุษย์ เทวดา และทิพยสมบัติเป็นโลกียสมบัติ ย่อมเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา ไม่พ้นจากสังสารทุกข์ได้เลย

ผู้ประสงค์จะบรรลุนิพพานหรือผลเบื้องสูง ต้องปฏิบัติในตนเองเดียวกัน โดยเริ่มต้นจากอุท্থัพพญาณ คุณภาพของญาณมีความละเอียดประณีตสามารถกำจัดกิเลสได้มากขึ้น ในวิสุทธิมรรคอรรถกถาว่า โสดาปัตติมรรคประหาร สักกายทิฏฐิ, วิจิกิจฉา, สีลัพพตปรามาส, อปายกมนียกามราคะ^{๕๗} และ อปายกมนียปฏิกะ สกทาคามีมรรคประหารกามราคะ และปฏิกะที่ไม่เป็นอปายกมนียะ^{๕๘} อนาคามีมรรคประหารกามราคะ และปฏิกะที่ไม่เป็นอปายกมนียะ^{๕๙} อรหัตตมรรคประหารอุท্থัมภากิเลสสังโยชน์^{๖๐} สังโยชน์ ๑๐ ประการ ในจิตสันดานขาดสิ้นไป หลุดพ้นจากกิเลสทุกชนิด ไม่มีเชื้อเหลือให้เกิด แก่ เจ็บ ตายในภพใดๆ เลย ผู้ปฏิบัติวิปัสสนา

^{๕๕} วิปัสสนากัมมภูจฺจเน ปน สีลวิสุทธิ จิตตวิสุทธิญาณทสฺสนวิสุทธิ เจติ สตฺตวิเรน วิสุทธิสงฺคโ

^{๕๖} ปฐฺพยาเอกรชฺเชนสคฺคสุสฺสมเนนฺวาสพฺพโลกาธิปฺปจฺเจนโสดาปตฺติผลวฺร.

^{๕๗} อปายกมนียกามราคะคือกามารมณ์ทั้ง๕มากระทบทวารทั้ง๕แล้วมีความยินดีพอใจเป็นอย่างมากจนสามารถจะล่วงอกุศลกรรมบถได้เช่นความพอใจในรูปารมณ์ที่มากกระทบสามารถให้กระทำกามมุขิจฉาจารได้เป็นต้นพระโสดาบันบุคคลละได้ (อปายกมนียปฏิกะก็เช่นกัน)

^{๕๘} กามราคะที่ไม่เป็นอปายกมนียะชนิดที่เป็นโอฬาริกอย่างหยาบเป็นความพอใจในกามารมณ์ทั้ง๕ แต่ความพอใจนั้นไม่รุนแรงเป็นความพอใจที่ปรากฏอยู่แต่ในใจพอประมาณพระสกทาคามีบุคคลละได้ (ปฏิกะที่ไม่เป็นอปายกมนียปฏิกะเป็นโอฬาริกก็เช่นกัน)

^{๕๙} กามราคะที่ไม่เป็นอปายกมนียะชนิดที่เป็นสุขุมได้แก่กามารมณ์๕เมื่อมากระทบทวารทั้ง๕แล้วไม่อาจยังให้เกิดความยินดีติดอยู่ในอารมณ์นั้นๆได้เช่นรูปารมณ์ที่มากกระทบจักษุทวารแม้รูปารมณ์นั้นจะมีความสวยงามสักเพียงไรก็ไม่สามารถทำให้เกิดความกำหนัดยินดีติดอยู่ในอารมณ์นั้นๆได้พระอนาคามีบุคคลละได้เด็ดขาด(ปฏิกะที่ไม่เป็นอปายกมนียปฏิกะเป็นสุขุมก็เช่นกัน)

^{๖๐} สังโยชนฺสุตฺตาวสฺสกายาทิฏฺฐิจิวิจิจฺฉาสีลพฺตปรามาโสอปายกมนียากามราคะปฏิกฺขาติเอเตปฺลจฺจรมมาปฺจรมณฺณวชฺชานฺเสสากามราคะปฏิกฺขาโอฬาริกาทุคฺคิยณฺณวชฺชานฺสุชฺชมาตฺคิยณฺณวชฺชานฺรูปราคะทโยปฺลจฺจปัจจตุคฺคณณวชฺชานวชา

ภาวนาตามหลักสติปัญญา ๔ เป็นวิธีเข้าถึงอริยสังขธรรมในทางพระพุทธศาสนาที่บริบูรณ์อย่างแท้จริง^{๒๐๐} ต่อไปจะได้กล่าวถึงวิปัสสนูปกิเลสที่ปรากฏในสภาวะแห่งวิปัสสนาญาณ

๒.๔ วิปัสสนูปกิเลสที่ปรากฏในวิปัสสนาญาณ

วิปัสสนาญาณ^{๒๐๑} เรียกว่า ญาณ หมายถึง ญาณในวิปัสสนา คือ เป็นความรู้ที่ทำให้เกิดความเห็นแจ้ง เข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการจะปรากฏในสภาวะแห่งอุทยัพพญาณอ่อน ๆ ของวิปัสสนาญาณ ๕ วิปัสสนาญาณ ๑๐ วิปัสสนาญาณ ๑๖ และจัดเป็นมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินิวิสุทธินิวิสุทธิ ๗ ดังที่จะแสดงให้เห็นในตารางนี้

ญาณ ๕	ญาณ ๑๐	ญาณ ๑๖	วิสุทธิ ๗	
		๑) นามรูปปริจเฉทญาณ	ทักขณวิสุทธิ	
		๒) ปัจจัยปริคคหญาณ	กัณหาวิตรณวิสุทธิ	
	๑) ตัมมสนญาณ	๓) ตัมมสนญาณ	มัคคามัคคญาณ- ทัสสนวิสุทธิ	
๑) อุทยัพพญาณ	๒) อุทยัพพญาณ	๔) อุทยัพพญาณ		
๒) ภังคญาณ	๓) ภังคญาณ	๕) ภังคญาณ	ปฏิบัติญาณ- ทัสสนวิสุทธิ	
๓) ภยญาณ	๔) ภยญาณ	๖) ภยญาณ		
๔) อาทีนญาณ	๕) อาทีนญาณ	๗) อาทีนญาณ		
๕) นิพพิทาญาณ	๖) นิพพิทาญาณ	๘) นิพพิทาญาณ		
๖) มุญจิจตุกัมมตาญาณ	๗) มุญจิจตุกัมมตาญาณ	๙) มุญจิจตุกัมมตาญาณ		
๗) ปฏิสังขญาณ	๘) ปฏิสังขญาณ	๑๐) ปฏิสังขญาณ		
๘) สังขารุเปกขาญาณ	๙) สังขารุเปกขาญาณ	๑๑) สังขารุเปกขาญาณ		
๙) อนุโลมญาณ	๑๐) อนุโลมญาณ	๑๒) อนุโลมญาณ		
		๑๓) โคตรกญาณ		ญาณทัสสนวิสุทธิ
		๑๔) มรรคญาณ		
		๑๕) ผลญาณ		
		๑๖) ปัจจเวกขณญาณ		

^{๒๐๐} ส.มหา.(ไทย) ๑๕/๑๑๐๐/๖๑๑.

^{๒๐๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๒๒๖.

จากตารางนี้ทำให้ทราบว่า สภาวะแห่งวิปัสสนูปกิเลสได้ปรากฏในอุทกัปปพพญาณของญาณที่ ๑ แห่งวิปัสสนาญาณ ๕ ได้ปรากฏในญาณที่ ๒ แห่งวิปัสสนาญาณ ๑๐ และได้ปรากฏในญาณที่ ๔ แห่งวิปัสสนาญาณ ๑๖

ในวิสุทธิ ๗ สีลวิสุทธิ และจิตตวิสุทธิ ท่านไม่สงเคราะห์เข้าในวิปัสสนาญาณ แต่เป็นวิธีการปฏิบัติเริ่มต้น เพื่อให้บรรลุถึงวิปัสสนาญาณต่าง ๆ

ส่วนรายละเอียดแห่งวิปัสสนูปกิเลส จักได้กล่าวในลำดับต่อไป

๒.๕ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐

ประสบการณ์บางอย่างที่รู้เห็นด้วยอำนาจวิปัสสนา^{๒๐๓} ๑๐ ประการ คือ

- ๑) โอภาส คือ แสงสว่างที่เกิดนานหรือเพียงครู่
 - ๒) ญาณ คือ วิปัสสนาญาณที่ปรากฏชัดเจน
 - ๓) ปีติ คือ ความอิ่มใจโดยรู้สึกสบายใจซาบซ่านไปทั่วขุมขน น้ำตาไหล ตัวโยกตัวลอย เหมือนอยู่บนชิงช้า หรือเย็นวาบตามร่างกาย
 - ๔) ปัสสัทธิ คือ ความสงบโดยรู้สึกสงบกายและใจในขณะที่เดินนั่งนอน และในอิริยาบถอื่นๆ ในบางขณะอาจเกิดความเบาสบาย (ลหุตา) ซึ่งทำให้นั่งหรือนอนกำหนดได้อย่างต่อเนื่องเป็นเวลานานปราศจากความเจ็บปวดทรมานร่างกาย
 - ๕) สุข คือ ความสุข โดยรู้สึกถึงความสุขกายและสุขใจ
 - ๖) อธิโมกษ์ คือ ความศรัทธาโดยรู้สึกถึงความผ่องใสแห่งจิตที่ไม่มีกิเลสรบกวน บางขณะอาจเกิดความเลื่อมใสพระพุทธเจ้าอย่างซาบซ่านซึ่งว่า พระองค์ทรงเป็นพระสัมพันธัญญูรู้แจ้งธรรมทั้งปวง คำสอนที่ว่าไม่มีเพียงรูปนามที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน เป็นความจริงแท้
 - ๗) ปัสคาคะ คือ ความเพียรโดยรู้สึกบากบั่นอยากปฏิบัติธรรมปราศจากความเบื่อหน่าย หรือ ความเกียจคร้าน ในบางขณะอาจต้องการจะแสดงธรรมให้ผู้อื่นได้เข้าใจ
- ประการที่ ๘ อุปปัฏฐานะ คือ สติที่ปรากฏชัดเจน
- ๘) อุเบกขา คือ ความวางเฉยที่เกิดร่วมกับวิปัสสนาญาณ โดยไม่ต้องปรับวิริยะและสมาธิให้เสมอกัน เนื่องจากธรรมทั้งสองมีความสมดุลกันอยู่แล้ว
 - ๑๐) นิกันติ คือ ความเพ็ดเพลินยินดีในสภาวะ ๕ ประการข้างต้น เนื่องมาจากการปฏิบัติธรรม ส่งผลให้ปฏิบัติได้เป็นเวลานานโดยไม่เบื่อหน่าย

^{๒๐๓} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนาณัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันถสาราภิกงศ์, (นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๓๗.

เมื่อกล่าวถึงเนื้อหาโดยละเอียดของวิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ประการนี้ ตามหลักคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทก็จะมีในบทต่อไป

ในบทนี้ผู้วิจัยพบว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ดังข้อความในอริยวังสปฏิปทาว่าอนึ่ง การเจริญสติปัฏฐาน อาจเรียกว่า วิปัสสนาภาวนา(การเจริญวิปัสสนา) การเจริญสัมมัตตปธาน ๔ อินทรีย์ ๕ โพชฌงค์ ๗ และการเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นต้น ก็นับเข้าในการเจริญสติปัฏฐาน เพราะสติเป็นหลักสำคัญ หากปราศจากสติแล้วไม่อาจเจริญธรรมอย่างอื่นได้ และพระศรีอริยวงศ์ สจฺจวโร ได้กล่าวไว้ว่า การเจริญวิปัสสนากับการเจริญสติปัฏฐานเป็นหลักเดียวกัน และการเจริญสติปัฏฐานจักต้องบำเพ็ญศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งว่าเป็นการเจริญมรรค ๘ องค์ ธรรมของสติปัฏฐานประกอบด้วย วิริยะ ปัญญา สติ ดังในสติปัฏฐานแสดงว่า การเจริญสติปัฏฐาน เป็นการเจริญวิปัสสนานั้นเอง เพราะองค์ธรรมของสติปัฏฐาน ประกอบด้วยวิริยะ ปัญญา สติ

เมื่อเจริญสติปัฏฐาน ๔ ด้วยความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ อย่างต่อเนื่อง วิปัสสนาญาณ คือความรู้หยั่งเห็นพระไตรลักษณ์ในรูปนามย่อมเจริญขึ้นไปตามลำดับ เมื่ออินทรีย์พัฒนาขึ้นผู้ปฏิบัติย่อมบรรลุสภาวะญาณ (ญาณ ๑๖) เริ่มตั้งแต่นามรูปปริจเฉทญาณ ปัญญาที่กำหนดรู้รูป-นาม ปัจจัยปริคคหญาณ ปัญญาที่กำหนดรู้เหตุปัจจัยของรูป-นาม สัมมสนญาณ ปัญญาที่กำหนดรู้รูปนาม โดยลักษณะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา และเมื่อบรรลุถึงสภาวะญาณที่ ๔ คือ อุทฺถัพพยานุ-ปัสสนาญาณ ปัญญาที่กำหนดรู้ความเกิด และความดับของรูปของนามชัดเจนแบ่งเป็น ๒ คือ ตรุณอุทฺถัพพญาณ มีกำลังญาณอ่อนสภาวะแห่งวิปัสสนูปกิเลสย่อมปรากฏ และพลวอุทฺถัพพญาณ กำลังญาณแก่กล้าย่อมสามารถละความเห็นผิดในวิปัสสนูปกิเลสได้ ญาณนี้จัดเป็นวิปัสสนาญาณที่ ๑ ในวิปัสสนาญาณ ๕ และเป็นญาณที่ ๔ ในญาณ ๑๖ ซึ่งในบทต่อไปจักได้ดังกล่าวถึงวิปัสสนูปกิเลสในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

บทที่ ๓

วิปัสสนูปกิเลสในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

พระพุทธศาสนาเถรวาท^๑ ได้กำเนิดมาจากพระอรหันต์ ๕๐๐ รูป ซึ่งได้ทำการสังคายนาพระธรรมวินัยครั้งที่ ๑ ด้วยวัตถุประสงค์คือ รักษาพระธรรมวินัยไว้ เพราะมีเหตุเกิดจากมีผู้จาบจ้วงในหลักธรรมวินัยของพระพุทธองค์ การสังคายนาครั้งนั้นที่กรุงราชคฤห์มีพระมหากัสสปะเป็นประธานถามพระวินัยกับพระอุบาลี ถามพระธรรมกับพระอนานนท์เริ่มจากพรหมชาลสูตรเป็นต้นจนครบ ๕ นิกาย วิปัสสนูปกิเลสปรากฏในพระสูตรตันตปิฎกขุททกนิกาย^๒ ซึ่งเป็นนิกาย ๑ ในนิกาย ๕ ดังกล่าว นอกจากนี้ยังพบในคัมภีร์รุ่นหลัง คือ อรรถกถา ฎีกา ปกรณวิเสทวิสุทธิมรรค^๓ และหนังสือตำราวิชาการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยเห็นว่าวิปัสสนูปกิเลสนี้เป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ได้ทราบว่าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้ดำเนินมาถูกต้องแล้วจึงได้พบเห็นกับสภาวะต่าง ๆ จึงได้ศึกษาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเกี่ยวกับวิปัสสนูปกิเลส โดยจำแนกเป็นข้อ ๆ เพื่อสะดวกต่อการศึกษาดังต่อไปนี้

- ๓.๑ ความหมายของวิปัสสนูปกิเลส
- ๓.๒ ความหมายและลักษณะที่จุดก่ของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ
- ๓.๓ วิธีการปฏิบัติที่นำไปสู่การเกิดวิปัสสนูปกิเลส
- ๓.๔ วิปัสสนูปกิเลสที่มาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๓.๑ ความหมายของวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส มาจากคำว่า วิปัสสนา+อุปกิเลส คำว่า วิปัสสนา แปลว่า ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้^๔ กับคำว่า อุปกิเลส แปลว่า สิ่งที่ทำให้จิตเศร้าหมอง ในทางพระพุทธศาสนาถือว่า กิเลสเป็นภัยร้ายแห่งจิต มันทำให้คนตัดสินใจทำผิด มันทำ

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๒๓.

^๒ บ.ป. (บาลี) ๓๑/๓/๓๑๓.

^๓ วิสุทฺธิ. (บาลี) ๒/๓๐๔ – ๕.

^๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๑.

ให้จิตไม่อาจบรรลุนิพพาน^๕ เมื่อรวมกันแล้วได้ศัพท์ว่า วิปัสสนูปกิเลส หมายถึง สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง^๖

ความหมายของวิปัสสนูปกิเลสในหนังสือต่าง ๆ

ก) วิปัสสนานัย เล่ม ๒ ให้ความหมายว่า สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ๑๐ ประการ^๗

ข) ภาวนาทีปนี ให้ความหมายว่า “ธรรมเครื่องเข้าไปทำให้วิปัสสนาเศร้าหมอง”^๘

ค) อริยวังสปฏิปทา ได้อธิบายว่า สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ทำให้วิปัสสนาเสื่อมไป^๙

ง) พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม ให้ความหมายไว้ว่า ธรรมเป็นเครื่องเศร้าหมอง ชุ่มมัวของจิตมีอภิขมาวิสมโลภะ(ความคิดเพ่งเล็งอยากได้)เป็นต้น^{๑๐}

ฉ) วิปัสสนาขุณี ได้อธิบายว่า วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ เป็นสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นเพื่อทำให้วิปัสสนาให้เศร้าหมอง คือ เกิดมาเพื่อเป็นเครื่องกีดขวางวิปัสสนา^{๑๑}

จ) วิปัสสนาทีปนี ให้ความหมายว่า วิปัสสนูปกิเลส คือ ธรรมเครื่องเข้าไปทำให้วิปัสสนาให้เศร้าหมอง^{๑๒}

^๕ ปิ่น มุทุกันต์ พ.อ., ประมวลศัพท์ศาสนา สำหรับนักศึกษาและประชาชน, (กรุงเทพมหานคร : อมร-การพิมพ์, ๒๕๒๗), หน้า ๓๗ – ๓๘.

^๖ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๑๐๖๑.

^๗ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๒๓๘.

^๘ พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๘), ภาวนาทีปนี, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ ดอกหญ้า ๒๕๔๕, ๒๕๔๕), หน้า ๑๕๓.

^๙ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๑๒๘.

^{๑๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส.อาร์.พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๒๖๕.,

^{๑๑} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาขุณี, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, (กรุงเทพมหานคร : หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๕๖๖.

^{๑๒} พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๘), วิปัสสนาทีปนี, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ ดอกหญ้า, ๒๕๔๕), หน้า ๑๔๗.

โดยสรุปผู้วิจัยพบว่า วิปัสสนูปกิเลส หมายถึง สภาวะธรรมที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ไม่ส่องใส ทำให้วิปัสสนาเสื่อมไป ซึ่งต่อไปจักได้กล่าวถึงองค์ธรรมของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการโดยความหมายและลักษณะที่จตุกะ

๓.๒ ความหมายและลักษณะที่จตุกะของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ มีลักษณะที่จตุกะที่ค้นพบได้ ๕ อย่าง เว้น โอภาส ซึ่งองค์ธรรมของวิปัสสนูปกิเลสนี้ได้สงเคราะห์เข้าในหมวดเจตสิกปรมัตถ์แห่งพระอภิธรรมมัตถสังคหะดังนี้

๑. โอภาส

โอภาส หมายถึง แสงสว่าง , แสงสุกใส ผุดผ่อง^{๑๑} โอภาส ได้แก่ วิปัสสนาภาส หมายถึง แสงสว่างในวิปัสสนา^{๑๒} ในศัพท์วิเคราะห์^{๑๓} พบว่า โอภาส คือ รัศมี, แสงสว่าง, ความสว่าง , ความรุ่งเรือง โอภาสดี ทิปปัตติ โอภาโส สภาวะที่รุ่งเรือง (โอ บทหน้า ภาส ธาตุ ในความหมายว่า รุ่งเรือง อ ปัจจัย)

๒. ญาณ

ญาณ หมายถึง ความรู้, ปรีชาหยั่งรู้, ปรีชากำหนดรู้^{๑๔} หรือหมายถึงปัญญา^{๑๕} รูปร่างนามที่เกิดดับอย่างรวดเร็วทางทวาร ๖^{๑๖} ญาณในวิปัสสนูปกิเลสนี้ สงเคราะห์เข้าในปัญญินทรีย์เจตสิก คือ ธรรมชาติที่รู้เหตุผลในสภาพธรรมตามความเป็นจริง ได้แก่ ธรรมชาติที่รู้เหตุผลของกรรม ตลอดจนรู้เรื่องอริยสัจ โดยนัยเป็นต้นว่า นี่คือทุกข์ หรือที่ชื่อว่า ปัญญา เพราะรู้ไตรลักษณ์ มีอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา เป็นต้น ปัญญา ชื่อว่า เป็นอินทรีย์ เพราะเป็นใหญ่โดยครอบงำวิชาเสียดได้และมีหน้าที่เป็นใหญ่ในการรู้ทั่วไปตามความเป็นจริง ฉะนั้น “ปัญญา” จึงชื่อว่า ปัญญินทรีย์เจตสิก^{๑๗} ซึ่งมีลักษณะที่จตุกะ ดังนี้

^{๑๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๕๗๕.

^{๑๒} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, มุณินิธิตัมมโชติกะจัดพิมพ์, หน้า ๑๒๐.

^{๑๓} พระธรรมกิตติวงศ์(ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๕ ,ราชบัณฑิต) ศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๑๒๕.

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๘๕.

^{๑๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาดอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, หน้า ๒๔๖.

^{๑๖} นายวรรณสิทธิ ไวกะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหวิภาค, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ หจก.ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๓), หน้า ๗๑-๗๒.

ชมุสภาวปฏิเวธลกขณา	มีการรู้แจ้งสภาวธรรม	เป็นลักษณะ
ชมุมนัน สภาวปฏิจิตตาทกโมหนุสภาววิทุสสนรสา (วา)	มีการกำจัดความมืดมนอนธกาล	
คือโมหะ อันปกปิดมิให้เห็นสภาวธรรมตามความเป็นจริง		เป็นกิจ
ตลปุปกาสนรสา (วา)	หรือมีการประกาศความจริง	เป็นกิจ
ปรมตลปุปกาสนรสา (วา)	หรือมีการประกาศปรมัตถธรรม	เป็นกิจ
จตุสจจวิภาวนกิจจานรสา	มีการยังอริยสัจ ๔ ให้แจ่มแจ้ง	เป็นกิจ
อสมมุโหปจจุปฏจานา	มีความไม่หลงจากความจริง	เป็นผล
สมาธิปทฎจานา	มีสมาธิ	เป็นเหตุใกล้

โดยอรรถดังกล่าวนี้ พึงเห็นว่า ปัญญาที่มีการแทงตลอดตามสภาวะ เป็นลักษณะ หรือมีการแทงตลอดไม่ผิดพลาด เป็นลักษณะ จุขการแทงถูกที่หมายแห่งลูกศรของนายขมังธนูผู้ฉลาด ยิ่งไปจะนั้น มีการส่องให้เห็นอารมณ์โดยความเป็นจริง เป็นกิจ จุขดวงประทีปที่ส่องให้เห็นวัตถุในความมืด ฉะนั้น มีความไม่หลงลืม เป็นผล จุขผู้ชี้ทางแก่คนที่จะไปในป่าจะนั้น และมีความสงบ เป็นเหตุใกล้ ให้เกิด

๓. ปิติ

ปิติ หมายถึง ความอิ่มใจ, ความเต็มใจในใจ มี ๕ คือ ๑) ขุททกาปิติ ปิติเล็กน้อยพองขนชัน น้ำตาไหล ๒) ขณิกาปิติ ปิติชั่วขณะรู้สึกแปลบ ๆ จุขฟ้าแลบ ๓) โอกกันติกาปิติ ปิติเป็นระลอก รู้สึกชุ่มลงมา ๆ จุขคลื่นซัดฝั่ง ๔) อุพเพงคาปิติ ปิติโลดลอยให้ใจฟูตัวเบาหรืออุทานออกมา ๕) ปรณาปิติ ปิติซาบซ่าน เือบอาบไปทั่วสรรพางค์เป็นของประกอบกับสมาธิ^{๑๕} ปิติในวิปัสสนูปกิเลสนี้ สงเคราะห์เข้าในปิติเจตสิก เป็นธรรมชาติที่มีความปลาบปลื้มใจในอารมณ์ ได้แก่ สภาวที่แจ่มขึ้น อิ่มเือบใจ เมื่อได้รับอารมณ์นั้น มีลักษณะทิจจุกะ^{๑๖} ดังนี้

สมุปิยาขนลกขณา	มีความแจ่มชื่นใจในอารมณ์	เป็นลักษณะ
กายจิตตปิณฺรสา (วา)	มีการทำให้อิมกายอิมใจ (หรือ)	
พรณรสา	มีการทำให้ซาบซ่านทั่วร่างกาย	เป็นกิจ
โอคยุขปจจุปฏจานา	มีความฟูใจ	เป็นผล
เสสขนุชตยปทฎจานา	มีนามขันธ ๓ ที่เหลือ (เวทนาขันธ, ลัญญาขันธ, วิญญาณขันธ)	เป็นเหตุใกล้

^{๑๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๔๓.

^{๑๖} นายวรรณสิทธิ ไวทยะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหวิภาค, หน้า ๓๐.

๔. ปัสสัทธิ

ปัสสัทธิ หมายถึง ความสงบเย็นภายใน^{๒๐}, ความสงบในวิปัสสนา^{๒๑} สงเคราะห์เข้าไปใน กายปัสสัทธิเจตสิกและ จิตตปัสสัทธิเจตสิก กายปัสสัทธิเจตสิก เป็นธรรมชาติ ที่ทำความสงบให้ เจตสิกชั้น ๓ (เวทนาชั้น, สัญญาชั้น, สังขารชั้น) ในการทำงานอันเป็นกุศล จิตตปัสสัทธิเจตสิก เป็นธรรมชาติที่ทำความสงบให้จิต (วิญญาณชั้น) ในการทำงานอันเป็นกุศล

ปัสสัทธิเจตสิกทั้ง ๒ ดวงนี้ มีลักษณะที่จุดกะ^{๒๒} โดยเฉพาะ คือ กายจิตุดานํ ทรณุปสมลภขณา

มีการทำให้จิตและเจตสิก สงบจากความเร่าร้อน	เป็นลักษณะ
กายจิตุดทรณนิมมทุทนรสา	
มีการกำจัดความเร่าร้อนของจิตและเจตสิก	เป็นกิจ
กายจิตุดานํ อปริปนุทนต์ติภาวปัจจุปปุฏจานา	
มีความเยือกเย็น ไม่คั่นรน	เป็นผล
กายจิตุดตปฏุฏจานา	
มีจิตและเจตสิก	เป็นเหตุใกล้

๕. สุข

สุข หมายถึง ความสุขจำขึ้นทั่วทั้งตัวที่ประณีตอย่างยิ่ง^{๒๓}, ความสุขที่ประกอบด้วย วิปัสสนา^{๒๔} สงเคราะห์เข้าไปในสุขเวทนาเจตสิก คือ ธรรมชาติที่เสวยอารมณ์สบายทางกาย และ โสมนัสเวทนาเจตสิก คือ ธรรมชาติที่เสวยอารมณ์สบายใจ สุขเวทนาเจตสิกมีลักษณะที่จุดกะ^{๒๕} ดังนี้

อิฏฐโฆฏฐพพานุภวานลกขณา	มีการสัมผัสกับโฆฏฐัพพารมณ์ที่ดี	เป็นลักษณะ
สมฺปยุตฺตฺตานํ พยุหฺนรสา	มีการทำให้สัมปยุตธรรมเจริญ	เป็นกิจ
กายิกอสุสาทปัจจุปปุฏจานา	มีความยินดีทางกาย	เป็นผล
กายินุทฺริยปฏุฏจานา	มีกายปลสาท	เป็นเหตุใกล้

^{๒๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๕.

^{๒๑} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๒.

^{๒๒} นายวรรณสิทธิ ไทยะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิก สังคหวิภาค, หน้า ๖๑.

^{๒๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๕.

^{๒๔} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๑.

^{๒๕} นายวรรณสิทธิ ไทยะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิก สังคหวิภาค, หน้า ๑๕.

โสมนัสเวทนาเจตสิกมีลักษณะที่จตุกะ^{๒๗} ดังนี้

อิฏฐารมมณานุกวนลกฤษณา	มีการเสวยอารมณ์ที่ดี	เป็นลักษณะ
อิฏฐาการสมุโภครสา	มีการประจวบกับอาการที่น่าปรารถนา	เป็นกิจ
เจตสิกอสุสาทปจจุปฏฐานะ	มีความเข้มข้นยินดีทางใจ	เป็นผล
ปสฺสทฐิปทภูฐานะ	มีความสงบกายใจ	เป็นเหตุใกล้

๖. อธิโมกข์

อธิโมกข์^{๒๘} หมายถึง ศรัทธาแรงกล้าที่ทำให้ใจผ่องใสอย่างยิ่ง^{๒๙}, ความเชื่อหรือศรัทธาที่สัมปยุตด้วยวิปัสสนา เป็นความผ่องใสอย่างยิ่งของจิตและเจตสิกเป็นศรัทธาที่มีกำลัง^{๓๐} สงเคราะห์เข้าในอธิโมกข์เจตสิก ๆ เป็นธรรมชาติที่มีสภาพทำลายจิตที่รวนเร เป็นสองปีกสองฝ่าย ในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ มีการตัดสินใจเด็ดขาดไม่ว่าอารมณ์นั้น จะเป็นอารมณ์ที่ดีหรือไม่ดีก็ตาม จะตัดสินใจหรือผิด ก็ตามและไม่ว่าการงานที่สุจริต หรือทุจริตก็ตาม ที่ได้ตัดสินใจสำเร็จลงได้นั้น ก็ด้วยอำนาจของอธิโมกข์เจตสิก ฉะนั้น ลักษณะที่จตุกะของอธิโมกข์เจตสิก^{๓๑} คือ

สนฺนิฏฺฐานลกฤษโณ	มีการตัดสินใจเด็ดขาด	เป็นลักษณะ
อสฺสปฺปนโรโส	มีการตั้งมั่นไม่รวนเรในอารมณ์	เป็นกิจ
วิญฺญยปจจุปฏฐานะ	มีการตัดสินใจ	เป็นผล
สนฺนิฏฺเญยชรมฺมปทภูฐานะ	มีธรรม(อารมณ์)ที่จะต้องตัดสินใจ	เป็นเหตุใกล้

ในอัฐุสาลินี แสดงไว้ว่า ความน้อมใจเชื่อ ชื่อว่า อธิโมกข์, และอรรถของอธิโมกข์ ก็คือ มีความตกลงใจ เป็นลักษณะ มีการไม่แสไป เป็นรส, มีการตัดสินใจ เป็นปัจจุภูฐาน มีธรรมที่จะต้องตกลงใจ เป็นปทัฏฐาน อธิโมกข์นั้น ฟังเข้าใจว่า เหมือนเสาเขื่อน เพราะไม่หวั่นไหวในอารมณ์ อธิโมกข์นี้เป็นปฏิปักษ์ต่อวิกิจจนา เพราะวิกิจจนาเป็นสภาพที่ลั้งเลงสงสัยในอารมณ์ แต่อธิโมกข์ มีหน้าที่ทำลายความลั้งเลงสงสัย

^{๒๗} นายวรรณสิทธิ ไททะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหวิภาค, หน้า ๒๐.

^{๒๘} ความตัดสินใจ ชื่อว่า อธิโมกข์ อ้างใน อภิธรรมมวาท, หน้า ๔๔.

^{๒๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๗๕.

^{๓๐} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรม โสติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๓.

^{๓๑} นายวรรณสิทธิ ไททะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหวิภาค, หน้า ๒๗-๒๘.

๗. ปีกคหะ^{๗๒} (ความเพียร)

ปีกคหะ หมายถึง ความเพียรที่พอดี^{๗๓}, ความเพียรที่สัมปยุตด้วยวิปัสสนา ซึ่งเป็นความเพียรที่ไม่หย่อนเกินไปไม่ถึงเกินไปประคับประคองไว้เป็นอย่างดี^{๗๔} สงเคราะห์เข้าในวิริยเจตสิก ๆ เป็นธรรมชาติเพียรพยายามต่ออารมณ์ คือ อดทนต่อผู้กับความยากลำบาก ที่เกี่ยวกับการงานต่าง ๆ ทั้งฝ่ายดีและฝ่ายไม่ดี และไม่ว่า งานนั้นจะยากลำบากมากน้อยสักเพียงใดก็ตาม ถ้าไม่ประกอบด้วยวิริยะแล้ว ย่อมสำเร็จไม่ได้ วิริยะ จึงชื่อว่า ความเพียร อันได้แก่ ความอดุทธสาหะ ซึ่งมีความหมายว่า สามารถอดทนต่อความยากลำบากที่กำลังได้รับอยู่ ดังจนวนัตถะว่า “อุทฺทขลลเกสหนฺ อุตฺสาโห” ความสามารถอดทน เมื่อได้รับความลำบากชื่อว่า อดุทธสาหะ ได้แก่ วิริยเจตสิก มีลักษณะทิจตุกะ^{๗๕} ดังนี้

อุทฺสาหนลภุณฺ	มีความอดทนต่อผู้กับความลำบาก	เป็นลักษณะ
สหชาตานิ อุปตถมฺภนรํ	มีการอดทนุทธธรรมที่เกิดพร้อมกับตนไม่ให้อดหยหลัง	เป็นกิจ
อสีสํทนปจฺจุปฺภูจฺจํ	มีการไม่ให้อดหย	เป็นผลปรากฏ
สํเวทตฺถุ ปทฺภูจฺจํ (วา)	มีความสลัด คือ สังเวทวัตถุ ๘ ^{๗๖}	เป็นเหตุใกล้
วิริยารมฺภ วตฺถุ ปทฺภูจฺจํ	หรือ มีวิริยารมภวัตถุ ๘ ^{๗๗}	เป็นเหตุใกล้

๘. อุปีฏฐาน

อุปีฏฐาน หมายถึง สติชัด^{๗๘}, สติที่สัมปยุตด้วยวิปัสสนา ซึ่งเป็นสติที่เข้าไปตั้งอยู่อย่างดีมั่นคงฟังลึกไม่หวั่นไหว^{๗๙} สติเจตสิก คือ ธรรมชาติที่มีความระลึกได้ในอารมณ์ และให้สังวรอยู่กับกุศลธรรม เป็นลักษณะ มีอรรถโดยเฉพาะ (ลักษณะทิจตุกะ) ๔ ประการ^{๘๐} ดังนี้

^{๗๒} เรียกว่า ปีกคหะ อ้างใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, หน้า ๒๔๕.

^{๗๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๕.

^{๗๔} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๔.

^{๗๕} นายวรรณสิทธิ ไทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหะ, หน้า ๒๘.

^{๗๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๘.

^{๗๗} อ้างแล้ว.

^{๗๘} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๕.

^{๗๙} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๔.

^{๘๐} นายวรรณสิทธิ ไทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหะ, หน้า ๕๕.

อปีลาปนลกฺขณา	มีความระลึกได้ในอารมณ์เนื่อง ๆ	เป็นลักษณะ
อสมฺโมหฺรสา	มีความไม่หลงลืม	เป็นกิจ
วิศยาภิมุขภาวปจฺจุปฺภูจฺจนา	มีความจดจ่อต่ออารมณ์	เป็นผล
ถิรสนฺญา ปทฺภูจฺจนา (วา)	มีความอันมั่นคง เป็นเหตุใกล้ (หรือ)	
กายาทิสฺติปฺภูจฺจนา ปทฺภูจฺจนา	มีสติปฺภูจฺจนา ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม	เป็นเหตุใกล้

๕. อุเบกขา

อุเบกขา หมายถึง ความวางจิตเป็นกลางที่ลงตัวสนิท^{๕๑}, วิปัสสนูปেকขา และ อวชิชฌนูปেকขา วิปัสสนูปেকขา ได้แก่ ความเป็นกลางในสังขารทั้งปวง ส่วนอวชิชฌนูปেকขา ได้แก่ ความเป็นกลางที่เกิดขึ้นในมโนทวาร^{๕๒} อุเบกขานี้สงเคราะห์เข้าในคัตตรมัชฌัตตตาเจตสิก ซึ่งเป็นธรรมชาติที่เป็นกลางในสัมปยุตธรรมนั้น ๆ ได้แก่ การทำเจตสิกให้สมมาเสมอในโสภณกิจของตน ไม่มีความ ยิ่งหย่อน มีลักษณะที่จุดกะ^{๕๓} ดังนี้

จิตฺตเจตสิกานํ สมวาหิตลกฺขณา

มีการทำจิต และเจตสิกให้เป็นไปสมมาเสมอ เป็นลักษณะ

อุนาธิกตานิวารณฺรสา (วา)

มีการห้ามจิตและเจตสิก ไม่ยิ่งและหย่อน เป็นกิจ (หรือ)

ปกฺขปาตุปฺจเจทฺทณฺรสา

มีการตัดขาดการตกไปในความยิ่งและหย่อนของจิตและเจตสิก เป็นกิจ

มขฺมตฺตภาวปจฺจุปฺภูจฺจนา มีความฉลาดเป็นกลาง โดยพึงเฉยต่อจิตและเจตสิก เป็นผล

สมปยุตฺตปทฺภูจฺจนา มีสัมปยุตธรรม เป็นเหตุใกล้

คัตตรมัชฌัตตตาเจตสิกนี้ เป็นตัวกลาง ที่ทำให้จิตและเจตสิกที่เกิดขึ้นพร้อมกันในขณะนั้น ทำกิจของตน ๆ โดยสมมาเสมอ เหมือนสารถีผู้วางเฉยต่อม้าอาชาไนยที่วิ่งเรียบไป ฉะนั้น

^{๕๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๕.

^{๕๒} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรม โขติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๔.

^{๕๓} นายวรรณสิทธิ ไวทยะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิก

๑๐. นิกันติ

นิกันติ หมายถึง ความดีใจพอใจ^{๔๔}, ความยินดีพอใจในวิปัสสนา^{๔๕} สงเคราะห์เข้าไปใน โลกเจตสิก คือ ธรรมชาติที่เป็นความยินดีดีใจอยู่ในอารมณ์ ได้แก่ สภาพความปรารถนา ความอยาก ได้ และความคิดใจอยู่ในอารมณ์ทั้ง ๖ มี ลักษณะที่จตุกะ^{๔๖} ดังนี้

อารมณ์มณฑลคุณ ลกขโณ	มีความยึดอารมณ์	เป็นลักษณะ
อภิสงฺค รโส	มีความข้องติดอยู่ในอารมณ์	เป็นกิจ
อปฺริจก ปจฺจุปฺภูจฺจาโน	มีความไม่ยอมละ	เป็นผล
สโยชนิยธมฺเมสุ อสุสาททสุสน ปทฺภูจฺจาโน	มีการเห็นความสำราญในสังโยชนธรรม	เป็นเหตุใกล้

ในปรมัตตที่ปณีตูกา ได้แสดงเวทจนะธรรม คือธรรมใช้แทนกันได้ไว้ ๑๐ ประการ คือ ตัณหา รากะ กามะ นันทิ อภิขมา ชเนตติ โปโนพหวิกะ อิจฉา อาสาและสังโยชน์

แม้แต่ความยินดีดีใจในการเจริญกรรมฐาน ก็ชื่อว่า ตัณหา คือ เป็นธรรมรากะ ธรรมนันทิ ธรรมตัณหา^{๔๗} แต่เป็นตัณหาที่ไม่มีโทษถึงทุกติ

๓.๓ วิธีการปฏิบัติที่นำไปสู่การเกิดวิปัสสนูปกิเลส

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามกำหนดทันความเกิด-ดับที่รวดเร็วของนามรูปที่เกิดขึ้น ในขณะปัจจุบัน โดยเข้าใจอย่างลึกซึ้งว่า “นามรูปที่กำลังเกิดดับอยู่นี้ เมื่อตอนที่ยังไม่เกิดก็มีได้เป็น สิ่งที่เคยก่อตัวหรือรวมตัวกัน ณ ที่ใดมาก่อน มิได้เคลื่อนย้ายมาจากที่ไหนเลย และในเวลาที่ดีดับก็ มิได้เคลื่อนย้ายไปไหน แท้ที่จริงแล้ว นามรูปเหล่านี้เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ณ ที่ตรงนี้นี่เอง ตามเหตุตามปัจจัยของตน ๆ” นี้เป็นลักษณะของอุทฺยัพพญาณ ดังคำที่แสดงสมรรถนะของ อุทฺยัพพญาณว่า

ปฺลยฺจนฺนํ ขนฺธานํ อุทฺยํ ปสฺสนฺโต ปญฺจวิสฺตึลฺกฺขณานิ ปสฺสตี, วยํ ปสฺสนฺโต ปญฺจ-
วิสฺตี ลกฺขณานิ ปสฺสตี, อุทฺยวยํ ปสฺสนฺโต ปณฺณาส ลกฺขณานิ ปสฺสตี. (บุ.ปฎิ. ๓๑/๕๐/๕๑)

^{๔๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๖๕.

^{๔๕} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๕.

^{๔๖} นายวรรณสิทธิ ไทยะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิก สังคหวิภาค, หน้า ๓๕-๔๐.

^{๔๗} นายวรรณสิทธิ ไทยะเสวี รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๒ เจตสิก สังคหวิภาค, หน้า ๔๑.

โยคีผู้เห็นความเกิดของขั้นที่ ๕ ย่อมสามารถเห็นลักษณะ ๒๕ ผู้เห็นความดับย่อมสามารถเห็นลักษณะ ๒๕ ส่วนผู้ที่เห็นทั้งความเกิดและความดับย่อมสามารถเห็นลักษณะ ๕๐^{๔๔}

ต่อไปจึงได้แสดงลำดับวิธีการปฏิบัติที่นำไปสู่การเกิดวิปัสสนูปกิเลส คือ การกำหนดรู้ความแตกต่างของขั้นที่ ๕ อริยสัจ ๔ ปฏิจสงมุปบาท นัย ๔ และลักษณะ ๓ ดังต่อไปนี้วิธีการปฏิบัติที่นำไปสู่การเกิดวิปัสสนูปกิเลส คือ การกำหนดรู้ความแตกต่างของขั้นที่ ๕ อริยสัจ ๔ ปฏิจสงมุปบาท นัย ๔ และลักษณะ ๓ ดังต่อไปนี้

ก. สภาวะของการเกิดดับของขั้นที่ ๕ มีลักษณะ ๕๐ อย่าง ดังนี้

๑. เห็นความเกิดของรูปขั้นที่มี ๕ ลักษณะ คือ

- ๑.๑ เห็นรูปขั้นเกิดเพราะอวิชชาเกิด
- ๑.๒ เห็นรูปขั้นเกิดเพราะตัณหาเกิด
- ๑.๓ เห็นรูปขั้นเกิดเพราะกรรมเกิด
- ๑.๔ เห็นรูปขั้นเกิดเพราะอาหารเกิด
- ๑.๕ เห็นรูปขั้นเกิดเพราะเห็นลักษณะแห่งความเกิด

๒. เห็นความดับของรูปขั้นที่มี ๕ ลักษณะ คือ

- ๒.๑ เห็นรูปขั้นดับเพราะอวิชชาดับ
- ๒.๒ เห็นรูปขั้นดับเพราะตัณหาดับ
- ๒.๓ เห็นรูปขั้นดับเพราะกรรมดับ
- ๒.๔ เห็นรูปขั้นดับเพราะอาหารดับ
- ๒.๕ เห็นรูปขั้นดับเพราะเห็นลักษณะของความแปรปรวน

๓. เห็นความเกิดของเวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น มีอย่างละ ๕ ลักษณะ คือ

- ๓.๑ เห็นเวทนาขั้นเกิด สัญญาขั้นเกิด สังขารขั้นเกิด เพราะอวิชชาเกิด
- ๓.๒ เห็นเวทนาขั้นเกิด สัญญาขั้นเกิด สังขารขั้นเกิด เพราะตัณหาเกิด
- ๓.๓ เห็นเวทนาขั้นเกิด สัญญาขั้นเกิด สังขารขั้นเกิด เพราะกรรมเกิด
- ๓.๔ เห็นเวทนาขั้นเกิด สัญญาขั้นเกิด สังขารขั้นเกิด เพราะผัสสะเกิด

^{๔๔} อังใน พระโสภณมหาเถระ(มหาศีลยาดอ) วจนา , จำรูญ ธรรมดา แปล, **วิปัสสนาขุณี** หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์), พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๕๐๘-๕๑๐.

๓.๕ เห็นเวทนาขั้นเกิด สัญญาขั้นเกิด สังขารขั้นเกิด เพราะเห็นลักษณะแห่ง
ความเกิด

๔. เห็นความดับของเวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้น มีอย่างละ ๕ ลักษณะ คือ

๔.๑ เห็นเวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้นดับเพราะอวิชชาดับ

๔.๒ เห็นเวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้นดับเพราะตัณหาดับ

๔.๓ เห็นเวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้นดับเพราะกรรมดับ

๔.๔ เห็นเวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้นดับเพราะผัสสะดับ

๔.๕ เห็นเวทนาขั้น สัญญาขั้น สังขารขั้นดับเพราะเห็นลักษณะของความ
แปรปรวน

๕. เห็นความเกิดของวิญญูณขั้นมี ๕ ลักษณะ คือ

๕.๑ เห็นวิญญูณขั้นเกิดเพราะอวิชชาเกิด

๕.๒ เห็นวิญญูณขั้นเกิดเพราะตัณหาเกิด

๕.๓ เห็นวิญญูณขั้นเกิดเพราะกรรมเกิด

๕.๔ เห็นวิญญูณขั้นเกิดเพราะรูปนามเกิด

๕.๕ เห็นวิญญูณขั้นเกิดเพราะเห็นลักษณะแห่งความเกิด

๖. เห็นความดับของวิญญูณขั้นมี ๕ ลักษณะ คือ

๖.๑ เห็นวิญญูณขั้นดับเพราะอวิชชาดับ

๖.๒ เห็นวิญญูณขั้นดับเพราะตัณหาดับ

๖.๓ เห็นวิญญูณขั้นดับเพราะกรรมดับ

๖.๔ เห็นวิญญูณขั้นดับเพราะนามรูปดับ

๖.๕ เห็นวิญญูณขั้นดับเพราะเห็นลักษณะของความแปรปรวน

เมื่อโยคีกำหนดรู้การเกิดดับของขั้น ๕ ทั้ง ๕๐ ลักษณะ ตามที่ปรากฏแล้วจะพบเห็น
วิปัสสนูปกิเลส แต่เมื่อได้กำหนดรู้ความจริงของการเกิดดับตามลักษณะที่ปรากฏอย่างต่อเนื่อง
ตรุณอุทัยพพานุปัสสนาญาณจะมีความบริสุทธิ์เพิ่มขึ้น^{๔๕}

ประการต่อมา คือ การเห็นรูปนามโดยปัจจัยและขณะ

^{๔๕} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโศติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๑๗.

ข การเห็นรูปนามโดยปัจจัยและขณะ

โยคีกำหนดรู้ความเกิดขึ้นและดับไปของรูปโดยอาศัยวิชาเป็นต้นตามที่ได้กล่าวมาแล้ว จัดเป็นการกำหนดรู้ปัจจัยที่ทำให้เกิดและดับไป ส่วน โยคีกำหนดรู้ลักษณะแห่งความเกิดเฉพาะในขณะเกิดเท่านั้น หรือ การกำหนดรู้ลักษณะของความแปรปรวนเฉพาะในขณะดับเท่านั้น จัดเป็นการกำหนดรู้โดยขณะ เมื่อ โยคีกำหนดรู้รูปนามโดยปัจจัยและขณะอยู่เช่นนี้ อริยสัจ ๔ ย่อมปรากฏขึ้น ซึ่งมีอาการดังต่อไปนี้

- ๑) โยคีกำหนดรู้ความเกิดขึ้นโดยปัจจัย สมุทยสังขยมปรากฏ เพราะรู้ถึงปัจจัยให้เกิด
- ๒) โยคีกำหนดรู้ความเกิดขึ้นโดยขณะ ทุกขสังขยมปรากฏ เพราะรู้ความเกิดเป็นทุกข์ หรือ การเห็นความดับโดยขณะ และรู้ความดับเป็นทุกข์ ทุกขสังขยมปรากฏ
- ๓) โยคีกำหนดรู้ความดับไปโดยปัจจัย นิโรธสังขยมปรากฏ เพราะรู้ธรรมทั้งหลายไม่เกิดเพราะไม่มีปัจจัย
- ๔) โยคีกำหนดรู้ความเกิดขึ้นและดับไปโดยปัจจัยโดยขณะ และกำจัดเสียความพัวพันเพื่อความเกิดขึ้นและดับไป จัดเป็นมรรคสังขยาโลกิยะ^{๕๐}

โยคีเมื่อได้กำหนดรู้อริยสัจ ๔ ดังนี้แล้ว จึงพบเห็นวิปัสสนูปกิเลส เพราะวิปัสสนาญาณยังไม่แก่กล้า คือ เป็นเพียงเริ่มต้นเห็นแจ้งเท่านั้น แต่เมื่อได้กำหนดรู้อริยสัจ ๔ อยู่อย่างนี้ จักเข้าใจในปฏิจสมุปบาท

ค ปฏิจสมุปบาทปรากฏดังนี้

ปรากฏฝ่ายอนุโลม คือ เมื่อกำหนดรู้ความเกิดขึ้นโดยปัจจัย เพราะรู้ว่า “อิมสมิ สติ, อิทโหติ เมื่อสิ่งนี้มีอยู่ สิ่งนี้จึงมี” เช่น เมื่อกำหนดรู้อาการpong จึงเห็นอาการpongเกิดขึ้น

ปรากฏฝ่ายปฏิโลม คือ เมื่อกำหนดรู้ความดับไปโดยปัจจัยเพราะรู้ว่า “อิมสสุ นิโรธา, อิท นิรุชฺชติ เพราะสิ่งนี้ดับไป สิ่งนี้จึงดับ” เช่น อาการpongดับไป การกำหนดรู้อาการpongจึงดับ

^{๕๐} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๑๘.

ฅ นัย ๔ อย่างที่ปรากฏ

ในกระบวนการแห่งอนุโลมและปฏิโลมนี้มีนัย ๔ อย่าง ปรากฏดังนี้

นัยที่ ๑ เอกัตตนัย (นัยแห่งความเป็นอันเดียวกัน) คือ การกำหนดรู้ความเกิดขึ้นโดยปัจจัย และรู้ถึงความไม่ขาดสายและสืบต่อของเหตุและผล ก็ละอุจเฉททฎฐิติได้ดียิ่งขึ้น

นัยที่ ๒ นานัตตนัย (นัยแห่งความต่างกัน) คือ การกำหนดรู้ความเกิดขึ้นโดยขณะ และรู้ถึงความเกิดขึ้นของสังขารใหม่ๆ ก็ละสัสสตทฎฐิติได้ดียิ่งขึ้น

นัยที่ ๓ อพยพาปรนัย (นัยแห่งความไม่ชวนชววย) คือ การกำหนดรู้ความเกิดขึ้น และ ดับไปโดยปัจจัย และรู้ว่า ธรรมทั้งหลายไม่เป็นไปตามอำนาจ ก็ละอัตตทฎฐิติได้ดียิ่งขึ้น

นัยที่ ๔ เอวังฆมมตานุย (นัยแห่งความที่เป็นธรรมอย่างนี้) คือ การกำหนดรู้ความเกิดขึ้นโดยปัจจัย และรู้ถึงความเกิดขึ้นของผลตามสมควรแก่ปัจจัย ก็ละอกิริยทฎฐิติได้ดียิ่งขึ้น

นัยทั้ง ๔ นี้เป็นกระบวนการกำหนดรู้รูปนามอย่างต่อเนื่องอยู่ในปัจจุบันอารมณ์ด้วย

ปัญญาที่เข้าไปทำลายทฎฐิต่าง ๆ ดังกล่าว^{๕๐} ซึ่งต่อไปจะกล่าวลักษณะแห่งปัญญาในไตรลักษณ์

ง วิปัสสนูปกิเลสพบในลักษณะ ๓ อย่าง

ลักษณะที่ ๑ อนัตตลักษณะ คือ การกำหนดรู้ความเกิดขึ้นโดยปัจจัยรู้ว่า ธรรมทั้งหลายเป็นไปต่อเนื่องด้วยปัจจัยปราศจากผู้ทำ มีความเชื่อในเหตุผลตามความเป็นจริงไม่มีเทพเจ้าบันดาล

ลักษณะที่ ๒ อนิจจลักษณะ คือ การกำหนดรู้ความเกิดขึ้นและดับไปโดยขณะ และรู้ถึงความมิแล้วหามีไม่ รู้ความว่างเปล่าในเบื้องต้น และที่ สุด

ลักษณะที่ ๓ ทุกขลักษณะ คือ การกำหนดรู้ความเบียดเบียนเฉพาะหน้าด้วยความเกิดขึ้นและดับไป แม้สภาวะลักษณะที่ปรากฏชัดด้วย เพราะเจาะจงที่ตัวสภาวะธรรม (รูปนาม) ที่เกิดขึ้นและดับไป แม้สังขตลักษณะที่เป็นไปชั่วขณะนั้นปรากฏชัดในสภาวะลักษณะ เพราะรู้ว่า ไม่มีความดับไปในขณะที่กำลังเกิดขึ้น และรู้ว่าไม่มีความเกิดขึ้นในขณะที่กำลังดับไป^{๕๑}

ด้วยการกำหนดรู้ความเกิด-ดับของรูปนามที่ปรากฏในขันธ ๕ ที่แทงตลอดลักษณะ ๕๐ ถ้วน อริยสัจ ๔ ปฏิจสมุปบาท นัย ๔ และลักษณะ ๓ โดยประจักษ์แจ้ง สภาวะธรรมที่ดับไปย่อมเกิดขึ้น และสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นย่อมถึงความดับไป ซึ่งเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากวนาได้ชื่อว่า เป็นผู้เริ่มปรารภวิปัสสนา (อาร์ทวิปัสสะกะ) ขณะนั้นวิปัสสนูปกิเลสย่อมเกิดขึ้น

^{๕๐} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๑๘.

^{๕๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๕.

๓.๔ วิปัสสนูปกิเลสที่มาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

ก ที่มาในพระไตรปิฎก

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดวิปัสสนูปกิเลสได้แก่นิ वर्ณคือ อุตัจจะ ในธัมมสังฆวารณินทเทศ คือ “การแสดงอุตัจจะในธรรมกัณฑ์ไว้”^{๕๓} หมายความว่า อุตัจจะนิ वर्ณ จะมาขึ้นขัดขวางปัญญาญาณในวิปัสสนาตั้งแต่ญาณ ๔ อย่างแก่ขึ้นไป เมื่อนิ वर्ณคืออุตัจจะเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนาญาณ โดยเฉพาะในญาณ ๔ อย่างอ่อนแล้ววิปัสสนาจึงเสร้าหมองไม่ใช่เสร้าหมองเพราะเหตุอื่น ไม่ใช่เป็นวิปัสสนูปกิเลสเพราะเหตุอื่น แต่ที่เสร้าหมองหรือเป็นวิปัสสนูปกิเลสนั้นก็เพราะความฟุ้งในธรรมกล่าวคืออุปกิเลส ๑๐ ประการที่เกิดจากการเจริญวิปัสสนาเท่านั้น ดังมีหลักฐานในขุททกนิกายปฏิสัมภิทามรรค ว่า

(ภิกษุ) มีใจถูกอุตัจจะในธรรมกัณฑ์ไว้ เป็นอย่างไร คือ เมื่อภิกษุมนสิการโดยความไม่เที่ยง โอกาสย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนึกถึงโอกาสว่า “โอกาสเป็นธรรม” เพราะนึกถึงโอกาสนั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุตัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุตัจจะนั้นกัณฑ์ไว้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริงไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกซ์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุตัจจะในธรรมกัณฑ์ไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิดอย่างไร ฯลฯ มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ภิกษุย่อมละสังโยชน์ ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้^{๕๔}

พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า การมนสิการโดยไม่เที่ยงเป็นต้นทำให้วิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นตั้งเป็นประเด็นไว้ ๓ ประเด็น คือ

ประเด็นที่ ๑ เพราะมนสิการโดยความไม่เที่ยง ดังนี้

เมื่อมนสิการโดยความไม่เที่ยง ญาณ (ความรู้) ย่อมเกิดขึ้น ปิฎิ (ความอิมใจ) ย่อมเกิดขึ้น ปัสสัทธิ (ความสงบกายสงบใจ) ย่อมเกิดขึ้น สุข (ความสุข) ย่อมเกิดขึ้น อธิโมกษ์ (ความน้อมใจเชื่อ) ย่อมเกิดขึ้น ปัคคหะ (ความเพียรที่พอดี) ย่อมเกิดขึ้น อุปฏิฐาน (สติแก่กล้า) ย่อมเกิดขึ้น อุเบกขา (ความมีใจเป็นกลาง) ย่อมเกิดขึ้น นิกันติ (ความตั้งใจ) ย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนึกถึงนิกันติว่า “นิกันติเป็นธรรม” เพราะนึกถึงนิกันตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุตัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุตัจจะนั้นกัณฑ์ไว้

^{๕๓} คุราชละเอียดยใน บ.ป. (ไทย) ๓๑/ ๖/ ๔๒๕-๖.

^{๕๔} คุราชละเอียดยใน บ.ป. (ไทย) ๓๑/ ๖/ ๔๒๕.

ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตตามความเป็นจริง เพราะเหตุนั้น ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกัณฑ์ไว้ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิดอย่างไร ฯลฯ มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ภิกษุย่อมละสังโยชนได้ อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้^{๕๕}

ประเด็นที่ ๒ เพราะมนสิการโดยความเป็นทุกข์ ดังนี้

เมื่อมนสิการโดยความเป็นทุกข์ ฯลฯ โอกาสย่อมเกิดขึ้น ฯลฯ ญาณย่อมเกิดขึ้น ปีติย่อมเกิดขึ้น ปัสสัทธิย่อมเกิดขึ้น สุขย่อมเกิดขึ้น อธิโมกข์ย่อมเกิดขึ้น ปคคลหะย่อมเกิดขึ้น อุปปุฏฐานย่อมเกิดขึ้น อุเบกขาย่อมเกิดขึ้น นิกันติย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนี้ถึงนิกันติว่า “นิกันติเป็นธรรม” เพราะนี่ถึงนิกันตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทธัจจะนั้นกัณฑ์ไว้ในที่ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะในธรรมกัณฑ์ไว้ ฯลฯ ภิกษุย่อมละสังโยชนได้ อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้^{๕๖}

ประเด็นที่ ๓ เพราะมนสิการโดยความเป็นไตรลักษณ์ ดังนี้

เมื่อมนสิการรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ โดยความเป็นอนัตตตาอยู่ก็ดี เมื่อมนสิการชราและมรณะโดยความไม่เที่ยงเป็นต้น โอกาสก็ดี ญาณก็ดี ปีติก็ดี ปัสสัทธิก็ดี สุขก็ดี อธิโมกข์ก็ดี ปคคลหะก็ดี อุปปุฏฐานก็ดี อุเบกขาดี นิกันติย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนี้ถึงนิกันติว่า “นิกันติเป็นธรรม” เพราะนี่ถึงนิกันตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทธัจจะ ภิกษุมีใจถูกอุทธัจจะนั้นกัณฑ์ไว้ ย่อมไม่รู้ชัดชราและมรณะตามความเป็นจริง โดยไตรลักษณ์ เพราะเหตุนี้ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทธัจจะ ในธรรมกัณฑ์ไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ โดยความไม่เที่ยง มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิด^{๕๗}

ในคัมภีร์บาลีขุททกนิกายปฏิสัมภิตามรรคได้กล่าวถึงวิปัสสนูปกิเลส ไว้ว่า

โอภาเส	เจว	ณาณ	จ	ปีติยา	จ	วิกมปติ
ปัสสทุธิยา	สุเข	เจว		เยหิ	จิตต	ปเวชติ.
อธิโมกฺเข	จ	ปคฺคเห		อุปปุฏฺจาเน	จ	กมปติ

^{๕๕} คุรยลลเยยคใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๖.

^{๕๖} คุรยลลเยยคใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๖.

^{๕๗} คุรยลลเยยคใน ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖/๔๒๖.

อุเปกขาวชชนายณจ อุเปกขาย นิกนุติยา.^{๕๘}
 แปลว่า จิตย่อมกวัดแกว่ง หวั่นไหวเพราะโอภาส
 เพราะญาณ เพราะปีติ เพราะปีสัสทธิ
 เพราะสุข เพราะอิโมกข์ เพราะปีคคะ
 เพราะอุปีฏฐาน เพราะอุเบกขาเพราะน้อมนึกถึง
 อุเบกขาและนิกันติ^{๕๙}

นอกจากนี้ในบาลีขุททกนิกายปฎิสัมภิตามรรคได้กล่าวถึงผู้ที่ผ่านพ้นจากวิปัสสนูปกิเลสดังกล่าวไว้ว่า

อิมานิ ทส จานานิ ปญญา ยสฺส ปริจิตา
 ธมฺมุทฺธจฺจกุสโล โหติ น จ วิกุเขปํ คจฺฉติ.^{๖๐}
 แปลว่า ภิกษุนี้กำหนดฐานะ ๑๐ ประการนี้ ด้วยปัญญาแล้ว
 ย่อมเป็นผู้ฉลาด ในอุทธีจะในธรรมและย่อมไม่ถึงความหลงไหล
 จิตกวัดแกว่ง เสร้าหมองจิตภาวนา ย่อมเคลื่อน
 จิตกวัดแกว่ง ไม่เส้าหมองจิตภาวนาย่อมเสื่อมไป
 จิตบริสุทธี ไม่เส้าหมองจิตภาวนาย่อมไม่เสื่อมไป
 จิตไม่ฟุ้งซ่าน ไม่เส้าหมองจิตภาวนาย่อมไม่เคลื่อน

ด้วยฐานะ ๔ ประการนี้ ภิกษุย่อมรู้ชัดความที่จิตกวัดแกว่ง ฟุ้งซ่าน ถูกโอภาสเป็นต้น
 กันไว้ ด้วยฐานะ ๑๐ ประการนี้ ฉะนี้แล^{๖๑}

นอกจากนี้ยังมีปรากฏในรถวินิตสูตร^{๖๒}เป็นการสนทนาแบบถามตอบระหว่าง พระ
 ปุณณมันตานีบุตรและพระสารีบุตร ที่ ป่าอันธวัน เขตกรุงสาวัตถีและมีอุปมาอุปไมยซึ่งเป็นการ
 กล่าวถึงเป้าหมายแห่งพรหมจรรย์ตามลำดับวิสุทธิ ๗^{๖๓}ใจความโดยย่อมีว่า พระพุทธองค์ประทับอยู่
 ณ พระเวฬุวัน เขตกรุงราชคฤห์ได้ตรัสถามพวกภิกษุที่มาจากท้องถิ่นหลังออกพรรษาว่า ภิกษุรูปใด
 ที่เพื่อนพรหมจารีในท้องถิ่นยกย่องว่า ตนเองมักน้อย สันโดษ ชอบสงัด ไม่ชอบคลุกคลี ประกอบ

^{๕๘} จ.ป. (บาลี) ๓๑/๓/๓๑๓.

^{๕๙} คูรายละเอียดใน จ.ป. (ไทย) ๓๑/๓/๔๒๖.

^{๖๐} คูรายละเอียดใน จ.ป. (บาลี) ๓๑/๓/๔๒๗.

^{๖๑} คูรายละเอียดใน จ.ป. (ไทย) ๓๑/๓/๔๒๗.

^{๖๒} คูรายละเอียดใน ม.น. (ไทย) ๑๒/๒๕๒ - ๖๐/๒๓๓ - ๘๔.

^{๖๓} คูรายละเอียดใน ม.น. (ไทย) ๑๒/๒๕๖-๗/๒๓๖ - ๗๗.

ความเพียร สมบูรณ์ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัสสนะแล้ว ชักชวนเพื่อพรหมจรรย์ทั้งหลาย ให้ประพฤติเหมือนตน ภิกษุเหล่านั้นทูลว่า คือ ท่านพระปุลณมันตานีบุตรเจ้าข้า ส่วนว่า ท่านพระสารีบุตรนั่งอยู่ในที่ประชุมด้วย รู้สึกชื่นชมยินดีกับการอนุโมทนาของพระพุทธรองค์ทรงยกย่องท่านปุลณมันตานีบุตร และปรารถนาอยากจะพบ ต่อมาท่านปุลณมันตานีบุตรได้มาเฝ้าพระพุทธองค์ที่พระเชตวัน อารามของอนาถบิณฑิกเศรษฐี หลังจากนั้นท่านทั้งสองก็ได้พบปะสนทนากันถึงเรื่องนี้ วิปัสสนูปกิเลสปรากฏในมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิซึ่งมีคำอธิบายแล้วในส่วนแห่งอรรถกถาปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค

ข วิปัสสนูปกิเลสที่มาในอรรถกถา ฎีกา และอื่น ๆ

เรื่องวิปัสสนูปกิเลสที่ปรากฏนอกเหนือจากพระไตรปิฎกนั้น ได้มีผู้นำไปเขียนเป็นหนังสือไว้หลายท่าน ซึ่งมีสำนวนแตกต่างกันออกไป ตามวัตถุประสงค์ของการเขียนว่า จะเขียนให้ผู้อ่านได้อรรถรสแห่งความหลากหลายในลีลาการแต่ง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค^{๖๔} หนังสือวิปัสสนาทีปนีฎีกา^{๖๕} หนังสือปฐมวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย^{๖๖} หนังสือวิมุตติมรรค^{๖๗} หนังสือหลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน^{๖๘} หนังสือวิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๒ ว่าด้วยการเจริญสติปัฏฐาน^{๖๙} หนังสือพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม^{๗๐} หนังสือพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับ

^{๖๔} พระพุทธโฆสเถระ, วิสุทธิมรรค เล่ม ๓, แปลโดย พระเมธีกิตติโยคิม, ธนิต อยู่โพธิ์, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ วิญญูญาณ, ๒๕๔๑), หน้า ๓๒๒ – ๓๓๑. และ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธอาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), หน้า ๑๐๖๑ – ๑๐.

^{๖๕} พระอาจารย์ ภัททันตะ อาสภเถระ ชัมมาจริยะ, วิปัสสนาทีปนีฎีกา, หน้า ๕๕ – ๖๐.

^{๖๖} พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ชัมมาจริยะ อัครมหาคัมมัฏฐานาจริยะ, ปฐมวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์ พริ้นติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน), ๒๕๕๔), หน้า ๑๔๑ – ๑๔๘.

^{๖๗} พระอุปติสเถระ, วิมุตติมรรค, แปลโดย พระเทพโสภณ (ประยูร ฐมมจิตโต) และคณะ แปลจากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระ และพระเขมินทเถระ, (กรุงเทพมหานคร : มปป., ๒๕๔๘), หน้า ๒๖๘.

^{๖๘} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๕), หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๑๗๖.

^{๖๙} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร ป.ธ.๕), วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๒, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๓๔๕, ๔๔๕, ๔๕๑.

^{๗๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๔๓.

ประมวลศัพท์^{๑๐} หนังสือวิปัสสนาธุระ^{๑๑} หนังสือธัมมจักกัปปวัตตนสูตร^{๑๒} หนังสือพุทธธรรม^{๑๓} และ กาวนาทีปนี^{๑๔}

วิปัสสนูปกิเลส คือ อุปกิเลสแห่งวิปัสสนา เป็นธรรมารมณ์ที่เกิดแก่ผู้ได้ตรุณวิปัสสนา หรือวิปัสสนาอ่อนๆ ทำให้เข้าใจผิดว่า ตนบรรลุมรรคผลแล้ว เป็นเหตุขัดขวางให้ไม่ก้าวหน้าต่อไปในวิปัสสนาญาณ พบในวิสุทธิ ๗ โดยเฉพาะข้อ ๕ คือ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ^{๑๕} หมายถึง ความหมจดจ่อแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมิใช่ทาง เป็นการเริ่มเจริญวิปัสสนาด้วยพิจารณาคลาป จนมองเห็นความเกิดขึ้น และความเสื่อม ไปแห่งสังขารทั้งหลาย เรียกว่า อุทกัปปยานุปีสสนา หรือตรุณวิปัสสนา คือ วิปัสสนาญาณอ่อนๆ ซึ่งมีวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น การกำหนดอุปกิเลสทั้ง ๑๐ แห่งวิปัสสนานั้น มิใช่ทาง ส่วนวิปัสสนาที่เริ่มดำเนินเข้าสู่วิถีนั้นเป็นทาง เตรียมที่จะประคองจิตไว้ในวิถีคือ วิปัสสนาญาณนั้นต่อไป ข้อนี้จัดเป็นขั้นกำหนดมัคคสังข^{๑๖} ตรุณวิปัสสนา หรือ ตรุณอุทกัปปยญาณนี้เป็นญาณแรกในวิปัสสนาญาณ ๕ อันเป็นตัววิปัสสนา คือ ปัญญาความรู้ที่ทำให้เกิดความรู้แจ้งเข้าใจสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง ความจริงญาณนี้ชื่อว่า อุทกัปปยานุปีสสนาญาณ คือ ญาณที่ตามเห็นความเกิดและความดับของสังขาร โดยการพิจารณาเห็นความเกิดขึ้นและดับไปในขั้น ๕ (รูปนาม) อย่างชัดเจนว่า ขั้น ๕ ที่เกิดขึ้นแล้วก็ต้องแตกดับไปเหมือนกันหมด^{๑๗}

เมื่อผู้ปฏิบัติมาถึงอุทกัปปยญาณใหม่ๆ (อ่อนๆ) เริ่มปรากฏวิปัสสนูปกิเลสคือ สิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ทำให้วิปัสสนาเสื่อมไป เพราะผู้ปฏิบัติธรรมที่พบเห็นสิ่งเหล่านี้อาจสำคัญผิดว่า ตนได้บรรลุมรรคผลนิพพานแล้วหยุดปฏิบัติ หรือ แม้จะไม่สำคัญผิดอย่างนั้น ก็อาจยินดีพอใจส่งผลให้การเจริญสติขาดช่วง และความก้าวหน้าลดลง แต่ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมเข้าใจว่า เป็นเพียง

^{๑๐} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๓๗๕ - ๓๖.

^{๑๑} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนาธุระ, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, หน้า ๕๑๖.

^{๑๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร, แปลโดย พระคันธสารากวีวงศ์, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๖๑.

^{๑๓} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๓๒๖ อ., ๓๓๐, ๓๖๒, ๓๘๐, ๕๖๐ อ., ๕๗๗.

^{๑๔} พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๘), กาวนาทีปนี, (กรุงเทพมหานคร : ดอกหญ้า, ๒๕๔๕), หน้า ๑๕๓ - ๕๕.

^{๑๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๔๓.

^{๑๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๘.

^{๑๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๒๖.

ทางผ่านเหมือนป้ายบอกทาง แล้วกำหนดรู้ตามความเป็นจริงก็ไม่อาจทำให้วิปัสสนาเสื่อมมี ๑๐ ประการ^{๑๕}

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการนี้ จะเกิดแก่ผู้เจริญวิปัสสนากวณา ในเมื่อได้บรรลุถึง อุทกัปปยญาณที่ยังอ่อนอยู่ ถ้ามีผู้มีความเพียรนั้นพลาดพลังหลงกลต่อวิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้แล้ว ย่อมจะเข้าถึงสภาวะที่เรียกว่า ตกเหวตายอยู่เพียงนี้ คือ ไม่สามารถจะบำเพ็ญความเพียรในวิปัสสนา ต่อไป เพราะเข้าใจผิดคิดว่า ตนสำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้ว แต่ถ้ามีอุปนิสัยบารมีดีในอดีตชาติ คือ ผู้ที่ควรบรรลุมรรคผล เพราะปฏิบัติด้วยไตรเหตุ และสามารถพาตนให้ผ่านวิปัสสนูปกิเลสไปได้ แล้ว วิปัสสนาญาณก็จะดำเนินไปตามแนวทางแห่งรูปนาม (สังขาร) มีอาการเกิดดับชัดเจนขึ้น จนพบสภาวะในญาณต่อๆ ไป^{๑๖}

ในงานวิจัยของแม่ชีระวีวรรณ ชุมจารินี (งานวิสุทธิพันธ์)^{๑๗} พบว่า สิ่งที่เป็นอันตราย แก่โยคีผู้บำเพ็ญวิปัสสนา ได้แก่ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ อันไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้ กิเลส ๑๐ ประการ จะต้องเข้ามารบกวนโยคีมากบ้าง น้อยบ้าง ที่จะกล่าวว่าไม่มีนั้น เห็นจะไม่มี จะมีก็น้อย หรือมากกว่ากัน เร็วหรือช้ากว่ากันเท่านั้น ซึ่งตรงกับมติในวิปัสสนานัยเล่ม ๒ หมายความว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาทุกคนจะต้องประสบพบเจออย่างแน่นอน ส่วนจะพบมากหรือน้อย แล้วแต่การ กำหนด

เมื่อผู้ปฏิบัติผ่านวิปัสสนูปกิเลสนี้ไปแล้ว จนเกิดพลวิปัสสกบุคคล คือ บุคคลผู้เจริญ วิปัสสนาจนได้ญาณแก่กล้า ก็ไม่เกิดวิปัสสนูปกิเลส เช่นกัน เพราะฉะนั้น อุปกิเลสหรือวิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดแก่โยคีผู้เพียรพร้อมด้วยญาณตั้งแต่นิพพิทาญาณขึ้นไป^{๑๘} ในบทต่อไปจักกล่าวถึง ลักษณะสภาวะของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการที่เกิดขึ้นและวิธีการแก้ไขเป็นลำดับไป

^{๑๕} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), *อริยวังสปฏิบัติปา,* หน้า ๑๒๘.

^{๑๖} พระอาจารย์ ภัททันตะ อาสภเถระ ชัมมาจาริยะ, *วิปัสสนาที่ปณีฎีกา,* หน้า ๕๕ – ๖๐.

^{๑๗} แม่ชีระวีวรรณ สุทธิจารินี (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติ วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”, *วิทยานิพนธ์พุทธ- ศาสตรมหาบัณฑิต,* (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔๑.

^{๑๘} พระโสภณมหาเถระ, *วิปัสสนาธุระ หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์),* แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, (กรุงเทพฯ มหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๕๑๖.

บทที่ ๔

ศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่ได้พากเพียรกำหนดสติในฐานกาย เวทนา จิต และธรรมอย่างต่อเนื่อง ไม่เกียจคร้าน หรือทอดธุระในการกำหนดอารมณ์พระกรรมฐานย่อมเข้าถึงสภาวะแห่งการกำหนดรูปรูปนามได้เป็นอย่างดีและย่อมประสบพบเห็นกับสภาวะธรรมแปลก ๆ ใหม่ ๆ เช่น แสงสว่าง ความรู้ชัดในรูปนาม ความเอิบอิ่มใจ ความสุข ความเบากายและใจ เป็นต้น หากไม่ฉลาดในอุบายวิธีที่ย่อมหลงยึดติดด้วยอำนาจแห่งความยินดีพอใจกับสิ่งที่ประสบพบเจอด้วยเห็นว่าเป็นของดีของวิเศษ ก็จะส่งผลให้วิปัสสนาญาณมัวหมอง ไม่ส่องใส ซึ่งเรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส คือสภาวะธรรมที่เกิดแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่พากเพียรโดยชอบ จนกระทั่งได้เข้าถึงสภาวะญาณแห่งอุทยัพพญาณอ่อน ๆ ในบทนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาลักษณะของวิปัสสนูปกิเลสที่เกิดขึ้นและวิธีการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจากตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนาเถรวาทโดยจำแนกเป็นประเด็นการศึกษาดังนี้

๔.๑ อาการที่ปรากฏชัดแห่งวิปัสสนูปกิเลส

๔.๑.๑ เหตุเกิดขึ้นของวิปัสสนูปกิเลส

๔.๑.๒ ลักษณะการเกิดของวิปัสสนูปกิเลส

๔.๑.๓ เหตุที่เป็นวิปัสสนูปกิเลส

๔.๑.๔ อาการที่ปรากฏชัดของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ

๔.๒ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลส

๔.๒.๑ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของหลวงพ่อ โชคก

๔.๒.๒ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของหลวงพ่อกัททันตะอาสาภมมหาเถระ

๔.๒.๓ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของพระโสภณมหาเถระ(มหาสีสยาตอ)

๔.๑ อาการที่ปรากฏชัดแห่งวิปัสสนูปกิเลส

ลักษณะของวิปัสสนูปกิเลสที่เริ่มปรากฏชัด เพราะเกิดจากผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา บรรลุสัมมสมณญาณสามารถรู้เห็นพระไตรลักษณ์ของรูปนามในปัจจุบันโดยประจักษ์และอนุมานรู้พระไตรลักษณ์ของรูปนามอื่นได้โดยไม่ต้องจดจ้องมากนักเช่นนั้นแล้ว ครั้นพยายามกำหนดพิจารณารูปนามนั้นต่อไป สมารถก็จะเริ่มแก่กล้าขึ้น โดยลำดับ ในลำดับนั้น วิปัสสนูปกิเลส คือ ความวางเฉยด้วยเห็นประจักษ์แจ้งในความเกิดขึ้นและดับไปอันเป็นเบื้องต้นและที่สุคของรูปนามใน

ปัจจุบันขณะย่อมเกิดขึ้น วิปัสสนูปกิเลสดังกล่าวได้ชื่อว่าอุทกัพพญาณ คือ ปัญญารู้เห็นความเกิดขึ้นและดับไปของรูปนามปัจจุบัน^๑

เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากาวาสสามารถหยั่งเห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วได้สติจะมีกำลังมากกว่าเดิม สามารถพุ่งไปหาอารมณ์ปัจจุบันอย่างทันทั่วทั้งที่ อารมณ์ก็ปรากฏชัดเหมือนแนบชิดกับสติ อีกทั้งปัญญาก็หยั่งเห็นสภาวธรรมที่ปรากฏแต่ละอย่างชัดเจนไม่ปะปนกัน เขาย่อมดำริได้ว่า รูปนามเหล่านี้เกิดดับอย่างรวดเร็วเหมือนเครื่องจักรที่ทำงานตามขั้นตอน แม้รูปนามจะเกิดดับเร็วมาก ก็สามารถรู้เห็นได้ชัดเจน สิ่งที่ควรรู้เห็นคงจะมีเพียงเท่านี้ ไม่มีสิ่งอื่นนอกไปจากนี้แล้ว ความดำริดังกล่าวเป็นความคิดเห็นที่เกิดจากประสบการณ์หยั่งเห็นความเกิดดับ ซึ่งไม่เคยได้พบเห็นแม้กระทั่งในความฝัน ขณะนั้นวิปัสสนูปกิเลสย่อมเกิดขึ้น ดังในหนังสือวิปัสสนากรรมฐานได้แสดงเหตุเกิดขึ้นของวิปัสสนูปกิเลสไว้ดังนี้

๔.๑.๑ เหตุเกิดขึ้นของวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นได้เพราะเป็นผลมาจากการได้กำหนดรู้ความแตกต่างของขั้น ๕^๒ อริยสัจ ๔^๓ ปฏิจจสมุปบาท^๔ นัย ๔^๕ และ ลักษณะ ๓^๖ ที่ปรากฏอยู่อย่างนี้ จึงเห็นรูปนามปรากฏขึ้นเป็นของใหม่อยู่เรื่อย ๆ ว่า ธรรมทั้งหลายแต่ก่อนที่ไม่เคยเกิด บัดนี้เกิดขึ้นแล้ว ครั้นเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ซึ่งโดยปกติธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ทั้งใหม่และเก่าก็มีความเกิดดับอยู่เนือง ๆ อุปมาดังหยาดน้ำค้าง ต่อม่น้ำ รอยขีดบนผิวน้ำ เมล็ดผักกาดบนปลายเหล็กแหลม สายฟ้าแลบ พยับแดด ความฝัน ซึ่งปรากฏว่า เป็นสิ่งที่ไม่มีการเสาะแสวงหา ประคองมาจากการที่ไม่มีอยู่จริง ในวิธีการปฏิบัติดังกล่าวชื่อว่า บรรลุตรุณวิปัสสนาญาณอันดับแรกคือ อุทกัพพยานุปีสสนา (อย่างอ่อน) ย่อมถึงการนับว่า

^๑ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา, หน้า ๑๓๐ – ๑๓๑.

^๒ ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ช. ๕, M.A., Ph.D., อริยวังสปฏิปทา, หน้า ๑๒๔ – ๑๒๕. และ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีขยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, หน้า ๒๒๔-๒๒๕. และ ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๑๗.

^๓ ดูรายละเอียดใน ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๑๗.

^๔ ดูรายละเอียดใน เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๘.

^๕ อ่างแล้ว.

^๖ อ่างแล้ว.

เป็นอาร์ทวิปัสสะกะ^๓ คือ ผู้เริ่มต้นบำเพ็ญวิปัสสนาหรือผู้เริ่มต้นเห็นแจ้ง ซึ่งวิปัสสนูปกิเลสจะปรากฏขึ้นแก่โยคีช่วงนี้ แต่จะไม่เกิดขึ้นแก่บุคคล ๔ จำพวก คือ พระอริยสาวกผู้ได้บรรลุมรรคผลแล้ว ผู้ปฏิบัติผิดทาง ผู้ทอดทิ้งกรรมฐาน และผู้เกียจคร้านย่อหย่อนในการปฏิบัติ^๔

ความชัดเจนแห่งวิปัสสนูปกิเลสนี้ ได้มีพระเถระผู้รู้ในอรรถธรรมคือ ท่านพระสารีบุตรอธิบายว่า ใจที่ถูกวิปัสสนูปกิเลสครอบงำไว้เพราะว่า การมโนการอยู่โดยความไม่เที่ยงนั้น โอกาสคือแสงสว่างก็บังเกิดขึ้น ทำให้เข้าใจผิดว่า สิ่งที่พบเห็นนั้นเป็นธรรมวิเศษ ดังนั้น ความฟุ้งซ่านจึงได้โอกาสเกิดขึ้นมาเป็นเหตุ ครอบงำจิตใจของผู้ปฏิบัติที่ไม่กำหนดรู้ถึงความปรากฏของความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง^๕ เป็นต้น

พระอาจารย์ ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ฐัมมาจริยะ อัครมหากรรมฐานาจริยะ ท่านแสดงทัศนะเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า ลักษณะพิเศษของอุท্থัพพญาณที่ควรจะทราบเอาไว้ด้วย คือ เมื่อถึงญาณนี้แล้วใจของโยคีผู้ปฏิบัติจะผ่อนคลายโดยอำนาจของสมาธิ เป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนูปกิเลสขึ้นมา ทำให้ประสบพบเห็น และเกิดความรู้สึกนึกคิดแปลกประหลาดต่าง ๆ นานา ซึ่งผู้ที่ไม่เคยเข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจะไม่มีโอกาสได้พบเห็นเป็นอันขาด^๖ วิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ประการนี้ย่อมเกิดขึ้นแก่โยคีผู้ปฏิบัติทุกคน เมื่อบรรลุถึงอุท্থัพพญาณอย่างอ่อน ต่อไปจะได้แสดงการเกิดของวิปัสสนูปกิเลส

๔.๑.๒ ลักษณะการเกิดของวิปัสสนูปกิเลส

อุปกิเลสทั้งหลายยกเว้นนิกัณตอาจเกิดขึ้นที่ละอย่าง ๆ ในแต่ละขณะของจิตดวงหนึ่ง ๆ หรืออาจเกิดหลาย ๆ อย่าง พร้อม ๆ กันก็ได้ ดังนั้น ฟังทราบว่าอุปกิเลสที่เหลือ ๕ อย่าง สามารถเกิดพร้อมกันได้ในขณะที่เดียวกันทั้งหมด ส่วนนิกัณตนั้นเนื่องจากเป็นสภาวะที่หลงยินดีในอุปกิเลส ๕ อย่างเหล่านั้นจึงเกิดได้ในเฉพาะขณะจิตแต่ละขณะโดยเอกเทศ ดังนั้น ลำดับของอุปกิเลสที่แสดงมานี้มิใช่เป็นการแสดงตามลำดับการเกิดขึ้นของสภาวะธรรม แต่เป็นการแสดงโดยลำดับเทศนาในวิสุทธิมรรคมหาฐีกาอธิบายไว้ว่า

^๓ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาหัย เล่ม ๒, หน้า ๒๓๖.

^๔ พระมหาสีสยาตอ (โสภณมหาเถระ), แปลโดยจรัญ ธรรมดา, วิปัสสนาธุณี, หน้า ๒๕๒.

^๕ ดูรายละเอียดใน ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๐.

^๖ ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ฐัมมาจริยะ อัครมหากรรมฐานาจริยะ, ธนาคม บรรเทาคุณ, ปฐม-วิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งฯ, ๒๕๕๔), หน้า ๑๔๒.

น วาปี อุปกิเลสา เอกกฺขณปี อุปฺปชฺชนติ , ปจฺจเวกฺขณา ปน วิสุ วิสุ โหติ.^{๑๑}

จริงอยู่ อุปกิเลสนอกจากนิกัณฑ์ แม้ทั้ง ๕ ย่อมเกิดขึ้นได้แม้ในขณะที่เดียวกัน ส่วนการพิจารณานั้นแยกกันพิจารณา.

๔.๑.๓ เหตุที่เป็นวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ หรืออุปกิเลส ๑๐ ที่เรียกว่าเป็นอุปกิเลส นั้น เพราะว่าเป็นอารมณ์หรือเป็นวัตถุที่ตั้งของอุปกิเลสมิใช่เพราะว่าเป็นอกุศลแต่อย่างใด ยกเว้นนิกัณฑ์เป็นทั้งตัวอุปกิเลสด้วย และเป็นทั้งอารมณ์ของอุปกิเลสด้วย^{๑๒}

เหตุที่เป็นอุปกิเลสเพราะผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดว่าแสงสว่าง ญาณ และปีติ เป็นต้นที่ไม่เคยพบมาก่อนนั้นเป็นคุณธรรมพิเศษหรือเกิดจากการบรรลุคุณธรรมพิเศษ ย่อมเสื่อมไปจากทางวิปัสสนา คือ การเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรม เขาจะไม่เพียรปฏิบัติเพื่อบรรลุวิปัสสนาญาณขั้นสูงต่อไป หรืออาจพอใจยึดติดแสงสว่าง เป็นต้นโดยมิได้กำหนดรู้เท่าทันปัจจุบัน ในขณะที่นั้นจะเกิดความยึดถือ(คาห)ที่จำแนกได้ ๓ ประการ คือ

๑) ตัณหา ความยินดีพอใจแสงสว่าง เป็นต้น

๒) มานะ ความถือตัวว่าตนดีกว่าคนอื่น

๓) ทิฎฐิ ความเห็นผิดว่าแสงสว่างเป็นเรา หรือของเรา

เมื่อรวมวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างกับความยึดมั่นทั้ง ๓ ที่มีในแต่ละอย่างก็จะมี ความยึดถือ ๓๐ อย่าง แต่ถ้านับความยึดมั่นในวิปัสสนูปกิเลสเหล่านั้นแบบโดยรวมว่าเป็นความยึดถือเดียว โดยไม่จำแนกก็มีวิปัสสนูปกิเลสเพียง ๑๐ อย่าง ดังคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวไว้ว่า

เอตฺถ จ โภกาสาทโย อุปฺกุกิเลสวตฺตฤตฺตาย อุปฺกุกิเลสาคี วุตฺตทา,
น อุกุสลตฺตทา. นิกฺกนฺติ ปน อุปฺกุกิเลโส เจว อุปฺกุกิเลสวตฺต จ.
วตฺตวเสเนว เจเต ทส. คาหฺวเสน ปน สมฺมตฺตีส โหนฺติ.^{๑๓}

^{๑๑} อ้างถึง วิสุทธิ.ฎี. ๒/๔๗๗. อ้างใน พระมหาสีตยาอ (โสภณมหาเถระ), แปลโดยจางุญ ธรรมดา, วิปัสสนาธุระ, หน้า ๕๒๘.

^{๑๒} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๗.

^{๑๓} อ้างถึง วิสุทธิ.๒/๓๐๕. อ้างใน สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) , อริยวังสปฏิปทา, หน้า ๑๔๐.

อนึ่ง ในอุปกิเลส ๑๐ เหล่านี้ แสงสว่างเป็นต้นกล่าวว่าเป็น
 อุปกิเลส เพราะเป็นที่ตั้งของอุปกิเลส มิใช่เพราะอกุศล ส่วนนิกันติ
 เป็นทั้งอุปกิเลสและที่ตั้งของอุปกิเลส ก็อุปกิเลส ๑๐ เหล่านี้มีได้
 โดยทางวัตถุ แต่โดยทางความยึดถือมี ๓๐ ถ้วน

ข้อความข้างต้นหมายความว่า วิปัสสนูปกิเลส ๘ อย่างแรกมีแสงสว่างเป็นต้นอันเป็น
 ที่ตั้งของอุปกิเลสนี้ จะเป็นอุปกิเลสได้ก็ต่อเมื่อยึดถือด้วยตัณหา มานะ และทิฐิ ถ้าไม่ยึดถือด้วย
 อกุศลดังกล่าว ก็ไม่จัดเป็นอุปกิเลส ดังนั้น โภชฌงค์มีสติเป็นต้นที่ปรากฏชัดในระดับกัมมญาณเป็น
 ต้นไปจนถึงสังขารเพกขาญาณ พร้อมทั้งสุขและอิโมกข์เป็นต้นที่เกิดร่วมกับโภชฌงค์ จึงไม่
 เรียกว่าอุปกิเลส เพราะมิได้ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง^{๔๔}

วิปัสสนูปกิเลส ตั้งแต่ตั้งโอภาสจนถึงอุเบกขาเป็นกุศลแท้ เพราะจะเกิดขึ้นได้ผู้ปฏิบัติ
 ต้องใช้ความเพียรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นอย่างยิ่ง ส่วนสภาวะคือแสงสว่างที่เกิดกับ
 พระอริยบุคคลทั้งหลายในช่วงปฏิบัติท่านไม่จัดเป็นอุปกิเลส ส่วนตัวอุปกิเลสคือ นิกันติ ที่มีองค์ ๓
 คือ ตัณหา มานะ ทิฐิ^{๔๕}

๔.๑.๔ อาการที่ปรากฏชัดของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ มีลักษณะที่ปรากฏชัดแต่ละอย่าง ดังต่อไปนี้

ประการที่ ๑ โอภาส

โอภาส คือ แสงสว่าง หรือ วิปัสสนโนภาส หมายถึง ใจสว่างที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา

เมื่อวิปัสสนโนภาสเกิดขึ้นโยคาวจรคิดว่า แสงสว่างเช่นนี้ไม่เคยปรากฏแก่ตัวเราเลยเราคง
 บรรลุมรรคผลแล้ว เมื่อเป็นเช่นนี้ทำให้เขาถือเอาสิ่งที่ไม่ใช่มรรคว่าเป็นมรรค สิ่งที่ไม่ใช่ผลว่าเป็น
 ผล ทำให้วิปัสสนาญาณก้าวออกไปนอกทางที่ถูกต้อง (คือมิใช่วิปัสสนา) เพราะการละทิ้งอารมณ์
 กัมมัฏฐานเดินคือ รูปนาม หรือมุลกัมมัฏฐานมานั่งชื่นชมวิปัสสนโนภาสด้วยอำนาจกิเลส ๓ คือ
 ตัณหา มานะ และทิฐิ

ลักษณะของวิปัสสนโนภาสนี้มีกำลังไม่เท่ากัน เช่น

บางท่านส่องสว่างเพียงฐานบัลลังก์เท่านั้น

บางท่านส่องสว่างตลอดภายในห้อง

^{๔๔} สมเด็จพระพุทธิชนวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวัฏสปฏิปทา, หน้า ๑๔๐ – ๑๔๑.

^{๔๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๐ – ๑๔๑.

บางท่านส่องสว่างภายนอกห้องด้วย
 บางท่านส่องสว่างไปทั่ววิหารทั้งหมด
 บางท่านส่องสว่างไปตลอด ๑ คาบ
 บางท่านส่องสว่างไปตลอดครึ่งโยชน์
 บางท่านส่องสว่างไปตลอด ๑ โยชน์
 บางท่านส่องสว่างไปตลอด ๒ โยชน์
 บางท่านส่องสว่างไปตลอด ๓ โยชน์ ฯลฯ
 บางท่านส่องสว่างเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันตั้งแต่พื้นปฐพีขึ้นไปจนถึงพรหมโลกชั้น
 อภินิษฐ์และบางท่านส่องสว่างพิเศษกว่านั้น เช่น พระพุทธองค์ส่องสว่างไปตลอดหมื่น โลกธาตุ
 สำหรับความแตกต่างกันของวิปัสสนาภาสนี้ มีอธิบายดังนี้

ตัวอย่างของวิปัสสนาภาส

พระเถระ ๒ รูป นั่งอยู่ในเรือนมีฝา ๒ ด้าน ณ จิตตลบรรพต วันนั้นเป็นวันพระอุโบสถ
 แรม ๑๕ ค่ำมีเมฆหมอกหนาทึบในเวลากลางคืน พระเถระรูปหนึ่งกล่าวว่า ข้าแต่ท่านผู้เจริญ
 ดอกไม้ ๕ สี บนสีหาคณะในลานเจดีย์กำลังปรากฏแก่กระผมอยู่ พระเถระอีกรูปหนึ่งจึงกล่าวว่า ผู้มี
 อายุ ยังไม่น่าอัศจรรย์ เพราะว่า ขณะนี้ผมมองเห็นเต่าและปลาที่ห่างออกไป ๑ โยชน์ในมหาสมุทร

ความจริงแล้ว วิปัสสนูปกิเลสนี้จะเกิดแก่ผู้เคยฝึกสมถภาวนามาก่อน และเป็นการเจริญ
 วิปัสสนาแบบ สมถนำหน้าวิปัสสนาตามหลัง (สมถวิปัสสนา) เพราะกิเลสที่ถูกข่มไว้ด้วยอำนาจ
 สมาธิกำริบไม่ได้ ทำให้ตนคิดว่า บรรลุธรรมวิเศษ หรือเป็นพระอรหันต์แล้ว เหมือนกับตัวอย่างคือ

พระมหานาคเถระ ที่อยู่ในอุจจิงกวาลิกก็ดีพระมหาทัตตเถระ ที่อยู่ในหังกนกะก็ดี
 และพระจูปสุมนเถระ ที่อยู่ในนิงกเปณกปธานมระ บนภูเขาจิตตละก็ดี^{๑๖}

ขณะเกิด โภภาส คือ แสงสว่างนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมไม่ควรใส่ใจต่อแสงสว่างหรือ
 ประสบการณ์อื่นที่ได้รับมากนัก ควรกำหนดว่า เห็นหนอ ๆ ตีหนอ ๆ รู้หนอ ๆ พิจารณาหนอ ๆ เลื่อมใส
 หนอ ๆ ตีใจหนอ ๆ หรือ อิ่มใจหนอ ๆ ตามสภาวะนั้นๆ ในเบื้องต้นอาจรู้สึกพอใจ ที่ได้พบเห็นแสง
 สว่าง แม้จะกำหนดสภาวะเห็น แสงสว่าง ก็ไม่หายไป เพราะผู้ปฏิบัติมีความพอใจ (นิกันติ) ต่อมาเมื่อ
 พบเห็นแสงสว่างเป็นเวลานาน แม้จะกำหนดจนหายไปได้ บางคนอาจพบเห็นแสงสว่าง เป็นเวลานาน
 แม้จะกำหนดก็ไม่หาย ในเวลานั้นจึงไม่ควรใส่ใจต่อแสงสว่าง ให้ถือว่าเป็นฉากหลังของการปฏิบัติ แต่
 ควรมุ่งกำหนดรู้สภาวะธรรมทางกายและใจที่ปรากฏชัดเป็นหลัก และไม่ควรรไปพิจารณาว่า แสงสว่าง

^{๑๖} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๐-๑๒๑.

ยังปรากฏอยู่หรือไม่ เพราะถ้าพิจารณาอย่างนั้นอาจทำให้แสงสว่างปรากฏเรื่อยไป^{๑๓}

ประการที่ ๒ ญาณ

ญาณ คือ ความรู้หรือ วิปัสสนาญาณ หมายถึง ปัญญาที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนาในขณะที่โยคีกำลังเทียบเคียง ไตรตรองรูปธรรมและนามธรรมทั้งหลายอยู่นั้น ญาณ ซึ่งมีกระแสอันปราดเปรียวแหลมคมแก่กล้าชัดเจน ก็บังเกิดขึ้น ประดุจดั่งวชิระของพระอินทร์ที่ทรงชดออกไป คือ มีความรู้ในรูปนามได้อย่างชัดเจนโดยไม่มี ความสงสัยอะไรเลย^{๑๔}

ญาณนี้อาจทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดว่าเป็นพระนิพพานหรือทำให้ยินดีพอใจ(นิกนฺติ) ส่งผลให้การเจริญสติไม่ต่อเนื่องและรูปนามไม่ปรากฏชัดเจน จึงจัดเป็นวิปัสสนูปกิเลส^{๑๕}

ประการที่ ๓ ปิติ

ปิติ คือ ความเอิบอิ่มใจที่เกิดขึ้นจากการเจริญวิปัสสนาเป็นปิติที่มีลักษณะ ๕ อย่าง คือ

๑. ขุททกปิติ ปิติเล็กน้อยคือความรู้สึกอิ่มใจโดยมีขนลุกทั่วร่างกายเนื้อหนังสั่น น้ำตาไหล หรือรู้สึกสดชื่นเบาสบาย ปรากฏครั้งเดียวแล้วหายไป

๒. ขณิกาปิติ ปิติชั่วขณะคือความอิ่มใจที่มีลักษณะขนลุกหลายครั้งต่อเนื่องเหมือนสายฟ้าแลบเกิดขึ้นบ่อยครั้ง ดังข้อความในอรรถกถา ธรรมบท^{๑๖}ว่า

ยา ปเนสา ฆมมํ กถนุตตฺส วา สฺกนฺตฺส วา
วาเจนตฺส วา อนฺโต อุปฺปชฺชมานา ปิติ อุกฺกภาวํ
ชเนติ. อสฺสูนิ ปวตฺเตติ. โลมหํสํ ชเนติ. สายํ
สํสวารุทฺตฺส อนตํ กตฺวา อรหตฺตปริโยสานา โหติ.
ตสฺมา สพฺพรตฺตินิ เอวรูปา ฆมฺมรติเยว เสฏฺฐา.

ปิติที่เกิดขึ้นภายในแก่ผู้แสดงธรรม ผู้ฟังธรรม หรือผู้สอนธรรม ย่อมยังความพอใจให้เกิดขึ้น ยังน้ำตา ให้ไหล ก่อให้เกิดขนลุก ปิตินั้นทำที่สุดแห่งสังสารวัฏอันมีอรรถกถาเป็นจุดมุ่งหมาย ดังนั้น ความยินดีในธรรมเช่นนั้น จึงยอดเยี่ยมกว่าความยินดีทั้งหมด นั้นเทียว

^{๑๓} วิสุทธิ. (ไทย) ๓/๒๓๐-๓๒., วิสุทธิ. มหาฎีกา (บาลี) ๓/๕๑๐-๑๖.

^{๑๔} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๑.

^{๑๕} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสุมมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา, หน้า ๑๓๑.

^{๑๖} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาธุณี, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, หน้า ๕๒๑.

๓. โอกันตिकाปีติ ปีติซึมซับ คือความอิ่มใจที่ปรากฏคล้ายกับคลื่นซัดเข้าหาฝั่งสมุทร เกิดขึ้นเ่อล้นท่วมทับร่างกายแล้วหายไป

๔. อุพเพงคาปีติ ปีติโลค โผน คือ ความอิ่มใจที่ทำให้ร่างกายทั้งหมดหรือบางส่วนลอย ขึ้น ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค(๑/๑๕๕) มีตัวอย่างที่ภิกษุรูปหนึ่งและสตรีนางหนึ่งในประเทศลังกา เกิด ความเลื่อมใสโดยระลึกถึงพระเจดีย์ แล้วลอยไปสู่พระเจดีย์ด้วยอำนาจของอุพเพงคาปีติ ในปัจจุบัน พบว่า บางท่านรู้สึกถึงร่างกายบางส่วนที่ลอยขึ้น หรือมือ เท้า ศรีษะไหลไปเอง บางท่านอาจลอยตัว เหนือพื้นได้หนึ่งสอกในขณะที่นั่งขัดสมาธิ ลักษณะดังกล่าวเกิดจากอุพเพงคาปีตินั่นเอง

๕. ฌรณปีติ ปีติซาบซ่าน คือความอิ่มใจที่ปรากฏความเย็นห่อหุ้มใจไว้ ทำให้เกิดความ สบายทั่วร่างกายเหมือนลูกบอลที่พองลมเต็มที่ ในขณะที่นั้นผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องการอยู่นิ่งๆอย่างต่อ เนื่อง เพียงต้องการเสพรสของปีติอย่างสงบละเอียด จนกระทั่งไม่ต้องการแม้จะกระพริบตาหรือลืม ตาคูสิ่งภายนอก

ปีติทั้ง ๕ ประเภทนี้เจริญเพิ่มพูนตามลำดับตั้งแต่อุท্থัพพญาณเป็นต้น ไป แล้วปรากฏ เหลืออยู่เพียง ฌรณปีติอย่างเดียวในเมื่ออุท্থัพพญาณแก่กล้าแล้ว^{๒๐}

พระโสภณมหาเถระอธิบายว่า ^{๒๑}ผู้มีปีติทั้ง ๕ อย่างแรงกล้า มีความรู้สึกเหมือนลืมนสติ ไปชั่วขณะ ดังตัวอย่างของสุเมธดาบสก็ดี อนาถบิณฑิกเศรษฐีก็ดี และพระเจ้ามหากัปปิณะก็ดี รู้สึกลืมนสติเมื่อได้ยินว่าพระพุทธเจ้าทรงอุบัติขึ้นแล้ว แม้ในขณะที่บรรลุปีสตนาญาณสูงๆ ตั้งแต่ ญาณที่ ๕ คือ กังคญาณเป็นต้นไป การลืมนสติด้วยกำลังของปีติอาจปรากฏได้บ้าง หลังจากนั้นการ กำหนดรู้ของผู้ปฏิบัติธรรมจะดีเหมือนเดิมหรือดีกว่าเดิม ปีติดังกล่าวนี้เป็นสิ่งที่มีกำลังมักจะปรากฏ เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าแล้ว การลืมนสติในขณะที่ปฏิบัติธรรมยังมีสภาวะธรรมอื่นๆ คือ

สภาวะของปีสัทธาิ ความสงบ โดยรู้สึกว่าการลืมนสติไปเมื่อมีความสงบปรากฏชัดเมื่อมีสติ กลับมากำหนดอีกก็สามารถกำหนดได้ดีเหมือนเดิม

สภาวะของอุเบกขา ความวางเฉย คือ ตัตรมัชฌัตตูปะกขา เป็นความรู้สึกว่าการลืมนสติไปเมื่อ กำหนดได้สะดวกไม่ต้องจดจ่อมากนัก เมื่อมีสติกลับมากำหนดก็สามารถกำหนดรู้ได้ดีเหมือนเดิม

สภาวะของถินมิทระ ความหุดหู่เชื่องซึม โดยรู้สึกว่าการกำหนดได้สะดวกอารมณ์ปัจจุบัน ค่อยๆ จางหายไปแล้วกลับไปชั่วขณะ เมื่อมีสติกลับมากำหนดอีกก็สามารถกำหนดรู้ได้ดีเหมือนเดิม ลักษณะนี้เกิดจากวิริยะที่จดจ่อมีกำลังน้อยกว่าสมาธิ ส่งผลให้ถินมิทระเกิดขึ้นครอบงำจิตได้

^{๒๐} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) , อริยวังสปฏิบัติปา, หน้า ๑๓๒-๑๓๓.

^{๒๑} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนาญ้ย เล่ม ๒, หน้า ๒๔๕.

ประการที่ ๔ ปีศาจ

ปีศาจ คือ ความสงบทั้งทางร่างกายและจิตใจอันเกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เมื่อโยคีกำลังนั่งอยู่ในที่พักกลางคืนหรือกลางวันก็ตาม จะพบว่า ร่างกายและจิตใจปราศจากสิ่งรบกวน มีความสงบนิ่งคือ

อย่างที่ ๑ ความกระวนกระวายไม่มี

อย่างที่ ๒ ความหนักไม่มี

อย่างที่ ๓ ความแข็งกระด้างไม่มี

อย่างที่ ๔ ความไม่ควรแก่การงานไม่มี คือ ทำงานได้คล่องแคล่วว่องไวขึ้น

อย่างที่ ๕ ความเจ็บไข้ไม่มี

อย่างที่ ๖ ความคดโกงไม่มี

แต่ว่าร่างกายและจิตใจของโยคีจะมีอาการเหล่านี้ คือ

อาการที่ ๑ อาการสงบ

อาการที่ ๒ อาการเบาสบาย

อาการที่ ๓ อาการอ่อนนุ่มนวล

อาการที่ ๔ อาการควรแก่การงาน คือ ทำอะไรก็สะดวกสบายว่องไวดี

อาการที่ ๕ อาการผ่องใส

อาการที่ ๖ อาการเที่ยงตรง ไม่อึดอาดยึดขาด

การที่ปีศาจมีสภาวะที่ปรากฏชัดดังกล่าวมาแล้ว ทำให้โยคีเพลิดเพลินยินดี เพราะปีศาจนี้จะไม่เกิดกับคนทั่วไป พระพุทธองค์จึงตรัสถึงเรื่องไว้ว่า

สุญญาคาร ปวิภูจสุต

สนุดจิตตสุต ภิกขุโน

อมานุสี รติ โหติ

สมมา ทมม วิปัสสโต

ยโต ยโต สมมุสติ

ขนุธาน อุตยพพย

ลกติ ปีติปาโมชช

อมต ต วิชานต ๑

แปลว่า ความยินดีที่มีใจเกิดแก่มนุษย์ทั่วไป แต่สามารถเกิดแก่พระภิกษุที่เข้าสู่อาคารอันเงียบสงัด และมีจิตใจที่สงบ เห็นแจ้งธรรมด้วยญาณถูกต้อง เมื่อพระภิกษุนั้นกำหนดรู้ความเกิดและดับของขันธ์ทั้งหลาย ด้วยอุท্থัพพญาณในรูปธรรม หรือนามธรรมอยู่ ย่อมได้ปีติ และปราโมทย์ ปีติ และปราโมทย์ของพระภิกษุผู้รู้แจ้งนั้นเป็นอมตะ^{๒๓}

^{๒๓} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๒ - ๑๒๓.

สภาวะแห่งปีสัทธา^{๒๔} เป็นสาเหตุแห่งความได้มาซึ่งความยินดีที่ไม่ใช่ของมนุษย์
ธรรมดา

ในวิปัสสนา^{๒๕} เล่ม ๒ ได้แสดงสภาวะลักษณะที่ปรากฏชัดแห่งปีสัทธาว่า คือ อาการ
แห่งความสงบทางกายและใจที่ปราศจากความฟุ้งซ่านเพราะความจดจ่อเกินไป เหมือนการออกจาก
ความร้อนระอุไปสู่ความเย็นสบาย ทำให้รู้สึกหายจากความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้าโดยฉับพลัน
ในขณะที่ปีสัทธาปรากฏนี้ยังมีสภาวะธรรมบางอย่างเกิดร่วมด้วยกันคือ

สภาวะลหุตา คือ อาการเบาของกายและใจที่ผู้ปฏิบัติธรรมมักพบกับความรู้สึกว่า
ร่างกายเบาสลาย ในเวลาเดินเท้ามีสภาวะเบาเหมือนหายไป แม้ในเวลา นั่ง นอน เขยียด คุก ฯลฯ
ร่างกาย มือ เท้า ก็เบาเหมือนหายไป บางท่านอาจรู้สึกว้าวคลื่อนเท้า ไปถึงเร็ว และอาจเกิดจิตคิดที่
ต้องการจะวิ่งเร็วๆ แต่ไม่ควรทำเช่นนั้น เพราะอาจทำให้สติขาดช่วงไม่ต่อเนื่อง

สภาวะมูหุตา คือ อาการอ่อนของกายและใจโดยปราศจากความกระด้าง สามารถตั้งจิต
ไว้ในอารมณ์ที่ต้องการจะกำหนดรู้ได้ชัด และอยากจะทำปฏิบัติธรรมด้วยความสงบไม่อยากจะพบกับ
บุคคลหรืออารมณ์หยาบๆ ที่ไม่ใช่อาการอย่างนี้

สภาวะกัมมัชฌูตา คือ อาการเหมาะสมในกิริยาของกายและใจ โดยสามารถปฏิบัติ
ธรรมได้นานหนึ่งหรือสองชั่วโมงหรือหลายชั่วโมงด้วยการนั่งครั้งเดียวไม่มีความรู้สึกขยับและ
ปราศจากความเจ็บปวดในร่างกาย อีกทั้งไม่มีความฟุ้งซ่านหรือการขาดสติกำหนดรู้

สภาวะปาคุญญตา คือ อาการคล่องแคล่วของกายและใจ โดยร่างกายเป็นปกติไม่ขาด
กำลังวังชาแม้จะปฏิบัติธรรมเป็นเวลานาน และจิตกำหนดรู้ได้คล่องแคล่วเหมือนสาธยายบทสวด
มนต์ที่ท่องจำได้ดีแม่นยำ

สภาวะอุชุกตา คือ อาการความเที่ยงตรงของกายและใจ โดยปราศจากความสนใจสิ่งที่ไม่ดี
ความต้องการจะปกปิดโทษ หรือมายาสาโดยที่แสวงหาเป็นคณินมีคุณธรรม

ผู้ถึงพร้อมด้วยปีสัทธาทั้ง ๖ อย่างนี้มักจะพบว่าในขณะที่ ยืน เดิน นั่ง นอน เขยียด คุก
หรือเจริญสติระลึกรู้เท่าทันปัจจุบัน ย่อมสามารถกำหนดอารมณ์ได้ตัวอย่างชัดเจน มีความสบายกาย
และใจ และพลัดพลัดในการปฏิบัติธรรมยิ่งนัก

พระโศภณมหาเถระอธิบายว่า กายปีสัทธาเป็นต้นมิได้หมายถึงความสงบของกอง
เจตสิกมีเวทนาขั้นเป็นต้นอย่างเดียว แต่ยังหมายถึงความถึงความสงบของกายอีกด้วย^{๒๕} ดังคัมภีร์
วิสุทธิมรรคกล่าวว่

^{๒๔} พระโศภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนา^{๒๕} เล่ม ๒, หน้า ๒๕๑ - ๕๒.

^{๒๕} พระโศภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนา^{๒๕} เล่ม ๒, หน้า ๒๕๑ - ๕๒.

“ตตถ กายคฺคหณน รูปกายสุสาปี คหณฺ เวทิตพฺพํ, น เวทนาทิจนฺชตฺตยสุเสว.
กายปฺสฺสทฺฐิอาทโย หิ รูปกายสุสาปี ทฺรธาทินิมฺมทฺฐิกาติ”^{๒๖}

แปลว่า ในเรื่องนั้น พึงทราบการถือเอารูปกายด้วย กายศัพท์อีกด้วยมิได้ถือเอาขั้น ๓ มี
เวทนาขั้นเป็นต้นเพราะกายปัสสัทธิเป็นต้นขจัดความเร่าร้อนเป็นต้นของรูปกายอีกด้วย

จากหลักฐานที่ยกมาข้างบน จึงสรุปในเรื่องของปัสสัทธิว่า ความสงบสามารถได้ ๒
ทาง คือ ทางกาย วาจา อย่างหนึ่ง และทางใจอย่าง ซึ่งต้องมืองค์ประกอบ คือ สงบ เบา อ่อน
เหมาะสม ควร และ ตรงประกอบด้วยทุกครั้ง จึงชื่อว่า ปัสสัทธิ แต่ยังไม่ได้รับบรรลุผล เพราะ
เมื่อใดยังยึดสภาวะนี้ก็ชื่อว่า ติดวิปัสสนูปกิเลสอยู่นั่นเอง

ประการที่ ๕ สุข

สุข คือ ความสุขอันละเอียดสุขุม มีรสล้ำลึก ซาบซ่านอันเกิดเพราะวิปัสสนา ใน
ระหว่างที่โยคีกำลังกำหนดรู้รูปนามอยู่นั้นความสุขอันประณีตยิ่งนักบังเกิดขึ้นท่วมท้นไปทั่ว
สรีรกายเป็นสุขอยู่ในใจ ไม่สามารถที่จะบรรยายกับผู้อื่นผู้ใดได้ เพราะเป็นสุขที่มีรสอันล้ำลึก
แปลกประหลาด เป็นสุขที่มีความประเสริฐกว่าความสุขธรรมดาที่เคยพบเห็นในเมืองมนุษย์

เป็นความสุขที่บรรยายสภาวะไม่ได้เป็นสภาวะปรมาตต์แท้ ด้วยเหตุนี้โยคีที่ไม่มี
มนสิการจึงอาจหลงไปในสภาวะธรรมนี้^{๒๗}

ประการที่ ๖ อธิโมกข์

อธิโมกข์ คือ ความเชื่อ – ศรัทธาอย่างแรงกล้า ซึ่งเกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เป็นความผ่อง
ใสของจิตและเจตสิกเป็นศรัทธาที่มีกำลังกล้า พาให้คิดไปต่างๆ นานา เช่น คิดถึงคนทั้งหลายอยาก
ให้เขาได้มาเข้ากัมมัฏฐานเหมือนตนเอง หรือคิดถึงญาติพี่น้อง พ่อแม่ ครูอุปัชฌาจารย์ คนรักใคร่
ชอบพอกัน เป็นความศรัทธารุนแรงมาก ขนาดที่ว่า คิดถึงกระทั่งบรรพบุรุษทั้งหลายที่ล่วงลับไปก็
ยังอยากให้พวกเขามาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเหมือนตนบ้างทีเดียว เมื่อนึกใกล้เข้ามาถึงอาจารย์
ผู้ให้กรรมฐานแก่ตนในปัจจุบันก็เกิดศรัทธาในตัวท่าน นึกถึงบุญคุณของท่านตลอดจนบุญคุณของ
พระพุทธศาสนาเป็นอย่างยิ่ง ว่าการที่ท่านได้พบเห็นธรรมะได้รับความสุขอยู่ในขณะนี้ก็เพราะได้
อาจารย์ช่วยแนะนำสั่งสอนตามแนวทางพระพุทธศาสนา ซึ่งแต่ก่อนนั้นเคยเชื่อบ้างไม่เชื่อบ้าง แต่
บัดนี้เชื่อจริง ๆ ถ้าจะทำกุศลใด ๆ ในภายหน้าก็จะทำแต่เฉพาะกุศลที่เกี่ยวกับวิปัสสนานี้เพราะได้
เห็นคุณค่าของการปฏิบัติ ถ้าโยคีผู้นั้นเป็นบรรพชิตก็จะคิดวางแผนการณ สร้างมโนภาพว่าเมื่อตน

^{๒๖} วิสุทธิ. มหาภูทิก (บาลี) ๒/๔๗๕ อ้างใน พระโสภณมหาเถระ (มหาศีลยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, หน้า ๒๕๒.

^{๒๗} คูรายละเอียดใน ฝ่ายวิชาการอภิธรรม ไซติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๓.

สำเร็จออกจากกรรมฐานไป จะต้องไปหาที่ที่เหมาะสมตั้งสำนักวิปัสสนากรรมฐานขึ้นแล้วตั้งตัวเองเป็นอาจารย์สั่งสอนให้คนทั้งหลายได้รู้จักพระศาสนาที่ถูกต้องว่าประโยชน์ที่แท้จริง คือ การปฏิบัติวิปัสสนานี้เอง คนทั้งหลายยังโง่มาที่ไม่รู้จักปฏิบัติอย่างที่ตนกำลังทำอยู่นี้ เป็นที่น่าสงสาร ฉะนั้นจะต้องช่วยเขาไม่ให้หลงผิดจะได้พ้นทุกข์ เมื่อคิดเพลิดเพลินไปด้วยศรัทธาอันแรงกล้า โยคินั้นก็เลยลืมอารมณ์กรรมฐาน คือ การตั้งสติกำหนดทำให้กรรมฐานบกพร่อง อันที่จริงศรัทธาที่เกิดขึ้นเป็นของดี เพราะเป็นศรัทธาที่เกิดขึ้นในขณะที่จิตบริสุทธิ์ผุดผ่อง ซึ่งคนธรรมดาจะเกิดศรัทธาขนาดนี้ไม่ได้ แต่ที่จะเป็นวิปัสสนูปกิเลสก็เพราะว่าเมื่อจิตเพลิดเพลินไปด้วยศรัทธาก็ทำให้ละเลยอารมณ์กรรมฐาน คือการตั้งสติกำหนดทำให้เสียเวลาในการปฏิบัติวิปัสสนาและเมื่อมนสิการไม่ดี มีตัณหา มานะ ทิฏฐิ เข้าประสมด้วยก็จะทำให้การบำเพ็ญไม่มั่นคง หรือไม่ก้าวหน้าไปเท่าที่ควร^{๒๘} ในเรื่องนี้

ประการที่ ๗ ปักคาหะ^{๒๙}

ปักคาหะ คือ ความเพียร – วิริยะ อันเกิดขึ้นเพราะวิปัสสนาเป็นความเพียรที่ไม่ย่อหย่อนไม่ตั้งเกินไประดับประคองไว้เป็นอย่างดี พยายามในการปฏิบัติวิปัสสนาอย่างไม่รู้จักเหนื่อยเมื่อยล้า หรือเพียรแบบไม่กลัวแม้แต่ความตาย ทำให้เกิดความแปลกใจว่าทำไมจึงเป็นอย่างนี้ เพราะเมื่อก่อนนั้นเราไม่เคยเกิดอยากปฏิบัติมากมาขนาดนี้เลย เมื่อมนสิการไม่ดีอาจหลงไปว่าบรรลुरुธรรมวิเศษ และไปยึดตัวตัณหา มานะ และทิฏฐิ เรื่องนี้ก็เป็นอันตรายของผู้ปฏิบัติ^{๓๐}

ประการที่ ๘ อุปีฏฐาน

อุปีฏฐาน คือ ความเข้าไปตั้งอยู่ – สติอันยิ่งยวด ว่องไว ซึ่งเกิดขึ้นเพราะวิปัสสนา เป็นสติที่มีความตั้งมั่นไม่หวั่นไหว ประคองเขาหลวง เมื่ออุปีฏฐานเกิดขึ้นมาแล้วโยคิจะรำพึงหรือนึกถึงอารมณ์ใดๆ ก็โลดแล่นเข้ามาอยู่ในอำนาจของสตินั้น เหมือนกับปรโลกปรากฏแก่บุคคลที่มีตาทิพย์ หูทิพย์เป็นต้น จนหลงไปว่า บรรลुरुธรรมแล้ว และละทิ้งมูลกัมมัญฐานไปเสีย ทำให้ไปยึดเอาตัณหา มานะ และทิฏฐิแทน^{๓๑}

^{๒๘} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, *วิปัสสนากรรมฐาน*, หน้า ๑๒๔.

^{๒๙} ในวิปัสสนานัย เล่ม ๒ และ อริยวังสปฏิบัติทา เรียกว่า ปักคาหะ หมายถึงความเพียรที่ประกอบด้วยวิปัสสนา.

^{๓๐} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, *วิปัสสนากรรมฐาน*, หน้า ๑๒๔.

^{๓๑} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, *วิปัสสนากรรมฐาน*, หน้า ๑๒๔.

ประการที่ ๕ อุเบกขา

อุเบกขา คือ ความวางเฉย หรือ วิปัสสนูปกิลา หมายถึง ความวางเฉยในสังขารและ อารมณ์ทั้งปวงที่เกิดขึ้นเพราะวิปัสสนาเป็นสภาวะความปล่อยวางเป็นกลางๆ กับสังขารรูปนามทั้ง ปวงที่มากกระทบสัมผัส เรียกว่า วิปัสสนูปกิลา ส่วนความเป็นกลางที่เกิดขึ้นในมโนทวารนั้น เรียกว่า อาวัชชูปกิลา อุเบกขาทั้งสองนี้จะเกิดแก่ผู้ปฏิบัติเริ่มต้นวิปัสสนาอยู่ เมื่อเกิดอุเบกขา ขึ้นมาจะอยู่ในอารมณ์ใดๆ ก็สามารถปล่อยวางไม่ยินดียินร้ายต่ออารมณ์ที่มากกระทบ เพราะเป็น อุเบกขาที่มีกำลังแรงมาก จนทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจว่า ตนบรรลุธรรมแล้ว เพราะความยึดถือแห่ง ตัณหากี่ดี มานะก็ดี และทิฐิก็ดี ลักษณะแห่งอุเบกขานี้เหมือนวชิระของพระอินทร์ที่ชัคอออกไป หรือประจุลูกศรที่ติดไฟโพล่งยิงไปในกองใบไม้ ฉะนั้น^{๓๒}

ประการที่ ๑๐ นิกันติ

นิกันติ คือ ความใคร่ หรือ วิปัสสนานิกันติ หมายถึง ความพอใจ ความต้องการ ในคุณ วิเศษทั้ง ๘ ประการดังกล่าว ที่ไม่เคยพบไม่เคยเจอมาก่อน เป็นอาการที่มีความสงบสุขุม ในขณะที่ เกิดกับโยคีจะพบว่า รู้สึกดีใจยินดีอย่างยิ่งในธรรมวิเศษทั้ง ๘ ที่กล่าวมา มีแต่ระลึกนึกหวนหา อาลัยอาวรณ์ถึงสภาวะธรรมเหล่านั้นตลอดเวลา จึงละเลยในกัมมัฏฐานเดิมที่ตนกำหนดรู้อยู่ใน ปัจจุบัน จึงทำให้วิปัสสนาไม่ก้าวหน้า เพราะเป็นความยินดีพอใจ ปรารถนาอยากสำเร็จในสภาวะ ๘ ประการข้างต้นนั่นเองจึงเป็นที่มาของนิกันติ เมื่อวิปัสสนาจารย์แนะนำตักเตือนจะไม่ชอบใน ตอนแรก เพราะขัดขวางความสุขในสภาวะพิเศษต่างๆ นั้น ด้วยเหตุนี้วิปัสสนาจารย์ไม่พึงใจอ่อน ผ่อนปรนในสภาวะโยคีกำลังเพลิดเพลิดอยู่ ควรมุ่งที่ผลคือความก้าวหน้าในวิปัสสนาเถิด^{๓๓}

เมื่อโยคีปฏิบัติวิปัสสนากวามบรรลุถึงอุท্থัพพญาณอย่างอ่อนนี้แล้ว ด้วยอำนาจของ สมานที่แก่กล้าขึ้น ย่อมทำให้เกิดวิปัสสนูปกิเลสอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น โภกาส เป็นต้น

เมื่อวิปัสสนูปกิเลสมีโภกาส เป็นต้นเกิดขึ้นแล้ว โยคียึดถือเอาไว้และคิดว่า “ในกาลก่อน สภาวะธรรมเช่นนี้ ไม่เคยปรากฏเกิดแก่เราเลย เมื่อเป็นดังนี้ เราต้องเป็นผู้บรรลุมรรคผลแน่แท้” แล้ว ก็ยึดถือสิ่งที่ไม่ใช่มรรคผล ว่าเป็นมรรคผล อันเป็นเหตุทำให้การปฏิบัติวิปัสสนาออกนอกวิถีทางที่ ถูกต้อง เพราะเหตุว่าโยคินั้นละทิ้งอารมณ์กัมมัฏฐานเสียแล้วมาชื่นชมยินดีในวิปัสสนูปกิเลส^{๓๔}

^{๓๒} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๔-๑๒๕.

^{๓๓} อ้างแล้ว.

^{๓๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๕ - ๑๒๖.

๔.๒ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลส

ขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสโยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนากาวนาต้องฉลาดในการกำหนดอารมณ์ วิปัสสนาโดยไม่ทอดทิ้งและรู้ทำทันสภาวะธรรมที่ปรากฏตามเป็นจริง จึงจะข้ามพ้นอุปกิเลสเหล่านี้ไปได้ด้วย ในหนังสือวิปัสสนากรรมฐาน^{๓๕} ได้แสดงวิธีปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลส โดยนัยแห่งประเด็น ๓ ประการ คือ ผู้ฉลาดในอุปกิเลส ผู้ไม่ฉลาดในอุปกิเลส และพลวอุทกัปปยญาณ มีดังนี้

๑) ผู้ไม่ฉลาดในอุปกิเลส

เมื่ออุปกิเลสเกิดขึ้นเช่นนี้แล้ว ทำให้จิตใจของโยคาวจรไม่ฉลาดในอารมณ์ ไม่เฉียบแหลม ก็หวั่นไหว ฟุ้งซ่านอยู่ในกิเลสเหล่านี้ และด้วยอำนาจคาหะเหล่านั้น ย่อมทำให้โยคาวจรเห็นอุปกิเลสทั้งหลายเนื่องๆ ว่า “อุปกิเลสเป็นเรา เราเป็นอุปกิเลส อุปกิเลสเป็นอัตตาของเรา”

ธรรมชาติ ๕ อย่างคือ ตั้งแต่โอกาสถึงอุเบกขาก่อนถึงนิกันตีสุดท้ายเป็นกุศลแท้ เพราะจะเกิดขึ้นได้ต้องใช้ความเพียรปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมามาก แต่ที่มาเสียเป็นอุปกิเลสเพราะเกิดตัณหา ทิฏฐิ มานะเหล่านี้แทรกซ้อนเข้ามาในโอกาสเป็นต้น เช่น เมื่อโอกาสปรากฏขึ้น ทิฏฐิจะเกิดแก่โยคี ทำให้นึกคิดไปว่า แสงสว่างเกิดขึ้นนี้ คงเป็นเพราะตนได้บรรลुरुธรรมวิเศษแล้ว ต่อจากนั้นมานะก็จะเกิดขึ้นทำให้คิดไปว่า ตนมีบุญแท้ ๆ ต่อจากนั้นก็ยินดีชอบใจว่า ขอให้เป็นอย่างนี้ตลอดไป ซึ่งแสดงว่า ตัณหาเกิดขึ้นแล้วเลยทำให้โอกาสซึ่งตัวจริงแล้วเป็นของดีแท้ๆ มากลายเป็นของเสียคืออุปกิเลสไป ดังมีเรื่องอุปมา ดังนี้

มีอุบาสกคนหนึ่งเป็นคนมีศีลธรรมเป็นหัวหน้ามรรคทายกวัดแห่งหนึ่งเป็นที่นับถือของชาวบ้านทั้งพระเณร วันหนึ่งมีเพื่อนจีเมา ๓ คนมาชวนไปเที่ยวในตลาด และพากันเข้าไปในร้านสุรา เมื่อนั่งลงแล้วเพื่อนทั้ง ๓ ก็สั่งสุรามารับประทานจนเมาและคุยกันเอะอะโวยวาย ฟุ้งซนเดินผ่านมาได้ยินเสียงดังต่างๆ ก็เหลียวดูเห็นอุบาสกคนนั้นนั่งอยู่ในวงเหล้าก็นึกดำหนิเข้าใจผิดว่าอุบาสกที่ตนนับถือในคุณธรรมนั้นกลายเป็นคนดื่มสุราไปเสียแล้ว เพราะเห็นอยู่ว่าอุบาสกนั้นนั่งอยู่ในวงเหล้า และสถานที่นั่งก็เป็นโรงเหล้า แม้อุบาสกนั้นยังมั่นอยู่ในศีลไม่ได้ดื่มเหล้าเลยสักหยด อยู่แต่ๆ ก็ต้องถูกนิทานาเสียชื่อเสียงเพราะเพื่อนทั้ง ๓ จีเมา

อุปมาเรื่องนี้ฉันใด ธรรมชาติ ๕ ประการมีโอกาสเป็นต้นจนถึงอุเบกขา ก็มีอุปไปมยเหมือนกันฉันนั้นทั้งๆ ที่เป็นของดีเป็นกุศลแท้ๆ แต่ก็ต้องมาเสียชื่อกลายเป็นอุปกิเลสไปเพราะว่าเพื่อนจีเมา ๓ คือ ตัณหา มานะ ทิฏฐิ เป็นตัวก่อเหตุ แต่พอผ่านญาณนี้ไปแล้ว ตัณหา มานะ ทิฏฐิ ก็ยอมจากไป ธรรมทั้ง ๕ ประการก็กลับเป็นของดีตามเดิม และดีวิเศษมากกว่าเดิมเสียด้วย เพราะเป็น

^{๓๕} ฝ่ายวิชาการอภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๒๕-๑๓๑.

โพชฌงค์ (เป็นองค์คุณสำคัญของเหตุให้ได้บรรลุมรรคผล) ข้อสุดท้ายคือ นิกันติเป็นอกุศลเป็นอุปกิเลสแท้ ฉะนั้นในวิสุทธิมรรคจึงกล่าวไว้ว่า

“วิปัสสนูปกิเลสฯ หิ ปฏิเวธปตฺตสฺส อริยสาวกสฺส, เจว วิปปฏิปนฺนกสฺส, จ นิภิตฺตกมฺมฏฺฐานสฺส กุสีตปฺกคฺคสฺส นุปฺปชฺชนฺติ”

แปลว่า พระอริยสาวกผู้ถึงปฏิเวธ คือ ท่านที่ผ่านโสฬสญาณไปครั้งหนึ่งแล้วอธิษฐานกลับลงมาถึงญาณนี้ อีก หรือ พระอริยสาวกบุคคลที่สูงขึ้นไปกว่านี้ก็ดี โยคีผู้ปฏิบัติผิดทางก็ดี โยคีผู้เกียจคร้านทอดทิ้งกัมมัฏฐานก็ดี คนเหล่านั้นย่อมไม่พบวิปัสสนูปกิเลสเลย

อีกนัยหนึ่งที่ตรงกันข้ามกันกับนัยแรกนั้น คือ ท่านกล่าวว่า “สมฺมาปฏิปนฺนกสฺส ปน ยุตฺตปฺยุตฺตสฺส อารทฺธวิปัสสกสฺส กุลปฺตฺตสฺส อุปฺปชฺชนฺติเยว” แปลว่า ส่วนผู้ปฏิบัติถูกต้องทางพยายามกำหนดวิปัสสนาไม่ทอดถอนจนถึงอุท্থัพพญาณอย่างอ่อน ย่อมจะพบวิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้ อย่างแน่นอน^{๖๖}

๒) ผู้ฉลาดในอุปกิเลส

แต่สำหรับ โยคาวจรที่ฉลาดเป็นบัณฑิตเฉียบแหลม ประกอบด้วยความรู้ เมื่ออุปกิเลสทั้งหลายเกิดขึ้นก็กำหนดรู้ โดยใคร่ครวญด้วยสติสัมปชัญญะ ว่า

(๑) โอกาสนี้เกิดขึ้นแก่เราแล้ว แต่สภาวะของโอกาสนั้นไม่เที่ยง มีปัจจัยปรุงแต่ง อาศัยปัจจัยจึงเกิดขึ้น มีความสิ้นไปเป็นธรรมดา มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา มีความดับไปเป็นธรรมดา

(๒) ถ้าโอกาสนี้เป็นอัตตาแล้วการยึดถือโอกาสว่า เป็นอัตตาก็สมควร แต่โอกาสนี้เป็นอนัตตา เพราะว่า ไม่เป็นไปในอำนาจ เป็นอนิจจัง เพราะว่า มีแล้วหามีไม่ เป็นทุกขัง เพราะว่า มีการเบียดเบียน

เมื่อโยคาวจรใคร่ครวญอยู่อย่างนี้ก็จะเห็นเนืองๆ ในโอกาสว่า “โอกาสนี้มิใช่ของเรา เรามิใช่โอกาส โอกาสนี้มิใช่อัตตาของเรา” แม้ในอุปกิเลสที่เหลือก็พิจารณาอย่างนี้เหมือนกันแล และเมื่อโยคาวจรเห็นอยู่เนืองๆ อย่างนี้ก็ไม่หวั่นไหว ในอำนาจแห่งวิปัสสนูปกิเลสทั้งหลาย เหตุนี้พระโบราณจารย์จึงว่า

อิมานิ ทส จานานิ ปญฺญาเยสฺส ปริจิตา

ธมฺมทฺธจฺจกฺขโล โหติ น จ วิกุเขเป คจฺจติฯ

แปลว่า โยคินั้น กำหนดรู้ฐานะคือ วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการนี้

ด้วยปัญญาแล้ว ย่อมเป็นผู้ฉลาดในธัมมทัจจะ และย่อมไม่ถึงความฟุ้งซ่าน

^{๖๖} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโศติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากัมมัฏฐาน, หน้า ๑๒๗ - ๑๒๘.

เมื่อโยคาวจรปราศจากความฟุ้งซ่านชื่อว่า ถางชฎคือ อุปกิเลสครบทั้ง ๓๐ อย่างได้แนบ การกำหนดรู้ว่า สิ่งใดเป็นมรรคและมีไฉมมรรค เช่นว่า ชรามทั้งหลายมีโอภาสเป็นต้นมีไฉมมรรค แต่ วิปัสสนาญาณที่พ้นแล้วจากอุปกิเลส และดำเนินไปตามวิถีแห่งวิปัสสนานั้นเป็นมรรค ปัญญาที่รู้ว่ามีมรรคและมีไฉมมรรคนี้เกิดแก่โยคีใด ก็เป็นอันว่า โยคีนั้นบรรลุถึงมรรคความมรรคญาณทัสสนวิสุทธิต่างแล้ว

เมื่อโยคีได้ปฏิบัติวิปัสสนากวาวจนบรรลุถึงมรรคความมรรคญาณทัสสนวิสุทธินี้ถือได้ว่า ทำการกำหนดรู้ในสังขจะ ๓ อย่างด้วยปัญญา ดังนี้

อย่างที ๑ กำหนดรู้ทุกข์สังข ด้วยการทำนรู้รูปนามในทัญญวิสุทธิ

อย่างที ๒ กำหนดรู้สมุทยสังข ด้วยการทำนรู้ปัจจัยของรูปนามในกัณขาวิตรณวิสุทธิ

อย่างที ๓ กำหนดรู้มรรคสังข ด้วยการทำนรู้มรรคในมรรคความมรรคญาณทัสสนวิสุทธิ^{๓๖}

๓) พลวอุท্থัพพญาณ อุท্থัพพญาณอย่างแก่

พลวอุท্থัพพญาณ หรือ อุท্থัพพญาณอย่างแก่ อุท্থัพพญาณในช่วงแรกไม่สามารถ กำหนดรู้พระไตรลักษณ์ตามความเป็นจริงได้เพราะถูกอุปกิเลส ๑๐ ทำให้มัวหมอง ฉะนั้น โยคาวจรจึงต้องทำความเพียรพยายามต่อไปอีกจนสามารถพ้นจากอุปกิเลส ๑๐ แล้วอุท্থัพพญาณ อย่างแก่ที่พ้นจากอุปกิเลสก็จะเกิดขึ้น แล้วสามารถกำหนดรู้พระไตรลักษณ์ได้อย่างมั่นคงชัดเจน

ถามว่า ลักษณะทั้งหลายไม่ปรากฏ เพราะอะไรปิดบังไว้ และเพราะไม่มณสิการอะไร

ตอบว่า อันดับแรก คือ อนิจจลักษณะ ไม่ปรากฏนั้น เพราะวา สันตติปิดบังทุกข์สังข เอาไว้ และเพราะไม่มณสิการในความเกิดดับของรูปนามตามความเป็นจริง

อันดับสอง คือ ทุกขลักษณะ ไม่ปรากฏนั้น เพราะวา อิริยาบถปิดบังสมุทัยสังขเอาไว้ เพราะไม่มณสิการในความเบียดเบียนเฉพาะหน้าด้วยความเกิดและดับไปของรูปนามตามความเป็นจริง

อันดับสุดท้าย คือ อนัตตลักษณะ ไม่ปรากฏนั้น เพราะวา ฆนะสัญญาคือความเป็นกลุ่ม ก้อนที่ดี เป็นแห่งตีปิดบังมรรคสังขเอาไว้ และเพราะวา ไม่มณสิการถึงความสลายตัวของธาตุต่างๆ ตามความเป็นจริง

แต่เมื่อ โยคาวจรกำหนดรู้ความเกิดและดับแล้วเพิกถอนสันตติออกไปอนิจจลักษณะก็ ปรากฏโดยสภาวะของตนตามความเป็นจริง เมื่อมณสิการความเบียดเบียนเฉพาะหน้าอยู่เรื่อยๆ แล้ว เพิกถอนอิริยาบถ ทุกขลักษณะก็ปรากฏตามสภาวะของตนตามความเป็นจริง และเมื่อกระจายธาตุ ต่างๆ ออกไป แล้วทำการกระจายฆนะความเป็นก้อนหรือแห่งที่บเลี่ย อนัตตลักษณะก็ปรากฏตาม สภาวะของตนตามความเป็นจริง

^{๓๖} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากัมมัฏฐาน, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิสัทธัมมโชติกะ จัดพิมพ์, ๒๕๒๘), หน้า ๑๒๕ - ๑๓๐.

เมื่อโยคาวจรเจริญวิปัสสนาภาวนา จนบรรลุถึงอุท্থัพพญาณอย่างแก่กล้าแล้ว ย่อมพิจารณาการกำหนดรู้ในลักษณะ ๓ อย่างคือ

อย่างที ๑ คือ อนิจจลักษณะ ได้แก่ ลักษณะของความไม่เที่ยง หมายถึง ความที่สังขาร (รูปนาม) เหล่านี้เกิดขึ้นเฉพาะหน้าแล้วก็ดับไป หรือ อาการและวิการที่มีแล้วหาไม่

อย่างที ๒ คือ ทุกขลักษณะ ได้แก่ ลักษณะของความเป็นทุกข์ หมายถึง อาการเบียดเบียนเฉพาะหน้าอยู่เนืองๆ

อย่างที ๓ คือ อนัตตลักษณะ ได้แก่ ลักษณะของความไม่มีอัตตา หมายถึง อาการที่ไม่เป็นไปตามอำนาจบังคับบัญชาของอะไรทั้งหมดทั้งสิ้น

เมื่อโยคาวจรกำหนดในลักษณะดังกล่าวมาแล้วนี้ชื่อว่า อุท্থัพพญาณอย่างแก่ข้อม ดำเนินไปตามวิถีหน้าที่ของคนตามความเป็นจริงทุกประการ^{๔๔}.

๔.๒.๑ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของหลวงพ่อโชดก

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๕) หรือหลวงพ่อโชดก ท่านได้แสดงวิธีปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสไว้ว่า ความบริสุทธิ์ในการเห็นแจ้งของญาณว่านี่ทางถูก นี่ทางผิด แล้วยึดทางถูกต้องไป เช่น เมื่อวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ เกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติไม่หลงติดอยู่ รีบกำหนดให้หายไปแล้วรีบพิจารณารูปนามจนเห็นพระไตรลักษณ์โดยลักษณะ ๔ อย่าง^{๔๕} คือ

๑) กลาปสัมมสนะ พิจารณารวมกันทั้ง ๕ ชั้น รูปนามที่เป็นอดีต อนาคต ปัจจุบัน รูปนาม ภายใน ภายนอก รูปนามที่หายบ ละเอียด รูปนามที่เลวและประณีต รูปนามที่ไกลและใกล้ ล้วนเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งนั้น

๒) อัทธานสัมมสนะ พิจารณารูปนามตั้งแต่เป็นเด็กจนกระทั่งถึงปัจจุบันนี้ว่า รูปนามอดีตไม่เป็นรูปนามปัจจุบัน รูปนามปัจจุบันไม่เป็นรูปนามอนาคต รูปนามภายในไม่เป็นรูปนามภายนอก รูปนามอดีตก็ดับไปในอดีต รูปนามอนาคตก็ดับไปในอนาคต รูปนามปัจจุบันไม่เกิดในชาติหน้า แต่มีเหตุปัจจัยสืบต่อกันอยู่ เมื่อปัจจุบันดี อนาคตก็ดี ปัจจุบันชั่ว อนาคตก็ชั่ว อุปมาดุจดวงตราที่ตีประทับลงไปบนกระดาษ รูปดวงตราติดอยู่ที่แผ่นกระดาษ แต่ดวงตราหาติดอยู่ที่แผ่นกระดาษนั้นไม่ ข้อนี้ฉันใดความคิดความชั่ว ที่บุคคลทำไว้แล้วก็ฉันนั้นเหมือนกัน

^{๔๔} ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชดิกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๓๑.

^{๔๕} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๕), วิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : พิมพ์ที่ บริษัท ประชารวงศ์พรินติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๕.

๓) สันตติสัมมสนะ พิจารณาความสืบทอดของรูปนาม เช่น รูปเย็นหายไป รูปร้อนเกิดขึ้น รูปร้อนหายไป รูปเย็นเกิดขึ้น รูปนั่งหายไป รูปยืนเกิดขึ้น รูปยืนหายไป รูปนั่งเกิดขึ้น เป็นต้น ย่อมหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงสืบทอดกันอยู่อย่างนี้ตลอดไป ดังนั้น รูปนามจึงไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

๔) ขณสัมมสนะ พิจารณาเห็นความเป็นไปของรูปนามชั่วขณะหนึ่ง ๆ คือ พิจารณาความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ของรูปนาม ซึ่งเรียกว่า อุปปาตะ ฐิติ ภังคะ จะขึ้น เดิน นั่ง นอน ก็มีรูปนามเกิดดับติดต่อกันอยู่อย่างนี้ตลอดไป ทั้งกลางคืนกลางวัน ดังนั้น รูปนามจึงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

การพิจารณาวิปัสสนากรรมฐาน โดยอธิบายอย่างนี้ จัดเป็นมคฺคญาณทัตสนวิสุทฺธิคือญาณที่ ๑ อย่างแก่ เข้าเขตญาณที่ ๔ อ่อน ๆ นั่นเอง

๔.๒.๒ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของหลวงพ่อกัณฑ์ตตะอาสภมหาเถระ

ในหนังสือปฐมวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย รจนาโดย พระอาจารย์ ดร.กัณฑ์ตตะอาสภมหาเถระ ชัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุญาณจริยะ ท่านแสดงทัตสนะเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า ลักษณะพิเศษของอุทฺทัพพญาณที่ควรจะทราบเอาไว้ด้วย คือ เมื่อถึงญาณนี้แล้วใจของโยคีผู้ปฏิบัติจะผ่องใสโดยอำนาจของสมาธิ เป็นเหตุให้เกิดวิปัสสนูปกิเลส ขึ้นมา ทำให้ประสบพบเห็น และเกิดความรู้สึกนึกคิดแปลกประหลาดต่าง ๆ นานา ซึ่งผู้ที่ไม่เคยเข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจะไม่มีโอกาสได้พบเห็นเป็นอันขาด^{๔๐}

วิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ประการนี้ ย่อมเกิดขึ้นแก่โยคีผู้ปฏิบัติทุกคน เมื่อบรรลุถึงอุทฺทัพพญาณอย่างอ่อน ฉะนั้น พอถึงระยะนี้วิปัสสนาจารย์พึงคอยตักเตือนคอยให้สติ อย่าให้โยคีหลงผิดอยู่ในวิปัสสนูปกิเลสเป็นอันขาด ควรดูก็ต้องดู ควรว่าก็ต้องว่า อย่าได้เกรงใจเลย ต้องมุ่งประโยชน์เบื้องหน้าของโยคินุคคลเป็นสำคัญ

มีข้อที่ควรทราบอีกอย่างหนึ่งก็คือ วิปัสสนูปกิเลสบางข้อมีสภาวะคล้าย ๆ กับโคตรภูญาณ มรรคญาณ ผลญาณ ความคล้าย ๆ กันนี้เป็นเหตุให้เข้าใจผิด มิใช่แต่โยคีเท่านั้นที่จะเข้าใจผิด แม้แต่อาจารย์เองก็อาจเข้าใจผิดไปด้วย คือ เมื่อโยคีเล่าให้ฟังถึงสภาวะที่เกิดขึ้นกับตน ซึ่งคล้ายกับสภาวะของโคตรภูญาณ มรรคญาณ ผลญาณเป็นอย่างยิ่ง อาจารย์มิได้พิจารณาให้ดี ไม่รอบคอบ ยินดีว่าศิษย์ของตนได้บรรลุถึงผลสูงสุดของการปฏิบัติแล้ว จึงตัดสินใจให้โยคินุคคลผู้นั้นเลิก

^{๔๐} กัณฑ์ตตะอาสภมหาเถระ ชัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุญาณจริยะ, ปฐมวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพฯ : อมรินทร์พริ้นติ้งฯ, ๒๕๕๔), หน้า ๑๔๒.

ปฏิบัติ โดยไม่คำนึงถึงวาระเวลาที่แล้วมาศิษย์ของตนได้ผ่านญาณอะไรมาบ้างแล้ว และจะต้องผ่าน ญาณใดต่อไปอีก ไม่ได้สอบสวนผลลำดับญาณให้ถูกต้อง ค่วนตัดสินง่าย ๆ เช่นนี้เป็นอันตรายแก่ โยคีผู้ปฏิบัติเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นการดับมรรคดับผลโดยตรงทีเดียว ฉะนั้น วิปัสสนาจารย์พึง ระวังวิปัสสนูปกิเลสนี้ให้มาก เพราะเคยทำให้ทั้งศิษย์ทั้งอาจารย์พากันกอดคอดกลงไปในห้วงเหว แห่งความเข้าใจผิดมามากต่อมากแล้ว รวมความว่าญาณที่ ๔ คืออุท্থัพพญาณนี้มีวิปัสสนูปกิเลส เกิดขึ้นอย่างประหลาดมหัศจรรย์ โยคีหลายคนก็พูดมากอย่างตามอาการต่างๆของวิปัสสนูปกิเลส นั้น แต่ข้อสำคัญต้องให้ได้ลักษณะ คือ รูป นามเกิดดับเร็ว ๆ ก็เป็นอันว่าใช้อุท্থัพพญาณแน่นอน

ผู้ที่เห็นการเกิดดับของรูปนามทั้งสองโดยอุท্থัพพญาณแล้วย่อมจะต้องพบกับ วิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้อย่างแน่นอน วิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้ โยคาวจรกำหนดรู้ว่าเป็นทางแห่ง วิปัสสนา หรือไม่เป็นทางแห่งวิปัสสนา อีกนัยหนึ่ง อภิธัมมัตถวิภาวนีฎีกาจารย์ได้กล่าวไว้ว่า

อิม โสภาสารทโย ตณฺหามานวตฺตตาย น มคฺโค.

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการมีโสภาสเป็นต้นนี้ เป็นที่อาศัยของตัณหา มานะ ทิฏฐิ นั้นเอง โยคาวจรต้องมีความรู้ว่า อมัคคะ หรือไม่ใช่หนทาง เป็นเรื่องของกิเลส เพียงแต่เป็น อุปกิเลสของวิปัสสนาเท่านั้น

และอภิธัมมัตถวิภาวนีฎีกาจารย์ยังได้กล่าวไว้ว่า

ตพฺพิวิมุตฺตํ ปน วิธิปีปนฺนํ วิปสฺสนาถาณํ มคฺโคติ เอวํ มคฺคามคฺคสุตฺต ชานนโต ทสฺสนโต อมคฺโค มคฺคสฺสยฺวาวิโสชนโต จ มคฺคามคฺคญาณทสฺสนวิสุทฺธิ นาม.

เมื่อพ้นจากวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ซึ่งเป็นหนทางปฏิบัติ เรียกว่า มัคคะ ดังนี้ และปัญญาที่ สามารถรู้มัคคะ อมัคคะ และประหาณสัญญาในอมัคคะ เรียกว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทฺธิ^{๔๐}

อธิบายว่า การเห็นนิมิตต่าง ๆ เช่นเห็นรัศมีสว่างเป็นต้น ถ้ายึดถือว่าเป็นของวิเศษ เป็น ของดีแท้ เป็นวิปัสสนาแท้ นั้นเป็นอมัคคะ คือหลงทางเสียแล้ว แต่ผู้ที่มีความรู้ปริยัติสามารถนึก ได้ว่านิมิตเหล่านี้ไม่ใช่หนทางแท้จริง ทางวิปัสสนานี้ได้แก่ ความรู้การเกิดดับของรูป นาม โดย อุท্থัพพญาณเท่านั้น เมื่อโยคาวจรรู้มัคคะ อมัคคะ แสดงว่าบรรลุถึงมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทฺธิ

ในปัจจุบัน ผู้ที่เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้นได้เห็นนิมิตกันมาก ควรได้พิจารณา ว่า มัคคะ หรือ อมัคคะ การเห็นนิมิตต่าง ๆ เช่น แสงสว่าง รัศมี พระพุทธรูป หรือเห็นเทวดา เป็น ต้นนั้น หาใช่ทางของวิปัสสนาไม่ เพราะนิมิตเหล่านั้นยังเป็นอารมณ์บัญญัติในตนเอง โยคาวจร บุคคลได้บำเพ็ญวิปัสสนาภาวนาจนกระทั่งนิมิตเหล่านั้นปรากฏแล้ว ถ้าไปเกิดความยินดีพอใจใน นิมิตเหล่านั้นเสีย ชื่อว่าเป็นผู้หลงทาง หรือออกนอกทางของวิปัสสนาที่ตนกำลังปฏิบัติอยู่ แต่ถ้า

^{๔๐} กัททันตะอาสาภมหาเถระ ฐัมมาจริยะ อัครมหากรรมฐานาจริยะ, ปฐมวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย, หน้า ๑๕๐.

โยคาวจรบุคคลสามารถรู้ได้ด้วยตนเองก็ดี หรือได้กัลยาณมิตรเช่นอาจารย์คอยแนะนำให้รู้ว่ามีมิตที่ปรากฏแก่ตนนั้น ไม่ใช่หนทางของวิปัสสนา ควรตั้งใจกำหนดให้รู้ความเกิดดับของรูปนามต่อไป จนเกิดปรีชารู้แจ้งชัดในวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ มีโอกาสเป็นต้นนั้น เรียกว่า บรรลุถึงมัคคามัคคญาณ-ทัตสนวิสุทธิ ดังนี้^{๔๒}

๔.๒.๓ หลักการปฏิบัติขณะเกิดวิปัสสนูปกิเลสของพระโศภณมหาเถระ(มหาสีสยาตอ)

ในวิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา(ฉบับสมบูรณ์) ได้แสดงวิธีการไว้ว่า บุคคลที่นั่งภาวนาแล้วเห็นสิ่งมหัศจรรย์ที่ตนยังไม่เคยเห็นมาก่อน เช่น โอกาสและปีติเกิดขึ้นในชั้นธันดานของตนแล้วเกิดคิดใจคิดว่าเป็นคุณธรรมพิเศษจริง ๆ ไม่พยายามที่จะภาวนาให้ได้ญาณเบื้องสูงหรือคุณธรรมวิเศษต่อไป เอาแต่ติดอยู่กับอุปกิเลสเหล่านั้นอยู่แล้ว วิปัสสนาของเขาย่อมผิดพลาดคลาดเคลื่อนได้ สำหรับโยคีผู้ที่ได้รับการชี้แนะจากอาจารย์ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน โดยถูกต้องนั้น เวลาที่โอกาส ปีติ ญาณ เป็นต้นเกิดขึ้น ก็จะสามารถตัดสินใจทันที่ว่าเป็นเพียงสิ่งล่อลวงให้จิตเราหลงเท่านั้น หากสนใจแล้วจะเป็นอันตรายต่อวิปัสสนาเป็นอย่างยิ่ง นี้มิใช่ทางดำเนินที่ถูกต้อง สิ่งเหล่านี้เป็นเพียงสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ แล้วก็ดับไป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนแต่อย่างใด เป็นธรรมที่บุคคลจะต้องกำหนดให้ทัน อย่าได้หลงไหลเป็นอันขาด เพราะจะไม่ทำให้คุณธรรมวิเศษใด ๆ เกิดขึ้น

ครั้งพิจารณาตัดสินใจอย่างนี้แล้ว ก็จะสามารถกำหนดอาการของนามรูปทุกอย่างที่เกิดขึ้นได้ ถ้าสามารถกำหนดได้อย่างนี้โดยต่อเนื่อง ก็จะเห็นความเกิดดับของนามรูปได้อย่างชัดเจน และไตรลักษณ์ก็จะปรากฏชัดเจน ที่เป็นเช่นนี้เพราะอุทัพพญาณนั้น ได้หลุดพ้นจากอุปกิเลสแล้วนั่นเอง^{๔๓}

ในวิปัสสนานัย เล่ม ๒ ได้แสดงวิธีการไว้ว่า

วิปัสสนูปกิเลส ๕ อย่างแรก มีแสงสว่างเป็นต้นอันเป็นที่ตั้งของอุปกิเลสนี้ จะเป็นอุปกิเลสได้ก็ต่อเมื่อยึดถือด้วยตัณหา มานะ และทิฏฐิ ถ้าไม่ยึดถือด้วยอกุศลดังกล่าวก็ไม่จัดเป็นอุปกิเลส เพราะฉะนั้น ผู้ที่ได้รับการชี้แนะจากพระวิปัสสนาจารย์อย่างถูกต้องย่อมเข้าใจว่า ^{๔๔}

^{๔๒} กัททันตะ อาสภมหาเถระ ธรรมจริยะ อัครมหากรรมฐานาจารย์, ปฐมวิปัสสนาวงศ์ในประเทศไทย, หน้า ๑๕๐.

^{๔๓} พระโศภณมหาเถระ(มหาสีสยาตอ) รจนา, จำรูญ ธรรมดา แปล, วิปัสสนาขุณี, หน้า ๕๒๘-๕๓๐.

^{๔๔} ดูรายละเอียดใน สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ), อริยวังสปฏิปทา, หน้า ๑๔๑.

แสงสว่าง ญาณ และปิติเป็นต้นนี้เป็นอุปสรรคที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ไม่ใช่คุณธรรมพิเศษ หรือเกิดจากการบรรลุคุณพิเศษ การพิจารณาถึงสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่วิปัสสนามรรคที่ถูกต้อง ที่จริงแล้ว สิ่งเหล่านี้ ตกอยู่ในอำนาจของไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยงเพราะเริ่มเกิดขึ้น เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน การ กำหนดรู้ เท่าทันรูปนามปัจจุบันเท่านั้นจึงเป็นทางปฏิบัติที่ถูกต้อง อันเป็นเหตุให้บรรลุคุณธรรม พิเศษ เมื่อเข้าใจดังนี้และหยุดใส่ใจต่อแสงสว่างเป็นต้นแล้วเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมต่อไป เมื่อนั้นความเกิดดับของรูปนามย่อมปรากฏชัดเจนแก่ผู้ปฏิบัติ อีกทั้งความไม่เที่ยงคือสภาพเกิดขึ้นและ ดับไป ความทุกข์คือความบีบคั้นด้วยความเกิดดับ และความไม่ใช่ตัวตนที่ไม่เป็นไปตามต้องการ ย่อมปรากฏชัดเจน ลำดับนั้นการรู้เห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ขณะที่กำหนดรู้ขึ้นจึงเป็น อุท্থัพพญาณที่พ้นไปจากวิปัสสนูปกิเลส^{๔๕}

ในวรรณกรรมไทย เรื่องวิมุตติรัตนมาลี พระเทพมุนี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๘) ท่าน แสดงไว้ว่า เมื่อภาวนามยปัญญาเริ่มเกิดขึ้นจะเห็นรูปนามตามความเป็นจริง ชื่อว่าบรรลุถึง อุท্থัพพญาณ ในวิปัสสนาญาณนี้ หากไม่ใช่พิจารณาญาณให้ดี (โยนิโสมนสิการ) ก็ย่อมจะเกิด ปัญหาขัดขวางปัญญา ไม่ให้บรรลุคุณพิเศษเบื้องสูงขึ้นไป เพราะผู้ปฏิบัติอาจจะหลงไหลคิดผิด ทาง โดยยึดสิ่งที่ไม่ใช่มรรคผลนิพพานว่าเป็นมรรคผลนิพพาน ท่านเรียกสภาวะดังกล่าวว่าเป็น วิปัสสนูปกิเลส คือ สิ่งที่เข้าไปทำวิปัสสนาญาณให้เศร้าหมอง

วิปัสสนูปกิเลสนี้ หากโยคีบุคคลได้ประสบและยึดถือด้วยอำนาจแห่งกิเลส (ตัณหา มานะ ทิฏฐิ) ย่อมหมกหวังที่จะก้าวขึ้นไปสู่วิปัสสนาญาณเบื้องสูงได้ เพราะฉะนั้น พระวิปัสสนา จารย์เจ้าทั้งหลายจึงให้โอวาทในเรื่องนี้ไว้ว่า ควรระมัดระวัง (โยนิโสมนสิการ) ในเมื่อเกิด วิปัสสนูปกิเลสขึ้น^{๔๖}

จากการศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยสรุปผู้วิจัยพบว่า ผู้ที่ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างถูกต้องโดยกำหนดรู้ความแตกต่างของขั้น ๕ อริยสัจ ๔ ปฏิจจ- สมุปบาท นัย ๔ และลักษณะ ๓ ที่ปรากฏอยู่อย่างนี้ จึงเห็นรูปนามปรากฏขึ้นเป็นของใหม่อยู่ เรื่อย ๆ ว่า ธรรมทั้งหลายแต่ก่อนที่ไม่เคยเกิด บัดนี้เกิดขึ้นแล้ว ครั้นเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ซึ่งโดย ปกติธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ทั้งใหม่และเก่าก็มีความเกิดดับอยู่เนื่อง ๆ ย่อมบรรลุตรุณอุท্থัพพญาณ และได้เป็นผู้ชื่อว่า อรัทธปีสสะ ขณะนั้นวิปัสสนูปกิเลสย่อมเกิดขึ้น

^{๔๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาหัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิงค์, หน้า ๒๖๑.

^{๔๖} พระเทพมุนี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๘), วรรณกรรมไทย เรื่องวิมุตติรัตนมาลี, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๒๗), หน้า ๒๘๐.

แต่หาก ผู้ปฏิบัติไม่พบสภาวะในอุปกิเลสอย่างใดอย่างหนึ่ง แสดงว่าเขายังไม่บรรลุ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิติ ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติทั้งหลายพึงรู้ว่า อุปกิเลสเหล่านี้ เป็นทางผ่านที่ วิปัสสนาญาณจะต้องพบอย่างแน่นอน เพราะมันเป็นสิ่งทดสอบไหวพริบของผู้ปฏิบัติ และเมื่อ ได้รับคำตักเตือนจากวิปัสสนาจารย์ว่า รัมโฆภาสเป็นต้นนี้เป็นอุปกิเลสปีดบังปัญญาไม่ให้รู้เห็นว่าเป็นทางผิดหรือทางถูก แล้วพากเพียรปฏิบัติโดยกำหนดอยู่กับอารมณ์กัมมัฏฐานเดิมอย่างแน่นแน่ว และต่อเนื่อง จิตใจของเขาจะมั่นคง ไม่ฟุ้งซ่านในวิปัสสนูปกิเลส โยคีกำหนดรู้เห็นความเกิดดับ อย่างรวดเร็วทุกๆ ขณะที่กำหนดรู้นี้ชื่อว่าบรรลุตรุณอุท্থัพพญาณที่พ้นไปจากวิปัสสนูปกิเลส และ วิปัสสนาญาณที่ผ่านพ้นจากวิปัสสนูปกิเลสดำเนินไปตามวิถีทางของวิปัสสนา เป็นทางปฏิบัติที่ถูก และต้องปฏิบัติไปตามทางถูกนั้น ญาณที่กำหนดรู้แบบนี้เรียกว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ

การศึกษาในเรื่องนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า การศึกษานี้มีประโยชน์ต่อพระวิปัสสนาจารย์และ พระโยคาวจรผู้ปฏิบัติอย่างมาก ทั้งทางด้านปริยัติธรรมที่ค้นพบในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสส ตลอดจนประสบการณ์จากผู้ที่ได้ศึกษาค้นคว้าในเรื่องนี้เช่น พระพุทธโฆษาจารย์ ซึ่งเป็นนักปราชญ์ผู้มีความชำนาญในการอธิบายพระปรมัตถ์ธรรมเป็นอย่างดี จึงเป็นการสมควรอย่างยิ่งที่เราควรจะน้อมนำเอาหลักการดังกล่าวมาประพฤติปฏิบัติ เพื่อความเจริญงอกงามในพระ ธรรมวินัยสืบต่อไป

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิจัยเรื่องวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาเนื้อหา “ วิปัสสนูปกิเลส ” ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ทำให้ทราบความหมายกระบวนการเกิด-การดับของวิปัสสนูปกิเลสและวิธีการปฏิบัติเมื่อวิปัสสนูปกิเลสเกิด ตามหลักฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส และเอกสารตำราวิชาการที่เกี่ยวข้อง โดยเรียบเรียงข้อมูลบรรยายเชิงพรรณนา สรุปเป็นผลงานวิจัยและข้อเสนอแนะได้ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๑. หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต้องอาศัยสติปัญญา คือ ที่ตั้ง ที่อาศัย ที่ระลึกรู้ของสติหรือ สติที่ตั้งไว้มั่น อันได้แก่ กาย เวทนา จิต และธรรม เป็นอารมณ์กัมมัญฐานที่ต้องกำหนดรู้ จึงเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้เกิดวิปัสสนาญาณขึ้นมา อุปมาเหมือนกับต้นข้าวหอมยังเมล็ดข้าวให้เกิดขึ้นได้ ฉะนั้นสติปัญญาทั้ง ๔ ก็ย่อมยังวิปัสสนาให้เกิดขึ้นได้ ฉะนั้น เมื่อวิปัสสนาญาณ คือความรู้ที่ประจักษ์แจ้งชัดทางกาย เวทนา จิต และธรรมโดยความเป็นของไม่เที่ยง แปรเปลี่ยนไป และความบังคับบัญชาไม่ได้ ซึ่งเป็นผลมาจากการเพียรพยายามกำหนดรู้รูปรูปนามอย่างต่อเนื่องย่อมสามารถถ่ายถอนตัณหาและทิฏฐิ ที่เป็นสาเหตุของความเกิดทุกข์ได้

เมื่อปฏิบัติตามหลักสติปัญญา ๔ อย่างจดจ่อต่อเนื่องย่อมทำให้สามารถรู้แจ้งรูปรูปนาม โดยความเป็นพระไตรลักษณ์ ชื่อว่า ทำให้เกิดวิปัสสนาญาณเริ่มตั้งแต่ญาณที่ ๑ คือนามรูปปริจเฉทญาณ ปัญญาที่กำหนดรู้รูป - นาม ขึ้นไปตามลำดับจนกระทั่งถึงญาณที่ ๔ คือ อุตฺถัพพยานุปีสสนาญาณ ปัญญาที่กำหนดรู้ความเกิด และความดับของรูปของนามชัดเจนแบ่งเป็น ๒ คือ ตรุณอุตฺถัพพญาณ มีกำลังญาณอ่อนเป็นวิปัสสนูปกิเลส และพลวอุตฺถัพพญาณ กำลังญาณแก่กล้าสามารถละความเห็นผิดในวิปัสสนูปกิเลสได้

๒. วิปัสสนูปกิเลสในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

วิปัสสนูปกิเลส ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทกล่าวคือ วิปัสสนูปกิเลส หมายถึงอุปกิเลสแห่งวิปัสสนา เป็นสภาวะที่ทำให้วิปัสสนามัวหมองข้องขัด ซึ่งเกิดขึ้นแก่ผู้เจริญวิปัสสนาในขั้นที่เป็นวิปัสสนาอย่างอ่อน (ตรุณวิปัสสนา) แต่กลายเป็นโทษเครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนา

โดยทำให้เข้าใจผิดว่าตนบรรลุมรรคผลแล้ว จึงชะงักหยุดเสีย ไม่ดำเนินก้าวหน้าต่อไปในวิปัสสนาญาณ

ในคัมภีร์ขุททกนิกายปฏิสัมภิทามรรคแสดงวิปัสสนูปกิเลสไว้ว่าเป็น “ธัมมุตถัจจะ” หมายถึง จิตย่อมนกัฏแกว่ง หวั่นไหว เพราะธรรม ๑๐ อย่างคือ โอภาส ญาณ ปีติ ปีตัสสัทธิ สุข อธิโมกษ์ ปัสสหัส อูปัญฐาน อุเบกขา และนิกัณติ ซึ่งธัมมุตถัจจะนี้จะละได้ด้วยการกำหนดอยู่กับ อารมณกัมมัฏฐานเดิมอย่างแน่นและต่อเนื่อง เมื่อเป็นเช่นนี้ จิตใจจะมั่นคง ไม่ฟุ้งซ่านในวิปัสสนูปกิเลส ด้วยวิธีการกำหนดรู้เห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วทุกๆ ขณะที่กำหนดรู้ขึ้นชื่อว่า บรรลุตรมอุทัพพญาณ และ วิปัสสนาญาณที่ผ่านพ้นอุปกิเลสดำเนินไปตามวิถีทางของวิปัสสนาเป็นทางปฏิบัติที่ถูก และต้องปฏิบัติไปตามทางถูกนั้น ญาณที่กำหนดรู้อย่างนี้เรียกว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ อนึ่ง วิปัสสนูปกิเลสนี้จะไม่เกิดขึ้นแก่ท่านที่บรรลุมรรคผลแล้ว บุคคลที่ปฏิบัติผิดทาง ผู้ทอดทิ้งกรรมฐาน และคนเกียจคร้านย่อหย่อนในการปฏิบัติ แต่เกิดขึ้นเฉพาะแก่ผู้ที่เจริญวิปัสสนาอย่างถูกต้องเท่านั้น

๓. วิปัสสนูปกิเลสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

วิปัสสนูปกิเลสที่เกิดในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ปรากฏพบในช่วงญาณที่ ๔ อย่างอ่อน (ตรมอุทัพพญาณ) เป็นญาณที่มีกิเลสปะปนอยู่ หมายถึงสภาวะที่เป็น อารมณของสมณะกัมมัฏฐาน เรียกชื่อในการเกิดในวิสุทธิ ๗ ว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ เป็นวิสุทธิที่ ๕ ซึ่งอยู่ในระหว่างการวินิจฉัยว่าเป็นทางหรือไม่ใช่ทาง เมื่อคิดใจในสมณะก็เป็นอมัคคะชื่อว่า วิปัสสนูปกิเลส ถ้าไม่คิดใจก็เป็น มัคคะ สำหรับงานวิจัยนี้ผู้ปฏิบัติจะพบวิปัสสนูปกิเลสคือ

๑) ลักษณะของวิปัสสนูปกิเลสที่เริ่มปรากฏชัด เพราะเกิดจากผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กำหนดรู้ความแตกต่างของขั้น ๕ อริยสัจ ๔ ปฏิจสงมุปบาท นัย ๔ และ ลักษณะ ๓ ที่ปรากฏอยู่อย่างนี้ จึงเห็นรูปนามปรากฏขึ้นเป็นของใหม่อยู่เรื่อยๆ ว่า ธรรมทั้งหลายแต่ก่อนที่ไม่เคยเกิด บัดนี้เกิดขึ้นแล้ว ครั้นเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ซึ่งโดยปกติธรรมทั้งหลายเหล่านี้ ทั้งใหม่และเก่า ก็มีความเกิดดับอยู่เรื่อยๆ สามารถรู้เห็นพระไตรลักษณ์ของรูปนามในปัจจุบัน โดยประจักษ์และอนุมานรู้พระไตรลักษณ์ของรูปนามอื่นได้โดยไม่ต้องจดจ้องมากนักเช่นนั้นแล้ว ครั้นพยายามกำหนดพิจารณารูปนามนั้นต่อไป สมาริก็จะเริ่มแก่กล้าขึ้น โดยลำดับ ในลำดับนั้น วิปัสสนูปกิเลส คือ ความวางเฉยด้วยเห็นประจักษ์แจ้งในความเกิดขึ้นและดับไปอันเป็นเบื้องต้นและที่สุดของรูปนามในปัจจุบันขณะย่อมเกิดขึ้น วิปัสสนูปกิเสสดังกล่าวได้ชื่อว่าอุทัพพญาณ คือ ปัญญาเห็นความเกิดขึ้นและดับไปของรูปนามปัจจุบัน

ในวิธีการปฏิบัติได้เช่นนี้ชื่อว่า บรรลุดรณวิปัสสนาญาณ(วิปัสสนาญาณอย่างอ่อน) อันดับแรก มีชื่อว่า อุทพยานุปีสสนาญาณ (อย่างอ่อน) ย่อมถึงการนับว่าเป็นอารัทวิปัสสกะ คือ ผู้เริ่มต้นบำเพ็ญวิปัสสนาหรือผู้เริ่มต้นเห็นแจ้ง ซึ่งวิปัสสนูปกิเลสจะปรากฏขึ้นแก่โยคีช่วงนี้

๒) วิปัสสนูปกิเลสไม่เกิดขึ้นแก่บุคคล ๔ จำพวก คือ พระอริยสาวกผู้ได้บรรลุมรรคผลแล้ว ผู้ปฏิบัติผิดทาง ผู้ทอดทิ้งกรรมฐาน และผู้เกียจคร้านย่อหย่อนในการปฏิบัติ

๓) ลักษณะการเกิดของวิปัสสนูปกิเลส

อุปกิเลสทั้งหลายยกเว้นนิกัณตอาจเกิดขึ้นที่ละอย่าง ๆ ในแต่ละขณะของจิตดวงหนึ่ง ๆ หรืออาจเกิดหลาย ๆ อย่าง พร้อม ๆ กันก็ได้ ดังนั้น พึงทราบว่าอุปกิเลสที่เหลือ ๕ อย่าง สามารถเกิดพร้อมกันได้ในขณะที่เดียวกันทั้งหมด ส่วนนิกัณตนั้นเนื่องจากเป็นสภาวะที่หลงยินดีในอุปกิเลส ๕ อย่างเหล่านั้นจึงเกิดได้ในเฉพาะขณะจิตแต่ละขณะ โดยเอกเทศ

๔) เหตุที่เป็นวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ หรืออุปกิเลส ๑๐ ที่เรียกว่าเป็นอุปกิเลส นั้น เพราะว่า เป็นอารมณ์ หรือเป็นวัตถุที่ตั้งของอุปกิเลสมิใช่เพราะว่า เป็นอกุศลแต่อย่างใด ยกเว้นนิกัณตเป็นทั้งตัวอุปกิเลสด้วย และเป็นทั้งอารมณ์ของอุปกิเลสด้วย

เหตุที่เป็นอุปกิเลสเพราะผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดว่าแสงสว่าง ญาณ และปีติ เป็นต้นที่ไม่เคยพบมาก่อนนั้นเป็นคุณธรรมพิเศษหรือเกิดจากการบรรลุคุณธรรมพิเศษ ย่อมเสื่อมไปจากทางวิปัสสนา คือ การเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรม เขาจะไม่เพียรปฏิบัติเพื่อบรรลุวิปัสสนาญาณขั้นสูงต่อไป หรืออาจพอใจยึดติดแสงสว่าง เป็นต้น โดยมีได้กำหนดรู้เท่าทันปัจจุบัน ในขณะที่นั้นจะเกิดความยึดถือ(คาหะ)ที่จำแนกได้ ๓ ประการ คือ ตัณหา มานะ และทิฏฐิ

เมื่อรวมวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ อย่างกับความยึดมั่นทั้ง ๓ ที่มีในแต่ละอย่างก็จะมี ความยึดถือ ๓๐ อย่าง แต่ถ้านับความยึดมั่นในวิปัสสนูปกิเลสเหล่านั้นแบบโดยรวมว่าเป็นความยึดถือเดียวโดยไม่จำแนกก็มีวิปัสสนูปกิเลสเพียง ๑๐ อย่าง

๕) วิธีปฏิบัติที่จะพ้นไปจากวิปัสสนูปกิเลส

ผู้ปฏิบัติเมื่อได้รับคำชี้แนะจากพระวิปัสสนาจารย์อย่างถูกต้องย่อมเข้าใจว่า แสงสว่าง ญาณ และปีติเป็นต้นนี้เป็นอุปสรรคที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ไม่ใช่คุณธรรมพิเศษ หรือเกิดจากการบรรลุคุณพิเศษ การพิจารณาถึงสิ่งเหล่านี้ไม่ใช่วิธีปฏิบัติที่ถูกต้อง ที่จริงแล้วสิ่งเหล่านี้ตกอยู่ในอำนาจของไตรลักษณ์ คือไม่เที่ยงเพราะเริ่มเกิดขึ้น เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน การกำหนดรู้เท่าทันรูปนามปัจจุบันเท่านั้นจึงเป็นทางปฏิบัติที่ถูกต้อง อันเป็นเหตุให้บรรลุคุณธรรมพิเศษ เมื่อเข้าใจดังนี้

และหยุดใส่ใจต่อแสงสว่างเป็นต้นแล้วเจริญสติระลึกภูษาธรรมต่อไป เมื่อนั้นความเกิดดับของ
 รูปนามย่อมปรากฏชัดเจนแก่ผู้ปฏิบัติ อีกทั้งความไม่เที่ยงคือสภาพเกิดขึ้นและดับไป ความทุกข์คือ
 ความบีบคั้นด้วยความเกิดดับ และความไม่ใช่ว่าตัวตนที่ไม่เป็นไปตามต้องการ ย่อมปรากฏชัดเจน
 ลำดับนั้นการรู้เห็นความเกิดดับอย่างรวดเร็วในทุก ๆ ขณะที่กำหนดครุ่นนี้จึงเป็นอุท্থัพพญาณที่พ้น
 ไปจากวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส ไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัวแต่อย่างใด แต่เป็นสภาวะที่ยืนยันได้ว่าการปฏิบัติของ
 ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นได้ดำเนินมาถูกทางดีแล้วจึงมีสภาวะเหล่านี้เกิดขึ้น อีกทั้งเป็นเครื่อง
 ทดสอบการใส่ใจในการกำหนดรู้ของผู้ปฏิบัติว่าจะยึดติดหรือไม่ ถ้ายึดก็ไม่ใช่ทางที่ถูกต้อง เรียกว่า
 อมกคะ ถ้าไม่ยึดก็เป็นทางที่ถูกต้อง เรียกว่า มัคคะ เมื่อรู้จักทางทั้ง ๒ แล้วไม่ยึดติด ก็ทำให้ข้ามพ้น
 สภาวะแห่งวิปัสสนูปกิเลสนี้ไปได้ จักว่าผู้ปฏิบัติได้บรรลุ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ค้นพบสิ่งที่ได้ศึกษาอย่างละเอียด และสิ่งที่ยังไม่ได้
 ศึกษาในเชิงลึก จึงขอเสนอแนะดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้

ในการศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิปัสสนูปกิเลส ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏ
 ฐาน” ครั้งนี้ เป็นการศึกษาเอกสารคัมภีร์พระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท และการปฏิบัติวิปัสสนา
 ภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งใช้ระยะเวลาของการปฏิบัติ ๗ เดือน ก่อนที่จะเขียนเป็น
 วิทยานิพนธ์ตามกฎของมหาวิทยาลัย ดังนั้น ผู้ที่จะนำผลการวิจัยในครั้งนี้ไปใช้ในการศึกษา ควรจะ
 ศึกษาเพิ่มเติมในประเด็นอื่นซึ่งจะได้เสนอแนะในหัวข้อต่อไป

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับศึกษาวิจัยต่อไป

๑) ควรนำหลักของวิปัสสนูปกิเลสไปศึกษาคู่กับหลักของโพชฌงค์ในสติปัฏฐาน
 มีความแตกต่างกันอย่างไร

๒) ควรศึกษาวิปัสสนูปกิเลสเปรียบเทียบกับหลักในคัมภีร์พระพุทธศาสนาฝ่ายมหายาน

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย :

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ . พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ . อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาอรรถกถา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญาน , ๒๕๓๒.

_____ . ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฎีกา. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ . ปกรณ์เสสภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาปกรณ์เสส. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
วิญญาน, ๒๕๓๕.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ

ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). ลักษณะทิวศุกะ. กรุงเทพมหานคร : บริษัท คัลเลอร์ โฟร์
จำกัด, ๒๕๓๗.

ฉันทนา อุตสาหักษณ์. พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนรัชการ
พิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๕.

ปิ่น มุกกันต์ พ.อ. ประมวลศัพท์ศาสนา สำหรับนักศึกษาและประชาชน. กรุงเทพมหานคร : อมร
การพิมพ์, ๒๕๒๗.

ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย. วิปัสสนากรรมฐาน. หลักสูตรชั้นมัธยมศึกษาอภิธรรมิกะโท.
กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิธรรมโชติกะ จัดพิมพ์, มปป.

พระครูกลุณฺณสิทฺธิวัฒน์. เอตทัคคะในพระพุทธศาสนา. กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก,
๒๕๔๖.

พระญาณธชะ. ปรมัตถปิณี ปริจเฉทที่ ๗ สมุจยสังคหะ. พระคันธสารากิจส์ แปล.
กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.

พระเทพมุนี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๕). **วรรณกรรมไทย เรื่องวิมุตติรัตนมาลี**. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๒๗.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๕. ราชบัณฑิต). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์**
ชุด ศัพท์วิเคราะห์ เล่ม ๒. กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท.

พระธรรมธีรราชฆานุมณี (โชคก ญาณสิทธิ ป.ธ.๕). **ปิดประตูอบาย ทางไปสู่นิพพาน**. กรุงเทพ
มหานคร : โรงพิมพ์ อักษรพิทยา, ๒๕๓๕.

_____ . **หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์
สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖.

_____ . **วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ เล่ม ๑**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์ พริ้นติ้ง
กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๓๒.

_____ . **วิปัสสนากัมมัฏฐาน ภาค ๒**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก
จำกัด, ๒๕๔๘.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปุคฺโค). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. กรุงเทพมหานคร :
บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๖.

พระพุทธโฆษาจารย์. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อจ อาสภ
มหาเถร). ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : บริษัทประยูรวงศ์พริ้นติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖.

พระภิกษุทันตะ อาสภเถระ. **การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔**. พระมหา อุเทน
ปัญญาปริทัตต์ เรียบเรียง. ชลบุรี : สำนักวิปัสสนามูลนิธิวิเวกอาศรม, ๒๕๔๑.

พระมหาแสวง โชติปาโล. **พุทธวิทยานำรู้ เล่ม ๓**. กรุงเทพมหานคร : บริษัทสหธรรมิก จำกัด,
๒๕๓๘.

พระมหาสีสชาติ (โสภณมหาเถระ). แปลโดยจากรูญ ธรรมดา. **วิปัสสนาขุณี**. กรุงเทพมหานคร :
โรงพิมพ์ ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๘.

พระมหาโมคคัลลานเถระ. **คัมภีร์อภิธานปทีปิกา**. แปลโดย พระมหาสมปอง มุทีโต,
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ ธรรมสภา, ๒๕๔๒.

พระมหาพุทธโฆสเถระ. **วิสุทธิญาณนิเทศ ตำราคู่มือวิปัสสนากัมมัฏฐาน**. แปลโดยชนิด อยู่โพธิ์.
มปท. มปป. ๒๕๒๕.

พระมหาพุทธโฆสเถระ. **วิสุทธิญาณนิเทศ**. แปลโดย ชนิด อยู่โพธิ์. กรุงเทพมหานคร : มปป.,
๒๕๒๕.

พระวินัยปิฎก. **พระไตรปิฎกแก่นธรรม ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**.
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์** (ชำระเพิ่มเติม
ครั้งที่ ๑. พิมพ์ครั้งที่ ๑๒. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย,
๒๕๕๑.

_____ . **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส.
อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘.

_____ . **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๐. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก
จำกัด, ๒๕๔๕.

พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ.๘). **ภาวนาที่ปณี**. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ ดอกหญ้า
๒๕๔๕.

พระพุทธโฆสเถระ. **วิสุทธิมรรค เล่ม ๓**. แปลโดย พระเมธีกิตติโยคิน และ ธนิต อยู่โพธิ์.
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ วิญญูญาณ, ๒๕๔๑.

_____ . **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปล.
พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘.

พระสัทธัมมโชติกะ ชัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพ ฯ :
โรงพิมพ์ ทิพยวิสุทธิ การพิมพ์, ๒๕๔๖.

_____ . **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๓ และปริจเฉทที่ ๗**. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วน
จำกัด ทิพยวิสุทธิ, ๒๕๔๔.

_____ . **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๕ เล่ม ๑ สมถกรรมฐานที่ปณี**. กรุงเทพมหานคร :
บริษัท วิ.อินเตอร์ พรินท์ จำกัด , ๒๕๔๗.

พระสัทธัมมสิริเถระ. **สัทธัตถเภทจินตการศึกษาเชิงวิเคราะห์ไวยากรณ์บาลี**. แปลโดย พระมหา
นิมิตร ฐมฺสาโร ป.ธ.๘. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พิทักษ์อักษร, ๒๕๔๕.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. แปลโดย พระคันธสารากิจวศ์. นครปฐม :
ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘.

_____ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**. แปลโดย พระคันธสารากิจวศ์. นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด
ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐.

_____ . **วิปัสสนาธุระ**. แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร : หจก. ประยูรสาส์น
ไทย การพิมพ์, ๒๕๕๑.

_____ . **มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน**. แปลโดย พระคันธสารา กิจวศ์.
กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๘.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **วิปัสสนาธุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์).**

แปลโดย จำรูญ ธรรมดา. กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย
การพิมพ์, ๒๕๕๑.

พระอนรรุทระ. **อภิธรรมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๕ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค.** พระคันธสารากวีวงศ์ แปล.

กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.

พระอาจารย์ ภัททันตะ อาสภเถระ ฐัมมาจริยะ. **วิปัสสนาที่ปณีฎีกา.** ชลบุรี : สำนักวิปัสสนา

กรรมฐานวิเวกอาศรม, ๒๕๓๒.

พระอาจารย์ ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ฐัมมาจริยะ อัครมหากรรมฐานาจริยะ. **ปฐมวิปัสสนา**

วงศ์ในประเทศไทย. กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์ พรินต์ติ้ง แอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด
(มหาชน). ๒๕๕๔.

พระอุปติสสเถระ. **วิมุตติมรรค.** แปลโดย พระเทพโสภณ (ประยูร ฐมฺมจิตฺโต) และคณะ แปลจากฉบับ

ภาษาอังกฤษของพระเฮฮารา พระโสมเถระ และพระเขมินทเถระ. กรุงเทพมหานคร :
มปป., ๒๕๔๘.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **อภิธรรมัตถวิภาวินีฎีกา (วิภาวินี).** กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราช

วิทยาลัย, ๒๕๒๘.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสम्मมหาเถระ) ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.

อริยวังสปฏิปทา. กรุงเทพมหานคร : หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔.

หลงบุญสม ประยุทธ์พันธ์ ป. **พจนานุกรมมคธ-ไทย.** กรุงเทพมหานคร : ร้านเรื่องปัญญา,

๒๕๔๐.

(๒) วิทยานิพนธ์

นายชนาคม บรรเทากุล. “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภัททันตะ

อาสภมหาเถระ อัครมหากรรมฐานาจริยะ”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.**

บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

นายอนิวัชร์ เพชรนรรัตน์. “ การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตาม

แนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร**

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

แม่ชีระวีวรรณ สุทธิจารินี (งานวิสุทธิพันธ์). “ การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติ

วิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง

วรวิหาร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระมหารุ่งเรือง รุกขิตฺตมโ (ปะมะชะ) . “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน : ศึกษากรณีเยาวชน ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัด ขอนแก่น”.วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร (สมัย ต้นสอน) . “ศึกษาภยญาณในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลัก สติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”. วิทยานิพนธ์พุทธ ศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ : พระมหาเด่น กลุยามวิฑูโช (รุ่งกุล)
- เกิด : วันอังคาร ที่ ๘ เดือนมกราคม พุทธศักราช ๒๕๒๓
- สถานที่เกิด : ตำบลหัวถนน อำเภอนางรอง จังหวัดบุรีรัมย์ ๓๑๑๑๐
- การศึกษา : พ.ศ. ๒๕๔๐ น.ธ.เอก วัดอุดมรังสี เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. ๒๕๔๓ ป.ธ.๓ วัดอุดมรังสี เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. ๒๕๔๘ พธ.บ. (พระพุทธศาสนา)
- ประสบการณ์การทำงาน : พ.ศ. ๒๕๔๕- ปัจจุบัน เป็นพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน
พ.ศ. ๒๕๔๗-๒๕๕๒ เป็นเลขานุการเจ้าอาวาสวัดอุดมรังสี
พ.ศ. ๒๕๔๓-ปัจจุบัน เป็นครูปริยัติธรรม สำนักศาสนศึกษาวัดอุดมรังสี
พ.ศ. ๒๕๕๒-ปัจจุบัน เป็นพระวิปัสสนาจารย์
- ๑) ประจำวัดอุดมรังสี เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร
 - ๒) ช่วยอบรม ณ วัดป่าจริยธรรม อ.นาด้วง จ.เลย
 - ๓) ช่วยอบรม ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อ.ปากช่อง
 - ๔) อบรมพระวิปัสสนาจารย์ ของคณะสงฆ์หนตะวันออก รุ่นที่ ๑
ณ วัดประสิทธิ์วิเวช อ.องครักษ์ จ.นครนายก
- บรรพชา : ๒๖ มีนาคม ๒๕๓๗ วัดหนองสะแก จังหวัดบุรีรัมย์
- อุปสมบท : ๕ กรกฎาคม ๒๕๔๓ วัดอุดมรังสี กรุงเทพมหานคร
- ปีที่เข้าศึกษา : พ.ศ. ๒๕๕๐
- ปีที่สำเร็จการศึกษา : พ.ศ. ๒๕๕๕
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดอุดมรังสี ๕๖๕ ถนนเพชรเกษม แขวงหนองค้างพลู
เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๖๐
- โทรศัพท์ : ๐ ๒๔๒๑ ๑๔๐๗ จริ. , ๐๘ ๔๗๕๘ ๕๖๓๔
- อีเมลล์ : meditation_man@hotmail.com