

เหตุแห่งการเกิดปัญญาด้วยการเจริญสมาธิ

บุญชญา วิวิธขจร¹ และ มานพ นักการเรือน²

¹มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

²มหาวิทยาลัยมกุฏราชวิทยาลัย

¹E-mail: boon07boon07@gmail.com

รับต้นฉบับ 9 มีนาคม 2561 วันที่เผยแพร่ 25 มิถุนายน 2561

บทคัดย่อ

สมาธิ แปลว่า ความตั้งมั่นแห่งจิต หมายถึง ภาวะที่จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง หรือภาวะที่จิตแนบแน่นอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง หรืออารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งนาน ๆ การเจริญสมาธินำหน้าวิปัสสนาเพื่อให้เกิดเป็นปัญญานั้นมีชื่อเรียกว่าสมถยานิก คือเมื่อเจริญสมาธิจนจิตตั้งมั่นแนบแน่นกับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งแล้วจึงยกจิตที่เป็นสมาธินั้น ออกมาเจริญวิปัสสนาด้วยการกำหนดรู้ในสภาวะรูปนามในปัจจุบัน ผลของจิตที่เกิดจากการเจริญสมาธิคือการทำให้เกิดความสงบสบาย และเป็นสุข เพราะจิตที่เกิดจากการเจริญสมาธิจะไม่ซัดส่าย ไม่ฟุ้งซ่าน ควรแก่การงานคือการมีสมาธิประกอบในจิตในการคิดพิจารณาในสภาพธรรมต่าง ๆ โดยความเป็นรูปและนามในทุก ๆ อากาโรที่ก่อกำเนิดขึ้นในปัจจุบัน จนเป็นเหตุ เป็นปัจจัย ให้เกิดปัญญาญาณ เห็นสภาพที่แท้จริงของรูปนามนั้น ๆ โดยความเป็นไตรลักษณ์ คือความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเปลี่ยนแปลง ผู้ปฏิบัติที่มีสติในการกำหนดรู้รูปนามปัจจุบันอย่างต่อเนื่อง จักเกิดการพัฒนาของจิตขึ้นตามลำดับ โดยการเห็นอาการเกิดดับแจ่มชัดในทุก ๆ ขณะจิต ก็จักเกิดปัญญาพิจารณาต่อไปเป็นลำดับ

คำสำคัญ: การเกิดปัญญา; สมาธิ; วิปัสสนา

The Cause Leading to Wisdom with Concentration Development

Boonchaya WiwitKhajorn¹ and Manop Nakkarnrien²

¹Mahachulalongkornrajavidyalaya University

²Mahamakut Buddhist University

¹E-mail: boon07boon07@gmail.com

Retrieved March 9, 2018 Accepted June 25, 2018

ABSTRACT

Samadhi, which refers to a state of meditative consciousness, means the state of one-pointedness of mind or the state that the mind concomitant remains on one single thing or object for a longer period of time. One who develops concentration leading an insight in order to attain the wisdom is called Samatha-Yanika. When one who takes tranquility as his vehicle until the mind reaches the state of concomitant integration then levels up that quality of mind to Vipassana with the noting of Nama and Rupa at the present moment state of, his state of mind then becomes tranquil, at ease, and happy. The mind stays still without wandering or distracted, but suitable for the work. It is because the qualitative mind possesses its concentration in investigating various conditional Dhamma factors as nama and rupa in every present moment condition until it becomes the cause and effect to Pañña Ñana. It means the understanding of the real conditions of that Nama and Rupa with Tilakkhana which are impermanence, suffering, and changeable. The practitioners who are mindful in investigating the present moment of Nama and Rupa continuously will develop the mind respectively with the understanding of arising and existing conditions in every thought-moment.

Keywords: Wisdom; Vipassana; Samadhi

บทนำ

พระพุทธเจ้าตรัสรู้หรือริยัลจ¹ และทรงตรัสสอนเรื่องทุกข์เป็นเรื่องแรก เป็นการแสดงให้เห็นว่า ความเป็นอยู่และความเป็นไปของมนุษย์นั้นเต็มไปด้วยความทุกข์ คนมีอายุมากขึ้นก็ยิ่งแลเห็นทุกข์ของตัวเอง ทุกข์ของบุตรหลาน และคนรอบข้าง ถ้ามองชีวิตด้วยสายตาอันประกอบด้วยปัญญา ก็จะเห็นว่า ชีวิตทั้งชีวิตเป็นทางเดินของทุกข์อยู่ตลอดเวลา ตั้งแต่เกิดจนตาย หนทางแห่งชีวิตนี้เต็มไปด้วยขวากหนาม คือ ความทุกข์ ทุกขณะของการดำเนินชีวิตมีทุกข์แทรกเจือปนอยู่ตลอดเวลา พฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์นั้นเป็นไปเพื่อการบำบัดทุกข์ทั้งสิ้น พระพุทธเจ้าทรงสอนให้รู้จักทุกข์ รู้จักเหตุแห่งทุกข์ รู้จักวิธีดับทุกข์ รู้จักหนทางแห่งความดับทุกข์ พระพุทธเจ้าทรงสอนหนทางแห่งการปฏิบัติสายกลางเรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา² โดยอาศัยหลักสติปัญญา 4³ ซึ่งเป็นทางสายเดียวที่จะทำให้หมุ่สัตว์พ้นจากทุกข์ได้ การเปลี่ยนแปลงของโลก ของเทคโนโลยีและสารสนเทศ การรับข้อมูลข่าวสาร มีความรวดเร็วและกว้างไกล ตามกระแสโลกปัจจุบัน ทำให้ชีวิตของคนในสังคมต้องดิ้นรนแข่งขันกันอย่างรุนแรง เพื่อความอยู่รอดในสังคมที่จะนำมาซึ่งความสำเร็จในการดำเนินชีวิตและหน้าที่การงาน ความทันสมัย ความสะดวกสบายมีมากขึ้น แต่ในทางกลับกัน ผลกระทบที่เกิดจากค่านิยมแห่งการบริโภควัตถุและผลิตผลทางเทคโนโลยี ทำให้เราตกเป็นทาสในการบริโภค ทำให้สังคมมนุษย์ต้องสูญเสียสิ่งที่ดีงามไป มีแต่ความวุ่นวาย ทำให้เกิดความทุกข์และความสับสน มีความฟุ้งซ่าน บางครั้งจิตใจห่อเหี่ยวห่อเหี่ยว มีความเครียดเกิดขึ้นทางร่างกาย ถึงขนาดเจ็บป่วยทางกาย และทางใจกันมากขึ้น บางคนต้องการหาทางออกที่จะลดภาวะความเครียด ด้วยการเล่นกีฬา ดูหนัง ฟังเพลง หรือด้วยการท่องเที่ยว ตามความชอบของแต่ละบุคคล ซึ่งการกระทำดังกล่าวเป็นการระงับความทุกข์เพียงชั่วคราวเท่านั้น แล้วทุกข์เหล่านั้นก็จะกลับมาใหม่ วนเวียนไปเช่นนี้ไม่จบไม่สิ้นกับปัญหาที่เกิดในการดำเนินชีวิต

การนำเอาหลักธรรมในพระพุทธศาสนา มาปฏิบัติ เพื่อแก้ไขสิ่งที่เกิด ด้วยการปฏิบัติให้มีสติ ทำสมาธิให้เกิดเป็นปัญญา เป็นวิธีการดับทุกข์ แก้ไขปัญหาของมนุษย์ด้วยความรู้ที่ถูกต้อง ในสถานการณ์เช่นนี้ เพราะการทำใจให้สงบ มีสมาธิชั่วขณะหรือการมีสมาธิที่ตั้งมั่น จะช่วยแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นให้ผ่อนคลายเบาบางลงตามลำดับหรือแก้ปัญหาให้หมดไปได้ จากการใช้

¹ วิ.ม. (ไทย) 4/13-17/20-25.

² พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร**, พระคันธसारากวีวงศ์ แปล, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, 2555), หน้า 69.

³ ที.ม. (ไทย) 10/372-403/301-338.

สมาธิมาช่วยทำให้เกิดปัญญาขึ้น การแก้ปัญหาในสังคมปัจจุบันที่กลุ่มมิจฉาทิให้ลัทธิลัทธิวุ่นวายนี้ได้ ต้องอาศัยการฝึกสมาธิจนเกิดปัญญา เพราะความสุขและความทุกข์ใด ๆ ก็จะไม่สามารถเข้ามาครอบงำในจิตใจได้อีก ผู้ทำได้เช่นนี้จึงได้ชื่อว่าเป็นผู้ที่เข้าถึงที่สุดแห่งพระพุทธศาสนาที่ว่าเป็นผู้มี ความมุ่งหมายอีกประการหนึ่งของการเจริญสมาธิก็คือ เพื่อสนองความต้องการของมนุษย์คือ ความสุข และความสุขจะเกิดขึ้นได้อย่างแท้จริงนั้น ต้องอาศัยสมาธิตั้งนั้น การฝึกสมาธิจึงมี เป้าหมายสำคัญ และสามารถทำได้ด้วยการเจริญสมาธิเพื่อให้เกิดปัญญา เพราะปัญญานี้เป็น ทางสู่ความพ้นทุกข์

การจะพ้นออกจากทุกข์ จะต้องมียุติปัญญาทำความเข้าใจในเรื่องของทุกข์ตามความเป็นจริง คือจะต้องเห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างทั้งสุขและทุกข์ล้วน ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นสิ่งที่น่าเบื่อหน่าย บีบคั้นด้วยความไม่เที่ยง เพราะไม่เป็นไปตามที่ตนต้องการตามสภาพของไตรลักษณ์ เมื่อเห็น ความไม่ใช่ว่าตัวไม่ใช่ตน เห็นภัยในการเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในวัฏฏสงสารโดยความเป็นทุกข์ มีความ ตั้งใจระทำความเพียรในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อความบริสุทธิ์ของจิต เพื่อการก้าว ล่วงออกมาจากความทุกข์ทั้งหลาย คือเศร้าโศกเสียใจ ความร่ำไรรำพัน ฯลฯ เพื่อการสิ้นไปของ ทุกข์ ด้วยการบรรลุ มรรค ผล นิพพาน ในที่สุด⁴ ผู้มีปัญญาย่อมจะเล็งเห็นว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวง เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์และเป็นอนัตตา ผู้เห็นอย่างนี้ย่อมได้ชื่อว่าเป็นผู้มีปัญญาเล็งเห็นสิ่ง ทั้งหลายทั้งปวงว่าเป็นสิ่งที่ควรละ ความอยากมี อยากเป็น อยากได้ที่ไม่มีที่สิ้นสุด ย่อมเป็นทุกข์ เมื่อพิจารณาเห็นโทษ ตามความเป็นจริงว่า ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เมื่อรู้อย่างนี้แล้วก็จะพยายาม คัดกรองจิตไว้ โดยการหมั่นสำรวมระวังจิตในเวลาตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นรับรู้ รส กายถูกต้องสัมผัส อย่าให้ธรรมฝ่ายต่ำ คือกามคุณเข้าครอบงำได้ ด้วยการหมั่นชำระจิตให้ หมดจดจากกิเลส เพื่อบรรลุถึงความพ้นทุกข์

บทความนี้ต้องการนำเสนอความสำคัญของการเจริญสมาธิ จึงทำการศึกษาค้นคว้า แล้วนำมาอธิบาย ขยายความถึงประโยชน์ของการเจริญสมาธิ อุปสรรคของการเจริญสมาธิ และ สมาธิสามารถพัฒนาจนเกิดเป็นปัญญาได้อย่างไร

คำว่า **สมาธิ** แปลว่า ความมีใจตั้งมั่น ความตั้งมั่นแห่งจิต การทำใจให้สงบแน่วแน่ ไม่ฟุ้งซ่าน ภาวะที่จิตตั้งมั่นแน่วแน่อยู่ในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งคือสมาธิ ประกอบด้วยอาการของ จิตที่มีความไม่ซัดส่าย และมีจิตไม่หวั่นไหว มีความสงบ ด้วยอำนาจของฌานที่ปฏิบัติได้ มีความสุขสงบของสภาวะจิต สมาธิมี 3 ระดับคือ ชนิทสมาธิ สมาธิชั่วขณะปฏิบัติ เป็นสมาธิ

⁴ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), **หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร: เรือนแก้วการพิมพ์, 2535), หน้า 112.

ขั้นต้น อุปจารสมาธิ สมาธิเฉียด ๆ ฌาน หรือมีสมาธิตั้งมั่นจนจะแน่นอน เป็นสมาธิระดับสูงขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง อัปนาสมาธิ เป็นสมาธิแน่นอน ตั้งมั่นมาก หรือสมาธิที่แนบสนิทไม่สนใจสิ่งอื่นรอบข้าง เป็นสมาธิระดับสูงสุด ซึ่งมีในฌานทั้งหลาย และถ้าเป็นสัมมาสมาธิ คือ ความตั้งอยู่แน่นอนแห่งจิตใจ มีความมั่นคงไม่ส่ายไป ไม่มีความฟุ้งซ่านแห่งจิต มีความสงบ เช่น สมาธิในอินทรีย์สมาธิในพละ สมาธิในสัมโพชฌงค์ ที่เป็นองค์แห่งมรรค การทำสมาธิ ตามหลักของพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ได้แสดงพระธรรมเทศนาไว้ถึง 40 วิธี ทุกวิธีล้วนเป็นไปเพื่อจุดหมายเดียวคือการทำให้จิตใจสงบแต่ที่มีถึง 40วิธีนั้นก็เพื่อให้เหมาะสมกับพื้นฐานนิสัยของแต่ละคน หมวดแรกเรียกว่า กสิณ 10 (เพ่งกสิณ) หมวดที่สองเรียกว่า อสุภ 10 (พิจารณาอสุภ) หมวดที่สามเรียกว่า อนุสสติ 10(พิจารณาพุทธานุสสติ เป็นต้น) หมวดที่สี่เรียกว่า พรหมวิหาร 4 หมวดที่ห้าเรียกว่า จตุธาตุววัฏฐาน 4 หมวดที่หกเรียกว่า อาหาเรปฏิกูลสัญญา 1 หมวดที่เจ็ดเรียกว่า อรูปกรรมฐาน 4 รวมทั้งหมด 40 วิธี ที่จะทำให้เกิดสมาธิ ถ้าเรามุ่งต้องการให้เกิดสมาธิต้องเจริญ สมถกรรมฐาน

ลักษณะสภาพของจิตที่เป็นสมาธิ

1) จิตแข็งแรง มีพลังมาก ท่านเปรียบไว้ว่าเหมือนกระแสน้ำ ที่ถูกควบคุมให้ไหลพุ่งไปในทิศทางเดียว ย่อมมีกำลังแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพวกระบายออกไป

2) สภาพของจิตจะราบเรียบ สงบ เหมือนสระหรือบึงน้ำใหญ่ ที่มีน้ำนิ่งไม่มีลมพัด ไม่มีสิ่งรบกวนให้กระเพื่อนไหว

3) จิตจะใส กระจ่าง มองเห็นอะไร ๆ ได้ชัด เหมือนน้ำสงบนิ่งไม่เป็นริ้วคลื่น และฝุ่นละอองที่มีก็ตกตะกอนนอนก้นหมด

4) นุ่มนวล ควรแก่การงาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน เพราะไม่เคียดไม่กระด้าง ไม่วุ่นวาย ไม่ขุ่นมัว ไม่สับสน ไม่เร่าร้อน ไม่กระวนกระวาย

จิตที่เป็นสมาธินั้นมีความเป็นหนึ่งเดียว ตามรูปศัพท์ คือ เอกัคคตา = เอก+อัคค+ตา (ภาวะ) คำว่า อัคคะ ในที่นี้ท่านให้แปลว่า อารมณ์ แต่ความหมาย ไวพจน์ที่แสดงความหมายของสมาธิตำหนึ่ง คือ เอกัคคตา แปลกันว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์เดิมแท้ ก็คือ จุดยอด หรือจุดปลาย โดยนัยนี้จิตเป็นสมาธิก็คือ จิตที่มียอดหรือจุดปลายจุดเดียว ซึ่งย่อมมีลักษณะแหลมพุ่ง แหว่งทะลุสิ่งต่าง ๆ ไปได้ง่าย⁵ จิตที่เป็นสมาธิขั้นสมบุรณ์ เฉพาะอย่างยิ่งสมาธิถึงขั้นฌาน พระอรชกถาจารย์เรียกว่า จิตประกอบด้วยองค์ 8 กล่าว คือ (1) ตั้งมั่น (2) บริสุทธิ์ (3) ผ่องใส (4) โปร่งโล่ง

⁵ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ 11, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552), หน้า 830.

เกลี้ยงเกลา (5) ปราศจากสิ่งมัวหมอง (6) นุ่มนวล (7) ควรแก่การงาน (8) อยู่ตัวไม่ออกแวก
หัวนไหว ไม่ว่าจะเอาไปใช้งานทางปัญญา พิจารณาให้เกิดความรู้เข้าใจถูกต้องแจ่มชัด หรือใช้
ในทางสร้างพลังจิตให้เกิดอภิญญาสมาบัติอย่างใด ๆ ก็ได้⁶ การเจริญสมาธินั้นก็ต้องมีอุปสรรค
บ้าง ในทางพุทธศาสนา เรียกว่า นิวรณ์ แปลว่า เครื่องกีดกัน เครื่องขัดขวาง แปลเอาความตาม
หลักวิชาว่า สิ่งที่เกิดกั้นการทำงานของจิต อันนำไปสู่ความดี หรือถ้าเป็นการปฏิบัติก็มีพื้นฐาน
ก็ถือว่า นิวรณ์ เป็นอกุศลธรรมตัวร้ายเลยทีเดียว สิ่งที่ขัดขวางความดีงามของจิต สิ่งที่ยกนกำลัง
ปัญญา หรือแสดงความหมายให้เป็นวิชาการได้ว่าสิ่งที่กั้นจิตไม่ให้ก้าวหน้าในกุศลธรรม ธรรม
ฝ่ายชั่วที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุคุณความดี หรืออกุศลธรรมที่ทำให้จิตให้เศร้าหมองและทำปัญญาให้อ่อน
กำลัง ลักษณะของนิวรณ์ที่ปรากฏเป็นคำสั่งสอนมีว่า “ภิกษุทั้งหลาย ธรรม 5 ประการเหล่านี้
เป็นเครื่องปิดกั้นกุศลธรรม เป็นเครื่องห้าม (ความเจริญงอกงาม) ขึ้นกตทัพบจิตไว้ ทำปัญญาให้
อ่อนกำลัง⁷ เป็นอุปกิเลสแห่งจิต (สนิมใจ หรือสิ่งที่ทำให้ใจเศร้าหมอง) ทำปัญญาให้อ่อนกำลัง⁸
และว่า ธรรม 5 ประการเหล่านี้ เป็นนิวรณ์ ทำให้มีติดบอด ทำให้ไร้จักขุ ทำให้ไม่มีญาณ (สร้าง
ความไม่รู้) ทำให้ปัญญาดับส่งเสริมความดับแค้น ไม่เป็นไปเพื่อนิพพาน”⁹ ซึ่งมีอยู่ด้วยกัน 5 อย่าง
คือ

1) กามฉันท์ ความอยากได้ อยากเป็น (แปลตามศัพท์ว่าความพอใจในกาม) หรือ
อภิขณา ความเพ่งอยากได้ หมายถึง ความอยากได้กามคุณทั้ง 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส
โผฏฐัพพะ ที่น่ารัก น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ เป็นกิเลสพวงโลก จิตที่ถูกล่อด้วยอารมณ์
ต่าง ๆ คิดอยากได้โน่น อยากได้นี้ ติดใจโน่น ติดใจนี้ คอยเขวออกไปหาอารมณ์อื่น ชวนข้องอยู่
ย้อมไม่ตั้งมั่น ไม่มีระเบียบ ไม่อาจเป็นสมาธิได้

2) พยาบาท คือความขัดเคืองแค้นใจ ได้แก่ ความขัดใจ แค้นเคือง เกลียดชัง ความผูก
ใจเจ็บ การมองในแง่ร้าย การคิดร้ายมองเห็นคนอื่นเป็นศัตรู ตลอดจนความโกรธ ความหงุดหงิด
ฉุนเฉียว ความรู้สึกขัดใจ ไม่พอใจต่าง ๆ จิตที่มัวกระทบนั้น กระทบนี้ สะดุดนั้นสะดุดนี้ เดินไม่
เรียบ ไม่ไหลต่อเนื่อง ย่อมไม่อาจเป็นสมาธิ

3) ถีนมิทธะ ความมทู่และเซื่องซึม หรือเซ็งและซึม แยกเป็นถีนะ ความมทู่ ห่อ
เหี่ยว ถดถอย ท้อแท้ ห่อเหี่ยว ถดถอย ระวังอ้อ ท้อแท้ ความซบเซา เหนงหงอย ละเหยีย ที่เป็นอาการ

⁶ ที.สี. (ไทย) 9/131/101., ม.ม. (ไทย) 12/48/38., อง.ต.ก. (ไทย) 20/4981/210.

⁷ ส.ม. (ไทย) 19/499/135.

⁸ ส.ม. (ไทย) 19/490/133.

⁹ ส.ม. (ไทย) 19/501/136.

ของจิตใจ กับมีทระ ความเชื่อมซึ่ม เชื้อยซา ง่วงเหงา หาวนอน โง่งวง อืดอาด มีนมัว ตื้อตัน อากาการซึ่ม ๆ เฉา ๆ ที่เป็นไปทางกาย จิตที่ถูกอากาการทางกายและทางใจอย่างนี้ครอบงำ ย่อมไม่ เข้มแข็ง ไม่คล่องตัว ไม่เหมาะแก่การใช้งาน จึงไม่อาจเป็นสมาธิได้

4) อุทัจจกุกุกุจ ความฟุ้งซ่านและเดือดร้อนใจ แยกเป็นอุทัจจจะ ความที่จิตฟุ้งซ่าน ไม่สงบ สายพล่านไป กับกุกุกุจะ ความวุ่นวายใจ รำคาญใจ ระแวง เดือดร้อนใจ ยุ่งใจ กุลุ้มใจ กังวลใจ จิตที่ถูกอุทัจจกุกุกุจะครอบงำ ย่อมคว้างไป ไม่อาจสงบลงได้ จึงไม่เป็นสมาธิ

5) วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย ได้แก่ ความเคลือบแคลง ไม่แนใจ สงสัย เกี่ยวกับพระ ศาสตรา พระธรรม พระสงฆ์ เกี่ยวกับสิกขา เป็นต้น พุทธสัน ๆ ว่ากลางแคลงในกุตศธรรมทั้งหลาย ตัดสินไม่ได้ เช่นว่า ธรรมนี้มีคุณค่า มีประโยชน์ควรแก่การปฏิบัติหรือไม่ จะได้ผลจริงหรือไม่ จิตที่ ถูกวิจิกิจฉาขัดไว้ กวนไว้ มีอาจทำสมาธิให้เกิดได้¹⁰

การเจริญสมาธิ ทำให้ได้ประโยชน์สูงสุด คือ โลกียอภิญญา และโลกุตตรอภิญญา เป็นปัญญาที่รู้อารมณ์ทั้งหลายในโลกอย่างพิเศษ 7 ประการ¹¹ คือ

1) อิทธิวิธอภิญญา ปัญญาที่ทำให้สำเร็จฤทธิ์ต่าง ๆ มีการเหาะเหินในอากาศ เดินบน น้ำ หรือดำดินได้ เป็นต้น

2) ทิพพิโสทอภิญญา เป็นผู้มึหุทิพย์เหมือนหุเทวดา หรือ พรหม

3) ปรจิตตวิชชานนอภิญญา ปัญญาที่รู้ใจผู้อื่น

4) ปุพเพนิวาสานุสสติอภิญญา ปัญญาที่ระลึกชาติ คือ ภพ ภูมิ และชั้น 5 ที่เคยเกิด เคยพบเห็นมาแล้วในชาติก่อน ๆ

5) ทิพพจักขุอภิญญา เป็นผู้มึตาทิพย์ เหมือนตาของเทวดา หรือ พรหม รวมทั้งการรู้ จุติและปฏิสนธิของสัตว์

6) ยถากัมมุปกคอภิญญา ปัญญาที่รู้เห็นกรรมของสัตว์ ที่จัดแจงให้ไปเกิดในภพต่าง ๆ ตลอดจนจนสุข ทุกข์ ที่สัตว์กำลังได้รับอยู่

7) อนาคตังสอภิญญา ปัญญาที่รู้ว่าชั้น 5 จักเกิดในอนาคต อภิญญานั้นมีอย่างเดียว คือ อาสวัคชยอภิญญา เป็นอภิญญาที่สามารถทำลายกิเลสอาสวะให้หมดสิ้นไปจากสันดาน

¹⁰ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**, หน้า 829.

¹¹ พระลัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **สมถกรรมฐานที่ปณี**, พิมพ์ครั้งที่ 4, (กรุงเทพมหานคร: ทิพยวิสุทฺธิ์, 2539), หน้า 245-258.

อาณิสสของสมาธิในลักษณะเป็นประโยชน์ในภาพรวม ซึ่งเป็นประโยชน์ทั้งในโลกนี้ เรียกว่า ทิฐุธรรมมีกัตถประโยชน์ และประโยชน์ในโลกอื่นเรียกว่า สัมปรายิกัตถประโยชน์ รวมเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้

- 1) ทำให้เข้าสมาบัติได้ เพื่อเป็นสุขในภพปัจจุบัน
- 2) ทำให้เกิดวิปัสสนา
- 3) ทำให้เกิดโลกียอภิญา 5 ประการ
- 4) ทำให้ไปเกิดเป็นพรหม
- 5) ทำให้เข้านิโรธสมาบัติได้

การปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้ง 2 อย่าง คือ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติ อาจเจริญสมถกัมมัฏฐานก่อน แล้วจึงเจริญวิปัสสนาที่หลัง หรือ เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานก่อน แล้วเจริญสมถกัมมัฏฐานที่หลัง หรือเจริญกัมมัฏฐานทั้งสองอย่างควบคู่กันไปก็ได้ เพราะกัมมัฏฐานทั้ง 2 อย่างเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันและเป็นเหตุปัจจัยสนับสนุนแก่กันและกัน เพื่อให้ถึงจุดหมายสูงสุด เพื่อการบรรลุมรรคผล นิพพาน ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกกล่าวว่ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า เมื่อเจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า มรรคย่อมเกิดแก่เธอ อีกประการหนึ่ง เมื่อเจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้า เมื่อเจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้า มรรคย่อมเกิดแก่เธอ อีกประการหนึ่ง เมื่อเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เมื่อเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป มรรคย่อมเกิดแก่เธอ อีกประการหนึ่ง เมื่อมีใจถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ เธอเสพอเจริญ ทำให้มาก ซึ่งมรรค เมื่อเธอเสพอเจริญ ทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้นอยู่ ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมลึกลงไป¹² ในการกำหนดวิธีการปฏิบัติกรรมฐาน มีดังนี้

1) ผู้ปฏิบัติมีสมถกัมมัฏฐานนำหน้าวิปัสสนาหรือสมาธินำหน้าปัญญา โดยกำหนดอารมณ์เป็นขณิก สมาธิจนจิตเข้าถึงอุปปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิ (สมาธิในฌาน) จากนั้นก็ใช้อุปปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธินั้นเองเป็นบาทฐาน แล้วกำหนดพิจารณาองค์ธรรมและสภาวะธรรมต่าง ๆ ที่เกิดร่วมกับอุปปจารสมาธิหรือ อัปปนาสมาธินั้น หรือจะพิจารณาอุปาทานชั้นธ อายตนะ ธาตุ ลักขณะ อินทริย์ ปฏิจจสมุขบาท ในการเห็นตามความเป็นจริง โดยความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตนจนอริยมรรคเกิดขึ้นดำเนินเข้าสู่ทางแห่งอริยมรรคต่อไป

2) ผู้ปฏิบัติมีวิปัสสนาสมาธินำหน้าสมถะ หรือปัญญานำสมาธิ โดยในการปฏิบัติ กำหนดอารมณ์วิปัสสนาพิจารณาอุปาทานชั้นธอย่างต่อเนืองด้วยขณิกสมาธิ คือ สมาธิชั่วขณะ

¹² อัง.จตุกก. (บาลี) 21/170/179-180.

จนเกิดการเห็นแจ้งอุปาทานชั้นตรีโดยความเที่ยง เป็นทุกขมิใช่ตัวตน เมื่อความรู้แจ้งในอุปาทานชั้นตรี สภาวะจิตสงบมีอารมณ์เป็นหนึ่งโดยมีความปล้อยวาง อุปาทานชั้นตรีที่เกิดในวิปัสสนานั้นเอง เป็นอารมณ์ซึ่งนับว่าเป็นสมณะจนอริยมรรคเกิดขึ้นดำเนินเข้าสู่ทางแห่งอริยมรรคต่อไป

3) ผู้ปฏิบัติสมณะและวิปัสสนา หรือ สมาธิกับปัญญา ควบคู่กันไป วิธีการปฏิบัติคือผู้เจริญก็มีภูมิจิตสมาธิจนได้ฌาน แล้วเจริญวิปัสสนาถึงขั้นนั้นโดยกำหนดวิปัสสนาถึงขั้นนั้นเช่น เข้าปฐมฌานออกจากปฐมฌานแล้วก็กำหนดพิจารณาสังขาร ครั้นแล้วก็เข้าตติยฌาน ปฏิบัติอย่างนี้เรื่อยไปจนถึงปัญจฌานหรือเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน แล้วออกจากปัญจฌานหรือออกจากเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน ก็พิจารณาสังขารอีก อย่างนี้เรียกว่าเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป¹³ ในข้อนี้ผู้ปฏิบัติต้องได้บรรลุฌานชั้นต่าง ๆ ก่อนโดยที่ขณะปฏิบัตินั้นต้องเข้าฌานก่อน แล้วออกจากฌานมากำหนดพิจารณาองค์ธรรมและสภาพธรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น หรือกำหนดพิจารณาอุปาทานชั้นตรีของตนในปัจจุบันขณะ จากนั้นก็เข้าฌานชั้นสูงขึ้นไปตามลำดับจนถึงขั้นสูงสุดของฌานที่ตนได้ ในระหว่างแห่งฌานแต่ขั้นนั้น จะต้องมีการออกจากฌานมาก่อน มากำหนดพิจารณาถึงองค์ธรรมสภาพธรรมที่เกิดต่าง ๆ หรือกำหนดพิจารณาอุปาทานชั้นตรีของตนเสมอ แล้วกลับเข้าฌานชั้นสูงขึ้นไป และออกจากฌานชั้นนั้น ๆ มากำหนดพิจารณาทำสลับกันไป ผู้ปฏิบัติกระทำเช่นนี้ จนอริยมรรคเกิดขึ้นต่อไป เมื่อถึงขณะที่อริยมรรคเกิดขึ้น แม้ว่าการปฏิบัตินั้นจะมาจากเจริญวิปัสสนานำหน้าสมณะก็ตาม ทั้งสมณะและวิปัสสนา จะต้องเกิดขึ้นด้วยกันอย่างควบคู่กันเป็นแน่นอนเสมอไป¹⁴

4) ผู้ที่ปฏิบัติถูกชักให้เขวไปด้วยธรรมจักษุ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาในเบื้องต้นจะเกิดความวุ่นวาย รำคาญใจ ความที่จิตฟุ้งซ่าน ไม่สงบ แต่ครั้งเมื่อถึงคราวเหมาะที่จิตปราศจากอุทธัจจะในธรรม สมัยนั้น จิตนั้นย่อมตั้งมั่น สงบ ณ ภายใน เป็นจิตเกิดดวงเดียว ตั้งมั่นอยู่ มรรคย่อมเกิดขึ้นแก่เธอเธอย่อมเสพ เจริญ กระทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ กระทำให้มากซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังขโยชน์ทั้งหลายได้ อนุสัยย่อมสิ้นสุด เตนชัตเป็นสมาธิ มรรคก็เกิดขึ้นแก่เธอ เธอเสพคุ่น เจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเสพคุ่น เจริญ ทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้น สังโยชน์ ย่อมถูกละได้ อนุสัยย่อมสิ้นไป¹⁵ ขณะกำหนดพิจารณาอารมณ์แห่งวิปัสสนา โดยความเป็นไตรลักษณ์จนวิปัสสนาญาณอย่างอ่อน ๆ เกิดขึ้นจากนั้นก็เกิดประสบการณ์เกี่ยวกับสภาวะต่าง ๆ ที่เรียกว่า

¹³ อภ.จตุกก.อ. (บาลี) 2/170/391.

¹⁴ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ, หน้า 328.

¹⁵ เรื่องเดียวกัน, หน้า 330.

ธรรมจักษ หรือวิปัสสนูปกิเลส¹⁶10 อย่าง คือ (1) โภกาส แสงสว่าง (2) ญาณ ความหยั่งรู้ (3) ปีติ ความอิ่มใจ (4)ปัสสัทธิ ความสงบเย็น (5) สุข ความสุขสงบใจ (6) อธิโมกข์ ความน้อมใจ เชื่อหรือศรัทธาแก่กล้า(7) ปัดคาหะ ความเพียรพอดิ (8) อุပ္ภูฐาน สติแก่กล้า (9) อุเบกขา ความ มีใจเป็นกลางหรือวางเฉย (10) นิกันติ ความพอใจ ดิดใจ

สภาวะธรรมเหล่านี้ล้วนชวนให้หลงเข้าใจผิดคิดว่า ตนได้บรรลุถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดแห่ง การปฏิบัติแล้ว จึงเกิดความประมาทไม่กำหนดพิจารณาสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน อันเป็น ทางเกิดแห่งความประมาทเลินเล่อ ฟุ้งซ่านไปโดยประการต่าง ๆ เมื่อผู้ปฏิบัติประสบกับภาวะ เช่นนี้ ฟังใช้สติสัมปชัญญะกำหนดพิจารณารู้เท่าทันสภาวะธรรมทั้ง 10 เหล่านั้นให้รู้ชัดตามความ เป็นจริงว่า เป็นเพียงสภาวะธรรมที่เกิดจากเหตุปัจจัยปรุงแต่ง ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ มิใช่ตัวตน เมื่อปฏิบัติ ได้เช่นนี้ ก็จะกำจัดความเข้าใจผิดในธรรมจักษหรือ วิปัสสนูปกิเลส ได้จะเป็นผู้ฉลาดใน การปฏิบัติต่อธรรมจักษหรือวิปัสสนูปกิเลส จิตก็จะก้าวหน้าไปในทางที่ถูกต้องทำอริยมรรคให้ เกิดขึ้นดำเนินไปสู่ทางแห่งอริยมรรคต่อไป

สรุป

การเจริญสมาธิเพื่อให้เกิดเป็นปัญญานั้น เป็นสมถยานิก คือมีการปฏิบัติสมาธินำหน้า ปัญญา คือ เมื่อเจริญสมาธิจนจิตตั้งมั่น แล้วนำเอาสมาธินั้นไปเป็นเครื่องอุดหนุนคือเป็นบาทฐาน ในการเจริญวิปัสสนาทำให้เกิดปัญญาขึ้น คือนำสมาธิที่ทำให้เกิดความสงบสุข สบาย ไม่ซัดส่าย ออกไปฟุ้งซ่าน คือระงับเอาความคิด ฟุ้งพล่านออกไปเสียได้นั้น ไปใช้ในการคิด พิจารณาในธรรม ต่างๆ ให้เห็นความจริงต่าง ๆ อย่างแจ่มแจ้ง สมาธิที่จะทำให้เกิดปัญญานั้น จะต้องมีส่วนกำหนดรู้ ในอารมณ์กัมมัฏฐานต่าง ๆ ตามที่กำหนดรู้ โดยความเป็นรูปและนามทุก ๆ อากาโรที่เกิดขึ้นใน ปัจจุบัน ตามความเป็นจริง จนเป็นเหตุ เป็นปัจจัย ให้เกิดปัญญาญาณ เห็นสภาพที่แท้จริงของรูป นามนั้น ๆ โดยความเป็นไตรลักษณ์ ผู้ปฏิบัติที่มีสติในการกำหนดอย่างต่อเนื่อง ทำให้เห็นอาการ เกิดดับรวดเร็วขึ้น ๆ และแจ่มชัดขึ้นตามลำดับ เมื่อเห็นบ่อยเข้า ๆ ก็จะพิจารณาต่อไปว่า ชีวิตนี้ไม่มีอะไรเลย มีแต่การเกิดขึ้นและดับไปเท่านั้น เมื่อเป็นเช่นนั้นก็เกิดความเบื่อหน่าย เพราะเห็น ความไม่เที่ยงของสังขาร เป็นไตรลักษณ์ โดยมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ไม่มีสภาวะใดเลยที่เป็นตัวตนหรือยังคงที่อยู่ได้ ซึ่งเป็นผลมาจากการเพียรพยายามกำหนดรู้รูปนามอย่างต่อเนื่อง ย่อมสามารถกำจัดอวิชชา คือ ความหลงผิดไม่รู้แจ้งไม่รู้อริยธรรมอย่างถ่องแท้และอุปาทานที่ ครอบงำที่เป็นสาเหตุของความเกิดทุกข์ได้

¹⁶ วิสุทฺธิ. (บาลี) 2/732/104-105.

เอกสารอ้างอิง

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**

กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด 91 เล่ม.** กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์

มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2525.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ). **ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร.** พระคันธसारากิวงศ์ แปล.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, 2555.

พระธรรมธีรราชมหาวิทยาลัย (โชดก ภาณลิตฺติ). **หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน.** พิมพ์

ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: เรือนแก้วการพิมพ์, 2535.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ.** พิมพ์

ครั้งที่ 11. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2552.

พระลัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ. **สมถกรรมฐานที่ปณี.** พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์

ทิพยวิสุทธี, 2539.