



## รูปแบบการเจริญญาณเพื่อเข้าสู่วิถีแห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา

The Form of Contemplation to Enter the Path of the Noble Path According to the Principle of  
Vipassana Meditation

พระมหาสมชาย ฐานธโร (ทุ่งมล)<sup>1</sup>

Phramahasomchai Chanthasāro. (Tugnml)

E-mail : 6411101006@mcu.ac.th

วิโรจน์ คุ้มครอง<sup>2</sup>

Viroj Koomkrong

E-mail : koom-krong9@hotmail.com

Received: January 6, 2025 Revised: January 22, 2025

Accepted: January 29, 2025

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ ได้แก่ 1) เพื่อศึกษาญาณในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาวิถีแห่งอริยมรรคตามหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และ 3) เพื่อเสนอรูปแบบการเจริญญาณเพื่อเข้าสู่วิถีแห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา เป็นการวิจัยแบบเรียงเรียง บรรยายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการเจริญญาณเพื่อเข้าสู่วิถีแห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา ที่พบ คือ การเจริญญาณนั้น มีจุดมุ่งหมายในครั้งนี้ คือ เจริญจิตภาวนา เพื่อให้เกิดญาณตั้งแต่ปฐมญาณถึงเนวสัญญานาสัญญายตนญาณ จนได้รับผลบรรลุถึงปัญญา ซึ่งเป็นผลมาจากการเจริญสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา เพื่อพิจารณาอุปนามให้รู้ตามความเป็นจริงซึ่งจะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตที่เป็นกุศล ญาณเป็นปัจจัยของการบรรลุธรรม แต่ยังไม่สามารถทำให้เห็นแจ้งอริยธรรมได้เลย และกิเลสหรืออาสวะของผู้บำเพ็ญเพียรยังไม่สิ้นไป และผู้มีญาณต้องเจริญวิปัสสนาควบคู่กันไปจึงจะเห็นสภาวะความเป็นจริงแห่งอริยสัจ 4 จนถ้อยถอนอาสวะออกหมดสิ้นได้ การเพ่งของฌานแบบพระพุทธรักษาถือการเพ่งสัญญาไม่ว่า

<sup>1</sup> นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบพิตศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

<sup>2</sup> อาจารย์ประจำหลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบพิตศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



ทั้งที่เป็นรูปสัญญาและอรูปสัญญาทั้งนี้เพื่อให้จิตตั้งเข้าสู่ความสงบนิ่งแนบแน่นหรือเข้าสู่อารมณ์สมมติ ก่อนแล้วจึงพิจารณาเพ่งเพ็ญแจ่มใสด้วยสติและสัมปชัญญะ ซึ่งเป็นการเจริญมรรคเป็นไปเพ็ญแจ่มในพระไตรลักษณ์ และส่งเสริมการพัฒนาจิตให้สูงขึ้นเรื่อย ๆ ตามลำดับจนถึงเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน รูปแบบการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสองอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา เป็นการเจริญสมถกรรมฐานจนจิตตั้งมั่นแนบแน่นถึงอุچارสมาธิ อัปนาสมาธิ การที่จะเข้าสู่วิปัสสนาได้นั้นต้องเริ่มต้นจากการเจริญฌานเบื้องต้นก่อนจนได้ฌานที่สูงขึ้นแล้วนำมาเป็นบาทฐานจากนั้นก็ค่อยถอยออกจากฌานแล้วจึงยกขึ้นสู่วิปัสสนา จิตนั้นจึงมุ่งสู่อริยมรรคกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์เหล่านั้นเท่าทันตามความเป็นจริงตามแนวสติปัฏฐาน 4 โดยพิจารณาเห็นความเป็นพระไตรลักษณ์ของขั้น 5 หรือรูปนาม จนเกิดปัญญาญาณบรรลุถึงโลกุตตรธรรม ในที่สุดเข้าสู่พระนิพพาน

**คำสำคัญ:** ฌาน, อริยมรรค, วิปัสสนาภาวนา

### ABSTRACT

This research paper investigated on 3 objectives: (1) to study the meditation in the Theravada Buddhist scriptures (2) to study the path of the Noble Path according to the principles of Vipassana Bhavana and (3) to propose a model for practicing meditation to enter the path of the Noble Path according to the principles of Vipassana Bhavana. It is a compiled research study with descriptive report.

The findings revealed that the path of developing absorption called Jhana for entering the Noble Path through Vipassana meditation involves cultivating meditative concentration with the aim of attaining Jhana, from the first *Jhāna* to *Nevasaññānāsaññāyatana-jhāna* ultimately leading to the attainment of wisdom, which arises from the practice of Samatha and vipassana to discern *Nāma-rūpa* or mind and matter as they truly are, fostering a wholesome way of life. *Jhāna* serves as a supporting factor for enlightenment, but in itself, it does not provide direct insight into the Noble Truths, nor does it completely eliminate defilements or mental fermentations. Practitioners who attained *Jhāna* must cultivate vipassana alongside it to perceive the ultimate reality of the Four Noble Truths, leading to the eradication of all mental defilements. In Buddhist meditation, Jhanic absorption involves focused perception (*Saññā*), whether in the form or the formless realm, in order to deepen the mind into unwavering stillness. Initially, this leads to absorption in conventional objects, followed by insight contemplation through mindfulness and clear comprehension. This process cultivates the Path leading to the realization of the Three Characteristics called *Tilakkhana* and the progressive development of Jhana, culminating in *Nevasaññānāsaññāyatana-jhāna*. The method of developing



jhana as a path toward the Noble Path through Vipassana meditation involves cultivating Samatha meditation until the mind becomes firmly established in access concentration or *Upacāra samādhi* and absorption concentration or *Appanā samādhi*. To enter vipassana, one must first develop jhana to a sufficient level, using it as a foundation (Jhana-pāḍaka), then withdraws from Jhāna before elevating the mind to insight meditation. Through this process, the mind naturally aligns with the Noble Path, becoming fully aware of mental phenomena in accordance with reality, based on the Four Foundations of Mindfulness leading to insight into the Three Characteristics within the Five Aggregates or *Nāma-rūpa*, ultimately resulting in supramundane wisdom and Nibbana.

**Keywords:** Jhāna, eightfold noble path, Vipassanā meditation



## บทนำ

การเจริญฌาน ซึ่งพระผู้มีพระภาคทรงแสดงไว้ตามที่ต่าง ๆ รวมทั้งคำอธิบายจากคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง นำมาศึกษาให้ละเอียดในทุกแง่มุม เพื่อให้เห็นถึงแก่นแท้ของฌาน และความเชื่อมโยงกับหมวดธรรมอื่นในกระบวนการปฏิบัติธรรม เพื่อให้ผู้สนใจที่ศึกษาเกี่ยวกับฌานได้มีความรู้ความเข้าใจ ความหมายและความสำคัญของฌานมาก การปฏิบัติที่เริ่มต้นจากการทำฌานให้ได้ก่อน ซึ่งการทำฌานทำโดยการทำสมาธิแบบฤๅษีในการเพ่งกลืนต่าง ๆ ทำจนเกิดนิมิต เห็นภาพนิมิตอย่างชัดเจน และสามารถหด ขยาย ภาพนิมิตได้ตามใจปรารถนาผู้ปฏิบัติต้องใช้ความสงบเงียบ ไร้การรบกวนใด ๆ ทั้งสิ้น ในการฝึกฌานแบบนี้ เมื่อผู้ปฏิบัติได้ฌานแล้ว บังคับภาพนิมิตได้แล้ว ผู้ปฏิบัติก็จะส่งจิตนั้น ให้วิ่งเข้าสู่ร่างกาย เพื่อให้เห็นนิมิตของร่างกายที่แท้จริง และเป็นการฝึกเพื่อให้เกิดความชำนาญในการเข้าออกฌาน ผู้ปฏิบัติธรรมให้คอยรู้คอยดูอยู่เนือง ๆ ไม่นานก็จะเข้าใจสภาวะของจิตตนเองได้ แล้วจิตจะพลิกเข้าสู่ความสงบเองเป็นระยะ ๆ เป็นการใช้ปัญญานำสมาธิจนมีวสี คือ ความชำนาญ<sup>3</sup> มี 5 อย่าง คือ

- 1) อาวัชชนวสี ความชำนาญคล่องแคล่วในการนึก ตรวจองค์ฌานที่ตนได้ออกมาแล้ว
- 2) สมาปัชชนวสี ความชำนาญคล่องแคล่วในการที่เข้าฌานได้รวดเร็วทันที
- 3) อธิฐานนวสี ความชำนาญคล่องแคล่วในการที่จะรักษาไว้มิให้ฌานจิตต์นั้นตกร่วงค์
- 4) วุฏฐานนวสี ความชำนาญคล่องแคล่วในการจะออกจากฌานเมื่อใดก็ได้ตามต้องการ
- 5) ปัจจเวกชนวสี ความชำนาญคล่องแคล่วในการพิจารณาทบทวนองค์ฌาน<sup>4</sup>

<sup>3</sup> ม.อ. (ไทย) 14/97/114.

<sup>4</sup> ม.อ. (ไทย) 14/14/24.



เมื่อฝึกฝนมากเข้าในที่สุดจิตก็จะตั้งมั่นเป็นผู้รู้ ผู้ดูอยู่เป็นนิมิต นี่คือจิตลึกลงอย่างง่ายในภาคปฏิบัติสำหรับผู้เจริญญาณ แต่หากจะดำเนินจิตลึกลงให้สมบูรณ์ แบบเต็มที่แล้วจะต้องทำกัมมัฏฐานบางอย่างที่สามารถยังจิตให้บรรลุถึงปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน อากาสนันญายตนะ วิญญาณัญญายตนะ อากิญจัญญายตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะ<sup>5</sup> ได้เพราะเจริญกสิณตัวใดตัวหนึ่งซึ่งฌานดังกล่าวนี้จะมีองค์ธรรมสำคัญ คือ ธรรมเอกหรือเอโกทิภาวะเกิดขึ้น เมื่อจิตถอนออกจากฌานแล้วธรรมเอกหรือจิตที่เป็นผู้รู้จะยังทรงตัวเด่นชัดอยู่ได้อีกช่วงหนึ่ง จึงน้อมจิตผู้รู้ไปเพื่อให้เกิดญาณทัศนะ ด้วยการตามรู้กายหรือเวทนาที่กำลังปรากฏต่อไป เมื่อธรรมเอกอ่อนกำลังลงก็กลับไปทำฌานใหม่หมุนเวียนอยู่อย่างนี้ไปเรื่อย ๆ กลับไปกลับมาเป็นการใช้ฌานนำปัญญานั่นเอง

ด้วยเหตุดังกล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสนใจที่ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่ง อริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา” ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากแหล่งสำคัญ ๆ ในเรื่องการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่ง อริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนานี้ เพื่อให้ผู้เจริญฌานได้เล็งเห็นความสำคัญ เป็นเหตุปัจจัยที่จะสามารถเข้าสู่วิถีสี่แห่ง อริยมรรคได้อย่างไร รูปแบบการเจริญฌานอย่างไรที่จะทำให้สัตว์โลกไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอย่างไม่มีที่สิ้นสุด และเพื่อเป็นแนวทางในการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาฌานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- 2) เพื่อศึกษาวิถีสี่แห่ง อริยมรรคตามหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- 3) เพื่อเสนอรูปแบบการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่ง อริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ โดยมุ่งศึกษาหลักการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อการเผยแผ่พระพุทธศาสนา นำมาสรุป เรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา ดังต่อไปนี้

- 1) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ และชั้นทุติยภูมิเกี่ยวข้องกับรูปแบบการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่ง อริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา
- 2) รวบรวมเนื้อหา ความสอดคล้องในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ตำราทางวิชาการที่เกี่ยวข้อง และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 3) สรุปเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา
- 4) นำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาคุณุณีนิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะ และนำเสนอในรูปแบบคุณุณีนิพนธ์

<sup>5</sup> ส.นิ. (ไทย) 16/152/251.



## ผลการวิจัย

การพิจารณากำหนดรู้เพื่อเข้าถึงความจริงโดยสืบค้นหาเหตุผลไปตามลำดับจนถึงต้นเหตุ แยกแยะองค์ประกอบจนมองเห็นสภาวะ และความสัมพันธ์แห่งเหตุปัจจัย หรือตรรกะตรองให้รู้จักสิ่งที่ดี สิ่ง ที่ชั่ว ยังกุศลธรรมให้เกิดขึ้นโดยอุบายที่ชอบ ซึ่งจะมีให้เกิดอวิชชา และต้นเหตุนี้ เรียกว่า โยนิโสมนสิการ โยนิโสมนสิการนี้ เป็นองค์ธรรมสำคัญหลักของสัมมาสมาธิในการเจริญ สมถวิปัสสนาภาวนา

การปฏิบัติสมถกรรมฐานเบื้องต้นเมื่อจิตสงบขั้นอุปจารสมาธิ ถึงอัปนาสมาธิเป็นที่สุด เพราะ ละนิวรณ์ได้บรรลุปฐมฌานตามลำดับ เรียกว่า องค์ฌาน 5 ปราภฏ คือ วิตก วิจาร์ ปิติ สุข และเอกัคคตา จิต เป็นการละกิเลสด้วยการข่มไว้ด้วยองค์ฌานเรียกว่า วิกขัมภนปหาน<sup>6</sup> เมื่ออาศัยฌานเป็นบาทฐาน เจริญวิปัสสนา คือออกจากปฐมฌานแล้วพิจารณาสภาพธรรม คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาเป็นต้น การพิจารณาในทุติยฌาน ถึงแนวสัญญาณา สัญญาตนฌานก็ทำนองเดียวกัน ซึ่งเมื่อบรรลุในระดับรูปฌาน คือจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติ บริสุทธิ์เพราะอุเบกขา พิจารณาสภาพธรรม คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยความเป็นของไม่ เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นดังหัวฝี เป็นดังลูกศร ไม่มีสุข เป็นอาพาธ เป็นของผู้อื่น เป็นของชำรุด ว่างเปล่า เป็นอนัตตา ยังจิตให้ตั้งอยู่ด้วยธรรมเหล่านั้น โนม้จิตไปเพื่ออมตธาตุว่าสงบ ประณีต คือ ธรรมเป็นที่สงบ แห่งสังขารทั้งปวง ความสละคืนอุปธิทั้งปวง ความสิ้นต้นเหตุ ความคลายกำหนด ความดับ นิพพาน ย่อม ถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย และก่อนที่จะเจริญรูปฌานจะต้องเจริญจตุตถฌานให้เกิดความ ชำนาญเป็นวิสัยก่อนแล้วจึงเพ่งอากาศอันไม่มีที่สุดเป็นอารมณ์หรือเอาอากาศเป็นนิมิตนั้นอยู่บ่อย ๆ ว่า อากาโส ๆ เป็นต้น กลิณเป็นอารมณ์รวมเป็น 9 อย่าง มี ดิน น้ำ ลม ไฟ, วรรณะกลิณ 4 ประการและอาโลก กลิณ พิจารณาอยู่อย่างนี้ ย่อมรู้ชัดว่า แม้อากาศอันญายตนสมาบัตินี้อันเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น สิ่งใดสิ่ง หนึ่งอันเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น สิ่งนั้นไม่เที่ยง มีความดับไปเป็นธรรมดา ตั้งอยู่ในธรรม คือ สมถะและ วิปัสสนานั้น ย่อมถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย และวิญญาณัญญายตนฌานในการปฏิบัติวิปัสสนา ญาณ<sup>7</sup>

เมื่อมีวิสภาวะทั้ง 5 ในอากาศอันญายตนฌานมาก่อนแล้ว จึงเจริญวิญญาณัญญายตนฌาน เมื่อพยายามเจริญอยู่อย่างนี้เรื่อย ๆ ไปในอากาศอันญายตนฌาน จนจิตใจปราศจาก นิกันตัตถมหา (ความติดใจยินดี) ในกลิณคณาภิมาภัสบัญญัติ คือ อากาศบัญญัติ เมื่อเจริญภาวนาต่อไปในอากาศ บัญญัติที่เป็นนิมิตกรรมฐานสูญหายไปจากใจ ก้าวล่วงอารมณ์ที่เป็นอากาศบัญญัติ ซึ่งแนบแน่นในจิตใจ เสียได้ในเวลาใดแล้ว เวลานั้นอากาศอันญายตนฌานก็ปรากฏยึดเอาอากาศ (อากาโส ๆ) เป็นอารมณ์ขึ้น แทน จิตที่มีอากาศอันญายตนฌานเป็นอารมณ์ มีชื่อว่า วิญญาณัญญายตนฌานจิต การได้วิญญาณัญญายตนฌานจิต เรียกว่า วิญญาณัญญายตนฌาน ความสิ้นต้นเหตุ ความคลายกำหนด ความดับ นิพพาน

<sup>6</sup> ชุ.ป. (ไทย) 31/24/34.

<sup>7</sup> ที.สี. (ไทย) 9/234/77.



ตั้งอยู่ในวิญญาณัญจายตนฌานนั้น ย่อมถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย การเจริญให้ถึงอากิญจัญญาตนฌาน เป็นทำนองเดียวกับวิญญาณัญจายตนฌาน กล่าวคือ เมื่อได้พยายามบรกรรม นัตถิกิจฺจ (นิคหนึ่งก็ไม่มี) อยู่เรื่อย ๆ การได้วิสัยในฌานนี้ เรียกว่า อากิญจัญญาตนฌาน จนจิตใจปราศจากความติดใจยินดีในอากาสาณัญจายตนฌาน ครั้นเจริญฌานที่เป็นนิมิต กรรมฐานสูญหายไปจากจิต ก้าวล่วงอารมณ์ที่เป็นอากาสาณัญจายตนฌาน ย่อมพิจารณาเห็นธรรมทั้งหลาย คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ<sup>๘</sup> โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นดังหัวฝี เป็นดังลูกศร ไม่มีสุขเป็นอาพาธ เป็นของผู้อื่น เป็นของข่ารด ว่างเปล่า เป็นอนัตตา ยังจิตให้ตั้งอยู่ด้วยธรรมเหล่านั้น พิจารณาเห็นโทษในฌานเบื้องต้น เห็นอนิสงส์แห่งฌานเบื้องต้น เพื่อเจริญแนวสัญญาแนวลัญญาตนฌานต่อไปการยกอารมณ์ฌานในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การเจริญฌาน เบื้องต้นสำรวมในพระปาฏิโมกข์ มีศีลเป็นเครื่องรักษาต่อจากนั้น เริ่มฝึกสติในอิริยาบถต่าง ๆ มียืน เดิน นั่ง นอน หรืออิริยาบถย่อยต่าง ๆ เช่น ในการไปข้างหน้า ถอยหลัง ฉันทอาหาร เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นการฝึกสติเตรียมพร้อมในการปฏิบัติ จากนั้นแสวงหาสถานที่เหมาะแก่การปฏิบัติ มีความสงบ เงียบจากผู้คน ไม่มีเสียงรบกวน แล้วเข้าสู่การปฏิบัติในขณะที่ปฏิบัติต้องพยายามกำจัดนิวรณ์ทั้งหลายที่เกิดขึ้น บำเพ็ญสมถกรรมฐานไปตามลำดับจิตสมาธิไปตามลำดับตั้งแต่ฌนิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ เข้าสู่ฌานสมาบัติชั้น ครั้นออกจากฌานสมาบัติแล้วพิจารณา เห็นความไม่เที่ยง เมื่อพิจารณาเห็นโทษในฌานเบื้องต้น เห็นอนิสงส์แห่งฌานเบื้องต้น ผลที่เกิดขึ้นจากการยกอารมณ์ฌานขึ้นสู่วิปัสสนาภาวนา เข้าสู่วิถีแห่งอริยมรรค ดังนี้

1) สัมมาทิฏฐิ เป็นชอบคือเห็นอริยสัจ 4 ท้องฟอง ท้องยุบ และจิตเจตสิกที่เกิดขึ้น พร้อมกัน จัดเป็นทุกข์สัจ ตัณหานุสัยนอนตองอยู่ในชั้นธัมมทานซึ่งเป็นตัวการให้เกิด แก่ เจ็บ ตาย อยู่ในวิภวสงสาร จัดเป็นสมุทัยสัจ ทุกข์กับสมุทัยดับลงไปเมื่อไร เมื่อนั้นจัดเป็น นิโรธสัจ อริยมรรคที่กำหนดรู้ทุกข์ ละสมุทัย มีนิโรธ เป็นอารมณ์ จัดเป็นมรรคสัจ

2) สัมมาสังกัปปิ คำริชอบคือคำริออกจากรูปนาม ออกจากกองทุกข์ ออกจากกิเลส เช่น ในขณะที่ภาวนาว่า ฟองหนอ ยุบหนอ อยู่ด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลง ไม่เกิด ขณะนั้นได้ชื่อว่าออกจากกิเลส ได้ละกิเลส โดยคทั้งคปทาน วิภขัมภนปทานแล้วอย่างนี้ เรียกว่า คำริชอบคือคำริในการออกจากกิเลส และขณะนั้นความพยาบาทก็ไม่มี ความเบียดเบียนก็ไม่มี อย่างนี้จัดเป็นความคำริชอบ

3) สัมมาวาจา วาจาชอบ ในขณะที่ภาวนาในใจว่า ฟองหนอ ยุบหนอ อยู่ไม่ได้ พุดคำพยาบาท ไม่ได้พุดเท็จ ไม่ได้พุดส่อเสียด ไม่ได้พุดเพ้อเจ้อ อย่างนี้ เรียกว่า วาจาชอบในองค์มรรค

<sup>๘</sup> วิ.ม. (ไทย) 5/23/30.



4) สัมมากรรมันโต การงานชอบ ในขณะที่ภาวนาอยู่นั้น ภายทุจริต 3 ไม่มี เพราะผู้นั้นกำลังทำงาน คือ กรรมฐานอย่างเต็มที่ใจจดจ่ออยู่กับรูปนาม พระไตรลักษณ์ อย่างนี้เรียกว่า การงานชอบในมรรค

5) สัมมาอาชีโว เป็นอยู่ชอบ ในขณะที่ภาวนาอยู่นั้น ศีล สมาธิ ปัญญา ก็มีผู้ที่มีชีวิตเป็นอยู่ชอบกับไตรสิกขาอย่างนี้ เรียกว่า เป็นอยู่ชอบในองค์มรรค

6) สัมมาวาจาโม เพียรชอบในขณะที่ภาวนาอยู่นั้น ย่อมมีความเพียรระมัดระวัง ไม่ให้บาปเกิดขึ้น เพียรละบาป เพียรบำเพ็ญกุศล และเพียรรักษากุศลให้ คงอยู่และให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป จนถึงมรรคผล นิพพาน อย่างนี้เรียกว่า เพียรชอบในองค์มรรค

7) สัมมาสติ ระลึกชอบคือระลึกอยู่กับสติปัฏฐาน 4 ขณะภาวนาว่าพองยุบอยู่นั้น สติปัฏฐาน 4 มีอยู่ครบบริบูรณ์แล้ว อย่างนี้เรียกว่า ระลึกชอบในองค์มรรค

8) สัมมาสมาธิ ตั้งใจชอบคือ เจริญฌาน ได้แก่ ลักขณูปนิชฌาน คือ เพ่งรูปนามพระ ไตรลักษณ์อย่างนี้เรียกว่า ตั้งใจชอบในองค์มรรค<sup>9</sup>

องค์มรรคทั้ง 8 ก็คือเจตสิก 8 อย่างที่เกิดประกอบกับมรรคจิต ซึ่งจะเกิดกับจิต 8 ครั้งเท่านั้น ก็ละกิเลสได้หมดแล้ว คือ โสดาปัตตมัคคจิต สกทาคามีมัคคจิต อนาคามีมัคคจิต อรหัตตมัคคจิต ก็จะได้รับผลเป็น คู่ ๆ กันไป คือ โสดาปัตติผลจิต สกทาคามีผลจิต อนาคามีผลจิต อรหัตตผลจิต ได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ 4 ระดับ คือ พระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ ในองค์มรรคทั้ง 8 นั้น สำหรับ 7 องค์มรรคข้างต้น คือ สัมมาทิฏฐิ สัมมา สังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากรรมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ ต้อง ผูกให้เต็มสมบูรณ์ครบถ้วน ตามที่ได้แจกแจงไว้ เมื่อสมบูรณ์ก็เกิดขึ้นทำกิจสำเร็จ ในขณะจิตเดียว เช่น สัมมาทิฏฐิ คือ ปัญญาที่ทำหน้าที่รู้อริยสัจทั้ง 4 ในขณะจิตเดียวเป็นต้น มีพิเศษเฉพาะสัมมาสมาธิ เมื่อมัคคจิตเกิดขึ้น จะมีเป็นความตั้งมั่นระดับใดระดับหนึ่ง<sup>10</sup>

การเจริญสมณะที่เป็นเมตตาเจโตวิมุตติเป็นเมตตาที่เกิดจากคตินิยาม และจตุตถฌาน พ้นจากธรรมอันเป็นข้าศึก คือ นิวรณ์ 5 ประโยชน์ทำให้ได้ทั้งวิชาและวิมุตติ ส่วนการเจริญภาวนาโดยอาศัยสมณะเป็นบาทฐานก่อน กล่าวคือ ทำเมตตาภาวนาจนเป็นวิสัณสภาวะ แล้วกำหนดจิตออกฌาน แล้วจึงเจริญวิปัสสนา โดยพิจารณารูปนามเป็นพระไตรลักษณ์ตามหลักสติปัฏฐาน 4 เห็นแจ้งอริยสัจ 4 ด้วยวิปัสสนา

<sup>9</sup> พระธรรมธีรราชฆานุมณี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ศ.9), **วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2 ว่าด้วยมหาสติปัฏฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2548), หน้า 610-611.

<sup>10</sup> สุภีร์ ทุมทอง, **อริยมรรค 8**, พิมพ์ครั้งที่ 1, (กรุงเทพฯ: บริษัทพริมาเย็ด พับลิชชิ่ง จำกัด, 2560), หน้า 260.



ญาณ ทำให้ถึงวิชาและวิมุตติสมบูรณ์ทั้งสองส่วน พ้นจากรูปกายด้วย รูปสมาบัติ และพ้นจากกิเลสด้วย อริยมรรค<sup>11</sup>

พระภิกษุวิฑูรย์ วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี) ได้อธิบายไว้ในหนังสือ “การยกอารมณ์ ฌานขึ้นสู่วิปัสสนา ตามแนวอานาปานสติภาวนา” สรุปความว่า การเจริญวิปัสสนาของสมณยานิกได้ ปฏิบัติสมถกรรมฐานมาก่อนแล้วจนได้บรรลุฌานสมาบัติ 8 (แต่ยังไม่ได้สัมผัสวิโมกข์ทั้ง 4) แล้วยกเอาสภาวะธรรมในฌานสมาบัตินั้นเป็นพื้นฐานเจริญวิปัสสนาต่ออีก จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน บุคคลนั้นเรียกว่า สมณยานิกบุคคล และเมื่อสิ้นอาสวะกิเลสด้วยการพิจารณาธรรมเช่นนี้ จะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ประเภท ปัญญาวิมุตติ ส่วนผู้ที่ได้เจริญสมถะมาอย่างสมบูรณ์และได้สัมผัสสันตวิโมกข์แล้ว เมื่อบรรลุเป็นพระอรหันต์ จะมีชื่อเรียกว่า “อุกโตภาควิมุตติ” หรือบางที่เรียกว่า “เจโตวิมุตติบุคคล” คือ หลุดพ้นด้วยความสามารถของสมาธิเป็นบาท ส่วนการเจริญวิปัสสนาของวิปัสสนายานิกความเห็นแจ้งตามความเป็นจริงของรูปนาม ชั้น 5 โดยที่ยังไม่ได้เจริญสมถะมาก่อนและยังไม่ได้ฌานสมาบัติ เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาทีเดียว ใช้สมาธิเพียงระดับขณิกสมาธิ คือ รู้ทันปัจจุบันทุกขณะของรูปนาม โดยความเป็นไตรลักษณ์ จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน เรียกว่า วิปัสสนายานิกบุคคล และเมื่อสิ้นอาสวะกิเลสสำเร็จเป็นพระอรหันต์มีชื่อเรียกว่า “สุกขวิปัสสกบุคคล หรือ ปัญญาวิมุตติบุคคล” คือ หลุดพ้นด้วยความสามารถแห่งปัญญา<sup>12</sup>

สำหรับในแนวพระสูตรมีเพียงฌาน 4 คือ ฌานที่ 1 เหมือนกัน ฌานที่ 2 กับฌานที่ 3 จัดเป็น ฌานที่ 2 เนื่องจากแสดงถึงการระงับวิตกกัมภีการได้พร้อมกัน ฌานที่ 3 จัดเป็นฌานที่ 2 ฌานที่ 4 จัดเป็น ฌานที่ 3 ฌานที่ 5 จัดเป็นฌานที่ 4 และในฌานที่ 4 ยังสามารถเปลี่ยนอารมณ์ โดยข้ามรูปสัญญา และเข้าถึงสมาบัติ ที่เป็นอรุณ คือ อากาสาัญญาจายตนะ วิญญาณัญญาจายตนะ อากัญญาจายตนะ เนวสัญญานาสัญญาจายตนะ องค์ฌานเป็นอุเบกขากับเอกัคคตาเหมือนเดิม จัดเป็นความตั้งมั่นเป็นหนึ่งของจิต ระดับ ฌานที่ 4<sup>13</sup>

การแจจแจงองค์มรรคอริยมรรคมีองค์ 8 จริง ๆ คือสภาวะที่เกิดรวมกันขึ้นเป็นโลกุตตระละเอียด เพื่อให้นำไปพิจารณาปฏิบัติฝึกฝนอบรม สังสม เพิ่มพูนให้เต็มสมบูรณ์ จนเกิดอริยมรรคในที่สุด

<sup>11</sup> พระสมุห์มานัส อาคตปัญญา (วงศ์สาขา), “ศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม” *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557), บทคัดย่อ.

<sup>12</sup> พระภิกษุวิฑูรย์ วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี), *การยกอารมณ์ ฌานขึ้นสู่วิปัสสนา ตามแนวอานาปานสติภาวนา*, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2562), หน้า 370-37.

<sup>13</sup> พระภิกษุวิฑูรย์ วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี), *การยกอารมณ์ ฌานขึ้นสู่วิปัสสนา ตามแนวอานาปานสติภาวนา*, หน้า 263.



เมื่อผู้เจริญญาณสามารถเข้าสู่ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน อากาสาณัญญาตนฌาน วิญญาณัญญาตนฌาน อากิญจัญญาตนฌาน และเนวสัณญานาสัณญายตนฌานได้แล้ว จะสามารถเข้าสู่วิถีสองอริยมรรคได้นั้น ผู้เจริญญาณน้อมจิตโยนิโสมนสิการพิจารณาองค์ฌานให้เห็นแจ่มแจ้งอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาตามหลักไตรลักษณ์ ในการพิจารณาองค์นั้น อริยมรรคจะเกิดขึ้นได้ แต่มีเพียงสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ หรือมีเพียงแค่สัมมาสติ สัมมาสมาธิ หรือมีเพียงแค่อริยมรรคองค์ใดองค์หนึ่ง ถ้าออกจากฌานโดยมีความชำนาญการเข้าออกจากฌานอยู่แล้วที่เรียกว่า “ฌานเป็นบาทฐาน” เมื่อออกจากฌานมาพิจารณารูปนามจนเห็นแจ่มถึงความเป็นไตรลักษณ์ เป็นการเข้าสู่อริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา มรรคสามารถเกิดขึ้นได้ทุกองค์มรรคจะสมังคี หรือไม่สมังคีก็ขึ้นอยู่กับอินทรีย์ของผู้ที่เจริญวิปัสสนาภาวนาว่าสะสมมีมากเท่าไร

ดังนั้น การเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสองอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนานั้น ฌานที่จะยกขึ้นสู่วิปัสสนาได้ก็ต้องออกจากฌานเป็นความตั้งมั่นของสัมมาสติ และสัมมาสมาธิด้วย ด้วยองค์ธรรมหลักที่ถอยลงมา คือ วิตก และพิจารณาอภัยสัมมาสมาธิในการเจริญอนุปัสสนา โดยการออกจากฌานถอยออกมาอยู่ที่อุปปจารสมาธิ ขณิกสมาธิ พิจารณากำหนดรู้ธรรมารมณด้วยธัมมานุปัสสนาสติปัญญาเห็นสภาวธรรมความเป็นพระไตรลักษณ์ เข้าใจอริยสัจ เจริญอริยมรรค จิตมุ่งสู่วิถีสองอริยมรรคเข้าถึงความจริงโดยสืบค้นหาเหตุผลไปตามลำดับจนถึงต้นเหตุ หลักวิปัสสนาภาวนาที่ตรัสไว้ในรูปของสติปัญญาเป็นคำสอนสามารถครอบคลุมหลักธรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับวิปัสสนาทั้งหมด เพราะสติปัญญาเป็นหลักธรรมที่พระพุทธเจ้าตรัสยืนยันไว้ว่าเป็นทางสายเดียวที่เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ของสัตว์ทั้งหลาย เป็นไปเพื่อก้าวพ้นเขตแดนแห่งความเศร้าโศก คร่ำครวญรำพัน เพื่อความตั้งอยู่ไม่ได้แห่งความทุกข์โทมนัส เป็นไปเพื่อการบรรลุดุริยธรรมเพื่อความรู้อยิ่ง และเป็นไปเพื่อบริพพาน

### อภิปรายผลการวิจัย

1. ความชำนาญในการเข้าออกฌาน พบว่า ฌาน หมายถึง การเพ่ง อีกอย่างหนึ่ง ที่ชื่อว่า ฌาน เพราะความหมายว่า เพ่ง คือ เข้าไป เพ่งอารมณ์นั่นเอง จากความหมายของคำว่า ฌาน สรุปว่า คำว่า ฌาน หมายถึง การเพ่ง เพา พินิจ ติต จ้อง ครุ่นคิด จดจ่อจินตนาการ ความหมายฌานนั้นใช้ได้ในที่ต่าง ๆ กัน โดยฌานนั้นแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ 1) รูปฌาน ได้แก่ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน 2) อรูปฌาน ได้แก่ อากาสาณัญญาตนฌาน วิญญาณัญญาตนฌาน อากิญจัญญาตนฌาน และเนวสัณญานาสัณญายตนฌานเมื่อผู้เจริญญาณได้ฝึกทำฌานให้มากขึ้นจนเกิดวสี หรือความชำนาญในการเข้าออกฌาน ย่อมสามารถเข้าสู่สมาบัติ 8 ได้อย่างรวดเร็ว ในการฝึกอย่างนี้สอดคล้องกับคุณสมบัติของพระจักรพรรดิ ปิยธมฺโม (โหมเพชร) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “แนวทางการแผ่เมตตาเจโตวิมุตติเพื่อการกำหนดรู้อริยสัจ 4 ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” กล่าวว่า ในการเข้าสมาบัติ 8 นั้น ต้องเข้าจนเป็นวสี คำว่า “วสี” แปลว่า ความชำนาญในฌาน ทำฌานได้ตามปรารถนาของที่ใด เมื่อไรก็ได้ มี 5 อย่างดังนี้



1) อาวัชชนวาลี หมายถึง ชำนาญในการนึกถึงฌาน เช่น นึกถึงปฐมฌาน นึกเมื่อไร ก็ได้ก็ได้ 2) สมาปชชนวาลี หมายถึง ชำนาญในการที่เข้าฌาน รวดเร็วฉับพลัน 3) อธิภูฐานวาลี หมายถึง ชำนาญในการทรงฌาน หรือรักษากว้างคจิต 4) วุฏฐานวาลี หมายถึง ชำนาญในการจะออกจากฌาน ตรงเวลาที่กำหนด 5) ปัจจเวกชนวาลี หมายถึง ชำนาญในการพิจารณาองค์ฌานแต่ละองค์ผู้เจริญฌานมีความชำนาญในการเข้าออกฌาน มีความชำนาญในการเข้าสู่สมาบัติ มีความชำนาญในการพิจารณาองค์ฌานให้เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาตามหลักไตรลักษณ์เป็นการเข้าสู่วิถีสองอริยมรรค เป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนา ซึ่งความชำนาญในการเข้าออกฌานนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ว่ามีความแตกต่างจากคุษฎีนิพนธ์ของพระเจ้ากรุงพม่า ปิยธมฺโม (ใหม่เพชร) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “แนวทางการแผ่เมตตาเจโตวิมุตติเพื่อกำหนดรู้อริยสังข 4 ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” ซึ่งต่างกันที่ความชำนาญในการพิจารณาให้เป็นไปตามหลักไตรลักษณ์

ดังนั้น ฌาน และวาลี ต้องไปด้วยกัน เมื่อเจริญฌานแล้วย่อมมีความชำนาญในการเข้าออกฌาน โดยมีการการเพ่ง เฝ้า พินิจ คิด จ้อง ครุ่นคิด จดจ่อจินตนาการ ย่อมเข้าสู่สมาบัติ 8 ได้อย่างเรียบง่าย สามารถพัฒนาในการขึ้นการถอยลงได้ เมื่อผู้เจริญฌานมีความชำนาญอย่างนี้แล้วสามารถนำฌานนั้นมาเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาภาวนาได้ ขณะที่พิจารณาความเป็นไตรลักษณ์นั้น ย่อมเห็นความชัดเจนละเอียดของไตรลักษณ์

**2. การเข้าสู่วิถีสองอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา** พบว่า การเข้าสู่อริยมรรคเป็นวิธีการเจริญกรรมฐานเพื่อเข้าสู่วิถีสองอริยมรรคมีองค์ 8 นั้น ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทโดยสรุปแบ่งออกเป็น 8 ประเด็น คือ (1) การปฏิบัติตามหลักสัมมาทิฐิ (2) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสังกัปปะ (3) การปฏิบัติตามหลักสัมมาวาจา (4) การปฏิบัติตามหลักสัมมากัมมันตะ (5) การปฏิบัติตามหลักสัมมาอาชีวะ (6) การปฏิบัติตามหลักสัมมาวายามะ (7) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสติ (8) การปฏิบัติตามหลักสัมมาสมาธิ เมื่อเจริญกรรมฐานจิตย่อมเข้าสู่อริยมรรคได้ เป็นการเจริญวิปัสสนาภาวนาเป็นทางแห่งเอกายมรรค คือ ทางสายเดียวที่ทำให้เวไนยสัตว์ ไต่พันทุกข์ มีบุคคลหลายคนปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแล้วแต่ยังไม่ถึงซึ่งอริยบุคคลก็ต้องอาศัยหลักกรรม ที่ชื่อว่า อริยมรรคมีองค์ 8 เป็นเครื่องชี้หนทางไปสู่หนทางอันประเสริฐ มีหลักกรรม คือ สัมมาทิฐิจนถึงสัมมาสติโดยสอดคล้องกับวิทยานิพนธ์ของ พระอานาจ ขนฺติโก (ภาคอาหาญ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาอริยมรรคในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน 4” กล่าวว่า วิปัสสนากับมรรคทั้ง 8 ได้รับการเจริญอบรมพร้อมกันจนมีกำลังแก่กล้าเป็นการเจริญอริยมรรค หรือจะเรียกว่าเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกอบรมจิตเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งความจริงชนิดที่ทำให้ผู้ปฏิบัติทำลายกิเลสได้ เป้าหมายของกัมมัฏฐานชนิดนี้ จึงได้แก่การได้วิปัสสนาปัญญา หรือวิปัสสนาญาณระดับต่าง ๆ จนถึงมรรคญาณ 4 และผลญาณ 4 ซึ่งเป็นปัญญาที่ทำให้ลายกิเลสตั้งแต่หยาบไปจนถึงละเอียดได้วิถีสองอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา เป็นวิธีการเจริญกรรมฐานที่เจริญแล้วสามารถกระทำให้ถึงที่สุดแห่งทุกข์ได้ คือ 1) อริยมรรคมีองค์ 8 ในการเจริญสติปัฏฐาน 4 คือ การเจริญกรรมฐานโดยการพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม หรือการเจริญมรรคมีองค์ 8 เป็นทางสายกลาง เมื่อผู้เจริญภาวนาดำเนินไปตามทางสายกลางนี้เช่นนี้ แล้วตั้งสติระลึกรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริงในขณะปัจจุบันที่ปรากฏทางทวารทั้ง 6



ย่อมเห็นทุกสิ่งตามความเป็นจริง มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ” การเอาสติไปตั้งไว้ที่กายในอิริยาบถต่าง ๆ จนเกิดญาณปัญญาที่รู้แจ้งนิพพาน 2) อริยมรรคมีองค์ 8 ในการเห็นแจ้งอริยสัจ 4 คือ มรรคสัจ เมื่อทุกขสัจที่ผู้เจริญแล้วได้พิจารณาอุปนามเข้าถึงความเป็นวิปัสสนาญาณ คือ อารมณ์ที่ถูกรู้เป็นสิ่งที่ควรพิจารณาโยนิโสมนสิการรู้ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ว่าตกอยู่ในไตรลักษณ์ ส่วนมรรคสัจซึ่งเป็นปัญญาที่เข้าใจทุกขสัจ คือ สภาวะหยั่งรู้ เป็นธรรมที่ควรพัฒนา อริยมรรคมีองค์ 8 ย่อมพัฒนา ย่อมเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปได้ด้วยพิจารณาเห็นแจ้งทุกขสัจ พิจารณาจนถึงมรรคสัจ ได้แก่ ปัญญาที่เห็นพอง ยุบ เป็นต้น ตั้งแต่เริ่มแรกจนกระทั่งดับลงไป ลึกลงไปหมดไป เป็นมรรคสัจ ปัญญาที่ทราบชัดซึ่งทุกข์ สมุทัยในขณะที่ดับไป “อริยมรรคมีองค์ 8 ที่เป็นโลกุตตระนี้ (วิปัสสนา) ย่อมถึงการนับว่าเป็นหนทางปฏิบัติที่นำไปสู่ความดับทุกข์” และเมื่ออริยมรรคได้รับการพัฒนาเต็มที่แล้ว จึงจะรู้แจ้งพระนิพพานซึ่งเป็นธรรมที่ควรทำให้แจ้ง 3. อริยมรรคมีองค์ 8 สงเคราะห์เข้าในไตรสิกขา เป็นกระบวนการเจริญกรรมฐาน โดยการเจริญวิปัสสนาภาวนา เป็นผู้มีความประพฤติพร้อมสมบูรณ์ สงเคราะห์ไตรสิกขาลงในอริยมรรค ดังนี้ 1. โยคีบุคคลกำหนดรู้ศีลสิกขา สงเคราะห์เข้าในสัมมาวาจา สัมมากัมมันตะสัมมาอาชีวะ 2. โยคีบุคคลกำหนดรู้สมาธิสิกขา สงเคราะห์เข้าใน สัมมาวาจา สัมมาสติ สัมมาสมาธิ 3. โยคีบุคคลกำหนดรู้ปัญญาสิกขา สงเคราะห์เข้าในสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ การเข้าสู่วิถีอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา เป็นทางสายกลางเพื่อดำเนินไปสู่ความดับทุกข์ ได้แก่ 1) สัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ 2) สัมมาสังกัปปะ ความดำริชอบ 3) สัมมาวาจา เจรจาชอบ 4) สัมมากัมมันตะ การงานชอบ 5) สัมมาอาชีวะ เลี้ยงชีวิตชอบ 6) สัมมาวาจาเยาะ ความเพียรชอบ 7) สัมมาสติ ระลึกชอบ 8) สัมมาสมาธิ ความตั้งใจมั่นชอบ เป็นทางอันประเสริฐ เป็นทางดำเนินไปของอริยบุคคล ซึ่งเป็นหนทางทำให้สำเร็จความเป็นอริยบุคคล คือ โสตาปัตติมรรค โสตาปัตติผล สกทาคามีมรรค สกทาคามีผล อนาคามีมรรค อนาคามีผล อรหัตตมรรค และอรหัตผล

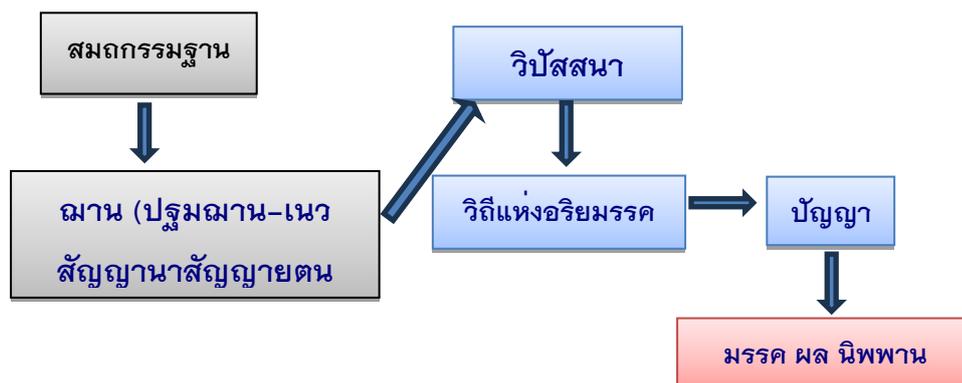
**3. ฌานเป็นบาทฐานแห่งอริยมรรคสู่วิปัสสนาภาวนา** พบว่า การเจริญฌานนั้น ผู้ที่ได้ปลุกฌานแล้วควรกระทำสึในปลุกฌานให้คล่องแคล่วก่อน เพราะการเข้าออกฌาน จะเป็นประโยชน์หรือเป็นบาทฐานเพื่อการพิจารณาธรรมตามลำดับองค์ฌานของมรรคนั้น ๆ และฌานเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกอบรมปัญญาโดยมีฌานเป็นบาทฐาน เมื่อเจริญวิปัสสนาสมบูรณ์แล้ว ทำให้เกิดญาณที่ทำให้หยาบละลือนไป คือ อาสวกขยญาณ ผลของอาสวกขยญาณ คือ ทำให้บรรลุมรรค ผลนิพพานได้ โดยสอดคล้องกับวิธานิพนธ์ของพระมหากฤษ ญาณาวุโธ (ใจปลื้มบุญ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างฌานและปัญญาในพระพุทธานุศาสนาทิฎฐิ” กล่าวว่า เมื่อบรรลู่ถึงฌานแล้ว จิตเป็นสมาธิเกิดปีติอิ่มใจสุขใจขึ้นเป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติข้องอยู่กับฌาน จึงไม่ประสงค์จะเจริญปัญญาคือวิปัสสนาต่อไป ที่จริงฌานนับเป็นบาทฐานของปัญญา การเจริญฌานนั้น ต้องเชื่อมโยงสู่การเจริญปัญญา เมื่อพิจารณาองค์ฌานตามหลักไตรลักษณ์ หรือออกจากฌานแล้วพิจารณารูปนามตามแนวสติปัฏฐาน 4 เห็นความเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาตามหลักไตรลักษณ์แล้ว แสดงว่ากำลังพิจารณาทุกขสัจจะเป็นการเจริญอริยมรรคจึงได้ชื่อว่า “ฌานเป็นบาทฐานแห่งอริยมรรคสู่วิปัสสนาภาวนา”



เมื่อจิตให้มีความตั้งมั่นในฌานก่อนแล้วเจริญวิปัสสนาเพื่ออบรมจิตโดยมีจุดหมายสูงสุดอยู่ที่มรรค ผล นิพพาน เมื่อเจริญสมถภาวนาจนได้สมาธิระดับอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิบรรลุปฐมฌานควรเข้าปฐมฌานก่อนเพื่อให้ฌานเป็นบาท ถอยออกจากเนวสัญญานาสัญญายตนฌานจนถึงการถอยออกจากปฐมฌาน แล้วกลับมาพิจารณาสังขาร ยกอารมณ์ขึ้นสู่วิปัสสนาพิจารณารูปนามสภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นทางอายตนะทั้ง 6 มีวิปัสสนาภูมิเป็นอารมณ์แล้วจิตแล่นไปสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคยงวิปัสสนาญาณ 9 ให้ปรากฏเกิดความรู้แจ้ง เห็นจริง จิตเข้าถึงตัววิปัสสนา พัฒนาไปตามลำดับญาณ 16 บรรลุมรรค ผล นิพพานจากการอภิปราย “รูปแบบการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา” ใน คัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ได้นำมาประยุกต์ใช้เพื่อเป็นองค์ความรู้ใหม่ในการเจริญฌาน เจริญอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา เพื่อเป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นที่สนใจ สามารถพัฒนาสู่การเจริญฌานขั้นสูงสุดได้ และเพื่อการหลุดพ้น คือ การบรรลุมรรค ผล นิพพานตามลำดับ นอกจากนี้ยังเป็น สักขีพยานการตรัสรู้ การประกาศพระสัทธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าสู่มวลมนุษย์ในยุคปัจจุบันได้จริง สามารถนำรูปแบบการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนานี้ไปพัฒนาเพื่อให้เกิดประสิทธิภาพในการเจริญฌาน หรือเข้าออกฌานอย่างชำนาญยกระดับขั้นสู่การเจริญมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนาอย่างรวดเร็วได้

### องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา” องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย ดังนี้



การเจริญสมถกรรมฐานเบื้องต้นเมื่อจิตสงบขั้นอุปจารสมาธิ ถึงอัปปนาสมาธิเป็นที่สุด เพราะละนิวรณ์ได้บรรลุปฐมฌานตามลำดับ เรียกว่า องค์ฌาน 5 ปรากฏ คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข และเอกัคคตาจิต เป็นการละกิเลสด้วยการข่มไว้ด้วยองค์ฌานเรียกว่า วิกขัมภนพหาน<sup>14</sup> เมื่ออาศัยฌานเป็นบาทฐาน

<sup>14</sup> ชุ.ป. (ไทย) 31/24/34.



เจริญวิปัสสนา คือออกจากปฐมฌานแล้วพิจารณาสภาพธรรม คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาเป็นต้น การพิจารณาในทุติยฌาน ถึง เนวสัญญานาสัญญายตนฌานก็ทำนองเดียวกัน

สำหรับในแนวพระสูตรมีเพียงฌาน 4 คือ ฌานที่ 1 เหมือนกัน ฌานที่ 2 กับฌานที่ 3 จัดเป็น ฌานที่ 2 เนื่องจากแสดงถึงการระงับวิตกกับวิจาร์ได้พร้อมกัน ฌานที่ 3 จัดเป็นฌานที่ 2 ฌานที่ 4 จัดเป็น ฌานที่ 3 ฌานที่ 5 จัดเป็นฌานที่ 4 และในฌานที่ 4 ยังสามารถเปลี่ยนอารมณ์ โดยข้ามรูปสัญญา และ เข้าถึงสมาบัติ ที่เป็นอรุณ คือ อากาสาณัญญาตนะ วิญญาณัญญาตนะ อากิญจัญญาตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนนะ องค์ฌานเป็นอุเบกขากับเอกัคคตาเหมือนเดิม จัดเป็นความตั้งมั่นเป็นหนึ่งของจิต ระดับ ฌานที่ 4<sup>15</sup>

การที่จะบรรลุฌานนั้น ผู้เจริญกรรมฐานมีจิตจดจ่ออยู่กับอารมณ์กรรมฐานกองใดกองหนึ่งใน กรรมฐาน 40 กอง มีจิตน้อมแนบติดกับอารมณ์ พิจารณาโดยการเพ่งประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ ทำไม่ การพิจารณาอารมณ์ หรือการทำฌานให้เกิดขึ้นต้องประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ เพราะฌานใน พระพุทธศาสนาต้องประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ (ถ้าเข้าฌานแล้วสามารถรับรู้สิ่งที่มากระทบทั้งภายใน ภายนอกได้) แต่ถ้าฌานในศาสนาอื่นไม่ประกอบด้วยสติสัมปชัญญะ (ถ้าเข้าฌานแล้วไม่สามารถรับรู้สิ่งที่ มากระทบทั้งภายในภายนอกได้) การเจริญฌานในพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น กรรมฐาน 40 กอง ผู้ที่ เจริญกรรมฐานสามารถเข้าสู่รูปฌานได้ แต่ผู้ที่จะสามารถบรรลุรูปฌานได้ต้องเจริญกรรมฐานในหมวด กสิณเท่านั้น เพราะในการพิจารณาองค์กสิณนั้น เมื่อเข้าสู่ระดับจตุตถฌาน (ฌาน 4) ในฌานนี้มีอารมณ์ เป็นลักษณะอากาสาณัญญาตนะ ผู้เจริญฌานจึงน้อมจิตให้ผ่านทะลุเข้าไปจึงจะเข้าสู่อากาสาณัญญา ตนะฌาน ถ้าไม่ผ่านเข้าไปแต่หยุดอยู่ที่อารมณ์นั้นก็จะได้แค่จตุตถฌานเท่านั้น เป็นต้น

การเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนานั้น เมื่อผู้เจริญฌาน สามารถเข้าสู่ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน อากาสาณัญญาตนะ ฌาน วิญญาณัญญาตนะ ฌาน อากิญจัญญาตนะ ฌาน และเนวสัญญานาสัญญายตนฌานได้แล้ว จะสามารถเข้าสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคได้นั้น ผู้เจริญฌานน้อมจิตโยนิโสมนสิการพิจารณาองค์ฌานให้เห็นแจ้งอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตาตามหลักไตร ลักษณะ ในการพิจารณาองค์นั้น อริยมรรคจะเกิดขึ้นได้ แต่มีเพียงสัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ หรือมีเพียงแค่สัมมาสติ สัมมาสมาธิ หรือมีเพียงแค่อริยมรรคองค์ใดองค์หนึ่ง ถ้าออกจาก ฌานโดยมีความชำนาญการเข้าออกจากฌานอยู่แล้วที่เรียกว่า “ฌานเป็นบาทฐาน” เมื่อออกจากฌานมา พิจารณารูปนามจนเห็นแจ้งถึงความเป็นไตรลักษณ์ เป็นการเข้าสู่อริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนา

<sup>15</sup> พระมหาบุญเลิศ อนุทปญฺโญ, **สุดยอดแห่งวิชา คือ วิปัสสนากัมมัฏฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ 2, นนทบุรี: แก้วแสนกราฟฟิคทาว์น, 2561), หน้า 263.



มรรคสามารถเกิดขึ้นได้ทุกองค์มรรคจะสมังคี หรือไม่สมังคีก็ขึ้นอยู่กับอินทรีย์ของผู้ที่เจริญวิปัสสนาภาวนาว่าสะสมมากเท่าไร เมื่อมรรคสมังคีแล้วย่อมเข้าสู่มรรค ผล นิพพานได้อย่างรวดเร็ว

ดังนั้น การเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนานั้น ฌานยกขึ้นสู่วิปัสสนาได้ต้องออกจากฌานเป็นความตั้งมั่นในสัมมาสติ และสัมมาสมาธิด้วย ด้วยองค์ธรรมหลักที่ถอยลงมา คือ วิตก และพิจารณาด้วยสัมมาสมาธิในการเจริญอนุปัสสนา โดยการออกจากฌานมาอยู่ที่อุปกาสมาธิ ขณิกสมาธิ แล้วพิจารณากำหนดรู้ธรรมารมณ์ด้วยธัมมานุปัสสนาสติปัญญาเห็นสภาวะความเป็นพระไตรลักษณ์ เข้าใจในอริยสัจ เจริญอริยมรรค จิตมุ่งสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคเข้าถึงความจริงจนบรรลุถึงพระอรหันต์

### สรุป

รูปแบบการเจริญฌานเพื่อเข้าสู่วิถีสี่แห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนาภาวนานั้นเป็นรูปแบบการเจริญฌานเพื่อเป็นบาทฐานของวิปัสสนา โดยการพิจารณาองค์ฌาน หรือถอยออกจากฌานแล้วค่อยพิจารณารูปนามตามสภาวะที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง การเจริญฌานเพื่อพิจารณาองค์ฌานยกขึ้นสู่วิปัสสนาภาวนา ในเรื่องของฌานนั้น หมายถึง การเพ่งอารมณ์จนใจแน่วแน่เป็นอัปนาสมาธิ ภาวะจิตสงบประณีต ซึ่งมีสมาธิเป็นองค์ธรรมหลัก การเจริญฌานนั้นจะทำให้เกิดวิปัสสนาได้ มีทั้งแบบสมถะก่อนวิปัสสนาตามหลัง หรือทั้งสมถะและวิปัสสนาเจริญไปพร้อม ๆ กัน อริยมรรคมีองค์ 8 ประการนั้น เป็นปัจจัยเกี่ยวคู่กันจะขาดข้อใดข้อหนึ่งไปไม่ได้ ในเชิงทฤษฎีสามารถนำไปสู่การปฏิบัติอริยมรรคมีองค์ 8 คือ สัมมาทิฐิ, สัมมาสังกัปปะ, สัมมาวาจา, สัมมากัมมันตะ, สัมมาอาชีวะ, สัมมาวายามะ, สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เป็นรูปธรรมได้ด้วยการสังสมความดีมีทาน ศีล ภาวนา เพื่อสะสมให้ครบแน่นยิ่งขึ้นไป โดยจะพิจารณาเห็นเป็นหลักการตามนี้ว่า เมื่อบุคคลสร้างกุศลกรรม มีทานและศีล เป็นต้น จะก่อให้เกิดอานิสงส์ได้สมบัติ 3 ประการ เมื่อบุคคลมีปัญญาหยั่งรู้เช่นนี้แล้ว ก็จัดได้ว่า มีสัมมาทิฐิบังเกิดในสันดาน บุคคลผู้มีความดำริที่จะสร้างกุศลกรรม มีทานและศีล การมีความดำริที่จะเว้นจากวจีทุจริต กายทุจริต และมิจฉาอาชีวะ ในขณะที่บำเพ็ญกุศล ย่อมได้ชื่อว่า สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ และสัมมาอาชีวะ การมีความดำริพากเพียรในการสร้างกุศลกรรม ย่อมได้ชื่อว่า สัมมาวายามะ บังเกิดขึ้นในสันดาน การมีความคิดที่คอยระลึกถึงการสร้างกุศลกรรมอยู่เป็นนิจกาล ได้ชื่อว่า สัมมาสติ บังเกิดขึ้นในสันดาน ความคิดที่จะยังจิตให้ตั้งมั่นเป็นอารมณ์เดียว คือ เอกัคคตา ย่อมได้ชื่อว่า มีสัมมาสมาธิบังเกิดในสันดาน

ดังนั้น การเลือกเพ่งอารมณ์สมถกรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่งที่เหมาะกับจริตของตนเป็นภาวะจิตที่มีสมาธิถึงขั้นอัปนาสมาธิฌานแบ่งเป็น 2 ระดับ ได้แก่ 1) รูปฌาน มี 4 ระดับตามอารมณ์ที่ประณีตขึ้นตามลำดับ คือ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน 2) อรูปฌาน มี 4 ระดับ คือ อากาสานัญจายตนฌาน วิญญาณัญจายตนฌาน อากิญจัญญายตนฌาน และเนวสัญญานาสัญญายตน ภาวที่จิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว ได้แก่ ตัวสมาธิ มีในฌานทุกชั้นผู้ได้ปฐมฌานควรกระทำสีในปฐมฌานให้คล่องแคล่ว



ก่อน เพราะการเข้าออกฌาน จะเป็นประโยชน์หรือเป็นบาทฐานเพื่อการพิจารณาธรรมตามลำดับองค์ ฌานของมรรคนั้น ๆ และฌานเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกอบรมปัญญาโดยมี ฌานเป็นบาทฐาน เมื่อเจริญวิปัสสนาสมบุรณ์แล้ว ทำให้เกิดญาณที่ทำให้อาสวะสิ้นไป คือ อาสวักขยญาณ ผลของอาสวักขยญาณ คือ ทำให้บรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

### ข้อเสนอแนะ

#### ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ศึกษาเปรียบเทียบเนื้อหาหลักธรรมของฌานในวิปัสสนาภูมิ กับการนำไปประยุกต์ใช้ใน ชีวิตประจำวันให้เกิดประโยชน์ในสังคมต่อไปได้
- 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสมาธิและปัญญาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- 3) ศึกษาอภิถุญา ๖ แห่งการเจริญฌานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- 4) รูปแบบการเจริญฌานในสัมมาสมาธิสู่วิถีแห่งอริยมรรคตามหลักวิปัสสนากรรมฐาน
- 5) รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของผู้เจริญจิตภาวนาเพื่อให้เกิดวิปัสสนาญาณ ๙ แห่งวิถีสวรรณา ราม ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ



### บรรณานุกรม

- พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.
- พระธรรมธีรราชมหาวิทยาลัย (โชดก ญาณสิทธิ์ ป.ธ.9). **วิปัสสนากรรมฐาน ภาค 2 ว่าด้วย มหาสติปัฏฐาน**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, 2548.
- พระภาวนาพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี). **การยกอารมณ์ฌานขึ้นสู่วิปัสสนา ตามแนวอานาปานสติ ภาวนา**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2562.
- พระมหาบุญเลิศ อนฺตปญฺโญ. **สุดยอดแห่งวิชา คือ วิปัสสนากัมมัฏฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ 2. นนทบุรี: แก้วแสนกราฟฟิคทาว์น, 2561.
- พระสมุห์มานัส อาคปญฺโญ (วงศ์สาขา). “ศึกษาเมตตาเจโตวิมุตติอันเป็นบาทฐานในการบรรลุธรรม”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2557.
- สุภีร์ ทุมทอง. **อริยมรรค 8**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: บริษัทพริมาเยต์ พับลิชชิ่ง จำกัด, 2560.

