



ศึกษาเหตุเกิดและเหตุดับของปีติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา  
A STUDY OF THE CAUSE OF RISING AND FALLING OF RAPTURE IN  
INSIGHT MEDITATION PRACTICE

พระครูศรีเมธาภรณ์ (ประภาส จิตธมฺโม)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๘



## ศึกษาเหตุเกิดและเหตุดับของปิติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

พระครูศรีเมธาภรณ์ (ประภาส จิตธมฺโม)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา  
บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๕๘

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of the Cause of Rising and Falling of Rapture in  
Insight Meditation Practice**

**Phrakhru Srimethaphorn (Praphat Thitadhammo)**

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. 2015

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย  
เรื่อง “ศึกษาเหตุเกิดและเหตุดับของปิติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” เป็นส่วนหนึ่งของ  
การศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)  
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระมหาสุรศักดิ์ ปัจจนตเสโน, ดร.)

กรรมการ

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

กรรมการ

(พระครูโกมุทสีทธีการ, ดร.)

กรรมการ

(ผศ.ดร.ณัฏฐ์ ศรีดี)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระครูโกมุทสีทธีการ, ดร.

ประธานกรรมการ

ผศ.ดร.ณัฏฐ์ ศรีดี

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูศรีเมธาภรณ์)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาเหตุเกิดและเหตุดับของปีติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ผู้วิจัย : พระครูศรีเมธาภรณ์ (ประภาส จิตธมโม)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระครูโกมุทสิทธิการ (พิทักษ์ ้วยวงศ์วิทย์), พธ.บ., พธ.ม., พธ.ด. (พุทธบริหาร  
การศึกษา)

: ผศ.ดร.ณัฏฐ์ ศรีดี, ป.ธ.๙, พธ.บ., ศศ.ม., Ph.D. (Philosophy & Religion)

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๐/มีนาคม/๒๕๕๙

### บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษาปีติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาเหตุเกิดและเหตุดับของปีติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทและเอกสารอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวม สรุป วิเคราะห์ เรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา ตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษาพบว่า

ปีติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง ความอิ่มใจ หรือความเอิบอิ่มอันมีผลเฉพาะ ซึ่งเกิดจากการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน มีมาในพระวินัยปิฎกปาราชิกกัณฑ์ ว่าด้วยการเจริญอานาปานสติ เจริญชกัณฑ์ มหาวรรค จัมเปยยขันธกะ อภิธัมมวคคาคาทิกัมมกถา อธิคมสังฆกรรมปฏิรูป ปริยัตติสังฆกรรมปฏิรูป ในพระสูตรมาในพรหมชาลสูตร สามัญญผลสูตร โปฐฐปาทสูตร ชนวนนสภสูตร ในอภิธรรมปิฎก มหาปัฏฐาน ปีติตติกะ ในปฏิสนธิขณะชั้นธัมมสังคินีกเขปกัณฑ์และในอรรถกถาอรรถสาลินีซึ่งมีแนวทางให้ศึกษาหาเหตุผลประกอบการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์โดยมีสติปัฏฐาน ๔ เป็นแนวทาง คือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา ธรรมานุปัสสนา เมื่อปฏิบัติได้ถูกต้องแล้ว ย่อมพัฒนาจิตให้เจริญยิ่งขึ้น เป็นทางสายเอกที่นำไปสู่ความบริสุทธิ์ของหมู่สัตว์ เพื่อดับความทุกข์โทมนัส เกิดปัญญาแจ่มใสในอริยสัจ ๔ นำไปสู่การบรรลุธรรมชั้นสูงสืบไป

ปีติเป็นหนึ่งในวิปัสสนูปกิเลส เหตุเกิดของปีติคือความสงบเป็นสภาวะธรรมที่เกิดจากศรัทธาเพราะสมาธิตั้งมั่นเกินไป จึงทำให้วิริยะอ่อนลง เหตุดับของปีติ คือการใช้ปัญญาอบรมในธรรมไม่ฟุ้งซ่าน ใคร่ครวญด้วยปัญญาว่าปีติเกิดขึ้นแก่เราแล้วไม่เที่ยง มีความดับไปเป็นธรรมดา ด้วยการเจริญวิปัสสนาภาวนา

**Thesis Title** : A Study of the Cause of Rising and Falling of Rapture in Insight Meditation Practice

**Researcher** : Phrakru Srimethaphorn (Praphat Thitadhammo)

**Degree** : Master of Arts (Vipassana Meditation)

**Thesis Supervisory Committee**

: Phrakru Komutsitthikan (Phithak Waiwongwit), B.A., M.A., Ph.D. (Buddhist Educational Administration)

: Assist. Prof. Dr. Naddhira Sridee, Pali IX, B.A., M.A., Ph.D. (Philosophy & Religion)

**Date of Graduation** : 10/March/2016

### Abstract

This thesis had three objectives; to study Pīti in the Theravāda Buddhist scripture, 2) to study the Insight Meditation Practice in Theravāda Buddhist Scripture, 3) to study the cause of the rising and falling of Pīti in the Insight Meditation Practice. Clarified data are taken from the Theravada Buddhist scriptures and other related documents, then composed, summarized, analyzed, explained in details, corrected and verified by Buddhist scholars. From the study it found that;

The term Pīti in Theravada Buddhism means joy, delight or rapture, which is the result of practicing meditation. It is in Vinaya Piṭaka, Pārājika Kaṇḍa concerning that the development of Ānāpānasati: Mindfulness on breathing, Verañja Kaṇḍa Mahāvagga, Campeyya Khandhaka, Abhidhammavaggādikammakathā, Adhigamasaddhammapaṭirūpa, and Pariyattisaddhammapaṭirūpa. It is in Suttanta Piṭaka concerning in Brahmajālasutta, Samaññaphalasutta, Poṭṭhapādasutta, Janavanasabhasutta. It is in Abhidhamma Piṭaka concerning in Mahāpaṭṭhāna Pītitatika, in Paṭisandhikhaṇakhandha, Dhammasaṅganīnikkhepakaṇḍa and in Atthakathā Atthasālinī, there are the ways of reaching for practicing meditation.

The practicing Insight Meditation is in the four Foundations of Mindfulness; Kāyānupassanā, Vedanānupassanā, Cittānupassanā, Dhammānupassanā, when a meditator practice in the right, his mind also will be developed and grow up. This is only path for the purification of beings, for the overpowering of sorrow and

lamentation, for getting the wisdom and understanding the four Noble Truths, for the attainment in advanced.

Pīti is one of imperfections. The cause of Pīti is calmness or peace which is the natural condition happening by faith, if the concentration is too much, the effort is less. The cause of falling of Pīti is trained by Dhamma, consideration by wisdom and practicing Insight Meditation observed that Pīti has appeared; it is not permanent and it is disappeared,

## กิตติกรรมประกาศ

ขอประทานกราบขอบพระคุณเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (อุปสมมหาเถระ) เจ้าคณะใหญ่หนกลาง กรรมการมหาเถรสมาคม ประธานกรรมการเผยแผ่พระพุทธศาสนาแห่งชาติ รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ที่ได้เมตตาเปิดการเรียนการสอนหลักสูตรพุทธศาสนบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา และได้นำพานิสิตรุ่นที่ ๙ ได้มีโอกาสไปปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากับท่าน อุ ชฎิละ พระวิปัสสนาจารย์ เป็นเวลา ๒ เดือน สำนักมหาสิขาสนแยกด้า กรุงย่างกุ้ง ประเทศสหภาพเมียนมาร์

วิทยานิพนธ์เล่มนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีเพราะได้รับความอนุเคราะห์เกื้อกูลจากคณะกรรมการควบคุมประกอบด้วย พระครูโกมุทสิทธิการ,ดร.พธ.บ.,พธ.ม.,พธ.ด.(พุทธบริหาร การศึกษา),พระมหาสมลักษณ์ คนธสาโร,ดร.,ผศ.ดร.ณัฏฐ์ ศรีดี ที่มีเมตตาและกรุณาอย่างยิ่ง เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาดูแลเอาใจใส่ แนะนำข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ ขอขอบคุณ ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง ดร.ชัยชาญ ศรีหามู ที่ให้คำแนะนำตรวจแก้ และคณาจารย์ประจำวิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส ที่ได้แนะนำพร่ำสอน

ขอขอบคุณพระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธมมโสภโณ ผู้อำนวยการสำนักวิชาการ และอนุโมทนาขอบใจนายภานุมาตร เนโส เจ้าหน้าที่ประสานงาน ที่ช่วยดำเนินการเรื่องเอกสารคำร้อง บัณฑิตวิทยาลัย (บท.) แจ้งกำหนดการและระเบียบการต่างๆ ให้ทราบ พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่บรรณรักษ์ ห้องสมุดและเทคโนโลยีสารสนเทศ ที่กรุณาเอื้อเพื่อการสืบค้นข้อมูล ทำให้การจัดทำวิทยานิพนธ์ เป็นไปด้วยความเรียบร้อย

สุดท้ายนี้ คุณภาพที่ดีของงานวิจัย บุญกุศล ความรู้ ความดีงามที่เป็นประโยชน์อันเกิด จากวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ผู้วิจัยขอมอบให้แด่โยมพ่อแยม โยมแม่บัววัน สายแก้วดี ครูอุปัชฌาย์ อาจารย์ และญาติพี่น้อง เพื่อนสหธรรมิก คณะศรัทธาญาติโยมผู้ให้การอุปถัมภ์ด้วยปัจจัย ๔ ทุกๆ ท่าน บุคคล ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกๆ ฝ่าย จงมีส่วนแห่งกุศลนี้ด้วยเทอญ

พระครูศรีเมธาภรณ์

(ประภาส จตธมโม)

วันที่ ๑๐ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๙



## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(๑)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(๒)
กิตติกรรมประกาศ	(๔)
สารบัญ	(๕)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(๗)
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	
๑.๑    ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒    วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๒
๑.๓    ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔    ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕    นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๖    ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗    วิธีดำเนินการวิจัย	๙
๑.๘    ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๑๐
<b>บทที่ ๒ ปิติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท</b>	๑๑
๒.๑    ความหมายของปิติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๑๑
๒.๒    ปิติที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา	๑๕
๒.๓    ความหมายปิติโดยศัพท์	๓๔
๒.๔    ความหมายปิติโดยอรรถ	๓๕
๒.๕    องค์ธรรมของปิติ	๓๗
๒.๖    สรุป	๓๘
<b>บทที่ ๓ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท</b>	๓๙
๓.๑    ความหมายของวิปัสสนาภาวนา	๓๙
๓.๒    ความสำคัญของหลักวิปัสสนาภาวนา	๔๒
๓.๓    หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔	๔๗
๓.๔    ผลของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๕๗
๓.๕    สรุป	๕๘

<b>บทที่ ๔</b>	<b>เหตุเกิดและเหตุดับของปีติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา</b>	<b>๕๙</b>
๔.๑	เหตุเกิดของปีติ	๕๙
๔.๒	ปีติในองค์ฌาน	๗๓
๔.๓	ปีติในวิปัสสนูปกิเลส	๗๕
๔.๔	ธรรมอันเป็นเหตุดับของปีติ	๗๘
๔.๕	วิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อดับปีติ	๗๙
๔.๖	สรุป	๘๖
<b>บทที่ ๕</b>	<b>สรุปการวิจัยและข้อเสนอแนะ</b>	<b>๘๗</b>
๕.๑	สรุป	๘๗
๕.๒	ข้อเสนอแนะ	๙๑
๕.๒.๑	ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้	๙๑
๕.๒.๒	ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป	๙๒
<b>บรรณานุกรม</b>		<b>๙๓</b>
<b>ประวัติผู้วิจัย</b>		<b>๙๗</b>

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

### ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก

อักษรย่อในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี) ๘/๒๗๖/๘๗, ที.สี. (ไทย) ๘/๒๗๖/๘๗ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สीलขณธวคคปาลี ภาษาบาลี เล่มที่ ๘ ข้อที่ ๒๗๖ หน้า ๘๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และ สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สीलขันธวรรค ภาษาไทย เล่มที่ ๘ ข้อที่ ๒๗๖ หน้า ๘๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๘

### การอธิบายอักษรย่อพระวินัยปิฎก(บาลีและไทย)

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	
๑-๒	วิ.มหา.	(บาลี) =	วินัยปิฎก	มหาวิภังคปาลี (ภาษาบาลี)
๔-๕	วิ.ม.	(ไทย) =	วินัยปิฎก	มหาวรรค (ภาษาไทย)
๘	วิ.ป.	(บาลี) =	วินัยปิฎก	ปริวารวรรค (ภาษาไทย)
	วิ.ป.	(ไทย) =	วินัยปิฎก	ปริวารวรรค (ภาษาไทย)

### การอธิบายอักษรย่อพระสุตตันตปิฎก (บาลีและไทย)

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	
๘	ที.สี.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย สीलขณธวคคปาลี (ภาษาบาลี)
๘	ที.สี.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย สीलขันธวรรค (ภาษาไทย)
๑๐	ที.ม.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวคคปาลี (ภาษาบาลี)
	ที.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
๑๑	ที.ปา.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย ปาฎีกวคคปาลี (ภาษาบาลี)
	ที.ปา.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย ปาฎีกวรรค (ภาษาไทย)
๑๒	ม.มู.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	มชฌิมนิกาย มูลปณณาสกปาลี (ภาษาบาลี)
	ม.มู.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มชฌิมนิกาย มูลปณณาสก (ภาษาไทย)
๑๔	ม.อุ.	(บาลี) =	สุตตันตปิฎก	มชฌิมนิกาย อุปริปณณาสกปาลี (ภาษาบาลี)
	ม.อุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มชฌิมนิกาย อุปริปณณาสก (ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวรรค (ภาษาไทย)
๒๒	อง.ปญจก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต (ภาษาไทย)
	อง.ฉก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย ฉกนิบาต (ภาษาไทย)
๒๓	อง.อฎฐก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย อฎฐกนิบาต (ภาษาไทย)
	อง.เอกาทสก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตตรนิกาย เอกาทสกนิบาต (ภาษาไทย)
	ขุ.ธ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย ธรรมบท (ภาษาไทย)

การอธิบายอักษรย่อพระอภิธรรมปิฎก (บาลีและไทย)

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์		
๓๔	อภิ.สง. (บาลี) = อภิธมปิฎก	ธมมสังคณีปาติ		(ภาษาบาลี)
	อภิ.สง. (ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี		(ภาษาไทย)
	อภิ.วิ. (ไทย) = อภิธรรมปิฎก	วิภังค์		(ภาษาไทย)
	วิ.มหา. (บาลี) = วินยปิฎก	มหาวิภังคปาติ		(ภาษาบาลี)
	วิ.มหา. (ไทย) = วินัยปิฎก	มหาวิภังค์		(ภาษาไทย)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม.อ. (บาลี) ๑/๔๑๔/๓๐๘ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมงฺคฺลวิลาสินี มหาศคคอฏฐกถา อรรถกถาภาษาบาลี เล่มที่ ๑ ชื่อที่ ๔๑๔ หน้า ๓๐๘

อง.ปญจก.อ. (บาลี) = องคฺตฺตฺรนิคาย มโนรตฺตฺปฺรณี ปญจกนิปาตอฏฐกถา (ภาษาบาลี)

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๒๕ ในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ภาค/ตอน/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๒/๒/๘๙ หมายถึง พระสูตรและอรรถกถาแปล ชุททกนิกาย ัมมบท เล่มที่ ๑ ภาคที่ ๒ ตอนที่ ๒ หน้า ๘๙ ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย ๒๕๒๕

ม.ม.อ. (ไทย) = มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทนี มูลปนิณาสกัอรรถกถา (ภาษาไทย)

อภิ.สง.อ. (ไทย) = อภิธรรมปิฎก ัมมมสังคณี อัฐฐสาลินีอรรถกถา (ภาษาไทย)

ค. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ฎีกา

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิมตี.ฎีกา (บาลี) ๒/๒๔๑/๑๑๐ หมายถึง วิมตีวิโนทนีฎีกา เล่มที่ ๒ ชื่อที่ ๒๔๑ หน้า ๑๑๐

อง.ปญจก.ฎีกา (บาลี) = องคฺตฺตฺรนิคาย ปญจกนิปาตฎีกา (ภาษาบาลี)

**ง. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์ปกรณ์วิเสส**

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้ปกรณ์วิเสส วิสุทธีมรรค ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิงโดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังย่อชื่อคัมภีร์ เช่น วิสุทธี (บาลี) ๒/๕๗๘/๑๗๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่มที่ ๒ ข้อที่ ๕๗๘ หน้า ๑๗๐

วิสุทธี. (บาลี)	=	วิสุทธีมคคปกรณ์	(ภาษาบาลี)
วิสุทธี. (ไทย)	=	วิสุทธีมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น มีหลักสติปัญฐาน ๔ เป็นแนวทาง ซึ่งบรรพชิต อุบาสก อุบาสิกาและคฤหัสถ์ ผู้มีกุศลจิตเกิดศรัทธา สนใจใคร่ต่อการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน จึงได้ศึกษาและปฏิบัติในความรู้ความเข้าใจ ตามความสามารถของตนเอง หรือได้รับการอบรมแนะนำจากผู้อื่นก็มี ครั้นเมื่อได้ปฏิบัติแล้วก่อให้เกิดปีติมีความสุขในการปฏิบัติภาวนานั้น แต่ก็มีผู้ปฏิบัติบางส่วนซึ่งมีภูมิธรรมความรู้ที่ไม่แจ่มแจ้ง เมื่อประสบปัญหาสภาวะธรรมปัจจุบันในการปฏิบัติ ก็ทำให้เกิดความเข้าใจผิดคราดเคลื่อนจากความเป็นจริงได้ เช่น มีอาการสั่นตัวร่างกายบ้าง น้ำตาไหล ร้องไห้ หรือบางคนก็มีอาการเหมือนถูกผีเข้า บางคนก็เข้าใจว่าตนเองบรรลุธรรมบ้าง เป็นต้น บางครั้งก็เกิดเหตุการณ์ที่น่าหวาดกลัว สำหรับผู้เริ่มปฏิบัติเมื่อพบเห็นแล้วก็ทำให้ไม่อยากปฏิบัติภาวนา หรือยกเลิกการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานก็มี

เพราะฉะนั้น ประเด็นที่ปีติเป็นปัญหาในการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานนั้น ซึ่งมีทั้งการเกิดและการดับเป็นลักษณะเฉพาะ เมื่อโยคีมีจิตเป็นสมาธิแนบแน่นอยู่กับการปฏิบัติภาวนา โดยมีปรากฏในอริยาบถทั้ง ๔ ของผู้ปฏิบัติโดยตรง ในสภาวะการณที่จิตเป็นสมาธิมีความสงบอยู่นั้น อาจมีอาการต่างๆ เกิดขึ้น เช่น ผู้ปฏิบัติภาวนามีจิตยินดีกับปีติที่เกิดขึ้น แล้วยินดีเพลิดเพลินหลงติดอยู่กับอาการนั้นๆ สำคัญตนเองว่าได้มานบ้าง ได้บรรลุธรรมวิเศษขั้นใดขั้นหนึ่งบ้าง เกิดอุปาทานยึดมั่นถือมั่นโดยผูกจิตติดอยู่กับสิ่งที่ได้สัมผัสเป็นต้น หรือบางครั้งมีอาการดับของปีติ ซึ่งเกิดขึ้นจากการกระทบทางประสาททั้ง ๖ ทำให้เกิดอาการหวั่นไหว เป็นความฟุ้งซ่านในจิตภายหลังก็มี เหตุเกิดและเหตุดับของปีติจึงเป็นปัญหาที่ต้องการศึกษาให้เข้าใจยิ่งขึ้น

ปีติ คือสภาวะธรรมที่บังถึงความอึดอัดอั้นใจ ปราบปลื้มใจ เป็นอาการของธรรมอีกแบบหนึ่ง ที่เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน ซึ่งเป็นปัจจุบันขณะมีอาการปรากฏอยู่ในอริยาบถยืน เดิน นั่ง นอน ของโยคีผู้กำหนดด้วยสติอย่างต่อเนื่องแนบแน่น เมื่อศึกษาปีติให้เข้าใจ นำไปปรับแก้ไขปฏิบัติอย่างถูกต้องแล้ว ย่อมได้รับประโยชน์ตามสมควรแก่ธรรมต่อไป

ส่วน ปีติ ซึ่งเป็นผล มีความรู้ที่ก่อให้เกิดความปลื้มใจ เป็นปีติสุขเล็กๆ น้อยๆ นั้น เป็นความสุขที่อิงด้วยอามิส สัมปยุตด้วยธรรม คือความไม่เที่ยงแท้แน่นอน มีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ แปรเปลี่ยนไป หากความตั้งมั่นมิได้ ปรากฏอยู่อย่างชัดเจน ธรรมคือปีติทั้งหลาย เมื่อเกิดขึ้นแก่ผู้ใดแล้ว ก็ทำให้ผู้นั้นมีวาลุ่มหลงมีเมาเพลิดเพลินอยู่ในปีติเหล่านั้น ยากที่จะถอนตัวขึ้นจากปีติได้ หากผู้นั้นไม่มีสติสัมปชัญญะที่ครบถ้วนสมบูรณ์ เพราะปีตินั้นมีทั้งหยาบและทั้งละเอียด สุขุมลุ่มลึกนานาชนิด มีทั้งคุณและโทษ ซึ่งมีหัวข้อธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและวิมุตติมรรค ซึ่งจัดปีติไว้เป็น ๕

ประเภท คือ (๑) ขุททกาศปิติ ปิติเล็กน้อย พอชื่นชุนน้ำตาไหล (๒) ขณิกาศปิติ ปิติชั่วขณะ ทำให้รู้สึกแปลกๆเป็นขณะๆ ดุจฟ้าแลบ (๓) โลกกันติกาศปิติ ปิติเป็นระลอก หรือปิติเป็นพักๆ ทำให้รู้สึกชูงมมาๆ ในกายดุจคลื่นซัดตอฝั่ง (๔) อุพเพกาศปิติ หรือ อุพเพกาศปิติ ปิติโลดลอย เป็นอย่างแรง ทำให้รู้สึกใจฟู แสดงอาการหรือทำการบางอย่างโดยมิได้ตั้งใจ เช่น เปล่งอุทานเป็นต้น หรือทำให้รู้สึกตัวเบา เหมือนลอยขึ้นไปในอากาศ (๕) ผรณาศปิติ ปิติซาบซ่าน ให้รู้สึกเย็นชานเอิบอาบไปทั่วสรรพางค์ ปิติที่ประกอบด้วยสมาธิ ท่านมุ่งเอาข้อนี้<sup>๑</sup> ขุททกาศปิติและขณิกาศปิติ สามารถเข้าถึงได้ด้วยศรัทธา โลกกันติกาศปิตินั้น ถ้ามีมากย่อมทำอุปจารสมาธิให้เกิดขึ้น อุพเพกาศปิติที่ยึดติดกับดวงกสิณ ทำให้ทั้งกุศลและอกุศลเกิดขึ้น และขึ้นอยู่กับความเชี่ยวชาญ ผรณาศปิตินี้บุคคลทำให้เกิดขึ้นในสภาวะแห่งอัปปนาสมาธิ

ในคัมภีร์วิมุตติมรรคยังมีแบ่งอีกแบบหนึ่ง แบ่งปิติเป็นหกประการ คือ (๑) ปิติเกิดจากราคะ ความอึดใจเพราะความชอบ หลงไหล และความอึดใจที่ประกอบด้วยกิเลส (๒) ปิติเกิดจากศรัทธา ความอึดใจของบุคคลผู้มีศรัทธาอย่างแรงกล้า (๓) ปิติเกิดจากความไม่ต่อต้าน ความอึดใจอย่างยิ่งของคนดี มีใจบริสุทธิ์ (๔) ปิติเกิดจากวิเวก ความอึดใจของบุคคลผู้เข้าปฐมฌาน (๕) ปิติเกิดจากสมาธิ ความอึดใจของบุคคลผู้เข้าทุติยฌาน (๖) ปิติเกิดจากโพชฌงค์ ความอึดใจที่เกิดจากการดำเนินตามโลกุตตรมรรค ในทุติยฌาน<sup>๒</sup> ปิตินี้ที่ได้กล่าวมามีทั้งเหตุและผลเพื่อให้ศึกษาค้นคว้าวิจัยหาเหตุเกิดและเหตุดับในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

จากการศึกษาและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้ระยะหนึ่ง ข้าพเจ้าเห็นว่าปิตินี้ทั้งข้อดีและข้อเสีย ข้อดี คือ บ่งบอกให้รู้ว่าการปฏิบัติของเราได้ดำเนินไปถูกทางแล้ว ส่วนข้อเสีย หากเรายินดีติดใจอยู่กับสภาวะของปิติในลักษณะต่าง ๆ เช่น ความอึดเอิบ ซาบซ่าน หรืออาการตัวเบา ตัวลอยเป็นต้น ไม่ยอมกำหนดกัมมัฏฐานต่อเพื่อให้ปิตินี้ดับไป ก็จะเป็นความล่าช้าในการพัฒนาจิตให้เข้าถึงความดับแห่งรูปนาม อีกประการหนึ่ง ปิตินี้มีทั้งหยาบและละเอียด ซึ่งไม่ยากที่จะละด้วยการกำหนดอย่างไม่แยบคาย ดังนั้น การศึกษาให้รู้สภาพของปิติอย่างละเอียด อาจเป็นแนวทางให้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อละปิติทำได้ง่ายขึ้น

ด้วยเหตุผลดังกล่าวมานี้ ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาปิติตามที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนา แล้วนำเอาองค์ความรู้ที่ได้นั้น มาสู่วิธีปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ เพื่อแสดงเหตุผลที่เป็นความจริงด้านศึกษาและพิสูจน์ข้อเท็จจริงนั้น ด้วยการประพจน์ปฏิบัติ พิจารณาตามสังขธรรมหรือตามแนวทางปฏิบัติของมุนีทั้งหลาย ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จนกว่าจะบรรลุมรรคผลนิพพาน

## ๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาปิติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาเหตุเกิดและเหตุดับของปิติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

<sup>๑</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๒/๔๒.

<sup>๒</sup> พระราชวรมุนี (ประยูร ธรรมจิตโต), “วิมุตติมรรค แปล”, พิมพ์ครั้งที่ ๕ (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่โรงพิมพ์ สำนักพิมพ์สยาม บริษัทเคล็ดไทย จำกัด, พ.ศ. ๒๕๔๑) หน้า ๘๘.

## ๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ ปีติในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ เหตุเกิดและเหตุดับของปีติในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาเป็นอย่างไร

## ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยเป็นสองส่วน คือ ขอบเขตด้านเอกสารเพื่อกำหนดเอกสารที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และขอบเขตด้านการศึกษา เพื่อกำหนดขอบเขตเนื้อหาประเด็นต่างๆ ที่จะศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ มีรายละเอียดดังนี้

### ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร

ศึกษาเหตุเกิดและเหตุดับของปีติตามหลักคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือพระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา ฎีกาและปกรณ์วิเสสอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น แล้วนำมาสรุป เรียบเรียง นำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา

### ๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ศึกษาหลักธรรมและหลักการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาในสติปัฏฐานสูตร ตามหลักคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท โดยการศึกษาข้อมูลจาก คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ คัมภีร์พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๒๕ อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส หนังสือ เอกสาร ตำรา ผลงานทางวิชาการและรายงานการวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาสรุป เรียบเรียง นำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา

## ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีคำศัพท์เฉพาะซึ่งเกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัย เพื่อให้เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้ให้คำจำกัดความไว้ โดยมีลำดับดังต่อไปนี้

๑.๕.๑ **เหตุเกิดปีติ** หมายถึง อาการของปีติที่เกิดขึ้นขณะนั่งสมาธิปฏิบัติภาวนาแล้ว จิตสงบไม่ฟุ้งซ่าน เมื่อสมาธิจิตมาถึงช่วงหนึ่งปีติก็จะเกิดขึ้นมาเองโดยอัตโนมัติ ถ้าจิตประณีตมากหรือน้อยกว่านี้ ปีติก็จะไม่เกิดขึ้น

๑.๕.๒ **เหตุดับปีติ** หมายถึง สภาวะของปีติที่เกิดขึ้นในสมาธิตามเหตุปัจจัยแล้ว ถ้าจิตไม่ไปติดยึดกับมันจะกำหนดอย่างไรก็ได้ ที่สำคัญคือการมีสติรับรู้ตามสภาพความเป็นจริงที่ปรากฏ จิตไม่ยินดียินร้ายกับมัน พอจิตประณีตขึ้นอาการปีติก็จะดับหายไป ถ้าความประณีตของจิตเปลี่ยนไป ไม่อยู่ในช่วงความถี่ของจิตแล้ว อาการของปีติก็ดับไปโดยอัตโนมัติ เพราะธรรมชาติเป็นอย่างนั้น

๑.๕.๓ **ปีติ** หมายถึง ความอิมใจ ซึ่งมีปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตรและอรรถกถาที่ขนิยามหาวรรคที่ ๒ ภาค ๒



๑.๕.๔ **วิปัสสนาภาวนา** หมายถึง การกำหนดรู้ กาย เวทนา จิต ธรรม จนจิตเกิดปัญญา ในการรู้แจ้งเห็นตามความเป็นจริง จิตเกิดปัญญาเห็นแจ้งในพระไตรลักษณ์ เป็นเหตุให้อ่อนความหลงผิดในสังขารเสียได้

๑.๕.๕ **สมถกัมมัฏฐาน** หมายถึง การอบรมจิตให้เกิดสมาธิ ให้มีความสงบทางใจ

๑.๕.๖ **สมถยานิก** หมายถึง ผู้ที่ฝึกบำเพ็ญสมาธิมาก่อนจนได้ฌาน แล้วมาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในภายหลัง

๑.๕.๗ **วิปัสสนายานิก** หมายถึง ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาล้วนๆ โดยใช้เพียงขณิกสมาธิเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๕.๘ **โยคี** หมายถึง ฤๅษี, ผู้ประพตัสติโยคะ, ผู้ประกอบความเพียร<sup>๓</sup>

๑.๕.๙ **พระโยคาวจร** หมายถึง ผู้หยั่งลงสู่ความเพียร, ผู้ประกอบความเพียร, ผู้เจริญภาวนา, หรือผู้กำลังปฏิบัติสมถะและวิปัสสนา<sup>๔</sup>

## ๑.๖ ทบเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งเอกสารออกเป็นสองส่วน คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ซึ่งประกอบด้วยคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเส สวิสุทธิมรรค และเอกสารชั้นทุติยภูมิ ได้แก่ หนังสือตำรา บทความ เอกสารทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ในส่วนของงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน ผู้วิจัยได้ทบทวนรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องซึ่งเผยแพร่ตั้งแต่ปีพุทธศักราช ๒๕๕๓ เป็นต้นมา มีรายละเอียดดังนี้

### ๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๑.๑ คัมภีร์พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๔ อังคุตตรนิกาย เอกาทสกนิบาต หน้าที่ ๒ ข้อที่ ๑ มีปรากฏอยู่ใน กิหมัตถิสสูตร มีเนื้อความบางตอนว่า พระผู้มีพระภาคตรัสตอบว่า “อานนทฺ์ คีลทีเป็นกุศล มีอวิปปฏิสาร (ความไม่ร้อนใจ) เป็นผล มีอวิปปฏิสารเป็นอานิสงส์”

“อวิปปฏิสารมีอะไรเป็นผล มีอะไรเป็นอานิสงส์ พระพุทธเจ้าข้า”

“อานนทฺ์ อวิปปฏิสารมีปราโมทย์(ความบันเทิงใจ)เป็นผล มีปราโมทย์เป็นอานิสงส์”

“ปราโมทย์มีอะไรเป็นผล มีอะไรเป็นอานิสงส์ พระพุทธเจ้าข้า”

“อานนทฺ์ ปราโมทย์มีปีติ(ความอิ่มใจ)เป็นผล มีปีติเป็นอานิสงส์”

“ปีติมีอะไรเป็นผล มีอะไรเป็นอานิสงส์ พระพุทธเจ้าข้า”

“อานนทฺ์ ปีติมีปีสัสทฺธิ(ความสงบกายสงบใจ)เป็นผล มีปีสัสทฺธิเป็นอานิสงส์”

“ปีสัสทฺธิมีอะไรเป็นผล มีอะไรเป็นอานิสงส์ พระพุทธเจ้าข้า”

“อานนทฺ์ ปีสัสทฺธิมีสุขเป็นผล มีสุขเป็นอานิสงส์”

<sup>๓</sup> พระพรหมคุณาภรณ์. (ป.อ.ปยุตฺโต) **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสยามและมหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๕๑.) หน้า ๑๖๗.

<sup>๔</sup> ชุ.ป.๑๓/๖๖/๘๓.



ที่สุด การปฏิบัติสติปัฏฐานนี้ เป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมา ก และยกย่องนับถือกันอย่างสูง ถือว่ามีพร้อมทั้งสมณะและวิปัสสนาในตัว สติปัฏฐาน ไม่ใช่หลักการที่จำกัดว่าจะต้องปลีกตัวหลบลี้ไปนั่งปฏิบัติอยู่นอกสังคม หรือนั่งอยู่จำเพาะในกาลเวลาตอนใดตอนหนึ่ง โดยเหตุนี้จึงมีผู้รู้หลายท่านสนับสนุนให้นำเอาแนวทางนี้มาปฏิบัติในชีวิตประจำวันทั่วไป<sup>๔</sup>

๑.๖.๒.๒ พระภิกษุทันตะ อาสภเถระ ได้กล่าวสรุปถึงองค์ประกอบหรือธรรมที่เป็นหัวใจสติปัฏฐาน ๔ ไว้ในหนังสือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ว่าองค์ประกอบหรือหัวใจสติปัฏฐาน ๔ นั้น คือ อาตปปี สมปะชาโน สติมา ซึ่งมีหน้าที่ คือ อาตปปี (วิริยะ) ทำหน้าที่ในการทำความเพียรพยายามตั้งใจใส่ เอาใจใส่ มีโยนิโสมนสิการตามกำหนดสภาวะต่าง ๆ สติมา (สติ) ทำหน้าที่กำหนดไม่ให้เกิดเคลื่อนจากปัจจุบันอารมณ์ ไม่ปล่อยหลงลืม และมีสมาธิเป็นองค์ประกอบร่วมด้วย สมปะชาโน (สัมปชัญญะ) ทำหน้าที่กำหนดรู้การเกิดดับของปิติ มีความรู้ความเข้าใจสภาวะการณนั้นตามความเป็นจริง เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา สรุปรวมเป็นองค์ประกอบ ๔ ประการคือ วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ทำหน้าที่กำหนดปัจจุบันอารมณ์ การกำหนดแต่ละครั้งเป็นการกัตกร่อนบั่นทอนกิเลสที่เกาะกุมจิตใจที่ละนิดทีละน้อย เรียกว่า “กร่อนทีละนิดกัตทีละหน่อย” กิเลสจะค่อย ๆ เบาลางจางไปในที่สุด องค์ประกอบทั้ง ๔ นี้ เกิดขึ้นพร้อมกันและดับไปพร้อมกัน<sup>๕</sup>

๑.๖.๒.๓ พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวถึงเรื่องสรุปผลโครงสร้างและผลการปฏิบัติในหนังสือวิธีฝึกสมาธิวิปัสสนา ฉบับสมบูรณ์ว่า หัวข้อใหญ่ในการปฏิบัติโดยสรุปแล้ว ประกอบด้วยสิ่งที่ถูกกำหนดคืออารมณ์ อาการของการกำหนด และผลที่เกิดขึ้น อารมณ์สำหรับกำหนดมี ๒ อย่างคือสมหทัยใจและอิริยาบถ เมื่อกำหนดแล้วตัวตนวางจากสิ่งทั้งปวง ส่วนผลที่เกิดขึ้นท่านอธิบายว่าเกิดจากของแต่ละสิ่งที่ถูกกำหนด และอาการกำหนด จะเกิดญาณตั้งร้อยตั้งพันตั้งหมื่นตั้งแสนก็ได้แล้วแต่จะเอาอะไรมากำหนด การกำหนดเป็นญาณทุกชนิด แต่สังเคราะห์ให้สั้นเข้า ก็เหลือแค่ธัมมัญญิตติญาณกับนิพพานญาณ ผลที่เกิดขึ้นหรือญาณนี้มีทั้งโดยตรงและโดยอ้อม<sup>๖</sup>

๑.๖.๒.๔ พระภิกษุทันตะ อาสภมหาเถระ ได้กล่าวไว้ในหนังสือวิปัสสนาธุระว่า การปฏิบัติกัมมัฏฐานมีอยู่ ๒ ประการคือ การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานมีได้ทั้งในสมัยพุทธกาลและนอกพุทธกาล อานิสงส์ของการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานจะให้ผลไปเกิดในพรหมภูมิ เมื่อหมดอานิสงส์แล้วจะต้องมาเกิดในกามภูมิอีก ไม่ใช่ทางที่จะพ้นทุกข์ได้แน่นอน ส่วนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นวิสัยของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าโดยเฉพาะผู้อื่นใดไม่สามารถจะนามาสอนได้ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจะต้องประกอบด้วยพิจารณารูปนามขันธ ๕ เป็นอารมณ์ เพ่งพินิจอยู่จนพระไตรลักษณ์ปรากฏ อันพระไตรลักษณ์ที่จะปรากฏเป็นวิปัสสนาญาณนั้น จะต้องเกิดจากปรมัตถอารมณ์ไม่ใช่ปัญญาอารมณ์ เมื่อได้เพ่งจนถึงภูมิกามินิ

<sup>๔</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร:พิมพ์ที่บริษัทสหพิมพ์ จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๘๑๓.

<sup>๕</sup> ภิกษุทันตะ อาสภเถระ, **การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักสติปัฏฐาน ๔**, (กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓๐.

<sup>๖</sup> พุทธทาสภิกขุ, **วิธีฝึกสมาธิวิปัสสนา ฉบับสมบูรณ์**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ - สุนทรสาสน์, ๒๕๔๕), หน้า ๕๘.

วิปัสสนาญาณแล้ว มัคคญาณผลญาณย่อมเกิดขึ้น<sup>๑๑</sup>

๑.๖.๒.๕ **พระโสภณมหาเถระ** (มหาสีสยาตอ) ได้กล่าวสรุปไว้ในหนังสือมหาสติปัฏฐานสูตรว่า การปฏิบัติสติ นับเป็นอุบายวิธีการดับทุกข์ด้วยการละสิริรู้สภาวะธรรมปัจจุบันอันมีกายและใจ ซึ่งเป็นสิ่งไม่พึงยึดมั่น เมื่อบุคคลรับรู้ร่างกายและใจนี้ดำรงอยู่ชั่วขณะตามเหตุตามปัจจัยโดยไม่มีรูปร่างถาวรที่ยึดถือได้ว่าเป็นเรา เป็นเขา เป็นบุรุษ เป็นสตรี เมื่อนั้นก็จะมีปัญหาหยั่งเห็นธรรมชาติอันแท้จริงของกายและใจ ที่มีสภาพ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน จิตของเขาย่อมเป็นอิสระจากความทุกข์และกิเลสได้อย่างแท้จริง<sup>๑๒</sup>

๑.๖.๒.๖ **พระโสภณมหาเถระ** (มหาสีสยาตอ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือวิปัสสนานัย เล่ม ๑ ว่าแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนา เป็นหลักสำคัญในคำสอนของพระพุทธเจ้า ซึ่งนำไปสู่บุคคลเกิดปัญหาหยั่งเห็นรูปนาม พระไตรลักษณ์ และอริยสัจ ๔ อย่างแท้จริง<sup>๑๓</sup>

๑.๖.๒.๗ **พระโสภณมหาเถระ** (มหาสีสยาตอ) ได้กล่าวไว้ในหนังสือวิปัสสนานัย เล่ม ๒ ว่าผู้ปฏิบัติวิปัสสนาพึงกำหนดรู้ร่างกายที่เคลื่อนไหวไม่ว่าจะน้อยหรือมาก (กายานุปัสสนา) พึงกำหนดรู้ความรู้สึกทุกอย่าง ทั้งที่เป็นสุขหรือทุกข์ อันปรากฏทางกายและใจ (เวทนานุปัสสนา) พึงกำหนดรู้สภาวะทางจิตที่คิดฟุ้งซ่านในเรื่องดีหรือไม่ดี (จิตตานุปัสสนา) และพึงกำหนดรู้สภาวะธรรมทุกอย่างที่ปรากฏทางใจ เช่น นิรวณ เป็นตัน (ธรรมานุปัสสนา)<sup>๑๔</sup>

๑.๖.๒.๘ **พระพรหมโมลี** (สมศักดิ์ อุปสโม) ได้กล่าวไว้ในหนังสือธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ว่าการปฏิบัติอริยมรรคมีองค์ ๘ นี้เท่านั้นจัดว่าเป็นทางสายกลางที่อำนวยผลให้บรรลุพระนิพพานในปัจจุบันชาติได้ ดังนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจะให้บรรลุผลสำเร็จจะต้องเดินให้ถูกทาง และต้องเดินไปตามลำดับขั้นตอนเพื่อเป็นการ อบรม บมอินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา ให้แก่กล้า จึงสามารถเดินไปตามทางจนบรรลุจุดหมายปลายทางได้สำเร็จ<sup>๑๕</sup>

### ๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยศึกษาเรื่องหลักธรรมในอนุปทสูตรกับการปฏิบัติวิปัสสนานี้ ยังไม่มีรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยตรง แต่ได้มีผู้วิจัยทำรายงานในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับหลักธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาดังนี้คือ

๑.๖.๓.๑ **พระครูประคุณสรกิจ** (สุชาติ ชีโนรส) ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การศึกษา

<sup>๑๑</sup> ดร. ภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาเถระ อัครมหาเถระ อัครมหาเถระ อัครมหาเถระ, **วิปัสสนาธุระ**, (กรุงเทพมหานคร: จัดพิมพ์โดย C๑๐๐ DESIGN CO. LTD., ๒๕๓๕), หน้า ๑๑๔.

<sup>๑๒</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, พระคันธสาราภิงค์ แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๑.

<sup>๑๓</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**, พระคันธสาราภิงค์ แปลและเรียบเรียง, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๑.

<sup>๑๔</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, พระคันธสาราภิงค์ แปลและเรียบเรียง, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๒๓.

<sup>๑๕</sup> พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม), **ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร**, พระคันธสาราภิงค์ แปลและเรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๓.

วิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักกวีเวกอากาศ” ซึ่งงานวิจัยนี้ทำให้ทราบว่าสำนักกวีเวกอากาศได้ยึดหลักในการปฏิบัติในแนวสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในพระสูตรเป็นหลักในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน และทางสำนักมีวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานอย่างเป็นระบบและสอดคล้องกับในพระไตรปิฎกจึงถือว่าเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง<sup>๑๖</sup>

๑.๖.๓.๒ พระจิตตพัฒน์ โสภณปญโญ(กัจจายนฺฺ)ได้เสนอวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ศึกษาปรากฏการณ์ของโอภาสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔” เพื่อศึกษาโอภาสที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ เพื่อศึกษาปรากฏการณ์ของวิปัสสนูปกิเลสเฉพาะโอภาสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ผลการวิจัยพบว่าโอภาสนี้อาศัยศรัทธาเป็นบ่อเกิด แสงสว่างหรือโอภาส เป็นสิ่งที่คนมักเข้าใจผิดที่ไปพบเห็นกันในธรรมชาติว่าเป็นของวิเศษหรือบางคนนั่งสมาธิแล้วเห็นแสง ต่างๆแล้วคิดว่าเป็นของดีของวิเศษคิดว่าตนเองเป็นผู้วิเศษที่ได้พบแสงสว่างดังกล่าว<sup>๑๗</sup>

๑.๖.๓.๓ พระมหากฤษ ญาณาวุโร (ใจปลื้มบุญ) ได้ทำการศึกษาวิเคราะห์เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างฌานและปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่าผู้ปฏิบัติเมื่อบรรลุฌานแล้วจิตเกิดสมาธิสงบแน่วแน่ ปีติความอิ่มใจสุขใจก็เกิดขึ้น ทำให้ผู้ปฏิบัติติดอยู่กับฌาน เมื่อติดอยู่กับฌานแล้วจึงไม่ต้องการที่จะบำเพ็ญปัญญา (วิปัสสนา) ต่อไปได้อีกประการหนึ่ง มีคำกล่าวไว้ว่า “ฌานเป็นบาทฐานของปัญญา” ซึ่งหมายความว่า ฌานเป็นพื้นฐานของการปฏิบัติปัญญา การบำเพ็ญฌานจึงต้องเชื่อมโยงไปสู่การปฏิบัติปัญญา (วิปัสสนา) เสมอ การปฏิบัติสมถะ(ฌาน) วิปัสสนา (ปัญญา) ทั้งสองอย่างนี้มีจุดมุ่งหมายเดียวกัน คือ ความหลุดพ้นจากกิเลส แต่การหลุดพ้นจากกิเลสตามแนวการปฏิบัติสมถะ (ฌาน) เป็นเพียงการข่มกิเลสไว้เหมือนกับหินทับหญ้า เมื่อนำหินออกหญ้าก็งอกขึ้นอีก ส่วนความหลุดพ้นจากกิเลสตามแนวการปฏิบัติวิปัสสนา (ปัญญา) เป็นการหลุดพ้นจากกิเลสอย่างสิ้นเชิง<sup>๑๘</sup>

๑.๖.๓.๔ พระครู ปลัดศุภชัย ปริชาโน (ฉัตรคู่) ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาอริโมกข์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔” เพื่อศึกษาอริโมกข์อันเป็นวิปัสสนูปกิเลสที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท<sup>๑๙</sup> ผลการวิจัยพบว่าอริโมกข์ หมายถึง ความตัดสินใจเชื่อโดยอาศัยวิปัสสนาญาณที่ ดำเนินไป พบสภาวะธรรมวิเศษ ๙ ในอุปกิเลส ๑๐ ผู้ที่ หลงใหลในธรรมวิเศษที่เป็น

<sup>๑๖</sup> พระครูประคุณสรกิจ (สุชาติ ชีโนโร), “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักกวีเวกอากาศ”, วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า (ก).

<sup>๑๗</sup> พระจิตตพัฒน์ โสภณปญโญ (กัจจายนฺฺ) ได้เสนอวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ศึกษาปรากฏการณ์ของโอภาสในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔”, วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า (ก).

<sup>๑๘</sup> พระมหากฤษ ญาณาวุโร (ใจปลื้มบุญ), “ทำการศึกษาวิเคราะห์เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างฌานและปัญญาในพระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า (ก).

<sup>๑๙</sup> พระครู ปลัดศุภชัย ปริชาโน (ฉัตรคู่) ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาอริโมกข์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔, วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า (ก).

ปรากฏการณ์ใน อุทัยพพญาณอ่อน ๆ ซึ่งเป็นปัญญาที่ยังไม่แก่กล้า ด้วยอำนาจแห่ง ความยินดีพอใจ ในผลของการปฏิบัติที่เกิดขึ้นกับตน จนเป็นเหตุให้วิปัสสนาญาณเศร้าหมองไม่ส่องใส

๑.๖.๓.๕ **อณิวัชร เพชรนรรัตน์** ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการ ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ผลการศึกษาพบว่า หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นหลักการเดียวกันกับหลักสติปัฏฐาน ๔ และ หลักสติปัฏฐาน ๔ ยังเป็นหนึ่งในหลักของ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการอีกด้วย ส่วนวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นวิธีการปฏิบัติที่อ้างอิงและอธิบายใน มหาสติปัฏฐานสูตร ๒๑ วิธี ซึ่งเป็นวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ที่พระพุทธองค์ทรงสอนโดยให้เริ่มที่หลัก อานาปานสติก่อน แล้วจึงปฏิบัติตามหลักขั้นตอนแห่งสติปัฏฐาน ๔ เพื่อให้ได้โพชฌงค์ ๗ และบรรลุประนิพพานในที่สุด<sup>๒๐</sup>

เมื่อศึกษาทบทวนเอกสารแล้ว พบว่าวิปัสสนูปกิเลสส่วนมากเกิดจากการปฏิบัติภาวนา ทั้งนี้เอกสารดังกล่าวก็ไม่ได้กล่าวถึงเหตุเกิดและเหตุดับของวิปัสสนูปกิเลสแต่อย่างใด และวิปัสสนูปกิเลสคือปิตินี้ก็ยังไม่พบเห็นในการทบทวนเอกสารครั้งนี้ ทั้งนี้ยังไม่มีการศึกษาวิจัยในเชิง เอกสารเรื่องเหตุเกิดและเหตุดับของปิตินในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จึงเป็นเหตุให้ผู้วิจัยสนใจนำมา ศึกษาให้มีความชัดเจนและเป็นประโยชน์แก่อกุลต่อการปฏิบัติภาวนายิ่งขึ้น

## ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ผู้วิจัยได้ กำหนดขั้นตอนการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary source) ได้แก่ คัมภีร์พระไตรปิฎก เล่มที่ ๒๔ หน้าที่ ๒ สุตตันตปิฎกที่ ๑๖ อังคุตตรนิกาย ทสก เอกาทสกนินบาต, เล่มที่ ๓๑-๓๓ หน้า สุตตันตปิฎกที่ ๒๓ ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค พระไตรปิฎกเล่มที่ ๓๔ อภิธรรมปิฎกที่ ๑๐ ฉัมมสังคณี พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๙ สุตตันตปิฎกที่ ๒๑ ขุททกนิกาย มหานิทเทส เล่มที่ ๓๓-๒ สุตตันตปิฎกที่ ๒๕ ขุททกนิกาย อปทาน ภาค ๒ เล่มที่ ๒๖-๓ สุตตันตปิฎกที่ ๑๘ ขุททกนิกาย วิมาน เปตวัตถุ

๑.๗.๒ รวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary source) ได้แก่ และหนังสือ ตำรา วารสาร บทความทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๓ เรียบเรียงข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

๑.๗.๔ วิเคราะห์ข้อมูล สรุปให้ตอบปัญหาการวิจัยที่ตั้งไว้

๑.๗.๕ ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์โดยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ

๑.๗.๖ แก้ไข ปรับปรุง นำเสนอผลงาน

<sup>๒๐</sup> อณิวัชร เพชรนรรัตน์, “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนว ของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, *วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า (ก).

## ๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- ๑.๘.๑ ทำให้ทราบเรื่องปิติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๘.๒ ทำให้ทราบเรื่องการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๑.๘.๓ ทำให้ทราบเรื่องเหตุเกิดและเหตุดับของปิติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

## บทที่ ๒

### ปิติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การศึกษาปิติในคัมภีร์ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เป็นการศึกษาสืบค้นคว้าหาข้อมูลที่มีขั้นตอน เพื่อให้เกิดองค์ความรู้ที่มีเหตุผลมีผลแท้จริง ที่สามารถทราบถึงรากศัพท์และความหมายทางด้านภาษา มีความเป็นมาและปัญหาของปิติ เพื่อใช้ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา บทที่ ๑ ดังกล่าวมาแล้ว ในบทที่ ๒ นี้ ผู้ศึกษาได้กำหนดหัวข้อต่างๆ ของปิติไว้ เพื่อความเป็นระเบียบและง่ายแก่การศึกษาปิติในคัมภีร์พุทธศาสนาดังมีหัวข้อต่อไป

- ๒.๑ ความหมายของปิติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๒.๒ ปิติที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา
- ๒.๓ ความหมายปิติโดยสังเขป
- ๒.๔ ความหมายปิติโดยอรรถนัย
- ๒.๕ องค์ธรรมของปิติ
- ๒.๖ สรุป

#### ๒.๑ ความหมายของปิติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๒.๑.๑ คำว่า ปิติ ในคัมภีร์พระพุทธานุสสาเถรวาท หมายถึง ความอึดอ้อมใจ ความเต็ม  
ต่ำความซาบซึ้งใจ, บางครั้งก็หมายถึงธรรมที่เป็นวิปัสสนาซึ่งมีข้อความปรากฏอยู่ในวิสุทธิมรรคว่า  
“เธอขณะปฏิบัติอยู่นั้น ปิติ ๕ อย่างนี้ คือ ขุททกาปิติ ขณิกาปิติ โอกันติกาปิติ อุพเพงคาปิติ ฌรณาปิติ  
ย่อมเกิดแก่โยคีนั้นเต็มทั่วสรรพ<sup>๑๙</sup>

ปิติ ศัพท์นี้ ในบาลีไวยากรณ์ มีการวิเคราะห์แยกคำเพื่อให้รู้ในความหมาย สร้างรูปศัพท์  
ดังนี้ ปิติ มาจาก ปี ธาตุ ในความหมายว่า ยินดี ต ปัจจัย มีรูปศัพท์วิเคราะห์ว่า ปีเถติ ตปะเตตี ปิติ  
กิริยาที่ยินดี<sup>๒๐</sup>

ส่วนความหมายของปิติ ที่ปรากฏในลักษณะทิจตุกะแห่งปรมาตมธรรม ได้แสดงปิติซึ่งมี  
เจตสิกเกิดพร้อมกันไว้ว่า ลักษณะทิจตุกะของปิติเจตสิก ได้แก่

- สมป्यानลกขณา คือ มีความอึดใจเป็นลักษณะ
- กายจิตตป็นนรสา คือ มีการทำให้กายและใจอึดเป็นนิก
- โอทตยปจจุภูฏานา คือ มีกายและใจเฟื่องฟูเป็นผล

<sup>๑๙</sup> พระพุทธโฆสเถระ วจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและ  
เรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), ข้อ ๗๓๔, หน้า ๑๐๖๔.

<sup>๒๐</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), ศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่  
ที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๔๔๑.



เสสขนธตตยปทฏฐานา คือ มีนามชั้นทั้ง ๓ ที่เหลือ คือ เวทนาชั้น สัญญาชั้น วิญญาณ ชั้นเป็นเหตุใกล้<sup>๒๑</sup>

สำหรับปิตีที่มีมาในฌานที่ ๑ และที่ ๒ ซึ่งแปลว่า ความอึดใจ ต็มด้า หรือเอิบอาบ หมายถึงเอาเฉพาะปิตินิดแผ่ซาบซ่านอึดเอิบไปทั่วร่างกาย<sup>๒๒</sup> ที่เรียกว่า ฌานาปิตี ปิตีที่แผ่ไปจนลูกขนพองเป็นต้นปิตินั้นมีความหมายต่างกับกับความเข้าใจของคนทั่วไป เพราะว่าปิตีในหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา มักปรากฏว่าสภาพของปิตีเกิดขึ้นเป็นองค์ประกอบของฌาน และมักต่อเนื่องกับสุข ซึ่งเป็นองค์ของฌานเหมือนกัน แต่มีความแตกต่างระหว่างองค์ฌาน ปิตีและสุข คือ

ปิตีกับสุข ปิตี หมายถึง ความยินดีปรีดาในการได้อิฏฐารมณ คืออารมณ์ที่ปรารถนา ส่วนสุข หมายถึง ความยินดีในการเสวยอิฏฐารมณที่ปรารถนา ยกตัวอย่างเช่น มีคนป่วยด้วยโรคที่หาหมอรักษาเยียวยายากอยู่คนหนึ่ง หมดอาลัยในชีวิต วันหนึ่งได้ทราบข่าวว่ามีหมอเก่งรักษาโรคชนิดนี้ให้หายขาดได้ เขาดีใจเดินทางไปพบหมอ หมอก็และรักษาจนหายขาด อาการดีใจที่ได้ทราบว่ามีหมอเก่งและโรคสามารถรักษาให้หายได้จัดเป็นปิตี การพบหมอและรักษาโรคจนหายจัดเป็นสุข

### ๒.๑.๒ ความสำคัญของปิตี

ปิตีมีความสำคัญต่อผู้มีกุศลศรัทธา ซึ่งมีเจตนาประสงค์ต่อการปฏิบัติทั้งสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐานให้จิตตั้งมั่นสู่ความปฏิบัติในธรรมอันยิ่งขึ้นไป ทั้งนี้ปิตีเป็นนิमितหรือแนวทางที่เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติเพื่อแสดงให้ทราบว่า การปฏิบัติได้ดำเนินมาถูกต้องแล้ว หากปฏิบัติมาผิดแล้วปิตีจะไม่เกิดขึ้นเลย ปิตีธรรมนี้จึงเป็นเข็มทิศชี้วัดบอกทางเดิน เพื่อสนับสนุนให้ได้บรรลุมรรคผลจากการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามที่ตั้งใจไว้ โดยมีแนวทางเป็นลำดับคือ

ปิตี เป็นอาหารของพรหม

ปิตี เป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้

ปิตี เป็นธรรมที่เป็นองค์ประกอบของสัมมาสมาธิ

ปิตี เป็นตัวบ่งชี้ว่าบรรลุธรรม

ปิตี เป็นสติปัญญา

ปิตี เป็นอาหาร ของพรหม สมัยที่โลกพิณาศ สัตว์โลกที่มีฌานก็ได้ไปเกิดในพรหมชั้น อากัสสระโดยมาก มีรัศมี ไม่มีเพศ มีปิตีเป็นภักษา เมื่อโลกเกิดขึ้นใหม่ ต่อมาเกิดพื้นดินขึ้น มีกลิ่นมีสี

<sup>๒๑</sup> ขุนสรพพิทโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร) ลักษณะที่จตุกแห่งปรมัตถธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔.

<sup>๒๒</sup> คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรราชวิทยาลัย, ธรรมะภาคปฏิบัติ ๒, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๔๑.

รศตี อาภัสสรพรหมตนหนึ่งลองชิมดินนั้นจึงติดใจ สัตว์โลกอื่น ๆ ก็ชิมตามทำให้ติดใจ เกิด “ตัณหา” หมตรศมี ต้องกลายเป็น “มนุษย์” อยู่บนพื้นโลก เกิดผิวพรรณหยาบละเอียดต่างกัน <sup>๒๓</sup>

### ๒.๑.๓ ปิติ เป็นธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ คือโพชฌงค์ ๗

ปิติ แปลว่า ความปลื้มอกปลื้มใจ ความชุ่มชื่น เป็นธรรมที่มีคุณต่อผู้ปฏิบัติอย่างยิ่งไม่เจือปนด้วยอามิสคือโทษทางกามคุณต่าง ๆ

๑) สติสัมโพชฌงค์ คือ สติในธรรมภายใน มีอยู่ สติในธรรมภายนอกมีอยู่ สติในธรรมแม้ใด สติในธรรมแม้หนึ่ง ก็ชื่อว่า สติสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน สติในธรรมภายนอกแม้ใด สติในธรรมภายนอกแม้หนึ่ง ชื่อว่าสติสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๒) ฌัมมวิจยสัมโพชฌงค์ คือ ความเลือกสรรในธรรมภายใน มีอยู่ ความเลือกสรรในธรรมภายนอกมีอยู่ ความเลือกสรรในธรรมภายในแม้ใด ความเลือกสรรในธรรมภายในแม้หนึ่ง ก็ชื่อว่า ฌัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน ความเลือกสรรในธรรมภายนอกแม้ใดความเลือกสรรในธรรมภายนอกแม้หนึ่ง ก็ชื่อว่า ฌัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๓) วิริยะสัมโพชฌงค์ คือ ความเพียรทางกายมีอยู่ ความเพียรทางใจมีอยู่ ความเพียรทางกายแม้ใด ความเพียรทางกายแม้ชื่อว่า วิริยะสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน ความเพียรทางใจแม้ใด ความเพียรทางใจแม้หนึ่ง ก็ชื่อว่า วิริยะสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๔) ปิติสัมโพชฌงค์ คือ ปิติที่มีวิตก วิจารณ์มีอยู่ ปิติที่ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์มีอยู่ ปิติที่มีวิตก วิจารณ์แม้ใด ปิติที่มีวิตกมีวิจารณ์แม้หนึ่ง ชื่อว่า ปิติสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน ปิติที่ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์แม้ใด ปิติไม่มีวิตก ปิติที่ไม่มีวิจารณ์แม้หนึ่ง ก็ชื่อว่าปิติสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๕) ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ คือ กายปัสสัทธิ มีอยู่ จิตปัสสัทธิมีอยู่ กายปัสสัทธิแม้ใด กายปัสสัทธิแม้หนึ่ง ก็ชื่อว่าปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน จิตปัสสัทธิแม้ใด จิตปัสสัทธิแม้หนึ่ง ก็ชื่อว่า ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๖) สมาธิสัมโพชฌงค์ คือ สมาธิที่มีวิตก มีวิจารณ์ มีอยู่ สมาธิที่ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีอยู่ สมาธิที่มีวิตก มีวิจารณ์ แม้ใด สมาธิที่มีวิตก มีวิจารณ์แม้หนึ่งชื่อว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง

<sup>๒๓</sup> อ.จ.ทศก.๒๔/๒๙/ ๖๙.

เพื่อความตรัสรู้เพื่อนิพพาน สมาธิที่ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ สมาธิที่ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์แต่นั้น ก็ชื่อว่า สมาธิสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

๗) อุเบกขาสัมโพชฌงค์ คือ อุเบกขาในธรรมภายในมีอยู่ อุเบกขาในธรรมภายนอกมีอยู่ อุเบกขาแม้ในธรรมภายในแม้ใด อุเบกขาแม้ในธรรมภายนอกแม้ใด ก็ชื่อว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน อุเบกขาในธรรมภายนอกแม้ใด อุเบกขาแม้ในธรรมภายนอกแม้ใด ก็ชื่อว่าอุเบกขาสัมโพชฌงค์ ย่อมเป็นไปเพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อตรัสรู้ เพื่อนิพพาน

### ๒.๑.๔ ปิติเป็นธรรมที่เป็นองค์ประกอบของสัมมาสมาธิ

สมาธิ คือจิตตั้งมั่น จิตมั่นคง มีชื่อเรียกหลายอย่าง แต่ละอย่างล้วนมีประโยชน์ (ยกเว้น มิจฉาสมาธิ คือมีนิวรณ์ ๕ ) เช่น เพื่อความสุข เช่น สมาธิประเภทรูปฌาน, เพื่อความสงบ เช่น สมาธิประเภทอรุฌาน,

เพื่อยุานทศนะ ปาฏิหาริย์ เช่น กสิณต่างๆ, แต่จะมีสมาธิแบบเดียว ที่ทำให้เกิดวิชชาได้ คือ สัมมาสมาธิ ที่ต้องมี องค์ธรรมคือ ปิติ (ปิตีสัมโพชฌงค์) โดยมีการกำหนดพิจารณาในชั้น ๕ ว่าเกิดได้อย่างไร ดับได้อย่างไร

#### ก.ปิติ เป็นตัวบ่งชี้ว่าบรรลุธรรม

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “สมาธิที่มีศีลเป็นฐาน ย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดยชอบจากอาสวะทั้งหลาย คือ กามาสวะ ภวาสวะ และอวิชชาสวะ”<sup>๒๔</sup>

บุคคลผู้มีจิตหลุดพ้นแล้วจากอาสวะย่อมพบกับปิติปราโมทย์อันใหญ่หลวง รู้สึกตนว่าได้พบขุมทรัพย์ที่หาอะไรเปรียบมิได้ อิ่มอาบซาบซ่านด้วยธรรม

#### ข.ปิติเป็นสติปฏิฐาน

ปิติในสติปฏิฐาน พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือโพชฌงค์ ๗ ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เมื่อสติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่อสติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่า สติสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

อนึ่ง สติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิด จะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย สติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะปฏิบัติบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย เมื่อธัมมวิจยสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต.เมื่อวิ

<sup>๒๔</sup> ที.ม.๑๐/๑๔๗/๙๒.

ริยสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต...เมื่อ ปิตีสัมโพชฌงค์ มีอยู่ ณ ภายในจิต...มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่า ปิตีสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่อปิตีสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

อนึ่ง ปิตีสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย ปิตีสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะปฏิบัติบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

อีกอย่างหนึ่ง เมื่อปัสสัทธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต.....

อีกอย่างหนึ่ง เมื่อสมาธิสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต.....

อีกอย่างหนึ่ง เมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ชัดว่า อุเบกขาสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่ออุเบกขาสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

อนึ่ง อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย อุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว จะปฏิบัติบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้นด้วย

อนึ่ง สติของเธอตั้งมั่นอยู่ว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงสักว่า ความรู้ เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้น เธอเป็นผู้อันตณหาและทิจิไม่อาศัยอยู่แล้วและไม่ถือมั่นอะไรๆ ในโลก ตุก่อนภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างนี้ ภิกษุชื่อว่า พิจารณาเห็นธรรมในธรรมคือ โพชฌงค์ ๗ ฯ

### ๒.๑.๕ วิธีการปฏิบัติปิติ

วิธีปฏิบัติปิตินั้น มีการปฏิบัติได้หลายแนวทางที่เหมาะสมกับอัธยาศัยของผู้มีศรัทธาตั้งมั่น ในการปฏิบัติเช่น การสวดสาธยายมนต์เพื่อทำให้เกิดจิตสงบตั้งมั่นในบทธสวดนั้น ๆ ปิตินั้นสามารถเกิดได้หลายแนวทาง ถ้าหากโยคีเพียรปฏิบัติจนอินทรีย์แห่งศรัทธาแรงกล้าขึ้นเป็นลำดับ ก็จะทำให้วิปัสสนาญาณหรือสมาธิปฏิบัติรุดหน้าอย่างยิ่งยวด การปฏิบัติที่ส่งอบรมจิตอย่างนี้ยิ่งนานวันเข้า จิตจะปิดกั้นอกุศลธรรมมิให้เกิด อกุศลธรรมมีแต่ปฏิบัติอย่างเดียว บางครั้งเพียงแค่จิตสงบนึกถึงพุทธคุณ ธรรมคุณและสังฆคุณก็ปลาบปลื้มเกิดปิติขึ้นได้อย่างไม่รู้สีกตัวจะเกิดมากหรือน้อยก็แล้วแต่กำลังศรัทธาและสมาธิจิตของแต่ละบุคคลเป็นเกณฑ์ บางคนก็เกิดน้อยชนิดแทบไม่รู้ว่าเป็นปิติเกิด ฉะนั้น ปิติจะเกิดขึ้นแก่เหล่าชนผู้หมั่นสวดมนต์ปฏิบัติภาวนา ฝึกสมาธิปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามาถูกต้อง ถ้า การปฏิบัติไม่ถูกต้องแล้ว เป็นการยากที่ปิติจะเกิดขึ้นได้

### ๒.๒.ปิติที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา

#### ๒.๒.๑ ปิติที่ปรากฏในพระไตรปิฎก

พระพุทธองค์ทรงตรัสปิติไว้ในวินัยปาราชิกกัณฑ์ ว่าด้วยการปฏิบัติภาวนา อานาปานสติสมาธิ สำหรับขัดเกลากิจใจของพระภิกษุให้มีศีลจารวัตรที่งดงาม อานาปานสติสมาธิที่ภิกษุปฏิบัติแล้วอย่างไร ทำให้มากแล้วอย่างไร จึงเป็นสภาพสงบประณีต สดชื่น เป็นธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขและทำอกุศลธรรมชั่วร้ายที่เกิดขึ้นแล้วๆ ให้อันตรธานไป สงบไปโดยเร็ว อานาปานสตินี้มีองค์ธรรมคือปิติ ปรากฏอยู่ในข้อปฏิบัตินี้ด้วย ดังพระพุทธองค์ตรัสว่า

“...ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างก็ดี นั่งคู้  
บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า มีสติหายใจออก มีสติหายใจเข้า” ดังนี้  
นอกจากนี้พระพุทธองค์ก็ได้แสดงวิธีปฏิบัติในปฏิบัติอานาปานสติไว้ ๑๖ ชั้น ได้แก่

- (๑) เมื่อหายใจออกยาว ก็รู้ชัดว่าหายใจออกยาว  
เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่าหายใจเข้ายาว
- (๒) เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่าหายใจออกสั้น  
เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่าหายใจเข้าสั้น
- (๓) สำเนียงกว่า จะรู้ชัดกองลมทั้งปวง หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะรู้ชัดกองลมทั้งปวง หายใจเข้า
- (๔) สำเนียงกว่า จะระงับกายสังขาร หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะระงับกายสังขาร หายใจเข้า
- (๕) สำเนียงกว่า จะรู้ชัดปีติ หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะรู้ชัดปีติ หายใจเข้า
- (๖) สำเนียงกว่า จะรู้ชัดสุข หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะรู้ชัดสุข หายใจเข้า
- (๗) สำเนียงกว่า จะรู้ชัดจิตตสังขาร หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะรู้ชัดจิตตสังขาร หายใจเข้า
- (๘) สำเนียงกว่า จะระงับจิตตสังขาร หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะระงับจิตตสังขาร หายใจเข้า
- (๙) สำเนียงกว่า จะรู้ชัดจิต หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะรู้ชัดจิต หายใจเข้า
- (๑๐) สำเนียงกว่า จะยังจิตให้บันเทิง หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะยังจิตให้บันเทิง หายใจเข้า
- (๑๑) สำเนียงกว่า จะตั้งจิตมั่น หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะตั้งจิตมั่น หายใจเข้า
- (๑๒) สำเนียงกว่า จะเปลื้องจิต หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะเปลื้องจิต หายใจเข้า
- (๑๓) สำเนียงกว่า จะพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง หายใจเข้า
- (๑๔) สำเนียงกว่า จะพิจารณาเห็นความคลายออกได้ หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะพิจารณาเห็นความคลายออกได้ หายใจเข้า
- (๑๕) สำเนียงกว่า จะพิจารณาเห็นความดับไป หายใจออก  
สำเนียงกว่า จะพิจารณาเห็นความดับไป หายใจเข้า
- (๑๖) สำเนียงกว่า จะพิจารณาเห็นความสลัดเสียได้ หายใจออก

สำเนียงว่า จะพิจารณาเห็นความสลัดเสียได้ หายใจเข้า”<sup>๒๕</sup>

ตามชั้นที่ ๕ นั้นยังมีข้อความปลีกย่อยที่ปรากฏอยู่ในอรรถกถาพระวินัยว่า อัสสาสะ หายใจออก ปัสสาสะ หายใจเข้า ดังพระบาลีว่า อสสาโสติ พหิณิกขมนวาโต. ปสสาโสติ อนโตปวิส นวาโต ส่วนข้อความที่ท่านพระอรรถกถาจารย์ได้อธิบายไว้ในอรรถกถาในพระสูตรมีข้อความกลับกัน คือ อัสสาสะ หายใจเข้า ปัสสาสะ หายใจออก ดังพระบาลีว่า “อสสาโสติ อนโตปวิส นาสิกวาโต. ปสสาโสติ พหิณิกขมนนาสิกวาโต”<sup>๒๖</sup>. ดังนี้

ส่วนปิตินพระวินัยเวรณชกัณฑ์ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงยกข้ออุปมาเปรียบเทียบลูกไก่ มาตรัสแก่พราหมณ์ผู้หนึ่ง มีเนื้อความว่า

“พราหมณ์ แม่ไก่ก่ไข่หรือฟักไข่ไว้ดีแล้ว ลูกไก่ตัวที่ใช้เล็บหรือจะงอยปากทำลาย กระทบไข่ออกมาก่อนตัวอื่น ควรเรียกมันว่า เป็นตัวพี หรือตัวน้อง” พราหมณ์กราบทูลว่า “ควรเรียกว่า พี เพราะมันแก่กว่าเขา” พระองค์จึงตรัสต่อไปว่า “เช่นเดียวกันนั้นแหละพราหมณ์ ในขณะที่หมูสัตว์ ถูกกระทบไข่คืออวิชาห่อหุ้มอยู่ เราได้ทำลายกระทบไข่คืออวิชา ผู้เดียวเท่านั้นสำเร็จจนบุตรสัมมาสัมโพธิญาณอันยอดเยี่ยม จึงเป็นพีใหญ่ผู้ประเสริฐที่สุดของโลก” พราหมณ์ เราปรารถนาความเพียร ไม่ย่อหย่อน มีสติตั้งมั่น ไม่หลงลืม มีกายสงบ ไม่กระสับกระส่าย มีจิตแน่วแน่ เป็นสมาธิ เราสังัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจารณ์ ปิติ และสุขอัน เกิดจากวิเวกอยู่

เพราะวิตก วิจารณ์สงบระงับไปแล้ว เราบรรลุทุติยฌาน มีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิต เป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีแต่ปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิเท่านั้นอยู่

เพราะปิติจางคลายไปแล้ว เรามีอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย ได้บรรลุ ตติยฌานที่พระอริยะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข

เพราะละสุขและทุกข์ได้แล้ว เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว เราได้บรรลุ จตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่”<sup>๒๗</sup>

ดังนั้น ความหมายของปิติ ในส่วนนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสหมายเอาปิตินองค์ฌาน ซึ่งพระอรรถกถาจารย์ได้แสดงแก่ไว้ว่า เจตโส เอโกทิกภาว ภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น<sup>๒๘</sup> คำว่า “เอโกทิก” เป็นชื่อของสมาธิทุติยฌานชื่อว่า เอโกทิกภาวะ เพราะทำสมาธิที่ชื่อว่า เอโกทิก นี้ให้เกิดปฏิบัติขึ้น พระผู้มีพระภาคทรงตรัสว่า “มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น” เพราะสมาธิชื่อเอโกทิก นี้มีแก่จิตเท่านั้น ไม่มีแก่ สัตว์ ไม่มีแก่ชีวะ

<sup>๒๕</sup> วิ.อ.(ไทย) ๑/๑๖๕/๑๓๗.

<sup>๒๖</sup> ม.อ. (ไทย) ๒/๓๐๕/๑๓๖.

<sup>๒๗</sup> วิ.มทา.(ไทย) ๑/๑๑/๕.

<sup>๒๘</sup> วิ.อ.(ไทย) ๑/๑๑/๑๔๓-๑๔๔.

การปฏิบัติภาวนานั้น ถ้าจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้ว ก็ปฏิบัติรู้ตหน้าไปได้เร็วมีพลังและผู้นั้นสามารถบรรลุเข้าถึงฌานระดับสูงขึ้นไปอีก และในแต่ละฌานนั้น ก็มีสภาวะคือปิดตังกล่าวอยู่ด้วย เว้นแต่ฌานท้ายๆ ได้เพิกปิดออกไปมีสุขเข้ามาแทนที่ มิฉะนั้นแล้วพระพุทธรองค์คงไม่ทรงสรรเสริญไว้ในกัณฑ์นี้เป็นแน่แท้

ในมหาเวรค จัมเปยยขันธกะ อัมมวักคาคาทิกัมมกถา ว่าด้วยกรรมที่แบ่งพวกโดยไม่ชอบธรรมเป็นต้น ซึ่งเป็นเรื่องของภิกษุชาวกรุงจัมปา ผู้ทำกรรมมีการแบ่งพวกโดยไม่ชอบธรรมเป็นต้น ลงทัณฑ์แก่ภิกษุที่มีใจพวกพ้องของตน กล่าวอ้างสิ่งที่ไม่เป็นสัทธรรมว่าเป็นสัทธรรม ถูกต้องชอบธรรม ซึ่งมีใจความตอนหนึ่งว่า สมัยนั้น พวกภิกษุในกรุงจัมปาทำกรรมเช่นนี้ คือ ทำกรรมแบ่งพวกโดยไม่ชอบธรรม<sup>๒๙</sup> ทำกรรมพร้อมเพรียงกันโดยไม่ชอบธรรม ทำกรรมแบ่งพวกโดยไม่ชอบธรรม ทำกรรมแบ่งพวกโดยธรรมปฏิรูป<sup>๓๐</sup> ทำกรรมพร้อมเพรียงกันโดยธรรมปฏิรูป ภิกษุรูปเดียวลงอุกเขปนียกรรมภิกษุรูปเดียวบ้าง ภิกษุรูปเดียวลงอุกเขปนียกรรมภิกษุ ๒ รูปบ้าง ภิกษุรูปเดียวลงอุกเขปนียกรรมภิกษุหลายรูปบ้าง ภิกษุรูปเดียวลงอุกเขปนียกรรมสงฆ์บ้าง ภิกษุ ๒ รูปลงอุกเขปนียกรรมภิกษุรูปเดียวบ้าง ภิกษุ ๒ รูปลงอุกเขปนียกรรมภิกษุ ๒ รูปบ้าง ภิกษุ ๒ รูปลงอุกเขปนียกรรมภิกษุหลายรูปบ้าง ภิกษุ ๒ รูปลงอุกเขปนียกรรมสงฆ์บ้าง ภิกษุหลายรูปลงอุกเขปนียกรรมภิกษุรูปเดียวบ้าง ภิกษุหลายรูปลงอุกเขปนียกรรมภิกษุ ๒ รูปบ้าง ภิกษุหลายรูปลงอุกเขปนียกรรมภิกษุหลายรูปบ้าง ภิกษุหลายรูปลงอุกเขปนียกรรมสงฆ์บ้าง สงฆ์ลงอุกเขปนียกรรมสงฆ์บ้าง ดังนี้ ยังพระสัทธรรมและปสาทะของศาสนิกชนให้ถดถอยสับสนอลม่าน ซึ่งพระอรรถกถาจารย์แก้บทปฏิรูปอันมีธรรมปิดอยู่ในสัทธรรมปฏิรูปนั้นด้วย ดังเนื้อหาตอนหนึ่งว่า ธรรมปฏิรูป แปลว่า ธรรมปลอม, ธรรมเทียม, ธรรมที่ไม่แท้ ในคัมภีร์อรรถกถา กล่าวถึงสัทธรรมที่ไม่แท้ ที่ชื่อว่าสัทธรรมปฏิรูปมี ๒ อย่าง คือ

๑. อธิคมสัทธรรมปฏิรูป คือ ธรรมที่เป็นเหตุเศร้าหมองแห่งวิปัสสนาญาณ เช่น โอภาสญาณ ปิติ ปัสสทธิ สุข เป็นต้น ที่เป็นเหตุให้จิตหวั่นไหว

๒. ปริยัติสัทธรรมปฏิรูป ได้แก่ สิ่งที่ไม่ใช่พระพุทธรพจน์ คือ คัมภีร์คฺหวินัย คัมภีร์คฺหเวสสันดรชาดก คัมภีร์คฺหหมโหสธชาดก คัมภีร์วรรณปิฎก คัมภีร์องคฺคิมาลปิฎก คัมภีร์เวทลปิฎก คัมภีร์รัฐपालคฺชชิตะ คัมภีร์อาหวกคฺชชิตะ ที่ไม่ได้ยกขึ้นสู่การสังคายนา ๓ ครั้ง อยู่นอกเหนือจากกถาวัตถุ ๕ เหล่านี้ ธาตุกถา อารัมมณกถา อสุภกถา ญาณกถา วิชชากรณทกะ เป็นคำสอนของอธรรมวาทีนิกายต่าง ๆ ที่แสดงช่วงก่อนสังคายนาครั้งที่ ๓ และมีการสอบถามเมื่อคราวสังคายนาครั้งที่ ๓ ชื่อคัมภีร์เหล่านี้มีกล่าวถึงในอรรถกถา

ส่วนพระวินัยปิฎก ปรีวาร ทรงตรัสสอนวิซชกัสนปฏิปัตติ เนื้อหาของพระวินัยกัณฑ์นี้มีไว้เพื่อการกำราบพระภิกษุผู้หัวดีที่อยากสอนเพื่อเป็นเกียรติและศักดิ์ศรีของภิกษุผู้มีศีลาจารวัตรที่ดีงามดีแล้ว ทรงพรรณนาประโยชน์ของพระวินัยไว้อย่างมากมาย ซึ่งมีผลคือธรรมที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้นที่เกิดแล้วก็ปฏิบัติยิ่งขึ้น ทั้งมีธรรมปิดปรากฏในพระวินัยนี้ด้วย จะเห็นได้จากเนื้อหาบางส่วนที่ทรงตรัสว่า

<sup>๒๙</sup> วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๘๒/๒๖.

<sup>๓๐</sup> ส.นิ.อ. ไทย ๒/๑๕๖/๒๒๓-๒๒๔.

เพื่อประโยชน์แก่การช่อมบุคคลผู้เก้อยาก เพื่อประโยชน์แก่การยกย่องเหล่าภิกษุผู้มีศีลดีงามแห่งสงฆ์ เพื่อประโยชน์แก่การสอดส่องและรับรองบุคคลที่สงฆ์อนุมัติแล้ว ตั้งอยู่ในตำแหน่งเฉพาะ ตั้งอยู่ในตำแหน่งผู้ไม่กล่าวให้คลาดเคลื่อน นี่เป็นประโยชน์แห่งวินัย เป็นต้น

พระวินัยจึงมีไว้ เพื่อประโยชน์แก่ความสำรวม ความสำรวมเพื่อประโยชน์แก่ความไม่เดือดร้อน ความไม่เดือดร้อนเพื่อประโยชน์แก่ความปราโมทย์ ความปราโมทย์เพื่อประโยชน์แก่ความปิติ<sup>๓๑</sup> ความปิติเพื่อประโยชน์แก่ปัสสัทธิ ปัสสัทธิเพื่อประโยชน์แก่ความสุข ความสุขเพื่อประโยชน์แก่สมาธิ สมาธิเพื่อประโยชน์แก่ความรู้เห็นตามเป็นจริง ความรู้เห็นตามเป็นจริงเพื่อประโยชน์แก่ความเบื่อหน่าย ความเบื่อหน่ายเพื่อประโยชน์แก่ความคลายกำหนด ความคลายกำหนดเพื่อประโยชน์แก่วิมุตติ วิมุตติเพื่อประโยชน์แก่วิมุตติญาณทัสสนะ วิมุตติญาณทัสสนะเพื่อประโยชน์แก่อนุปาทาปรินิพพาน การกล่าวมีอนุปาทานิพพานนั้นเป็นประโยชน์ การศึกษามีอนุปาทานิพพานนั้นเป็นประโยชน์ ความเป็นปัจจัยกันมีอนุปาทานิพพานนั้นเป็นประโยชน์ ความเงี้ยโสตสดับมีอนุปาทานิพพานนั้นเป็นประโยชน์ คือ ความพ้นวิเศษแห่งจิตเพราะไม่ยึดมั่น

### ๒.๒.๒ ปิตีที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎก

เฉพาะปิตีที่ปรากฏในพระสูตรนั้นมีมากเหลือคณา ในที่นี้นำมากกล่าวไว้บางส่วนเพื่อแสดงให้เห็นว่ามีอยู่ส่วนไหนของพระสูตรและแต่ละส่วนกล่าวถึงปิตีอย่างไรบ้าง

สูตรที่ ๑ ในพรหมชาลสูตร ทรงตรัสถึงสมณพราหมณ์บางพวก ซึ่งมีทิฐิคือความเห็นแตกต่างกันไปตามความรู้ของตน จนกระทั่งบัญญัติอดีตและโลกใบนี้เพียงเป็นบางส่วน เป็นความรู้ไม่ชัดแจ้งดังเช่นพระพุทธรองค์ ที่สมณพราหมณ์เหล่านั้นกล่าวเช่นนั้นเป็นด้วยมูลเหตุ ๔ อย่าง หรือด้วยมูลเหตุอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๔ อย่างนี้ ไม่พ้นไปจากนี้ ซึ่งมีเนื้อหาตอนหนึ่งที่มีธรรมปิตีปรากฏอยู่<sup>๓๒</sup>

“ภิกษุทั้งหลาย สมัยหนึ่งเมื่อล่วงไปนาน ๆ โลกนี้พินาศ เมื่อโลกกำลังพินาศเหล่าสัตว์ส่วนมากไปเกิดที่อภัสสรพรหมโลก นึกคิดอะไรก็สำเร็จได้ตามปรารถนา มีปิตีเป็นอาหาร มีรัศมีชานออกจากร่างกาย เทียวสัญญาจรไปในอากาศ อยู่ในวิมานอันงดงาม สถิตอยู่นานแสนนาน สมัยหนึ่ง เมื่อล่วงไปนาน ๆ โลกนี้กลับฟื้นขึ้น เมื่อโลกกำลังฟื้นขึ้นวิมานของพรหมปรากฏว่าว่างเปล่า เวลานั้นสัตว์ผู้จุติจากชั้นอภัสสรพรหมโลกเพราะสิ้นอายุหรือสิ้นบุญ ย่อมเกิดที่วิมานพรหมอันว่างเปล่า นึกคิดอะไรก็สำเร็จได้ตามปรารถนา มีปิตีเป็นอาหาร มีรัศมีชานออกจากร่างกาย เทียวสัญญาจรไปในอากาศอยู่ในวิมานอันงดงาม สถิตอยู่นานแสนนาน”

สูตรที่ ๒ คือ สามัญญผลสูตร ซึ่งมีเนื้อหาที่พระองค์สนทนาธรรมกับพระเจ้าอชาตศัตรูถึงวิธีที่ทำให้พระราชชาติคลายความกังวลและตรัสให้พิจารณาถึงคุณของธรรมที่เอาชนะความขัดข้องมองใจที่เรียกว่านิวรณ์ต่าง ๆ จนทำให้พระวรกายและจิตระริงแจ่มใสเกิดปิตีขึ้น ทั้งทรงนำข้ออุปมา

<sup>๓๑</sup> วิ.ป. (ไทย) ๘/๓๖๗/๕๕๒.

<sup>๓๒</sup> ที.ส. (ไทย) ๘/๑/๑.



เปรียบเทียบมาเล่าให้พระราชาราชฟงจันเข้าพระทัยได้เป็นอย่างดี ก่อนที่พระองค์จะตรัสธรรมอันมีปิติในองค์ฌานโดยทรงตรัสว่า<sup>๓๓</sup>

“มหาบพิตร ภิกษุพิจารณาเห็นนิรวณ ๕ ที่ตนละได้แล้ว เหมือนความไม่มีหนี้ ความไม่มีโรค การพ้นโทษจากเรือนจำ ความเป็นไทแก่ตัวเอง และภูมิสถานอันสงบร่มเย็น

เมื่อภิกษุนั้นพิจารณาเห็นนิรวณ ๕ ที่ตนละได้แล้ว ย่อมเกิดความเบิกบานใจ เมื่อเบิกบานใจก็ย่อมเกิดปิติ เมื่อใจมีปิติ กายย่อมสงบ เธอมีกายสงบย่อมได้รับความสุข เมื่อมีความสุข จิตย่อมตั้งมั่นภิกษุนั้นสังัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตก วิจารณ์ และสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เธอทำกายนี้ให้ชุ่มชื้นเอิบอุ่มด้วยปิติและสุขอันเกิดจากวิเวก รู้สึกซาบซ่านอยู่ ไม่มีส่วนไหนของร่างกายที่ปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกจะไม่ถูกต้อง”<sup>๓๔</sup>

สูตรที่ ๓ ทรงตรัสไว้ในโปฏฐปาหสูตร ซึ่งว่าด้วยสัญญาามีเหตุมีปัจจัยเกิดดับ พระสูตรนี้มีได้ตรัสถึงธรรมปิติโดยตรงก็จริง แต่ก็ใช้องค์ธรรมที่ปรากฏในฌานชั้นสูง มูลเหตุในเรื่องนี้ มีสมณพราหมณ์บางพวก ผู้ยึดมั่นในอัตตาคือตัวตนมีอยู่ในสัญญา หรือสัญญาเป็นตัวตน ถ้าสัญญาเข้าร่างตนก็จำได้ ถ้าออกจากร่างตนก็จำไม่ได้ พวกหนึ่งจึงเปิดประเด็นเรื่องภิกษุสัญญาวิโรธไว้เช่นนี้ มีความว่า<sup>๓๕</sup>

“สมณพราหมณ์เหล่านั้นพากันระลึกถึงพระผู้มีพระภาคเจ้าว่า ผู้ฉลาดในธรรมสรรเสริญพระองค์แล้วจึงทูลถาม พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสตอบว่า “โปฏฐปาหะ บรรดาสมณพราหมณ์ เหล่านั้น ความเห็นของพวกที่กล่าวว่า ‘สัญญาของคนไม่มีเหตุไม่มีปัจจัยเกิดดับไปเอง’ นั้นผิดตั้งแต่แรกทีเดียว เพราะเหตุไร เพราะสัญญาของคนมีเหตุมีปัจจัย เกิดก็มี ดับก็มี สัญญาอย่างหนึ่ง เกิดเพราะการศึกษาก็มี สัญญาอีกอย่างหนึ่งดับเพราะการศึกษาก็มี”<sup>๓๖</sup>

ในพระอรรถกถาจารย์ได้อธิบายไว้ว่า ลึกษา การศึกษา การสำเนียง หรือข้อปฏิบัติสำหรับฝึกอบรม มี ๓ อย่างคือ อธิสีในเรื่องจิต เรียกว่าสมาธิ และอธิปัญญาสิกขา คือ การศึกษาอบรมในเรื่องปัญญา เป็นศีลสิกขา คือ การศึกษาอบรมในเรื่องศีล, อธิจิตตสิกขา คือ การศึกษาอบรมเหตุให้สัญญาดับและเกิดได้ เช่น พอจิตบรรลุปฐมฌาน กามสัญญาก็ดับไป สัจสัญญานันละเอียดยมีปิติและสุขอันเกิดจากวิเวกก็เกิดขึ้นมาแทน

สูตรที่ ๔ ในขบวนการสภสูตร ว่าด้วยขบวนการสภยักษ์ พระองค์ทรงพระยากรรมชาวบ้านนาทิกะ เป็นต้น ซึ่งเรื่องนี้พระองค์ทรงพยากรณ์ภพชาติของพระอริยบุคคลผู้มีสังโยชนตัดได้ขาดบ้าง ตัดได้เด็ดขาดบ้าง แก่ชาวบ้านนาทิกคามผู้เคยบำรุงพระรัตนตรัยได้ฟังข่าวว่า “พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงพยากรณ์เหล่าชนผู้เคยบำรุงพระรัตนตรัยที่ล่วงลับดับชีพไปแล้วในแคว้นรอบ ๆ คือ แคว้นกาสิ เป็นต้น ในเรื่องการอุปถัมภ์นี้มีข้อความว่า ‘คนโน้นเกิด ณ ที่โน้น คนโน้นเกิด ณ ที่โน้น ชาวบ้านนาทิกคาม

<sup>๓๓</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๑๕๐/๔๘

<sup>๓๔</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๒๒๔-๒๒๖/๓๕.

<sup>๓๕</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๔๐๖/๑๗๕.

<sup>๓๖</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๔๑๒/๑๗๗.

มากกว่า ๕๐ คน ผู้เคยบารุงพระรัตนตรัยที่ล่วงลับดับชีพไปแล้ว เกิดเป็นโอปปาติกะ เพราะสังโยชน์เบื้องต้นก็มี<sup>๓๗</sup>

ชาวบ้านนาทิกคามมากกว่า ๔๐ คน ผู้เคยบารุงพระรัตนตรัยที่ล่วงลับดับชีพไปแล้ว เป็นพระสกทาคามี เพราะสังโยชน์ ๓ ประการสิ้นไป และเพราะระคะ โทสะ โมหะ เบบาง มาสู่โลกนี้อีกเพียงครั้งเดียวก็จะทำให้สุดแห่งทุกข์ได้ ชาวบ้านนาทิกคามมากกว่า ๕๐๐ คน ผู้เคยบารุงพระรัตนตรัยที่ล่วงลับดับชีพไปแล้วเป็นพระโสดาบัน เพราะสังโยชน์ ๓ ประการสิ้นไป ไม่มีทางตกต่ำมีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิในวันข้างหน้า” เพราะเหตุนี้แล ชาวบ้านนาทิกคามผู้เคยบารุงพระรัตนตรัยจึงมีใจยินดีเบิกบานใจ เกิดปีติและโสมนัส<sup>๓๘</sup> เพราะได้ฟังคำพยากรณ์ปัญหาของพระผู้มีพระภาค จึงเห็นได้ในพระสูตรนี้ว่า แม้การสดับฟังพระสัทธรรมก็ยังปีติให้เกิดขึ้นได้เช่นกัน

ในอรรถกถาท่านแก้ไว้ว่า อุบัติ ในที่นี้หมายถึงญาณคติ คือ การเกิดขึ้นแห่งมรรคญาณ เพราะมีสังโยชน์เบื้องต้น ๕ ประการสิ้นไป และหมายถึงบุญที่ทำให้เกิดเป็นเทพชั้นใดชั้นหนึ่ง

พระสูตรที่ ๕ มหาปรินิพพานสูตร ตอนว่า ด้วยอธิษฐานธรรม ธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติมีแต่ความปฏิบัติอย่างเดียวและ ตอนว่าด้วยธัมมานุปัสสนา การพิจารณาธรรมทั้ง ๒ ตอนนี้มีองค์ธรรมคือปีติอันเดียวกันแต่อธิบายต่างกันดังนี้<sup>๓๙</sup>

“ภิกษุพึงหวังได้แต่ความปฏิบัติอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย トラบเท่าที่ภิกษุยังปฏิบัติปีติสัมโพชฌงค์ (ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความอิมใจ) และเมื่อปีติสัมโพชฌงค์ภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ‘ปีติสัมโพชฌงค์ภายในของเรามีอยู่’ หรือเมื่อปีติสัมโพชฌงค์ภายในไม่มีอยู่ก็รู้ชัดว่า ‘ปีติสัมโพชฌงค์ภายในของเราไม่มีอยู่’ การเกิดขึ้นแห่งปีติสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความปฏิบัติบริบูรณ์แห่งปีติสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ ดังนี้

พระสูตรที่ ๖ คือ อัคคัญญสูตร ตอนว่าด้วยความปรากฏแห่งจวันดิน ทรงตรัสถึงพรหมผู้จุติจากพรหมโลกมายังโลกมนุษย์ อันมีปีติเป็นอาหารว่า สมัยหนึ่ง ครั้นเวลาล่วงเลยมาช้านาน โลกนี้ปฏิบัติขึ้น เมื่อโลกกำลังปฏิบัติขึ้นเหล่าสัตว์ส่วนมากจุติจากพรหมโลกชั้นอาภัสสระมาเป็นอย่างนี้<sup>๔๐</sup> นึกคิดอะไรก็สำเร็จได้ตามปรารถนามีปีติเป็นภักษา มีรัศมีชานออกจากร่างกาย เทียวสัญญาจรไปในอากาศ อยู่ในวิมานอันงดงาม สถิตอยู่นานแสนนาน

พระอรรถกถาจารย์แก้ไว้ว่า มาเป็นอย่างนี้ ในที่นี้หมายถึงมาเกิดเป็นมนุษย์, นึกคิดอะไรก็สำเร็จได้ตามปรารถนา หมายความว่าสัตว์เหล่านั้น แม้มาเกิดในมนุษย์โลกนี้ ก็ยังเป็น โอปปาติกะเกิดขึ้นด้วยใจที่บรรลุอุปจารณาอย่างเดียวกัน, มีปีติเป็นภักษา หมายความว่า แม้อยู่ในมนุษย์โลกนี้ก็มีปีติเป็นอาหารเหมือนอยู่ในพรหมโลก

<sup>๓๗</sup> ที.ม.(ไทย) ๑๐/๒๙๑/๒๒๖.

<sup>๓๘</sup> ที.สี. (ไทย) ๑๐/๒๓๔/๒๐๖.

<sup>๓๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๔๐/๘๖.

<sup>๔๐</sup> ที.ปา.อ. ไทย ๑๑๙/๕๐.

### ๒.๒.๓ ปิติในพระอภิธรรมปิฎก

ปิติที่ปรากฏในพระอภิธรรมพบว่าจำนวนมาก ในที่นี้จักกล่าวถึงปิติอันเป็นองค์ธรรม ในฉนวนว่าด้วยรูปาวจรกุศลจิต จตุกกนัย มีปรากฏข้อความคำถามว่า

“สภาวะธรรมที่เป็นกุศล เป็นไฉน<sup>๔๑</sup>โยคาวจรบุคคลปฏิบัติมรรค<sup>๔๒</sup> เพื่อเข้าถึงรูปภพ สังกตจากามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้วบรรลุปฐมฌานที่มีปฐมวิกสิณเป็นอารมณ์ มีวิตก วิจารณ์ ปิติ และสุข อันเกิดจากวิเวก อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ผัสสะ ฯลฯ อวิกเขปะ ก็เกิดขึ้น ฯลฯ สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่าเป็นกุศล สภาวะธรรมที่เป็นกุศล เป็นไฉนโยคาวจรบุคคลปฏิบัติมรรคเพื่อเข้าถึงรูปภพ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไปแล้ว บรรลุตติยฌานที่มีปฐมวิกสิณเป็นอารมณ์ มีความผ่องใสในภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ มีปิติและสุขอันเกิดจากสมาธิ อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา จิต ปิติ สุข เอกัคคตา สัทธินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์ ปัญญินทรีย์ มนินทรีย์ โสมนัสสินทรีย์ ชีวิตินทรีย์

สภาวะธรรมที่เป็นกุศล เป็นไฉนโยคาวจรบุคคลปฏิบัติมรรคเพื่อเข้าถึงรูปภพ เพราะปิติ จางคลายไป<sup>๔๓</sup> มีอุเบกขามีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่มีปฐมวิกสิณเป็นอารมณ์ ที่พระอรียะทั้งหลายสรรเสริญว่า ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข ดังนี้ อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา จิต สุข เอกัคคตา สัทธินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์ ปัญญินทรีย์ มนินทรีย์ โสมนัสสินทรีย์ ชีวิตินทรีย์

สัมมาทิฐิ สัมมาวายามะ ฯลฯ ปัคคาหะ และอวิกเขปะ ก็เกิดขึ้น หรือสภาวะธรรมที่ไม่เป็นรูปซึ่งอิงอาศัยกันเกิดขึ้นแม้อื่นในสมัยนั้น สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่าเป็นกุศล ฯลฯ ชั้น ๔ อายตนะ ๒ ธาตุ ๒ อาหาร ๓ อินทรีย์ ๘ ฌานมีองค์ ๒ มรรคมีองค์ ๔ พละ ๗ เหตุ ๓ ผัสสะ ๑ ฯลฯ ธรรมายตนะ ๑ และธัมมธาทู ๑ ในสมัยนั้น หรือสภาวะธรรมที่ไม่เป็นรูปซึ่งอิงอาศัยกันเกิดขึ้นแม้อื่นในสมัยนั้น สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่าเป็นกุศล

สำหรับความหมายในพระอภิธรรมปิฎกจึงมีลักษณะการวิเคราะห์ทางองค์ธรรมที่เป็นฝ่ายกุศล หรือฝ่ายกุศลเสียมากกว่าการวิเคราะห์ในทางปฏิบัติ แต่ว่าปิติธรรมนั้นจะเกิดขึ้นเมื่อจิตเป็นมหัคคตะ คือ มีความชัดเจนและเป็นใหญ่ซึ่งจัดอยู่ในรูปาวจรภูมิ

### ๒.๒.๔ ปิติในอรรถกถาอรรถสาลีนี้

ในอรรถกถาอรรถสาลีนี้มีอธิบายปิติไว้ว่า คือสภาพที่ทำให้อิมเอบ มีลักษณะที่ปรากฏกับจิต มีสภาพชื่นชมยินดี มีหน้าที่ยังกายกับใจให้อิมเอบ หรือ มีหน้าที่แผ่ชานไปทั่วกาย มีหน้าที่ทำให้ใจฟูขึ้นเป็นเครื่องปรากฏ

อนึ่ง ปิตียังจำแนกออกเป็น ๕ ประเภท คือ

<sup>๔๑</sup> อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๖๐-๑๖๑/๕๗.

<sup>๔๒</sup> อภิ.สง.อ. ๒๑๔.

<sup>๔๓</sup> อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๖๓/๕๘.

ขุททกปิติ ปิติเล็กน้อย คือปิติชนิดนี้ เมื่อเกิดขึ้นแล้วเป็นเพียงเพื่อให้ขนตามสรีระให้ลุกชูชันไม่มากไปกว่านั้นขณิกาปิติ ปิติชั่วขณะ คือ ปิติชนิดนี้เป็นดังเช่นกับการเกิดแลบขึ้นของฟ้าชั่วขณะหนึ่ง ๆ โลกกันติกาปิติ ปิติเป็นพัก ๆ คือ ปิติชนิดนี้เกิดขึ้นกับผู้ใดแล้วทำให้ผู้กายนั้นรู้สึกซาบซ่านตั้งอยู่ชั่วกาลเล็กน้อย แล้วก็ดับลงไป ท่านเปรียบเหมือนคลื่นสมุทรกระทบฝั่ง อุพเพงคาปิติ ปิติอย่างโลดโผน คือ ปิติเมื่อเกิดขึ้นแล้วเป็นปิติที่กำลังอย่างแรงทำร่างกายให้ฟูขึ้นลอยไปในอากาศได้ ผรณาปิติ ปิติซาบซ่าน คือปิติที่เกิดขึ้นแล้วก็แผ่ไปทั่วสรีระทั้งสิ้นเหมือนหมอนลมที่เป่าลมใส่จนเต็มใบเหมือนทุ่งกุลาร้องไห้ที่แห่งผางคละฟุ้งไปด้วยฝุ่น ได้รับน้ำฝนก็เต็มเปี่ยมไปด้วยน้ำที่ไหลบ่าลงสู่ท้องทุ่ง<sup>๔๔</sup>

ดังมีเรื่องราวในชาดกปรากฏให้เห็นเป็นอุทาหรณ์ว่า พระมหาตีสสเถระผู้อยู่ในปุณณวัลลิกาวิหารไปสู่ลานพระเจดีย์ในเวลาเย็น เห็นแสงสว่างของดวงจันทร์ในวันปุณณมีเพ็ญ ๑๕ ค่ำ จึงหันหน้าไปทางทิศด้านพระมหาเจดีย์แล้วรำพึงในใจว่า ในกาลนี้บริษัททั้ง ๔ กำลังไหว้พระมหาเจดีย์กันหนอ ได้ยังอุพเพงคาปิติอันมีพุทธานุสสติเป็นอารมณ์ให้เกิดขึ้นต่อเนื่องกับอารมณ์ที่เห็นตามปกติ ท่านได้ลอยขึ้นไปในอากาศแล้วยืนอยู่ที่ลานพระมหาเจดีย์นั่นเอง เหมือนลูกช่างอันเลิศที่ขว้างไปบนพื้นที่ฉาบทาไว้ด้วยปูนขาว

อนึ่ง แม้อริดาคนในบ้านวัดตกละกัอันเป็นที่โคจรคามของคิริกัณทวิหาร ก็ได้ลอยขึ้นไปในอากาศด้วยอุพเพงคาปิติอันมีพุทธานุสสติที่มีกำลังเป็นอารมณ์ดุจเดียวกัน ดังได้สดับมาว่า มารดาบิดาของกุลธิดานั้นต้องการไปวัดเพื่อจะฟังธรรมในเวลาเย็นได้บอกวา แม่ แม่ เจ้ามีท้องโต ไม่อาจเพื่อเที่ยวไปในเวลาอันไม่เหมาะสม ถ้าพวกเราได้ฟังธรรมแล้วจะให้ส่วนบุญนั้นแก่เจ้า แล้วจึงพาเดินไป

ถึงแม้นางอยากจะไปก็มีอาจฝ่าฝืนคำสั่งของมารดาบิดาได้ จึงได้แต่รอคอยอยู่ที่บ้าน ได้ยืนอยู่ที่ประตูบ้านแลดูลานพระเจดีย์ที่คิริกัณทวิหารด้วยแสงจันทร์สาดส่อง ได้เห็นการบูชาดวงประทีปที่พระเจดีย์ และได้เห็นเหล่าบริษัททั้ง ๔ ทำการบูชาพระเจดีย์ด้วยเครื่องสักการะทั้งหลายมีระเบียบและของหอมเป็นต้นแล้วกระทำประทักษิณ ทั้งยังได้ฟังเสียงสวดสาธยายมนต์เป็นคณะของหมู่พระภิกษุอีกด้วย

ในขณะนั้นเมื่อนางคิดว่า โอหนอ มนุษย์ผู้มีบุญเหล่านั้นพากันไปยังวิหารได้เวียนเทียนเดินรอบลานพระเจดีย์และได้ฟังธรรมกถาที่ไพเราะเช่นนั้น ขณะที่นางกำลังมองดูพระเจดีย์อันเช้นกับกองแก้วมุกดานั้นแหละ อุพเพงคาปิติก่เกิดขึ้น นางได้ลอยไปในอากาศแล้วแล้วข้ามลงที่ลานพระเจดีย์ก่อนกว่ามารดาบิดาที่เดียว แล้วนางก็ไหว้พระเจดีย์ยืนฟังธรรมอยู่

ครั้งนั้น มารดาและบิดามาถึงที่หลังแล้วจึงถามนางว่า แม่ เจ้ามาทางไหน นางตอบว่า ดิฉันมาทางท้องฟ้า มิได้มาตามเส้นทาง มารดาบิดากล่าวว่า แม่ชื่อว่าพระอริยเจ้าทั้งหลายจึงท่องเที่ยวไปทางฟ้าได้ เจ้ามาได้อย่างไร นางตอบว่า เมื่อดิฉันยืนแลดูพระเจดีย์ด้วยแสงสว่างแห่งดวงจันทร์ ปิติ

---

<sup>๔๔</sup> พระพุทธโฆสจารย์ รัตนา, พระธัมมานันทมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต ตรวจชำระ, พระคันธสาราภิวังศ์ แปล, อัฐฐสาลินี (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด, ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๔) หน้า ๓๙๙ - ๔๐๑.

ได้แก่กล้ามีกำลังอันมีพุทธคุณเป็นอารมณ์ก็เกิดขึ้น ในขณะที่นั้น ดิฉันเมื่อรู้ตัว ตนเองก็ได้ยืนหรือนั่งลอย ไปสู่นภาด้วยนิมิตที่ถือเอานั่นเทียว แล้วจึงยืนอยู่ที่ลานเจดีย์ อุพเพงคาปิติ ทำให้ลอยไปในนภากาศได้ เช่นนี้

อนึ่ง ปิติ ๕ ประเภทนั้น เมื่อเริ่มตั้งเค้าพอถึงความแก่กล้าเต็มที ย่อมยังปัสสัทธิ ๒ อย่าง คือ กายปัสสัทธิ และจิตปัสสัทธิให้สมบูรณ์ เมื่อปัสสัทธิแก่กล้า ย่อมทำให้สุข ๒ ชนิด คือ กายิกสุข และเจตสิกสุขให้สมบูรณ์ บรรดาปิติเหล่านั้น ปิติ ๒ ชนิด เว้นแต่ปิติที่ทำอัปนาสมาธิให้สมบูรณ์ ย่อมควรได้เสวยบุญกุศลในกามภพ ฉะนี้.

ปิติ แปลว่า ความอึดใจ ตี๋มดำ หรือเอิบอึด หมายถึงเฉพาะปิตินชนิดแม่เอิบอาบซาบซา่าน ไปทั่วสรรพางค์กาย ที่เรียกว่า ปรณาปิติ ในขั้นนี้ปิตินี้มีในภพที่ ๑ และที่ ๒

ปิตินี้กับสุข มีลักษณะที่แตกต่างกัน กล่าวคือ ปิติ หมายถึงความยินดีในการได้อารมณ์ที่ต้องการ ส่วนสุข หมายถึงความยินดีในการเสวยอารมณ์ที่ต้องการ ตัวอย่างเช่น คนผู้หนึ่งที่เดินทางมา ในทะเลทราย เหนื่อยอ่อน แสนจะร้อนและหิวกระหาย ต่อมาเขาเห็นหมูไม้และแอ่งน้ำหรือพบคนอื่น คนหนึ่ง ซึ่งบอกเขาว่า มีหมูไม้หรือแอ่งน้ำอยู่ที่ใกล้กัน หลังจากนั้นเขาก็ได้ไปถึงเข้าพักผ่อนและดื่ม น้ำที่หมูไม้และแอ่งน้ำนั้นสมใจ อากาเรดีใจเมื่อเห็นหรือได้กินข้าวหมูไม้และแอ่งน้ำนั้น เรียกว่าปิติ อากาเร ชื่นใจเมื่อได้เข้าพักที่ไ้ร่มไม้และได้ดื่ม น้ำ เรียกว่าสุข

ปิติและสุข เป็นข้าศึกต่อพยาบาทและถีนมิทระ และยังสามารระงับกามฉันทะด้วยส่วน เอกัคคตาจิต เป็นข้าศึกต่อนิรวรณทุกข้อ

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (ปฏิปัตติ สุขุขุตโน) ประพันธ์ไว้ในหนังสือ ธรรมปิติ ว่า มนุษย์เราเมื่อรู้จักแยกแยะถูกผิดได้แล้วเลือกสรรทำแต่สิ่งที ประโยชน์ เว้นแต่สิ่งทีเลวร้าย กายและใจของคนเราก้จะสั่งสมแต่คุณงามความดี ก่อให้เกิดความฮึก เขิมในจิตใจมีแต่ความผุดผ่องสดใสรื่นรมย์ไม่มีความหม่นหมองในภายในจิตใจ องค์ธรรมคือปิติ<sup>๔๕</sup>จะ ผุดขึ้น เพราะปิตินั้นคือ ความอึดใจ ความตุดตี๋มใจในแก้ว คือพระรัตนตรัย คุณความดีทีทั้งหลายเป็น ธรรมปิติ ปิตินิธรรม ฉะนั้น มนุษย์เรารู้ยั้งยึดมั่นในพระไตรรัตนคือแก้วอันประเสริฐไว้ในจิตเป็นทีพึ่ง คือสรณะอย่างไม่คลอนแคลนแล้วก้จะไม่กระวนกระวายกายและจิตมีแต่ความสงบสุขลุ่มลึกสืบต่อไป

แม้ในหนังสือวิมุตติรัตนมาลีก้มีการอธิบายปิติไว้ว่า บ่วงมาร อันละเมียดละไมลำดับที ๓ ซึ่งมีชื่อว่ปิตินั้น ได้แก่ ปิตินิสำหรับวิปัสสนา<sup>๔๖</sup>อธิบายว่ เมื่อโยคีบุคคลตั้งสติกำหนดบทพระกรรมฐาน อยู่อย่างขะมักเขม้น ไม่ว่าจะเป็นยามทิวาหรือราตรี อยู่ ๆ ก้ให้มีอันเป็นเกิดซาบซา่านเยือกเย็นขึ้นมา อย่างบอกไม่ถูก แล้วบางทีก้เกิดชนลุกชูช่าไปหมดทั้งตัวอยู่เป็นเวลานาน บางกาลบางคราว ก้ให้รู้สึก ว่ตัวองนั้นเบาลอยขึ้นได้ โดยตัวเองลอยขึ้นไปสู่อศิพหนึ่งบ้าง สอกหนึ่งบ้าง วาหนึ่งบ้าง บางทีลอย

<sup>๔๕</sup> สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก(เจริญ สุขุขุตโน),**ธรรมปิติ** (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์บ้านอุเบกขา, ๒๕๕๓), หน้า ๑๒ – ๑๓.

<sup>๔๖</sup> พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร ป.ธ. ๙), **วิมุตติรัตนมาลี ๑**, (นนทบุรี: พิมพ์ครั้งที่ ๒ สำนักพิมพ์ ดอกหญ้า, ๒๕๕๕), หน้า ๓๙๕.

ออกทางหน้าต่างไปได้ไกล ๆ ให้เป็นที่อัศจรรย์ใจ ในกรณีนี้ อาจเกิดปิติขึ้นได้ครบตามตำรา ๕ ประการดังนี้

๑. ขุททกาศปิติ ได้แก่เกิดปิติในวิปัสสนา มีลักษณะการทำให้รู้สึกขนพองสยองทั่ว สรีรกาย แม้แต่ปลายเกสาทุกเส้น ก็มีอาการลุกชูชันน่าประหลาดใจ โดยเป็นอยู่ได้ครั้งละนาน ๆ

๒. ขณิกาปิติ ได้แก่ปิติในวิปัสสนา มีลักษณะการทำให้รู้สึกเสียววาบแปลบปลาบไปทั่ว สรีรกาย เป็นแล้วหายและหายแล้วเป็นหลายครั้งคราว แต่เป็นคราวละไม่นาน ปรากฏอยู่ชั่วขณะหนึ่ง ๆ เปรียบประดุจฟ้าแลบซึ่งแลบแปลบปลาบอยู่ชั่วขณะหนึ่ง ๆ เท่านั้น

๓. โอกันตिकाปิติ<sup>๔๗</sup> ได้แก่เกิดปิติในวิปัสสนา มีลักษณะการให้รู้สึกตื่นตัน คืออัดแน่น ขึ้นมาเต็มตื่นเหมือนละลอกคลื่น ม้วนตัวขึ้นมาท่วมท้นทรวงอก แล้วแผ่กระจายเลยขึ้นไปถึงโอบหน้า บนสูงสุดคือกระบาลศีระชะ บางขณะก็เป็นก้อนม้วนตัว เข้าท่วมท้นทรวงอกแล้วแผ่กระจายลงมาทาง เบื้องล่าง จนถึงปลายเท้าทั้งสองเป็นที่สุด บางทีเป็นก้อนใหญ่ท่วมท้นทรวงอกบริเวณดวงหทัย แล้ว แผ่กระจายไปทั้งเบื้องบน เบื้องล่าง ทั่วสรีรกาย หายแล้วก็เป็นและเป็นแล้วก็หาย ปรากฏเป็นระยะ ๆ ประดุจละลอกคลื่น กระทบริมฝั่งมหาสมุทรแต่ละลอกแล้วก็กระจายหายไปเป็นระยะ ๆ ฉะนั้น

๔. อุเพงคาศปิติ ได้แก่เกิดปิติในวิปัสสนา มีลักษณะการให้รู้สึกว่าตนเองลอยขึ้นได้ โดยค่อย ๆ ลอยขึ้นจากพื้นที่นั่ง สูงขึ้นคืบหนึ่งบ้าง ศอกหนึ่งบ้าง วาหนึ่งบ้าง และถ้าอุเพงคาศปิตินี้ เป็นไปแก่กล้าอย่างยิ่งแล้ว ก็จะกระทำให้รู้สึกตัวเบา ลอยสูงขึ้นไปเบื้องบนไม่มีประมาณ มีอาการ เหมือนกับเหาะลอยไปบนนภาประเทศอากาศเวหา ข้ามเขตข้ามสถานที่ต่างๆ ซึ่งมีอยู่อยู่ ณ เบื้องล่าง ไปได้ เป็นเวลานานน่าอัศจรรย์ใจนัก

๕. ผรณาศปิติ ได้แก่เกิดปิติในวิปัสสนา มีลักษณะการน่ากลัวคือ เมื่อบังเกิดขึ้นแก่โยคี บุคคลใดแล้ว ก็จะทำให้โยคีบุคคลผู้นั้นรู้สึกถูกแน่น อึดอัด หายใจไม่ค่อยออกเหมือนกับจะตาย แต่ใน ขณะเดียวกันนั้นก็ปฏิเสธไม่ได้ว่าไม่สบาย เพราะตนรู้สึกสบายดี บางทีอัดแน่นทั่วสรีรกาย ประดุจ ลำไส้อัดแน่นเต็มไปด้วยลมฉะนั้น บางทีอึดอัดถูกแน่นนี้กว่าตายแน่แล้วคราวนี้ แต่ที่ไหนได้ ด้วยว่าไม่ นานเท่าไร อาการอัดแน่นก็ค่อยคลายออกแล้วก็แผ่ซ่านซึมซาบไปทั่วสรีรกายทำให้ได้รับความสบาย เยือกเย็นชุ่มฉ่ำสุดประมาณ อุปมาเหมือนตัวเรา<sup>๔๘</sup> เป็นบรรพตภูเขาใหญ่ แล้วมีสายน้ำไหลรินราดรด อยู่ทั่วบริเวณไม่ขาดสาย น้ำนั้นย่อมแผ่ซ่านประมาณพอดี ไม่มากก็น้อย อย่างนี้แล้วก็ย่อมจักก่อให้เกิด ความชุ่มชื้นขึ้น

โดยเหตุที่โยคีบุคคลผู้บำเพ็ญกรรมฐาน ไม่เคยมีประสบการณ์ในด้านปิติมาก่อน เมื่อมา ประสบกับปิติในวิปัสสนาซึ่งเป็นปิติขั้นสูง มีลักษณะปรากฏเกิดอาการแปลกประหลาดมหัศจรรย์ หาก มีมโนการไม่ดี ก็จะทำให้เกิดความสำคัญผิด เข้าใจผิดคิดว่าปิตินี้เป็นธรรมวิเศษ เป็นเหตุให้ได้มรรค

<sup>๔๗</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๙๖.

<sup>๔๘</sup> พระพรหมโมลี(วิลาส) ญาณวโร ป.ธ. ๙), **วิมุตติรัตนมาลี ๑**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (นนทบุรี: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, ๒๕๕๕), หน้า ๓๙๗.

ผลหรือเป็นตัวนิพพาน อันเป็นการผิดครรถงแห่งมัจฉามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ดังนั้น วิปัสสนาญาณของโยคีจึงต้องเศร้าหมอง เพราะปิติซึ่งเป็นวิปัสสนุกิเลสนี้

หนังสือหลักการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐานของพระโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสี สยาดอ) ได้พรรณนาปิติไว้ว่าปิติ มี ๕ ประการ คือ<sup>๔๙</sup> ๑. ขุททกาปิติ ๒. ขณิกาปิติ ๓. โอกกันติกาปิติ ๔. อุৎเพคาปิติ ๕. ฌรณาปิติปิติทั้ง ๕ นี้อาจเกิดขึ้นได้ในขณะที่กำหนดวิปัสสนา เกี่ยวกับเรื่องนี้ในวิสุทธิมรรคมหาฎีกาท่านกล่าวไว้ว่า ฌรณาปิตินั้นที่จะสามารถเกิดขึ้นหลักจากที่ได้อุทกัพพญาณและจะค่อยๆ พัฒนาขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งองค์ญาณนั้นมีความแก่กล้า ส่วนลักษณะของแต่ละปิตินั้น<sup>๕๐</sup> พึงทราบดังนี้

ขุททกาปิติ มีลักษณะเกิดอาการขลุ่ยเนื้อหนังสั่น เล็กน้อย น้ำตาไหล มีความอึดอึดใจ มีร่างกายสดชื่น เกิดขึ้นเพียงครั้งเดียวก็หายไป เป็นความอึดใจเล็กๆ น้อยๆ เท่านั้น

ขณิกาปิติ มีลักษณะคล้ายกับขุททกาปิติ แต่มีความชัดเจนดีกว่าและน้อยกว่า เป็นความอึดใจในทุกๆ ขณะจิตนั่นเอง ในคัมภีร์อรรถกถาธรรมบทมีการกล่าวถึงลักษณะของปิติไว้ว่า

ยา ปเนสา ยมมํ กณนตสฺส วา สุณนตสฺส วา  
วาเจนตสฺส วา อนโต อุปฺปชฺชมานา ปิติ อุทฺทคาภาวํ  
ขเนติ. อสฺสุนิ ปวตเตติ, โลมหํสํ ขเนติ, สายํ สำรวฏฺฐสฺส  
อนตํ กตฺวา อรหตฺตปริโยसानา โหติ. ตสฺมา สพฺพรตฺติํ  
เอวรูปา ฌมฺมรติเยว เสฎฺฐา<sup>๕๑</sup>.  
ภนฺเต นาคเสน โย จ มาตริ มตาย โรหติ. โย จ  
ฌมฺมเปเมน โรหติ, อุภินฺนํ เตสํ โรทนฺตานํ กสฺส อสฺส  
อสฺสุ เภสชฺชํ กสฺส อสฺสุ น เภสชฺชนฺติ.  
เอกสฺส โข มหาราช อสฺสุ รากโหเสติ สมลํ อุณฺหํ,  
เอกสฺส ปิติโสมนสฺเสน วิมลํ สีตลํ. ยํ โข มหาราช สีตลํ,  
ตํ เภสชฺชํ ยํ อุณฺหํ, ตํ น เภสชฺชนฺติ<sup>๕๒</sup>.

ปิติที่บังเกิดภายในใจของบุคคลผู้ฟังธรรม แสดงธรรมหรือสอนธรรม ย่อมทำให้เกิดปิติที่สามารถ ทำที่สุดแห่งสังสารวัฏ มินิพพานเป็นจุดหมาย เพราะฉะนั้น จึงเป็นปิติเยี่ยมยอดกว่าปิติทั่วไป เพราะเป็นปิติ ที่ยินดีในธรรมนั่นเอง

ท่านนาคเสน ผู้ที่ร้องไห้เพราะมารดาเสียชีวิต กับผู้ที่ร้องไห้เพราะเกิดความรัก ในธรรมนั้น ต่างกันอย่างไรรู้หรือ และน้ำตาของใครเป็นยา ของใครไม่เป็นยา ขอรับ

<sup>๔๙</sup> โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสี สยาดอ), **หลักการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน**, จำรูญธรรมดา แปล(กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ ๒๕๔๖), หน้า ๑๔๘.

<sup>๕๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๔๙.

<sup>๕๑</sup> ธรรมปทัฏกกา ภาค ๘ (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาลัย๒๕๔๓), หน้า ๔๒.

<sup>๕๒</sup> มิลินท. ๒/๖/๖).

มหาบพิตร น้ำตาของคนที่ร้องไห้เพราะเสียใจ เนื่องด้วยมารดาของตนเสียชีวิตนั้น เป็นน้ำตาที่ไม่สะอาด ร้อนระอุไปด้วยราคะและโทสะ ไม่เป็นยา ส่วนน้ำตาของคนที่ ร้องไห้เพราะความซึ่งในธรรมนั้นเป็นน้ำตาที่สะอาด จึงมีความเย็น มีความอึมเอบโสมนัส เป็นน้ำตาที่เป็นยา<sup>๕๓</sup>

ด้วยหลักฐานจากบาลีและอรรถกถาดังที่ยกมานี้ ชี้ให้เห็นว่า แม้ปิตีกก็สามารถทำให้คน ร้องไห้น้ำตาไหลได้เช่นกัน

โองกัณฑิกาปิตี มีลักษณะอึมเอบใจที่ท่วมทับจิตใจ ดุจคลื่นที่ซัดเข้าฝั่งมหาสมุทร คือทำให้ จะล้นไปทั่วร่างกาย แต่ก็ไม่ล้น เกิดขึ้นในกายอย่างรวดเร็วและรุนแรงมาก

อุพเพคาปิตี มีลักษณะทำให้ร่างกายลอยขึ้น อาจจะเป็นบางส่วน หรือทั้งร่างกายก็แล้วแต่ แรงแปตี อุพเพคาปิตีของบุคคลผู้เคยเกิดปิตีเช่นนี้มาแล้วก็มี เช่นพระเถระรูปหนึ่งในเกาะลังกา กำลังทำ ใจให้เลื่อมใสพระเจดีย์อยู่ ณ ที่ไกลก็ปรากฏว่าเกิดปิตี แล้วตัวเองก็ลอยขึ้นสู่อากาศ ถูกพัดไปที่เจดีย์ ด้วยอำนาจของอุพเพคาปิตีนี้ แม้ในปัจจุบันนี้ ผู้ที่ปฏิบัติสติปัฏฐานแล้วเกิดปิตีเช่นนี้ก็มี ในบางราย กายส่วนใดส่วนหนึ่งลอยขึ้นก็มี และบางรายในเวลาเกิดปิตีเช่นนี้ นิ้วมือหรือนิ้วเท้าไหวเองโดย ธรรมชาติก็มี มืออยู่ท่านหนึ่งขณะที่หนึ่งกำหนดอยู่นั้นปรากฏว่าตัวลอยขึ้นประมาณหนึ่งฟุตได้ มิใช่เป็น เพียงครั้งเดียว แต่เป็นอยู่หลายครั้งที่เดียว ปรากฏการณ์เช่นนี้เป็นเพราะอำนาจของอุพเพคาปิตินั่นเอง

ผรณาปิตี<sup>๕๔</sup> มีลักษณะอึมเอบไปทั่วสรรพางค์กาย เป็นปิตีที่เยือกเย็นมากทำให้ร่างกายมี ความสบายมากๆ ทำให้ปิตีรูปปรากฏไปทั่วทั้งกาย และในขณะที่เกิดผรณาปิตีนี้จะมีรู้สึกเหมือนกับลูก ฟุตบอลที่อัดลมเข้าไปเต็มที่ คือไม่มีอาการแพบในช่วงที่ปิตีนี้เกิด จะมีความสงบมาก อาการทางกาย หรืออาจจะสงบไปโดยอัตโนมัติ บางครั้งก็ถึงกับไม่ต้องการแม้กระทั่งจะกระพริบตาเลยทีเดียว เพราะ ต้องการแต่จะรับรสของปิตีอย่างเดียวเท่านั้น

โยคีผู้เกิดปิตีทั้ง ๕ อย่างรุนแรง อาจจะเป็นเหมือนกับลิมสติหรือสลบไปชั่ววูบก็เป็นได้ ตัวอย่างของบุคคลสำคัญ ที่เกิดปิตีอย่างรุนแรงก็มี เช่น สุเมธดาบสซึ่งได้ยินข่าวว่า พระพุทธเจ้าเสด็จ อุบัติขึ้นในโลกก็เกิดปิตี แม้ท่านอนาถาภิณทิกเศรชฐีและท่านพระมหากัปปินะเป็นต้นก็เกิดอาการ เช่นเดียวกัน

ปิตีทั้ง ๕ นั้นนอกจากจะเกิดในอุทฺทพพญญาณแล้ว ยังเกิดได้แม้ในภวังคญาณเป็นต้นซึ่งเป็น ญาณชั้นสูง และหลังจากที่เกิดปิตีเป็นช่วงๆ แล้วญาณหรือสติจะมีพลังสูงกว่าเดิม มีความวิเศษขึ้น กว่าเดิม ยิ่งถ้าเป็นผู้ที่มีปัสสทธิอย่างลึกซึ้งอยู่แล้วดูเหมือนจะกำหนดแบบสบายๆ บางครั้งเหมือนกับ ไม่ได้กำหนดอะไรเลยมีอาการเหมือนเหม่อลอยอยู่ แต่พอตั้งสติได้ก็กลับกำหนดได้เหมือนเดิม แต่สติก็ ยังมั่นคงเหมือนเดิม บางครั้งอาจเผลอสติลืมหันไปบ้าง แต่พอกลับมาก็สามารถกำหนดได้ดีเหมือน อย่างไม่เต็ม ข้อนี้พึงทราบว่าเป็นเพราะอำนาจของตตรมชชัตตตาอุเบกขา ในบางรายขณะที่กำลัง

<sup>๕๓</sup> โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสี สยาดอ), **หลักการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน**, จำรูญ ธรรมดา แปล(กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ ๒๕๔๖), หน้า ๑๕๐.

<sup>๕๔</sup> โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสี สยาดอ), **หลักการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน**, จำรูญ ธรรมดา แปล, หน้า ๑๕๑.



กำหนดอยู่ดีๆ อารมณ์ก็ค่อยๆ หายไปเหมือนกับขาดสติไปชั่วขณะบางครั้งถึงกับนอนหลับไปเลยก็มี ครั้นได้สติก็รีบกลับมากำหนดต่อ แต่ก็สามารถได้ดีเหมือนเดิม และก็ไม่มีปรากฏว่าจะเกิดความง่วง เหมือนแต่ก่อนอีกเลย สาเหตุที่เป็นเช่นนี้เนื่องมาจากความเพียรในการตั้งใจกำหนดนั้นลดลง ทำให้สมาธิมีกำลังมากจนทำให้เกิดถีนมิทธะ ทำให้ไม่สามารถกำหนดอารมณ์ได้ แต่เมื่อมีสติกลับมากำหนด อีก หรือมีใจจดจ่อกับการกำหนดอย่างต่อเนื่อง ก็สามารถที่จะข้ามพ้นความพลอสติที่เกิดขึ้นเพราะ ปัสสัทธิอุเบกขาและถีนมิทธะเหล่านี้ได้<sup>๕๕</sup>

ผลที่เกิดจากความเพียรพยายามคือวิริยะสัมโพชฌงค์ ได้แก่ ปิติ<sup>๕๖</sup> หรือความอิมใจเป็น ความสุขเอบอิมอย่างท่วมท้นตลอดร่างกายมีความเต็มตำซาบซ่านเต็มไปด้วยความสุข โดยรู้สึกว่ามีขนลุกหรือน้ำตาไหลบ้าง เหมือนเห็นสายฟ้าแลบบ้าง เหมือนมีคลื่นกระแสไฟฟ้าปรากฏในร่างกายบ้าง รู้สึกตัวเบาสบายแล้วลอยไปในอากาศบ้าง หรือมีความเย็นปรากฏทั่วร่างกายหรือส่วนใดส่วนหนึ่ง ซึ่งเป็นลักษณะของปิติทั้ง ๕ คือ ปิติเล็กน้อย (ขุททกาปิติ) ปิติชั่วขณะ (ขณิกาปิติ) ปิติซึมซับ (โอกกันติกาปิติ) ปิติโลดโผน (อุพเพงคาปิติ) และปิติซาบซ่าน (ผรณาปิติ) ซึ่งพระบาลีแสดงรับรองไว้ว่า

สนตฺ วา อชฌตตํ ปิติสัมโพชฌงค์ อตถิ เม อชฌตตํ ปิติสัมโพชฌงค์โคติ ปชานาติ.

อสนตฺ วา อชฌตตํ ปิติสัมโพชฌงค์ นตถิ เม อชฌตตํ ปิติสัมโพชฌงค์โคติ ปชานาติ.

ยถา จ อนุปปนฺนสฺส ปิติสัมโพชฌคฺคสฺส อุปปาโท โหติ. ตถจ ปชานาติ.

ยถา จ อุปปปนฺนสฺส ปิติสัมโพชฌคฺคสฺส ภาวนาย ปารีปุรี โหติ, ตถจ ปชานาติ.

อีกอย่างหนึ่ง เมื่อปิตีสัมโพชฌงค์มีอยู่ภายในจิต ย่อมรู้ว่า ปิตีสัมโพชฌงค์มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา หรือเมื่อปิตีสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิต ย่อมรู้ว่า ปิตีสัมโพชฌงค์ไม่มีอยู่ ณ ภายในจิตของเรา

อนึ่ง ปิตีสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดจะเกิดขึ้นด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น คือเหตุเกิดของปิตีสัมโพชฌงค์ ปิตีสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้วจะปฏิบัติบริบูรณ์ด้วยประการใด ย่อมรู้ชัดประการนั้น คือ เหตุเพิ่มพูนปิตีสัมโพชฌงค์<sup>๕๗</sup>

ในหนังสือของพระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้แสดงหลักการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน ซึ่งจัดเป็นลำดับเหตุเพิ่มพูนปิตีมี ๑๑ ประการ คือ<sup>๕๘</sup>

๑.ระลึกถึงพระพุทธรูป

๒.ระลึกถึงพระธรรมคุณ

<sup>๕๕</sup> โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต(มหาสี สยาตอ), **หลักการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน**, จำรูญ ธรรมดาด แบล(กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ ๒๕๔๖), หน้า ๑๕๒.

<sup>๕๖</sup> โสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, พระพรหมโมลี(สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ. ๙) ตรวจชำระ, พระคันธสารากวีวงศ์ แบล, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ ๒๕๔๙), หน้า ๓๔๒.

<sup>๕๗</sup> โสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม) ตรวจชำระ, พระคันธสารากวีวงศ์ แบล, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ ๒๕๔๙), หน้า ๓๕๐.

<sup>๕๘</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๕๑.

๓. ระลึกถึงพระสงฆ์คุณ
๔. ระลึกถึงศีล
๕. ระลึกถึงการบริจาคทาน
๖. ระลึกถึงเทวดา
๗. ระลึกถึงความสงบจากกิเลส
๘. หลีกเลี้ยงจากคนหยาบกระด้าง
๙. คบหากับคนนุ่มนวล
๑๐. พิจารณาข้อความในพระสูตรที่น่าเลื่อมใส
๑๑. น้อมใจไปเพื่อให้เกิดความปีติปราโมทย์

และมีคำอธิบายปีติในหนังสือวิเคราะห์หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือนของพระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมจารีย์ได้แสดงความหมายของปีติไว้ว่า

ปีติ หมายถึง ความดีมด้าในใจ ความอึดใจด้วยอำนาจสมาธิ<sup>๕๙</sup> ความอึดใจโดยรู้สึกรสขบไสขบซาบซาบไปทั่วขุมขน น้ำตาไหล ตัวโยก ตัวลอยเหมือนอยู่บนชิงช้าหรือเย็นวาบตามร่างกาย ความอึดใจที่ปรากฏในขณะปฏิบัติธรรม<sup>๖๐</sup> สภาวะทำกายกับจิตให้เอือบอึด คือให้เกิดความเพลิดเพลินปฏิบัติใจ อีกนัยหนึ่ง คือ สภาวะทำความเพลิดเพลินให้ปฏิบัติตั้งดอกปทุมที่แยมบานดีแล้ว<sup>๖๑</sup>

### ก. ลักษณะ, กิจ, ผลปรากฏ, เหตุใกล้ชิดของปีติ

ลักษณะของปีติ มีความอึดใจ มีความชื่นชมยินดีในอารมณ์ มีความปลาบปลื้ม, มีสภาพชื่นชมยินดี<sup>๖๒</sup>

กิจของปีติ มีสภาวะที่ทำให้อึดเอือบ มีความอึดกายและอึดใจ มีความซาบซาบไปทั่วร่างกาย มีความยินดีในเหตุการณ์ที่เป็นปัจจุบันนั้นๆ

ผลปรากฏของปีติ มีความฟูกาย ฟูใจ การครอบงำซึ่งสิ่งรบกวนจิตใจ ทำให้กายและใจเบาและว่องไว ควรแก่หน้าที่การงาน มีความเบากายและอาการตามร่างกายอื่นๆ ซึ่งมีในปีติทั้งห้า นั้น

เหตุใกล้ชิดของปีติมีนามชั้นทั้ง ๓ คือ เวทนา สัญญา วิญญาณ ความร่าเริง<sup>๖๓</sup> เหตุเกิดของปีติ ๑, เกิดจากราคะ ๑, เกิดจากศรัทธา ๑, เกิดจากความไม่ตื้อด้าน ๑, เกิดจากวิเวก ๑, เกิดจากสมาธิ ๑, เกิดจากโพชฌงค์ ๑

<sup>๕๙</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท เอส.อาร์.พรินต์ติ้งแมส โปรดักส์ จำกัด ๒๕๔๖.) หน้า ๓๗.

<sup>๖๐</sup> โสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) วจนา, วิปัสสนาญ้ย เล่ม ๒, หน้า ๒๔๖.

<sup>๖๑</sup> พระอนรุทธะและพระญาณธชะ วจนา, พระคันธสาราวังศ์ แปล, อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี, หน้า ๒๖๔ - ๒๖๕.

<sup>๖๒</sup> วิสุทธิ (แปล) ๑/๑๕๕.

<sup>๖๓</sup> พระบัณฑิตาวังศ์ พระกัมมัญฐานาจารย์, รู้แจ้งในชาตินี้, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ๒๕๐.

## ข.ปีติมีการจำแนกได้ ๕ ประการ คือ

๑. **ขุททกาปีติ** ซึ่งมีลักษณะเยือกเย็น มีอาการคันยุบยิบเหมือนมดไต่ ไรไต่ตามใบหน้าหรือตามร่างกายบางครั้งอาจมีน้ำตาซึม เขม่นตามตัว ตัวสั่นเหมือนกันปลุกพระ พอขนชูชันน้ำตาไหล มีลักษณะเกิดอาการขนลุกเนื้อหนังสั่น<sup>๖๔</sup> มีความอึดอัดอึดใจ ร่างกายสดชื่น เกิดขึ้นเพียงครั้งเดียวก็หายไป เป็นความอึดอัดใจเล็กน้อย น้อยๆ มีสีขาวต่างๆ เยือกเย็น ขนลุก มีนติง หนัก หนักหัวพอง สยงเกล้า ปฐวีธาตุ ๒๐

๒. **ขณิกาปีติ** ซึ่งมีลักษณะ มีอาการขนลุกตามร่างกาย ทำให้รู้สึกแปลกๆ เป็นขณะๆ ดุจฟ้าแลบ มีลักษณะคล้ายกับขุททกาปีติแต่มีความชัดเจนดีกว่าและบ่อยกว่า เป็นความอึดอัดใจในทุกๆ ขณะจิตเลยทีเดียว ในคัมภีร์ต่าง ๆ เช่น อรรถกถาธรรมบทได้กล่าวถึงลักษณะของปีติ<sup>๖๕</sup>นี้ไว้ว่า ปีติที่บังเกิดภายในใจของบุคคลผู้ฟังธรรม แสดงธรรมหรือสอนธรรม ย่อมให้เกิดความอึดอัด ทำให้มีน้ำตาไหล เกิดขนลุกชู่อย่างนี้เป็นปีติที่สามารถ ทำที่สุดแห่งสังสารวัฏ มีนิพพานเป็นจุดหมาย เพราะฉะนั้นจึงเป็นปีติเยี่ยมยอดกว่าปีติทั่วไป เพราะเป็นปีติที่ยินดีในธรรมนั่นเอง เกิดขึ้นและดับในทันที เหมือนกับละอองน้ำในเวลากลางคืน ท่านนาคเสน ผู้ที่ร้องไห้เพราะมารดาเสียชีวิต กับผู้ที่ร้องไห้เพราะเกิดความรักในพระธรรมนั้น ต่างกันอย่างใดหรือ และน้ำตาของใครเป็นยา ของใครไม่เป็นยา ขอรับ มหาบพิตร น้ำตาของคนที่ยังร้องไห้เพราะเสียใจ เนื่องด้วยมารดาของตนเสียชีวิตนั้น เป็นน้ำตาที่ไม่สะอาด ร้อนระอุไปด้วยราคะ และโทสะ ไม่เป็นยา ส่วนน้ำตาของคนที่ยังร้องไห้เพราะซึ่งในธรรมนั้น เป็นน้ำตาที่สะอาด มีความเย็น มีความอึดอัดโสมนัส เป็นน้ำตาที่จัดเป็นยาด้วยหลักฐานจากบาลีและอรรถกถาดังที่ยกมานี้ ชี้ให้เห็นว่า แม้ปีติก็สามารถทำให้คนร้องไห้น้ำตาไหลได้เช่นกันเกิดในจักขุทวาร ดุจสายฟ้าแลบ เป็นประกายดังตีเหล็กไฟ เป็นดังปลาตอด ดังเส้นเอ็นชัก แสบทั่วกาย กายแข็ง ดังแมลงเม่าจับไต่ตามตัว ร้อนตามตัว หัวใจสั่นไหว สีแดง ๆ ต่าง ๆ เกิดในจักขุทวาร ต่าง ๆ ขนลุกขนชันบ่อย ๆ แต่ไม่นานนัก คันยุบยิบคล้ายมดไต่ไรคลานตามหน้า ตามตัว เตโชธาตุ ๔

๓. **โอภกนตีกาปีติ** ซึ่งมีลักษณะปีติ สภาวะที่ปรากฏคือมีอาการตัวโยก โคลงเคลง หมุนคลื่นไสล้อาเจียน ปีติเป็นระลอกหรือปีติเป็นพัก ๆ ให้รู้สึกชู่ลงมา ๆ ในกายดุจคลื่นต้องฝั่ง มีลักษณะอึดอัดใจที่ท่วมทับจิตใจ ดุจคลื่นที่ซัดเข้าฝั่งมหาสมุทร คือทำท่าจะล้นไปทั่วร่างกายแต่ก็ไม่ล้น เกิดขึ้นในกายอย่างรวดเร็วและรุนแรงมาก ไหว เอน โยกโคลง สะบัดหน้า, มือ, เท้า มีอาการตัวสั่น บางคนสั่นมาก บางคล้ายเพียงจะคว่ำ คลื่นไสล้อาเจียนออกมามีจริง ๆ ก็มี ดุจลูกคลื่นกระทบฝั่ง ดุจลูกกละลอก

---

<sup>๖๔</sup> โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสีสยาตอ), **หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน**, จำรูญ ธรรมดา, หน้า ๑๕๓.

<sup>๖๕</sup> ขุ.ธ.อ.๘/๔๕.

ชัด สันระรัวดูจไม่ปักในน้ำไหล สีเหลืองอ่อน สีดอกผักตบ การโยกไป โยกมา อาโปธาตุ ๑๒ เหมือนน้ำมันที่ซึมผ่านร่างกายโดยไม่ซึมกระจายออกไป<sup>๖๖</sup>

**๔.อุพเพงคาปิตี** ซึ่งมีลักษณะ ปิติโลดโผน<sup>๖๗</sup>มีอาการตัวเบาคล้ายจะลอย บางคนอาจลอยขึ้นจากพื้นจริง ๆ บางทีมีมีอาการลอยขึ้นลอยลง ปิติโลดลอยเป็นอย่างแรงรู้สึกใจฟูแสดงอาการหรือทำการบางอย่างโดยมิได้ตั้งใจ เช่น เปล่งอุทาน เป็นต้น หรือให้รู้สึกตัวเบาลอยขึ้นไปในอากาศ มีลักษณะทำให้ร่างกายลอยขึ้น<sup>๖๘</sup>อาจจะเป็นบางส่วน หรือทั้งร่างเลยก็แล้วแต่แรงปิติ อุทธานรณของบุคคลผู้เคยเกิดปิติเช่นนี้มาแล้วก็มีพระเถระรูปหนึ่งในเกาะลังกา กำลังทำใจให้เสื่อมใสพระเจดีย์อยู่ ณ ที่ไกลก็ปรากฏว่าเกิดปิติ แล้วตัวเองก็ลอยขึ้นสู่อากาศ ถูกพัดไปที่เจดีย์ด้วยอำนาจของอุพเพงคาปิตีนี้ นอกจากนี้ยังมีสตรีอีกท่านหนึ่งก็เกิดปรากฏการณ์เช่นนี้เหมือนกันซึ่งเรื่องนี้มีกล่าวไว้ในคัมภีร์อรรถกถาต่างๆ แม้ในสมัยปัจจุบันนี้ ผู้ที่ปฏิบัติสติปัฏฐานแล้วเกิดปิติเช่นนี้ก็มี ในบางราย กายส่วนใดส่วนหนึ่งลอยขึ้นก็มีและบางรายในเวลาเกิดปิติเช่นนี้ นิ้วมือหรือนิ้วเท้าไหวเอนโดยธรรมชาติก็มี มีอยู่ท่านหนึ่งขณะที่นั่งกำหนดอยู่นั้นปรากฏว่าตัวลอยขึ้นประมาณหนึ่งฟุตได้ มิใช่เป็นเพียงครั้งเดียว แต่เป็นอยู่หลายครั้งที่เดียว ปรากฏการณ์เช่นนี้เป็นเพราะอำนาจปิตินั่นเอง กายสูงขึ้น ตัวเบา ตัวลอย คันยุบยิบดูไรไต่ตามหน้า ตามตัว ลงท้อง ท้องเดิน เป็นบิด สับหงกไปข้างหน้าบ้าง ไปข้างหลังบ้าง คล้ายคนผลึก คล้ายคนจับศีรษะหมุนไป หมุนมา ปากจับ ๆ บ้าง อ้าปากบ้าง หุบปากบ้าง ไหว โยก โคลงโอนเอนไปมาดูกลมพัดต้นไม้ กายหกคะเมนถลาไป กายกระโดนขึ้น ปลิวไป กายกระดุกกระดิก ยกแขน ยกเท้า กายเง้อมไปมาข้างหน้าบ้าง ข้างหลังบ้าง มีสีไข่มุก สีขี้ม สีนุ่น วาโยธาตุ ๖ ปิติแผ่ไปทั่วจิตใจและไม่นานก็หายไป เหมือนสมบัติของคนยากจน<sup>๖๙</sup>

**๕.ผรณาปิตี** ซึ่งมีลักษณะเป็น มีอาการเสียวตามร่างกาย หรือร้อนเย็นวูบวาบตามร่างกาย ปิติซาบซ่าน<sup>๗๐</sup>ให้รู้สึกเย็นแผ่เอิบอาบไปทั่วสรรพางค์กาย<sup>๗๑</sup>เป็นปิติที่เยือกเย็นมากทำให้ร่างกายมีความสุขสบายมาก<sup>๗๒</sup> ทำให้ปิติชรูปปรากฏไปทั่วทั้งกาย และในขณะที่เกิดผรณาปิตีนี้จะรู้สึกเหมือนกับลูกฟุตบอลที่อัดลมเข้าไปเต็มที่ คือไม่มีอาการแพบในช่วงที่ปิตินี้เกิด จะมีความสงบมาก อาการทางกายหรือวาจาจะสงบไปโดยอัตโนมัติ บางครั้งถึงกับไม่ต้องการแม้กระทั่งจะกระพริบตาเลย

<sup>๖๖</sup> พระอุปัชฌาย์ ญาณ, พระเทพโสภณ (ประยูร ธรรมจิตโต) และคณะ แปลจากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสสมเถระ และพระเขมินทเถระ, **วิมุตติมรรค พิมพ์ครั้งที่ ๖**, หน้า ๘๙.

<sup>๖๗</sup> โสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ญาณ, **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**, หน้า ๒๔๙.

<sup>๖๘</sup> โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสีสยาตอ), **หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน**, จำรูญธรรมดา แปล, หน้า ๑๔๙-๑๕๑.

<sup>๖๙</sup> พระอุปัชฌาย์ ญาณ, พระเทพโสภณ (ประยูร ธรรมจิตโต) และคณะ แปลจากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสสมเถระ และพระเขมินทเถระ, **วิมุตติมรรค พิมพ์ครั้งที่ ๖**, หน้า ๘๙.

<sup>๗๐</sup> พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์**, ข้อ ๒๑๘ หน้า ๑๙๗.

<sup>๗๑</sup> โสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสีสยาตอ), **หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน**, จำรูญธรรมดา แปล, หน้า ๑๔๙-๑๕๑.

<sup>๗๒</sup> พระญาณธชะ, พระคันธสาราภิวงศ์, **อภิธรรมัตถสังคหะและปรมัตถที่ปณี**, หน้า ๒๘๒.

ที่เดียว เพราะต้องการแต่จะรับรสของปีติอย่างเดียวนั่นแหละ แต่ชานเยือกเย็นไปทั่วร่างกาย<sup>๗๓</sup>สงบเป็นพัก ๆ คั่นยุบ ๆ ตามตัว ซึม ๆ ไม่อยากลิ้มตา ไม่อยากเคลื่อนไหวร่างกายชู่จากปลายเท้าถึงศีรษะ จากศีรษะถึงปลายเท้า กายเย็นดุจอาบน้ำ ดุจถูกน้ำแข็งสีคราม สีเขียว ใบตองอ่อน สีแก้วมรกต มีอาการยิบ ๆ แยก ๆ เหมือนไรไต่หน้าอากาศธาตุ ๑๐ แผ่ซิมไปทั่วร่างกาย เหมือนก้อนเมฆหนาที่บที่เต็มไปด้วยด้วยเม็ดฝน<sup>๗๔</sup> ในขณะนั้นผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องการอยู่นิ่งๆ อย่างต่อเนื่อง เพียงต้องการเสพรสของปีติอย่างสงบละเอียดจนกระทั่งไม่ต้องการแม้จะกระพริบตาหรือลิ้มตาดูสิ่งภายนอก<sup>๗๕</sup>

### ค.ความต่างกันระหว่างปีติกับสุข

แม้ในจิตบางดวง เช่น ปฐมฌานจิตเป็นต้น จะไม่มีการแยกกันระหว่างปีติกับสุขก็ตาม แต่ความยินดีที่เกิดขึ้นเพราะได้รับอิฏฐารมณ์ จัดเป็นปีติ การเสวยรสแห่งอารมณ์ที่ได้มานั้นจัดเป็นสุข ปีติมีในจิตใด ในจิตนั้นก็มีความสุขด้วย แต่สุขมีในจิตใด ในจิตนั้นก็ไม่มีปีติเสมอไป ปีติสงเคราะห์เข้าในสังขารชั้น สุขสงเคราะห์เข้าในเวทนาชั้น เปรียบเหมือนเมื่อคนสิ้นเสบียงในทางทุรกันดาร ในขณะที่ได้เห็นหรือได้ข่าวซึ่งป่าไม้หรือน้ำ ปีติย่อมเกิด ในขณะที่เข้าไปถึงร่มเงาป่าไม้หรือรับประทานน้ำแล้วสุขย่อมเกิด นักศึกษาพึงเข้าใจว่า ปีติและสุขนี้ท่านกล่าวหมายเอาโดยเป็นสิ่งที่ปรากฏในสมัยนั้น<sup>๗๖</sup>

### ง.องค์แห่งฌาน ๕

ในปฐมฌานประกอบด้วยองค์ ๕ ด้วยอำนาจความบังเกิดขึ้นแห่งองค์ธรรม ๕ คือ

๑. วิตก ธรรมชาติที่ยกจิตสู่อารมณ์
๒. วิจาร ธรรมชาติที่พิจารณาอารมณ์
๓. ปีติ ธรรมชาติที่ทำให้จิตให้เอิบอิม
๔. จิตเตกัคคตา ความมีอารมณ์อย่างเดียวของจิต<sup>๗๗</sup>

วิตก ยกจิตขึ้นไว้ในอารมณ์ วิจาร ตามผูกพันจิตไว้ในอารมณ์ ปีติ เป็นที่เกิดแห่งประโยชน์ของจิตซึ่งมีประโยชน์อันวิตกและวิจารให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ฟุ้งซ่าน ย่อมทำให้จิตเอิบอิม สุข ย่อมทำสัมปยุตธรรมให้ปฏิบัติและถดมา เอกัคคตา อันความยกขึ้น ความผูกพัน ความเอิบอิมและความปฏิบัติเหล่านี้อนุเคราะห์แล้วย่อมตั้งจิตนั้นพร้อมทั้งสัมปยุตธรรมที่เหลือไว้ในอารมณ์อันเป็นเอกภาพอย่างสม่ำเสมอ โดยถูกต้อง

<sup>๗๓</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙), *คู่มือสอบอารมณ์กรรมฐาน*, หน้า ๖๕.

<sup>๗๔</sup> พระอุปติสเถระ รัตนา, พระเทพโสภณ (ประยูร ธรรมจิตโต) และคณะ แปลจากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระ และพระเขมินทเถระ, *วิมุตติมรรค พิมพ์ครั้งที่ ๖*, หน้า ๘๙.

<sup>๗๕</sup> โสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รัตนา, *วิปัสสนานัย เล่ม ๒*, หน้า ๒๔๙.

<sup>๗๖</sup> โสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รัตนา, *วิปัสสนานัย เล่ม ๒* หน้า ๒๕๔ - ๒๕๕.

<sup>๗๗</sup> โสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รัตนา, *วิปัสสนานัย เล่ม ๒*, หน้า ๒๕๗ - ๒๕๘.

## จ.ปีติ ในโพชฌงค์

ปีติ หรือความอิ่มใจ<sup>๗๘</sup> ประกอบด้วยลักษณะของความสุข ความยินดีและพอใจ ปีติเป็นสภาวะในจิตอันหนึ่งทีประกอบด้วยคุณสมบัติดังกล่าว แล้วยังประกอบด้วยความสามารถในการแทรกซึมเข้าไปในสภาวะจิตอื่นๆ ทำให้เกิดความรู้สึกยินดีเป็นสุขและความพอใจอย่างลึกซึ้ง

## ฉ.ความเบาและความว่องไว

ปีติทำให้กายและจิตเบาและว่องไว นี่คือน้ำที่ของปีติทำจำแนกโดยยถากรรมนัย จิตจะและมีพลัง เช่นเดียวกับร่างกายที่รู้สึกคล่องแคล่วเบา และคู่ควรแก่การงาน อาการปรากฏของปีติแสดงออกมาในรูปของความเบากายและอาการตามร่างกายอื่นๆ

เมื่อปีติเกิดขึ้น ความรู้สึกที่หยาบกระด้างไม่สบายถูกแทนที่ด้วยด้วยนุ่มนวลและอ่อนโยนราบรื่น และเบาสบาย ผู้ปฏิบัติอาจรู้สึกเบากายราวกับกำลังส่องลอยอยู่ในอากาศ บางคราวความเบานี้เคลื่อนไหวไม่อยู่นิ่ง ผู้ปฏิบัติอาจรู้สึกเหมือนถูกผลัก ถูกดึง ร่างกายโยกแกว่งไปมา เหมือนกำลังลุลยผ่านน้ำเชี่ยว อาจสูญเสียการทรงตัวแต่ก็เป็นความรู้สึกที่ดี

## ช.ปีติ ๕ ประเภทแบบสามัญ

ปีติมี ๕ ประเภทที่ ๑. ขุททกาศปีติ ปีติเล็กๆ น้อย ๆ เกิดขึ้นในตอนเริ่มปฏิบัติเมื่อจิตปลอดนิเวศน์ไปได้สักระยะหนึ่ง ผู้ปฏิบัติอาจรู้สึกเย็นซ่า บางครั้งขลุ่ย นี่เป็นปีติขั้นต้น

ประเภทที่ ๒. ได้แก่ ปีติชั่วขณะ ขณิกาศปีติ เป็นปีติที่เกิดขึ้นเป็นช่วงสั้นๆ เหมือนฟ้าแลบและรุนแรงกว่าประเภทที่หนึ่ง

ประเภทที่ ๓. ได้แก่ ปีติท่วมท้น โลกกนตาศปีติ ตัวอย่างที่ใช้อย่างง่ายก็คือความรู้สึกเหมือนคนนั่งอยู่ริมชายหาด แล้วทันใดนั้นก็เห็นคลื่นยักษ์โถมลงมาใส่ตัวหรืออาจรู้สึกคล้ายกับถูกพัดขึ้นจากพื้น หัวใจเต้นเร็ว รู้สึกตื่นตัวและสงสัยว่าเกิดอะไรขึ้น

สำหรับประเภทที่ ๔. ได้แก่ ปีติโลดโผน อุพเพงคาศปีติ ปีติประเภทนี้ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกตัวเบาจนดูเหมือนตัวลอยขึ้นจากพื้น ๒ – ๓ ฟุต หรือรู้สึกว่องไวกำลังล่องลอยเหินบินมากกว่าการเดินทางอยู่บนพื้นดิน

ประเภทที่ ๕. ได้แก่ ปีติซาบซ่าน ฌรณาศปีติ เป็นปีติที่มีความรุนแรงมากที่สุด ปีติประเภทนี้จะแผ่ซ่านไปในร่างกายทุกซอกซอญ หากผู้ปฏิบัติกำลังนั่งกรรมฐานอยู่ จะรู้สึกสบายอย่างน่าอัศจรรย์จนไม่อยากลุกอยากนั่งต่อไปนาน ๆ

---

<sup>๗๘</sup> พระกัมมัฏฐานาจริยะ พระปณิธาภิวงค์, **รู้แจ้งในชาตินี้**, พิชิต – วิธัญญา ภัทรวิมลพร, พิมพ์ครั้งที่ ๗. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด ๒๕๕๐), หน้า ๒๐๐.

ปีติ ๓ ประเภทแรก เรียกว่า ปราโมทย์ หรือ ปีติอย่างอ่อน ส่วนปีติ ๒ ประเภทหลังสมควรแก่ชื่อปีติหรือความอิ่มใจอย่างแรงกล้า โดยปีติ ๓ ประเภทแรกเป็นสาเหตุหรือทางผ่านไปสู่ปีติที่แรงกว่า ๒ ประเภทหลัง

โยนิโสมนสิการก่อให้เกิดปีติ<sup>๗๙</sup>เช่นเดียวกับความเพียร พระพุทธองค์ตรัสว่ามีเพียงวิธีเดียวที่จะทำให้เกิดปีติได้คือการใส่ใจกำหนดอารมณ์โดยแยบคาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การกำหนดที่ก่อให้เกิดปีติในกุศลธรรมในคุณสมบัติของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์

### ญ.วิธีพัฒนาปีติ ๑๑ วิธี

สำหรับ การปฏิบัติปีติ ในอรรถกถา พระอรรถกถาจารย์ได้ให้แนวทางไว้ ๑๑ วิธีคือ

๑ ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า

๒ ระลึกถึงคุณของพระธรรม อย่างไรก็ตาม การใคร่ครวญ และพยายามในที่สุด<sup>๘๐</sup>ผลอันยิ่งใหญ่จากการปฏิบัติธรรม

ดังนั้น วิธีการปฏิบัติอีก ๓ อย่าง ซึ่งใช้ในการตระหนักถึงความเป็นจริงที่ว่า พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว ข้อแรก คือ หากผู้ปฏิบัติใคร่ครวญอย่างลึกซึ้งถึงความเป็นไปได้ในการได้รับสิ่งที่ยิ่งใหญ่จากการปฏิบัติกรรมฐาน จิตจะเปี่ยมด้วยปีติและความชื่นชมต่อพระธรรมบางที่ผู้ปฏิบัติอาจประกอบด้วยศรัทธาต่อพระธรรมเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว ดังนั้น เมื่อได้ยินคำว่า เทศนาหรืออ่านเรื่องธรรมะ ผู้ปฏิบัติก็จะเปี่ยมล้นด้วยปีติและความสนใจในพระธรรมนั้น ข้อ ๒ คือ หากปฏิบัติธรรมด้วยตนเอง พระดำรัสที่พระพุทธองค์ตรัสรับรองก็จะเริ่มปรากฏให้เห็นจริง ศิล และสมาธิจะทำให้ชีวิตผู้ปฏิบัติดีขึ้น ซึ่งจะเห็นได้เองว่า พระธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้วเพียงใด เพราะนำมาซึ่งความแจ่มใสและความสุขอย่างลึกซึ้ง และประการสุดท้าย คือ ความยิ่งใหญ่ของพระธรรมสามารถเห็นได้จากการปฏิบัติปัญญา ซึ่งจะนำไปสู่พระนิพพานในที่สุด ชีวิตของผู้ปฏิบัติจะเปลี่ยนไปเหมือนกับการเกิดใหม่ ซึ่งคงจะจินตนาการได้ถึงปีติและความซาบซึ้งที่พึงรู้สึกได้

๓. ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์<sup>๘๑</sup>

๔. ระลึกถึงศีลของตน ศีลเป็นรากฐาน<sup>๘๒</sup>

การระลึกถึงศีลของตนเป็นการสำรวจกายวาจาของตนที่ได้ประพฤติปฏิบัติมา มีความถูกต้องตามพุทธบัญญัติที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้มีความบริสุทธิ์ผุดผ่องขาดตกบกพร่องหรือมีความต่างพร้อยแต่ประการใดหรือไม่อย่างไร กระทั่งนึกถึงคุณของศีลที่เป็นเครื่องป้องกันให้ผู้ปฏิบัติไม่ถูกรรุมซ้ำเข้าครอบงำได้ เมื่อมองเห็นความบริสุทธิ์ผ่องแผ้วในศีลของตนแล้วจะ

<sup>๗๙</sup> พระกัมมัฏฐานาจริยะ พระบัณฑิตาภิวงศ์, **รู้แจ้งในชาตินี้**, พิชิต วิธัญญา ภัทรวิมลพร, พิมพ์ครั้งที่ ๗. (กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด ๒๕๕๐), หน้า ๒๐๒.

<sup>๘๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๕.

<sup>๘๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๖.

<sup>๘๒</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐๗.

ทำให้เกิดปิติความซาบซ่านในจิตใจเกิดขึ้น ครั้นโยคีข่มปิติได้แล้วก็สามารถยถาจรขึ้นสู่วิปัสสนาได้ ดังมีปรากฏในธรรมบทภาคที่ ๗ ว่า พระภิกษุรูปหนึ่งเดินทางไปยังชนบทได้พบเงื่อมถ้ำแห่งหนึ่งเป็นที่สัปปายะเหมาะแก่การปฏิบัติ ประจวบเหมาะกับมีอุบาสิกาในระแวกบ้านนิมนต์ไว้ ท่านคิดว่า เราอาศัยถ้ำแห่งนี้และอุบาสิกาคณีนี้นี้ ก็จะสามารถทำลายกำแพงสังโยชน์ได้ วันหนึ่งท่านถูกอุบาสิกาของน้ำล้างเท้าเอาไปเป็นน้ำมนต์รดศีรษะลูกชายที่ถูกเทวดาเข้าสิง ท่านบอกว่าตามสบายเถิดโยม หลังฉันเสร็จท่านกลับมาถึงถ้ำถูกเทวดาค้ำหน้าว่าเป็นหมอใหญ่ทำน้ำมนต์รดศีรษะเด็กไม่让您เข้าไปยังถ้ำ ท่านเลยพิจารณาตรวจตราถึงศีลของตนกลับไม่พบความขาดและต่างพร้อมนับแต่อุปสมบทมา ขณะที่ท่านพิจารณาอยู่เกิดปิติขึ้นแผ่ไปทั่วร่าง ท่านข่มปิติแล้วยถาจรขึ้นสู่วิปัสสนาได้บรรลุอรหัตต์ ณ เงื่อมถ้ำแห่งนั้น ท่านได้ประกาศความบริสุทธิ์แห่งศีลของตนต่อเทวดาตนนั้นว่า เป็นผู้เปี่ยมเปี่ยมสมณะผู้มีศีลบริสุทธิ์ไม่ควรอยู่ ณ ถ้ำแห่งนี้ ดังนี้.

ในสถานการณ์ที่ฉุกเฉิน ก็มีการกล่าวถึงปิติ ดังมีเรื่องเรื่องของพระติสสะ เป็นอุทาหรณ์ ๕. ระลึกถึงทานที่ตนได้บริจาคแล้ว มีการให้ทานในยามยากดังสองผัวเมียถวายทานแก่พระธรรมเสนาบดีเป็นอุทาหรณ์<sup>๘๓</sup>

๖. ระลึกถึงคุณธรรมของเทวดา พิจารณาศรัทธา<sup>๘๔</sup>

๗. ระลึกถึงคุณของพระนิพพาน

๘. เว้นจากคนพาล

๙. คบบัณฑิต<sup>๘๕</sup>

๑๐. พิจารณาพระสูตรที่ทำให้เกิดความเลื่อมใส<sup>๘๖</sup>

๑๑. การน้อมใจไปในการปฏิบัติปิติ

### ๒.๓ ความหมายปิติโดยสังเขป

ความหมายของปิตินี้ที่ปรากฏว่า ปิเนติ ตบเปตีติ ปิติ<sup>๘๗</sup>กิริยาที่ยินดี (ปี ธาตุ ในความหมายว่ายินดี ต ปัจจัย อิตถิลิงค์) แปลว่า ความยินดี, ความอิมใจ, ความเบิกบานใจ

ปิตินี้ปราศจากอามิสย่อมเกิดขึ้นแก่ภิกษุผู้บำเพ็ญความเพียรแล้ว<sup>๘๘</sup> สมัยใด ปิติปราศจากอามิสเกิดขึ้นแก่ภิกษุผู้บำเพ็ญความเพียรแล้ว ในสมัยนั้น ปิติสัมโพชฌงค์ย่อมเป็นอันภิกษุผู้บำเพ็ญแล้ว

<sup>๘๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๑๑.

<sup>๘๔</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๑๒.

<sup>๘๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๑๓.

<sup>๘๖</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๑๔.

<sup>๘๗</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต), ศัพท์วิเคราะห์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เสียง เชียง, ๒๕๕๐), หน้า ๔๔๑.

<sup>๘๘</sup> พระญาณโพนิกเถระ, หัวใจกรรมฐาน, พลตรีนายแพทย์ชาญ สุวรรณวิภาช แปล, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศยาม ๒๕๕๓.) หน้า ๒๒๘.



สมัยนั้นภิกษุชื่อว่า ย่อมปฏิบัติปิติสัมโพชฌงค์ สมัยนั้น ปิติสัมโพชฌงค์ย่อมถึงความปฏิบัติและความ  
บริบูรณ์แก่ภิกษุ

ปิติ หมายถึง ความเอิบอิ่มที่เกิดขึ้นมาแล้ว ประกอบด้วยวิปัสสนา<sup>๘๘</sup> ปิติที่เกิดขึ้นในระยะ  
นี้มี ๕ อย่างคือ

ขุททกาปิติ ความเอิบอิ่มเล็กน้อย

ขณิกาปิติ ความเอิบอิ่มที่เพิ่มพูนทุกขณะ

โถกกันติกาปิติ ความเอิบอิ่มชานเซ็น

อุพเพงคาปิติ ความเอิบอิ่มโลดแล่น

ผรณาปิติ ความเอิบอิ่มซาบซ่าน

ปิติทั้ง ๕ อย่างนี้ จะเกิดขึ้นทั่วสรีรกาย

#### ๒.๔ ความหมายปิติโดยอรรถนัย

ปิติโดยความหมายนั้น ได้แก่ความเอิบอิ่มใจ ความพอใจ ความดีใจอันเกิดขึ้นตามเหตุปัจจัย  
ที่ปรุงแต่งจิตตามสภาวะธรรมที่มาประจวบเข้าหรือสัมปยุตเข้ากับองค์อื่นๆที่มาเชื่อมต่อดังนี้คือ

๑) อวิตักกอวิจารณ์ปัญหา ที่เป็นของเสขบุคคลก็มีที่เป็นของอเสขบุคคลก็มีที่ไม่เป็นของเสข  
บุคคลและอเสขบุคคลก็มี

๒) อวิตักกอวิจารณ์ปัญหา ที่มีปริตตะเป็นอารมณ์ก็มี ที่มีมหัคคตะเป็นอารมณ์ก็มีที่มีอุป  
มาณะเป็นอารมณ์ก็มี

๓) อวิตักกอวิจารณ์ปัญหา ที่มีมรรคเป็นอารมณ์ก็มี ที่มีมรรคเป็นเหตุก็มีที่มีมรรคเป็นอธิบดี  
ก็มี

๔) อวิตักกอวิจารณ์ปัญหา ที่เกิดขึ้นก็มี ที่ยังไม่เกิดขึ้นก็มี ที่จักเกิดขึ้นแน่นอนก็มี

๕) อวิตักกอวิจารณ์ปัญหา ที่เป็นอดีตก็มี ที่เป็นอนาคตก็มี ที่เป็นปัจจุบันก็มี

๖) อวิตักกอวิจารณ์ปัญหาที่มีอดีตธรรมเป็นอารมณ์ก็มี ที่มีอนาคตธรรมเป็นอารมณ์ก็มี ที่มี  
ปัจจุบันธรรมเป็นอารมณ์ก็มี

๗) อวิตักกอวิจารณ์ปัญหาที่เป็นภายในตนก็มีที่เป็นภายนอกตนก็มีที่เป็นภายในตนและ  
ภายนอกตนก็มี

---

<sup>๘๘</sup>พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๙ เล่ม ๒ วิปัสสนากรรมฐาน**, อภิธรรมโชติกะ  
วิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (พิมพ์ที่ หจก. ทิพย์วิสุทธิ, พิมพ์ครั้งที่ ๖, ๒๖ ตุลาคม ๒๕๕๔.) หน้า ๑๒๒.

๘) อวิตกกถาวิจารณ์ปัญหาที่มีธรรมภายในตนเป็นอารมณ์ก็มีที่มีธรรมภายนอกตนเป็นอารมณ์ก็มีที่มีธรรมภายในตนและภายนอกตนเป็นอารมณ์ก็มี

๙) ปิติสหคตปัญหา สุขสหคตปัญหาที่เป็นวิบากก็มี ที่เป็นเหตุให้เกิดวิบากก็มี ที่ไม่เป็นวิบากและไม่เป็นเหตุให้เกิดวิบากก็มี

๑๐) ปิติสหคตปัญหา สุขสหคตปัญหาที่กรรมอันประกอบด้วยตัณหาและทิฐิยึดถือและเป็นอารมณ์ของอุปาทานก็มี ที่กรรมอันประกอบด้วยตัณหาและทิฐิไม่ยึดถือแต่เป็นอารมณ์ของอุปาทานก็มีที่กรรมอันประกอบด้วยตัณหาและทิฐิไม่ยึดถือและไม่เป็นอารมณ์ของอุปาทานก็มี

๑๑) ปิติสหคตปัญหา สุขสหคตปัญหาที่มีทั้งวิตกและวิจารณ์ก็มี ที่ไม่มีวิตกมีเพียงวิจารณ์ก็มีที่ไม่มีทั้งวิตกและวิจารณ์ก็มี<sup>๙๐</sup>

ปิติ ความเอิบอิ่มใจ ปิติ คือ วิปัสสนापิติ ได้แก่ ปิติสัมปยุตด้วยวิปัสสนาจิตมี ๕ ชนิด คือ<sup>๙๑</sup>

๑ ขุททกาปิติ ความเอิบอิ่มเล็กน้อย คือ ขุททกาปิติ เพียงแต่ทำให้ขนตามร่างกายชูชันขึ้น

๒ ขณิกาปิติ ความเอิบอิ่มเพิ่มพูนโดยขณะ คือ ขณิกาปิติ เกิดขึ้นเป็นพัก ๆ ชั่วครู่ชั่วคราว เหมือนแสงฟ้าแลบแปลบปลาบ

๓ โอกกันติกาปิติ ความเอิบอิ่มซาเซ้น คือ โอกกันติกาปิติ เกิดขึ้นกระทบกระทั่งกายให้รู้สึกโยกโคลงแล้วสลายไป เหมือนคลื่นกระทบฝั่งมหาสมุทร

๔ อุพเพงคาปิติ ความเอิบอิ่มโลดแล่น คืออุพเพงคาปิติ เป็นปิติมีกำลังแรงทำให้กายฟูขึ้นถึงขนาดลอยไปในอากาศก็ได้

๕ ฌรณาปิติ ความเอิบอิ่มซาบซ่าน คือ ฌรณาปิติ แผ่ซ่านไปทั่วร่างกาย

ในขณะที่โยคีปฏิบัติอยู่ ปิติทั้ง ๕ ชนิดนี้จะเกิดขึ้นทำให้เอิบอิ่มทั่วร่างกาย และขณะโยคีเดินจงกรมกำหนดอยู่ จะปรากฏชูชันบสีระชะเหมือนลมชูชัน รู้สึกซาตามหนังสีระชะลงจนถึงหู ขาดามไบหน้าตั้งแต่หน้าผากลงมาจนถึงคอและเปลือกตา บางทีถึงตาพว้า บางครั้งก็ซาบซ่านลงมาจนถึงแก้มและคางมากบ้างน้อยบ้าง และเกือบตลอดเวลาปฏิบัติอยู่ในระดับญาณนี้ โยคีจะรู้สึกซาบสีระชะ ซาและตึงเหมือนสวมหมวกยางอาบนํ้าทะเล บางคราวขณะจงกรมอยู่ทั้งที่ไม่มีลมพัดและไปไม่มีได้กระดิกเลยแต่เย็นผิวกายและตามแขนขาเหมือนถูกลมเย็นพัดโชยมากระทบ และบางขณะรู้สึกเย็นซาบซ่านเข้าไปจนในเนื้อตัว ขณะนั่งกำหนดอยู่ ก็รู้สึกเย็นมากบ้างน้อยบ้าง ในส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย หรือเย็นไปทั่วสรรพางค์ หรือรู้สึกตัวเต็นกระเพื่อมเหมือนนั่งอยู่บนเรือหรือแพ ที่ถูกคลื่นซัดและบางครั้ง

<sup>๙๐</sup> อภิ. วิ. (ไทย) ๓๕/๔๓ - ๕๓ /๔๘๘.

<sup>๙๑</sup> ธนิต อยู่โพธิ์, วิปัสสนาภาวนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘), หน้า ๔๓ - ๔๔.

รู้สึกเหมือนตัวลอยขึ้นไปในอากาศคล้ายลูกโป่งอัดแก๊สแล้วลอยลงมากระทบพื้นและเต็งเบาๆ ยังมีสมาธิแถมกล้ามากๆ ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกเนื้อกันตรงที่นั่งฟุ้งฟองขึ้นคล้ายฟูกยาง แต่เมื่อเลิกกำหนดแล้วก็จะกลับยุบแฟบลงเป็นปกติ นอกจากนี้ สภาวะของปิติจะปรากฏอาการแปลกๆ ต่างๆ เช่น ขณะนั่งกำหนดอยู่ ใบหน้าจะบิดซ้ายหรือบิดขวาหรือบิดสลับกัน เงยหน้าหงายขึ้นจนแขนตื้อไปไม่ได้ หรือก้มโน้มตัวลงจนหน้าจกดเกือบจกดพื้น หรือเอี้ยวตัวเอนทางซ้ายหรือทางขวาหรือสลับกัน อาการเหล่านี้และอื่นๆ จะเกิดแกโยคีบางท่านหรือหลายท่าน แต่มันจะเกิดอย่างไรก็ตาม ผู้ปฏิบัติอย่ามัวชื่นชมหรือเปื้อนระอาและท้อถอย ควรกำหนดตามไปทุกๆ สภาวะและปรากฏการณ์

ส่วนดังตฤณได้แสดง ปิติไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า ปิติ<sup>๑๒</sup>คือความอิมใจ คือความเบิกบานปรีดาปราโมทย์อันยอดเยี่ยม หากใครผ่านปิตีอันเป็นองค์มานมาก่อน จึงจะเข้าใจว่า ปิติที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนาอย่างถูกต้องนั้น แตกต่างกันอย่างไรมาก ในแง่ของ ‘ต้นกำเนิดปิติ’ กล่าวคือ ถ้าหากเป็นปิตีอันเกิดจากการรวมนิ่งเด่นดวงของจิต เช่น เฝ้ามตามลมหายใจ กระทั่งกระแสนจิตไม่พล่านไปทางอื่น แต่ถูกดึงดูดให้แนบสนิทกับอารมณ์ใหญ่เป็นหนึ่งเดียว เช่นนั้น ปิติจะปรากฏเป็นความซาบซ่านในรสวิเวกของจิตเอง แต่สำหรับปิติที่เกิดจากการพิจารณาธรรม ยกตัวอย่างเช่น เห็นชัดบ่อยๆ ว่าความฟุ้งเหมือนระลอกคลื่นที่มีจิ้งหะอัด มีจิ้งหะคลาย ถ้าเราเฝ้ารู้เหมือนคลื่นลมไร้ตัวตนพักหนึ่ง เห็นแต่คลื่นเกิด เห็นแต่คลื่นดับ ไม่เห็นตัวตนอยู่ในระหว่างคลื่นความเกิดดับเหล่านั้น แล้วจิตสงบลงตั้งมั่น เบิกบานไม่มีประมาณ โดยปราศจากการถูกล่วงด้วยอารมณ์ใดๆ (เทียบกับองค์มานคือมีปิติสุขโดยปราศจากวิตกและวิจารณ์) บังเกิดปิติอย่างใหญ่หลวง และตั้งมั่นอยู่นาน ต่างจากปิตีสามัญญที่วูบวาบแบบไฟไหม้ฟาง ต่างจากปิติในภุมิสมณะที่ไม่ประกอบด้วยปัญญาเห็นไตรลักษณ์ ปิตีอันเป็นวิปัสสนูปกิเลสจึงทำให้ไขว่ไขว่ หลงเข้าใจได้เช่นกันว่านี่คืออมรรคผล เพราะเบาโล่งไปหมด เหลือที่เห็นเด่นก็มีแต่ความปรีดาปราโมทย์ในธรรม เมื่อเข้าใจเสียเช่นนี้ก็จดจำเฉพาะลักษณะของปิติดังกล่าวพยายามเข้าหาบ่อยๆ ปฏิบัติภาวนาแม้เห็นความเกิดดับก็เพื่อไปหยุด ไปจ่ออยู่กับมหาปิติ ไม่ใช่ปฏิบัติโดยอาการสักแต่รู้ไปเรื่อยๆ

สำหรับผู้ศึกษาเวทนาวิปัสสนาอย่างดีจะตีโจทย์แตกได้ไม่ยากคือ<sup>๑๓</sup>พิจารณาว่านี่คือเวทนาอันเกิดแต่สัมผัสขันธ์ เป็นสุขเวทนาอันไร้เหยื่อล่อแบบโลกๆ เอาไว้ให้พิจารณาว่าเกิดขึ้นเพราะมีเหตุ ดับลงเพราะขาดเหตุ คือเมื่อไหร่หยุดกำหนดสภาวะธรรม ก็ไม่มีสุขเวทนาเช่นนี้อีกนอกจากนั้น ยังอาจลดระดับคุณค่าของมหาปิติเสีย ด้วยการเทียบเคียงว่าเป็นแค่เวทนาชนิดหนึ่ง ดีกว่าสุขเวทนาอันเจือด้วยอามิสตรงความประณีต แต่ที่สุดแล้วก็สักแต่เป็นเวทนาอยู่ดี ไม่มีค่ายิ่งกว่านั้น เมื่อพิจารณาทบทวนจนเห็นแจ้งออกมาในลักษณะประจักษ์รู้โดยสักแต่เป็นสภาวะอย่างแท้จริง ก็จะรู้สึกว่าการหลุดจากความติดใจเสียได้ขอเน้นไว้เป็นพิเศษว่า การพิจารณาเวทนานั้น ไม่ใช่ให้ทำลายเวทนาเพราะฉะนั้น เมื่อเกิดปิตีก็อย่าเห็นปิติเป็นโทษ อย่าตั้งแง่รังเกียจว่าเป็นอันตราย อย่าบังคับตัวเองให้

<sup>๑๒</sup> ดังตฤณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วชิรญาณ), หน้า ๓๘๗.

<sup>๑๓</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๘๘.

กระทำจิตเป็นอุเบกขาเสียเดี๋ยวนั้น แต่ปล่อยให้ปีติทรงภาวะอย่างเป็นอิสระตามจริง แล้วค่อยเห็นตามจริงเช่นกันว่าปีติไม่เที่ยง ปีติเกิดขึ้นเพราะเหตุมี และดับลงเพราะเหตุหมด

## ๒.๕ องค์ธรรมของปีติ

องค์ธรรมของปีติ คือ ฌาน แปลว่า ฟุ้ง ได้แก่ ภาวะจิตที่สงบประณีต ซึ่งมีสมาธิเป็นองค์ธรรมหลัก การฟุ้งอารมณ์จนติดแน่นเป็นอัปนาสมาธิ

ปฐมฌาน ฌานที่ ๑ ประกอบด้วย วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา

ทุติยฌาน ฌานที่ ๒ ประกอบด้วย ปีติ สุข เอกัคคตา

ตติยฌาน ฌานที่ ๓ ประกอบด้วย สุข เอกัคคตา

จตุตถฌาน ฌานที่ ๔ ประกอบด้วย อุเบกขา เอกัคคตา

## ๒.๖ สรุป

ปีติ ศัพท์ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทนั้น มีความหมายว่า ความอิมใจ หรือความเอิบอิมอันมีผลเฉพาะ ซึ่งเกิดจากการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน ปีตินี้โดยสัทนัย ก็มีความหมายบ่งชัดเพราะมีรากเหง้าขอบบาสิภาษา และโดยอรรถนัย ก็มีใจความที่แสดงถึงความเอิบอิมปลื้มใจ หมายปีติโดยทางธรรม เพราะมีองค์ธรรมกำกับไปตามลำดับแห่งสภาวะธรรมของปีติ

ปีติดังที่ได้อธิบายมานี้ จึงได้ข้อสังเกต คือ ปีติสามัญ เป็นปีติทั่วไป ซึ่งสามารถเกิดขึ้นแก่บุคคลผู้มีจิตศรัทธา ได้ประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมตามความรู้ความสามารถที่ได้จากการสดับตรับฟัง ๑. ปีติขั้นสูงสามารถเกิดขึ้นได้จากการปฏิบัติสมณะและวิปัสสนา ๑.

## บทที่ ๓

### การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

สติปัญญาเป็นหลักสำคัญที่สุดในพระพุทธศาสนา เพราะเป็นแนวทางการปฏิบัติด้วยการภาวนาสติจนเกิดผลเป็นวิปัสสนาปัญญา มาจนถึงปัจจุบัน มีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัญญา ๔ การที่จะทวนกระแสแห่งความทะยานอยากของกิเลสตัณหานั้นมีเพียงวิธีเดียวก็คือ เดินตามแนวทางปฏิบัติที่พระพุทธองค์ทรงตรัสสอนตลอด ๔๕ ปี แห่งการตรัสรู้ เพื่อทำความเข้าใจให้ชัดเจน การประกาศหลักวิปัสสนาภาวนาเป็นวิสัยของพระพุทธเจ้าเท่านั้น มิใช่วิสัยของคนใดคนหนึ่ง เพราะว่าหลักวิปัสสนาภาวนานั้นสุขุมคัมภีร์ภาพยิ่งนัก ไม่ปรากฏได้โดยง่าย ฉะนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จึงหมายถึง การเจริญสติปัญญาทุกอิริยาบถ ในการเคลื่อนไหวแบบต่อเนื่องทั้งกลางวันและกลางคืน เพื่อพัฒนาจิตให้เกิดสมาธิและปัญญา รู้เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง การปฏิบัติ ก็คือ ขบวนการพัฒนาศีล สมาธิ ปัญญา ทั้งที่เป็นสมถะและวิปัสสนา ได้กำหนดประเด็นการศึกษาดังนี้

- ๓.๑. ความหมายของวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๒. ความสำคัญของหลักวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๓. หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๔. ผลของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๕. สรุป

#### ๓.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

ธรรมชาติใดที่จิตย่อมนโหลไปสู่งที่ต่ำและเสพคุ่นอยู่เสมอ มักเป็นไปในรูปของคำสอนโดยการพิจารณาถึงสภาวะธรรมอันเป็นจริงที่เกิดขึ้น นับว่าธรรมะของพระพุทธองค์มีความละเอียด สุขุมลุ่มลึกที่สุด พระพุทธเจ้าทรงตรัสสอนไว้ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งมีความหมายตามหลักสัทนัยและอรรถนัย เป็นการประพจน์พหุจรของพระภิกษุตลอดมา ดังต่อไปนี้

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสสอนเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาด้วยพระโอษฐ์ พระพุทธองค์เอง ซึ่งปรากฏในมหาสติปัญญาสูตร<sup>๑๑๔</sup> มีหลักปฏิบัติว่า ‘พระผู้มีพระภาคเป็นศาสดา เราเป็นสาวก พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงรู้ เราไม่รู้’<sup>๑๑๕</sup> เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลส

<sup>๑๑๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๗๓/๒๕๗.

<sup>๑๑๕</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๓ /๑๘๔/๒๑๓.

เพียงตั้งเนิ่น ปราศจากความเศร้าหมอง อ่อน เหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้น  
 น้อมจิตไปเพื่อญาณทัสสนะ<sup>๑๑๖</sup>

### ๓.๑.๑ ความหมายของวิปัสสนาตามหลักสัททนต์

คำว่า วิปัสสนานี้มีความหมายที่ปรากฏในหลักสัททนต์ คือ

๑) วิปัสสนาสมมาทิฏฐิปฎติกา ปญญาเภทา วิปัสสนาและสัมมาทิฐิเป็นต้น เป็นชื่อ  
 ของปัญญา วิปัสสนาทโย เนปุกกนตา ปริยายา ปญญาเภทา ปญญาวิเสสา ตั้งแต่ วิปัสสนา ศัพท์ ถึง  
 เนปุกกศัพท์ เป็นประเภทของปัญญา

๒) วิปัสสนา (วิ+ทิส เพกขเน+ยุ+อา) วิปัสสนา, ปัญญา, ปัญญาแจ้ง.

๓) วิวิธี อนิจจาทิกัง สงขารเสสุ ปสสตีติ วิปัสสนา ปัญญาที่เห็นสภาวะธรรมต่างๆ มี  
 อนิจจลักษณะเป็นต้นในสังขาร ชื่อว่า วิปัสสนา อาเทศ ทิส ธาตุเป็น ปสส, ยุ เป็น อน,ลบสรรหว่า

๔) สมญาเวทยิตนิโรธสมาปตติยา โข คหปติ เทว ธมมา พหุปกการา สมโถ จ  
 วิปัสสนา จ คหปติ ธรรม ๒ อย่าง คือ สมถะและวิปัสสนา มีอุปการะมากต่อสัญญาเวทยิตนิโรธสมาบัติ

๕) สมมาทิฏฐ (สมมาสทหุปท+ทิส เพกขเน+ ติ) สัมมาทิฏฐิ, ปัญญา, ความเห็นถูก.

๖) วิจารณปญญา เสฎฐา ปัญญาเครื่องพิจารณานั้นแหละประเสริฐสุด. เอสา เต  
 วิจารณปญญา ปัญญาพิจารณานั้นไม่มีแก่ท่าน<sup>๑๑๗</sup>

### ๓.๑.๒ ความหมายของวิปัสสนาตามหลักอรรถนัย

ในวิปัสสนานิยามท่านได้ให้ความหมาย วิปัสสนาไว้ว่า วิปัสสนา คือ รู้แจ้ง รู้ชัดก็ตี  
 ญาณและปัญญาก็ตี ญาณทัสสนะ คือความรู้ความเห็น หรือเห็นด้วยความรู้ก็ตี ท่านอธิบายไว้ใน  
 คัมภีร์อรรถสาลินีว่า “อนิจจาทิวเสน วิวิเทหิ อากาเรหิ ธมเม ปสสตีติ วิปัสสนา ปญญาเอเวสา อตถโต”  
 แปลว่า “วิปัสสนาเพราะเห็นสภาวะธรรมทั้งหลายด้วยอาการต่าง ๆ โดยความไม่เที่ยงเป็นต้น” โดย  
 ความหมาย วิปัสสนาก็คือ ปัญญานั้นเอง ซึ่งในที่นี้หมายถึง รู้แจ้ง รู้ชัด โดยรู้เห็นไตรลักษณ์คืออนิจจะ  
 ความไม่เที่ยง ทุกขะ เป็นทุกข์ และอนัตตา ความไม่มีบุคคลตัวตน ตัวเราเขา บังคับบัญชาไม่ได้ ไม่อยู่  
 ในอำนาจ

เพราะฉะนั้น ท่านอาจารย์สุ่มคละ ผู้แต่งคัมภีร์อภิธรรมมัตถวิภาวินีจึงอธิบายไว้ว่า  
 “อนิจจาทิววิธา การโต ทสสนตเถเน วิปัสสนาสงขาทานญจ” แปลว่า “และที่เรียกว่า วิปัสสนา  
 เพราะอธิบายว่า เห็นโดยอาการต่าง ๆ ตลอดจนอนิจจะ คือความไม่เที่ยงเป็นต้น” และท่านวิปัสสนา  
 จารย์ได้ให้วิเคราะห์ศัพท์ไว้อีกนัยหนึ่งว่า “วิเสเสน ปสสตีติ วิปัสสนา, วิสิฏฐตโถ วิเสสสทโท เรียกว่า

<sup>๑๑๖</sup> ที.สี. (ไทย) ๔/๒๓๔/๗๗-๗๘.

<sup>๑๑๗</sup> พระมหาสมปอง มุทิโต, คัมภีร์ อภิธานวรรณนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒ (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูร  
 วงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๗), หน้า ๒๑๑.

วิปัสสนา เพราะอธิบายว่า เห็นแปลกประหลาด ศัพท์ว่า วิเสสะ มีอรรถว่า แปลกประหลาด” คือ เห็นสภาวะหรือปรากฏการณ์แปลก ๆ ประหลาด ๆ เห็นพิเศษออกไปกว่าเห็นธรรมดา ถ้าเป็นรูปหรือนิมิต ก็เห็นได้แจ่มชัดจนยิ่งขึ้นกว่ามองเห็นด้วยตาเนื้อ คือลืมหูเสียอีก<sup>๑๘</sup>

ดังนั้น วิปัสสนาจึงหมายถึง การอบรมจิตให้เกิดปัญญา โดยเกิดการพิจารณาทางปัญญา จนเห็นสภาวะตามความเป็นจริงในกฎแห่งหลักไตรลักษณ์<sup>๑๙</sup> ว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา พร้อมทั้งเข้าถึงความหลุดพ้นออกจากกิเลสตัณหา อันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ หรือทำให้สิ้นอาสวะ ซึ่งหมายถึง นิพพาน เป็นหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธศาสนา โดยมีวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นในหลักการปฏิบัติ

### ๓.๑.๓ สติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

คำว่า สติปัฏฐาน นี้ มีรากฐานที่ปรากฏในทางคัมภีร์ไวยากรณ์ ซึ่งมีการอธิบายไว้ตามหลักภาษาบาลี มีดังต่อไปนี้

#### ๑) สติปัฏฐาน ตามคัมภีร์ไวยากรณ์ มาจาก สติ + ปุฏฐาน

คำว่า “สติ” ตามคัมภีร์ไวยากรณ์อภิธานวรรณนา สติ (สร หีสาย+ติ) สติ, ความรู้สึกตัว, ความระลึกได้. ปมาหิ สรติ หีสติติ สติ ความรู้สึกตัวที่เบียดเบียนความประมาท ชื่อว่าสติ (ลบ ร ที่สุดธาตุ). สรติ จินเตตติติ สติ อาการที่ระลึกได้ ชื่อว่าสติ (สร จินตาย+ติ, ลบ ร ที่สุดธาตุ) เทวเม ภิกขเว ฌมมา กตเม เทว สติ จ สมปชณณญจ ภิกษุทั้งหลายธรรม ๒ อย่างเหล่านี้มีอะไรบ้าง คือสติและสัมปชัญญะ<sup>๒๐</sup>

คำว่า ปุฏฐาน (ป+ฐา คตินิวตติย+ยุ) การไป, การออกไป, การออกเดิน, ความเป็นไป. ปติภูจียเต ปุฏฐาน ความเป็นไป ชื่อว่าปุฏฐานะ (ช้อน ภู, อาเทศ ยุ เป็น อน, ลบ อ)<sup>๒๑</sup>

#### ๒) ความหมายสติปัฏฐานตามหลักอรรถนัย

เอกายนะ เพราะอรรถวิเคราะห์ว่า เป็นทางที่บุคคล พึ่งไปผู้เดียว<sup>๒๒</sup> อยนะ หมายถึงว่า เป็นเครื่องไป ซึ่งอธิบายว่าไปจากสังสารวัฏสู่พระนิพพาน สกึ อยโน หมายถึงว่าไปคราวเดียว ซึ่งหมายถึงการไปครั้งเดียว คือการดำเนินครั้งเดียวของมรรคนั้น

อรรถกถาได้กล่าวถึงสติปัฏฐานไว้ว่า สติปัฏฐาน กายเป็นที่ปรากฏของสติ สติเป็นที่ปรากฏด้วย เป็นตัวสติด้วยคำนั้นมีความดังนี้ ชื่อว่า ปุฏฐาน เพราะอรรถวิเคราะห์ว่า เป็นที่ตั้งของสติ ที่ตั้งอยู่แห่งสติ ชื่อว่า สติปัฏฐาน อีกนัยหนึ่ง ความตั้งเป็นประธา จึงชื่อว่า ปุฏฐาน

<sup>๑๘</sup> สัทธมมปกาสินี, ฉบับภูมิพโลภิกขุ, ปฐมภาค, หน้า ๓๗๗-๓๗๘.

<sup>๑๙</sup> พระพรหมคุณาภรณ์. (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, ชำระเพิ่มเติม ช่วงที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), หน้า ๑๑๙.

<sup>๒๐</sup> พระมหาสมปอง มุทีโต, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, หน้า ๒๑๗.

<sup>๒๑</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๐๔.

<sup>๒๒</sup> มหามกุฏราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปล, เล่มที่ ๑๔, หน้า ๒๖๑.

ความตั้งแห่งสติ ชื่อว่า สติปัญญา สติปัญญา หมายถึง สติปัญญาทั้งหลาย โยทิ โภจิ ภิกขเว หมายถึงภิกษุทั้งหลาย ผู้ใด ผู้หนึ่ง เอว ภาเวยย พิงเจริณฺฐ ปาฏิทงฺขิ พิงหัง อณฺเฐ พระอรหันต์. สติ วา อูปาทิเสเส เมื่ออุปาทิยังเหลืออยู่ อนาคามิตา จักเป็นพระอนาคามี ติฏฺฐนฺตุ ภิกขเว ภิกษุทั้งหลาย ๗ ปี จงยกไว้ หรือ วิ. “สรณฺ สติ สรตฺติ เอตายาติ วา สติ” แปลความว่า “ความระลึก ธรรมชาติเป็นเครื่องระลึก ชื่อ สติ”

ส่วนศัพท์วิเคราะห์ตามหลักของบาลีภาษาว่า. “สมฺปยุตฺตมฺเมสุ ปมุขา ปชานา หุตฺวา กายาทิสฺสู อารมฺมณฺเสสุ ติฏฺฐตฺติ ปญฺ्ञานํ” แปลความว่า “ธรรมใดเป็นหัวหน้า คือ เป็นประธานในสัมปยุตธรรมทั้งหลาย แล้วตั้งอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย มี กาย เป็นต้น ธรรมนั้น ชื่อ ปญฺ्ञานํ”

วิเคราะห์ว่า “สติ เอว ปญฺ्ञานนฺติ สติปญฺ्ञานํ” แปลความว่า “สตินั้นแหละ เป็นประธานในสัมปยุตธรรมทั้งหลายแล้วตั้งอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย มี กาย เป็นต้น ธรรมนั้น ชื่อ สติปญฺ्ञานํ”<sup>๑๒๓</sup>

สติปญฺ्ञานํ แปลว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ หรือการปฏิบัติมีสติเป็นประธาน อีกนัยหนึ่ง แปลว่า ธรรมอันเป็นอารมณ์ของสติ<sup>๑๒๔</sup>

พระพุทธองค์ทรงแสดงสติปญฺ्ञานํเอาไว้เป็นจำนวนมาก ซึ่งมีหลายนัยด้วยกันมีปรากฏในพระไตรปิฎกคือ พระวินัย พระสูตร พระอภิธรรม มีแนวพอจะยกมาเป็นสังเขป ได้ดังนี้ “ภิกษุทั้งหลาย” ภิกษุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสเรื่องนี้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว ๑ เพื่อความหมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลายเพื่อก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง คือ สติปญฺ्ञานํ ๔ ประการ<sup>๑๒๕</sup>

ดังนั้น สติปญฺ्ञานํจึงหมายถึงว่า เป็นทางชั้นเอก เป็นที่นำไปเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ทั้งหลาย เมื่อใด ศีลของเธอจักบริสุทธิ์ดี และความเห็นจักตรง เมื่อนั้น เธออาศัยศีลดำรงอยู่ในศีล แล้วเพื่อก้าวล่วงความเศร้าโศก เพื่อความดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุธรรมชั้นสูง เพื่อเข้าถึงพระนิพพาน พิงเจริณฺฐสติปญฺ्ञานํ ๔ ประการ

### ๓.๒ ความสำคัญของหลักวิปัสสนาภาวนา

ความสำคัญของหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น มีวิธีการปฏิบัติเป็นขั้นตอนตามหลักสติปญฺ्ञานํ ๔ ที่พระอรุณกถาจารย์ได้แสดงแนวทางซึ่งเป็นหลักฐานในคัมภีร์สังยุตตนิกาย มหาวรรค โดยแบ่งการปฏิบัติออกเป็น ๔ หมวด คือ

<sup>๑๒๓</sup> พระสังฆมณฑลสังฆราช อัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๓ และปริจเฉทที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทฺธิ์, ๒๕๕๔), หน้า ๑๓๐.

<sup>๑๒๔</sup> พระสังฆมณฑลสังฆราช อัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ทิพยวิสุทฺธิ์, ๒๕๕๔), หน้า ๑๓๑.

<sup>๑๒๕</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๗/๒๑๐.



### ๓.๒.๑ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่มีสติพิจารณาเห็นตามในกายเป็นหลักการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา ด้วยการที่สติพิจารณาเห็นกายเกิดขึ้นในกาย อันหมายถึง การประชุมแห่งรูป เป็น การใช้สติระลึกรู้ในรูปนาม ปัจจุบันว่า ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เพียงแต่ธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม มาประกอบกันอยู่ โดยหลักปฏิบัติให้มีสติ เช่น อิริยาบถเดิน อิริยาบถยืน อิริยาบถนั่ง อิริยาบถนอนมีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ จงพิจารณาเห็นกายในกาย กายนอกอยู่ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ หรือจงพิจารณาเห็น กายในกาย ทั้งภายใน ทั้งภายนอกอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสใน โลกได้<sup>๑๒๖</sup>

คำว่า กาย ตามรูปศัพท์ แปลได้หลายนัย เช่น แปลว่า หมู, กอง, ที่รวม หมายความว่า กายนี้เกิดจากการรวมตัวของธาตุต่าง ๆ ที่สำคัญคือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ จึงเรียกว่า กาย หรือว่า ที่สะสมของไม่สะอาด,ที่เติบโตขึ้นแห่งของน่ารังเกียจ คือ ผม ขน เล็บ น้ำมูก น้ำลาย อุจจาระ ปัสสาวะ เป็นต้น สะสมและเติบโตอยู่ในสรีระของคน ฉะนั้นจึงเรียกว่ากาย<sup>๑๒๗</sup>

### ๓.๒.๒ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เป็นหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาว่าด้วยการตั้งสติพิจารณาเห็นเวทนาเกิดขึ้นใน เวทนาทั้งหลาย สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้เรามีสติรู้อยู่ในเวทนา ในอิริยาบถทางกายใน เมื่อมีการเสวยอารมณ์ความรู้สึก สุข ทุกข์ ไม่ใช่สุข ไม่ใช่ทุกข์<sup>๑๒๘</sup> ในตัวเอง อันหมายถึง การใช้สติ กำหนดรู้อาการของเวทนา เป็นการพิจารณาธรรมอันเป็นเหตุเกิดหรือดับในเวทนา และมีสติปรากฏ อยู่เฉพาะหน้าว่า “เวทนามีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญสติเท่านั้น

คำว่า เวทนา แปลว่า เสวยอารมณ์ หรือในคำวัด หมายถึง การรับรู้อารมณ์หรือสิ่งที่มา กระแทกสัมผัสทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้แก่ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง เป็นต้น แล้วเกิดความรู้สึกจากการ กระแทกสัมผัสอย่างใดอย่างหนึ่งใน ๓ อย่าง คือ

- ๑) ความรู้สึกว่าสุข เช่น ดีใจ เบิกบานใจ
- ๒) ความรู้สึกว่าทุกข์ เช่น เสียใจ เบิกบานใจ
- ๓) ความรู้สึกเฉย คือ ไม่สุขไม่ทุกข์ ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ

เวทนา ในภาษาทางโลก หมายถึงสงสารจับใจ, ความเจ็บปวด, ความทุกข์ทรมาน, ความ น่าสมเพช, น่าสงสาร เช่น ใช้น้ำ “น้ำเวทนาจริงๆ ยังเด็กอยู่เลยมากำพร้าพ่อแม่เสียแล้ว”

<sup>๑๒๖</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๗/๓๐๑.

<sup>๑๒๗</sup> พระธรรมกิตติ, พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์, พิมพ์ครั้งที่๓, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา และสถานบันสันถอธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๕๗.

<sup>๑๒๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓-๓๑๔.

### ๓.๒.๓ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เป็นหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่พระพุทธเจ้าทรงสอนให้เรามีสติอยู่กับกาย ว่าด้วยการตั้งสติพิจารณาเห็นจิตในจิต ซึ่งเป็นการพิจารณาเห็นเหตุเกิดหรือดับในจิต เป็นการใช้สติกำหนดรู้อาการทางวิญญาณชั้น ๖ โดยการกำหนดรู้ว่าจิตกำลังมีสภาวะอารมณ์ระคะ โทสะ โมหะ ความหดหู่ ฟุ้งซ่านแห่งจิต<sup>๑๒๙</sup> พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่จงพิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้<sup>๑๓๐</sup>

คำว่า จิต แปลว่าธรรมชาติที่นึกคิดอารมณ์, ธรรมชาติที่รู้อารมณ์, ความคิด, ธรรมชาติที่วิจิตร, ธรรมชาติที่สังสมกุศลและอกุศล ฯลฯ เขียนให้เต็มว่า จิตต หรือว่า จิต โดยทั่วไป แปลว่า ใจ หรือแปลทับศัพท์ว่า จิต มีลักษณะรับ จำ คิด รู้อารมณ์ที่ผ่านเข้ามาทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ จัดเป็นนามธรรม คู่กับกายซึ่งเป็นรูปธรรม จึงมักพูดหรือเขียนคู่กันว่า กายใจบ้าง กายกับจิตบ้าง<sup>๑๓๑</sup>

### ๓.๒.๔ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

เป็นหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ว่าด้วยการตั้งสติพิจารณาเห็นธรรมเกิดขึ้นในธรรมทั้งหลาย ซึ่งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนให้พิจารณาธรรม ๕ หมวด คือ นิ वर्ณชั้นอายตนะ โภชนมงค์ และสังขะ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ จงพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ทั้งภายใน ทั้งภายนอกอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสได้<sup>๑๓๒</sup>

คำว่า ธรรม แปลว่า สภาพที่ทรงไว้ คือสิ่งทรงความเป็นตัวของตัวเองไว้ ทรงคุณสมบัติของตัวเองไว้, หรือ ธรรม เป็นคำกลางๆ ใช้หมายถึง ทั้งสิ่งดีและไม่ดี เพราะสิ่งดีและไม่ดีต่างก็ทรงความเป็นตัวของตัวเองไว้ได้ตลอดไป ไม่มีเปลี่ยนแปลง เช่น คุณสมบัติของธรรมฝ่ายดีคือป้องกันผู้ปฏิบัติตามมิให้ตกต่ำ มิให้ตกไปในที่ชั่ว, หรือ ธรรม หมายถึง สิ่งดี, คุณความดี, ความจริง, ความถูกต้อง, สิ่งของที่ดี, หลักปฏิบัติทางศาสนา เช่นใช้ชื่อเรียกว่า มีกุศลธรรม มีเมตตาธรรม ประพฤติธรรม เข้าถึงสังขธรรม ความยุติธรรม ความเป็นธรรม, หรือว่าธรรมที่หมายถึง สิ่งไม่ดี, สิ่งที่เป็นความชั่ว มีคำเรียกชื่อเฉพาะว่า อกุศลธรรม, บาปธรรม, กัณหาธรรม ดังนี้ เป็นต้น

“ภิกษุ เมื่อใด เธออาศัยศีล ดำรงอยู่ในศีลแล้วจักเจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการนี้โดย ๓ วิธีอย่างนี้ เมื่อนั้น เธอพึงหวังความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลายตลอดคืน หรือวันที่จักมาถึง ไม่มีความเสื่อมเลย”<sup>๑๓๓</sup>

<sup>๑๒๙</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๔-๓๑๕.

<sup>๑๓๐</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๘/๒๑๓.

<sup>๑๓๑</sup> พระธรรมกิตติ, **พจนานุกรม เพื่อการศึกษาพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร:ธรรมสภา และสถานบันบ้นลือธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๑๖๔.

<sup>๑๓๒</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๘/๒๑๓.

<sup>๑๓๓</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๘/๒๑๓.

ฉะนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ มีสภาวะอารมณ์ในการกำหนดรู้รูปนาม ของขั้น ๕ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม มีความเห็นการเกิดดับของรูปนามว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน เราเขา ทำให้เกิดความเห็นได้อย่างถูกต้อง

### ๓.๒.๕ บทฐานของวิปัสสนา

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสรู้อรุณิยสัง ๔ ในอรุณิยสังข้อที่ ๔ กล่าวถึงมรรค หรือหนทางดำเนินไปสู่พระนิพพาน เพื่อการพ้นทุกข์ในวัฏสงสาร โดยได้ตรัสว่า มรรค ก็คือสติปัฏฐาน ๔ วิปัสสนาอันเป็นการปฏิบัติตามหนทางเพื่อการพ้นทุกข์ ในวัฏสงสารจึงปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งมีปรากฏในสติปัฏฐานสูตร<sup>๑๓๔</sup>

การปฏิบัติวิปัสสนาอาศัยอะไรเป็นบาทฐาน เพื่อจะทราบในเรื่องนี้ สมัยหนึ่ง ท่านพระอานนทอยู่ ณ โขสิตาราม เขตกรุงโกสัมพี ณ ที่นั้น ท่านพระอานนท เรียกภิกษุทั้งหลายมาประชุมแล้วกล่าวว่า “ผู้มีอายุทั้งหลาย” ภิกษุเหล่านั้นรับคำแล้ว ท่านพระอานนท จึงได้กล่าวเรื่องนี้ว่า

“ผู้มีอายุทั้งหลาย ผู้ใดก็ตามไม่ว่าจะเป็นภิกษุหรือภิกษุณี ย่อมทำให้แจ้งอรหัตตผลในสำนักของเราด้วยมรรคครบทั้ง ๔ ประการ หรือ มรรคใดมรรคหนึ่งบรรดามรรค ๔ ประการนี้<sup>๑๓๕</sup> ซึ่งได้กล่าวไว้ในพระสูตรตันตปิฎก ยุคคันทกถา ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค มีการสรุปได้ ๔ ประการ คือ

๑) “สมถปุพพกมฺ วิปัสสนํ ภาเวติ หมายถึง เจริญวิปัสสนามีสมถะนำหน้า”

ภิกษุเจริญวิปัสสนามีสมถะนำหน้า เป็นอย่างไร ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านด้วยอำนาจแห่งเนกขัมมะ เป็นสมาธิ ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นธรรมที่เกิดในสมาธินั้นโดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตาด้วยประการดังนี้ ก่อน วิปัสสนามีภายหลัง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า “เจริญวิปัสสนามีสมถะนำหน้า”<sup>๑๓๖</sup>สมถะจึงมี

๒) “วิปัสสนาปุพพกมฺ สมถํ ภาเวติ หมายถึง เจริญสมถะมีวิปัสสนานำหน้า” ภิกษุเจริญสมถะมีวิปัสสนานำหน้าเป็นอย่างไร เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็น โดยความไม่เที่ยง ชื่อว่าวิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นโดยความเป็นทุกข์ ชื่อว่า วิปัสสนา เพราะมีสภาวะพิจารณาเห็นโดยความเป็นอนัตตา สภาวะที่จิตปล่อยธรรมทั้งหลายที่เกิดในวิปัสสนานั้นเป็นอารมณ์ และสภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิวิปัสสนาจึงมีก่อน สมถะมีภายหลัง ด้วยประการดังนี้ เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า “เจริญสมถะมีวิปัสสนานำหน้า”<sup>๑๓๗</sup>

<sup>๑๓๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑ - ๓๐๒.

<sup>๑๓๕</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑/๔๑๓.

<sup>๑๓๖</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๔.

<sup>๑๓๗</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๔/๔๑๘.

๓) “ยุทนต์สมถวิปัสสนา หมายถึง สมถะและวิปัสสนาคู่กันไป” ขั้นตอนของการปฏิบัติกัมมัฏฐานวิธีนี้ คือ ผู้ที่เจริญสมถะมีวิปัสสนาภาวนานำหน้า ซึ่งวิธีนี้เป็นเจริญสมถะและวิปัสสนาคู่กันดำเนินไปอย่างต่อเนื่องด้วยอาการ ๑๖ อย่าง ได้แก่

- |                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| ๑. ด้วยมีสภาวะเป็นอารมณ์             | ๒. ด้วยมีสภาวะเป็นโคจร                          |
| ๓. ด้วยมีสภาวะละ                     | ๔. ด้วยมีสภาวะสละ                               |
| ๕. ด้วยมีสภาวะออก                    | ๖. ด้วยมีสภาวะหลีกออก                           |
| ๗. ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมละเอียดย       | ๘. ด้วยมีสภาวะเป็นธรรมประณีต                    |
| ๙. ด้วยมีสภาวะหลุดพ้น                | ๑๐. ด้วยมีสภาวะไม่มีอาสวะ                       |
| ๑๑. ด้วยมีสภาวะเป็นเครื่องข้าม       | ๑๒. ด้วยมีสภาวะไม่มีนิमित                       |
| ๑๓. ด้วยมีสภาวะไม่มีปณิหิตะ          | ๑๔. ด้วยมีสภาวะเป็นสุญญุตตะ                     |
| ๑๕. ด้วยมีสภาวะมีรสเป็นอย่างเดียวกัน | ๑๖. ด้วยมีสภาวะเป็นคู่กันไม่ล่วง <sup>๑๓๘</sup> |

หรือเมื่อเธอเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันอยู่ มรรคเกิดขึ้น เธอเสพ คุ่น เจริญ ทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเสพคุ่น เจริญ ทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้น สังโยชน์ทั้งหลายย่อมถูกละได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นไป<sup>๑๓๙</sup>

๔) “ธมฺมุทจฺจาวิกคฺคหิตมานสํ โหติ หมายถึง มีใจถูกอุทัจจะในธรรมกั้นไว้”

ภิกษุผู้มีใจถูกอุทัจจะในธรรมกั้นไว้ เป็นอย่างไรคือ เมื่อภิกษุมนสิการโดยความไม่เที่ยง โอกาสย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนึกถึงโอกาสว่า “โอกาสเป็นธรรม” เพราะนึกถึงโอกาสนั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทัจจะ ภิกษุผู้มีใจถูกอุทัจจะนั้นกั้นไว้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏ โดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏ โดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจถูกอุทัจจะในธรรมกั้นไว้ ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรคย่อมเกิดอย่างไร ฯลฯ มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ภิกษุยอมละสังโยชน์ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้

เมื่อมนสิการโดยความไม่เที่ยง ญาณ ความรู้ ย่อมเกิดขึ้น ปีติ ความอิ่มใจ ย่อมเกิดขึ้น ปัสสัทธิ ความสงบกายสงบใจ ย่อมเกิดขึ้น สุข ความสุข ย่อมเกิดขึ้น อธิโมกษ์ ความน้อมใจเชื่อ ย่อมเกิดขึ้น ปัคคหะ (ความเพียรที่พอดี) ย่อมเกิดขึ้นอุปปัฏฐาน (สติแก่กล้า) ย่อมเกิดขึ้น อุเบกขา (ความมีใจเป็นกลาง) ย่อมเกิดขึ้น นิกันติ (ความตั้งใจ) ย่อมเกิดขึ้น ภิกษุนึกถึง นิกันติว่า “นิกันติเป็นธรรม” เพราะนึก ถึงนิกันตินั้น ความฟุ้งซ่านเป็นอุทัจจะ ภิกษุผู้มีใจถูกอุทัจจะนั้นกั้นไว้อย่างนี้ ย่อมไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความไม่เที่ยงตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นทุกข์ตามความเป็นจริง ไม่รู้ชัดความปรากฏโดยความเป็นอนัตตาตามความเป็นจริง เพราะเหตุนี้ ท่านจึงกล่าวว่า มีใจ

<sup>๑๓๘</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๐-๔๒๔.

<sup>๑๓๙</sup> อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๘.

ถูกอุทัจจะในธรรมกันไว้ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบ อยู่ภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิดแก่เธอ มรรค ย่อมเกิดอย่างไร ฯลฯ มรรคย่อมเกิดอย่างนี้ ภิกษุย่อมละสังโยชน์ได้อย่างนี้ อนุสัยย่อมสิ้นไปอย่างนี้

เมื่อมนสิการโดยความเป็นทุกข์ ฯลฯ เมื่อมนสิการโดยความเป็นอนัตตา โอภาย่อมเกิดขึ้น ฯลฯ ญาณย่อมเกิดขึ้น ปีติย่อมเกิดขึ้น ปัสสทธิย่อมเกิดขึ้น สุขย่อมเกิดขึ้น อธิโมกข์ย่อมเกิดขึ้น ปคคหะย่อมเกิดขึ้น อุပ္ปฏฐานย่อมเกิดขึ้น<sup>๑๔๐</sup>

ในพระไตรปิฎกที่แสดงอ้างมานี้ ความที่จิตเป็นเอกัคคตารมณ์ไม่ฟุ้งซ่านในเวลาที่จิตตั้งมั่น สงบอยู่ภายใน จึงเป็นบาทฐาน พึงบรรลุความบริสุทธิ์

สรุปได้ว่า ข้อธรรมที่เป็นบาทฐานของการปฏิบัติวิปัสสนาก็คือสมาธิ ซึ่งผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกหัดพัฒนาตนให้มีจิตเป็นเอกัคคตารมณ์ จิตไม่ฟุ้งซ่าน จิตตั้งมั่นสงบอยู่ภายใน โดยมีความเพียร เจริญวิปัสสนากาวนาไปอย่างต่อเนื่อง

### ๓.๓ หลักการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

การปฏิบัติวิปัสสนากาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ โดยมีสติเฝ้ามองที่การพิจารณา กำหนด รู้อุปนามนั้น จะอาศัยเพียงการฟังธรรมอย่างเดียว ไม่กำหนดรูปนามในขณะปัจจุบัน ย่อมไม่สามารถทำวิปัสสนาญาณให้เกิดขึ้นได้ ซึ่งกล่าวได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาที่พ้นจากการกำหนด รูป นาม หรือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่พ้นจากหลักสติปัฏฐาน ๔ ไม่มีเลย ดังในคัมภีร์อรรถกถาแสดงไว้<sup>๑๔๑</sup>

#### ๓.๓.๑ หลักการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา

ในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนานั้น บุคคลผู้มึนกุศลจิต ต้องปลุกศรัทธาให้เกิดขึ้นในจิตของตนเองไว้ก่อน เมื่อจิตมีความตั้งมั่นแล้ว จึงน้อมจิตให้มีโยนิโสมนสิการไปในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา ซึ่งมีพระดำรัสที่แสดงไว้ว่า

“สมปยุตตรมเมสุ ปมุขา ปชานา หุตวา กายาทีสุ อารมมณฺเษสุ ติฏฺฐตฺติ ปฏฺฐานํ” แปลความว่า “ธรรมใดเป็นหัวหน้า คือ เป็นประธานในสัมปยุตตรมทั้งหลายแล้วตั้งอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย มีกายเป็นต้น ธรรมนั้นชื่อว่าปัฏฐาน” และ “สติ เอว ปฏฺฐานนฺติ สติปัฏฺฐานํ” แปลความว่า “สตินั้นแหละ เป็นประธานในสัมปยุตตรมทั้งหลายแล้วตั้งอยู่ในอารมณ์ทั้งหลาย มี กาย เป็นต้น ธรรมนั้น จึงชื่อว่า สติปัฏฐาน”<sup>๑๔๒</sup>

<sup>๑๔๐</sup> พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๕/๔๒๕.

<sup>๑๔๑</sup> ที.อ. (บาลี) ๒/๓๖๒.

<sup>๑๔๒</sup> พระสังฆมณฑลชวตตวิภังค์, ธรรมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ, ปริจเฉทที่ ๓ และปริจเฉทที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสังฆมณฑลชวตตวิภังค์), หน้า ๑๓๐.

ส่วนในคัมภีร์อรรถกถาที่ขนิทาย มหาวรรค สุมังคลวิลาสินี มีข้อความที่พระอรรถกถาจารย์นำมาแสดงไว้ว่า กาย เวทนา จิต ธรรมทั้งหลายแล้ว ภาวนาไม่มีเลย ฉะนั้น ในเรื่องของสันตติมหาอำมาตย์ผู้เมาสุราและเศร้าโคกเพราะการตายของหญิงพื่อนที่ตนรักเสนาหากับเรื่องของนางปฐาจารย์ผู้เศร้าโคกเพราะการตายของสามี บุตรและบิดามารของตนเองนั้น พึงทราบว่าเป็นผู้ก้าวล่วงโสกะและปริเทวะไปด้วยมรรคนี่เอง<sup>๑๔๓</sup>

ผู้ศึกษาจึงได้สรุปสติปัฏฐานสูตรนี้ว่า เป็นอารมณ์ได้ทั้งสมณะ และวิปัสสนาก็ได้ คือ ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานมี อิริยาบถบรรพ, สัมปชัญญะบรรพ และธาตุบรรพ เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาล้วน อานาปานบรรพ เป็นวิปัสสนาเจือด้วยสมณะ ส่วนปฏิกุศลบรรพ และอสุกขบรรพ ต้องเจริญสมณะให้จิตสงบเสียก่อน แล้วยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนากายาภาภายหลัง สำหรับผู้เจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน, จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน จัดเป็นวิปัสสนาล้วนๆ ถึงอย่างไรก็ตาม สติปัฏฐาน ๔ อย่างนี้ จะเป็นสมณะหรือวิปัสสนา ก็ขึ้นอยู่กับปฏิบัติ ถ้าเป็นไปเพื่อความสงบเป็นสมณะ แต่ถ้าเป็นไปเพื่อปัญญาคือวิปัสสนา การปฏิบัติในองค์กรรมฐานนั้น ๆ เพียงองค์เดียวก็สามารถปฏิบัติได้จนถึงบรรลุธรรม บรรลุมรรคผล นิพพานได้

### ๓.๓.๒ วิธีปฏิบัติวิปัสสนากายาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

การปฏิบัติวิปัสสนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ได้ใช้หลักทฤษฎีตามแบบแนวทางของท่าน พระโสมณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ซึ่งมีหลักการปฏิบัติที่สอดคล้องกับหลักทฤษฎีที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่นๆ ที่เกี่ยวข้องดังนี้ คือผู้ปฏิบัติธรรมที่ปรารถนาจะพ้นทุกข์จนบรรลุมรรคผล<sup>๑๔๔</sup>

ผู้ปฏิบัติธรรมที่มีความปรารถนาจะพ้นจากทุกข์บรรลุ มรรค ผล นิพพาน ปรากฏข้อความตามบาลี และอรรถกถา ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย เมื่อธรรมข้อหนึ่งบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความแตกฉานแห่งปัญญา ย่อมเป็นไปเพื่ออนุपाทาปรินิพพาน ธรรมข้อหนึ่งคืออะไร คือ กายคตาสติ ดูกรภิกษุทั้งหลาย ธรรมข้อหนึ่งนี้แลบุคคลเจริญแล้ว กระทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความแตกฉานแห่งปัญญา ย่อมเป็นไปเพื่ออนุपाทาปรินิพพานฯ”<sup>๑๔๕</sup>

### ๓.๓.๓ อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ๔

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของการปฏิบัติวิปัสสนา ตามหลักสติปัฏฐานสูตรไว้ในตอนท้ายของพระสูตรนี้ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ผู้ใดผู้หนึ่ง พึงปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ (วิปัสสนา) นี้

<sup>๑๔๓</sup> ที.ม.อ.(บาลี) ๒/๓๖๒., มหามกุฏราชวิทยาลัย, พระสูตรและอรรถกถา ที่ขนิทาย มหาวรรค แปลเล่มที่ ๒ ภาคที่ ๒, (โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย: กรุงเทพมหานคร, ๒๕๒๕), หน้า ๒๖๗.

<sup>๑๔๔</sup> อัง. นวก.อ. (บาลี) ๒๓/๒๓๑/๕๗.

<sup>๑๔๕</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๓๑/๕๒.

อย่างนี้ ตลอด ๗ วัน เป็นอย่างน้อยก็หวังได้ว่า เขาพึงหวังผลในปัจจุบันอย่างใดอย่างหนึ่ง ในจำนวนผล ๒ อย่าง คือ ๑. จะได้บรรลอรหัตตผล ๒. ถ้ายังมีอุปาทานเหลืออยู่ จะบรรลุนาคามิผล<sup>๑๔๖</sup>

ความสำคัญของสติปัฏฐาน ๔ เห็นได้จากพระพุทธพจน์ที่ว่า “ทางนี้เป็นทางเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนายธรรม เพื่อให้ทำให้แจ้งนิพพาน”<sup>๑๔๗</sup>

องค์ธรรมของการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ในการเจริญสติปัฏฐานนั้น มิใช่มีเพียงสติอย่างเดียว ต้องมีธรรมชื่ออื่นมาประกอบร่วมสนับสนุนไปพร้อมกันด้วย ได้แก่ วิริยะและปัญญา ในพระสูตรนี้จึงตรัสธรรมทั้ง ๓ ประการ ที่เกิดร่วมกับสติ เรียกว่า อาตปปี มีความเพียรเผากิเลสให้มอดไหม้ สมปชาโน มีปัญญาหยั่งรู้เห็นชัด สติมา มีสติกำกับ

๑) องค์คุณ ได้แก่ อาตปปี สมปชาโน สติมา

๑. อาตปปี แปลว่า มีความเพียรด้วยวิริยะ กล่าวคือความเพียรทางกายและทางใจ.<sup>๑๔๘</sup> คำว่า มีเพียร มีอรรถว่า สภาพใด ย่อมแผดเผากิเลสทั้งหลายในภพทั้ง ๓ เหตุุนั้น สภาพนั้น ชื่อว่าอาตปปีแผดเผากิเลส คำนี้เป็นชื่อของความเพียร. ความ เพียรของผู้นั้นมีอยู่ เหตุุนั้น ผู้มีชื่อว่าอาตปปีมีความเพียร.<sup>๑๔๙</sup> อาตปปี มีความเพียร พึงทราบว่าเป็น ตรีสความเพียรชอบ ด้วยอาตปปีความเพียรเครื่องเผากิเลส ตรีสกัมมัฏฐานที่ให้สำเร็จประโยชน์ทั่ว ๆ ไป หรืออุบาย เครื่องบริหารกัมมัฏฐาน ด้วยสติสัมปชัญญะ หรือ ตรีสสมณะที่ได้มาด้วยอำนาจกายานุปัสสนา ตรีสวิปัสสนาด้วยสัมปชัญญะ ตรีสผลแห่งภาวณาด้วยการกำจัดซึ่งอภิชณาและโทมนัสขณะนี้.<sup>๑๕๐</sup>

๒. สมปชาโน แปลความได้ว่า สัมปชัญญะ ในคำนี้เป็นอย่างไร ความรอบรู้ ความรู้ทั่ว ฯลฯ ความเห็นชอบ นี้เรียกว่าสัมปชัญญะ บุคคลใดประกอบแล้ว ฯลฯ มาตามพร้อมแล้ว ด้วยสัมปชัญญะนี้ เหตุุนั้นบุคคลนั้น จึงเรียกชื่อว่า สมปชาโน.

๓. สติมา แปลความได้ว่า สติในคำนี้เป็นอย่างไร ความระลึกได้ ความระลึกถึงความระลึกชอบ นี้เรียกว่าสติ บุคคลใดประกอบแล้ว มาตามพร้อมแล้วด้วยสตินี้ เหตุุนั้น บุคคลนั้น จึงเรียกว่าสติมา.<sup>๑๕๑</sup>

สมาธิ แปลว่า ความตั้งมั่นแห่งจิต, ความที่จิตตั้งมั่น หรือสมาธิ คือ ภาวะที่จิตมั่นคง แน่วแน่ ไม่หวั่นไหวฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ ภายนอกด้วยอำนาจสติที่กำหนดจับอารมณ์อย่างใดอย่าง

<sup>๑๔๖</sup> ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๕๖/๑๑๒, ม.มู. (ไทย) ๑๒/๔๒/๒๐๑.

<sup>๑๔๗</sup> ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๑๔๘</sup> ที่.สี.อ. (ไทย) ๑ /-/ ๑๕๓.

<sup>๑๔๙</sup> ที่.ม.อ. (ไทย) ๑๓ /-/ ๒๘๔.

<sup>๑๕๐</sup> ที่.ม.อ. (ไทย) ๑๓ /-/ ๒๘๖.

<sup>๑๕๑</sup> ที่.ม.อ. (ไทย) ๑๔ /-/ ๒๘๗.

หนึ่งไว้มั่นคง หรือสมาธิ จะเกิดได้ด้วยบำเพ็ญ สมถกรรมฐาน หรือโดยทั่วไป สมาธิ ใช้หมายถึงการทำใจให้สงบ การระงับอารมณ์ฟุ้งซ่าน เรียกว่า ทำสมาธิ จิตที่สงบได้ชั่วคราวเรียกว่า ใจเป็นสมาธิ<sup>๑๕๒</sup>

สมาธิที่เข้าถึงระดับจิตตวิสุทธิมี ๓ ประเภท คือ

- ๑) อุปจารสมาธิ สมาธิใกล้ฉาน, สมาธิใกล้จะแนบแน่น
- ๒) อัปปนาสมาธิ สมาธิแนบแน่น
- ๓) ขณิกสมาธิ สมาธิชั่วขณะ

สมาธิสองประการแรก คือ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ กล่าวไว้ตามสมถยานิก ผู้เจริญสมณะแล้วอาศัยสมณะเป็นบาทของวิปัสสนา ส่วนขณิกสมาธิ กล่าวไว้ตามวิปัสสนายานิก ผู้เจริญวิปัสสนาโดยตรง สมาธิเหล่านี้พบในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

อุปจารสมาธิ นี้เป็นสมาธิที่อยู่ในขั้นมหากุศล หากแต่มีปฏิภาคนิมิต เป็นอารมณ์ทั้งนิเวรณต่าง ๆ ก็สงบเสียบ ดังนั้นผู้ที่เข้าถึง อุปจารสมาธินี้จึงเรียกว่า ได้อุปจารฉาน

อัปปนาสมาธิ เป็นสมาธิที่อยู่ในขั้นมหัคคตกุศล มีปฏิภาคนิมิตเป็นอารมณ์ด้วยนิเวรณต่างๆ ก็ถูกพหวนให้เป็นวิกขัมภนพหวนด้วย องค์ฉานทั้งหลายเกิดมีกำลังแล้วเพราะองค์ฉานทั้งหลายเกิดมีกำลัง เมื่ออัปปนาสมาธิเกิดขึ้นแล้ว จิตตถกวางค์วาระเดียวแล้วย่อมตั้งอยู่ คือเป็นไปตามทางกุศลชวณะ โดยลำดับตลอดทั้งคืนทั้งวันที่เดียว เปรียบเหมือนบุรุษผู้มีกำลังแข็งแรงลุกขึ้นจากที่นั่งแล้ว พึงยืนอยู่ทั้งวัน

ขณิกสมาธิ เป็นสมาธิที่เกิดชั่วขณะ เมื่อกำหนดรู้สภาวะธรรมอยู่ ย่อมปรากฏขึ้น เมื่อจิตตั้งมั่นในอารมณ์ปัจจุบันที่เป็นรูปนามอย่างต่อเนื่องปราศจากนิเวรณ ในขณะที่อินทริย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และ ปัญญา มีกำลังสม่ำเสมอแก่ผู้เจริญวิปัสสนาภาวนา<sup>๑๕๓</sup> ความที่จิตมีอารมณ์เดียว ซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกับสติที่กำหนดกลมหายใจเข้าและหายใจออกนั้น ชื่อว่าสมาธิ.ก็เทศานี้ท่านกล่าวไว้ด้วยหัวข้อ คือสมาธิ

### ๓.๓.๔ การปรับอินทริย์ให้เสมอกัน

ผู้สำรวมกาย วาจา ใจ แล้วทำอินทริย์ ๕ คือความเป็นใหญ่ด้วย ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ให้มีความเสมอกัน ชื่อว่า การปรับอินทริย์ให้เสมอกัน เพราะถ้าว่าสัทอินทริย์ของเรามีพลัง อินทริย์นอกนี้อ่อน. ต่อนั้นไป วิริยอินทริย์ก็ไม่อาจจะทำหน้าที่ประคองไว้ได้. สตินทริย์ ก็ไม่อาจจะทำหน้าที่ปรากฏได้. สมาธินทริย์ก็ไม่อาจจะทำหน้าที่ไม่ให้ฟุ้งซ่านได้. ปัญญินทริย์ก็ไม่อาจจะทำหน้าที่พิจารณาเห็นได้. เพราะฉะนั้น พระโยคาวจรพึงให้ สัทอินทริย์นั้นเสื่อมไปโดยพิจารณาถึงสภาวะธรรม

<sup>๑๕๒</sup> พระธรรมกิตติ, พจนานุกรม เพื่อการศึกษาพุทธศาสน์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถานบันบ้นลือธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๑๐๑๑.

<sup>๑๕๓</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลโดยพระคันธสารากวีวงศ์, (นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๕๙.



หรือ โดยไม่ใส่ใจถึงโดยทำนองที่เมื่อใส่ใจถึงสัทธินทรีย์จะมีพลัง. ก็ในข้อนี้มีเรื่องของพระวัคกลิเถระ เป็นตัวอย่าง.

แต่ถ้าวิริยอินทรีย์ มีพลังภายหลังสัทธินทรีย์จะไม่สามารถทำหน้าที่น้อมใจเชื่อได้เลย อินทรีย์นอกนั้นก็ไม่ว่าจะทำหน้าที่ต่างประเภทนอกนี้ได้ เพราะฉะนั้นพระโยคาวจรจึงให้วิริยอินทรีย์นั้น เสื่อมไปด้วยการเจริญปัสนธิ เป็นต้น แม้ในข้อนี้เพียง แสดงเรื่องของพระโสณเถระให้เห็น แม้ใน อินทรีย์ที่เหลือก็พึงทราบอย่างนั้น เมื่ออินทรีย์อย่างเดี๋ยวมี่พลังพึงทราบว่าอินทรีย์นอกนั้นก็หมด สมรรถภาพในหน้าที่ของตน.<sup>๑๕๔</sup>

พระผู้มีพระภาคตรัสว่าโสณะ เช่นเดียวกัน ความเพียรที่ปรารถนากินไป ย่อมเป็นไปเพื่อความ พุ่งชาน ความเพียรที่ย่อหย่อนกินไป ย่อมเป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน ฉะนั้น เธอจงตั้งความ เพียรให้พอดี จงปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน และจงถือเอานิมิตในความเสมอกันนั้น”

ท่านพระโสณะถูกรับสนองพระดำรัสแล้ว ลำดับนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรง สอนท่านพระโสณะ ด้วยพระโอวาทข้อนี้แล้ว ทรงหายไปจากป่าสีตะวันนั้น ต่อหน้าของท่าน พระโสณะมาปรากฏพระองค์ที่ภูเขาคิชฌกูฏ เหมือนบุรุษผู้มีกำลังเหยียดแขนออกหรือคู้แขนเข้า เพราะฉะนั้น ครั้นในกาลต่อมา ท่านพระโสณะได้ตั้งความเพียรให้พอดี ปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน และ ถือเอานิมิตในความเสมอกันนั้น ได้หลีกไปอยู่เพียงผู้เดียว เป็นผู้ไม่ประมาท มีความเพียรอุทิศกายและ ใจ อยู่ไม่นานนัก ก็ได้ทำให้แจ้ง ประโยชน์ยอดเยี่ยมอันเป็นที่สุดแห่งพรหมจรรย์ที่เหล่ากุลบุตรผู้ออก จากเรือนบวชเป็นบรรพชิตโดยชอบ ต้องการด้วยปัญญาอันยิ่งเอง เข้าถึงอยู่ในปัจจุบันแท้ รู้ชัดว่า “ชาติสิ้นแล้วอยู่จบพรหมจรรย์แล้วทำกิจที่ควรทำเสร็จแล้ว ไม่มีกิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้อีกต่อไป” ท่านพระโสณะได้เป็นพระอรหันต์รูปหนึ่งในจำนวนพระอรหันต์ทั้งหลาย<sup>๑๕๕</sup>

วิธีการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ในวิธีการปฏิบัติ ซึ่งมีความสอดคล้องกันในลักษณะของ เทคนิคและวิธีปฏิบัติต่างๆ เพื่อให้บรรลุผลสำเร็จในการปฏิบัติได้ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้

๑. รูปแบบวิธีการแสดง คือการแสดงแบบปุจฉา-วิสัชนาเหมือนกัน
๒. วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นการแสดงวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตาม แนวสติปัฏฐาน ๔ ประการเหมือนกัน คือ (๑) วิธีปฏิบัติ ๔ อย่าง พิจารณาเห็นกาย เวทนา จิต ธรรม (๒) วิธีใช้อังคธธรรม ๓ อย่างคือ ความเพียร สัมปชัญญะ สติ เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัส<sup>๑๕๖</sup>

<sup>๑๕๔</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๗/ ๑๔๔/ ๗๖๒.

<sup>๑๕๕</sup> อง.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒ /๕๕/๕๓๔-๕๓๕.

<sup>๑๕๖</sup> พระแสนปราชนู อิตตัสสโธ, หนังสือเก็บเพชรจากวิทยานิพนธ์ดีเด่น, การศึกษาเชิงวิเคราะห์ สติปัฏฐานกถา ในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค, หน้า ๑๕.

### ๓.๓.๕ อารมณ์ของวิปัสสนากาวนา

เพื่ออธิบายอารมณ์ของวิปัสสนากาวนา ผู้ที่ประสงค์จะปฏิบัติวิปัสสนากาวนาพึงเจริญสติระลึกรู้รูปนามปรมาตม์เท่านั้น ไม่ควรใส่ใจต่อบัญญัติ แม้ในปรมาตม์ก็ควรกำหนดรู้สภาวะที่เป็นโลกียธรรม คือ ธรรมฝ่ายโลก หมายถึง จิต เจตสิก และรูป ไม่ควรกำหนดรู้โลกุตตรธรรม เพราะปุถุชนไม่อาจเข้าใจสภาวะที่แท้จริงของโลกุตตรธรรมได้ แม้สำหรับพระอริยบุคคลก็ไม่มีประโยชน์ที่จะกำหนดรู้โลกุตตรธรรม เพราะการกำหนดรู้โลกียธรรมนั้นมีจุดมุ่งหมายเพื่อเพิกถอนกิเลสที่ยึดมั่นว่าเป็นของเที่ยง เป็นสุข เป็นอนัตตา แต่กิเลสที่ยึดมั่นเช่นนั้นไม่มีใน โลกุตตรธรรม ดังนั้น แม้จะกำหนดรู้โลกุตตรธรรมก็ไม่อาจละกิเลสได้ เหมือนการปรับพื้นที่ที่มีที่ลุ่มและดอนให้เรียบเสมอกัน เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ แต่การปรับพื้นที่ราบเรียบอยู่แล้วย่อมจะไม่ได้ประโยชน์แต่อย่างใด<sup>๑๕๗</sup>

#### ๑) รูปนามอารมณ์วิปัสสนากาวนา

อารมณ์ของวิปัสสนานั้น จัดเป็นได้ทั้งอารมณ์ภายในและภายนอก ซึ่งมีข้อความอยู่ในมหาสติปัฏฐานสูตร นักปฏิบัติควรเริ่มจากกำหนดรู้อารมณ์ภายในคือรูปนามที่อยู่ในร่างกายที่ยาวไม่เกินวา หนาเพียงคืบ กว้างเพียงศอก เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าแล้ว ก็จะสามารถรับรู้อารมณ์ภายนอกได้เอง วิธีนี้เป็นวิธีปฏิบัติของพระสาวกทั้งหลาย ซึ่งมีข้อความที่ปรากฏในฎีกาของอนุปทสูตรที่อธิบายเรื่องของพระโมคคัลลานเถระ ผู้กำหนดรู้สภาวะธรรมบางส่วนแล้วได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์ มีข้อความดังนี้

เอกเทสเมวาทิ สกอตตภาเว สงขารे อนวเสสโต ปริคคเหตุญจ สมมสติญจ อสกุโกนตํ  
อตตโน อภินิหารสมุททาตตญาณพลาณรูปํ เอกเทสเมว ปริคคเหตุวา สมมสนโต

“คำว่า เอกเทสเมว แปลว่า เพียงบางส่วน มีความหมายว่า พระเถระได้กำหนดหยั่งเห็นเพียงบางส่วนซึ่งตนไม่อาจกำหนดรู้และหยั่งเห็นสังขารธรรมในอัฐภาพของตนโดยสิ้นเชิง ตามกำลังปัญญาที่ได้สั่งสมมา

ตสฺมา สสนตานคเต สพุพมเม ปรสฺนตานคเต จ เตสํ สนฺตานวิภาคํ อกฺตวา พหิทฺธา  
ภาวสามณฺยโต สมฺมตี. อโย สวากานํ สมฺมสนจาโร. “ดังนั้น พระเถระจึงหยั่งเห็นธรรมทั้งปวงที่เป็นไปในกระแสรูปนามของตน และหยั่งเห็นธรรมที่เป็นไปในกระแสรูปนามของคนอื่นโดยความเป็นธรรมภายนอกทั่วไป มิได้กระทำการจำแนกกระแสรูปนามของบุคคลเหล่านั้น วิธีนี้เป็นวิธีหยั่งเห็นของสาวกทั้งหลาย”<sup>๑๕๘</sup>

<sup>๑๕๗</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลโดยพระคันธสาราภิวังค์, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๓๐-๑๓๑.

<sup>๑๕๘</sup> เรื่องเดียวกัน, ๑๓๗-๑๓๘.

วิปัสสนาภูมิ หรือภูมิของปัญญา<sup>๑๕๙</sup> มี ๖ เมื่อย่อลงแล้ว คือ รูปธรรม กับนามธรรม และจัดเป็นอารมณ์ของการเจริญวิปัสสนา ที่ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดรู้ โดยรูปนามที่กำลังปรากฏนั้นต้องเป็นปัจจุบัน คือ มีวิริยะความเพียร รู้ทันต่อสภาวะรูปนามที่กำลังปรากฏอยู่เฉพาะหน้าเสมอ<sup>๑๖๐</sup> การเจริญวิปัสสนาที่ได้สภาวะธรรมอันเป็นปัจจุบันอารมณ์ จึงเป็นวิปัสสนาภูมิ

## ๒) วิปัสสนาภูมิ

การปฏิบัติวิปัสสนา ด้วยการมีสติกำหนดรู้ รูปนามในปัจจุบันจนเห็นสภาวะธรรม ที่เกิดอาการปรากฏของรูปนามตามสภาวะลักษณะ เป็นลักษณะพิเศษเฉพาะตัว ที่เรียกว่า วิเสสลักษณะ หมายถึง สภาวะของปรมาตถ์ได้แก่ รูปธรรม คือ สภาวะที่แปรปรวนของนิพผันนรูป<sup>๑๖๑</sup> รูปที่ไม่รู้ อารมณ์ และนามธรรม คือสภาวะที่รู้อารมณ์ของจิต และการโน้มไปสู่อารมณ์ของเจตสิก อันเป็นที่ตั้งของวิปัสสนา จึงเรียกว่า วิปัสสนาภูมิที่แท้จริง คือ อารมณ์ของวิปัสสนา ที่ตั้งของวิปัสสนา ซึ่งได้แก่ ชั้นที่ ๕,<sup>๑๖๒</sup> อายตนะ ๑๒, ธาตุ ๑๘, อินทริย์ ๒๒, อริยสัจ ๔, และปฏิจกสมุปบาท

### ๓.๓.๖ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาตามสติปัฏฐาน ๔

การเจริญวิปัสสนานั้นต้องอาศัย รูปนามแห่งชั้นที่ ๕ ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนา ในการกำหนดรู้รูปนามที่เป็นปรมาตถ์อารมณ์จนเห็นไตรลักษณ์นั้นต้องอาศัยปริยัติ มีความเข้าใจปริยัติและนำไปปฏิบัติ อันเป็นปัจจัยส่งให้ถึงปฏิเวธอย่างถูกต้อง ฉะนั้น ผู้เจริญวิปัสสนาและเข้าใจใน รูปนาม กำหนดรู้ได้นั้น โดยลงมือปฏิบัติ ด้วยการกำหนดรู้รูปนามอันเป็นปรมาตถ์อารมณ์จึงจะสามารถทำได้ อย่างถูกต้องตามหลักสติปัฏฐาน ๔

#### ๑) ความหมายการเจริญวิปัสสนา

ความหมายของคำว่า เจริญ หมายถึง เติบโต, งาม, งอกงาม, เพิ่มพูน, สวด, สาระยาย, บำเพ็ญ<sup>๑๖๓</sup>

คำว่า วิปัสสนา แปลว่า เห็นประจักษ์แจ้งพระไตรลักษณ์ในรูปที่เห็น อาการที่เคลื่อนไหว ใจที่คิด เป็นต้น เป็นวิธีการปฏิบัติให้เข้าถึงสภาวะดับ สงบ เย็นนิพพานได้<sup>๑๖๔</sup> ถ้าต้องการแท้ สุขถาวรที่ไม่กลับมาทุกข์อีกก็ต้องดำเนินไปตามหนทางนี้เท่านั้น ไม่มีทางอื่น<sup>๑๖๕</sup>

<sup>๑๕๙</sup> พระพุทธโฆสเถระ, *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*, สมเด็จพระพุทธมหาราช (อภิมหาเถระ), หน้า ๗๒๐.

<sup>๑๖๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๔๘-๙๖๔.

<sup>๑๖๑</sup> พระพุทธโฆสเถระ, *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*, สมเด็จพระพุทธมหาราช (อภิมหาเถระ), หน้า ๗๓๑.

<sup>๑๖๒</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๗๖๘.

<sup>๑๖๓</sup> พระธรรมกิตติ, *พจนานุกรม เพื่อการศึกษาพุทธศาสนา*, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร:โรงพิมพ์ธรรมสภาและสถานบันบ้นลือธรรม, ๒๕๕๑), หน้า ๑๗๗.

<sup>๑๖๔</sup> *ดูรายละเอียดใน* ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๑๖๕</sup> *ดูรายละเอียดใน* ที.ม.อ. (บาลี) ๓๗๓/๗๙๕.

คัมภีร์อรรถกถาปฏิสัมภิทามรรค ให้ความหมายไว้ว่า วิปัสสนา คือ การเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง มีบทวิเคราะห์ว่า อนิจจาทิวเสน วิวิเณ อากาเรน ธมเม ปสสตีติ วิปัสสนา<sup>๑๖๖</sup> ปัญญาใด ย่อมเห็นสังขตธรรมมีขันธเป็นต้น ด้วยอาการต่างๆ มีความไม่เที่ยงเป็นต้น ฉะนั้น ปัญญานั้น ชื่อว่า วิปัสสนา

ในอรรถกถาัมชฌิมนิกายมีการอธิบายความหมายไว้ว่า วิปัสสนา คือ การพิจารณาเห็นลักษณะของสภาวะธรรมที่ปรากฏ ๗ ประการ คือ

- |                        |   |
|------------------------|---|
| ๑) อนิจจานุปัสสนา      | พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง                    |
| ๒) ทุกขานุปัสสนา       | พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์                    |
| ๓) อนัตตานุปัสสนา      | พิจารณาเห็นความไม่มีตัวตน                   |
| ๔) นิพพิทานุปัสสนา     | พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย                |
| ๕) วิราคานุปัสสนา      | พิจารณาเห็นความคลายกำหนด                    |
| ๖) นิโรธานุปัสสนา      | พิจารณาเห็นความดับกิเลส                     |
| ๗) ปฏินิสัสคคานุปัสสนา | พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส <sup>๑๖๗</sup> |

## ๒) การเจริญสติในกายที่เป็นวาโยธาตุ

ในสติปัฏฐานสูตร<sup>๑๖๘</sup> ซึ่งเป็นพระสูตรที่มีความสำคัญมากในพระพุทธศาสนา ก่อนที่จะทรงแสดงเนื้อความในพระสูตรนี้ พระพุทธองค์ได้ทรงตรัสถึงพุทธประสงค์ ๕ ประการ ดังนี้ เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อก้าวล่วงโสกะปริเทว เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง

ความแตกต่างในการกำหนดอานาปานสติกับการกำหนดพอง-ยุบ คือ อานาปานสติ ภาวนาเป็นการกำหนดรู้จุดสัมผัสที่ลมกระทบ เรียกว่า ไผภูฏัพพายตนะ ซึ่งอรรถกถาัมชฌิมนิกาย อธิบายว่า อานาปานะ (ลมหายใจออก ลมหายใจเข้า) เป็นกายชนิดหนึ่ง เพราะสงเคราะห์เข้าใน ไผภูฏัพพายตนะ<sup>๑๖๙</sup>

การเฝ้าสังเกตเพื่อกำหนดรู้พอง-ยุบ เป็นการกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของวาโยธาตุ ในท้อง จัดเป็น วาโยไผภูฏัพพรูป

ดังนั้น การเจริญวิปัสสนา คือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งอาศัยรูปนามเป็นอารมณ์ในการกำหนดรู้ในกายของวาโยธาตุ คือธาตุลม ที่มีลมหายใจเข้า หายใจออก ซึ่งเป็นการเจริญสติประเภทหนึ่งซึ่งเป็นหลักธรรมที่สำคัญของพระพุทธองค์ ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติเกิดปัญญาในการหยั่งเห็น ไตรลักษณ์และอริยสัจ ๔ อย่างแท้จริง

<sup>๑๖๖</sup> อภ.สง.อ. (บาลี) ๑/๑๐๐/๑๐๐.

<sup>๑๖๗</sup> ม.ม.อ. (บาลี) ๑/๖๕/๑๖๙.

<sup>๑๖๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๑๖๙</sup> ม.อ.อ. (บาลี) ๔/๑๐๙/๙๙.

การเจริญสมณะเป็นบาทฐานของวิปัสสนาในคัมภีร์อรรถกถา กล่าวถึงการเจริญสมณะเป็นฐานของวิปัสสนา ว่าโดยแท้จริงแล้ว บุคคลใดมีสมาธิและวิปัสสนาไม่แก่กล้า เมื่อเธอนั่งเจริญวิปัสสนานานร่างกายย่อมล้าบากเหมือนไฟเผาอยู่ภายใน เหนือไพลออกจากกรักแระเหมือนมีควันพุ่งออกจากกระหม่อม จิตย่อมล้าบากทรมนทรมาย เธอย่อมเข้าสมาบัติขั้นอีก ชมความล้าบากกายและใจนั้นแล้ว กระทำให้ทุเลาลงจนสบายแล้วเจริญวิปัสสนาอีก เมื่อเธอนั่งนานอีกความล้าบากเหมือนอย่างนั้นย่อมเกิดขึ้น เธอย่อมเข้าสมาบัติอีก กระทำเหมือนก่อนความจริงการเข้าสมาบัติมีอุปการะมากแก่วิปัสสนา”<sup>๑๗๐</sup>

รูปที่ลมถูกต้องที่บริเวณท้อง คืออาการพองขึ้นและยุบลง จึงเหมาะสมอย่างยิ่งแก่การตั้งสติกำหนด เพื่อเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งต้องอาศัยการกำหนดรูปร่างเป็นสำคัญ ที่บริเวณท้องนั้น พองก็ดี ยุบก็ดี ที่มีอาการเคลื่อนไหวชัดเจนอยู่นั้น เรียกว่า วาโยโณภูฏัพพรูป ฉะนั้น “พองหนอ” และ “ยุบหนอ” ซึ่งกำหนดอยู่นั้น โยคาวจรบุคคลรู้ตั้งแต่ปรมัตถสภาวะของวาโยธาตุ ที่มีอาการเคลื่อนไหว

ตั้งนั้น พระพุทธองค์ทรงเทศนาไว้ในสังยุตตนิกาย มีพระบาลีว่า

รูป ภิกขเว โยนิโส มนสิการโรถ รูปานิจจตถยจ ยถาภูตัสสมนุสสสถ.

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอจงเป็นผู้มีโยนิโสมนสิการ ตั้งสติกำหนดที่รูป ถ้ามีสมาธิแล้ว รูปนั้นอนิจจังก็ดี ทุกขังก็ดี อนัตตาก็ดี ย่อมเห็นได้ชัดเจนแน่นอน อนึ่ง พระพุทธองค์ทรงเทศนาไว้ในสังยุตตนิกาย มีพระบาลีว่า

โณภูฏัพเพ อนิจจโต ชานโต ปสสโต อวิชา ปหียติ วิชชา อุปชชติ.

โยคาวจรบุคคลที่โณภูฏัพพารมณฺเณถูกต้องสัมผัสนั้น ตั้งสติกำหนดรู้เห็นอยู่ที่ไม่เที่ยงบุคคลนั้น อวิชาหายไป วิชชาญาณปรากฏ

ตั้งนั้น โยคีบุคคลที่กำหนดอาการพอง อาการยุบ อยู่ นั้น ตนรู้อยู่แต่ว่า โณภูฏัพพรูป<sup>๑๗๑</sup> เช่นนี้แสดงว่าสัมมาทิฏฐิ วิชชาญาณเกิดขึ้น มีฉันทิฏฐิอวิชาหายไป และสามารถบรรลุ ถึง มรรค ผล นิพพานได้เหมือนกัน

### ๓) โยนิโสมนสิการธาตุ

หลักปฏิบัติว่าด้วยวิธีกำหนดพิจารณาเกี่ยวกับธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุ ดิน ธาตุ น้ำ ธาตุ ไฟ และธาตุลม ดังมีพระพุทธดำรัสว่า “ปุณ จปร ภิกขเว ภิกขุ อิมเมว กาย ยถาจิตฺตํ ยถาปณฺหิตํ ธาตุ โส ปจจเวกฺขติ อตฺถิ อิมสฺมี กายเ ปจฺวิธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุติ ” แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย อีกประการหนึ่ง ภิกษุ พิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า ในกายนี้ มี

<sup>๑๗๐</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, แปลโดยพระคันธสาราภังค์, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๓๙.

<sup>๑๗๑</sup> ดูรายละเอียดใน ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ, วิปัสสนาธุระ, (ชลบุรี: C ๑๑๑ DESIGN CO., ๒๕๓๖), หน้า ๒๕๑.

ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่” <sup>๑๗๒</sup> พระ โสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ได้อธิบายไว้ในหนังสือมหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน มีความว่า ธาตุ ๔ เหล่านี้ บางแห่งเรียกว่า มหาธาตุรูป คือ รูปใหญ่โตปรากฏชัด แปลว่า รูปที่ใหญ่โตโดยรูปร่างและปรากฏชัดโดยลักษณะ เพราะวัตถุสิ่งของทั้งสิ้นประกอบขึ้นจากรูปเหล่านี้ซึ่งมีลักษณะเฉพาะตนเด่นชัดกล่าวคือ

- ๑) ปฐวีธาตุ ธาตุดิน มีลักษณะแข็ง หรืออ่อน
- ๒) อาโปธาตุ ธาตุน้ำ มีลักษณะไหล หรือเกาะกุม
- ๓) เตโชธาตุ ธาตุไฟ มีลักษณะเย็น หรือร้อน
- ๔) วาโยธาตุ ธาตุลม มีลักษณะหยาบ หรือตึง<sup>๑๗๓</sup>

#### ๔) กำหนดพิจารณาธาตุ ๔ ที่รूपนามตามหลักสติปัฏฐาน

จิตที่ตามรู้กองลมหรือธาตุทั้ง ๔ และนามธรรมคือสติ วิริยะ และปัญญาที่ประกอบรวมกับจิต จัดเป็นนามธรรม คือ สภาวะนุ่มไปสู่อารมณ์ หมายถึงมุ่งจะรับรู้อารมณ์ มีคำอธิบายว่า จิต คือ สภาวะรู้อารมณ์ที่เป็นกองลมหรือธาตุทั้ง ๔ สติ คือ การระลึกรู้อย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วง วิริยะ คือ ความเพียรในการระลึกรู้ ปัญญา คือ การหยั่งเห็นสภาวะธรรมของอารมณ์ปัจจุบันตามความเป็นจริง นักปฏิบัติพึงกำหนดรู้จิตเป็นหลัก เพราะสติ วิริยะ และปัญญาเกิดร่วมกับจิต เมื่อหยั่งเห็นสภาวะธรรมของจิตแล้วก็อาจหยั่งเห็นสภาวะธรรมของสติเป็นต้นได้ กล่าวคือ พึงรับรู้ที่จิตที่ตามรู้กองลมหรือธาตุทั้ง ๔ เป็นเพียงนามธรรมที่รับรู้อารมณ์ได้ ไม่ใช่รูปธรรมที่ไม่อาจรับรู้อารมณ์ไม่ใช่บุคคล เรา เขา บุรุษ หรือสตรี การรู้เห็นอย่างนี้เป็นทิวทัศน์วิสุทธิซึ่งเกิดขึ้นในขณะที่ตามรู้นามธรรม เมื่อนักปฏิบัติเจริญวิปัสสนากรรมฐานจนกระทั่งปรากฏว่ามีธาตุทั้ง ๔ และจิตที่ตามรู้ในปัจจุบันขณะ ปราศจากความเป็นตัวเรา ของเรา พึงยังกังขาวิตรณวิสุทธิให้เกิดขึ้น

ผู้ที่เจริญสติระลึกความเป็นรूपนามของธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม พร้อมทั้งจิตที่ตามรู้ธาตุเหล่านั้น เหตุเกิดของรูป ๔ อย่าง คือ กรรม จิต อุตุ และอาหาร เหตุเกิดของนาม ๒ อย่าง คือ อารมณ์ และหทัยวัตถุ พึงเจริญวิปัสสนาต่อไป เพื่อให้หยั่งเห็นความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความเป็นอนัตตาของสภาวะธรรมเหล่านั้น ดังข้อความว่า รูป อนิจจัง ขยภูเจณ, ทุกข์ ภัยภู เจณ, อนตตา อสารถุเจณ. แปลว่า “รูปไม่เที่ยงเพราะมีสภาพสิ้นไป เป็นทุกข์เพราะมีสภาพน่ากลัว และเป็นอนัตตาเพราะมีสภาพปราศจากแก่นสาร” ดังนี้

#### ๕) อายุตนะมี ๑๒

อายุตนะ คือ ที่ต่อ ที่เชื่อมรूपนาม ได้แก่ อายุตนะ ๑๒ ว่าด้วยการตั้งสติกำหนดพิจารณาอายุตนะภายใน ๖ อายุตนะภายนอก ๖ คือ

<sup>๑๗๒</sup> ที .ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๘/๓๐๗.

<sup>๑๗๓</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน,(กรุงเทพมหานคร: หจก ประยูรสารสันไทย การพิมพ์ ๒๕๕๓), หน้า ๑๘๘.

- |              |                             |
|--------------|-----------------------------|
| ๑) จักขวยตนะ | ๑) รูปายตนะ                 |
| ๒) โสตายตนะ  | ๒) สัททายตนะ                |
| ๓) ฆานายตนะ  | ๓) คันธายตนะ                |
| ๔) ชิวหายตนะ | ๔) รสายตนะ                  |
| ๕) กายายตนะ  | ๕) โผฏฐัพพายตนะ             |
| ๖) มนายตนะ   | ๖) อัมมายตนะ <sup>๑๗๔</sup> |

อายตนะ ๑๒ ว่าด้วยการตั้งสติกำหนดพิจารณา อายตนะภายใน ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายใจ และอายตนะภายนอก ๖ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อัมมารมณฺ์ สักแต่ว่าอายตนะเป็นที่ ต่อของชีวิต (คือระหว่างรูปกับรูป หรือระหว่างรูปกับนาม ให้ติดต่อกันเกิดความรู้ทางใจขึ้นได้) และ เป็นที่ไหลมาของบุญและบาป ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เป็นเพียงปรมาัตถธรรม คือ ชั้นธ อายตนะ ธาตุ สัจจะ เท่านั้น<sup>๑๗๕</sup>โดยมีวิธีการกำหนดรู้ตามนี้

๑) รู้ชัดตา รู้ชัดรูป เครื่องร้อยรัดทั้งหลาย อาศัยตาและรูปเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้น การ เกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ ขณะเห็นรูปกำหนดว่า เห็นหนอ ๆ

๒) รู้ชัดหู รู้ชัดเสียง เครื่องร้อยรัดคือสังโยชน์ อาศัยหูและเสียงเกิดขึ้น รู้ชัด สังโยชน์นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ ขณะได้ยินกำหนดรู้ว่า ได้ยินหนอ ๆ

๓) รู้ชัดจมูก รู้ชัดกลิ่น เครื่องร้อยรัดคือสังโยชน์ อาศัยจมูกและกลิ่นเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์ นั้น การเกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ ขณะรู้กลิ่นกำหนดรู้ว่า รู้หนอ ๆ

๔) รู้ชัดลิ้น รู้ชัดรส เครื่องร้อยรัดคือสังโยชน์ อาศัยลิ้นและรสเกิดขึ้น รู้ชัดสังโยชน์นั้นการ เกิด การละ ดับไม่มี รู้ชัดด้วยเหตุนี้ขณะที่ลิ้มรส กำหนดว่า รู้หนอ ๆ

๕) รู้ชัดกาย รู้ชัดสัมผัส เครื่องร้อยรัดคือสังโยชน์ อาศัยกายและสัมผัสเกิดขึ้น การเกิด การละ ดับไม่มี ก็รู้ชัดเหตุนี้ ขณะรู้สัมผัสกำหนดรู้ว่า ถูกหนอ ๆ

๖) รู้ชัดใจ รู้ชัดธรรมารมณฺ์ เครื่องร้อยรัดคือสังโยชน์ อาศัยใจและธรรมารมณฺ์เกิดขึ้น การ เกิด การละ ดับไม่มี ก็รู้ชัดเหตุนี้ ขณะนึกคิด กำหนดรู้ว่าคิดหนอ ๆ

### ๓.๔ ผลของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

เมื่อผู้ปฏิบัติได้เจริญวิปัสสนาภาวนามาต่อเนื่องดีแล้ว ย่อมเป็นผู้ได้รับผลประโยชน์ใน ตอนท้ายของมหาสติปัฏฐานสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสอานิสงส์การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ ว่า

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ผู้ใดผู้หนึ่ง พึงปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ (วิปัสสนา) นี้ อย่างนี้ ตลอด ๗ วัน เป็นอย่างน้อยก็หวังได้ว่า เขาพึงหวังผลในปัจจุบันอย่างใดอย่างหนึ่ง ในจำนวนผล ๒ อย่าง คือ ๑.จะ

<sup>๑๗๔</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙.

<sup>๑๗๕</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔-๓๐๕/๒๕๕.

ได้บรรลุอรหัตตผล ๒. ถ้ายังมีอุปาทานเหลืออยู่ จะบรรลุอนุคามิผล ตรัสว่าตถุประสงค์การปฏิบัติ วิปัสสนาสติปัฏฐาน ๔ ว่า ทางนี้เป็นทางเดียว ๑. เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ ๒. เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ ๓. เพื่อดับทุกข์และ ๔. เพื่อบรรลุอุบายธรรม ๕. เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน ก็การเจริญวิปัสสนาภาวนานี้ ในพระสูตรมีการแสดงอานิสงส์ ซึ่งกล่าวสรุปได้ ๔ ประการ คือ

๑. มีสติมั่นคงไม่ตายด้วยความหลง<sup>๑๗๖</sup>
๒. ได้เกิดอยู่ในสุคติภูมิ (คือ มนุษย์ สวรรค์)
๓. ถ้าอุปนิสัยยังอ่อนอยู่ ก็จะเป็นอุปนิสัยติดชั้นธันดานไปในภพหน้า<sup>๑๗๗</sup>
๔. ถ้ามีอุปนิสัยและอินทรีย์แก่กล้า ก็จะทำพระนิพพานให้แจ้งด้วยปัญญาภายใน ๗ วัน หรือ ๗ เดือน หรือ ๗ ปี พระอรหันต์หรือพระอนาคามี พึงหวังได้<sup>๑๗๘</sup>

### ๓.๕ สรุป

อารมณ์จะดีหรือร้ายก็ตาม หากอาการของจิตเกิดขึ้น ก็ให้กำหนดทุกขณะแห่งความคิดที่ผุดขึ้น พยายามตามกำหนดอาการเคลื่อนไหวของกายทุกๆ อิริยาบถ จะสำคัญหรือไม่ก็ตาม กำหนดเวทนาทุกอย่างทั้งที่เป็นสุขก็ดี เป็นทุกข์ก็ดีที่เกิดขึ้นภายในกายหรือจิต หมายความว่า ให้ตามกำหนดอารมณ์ทุกอย่างที่มาปรากฏในจิตของตน เมื่อไม่มีอารมณ์ใดเข้ามา ก็ให้กลับไปกำหนดอาการpong-yub ต่อ และในขณะที่กำลังเดิน ก็ให้กำหนดทุกอย่างก้าว อย่าให้ขาดช่วง ให้ทำการกำหนดไปตลอด ตามวิธีที่กล่าวมาแล้วนี้แหละ ยกเว้นแต่เวลาหลับเท่านั้นอีกไม่นานก็จะสามารถกำหนดการเกิดดับของนามรูป ถึงตอนนั้นแล้วก็จะเข้าถึงวิปัสสนาญาณมีอุทยัพพญาณเป็นต้นตามลำดับ

ผู้ศึกษาได้ว่าแนวทางการเจริญวิปัสสนาภาวนา ตามแนวคำสอน ของพระโสภณมหาเถระ แม้ไม่ปรากฏโดยตรง ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทนั้น มีสภาวะอาการที่ปรากฏรูปนามปรมัตถ์ ถูกต้องตามหลักคัมภีร์ คือว่า กำหนดรู้สภาวะpong-yub เป็นธาตุกรรมฐานโดยสภาวะ เป็นลมในท้องที่ดันให้ pong-yub ออกและยวบลงตามลักษณะของวาโยธาตุ และได้กล่าวว่า pong-yub คือ รูปที่ลมถูกต้องบริเวณท้อง คืออาการpong-yub ขึ้นและยวบลง ซึ่งต้องอาศัยการกำหนดรูปนามเป็นสำคัญ มีอยู่ว่าบริเวณท้องนั้น pong-yub ก็ดี ยุบก็ดี ที่มีอาการเคลื่อนไหวชัดเจนอยู่นั้น เรียกว่า วาโยโณภูมัพพรูป เป็นปรมัตถ์ สภาวะของวาโยธาตุ ที่มีอาการเคลื่อนไหวของวาโยธาตุที่ปรากฏอยู่กับปัจจุบัน

<sup>๑๗๖</sup> คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๘๙/๔๗๕.

<sup>๑๗๗</sup> คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๙๔/๓๐๔, ขุ.อิติ.อ. (บาลี) ๔๑/๑๗๖.

<sup>๑๗๘</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๔/๓๓๘.



## บทที่ ๔

### เหตุเกิดและเหตุดับปิติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

เมื่อโยคีบุคคลผู้มีกุศลจิตศรัทธาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ต้องการกำหนดอารมณ์พระกรรมฐานคือสติปัฏฐานทั้ง ๔ อย่างเพื่อให้อินทรีย์ธรรมมีพัฒนาการเป็นไปอย่างต่อเนื่อง ไม่ทอดลอยในการทำความเพียร ย่อมประสบพบเจอประสบการณ์บางอย่างที่มีลักษณะปราโมทย์ยินดี เอิบอímอยู่ตลอดเวลาบ้าง มีอาการขนลุกเล็กน้อยบ้าง มากบ้าง ในขณะที่ปฏิบัตินั้นเป็นเครื่องชี้วัดว่าผู้ปฏิบัติได้กำหนดอารมณ์พระกรรมฐานมาอย่างถูกต้องดีแล้ว ซึ่งในบทนี้จักได้ศึกษาสภาวะแห่งปิติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยจำแนกเป็นประเด็นได้ดังนี้

๔.๑ เหตุเกิดของปิติ

๔.๒ ปิติในองค์ฌาน

๔.๓ ปิติในวิปัสสนูปกิเลส

๔.๔ เหตุดับของปิติ

๔.๕ เหตุเกิดและเหตุดับปิติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๔.๖ สรุป

#### ๔.๑ เหตุเกิดของปิติ

ข้อธรรมคือ ปิติ นี้เป็นอีกข้อหนึ่งในวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ ตามที่ปรากฏพบในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรคนั้น มีความหมายและรายละเอียดบางส่วนดังกล่าวไว้แล้วในบทก่อนหน้านี้ แต่ในที่นี้ผู้ศึกษาจักอธิบายคำว่า “ปิติ คือ ความอímอกอímใจ” ได้แก่ วิปัสสนูปกิเลสชนิดหนึ่ง ซึ่งจักกล่าวธรรมเป็นเหตุเกิดของปิติที่ใช้ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เมื่อธรรมปิตินั้นเกิดขึ้นแล้ว โยคาวจรก็คิดว่า “ความปราโมทย์เอิบอาบซาบซ่านเห็นปานนี้ไม่เคยเกิดขึ้นแก่เรา ในกาลก่อนแต่กาลนี้เลยหนอ โฉนหนอ สำคัญเราเป็นผู้บรรลุมรรคผลเป็นแน่แท้” ดังนี้แล้วถือเอาสิ่งมีไ้หนทางนั้นแหละว่า “หนทาง” และถือเอาสิ่งมีไ้ผลนั้นแหละว่า “ผล” เมื่อโยคาวจรนั้นถือเอาสิ่งที่มีไ้หนทางว่า “เป็นหนทาง” สิ่งที่มีไ้ผลว่า “ผล” วิธีของวิปัสสนาก็ชื่อว่า ก้าวออกไปนอกเส้นทางแห่งวิปัสสนา โยคาวจรนั้นก็ละทิ้งการปฏิบัติภาวนาของตน แล้วนั่งชื่นชมเสวยปิตินั้นอยู่นั้นเทียว\*

\* พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๐๖๒.

สำหรับโยคีบุคคลบางท่าน เมื่อธรรมปิตินี้เกิดขึ้นเพียงฐานบัลลังก์เท่านั้น สำหรับบางท่าน ก็มีสภาวะปิติปรากฏตลอดทั้งร่าง สำหรับบางท่านก็แผ่ซาบซ่านชั่วคราวช่วยยามก็จางหายไป แต่บางท่าน มีสภาวะปิติเกิดแรงกระเพื่อมอย่างโลดโผน ถึงกับลอยตัวไปชนิดมีรู้สึกตัวลอยก็ได้ เรื่องเช่นนี้เคยเกิดขึ้นมาแล้วแก่พระวักกलिเถระในธรรมบทดังมีใจความว่า พระวักกलिเถระออกบวชเพราะหลงใหลใน พระวรกายของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท่านคิดว่า หากเราอุปสมบทในสำนักของพระพุทธองค์แล้วไซ้ เราจักได้ยลโฉมของพระผู้มีพระภาคเจ้าตลอดไป หลังอุปสมบทแล้ว ท่านก็ไม่ยอมออกห่างสำนักของ พระองค์ พระองค์ก็มีได้วาทะอะไร เพราะรอความแก่กล้าแห่งญาณคืออินทรีย์ของท่านก่อน เข้าพรรษาในวันหนึ่งพระองค์ทรงดำริว่า ถ้าวักกलिไม่ได้ความสลัดใจจากสำนักของเรา เธอก็จะไม่ สำนึกตัว ทรงขับไล่ว่า วักกलि ประโยชน์อะไรของเธอด้วยสำนักของเรา ดังนี้ ท่านคิดว่าพระพุทธองค์ ไม่ทรงโปรด มีความน้อยใจจะฆ่าตัวตาย จึงขึ้นไปบทยอดเขา กำลังจะกระโดดจากยอดเขาซึ่งมีเท้า ข้างหนึ่งลอยอยู่กลางอากาศ พระองค์ทรงดำริว่าหากวักกलिไม่ได้การปลอมโยนจากสำนักของเราแล้ว ไซ้ เธอก็เสื่อมจากพระสัทธรรมคือมรรคผลนิพพาน พระองค์จึงแปลงพระสีหนาทว่า วักกलि ผู้ใดเห็น ธรรม ผู้นั้นชื่อว่า เห็นเรา พอท่านได้ยินพระดำรัสเช่นนั้น จึงคิดว่า พระองค์ตรัสกะเรา จึงเกิดมีความ ปิติขึ้นอย่างท่วมท้น ชนิดลอยขึ้นสู่อากาศโดยมีรู้สึกตัวเลย ดังนี้ นี่คือปิตินิดโลดโผนโหนทะยาน บันดาลสิ่งที่ไม่เป็นไปได้ให้เป็นไปได้ มีพระวักกलिเป็นตัวอย่าง

แต่วิปัสสนูปกิเลสนี้ เมื่อเกิดขึ้น ย่อมเกิดแก่ท่านผู้ได้สมถวิปัสสนาโดยมาก เพราะกิเลส ทั้งหลายที่ข่มไว้ด้วยสมาบัติย่อมไม่กำเริบ สำหรับผู้ได้สมถวิปัสสนานั้น มักจะเกิดความคิดให้สำคัญผิด หรือความเข้าใจคลาดเคลื่อนว่า “ฉันเป็นพระอรหันต์” เหมือนเรื่องของท่านพระมหานาคเถระ ผู้อยู่ใน อุจจิงกวาลิกะ เหมือนท่านพระมหาทัตตเถระผู้อยู่ในหังกนกะ และเหมือนท่านพระจุฬสุนนเถระผู้ อยู่ในนิงกเปณณกปธานชระ บนภูเขาจิตตละ<sup>๒</sup>

ฉะนั้น ธรรมอันเป็นเหตุเกิดปิตินั้นพอนับได้ว่ามีอยู่ ๒ ประเภท คือ

๑. เกิดจากโยคีผู้บำเพ็ญสมณะจนได้มานานมาก่อน
๒. เกิดจากโยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนาอย่างถูกต้อง
๓. เกิดจากการสดับธรรมหรือจากการตรีกตรองก็มี

ดังจักกล่าวปิตินองค์ฌานในหัวข้อข้างหน้าต่อไป

เพื่อความสมบูรณ์แห่งเนื้อหาจึงต้องกล่าวถึงลักษณะของปิตินี้มีองค์ประกอบหลาย ประการด้วยกันขึ้นอยู่กับภารกิจของแต่ละลักษณะ

<sup>๒</sup> พระพุทธโฆสเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๐๖๒.

#### ๔.๑.๑. ลักษณะที่จตุกกะของปีติ

ปีติ เป็นสภาวะธรรมที่เกิดจากศรัทธาที่ประกอบด้วยกุศล ไม่ใช่ศรัทธาที่เป็นอกุศลมีลักษณะเฉพาะ ๔ ประการ ดังนี้

โอทูปปน ลกขณา	มีความปลงใจเชื่อด้วยปัญญา เป็นลักษณะ
ปกุขนทน รสา	มีความแล่นไป เป็นหน้าที่
อธิมุตติ ปจจุปฏฐานา	มีความน้อมใจเชื่อ เป็นผล

สัทธมมสวนาทิ โสตาปตติยงค ปทภูฐานา มืองค์แห่งโสตปาตติมรรค คือ มีการฟังพระสัทธรรมเป็นต้น เป็นเหตุใกล้

สัทธานี้ จัดเป็นธรรมเบื้องต้น ที่มีพลังข่มจิตใจ หรือเป็นธรรมที่สนับสนุนจิตใจที่ทำให้บุคคลได้ประกอบคุณงามความดีเป็นบุญกุศลขึ้นมา และสัทธาที่จะเกิดขึ้นได้นั้น ย่อมต้องอาศัยวัตถุนั้นเป็นที่ตั้งแห่งความเชื่อ ได้แก่ พระรัตนตรัย กรรม และ ผลของกรรม เป็นต้น สัทธา คือ ความเชื่อในสิ่งที่ควรเชื่อนี้ จำแนกออกไปได้ ๔ ประการ คือ

- (๑) กัมมสัทธา เชื่อกรรม
- (๒) วิปากสัทธา เชื่อผลกรรม
- (๓) กัมมัสมกตาสัทธา เชื่อว่ามีกรรมเป็นของตน และ
- (๔) ตถาคตโพธิสัทธา เชื่อพระปัญญาเป็นเครื่องตรัสรู้ของพระตถาคต

เพราะอาศัยเหตุ ๔ ประการ ในการจูงใจให้สร้างความเชื่อหรือทำให้เกิดความเชื่อ ดังนี้

- (๑) เชื่อเพราะเห็นรูปสวย
- (๒) เชื่อเพราะเห็นความประพาศติเคร่งครัด
- (๓) เชื่อเพราะได้ฟังธรรมของผู้ที่ฉลาดในการแสดง และ
- (๔) เชื่อเพราะเหตุผลที่ได้ฟังธรรมจากการแสดง อุปมาเหมือนสารส้มทำน้ำให้ใสขึ้น<sup>๓</sup>

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสธรรมอันเป็นเหตุให้ปีติเกิดขึ้นมีหลายประการด้วยกันดังปรากฏในกายสูตรที่ ๒ แห่งสังยุตตนิกายว่า

ภิกษุทั้งหลาย กายนี้ดำรงอยู่ได้ด้วยอาหารอาศัยอาหารจึงดำรงอยู่ได้ ขาดอาหารก็ดำรงอยู่ไม่ได้ แม้ฉันท โภชนงค์ ๗ ประการนี้ก็ฉันทนั้นเหมือนกัน ดำรงอยู่ได้ด้วยอาหาร อาศัยอาหารจึงดำรงอยู่ได้ ขาดอาหารก็ดำรงอยู่ไม่ได้ อะไรเล่าเป็นอาหารที่ทำให้ปีติสัมโพชนงค์ที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น<sup>๔</sup> หรือทำให้ปีติสัมโพชนงค์ที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญเต็มที่ คือ ธรรมทั้งหลายอันเป็นที่ตั้งแห่งปีติสัมโพชนงค์มี

<sup>๓</sup> นายวรรณสิทธิ ไหวทยะเสวี, พระอภิธรรมมถาสังคหะปริจเฉทที่ ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๔๓), หน้า ๕๕.

<sup>๔</sup> ส.ม.(ไทย) ๑๙/๑๘๓/๑๑๒-๑๑๓.

อยู่ การทำนสีกาโดยแยกคยในธรรมเหล่านั้ให้มาก นั้เป็นอาหารที่ททำปิตัสมัโพชฌงคัที่ยงัไม่เกิตให้เกิตขึ้น หรือททำปิตัสมัโพชฌงคัที่เกิตขึ้นแล้วให้เจริญเต้มที่

ตามพระดำรัสดงกล่าวแสดงให้เห็นว่าร่างกายของคนเรากจะมีชีวิตอยู่ได้ เกิตเป็นมนุษย์ได้ หรือจะเจริญได้ก็เพระมีอาหารบารุงเลี้ยงจิงเป็นอยู่ได้ ธรรมอันเป็นองคัแห่งการบรรลุที่เรียกวว่า สัมโพชฌงคัก็เช่นกัน คือตองมีธรรมเป็นอาหาร อันได้แกหลักธรรมในสัมโพชฌงคัเหล่านั้และการกระทำไวในใจ พิจาณาธรรมอย่างแยบยลคือโยนิโสมนสิการนั้เอง

ธรรมเป็นเหตุเกิตปิตตามพระดำรัสดงกล่าวนี้ว่า โยคัผู้เจริญภาวนาอยู่ เมื่อมีนิวรรณธรรมซึ่งแปลตามศัพทว่า ธรรมเป็นที่เครื่งกันคุณงามความดีมีเกิตขึ้นคือททำจิตให้ฟงชานไม่เป็นสมาธิ นิวรรณธรรมนี้มีอะไรบ่าง มี ๕ ประการดว้กันคือ

๑. กามฉันทะ คือ ความยินดี พอใจ เพลิดเพลินในกามคุณอรณณั ได้แก่ ความยินดีพอใจในรูป เสียง กลิ่น รส โภญจุ้พพะคือสิ่งสัมผัสทางกาย อันน่ายินดี น่ารักใคร่พอใจ เช่น พอใจในวัตถุต่างๆ มีเสื้อฝ้าสีสันสวยๆตองตองใจรองเท้าหน่งอย่างดีมีราคาต่างวดแพงๆ รสนิยมเลิศหรู ติดอาหารรสเลิศ เป็นต้นเพระคำวากามในทางธรรมนั้ไม่ได้หมายถึงเรื่งเพศอย่างเดียว

๒. พยาบาทะ คือ ความโกรธ ความพยาบาท ความไม่พอใจ ชัดเคื่งชองใจ อิจฉาริชยา

๓. ถีนมิทธะ แยกเป็นถีนะ คือ ความหดหู่ท้อถอย และมิทธะ คือ ความง่วงเหงาหาวนอน ความแตกต่าระหว่างถีนะและมิทธะนั้มีอการแสดงออกที่คล้ายกันมากคือททำให้เกิดอการเชื่งซึมเหมื่งกัน สลัสมลัือไม่โปร่งใส ลักษณะอการเหมื่งคนทานยาแก้แพ้ต่าๆ แต่มีสาเหตุที่ต่ากันคือ ถีนะเกิตจากการปรุงแต่งของจิต ททำให้เกิดความย่อท้อหดหู่ เปื่อหน่วยหมดขาดความอดทน ไม่มีกำลังที่จะททำความเพียรตอไป ส่วนมิทธะนั้เกิตจากความเมื่อยล้าอ่อนเพลียของร่างกาย หรือจิตใจจิงๆ เนื่องจกตรากตรำมากหรือขาดการพักผอนที่เพียงพอ หรือขาดโภชนะมัตตัญญุตานั้ไม่รู้จักประมาณในการบริโภคอาหารต่าๆ

๔. อุทธัจจกุกกัจจะ แยกเป็นอุทธัจจะคือใจฟงชาน กุกกัจจะคือใจกระวนกระวาน กระสับกระส่ายอยู่เป็นนิจ มีอะไรมากระทบก็รำคาญไปหมด อุทธัจจะนั้คือการที่จิตไม่สามารถยึดอยู่กับสิ่งใดสิ่งหน่งได้เป็นเวลานาน จิงเกิตอการฟงชาน ปลอ่ยให้จิตเลื่อนลอยไปเรื่งนั้ที่ เรื่งนี้ที่ส่วนกุกกัจจะนั้ เกิตจากความกังวลใจ กลุ้มใจหรือไม่สบายใจถึงสิ่งที่ชั่วร้ายต่าๆ ที่ได้ททำไปแล้ว นึกลงโทษตนเองไปต่าๆน่าๆ หรือนึกถึงบุญกุศลคุณงามความดีต่าๆ ที่ตนยงัไม่สั่งสมอบรมดีพอ

๕. วิจิกิจฉา คือความลังเลสงสัยใคร่รู้ไม่แนใจ<sup>๕</sup> หรือไม่ปักใจเชื่งว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด หรือควรททำแบบไหนดี จิตจิงไม่อาจมุ่นมั่นในอรณณัใดอรณณัหน่งได้อย่างเต้มที่ สมาธิจิงไม่เกิตขึ้น เช่นก่อนแต่จะปฏิบัติภาวนากัก็เกิตเคลือบแคลงสงสัยว่า ภาวนาพุทโธ ภาวนายุบหนอพองหนอ หรือ สัมมาอะระหังสิ่งไหนถูกสิ่งไหนไม่ถูก

<sup>๕</sup> อง.ปณจก.(บาลี) ๒๒/๕๑/๗๒.

นิเวศทั้ง ๕ ข้อนี้ มีเฉพาะอุทกจะเท่านั้นที่เกิดขึ้นลำพังตัวเดียวได้ ส่วนนิเวศตัวอื่นๆ นอกนั้น เมื่อเกิด ก็จะต้องเกิดขึ้นร่วมกับอุทกจะมาเป็นคู่เสมอ

ฉะนั้น นิเวศทั้งหมดดังกล่าวมานับได้ว่าเป็นเครื่องกั้นจิต ไม่ให้เป็นสมาธิคือเข้าถึงความเป็นเอกัคคตาจิต คือ มีจิตเป็นหนึ่งเดียว เป็นอธิสำหรับผู้ฝึกสมถภาวนา แต่นิเวศนี้มีได้เป็นอุปสรรคต่อโยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนาแต่อย่างใด เพราะธรรมเหล่านี้เป็นเครื่องเรียนรู้เพื่อให้เกิดสติปัญญาญาณ

เมื่อนิเวศตัวใดตัวหนึ่งปรากฏแก่โยคีๆ ก็ต้องมีสติอันสัมปยุตด้วยสัมปชัญญะคือปัญญาอยู่กับอารมณ์ในปัจจุบันขณะอยู่เสมอ เช่น ความโกรธเกิดขึ้นก็มีสติอยู่กับความเกิด ความสงสัยเกิดก็มีสติอยู่กับความสงสัย ยึดสติปัญญาเป็นที่ตั้ง เพราะนิเวศนี้เป็นบรรพพะ ๑ ที่มีปรากฏในหมวดธัมมานุสสติปัญญา กำหนดจดจ่อและต่อเนื่องอยู่เป็นนิจ ถ้าเรากำหนดอยู่เช่นนี้นิเวศดังกล่าวก็ดับไป กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดก็เกิดขึ้นที่เกิดแล้วก็จะเจริญยิ่งขึ้น

ส่วนในสัมโพชฌงค์ข้อ ๔ ได้แก่ ปิติ คือความอิ่มเอิบใจ เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมละนิเวศได้ ดับนิเวศได้ ก็ย่อมจะมีปิติ คือ ความอิ่มเอิบใจ เพราะว่าจิตใจที่มีนิเวศนั้น เป็นจิตใจที่เศร้าหมองไม่ผ่องแผ้ว เป็นจิตใจที่ครุ่นคิดเคร่งเครียด เป็นจิตใจที่หมองเศร้าไม่ผุดผ่องไม่แจ่มใส ไม่ร่าเริงเป็นจิตใจที่ไม่ตั้งมั่น ไม่มุ่งมั่น ไม่แน่นอน จิตจึงกลับกลอกคลอนแคลนไม่อยู่นิ่งดุจลิงกระโดดไปบนกิ่งไม้ เพราะฉะนั้น จึงไม่มีปิติคือความอิ่มเอิบใจ แต่ว่าจิตใจที่ละนิเวศได้ ที่พ้นนิเวศได้แล้ว ย่อมเป็นจิตใจที่ใสสะอาด หมัดจดบริสุทธ์ที่ผุดผ่อง ผ่องใส จึงบังเกิดปิติคือความอิ่มเอิบใจ ดุดตี๋ใจ ตามที่กล่าวมานี้ พอประมวลได้ว่า ธรรมเป็นเหตุเกิดปิติคือธรรมปิติที่มีโยนิโสมนสิการเป็นอย่างดี มีสติปัญญา ๔ เป็นที่ตั้งนั่นเอง

ยังมีธรรมอีกอย่างหนึ่ง ซึ่งมีธรรม ๑๑ หลายประการ ย่อมเป็นทางเกิดหรือเหตุเกิดปิติสัมโพชฌงค์ คือ

๑. พุทธานุสสติ การระลึกนึกถึงพระพุทธเจ้า
๒. ธัมมานุสสติ การระลึกนึกถึงพระธรรม
๓. สังฆานุสสติ การระลึกนึกถึงพระสงฆ์
๔. สีลานุสสติ การระลึกนึกถึงศีล
๕. จาคานุสสติ การระลึกนึกถึงทาน
๖. เทวตานุสสติ การระลึกนึกถึงคุณของเทวดา
๗. อุปमानุสสติ<sup>๖</sup> การระลึกนึกถึงธรรมอันสงบ
๘. เว้นบุคคผลผู้เศร้าหมอง
๙. คบหาบุคคผลผู้หมดจด

<sup>๖</sup> อ.เอก.(ไทย) ๒๐/๒๙๗/๓๗.

๑๐. การพิจารณาความในพระสูตร เป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใส

๑๑. ความน้อมจิตไปในปิติสัมโพชฌงค์นั้น.

#### ๔.๑.๒ พุทธานุสสติ นึกถึงพุทธคุณ

โยคีบุคคลผู้ปฏิบัติสู่ความจริง คือผู้เจริญปิติสัมโพชฌงค์ เมื่อระลึกถึงพระพุทธรูป ๙ คุณของพระพุทธเจ้าซึ่งมีบทว่า อิติปิ โส ภควา เป็นต้น มีบทว่า พุทฺโธ ภควาติ<sup>๗</sup> ดังนี้

๑. อรหํ เป็นพระอรหันต์ คือ เป็นผู้บริสุทธิ ไกลจากกิเลส ทำลายกำหนัดสังสารจักรได้แล้ว เป็นผู้ควรแนะนำสั่งสอนผู้อื่น ควรได้รับความเคารพบูชา

๒. สมมาสมพุทฺโธ เป็นผู้ตรัสรู้ชอบเอง

๓. วิชชาจรณสมปนฺโน เป็นผู้ถึงพร้อมด้วยวิชา คือความรู้ และจรณะ คือความประพฤติ

๔. สุขโต เป็นผู้เสด็จไปดีแล้ว คือ ทรงดำเนินพระพุทธรุจิยาให้เป็นที่ไปโดยสำเร็จผลด้วยดี พระองค์เองก็ได้ตรัสรู้สำเร็จเป็นพระพุทธเจ้า ทรงบำเพ็ญพุทธกิจก็สำเร็จประโยชน์ยิ่งใหญ่แก่ชนทั้งหลายในที่ที่เสด็จไป และแม้ปรินิพพานแล้ว ก็ได้ประดิษฐานพระศาสนาไว้เป็นประโยชน์แก่มหาชนสืบมา

๕. โลกวิทู เป็นผู้รู้แจ้งโลก คือ ทรงรู้แจ้งสภาวะอันเป็นคตินิยามแห่งโลกคือสังขารทั้งหลาย ทรงหยั่งทราบอรรถาธิบายสันดานแห่งสัตว์โลกทั้งปวง ผู้เป็นไปตามอำนาจแห่งคตินิยามโดยถ่องแท้ เป็นเหตุให้ทรงดำเนินพระองค์เป็นอิสระ พ้นจากอำนาจครอบงำแห่งคตินิยามนั้น และทรงเป็นที่พึ่งแห่งสัตว์ทั้งหลายผู้ยังจมอยู่ในกระแสโลกได้

๖. อนุตฺตโร บริสทมมสารถิ เป็นสารถิฝึกบวชที่ฝึกได้ ไม่มีใครยิ่งไปกว่า คือ ทรงเป็นผู้ฝึกคนได้ดีเยี่ยม ไม่มีผู้ใดเทียมเท่า

๗. สตถา เทวมนุสฺसानํ เป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย

๘. พุทฺโธ เป็นผู้ตื่นและเบิกบานแล้ว<sup>๘</sup> คือ ทรงตื่นเองจากความเชื่อถือและข้อปฏิบัติทั้งหลายที่ถือกันมาผิดๆ ด้วย ทรงปลุกผู้อื่นให้พ้นจากความหลงมกด้วย อนึ่ง เพราะไม่ติด ไม่หลง ไม่ห่วงกังวลในสิ่งใดๆ มีการคำนึงประโยชน์ส่วนตน เป็นต้น จึงมีพระทัยเบิกบาน บำเพ็ญพุทธกิจได้ถูกต้องบริบูรณ์ โดยถือธรรมเป็นประมาณ การที่ทรงพระคุณสมบูรณ์เช่นนี้ และทรงบำเพ็ญพุทธกิจได้เรียบร้อยบริบูรณ์เช่นนี้ ย่อมอาศัยเหตุคือความเป็นผู้ตื่นและยอมให้เกิดผลคือทำให้ทรงเบิกบานด้วย

๙. ภควา ทรงเป็นผู้มีโชค คือ จะทรงทำการใด ก็ลุล่วงปลอดภัยทุกประการ หรือ เป็นผู้จำแนกแจกธรรม

<sup>๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๕ (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์อริยมรรค, ๒๕๕๖), หน้า ๒๒๒.

<sup>๘</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๒/๙๕/๖๗.

พุทธคุณ ๙ บทนี้ เรียกอีกอย่างว่า นวาราหิทีคุณ ก็คือคุณของพระพุทธเจ้า ๙ ประการ มี  
 อรหิ เป็นต้น บางทีก็เรียกว่า นวราหุณ หรือ นวราหุณ แปลว่า คุณของพระพุทธเจ้าผู้เป็นพระ  
 อรหันต์ ๙ ประการ

#### ๔.๑.๓ ธัมมานุสสติ นิกถึงธรรมคุณ

โยคีระลึกถึงพระพุทธคุณบทใดบทหนึ่งหรือทั้ง ๙ บท ถึงพระคุณที่พระพุทธองค์ทรงมี  
 พระบริสุทธิคุณ พระปัญญาธิคุณและพระมหากรุณาธิคุณต่อสรรพสัตว์ไม่เลือกชั้นวรรณะ พระคุณของ  
 พระองค์ทรงแผ่ไพศาลไปทั่วสารทิศยากหาผู้ใดเปรียบปานไม่ เมื่อระลึกนึกถึงอยู่เช่นนี้ ปิติสัมโพชนงค์  
 แผ่ซ่านทั่วสรรพจักรวาลทั้งอุปจารสมาธิ ย่อมเกิดขึ้น.

เมื่อระลึกถึงคุณพระธรรม ซึ่งหมายถึง ธรรมคุณ<sup>๔</sup> อันเป็นคุณของพระธรรมมี ๖ ประการ  
 ดังที่นักปราชญ์ได้ร้อยกรองเป็นบทสวดสำหรับน้อมนาระลึกไว้ในใจ ดังนี้

๑. สวากขาโต ภคฺวตา ธมฺโม หมายถึง ธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว

๒. สนนทฺธิฏฺโถ หมายถึง ผู้ปฏิบัติจะพึงเห็นชัดด้วยตนเอง ผู้ใดปฏิบัติ ผู้ใดบรรลุ ผู้นั้น  
 ย่อมเห็นประจักษ์ด้วยตนเอง ไม่ต้องเชื่อตามคำบอกเล่าของผู้อื่น ผู้ใดไม่ปฏิบัติ ไม่บรรลุ ผู้อื่นจะบอกก็  
 เห็นไม่ได้

๓. อกาลิโก หมายถึง ไม่ประกอบด้วยกาล ผู้ปฏิบัติไม่ขึ้นอยู่กับกาลเวลา พร้อมเมื่อใด  
 บรรลุได้ทันที บรรลุเมื่อใดเห็นผลได้ทันที นั่นคือ ให้ผลในลำดับแห่งบรรลุไม่เหมือนผลไม่อันให้ผลตาม  
 ฤดูกาล

๔. เอหิปัสสิโก หมายถึง ควรเรียกให้มาดู พระธรรมเป็นคุณอย่างอัศจรรย์ดุจของ  
 ประหลาดที่ควรเชิญชวนให้มาชมและพิสูจน์ด้วยการปฏิบัติตน หรือทำหยาต่อการตรวจสอบ เพราะ  
 เป็นของจริงและดีจริง

๕. โอปนยิโก หมายถึง ควรน้อมเข้ามา ผู้ปฏิบัติควรน้อมเข้ามาไว้ในใจของตนหรือน้อม  
 ใจเข้าไปให้ถึงด้วยการปฏิบัติให้เกิดขึ้นในใจ

๖. ปัจจัตตัง เวทิตฺตํ วิญญูหิ หมายถึง อันวิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน ผลอันเกิดจากการ  
 ปฏิบัติธรรมนั้น ทุกคนที่น้อมนำมาปฏิบัติ จะรู้ซึ่งถึงผลแห่งพระธรรมนั้นด้วยตนเอง ทำให้กันไม่ได้ เอา  
 จากกันไม่ได้ และรู้ได้ประจักษ์ในใจของตนเอง

คุณของพระธรรมข้อที่ ๑ มีความหมายกว้าง รวมทั้งปริยัติธรรม คือ คำสั่งสอนด้วย ส่วน  
 คุณของพระธรรมข้อที่ ๒ ถึงข้อที่ ๖ มุ่งให้เป็นคุณของโลกุตตรธรรม

ดังนั้น โยคีผู้ปฏิบัติขณะระลึกนึกคุณของพระธรรมทั้ง ๖ ประการ ด้วยความเลื่อมใส  
 ศรัทธาแล้ว โดยกระทำไว้ในใจว่า พระธรรมที่พระพุทธองค์ตรัสรู้นั้นมีคุณอนันต์แก่ผู้ศึกษาและปฏิบัติ  
 เหมาะสมแก่สรรพสัตว์ทุกชนชั้นให้ผลแก่ผู้มีความเพียรประพฤติปฏิบัติโดยตรงไม่มีอคติลำเอียงเที่ยง

<sup>๔</sup> ม.ม. (บาลี) ๑๒/๙๕/๖๗.

ธรรมอยู่เป็นนิจ ไม่มีสิ่งใดเทียบเคียงได้ เป็นบุญกุศลแก่ทุกคนที่พบพาน เมื่อระลึกได้เช่นนี้ก็จะยังธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิด ที่เกิดแล้วก็เจริญยิ่งขึ้น ทำปิติให้ซาบซ่านไปทั่วกายได้ จึงนับได้ว่าพระธรรมเป็นเหตุให้ปิติเกิดขึ้นได้.

อนึ่ง การน้อมนำคุณของพระธรรม เพื่อเจริญธัมมานุสสตินั้น มีอานิสงส์มาก ดังที่ ปญญาใช้บางยาง ได้บอกไว้ในหนังสือธรรมาธิบาย เล่ม ๑ ว่า

ย่อมเป็นผู้มีความเคารพยำเกรงในพระศาสดา  
 ตระหนักและอ่อนน้อมในพระธรรม  
 ย่อมได้ความไพบุลย์แห่งคุณ มีศรัทธา เป็นต้น  
 เป็นผู้มากด้วยปิติปราโมทย์  
 ทนต่อความกลัว ความตกใจ อดกลั้นต่อทุกข์  
 รู้สึกว่าได้อยู่กับพระธรรม

#### ๔.๑.๔ สังฆานุสสติ คือการระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ทั้ง ๙ ประการ

พระสงฆ์เป็นผู้ประพฤติปฏิบัติชอบเป็นหลักสำคัญมากในการสืบทอดพระพุทธศาสนา ซึ่งได้รับการเคารพยกย่องอย่างสูงโดยจัดเข้าเป็นส่วนหนึ่งของพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ คุณของพระสงฆ์โดยสรุปมี ๙ ประการ เรียกว่า “สังฆคุณ ๙” คือ

๑. สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ แปลว่า พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ปฏิบัติดีแล้ว หมายถึง พระสงฆ์สาวกผู้ปฏิบัติตามทางสายกลาง (มัชฌิมปฏิปทา) ไม่หย่อนนัย ไม่ตึงนัย ปฏิบัติไม่ถอยหลัง ปฏิบัติกลมเกลียวกับพระศาสดา ไม่ปฏิบัติเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน

๒. อุษุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ แปลว่า พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ปฏิบัติตรง หมายถึง ไม่ปฏิบัติเป็นคนลวงโลก ไม่มีมายาสาไถย ปฏิบัติมุ่งตรงต่อข้อปฏิบัติอันยังสัตว์ให้ถึงพระนิพพาน ปฏิบัติตรงต่อพระศาสดา และเพื่อนพระสาวกด้วยกัน ไม่มีข้อลี้ลับที่จะปิดบังอำพรางไว้ในใจ

๓. ญายุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ แปลว่า พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ปฏิบัติถูกทาง หมายถึง ปฏิบัติไม่ผิดเพี้ยนไปจากหลักคำสอนของพระศาสดา ไม่ผิดไปจากธรรมเนียมอันดีงาม ปฏิบัติถูกต้องตามระเบียบแบบแผน

๔. สามิจิปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ แปลว่า พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ปฏิบัติสมควร หมายถึง สมควรที่จะได้รับความเคารพนับถือ เป็นผู้ปฏิบัติตั้งอยู่ในสังวร ปฏิบัติเป็นผู้ตื่นอยู่ คือรู้ถึงเหตุการณ์อันเป็นไปอยู่ ไม่มึนงง รู้จักประพฤติกิริยาทางกาย และวาจาต่อผู้อื่น โดยไม่ทะนงตนมีใจหนักแน่นเมื่อแผ่ มีใจกว้างไม่คับแคบ

๕. อาหุเนยโย แปลว่า เป็นผู้ควรแก่ของที่เขานำมาถวาย หรือผู้ควรแก่ของค่านับ หมายถึง เป็นผู้ที่เหมาะสมควรได้รับของถวายและได้รับการแสดงความเคารพด้วยเครื่องสักการะเนื่องใน



เทศกาลต่าง ๆ

๖. ปาหุเนยโย แปลว่า เป็นผู้ควรแก่การต้อนรับ หมายถึง พระสงฆ์สาวกเป็นผู้ที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง ปฏิบัติถูกทาง และเป็นผู้ปฏิบัติสมควรแล้ว ไม่ว่าท่านจะใคร่จะไปสู่ที่ใด ย่อมยังประโยชน์สุขและประโยชน์เกื้อกูลให้เกิด ณ ที่นั้น ผู้เลื่อมใสจึงเปิดประตูบ้านต้อนรับด้วยความปิติ ที่ได้พบเห็นอันถือเป็นมงคลในชีวิตอย่างหนึ่ง

๗. ทกขิณเณยโย แปลว่า เป็นผู้ควรแก่ทักษิณาทาน หมายถึง พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้บริสุทธ์ สมควรที่จะได้รับของบริจจาคทาน (ทักษิณาทาน) และจะต้องได้รับผลดีอย่างแน่นอน

๘. อณฺชสิกรณเณยโย แปลว่า เป็นผู้ควรแก่การกราบไหว้ หมายถึงพระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า ผู้ประพฤติดีปฏิบัติชอบ เป็นผู้บริสุทธ์ ย่อมตั้งอยู่ในฐานะที่ควรแก่กระทำอัญชลีคือการกราบไหว้ในความเคารพยกย่อง

๙. อนุตฺตรํ ปุณฺณกุเขตฺตํ โลกสฺส แปลว่า เป็นเนื่อนาบุญอันยอดเยี่ยมของโลก ไม่มีเนื่อนาบุญอื่นยิ่งกว่า หมายถึง พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า เป็นผู้ประพฤติดี ปฏิบัติชอบ ปฏิบัติถูกทาง ปฏิบัติสมควร และเป็นผู้บริสุทธ์ สมควรได้รับการกราบไหว้บูชาแล้วการบริจจาคทานแก่ท่านย่อมมีอานิสงส์มาก ดุจดินนาที่มีดินดีสมบูรณ์ด้วยปุ๋ยอันเป็นธาตุอินทรีย์ เมล็ดพืชที่หวานหรือปลูกลงบนผืนดินนี้ย่อมผลิตผลอย่างสมบูรณ์เต็มเม็ดเต็มหน่วย พระสงฆ์สาวกเหล่านี้จึงเป็นปฏิกาค (ผู้รับ) ซึ่งทักษิณาทานที่ยอดเยี่ยม เป็นที่ปลุกฝังความดีงามและเป็นที่รักษาไว้ซึ่งความดีงามทั้งปวง

พระสงฆ์สาวกที่มาในบพสังฆคณ ๙ บทนี้ ท่านหมายเอาพระอริยบุคคล ๔ คู่ ๘ บุคคล ซึ่งท่านเหล่านี้ล้วนตั้งอยู่ในมรรคผลทั้งสิ้น คือ

คู่ที่ ๑ คือ พระโสดาบัน พระโสดาปัตติผล

คู่ที่ ๒ คือ พระสกทาคามีมรรค พระสกทาคามีผล

คู่ที่ ๓ คือ พระอนาคามีมรรค พระอนาคามีผล

คู่ที่ ๔ คือ พระอรหันตมรรค พระอรหันตผล

โยคีระลึกถึงของพระสงฆ์ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ผู้ทรงคุณครบทั้งปริยัติ ปฏิบัติ แลปฏิบัติอย่างมาอย่างดีแล้ว ช่วยประกาศเผยแผ่เป็นกำลังพระพุทธศาสนาให้จรไปไกล เป็นเนื่อนาบุญของชาวโลก สืบทอดให้พุทธศาสนาดำรงอยู่จนถึงทุกวันนี้ ก็เพราะอาศัยคุณของพระสงฆ์ท่าน สรรพสัตว์จึงอยู่ร่มเย็นเป็นสุข และเข้าถึงสัจธรรมของพระพุทธองค์กันได้อย่างทั่วถึง เมื่อระลึกนึกอยู่อย่างนี้ ก็ยังธรรมปิติให้เกิดขึ้นได้.

### ๔.๑.๕ สีลานุสสติ การระลึกนึกถึงศีลที่ตนรักษาไว้โดยปราศจากโทษอยู่เนืองๆ

การรักษาศีลเป็นเหตุอีกประการหนึ่งที่ทำให้ปิติสัมโพชฌงค์นั้นเกิดขึ้น ศีลที่รักษานั้น จะเป็นศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ หรือ ศีล ๒๒๗ ตามเพศภาวะของผู้ เจริญภาวนา โดยการระลึกถึงศีลนั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องมีความประพฤติกุศลครบถ้วนทั้ง ๕ ประการเสียก่อน คือ

๑. จะต้องชำระศีลของตนให้พ้นจากโทษทั้ง ๔ อย่าง คือ ศีลขาด ศีลทะลุ ศีลต่าง ศีลพรัย และตั้งตนอยู่ในศีลที่บริสุทธิ์ บริบูรณ์ ไม่แปดเปื้อนด้วยมลทิน เป็นศีลที่ผู้รักษารักษาด้วยใจบริสุทธิ์ ไม่ได้มุ่งโลกียสมบัติ ไม่ได้เป็นทาสของตัณหา

๒. จะต้องมึจิตใจพ้นไปจากความเป็นทาสแห่งตัณหา กล่าวคือ ต้องเป็นการรักษาศีลที่ไม่มีความมุ่งหวังต่อโลกียสมบัติ

๓. มีการปฏิบัติ กาย วาจา ใจ ให้ตั้งอยู่ในสิกขาบทอย่างเคร่งครัด จนมีอาจที่ผู้ใดผู้หนึ่ง จะมาจับผิด โดยอ้างวัตถุขึ้นแสดงเป็นหลักฐานได้

๔ ความประพฤติด้วยกาย วาจา ของตนนั้น แม้ว่าคนพาลและผู้ที่เป็นศัตรูแก่ตน จะไม่มีความเห็นดีเห็นชอบด้วยก็ตาม แต่วิญญูชนย่อมสรรเสริญ

๕. ต้องประกอบด้วยความรู้ว่า ศีลนี้เป็นเหตุให้สมาธิเกิดขึ้นได้เมื่อความประพฤติปฏิบัติของตนถูกต้องตามหลักทั้ง ๕ ประการนี้แล้ว ทำการระลึก ไปในศีล เป็นต้นว่า

อโห เม วต สีลํ อชณฺทํ อฉิทฺทํ เหว อสพลํ อกมมาสํ ภูชิสสํ อปฺรามสํ ปสณฺณํ สพฺพวิญญูหิ สมาธิสํวตฺตนิโก ศีลของเราบริสุทธิ์ดี น่าปลื้มใจจริงหนอ ไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พรัย โดยแน่นอน ศีลของเราบริสุทธิ์ ทำให้เราพ้นไปจากการเป็นบ่าวเป็นทาสของตัณหา ศีลของเรานี้มี อาจ ที่จะมีผู้ใดมากล่าวหาได้ ศีลของเราคนอันธพาลและผู้ที่เป็นศัตรูกับเราจะไม่มีการเห็นดีด้วยก็ตาม แต่วิญญูชนทั้งหลายนั้นย่อมสรรเสริญ ศีลของเราเป็นเหตุทำให้สมาธิเกิดขึ้นอย่างแน่นอน

การมีศีลบริสุทธิ์เป็นสิ่งจำเป็นในการปฏิบัติธรรมทั้งปวง ไม่ว่าจะเป็นการปฏิบัติ กัมมัฏฐานวิธิตี ศีลบริสุทธิ์ดีแล้วจะเกิดกุศลธรรมต่างๆ เพราะศีลได้ข่มนิรวรณซึ่งเป็นกั้นคุณงามความ คือสมาธิมิให้เกิดขึ้น เมื่อผู้ปฏิบัติระลึกอยู่เช่นนี้นิรวรณที่เกิดขึ้นก็ถูกดับลงไปด้วยสีลานุสสติ อกุศลธรรมที่มีอยู่ก็ระงับไป กุศลธรรมตัวใหม่ก็เข้ามาแทน ยังองค์ธรรมคือปิตินสสัมโพชฌงค์ให้เกิดขึ้นได้

แต่ในธรรมบทยังมีข้อให้สังเกตว่า ผู้ที่มีศีลไม่บริสุทธิ์ก็สามารถบรรลุมรรคผลได้ ซึ่งเรื่องนี้มีสันตติอำมาตย์เป็นตัวอย่าง ผู้ตีมหาสุราจนเมานั่งดูนางรำที่ตนรักเต้นรำอยู่ นางเป็นลมล้มตัวลงนอนตายคางรำ มหาอำมาตย์สร้างสุราทันที โศกเศร้าอาดูรหาที่พึ่งอื่นมิได้ เว้นแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว จึงเข้าเฝ้าแล้วฟังธรรมจนบรรลุมรรคผลในขณะที่เป็นที่สุดแห่งเทศนา ฉะนั้น จึงนับได้มหาสุราถึงมีศีลในเบื้องต้นไม่บริสุทธิ์ แต่ในขณะที่ฟังธรรม มีสติกำหนดฟังธรรม ก็สามารถทำให้องค์มรรคเกิดบรรลุเป็นอริยบุคคลได้.

สำหรับฝ่ายบรรพชิตนั้นต้องมีศีลหมดจด ที่เรียกว่า ปาฏิสุทธิศีล<sup>๑๐</sup>พระวินัยบัญญัติ หรือที่เราเรียกว่า ศีล ๒๒๗ นั้นเป็นพระบัญญัติที่ครอบคลุมเพียงกายวาจาเท่านั้น แต่ปาฏิสุทธิศีลนี้เป็นศีลที่เป็นองค์มรรค อันเกิดจากการปฏิบัติเจริญภาวนาจึงครอบคลุมถึงจิตใจด้วย

ปาฏิสุทธิศีล ๔ ศีล คือ ความบริสุทธิ์แห่งศีล, ศีลเป็นเครื่องทำให้บริสุทธิ์, ความประพฤติบริสุทธิ์ที่จัดเป็นศีล

๑. ปาฏิโมกขสังวรศีล ศีลคือความสำรวมในพระปาฏิโมกข์ เว้นจากข้อห้าม ทำตามข้ออนุญาต ประพฤติเคร่งครัดในสิกขาบท

๒. อินทริยสังวรศีล ศีลคือความสำรวมอินทริย์ ระวังไม่ให้บาปอกุศลธรรมครอบงำเมื่อรับรู้อารมณ์ด้วยอินทริย์ทั้ง ๖

๓. อาชีวะปาฏิสุทธิศีล ศีลคือความบริสุทธิ์แห่งอาชีพะ เลี้ยงชีวิตโดยทางที่ชอบ ไม่ประกอบอนเสนา มีหลอกลวงเขาเลี้ยงชีพเป็นต้น

๔. ปัจจยสังกนินิสิตศีล (ศีลที่เกี่ยวกับปัจจัย ๔ ได้แก่ ปัจจัยปัจจเวกขณัม คือ พิจารณาใช้สอยปัจจัยสี่ ให้เป็นไปตามความหมายและประโยชน์ของสิ่งนั้น ไม่บริโภครด้วยตัณหา พิจารณาปาฏิสุทธิศีล ๔ ที่ตนรักษาไม่ขาดวันเป็นเวลานานก็ดี แม้คฤหัสถ์พิจารณาศีล ๕ ศีล ๘ ก็ได้ พิจารณาจาณะการบริจาคว่า ในเวลาประสบทุกข์ภัยเป็นต้น เราถวายโภชนะอันประณีตแก่เพื่อนสหพรหมจารีทั้งหลาย แล้วถวายโภชนะชื่ออย่างนี้ ดังนี้ก็ดี แม้คฤหัสถ์ได้พิจารณาถึงทานที่ตนเองได้ถวายแก่ท่านผู้มีศีลในเวลาเห็นปานนั้นก็ดี

พิจารณาถึงคุณเช่นกับที่เทวดาประกอบแล้วถึงความเป็นเทวดาว่า มีอยู่ในตนก็ดี พิจารณาเห็นว่ากิเลสที่ข่มได้แล้วแม้ด้วยสมาบัติตลอด ๖๐ ปีบ้าง ๗๐ ปีบ้าง ไม่ฟุ้งกำเริบดังนี้ก็ดี

เว้นบุคคลเศร้าหมองผู้มีความหม่นหมองอันสร้างสมไว้ เพราะไม่ทำโดยเคารพ ในเวลาเห็นพระเจดีย์ เห็นโพธิพฤกษ์และเห็นพระเถระผู้เป็นเช่นกับละอองธุลีบนหลังลา เพราะไม่มีความเลื่อมใสรักใคร่ในพระรัตนตรัยมีพระพุทธรูปเจ้าเป็นต้นก็ดี ส่องเสพบุคคลผู้หมดจด ผู้มากด้วยความเลื่อมใส มีจิตอ่อนโยนในพระรัตนตรัย มีพระพุทธรูปเจ้าเป็นต้นก็ดี พิจารณาความในพระสูตรอันเป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใส ซึ่งแสดงคุณของพระรัตนตรัยก็ดี มีจิตโน้มโน้มโอนไป เพื่อให้เกิดปิติ ในอิริยาบถทั้งหลายมีเย็น นุ่ม เป็นต้น ก็ดี

เมื่อโยคีผู้ปฏิบัติระลึกถึงธรรมทั้ง ๑๑ ประการเหล่านี้ย่อมอยู่บโอบบพันด้วยศรัทธา มีมณสิการอยู่เนื่องย่อมข่มนิรวรณที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดได้ ย่อมละนิรวรณที่เกิดแล้วได้ จึงยังปิติสัมโพชฌงค์ให้เกิดขึ้นได้ ดังพระดำรัสว่า

<sup>๑๐</sup> วิสุทธิ. ๑//๑๙.

ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า ปิติสัมโพชฌงค์นั้นซึ่งเกิดแล้วด้วยอาการอย่างนี้ ย่อมเจริญบริบูรณ์ด้วย  
อรหัตตมรรค ดังนี้.

ในวิปัสสนาชาตินี้ท่านได้ยกข้อความในคัมภีร์วิสุทธิมรรคไว้ว่า

“ปรภมยหิ ปจจุปปนณธมมานิ อุทฺยพฺพยํ ทิสฺวา อถ อตีตนาคเต นยํ เนติ”<sup>๑๑</sup>

ความว่า “ในตอนแรก ย่อมเห็นความเกิด – ดับ ของปัจจุบันธรรม ต่อมาภายหลัง ย่อม  
นำไปสู่แนวปฏิบัติในธรรมที่เป็นอดีต และธรรมที่เป็นอนาคต”

ซึ่งมีอธิบายว่า การที่ท่านยกข้อความดังกล่าวขึ้นแสดง เพราะว่า “ธรรมที่เป็นปัจจุบันควร  
กำหนดก่อน”<sup>๑๒</sup>

ท่านมหาสิสยาตอได้อธิบายว่า การที่ผู้ปฏิบัติสามารถกำหนดความเกิด – ดับ ของรูปนาม  
ในปัจจุบันขณะได้ทัน ย่อมเกิดความเข้าใจชัดว่า “ธรรมที่เกิดขึ้นนี้มีแต่เพียงธรรมที่ยังไม่เคยเกิดขึ้น  
ทั้งนั้น เพราะว่าธรรมที่เกิดขึ้นแล้วล้วนแต่ดับไปหมด ไม่มีอะไรเหลืออยู่เลย”<sup>๑๓</sup> เมื่อเกิดญาณปัญญา  
เช่นนี้แล้ว ผู้ปฏิบัติจึงเห็นความเกิด – ดับ ของรูปนามอย่างง่ายด้ายรวดเร็วมาก เหมือนเม็ดฝนที่ตกลง  
ในพื้นที่ทะเล เหมือนรอยไม้ที่ซัดลงในน้ำเห็นรอยปรากฏชัดเดี่ยวเดียวก็หายไป เหมือนกับสายฟ้าแลบ  
บนท้องฟ้า ซึ่งความเห็นอย่างนั้นเหมือนกับว่าไม่มีสาระอะไรในชีวิตเลย ชีวิตนี้เหมือนภาพลวงตา  
เท่านั้น เกิดขึ้นมาแล้วตั้งอยู่ไม่นานก็ดับสูญสิ้นไปหมด ความรู้เช่นนี้ชื่อว่า “ตรุณวิปัสสนา”<sup>๑๔</sup> หรือมี  
ชื่ออีกอย่างว่า อุทฺยพฺพยานุปัสสนา และมีชื่ออีกอย่างว่า อารทฺทวิปัสสกบุคคล<sup>๑๕</sup> ซึ่งมีหลักฐานอยู่ใน  
คัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า

“เอตตาวตฺตานิ “วยธมฺเมว อุปฺปชฺชติ, อุปฺปนฺนญจ วยํ อุเปตี”ติ อิมินา อากาเรน  
สมปณฺณาสลฺกขณานิ ปฎิวชิตฺวา จิตฺตํ อุทฺยพฺพยานุปัสสนามิ ตรุณวิปัสสนาญาณํ อธิคตํ โหติ.  
ยสฺสาธิกมา อารทฺทวิปัสสกโกติ สงฺขํ คจฺฉติ”<sup>๑๖</sup>

แปลว่า ด้วยการกำหนดรู้เพียงเท่านั้น โยคีผู้นี้เป็นอันได้บรรลุวิปัสสนาญาณขั้นต้นที่ยัง  
ไม่ แก่กล้านัก ซึ่งมีชื่อว่า อุทฺยพฺพยานุปัสสนา อันเป็นญาณที่แทงตลอดลักษณะ ๕๐ ประการ  
โดยอาการอย่างนี้คือ สภาวธรรมที่มีธรรมชาติดับเป็นธรรมดานั้นแหละอุบัติขึ้น และสภาวธรรมที่  
อุบัติขึ้นแล้วย่อมถึงความดับไป อนึ่ง เพราะเหตุที่โยคีผู้บรรลุญาณดังกล่าวจึงได้ชื่อว่า อารทฺท  
วิปัสสกบุคคล ซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาภูิกาทธิบายเสริมว่า

“กฺลาปสมฺมสนาทิวเสน ปวตตํ สมมสนํ น นิปฺปรียาเยน วิปัสสนาสมณฺญํ ลกฺติ,

<sup>๑๑</sup> วิสุทธิ.ฎีกา. (บาลี) ๒/ ๔๖๗.

<sup>๑๒</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนาชาตินิ, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, หน้า ๕๑๕.

<sup>๑๓</sup> อ่างแล้ว.

<sup>๑๔</sup> อ่างแล้ว.

<sup>๑๕</sup> อารทฺทวิปัสสกบุคคล มีวิเคราะห์ว่า อารทฺทอารทฺโ, วิปัสสตฺติ วิปัสสกโก, อารทฺโ จ ไสวิปัสสกโก จา  
ติ อารทฺทวิปัสสกโก.

<sup>๑๖</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/ ๓๐๔.

อุทฺทพฺพยานุปฺสสนาทิวเสณ ปวตฺตเมว ลภติ”<sup>๑๗</sup>

แปลว่า “ญาณที่กำหนดพิจารณาด้วยการกำหนดธรรมรูปเป็นหมวดหมู่เป็นต้น ยังไม่ชื่อว่า วิปัสสนาได้โดยตรง แต่ที่จะเรียกว่า วิปัสสนาโดยตรง (โดยแท้จริง) ได้นั้นจะต้องเป็นญาณที่พิจารณา ความเกิด – ดับ เป็นต้น เท่านั้น” ในช่วงนี้เองจะเกิดปรากฏการณ์ต่างๆ เกิดขึ้นเสมอ คือ “วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ประการ”<sup>๑๘</sup>ปรากฏการณ์ดังกล่าวนี้ จะทำให้วิปัสสนาเศร้าหมองไม่ผ่องใส ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้ กล่าวอธิบายว่า วิปัสสนูปกิเลสจะเกิดกับบุคคลต่างๆ ดังนี้

“วิปัสสนูปกิเลสชาติ ปฏิเวธปตฺตสส อริยสาวกสส เจว วิปปฏิปนฺนกสส จ นิภิตต กมฺมฏฺฐานสส กุสีตฺตปคฺคสส นุปฺปชฺชนติ. สมมาปฏิปนฺนสกสส ปน ยุตฺตปฺปยุตฺตสส อารทฺวิปสฺสกสส กุลฺปุตฺตสส อุปฺปชฺชนติเยว”<sup>๑๙</sup>

หมายความว่า วิปัสสนูปกิเลสย่อมไม่เกิดแก่ บุคคลดังต่อไปนี้ คือ พระอริยสาวกผู้ได้บรรลุมรรคผลแล้ว บุคคลผู้ปฏิบัติผิดทาง บุคคลผู้ทอดทิ้งภาวนา บุคคลผู้เกียจคร้านย่อหย่อนในการ ปฏิบัติธรรม แต่วิปัสสนูปกิเลสจะสามารถเกิดกับผู้ปฏิบัติถูกทาง และมีความพยายามอย่างยิ่งใน การปฏิบัติธรรม จนได้ชื่อว่า อารทวิปัสสกะ อย่างเดียวเท่านั้น

ในคัมภีร์มหาภูทิกาวินยัติมรรคอธิบาย คำว่า “อริยสาวกสส ได้แก่พระอริยสาวกนั้น เป็นเพียงคำแสดงโดยสูงสุด หรือ อุกกัฏฐนัย”<sup>๒๐</sup> ท่านมหาสีสยาดอธิบายว่า ความจริง พลวิปัสสกบุคคล เป็นบุคคลที่เจริญวิปัสสนาจนได้ญาณที่แก่กล้า จะไม่เกิดวิปัสสนูปกิเลสเช่นกัน เพราะฉะนั้น พึงทราบ ว่า อุปกิเลสหรือวิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดแก่โยคีผู้เพียรพร้อมด้วยญาณตั้งแต่ญาณที่ ๘ (นิพพิทาญาณ) เป็นต้นขึ้นไป

ในพระไตรปิฎกปฏิสัมมิตามรรค ได้กล่าวถึงวิปัสสนูปกิเลสไว้ว่า

โอภาเส เจว ฌาเณ จ ปีติยา จ วิกมฺปติ  
 ปสฺสทฺธิยา สุขเ เจว เยหิ จิตฺตํ ปเวตฺติ.  
 อธิโมกฺเข จ ปคฺคเห อุปฺภูจฺจาเน จ กมฺปติ  
 อุเปกฺขาวชฺชนายญจ อุเปกฺขาย นิภนฺติยา”<sup>๒๑</sup>

แปลว่า ภาวนาจิตย่อมสันคลอนเพราะแสงสว่าง ญาณปัญญาที่เฉียบแหลม ความอึดเอิบใจ ความสงบแห่งกายและใจ ความสุขแห่งกายและใจ ความศรัทธา ความเพียร ความมีสติสัมปชัญญะ วิปัสสนูปกิเลสอันเป็นไปกับอวิชชูปกิเลส และเพราะค้นหาความยินดีในวิปัสสนาฯ

<sup>๑๗</sup> วิสุทธิ.มหาภูทิกา (บาลี) ๒/ ๔๗๑.

<sup>๑๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาดอ), วิปัสสนาฯ, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, หน้า ๕๑๖.

<sup>๑๙</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๒/ ๓๐๕.

<sup>๒๐</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาดอ), วิปัสสนาฯ, แปลโดย จำรูญ ธรรมดา, หน้า ๕๑๖.

<sup>๒๑</sup> พ. (บาลี) ๓๑/ ๗/ ๓๑๗.

ในบรรดาวิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ประการดังกล่าวนี้ งานวิจัยนี้จะกล่าวถึงเฉพาะปีติ ความอึดอึดใจ เท่านั้น ส่วนคำนิยามและความหมายนั้นได้กล่าวไว้ในเบื้องต้น ต่อไปจะกล่าวใน ลักษณะของปีติ

#### ๔.๑.๖ ปีติเกิดเพราะสมาธิกล้า

ในระยะนี้โยคีมีสมาธิมากขณะที่นั่งกำหนดอยู่ เพราะสมาธิตั้งขึ้นมากเกินไป เป็นเหตุให้ วิริยะอ่อนลง การกำหนดมักเผลอๆ หลงๆ ด้วยอำนาจของสมาธิ จนการนั่งไม่กำหนด เนื่องด้วยมี สมาธิกล้าปีติจึงเกิดขึ้น ปีตินี้อ่อนบ้าง แรงบ้างตามกำลังของโยคีผู้ศรัทธาและสมาธิ เป็นสิ่งแปลกใหม่ที่ เกิดขึ้น เมื่อโยคีไม่เคยเห็นมีประสบการณ์เช่นนี้ จึงเห็นเป็นของน่าเหลือเชื่อน่ามหัศจรรย์ใจอย่าง ยิ่งยวด บางคนคิดว่าคงเป็นดวงธรรมวิเศษเกิดขึ้น โยคีจะหลงติดอยู่ในปีติที่เห็นนั้น หรือบางที่ผู้มี อินทรีย์อ่อนมากๆ กลัวจนเลิกปฏิบัติไปเลยก็มี เพราะเห็นหรือมีความรู้เกี่ยวกับปีติไม่ดีพอ เวลาปีติ เกิดจึงแก้ไขปัญหาต่างๆด้วยตนเองไม่ได้

ปีติ หมายถึง ความอึดอึดที่ประกอบด้วยวิปัสสนา ปีติที่เกิดขึ้นในระยะนี้มี ๕ อย่างคือ

- |                  |                             |
|------------------|-----------------------------|
| ๑) ขุททกาปีติ    | ความอึดอึดเล็กน้อย          |
| ๒) ขณิกาปีติ     | ความอึดอึดที่เพิ่มพูนทุกขณะ |
| ๓) โอกันติกาปีติ | ความอึดอึดชานเซ็น           |
| ๔) อุพเพงคาปีติ  | ความอึดอึดโลดแล่น           |
| ๕) ผรณาปีติ      | ความอึดอึดซาบซ่าน           |

ปีติทั้ง ๕ อย่างนี้<sup>๒๒</sup> จะเกิดขึ้นทั่วสรีรกายของโยคี

จำแนกปีติ โดยที่จิตเข้ายึดไว้หรือเรียกว่าคาหะ มี ๓ ประการ

บรรดาอุปกิเลส ๑๐ เหล่านี้ ธรรมปีติ เรียกว่า “อุปกิเลส” เพราะเป็น วัตถุ (ที่ตั้ง) ของอุปกิเลส มิใช่เพราะเป็นอกุศล ส่วนนิกันติเป็นทั้งอุปกิเลส เป็นทั้งวัตถุของอุปกิเลสด้วย และ อุปกิเลสเหล่านี้ โดยทางวัตถุ มี ๑๐ แต่โดยทางการยึดถือ ที่เรียกว่า คาหะ มี ๓๐ ประการโดย ทางการยึดถือหรือคาหะ คือ

เมื่อยึดถืออยู่ว่า “ปีติเกิดขึ้นแก่เราแล้ว” เป็น ทิฏฐิคาหะ (ยึดถือด้วยทิฏฐิ)

เมื่อยึดถืออยู่ว่า “ปีติน่าพึงพอใจจริงหนอ” เป็น มานคาหะ (ยึดถือด้วยมานะ)

เมื่อชื่นชมปีติอยู่ เป็น ตัณหาคาหะ (ยึดถือด้วยตัณหา)

ในปีติมีคาหะ ๓ โดยทางทิฏฐิ ๑ มานะ ๑ และตัณหา ๑ ด้วยประการนี้

<sup>๒๒</sup> พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ อภิธัมมัตถสังคหะ วิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ หจก. ทิพย์วิสุทธิ์, ๒๕๕๔) หน้า ๑๒๒.

โยคาวจรผู้ไม่ฉลาด ไม่เฉียบแหลม ก็หวั่นไหว ฟุ้งซ่านอยู่ในอุปกิเลสทั้งหลายมีธรรมปิติ ดังกล่าวแล้ว ด้วยอำนาจของคาหะเหล่านั้น เห็นอยู่เสมอเนื่อง ๆ ซึ่งอุปกิเลสทั้งหลายมี แต่ละอย่าง ๆ ว่า “นี่เป็นของฉัน ฉันเป็นนี้ นี่เป็นอิตตาของฉัน”

เพราะฉะนั้น ในคัมภีร์ชุททกนิกายปฏิสัมภิทามรรคได้แสดงวิปัสสนูปกิเลสไว้ว่า

โอภาเส เจว ภาณ เจ	ปีติยา จ วิภมปติ
ปัสสทุธิยา สุข เจว	เยหิ จิตตํ ปเวธติ.
อธิโมกเข จ ปคคเห	อุปปุฏฐาเน จ กมปติ
อุเปกขาวชชนายถจ	อุเปกขาย นิกนตिया.

แปลว่า ภาวนาจิตย่อมสันคลอนเพราะแสงสว่าง ญาณปัญญา

ที่เฉียบแหลม ความอึดเอิบใจ ความสงบแห่งกายและใจ

ความสุขกายสุขใจ ความศรัทธา ความพากเพียร

ความมีสติสัมปชัญญะวิปัสสนูปกิเลสอันเป็นไปกับอวิชชูปกิเลส

และเพราะต้นหาความยินดีในวิปัสสนา <sup>๒๓</sup>

จากพระคาถาดังกล่าว หมายความว่า ผู้ปฏิบัติธรรมที่พบสภาวะมีปิติเกิดขึ้นแล้วเกิดอาการฟุ้งซ่านหวั่นไหวไปตามอารมณ์ที่พบนั้น จนเกิดความเข้าใจผิดคิดว่าเป็นมัคคะเป็นผล เป็นความพันทูกข์ แต่ความจริงเป็นเพียงอัมคคะ คือ สภาพที่ไม่ใช่ทางเดิน ด้วยเหตุนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมเมื่อปฏิบัติมาถึงจุดนี้ควรระมัดระวัง ต้องแก้ไขด้วยโยนิโสมนสิการคือ กำหนดรู้ในใจให้มากขึ้น จนเห็นรูปนามและอัมมมรรณนั้นๆ ไม่เที่ยง เป็นทูกข์ ไม่มีตัวตนบังคับบัญชาไม่ได้ อย่างนี้จึงชื่อว่า แก้ไขสภาวะดังกล่าวได้ ซึ่งต้องใช้ระยะเวลาตามกำลังความพากเพียรของผู้ปฏิบัติตนเอง

## ๔.๒ ปิติในองค์ฌาน

ฌาน ภาษาบาลี หมายถึง การเพ่งอารมณ์จนใจแน่วแน่เป็นอัปนาสมาธิ ภาวะจิตสงบ ประณีต<sup>๒๔</sup> ซึ่งมีสมาธิเป็นองค์ธรรมหลัก

### ๔.๒.๑ ฌาน ๒ ประเภท

ฌานคือจิตตั้งมั่น มีองค์ประกอบของปิติอยู่ด้วย แบ่งออกเป็นสองประเภทใหญ่ๆ ได้แก่<sup>๒๕</sup>

๑. อารัมมณูปนิชฌาน การเพ่งอารมณ์ ได้แก่ สมาบัติ ๘ คือ รูปฌาน ๔และอรูปรฌาน ๔

๒. ลักขณูปนิชฌาน การเพ่งลักษณะ ได้แก่ วิปัสสนา มรรค ผล

๑) วิปัสสนา ชื่อว่า ลักขณูปนิชฌาน เพราะพินิจสังขารโดยไตรลักษณ์

<sup>๒๓</sup> อังใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาธุณี, หน้า ๕๑๗.

<sup>๒๔</sup> อังใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). "พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม". พิมพ์ครั้งที่ ๒๕, (สำนักพิมพ์ผลิธัมม, บริษัท สำนักพิมพ์แพ็ทแอนด์โฮม จำกัด ๒๕๕๖) ข้อ ๗ หน้า ๑๖.

<sup>๒๕</sup> ปฏิส.อ.๒๒๑

๒) มรรค ชื่อว่า ลักษณะปนิชฌาน เพราะยังกิจแห่งวิปัสสนานั้นให้สำเร็จ

๓) ผล ชื่อว่า ลักษณะปนิชฌาน เพราะเพ่งนิพพานอันมีลักษณะเป็น สุญญตะ อนิมิตตะ และอัปภินิหิตะ อย่างหนึ่ง และเพราะเห็นลักษณะอันเป็นสัจจภาวะของนิพพาน อย่างหนึ่ง

ฌาน ๒ ประเภทอีกอย่างหนึ่ง

แต่โดยทั่วไป เมื่อกล่าวถึงประเภทของฌาน มักแบ่งฌานออกเป็นสองประเภทใหญ่ ๆ คือ รูปฌาน ๔ ฌานมีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ฌานที่เป็นรูปาวจร<sup>๒๖</sup> ได้แก่

ปฐมฌาน ฌานที่ ๑ มีองค์ฌานประกอบด้วย วิตก วิจาร ปิติ สุข เอกัคคตา

ทุติยฌาน ฌานที่ ๒ มีองค์ฌานประกอบด้วย ปิติ สุข เอกัคคตา

ตติยฌาน ฌานที่ ๓ มีองค์ฌานประกอบด้วย สุข เอกัคคตา

จตุตถฌาน ฌานที่ ๔ มีองค์ฌานประกอบด้วย อุเบกขา เอกัคคตา

อรุปฌาน ๔ ฌานมีรูปธรรมเป็นอารมณ์ ฌานที่เป็นอรุปาวจร ได้แก่

อากาศานัญญายตนะ

วิญญูณัญญายตนะ

อาภิญญัญญายตนะ

เนวสัณญานาสัณญายตนะ

เมื่อกล่าวสั้นๆ ว่า " ฌาน ๔" จะหมายถึง รูปฌาน ๔ และเมื่อกล่าวสั้นๆ ว่า " ฌาน ๘" จะหมายถึง รูปฌาน ๔ กับ อรูปฌาน ๔ ปฐมฌานเหมาะแก่การทำวิปัสสนา เพราะมีวิตก วิจาร อยู่

สิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์ในการเพ่งจนได้ฌาน ได้มีการรวบรวมไว้เป็นกรรมฐาน ๔๐ สิ่งที่ขวางกั้นจิต ไม่ให้เกิดฌาน คือ นิวรณ์ ๕

#### ๔.๒.๒ สมาบัติ ๘

สมาบัติเป็นภาวะสงบประณีตซึ่งพึงเข้าถึง มีหลายอย่าง เช่น ฌานสมาบัติ ผลสมาบัติ เป็นต้น สมาบัติที่กล่าวถึงบ่อยคือ ฌานสมาบัติ กล่าวคือ สมาบัติ ๘ อันได้แก่ ฌาน ๘ (รูปฌาน ๔ กับ อรูปฌาน ๔) ในบางกรณี รูปฌาน ๔ อาจถูกจำแนกใหม่ในรูปแบบของ ปัญจฌาน เป็นการจำแนกตามแบบพระอภิธรรม<sup>๒๗</sup> เรียกว่า ปัญจกนัย การจำแนกตามแบบพระสูตร เรียกว่า จตุกนัย ที่ต้องจำแนกเป็นปัญจฌาน เนื่องจากฌานลาภี คือ ผู้ได้ฌานมี ๒ ประเภท คือ ติกขบุคคล ผู้รู้เร็ว และ มันทบุคคล ผู้รู้ช้า

<sup>๒๖</sup> ทีปา.๑๑/๒๓๒/๒๓๓.

<sup>๒๗</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). "พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม". พิมพ์ครั้งที่ ๒๕, (สำนักพิมพ์อริยมรรค, บริษัท สำนักพิมพ์แพรวแอนดิโฮม จำกัด ๒๕๕๖) ข้อ ๙ หน้า ๖๑.



นอกจากสมาบัติ ๘ ตามที่แสดงไว้แล้วก็มีสมาบัติ ๙ ซึ่งปรากฏโดยชื่อเรียกว่า อนุปัพพวิหารสมาบัติ ๙ หมายถึง สมาบัติ ๘ กับ นิโรธสมาบัติ จึงแบ่งเป็นบุคคลได้ ๒ ประเภทคือ โลกีย์สมาบัติคือสมาบัติของปุถุชน โลกุตตรสมาบัติคือสมาบัติของพระอริยบุคคล

ธรรมปิติในองค์ฌานนั้นมีอยู่ด้วยกัน ๒ รูปฌาน คือ ปฐมฌาน และ ทุตติยฌาน ฉะนั้นจึงนับได้ว่า ปิตินั้น เกิดจากฌานก็มีและเกิดจากวิปัสสนาก็มี

### ๔.๓ ปิติในวิปัสสนูปกิเลส

เมื่อโยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจนกระทั่งญาณแก่กล้าแล้วขึ้นตามลำดับแล้วจะเกิดธรรมเครื่องขวางกั้นชนิดหนึ่งขึ้นมาในวิปัสสนาญาณ ที่เรียกว่า โสฬสญาณ ๑๖

#### ๔.๓.๑ อุท্থัพพยญาณ ญาณที่ ๔ คือรู้การแยกเหตุเกิดและเหตุดับ

ในการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน เมื่ออุท্থัพพยญาณอย่างอ่อนเริ่มปรากฏ วิปัสสนูปกิเลส คือสิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ๑๐ ประการ ทำให้วิปัสสนาเสื่อมไปเพราะผู้ปฏิบัติธรรมที่พบเห็นสิ่งเหล่านี้ อาจสำคัญผิดว่า ปิติที่ได้พบเห็นคือพระนิพพานแล้วหยุดปฏิบัติ หรือแม้จะไม่สำคัญผิดอย่างนั้น ก็อาจยินดีพอใจ ส่งผลให้การเจริญสติขาดช่วงและความก้าวหน้าลดลง แต่ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมเข้าใจว่าเป็นเพียงทางผ่านเหมือนป้ายบอกทาง แล้วกำหนดรู้ตามความเป็นจริง ธรรมปิติเหล่านั้นก็ไม่อาจทำให้วิปัสสนาเสื่อมไป<sup>๒๘</sup> วิปัสสนูปกิเลสย่อมเกิดขึ้น ดังคัมภีร์วิสุทธิมรรคแสดงถึงบุคคลผู้มีปิติเกิดหรือไม่มีปิติเกิดวิปัสสนูปกิเลสนี้ว่า

“วิปัสสนูปกิเลสสาหิ ปฏิเวธปตตสส อริยสาวกสส เจว วิปปฏิปนนงสส จ นิภชิตตกมมฏฐานสส กุสีตปุคคลสส นุปปชชนติ.สมมาปฏิปนนงสส ปน ยุตตปยุตตสส อารทวิปสสกสส กุลปุตตสส อุปปชชนติเยว<sup>๒๙</sup>

หมายความว่า โดยแท้จริงแล้ว วิปัสสนูปกิเลสจะไม่เกิดขึ้นแก่ บุคคลดังต่อไปนี้

- ๑) พระอริยสาวกผู้บรรลุปฏิเวธแล้ว
- ๒) ผู้ปฏิบัติผิดทางคือผู้ละทิ้งกรรมฐาน ผู้เกียจคร้าน

แต่ถ้าวิปัสสนูปกิเลสจะสามารถเกิดกับผู้ปฏิบัติถูกต้อง และมีความพยายามอย่างยิ่งในการปฏิบัติธรรม จนได้ชื่อว่า อารทวิปัสสกะ อย่างเดียวเท่านั้น

บรรดาวิปัสสนูปกิเลสทั้งหลาย อันมีธรรมปิติเหล่านั้นอยู่ด้วยเรียกว่า “อุปกิเลส” เพราะเป็นวัตถุคือที่ตั้งของอุปกิเลส มิใช่เพราะเป็นอกุศล ส่วนนิกันติเป็นทั้งอุปกิเลส เป็นทั้งวัตถุของ

<sup>๒๘</sup> พระโสภณมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต (มหาสิสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภิกขุ, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๒๔๑.

<sup>๒๙</sup> วิสุทธิ.๒/๓๐๔-๕.

อุปกิเลสด้วย และอุปกิเลสเหล่านี้มี ๑๐ โดยทางวัตถุคือที่ตั้ง แต่โดยทางคาหะคือการยึดถือ มี ๓๐ ประการ เพราะว่า

เมื่อยึดถืออยู่ว่า “ปิติเกิดขึ้นแก่เราแล้ว” เป็นทวิภูฏิกาคหะคือยึดถือด้วยการเห็นผิดๆ  
 เมื่อยึดถืออยู่ว่า “ปิติน่าพึงพอใจจริงหนอ” เป็นมานาคาหะคือยึดถือด้วยความคิดตน  
 เมื่อชื่นชมปิติอยู่ เป็นตัณหากาหะ คือยึดถือด้วยความทะยานอยาก

#### ๔.๓.๒ ปิติมิคาคหะ ๓ คือการข่ม

ทวิภูฏิก เช่น ผู้ที่เห็นว่ามิเรา ของเราในระหว่างปฏิบัติอยู่  
 มานะ เช่น ผู้ที่ถือตัวว่าเราดีกว่าเขา เราเสมอเขา เราเลวกว่าเขาเป็นต้น และ  
 ตัณหา เช่น ผู้ที่เกิดความชอบไม่ชอบในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสต่าง ๆ เป็นต้น  
 แม้ในอุปกิเลสทั้งหลายที่เหลือก็มีอย่างละ ๓ เหมือนกัน เพราะเหตุนี้ จึงมีอุปกิเลสรวม  
 ๓๐ ถ้วน โดยทางคาหะ ด้วยอาการดังกล่าวนี้

ในชาตวิภังค์ สุตตันตภาชนีย์ แห่งคัมภีร์พระอภิธรรมปิฎกแสดงถึงชาต ๖ คือ (๑) กาม  
 ชาต (๒) พยาบาทชาต (๓) วิหิงสาชาต (๔) เนกขัมมชาต (๕) อภัยบาทชาต และ (๖) อวิหิงสา-ชาต  
 ในงานวิจัยนี้จะยกมาแสดงแต่เพียงกามชาตเท่านั้น โดยมีอธิบายตามคัมภีร์ว่า กามชาต หมายถึง  
 ความตรึกอย่างแรง อันประกอบด้วยกาม คือ ความที่จิตแนบอยู่ในอารมณ์ ความที่จิตแนบสนิทอยู่ใน  
 อารมณ์ ความยกจิตขึ้นสู่อารมณ์ มิฉลาดงักปะะ นี้เรียกว่า กามชาต ชั้นต่ำมีวิจรรกเป็นที่สุดชั้นสูงมี  
 เทพชั้นปรนิมมิตวสวัตีเป็นที่สุด ชั้นธ ชาต อายตนะ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ที่ท่องเที่ยว  
 อยู่ในระหว่างนี้ หรือ นับเนื่องอยู่ในระหว่างนี้เรียกว่า กามชาต<sup>๓๐</sup>

จากเนื้อความข้างบนนั้นจะได้สังเคราะห์ปิติโดยความเป็นชั้นธ ชาต อายตนะ เพื่อจะได้  
 ชี้แจงให้เข้าใจถึงความสำคัญของปิติ ดังนี้

#### ตารางสังเคราะห์ปิติเข้าในชั้นธ

ปิติ	ชั้นธ ๕
ปิติ	รูปชั้นธ ได้แก่ วรรณรูป
ปิติ	เวทนาชั้นธ ได้แก่ อทุกขสุขเวทนา
ปิติ	สัญญาชั้นธ ได้แก่ ความจำในลักษณะปิติ
ปิติ	วิญญาณชั้นธ ได้แก่ รู้ลักษณะของปิติ

จากตารางทำให้ทราบว่า ปิติเป็นชั้นธ ๕ ได้ทั้งหมดตามหลักแห่งคัมภีร์อภิธรรมมัตถ-  
 สังคหะ<sup>๓๑</sup> เมื่อทราบว่า ปิติก็คือชั้นธ ๕ ซึ่งเกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐานที่ประจักษ์

<sup>๓๐</sup> อภิ.วิ.อ. (ไทย) ๒/๑/๒๐๖ - ๗.

<sup>๓๑</sup> อ้างถึง จิต เจตสิก รูป นิพพาน (สงคห) อ้างใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธ  
 ศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๓, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอส. อาร์. พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘).

เห็นในหมวดธัมมานุปัสสนา ซึ่งเป็นได้ทั้งรูปและนาม เรื่องชั้น ๕ นี้ พระพุทธองค์ตรัสไว้ในพระธรรมเทศนาภักดิ์แรก ว่า อุกาทานชั้น ๕ เป็นทุกข์ ซึ่งอยู่ในหมวดอริยสังข์ข้อแรกคือ ทุกข์สัจจนันเอง<sup>๓๒</sup> จากความหมายดังกล่าวตรงกับข้อความในกามธาตุ ชั้นต่ำมีเวเจินรกเป็นที่สุดชั้นสูงมีเทพชั้นปรนิมมิตวสวัตติเป็นที่สุด ชื่อ กามธาตุ ด้วยเหตุนี้ชั้นทั้งหลาย ที่ท่องเที่ยวอยู่ในระหว่างนี้ ชื่อว่า เป็นกามธาตุชั้น ดังกกล่าวมาข้างบนในวิภังค์ เพราะฉะนั้นปิติจึงเป็นทุกข์ด้วยอำนาจแห่งชั้นดังกล่าว นี่เป็นโทษของปิติประการที่ ๑ ต่อไปจะสงเคราะห์ปิติเข้าในธาตุ

#### ตารางสงเคราะห์ปิติเข้าในธาตุ ๑๘

ปิติ	ธาตุ
ปิติ	ธัมมธาตุ

จากตารางนี้ทำให้ทราบว่า ปิติเป็นธัมมธาตุ อันประกอบด้วยรูปและนามนั่นเอง ซึ่งเกิดขึ้นในการปฏิบัติสติปัญญาฐานหมวดธัมมานุปัสสนา ซึ่งจะเห็นว่ารูปนามนี้มีความเกี่ยวกับชั้น ๕ ดังกล่าวมาแล้ว ทำให้ไม่พ้นจากอำนาจแห่งทุกข์ภัยในวัฏฏทุกข์ได้ นี่ก็เป็นโทษของธรรมปิติที่เป็นธัมมธาตุ เพราะความเกี่ยวเนื่องอยู่ในรูปนามนั่นเอง จึงมีโทษ ต่อไปจะกล่าวถึงปิติสงเคราะห์เข้าในอายตนะ

#### ตารางสงเคราะห์ปิติเข้าในอายตนะ ๑๒

ปิติ	อายตนะ ๑๒
ปิติ	ธัมมายตนะ

จากตารางนี้ทำให้ทราบว่า ปิตินี้ คือ ธัมมายตนะซึ่งเป็นทั้งรูปและนาม ธัมมายตนะนี้ก็มี ความเกี่ยวข้องกับชั้น ๕ ทั้งหมด ธาตุ ๑๘ คือ ธัมมธาตุ และ ธัมมายตนะ อันมีเกิดได้ในธัมมานุปัสสนาสติปัญญาฐานเช่นกับที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ความเกี่ยวข้องนี้ทำให้ปิติตกอยู่ในฐานะแห่งทุกข์ในวัฏฏสงสารอย่างแน่นอน นี่ก็คือโทษของปิติโอกาสที่พบในธัมมานุปัสสนาสติปัญญาฐาน แต่ถ้าไปเกิดภายนอกกาย เวทนา จิต และ ธรรม ในสติปัญญาฐาน ๔ ประการนี้ หาได้เป็นปิติไม่

ด้วยเหตุนี้ ถ้าโยคาวจรผู้ไม่ฉลาด ไม่เฉียบแหลม ก็หวั่นไหว ฟุ้งซ่านอยู่ในอุปกิเลสทั้งหลาย มีปิติเป็นต้น ด้วยอำนาจของคาหะเหล่านั้น เห็นอยู่เสมอเนื่อง ๆ ซึ่งอุปกิเลสทั้งหลายมีปิติเหล่านั้นแต่ ละอย่าง ๆ ว่า “นี่เป็นของฉัน ฉันเป็นนี้ นี่เป็นอิตตาของฉัน” จึงชื่อว่ามีมัยมั่นในทุกข์ คิดว่า ทุกข์เป็นเรา เป็นตัวตนของเรา ความยึดมั่นนี้เป็นโทษนำไปสู่ความทุกข์แน่นอนต่อไปเป็นตัวอย่างปิติ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

<sup>๓๒</sup> อ้างถึง สงขิตเตน ปญจุกาทานกขนธา ทุกขา อ้างใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **ธัมมจักกัปวัตตนสูตร**, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิกข์, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๕๖.

#### ๔.๔ ธรรมอันเป็นเหตุดับของปิติ

ปีตินั้นเกิดจากสาเหตุด้วยกันหลายประการดังได้กล่าวแล้วในหัวข้อที่ผ่านมาว่า เกิดจากโยนิโสมนสิการที่สดับธรรมหรือระลึกนึกถึงศาสนธรรมของพระพุทธองค์บ้าง เกิดจากฝึกสมาธิบ้าง เกิดจากปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาบ้าง

ฉะนั้นในที่นี้จักศึกษาเหตุหรือธรรมที่ทำให้ปีติดับระงับลงไป ดังมีปรากฏในอนุปปพวิหารสมาบัติที่พระพุทธองค์ให้วิสัชนาแก่บุคคลผู้หนึ่งผู้ใดฟังกล่าวอย่างนี้ว่า ‘ปีติย่อมดับในที่ไหน และคนเหล่าไหนเล่าดับปีติได้สนิทอยู่ เราไม่รู้ผู้นี้ เราไม่เห็นผู้นี้’ เธอทั้งหลายพึงตอบผู้นั้นอย่างนี้ว่า ‘ผู้มีอายุ ภิษุในธรรมวินัยนี้ เพราะปีติจางคลายไป ฯลฯ บรรลุดุติยฌาน ฯลฯ ปีติย่อมดับในตติยฌานนี้ และท่านเหล่านั้นดับปีติได้สนิทอยู่’ ดังนี้<sup>๓๓</sup> ในที่นี้เป็นตรัสถึงการดับปีติในองค์ฌาน ซึ่งโยคีท่านดับด้วยอุเบกขาที่เป็นองค์ฌานคือดับที่เหตุตรงที่จิตไม่คิดปรุงแต่ง ไม่วิตก ไม่วิจารณ์มีสติสัมปชัญญะอยู่ปีติก็จะระงับดับลงไปโดยทันที

บางครั้งการดับปีติท่านดับที่ผลคือตัวทุกข์ เพราะปีตินั้นเหตุเกิดจากศรัทธาเลื่อมใสของคนผู้มีสติถึงเห็นยวนานิมิตต่าง ๆ จนมีความปราโมทย์เกิดขึ้น เมื่อมีความปราโมทย์ ปีติก็เกิดตามมา การดับปีติชนิดนี้ก็ต้องมีสติสัมปชัญญะ การกำหนดรู้ปีตินั้นไม่ต้องนึกถึงความพอใจไม่พอใจในกามคุณที่อิงด้วยอามิสต่าง ๆ แต่มีสติรู้สภาวะธรรมของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ให้รู้เท่าทันในอารมณ์ปัจจุบันขณะนั้น ถ้ามีสติมากพอก็จะเห็นสภาวะเช่นนั้นได้ จัดเป็นการเห็นไตรลักษณ์คือความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา รู้เห็นการเกิดดับแบบโลกียชน

ปีติที่เกิดจากวิปัสสนาเพราะการกำหนดสติอย่างจดจ่อต่อเนื่องอยู่นั้นสมาธิมีกำลังแรงขึ้น ความเพียรอ่อนลงไป ทำให้สติเผือกกำหนดไม่ทันสภาวะอารมณ์ในขณะนั้นได้ จิตเกิดการปรุงแต่ง วิปัสสนูกิเลสคือปีติจึงเกิดขึ้น หากเป็นโยคีผู้ฉลาด ผู้เป็นบัณฑิต ผู้เฉียบแหลม ถึงพร้อมด้วยความรู้ เมื่ออุปกิเลสทั้งหลายมีปีติดังกล่าวเมื่อเกิดขึ้น ก็กำหนดรู้ ใคร่ครวญเห็นด้วยสติปัญญาขจรขึ้นสู่ไตรลักษณ์ดังนี้ว่า “ธรรมคือปีตินี้ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา”<sup>๓๔</sup> ดังนี้บ้าง ก็หรือว่าโยคาวจรนั้นมีความคิดในขณะนั้นอย่างนี้ว่า “ถ้าปีตินี้เป็นอัตตาไซ้ การหลงยึดถือ ปีติว่า “อัตตา” ก็ควร แต่ปีตินี้ มิใช่อัตตาเลย ถือว่า “เป็นอัตตา”ไม่ควร เพราะฉะนั้น ปีตินั้นเป็นอนัตตา โดยความหมายว่าไม่เป็นไปในอำนาจ คือไม่อยู่ในบงการ เป็นอนิจจัง โดยความหมายว่ามีแล้วก็เสมือนหนึ่งว่ามีไม่ เป็นทุกขัง โดยความหมายว่าเบียดเบียนเฉพาะหน้าด้วยความเกิดและความดับ” พึงขยายคำทั้งปวงให้พิสดารโดยนัยดังกล่าวไว้แล้วในอรุบัสตตกัมมัฏฐานเถิด

<sup>๓๓</sup> อัง สุ (ไทย) ๒๓/๓๓/๔๙๖.

<sup>๓๔</sup> พระพุทธโฆสเถระ รจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียงพิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๐๔๘.

อนึ่ง ในปิตินันโต แม้ในอุปกิเลสทั้งหลายที่เหลือก็ฉนั้น โยคาวจรท่านนั้นครั้งใคร่ครวญ เห็นอย่างนี้แล้ว ก็เห็นอยู่เสมอเนื่อง ๆ ซึ่งปิตินันโตว่า “นี้มีใจของฉัน ฉนั้นมิใช่สิ่งนี้ นี้มิใช่อดีตของฉัน” เมื่อ โยคาวจรนั้นเห็นอยู่เสมอเนื่อง ๆ อย่างนี้ (ท่าน) ก็หวั่นไหว ไม่สั่นคลอนในเพราะอุปกิเลสทั้งหลาย อันมีปิตินันโตแล้ว เพราะฉะนั้น ท่านพระโบราณจารย์ทั้งหลายจึงกล่าวไว้ว่า

อิมานิ ทส จานานิ                      ปณฺญา ยสฺส ปริจฺจิตา

ธมฺมุทฺตจฺจกฺกุสโล โทติ                น จ วิกฺเขปํ คจฺจติ.

ความว่า โยคีได้มีฐานะ ๑๐ ธรรมปิตินันโต เหล่านี้อบรมด้วยปัญญาแล้ว

โยคินันโต เป็นผู้ฉลาดในธัมมุทฺตจฺจจะและไม่ถึงความฟุ้งซ่าน

โยคาวจรท่านนั้นเมื่อไม่ถึงความฟุ้งซ่านดังกล่าวนี้ ก็ถากถางรกชัฏคืออุปกิเลสครบ ๓๐ อย่างนั้นได้แล้ว กำหนดรู้มรรคและมีใจมรรคได้เองว่า “ธรรมทั้งหลายมีโอภาสเป็นต้นมีใจมรรค แต่ วิปัสสนาญาณที่พ้นแล้วจากอุปกิเลส ดำเนินไปตามวิถี (ของวิปัสสนา) เป็นมรรค” ดังนี้ ญาณที่รู้มรรค และมีใจมรรคว่า “นี่คือมรรค นี้มีใจมรรคของโยคินันโต ฟังทราบว่าเป็น มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินันโต” ด้วยประการฉะนี้

จากเหตุผลดังกล่าวมา โยคินันโตได้กระทำการกำหนดรู้สัจจะ ๓ แล้ว ทำการกำหนดรู้แล้ว อย่างไร คือว่า การกำหนดรู้สัจจะ ๓ เป็นอันโยคินันโตทำก่อนแล้วด้วยญาณชั้นโลกียะเท่านั้น อย่างนี้ คือ การกำหนดรู้ทุกขสัจจะด้วยการกำหนดรู้นามและรูป เป็นอันโยคินันโตกระทำมาก่อนแล้วใน ทิฏฐิวินิสุทธินันโต การกำหนดรู้สมุทฺตยสัจจะด้วยการกำหนดรู้ปัจเจก เป็นอันโยคินันโตกระทำมาแล้วใน กังขา วิตรณวินิสุทธินันโต การกำหนดรู้มัคคสัจจะด้วยการจำกัดแต่เพียงมรรคโดยชอบ เป็นอันโยคินันโตกระทำแล้วใน มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินันโต นี้

#### ๔.๕ เหตุเกิดและเหตุดับปิตินันโตในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การเกิดเป็นทุกข์ ทุกข์อันเกิดทางกายทางใจ ตามหลักธรรมในธัมมจักกัปปวัตตนสูตรนั้น หากต้องการดับทุกข์ก็ต้องรู้จักเหตุเกิดแห่งทุกข์ ดับต้นเหตุแห่งทุกข์คือต้นเหตุทั้งหลายให้ได้เสียก่อน ฉะนั้นการจะดับปิตินันโตได้ก็ต้องรู้จักเหตุเกิดของปิตินันโต ซึ่งมีอยู่หลายประการ คือ

๑. เกิดจากโยคีผู้บำเพ็ญสมณะจนได้ฌานมาก่อน

๒. เกิดจากโยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนาอย่างถูกต้อง

๓. เกิดจากการสตัปธรรมหรือจากการตรีกตรอง

และเหตุดับของปิตินันโตจะระงับดับลงไปได้ต้องใช้หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลัก ของสติปัฏฐานที่มีสติสัมปชัญญะเป็นองค์ประกอบในการกำหนดพิจารณาแล้วยกขึ้นสู่ไตรลักษณ์

#### ๔.๕.๑ การสงเคราะห์ปีติเข้าในชั้น

การสงเคราะห์ปีติเข้าในชั้น อายตนะ และธาตุ ทั้งนี้เพื่อจะได้รู้วิธีการกำหนดหัวข้อให้ชัดเจนว่า จะปฏิบัติอย่างไรจึงถูกต้องตรงตามหลักพุทธธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในคัมภีร์ ในเรื่องนี้ได้พบหลักฐานวิธีการนำเหตุเกิดดับไปใช้เจริญปีติ ในหมวดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดังนี้

ในบทอุเทศแห่งธัมมานุปัสสนา พระพุทธองค์แสดงไว้ว่า

“พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และ โทมนัสในโลกได้”<sup>๓๕</sup> จากใจความดังกล่าว คำว่า ธรรม หมายถึงสติ ส่วนคำว่า ธรรมทั้งหลายได้แก่ นิรวรณ ๕ ชั้น ๕ อายตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และ อริยสัจ ๔ ต่อไปจะได้กล่าวถึงปีติสงเคราะห์เข้าในธรรมทั้งหลายในสติปัฏฐาน ดังนี้

#### ตารางสงเคราะห์ปีติเข้าในธรรมทั้งหลายในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ปีติ	ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน
ปีติ	อุทัจจกุกกุจจนิรวรณ
ปีติ	ชั้น ๕
ปีติ	ธัมมายตนะ
ปีติ	สติสัมโพชฌงค์
ปีติ	ทุกขสัจจ

จากตารางดังกล่าวทำให้ทราบว่าปีติสงเคราะห์พบในหมวดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานได้ทุกหมวด เมื่อรู้ในข้อเท็จจริงดังกล่าวจึงนำมาสงเคราะห์เข้าหลักการปฏิบัติในธัมมานุปัสสนา ในอรรถกถาอธิบายหลัก ๓ ประการ คือ อาตาปี สติมา และสมปชาน โดยมืบทว่า วิหริตี ที่หมายความว่า ดำเนินไป ดังนี้

ปีติ	หลัก ๓ ประการ <sup>๓๖</sup>
ปีติ	อาตาปี วิเคราะห์ว่า อาตาปะ เพราะอรรถว่า ย่อมเผาผลาญกิเลสในภพ ๓ คำว่า อาตาปะนี้เป็นชื่อของวิริยะ อาตาปะ ของภิกษุนี้มีอยู่ เหตุนี้ ภิกษุนี้จึงชื่อว่า อาตาปี หมายความว่า ผู้ปฏิบัติมีความเพียรทำลายปีติด้วยการกำหนดรู้ปีติที่ปรากฏตามเป็นจริงในปัจจุบันขณะ เพื่อทำปีติความยึดมั่นในปีติว่าเป็นเรา ของเราให้หมดสิ้นไป ความจริงอาตาปีเป็นต้น พระพุทธองค์หมายถึง สัมปชาน (ความเพียรชอบ) ไว้ด้วยบทอาตาปะ (ความเพียรเป็นเหตุให้กิเลสเร่าร้อน)
ปีติ	สมปชาน ได้แก่ ประกอบด้วยญาณ กล่าวคือ สัมปชัญญะ หมายความว่า ผู้ปฏิบัติ

<sup>๓๕</sup> ม.ม. (ไทย) ก ๑๒/๑๐๖/๑๐๒.

<sup>๓๖</sup> ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/๖๖๘ - ๖๙.

	กำหนดรู้ปิติด้วยญาณปัญญาตามที่เป็จริงในปิติ
ปิติ	สติมา คือ ประกอบด้วยสติที่ใช้กำหนดกาย หมายถึง ชั้นที่ ๕ อันได้แก่ ปิตินั่นเอง คือ ให้กำหนดรู้ปิติต่างกายที่ปรากฏอยู่นั้นตามที่เป็จริง เมื่อกล่าวรวมทั้ง สติสัมปชัญญะ พระพุทธองค์ตรัสว่า เป็นกรรมฐานที่ให้สำเร็จประโยชน์ทุกอย่าง หรืออุบายสำหรับบริหารภาวนาไว้
พิเศษ ปิติ	อนุปัสสนา ท่านอธิบายว่า จะไม่มีแก่ผู้ปราศจากสติเลย เพราะพระโยคาวจรใช้สติ กำหนดอารมณ์แล้ว จึงพิจารณาเห็นกายตนด้วยปัญญา เพราะเหตุนี้ พระพุทธ องค์จึงตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ตถาคตพูดถึงสติว่า มีประโยชน์ในธรรมทั้งปวง เพราะฉะนั้น ในพระสูตรนี้ พระองค์จึงตรัสว่า สมณะอยู่ในหมวดกายาอนุปัสสนาสติ ปัญญา ส่วนวิปัสสนาอยู่ในสัมปชัญญะ และตรัสพลังแห่งภาวนาไว้ด้วยการขจัด อภิชฌาโทมนัสออกไป

นอกจากนี้ยังมีบทว่า อนุปัสสี<sup>๓๗</sup> ซึ่งมีความหมายตามหลักคัมภีร์วิภังค์ ท่านตั้งปัญหาว่า อนุปัสสนาหมายถึงอะไร ในสติปัญญา ดังกล่าวมา ดังจะอธิบายต่อไปนี้

อนุปัสสนา คือ ปัญญา การรู้ทั่วถึงเป็นต้นไปจนถึง สัมมาทิฏฐิ หมายความว่า ภิกษุเข้าถึง เข้าถึงเรียบร้อยแล้ว เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงเรียบร้อยแล้ว เข้าไปถึงแล้ว ถึงพร้อมแล้ว ประกอบแล้ว ด้วยอนุปัสสนานี้ เพราะเหตุนี้ อนุปัสสี จึงหมายถึง ผู้พิจารณาเห็นเนื่องๆ

วิหริตี หมายถึง ย่อมผลัดเปลี่ยน เป็นไป รักษาไว้ ดำเนินไปเอง ให้(ร่างกาย) ดำเนินไป นำไป พักผ่อน ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า วิหริตี

อาตาศิ ความว่า อาตาศิ ได้แก่ การปรารถนาความเพียรทางใจ เป็นต้น ความพยายาม ชอบ เรียกว่า อาตาศิ หมายความว่า ภิกษุเป็นผู้เข้าถึงแล้ว เป็นต้น ประกอบพร้อมแล้วด้วยอาตาศิ นี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า อาตาศิ

สมุปชาโน ความว่า สัมปชัญญะ ได้แก่ ปัญญา การรู้ทั่วถึง เป็นต้น สัมมาทิฏฐิเป็นที่สุด เรียกว่า สัมปชัญญะ หมายความว่า ภิกษุเป็นผู้เข้าถึงแล้ว เป็นต้น ประกอบพร้อมด้วยสัมปชัญญะนี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า สมุปชาโน

สติมา ความว่า สติ ได้แก่ ความระลึกได้ อนุสสติ ความระลึกถึงเนื่องๆ เป็นต้น จนถึง สัมมาสติ ความระลึกชอบ นี้เรียกว่า สติ หมายความว่า ภิกษุเป็นผู้เข้าถึงแล้ว เป็นต้น จนประกอบ พร้อมแล้วด้วยสตินี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า ผู้มีสติ

วิเนยโย โลเก อภิชฌาโทมนัสส<sup>๓๘</sup> ความว่า โลก ได้แก่ อุปาทานชั้นที่ ๕ เรียกว่า โลก

<sup>๓๗</sup> ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/๖๗๑ - ๗๓.

<sup>๓๘</sup> คุรยลละเอียดใน ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/๖๖๙ - ๗๑.

อภิขณา คือ ความกำหนด ความกำหนดแรงกล้า ความยินดี ความคล้อยตาม ความเพลิตเพลิต ความกำหนดด้วยอำนาจเพลิตเพลิต ความกำหนดแรงกล้าแห่งจิต เรียกว่า อภิขณา

โทมนัส คือ ความไม่ยินดีพอใจ ความทุกข์ทางใจ ความไม่ยินดี ทุกขเวทนา เกิดแต่สัมผัสทางใจ เรียกว่า โทมนัส

ทั้งอภิขณา ทั้งโทมนัสในโลก คือ ภายนี้ เป็นอันถูกขจัดแล้ว ถูกนำออกไปแล้ว สงบแล้ว เยียบแล้ว ระวังแล้ว ถึงการดับแล้ว ถึงการตั้งอยู่ไม่ได้แล้ว ถึงการดับสูญไป ไม่อึดอึดแล้ว สิ้นปรีดาแล้ว ชุบซิดแล้ว เทียวแห้งแล้ว ทำให้เสื่อมสิ้นแล้ว ด้วยเหตุนี้ พระองค์จึงตรัสว่า ขจัดอภิขณาและโทมนัสในโลก คือ ภายได้ ส่วนเวทนา จิต และธรรมก็เช่นกัน โดยพิจารณาสุขเวทนาว่าเป็นทุกข์ ทุกขเวทนาว่าเป็นเหมือนลูกศร และอทุกขมสุขเวทนาว่าเป็นของไม่เที่ยง จึงชื่อว่า เป็นผู้สงบในพระพุทธานัน สมจริงดังพุทธพจน์ว่า สิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ได้สวैयाแล้ว ตถาคตกล่าวสิ่งนั้นทั้งหมดว่าเป็นทุกข์<sup>๓๙</sup> มีอรรถาธิบายไว้ว่า ธรรมภายใน หมายถึง ชั้น ๕ ของตน<sup>๔๐</sup> และ คำว่า ธรรมภายนอก หมายถึงชั้น ๕ ของผู้อื่น<sup>๔๑</sup>

#### ๔.๕.๒ ภาวนาปีติตามอริยสังข์

การภาวนาหรือกำหนดวิปัสสนูปกิเลสคือปีติ ซึ่งเป็น ๑ ใน ๑๐ แห่งวิปัสสนูปกิเลส ชื่อว่าเป็นการชำระธาตุทางขุข คือ อุปกิเลสครบ ๓๐ ได้ ชื่อว่า กำหนดรู้หนทางและมีใช้หนทางได้ มีคำอธิบายว่า วิปัสสนูปกิเลส กล่าวคือ ปีติเหล่านั้นใช้หนทางมีไม่หนทาง แต่วิปัสสนูปกิเลสที่พ้นจากอุปกิเลสชื่อว่า หนทางคือมรรค ญาณที่รู้มรรคและมีใช้มรรคนี้เรียกว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิต

วิธีภาวนาหรือการกำหนดเพื่อดับปีติเหล่านั้นท่านอธิบายว่า ให้กำหนดรู้สังข์ ๓ คือ

๑) กำหนดรู้สังข์จะ ๓ ในเบื้องต้นนั้นด้วยโลกียญาณ ชื่อว่า กำหนดรู้ทุกข์สังข์ หมายถึงการกำหนดรูรูรูป และ นาม ที่ได้กำหนดมาแล้วในทวิวิสุทธินั้นเอง ซึ่งอยู่ในญาณที่ ๑ (นามรูปปริจเฉทญาณ) คือ การกำหนดรูรูรูปนามได้อย่างแจ่มแจ้งชัดเจนจนเห็นความแตกต่างระหว่างรูปกับนามว่าเป็นคนละส่วน หาได้เป็นอันเดียวกันไม่ ความรู้ชัดอย่างนี้เรียกว่า ทวิวิสุทธิต

๒) กำหนดรู้สมุทัยสังข์ ด้วยการกำหนดรูปัจจัย ก็ได้กำหนดมาแล้วในกัขาวิตรณวิสุทธิต ซึ่งอยู่ในญาณ ๒ (ปัจจัยปริคคญาณ) คือ การกำหนดรู้เหตุปัจจัยที่ทำให้เกิดรูปนามได้อย่างชัดเจน ความรู้เห็นชัดในเรื่องนี้ช่วยให้หายความสงสัยในรูปนามว่า ในโลกและจักรวาลนี้หาได้มีเทพเจ้ามาดลบันดาลให้เกิดสิ่งนั้นสิ่งนี้ไม่ แต่ความจริงทุกสิ่งทุกอย่างเกิดจากการกระทำของตนเอง ที่ประกอบด้วยรูปนาม หรือชั้น ๕ นี้เรียกว่า ชีวิต และชีวิต นี้ ไม่ได้มีพรหมลิขิตให้เป็นไปตามอำนาจของพระพรหมตามที่คนทั้งหลายเข้าใจ ความเห็นชัดเจนเช่นนี้เรียกว่า กัขาวิตรณวิสุทธิต

<sup>๓๙</sup>ม.มุ.อ. (ไทย) ๑/๑/๖๗๑ - ๗๕.

<sup>๔๐</sup>ที.ม.อ. ๒/๓๘๓/๓๘๘. และ ม.มุ.อ. ๑/๑๑๖/๓๐๓.อ้างในเชิงอรรถ (๑) ม.มุ. (ไทย) ๑๒/๑๑๖/๑๑๔.

<sup>๔๑</sup>ที.ม.อ. ๒/๓๘๓/๓๘๘. และ ม.มุ.อ. ๑/๑๑๖/๓๐๓.อ้างในเชิงอรรถ (๒) ม.มุ. (ไทย) ๑๒/๑๑๖/๑๑๔.



๓) กำหนดรู้มรรคสังข์ ด้วยการกำจัดแต่เพียงมรรคโดยชอบ ชื่อว่า กระทำแล้วในมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ซึ่งตรงกับญาณที่ ๓ อย่างแก่ เข้าสู่ญาณ ๔ อย่างอ่อน (ตรุณอุทฺทพพญาณ) เมื่อญาณ ๔ ถึงความแกร่งอบ หมายถึง พลวอุทฺทพพญาณแล้ว ชื่อได้ดำเนินไปสู่มรรคอันเป็นทางปฏิบัติถูก วิปัสสนาญาณก็ดำเนินไปถึงยอดคือ สังขานุโลมิกญาณ หรือ อนุโลมญาณ<sup>๔๒</sup>

ในระหว่างญาณที่ ๓ เข้าสู่ญาณ ๔ นี้ วิปัสสนาจารย์จะต้องระวังอย่างยิ่ง อย่าให้โยคีหลงติดอยู่ ทางที่ถูกควรจะต้องเตือนสติผู้ปฏิบัติตั้งแต่แรกที่เกิดสภาวะขึ้น หรือนิมิตภาพอื่นๆ ก็ตามที่เกิดขึ้น ให้กำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ปัจจุบันเห็นความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับ ของสภาวะเหล่านั้นไม่หลงยึดติด ไม่ปรุงแต่งจิตให้ชอบไม่ชอบ ปล่อยจิตเป็นกลาง ๆ อย่าให้ความราคะความชอบ โทสะความชิงครอบครอบงำทั้งนี้เพื่อจะได้คลายปิติและตามกำหนดได้ถูกต้อง ปิติมียูกก็ให้รู้ว่ามีอยู่ หายไปก็ให้รู้ว่าหายหรือดับไป อย่าให้หลงติดเพลิดเพลินอยู่เพราะมีช่องทางแห่งมรรคผล โดยอธิบายให้เห็นว่า ปิติเหล่านี้ หรือนิมิตภาพอื่นๆ ก็ตามที่เกิดขึ้นนั้นล้วนเป็นสิ่งล่อให้โยคีต้องละทิ้งจากกรรมฐานที่กำลังกำหนดอยู่ทำให้หลงไปดู ไปชม สิ่งที่เกิดขึ้นนั้น

เมื่อเห็นปิติหรือนิมิตใดเกิดขึ้นให้ใช้สติกำหนดรู้ หรือเห็นหนอให้หายไปทันที แล้วกลับมากำหนดอยู่ที่พอง-ยุบ เพราะการมีสติกำหนดรู้อยู่เสมอทุกขณะนั้น เป็นทางสายเอกซึ่งพระพุทธองค์ประทานมาให้พวกเราประพฤติปฏิบัติเพราะฉะนั้นให้โยคีกำหนดรู้อยู่ที่ พอง-ยุบ อย่าให้ขาดหายไป ถ้าสติที่กำหนดพอง-ยุบ อยู่แน่นอนไปมักจะมีแสง หรือสิ่งอื่นๆ มาล่อให้หลงไป ถ้าเกิดขึ้นเช่นนั้น ให้โยคีรู้ตัวทันที และเตือนตนเองว่า

สติกำลังอ่อนไป แล้วให้ใช้วิริยะในการกำหนดให้มากขึ้น ให้มีสติกำหนดรู้อยู่ที่พอง-ยุบอยู่เสมอทุกขณะ อย่าให้อ่อนไปจางไปเป็นอันขาด ถ้าโยคีหลงติดอยู่ในวิปัสสนูปกิเลสต่างๆ ที่เกิดขึ้นแล้ว จะแก้ไขได้ยาก โยคีจะเข้าใจตนเองว่าสำเร็จแล้วก็ได้ แม้จะอธิบายอย่างไรก็หาเชื่อฟังไม่ เพราะเป็นสิ่งที่โยคีได้ประสบได้รู้ ได้เห็นด้วยตนเอง บางคนลาออกจากการปฏิบัติไปเลย เพราะความเข้าใจผิด เรื่องนี้ต้องระวังให้มาก หากจะเผยแผ่พุทธธรรมที่ถูกต้อง ควรใส่ใจเรื่องนี้ให้ดี

ฉะนั้น โยคีที่ได้กระทำการกำหนดรู้สังข์จะ ๓ แล้ว ทำการกำหนดรู้แล้วตามความเป็นจริงคือว่า การกำหนดรู้สังข์จะ ๓ เป็นอันโยคินั้นทำก่อนแล้วด้วยญาณชั้นโลกียะเท่านั้น อย่างนี้คือ

การกำหนดรู้ทุกขสังข์ด้วยการกำหนดรู้นามและรูป กระทำมาก่อนแล้วในทิวฏฐิวิสุทธิ

การกำหนดรู้สมุทฺทสังข์ด้วยการกำหนดรู้ปัจฉัย กระทำมาแล้วใน กังขาวิตรณวิสุทธิ

การกำหนดรู้มัคคสังข์ด้วยการกำจัดแต่เพียงมรรคโดยชอบ กระทำแล้วในมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ นี้

<sup>๔๒</sup>ดูรายละเอียดใน พระมหาพุทธโฆสเถระ, วิสุทธิ ญาณ นิเทศ ตำราคู่มือวิปัสสนากัมมัฏฐาน, ธนิต อยู่โพธิ์ แปลและเรียบเรียงจากพระบาลีคัมภีร์วิสุทธิมคค ปริจเฉทที่ ๑๘ - ๒๓, (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., ๒๕๒๕), หน้า ๑๔๑.

### ๔.๕.๓ ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ปีติเป็นได้ทั้งรูปและนามจึงสงเคราะห์ลงในชั้น ๕ หมวดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งมีหัวข้อธรรมคือ นีวรณ ๕ ชั้น ๕ อายุตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔ ฉะนั้นผู้ศึกษาจึงนำเสนอเฉพาะการกำหนดสติชั้น ๕ ตามหลักสติปัฏฐานเป็นเบื้องต้นเท่านั้น

#### ๔.๕.๓.๑ ชั้น ๕

ชั้น ๕ แปลว่า หมวด หมู่ หรือ กอง มี ๕ ประการ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

รูป ได้แก่ ร่างกายที่ประกอบด้วยธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม และอุปาทยรูป รูปอาศัย หรือรูปอย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ไกลหรือใกล้ก็ตาม นี้เรียกว่า รูปชั้น<sup>๔๓</sup>

เวทนา แปลว่า ความรู้สึก การเสวยอารมณ์สุข ทุกข์ ไม่สุขไม่ทุกข์ อุเบกขา หรือเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ไกลหรือใกล้ก็ตาม นี้เรียกว่า เวทนาชั้น

สัญญา หมายถึง ความจำได้ หมายถึง จำสัตว์สิ่งของ และเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ เช่น จำสิ่งที่ได้เห็น จำเสียงที่ได้ยิน จำกลิ่น จำรส ที่ได้ลิ้ม หรือจำสิ่งในอดีตที่ผ่านมาได้ เป็นต้น<sup>๔๔</sup>

สังขาร แปลว่า ธรรมชาติเครื่องปรุงแต่งจิตใจ หรือสังขารเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ไกลหรือใกล้ก็ตาม นี้เรียกว่า สังขารชั้น

วิญญาณ แปลว่า ความรู้แจ้งอารมณ์หรือวิญญาณธาตุรู้ วิญญาณอย่างใดอย่างหนึ่ง ทั้งที่เป็นอดีต อนาคต และปัจจุบัน ภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีต ไกลหรือใกล้ก็ตาม นี้เรียกว่า วิญญาณชั้น<sup>๔๕</sup>

#### ๔.๕.๓.๒ วิธีกำหนดชั้น ๕

##### ๑) กำหนดตามสภาวะธรรม

ในทมิฬนิกาย มหาวรรค ได้ให้ความหมายการกำหนดชั้น ๕ ว่า เป็นเพียงสภาวะธรรมเท่านั้น เช่น รูปเป็นต้น มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปอย่างนี้ มีสติสัมปชัญญะ ระลึกรู้ไม่อาศัยต้นหาทัญญู เข้าไปยึดถืออะไร ๆ ในโลก พิจารณาธรรมในธรรม คือ อุปาทานชั้น ๕ อย่างนี้<sup>๔๖</sup>

##### ๒) กำหนดตามความเสื่อม

<sup>๔๓</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒/๑-๑๓.

<sup>๔๔</sup> พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙ ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสตร์ ชุด คำวัด, หน้า ๑๐๗๐.

<sup>๔๕</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๒/๑-๑๓.

<sup>๔๖</sup> ที .ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๔.

ในสังยุตตนิกาย สคาถวรรค ได้ให้ความหมายการกำหนดชั้น ๕ ว่า สังขารทั้งหลายมี

ความเสื่อมไปเป็นธรรมดา สมดังพระผู้มีพระภาคตรัสว่า “สังขารทั้งหลาย มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา พวกเธอจงทำหน้าที่ให้สมบูรณ์ ด้วยความไม่ประมาทเถิด”<sup>๔๗</sup>

๓) กำหนดรู้ตามสภาวะธรรมสำหรับโยคีผู้ปฏิบัติ

โยคีผู้ปฏิบัติเป็นผู้รู้จัก ชั้น ๕ ตามสมควร กล่าวคือ

รูปชั้น ย่อมเกิดในขณะรูปมากระทบตา จึงรู้ในการเห็นรูป หรือรูปารมณ (เห็นหนอ)

เวทนาชั้น ย่อมเกิดในขณะสัมผัสจึงรู้ว่า ดีใจ เสียใจ หรือวางเฉยในการเห็น

สัญญาชั้น ย่อมเกิดในขณะที่ยูเห็นสิ่งนั้นแล้วจดจำได้

สังขารชั้น ย่อมเกิดในขณะจิตปรุงแต่งทางอารมณ์ต่างๆ เช่น โลภะ ความโลภเกิดในขณะยินดีพอใจเป็นต้น

วิญญาณชั้น ย่อมเกิดในขณะที่ยูเห็นเป็นประธาน

โยคีผู้ปฏิบัติผู้รับรู้อย่างนี้ ย่อมสำเนียงกว่า มีเพียงรูป เวทนา เป็นต้น ที่เป็นปัจจุบันมีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม หมายความว่า ย่อมรู้ชัดตามสภาวะธรรมที่เป็นจริง เช่น สภาวะนี้คือรูป แปรผัน รูปก็มีเพียงแค่นั้น ไม่มีรูปอื่นยิ่งไปกว่านี้ แม้ในเวทนา สัญญา เป็นต้น ก็มีนัยเดียวกัน

ในการปฏิบัติ ในขณะที่ยูพิจารณาว่า เห็นหนอ ๆ หรือได้ยินหนอ ๆ เป็นต้นนั้น<sup>๔๘</sup> จะเห็นรูปนามดับลงไปเป็น ๒ ลักษณะ คือ

๑. ลักษณะของญาณต่ำ

๒. ลักษณะของญาณสูง

สภาวะของญาณตอนต้น เช่น ขณะที่ยูเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น เป็นต้น ภาวนาว่า “เห็นหนอ ๆ” นั้น รูปกับนามดับไปทุกขณะ แม้ขณะภาวนาว่า “นั่งหนอ ถูกหนอ หรือขว้างหนอ ซ้ายอย่างหนอ” ก็มีรูปกับนามเกิดดับทุกขณะอย่างนี้ โยคีผู้ปฏิบัติรู้ได้เฉพาะตน

ส่วนสภาวะของญาณสูง เช่น ตั้งแต่อุทกัพพญาณเป็นต้นไป ถึงสังขารุเปกขาญาณ เวลาตาเห็นรูป หูได้ยินเสียง จมูกได้กลิ่น เป็นต้นนั้น ชั้น ๕ มิได้เกิดขึ้นอย่างเดียว แต่มีกิเลสตัณหาเกิดขึ้นตามมาอีก ได้แก่ เห็นละเอียดมากขึ้นตามสภาวะธรรม

อีกนัยหนึ่ง วิธีการกำหนดชั้น ๕ ให้กำหนดการกำจัดฉันทราคะ คือความกำหนัดในรูป ในเวทนา ในสัญญา ในสังขาร และในวิญญาณ

<sup>๔๗</sup> ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๘๕๒๕๙.

<sup>๔๘</sup> พรรณราย รัตนไพฑูรย์ , การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราช มหามุนี ( โชตก ญาณสิทธิ ) , วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิตสาขาวิชาพระพุทธศาสนา (บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔) , หน้า ๑๑๗-๑๑๘.

มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกัมีวิธีการสอนที่เป็นไปในสาวกโดยส่วน มากโดยนัยนี้ว่า รูป ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เวทนาไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา สัญญาไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา สังขารไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา และวิญญาณไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา<sup>๔๔</sup>

ดังนั้น เหตุเกิดและเหตุดับปิตีในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ นั้น ก็ต้องอาศัยการสงเคราะห์ในขั้นที่ ๕ ซึ่งปรากฏในหมวดธัมมานุปัสสนาแล้ว ยังมีสติสามารถกำหนดตามสภาวะของปิตีให้เห็นถึงความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ตามอารมณ์ในขณะที่ปัจจุบันเพื่อรู้แจ้งถึงพระไตรลักษณ์

## ๔.๖ สรุป

สรุปว่า ปิตี ได้แก่ วิปัสสนูปกิเลสคือปิตี คือ ลักษณะความเอิบอิมแผ่ซ่านในวิปัสสนาภาวนา ซึ่งเกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างถูกต้อง คือ เป็นผู้ไม่เกียจคร้าน ไม่ท้อถอย กำหนดอารมณ์พระกรรมฐานมาอย่างถูกต้อง เมื่อวิปัสสนูปกิเลสคือปิตินั้นเกิดขึ้น ผู้ปฏิบัติอาจคิดว่า “ปิตีเห็นปานนี้ไม่เคยเกิดขึ้นแก่ฉันในกาลก่อนแต่นี้เลยหนอ ฉันเป็นผู้บรรลุมรรคแล้ว ฉันเป็นผู้บรรลุแล้วเป็นแน่” ซึ่งถ้าผู้ปฏิบัติยึดถือก็ทำให้วิปัสสนาญาณมัวหมอง ก็ไม่ก้าวหน้า เพราะสำคัญว่า ตนเองได้บรรลุมรรคผลแล้ว วิปัสสนูปกิเลสคือปิตินี้ เป็นที่ตั้งของอุปกิเลสเท่านั้น จัดเป็นกุศล เพราะจะเกิดแก่ผู้บำเพ็ญเพียรโดยชอบ เหตุที่เป็นวิปัสสนูปกิเลส เพราะนิกันติ คือ ความเข้าไปยึดปิตินั้นว่า

ปิตีเกิดขึ้นแก่เราแล้ว จัดเป็นทิวฐิตาคาหะ คือ ยึดถือด้วยทิวฐิตี

ปิติน่าพึงพอใจจริงหนอ จัดเป็นมานาคาหะ คือ ยึดถือด้วยมานะ

เมื่อชื่นชมปิตีอยู่ จัดเป็น ตัณหาคาหะ คือ ยึดถือด้วยตัณหา

หากไม่ยึดถือโดยคาหะ ๓ ประการนี้ ก็เป็นเพียงสภาวะธรรมอย่างหนึ่งที่ปรากฏเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป จึงเป็นมคคะ คือ ทางที่ถูกต้อง จึงสามารถข้ามพ้นวิปัสสนูปกิเลสคือปิตินี้ไปได้ ต่อไปจักได้กล่าวสรุปปิตีซึ่งเป็นบทที่ ๕

<sup>๔๔</sup> ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๕๓/๓๓๘.

## บทที่ ๕

### สรุปการวิจัยและข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาปีติมาทั้งหมด พอสรุปเนื้อหาสาระเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาและภาคปฏิบัติตามความเหมาะสม ฉะนั้น เพื่อสรุปเนื้อหาโดยรวมผู้ศึกษาจึงได้กำหนดเป็นหัวข้อไว้ดังนี้

#### ๕.๑ สรุป

#### ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

##### ๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้

##### ๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป.

โดยมีการสรุปปีติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นลำดับต่อไป

### ๕.๑ สรุป

#### ๕.๑.๑ ปีติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ปีติ หมายถึง ความอิมมอกอิมใจ ความดื่มด่ำซาบซึ้งใจ อีกอย่างหนึ่ง ปีติซึ่งเกิดจากการปฏิบัติสมณะจนบรรลุสมาธิจนฉานเกิดขึ้น หมายถึงปีติที่มีมาในฉานที่ ๑ และ ๒ กล่าวคือปีติชนิดแผ่ซาบซ่านอิมเอิบไปทั่วร่างกาย หลังจากถอนออกจากองค์ฉานแล้วก็กำหนดนามธรรมคือปีตินั้นซึ่งมีร่องรอยหลงเหลืออยู่เป็นอารมณ์วิปัสสนาได้

ปีติในพระวินัยปาราชิกกัณฑ์มีข้อความว่า ภิกษุทั้งหลายภิกษุในธรรมวินัยนี้ ไปสู่ป่าก็ดี ไปสู่โคนไม้ก็ดี ไปสู่เรือนว่างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า มีสติหายใจออก มีสติหายใจเข้า รวมเข้าเป็นอานาปานสติ ในอรรถกถาพระวินัยว่า อัสสาสะ หายใจออก ปัสสาสะ หายใจเข้า ส่วนอรรถกถาในพระสูตร มีข้อความกลับกันคือ อัสสาสะ หายใจเข้า ปัสสาสะ หายใจออก

ปีติในพระสูตรมีสามัญญผลสูตร ซึ่งมีเนื้อหาที่พระองค์สนทนาธรรมกับพระเจ้าอชาตศัตรูถึงวิธีที่ทำให้พระราชาคลายความกังวลและตรัสให้พิจารณาถึงคุณของธรรมที่เอาชนะความขัดข้องมองใจที่เรียกว่านิวรณ์ต่าง ๆ จนทำให้พระวรกายและจิตระ่าเรียงแจ่มใสเกิดปีติขึ้น

ปีติในพระอภิธรรม คือ ปีติเป็นองค์ธรรมในฉาน ที่ว่าด้วยรูปาวจรกุศลจิต จตุกกนัยมีว่า สภาวะธรรมที่เป็นกุศล พระโยคาวจรบุคคลเจริญมรรค เพื่อเข้าถึงรูปภพ สัจจจากามและอกุศลธรรมทั้งหลาย แล้วบรรลุปฐมฉาน มีวิตก วิจารณ์ ปีติ และสุข อันเกิดจากวิเวก อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้นผัสสะ อวิกเขปะ ก็เกิดขึ้น ฯลฯ สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่าเป็นกุศล.

ปีติในอรรถกถาสาลีนี้ คือ สภาวะที่ทำให้อิมเอิบ มีสภาพชื่นชมยินดี มีหน้าที่ยังกายกับใจให้อิมเอิบ มีหน้าที่แผ่ซาบไปทั่วกายมีหน้าที่ทำให้ใจฟูขึ้น

### ๕.๑.๒ ปีติมี ๕ ประเภท คือ

๑. ขุททกาปีติ ปีติเล็กน้อย เมื่อเกิดขึ้นแล้วเป็นเพียงเพื่อให้ขนตามสรีระให้ลุกชูชัน ไม่มากไปกว่านั้น

๒. ฌณิกาปีติ ปีติชั่วขณะ เป็นดังเช่นกับการเกิดแลบขึ้นของฟ้าชั่วขณะหนึ่ง

๓. โลกกันติกาปีติ ปีติเป็นพักๆ ปีติชนิดนี้เกิดขึ้นกับผู้ใดแล้วทำให้ผู้กายนั้นรู้สึกซาบซ่านตั้งอยู่ชั่วกาลเล็กน้อย แล้วก็ดับลงไป ท่านเปรียบเหมือนคลื่นสมุทรกระทบฝั่ง

๔. อุพเพงคาปีติ ปีติอย่างโลดโผน เมื่อเกิดขึ้นแล้ว มีกำลังอย่างแรงทำร่างกายให้ฟูขึ้นลอยไปในอากาศได้

๕. ฌรณาปีติ ปีติซาบซ่าน คือปีติที่เกิดขึ้นแล้วก็แผ่ไปทั่วสรีระทั้งสิ้นเหมือนหมอนลมที่เป่าลมใส่จนเต็มใบ เหมือนทุ่งกุลาร้องไห้ที่แห่งผางคละพุงไปด้วยฝุ่น ได้รับน้ำฝนก็เต็มเปี่ยมไปด้วยน้ำที่ไหลปาลงสู่ท้องทุ่งฉะนั้น

ลักษณะของปีติ มีความอิมใจ ความชื่นชมยินดีในอารมณ์ ปลาบปลื้ม,

กิจของปีติ ทำให้อิมเอิบ มีความอิมกายและอิมใจ ซาบซ่านไปทั่วร่างกาย

ผลปรากฏของปีติ มีความฟูกายฟูใจ การครอบงำซึ่งสิ่งรอบกวนจิตใจ ทำให้กายและใจเบาและว่องไวควรแก่หน้าที่การงาน มีความเบากาย และอาการตามร่างกายอื่น ๆ

เหตุใกล้ชิดของปีติมีนามชั้นทั้ง ๓ คือ เวทนา สัญญา วิญญาน ความร่าเริง

เหตุเกิดของปีติ คือ ๑, เกิดจากราคะ ๑, เกิดจากศรัทธา ๑, เกิดจากความไม่ถือ ๑, เกิดจากวิเวก ๑, เกิดจากสมาธิ ๑, เกิดจากโพชฌงค์ ๑,

### ๕.๑.๓ องค์ธรรมของปีติ

องค์ธรรมของปีติ คือ สมาธิ ในระดับฌาน ได้แก่ ภาวะจิตที่สงบประณีต ซึ่งมีสมาธิเป็นองค์ธรรมหลัก จิตแน่วแน่เป็นอัปนาสมาธิ

ปีติจึงมี ๒ ประเภทใหญ่ตามแหล่งกำเนิดคือ เป็นส่วนประกอบขององค์ฌาน ๑ และเป็นส่วนประกอบของวิปัสสนูปกิเลส ๑.

ในทางอภิธรรมท่านจัดปีติ ซึ่งเป็นองค์ฌานนั้น มีองค์ธรรมได้แก่ ปีติเจตสิก ที่ในกาม โสมนัสจิต ๑๘ ปฐมฌานจิต ๑๑ ทุตติยฌาน ๑๑ ตติยฌาน ๑๑ รวมเป็น ๕๑.

ปีติโดยปริยัติ เกิดขึ้นได้จากการสดับตรับฟัง ๑. ปีติชั้นสูงสามารถเกิดขึ้นได้จากการเจริญสมณะและวิปัสสนา ๑.

### ๕.๑.๔ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ในคัมภีร์สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค ซึ่งแบ่งเป็น ๔ หมวด คือ

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นกายเกิดขึ้นในกาย ใช้สติระลึกรู้ในรูปนามปัจจุบันว่า ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เพียงแต่ธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม มาประกอบกันอยู่

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นเวทนาเกิดขึ้นในเวทนาทั้งหลาย มีสติรู้ อยู่ในเวทนา รู้สึกสุข ทุกข์ ไม่ใช่สุข ไม่ใช่ทุกข์

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นจิตในจิต พิจารณาเห็นเหตุเกิดหรือดับในจิต ใช้สติกำหนดรู้อาการทางวิญญาณชั้นจิต พิจารณาเห็นจิตใน จิตภายนอกอยู่ จงพิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่

๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเห็นธรรมเกิดขึ้นในธรรมทั้งหลาย ทรงให้พิจารณาธรรม ๕ หมวด คือ นิรวณฺ ๕ ชั้น อายตนะ โภชนงคฺ และสัจจะ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่

ฉะนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ มีสภาวะอารมณ์ในการกำหนดรู้ รูปนาม ของชั้น ๕ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม มีความเห็นการเกิดดับของรูปนามว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน เราเขา ทำให้เกิดความเห็นได้อย่างถูกต้อง

#### ๕.๑.๕. อานิสงส์แห่งการเจริญสติปัฏฐาน ๔

อานิสงส์ของการปฏิบัติวิปัสสนา ตามหลักสติปัฏฐานสูตรมีว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ผู้ใดผู้หนึ่ง พึงปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ (วิปัสสนา) นี้ อย่างนี้ ตลอด ๗ วัน เป็นอย่างน้อยก็หวังได้ว่า เขาพึงหวังผลในปัจจุบันอย่างใดอย่างหนึ่ง ในจำนวนผล ๒ อย่าง คือ ๑. จะได้บรรลุอรหัตตผล ๒. ถ้ายังมีอุปาทานเหลืออยู่ จะบรรลุอนาคามีผล

ความสำคัญของสติปัฏฐาน ๔ เห็นได้จากพระพุทธพจน์ที่ว่า “ทางนี้เป็นทางเดียวเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอุบายธรรม เพื่อให้แจ้งนิพพาน”

วิปัสสนากรรมฐาน บำเพ็ญโดยการพิจารณาสภาวะธรรมหรือนามรูป คือ ชั้น ๕ ธาตุ อายตนะ อินทรีย์ให้เห็นตามความเป็นจริง คือ เห็นด้วยปัญญาว่าสภาวะธรรมเหล่านี้ ตกอยู่ในสามัญลักษณะหรือไตรลักษณ์ ได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากการรวมตัวของธาตุ ๔ คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้น เป็นสิ่งที่ไม่ควรยึดมั่นถือมั่น

#### ๕.๑.๖ เหตุเกิดและเหตุดับปิตีในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

##### ๕.๑.๖.๑ ธรรมอันเป็นเหตุเกิดปิตี

ธรรมอันเป็นเหตุเกิดปิตีนั้นมีอยู่ ๒ ประเภทด้วยกันคือ

๑ เกิดจากโยคีผู้บำเพ็ญสมณะจนได้มานานมาก่อน

๒ เกิดจากโยคีผู้ปฏิบัติวิปัสสนาอย่างถูกต้อง

และเกิดจากศรัทธาที่ประกอบด้วยกุศล ไม่ใช่ศรัทธาที่เป็นอกุศล สัทธานี้ จัดเป็นธรรมเบื้องต้น ในอันที่จะทำให้บุคคลได้ประกอบคุณงามความดีเป็นบุญ กุศลขึ้นมา และสัทธาที่จะเกิดขึ้นได้นั้น ย่อมต้องอาศัยวัตถุกุศลเป็นที่ตั้งแห่งความเชื่อ ได้แก่ พระรัตนตรัย กรรม และ ผลของกรรม เป็น

ต้น ผู้มากด้วยความเลื่อมใส มีจิตอ่อนโยนในพระรัตนตรัย มีพระพุทธรเจ้าเป็นต้น เพื่อบำเพ็ญสมาธิให้แนบอันเป็นฐานให้เกิดปีติ ผู้ปฏิบัติ มีมโนสิการอยู่ย่อมชมนิเวศน์ที่ยังไม่เกิด ย่อมละนิเวศน์ที่เกิดแล้วได้ จึงยังปีติสัมโพชฌงค์อันเป็นองค์ตรัสรู้ให้เกิดขึ้นได้ ดังพระดำรัสว่า ภิกษุย่อมรู้ชัดว่า ปีติสัมโพชฌงค์นั้นซึ่งเกิดแล้วด้วยอาการอย่างนี้ ย่อมเจริญบริบูรณ์ด้วยอรหัตตมรรค ดังนี้ ปีติชนิดนี้จึงมีคุณซึ่งแตกต่างจากปีติในองค์ฌานและปีติในวิปัสสนูปกิเลสเมื่อเกิดแล้วต้องชมนและมีสติระลึก

ขณะผู้ปฏิบัติมีสติกำหนดความเกิดดับ ของรูปนามในปัจจุบันขณะ ย่อมเกิดวิปัสสนาญาณว่า “ธรรมทั้งหลายย่อมเกิดขึ้น ที่เกิดแล้วย่อมดับไป” จึงเห็นความเกิดดับของรูปนามอย่างชัดเจนชื่อว่า “ตรุณวิปัสสนา” หรือ อุทยัพพยานูปัสสนา ทำให้มีสมาธิกล้าวิริยะอ่อนจึงเกิดวิปัสสนูปกิเลสคือปีติขึ้น ซึ่งวิปัสสนูปกิเลส ย่อมไม่เกิดแก่บุคคลเหล่านี้คือ

๑. พระอริยสาวกผู้ได้บรรลุมรรคผลแล้ว
๒. บุคคลผู้ปฏิบัติผิดทาง
๓. บุคคลผู้ทอดทิ้งการภาวนา
๔. บุคคลผู้เกียจคร้านย่อหย่อนในการปฏิบัติธรรม

แต่วิปัสสนูปกิเลสจะสามารถเกิดกับผู้ปฏิบัติถูกทาง และมีความพยายามอย่างยิ่งในการปฏิบัติธรรม จนได้ชื่อว่า อารัทวิปัสสกะ อย่างเดียวเท่านั้น

ในขณะนี้โยคีมีสมาธิมากขณะที่นั่งกำหนดอยู่นั้น กำหนดได้ง่ายกำหนดได้คล่อง กำหนดสภาวะอะไรได้ดีไปหมด เพราะสมาธิตั้งขึ้นมากเกินไป เป็นเหตุให้วิริยะอ่อนลง การกำหนดมักผลอยหลงๆ ด้วยอำนาจของสมาธิ จนการนั่งไม่กำหนด เนื่องด้วยมีสมาธิกล้าปีติจึงเกิดขึ้น จึงกล่าวได้ว่าสมาธิในทรีย์มากกว่าวิริยในทรีย์ อินทรีย์ทั้งไม่สมดุลกัน ควรเพิ่มสติด้วยการกำหนดจดจ่อต่อเนื่องกันไป แล้ววิริยในทรีย์ก็จะกลับมาเสมอเป็นปกติ

ผู้ปฏิบัติธรรมที่พบสภาวะมีปีติเกิดขึ้นแล้ว จนเกิดความเข้าใจผิดคิดว่าเป็นมัคคะเป็นผลเป็นความพ้นทุกข์ ปฏิบัติมาถึงจุดนี้ควรระมัดระวัง ต้องแก้ไขด้วยโยนิโสมนสิการคือ กำหนดรู้ในใจให้มากๆ จนเห็นรูปนามและธัมมารมณ์นั้นๆ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตนบังคับบัญชาไม่ได้ อย่างนี้จึงชื่อว่า แก้ไขสภาวะดังกล่าวได้ ซึ่งต้องใช้ระยะเวลาตามกำลังความพากเพียรของผู้ปฏิบัติตนเอง

เมื่ออุทยัพพญาณอย่างอ่อนเริ่มปรากฏ วิปัสสนูปกิเลส คือสิ่งที่ทำให้วิปัสสนาหม่นหมอง ๑๐ ประการ ทำให้วิปัสสนาเสื่อมไปเพราะผู้ปฏิบัติธรรมที่พบเห็นสิ่งเหล่านี้อาจสำคัญผิดว่าปีติที่ได้พบเห็นคือพระนิพพานแล้วหยุดปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติธรรมควรเข้าใจว่าเป็นเพียงทางผ่านเหมือนป้ายบอกทางแล้วกำหนดรู้ตามความเป็นจริง ธรรมปีติเหล่านั้นก็ไม่อาจทำให้วิปัสสนาเสื่อมไปธรรมอันเป็นเหตุดับของปีติ



### ๕.๑.๖.๒ ธรรมเหตุดับปิติ

ปิติเกิดจากฌานก็ต้องดับด้วยอุเบกขาฌานที่ ๓ มีสติข่มระงับดับไปไม่มีวิตก ไม่มีวิจารณ์ ไม่มีวิจจรวางเฉย ปิติเกิดจากอุทธัจจะความฟุ้งซ่านซึ่งเป็นนิเวรณหรือปิติเกิดจากวิปัสสนูปกิเลส เหตุดับของปิติคือปิติซึ่งเป็นตัวเสวยทุกข์นั่นเอง ดับที่เหตุเกิดหรือบ่อเกิดแห่งปิติคือรูปนาม เนื่องจากสภาวะของปิตินั้นมีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปเป็นธรรมดาของมันเอง

### ๕.๑.๖.๓ วิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

โยคีพึงมีสติทุกขณะเมื่อปิติเกิดขึ้นวิธีปฏิบัติคือภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เพราะปิติจัดเป็นได้ทั้งรูปทั้งนามจึงสรุปลงที่ชั้น ๕ ในหมวดธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งแปลว่า “พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และ โทมนัสในโลกได้” ธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิเวรณ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และ อริยสัจ ๔ ในสติปัฏฐาน ดังนั้น ฉะนั้นการกำหนดชั้น ๕ ว่า เป็นเพียงสภาวะธรรมเท่านั้น เช่น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มีความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไปอย่างนี้ มีสติสัมปชัญญะ ระลึกรู้ ไม่อาศัยต้นหาทัญญู เข้าไปยึดถืออะไร ๆ ในโลก พิจารณาธรรมในธรรม คือ อุปาทานชั้น ๕ อย่างนี้

อีกอย่างมีสติกำหนดยกชั้น ๕ คือรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ขึ้นสู่ไตรลักษณ์ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

หรือกำหนดรูปนามทางอายตนะทวาร ๑๒ ที่เป็นทางผ่านให้เกิดต้นหาโดยกำหนดเพียงสักว่า ได้เห็นก็เพียงสักว่าได้เห็น ได้ยินก็เพียงสักว่าได้ยิน ได้กลิ่นก็เพียงสักว่าได้กลิ่น ได้ลิ้มรสก็เพียงสักว่าได้ลิ้มรส ได้ถูกต้องก็เพียงสักว่าได้ถูกต้อง ได้รับรู้สึนึกคิดก็เพียงสักว่าได้รับรู้สึนึกคิด มีสติกำหนดมิให้จิตปรุงแต่งชอบไม่ชอบเกิดขึ้น

การกำหนดอุทธัจจะ ความฟุ้งซ่านก็ดี กำหนดปิตินั้นด้วยก็ดี นับได้ว่าแก้ปัญหาได้ถูกต้องตามหลักสติปัฏฐานแล้ว.

สภาวะเหตุเกิดและเหตุดับของปิติเป็นกฎธรรมชาติที่มีอยู่แล้วคือ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป แต่ที่เรามองไม่เห็นเพราะสภาวะเหล่านั้นเกิดดับรวดเร็วสืบต่อเนื่องกัน ผู้มีสติสมบูรณ์จึงจะเห็นสภาวะเหล่านี้ได้ชัดเจน การศึกษาเหตุเกิดและเหตุดับของปิติจึงเกื้อกูลในการนำไปปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาดังกล่าว

## ๕.๒ ข้อเสนอแนะ

### ๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้

ปิติ เป็นสภาวะธรรมที่ปรากฏแก่ผู้ปฏิบัติทั้งสมณะทั้งวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติจนจิตเป็นสมาธิอันประณีตหรือจิตละเอียดในเบื้องต้นสำหรับภาวนาวิปัสสนา

อีกประการหนึ่ง ปีติ นั้นเป็นสภาวะที่แปลก ๆ ประหลาด ๆ ขึ้นต้นๆ นั้นไม่พบอุปสรรคมากนัก ยกเว้นปีติที่มีสภาวะแรงๆ ชั้นที่เกิดขึ้นแล้วสามารถทำให้เข้าใจผิดว่าเป็นบ้าได้ ดังนั้น พระวิปัสสนาทั้งหลายพึงตระหนักเรื่องนี้ให้จงหนัก หากมีสภาวะปีติแรงๆ รีบแก้ตามหลักสติปัญญาให้หายเป็นปกติโดยเร็ว อย่าปล่อยทิ้งไว้ มิฉะนั้นจะเป็นข่าวอย่างหลีกเลียงมิได้ ซึ่งเรื่องดังกล่าว มีเหตุเกิดจากปีตินี้ปรากฏอยู่ในหลายๆ สำนักปฏิบัติ

#### ๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป.

ผู้ศึกษาวิจัยเรื่อง เหตุเกิดและเหตุดับของปีติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ยังมีข้อบกพร่องอยู่หลายประเด็นด้วยกัน ทั้งนี้เพื่อนำไปทำวิจัย ขอเสนอแนะว่า ควรกำหนดหัวข้อให้ชัดในแหล่งการหาข้อมูล เช่น ศึกษาปีติที่ปรากฏในอภิธรรมบ้าง ในธรรมบทบ้าง ดังนี้

๑. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบปีติกับวิปัสสนุกิเลสตัวอื่นและหัวข้อธรรมอื่น
๒. ควรศึกษาปีติที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้ปฏิบัติธรรม

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย:

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๒.

\_\_\_\_\_ ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_ ปกรณวิเสสภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๕.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

##### (๑) หนังสือ:

ขุนสรรรพกิจโกศล(โกวิท ปัทมะสุนทร). ลักษณะที่จตุกะ. กรุงเทพมหานคร: บริษัทคัลเลอร์โพร จำกัด, ๒๕๓๗.

คณะศึกษานิเทศน์และผู้เคารพหนังสือ. จตุราติตักปุชา: อนุสรณ์ ๘๔ ปี. กรุงเทพมหานคร: Complete Printing, ๒๕๔๗.

จำลอง ดิษยวณิช. วิปัสสนากรรมฐาน และเขาวนอารมณ์ ฉบับปรับปรุง. พิมพ์ครั้งที่ ๓. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๔.

\_\_\_\_\_ จิตวิทยาความดับทุกข์. เชียงใหม่: บริษัทการเวียงการพิมพ์, ๒๕๔๔.

ฉันทนา อุตสาหลักษณ์. พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา. กองทุนพิทักษ์ธรรมเผยแพร่. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนธัชการพิมพ์, ๒๕๔๔.

ตวณโณ ภิกขุ. วิปัสสนากาวนา. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

ดั่งตถุณ. มหาสติปัฏฐานสูตร. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมดา, ๒๕๔๖.

ธนิต อยู่โพธิ์. วิปัสสนากาวนา ว่าด้วยวิธีปฏิบัติวิปัสสนาทดสอบรู้ผลด้วยตนเอง. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

นายแพทย์เกิด ธนชาติ. คู่มือคลังปริยัติธรรม. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิธรรมมหาธาตุวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

- นายวรรณสิทธิ์ ไวกยะเสวี. **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมัตถสังคหะ ปริเฉทที่ ๒ เจตสิกสังคหวิภาค.**  
มูลนิธิแนบมหาณีรานนท์. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ หจก. ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๗.
- ป. บุญหลง. **พจนานุกรมบาลี-ไทย.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, ๒๕๑๙.
- พระคันทสราภิวังศ์ (แปลและเรียบเรียง). **ปรมัตถที่ปนี,** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทยรายวัน  
การพิมพ์, ๒๕๔๙.
- พระคันทสราภิวังศ์ ธรรมมาจริยะ อภิวัังสะ. **การเจริญสติปัฏฐาน.** พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร:  
พิมพ์ที่ บริษัทจิตวัฒนาการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๑.
- พระครูฐานวิรัตติ. **หลักการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน (มหาสติปัฏฐานสูตร) พระพุทธเจ้าทรงตรัส  
ไว้ในพระไตรปิฎก.** กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่โรงพิมพ์ชนากานต์ พรินต์ติ้ง, ๒๕๕๔.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปุตุโต). **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ.** พิมพ์ครั้งที่ ๑๐.  
กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมมิก จำกัด, ๒๕๔๖.
- พระพุทธโฆษาจารย์ รจนา. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค.** แปลเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์  
(อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด,  
๒๕๔๖.
- พุทธทาส ภิกขุ. **หลักพุทธธรรม,** พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๓๔.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปุตุโต). **พุทธธรรม,** พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราช  
วิทยาลัย, ๒๕๔๖.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสีหิ ป.ธ.๙). **หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน.**  
พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- \_\_\_\_\_ **หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน.** พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร:  
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- พ.อ. ปิ่น มุฑากันต์. **ประมวลศัพท์ศาสนา.** กรุงเทพมหานคร: อมรการพิมพ์, ๒๕๒๗.
- พระอนรรุทชะ. **อภิธรรมัตถสังคหะปริเฉทที่ ๙ กัมมัฏฐานสังคหวิภาค.** พระคันทสราภิวังศ์ แปล  
กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.
- พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙. ราชบัณฑิต). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด  
ศัพท์วิเคราะห์ เล่ม ๒.** (ม.ป.ท.).
- พระธรรมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) **งานวิจัยการศึกษาเชิงวิเคราะห์พระคาถาธรรมบท**  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ พัทธอักษร, ๒๕๔๕.
- พระธัมมपालมหาเถรธรรมา. **สิริเพ็ชรไชย ป.ธ.๙ แปล. ปรมัตถมัญชุสา วิสุทธิมคคมหาฎีกา.**  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัทธนาเพชร แอนด์ กราฟฟิค จำกัด, ๒๕๔๕.
- พระมหากัจจายนเถระ. **พระคันทสราภิวังศ์ แปลอธิบาย, พระธรรมมานันทมหาเถระ อัครมหาบัณฑิต  
ตรวจชำระ. เนตติปกรณ์.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ หจก. ไทยรายวันการพิมพ์,  
๒๕๕๐.
- พระมหาแสวง โชติปาโล. **พุทธวิทยานำรู้ เล่ม ๓.** กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมมิก จำกัด,  
๒๕๓๘.

พระมหาสมปอง มุทิโต แปลและเรียบเรียง. **คัมภีร์อิถานววรรณนา**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๒.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๓. กรุงเทพมหานคร: เอส. อาร์. พรินติ้ง แมสโปรดักส์ จำกัด, ๒๕๔๘.

\_\_\_\_\_ **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๗ กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา. **วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ฉบับสมบูรณ์)**. จำรูญ ธรรมดา แปล. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓.

\_\_\_\_\_ **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. แปลโดยพระคันธสาราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

พระสัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจริยะ. **ปรมัตถโชติกะ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

\_\_\_\_\_ **ปรมัตถโชติกะปริจเฉทที่ ๓. และปริจเฉทที่ ๗**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๔.

พระอนุรุธะและพระญาณธชะ. พระคันธสาราภิวังศ์ แปล. **อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี**. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน กราฟฟิค เพลท, ๒๕๔๖.

พระอุปติสสเถระ รจนา. พระเทพโสภณ (ประยูร ฐมฺมจิตฺโต) และคณะ แปลจากฉบับภาษาอังกฤษของพระเอฮารา พระโสมเถระ และพระเขมินทเถระ. **วิมุตติมรรค**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘.

พระอาจารย์ ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ฐัมมาจริย อัครมหาภิกษุญาณาจริยะ รจนา. **ปฐมวิปัสสนาวงศ์ ในประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ พรินติ้ง, ๒๕๕๔.

พระอุตรคณาธิการ (ชวินทร์ สระคา) ดร.จำลอง สารพัดนึก. **พจนานุกรม บาลี-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๘.

มานอช น้อยวัฒน์. **อนุปพพิทถา และ อริยสัจ**. กรุงเทพมหานคร: จัดพิมพ์โดยชมรมอนุรักษ์ธรรม, ๒๕๕๑.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **หลักสูตรและโครงการวิปัสสนาภาวนา (ป.วภ.) และสัมมนาวิปัสสนาภาวนาก่อนเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน**. นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาสีพุทธโฆส, ๒๕๕๑.

วศิน อินทสระ. **สาระสำคัญแห่งวิสุทธิมรรค**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: จักรานุกูลการพิมพ์, ๒๕๔๔.

วาริญา ภาวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม. **จิตวิทยาพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. สำนักพิมพ์ชีวาวิวัฒน์, ๒๕๔๕.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. พระนิพนธ์. **ความเข้าใจเรื่องปฏิจจสมุปบาท**. นครปฐม: พิมพ์ที่โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาชีวญาณวโรรส. สารานุกรมพระพุทธศาสนาประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๒. จัดทำโดย สุเชา พลอยชุม, มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์, ๒๕๓๕.

สุนทร ฦ ริงสี. พุทธปรัชญาจากพระไตรปิฎก. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.

เอกชัย จุละจาริตต์. แก่นธรรม (อริยสัจ). พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: หอรัตนะชัยการพิมพ์, ๒๕๔๔.

## (๒) วิทยานิพนธ์:

พรรณราย รัตน์ไพฑูรย์. “การศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : การศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชกุมาร (โชดก ป.ธ ๙.)”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.

บัณฑิตราชวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

ธีรวัสส์ บำเพ็ญบุญบารมี. “โครงการธรรมศึกษาวิจัย คำสอนเรื่องกรรมฐานและวิธีปฏิบัติในคัมภีร์วิสุทธิมรรค: ศึกษาจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกาตลอดจนคัมภีร์ท่าพระพุทธศาสนา”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศึกษา มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

วิศิษฐ์ ชัยสุวรรณ. “ศึกษาวิเคราะห์ปัจจัยสมุปปบาทในแนวปรมาตถสัจจะ”. วิทยานิพนธ์ปริญญา

พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐.

## ประวัติผู้วิจัย



- ชื่อ** : พระครูศรีเมธาภรณ์ จิตตมโม(ประภาส (สายแก้วดี))
- เกิด** : วันพุธ ที่ ๒๔ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๐๘
- สถานที่เกิด** : เลขที่ ๘๘ หมู่ที่ ๕ บ้านโจะโหวะ ตำบลบ้านเนิน อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดเพชรบูรณ์
- การศึกษา** : ปริญญาตรี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์นครสวรรค์  
: นักธรรมชั้นเอก วัดม่วงชุม ตำบลลำน้อย อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดเพชรบูรณ์  
: ป.ธ. ๖ พุทธศาสตรบัณฑิต วัดมิ่งมงคลทับคล้อ พระอารามหลวง
- ประสบการณ์การทำงาน** : พ.ศ. ๒๕๓๓ เป็นครูสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม-บาลี  
: พ.ศ. ๒๕๔๔ เป็นผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดมิ่งมงคลทับคล้อ พระอารามหลวง  
: พ.ศ. ๒๕๔๘ ได้ประกาศนียบัตรวิชาชีพระ  
: พ.ศ. ๒๕๔๙ เป็นพระจริยานิเทศประจำจังหวัดพิจิตร  
: พ.ศ. ๒๕๕๐ เป็นพระสอนศีลธรรมในโรงเรียน ตำบลทับคล้อ  
: พ.ศ. ๒๕๕๑ เป็นวิทยากรอบรมคุณธรรม จริยธรรม ต่อต้านยาเสพติด
- ผลงานทางวิชาการ** : -
- อุปสมบท** : วันที่ ๒ เดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๒๘ โดยมีพระสมุห์โสภณ เป็นพระอุปัชฌาย์
- สังกัด** : วัดมิ่งมงคลทับคล้อ พระอารามหลวง
- หน้าที่** : ครูพระสอนศีลธรรม และครูสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม-บาลี
- ปีที่เข้าศึกษา** : พ.ศ. ๒๕๕๗
- ปีที่สำเร็จการศึกษา** : พ.ศ. ๒๕๕๙
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : วัดมิ่งมงคลทับคล้อพระอารามหลวง ตำบลทับคล้อ อำเภอลำทะเมนชัย จังหวัดพิจิตร ๖๖๑๕๐
- เบอร์โทรศัพท์** : ๐๘๗-๑๙๕๖๓๒๔
- E – mail** : Prapat 6324 @ gmail.com