



ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน  
A STUDY OF AWARENESS (SAMPAJAÑÑA) IN INSIGHT MEDITATION  
PRACTICE IN OBSERVING THE MIND (CITTĀNUPASSANĀ  
SATIPATṬHĀNA)

พระครูโกศลชัยวัฒน์ สิริเตโช (ศรีเดช)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๖๑



## ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

พระครูโกศลชัยวัฒน์ สิริเตโช (ศรีเดช)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย  
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of Awareness (Sampajañña) in Insight Meditation  
practice in Observing the Mind (Cittānupassanā  
Satipatṭhāna)**

**Phrakhru Khosonchaiyaphat Siritejo (Sidech)**

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

Graduate School  
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับสารนิพนธ์  
เรื่อง “ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน” เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระเทพสุวรรณเมธี, ดร.)

กรรมการ

(พระศรีวินยาภรณ์, ดร.)

กรรมการ

(รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูโกศลชัยวัฒน์ สิริเตโช)

- ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ผู้วิจัย : พระครูโกศลชัยวัฒน์ สิริเตโช (ศรีเดช)
- ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
- อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : รศ. ดร.เวทย์ บรรณกรกุล, ป.ธ. ๙, พธ.บ. (ปรัชญา), ศษ.ม. (ประชากรศึกษา), พธ.ด. (บาลีพุทธศาสตร์)
- วันเสร็จสมบูรณ์ : ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

### บทคัดย่อ

สารนิพนธ์เรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) ศึกษาสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และ ๒) ศึกษาวิธีการเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นการวิจัยเชิงเอกสาร โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระพุทธรักษาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น ตรวจสอบโดยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ ปรับปรุงแก้ไข เรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนา จากการศึกษาพบว่า

สัมปชัญญะ คือความรู้ทั่วพร้อม เป็นอีกชื่อหนึ่งของ ปัญญา เป็นความไม่หลง เป็นความรู้ ถูก เห็นถูกตามความเป็นจริง ความรู้ในเหตุผลแห่งความจริงของสภาวะธรรมและทำลายความเห็นผิด มีความรู้แจ้งซึ่ง สภาวะธรรม เป็นลักษณะ มีการกำจัดมืด เป็นกิจ มีความไม่หลงผิด หรือไม่เห็นผิด เป็นผล มีสมาธิ เป็นเหตุใกล้ สัมปชัญญะ เป็นหลักธรรมที่มาพร้อมสติ จำแนกได้เป็น ๔ ประเภท (๑) สาทถกสัมปชัญญะ (๒) สัปปายสัมปชัญญะ (๓) โคจรสัมปชัญญะ (๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ

จากการศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน พบว่า สัมปชัญญะ เป็นธรรมคู่กับสติ ดังในมหาสติปัฏฐานว่า สติมา สมปะชาโน เป็นการใช้สติสัมปชัญญะ ในการเจริญวิปัสสนา หมวดจิตตานุปัสสนา คือ จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะ จิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะ จิตหตหุ จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะ จิตไม่เป็นมหัคคตะ จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตเป็นสมาธิ จิตไม่เป็นสมาธิ จิตหลุดพ้นแล้ว และจิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า จิตไม่หลุดพ้น ฟัง มีสติและสัมปชัญญะตามคุณระบวนการในการทำงานของจิต ไม่ใช่การกั้นกระแสจิต ให้กำหนดพิจารณารู้ตามสภาวะอาการที่เกิดขึ้นในจิตตามความเป็นจริงนั้น ๆ จนกว่าสภาวะอาการนั้นจะดับไป ทั้งจิตที่คิดไปในอนาคต อดีตหรือปัจจุบัน การปฏิบัติในข้อนี้ก็เพื่อให้เห็นสามัญญลักษณะ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความเป็นอนัตตา จนเกิดปัญญาญาณ

**Research Paper Title** : A Study of Awareness (Sampajañña) in Insight Meditation Practice in Observing the Mind (Cittānupassanā Satipaṭṭhāna)

**Researcher** : Phrakhru Khosonchaiyaphat Siritejo (Sidech)

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

**Research Paper Supervisor**

: Assoc.Prof. Dr.Wate Bunnakornkul, Pali IX,  
B.A. (Philosophy), M.Ed. (Population Education),  
Ph.D. (Pali & Buddhist Studies)

**Date of Completion** : February 25, 2019

### Abstract

This research paper has 2 objectives; 1) to study the awareness in Thēravāda Buddhist scriptures and 2) to study the method in developing awareness in Insight meditation in observing the mind. It was a documentary research by studying the data from Thēravāda Buddhist scriptures such as Tipitaka, Atthakathā, Visuddhimagga and other related books of Buddhism, verified by supervisors, corrected and then edited and compiled in descriptive style. From the study found that;

Awareness is total comprehensive knowing of the mind-matter phenomenon. It is another name of wisdom and being free from delusion, the right view by knowing the truth as it is, understanding the cause and effect of all phenomena and getting rid of wrong view. The salient characteristic of wisdom is to realize natural phenomena as its character, enlightening the darkness as its functions, abandoning illusion or wrong views as its result and having concentration as its immediate cause. Awareness or Sampajañña occurs together with mindfulness. This Sampajañña classified into 4 types; (1) Sātathaka Sampajañña (2) Sappāya Sampajañña (3) Gocara Sampajañña (4) Asammoha Sampajañña.

From the study of awareness in Insight meditation practice in observing the mind found that awareness arises in couple with mindfulness as mentioned in Mahasatipaṭṭhāna that ‘Satimā Sampajānō’ means to have mindfulness and awareness for insight practicing in observing the mind that when lust occupies in mind then one knows clearly that mind is formed by lust, without lust he knows that mind is not formed by lust. Mind with hatred, without hatred, with delusion, without delusion, with dejected mind, with restlessness, with and without great unity, without and without great dejected mind, with and without other superior mind, with and without concentration, with and without liberation, knowing such manners of mind, he should observe all manners of consciousness with mindfulness as well as awareness not to obstruct the mind’s functioning, he observes all behaviors of mind as they really are until ceasing including the mind that thinks to the future, past or present. Practicing in this way is to see universal characteristic of the impermanence, suffering, and non-self until the insight knowledge occurs.

## กิตติกรรมประกาศ

ขอความนอบน้อมของข้าพเจ้าจงมีแต่พระรัตนตรัย มีพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระอริยสงฆ์ด้วยเศียรเกล้า

เกล้าๆ ขอประทานโอวาทกราบขอบพระคุณ เจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ, ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ. ๙, MA., Ph.D.) รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง เจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม ที่ได้เมตตาให้ความเมตตาเป็นอย่างสูง

กราบขอบพระคุณ ท่านสยาตอ อชิน อุ ชฎิละ สำนักปฏิบัติวิปัสสนาวิมุตตมหาสีสาสนเยกต้า กรุงย่างกุ้ง สหภาพเมียนมาร์, พระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภัสสโร) ประธานสงฆ์แห่งวัดนาหลวง (อภิญา เทสิตธรรม) ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี, พระภวนาพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี) อาจารย์ผู้สอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นผู้ให้ความรู้ทางวิชาการ และดูแลอบรมสั่งสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” ตำบลหนองน้ำแดง อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

ขอกราบขอบพระคุณ พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย, พระเทพสุวรรณเมธี, ดร. ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิชาการ รักษาการผู้อำนวยการหลักสูตรบัณฑิตศึกษา, พระมหาโกมล กมล, ผศ. ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์, พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธมมโสภโณ, ผู้อำนวยการวิทยาเขต, รศ. ดร.เวทย์ บรรณกรกุล อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์, ดร.ชัยชาญ ศรีหาญ ผู้แปลบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และคณาจารย์ผู้ให้ความรู้ด้านวิชาการ ที่เมตตาให้คำแนะนำต่าง ๆ จนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ เจ้าหน้าที่ตรวจรูปแบบ พระประเทือง ขนติโก, พระสุคนธ์ ปญญาโร พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ห้องสมุดที่อำนวยความสะดวกในการสืบค้นข้อมูลทำสารนิพนธ์ และเจ้าหน้าที่วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกฝ่าย ทุกท่านที่ช่วยประสานงานด้านต่าง ๆ ตลอดจนกัลยาณมิตรเพื่อนนิสิต วิปัสสนาภาวนารุ่น ๑๒ ทุกรูป/คน ที่ให้ความช่วยเหลือจนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

ผู้วิจัยขอน้อมนำเป็นเครื่องสักการบูชาแด่พระรัตนตรัย และผู้มีอุปการคุณทุกท่าน แม้ธรรมใดอันเป็นไปเพื่อความสิ้นแห่งกองทุกข์ทั้งปวงของท่านทั้งหลาย จงถึงซึ่งธรรมนั้น ตามวาสนาบารมีของท่านทั้งหลายด้วยเทอญ

พระครูโกศลชัยวัฒน์ สิริเตโช (ศรีเดช)

๒๐ มกราคม ๒๕๖๒

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฉ
<b>บทที่ ๑ บทนำ</b>	<b>๑</b>
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ คำถามวิจัย	๒
๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๓
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๘
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๙
<b>บทที่ ๒ สัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท</b>	<b>๑๐</b>
๒.๑ นิยามความหมายสัมปชัญญะ	๑๐
๒.๒ ไวยากรณ์ของสัมปชัญญะ	๑๖
๒.๓ ประเภทสัมปชัญญะ	๑๗
๒.๓.๑ สัตถกสัมปชัญญะ	๑๘
๒.๓.๒ สปัปายะสัมปชัญญะ	๒๐
๒.๓.๓ โคจรสัมปชัญญะ	๒๒
๒.๓.๔ อสัมโมหสัมปชัญญะ	๒๓
๒.๔ ความสัมพันธ์ระหว่างสติกับสัมปชัญญะ	๒๕
๒.๕ สัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๒๖
๒.๕.๑ สัมปชัญญะในคัมภีร์พระไตรปิฎก	๒๖



	๒.๕.๒ สัมผัสปัญญาในคัมภีร์อรรถกถา	๓๐
	๒.๕.๓ สัมผัสปัญญาในคัมภีร์ฎีกา	๓๐
	๒.๖ สรุปท้ายบท	๓๑
<b>บทที่ ๓</b>	<b>วิธีการเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน</b>	๓๒
๓.๑	องค์ธรรมในการเจริญวิปัสสนา	๓๒
๓.๒	จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๓๕
	๓.๒.๑ นิยามความหมายของจิต	๓๕
	๓.๒.๒ อนุปัสสนา ๓	๔๒
๓.๓	การเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๔๕
	๓.๓.๑ องค์ธรรมของหมวดจิตตานุปัสสนา (เจตสิก)	๔๕
	๓.๓.๒ แนวทางการเจริญจิตตานุปัสสนา	๔๗
	๓.๓.๓ หลักการเจริญสัมปชัญญะในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน	๕๑
๓.๔	ผลของการเจริญวิปัสสนา	๖๑
	๓.๔.๑ พระอริยบุคคล	๖๒
	๓.๔.๒ ละอกุศลที่สำคัญ	๖๙
๓.๕	สรุปท้ายบท	๗๓
<b>บทที่ ๔</b>	<b>สรุปผลการวิจัย</b>	๗๕
	๔.๑ สรุปผลวิจัย	๗๕
	๔.๒ ข้อเสนอแนะ	๗๗
	<b>บรรณานุกรม</b>	๗๘
	<b>ประวัติผู้วิจัย</b>	๘๑

## คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ใช้อ้างอิงจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ ชุด ๔๕ เล่ม ส่วนคัมภีร์อรรถกถาแปลภาษาไทย ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พิมพ์ครั้งที่ ๑/๒๕๕๒ คัมภีร์ฎีกาภาษาบาลี ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และใช้ฉบับมหาจุฬารัฐีกา เป็นฉบับที่สมบูรณ์ ส่วนภาษาไทยมีพิมพ์เผยแพร่ ๒ เล่ม คือ คัมภีร์สารัตถที่ปฎีกาพระวินัย และคัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกา

การอ้างอิงพระไตรปิฎก จะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี. (บาลี) ๑/๒๗๖/๔๗, ที.สี. (ไทย) ๘/๒๗๖/๔๘. หมายถึง ที่มณิกาย สีสกขนธวคคปาติ ภาษาบาลี เล่ม ๘ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๔๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐, ที่มณิกาย สีสกขนธวคค ภาษาไทย เล่ม ๘ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๔๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

ส่วนคัมภีร์อรรถกถา จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม (ถ้ามี)/หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๖/๒๔๐ หมายถึง ที่มณิกาย สมุจคควิสาสินี สีสกขนธวคคอฎจกถา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๒๔๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ส่วนคัมภีร์ฎีกา จะระบุชื่อคัมภีร์ ระบุเล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.สี.ฎีกา (บาลี) ๑/๒๗๖/๓๗๓ หมายถึง ที่มณิกาย สีนตลปปกาสินี สีสกขนธวคคฎีกา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๓๗๓ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตามลำดับดังนี้

### ๑. คำอธิบายคำย่อในภาษาไทย

#### ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

คำย่อ	พระวินัยปิฎก	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิ.มหา.	(ไทย) = วินัยปิฎก	มหาวิมังค์	(ภาษาไทย)
คำย่อ	พระสุตตันตปิฎก	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ที.สี.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย สีสกขนธวคค	(ภาษาไทย)
ที.ม.	(บาลี) = สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย มหาคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ที่มณิกาย ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ม.มู.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มูลปณาสก์	(ภาษาไทย)
ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณาสก์	(ภาษาไทย)

ส.สพ.	(บาลี) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย สฬายตนวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ส.ม.	(บาลี) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวารวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ส.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค	(ภาษาไทย)
อง.ทก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ทุกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ติก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ติกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.จตุกก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉกก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ฉกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.อิติ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย อิติวุตตกะ	(ภาษาไทย)
ขุ.จู.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย จุฬนิทเทส	(ภาษาไทย)
ขุ.ป.	(บาลี) = สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย ปฏิสสมภิทามคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ป.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย ปฏิสสมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

**พระอภิธรรมปิฎก**

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.สง.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
อภิ.ปุ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ปุคคลบัญญัติ	(ภาษาไทย)

**ข. คำย่อชื่อคัมภีร์ฎีกาและปกรณ์วิเสส**

**ปกรณ์วิเสส**

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

**ฎีกาปกรณ์วิเสส**

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ที.ม.ฎีกา	(บาลี) = ลินตถปปกาสนี มหาวคคฎีกา		(ภาษาบาลี)
อภิธาน.	(บาลี) = อภิธานนปทีปิกาฎีกา		(ภาษาบาลี)

## ค. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

## อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ที.สี.อ.	(ไทย) = ทีฆนิกาย	สุมังคลวิลาสินี สีสันชวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ที.ม.อ.	(บาลี) = ทีฆนิกาย	มโนรลปุรณี มหาวคคอกุฏกถาปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม.อ.	(ไทย) = ทีฆนิกาย	มโนรลปุรณี มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ม.ม.อ.	(ไทย) = มัชฌิมนิกาย	มโนรลปุรณี มูลปณณาสกอรรถกถา	(ภาษาไทย)

## อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.สง.อ.	(บาลี) = อภิธมปิฎก	ธมมสังคณี อัญญาสาลินีอัญญาถาปาติ	(ภาษาบาลี)
อภิ.สง.อ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	ธรรมสังคณี อัญญาสาลินีอรรถกถา	(ภาษาไทย)
อภิ.วิ.อ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก	วิภังค์ สัมโมหวิโนทนีอรรถกถา	(ภาษาไทย)

## ง. คำย่อชื่อคัมภีร์ปกรณ์วิเสส

## อรรถกถาปกรณ์วิเสส

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
เนตติ.อ.	(บาลี) = ขุททกนิกาย	เนตติอัญญาถาปาติ	(ภาษาบาลี)

## จ. คำย่อชื่อหนังสือที่ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์/สถานที่พิมพ์

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้คำย่อเกี่ยวกับหนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการที่ได้จัดพิมพ์โดยไม่ปรากฏปีที่พิมพ์ ดังนี้

ม.ป.ป. = ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์

ม.ป.ท. = ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

## บทที่ ๑

### บทนำ

#### ๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มนุษย์ทุกชีวิตหากไม่มีสติสัมปชัญญะอยู่กับการทำงาน จิตใจเลื่อนลอยไปตามการปรุงแต่งของอารมณ์ ทำอะไรย่อมไม่ประสบความสำเร็จ เกิดความผิดพลาด ขาดความยั้งคิด กระทำผิดกฎหมายบ้านเมือง ขนบธรรมเนียมประเพณี ทำให้ตน บุคคลอื่น และสังคมเดือดร้อน เช่น การเลี้ยงฉลองในเทศกาล ปีใหม่ สงกรานต์ ด้วยการดื่มสุรา หากดื่มมากเกินไป ชั้บรณขณะมีเมามาอาจทำให้ประสบอุบัติเหตุร้ายแรงถึงชีวิตได้ อุบัติเหตุที่เกิดแม้จะไม่รุนแรงถึงแก่ชีวิต แต่เป็นเหตุให้สูญเสียอวัยวะเกิดความพิการถาวร ต้องเสียทรัพย์สินและเวลาในการรักษาพยาบาล การขาดสติสัมปชัญญะ จะก่อความรำคาญให้แก่ผู้อื่น นำไปสู่การทะเลาะวิวาท ฆาตกรรม มีปรากฏให้เห็นในสื่อต่าง ๆ อยู่เนือง ๆ นี่คือผลเสียของการขาดสติสัมปชัญญะ

ในพระพุทธศาสนา ธรรมมีอุปการะมาก<sup>๑</sup> คือ สติ ความระลึกได้ คิดได้ ความไม่พลั้งเผลอ<sup>๒</sup> สามารถระลึกได้ในสิ่งที่ตนเองได้กระทำ ได้พูด ได้ตกลงทำสัญญาไว้มานานแล้วได้ และสัมปชัญญะ ความรู้ตัวทั่วพร้อม ความรู้ตระหนักรู้ ความรู้แจ้ง เข้าใจชัดในสิ่งนั้น ๆ สติกับสัมปชัญญะต้องทำงานร่วมกัน หากขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไปความสมบูรณ์ในการปฏิบัติหน้าที่จะบกพร่องตามไปด้วย หากบุคคลใดขาดสติและสัมปชัญญะ บุคคลผู้นั้นจะไม่ว่าอะไรเป็นประโยชน์มิใช่ประโยชน์ ควรทำหรือไม่ควรทำ เหมาะสมหรือไม่เหมาะสม ขาดความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน หลงสับสนพันเพื่อนงมงายไม่ว่าความรู้ว่าความทุกข์คืออุปสรรคปัญหาชีวิต เกิดจากอะไร จะแก้ไขให้หมดไปอย่างไร<sup>๓</sup> จะเป็นคนที่อยู่ในโลกอย่างมีความทุกข์มาก หรืออาจกลายเป็นคนวิกลจริตอย่างถาวร เนื่องจากไม่สามารถแยกแยะผิดชอบชั่วดี เพราะสติวิปลาสขาดสติสัมปชัญญะ

<sup>๑</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๗๘/๒๙๐, อัง.ทุก. (ไทย) ๒๐/๔๒๔/๑๑๙.

<sup>๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ สำนักพิมพ์ผลิธรรม ในเครือบริษัทสำนักพิมพ์แพรวแอนท์โฮม, ๒๕๕๕), หน้า ๑๙.

<sup>๓</sup> ที.สี.อ. (ไทย) ๑/๒๒๘.

ในปัจจุบันจะพบเห็นบุคคลที่ไม่รู้ว่าชีวิตคืออะไร เกิดมาทำไม ความสุขที่ต้องการ ความทุกข์ที่ไม่อยากพบแต่ประสบอยู่ทุกวันเกิดจากอะไร จะแก้ไขอย่างไร เมื่อไม่รู้ว่าอะไรเป็นประโยชน์มิใช่ประโยชน์ ควรทำหรือไม่ควรทำ เหมาะสมหรือไม่เหมาะสม ขาดความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน ทำอะไร ๆ ตามความคิดที่เกิดขึ้นขณะนั้น ๆ จึงหลงสับสน ฟันเฟือง งมงาย ไม่รู้ความจริง แม้เขาจะแสวงหาความสุขมาตลอดชีวิต แต่ผลลัพธ์คือติดบ่วงแห่งความทุกข์ไม่ประสบสุขดังปรารถนา สาเหตุมาจากการขาดความตระหนักรู้ ความเหมาะสม ความรับผิดชอบ ความรู้เท่าทันสภาวะตามเป็นจริง

หากไม่รู้เท่าทันสภาวะตามเป็นจริงมาก ๆ จะกลายเป็นคนวิกลจริต บุคคลวิกลจริต (โรคจิต) กลุ่มบุคคลประเภทนี้มีภาวะผิดปกติทางจิต ที่มีความผิดปกติของความคิด อารมณ์ พฤติกรรมอย่างมาก บางคนมีความคิดหลงผิด ประสาทหลอน พฤติกรรมแปลก ๆ ผิดประหลาดจากปกติ พุดจาผิดปกติ เฉื่อยชา เป็นเพราะระบบสติสัมปชัญญะบกพร่องจึงทำให้เกิดภาวะผิดปกติทางจิต ความคิด อารมณ์ พฤติกรรมอย่างมากจนไม่อยู่ในโลกของความเป็นจริง ซึ่งอาการเหล่านี้ไม่สามารถหายเองได้ในการรักษา กว่าอาการจะดีขึ้น ต้องสูญเสียเวลา และค่าใช้จ่ายเป็นจำนวนมาก เป็นภาระของครอบครัวและสังคมอย่างประมาณค่ามิได้

สำหรับในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักธรรมของพระพุทธศาสนาหากสติสัมปชัญญะของผู้ปฏิบัติไม่สมบูรณ์หรือขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไป ย่อมไม่สามารถจะปฏิบัติให้บรรลุถึงความหลุดพ้นจากทุกข์ได้ เพราะระบบความรู้ทางด้านจิต ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม ไม่มีสติสัมปชัญญะควบคุมหรือบกพร่อง

ด้วยเหตุผลดังกล่าว จิตตานุปัสสนา การพิจารณาจิต จึงเป็นสิ่งสำคัญของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักของพระพุทธศาสนา โดยการนำสติสัมปชัญญะมาเป็นตัวกำหนดพิจารณาเห็นจิต ในขณะที่ตนเองกำลังปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอยู่ว่า จิตคือสภาพรู้อารมณ์ จิตมีอยู่ ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญในสติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นหลักธรรมของการปฏิบัติวิปัสสนา เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

## ๑.๒ คำถามวิจัย

๑.๒.๑ สัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร

๑.๒.๒ วิธีการเจริญสติสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นอย่างไร

### ๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๓.๒ เพื่อศึกษาวิธีการเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

### ๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยศึกษาเนื้อหาและสาระสำคัญที่เกี่ยวข้องกับหลักการเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตามหลักคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท มีขอบเขตการวิจัยดังนี้

#### ๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้ศึกษามุ่งเน้นเนื้อหา สาระสำคัญของสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

#### ๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเฉพาะเนื้อหาสาระสำคัญในสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ตามหลักคัมภีร์พระพุทธรศาสนาเถรวาท โดยศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เนื่องในมหามงคลสมัยฉลองราชสมบัติ ๕๐ ปี ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และเนื่องในมหามงคลสมัยเฉลิมพระชนมายุ ๕ รอบของสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พุทธศักราช ๒๕๓๙ หนังสือและตำราอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับพระพุทธรศาสนา วิทยานิพนธ์ นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษามาวิเคราะห์ สรุป เรียบเรียงนำเสนอเชิงเอกสาร

### ๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ สัมปชัญญะ หมายถึง ความรู้ตัวทั่วพร้อม รู้ตัวเสมอ (๑) สาทถสัมปชัญญะ รู้ชัดว่ามีประโยชน์ (๒) สัมปายสัมปชัญญะ ตระหนัก เลือกรู้แต่สิ่งที่เหมาะสมเอื้อต่อภาวะ กาย จิต ชีวิต กิจ และพื้นภูมิของตน (๓) โจรสัมปชัญญะ ตระหนักที่จะคุมกายและจิตไว้ให้อยู่ในกิจ ในประเด็น หรือแดนงานของตน ไม่ให้เขว (๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ รู้ชัดว่าไม่หลง เข้าใจชัดตามความเป็นจริง คือรู้ตัวทั่วพร้อมมีสติเป็นเครื่องกำหนดในสภาวะธรรมปัจจุบันอารมณ์ มีเอาตาปี ความเพียรเพิกเลส สติมา มีสติ

๑.๕.๒ การปฏิบัติ หมายถึง การกระทำเพื่อให้เกิดความชำนาญ

๑.๕.๓ วิปัสสนาภาวนา หมายถึง ปัญญาที่รู้ความจริงว่าเป็นแต่เพียงสภาวะธรรมไม่ใช่เรา

**๑.๕.๔ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน** หมายถึง สติที่ตั้งมั่น (อาตปปี สัมปชาโน สติมา) อยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งอารมณ์ของจิตที่มี โลภะจิต โทสะจิต โมหะจิต การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิตให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา

## ๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลจาก พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ตำรา เอกสารทางวิชาการ รายงานการวิจัย และหนังสือต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องดังนี้

### ๑.๖.๑ คัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ในด้านเนื้อหาการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาเฉพาะเนื้อหาและสาระสำคัญของสัมปชัญญะ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ศึกษาเนื้อหาที่เกี่ยวกับสติสัมปชัญญะ และหลักในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในโพธิปักขิยธรรมเท่านั้น โดยศึกษาข้อมูลตามหลักคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท อันได้แก่ พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พ.ศ. ๒๕๓๙ อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หลักสูตรเปรียญธรรมวิสุทธิธรรมภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ฎีกาวิสุทธิธรรมที่ใช้ปริมัตถมัญจุสาฉบับแปลโดยสิริ เพ็ชรไชย และเอกสารข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) ใช้หนังสือแปลและหนังสือที่แต่งโดย พระเถระ นักปราชญ์ นักวิชาการ เอกสารประกอบการเรียนหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา บทความในวารสารทางวิชาการ สื่ออิเล็กทรอนิกส์และรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### ๑.๖.๒ เอกสารตำราวิชาการที่เกี่ยวข้อง

**๑) พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ)** “มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน” ว่า จิตคือสภาวะรู้สิ่งต่าง ๆ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยผ่านทวารหรือประตู ๖ บาน เหมือนคนอยู่ในบ้านมองดูสิ่งที่อยู่นอกบ้านผ่านประตูการรู้สีผ่านตาเป็นการเห็น การรู้เสียงผ่านหูเป็นการได้ยิน การรู้กลิ่นผ่านจมูกเป็นการรู้กลิ่น การรู้รสผ่านลิ้นเป็นการลิ้มรส การรู้สัมผัสผ่านร่างกายเป็นการสัมผัส และการรับรู้ทางใจเป็นการนึกคิด จิตมีธรรมชาติประภัสสร คือ ผุดผ่องตามปกติเหมือนน้ำใสสะอาด เพราะเป็นเพียงสภาวะเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส และนึกคิดเท่านั้น ปราศจากการปรุงแต่งหรือตอบสนองต่อสิ่งที่พบอยู่ แต่จิตนั้นต้องประกอบร่วมกับนามธรรมอีกอย่างหนึ่งเสมอ ชื่อว่า เจตสิก คือ



สภาวะปรุงแต่งจิต ดังนั้น จิตจึงเศร้าหมองไปด้วยอำนาจของเจตสิกฝ่ายดำ คือ โลภะ โทสะ และโมหะ เป็นต้น เหมือนน้ำใสสะอาดที่ขุ่นมัวด้วยโคลนตม<sup>๔</sup>

**๒) พระโสภณมหาเถระ** (มหาสีสยาตอ) “วิปัสสนานัย เล่ม ๑” ว่าการตามรู้จิตส่งผลให้นักปฏิบัติยังเห็นความเกิดดับของจิต ในบางขณะนักปฏิบัติอาจรับรู้เหตุเกิดขึ้นและเหตุดับไปของจิตตามที่ได้สดับมาอีกด้วย กล่าวคือจิตเกิดจากรูปอันเป็นที่อาศัยเกิด และนาม(เจตสิก) ที่ประกอบร่วมกัน ถ้าไม่มีรูปนามจิตก็เกิดขึ้นไม่ได้ นอกจากนี้จิตยังเกิดจากกรรมในอดีต อวิชชา และตัณหา ผู้ที่เห็นความเกิดดับของจิตอย่างนี้ จะเกิดสติระลึกว่ามีเพียงความรู้สึก ทุกข์ หรือวางเฉย ไม่มีบุคคลเราของเรา บุรุษ สตรี เขาย่อมปราศจากความยึดมั่นสิ่งใดสิ่งหนึ่งในโลกคืออุปาทานชั้น<sup>๕</sup>

**๓) พระโสภณมหาเถระ** (มหาสีสยาตอ) รจนาไว้ในหนังสือ “สือวิปัสสนานัย เล่ม ๒” ความตอนหนึ่งว่า จิตที่พอใจปรารถนาสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ชื่อว่าจิตมีราคะ (สราคะจิต) นักปฏิบัติพึงตามรู้เท่าทันจิตดังกล่าวโดยกำหนดว่า ชอบหนอ โลกหนอ กำหนดหนอ ในบางขณะเมื่อกำหนดเพียงครั้งเดียวจิตดังกล่าวอาจสงบไปได้ แต่ถ้ายังไม่สงบไปด้วยการตามรู้เพียงครั้งเดียว ก็พึงตามกำหนดรู้จนกว่าจะสงบระงับไปทั้งหมด เมื่อจิตนั้นสงบแล้วก็พึงตามรู้จิตที่ผ่องใสปราศจากราคะโดยกำหนดว่ารู้หนอ จิตดังกล่าวชื่อว่า จิตปราศจากราคะ (วิตราคะจิต)<sup>๖</sup>

**๔) พระโสภณมหาเถระ** (มหาสีสยาตอ) กล่าวไว้ใน “มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน”ว่า ผู้ปฏิบัติไม่ควรหงุดหงิดหรือปฏิเสธความฟุ้งซ่าน เพราะเป็นสภาวะธรรมทางจิตที่ควรกำหนดรู้ตามหลักจิตตานุปัสสนา ถ้าสามารถกำหนดความฟุ้งซ่านได้ทันท่วงที ก็จะไม่เป็นนิเวศน์รบกวนการปฏิบัติธรรม แต่ถ้ากำหนดรู้เท่าทันไม่ได้ ก็จะกลายเป็นนิเวศน์ของการปฏิบัติ<sup>๗</sup>

**๕) พระพรหมคุณาภรณ์** (ป.อ. ปยุตโต) กล่าวถึงจิตไว้ในหนังสือ “พุทธธรรม” ความตอนหนึ่งว่า วิญญาณ แบ่งตามทางที่เกิดเป็น ๖ คือ จักขุวิญญาณ โสตวิญญาณ ฆานวิญญาณ ชิวหา

<sup>๔</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๖๕.

<sup>๕</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๒๖๒-๒๖๓.

<sup>๖</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา, วิปัสสนานัย เล่ม ๒, (นครปฐม: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๔๕๙-๔๖๐.

<sup>๗</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า ๒๗๒.

วิญญาณ กายวิญญาณ และมโนวิญญาณ แปรตามแบบว่า ความรู้แจ้งทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ตามแนวอภิธรรม เรียกวินญาณทั้งหมดว่าจิต<sup>๕</sup>

**๖) เกสัชกรสุรพล ไกรสรารุฒิ** เรียบเรียง “สติปัฏฐาน ๔ ฉบับวิเคราะห์-สังเคราะห์” จากการศึกษาพบว่า จิตตานุสัสนาสติปัฏฐาน มีความหมายว่า การตั้งสติเพื่อตามเห็นความเป็นจริงของจิต เพื่อให้รู้จักธรรมชาติของจิตประเภทต่าง ๆ ว่าจิตประเภทใดที่เป็นคุณ ที่จะต้องรู้จักฝึกฝนปฏิบัติให้เกิดขึ้นจิตประเภทใดที่เป็นโทษ ที่จะต้องรู้จักฝึกฝนปฏิบัติให้ไม่เกิดขึ้นหรือทำให้หมดไป และจิตใดที่เป็นเป้าหมายของการฝึกปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึง เพราะหากบุคคลไม่รู้จักเรื่องนี้แล้ว จะทำให้สำคัญผิดและทำให้ไม่สามารถพัฒนาจิตหรือยกระดับของจิตให้เป็นไปโดยถูกต้องให้บรรลุถึงภาวะของจิตที่เป็นอุดมคติได้<sup>๖</sup>

### ๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีดังนี้

ในการศึกษาวิจัยศึกษาเรื่อง “ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวจิตตานุสัสนาสติปัฏฐาน” นี้ยังไม่มีรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยตรง แต่ได้มีผู้วิจัยทำรายงานในประเด็นที่เกี่ยวกับหลักธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาดังนี้

**๑. พระชัยพล โสภโณ** (จรรยาวิทย์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาอาตปปี สัมปชาโน สติมาที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร” จากการศึกษาพบว่า หลักอาตปปี คือ ความเพียรในการกำหนดรู้กองชั้น ๕ โดยองค์ธรรมได้แก่สัมมาวายามะ (ความเพียรชอบ) คือ สัมมปธาน ๔ สังวรปธาน เพียรระวังเพียรปิดกั้นบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ปหานปธาน เพียรกำจัดบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ภาวนापธาน เพียรเจริญกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น อนุรักษนาปธาน เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นเจริญยิ่งขึ้นไป (๒) สัมปชาโน คือ ความรู้ตัวทั่วพร้อมในการกำหนดรู้กองชั้น ๕ โดยองค์ธรรมได้แก่สัมมาทิฐิ (๓) สติมา คือ ความมีสติ ความระลึกรู้ในกองชั้น ๕ และธรรมทั้งหลาย โดยองค์ธรรมได้แก่สัมมาสติ เพราะมีสติระลึกรู้ในกาย เวทนา จิต และธรรมได้อย่างต่อเนื่อง จึงได้ชื่อว่า สัมมาสมาธิ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ หลักธรรมทั้ง ๓ ประการนี้มีความสำคัญมากทำให้อินทรีย์

<sup>๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๓๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธรรม, ๒๕๕๕), หน้า ๒๗.

<sup>๖</sup> เกสัชกรสุรพล ไกรสรารุฒิ, สติปัฏฐาน ๔ ฉบับวิเคราะห์-สังเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ๔๑-๔๒.

๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา เกิดความสมดุลขึ้นยังผลให้การปฏิบัติดำเนินไปโดยไม่ติดขัด วิปัสสนาญาณชั้นต่าง ๆ เจริญก้าวหน้าจนนำไปสู่การบรรลุธรรม โดยลำดับ<sup>๑๐</sup>

**๒. พระบุญธรรม อธิจิตโต (สีระสา)** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาจิตและเจตสิกในจิตตานุปัสสนาภาวนา” จากการศึกษาพบว่า จิตเป็นปรมาตธรรมประเภทหนึ่ง มีสามัญลักษณะของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ คือได้รับอารมณ์อยู่เสมอ จึงเรียกว่า รู้อารมณ์หรือเป็นธรรมชาติที่ทำให้ความเป็นอยู่ของสัตว์ทั้งหลายให้วิจิตร ความดับของจิตนี้ย่อมเป็นไปอย่างรวดเร็วยากที่จะหาอะไรมาเปรียบเทียบได้ ธรรมชาติของจิตมี ๓ ประการ คือ มีการรับอารมณ์อยู่เสมอ เป็นใหญ่และเป็นประธานในธรรมทั้งปวง คือเป็นเหตุให้เจตสิกทั้งหลายรู้อารมณ์ และทำให้สิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตวิจิตรพิสดาร จิตเป็นนามธรรม เป็นธรรมชาติที่ไปไม่ได้ไกล เพียงแต่นึกก็ถึงแล้ว เทียบไปดวงเดียว คือ รู้อารมณ์ได้ที่ละอย่าง ไม่มีรูปร่างสัญญาณ อาศัยหทัยวัตถุเกิด เจตสิกเป็นธรรมชาติที่อาศัยจิตเกิด มีลักษณะ ๔ ประการ คือ เกิดพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิต รับอารมณ์เดียวกันกับจิต อาศัยวัตถุอันเดียวกับจิตเกิด (อาศัยวัตถุเกิดเฉพาะในปัญจะโวกาลภูมิเท่านั้น)<sup>๑๑</sup>

**๓. พระทณสักดิ์ ปภาโต (ปิยะสุข)** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษารูปนามตามที่ปรากฏในไตรลักษณ์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” จากการศึกษาพบว่า ไตรลักษณ์ คือ สามัญลักษณ์ ว่าโดยความเป็น อนิจจัง ความไม่เที่ยง ทุกขัง ความเป็นทุกข์ อนัตตา ความเป็นอนมีใช่ตัวตนไม่บังคับบัญชาได้ เป็นธรรมชาติ เป็นภาวะที่ทรงตัวอยู่โดยธรรมดา เป็น ธรรมฐิติ เรียกว่า ธรรมนิยาม คือ กฎของธรรมชาติ<sup>๑๒</sup>

**๔. นางสาวสุกฤดี รัตนเกษตร** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาสัมปชัญญะเพื่อกำหนดรู้รูปในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน” จากการศึกษาพบว่า สัมปชัญญะเป็นหมวดการปฏิบัติเกี่ยวกับอริยาบถเพิ่มเติมจากที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในหมวดอริยาบถกล่าวเฉพาะสัมปชัญญะในสติปัฏฐาน ๔ มี ๔ ประการ ดังนี้ สาทถสัมปชัญญะ คือ กำหนดรู้ประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ สัปายสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดการกำหนดรู้อารมณ์เป็นที่สบายและไม่เป็นที่สบาย

<sup>๑๐</sup> พระชัยพล โสภโณ (จรรยาวิทรัพย์), “ศึกษาอาตปิ สัมปะชาโน สติมา ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๑๑</sup> พระบุญธรรม อธิจิตโต (สีระสา), “การศึกษาจิตและเจตสิกในจิตตานุปัสสนาภาวนา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๑๒</sup> พระทณสักดิ์ ปภาโต (ปิยะสุข), “ศึกษารูปนามตามที่ปรากฏในไตรลักษณ์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ก.

โคจรสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดกำหนดรู้โคจร หมายถึง พระกรรมฐานและที่เกี่ยวภิกขาจาร และอสมิมโหสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดโดยไม่หลงลืม มีความรู้ มีสติอยู่ทุกขณะโดยไม่หลงลืม องค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาเจตสิกธรรม มีลักษณะ คือ มีการรู้แจ้งซึ่งสภาวธรรมเป็นลักษณะ มีการกำจัดความมืดเป็นกิจ มีความไม่หลงเป็นผล และมีสมาธิเป็นเหตุใกล้<sup>๑๓</sup>

**๕. พระอุทิศ จารุณโม (ชื่นชม)** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน” จากการศึกษาพบว่า ความรู้สึกตัวทั่วพร้อมในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาภิบาตรและจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การนิ่ง การพูด ซึ่งประกอบด้วยการมีสติและสัมปชัญญะคู่กัน เพื่อให้เกิดประโยชน์อย่างสมบูรณ์ทั้ง ๔ ลักษณะ คือ สาทถสัมปชัญญะ สปปายะสัมปชัญญะ โคจรสัมปชัญญะ อสมิมโหสัมปชัญญะ<sup>๑๔</sup>

จากการศึกษาทบทวนวิทยานิพนธ์ดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยได้นำมาเป็นกรอบการวิจัยบางส่วน เช่น กรอบแนวคิดเรื่องสัมปชัญญะ ยังไม่พบวิทยานิพนธ์ที่ศึกษาครอบคลุมสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานโดยตรง

## ๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) โดยมุ่งศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหาและสาระสำคัญของสัมปชัญญะ และหลักการเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่ปรากฏในสติปัฏฐาน ๔ หมวดจิตตานุปัสสนา ซึ่งมีเนื้อหาในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๐ ภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยพุทธศักราช ๒๕๓๙ นำมาสรุป เรียบเรียงนำเสนอเชิงเอกสาร ดังต่อไปนี้

๑.๗.๑ ศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสารทางพระพุทธศาสนาเถรวาทในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณ์วิเสส รวมทั้งเอกสารวิชาการและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องที่นักวิชาการด้านพระพุทธศาสนาเถรวาทได้เรียบเรียงไว้

๑.๗.๒ นำข้อมูลที่ได้ศึกษามาจัดลำดับความสำคัญ ตรวจสอบความสอดคล้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

<sup>๑๓</sup> นางสาวสุขฤดี รัตนเกษตร, “ศึกษาสัมปชัญญะเพื่อกำหนดรู้รูปในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๑๔</sup> พระอุทิศ จารุณโม (ชื่นชม), “ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า บทคัดย่อ.

- ๑.๗.๓ วิเคราะห์ เรียบเรียง และนำเสนอข้อมูลแบบเชิงเอกสาร
- ๑.๗.๔ นำเสนออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์
- ๑.๗.๕ ปรับปรุง แก้ไข เรียบเรียงตามคำแนะนำ และนำเสนอผลงานสารนิพนธ์

#### ๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

- ๑.๘.๑ ทำให้ทราบสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๘.๒ ทำให้ทราบวิธีการเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนา

สติปัญญาน

## บทที่ ๒

### สัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

สติเป็นธรรมที่มีอุปการะมากควบคู่กันกับสัมปชัญญะความรู้ตัวหากมีสติแล้ว สัมปชัญญะก็เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติเพราะเป็นธรรมที่เกี่ยวข้องกันโดยธรรมชาติของมนุษย์เราเช่นเมื่อ เรามีสติเห็นรูป อยางใดอย่างหนึ่งความรู้ตัววารูบนี้เป็นอย่างใดโดยสมมุติสัจจะก็จะปรากฏในทางมโนทวารทันที เช่นเดียวกันสติสัมปชัญญะเป็นหลักธรรมที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์ ทุกคนดั่งนั้นผู้วิจัยจึงได้สนใจที่จะศึกษาหลักธรรมทั้ง ๒ ขอนี้ซึ่งจะได้นำเสนอตามที่ใดกำหนด ประเด็นไวดังนี้คือ

๒.๑ นิยามความหมายสัมปชัญญะ

๒.๒ ไวยากรณ์ของสัมปชัญญะ

๒.๓ ประเภทสัมปชัญญะ

๒.๔ ความสัมพันธ์ระหว่างสติกับสัมปชัญญะ

๒.๕ สัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๒.๖ สรุปท้ายบท

#### ๒.๑ นิยามความหมายสัมปชัญญะ

คำว่า สมฺปชณฺญ ในคัมภีร์อภิธานนปทีปิกา ท่านจัดไว้ในหมวดคำเรียกชื่อ ปัญญา มีหลายคำ คือ ปัญญา ญาณ วิชชา สัมมาทิฏฐิ วิจาร์ณา เนปฏก<sup>๑</sup> หมายถึง ความรู้ทั่ว

ในอรรถกถาได้กล่าววว่า ภิกษุยอมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ (ความเป็นผู้รู้พร้อม) ในการก้าวไปข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการแลไปข้างหน้า แลเหลือยวไปข้างซ้ายข้างขวา ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการคู้เอวเข้า เหยียดเอวออก ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะ ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการกิน ดื่ม เคี้ยวและลิ้ม ย่อมเป็น

<sup>๑</sup> อภิธาน. ๑๕๔.

ผู้ทำสัมปชัญญะในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ย่อมเป็นผู้ทำสัมปชัญญะในการเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด และความเป็นผู้หนึ่งอยู่<sup>๒</sup>

คัมภีร์อภิธานวรรณนา กล่าวถึง สมปชณณ<sup>๓</sup> ดังนี้ สัม+ป+ญา อวโพธเน+ยุ สติปฏิฐาน, ปัญญา, สัมปชัญญะ, ปัญญารู้ประโยชน์และมีใช้ประโยชน์ เป็นต้น, สมปชานาตติ สมปชานโน ปัญญาที่รู้ทั่วถึง ชื่อว่าสัมปชานะ (อาเทศ นิคหิตเป็น น, ญา เป็น ชา, ยุ เป็น อน, ลป อ). สมปชานสสุภาโวสมปชณณัม ความเป็นปัญญารู้ทั่วถึง ชื่อว่าสัมปชัญญะ (สมปชาน+ณย, ลป ณ และสระที่ น, อาเทศ นย เป็น ณ, ซ้อน ณ) ภิกขุ อาตาศิ สมปชณณัม ริณจติ ภิกขุผู้บำเพ็ญเพียร ย่อมไม่ทอดทิ้งสัมปชัญญะ สาทถกสมปชณณัม สปปายสมปชณณัม โคจรสมปชณณัม อสมโมหสมปชณณณติ จตุพพิธัม สมปชณณัม ปัญญา มี ๔ ประการ คือ (๑) ปัญญารู้สิ่งที่เป็นประโยชน์และมีใช้ประโยชน์ (๒) ปัญญารู้ว่าควรและไม่ควร (๓) ปัญญารู้สถานที่ควรไปและไม่ควรไป (๔) ปัญญาไม่หลงลืม

ความหมายของสัมปชัญญะตามหลักภาษา<sup>๔</sup> คำว่า สมปชณณ หรือ สมปชาน แยกรากศัพท์เป็น สัม+ป+ชณณ หรือ ชาน คัมภีร์ฎีกากล่าวว่า สัม อุปสรรคมีความหมายว่า

๑. โดยชอบ
๒. อย่างบริบูรณ์
๓. ด้วยตนเอง

ส่วน ป อุปสรรคมีความหมายว่า

๑. โดยประการต่าง ๆ
๒. โดยพิเศษ

รวมความแล้วคำว่า สมปชณณ มีความหมาย ๕ ประการ

๑) ความรู้ชอบโดยประการต่าง ๆ คือ ความรู้อย่างถูกต้องโดยสภาวลักษณะ คือ ลักษณะพิเศษ หมายถึง ลักษณะเฉพาะของรูปนามแต่ละอย่าง เช่น ปฐวีธาตุมีลักษณะแข็ง/อ่อน อาโปธาตุมีลักษณะไหลและเกาะกุม เป็นต้น, สังขตลักษณะ คือ ลักษณะของสังขตธรรม หมายถึง ความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปของสังขตธรรม และสามัญญลักษณะ คือ ลักษณะทั่วไปของรูปนาม หมายถึง ไตรลักษณ์อันได้แก่ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช้ตัวตน (ในคัมภีร์อรรถกถาบางแห่งแสดงสภาว

<sup>๒</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๗๖/๒๑๒, ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑๓๕/๖๐๘-๖๐๙.

<sup>๓</sup> พระมหาสมปอง มุทิโต แปลและเรียบเรียง, คัมภีร์อภิธานวรรณนา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๒๑๒.

<sup>๔</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปฏิฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดไทยรายการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๐๙.

ลักษณะและสามัญญลักษณะ โดยรวมสังขตลักษณะไว้ในสามัญญลักษณะ เพราะการหยั่งเห็นความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ก็จัดว่าเป็นการรู้ชัดความไม่เที่ยงนั่นเอง)

๒) ความรู้ชอบโดยพิเศษ คือ ความรู้อย่างถูกต้องโดยลักษณะทั้งสามอย่างนั้น ซึ่งพิเศษกว่าความรู้โดยสมมุติบัญญัติของคนทั่วไป

๓) ความรู้อย่างบริบูรณ์โดยประการต่าง ๆ คือ ความรู้อย่างถ้วนทั่วไม่ขาดไม่เกินโดยลักษณะทั้งสามนั้น

๔) ความรู้เองโดยประการต่าง ๆ คือ ความรู้จากประสบการณ์ของตนเอง ไม่ใช่ความรู้จากการฟังผู้อื่นหรือนึกคิดใคร่ครวญ

๕) ความรู้อย่างบริบูรณ์โดยพิเศษ คือ ความรู้อย่างถ้วนทั่วซึ่งพิเศษกว่าความรู้โดยสมมุติบัญญัติ มีข้อความดังที่กล่าวมานี้ในคัมภีร์ฎีกาว่า “สมมา, สมนตโต, สามณฺจ ปชานนฺโต สมปชานโน, อสมมิมิสฺสโต วุตถาเน อณฺญธมมานุสฺสิตาภาเวเน สมมา อวิปริตฺ, สพฺพการปชานเนเน สมนตโต, อุปรูปริ วิเสสาวภาเวเน ปวตติยา สามํ ปชานนฺโตติ อตฺโต”<sup>๕</sup>

“บุคคลผู้รู้โดยประการต่าง ๆ โดยชอบอย่างบริบูรณ์และด้วยตนเอง ชื่อว่า สัมปชานะ หมายความว่า ผู้รู้โดยประการต่าง ๆ โดยชอบ คือ ไม่ผิด โดยไม่มีการเห็นสภาวะธรรมอื่นในการกำหนดรู้ไม่ระคน (กับบัญญัติ) และรู้โดยประการต่าง ๆ อย่างบริบูรณ์โดยการรู้ชัดอาการทั้งหมดรู้โดยประการต่าง ๆ ด้วยตนเองด้วยการดำเนินไปโดยนำมาซึ่งคุณวิเศษยิ่ง ๆ ขึ้นไป”

สมนตโต, ปกาเรหิ ปกฺกจํ วา สวิเสสํ ชานาตีติ สมปชานโน, สมปชานนฺสฺส ภาโว สมปชณฺณ, ตถาปวตฺติ ญาณํ.<sup>๖</sup>

“บุคคลผู้รู้อย่างบริบูรณ์โดยประการต่าง ๆ หรือโดยพิเศษอย่างยิ่ง ชื่อว่า สัมปชานะ ความเป็นผู้รู้อย่างบริบูรณ์โดยประการต่าง ๆ หรือโดยพิเศษอย่างยิ่ง ชื่อว่า สัมปชัญญะ คือ ปัญญาที่ดำเนินไปอย่างนั้น” ข้อความในคัมภีร์ฎีกานี้สอดคล้องตามคำอธิบายในคัมภีร์อรรถกถาดังนี้ว่าสมมา ปกาเรหิ อนิจจาทีนึ ชานาตีติ สมปชณฺณ<sup>๗</sup> “ปัญญาที่รู้ไตรลักษณ์มีความไม่เที่ยงเป็นต้น โดยประการต่าง ๆ โดยชอบ ชื่อว่า สัมปชัญญะ” ตามนัยนี้อุปสรรค คือ ส มี ความหมายว่า “โดยชอบ” ส่วน ป อุปสรรค มีความหมายว่า “โดยประการต่าง ๆ” คำว่า สมปชณฺณ แปลว่า “ความรู้ชอบโดยประการต่าง ๆ”

<sup>๕</sup> ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๖๗-๗๐.

<sup>๖</sup> ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๘๓.

<sup>๗</sup> เนตติ.อ. (บาลี)-/๔๘/๑๔๒, พระมหาทักษิณญาณเถระ รจนา, เนตติปกรณ์, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๑๓๙-๑๔๒.



บางแห่งแปล สมปชณณ<sup>๘</sup> ว่า “ความรู้ตัวทั่วพร้อม โดย ส อุปสรรค มีความหมายว่า “พร้อม” ส่วน ป อุปสรรคมีความหมายว่า “ทั่ว” และบ้างก็สอนให้รับรู้ลมหายใจเข้าออกพร้อมด้วยการรับรู้ร่างกายทุกส่วน เพื่อให้มีสัมปชัญญะอยู่เสมอ การปฏิบัติตามแนวนี้ไม่ถูกต้องตามธรรมชาติของจิต เพราะจิตจะรู้เพียงอารมณ์เดียวในแต่ละขณะ ไม่อาจรู้อารมณ์สองอย่างในขณะเดียวกันได้

สัมปชัญญูปพะเป็นหมวดการปฏิบัติเกี่ยวกับอิริยาบถเพิ่มเติมจากที่พระพุทธองค์ทรงแสดงไว้ในหมวดอิริยาบถกล่าวเฉพาะสัมปชัญญะในสติปัฏฐาน ๔ มี ๔ ประการ ดังนี้ สาดถ สัมปชัญญะ คือ กำหนดรู้ประโยชน์และมิใช่ประโยชน์ สปปายสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดการกำหนดรู้ อารมณ์เป็นที่สบายและไม่เป็นที่สบาย โคจรสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดกำหนดรู้โคจร หมายถึง พระกรรมฐานและที่เกี่ยวกับกขาจาร และอสมโหมสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดโดยไม่หลงลืม มีความรู้ มีสติ อยู่ทุกขณะโดยไม่หลงลืม องค์ธรรม ได้แก่ ปัญญาเจตสิกธรรม มีลักษณะ คือ มีการรู้แจ้งซึ่งสภาวะธรรมเป็นลักษณะ มีการกำจัดความมืดเป็นกิจ มีความไม่หลงเป็นผล และมีสมาธิเป็นเหตุใกล้<sup>๙</sup>

คำว่า “สมปชาโน” แปลและหมายความได้ ๑๐ อย่าง<sup>๑๐</sup> คือ

๑) สมปชาโน แปลว่า “รู้ถึงที่สุดอย่างแจ่มแจ้ง” หมายความว่า รู้ปัจจุบัน รู้รูปนาม รู้พระไตรลักษณ์ รู้มรรค ผล นิพพาน

๒) สมปชาโน แปลว่า “รู้โดยรอบอย่างชัดเจน” หมายความว่า ผู้ปฏิบัติรู้รูปนามตามอิริยาบถน้อยใหญ่ เช่น รู้ในขณะที่ คู้ เขยียด ก้ม เงย ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้นจนเกิดวิปัสสนาญาณต่าง ๆ ขึ้นมาโดยลำดับนับตั้งแต่ญาณที่ ๑ จนถึงญาณที่ ๑๖ เป็นปริโยสาน

๓) สมปชาโน แปลว่า “รู้พร้อมอย่างดี” หมายความว่า ผู้ปฏิบัติมีสติ มีความเพียร ตั้งใจทำจริง ๆ มีความรู้รูปนามอยู่ทุกขณะ มีสติจดจ่อต่อรู้นาม มีสติกำหนดได้ดีถี่ถ้วนตามสติปัฏฐานทั้ง ๔ ไม่บกพร่อง

๔) สมปชาโน แปลว่า “รู้โดยไม่หลง” คือรู้อาการเคลื่อนไหวไปมาต่าง ๆ ของกายตามความเป็นจริง ไม่ยึดมั่น ไม่ถือมั่นในรูปนาม ไม่เห็นผิด ไม่รู้ผิด ไม่จำผิด ไม่ลุ่มหลง และไม่เพเลิดเพลิน

<sup>๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา, **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, หน้า ๑๑๒.

<sup>๙</sup> นางสาวสุชาติ รัตนเกษตร, “ศึกษาสัมปชัญญูปพะเพื่อกำหนดรู้รูปในการปฏิบัติวิปัสสนากาณาหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๑๐</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙), **คำบรรยายเรื่องวิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๗๔๒.

อยู่ในอิฏฐารมณ ทั้งไม่หวั่นไหวเอนเอียงในอนิฏฐารมณ เห็นรูปนามเป็นแต่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา และเป็นอสุภะคือเป็นของไม่สวยงาม

๕) สมปะชาโน แปลว่า “รู้ชัดขจัดกิเลส” หมายความว่า เมื่อผู้ปฏิบัติได้รู้รูปนาม รู้เหตุปัจจัยของรูปนาม รู้พระไตรลักษณ์ รู้ความเกิดดับของรูปนาม รู้เฉพาะความดับไปของรูปนาม รู้ทุกข์โทษของรูปนาม เพื่อบรรเทาในรูปนาม อยากหลุดพ้นไป ตั้งใจปฏิบัติอย่างเต็มที่วางเฉยต่อรูปนาม เห็นพระไตรลักษณ์อย่างชัดเจนที่สุด จิตเข้าสู่ความสงบ กิเลสก็เด็ดขาดไปจากชั้นธสันดาน ใจมีพระนิพพานเป็นอารมณ์

๖) สมปะชาโน แปลว่า “รู้วิเศษในธรรม” หมายความว่า ธรรมนั้นมีอยู่มากถึง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมชั้นธ ย่อให้สั้นได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา ย่อลงมาในแนวปฏิบัติเหลือ ๑ คือ อัปปมาทะ แปลว่า ความไม่ประมาท ซึ่งได้แก่ความเป็นผู้มีสติ

๗) สมปะชาโน แปลว่า “รู้นำออกจากกองทุกข์” หมายความว่า ความรู้ต่าง ๆ ในโลกนี้ ย่อมเป็นไปเพื่อยังสรรพสัตว์ให้เบียดเบียนกันบ้าง เป็นไปเพื่อทำลายกันและกันบ้าง เป็นไปเพื่อให้ลุ่มหลงติดอยู่บ้าง รวมความว่าถึงจะรู้มากมายสักปานใด ก็ไม่เป็นหนทางให้หลุดพ้นไปจากกิเลสและกองทุกข์ได้เลย มีแต่จะเพิ่มพูนให้กิเลสและกองทุกข์ทวีขึ้นไปเป็นลำดับ ๆ ไป.

๘) สมปะชาโน แปลว่า “รู้สุขอันสูงเลิศ” หมายความว่า ถ้าผู้ใดมีสัมปชัญญะทั้ง ๓ ชั้น ผู้นั้นจะได้รับความสุขไปตามลำดับ ๆ ดังนี้ คือ สุขในเมืองมนุษย์ สุขทิพย์คือสุขของเทวดา สุขในญาณ สุขในวิปัสสนา สุขสัมปยุตด้วยมรรค สุขคือผล และสุขคือพระนิพพาน

๙) สมปะชาโน แปลว่า “รู้ธรรมอันประเสริฐคืออริยธรรม” หมายความว่า ผู้ใดได้ลงมือปฏิบัติธรรมคือได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน ผู้นั้น ชื่อว่าได้บำเพ็ญอริยมรรคมีองค์ ๘ อย่างเต็มที่ อริยมรรคมีองค์ ๘ คือ เห็นชอบ ดำริชอบ เป็นต้นนี้ เป็นธรรมอันประเสริฐวิเศษจริง ๆ เพราะเป็นมัชฌิมาปฏิปทาเป็นทางสายกลาง นำผู้ปฏิบัติตามให้ไปสู่จุดหมายปลายทางคือพระนิพพาน อันเป็นเอกันตบรมสุขเป็นยอดปรารถนาของนักปราชญ์ทั้งหมด

๑๐) สมปะชาโน แปลว่า รู้ประจักษ์ด้วยการละ หมายความว่า การละนั้นมีอยู่ ๕ อย่าง คือ

- (๑) ละด้วยองค์นั้น ๆ ได้แก่ละด้วยเจริญกรรมฐานข้อใดข้อหนึ่งตามอัธยาศัย
- (๒) ละด้วยการข่มไว้ ได้แก่ละปริยภูฐานกิเลส คือ นิวรณ์ ๕ ด้วยอำนาจฉาน
- (๓) ละโดยเด็ดขาด ได้แก่ละกิเลสด้วยอำนาจอริยมรรค
- (๔) ละโดยสงบระงับได้แก่ผลญาณ
- (๕) ละโดยสลัดออกไปไม่มีเหลือ ได้แก่ ถึงพระอมตมหานิพพาน

สรุป สัมปชัญญะ แผลและมีความหมายได้ ๑๐ อย่าง โดยสรุปได้ดังนี้ สัมปชัญญะ แปลว่า “รู้ถึงที่สุดอย่างแจ่มแจ้ง” หมายความว่า รู้ปัจจุบัน รู้รูปนาม รู้พระไตรลักษณ์ และแปลว่า “รู้ชัดกิเลส” หมายความว่า เมื่อผู้ปฏิบัติได้รู้รูปนาม รู้เหตุปัจจัยของรูปนาม รู้พระไตรลักษณ์ รู้ความเกิดดับของรูปนาม รู้เฉพาะความดับไปของรูปนาม รู้ทุกขโทษของรูปนาม เปื่อนหายในรูปนาม ออยาก หลุดพ้นไป เป็นต้น

### ลักษณะที่จตุกกะของสัมปชัญญะ<sup>๑๑</sup>

ธมมสภาวะปฏิเวธลกขณา	มีการรู้แจ้งซึ่งสภาวะธรรม	เป็นลักษณะ
โมหนธการวิทธีสนรสา	มีการกำจัดความมืด	เป็นกิจ
อสมโมหปจจุภูจนา	มีความไม่หลง	เป็นผล
สมาธิปทฎจนา	มีสมาธิ	เป็นเหตุใกล้

๑) ธมมสภาวะปฏิเวธลกขณา มีการรู้แจ้งสภาวะธรรมเป็นลักษณะ หมายความว่า มีลักษณะรู้แจ้งแทงตลอดธรรมะต่าง ๆ ตามความเป็นจริง เช่น รู้รูปนาม รู้พระไตรลักษณ์ รู้มรรค ผล นิพพาน และมีความรู้ถูกเป็นลักษณะคือเป็นเครื่องหมาย

๒) ธมมานิ สภาวะปฏิจณาทกโมหนธการวิทธีสนรสา มีหน้าที่กำจัดความมืดมนอนธการคือ โมหะอันปกปิดมิให้เห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง

ตถปภาสสนรสา มีหน้าที่ประกาศความจริงคือชี้บอกให้ทราบถึงความที่ชั้น ๕ นี้มีเพียงรูปนาม และรูปนามนี้จะเกิดอยู่ในภพใดภูมิใดก็ตาม ย่อมเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ในภพนั้น ในภูมินั้น ๆ เสมอไปมิได้ขาด และมีได้ยกเว้นใคร ๆ เลยแม้แต่น้อย

ปรมตถปภาสสนรสา มีหน้าที่ประกาศปรมัตถธรรมทั้ง ๔ คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน  
จตุสจจวิภาวนกิจจา คือมีหน้าที่ยังอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ให้แจ่มแจ้ง

๓) อสมโมหปจจุภูจนา มีผลปรากฏคือไม่หลง เช่น ไม่หลงว่า รูปนามนี้เป็นของเที่ยง เป็นสุข เป็นของสวยงาม เป็นตัวตนเราเขา เป็นต้น

๔) สมาธิปทฎจนา มีสมาธิเป็นเหตุใกล้ซึ่งจะทำให้ปัญญาเกิด หมายความว่า ปัญญาจะเกิดได้ต้องมีสมาธิคือความตั้งใจแน่วแน่ต่ออารมณ์นั้น ๆ<sup>๑๒</sup> เช่น เวลาดูหนังสือ ถ้าใจจดจ่ออยู่กับหนังสือนั้นไม่วอกแวกไปทางอื่น ก็จำได้ง่าย จำได้ดี การจำได้ง่าย จำได้ดีนั้นแหละเป็นเหตุให้เรื่อง

<sup>๑๑</sup> วิสุทธิ. (ไทย) ๒/๔๒๔/๙๖, พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๗๔๗.

<sup>๑๒</sup> พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๗๔๔-๗๔๖.

ปัญญา เป็นเหตุให้เกิดปัญญา แม้ในปัญญาชั้นสูง เช่น ภาวนามยปัญญา ก็ต้องอาศัยสมาธิเช่นเดียวกัน ตัวอย่าง เวลาเจริญวิปัสสนาต้องมีสติ มีสมาธิจดจ่ออยู่กับรูปนามให้เป็นไปติดต่อกันเสมอ เฟงรูปนาม นั้นไม่ให้เผลอ ยิ่งไม่เผลอมากเท่าไร ก็ยิ่งได้ผลดีและได้ผลเร็วเท่านั้น

สรุปได้ว่า สัมปชัญญะ คือความรู้ทั่วพร้อม รู้รอบคอบ รู้ตัวเสมอ รู้ที่ถูกต้องสมบูรณ์ การเจริญวิปัสสนาในอิริยาบถย่อยต่าง ตั้งแต่ การเดิน ยืน นั่ง นอน เขยียดแขน คู้แขน การตื่น การพูด การเคี้ยว การดื่ม การฉัน ในทุก ๆ อิริยาบถ อย่างมีสติสัมปชัญญะ

## ๒.๒ ไวยากรณ์ของสัมปชัญญะ

สัมปชัญญะ เป็นสภาพธรรมที่มีจริง เป็นธรรมที่เกิดขึ้นเป็นไป เป็นนามธรรม ไม่ใช่รูปธรรม เป็นอีกชื่อหนึ่งของ ปัญญา เป็นความไม่หลง เป็นความรู้ถูก เห็นถูกตามความเป็นจริง

ในหนังสือปรมัตถโชติกะ เรียกว่า ปัญญาเจตสิก มีดวงเดียวแต่ไม่มีพวก มีชื่อเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า ปัญญินทรียเจตสิก ปัญญาเจตสิก คือ ความรู้ในเหตุผลแห่งความจริงของสภาวะธรรมและทำลายความเห็นผิด หรือเป็นเจตสิกที่มีความรู้เป็นใหญ่ปกครองซึ่งสหชาตธรรมทั้งปวง<sup>๑๓</sup>

มีลักษณะทิจตุกะ ดังนี้

ธมมสภาวปฏิเวธลกขณา มีความรู้แจ้งซึ่ง สภาวะธรรม เป็นลักษณะ

โมหนธการวิทธสนรสา มีการกำจัดมืด เป็นกิจ

อสมโมหปจจุปฏฐานะา มีความไม่หลงผิด หรือไม่เห็นผิด เป็นผล

สมาธิปทฐานะา มีสมาธิ เป็นเหตุใกล้

ปัญญานี้ มีอรรถาธิบายอย่างกว้างขวาง และแจกแจงได้ หลายนัย หลายกระบวน เป็นจำนวนมากมาย แต่ในที่นี้จะ กล่าว ย่อ ๆ พอให้รู้ จึงขอแจกแจงว่า ปัญญามีเพียง ๓ นัย เท่านั้น คือ

ก. กम्मสกตาปณณา ปัญญาที่รู้ว่า กรรมเป็นสมบัติของตน

ข. วิปัสสนาปณณา ปัญญาที่รู้ขั้น ๕ รูปนาม เป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา

ค. โลกุตตรปณณา ปัญญาที่รู้แจ้งแทงตลอดในอริยสัจ ๔

ปัญญาที่รู้เห็นความที่สัตว์มีกรรมเป็นสมบัติของตน อันเรียกว่า กัมมสกตาปัญญา นี้ มี

๑๐ ประการ คือ

๑) อตถิ ทินนํ ปัญญาเห็นว่า ทานที่บุคคลให้แล้ว ย่อมมีผล

๒) อตถิ ยิฎฺฐํ ปัญญาเห็นว่า การบูชา ย่อมมีผล

<sup>๑๓</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, ปรมัตถโชติกะปริเฉทที่ ๑-๒-๖, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: ทิพย์วิสุทธิการพิมพ์, ๒๕๔๓), หน้า ๔๑-๔๒.

- ๓) อตถิ หุตํ ปัญญาธูเห็นว่ การบวงสรวงเทวดา ย่อมมีผล
- ๔) อตถิ กมมาน ผล วิปาโก ปัญญาธูเห็นว่ ผลวิบากของกรรมดีและชั่วมีอยู่ (ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่วทั้งทางตรงและทางอ้อม)
- ๕) อตถิ อโย โลกิ ปัญญาธูเห็นว่ โลกนี้มีอยู่ (ผู้จะมาเกิดนั้นมี)
- ๖) อตถิ ปโร โลกิ ปัญญาธูเห็นว่ โลกหน้ามีอยู่ (ผู้จะไปเกิดนั้นมี)
- ๗) อตถิ มาตา ปัญญาธูเห็นว่ มารดา มีอยู่ (การทำดี ทำชั่วต่อมารดา ย่อมจะได้รับผล)
- ๘) อตถิ ปิตา ปัญญาธูเห็นว่ บิดามีอยู่ (การทำดี ทำชั่วต่อบิดา ย่อมจะได้รับผล)
- ๙) อตถิ สตตโอบปาติกา ปัญญาธูเห็นว่ โอบปาติก สัตว์นั้นมีอยู่ (สัตว์นรก เปรต อสุรกาย เทวดา และพรหมนั้นมี)
- ๑๐) อตถิ โลเก สมณพรมณา สมมาปฏิปนนา ปัญญา ธูเห็นว่ สมณพราหมณ์ ผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ ประกอบด้วยความรู้ยิ่ง เห็นจริงประจักษ์ซึ่งโลกนี้ และโลกหน้าด้วยตนเอง แล้วประกาศให้ผู้อื่นรู้ว่ามีอยู่ใน โลกนี้<sup>๑๔</sup>

สรุปว่า ความสำคัญของสัมปชัญญะ ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ในชีวิตประจำวัน คือ ปัญญา ความรอบรู้ ความรู้ชัด รู้จริงที่นำมาแก้ปัญหาเฉพาะหน้าขณะนั้นได้ เพราะสัมปชัญญะ คือ ความรู้เท่าทัน ความรู้เท่าถึงการณ์เห็นเหตุแล้วคาดว่าผลลัพธ์อะไรจะตามมา คือ การมองภาพกว้าง มองหน้าและมองหลัง รู้เท่าทันกับสิ่งที่มากระทบ กล่าวได้ว่าสัมปชัญญะคอยเป็นเกราะ

### ๒.๓ ประเภทสัมปชัญญะ

ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทแบ่งสัมปชัญญะออกเป็น ๔ ประเภท ด้วยกัน คือ สาทถกสัมปชัญญะ สัปายะสัมปชัญญะ โคจรสัมปชัญญะ อสมโหมสัมปชัญญะ ดังต่อไปนี้ คือสัมปชัญญะ มี ๔ อย่าง<sup>๑๕</sup> คือ

- ๑) สาทถกสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า มีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์
- ๒) สัปายะสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า เป็นสัปายะหรือไม่เป็นสัปายะ
- ๓) โคจรสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า อารมณ์นั้นถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง

<sup>๑๔</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, *ปรมัตถโชติกะปริจเฉทที่ ๑-๒-๖*, หน้า ๔๒-๔๓.

<sup>๑๕</sup> ที.สี.อ. (ไทย) ๑/๒๒๘.

๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า รู้สึกตัวชัดว่าไม่หลงลืม ในขณะที่ทำกิจนั้น ๆ

### ๒.๓.๑ สาทถกสัมปชัญญะ

สาทถกสัมปชัญญะคือ สัมปชัญญะที่กำหนด พิจารณาก่อนที่จะทำหรือปฏิบัติหน้าที่การทำงานทุกอิริยาบถในอนาคต เช่น การกำหนดก่อนที่จะพูดสิ่งใด ๆ ในสถานที่ที่เหมาะสมกับเวลา สถานที่ บุคคลดัง เช่น พระพุทธเจ้าทรงตรัสกับ อภยราชกุมารสูตร ว่า วาจาที่ไม่จริง ไม่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของคนอื่น ตถาคตไม่กล่าววาจານี้<sup>๑๖</sup>

วาจาที่จริง ที่แท้ แต่ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของคนอื่น ตถาคตไม่กล่าววาจານี้

วาจาที่จริง ที่แท้ และประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ชอบใจของคนอื่น ในข้อนี้ ตถาคตรู้กาลที่จะกล่าววาจານี้

วาจาที่ไม่จริง ไม่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นเป็นที่รักเป็นที่ชอบใจของคนอื่น ตถาคตไม่กล่าววาจານี้

วาจาที่จริง ที่แท้ ไม่ประกอบด้วยประโยชน์ แต่วาจานั้นเป็นที่รักเป็นที่ชอบใจของคนอื่น ตถาคตไม่กล่าววาจານี้<sup>๑๗</sup>

เพราะฉะนั้น ตถาคตย่อมรู้วาจาที่จริง ที่แท้และประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของผู้อื่น ในข้อนี้ ตถาคตย่อมรู้กาลที่จะพยากรณ์วาจานั้น ข้อนี้

เพราะตถาคตมีความเอ็นดูในสัตว์ทั้งหลายดังนี้เป็นต้น เหล่านี้คือ สาทถกสัมปชัญญะ<sup>๑๘</sup> การกำหนดก่อนที่จะพูดหรือกระทำในสิ่งใดให้เหมาะสมกับเวลาและสถานที่ ดังที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสวาจานั้นในกาลเวลาและสถานที่ให้มีความเหมาะสมว่า วาจาที่จริง ที่แท้ ที่ประกอบด้วยประโยชน์ และวาจานั้นเป็นที่รัก เป็นที่ชอบใจของคนอื่น พร้อมกับในเวลาที่เหมาะสมด้วย พระองค์จึงกล่าววาจานั้น

<sup>๑๖</sup> จำรุธุณ ธรรมดา, พระไตรปิฎกนิสสยะ (ฉบับพิเศษ) มหาสติปัฏฐานสูตร, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า [๒๔].

<sup>๑๗</sup> ดูรายละเอียดใน ม.ม. (ไทย) ๑๓/๘๖/๘๘.

<sup>๑๘</sup> มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เล่ม ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙), หน้า [๑๐๕].

สาดอกสัมปชัญญะ แปลว่า กำหนดรู้ประโยชน์และมีใช้ประโยชน์ หมายความว่า จะยืน เดิน นั่ง นอน หรือไปที่ไหน ๆ ก็ตาม หรือจะทำ จะพูด จะคิดก็ตาม ต้องมีสติพิจารณาให้รอบคอบ เสียก่อนว่า จะมีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์ ถ้าเห็นว่ามีประโยชน์จึงไป จึงทำ จึงพูด จึงคิด เช่น เมื่อ จิตคิดจะไป อย่าไปตามอำนาจจิต อย่าไปตามอำเภอใจคิดถึงสิ่งที่เป็นประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์ คิดถึงผลได้ผลเสีย คิดถึงความเสื่อมความเจริญโดยรอบคอบเสียก่อน คำว่า ประโยชน์ ในที่นี้ พระ อรรถกถาจารย์ แสดงตัวอย่างไว้ ปรากฏอยู่ในอัฐสาสนี อรรถกถา หน้า ๔๕๑ ว่า “อตฺถิติ เจตียทสฺสน โปธิทสฺสน สขทสฺสน เถรทสฺสน อสุภทสฺสนา ทิวเสณ ธมฺมโต วุฑฺฒิ”<sup>๑๙</sup> ประโยชน์ ในที่นี้ ได้แก่ ความ เจริญโดยธรรม จำแนกไว้เป็น ๕ ประการ คือ<sup>๒๐</sup>

- ๑) เจตียทสสนํ การเห็นพระเจดีย์ เช่น ไปไหว้พระเจดีย์
- ๒) โปธิทสสนํ การเห็นต้นพระศรีมหาโพธิ์ เช่น ไปไหว้พระศรีมหาโพธิ์ที่พระพุทเจ้าได้ อาศัยตรัสรู้
- ๓) สขทสสนํ การเห็นพระสงฆ์
- ๔) เถรทสสนํ การเห็นพระเถระ การเห็นเจดีย์ เห็นต้นโพธิ์ การเห็นพระสงฆ์แล้วทำปิติให้ เกิดเป็นอารมณ์ คือการระลึกถึงพระพุทเจ้า พระธรรม หรือพระสงฆ์ เป็นอารมณ์เข้าถึงรูปฌาน<sup>๒๑</sup> อรูปฌานเหล่านี้
- ๕) อสุภทสสนํ การเห็นอสุภะคือซากศพ การเห็นอสุภซึ่งโดยปกติแล้วบุคคลทั่วไปจะเห็นว่าว่าเป็นของน่ารังเกียจ ไม่มีคุณค่า เป็นสิ่งที่ไม่ต้องการของชาวบ้าน แต่หากผู้ที่กำลังเจริญสติปัฏฐาน<sup>๒๒</sup> ได้เห็นอสุภแล้ว ใช้อสุภเป็นอารมณ์ของกัมมัฏฐานนั้น ๆ โดยการพิจารณาถึงความสิ้นไปเสื่อมไป ของขันธ์ ๕ ทั้งหลายเหล่านี้บรรลุเข้าถึงความเป็นพระอริยบุคคล<sup>๒๓</sup>

การกำหนดประโยชน์ให้รอบคอบอย่างนี้เสียก่อนแล้วจึงไป จึงทำ จึงพูด จึงคิด ไม่ไปตามอำนาจของกิเลส ไม่ไปตามอำนาจของจิตฝ่ายต่ำ ไปตามอำนาจแห่งพระธรรม ชื่อว่า สาดอกสัมปชัญญะ

<sup>๑๙</sup> อภิ.วิ.อ. (ไทย) ๕๒๓/๓๗๒.

<sup>๒๐</sup> ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๐๙/๓๘๕-๓๘๖.

<sup>๒๑</sup> ดูรายละเอียดใน วิ.มหา. (ไทย) ๑/๑๑/๕-๖, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๒/๗๐-๗๑.

<sup>๒๒</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๓/๓๐๑-๓๓๘.

<sup>๒๓</sup> ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๐๙/๓๘๔-๓๘๕.

ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทกล่าวไว้ว่า พระพุทธเจ้าทรงยกย่องพระนันทะเป็นบุคคลตัวอย่างที่ใช้หลักของ สาทถกสัมปชัญญะ<sup>๒๔</sup> คือ พระนันทะเมื่อจะมองดูทิศเบื้องหน้า พระนันทะก็จะพิจารณาธรรมทั้งปวงแล้วแลดูทิศข้างหน้า เพราะว่าเมื่อแลดูทิศข้างหน้าอยู่อย่างนี้ ธรรมทั้งหลายอันเป็นอกุศลอันลามก คือ อภิชฌาและโทมนัส จักไม่ไหลไปตาม ด้วยอาการอย่างนี้จึงได้ชื่อว่า เป็นผู้มีความรู้สึกตัวทั่วพร้อมในธรรมอันเป็นไปกับด้วยประโยชน์

ดังนั้น สาทถกสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดในสิ่งที่มีประโยชน์ หรือเมื่อจิตคิดจะไปเกิดขึ้น แต่ยังไม่ทันไปตามที่คิด บุคคลนั้นใคร่ครวญถึงประโยชน์หรือมิใช่ประโยชน์ว่า การไปที่นั่นจะมีประโยชน์แก่ตนเองหรือไม่ แล้วใคร่ครวญประโยชน์นั้นว่าเป็นประโยชน์กับตนเองแล้วจึงได้ปฏิบัติลงไป ในขณะที่นั้น ชื่อว่า สาทถกสัมปชัญญะ เหมือนกับบุคคลที่กำลังปฏิบัติวิปัสสนาพบเห็นสิ่งต่าง ๆ นั้นแล้วทำนิมิตในสิ่ง ๆ นั้น หรือใช้สิ่งที่ประสบพบเห็นเหล่านั้น ให้เหมาะสมกับตนเองในขณะที่กำลังเจริญสติปัฏฐาน เพื่อให้บรรลุจุดหมายของพระพุทธศาสนาอันมีนิพพานเป็นธรรมสูงสุด จึงพิจารณาก่อนอย่างรอบครอบที่จะกระทำหรือปฏิบัติหน้าที่ทุกอิริยาบถทั้ง ๔ ว่ามีประโยชน์สูงสุดในขณะนั้นดังนี้ เป็นต้น

### ๒.๓.๒ สัปายะสัมปชัญญะ

สัมปชัญญะที่อาการจิตที่ไม่มีทุกขเวทนา มาก เรียกว่ามีสุขภาพแข็งแรงทำงานได้ตามปกติดี แต่ถ้าคนมีทุกข์มากย่อมขาดสติได้ ผู้ที่ทุกข์น้อยก็อาจคุมสติได้ดีกว่า คือ ความรู้ชัดสิ่งที่เหมาะสมหมายความว่าแม้สิ่งที่จะทำนั้นได้ประโยชน์ นักปฏิบัติก็ควรพิจารณาว่าเหมาะสมหรือไม่ ถ้าเหมาะสมก็ควรทำ ถ้าไม่เหมาะสมก็ไม่ควรทำ เช่น การกระทำนั้นเหมาะกับตน เกื้อกูลต่อสุขภาพ แก่จิต เอื้อต่อการสละละลด แห่งอกุศลธรรม หรือการเดินทางไปเที่ยวพระเจดีย์เป็นสิ่งมีประโยชน์แต่หากไปในเวลา มีงานสมโภชที่มีคนมากมาย ย่อมไม่เหมาะสม สำหรับในการแสดงธรรมซึ่งเป็นสิ่งดีมีประโยชน์ แต่หากแสดงธรรมในสถานที่ประชุมกันด้วยธุระทางโลก หรือในเวลาที่มีธุระวุ่นวาย ย่อมไม่เหมาะสม นอกจากนี้ การแสดงธรรมแก่บุคคลต่างเพศในที่ลับหูลับตาก็ไม่เหมาะสมเช่นเดียวกันสัมปชัญญะทั้งสองอย่างมีประโยชน์ทั้งทางโลกและทางธรรม<sup>๒๕</sup>

สัปายะสัมปชัญญะ แปลว่า กำหนดรู้อารมณ์เป็นที่สบายและไม่เป็นที่สบาย มี ๘ ประการ

- ๑) อวาสาสัปายะ ที่อยู่ที่อาศัยเป็นที่สบาย
- ๒) โคจรสัปายะ โคจรคือ ที่เที่ยวรักษาเป็นที่สบาย หรืออารมณ์เป็นที่สบาย

<sup>๒๔</sup> จำรูญ ธรรมดา, พระไตรปิฎกนิสสยะ (ฉบับพิเศษ) มหาสติปัฏฐานสูตร, หน้า [๒๔].

<sup>๒๕</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๑๓.



- ๓) บุคคลสัปปายะ บุคคลเป็นที่สบาย  
 ๔) โภชนสัปปายะ โภชนะคืออาหารเป็นที่สบาย  
 ๕) อุตุสัปปายะ ฤดูเป็นที่สบาย คือ มีอากาศดีไม่เย็นไม่ร้อนจัดพอดี  
 ๖) ภัตสัปปายะ ถ้อยคำเป็นที่สบาย  
 ๗) อิริยาปถสัปปายะ อิริยาปถเป็นที่สบาย  
 ๘) ธรรมสัปปายะ ธรรมเป็นที่สบายคือ ถูกอภัยอาศัย

รู้อารมณ์ เป็นที่สบายและไม่สบายนั้น มี ๒ อย่างคือ อารมณ์ภายนอก ๑ อารมณ์ภายใน ๑

อารมณ์ภายนอก ได้แก่ อิฏฐารมณ์คือ อารมณ์ที่น่ารักใคร่ น่าชอบใจ น่าปรารถนา น่า  
 อวยงได้ มีรูป เสียง กลิ่น รส เป็นต้น และอนิฏฐารมณ์ คือ อารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา ไม่น่ารักใคร่ ไม่  
 น่าชอบใจ มีรูปที่ไม่ดี เสียงที่ไม่เพราะ กลิ่นที่เหม็น

ส่วนอารมณ์ภายใน ได้แก่ อารมณ์ คือ พระกรรมฐานมีอยู่ ๒ อย่าง คือ อารมณ์ของสม  
 ถกกรรมฐาน ๑ และอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน ๑

อารมณ์ของสมถกกรรมฐาน มีอยู่ ๔๐ อย่าง มีกสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐

อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน มีอยู่ ๖ อย่าง ได้แก่ วิปัสสนาภูมิ ๖ คือ ชันธ ธาตุ  
 อายตนะ อินทรีย์ อริยสัจ ปฏิจจสมุปบาท

บุคคลผู้พิจารณาใคร่ครวญ ในประโยชน์และความเหมาะสมย่อมประสบความสำเร็จใน  
 หน้าที่การงานแม้บุคคลผู้เจริญสมถะให้เกิดขึ้นได้ง่ายโดยอาศัยสัมปชัญญะเหล่านี้ อย่างไรก็ตาม  
 สัมปชัญญะเหล่านี้ ไม่ใช่สมถะ<sup>๒๖</sup> และไม่ใช่วิปัสสนา<sup>๒๗</sup> เป็นเพียงเครื่องช่วยอุปลัมภให้สมถะและ  
 วิปัสสนาก้าวหน้าเร็วเพราะผู้ที่หลีกเลี่ยงจากสิ่งไร้ประโยชน์และไม่เหมาะสมย่อมจะประสบ  
 ความก้าวหน้าอย่างรวดเร็ว<sup>๒๘</sup>

สัปปายะสัมปชัญญะ สำหรับในการปฏิบัติกัมมัญฐานโดยมีตัวอย่างดังนี้ คือ พระภิกษุกับ  
 สามเณรร่วมกันออกเดินทางไปด้วยกันยั้งที่แห่งหนึ่งขณะอยู่ในป่า สามเณรเห็น อสุภะจึงเพ่งดูอสุภะ  
 อยู่ ในขณะที่เข้าถึงปฐมฌาน พระภิกษุเรียกสามเณร เพื่อต้องการไม้ชำระฟัน ครั้นเมื่อสามเณร หยิบ  
 สิ่งของตามที่พระภิกษุต้องการแล้ว จึงกล่าวขึ้นท่านอาจารย์ ขอท่านเดินไปตามทางนี้ก่อนเถิด ผมจะ  
 ขอทำธุระสักครู่แล้วจะเดินตามไปทีหลัง ดังนั้นแล้ว สามเณรจึงเดินกลับไปยังที่ตนเพ่งอสุภะนั้นอีกครั้ง  
 เริ่มทำกัมมัญฐานใหม่ทำปฐมฌานให้เกิดขึ้น แล้วใช้ปฐมฌานให้เป็นบาทแห่งวิปัสสนา พิจารณาอยู่ซึ่ง

<sup>๒๖</sup> ดูรายละเอียดใน วิ.ม.หา. (ไทย) ๑/๑๑/๕-๖, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๘๒/๗๐.

<sup>๒๗</sup> ดูรายละเอียดใน อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๓๖๓/๓๔๐.

<sup>๒๘</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๑๓.

สังขารทั้งหลายเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่สามารถไปบังคับบัญชาตามที่ตนเองต้องการได้ กำหนดการพิจารณาของกัมมัญฐานนั้นอยู่อย่างนั้นบรรลุเข้าถึงมรรคเบื้องต้นเป็นพระอรหันต์ในขณะนั้นเอง แต่อสุภะของบุรุษย่อมเป็นสปปายะแก่บุรุษ อสุภะของมาตุคามย่อมเป็นสปปายะแก่มาตุคา หากบุรุษไปเพ่งอสุภะของมาตุคาม หรือมาตุคามไปเพ่งอสุภะของบุรุษ ลักษณะแบบนี้ท่านกล่าวว่า เป็นอสปปายะแก่บุรุษและมาตุคาม ดังนั้นบุรุษจึงควรเพ่งอสุภะบุรุษ มาตุคามจึงควรเพ่งอสุภะมาตุคาม จึงได้ชื่อว่า สปปายสัมปชัญญะ ดังนี้เป็นต้น

### ๒.๓.๓ โคจรสัมปชัญญะ

โคจรสัมปชัญญะ คือความรู้ชัดอารมณ์กัมมัญฐาน หมายถึงการกำหนดรู้สมถารมณของ ผู้เจริญสมณะภาวา หรือการกำหนดรู้วิปัสสนารมณ<sup>๒๙</sup> คือ อุปาทานชั้น ๕ ของผู้เจริญวิปัสสนาภาวา การกำหนดรู้ดังกล่าว คือการเจริญสติระลึกรู้อย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ อนึ่งตามหมวดสัมปชัญญะเป็นการกำหนดก้าว และถอยโดยรับรู้สภาวะยก ย่างเหยียบ ในขณะเดิน เป็นต้น ความจริงแล้วอารมณ์ของสติปัญญา ๔<sup>๓๐</sup> คือ กอรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรมจัดเป็นอารมณ์ปัจจุบันของนักปฏิบัติผู้เจริญสติปัญญา ดังนั้น สติที่กำหนดรู้อารมณ์ ๔ เหล่านี้จึงชื่อว่า โคจรสัมปชัญญะ<sup>๓๑</sup>

โคจรสัมปชัญญะ แปลว่า กำหนดรู้โคจร ซึ่งมีอยู่ ๒ อย่าง คือ กมมัญฐานโคจรโคจรคือ พระกรรมฐาน ได้แก่สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน และ ภิกขจารโคจร โคจร คือ ที่เกี่ยวภิกขจาร

โคจรสัมปชัญญะ แบ่งออกเป็น ๔ คือ<sup>๓๒</sup>

๑. อิธกัจโจ ภิกขุ หรติ น ปจจาหริติ ภิกขุบางรูปในพระศาสนาี้ เวลาไปที่ไหน ๆ ก็ตามมีกรรมฐานไปด้วย แต่เวลากลับไม่มีกรรมฐานมาด้วย

๒. เอกกัจโจ ปจจาหริติ น หรติ ภิกขุบางรูป เวลากลับมีกรรมฐานมาด้วยแต่เวลาไปไม่มี

๓. เอกกัจโจ ปน เนว หรติ น ปจจาหริติ ภิกขุบางรูป เวลาไปก็ไม่มีกรรมฐานด้วย เวลากลับก็ไม่มีกรรมฐานมาด้วย

๔. เอกกัจโจ หรติ จ ปจจาหริติ จ ภิกขุบางรูปเวลาไปก็มีกรรมฐานไปด้วย เวลากลับก็มีกรรมฐานมาด้วย

<sup>๒๙</sup> ติวรายละเอียดใน อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

<sup>๓๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒-๔๐๓/๓๐๑-๓๓๘, ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕-๑๓๖/๑๐๑-๑๒๘.

<sup>๓๑</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร: หจ.ก. ประยูรสาส์นไทย, ๒๕๕๒), หน้า ๒๔๑-๒๔๙.

<sup>๓๒</sup> ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๐๙/๓๘๖-๓๙๒.

พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้เหล่าภิกษุเจริญโคจรสัมปชัญญะไว้ในสติปัฏฐานสังยุต พวกเธอจึงเที่ยวไปในโคจรอันเป็นมรดกแห่งบิดาของตน เมื่อพวกเขาเที่ยวไปในโคจรอันเป็นมรดกแห่งบิดาของตน มารจักไม่ได้ช่อง ไม่ได้โอกาส โคจรอันเป็นมรดกแห่งบิดาของตน คือ สติปัฏฐาน ๔ อன்றังโคจรสัมปชัญญะป็นเหตุเพราะมีสติเป็นประธาน ปัญญาคล้อยตามสติ ส่วนอสมโมหสัมปชัญญะเป็นผล เพราะมีปัญญาเป็นประธาน สติคล้อยตามปัญญา นักปฏิบัติจึงควรเจริญโคจรสัมปชัญญะอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ เมื่อโคจรสัมปชัญญะแก่กล้ามีกำลังแล้ว อสมโมหสัมปชัญญะก็จะเกิดขึ้น แล้วพัฒนาเรื่อยไปตามลำดับ

ดังนั้นโคจรสัมปชัญญะ นี้เป็นสิ่งสำคัญที่สุดในสัมปชัญญะทั้ง ๔ เพราะเป็นแนวทางปฏิบัติที่สอดคล้องตามมหาสติปัฏฐานสูตร คือ การที่จะกำหนดรู้ในปัจจุบัน ในการกระทำการงาน หรือความรู้สึกนึกคิดต่าง ๆ ว่ากำลังทำอะไรอยู่ ร่างกายเคลื่อนไหวอย่างไรในขณะปัจจุบัน ดังนี้เป็นต้น

### ๒.๓.๔ อสมโมหสัมปชัญญะ

อสมโมหสัมปชัญญะ คือความรู้ชัดโดยไม่หลงผิด โดยหยั่งเห็นสภาวะลักษณะและสามัญญลักษณะของรูปนาม จึงเข้าใจว่ามีเพียงรูปนามปรากฏในปัจจุบันขณะไม่มีตัวเราของเราไม่มีบุรุษหรือสตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข<sup>๓๓</sup> ไม่ใช่ตัวตนกล่าวคือ นักปฏิบัติย่อมรู้เห็นว่าสภาวะก้าว และถอยเป็นต้น เกิดจากจิตที่ต้องการทำอากัปกริยานั้น เมื่อจิตเกิดขึ้นแล้วดับไปจึงเกิดสภาวะก้าว และถอย โดยเป็นผลของจิตที่ประกอบด้วยเจตนาและฉันทะ แม้สภาวะยก ย่างเหยียบ ในขณะที่ก้าว และถอยก็เกิดขึ้นแล้วดับไปในแต่ละระยะ เมื่อระยะหนึ่งสิ้นสุดแล้วจึงเกิดระยะอื่นขึ้น ไม่มีบุคคลผู้ก้าว และไม่มี การก้าวของบุคคลใด การเดิน ยืน นั่ง นอน เป็นเพียงอาการของธาตุทั้ง ๔ ที่ปรากฏในแต่ละขณะ<sup>๓๔</sup> ในรูปนามที่เกิดดับอย่างรวดเร็ว นั้น บุคคลหนึ่งผู้ก้าวอยู่เป็นใครเล่า หรือการก้าวย่อมมีแก่ใครเล่า เพราะมีเพียงการเดิน ยืน นั่ง และนอนของธาตุโดยปรมาตถ์ภิกษุย่อมรู้ชัดรูปที่ยก ย่างเหยียบอยู่ในระยะนั้น ๆ จะรู้ชัดว่าจิตดวงอื่นย่อมดับไปคือจิตที่ต้องการจะยก และจิตที่ตามรู้กริยายกเกิดขึ้นแล้วดับไป จึงเกิดจิตที่ต้องการจะย่าง และจิตที่ตามรู้กริยาย่าง เป็นต้น จิตย่อมดำเนินไปเหมือนกระแสน้ำที่ไหลไปไม่ขาดช่วง<sup>๓๕</sup> ที่กำหนดรู้อยู่ตลอดเวลา ว่าสิ่งที่ได้ปฏิบัติผ่านมานั้นถูกต้องไม่ผิดจากคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เช่นรู้ตัวว่าเราเป็นภิกษุพึงรักษาวินัย อย่างนี้ชื่อว่า อสมโมหสัมปชัญญะ

<sup>๓๓</sup> สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ), อริยวังสปฏิบัติทา ปฏิบัติอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๑๑๓-๑๑๔.

<sup>๓๔</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสุพระนิพนพาน, หน้า๑๑๘.

<sup>๓๕</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม.อ. (บาลี) ๑/๑๖๑/๖๘.

อัสมีหมอสัมปชัญญะ หมายความว่า มีความรู้อยู่ทุกขณะไม่หลงลืม ถ้าว่าโดยปรมาตม์คือ มีความรู้มีสติอยู่ทุกขณะไม่หลง หมายความว่า การเหลียวซ้ายแลขวาหรือเหลียวไปตามทิศทั้ง ๔ ทิศทั้ง ๘ ก็มีแต่รูปนามเท่านั้น เกิดขึ้นเพียงครั้งเดียวก็แตกดับไปเป็นธรรมดา การรู้อย่างนี้ การเข้าใจอย่างนี้ เรียกว่า อัสมีหมอสัมปชัญญะ มีอยู่ ๒๒ อย่าง<sup>๓๖</sup> คือ

- (๑) อภิกกนเต เวลาร่างกายเอนไปข้างหน้า มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า เอนหนอ ๑
- (๒) ปฏิกกนเต เวลาร่างกายเอนมาข้างหลัง มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า กลับหนอ ๑
- (๓) อาโลกิตเต เวลาแลดูตรง ๆ ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า แลดูหนอ ๑
- (๔) วิโลกิตเต เวลาแลดูตามทิศต่าง ๆ ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า แลดูหนอ ๑
- (๕) สมมิลชิตเต เวลาคู้แขน คู้ขาเข้ามา ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า คู้หนอ ๑
- (๖) ปสริตเต เวลาเหยียดแขน เหยียดขาออกไป ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า เหยียดหนอ ๑
- (๗) สงฆาฏีธารณ เวลาลาดสังฆาฏี ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า ลาดหนอ ๑
- (๘) ปตตธารณ เวลาอุ้มบาตร ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า อุ้มหนอ ๑
- (๙) จีวรธารณ เวลาห่มจีวร ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า ห่มหนอ ๑
- (๑๐) อสิตเต เวลาบริโภคอาหาร ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า บริโภคหนอ ๑
- (๑๑) ปีเต เวลาดื่ม เช่นดื่มข้าวยาคุ ดื่มน้ำ เป็นต้น ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า ดื่มหนอ ๑
- (๑๒) ขายิตเต เวลาเคี้ยว ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า เคี้ยวหนอ ๑
- (๑๓) สายิตเต เวลาลิ้มเลีย ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า ลิ้มเลียหนอ ๑
- (๑๔) อุจจารกมเม เวลาถ่ายอุจจาระ ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า ถ่ายหนอ ๑
- (๑๕) ปัสสาวกมเม เวลาถ่ายปัสสาวะ ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า ถ่ายหนอ ๑
- (๑๖) คเต เวลาเดินไป ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า เดินหนอ ๑ หรือ ขว้างหนอ ซ้าย  
อย่างหนอ
- (๑๗) จิตเต เวลายืน ก็มีสติรู้ ภาวนาว่า ยืนหนอ ๑
- (๑๘) นิสินเน เวลานั่ง ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า นั่งหนอ ๑
- (๑๙) สุตเต เวลานอน ก็ให้กำหนดรู้อาการพอง ยุบ ภาวนาว่า พองหนอ ยุบหนอ  
จนกว่าจะหลับ และให้สังเกตให้ดี ๆ ว่าจะหลับไปตอนพองหรือตอนยุบ
- (๒๐) ชาคริตเต เวลาตื่น ก็ให้มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า ตื่นหนอ ๑
- (๒๑) ภาสิตเต เวลาพูด ก็ให้มีสติกำหนดรู้อยู่ที่ความเคลื่อนไหวของขากรรไกรข้างล่าง
- (๒๒) ตุณหีภาเว เวลานั่งอยู่เฉย ๆ ก็มีสติกำหนดรู้ ภาวนาว่า นั่งหนอ ๑

<sup>๓๖</sup> ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑๐๙/๓๙๒-๓๙๔.

ความรู้สึกตัวพร้อมในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิบาตรและจีวร การฉัน การตี้ม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การนิ่ง การพูด ซึ่งประกอบด้วยการมีสติและสัมปชัญญะคู่กัน เพื่อให้เกิดประโยชน์อย่างสมบูรณ์ทั้ง ๔ ลักษณะ คือ สาทถกสัมปชัญญะ สัปปายะสัมปชัญญะ โคจรสัมปชัญญะ อสัมโมหสัมปชัญญะ<sup>๓๗</sup>

สรุป ประเภทของสัมปชัญญะ มี ๔ ประการ คือ (๑) สาทถกสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดว่าเป็นประโยชน์และมีใช้ประโยชน์ (๒) สัปปายสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดการกำหนดรู้อารมณ์เป็นที่สบายและไม่สบาย (๓) โคจรสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดว่าเป็นโคจร (๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ คือ ความรู้ชัดโดยไม่หลงลืม

## ๒.๔ ความสัมพันธ์ระหว่างสติกับสัมปชัญญะ

สติ จึงหมายถึง ความตามระลึก ความหวนระลึก สติ กิริยาที่ระลึก ความทรงจำ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม สติ สตินทรีย์ สติพละ สัมมาสติ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า สติที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น<sup>๓๘</sup>

สัมปชัญญะหรือปัญญา นับว่ามีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการกระทำทั้งหลายทั้งปวง ที่เกิดขึ้น ทางกาย ทางวาจา หรือทางใจก็ตาม ถ้าไม่มีปัญญาเป็นเครื่องสอดส่อง ควบคุม พิจารณา หาเหตุผลในการกระทำนั้น ๆ ย่อมก่อให้เกิดความประมาท พลาดพลั้ง เผลอเผลอ ทำให้เกิด กายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต และอกุศลกรรมทั้งหลาย ย่อมเกิดขึ้น ก่อให้เกิดความเสียหายนานาประการ ถ้ามีสัมปชัญญะหรือปัญญาคอยเป็นเครื่องพิจารณา ควบคุม ดูแล สอดส่อง ต่อการกระทำที่เกิดทางกาย วาจา หรือใจก็ตาม ความดีงามทั้งหลายก็จะเกิดขึ้น

สรุปได้ว่า สติและสัมปชัญญะ มีความสำคัญอย่างมากต่อการระลึกรู้ ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งใน ขณะคิด ขณะพูด และในขณะที่กระทำสิ่งใด ๆ ด้วยความระลึกรู้ในขณะนั้นว่า สิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ โดยมีให้ความคิด และการกระทำนั้น ๆ ตกอยู่ภายใต้ความประมาท มัวเมา และมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการปฏิบัติวิปัสสนา จำเป็นต้องมีสติและสัมปชัญญะคอยควบคุมอยู่ทุกขณะจิต ในขณะปัจจุบันอารมณ์

<sup>๓๗</sup> พระอุทิศ จารุณโม (ชินชม), “ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า บทคัดย่อ.

<sup>๓๘</sup> อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๒/๓๖.

## ๒.๕ สัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

### ๒.๕.๑ สัมปชัญญะในคัมภีร์พระไตรปิฎก

หลักธรรมสัมปชัญญะ มีปรากฏข้อความในพระสูตรอื่น ๆ นอกเหนือจากสติปัฏฐานสูตร ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ทรงแสดงไว้ ที่เกี่ยวข้องกับหลักปฏิบัติในสัมปชัญญะ ดังจะยกมาแสดง เพื่อให้เห็นว่าสัมปชัญญะและสติปัฏฐานมีความสำคัญในการปฏิบัติเพื่อบรรลุผลสูงสุดในพระพุทธศาสนา

(๑) สามัญญผลสูตร<sup>๓๙</sup> เป็นพระสูตรที่ว่าด้วยผลแห่งความเป็นสมณะ พระสูตรนี้พระผู้มีพระภาคตรัสแก่พระเจ้าอชาตศัตรู ขณะที่พระองค์ประทับอยู่ ณ สวนมะม่วงของหมอชีวก ก่อนหน้าที่พระเจ้าอชาตศัตรูจะตรัสถามปัญหาเกี่ยวกับพระผู้มีพระภาค พระเจ้าอชาตศัตรูได้ตรัสถามปัญหาในสามัญญผลต่อครูทั้ง ๖ แต่ไม่ได้รับคำตอบ พระผู้มีพระภาคทรงตรัสแสดงอธิบายพิสูจน์ให้พระเจ้าอชาตศัตรูทรงเห็นชัดว่าการบวชได้ผลประจักษ์ คือเมื่อบวชแล้วสำรวมในพระปาฏิโมกข์ สำรวมอินทรีย์ และตรัสแสดงถึงสติสัมปชัญญะไว้ว่า

มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าประกอบด้วยสติสัมปชัญญะเป็นอย่างไร ภิกษุในธรรมวินัยนี้ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหยียดดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาภิบาตรและจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การพูด การนิ่ง มหาบพิตร ภิกษุชื่อว่าประกอบด้วยสติสัมปชัญญะเป็นอย่างนี้<sup>๔๐</sup>

จากนั้นพระองค์ยังได้ตรัสแสดงถึงความสันโดษ การละนิเวศน์ ๕ การบรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน แสดงวิชา ๘ ประการ เมื่อพระผู้มีพระภาคตรัสแสดงธรรมจบลง พระเจ้าอชาตศัตรูทรงเลื่อมใส ประกาศพระองค์เป็นอุบาสกผู้ถึงพระรัตนตรัยเป็นสรณะตั้งแต่วันนั้นเป็นต้นไป จนตลอดชีวิต

(๒) สติสูตร<sup>๔๑</sup> ในอัมพปาลีวรรค พระผู้มีพระภาคตรัสแสดงให้พวกภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะ โดยตรัสแสดงในหลักของสติปัฏฐาน คือให้พิจารณาเห็นภายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิต พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ และตรัสแสดงถึงสัมปชัญญะไว้ว่า

<sup>๓๙</sup> ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๑๕๐๘-๒๕๓/๔๘-๘๖.

<sup>๔๐</sup> ดูรายละเอียดใน ที.สี. (ไทย) ๙/๒๑๔/๗๓.

<sup>๔๑</sup> ดูรายละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๘/๒๑๑.

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิบาตรและจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การพูด การนิ่ง พึงเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะอยู่เถิด นี่เป็นคำสอนของเราสำหรับพวกเธอ<sup>๔๒</sup>

(๓) สติสูตร<sup>๔๓</sup> ในอนนุสสุตวรรค พระผู้มีพระภาคตรัสแสดงให้พวกภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะ โดยตรัสแสดงในหลักของสติปัฏฐาน คือให้พิจารณาเห็นภายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิต พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ และตรัสแสดงถึงสัมปชัญญะไว้ว่า

“ภิกษุในธรรมวินัยนี้ มีเวทนาปรากฏเกิดขึ้น ปรากฏเข้าไปตั้งอยู่ ปรากฏถึงความดับไป มีวิตกปรากฏเกิดขึ้น ปรากฏเข้าไปตั้งอยู่ ปรากฏถึงความดับไป มีสัญญาปรากฏเกิดขึ้น ปรากฏเข้าไปตั้งอยู่ ปรากฏถึงความดับไป ภิกษุพึงเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะอยู่เถิด นี่เป็นคำสอนของเราสำหรับพวกเธอ”<sup>๔๔</sup>

(๔) มหาปรินิพพานสูตร<sup>๔๕</sup> เป็นพระสูตรที่ว่าด้วยการดับขั้นของพระผู้มีพระภาคซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่สำคัญที่สุดสำหรับพุทธศาสนิกชน เป็นพระสูตรที่ประมวลลำดับเหตุการณ์และพระธรรมเทศนาในขบวนเสด็จจาริกแสดงธรรมครั้งสุดท้ายของพระผู้มีพระภาค เนื้อหาของพระสูตรแบ่งออกเป็น ๖ ภาณวาร และแบ่งย่อยออกเป็น ๔๔ ตอน ในตอนที่ ๘-๑๐ พระผู้มีพระภาคทรงเสด็จจาริกถึงแคว้นวัชชี ประทับ ณ ตำหนักอิฐที่ชาวบ้านญาติคามสร้างถวายทรงตอบคำถามของท่านพระอานนท์เรื่องคติและอภิสัมปรายภพ หลังจากตรัสตอบคำถามของท่านพระอานนท์จบแล้วทรงแสดงธรรมเรื่องแวนธรรม และยังทรงแสดงธรรมเกี่ยวกับศีล สมาธิ และปัญญาไว้หลายเรื่อง รวมทั้งเรื่องสติปัฏฐาน ๔ และตรัสแสดงถึงสัมปชัญญะไว้ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ ทำความรู้สึกตัวการแลดู การเหลียวดู ทำความรู้สึกตัวการคู้เข้า การเหยียดออก ทำความรู้สึกตัวการครองสังฆาฏิบาตรและจีวร ทำความรู้สึกตัวการฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม ทำความรู้สึกตัวการถ่ายอุจจาระปัสสาวะ ทำความรู้สึกตัวการเดิน การยืน การนั่ง การนอน การพูด การนิ่ง พึงเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะอยู่เถิด นี่เป็นคำสอนของเราสำหรับพวกเธอ<sup>๔๖</sup>

<sup>๔๒</sup> คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๘/๒๑๒.

<sup>๔๓</sup> คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๐๑/๒๕๘.

<sup>๔๔</sup> คุรยละเอียดใน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๘/๒๕๙.

<sup>๔๕</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๓๑/๗๗.

<sup>๔๖</sup> คุรยละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๐/๑๐๕.

(๕) ปฐมเคลัญญสูตร เป็นพระสูตรว่าด้วยความเจ็บป่วยที่พระผู้มีพระภาคตรัสแก่เหล่าภิกษุ ณ ศาลาคนไข้ ขณะที่พระองค์ประทับอยู่ ณ ภูฏาคารศาลา ป่ามหาวัน เขตกรุงเวสาลี พระองค์ตรัสสอนให้ภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะตลอดเวลา โดยตรัสแสดงในหลักของสติปัฏฐาน คือให้พิจารณาเห็นกายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิต พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสติสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ และตรัสแสดงว่าผู้มีสติสัมปชัญญะจะรู้ชัดว่าเวทนา ๓ เกิดขึ้นเพราะอาศัยกาย และตรัสแสดงถึงสัมปชัญญะไว้ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิบาตรและจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การพูด การนิ่ง พึงเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะอยู่เถิด นี่เป็นคำสอนของเราสำหรับพวกเธอ<sup>๔๗</sup>

(๖) ทุตติยเคลัญญสูตร<sup>๔๘</sup> เป็นพระสูตรว่าด้วยความเจ็บป่วยที่พระผู้มีพระภาคตรัสแก่เหล่าภิกษุ ณ ศาลาคนไข้ ขณะที่พระองค์ประทับอยู่ ณ ภูฏาคารศาลา ป่ามหาวัน เขตกรุงเวสาลี พระองค์ตรัสสอนให้ภิกษุพึงมีสติสัมปชัญญะตลอดเวลา โดยตรัสแสดงในหลักของสติปัฏฐาน คือให้พิจารณาเห็นกายในกาย พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิต พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสติสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ และตรัสแสดงว่าผู้มีสติสัมปชัญญะจะรู้ชัดว่าเวทนา ๓ เกิดขึ้นเพราะอาศัยผัสสะ แต่ผัสสะไม่เที่ยง ถูกปัจจัยปรุงแต่งขึ้น อาศัยกันและกันเกิดขึ้น เมื่อภิกษุพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง ความเสื่อม ความคลายกำหนดเป็นต้น ย่อมละราคานุสัยในผัสสะและในสุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนาได้ และตรัสแสดงถึงสัมปชัญญะไว้ว่า

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังฆาฏิบาตรและจีวร การฉัน การตีม การเคี้ยว การลิ้ม การถ่ายอุจจาระปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การพูด การนิ่ง พึงเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะอยู่เถิด นี่เป็นคำสอนของเราสำหรับพวกเธอ<sup>๔๙</sup>

<sup>๔๗</sup> ดูรายละเอียดใน ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๕๕/๒๗๗-๒๗๙.

<sup>๔๘</sup> ดูรายละเอียดใน ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๕๖/๒๘๐-๒๘๑.

<sup>๔๙</sup> ดูรายละเอียดใน ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๕๖/๒๘๐-๒๘๑.



(๗) ปฐมรโหคตสูตร<sup>๕๐</sup> เป็นพระสูตรว่าด้วยผู้หลักเร้นอยู่ในที่สงัด คือท่านพระอนุรุทธะ หลักเร้นอยู่ในที่สงัด เกิดความคิดคำนึงขึ้นว่า ผู้พลาดสติปัฏฐาน ๔ ประการ ชื่อว่าพลาดอริยมรรคที่ ให้ถึงความสิ้นทุกข์ ผู้ปรารภสติปัฏฐาน ก็ชื่อว่าปรารภอริยมรรค ท่านพระมหาโมคคัลลานะทราบ ความรำพึงของท่านพระอนุรุทธะนั้น จึงหายตัวเข้าไปปรากฏเฉพาะหน้าของท่านอนุรุทธะถามถึงเหตุ ที่ภิกษุชื่อว่าปรารภสติปัฏฐาน ท่านพระอนุรุทธะตอบว่าผู้พิจารณาเห็นธรรมอันเป็นเหตุเกิด ธรรมอัน เป็นเหตุดับในกาย เวทนา จิต ธรรม มีความเพียร มีสติสัมปชัญญะ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสได้ มี ปฏิกุศลสัญญา ชื่อว่าปรารภสติปัฏฐาน

(๘) ทุตติยรโหคตสูตร<sup>๕๑</sup> เนื้อหาพระสูตรเหมือนกับปฐมรโหคตสูตร ต่างตรงที่ท่าน พระอนุรุทธะตอบท่านพระมหาโมคคัลลานะว่าผู้พิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนา ในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย ภายในอยู่ มีความเพียร มีสติสัมปชัญญะ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสได้ มีปฏิกุศลสัญญา ชื่อว่าปรารภสติ ปัฏฐาน

(๙) อัมพปาลีสูตร<sup>๕๒</sup> เป็นพระสูตรที่พระผู้มีพระภาคทรงตรัสแสดงแก่หมู่ภิกษุที่ อัมพปาลีวัน เขตกรุงเวสาลี ทรงตรัสถึงสติปัฏฐานว่า เป็นทางเดียว<sup>๕๓</sup> เพื่อความหมดจดแห่งสรรพสัตว์ เพื่อก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพานเพื่อทำนิพพานให้แจ้ง สติปัฏฐาน ๔ ประการคือภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนา ทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ มีความเพียร มีสติสัมปชัญญะ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสได้

(๑๐) อริยสูตร<sup>๕๔</sup> เป็นพระสูตรที่ว่าด้วยธรรมที่เป็นอริยะ พระผู้มีพระภาคขณะประทับ อยู่ในกรุงสาวัตถี ทรงตรัสแสดงสติปัฏฐานแก่หมู่ภิกษุ ใจความว่า “ภิกษุทั้งหลาย สติปัฏฐาน ๔ ประการนี้ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้ว เป็นอริยะ เป็นนิยยานิกธรรม นำออกไปเพื่อให้สิ้นทุกข์โดยชอบ แก่ผู้บำเพ็ญสติปัฏฐาน ๔ ประการนั้น สติปัฏฐาน ๔ ประการคือภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายภายใน อยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็น ธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ มีความเพียร มีสติสัมปชัญญะ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสได้

<sup>๕๐</sup> คุรยลละเอียตโน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๙๙/๔๒๙-๔๓๒.

<sup>๕๑</sup> คุรยลละเอียตโน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๐๐/๔๓๒-๔๓๓.

<sup>๕๒</sup> คุรยลละเอียตโน ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๗/๒๑๐-๒๑๑.

<sup>๕๓</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๖๗/๒๑๐.

<sup>๕๔</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๘๓/๒๓๙.

## ๒.๕.๒ สัมผัสชัญญะในคัมภีร์อรรถกถา

ในอรรถกถาได้กล่าวว่า ภิกษุยอมเป็นผู้ทำสัมผัสชัญญะ (ความเป็นผู้รู้พร้อม) ในการก้าวไปข้างหน้า และถอยกลับมาข้างหลัง ย่อมเป็นผู้ทำสัมผัสชัญญะ ในการแลไปข้างหน้า แลเหลือไปข้างซ้ายข้างขวา ย่อมเป็นผู้ทำสัมผัสชัญญะในการคู้อวัยวะเข้า เขยียดอวัยวะออก ย่อมเป็นผู้ทำสัมผัสชัญญะ ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวร ย่อมเป็นผู้ทำสัมผัสชัญญะในการกิน ดื่ม เคี้ยวและลิ้ม ย่อมเป็นผู้ทำสัมผัสชัญญะในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ย่อมเป็นผู้ทำสัมผัสชัญญะในการเดิน ยืน นั่ง หลับ ตื่น พุด และความเป็นผู้นิ่งอยู่<sup>๕๕</sup>

ในอรรถกถาปรากฏข้อความไว้ว่า อริยสังขในสัมผัสชัญญะ สติที่กำหนดด้วยสัมผัสชัญญะ ๔ ประการเป็นทุกขสังข ตัณหาเดิมที่ยังสติให้ปรากฏ (เป็นสมุฏฐานของสติ) เป็นสมุทัยสังข การไม่เป็นไปของสติและตัณหาเดิมทั้ง ๒ นั้นเป็นนิโรธสังข อริยมรรคมีประการดังที่กล่าวมาแล้ว เป็นมรรคสังข พระโยคาวจรชวนชวายเป็นอำนาจสังขจะทั้ง ๔ อย่างนี้แล้ว จะบรรลुकความดับ (ตัณหา) เพราะฉะนั้นจึงเป็นช่องทางแห่งธรรมเป็นเหตุนำออกจากทุกข์ จนถึงพระอรหันต์ด้วยอำนาจแห่งพระโยคาวจรผู้กำหนดด้วยสัมผัสชัญญะ ๔ ประการรูปหนึ่งแล.

## ๒.๕.๓ สัมผัสชัญญะในคัมภีร์ฎีกา

ในคัมภีร์ฎีกากว่า “สมมา, สมนตโต, สามนญ ปชานนโต สมปชาโน, อสมมิสสโต วุตถาเน อญญธมมานุสสติตาภาเวน สมมา อวิปริตัง, สพพการปชานเนน สมนตโต, อุปรูปริ วิเสสวาทาเวน ปวตติยา สามัง ปชานนโตติ อตโถ”<sup>๕๖</sup> มีความหมายว่า

“บุคคลผู้รู้โดยประการต่าง ๆ โดยชอบอย่างบริบูรณ์และด้วยตนเอง ชื่อว่า สัมปชานะ หมายความว่า ผู้รู้โดยประการต่าง ๆ โดยชอบ คือ ไม่ผิด โดยไม่มีการเห็นสภาวะธรรมอื่นในการกำหนดรู้ไม่ระคน[กับบัญญัติ] และรู้โดยประการต่าง ๆ อย่างบริบูรณ์โดยการรู้ชัดอาการทั้งหมดรู้โดยประการต่าง ๆ ด้วยตนเองด้วยการดำเนินไปโดยนำมาซึ่งคุณวิเศษยิ่ง ๆ ขึ้นไป”

“สมนตโต, ปกาเรหิ ปกฺกัจจ วา สวิเสสํ ชานาตีติ สมปชาโน, สมปชานสฺส ภาโว สมปชญณัง, ตถापวตฺตํ ญานณัง.”<sup>๕๗</sup> แปลว่า “บุคคลผู้รู้อย่างบริบูรณ์โดยประการต่าง ๆ หรือโดยพิเศษอย่างยิ่ง ชื่อว่า สัมปชานะ ความเป็นผู้รู้อย่างบริบูรณ์โดยประการต่าง ๆ หรือโดยพิเศษอย่างยิ่ง ชื่อว่า สัมผัสชัญญะ คือ ปัญญาที่ดำเนินไปอย่างนั้น”

<sup>๕๕</sup> ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๗๖/๒๑๒, ม.ม.อ. (ไทย) ๑๗/๑๓๕/๖๐๘-๖๐๙.

<sup>๕๖</sup> ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๖๗-๗๐.

<sup>๕๗</sup> ที.ม.ฎีกา (บาลี) ๒/๓๗๓/๓๘๓.

บางแห่งแปล สมปชัญญะ<sup>๕๕</sup> ว่า “ความรู้ตัวพร้อม โดย ส อุปสรรค มีความหมายว่า “พร้อม” ส่วน ป อุปสรรคมีความหมายว่า “ทั่ว” และบ้างก็สอนให้รับรู้ลมหายใจเข้าออกพร้อมด้วยการรับรู้ร่างกายทุกส่วน เพื่อให้มีสัมปชัญญะอยู่เสมอ การปฏิบัติตามแนวนี้นี้ไม่ถูกต้องตามธรรมชาติของจิต เพราะจิตจะรู้เพียงอารมณ์เดียวในแต่ละขณะ ไม่อาจรู้อารมณ์สองอย่างในขณะเดียวกันได้

## ๒.๖ สรุปท้ายบท

สัมปชัญญะ คือความรู้ทั่วพร้อม รู้รอบคอบ รู้ตัวเสมอ รู้ที่ถูกต้องสมบูรณ์ การเจริญวิปัสสนาในอิริยาบถย่อยต่าง ตั้งแต่ การเดิน ยืน นั่ง นอน เขยียดแขน คู้แขน การตื่น การพูด การเคี้ยว การดื่ม การฉัน ในทุก ๆ อิริยาบถ อย่างมีสติสัมปชัญญะ สัมปชัญญะเป็นอีกชื่อหนึ่งของ ปัญญา เป็นความไม่หลง เป็นความรู้ถูก เห็นถูกตามความเป็นจริง ความรู้ในเหตุผลแห่งความจริงของสภาวะธรรมและทำลายความเห็นผิด มีความรู้แจ้งซึ่ง สภาวะธรรม เป็นลักษณะ มีการกำจัดมีด เป็นกิจมีความไม่หลงผิด หรือไม่เห็นผิด เป็นผล มีสมาธิ เป็นเหตุใกล้

สัมปชัญญะ เป็นหลักธรรมที่มาพร้อมสติ มีความสำคัญอย่างมากต่อการระลึกรู้ ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งใน ขณะคิด ขณะพูด และในขณะที่กระทำสิ่งใด ๆ ด้วยความระลึกรู้ในขณะนั้นว่า สิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ โดยมีให้ความคิด จำแนกได้เป็น ๔ ประเภท (๑) สาทถกสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า มีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์ (๒) สปปายสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า เป็นสปปายะหรือไม่เป็นสปปายะ (๓) โคจรสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า อารมณ์นั้นถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง (๔) อสัสมโหสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า รู้สึกตัวชัดว่าไม่หลงลืมในขณะที่ทำกิจนั้น ๆ

สัมปชัญญะปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก ในพระสูตรต่าง ๆ เช่น สามัญญผลสูตร สติสูตร มหาปรินิพพานสูตร ปฐมเคลัญญสูตร ทุตติยเคลัญญสูตร ปฐมรโหคตสูตร ทุตติยรโหคตสูตร อัมพปาลี อริยสูตร ได้กล่าวถึงความสำคัญของสัมปชัญญะไว้ประการต่าง ๆ และข้อปฏิบัติการเจริญสัมปชัญญะในสติปัฏฐาน ๔ โดยการตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกให้ได้ โดยสรุป สัมปชัญญะ องค์ธรรมได้แก่ ปัญญาหรือปัญญาเจตสิกธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนา มีองค์ธรรมที่สำคัญคือ อาตาปี สติมา สัมปชานา ซึ่งผู้วิจัยจะนำเสนอ สัมปชัญญะ ในหมวดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานในบทต่อไป

<sup>๕๕</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ) ปรินายก, มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๑๒.

## บทที่ ๓

### การเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

สัมปชัญญะ เป็นหมวดธรรมที่สำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพราะเป็นธรรมที่ช่วยอุปการะในการระลึกรู้และพิจารณาภาวนาธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้น ให้เห็นเป็นไปตามความเป็นจริงของอริยสัจ เพื่อดำเนินไปสู่เป้าหมายอันสูงสุดของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ มรรค ผล นิพพาน ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะเกิดผลสำเร็จได้ ต้องอาศัยสติสัมปชัญญะเป็นหลักสำคัญ ในสภาวธรรมที่เกิดขึ้นในขณะปัจจุบันอารมณ์ เห็นโดยความเป็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริงของ สัจจะธรรม ที่เกิดขึ้นของรูปนาม ผู้วิจยได้เห็นความสำคัญของสติสัมปชัญญะจึงได้นำมาวิจยและเสนอไว้เป็นประเด็น ดังต่อไปนี้

- ๓.๑ องค์กรธรรมในการเจริญวิปัสสนา
- ๓.๒ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ๓.๓ การเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน
- ๓.๔ สรุปท้ายบท

#### ๓.๑ องค์กรธรรมในการเจริญวิปัสสนา

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อทำลายอภิชณา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) ในการปฏิบัติ มีองค์กรธรรมของวิปัสสนา ๓ ประการ คือ

- ๑) อาตาปี มีความเพียร
- ๒) สัมปชาโน มีสัมปชัญญะ
- ๓) สติมา มีสติ

๑) อาตาปี หมายความว่า มีความเพียร (ได้แก่องค์มรรคข้อ ๖ คือสัมมาวายามะ ซึ่งหมายถึงเพียรระวังป้องกันและละความชั่ว กับเพียรสร้างและรักษาความดี) คำว่า อาตาปี แปลว่า มีความเพียรเผากิเลส คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมัปปธาน ๔ คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่า ทุกขณะที่นักปฏิบัติเจริญสติ ระลึกรู้สภาวธรรมปัจจุบัน จิตว่ามีความเพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพราะในขณะนั้นไม่ได้ทำอกุศลเก่า คือ

การฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ เป็นต้น มีความเพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพราะในขณะนั้นไม่ได้ทำอกุศลใหม่ อย่างใดอย่างหนึ่งทางกาย ทางวาจา หรือทางใจ มีความเพียรเพื่อทำอกุศลใหม่ เพราะการเจริญสติปัฏฐาน เป็นกุศลที่ยังไม่เคยบำเพ็ญมาก่อน มีความเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่า เพราะผู้ปฏิบัติธรรมย่อมประสบ ความก้าวหน้าในการปฏิบัติตามลำดับของวิปัสสนาญาณชั้นต่าง ๆ <sup>๑</sup>

๒) สัมปชาโน แปลว่า มีสัมปชัญญะเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการพัฒนาปัญญา <sup>๒</sup> เป็นการหยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง จำแนกเป็น

(๑) สภาวะลักษณะ ลักษณะพิเศษของรูปนาม คือ ลักษณะเฉพาะตัวของรูปนามแต่ละ อย่างที่รูปนามอื่นไม่มี

(๒) สามัญญลักษณะ ลักษณะทั่วไปของรูปนาม คือ ความไม่เที่ยง (อนิจจัง) เป็นทุกข (ทุกขัง) ไม่ใช่ตัวตน (อนัตตา)<sup>๓</sup>

มีสัมปชัญญะ (คือตัวปัญญา ได้แก่สัมมาทิฐิ)<sup>๔</sup>

๓) สติมา มีสติ คำว่า สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอน จนถึงหลับสนิท การเจริญสติมีประโยชน์ทำให้จิตตั้งมั่นมีสมาธิ เพื่อการพัฒนาปัญญา <sup>๕</sup> เป็นหลักธรรม ที่สำคัญที่สุดในการเจริญสติปัฏฐาน คือ ความมีสติ ไม่หลงลืมต้องมีอยู่ในทุก ๆ การกระทำ ทุกการ กำหนดรูปนาม คำว่า สติมา แปลว่า มีสติ หมายความว่า ผู้เจริญวิปัสสนากรรมฐานต้องมีสติเป็น สำคัญ คือ มีสติเป็นใหญ่ มีสติเป็นประธาน สติ แปลว่า ความระลึกได้ ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด สติ เป็นเจตสิกไม่ใช่จิต เกิดพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิต รับอารมณ์เดียวกันกับจิต โดยองค์ธรรม ได้แก่ สติเจตสิก ลักษณะของสติมี ๔ ประการคือ (๑) สติมีความระลึกได้เนื่อง ๆ ในอารมณ์ (๒) สตินั้นมีความไม่หลงลืมเป็น (๓) สตินั้นมีการรักษาอารมณ์เป็นผลปรากฏ (๔) สตินั้นมีความจำมั่นคง

สติเจตสิก ซึ่งเป็นโสภณเจตสิกคือเจตสิกฝ่ายขาว จิตเกิดขึ้น มีเจตสิกเป็นเครื่องปรุงแต่ง เจตสิกนั้นแบ่งออกเป็น ๓ ฝ่ายด้วยกันคือ หนึ่ง ฝ่ายเป็นกลาง ๆ จะเป็นอกุศลก็ได้ กุศลก็ได้ และเป็น

<sup>๑</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน การพิมพ์, ๒๕๕๙), หน้า ๓๐.

<sup>๒</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๓๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธีม, ๒๕๕๕) หน้า ๗๖๖.

<sup>๓</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๑.

<sup>๔</sup> ดูรายละเอียดใน พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับขยายความ, หน้า ๘๑๒.

<sup>๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๓.

กลาง ๆ ก็ได้ เช่นนี้ประเภทหนึ่ง และอีกประเภทหนึ่ง เป็นอนุศลล้วน ๆ จะไม่ยอมรวมกับกุศลเลย เปรียบเหมือนความมืด จะไม่ปรากฏในแสงสว่าง

นอกจากนั้นแล้วยังมีเจตสิกอีกประเภทหนึ่งเรียกว่า โสภณเจตสิก อันเป็นเจตสิกฝ่ายดี คือ ติอย่างไร ติเกี่ยวกับการกุศลผลบุญ เกี่ยวกับความดีทั้งนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สติเป็นฝ่ายโสภณเจตสิก คือเจตสิกฝ่ายดีหรือฝ่ายขาว ถ้าเราสามารถมีสติที่จะให้เป็นตัวที่เลี้ยงของจิตได้แล้ว ฝ่ายอกุศลจิตก็ไม่สามารถจะเข้าแทรกแซงได้

สติมา หมายถึง มีสติ (สติที่กำลังพูดถึงนี้คือสัมมาสติ ในอริยมรรค)

สัมมาสติ ตามคำจำกัดความแบบพระสูตรนั้น ก็คือหลักธรรมที่ เรียกว่า สติปัฏฐาน ๔ นั้นเอง หัวข้อทั้ง ๔ ของหลักธรรมหมวดนี้มีชื่อเรียกสั้น ๆ คือ

- (๑) กายานุปัสสนา (การพิจารณากาย, การตามดูรู้ทันกาย)
- (๒) เวทนานุปัสสนา (การพิจารณาเวทนา, การตามดูรู้ทันเวทนา)
- (๓) จิตตานุปัสสนา (การพิจารณาจิต, การตามดูรู้ทันจิต)
- (๔) ธัมมานุปัสสนา (การพิจารณาธรรมต่างๆ, การตามดูรู้ทันธรรม)<sup>๖</sup>

กล่าวได้ว่าหลักอาตาปี คือ ความเพียรในการกำหนดรู้กองชั้น ๕ โดยองค์ธรรม ได้แก่ สัมมาวายามะ (ความเพียรชอบ) คือ สัมมัปปธาน ๔ สังวรปธาน เพียรระวังเพียรปิดกั้นบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ปหานปธาน เพียรกำจัดบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ภวานาปธาน เพียรเจริญกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดมี อนุรักษนาปธาน เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นเจริญยิ่งขึ้นไป (๒) สัมปชาโน คือ ความรู้ตัวทั่วพร้อมในการกำหนดรู้กองชั้น ๕ โดยองค์ธรรม ได้แก่ สัมมาทิจฺจ (๓) สติมา คือ ความมีสติ ความระลึกไว้ในกองชั้น ๕ และธรรมทั้งหลาย โดยองค์ธรรมได้แก่ สัมมาสติ เพราะมีสติระลึกไว้ในกาย เวทนา จิต และธรรมได้อย่างต่อเนื่อง จึงได้ชื่อว่า สัมมาสมาธิ ในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ หลักธรรมทั้ง ๓ ประการนี้มีความสำคัญมากทำให้อินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา เกิดความสมดุลขึ้นยังผลให้การปฏิบัติดำเนินไปโดยไม่ติดขัด วิปัสสนาญาณขั้นต่าง ๆ เจริญก้าวหน้าจนนำไปสู่การบรรลุธรรม โดยลำดับ<sup>๗</sup>

จากการศึกษาหลักธรรมที่สำคัญและจำเป็นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ อาตาปี สัมปชาโน สติมา จึงสรุปหลักธรรมได้คือ อาตาปี ได้แก่ความเพียรตามหลักสัมมาวายามะ (ความเพียร

<sup>๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงขยายความ, หน้า ๘๐๓-๘๐๔.

<sup>๗</sup> พระชัยพล โสภโณ (จรรยาวิฑูรย์), “ศึกษาอาตาปี สัมปชาโน สติมา ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้า บทคัดย่อ.

ขอบ) คือ สัมมปธาน ๔ สังวรปธาน เพียรระวังเพียรปิดกั้นบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ปหานปธาน เพียรกำจัดบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ภาวนापธาน เพียรเจริญกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้ เกิดมี อนุรักษนาปธาน เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นเจริญยิ่งขึ้นไป สัมปชาโน คือ ความ รู้ตัวทั่วพร้อมในการกำหนดรู้กองชั้น ๕ โดยองค์ธรรมได้แก่สัมมาทิฐิ สติมา คือ ความมีสติ ความ ระลึกรู้ในกสมปชาโน ได้แก่ปัญญาตามหลักสัมมาทิฐิ และ สติมา ได้แก่มีสติ ตามหลักสัมมาสติ กล่าว ได้ว่า การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การปฏิบัติตามมรรคมืองค์ ๘

## ๓.๒ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

### ๓.๒.๑ นิยามความหมายของจิต

จิต<sup>๘</sup> เป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ (อารมณ์ณวิฆานนลกขณ) คือ ได้รับความอารมณ์อยู่เสมอตนเองจึง เรียกว่ารู้อารมณ์ หรือ เป็นธรรมชาติที่เป็นเหตุแห่งการรู้อารมณ์ของเจตสิกทั้งหลาย หรือ ธรรมชาติ ทำความเป็นอย่างอยู่ของสัตว์ทั้งหลายให้วิจิตร

พระอรธกถาจารย์ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับ จิตว่า เป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ คือ ได้รับความอารมณ์อยู่เสมอ จึงเรียกว่า รู้อารมณ์ ดังมีพระบาลีวิเคราะห์ (คำจำกัดความ) ว่า อารมณณ วิชานาตีติ จิตตํ แปลว่า ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ ชื่อว่า จิต หมายความว่า เป็นสภาพธรรมที่ได้รับความอารมณ์อยู่เสมอทาง ทวาร ๖ คือ

- ๑) รูปารมณณ ได้แก่ สีต่าง ๆ ถูกจิตรู้ด้วยการเห็น ทางจักขุทวารที่เป็นกุศลอกุศล
- ๒) สัททารมณณ ได้แก่ เสียงต่าง ๆ ถูกจิตรู้ด้วยการได้ยิน ทางโสตทวารที่เป็นกุศลอกุศล
- ๓) คันธารมณณ ได้แก่ กลิ่นต่าง ๆ ถูกจิตรู้ด้วยการได้กลิ่น ทางฆานทวารที่เป็นกุศลอกุศล
- ๔) รสอารมณณ ได้แก่ รสต่าง ๆ ถูกจิตรู้ด้วยการได้รสร ทางชีวหาทวารที่เป็นกุศลอกุศล
- ๕) โผฏฐัพพารมณณ ได้แก่ แฉ็ง-อ่อน, เย็น-ร้อน, หย่อน-ตึง, ถูกจิตรู้ด้วยการรู้สัมผัส ทาง กายทวารที่เป็นกุศลอกุศล

๖) ธรรมารมณณ ได้แก่ จิต เจตสิก ปสาทรูป, สุขุมรูป นิพพาน บัญญัติ ถูกจิตรู้ด้วยการคิด นึก ทางมโนทวาร<sup>๙</sup> ที่เป็นกุศลอกุศล

ในปฏิสัมภิทาพระบาลีมหาวรรค แสดงว่าจิตนี้มีชื่อที่ใช้เรียกขานกัน ๑๐ ชื่อแต่ละชื่อก็

<sup>๘</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๖๐/๔๐๑.

<sup>๙</sup> วรณลสิทธิ ไททยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๑ ชื่อ จิตปรมัตถ์, พิมพ์ ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ทิพยวิสุทธี การพิมพ์, ๒๕๔๕), หน้า ๒๐.

แสดงให้รู้ความหมายว่าจิต คือ ยํ จิตตํ มโน ททยํ มานสํ ปณฺฑรํ มนายตณํ มนินฺทริยํ วิญญานํ  
วิญญานกฺขนฺโธ ตชชา มโน วิญญานธตฺถ อิทํ จิตตํ<sup>๑๐</sup>

- ๑) ธรรมชาติโดยอ้อมคิดธรรมชาตินั้นชื่อว่า จิต
- ๒) ธรรมชาติโดยอ้อมน้อมไปหาอารมณ์ ธรรมชาตินั้นชื่อว่า มโน
- ๓) จิตที่รวบรวมไว้ภายในนั้นแหละ ชื่อว่า ททย
- ๔) ธรรมชาติคือฉันทะที่มีในใจนั่นเอง ชื่อว่า มนัส
- ๕) จิตเป็นธรรมชาติที่ผ่องใส จึงชื่อว่า ปณฺฑระ
- ๖) มนะนั่นเองเป็นอายตนะ คือเป็นเครื่องต่อ จึงชื่อว่า มนายตนะ
- ๗) มนะอีกนั้นแหละที่เป็นอินทรีย์ คือครองความเป็นใหญ่ จึงชื่อว่า มนินฺทริย
- ๘) ธรรมชาติใดที่รู้แจ้งอารมณ์ธรรมชาตินั้นชื่อว่า วิญญาน
- ๙) วิญญานนั้นแหละเป็นชั้นจึงชื่อว่า วิญญานชั้น
- ๑๐) มนะนั่นเองเป็นธาตุชนิดหนึ่งที่รู้แจ้งอารมณ์จึง ชื่อว่า มโนวิญญานธตฺถ<sup>๑๑</sup>

สรุปความว่า จิต คือ ธรรมชาติชนิดหนึ่งซึ่งรู้อารมณ์ จิตเป็นตัวรู้ สิ่งที่จิตรู้นั้นเป็นอารมณ์  
จิตรู้สิ่งใดสิ่งนั้นแหละ คือ “อารมณ์” เพราะฉะนั้นจิตเป็นธรรมชาติที่รับรู้อารมณ์ทั้ง ๖ ที่อารมณ์  
เกิดขึ้นและอารมณ์ที่ดับไป

### ลักษณะของจิต

สภาวะรู้อารมณ์ หมายถึง การรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มาปรากฏทางใจโดยผ่านทวารทั้ง ๖ คือ  
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ความจริงแล้วการเห็นคือ การที่จิตรู้รูปโดยผ่านตา การได้ยินเป็นการที่จิตรู้  
เสียงโดยผ่านหู การรู้จักกลิ่นเป็นการที่จิตรู้จักกลิ่นโดยผ่านจมูก การลิ้มรสเป็นการที่จิตรู้รสโดยผ่านลิ้น การ  
สัมผัสเป็นการที่จิตรู้สัมผัสโดยผ่านร่างกาย และการรู้มโนสัมผัสเป็นการที่จิตรับรู้โดยผ่านใจ

จิตเป็นธรรมชาติประภัสสร คือ ผุดผ่องตามปกติเหมือนน้ำใสสะอาดเพราะเป็นเพียง  
สภาวะเห็น ได้ยิน รู้กลิ่น ลิ้มรส สัมผัส และนึกคิดเท่านั้น ปราศจากการปรุงแต่งหรือตอบสนองต่อสิ่ง  
ที่พบอยู่ แต่จิตนั้นต้องประกอบร่วมกับนามธรรมอีกอย่างหนึ่งเสมอ ชื่อว่าเจตสิก คือ สภาวะปรุงแต่ง  
จิต ดังนั้น จิตจึงเศร้าหมองไปด้วยอำนาจของเจตสิกฝ่ายดำ หรือกิเลส คือ โลภะ โทสะ และโมหะ  
เป็นต้น เหมือนน้ำใสสะอาดที่ขุ่นมัวด้วยโคลนตม เช่น ในขณะที่เห็นสีอย่างใดอย่างหนึ่ง จิตของทุกคน  
จะทำหน้าที่รู้สีเป็นอารมณ์ แต่โลภะทำให้รู้สึกชอบสิ่งที่เห็น โทสะทำให้ไม่ชอบสีนั้น เจตสิกฝ่ายดำมัก  
ทำให้เสียศูนย์ขาดความเป็นกลางอยู่เสมออย่างนี้หลอกล่อให้หลง พอใจหรือไม่พอใจตามกาลปรุงแต่ง

<sup>๑๐</sup> อภ.สง.อ. (บาลี) ๓๔/๖/๒๘.

<sup>๑๑</sup> อภ.สง.อ. (ไทย) ๗๖/๕๘/๕๒.



ของแต่ละคน และเพิ่มพูนกิเลสมากขึ้นเรื่อย ๆ เหมือนดินพอกหางหมู จิตที่มีได้อบรมไว้ดีย่อมทำให้เหล่าสัตว์ติดอยู่ในบ่วงกิเลส ส่วนจิตที่อบรมดีแล้วย่อมส่งผลให้เป็นอิสระหลุดพ้นได้โดยพลัน

### ลักษณะที่จุดกะของจิต

จิตมีสภาพความเป็นไปโดยสามัญญลักษณะ คือ ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แต่จิตนี้มีคุณสมบัติพิเศษอันเป็นลักษณะเฉพาะตน เรียกว่า วิเสสลักษณะของจิต มี ๔ ประการจึงเรียกว่า ลักษณะที่จุดกะ

๑. อารมมณวิฆานนลกฺขณํ มีการรู้อารมณ์เป็นลักษณะ
๒. ปุพฺพกฺมณฺรสํ เป็นประธานในธรรมทั้งปวงเป็นกิจ
๓. สนฺธานปจฺจุปฺปฏฺฐานํ มีการเกิดขึ้นต่อเนื่องกันไม่ขาดสายเป็นผล  
เป็นอาการปรากฏ
๔. นามรูปปฏฺฐานํ มีนามรูป เป็นเหตุใกล้ให้เกิด<sup>๑๒</sup>

๑) อารมมณวิฆานนลกฺขณํ มีการรู้อารมณ์เป็นลักษณะ หมายความว่า จิตมีการรับรู้ อารมณ์อยู่ตลอดเวลาทางทวารทั้ง ๖ ได้แก่ การเห็นรูปทางตา เป็นต้น จึงเรียกว่า ธรรมชาติที่รับรู้ อารมณ์ (ทางทวาร ๖)

๒) ปุพฺพกฺมณฺรสํ เป็นประธานในธรรมทั้งปวงเป็นกิจ หมายความว่า ธรรมทั้งหลาย ล้วนมีจิตเป็นใหญ่ มีใจเป็นประธาน มีใจเป็นผู้ริเริ่มก่อน และสำเร็จด้วยใจทั้งสิ้น ถ้าบุคคลใดมีใจดีแล้ว จะพูด จะทำ จะคิด ย่อมดีตามไปด้วย ถ้าบุคคลใดมีใจชั่วแล้ว จะพูด จะทำ จะคิด ย่อมชั่วตามไปด้วย เช่นกัน และสภาพธรรมทั้งหลายที่เกิดพร้อมกับจิต ย่อมเป็นไปตามอำนาจของจิตด้วยนั่นเอง

๓) สนฺธานปจฺจุปฺปฏฺฐานํ มีการเกิดขึ้นต่อเนื่องกันไม่ขาดสาย เป็นอาการปรากฏ หมายความว่า สภาพของจิตนั้น ไม่มีการหยุดพัก แม้ในเวลาที่มีสัตว์ทั้งหลายหลับอยู่ จิตย่อมเกิดดับ ติดต่อกันไปโดยไม่ขาดสาย และเมื่อจุติ คือ ตายจากภพชาติเก่าแล้ว ปฏิสนธิย่อมเกิดขึ้นในภพชาติใหม่ทันที และเกิดขึ้นในภพใหม่แล้ว ย่อมมีการเกิดดับรับอารมณ์ต่าง ๆ ต่อไปเช่นเดียวกัน

๔) นามรูปปฏฺฐานํ มีรูปนามเป็นเหตุใกล้ให้เกิด หมายความว่า การที่จิตจะเกิดสืบต่อกันไปในภพใหม่ได้นั้น ต้องมีปฏิสนธินามรูป คือ ปฏิสนธิจิตเจตสิกที่ประกอบและกัมมชรูปที่เกิดพร้อมด้วยปฏิสนธิจิตนั้น เกิดขึ้นมาก่อน แล้วจิตดวงอื่น ๆ จึงจะเกิดสืบต่อกันในภพภูมินั้นต่อไปได้อีก<sup>๑๓</sup>

<sup>๑๒</sup> ขุนสรรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จุดกะแห่งปรมัตถธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๕๑), หน้า ๖.

<sup>๑๓</sup> พระมหาชินวัฒน์ จกกวโร (กุญรัมย์), พระอภิธรรม จิตโดยพิสดาร “๑๒๑ ดวง”, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (นนทบุรี: โรงพิมพ์ จารุชา ๑๙๘ การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๒๖-๒๗.

### ประเภทของจิต

ประเภทของจิต เพราะมีเหตุปัจจัยต่าง ๆ ประชุมแต่งหรือสนับสนุนให้เป็นไปต่าง ๆ ได้แก่ อดีตกรรม อารมณ์ เจตสิก และวัตถุ จึงทำให้จิตนี้ซึ่งสภาพดั้งเดิมนั้นมีอย่างเดียว คือ เป็นสภาพที่รับรู้ อารมณ์ เท่านั้น แต่เมื่อมีเหตุปัจจัยมาประชุมแต่งเข้าหลากหลายสถานการณ์ จึงทำให้สภาพของจิตมีการเปลี่ยนแปลงสภาพไปตามเหตุปัจจัยนั้น ทำให้สภาพของจิตมีถึง ๑๒๑ ดวง โดยย่อ ๘๙ ดวง เมื่อจำแนกประเภทของจิตมี ๔ ประเภท หรือ ๔ กลุ่ม คือ กามาวจรจิต รูปาวจรจิต อรูปาวจรจิต โลกุตตรจิต

### โดยประเภทยี่ ๔ กลุ่ม

๑) กามาวจรจิต ๕๔<sup>๑๔</sup> จิตที่ท่องเที่ยวอยู่ในกามภูมิ ๑๑ ชื่อว่ากามาวจรจิตนั้นเพราะจิตทั้ง ๕๔ ดวงนี้ท่องเที่ยวเกิดอยู่ในภูมิอันเป็นที่เกิดแห่งวัตถุกามและกิเลสกามเป็นส่วนมาก

๒) รูปาวจรจิต ๑๕<sup>๑๕</sup> ชื่อว่ารูปาวจรจิต<sup>๑๖</sup> ๑๕ เพราะจิตทั้ง ๑๕ ดวงนี้ท่องเที่ยวเกิดอยู่ในภูมิ อันเป็นที่เกิดวัตถุรูปและกิเลสรูปเป็นส่วนมาก ได้แก่ รูปาวจรจิต ๑๕ เจตสิก ๓๕ กิเลสรูปนั้น ได้แก่รูปตัณหา คือ ความพอใจในฉาน อภิญญา รูปภพ

๓) อรูปาวจรจิต ๑๒ ชื่อว่าอรูปาวจรจิตนั้น เพราะจิตทั้ง ๑๒ ดวงนี้ ท่องเที่ยวเกิดอยู่ในภูมิอันเป็นที่เกิดแห่งวัตถุรูปและกิเลสรูปเป็นส่วนมาก วัตถุรูปนั้นได้แก่ อรูปาวจรจิต ๑๒ เจตสิก ๓๐ กิเลสรูปนั้นได้แก่ อรูปตัณหา คือความพอใจในอรูปฉานและอรูปภพ

๔) โลกุตตรจิต ๘<sup>๑๗</sup> หรือ ๔๐ เจตสิก ๓๖ หมายถึง จิตที่พ้นจากที่ถูกรักษาด้วยอำนาจแห่งตัณหา ๓<sup>๑๘</sup> ได้แก่ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา

### โดยประเภทแห่งชาติมี ๔

๑) อกุศลชาติ หมายถึง จิตที่เป็นอกุศล หรือสภาพที่มีความเศร้าหมองด้วยอำนาจกิเลสที่เข้ามาประชุมแต่งให้เป็นไป และเป็นสภาพจิตที่ให้ผลเป็นความทุกข์

<sup>๑๔</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไพศาลวิทยา, ๒๕๑๔), หน้า ๑๙.

<sup>๑๕</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๐.

<sup>๑๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลีธรรม ในเครือ บริษัท เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๒๘๗.

<sup>๑๗</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๘๙.

<sup>๑๘</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**, หน้า ๒๒.

๒) กุศลชาติ หมายถึง จิตที่เป็นกุศล หรือสภาพจิตที่มีความผ่องใสอันเนื่องมาจากอำนาจ โสภณเจตสิกเข้าไปปรุงแต่งให้เป็นไป และเป็นสภาพจิตที่ให้ผลเป็นความสุข

๓) วิปากชาติ หมายถึง จิตที่เป็นวิปาก คือ มีสภาพที่เข้าถึงความสูงงอมและหมดกำลังลง ในการชวนชวนทำให้เกิดกรรมใหม่อีก หมายความว่า สภาพจิตที่เป็นผลของจิตที่เป็นเหตุ คือ กุศลจิต หรืออกุศลจิตนั้น และเป็นสภาพจิตที่สำเร็จสมบูรณ์แล้วทั้งคุณภาพและปริมาณ โดยไม่สามารถไป เพิ่มเติมหรือลดลงได้

๔) กิริยาชาติ หมายถึง จิตที่เป็นกิริยา คือ สภาพจิตที่เป็นไปโดยอาการสักแต่ว่าเกิดขึ้น เพื่อทำหน้าที่ของตน ๆ ให้สำเร็จลงเท่านั้น โดยไม่มีการจัดแจงปรุงแต่งให้ผลของตนเกิดขึ้นอีกต่อไป แต่อย่างไร<sup>๑๙</sup>

### โดยประเภทแห่งเวทนามี ๕

๑) สุขสหคตจิต หมายถึง สภาพจิตที่เกิดขึ้นพร้อมด้วยสุขเวทนา ซึ่งเป็นความสุขที่เกิดขึ้น ในขณะที่รับรู้อารมณ์ที่กระทบทางกาย

๒) ทุกขสหคตจิต หมายถึง สภาพจิตที่เกิดขึ้นพร้อมด้วยทุกขเวทนา ซึ่งเป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นในขณะที่รับรู้อารมณ์ที่กระทบทางกาย

๓) โสมนัสสหคตจิต หมายถึง สภาพจิตที่เกิดขึ้นพร้อมด้วยโสมนัสเวทนา<sup>๒๐</sup> ซึ่งเป็นความสุขที่เกิดขึ้นในขณะที่รับรู้อารมณ์ที่น่าปรารถนาน่ายินดีทางใจ

๔) โทมนัสสหคตจิต หมายถึง สภาพจิตที่เกิดขึ้นพร้อมด้วยโทมนัสเวทนา ซึ่งเป็นความทุกข์ที่เกิดขึ้นในขณะที่รับรู้อารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนาไม่น่ายินดีทางใจ

๕) อุเบกขาสหคตจิต หมายถึง สภาพจิตที่เกิดขึ้นพร้อมด้วยอุเบกขาเวทนา ซึ่งเป็นความรู้สึกปานกลางไม่ถึงกับสุขไม่ถึงกับทุกข์ ในขณะที่รับรู้อารมณ์ทางตา หู จมูก ลิ้น และทางใจ บางอย่าง

สรุปความว่า จิต ๘๙ หรือ ๑๒๑ จำแนกเป็นนัยต่าง ๆ ได้ ๙ นัย คือ

๑) ชาติเภทนัย การแยกประเภทของจิตโดยชาติมี ๔ คือ (๑) อกุศลชาติ (๒) กุศลชาติ (๓) วิปากชาติ (๔) กิริยาชาติ

<sup>๑๙</sup> พระมหาชินวัฒน์ จกฺวโร (กุญฺฉมัย), พระอภิธรรม จิตโดยพิสดาร “๑๒๑ ดวง”, หน้า ๒๘-๓๐.

<sup>๒๐</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖, หน้า ๑๗.

๒) ภูมิภพนัย การแยกประเภทของจิตโดยภูมิมี ๔ คือ (๑) กามภูมิ (๒) รูปภูมิ (๓) อรูปภูมิ (๔) โลกุตตรภูมิ

๓) โสภณภพนัย การแยกประเภทของจิตโดยโสภณมี ๒ คือ โสภณจิต และอโสภณจิต

๔) โลกภพนัย การแยกประเภทของจิตโดยโลกมี ๒ คือ โลกียจิต และโลกุตตรจิต

๕) เหตุภพนัย การแยกประเภทของจิตโดยเหตุมี ๒ คือ อเหตุกจิต และสเหตุกจิต

๖) ฌานภพนัย การแยกประเภทของจิตโดยฌานมี ๒ คือ อฌานจิต และฌานจิต

๗) เวทนาภพนัย การแยกประเภทของจิตโดยเวทนามี ๕ คือ (๑) สุขสหคตจิต

(๒) ทุกขสหคตจิต (๓) โสมนัสสหคตจิต (๔) โทมนัสสหคตจิต (๕) อุเบกขาสหคตจิต

๘) สัมปโยคภพนัย การแยกประเภทของจิตโดยสัมปโยค มี ๒ คือ สัมปยุตตจิต และวิปยุตตจิต

๙) สังขารภพนัย การแยกประเภทของจิตโดยสังขโยค มี ๒ คือ อสังขาริกจิต และสังขาริกจิต

### เหตุปัจจัยของจิต

จิตเป็นสังขตธรรม คือ ธรรมที่ถูกปัจจัยปรุงแต่ง ฉะนั้น จิตจึงเป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นเพราะเหตุปัจจัย ซึ่งเหตุปัจจัยที่ทำให้จิตเกิดขึ้นได้นั้นมี ๔ ประการคือ

๑) อดีตกรรม หมายถึง กรรมที่บุคคลนั้นได้เคยทำมาแล้วในอดีต เมื่อบุคคลทำกรรมใดไว้ วิบากกรรมย่อมส่งผลหรือเป็นปัจจัยให้รับรู้ หรือให้บุคคลแสดงปฏิกิริยาอย่างนั้นออกมาเสมอ ๆ จิตประเภทนั้นสามารถเกิดขึ้นได้บ่อย ๆ ดังที่เรียกว่า นิสัย หรือสันดาน เช่น คนที่สังสมโลภะมามาก ย่อมแสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวกับโลภออกมาเสมอ ๆ คนที่สังสมโทสะมามากย่อมแสดงพฤติกรรมเกี่ยวกับโทสะออกมาเสมอ ๆ คนที่สังสมโมหะมามาก ย่อมแสดงพฤติกรรมเกี่ยวกับโมหะออกมาเสมอ ๆ คนที่สังสมเรื่องความศรัทธามามากย่อมแสดงพฤติกรรมเกี่ยวกับความศรัทธาออกมาเสมอ ๆ คนที่สังสมปัญญาญามาก ย่อมแสดงพฤติกรรมเกี่ยวกับปัญญาออกมาเสมอ ๆ ดังนั้นเป็นต้น ซึ่งอดีตกรรมนี้ ย่อมเป็นปัจจัยสำคัญที่ผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรม หรือรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ ไปตามอำนาจของตน เพราะเป็นสมบัติของบุคคลนั้น ๆ โดยตรง

๒) อารมณ์ หมายถึง สิ่งที่จิตเข้าไปรับรู้<sup>๒๑</sup> ได้แก่ รูปารมณ์ สัทธารมณ์ คันถารมณ์ รสธารมณ์ โผฏฐัพพารมณ์ และฉัมมารมณ์ เมื่อมีอารมณ์ปรากฏทางทวารต่าง ๆ อยู่เสมอ ย่อมทำให้จิตสามารถเกิดทางทวารนั้นได้บ่อย ๆ เพราะจิตแต่ละดวงที่จะเกิดขึ้นได้นั้น ต้องมีอารมณ์เป็นเครื่องรองรับและมีทวารเป็นช่องทางให้เกิดขึ้น ซึ่งจิตจะเกิดขึ้นได้โดยไม่มีอารมณ์นั้นไม่ได้เลย และอารมณ์นี้

<sup>๒๑</sup> อ.จ.ก. (ไทย) ๒๒/๕๕/๕๓๘.

ก็เป็นผลดีตกรรรมเช่นเดียวกัน ฉะนั้น สัตว์ทั้งหลายจึงรับรู้อารมณ์ได้ไม่เหมือนกันหรือรับรู้อารมณ์ไม่เท่ากัน เช่น อารมณ์อย่างเดียวกันแต่ความรู้สึกต่ออารมณ์นั้นแตกต่างกันหรืออยู่ในสถานที่เดียวกันแต่ได้รับอารมณ์ไม่เหมือนกัน คนหนึ่งรับอารมณ์อย่างหนึ่ง แต่อีกอย่างหนึ่งได้รับอารมณ์อีกอย่างหนึ่งก็มี ดังนี้ เป็นต้น

๓) เจตสิก หมายถึง สภาพธรรมที่ปรุงแต่งจิตให้รับรู้อารมณ์ต่าง ๆ ตามสมควรแก่สภาพของจิตหรือสภาพของอารมณ์ที่รับรู้ นั้น การที่จิตมีสภาพเป็นไปต่าง ๆ ที่เป็นโสภณจิต อโสภณจิตเนื่องมาจากอำนาจของเจตสิกที่เข้าไปปรุงแต่งจิตนั่นเอง

๔) วัตถุ หมายถึง กัมมชรูปที่จิตอาศัยเกิด ได้แก่ วัตถุรูป ๖ คือ จักขุวัตถุ โสทวัตถุ ฆานวัตถุ ชิวหาวัตถุ กายวัตถุ และหทัยวัตถุ<sup>๒๒</sup>

จิตเป็นปรมาัตถธรรมประเภทหนึ่ง มีสามัญลักษณะของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป เป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ คือได้รับอารมณ์อยู่เสมอ จึงเรียกว่า รู้อารมณ์หรือเป็นธรรมชาติที่ทำให้ความเป็นอยู่ของสัตว์ทั้งหลายให้วิจิตร ความดับของจิตนี้ย่อมเป็นไปอย่างรวดเร็ว ยากที่จะหาอะไรมาเปรียบเทียบได้ ธรรมชาติของจิตมี ๓ ประการ คือ มีการรับอารมณ์อยู่เสมอ เป็นใหญ่และเป็นประธานในธรรมทั้งปวง คือเป็นเหตุให้เจตสิกทั้งหลายรู้อารมณ์ และทำให้สิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตวิจิตรพิสดาร จิตเป็นนามธรรม เป็นธรรมชาติที่ไปได้ไกล เพียงแต่นึกก็ถึงแล้ว เทียบไปดวงเดียว คือ รู้อารมณ์ได้ทีละอย่าง ไม่มีรูปร่างสัณฐาน อาศัยหทัยวัตถุเกิด เจตสิกเป็นธรรมชาติที่อาศัยจิตเกิด มีลักษณะ ๔ ประการ คือ เกิดพร้อมกับจิต ดับพร้อมกับจิต รับอารมณ์เดียวกันกับจิต อาศัยวัตถุอันเดียวกับจิตเกิด (อาศัยวัตถุเกิดเฉพาะในปัญจะโวกาลภูมิเท่านั้น)<sup>๒๓</sup>

สรุปได้ว่า จิต เป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ รับอารมณ์อยู่เสมอทางทวาร ๖ อารมณ์เกิดขึ้นและอารมณ์ที่ดับไป มีชื่อเรียกขานว่า จิตมโน หทัย มนัส ปณตระ มนายตนะ มนินทริย วิญญาณ วิญญาณขันธ์ มโนวิญญาณธาตุ ลักษณะของจิต จะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มาปรากฏทางใจโดยผ่านทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ประกอบร่วมกับเจตสิก จิตจึงเศร้าหมองไปด้วยกิเลส คือ โลภะ โทสะ และโมหะ จิตมีสภาพความเป็นไปโดยสามัญลักษณะ เมื่อจำแนกประเภทของจิตมี ๔ ประเภท คือ กามาวจรจิต รูปาวจรจิต อรูปาวจรจิต โลกุตตรจิต โดยประเภทแห่งชาติมี ๔ คือ อกุศลชาติ กุศลชาติ วิปากชาติ กิริยาชาติ

<sup>๒๒</sup> พระมหาชินวัฒน์ จกกวโร (กุยรัมย์), พระอภิธรรมจิตโดยพิสดาร “๑๒๑ ดวง”, หน้า ๑๘-๒๑.

<sup>๒๓</sup> พระบุญธรรม อธิจิตโต (สีระสา), “การศึกษาจิตและเจตสิกในจิตตานุปัสสนาภาวนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า บทคัดย่อ.

### ๓.๒.๒ อนุปัสสนา <sup>๒๔</sup>

อนุปัสสนา นิยามความหมายที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ได้กล่าวถึง “อนุปัสสนา”<sup>๒๕</sup> หมายถึง การรู้การเห็นด้วยปัญญาของวิปัสสนาญาณคือ ความรู้ทั่ว กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกเฟ้น ความสอดส่องธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคิดค้นความใคร่ครวญ ปัญญาจุจแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ปัญญาเครื่องเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาจุจปลูก ปัญญา ปัญญินทรีย์ ปัญญาพละ ปัญญาจุจศัสตรา ปัญญาจุจปราสาท ความสว่างคือปัญญา แสงสว่างคือปัญญา ปัญญาจุจดวงประทีป ปัญญาจุจดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม

อนุปัสสนา <sup>๒๖</sup> หมายความว่า การรู้เห็นเนื่อง ๆ ชื่อว่า อนุปัสสนา เมื่อแยกบทแล้วได้ บท คือ อนุ + ปัสสนา อนุ แปลว่าเนื่อง ๆ ปัสสนา แปลว่าการรู้เห็น เมื่อรวมแล้วเป็นอนุปัสสนา แปลว่าการรู้เห็นเนื่อง ๆ

อนุปัสสนา แบ่งออกได้ ๓ ประเภท ตามลักษณะการใช้ เพื่อการพิจารณา ตามสภาวะธรรมของชั้น ๕ การตามรู้ตามเห็นอยู่เนื่อง ๆ ในสามัญญลักษณะทั้ง ๓ แห่งไตรลักษณ์ ให้เห็นเป็น อนิจจตา ทุกขตา และอนัตตตา เหตุนี้แหละ อนุปัสสนาจึงมี ๓ คือ

ก) อนิจจอนุปัสสนา การพิจารณารู้เห็นรูป, นามที่เป็นอนิจจอยู่เนื่อง ๆ จนอนิจจลักษณะปรากฏ ชื่ออนิจจอนุปัสสนา หรืออีกนัยหนึ่ง การพิจารณารู้เห็นความไม่เที่ยงอยู่เนื่อง ๆ ชื่อว่า อนิจจอนุปัสสนา <sup>๒๗</sup> ปัญญาที่พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงของรูปนาม ที่เนื่องมาจากการเห็นเป็นประจักษ์แห่งการเกิดขึ้นและดับไป ในขณะที่กำหนดรู้รูปนามอยู่นั้น ปัญญานี้ได้ชื่อว่า อนิจจอนุปัสสนา ปัญญาที่เห็นไม่เที่ยงอยู่เนื่องๆ ในรูปนามหรือชั้น ๕ ย่อมเห็นรูปนามชั้น ๕ เป็นอนิจจ เพราะว่ามี ความวิปริตเปลี่ยนแปลงไปด้วยความเกิดดับ เป็นการที่เสื่อมสิ้นไป เป็นการดับสลายไปแห่งรูปนาม ที่เกิดขึ้นแล้วไม่ตั้งอยู่ในอาการนั้น ในการพิจารณาเห็นรูปนามไม่เที่ยงนั้นจึงชื่อว่า อนิจจอนุปัสสนา

ข) ทุกขอนุปัสสนา ปัญญาที่พิจารณาเห็นความลำบากของรูป, นาม ที่เนื่องมาจากการพบเห็นประจักษ์แห่งการเบียดเบียน โดยอาการเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปติดต่อกันอย่างไม่ขาดสาย ในขณะที่กำหนดรู้รูป, นามตามสภาวะอยู่นั้นแหละ ปัญญานี้ชื่อว่า ทุกขอนุปัสสนา การพิจารณาเห็นรูปนามที่

<sup>๒๔</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, **วิปัสสนากรรมฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท., ๒๕๒๘), หน้า ๓๑-๖๒.

<sup>๒๕</sup> คูรายละเอียดใน ขุ.จ. (ไทย) ๓๐/๒๐/๑๒๔.

<sup>๒๖</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, **วิปัสสนากรรมฐาน**, หน้า ๒๘.

<sup>๒๗</sup> พระอาจารย์อัสสเถร ปธานกัมมัญฐานาจริยะ, **วิปัสสนาที่ปณีฎีกา**, (ชลบุรี: ม.ป.ท., ๒๕๒๖), หน้า ๑๓.

เป็นทุกข์อยู่เนื่องๆ จนทุกขลักษณะปรากฏเกิดขึ้น ปัญญาที่พิจารณาเห็นความทนอยู่ไม่ได้ของรูปนาม ที่เนื่องมาจากการพบเห็นเป็นประจักษ์แห่งการเบียดเบียน โดยอาการเกิดขึ้นแล้วดับไปติดต่อกันอยู่ อย่างไม่ขาดสาย ในขณะที่กำหนดรู้รูปนามตามสภาวะอยู่นั้น ซึ่งปัญญานี้ชื่อว่า ทุกขานุปัสสนา

ดังนั้นพึงทราบความในระหว่างคำว่า ทุกข, ทุกขลักษณะ, ทุกขานุปัสสนา ทั้ง ๓ นี้ มีความหมายต่างกันดังนี้ คือ

๑. ทุกขธรรม ธรรมที่เป็นทุกข์ ได้แก่ รูป, นาม, ชันธ ๕ หรือ กาย, ใจ
๒. ทุกขลักษณะ เครื่องหมายที่กำหนดรู้ว่าเป็นทุกข์ ได้แก่ การเกิดดับติดต่อกันอยู่ อย่างไม่ขาดสาย

๓. ทุกขานุปัสสนา ปัญญาที่มีการพิจารณาเห็นความเป็นทุกข์ อยู่เนื่อง ๆ ในรูป, นาม, ชันธ ๕ หรือ กาย, ใจ หรือขณะที่เห็นความเกิดดับของรูป, นาม, ชันธ ๕ อยู่ นั้น ความรู้สึกในขณะนั้นก็ เกิดขึ้นว่า กาย, ใจนี้เป็นของน่าเกลียดกลัว ไม่ดี เป็นภัย จะหาความสุขสบายจากกาย, ใจอย่างแท้จริง ไม่ได้เลย ได้แก่ ปัญญาในมหาภูต, มหาภิรยา ขณะกำหนดรู้รูป, นาม, ชันธ หรือ กาย, ใจ

อธิบาย ธรรมดาคนทั้งปวงยอมเข้าในความเป็นอยู่ของสัตว์ทั้งหลายว่า พรหมมีความสุข เทวดาชั้นสูงมีความสุข แต่เทวดาชั้นต่ำมีความสุข มนุษย์มีร่างกายสมบูรณ์อนามยดี มั่งมี ศรีสุข มีความสุข ร่างกายไม่สมบูรณ์มีโรคภัยไข้เจ็บเบียดเบียน อนามยไม่ดี ยากจน ขมขื่นใจ เหล่านี้เป็นทุกข์ ต่าง ๆ เหล่านี้ ก็เป็นความเข้าใจถูกต้องเหมือนกัน เพราะมองไปในแง่การเสวยอารมณ์ที่เป็นสุข, เป็นทุกข์, โสมมณัส, โทมนัสของสัตว์ทั้งหลาย แต่ความเป็นจริงนั้น สุขกายก็ดี สุขใจก็ดี ทุกข์กาย, ทุกข์ใจก็ดี ล้วนแต่มีการเกิดขึ้นแล้วดับไปไม่คงที่แล้วก็กลับเกิดขึ้นมาอีก ติดต่อกันอยู่อย่างนี้เรื่อยไป โดยมีได้วันเสียเลย

ดังนั้น รูป, นาม, ชันธ ๕ หรือ กาย, ใจ ที่มีสุขก็ตามหรือไม่มีสุขก็ตาม ล้วนแต่เป็นทุกข์ อยู่ด้วยกันทั้งสิ้น ทุกข์ เมื่อว่า โดยย่อตามธรรมาธิษฐาน ก็มีเพียง ๓ อย่างเท่านั้น คือ

๑. ทุกขทุกข ชื่อว่าทุกข์ เพราะทนได้ยาก เป็นทุกข์จริง ได้แก่ ทุกข์กาย ทุกข์ใจ
๒. วิปริณามทุกข ชื่อว่าทุกข์ เพราะเปลี่ยนแปลงโดยไม่หยุดหย่อน ได้แก่ สุขกาย สุขใจ
๓. สงขารทุกข ชื่อว่าทุกข์ เพราะมีการจัดแจงปรุงแต่งโดยความเกิดดับ ได้แก่ รูป, นาม หรือ กาย, ใจ ทั่วไป<sup>๒๘</sup>

<sup>๒๘</sup> พระอาจารย์อัสสเถร ปธานกัมมภูฐานาจริยะ, วิปัสสนาทีปนิฎฐิกา, หน้า ๔๒.

รูปนามที่เป็นสังขารทุกข์ เพราะมีการจัดแจงปรุงแต่งด้วยการเกิดดับ รูปนามเป็นอนิจลักษณะ มีการเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ส่วนอาการที่เกิดดับนั้นเป็น ทุกข์ลักษณะเครื่องหมายที่ทำให้ธรรมเหล่านี้เป็นทุกข์ เพราะชั้น ๕ นี้ถูกเบียดเบียนอยู่เสมอนั่นเอง

ค) อนัตตานุปัสสนา ปัญญาที่กำหนดรู้เห็นโดยไม่มีการบังคับบัญชาของรูป, นาม ที่เนื่องมาจากการพบการเห็นเป็นประจักษ์แห่งการไม่ใช่ตัวตน, เรา, เขา โดยการเกิดขึ้นแล้วดับไปติดต่อกันอยู่อย่างไม่ขาดสาย ในขณะที่กำหนดรู้รูป, นามตามสภาวะ ซึ่งปัญญานี้ชื่อว่า อนัตตานุปัสสนา<sup>๒๙</sup>

คำว่า อนตตา เมื่อแยกบทแล้วได้สองบท คือ น บทหนึ่ง อตต บทหนึ่ง น แปลว่า ไม่ใช่ อตต แปลแยกออกได้เป็น ๔ อย่าง คือ จิต ๑ กาย ๑ สภาวะ ๑ ปรมัตถะหรือวิญญานพิเศษ ๑ รวมเป็น ๔ อย่าง

ดังนั้น ตามวจนัตถะวิเคราะห์ศัพท์ว่า น อตตา = อนตตา แปลความว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาน เหล่านี้ ไม่ใช่ อตตา ฉะนั้น เรียกชื่อว่า อนัตตา

นอกจาก รูป, นาม ชั้น ๕ นิพพานก็ดี ปัญญุตีก็ดี ไม่มีอัตตะเหมือนกัน ดังนั้น สังขตธรรม และอสังขตธรรมทั้งปวง เป็น อนัตตา<sup>๓๐</sup>

อีกนัยหนึ่ง คำว่า อนตตา อสารกฐฐชน แปลว่า เพราะไม่มีแก่นสาร หรือไม่อยู่ใต้อำนาจของใคร ฉะนั้น จึงเรียกว่า อนัตตา

หมายความว่า ธรรมดารูปธรรมย่อมไม่เป็นสาระ ทุกขณะ ๆ ย่อมไปสู่ความดับ เมื่อปราศจากชีวิต, อุสมาทะโช, วิญญานทั้ง ๓ นี้แล้ว จะหารูปที่ใช้การสักอันหนึ่งก็ไม่ได้ เมื่อจวนจะตายก็ตี จะเอารูปที่เป็นสาระแล้วใช้การสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็ไม่ได้ ว่าโดยอาการก็มี อาการเกิดดับเสมอ ฉะนั้น พระบรมศาสดาจึงทรงเปรียบเทียบอุปมาไว้ว่า เณรปิณฑุพบมู รูป รูปเหมือนต่อม่น้ำ ส่วนนามก็เหมือนกัน กระทบหรือจับไม่ได้ เอาเวทนา, เอาสัญญาเหล่านี้ไป ใช้การสิ่งก็ไม่ได้ เกิดแล้วดับสูญไป ห้ามไม่ให้เกิดหรือดับก็ไม่ได้ เพราะฉะนั้นในภาษาธรรมะ เรียกว่า อนัตตา ดังนี้

สรุปได้ว่า อนุปัสสนา ๓ นี้ได้แก่ ปัญญาที่พิจารณาเห็นรูปนามโดยความไม่เที่ยง มีความเสื่อมสิ้นไป มีความเป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ และไม่ใช่ตัวตนเป็นของสูญเปล่า เมื่อกำหนดรู้ได้ดังนั้นแล้ว ก็ จะทราบด้วยปัญญาว่ารูปนามนี้เป็นสิ่งที่น่ากลัว ไม่มีแก่นสาร จิตจึงหมดความยึดมั่นในรูปนาม

<sup>๒๙</sup> พระอาจารย์อาสาเถร ปธานกัมมัญฐานาจริยะ, วิปัสสนาทีปนิฎฐิกา, หน้า ๔๘.

<sup>๓๐</sup> เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๐.



### ๓.๓ การเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

#### ๓.๓.๑ องค์ธรรมของหมวดจิตตานุปัสสนา (เจตสิก)

เจตสิกคือ ธรรมชาติที่ประกอบกับจิตและปรุงแต่งจิตให้ประพฤตินั้น

พระอรรถกถาจารย์ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับเจตสิกไว้ว่า เป็นปรมัตถธรรมอย่างหนึ่ง ในจำนวนปรมัตถธรรม ๔ อย่าง คือ จิต เจตสิก รูป นิพพาน<sup>๓๑</sup> เจตสิก คือ ธรรมชาติที่ประกอบกับจิตและปรุงแต่งจิตให้ประพฤตินั้น อากาโรที่ประกอบกับจิตนั้น เรียกว่า เจโตยุตตลกขณฺ์ คือสภาพที่ประกอบกับจิตบริบูรณ์ด้วยลักษณะ ๔ ประการ<sup>๓๒</sup> คือ

เอกุปปาท	เกิดพร้อมกันกับจิต
เอกนิโรธ	ดับพร้อมกันกับจิต
เอกาลมพน	มีอารมณ์เดียวกันกับจิต
เอกวตถุ	อาศัยวัตถุเดียวกันกับจิต <sup>๓๓</sup>

๑) เอกุปปาทะ เจตสิกนี้เกิดพร้อมกับจิตเสมอ หมายความว่า เมื่อจิตเกิด เจตสิกก็เกิดขึ้นด้วยกัน จะว่าจิตเกิดก่อน เจตสิกเกิดทีหลัง หรือเจตสิกเกิดก่อนจิตเกิดทีหลังนั้นไม่ได้

๒) เอกนิโรธะ ในทำนองเดียวกันนั้น เมื่อจิตดับ เจตสิกก็ดับด้วยกัน ไม่มีใครดับก่อนหรือดับทีหลัง

๓) เอกาลมพนะ อารมณ์ที่เจตสิกเข้าไปรับอยู่นั้น ก็เป็นอารมณ์เดียวกันกับที่จิตเข้าไปรับนั่นเอง เช่น จิตรับอารมณ์สีขาว เจตสิกก็รับสีขาวด้วย จิตรับอารมณ์สีดำ เจตสิกก็รับสีดำด้วย ดังนี้ เป็นต้น

๔) เอกวตถุกะ ที่อาศัยเกิดของเจตสิก ก็เป็นชนิดเดียวกับที่อาศัยเกิดของจิต เช่น จิตอาศัยตาเกิด เจตสิกก็อาศัยตาเกิดด้วย จิตอาศัยหูเกิด เจตสิกก็อาศัยหูเกิดด้วย จิตอาศัยหัวใจเกิด เจตสิกก็อาศัยหัวใจเกิดด้วย ดังนี้<sup>๓๔</sup>

<sup>๓๑</sup> ดูรายละเอียดใน วรรณสิทธิ ไทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๒ ชื่อ **เจตสิกสังคหวิภาค**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ทิพยวิสุทธิ์ การพิมพ์, ๒๕๔๕), หน้า ๘.

<sup>๓๒</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, **ปรมัตถโชติกะ**, หน้า ๒๘

<sup>๓๓</sup> ขุนสรรพกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), **ลักษณะจิตตูกะแห่งปรมัตถธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท คัลเลอร์ โฟร์, ๒๕๓๗), หน้า ๒.

<sup>๓๔</sup> พระอาจารย์ไชโย อาสโภ, **อภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ การศาสนา, ๒๕๔๕), หน้า ๘๓.

### ลักษณะที่จตุกะของเจตสิก

เจตสิกมีลักษณะ (คุณภาพหรือเครื่องแสดง) รส (กิจ การงานหรือหน้าที่) ปัจจุบันฐาน (อาการปรากฏ หรือ ผลปรากฏ) ปทัฏฐาน (เหตุใกล้ให้เกิด) เป็น ๔ ประการ ซึ่งรวมเรียกว่า ลักษณะที่จตุกะ

- |                        |  |
|------------------------|--|
| ๑) จิตตนิสสิตลกขณฺ์    | อาศัยจิตเกิดขึ้นเป็นลักษณะ                     |
| ๒) อวิโยคูปาทนรสี      | มีการเกิดร่วมกับจิตเป็นกิจ                     |
| ๓) เอกาลมพนปัจจุปฏฐานํ | มีอารมณ์เดียวกันกับจิตเป็นผล                   |
| ๔) จิตตูปาทนรสี        | มีการเกิดขึ้นแห่งจิตเป็นเหตุใกล้ <sup>๓๕</sup> |

### ประเภทของเจตสิก

ประเภทของเจตสิก มีจำนวน ๕๒ ดวงแบ่งออกเป็น ๓ พวก เรียกว่า ราสี คือ

- ๑) อัญญุสमानราสีเจตสิก มีจำนวน ๑๓ ดวง แบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ

ก. สัพพจิตตสาธารณเจตสิก ๗ ดวง ผัสสเจตสิก เวทนาเจตสิก สัญญาเจตสิก เจตนาเจตสิก เอกัคคตาเจตสิก ซีวิตตินทรียเจตสิก มนสิการเจตสิก

ข. ปกิณณกเจตสิก ๖ ดวง วิตกเจตสิก วิจารณ์เจตสิก อธิโมกขเจตสิก วิจารณ์เจตสิก ปิตีเจตสิก ฉันทเจตสิก

- ๒) อุกุศลราสีเจตสิก มีจำนวน ๑๔ ดวง คือ

ก. โมจตุกเจตสิก ๔ ดวง โมหเจตสิก อหิริกเจตสิก อนัตตตัปปเจตสิก อุจจัจจเจตสิก

ข. โลติกเจตสิก ๓ ดวง โลภเจตสิก ทิฏฐิเจตสิก มานเจตสิก

ค. โทจตุกเจตสิก ๒ ดวง โทสเจตสิก อีสสาเจตสิก มัจฉริยเจตสิก กุกกุจเจตสิก

ง. ถีนุกเจตสิก ๒ ดวง ถีนเจตสิก มิตถเจตสิก

จ. วิจิกิจฉาเจตสิก ๑ ดวง วิจิกิจฉาเจตสิก

- ๓) โสภณราสีเจตสิก มี ๒๕ ดวง หรือเรียกว่า อัญญุสमानเจตสิก ๑๓ อุกุศลเจตสิก ๑๔ โสภณเจตสิก ๒๕<sup>๓๖</sup> คือ

ก. โสภณสาธารณเจตสิก ๑๙ ดวง สัทธาเจตสิก สติเจตสิก ทิริเจตสิก โอตตัปปเจตสิก อโลภเจตสิก อโทสเจตสิก ตัตตรมัชฌัตตตาเจตสิก กายปัสสัทธิเจตสิก จิตตปัสสัทธิเจตสิก กายลหุตาเจตสิก จิตตลหุตาเจตสิก กายมุทุตาเจตสิก จิตตมุทุตาเจตสิก กายกัมมัณฺญูตาเจตสิก จิตตกัมมัณฺญูตาเจตสิก กายปาคูณฺญูตาเจตสิก จิตตปาคูณฺญูตาเจตสิก กายชุกตาเจตสิก จิตตชุกตาเจตสิก

<sup>๓๕</sup> ขุนสรพรกิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร), ลักษณะที่จตุกะแห่งปรมัตถธรรม, หน้า ๘.

<sup>๓๖</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖, หน้า ๒๙.

ข. วีรตีเจตสิก ๓ ดวง สัมมาวาจาเจตสิก สัมมากัมมันตเจตสิก สัมมาอาชีวะเจตสิก

ค. อัปป์มัญญาเจตสิก ๒ ดวง กรุณาเจตสิก มุทิตาเจตสิก

ง. ปัญญาทรีย์เจตสิก<sup>๓๗</sup> ๑ ดวง, หรือปัญญาเจตสิก, อโมหเจตสิก ปัญญาเจตสิก ธรรมชาติที่รู้สภาพธรรมโดยทั่ว ๆ ไปตามความเป็นจริง เจตสิกดวงนี้ชื่อว่า ปัญญาทรีย์เพราะมีหน้าที่ปกครองในการรู้ต่าง ๆ โดยทั่วไปตามความเป็นจริง

สรุปความว่า ประเภทของเจตสิกมีสภาวะลักษณะเฉพาะตน ๆ ถึง ๕๒ ดวงหรือ ๕๒ ประเภท แยกเป็น ๓ ราสี คือ อัญญาสมานาเจตสิก มีจำนวน ๑๓ ดวง, อกุศลเจตสิก มีจำนวน ๑๔ ดวง, โสภณเจตสิก มีจำนวน ๒๕ ดวงปัญญาเจตสิก เป็นเจตสิกในกลุ่มโสภณเจตสิก ซึ่งเป็นเจตสิกฝ่ายกุศล

### ๓.๓.๒ แนวทางการเจริญจิตตานุปัสสนา

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ สติที่ตั้งมั่น (อาตปปี สัมปชาโน สติมา)<sup>๓๘</sup> อยู่ในการพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งอารมณ์ของจิตที่มี โลภะจิต โทสะจิต โมหะจิต เป็นต้น เพื่อให้เห็นจิตที่เกิดขึ้นตามอารมณ์ต่าง ๆ เช่น จิตมีราคะและชอบใจติดใจในอารมณ์นั้น ๆ บ้าง, จิตที่มีโทสะมีความเสียใจหรือโกรธบ้าง เป็นต้น เมื่อเพ่งพิจารณาเข้าไปจนความจริงทนต่ออำนาจของการเพ่งไม่ไหวแล้ว “ชนสังญา<sup>๓๙</sup>” คือความเป็นกลุ่มเป็นก้อนก็จะแตกสลายเป็นรูปเป็นนามโดยมิได้ปะปนกัน ทำให้ผู้ปฏิบัติมองเห็นความเป็นจริงของสภาวะว่า มีแต่ “รูป” และ “นาม” เท่านั้นที่กำลังปรากฏอยู่ หากเราเป็นผู้รู้ไม่ ในการพิจารณาจิต เห็นจิตในจิตภายในตน เห็นจิตในจิตภายนอกตน เห็นจิตในจิตภายในตนและภายนอกตน

#### ๑) การพิจารณาเห็นจิตในจิตภายใน

การพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในนี้รู้ชัดจิตมีราคะว่า จิตของเรามีราคะ หรือรู้ชัดจิตปราศจากราคะว่า จิตของเราปราศจากราคะ รู้ชัดจิตมีโทสะว่า จิตของเรามีโทสะ หรือรู้ชัดจิตปราศจากโทสะว่า จิตของเราปราศจากโทสะ รู้ชัดจิตมีโมหะว่า จิตของเรามีโมหะหรือรู้ชัดจิตปราศจากโมหะว่า จิตของเราปราศจากโมหะ รู้ชัดจิตหตฺหุว่า จิตของเราหตฺหุ รู้ชัดจิตฟุ้งซ่านว่า จิตของเราฟุ้งซ่าน รู้ชัดจิตเป็นมหัคคตฺตฺวา จิตของเราเป็นมหัคคตฺตฺวา หรือรู้ชัดจิตที่ไม่เป็นมหัคคตฺตฺวา จิตของเราไม่เป็นมหัคคตฺตฺวา รู้ชัดจิตที่เป็นสอฺตฺตฺระว่า จิตของเราเป็นสอฺตฺตฺระ หรือรู้ชัดจิตเป็นอนฺตฺตฺระว่า

<sup>๓๗</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, **ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**, หน้า ๓๕.

<sup>๓๘</sup> ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, แปลโดย, พระคันธสารากวีวงศ์, หน้า ๓๐ - ๓๕.

<sup>๓๙</sup> ดูรายละเอียดใน ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๘/๔๓.

จิตของเราเป็นอนุตตระ รู้ชัดจิตเป็นสมาธิว่า จิตของเราเป็นสมาธิ หรือรู้ชัดจิตไม่เป็นสมาธิว่าจิตของเราไม่เป็นสมาธิ รู้ชัดจิตหลุดพ้นว่า จิตของเราหลุดพ้นแล้ว หรือรู้ชัดจิตที่ยังไม่หลุดพ้นว่า จิตของเรา ยังไม่หลุดพ้น เรานั้นเสพ เจริญ ทำให้มาก กำหนดนิมิตนั้นด้วยดี ครั้นเสพ เจริญ ทำให้มาก กำหนดนิมิตนั้นด้วยดีแล้วจึงส่งจิตไปในจิตภายนอกตน<sup>๔๐</sup>

## ๒) การพิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอก

การพิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกตนนี้รู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งมีราคะว่า จิตของเขามีราคะ หรือรู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งปราศจากราคะว่า จิตของเขาปราศจากราคะ รู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งมีโทสะว่า จิตของเขามีโทสะ หรือรู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งปราศจากโทสะว่า จิตของเขาปราศจากโทสะ รู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งมีโมหะว่า จิตของเขามีโมหะ หรือรู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งปราศจากโมหะว่า จิตของเขาปราศจากโมหะ รู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งหุดหู่ว่า จิตของเขาหุดหู่ หรือรู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งฟุ้งซ่านว่า จิตของเขาฟุ้งซ่าน รู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งเป็นมหัคคตะว่า จิตของเขาเป็นมหัคคตะ หรือรู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งไม่เป็นมหัคคตะว่าจิตของเขาไม่เป็นมหัคคตะ รู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งเป็นสอตุตตระว่า จิตของเขาเป็นสอตุตตระหรือรู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งเป็นอนุตตระว่า จิตของเขาเป็นอนุตตระ รู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งเป็นสมาธิว่า จิตของเขาเป็นสมาธิ หรือรู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งไม่เป็นสมาธิว่า จิตของเขาไม่เป็นสมาธิ รู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งหลุดพ้นแล้วว่า จิตของเขาหลุดพ้นแล้ว หรือรู้ชัดจิตของผู้้นซึ่งยังไม่หลุดพ้นว่า จิตของเขายังไม่หลุดพ้น เรานั้นเสพ เจริญ ทำให้มาก กำหนดนิมิตนั้นด้วยดี ครั้นเสพ เจริญ ทำให้มาก กำหนดนิมิตนั้นด้วยดีแล้วจึงส่งจิตไปในจิตภายในตนและภายนอกตน<sup>๔๑</sup>

## ๓) การพิจารณาเห็นจิตภายในและจิตภายนอก

การพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในตนและภายนอกตนนี้รู้ชัดจิตมีราคะว่า จิตมีราคะ หรือรู้ชัดจิตปราศจากราคะว่า จิตปราศจากราคะ รู้ชัดจิตมีโทสะว่า จิตมีโทสะ หรือรู้ชัดจิตปราศจากโทสะว่าจิตปราศจากโทสะ รู้ชัดจิตมีโมหะว่า จิตมีโมหะ หรือรู้ชัดจิต ปราศจากโมหะว่า จิตปราศจากโมหะ รู้ชัดจิตหุดหู่ว่า จิตหุดหู่ หรือรู้ชัดจิตฟุ้งซ่านว่า จิตฟุ้งซ่าน รู้ชัดจิตที่เป็นมหัคคตะว่า จิตเป็นมหัคคตะ หรือรู้ชัดจิตที่ไม่เป็นมหัคคตะว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ รู้ชัดจิตที่เป็นสอตุตตระว่า จิตเป็นสอตุตตระ หรือรู้ชัดจิตที่เป็นอนุตตระว่าจิตเป็นอนุตตระ รู้ชัดจิตที่เป็นสมาธิว่า จิตเป็นสมาธิ หรือรู้ชัดจิตไม่เป็นสมาธิว่าจิตไม่เป็นสมาธิ รู้ชัดจิตที่หลุดพ้นแล้วว่า จิตหลุดพ้นแล้ว หรือรู้ชัดจิตที่ยังไม่หลุดพ้นว่า จิตยังไม่

<sup>๔๐</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๕/๓๑๒.

<sup>๔๑</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๕/๓๑๓.

หลุดพ้น ด้วยอาการอย่างนี้ เราเชื่อว่าพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในตนและภายนอกตนอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พึงกำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้<sup>๔๒</sup>

#### ๔) วิธีการปฏิบัติ

การกำหนดรู้จิตที่มีราคะ<sup>๔๓</sup> เป็นต้น ตามหมวดนี้ เป็นการระลึกรู้จิตที่เพ็งดับไปไม่นาน เพราะเมื่อนักปฏิบัติมีสติรู้เท่าทัน จิตดังกล่าวย่อมดับไปเพราะกุศลและอกุศลจะเกิดร่วมกันในจิตดวงเดียวไม่ได้ โดยกุศลเหมือนความสว่าง อกุศลเหมือนความมืด และจิตของเราก็รับรู้อารมณ์เพียงอย่างเดียว เมื่อเรามีสติรู้เท่าทัน เรื่องที่คิดอยู่ก็หายไปเอง ไม่สามารถคิดพร้อมกันสองเรื่องขณะเดียวได้ ถ้านักปฏิบัติรู้สึกว่ เมื่อก็ไม่ได้คิดถึงสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ตนชอบโดยบริกรรมว่า “ชอบหนอ” และรู้ว่ามีความชอบปรากฏขึ้น แต่ไม่ใส่ใจต่อเรื่องที่ตนชอบ ก็จัดว่าได้กำหนดรู้เท่าทันจิตที่มีราคะแล้ว การกำหนดรู้ในลักษณะนี้ชื่อว่า สันตติปัจจุบัน คือ ปัจจุบันต่อเนื่องจากอดีตที่เพ็งดับไป<sup>๔๔</sup>

จิตที่มีราคะ เป็นต้นนั้นประกอบด้วยความฟุ้งซ่านที่เรียกว่า อุทธัจจะ ทำให้จิตของนักปฏิบัติซัดส่ายไปจากสภาวะธรรมปัจจุบัน ความฟุ้งซ่าน คือ ความรู้สึกที่กำลังคิดเรื่องอย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งเกี่ยวกับบุคคลหรือสถานที่ การกำหนดความฟุ้งซ่าน คือ การกำหนดความรู้สึกที่กำลังคิดอยู่นั้น กล่าวอีกนัยหนึ่ง การกำหนดจิตที่คิดฟุ้งซ่านนั่นเอง

เมื่อเรารู้สึกชอบ จิตก็จะรับรู้สภาวะที่พอใจ แต่เมื่อจิตรู้สึกโกรธ จิตจะรับรู้สภาวะที่ไม่พอใจ จึงควรกำหนดสภาวะเหล่านั้นว่า “ชอบหนอ” หรือ “โกรธหนอ” ความฟุ้งซ่านเป็นอาการทางจิตเหมือนความโลภและความโกรธ เวลาที่กำหนดความฟุ้งซ่านจึงควรรู้อาการซัดส่ายของจิต ไม่ใช่รู้เรื่องที่คิด หรือสักแต่บริกรรม

ขณะกำหนดความฟุ้งซ่านอยู่ จิตของเราต้องรับรู้ความรู้สึกที่คิดฟุ้งซ่าน ไม่ใช่รับรู้บัญญัติ คือเรื่องที่กำลังคิดอยู่ ความรู้สึกที่คิดฟุ้งซ่านนั้นเป็นสภาวะธรรม ส่วนเรื่องที่กำลังคิดอยู่เป็นบัญญัติ อารมณ์ของสติในการปฏิบัติต้องเป็นสภาวะธรรมเท่านั้น ไม่ใช่บัญญัติอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ขณะที่เราเห็นอาหารที่ชอบ อากาโรคิดชอบย่อมเกิดขึ้น ซึ่งเป็นสภาวะธรรมของความโลภ อาหารที่ชอบเป็นบัญญัติ เราต้องกำหนดที่อาการชอบไม่ใช่อาหาร เมื่อเห็นอาหารที่ไม่ชอบ อากาโรคิดว่าไม่ชอบย่อมเกิดขึ้น ซึ่งเป็นสภาวะธรรมของความโกรธ อาหารที่ไม่ชอบเป็นบัญญัติ เราต้องกำหนดที่อาการไม่ชอบ

<sup>๔๒</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๕/๓๑๔.

<sup>๔๓</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

<sup>๔๔</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๗๐.

ไม่ใช่อาหาร ในขณะที่คิดถึงบ้าน บุคคล สิ่งของ เรื่องราวที่คิดอยู่เหล่านี้ล้วนเป็นบัญญัติ ส่วนอาการคิดเป็นสภาวะธรรมความฟุ้งซ่านจึงต้องกำหนดที่อาการคิด ไม่ใช่เรื่องราวที่กำลังคิดอยู่

อาการคิดฟุ้งซ่าน<sup>๔๕</sup> ต่างจากอาการชอบไม่ชอบ เพราะเมื่อคิดเรื่องอย่างใดอย่างหนึ่ง เราจะรับรู้บัญญัติคือ เรื่องราวที่คิดนั้นทันที ดังนั้น การกำหนดรู้สภาวะฟุ้งซ่านจึงทำได้ยาก อย่างไรก็ตาม เบื้องแรกพึงกำหนดว่า “คิดหนอ ๆ” โดยรับรู้เรื่องราวผสมไปด้วย ต่อเมื่อมีสมาธิเพิ่มขึ้นเมื่อจิตซัดสายออกไปแล้วเรากำหนดว่า “คิดหนอ ๆ” ได้ทันที ขณะนั้นจะไม่ว่ากำลังคิดเรื่องอะไรอยู่ นี่จึงเป็นการรับรู้สภาวะฟุ้งซ่านอย่างแท้จริง

ผู้ปฏิบัติไม่ควรหงุดหงิดหรือปฏิเสธความฟุ้งซ่าน เพราะเป็นสภาวะธรรมทางจิตที่ควรกำหนดรู้ตามหลักจิตตานุปัสสนา<sup>๔๖</sup> ถ้าสามารถกำหนดความฟุ้งซ่านได้ทันทั่วทั้งที่ ก็จะไม่เป็นนิเวศรบกวนการปฏิบัติธรรม แต่ถ้ากำหนดรู้เท่าทันไม่ได้ ก็จะกลายเป็นนิเวศรของการปฏิบัติ ที่จริงแล้วความฟุ้งซ่านเกิดจากฉันทะที่ต้องการจะคิด จึงคิดฟุ้งซ่านไป เรามักต้องการคิดให้จบเรื่อง และเพลิดเพลีนกับความคิดนั้น ๆ วิธีกำจัดความฟุ้งซ่านที่ดีที่สุด ก็คือ กำหนดให้รู้เท่าทัน เหมือนหนามยอกเอาหนามบ่ง เมื่อเรากำหนดรู้ได้อย่างนี้ ความฟุ้งซ่านก็จะค่อย ๆ ลดน้อยลง เพราะเหมือนเราดูหนังฟิล์มขาดบอย ๆ ก็จะไม่อยากดู หรือเหมือนรถม้าที่ถูกกระชากบังเหียนบอย ๆ ก็จะไม่วิ่งไปได้ สม่่าเสมอไม่ออกนอกทาง

ขั้นตอนการกำหนดรู้ความฟุ้งซ่านนั้นแตกต่างกันตามกำลังสมาธิ ในเบื้องต้นอาจต้องคิดอยู่นาน ต่อมาจึงคิดแบบสั้นลงเรื่อย ๆ มีข้อสังเกตในการปฏิบัติที่เป็นไปอย่างเป็นลำดับ ดังนี้

๑. คิดเป็นเรื่อง ๆ จนจบเรื่องหนึ่งแล้วต่อไปเรื่องอื่น โดยขาดสติกำหนดรู้
๒. คิดจบเรื่องแล้วจึงรู้สึกตัว กำหนดว่า “คิดหนอ ๆ”
๓. คิดยังไม่จบเรื่อง แต่รู้สึกตัวและกำหนดได้ก่อน
๔. คิดเป็นประโยค เช่น ครอบครัวยังเป็นอย่างไรบ้าง นาย ก สบายดีไหม
๕. คิดเป็นวลี เช่น ครอบครัวยัง หรือ นาย ก
๖. คิดเป็นพยางค์ เช่น ครอบ หรือ นาย
๗. ในระยะนี้ความคิดยังไม่เกิดขึ้นก่อน แต่เกิดจิตที่ต้องการจะคิดฟุ้งซ่าน ในขณะนั้นควรกำหนดว่า “อยากคิดหนอ”<sup>๔๗</sup>

<sup>๔๕</sup> ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนานัย เล่ม ๑, หน้า ๙๗ - ๑๐๔.

<sup>๔๖</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.

<sup>๔๗</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๗๐.

### ๓.๓.๓ หลักการเจริญสัมพัชฌญะในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

จิตที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนาได้แก่ โลกียจิต ๘๑ คือ กามจิต ๕๔ เจตสิก ๕๒ รูปาวจรจิต ๑๕ เจตสิก ๓๕ อรูปาวจรจิต ๑๒ เจตสิก ๓๐ สงเคราะห์ลงในชั้น ๕ เป็นวิญญาณชั้น หรือนามชั้น ๔ การปฏิบัติหมวดจิตตานุปัสสนาคือ การพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่<sup>๔๘</sup> มีความเพียร มีสัมพัชฌญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ คำว่าจิตหมายถึง ธรรมชาติที่รู้ อารมณ์หรือรับอารมณ์อยู่เสมอ<sup>๔๙</sup> เป็นหลักปฏิบัติวิปัสสนาก้าวหน้าว่าด้วยการตั้งสติพิจารณา สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นกับจิต พิจารณาจิตของตนให้เห็นสภาวธรรมที่ปรากฏในขณะนั้น และรู้ชัดตาม ความเป็นจริงว่าด้วยปรากฏการณ์สภาวธรรมที่เกิดกับจิต<sup>๕๐</sup>

จิตตานุปัสสนา (การพิจารณาจิต) หลักปฏิบัติการพิจารณาเห็นจิตในจิต มีลักษณะของ การพิจารณาดังต่อไปนี้ คือ

- (๑) เมื่อจิตมีราคะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีราคะ
- (๒) เมื่อจิตปราศจากราคะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากราคะ
- (๓) เมื่อจิตมีโทสะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโทสะ
- (๔) เมื่อจิตปราศจากโทสะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโทสะ
- (๕) เมื่อจิตมีโมหะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโมหะ
- (๖) เมื่อจิตปราศจากโมหะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโมหะ
- (๗) เมื่อจิตหตฺหุและหัตถอย ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตหตฺหุและหัตถอย
- (๘) เมื่อจิตฟุ้งซ่าน ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
- (๙) เมื่อจิตเป็นมหัคคตะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตเป็นมหัคคตะ
- (๑๐) เมื่อจิตไม่เป็นมหัคคตะ ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ
- (๑๑) เมื่อจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า (สูตตรจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
- (๑๒) เมื่อจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า (อนุตตรจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
- (๑๓) เมื่อจิตสงบแล้ว (สมาหิตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตสงบ
- (๑๔) เมื่อจิตไม่สงบ (อสมาหิตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่สงบ
- (๑๕) เมื่อจิตพ้นจากกิเลสแล้ว (วิมุตตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตพ้นจากกิเลส
- (๑๖) เมื่อจิตไม่พ้นจากกิเลส (อวิมุตตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่พ้นจากกิเลส<sup>๕๑</sup>

<sup>๔๘</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.

<sup>๔๙</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีลยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๒๖๓-๒๗๕.

<sup>๕๐</sup> ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

<sup>๕๑</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

การเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดจิตตานุปัสสนา คือการตามรู้ดูทันจิต ว่าจิตของตนในขณะนั้น ๆ เป็นอย่างไร เช่น มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ หลุดพ้น ยังไม่หลุดพ้น ฯลฯ ก็รู้ชัดตามที่มันเป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ เป็นการกำหนดรู้จิตว่าเป็นเพียงจิต ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือ สตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกจิตที่ประกอบไปด้วย โลภะ เป็นต้น การกำหนดรู้ด้วยสัมปชัญญะ ตามดูจิตในจิตนี้ มีวิธีการกำหนดต่าง ๆ ดังนี้

### ๑) การเจริญสัมปชัญญะเพื่อละจิตมีราคะ

“สราคะ วา จิตตํ สราคะ จิตตุนติ ปชานาติ วีตราคะ วา จิตตํ วีตราคะ จิตตุนติ ปชานาติ ฯลฯ เมื่อจิตมีราคะก็รู้ว่าจิตมีราคะ เมื่อจิตปราศจากราคะก็รู้ว่าจิตปราศจากราคะ ฯลฯ”<sup>๕๒</sup>

จิตมีราคะ คือ จิตที่เกิดพร้อมด้วยโลภะ ๘ อย่าง ราคะ คือ ความกำหนัดปรารถนาต้องการ ชอบ ยินดี พอใจ ในการปฏิบัติ พอใจในการยืน เดิน นั่ง นอน สุขเวทนา อุเบกขาเวทนา คตินึก เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รุส ถูกต้องสัมผัสอันสบาย ฉะนั้น นักปฏิบัติธรรมต้องรู้เท่าทันอาการของจิตที่มีราคะดังกล่าว แล้วพยายามกำหนดสติระลึกรู้

ในขณะที่ได้รับอารมณ์นำยินดี นำพอใจ ทางทวารทั้ง ๖ เช่น ตาได้เห็นรูปสวย ๆ หูได้ยินเสียงไพเราะอ่อนหวาน จมูกได้ดมกลิ่นหอม ๆ ลิ้นได้รับรส ที่กลมกล่อม ภายได้รับกระทบสัมผัสที่ดี ๆ ทำให้เกิดความสุขโสมนัสส่วนใหญ่แล้วโลภะจะเกิดขึ้น โลภะเป็นนามธรรม เป็นอกุศลเป็นจิตที่อยากได้ต้องการในสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้น ถ้าโลภะเกิดขึ้นเสมอ ๆ จะมีความต้องการอยากได้เพิ่มมากขึ้นทุกที และอาจจะกระทำความชั่วอย่างใดอย่างหนึ่งได้ดังนั้น จึงต้องคอยสำรวมระวังรักษาจิตไว้ให้ดี ด้วยการเจริญสติสัมปชัญญะให้เกิดขึ้นโดยกำหนดรู้อยู่เสมอ ๆ

โลภะเกิดที่จิตเกิดที่ใจ รู้ได้ด้วยสติสัมปชัญญะที่เข้าไปกำหนดให้ทันในอารมณ์ปัจจุบัน ควรกำหนดในเวลาที่เกิดความชอบใจยินดี ความอยากได้ ฯลฯ จะรู้ในสภาวะลักษณะของโลภะที่กำลังออกแสดงออกมาว่า จิตกำลังผูกพันยึดติดในรูปที่เห็นทางตา เสียงไพเราะที่ได้ยินทางหู ฯลฯ

สมเด็จพระพุทธดำรัสที่ว่า “เมื่อจิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่าจิตมีราคะ” ปัญญาที่รู้แบบนี้เรียกว่า นามรู้นาม เป็นญาณที่ ๑ เรียกว่า “นามรูปปริจเฉทญาณ”

ในขณะที่โลภะเกิด ถ้ามีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้อยู่เสมอ ๆ ก็ย่อมจะมีความชำนาญมากขึ้น แล้วพอพิจารณาต่อไปว่าอะไรเป็นปัจจัยให้โลภะเกิดปัญญาจะรู้ว่าเพราะได้รับอารมณ์ที่ดี นำรัก นำพอใจ ฯลฯ โลภะจึงเกิดขึ้น ปัญญาที่รู้แบบนี้เป็นญาณที่ ๒ เรียกว่า “ปัจจัยปริคคหญาณ”

<sup>๕๒</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๙/๓๓๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.



## ๒) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตไม่มีโรคะ

เมื่อได้รับอารมณ์ที่น่ายินดี น่าพอใจ ทางทวารทั้ง ๖ เกิดการปรุงแต่งแห่งจิต ทำให้รู้สึกน่าพอใจ ชอบใจ มีความสุข เรียกว่า จิตมีโรคะ แต่เมื่อใดมีสติรู้เท่าทันในอารมณ์โรคะที่ปรากฏ หรือ มีการบริกรรมว่า “ชอบหนอ ๆ ๆ” หรือ “พอใจหนอ ๆ ๆ” ตามความเป็นจริง ทันอารมณ์ปัจจุบัน ย่อมให้เกิดปัญญาที่รู้ชัด และตัดสภาวะแห่งโลกจิตลงเป็นขณะ ๆ ซึ่งจิตที่เกิดขึ้นตามมานั้น เรียกว่า จิตไม่มีโรคะ

ปัญญาที่รู้ชัดอย่างนี้ เรียกว่า “เมื่อจิตไม่มีโรคะ ก็รู้ชัดว่าจิตไม่มีโรคะ” นามรู้ नाम เป็นญาณที่ ๑ เรียกว่า “นามรูปปริจเฉทญาณ”

ในขณะที่โรคะเกิดขึ้น มีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้อยู่เสมอ ๆ ย่อมมีความชำนาญมากขึ้น แล้วพิจารณาให้เห็น ปัญญาจะรู้ว่าเพราะได้รับอารมณ์ที่ปราศจากโรคะเกิดขึ้น ปัญญาที่รู้อย่างนี้เป็นญาณที่ ๒ เรียกว่า “ปัจจัยปริคคหญาณ”

## ๓) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตมีโทสะ

จิตมีโทสะ ได้แก่จิต ๒ ดวงที่เกิดพร้อมด้วยโทมนัส

โทสะ คือ โกรธ เกลียด ชัง พยาบาท อาฆาต ไม่ชอบ ไม่พอใจ ไม่ต้องการ ไม่ปรารถนา ในการปฏิบัติ ไม่พอใจในการยืน เดิน นั่ง นอน ทุกขเวทนา เห็นรูปน่าเกลียด ได้ยินเสียงไม่ถูกใจ ได้กลิ่นเหม็น รุ้รสไม่ถูกกิเลส ถูกต้องสัมผัสอันไม่สบาย พยาปาโท นิยยานาวรรณ ความโกรธเป็นความโกรธครอบงำจิตใจ ดังที่พระพุทธองค์จึงทรงตรัสว่า “สโทสํ จิตตุนติ ปชานาติ วิตโทสํ วา จิตตํ วิตโทสํ จิตตุนติ ปชานาติ” เมื่อจิตมีโทสะก็รู้ว่า จิตมีโทสะ หรือ จิตปราศจากโทสะ ก็รู้ชัดว่าจิตปราศจากโทสะ เมื่อจิตปราศจากโทสะก็รู้ว่าจิตปราศจากโทสะ”<sup>๕๓</sup>

จิตมีโทสะจะเกิดขึ้นได้ เมื่อขณะจิตได้รับการกระทบกันอารมณ์ไม่น่ายินดีไม่น่าพอใจ ทำให้เกิดความเครียด หงุดหงิดกังวล ไม่พอใจ โกรธ อาฆาต ชื่อว่า จิตมีโทสะ หรือเห็นแล้วไม่ชอบ มีการกระทบสัมผัสแล้วเกิดอารมณ์ไม่ชอบขณะนั้นโทสะเกิดขึ้นแล้วโทสะเห็นนามธรรม เป็นอกุศล เป็นจิตโกรธไม่ต้องการสิ่งต่าง ๆ เหล่านั้น ถ้าความโกรธเกิดขึ้นบ่อย ๆ จะทำให้แสดงออกทางกายหรือทางวาจาที่น่ารังเกียจ เมื่อระงับยับยั้งไว้ไม่ได้เพราะขาดสติสัมปชัญญะการทำความชั่วก็จะเกิดขึ้นอย่างง่ายดายโดยไม่มีความละอายต่อบาปไม่มีความเกรงกลัวต่อบาป ดังนั้นพึงเห็นโทษของความโกรธแล้วเพียรเจริญสติสัมปชัญญะให้เกิดขึ้นกำหนดรู้อยู่เสมอ ๆ โดยกำหนดว่า โกรธหนอ

<sup>๕๓</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๙/๓๓๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔.

จิตโกรธเกิดที่ใจ รู้ได้ด้วยสติสัมปชัญญะที่เข้าไปกำหนดให้ทันในอารมณ์ปัจจุบัน ควรกำหนดในเวลาที่เกิดความโกรธ ไม่ชอบใจ ไม่พอใจ จะรู้ในสภาวะลักษณะของจิตโกรธที่กำลังแสดงออกถึงความกระวนกระวาย รุ่มร้อนเหมือนไฟ คุร่ายเหมือนงูพิษ

ปัญญาที่รู้ชัดอย่างนี้ เรียกว่า “เมื่อจิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่าจิตมีโทสะ” นามรู้ नाम เป็น ญาณที่ ๑ เรียกว่า “นามรูปปริจเฉทญาณ”

ในขณะที่โทสะเกิดขึ้น มีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้อยู่เสมอ ๆ ก็ย่อมจะมีความชำนาญมากขึ้น แล้วปัญญาจะรู้ว่าเพราะได้รับอารมณ์ที่ไม่ชอบใจ ฯลฯ จิตโกรธจึงเกิดขึ้น ปัญญาที่รู้ชัดนี้เป็น ญาณที่ ๒ เรียกว่า “ปัจจยปริคคหญาณ”

#### ๔) การเจริญสติสัมปชัญญะ เพื่อละจิตไม่มีโทสะ

เมื่อได้รับการกระทบทางอายตนะ ๖ มีตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ เกิดการปรุงแต่งแห่งจิต ทำให้รู้สึกไม่น่าพอใจ โกรธ หงุดหงิดกังวล เรียกว่า จิตมีโทสะ แต่ทันใดนั้นมีสติรู้เท่าทันในอารมณ์โทสะที่ปรากฏ หรือ มีการบริกรรมว่า “โกรธหนอ ๆๆ” หรือ “ไม่พอใจ ๆๆ” ตามความเป็นจริง ย่อมให้เกิดปัญญาที่รู้ชัด และตัดสภาวะแห่งโทสจิตลงเป็นขณะ ๆ ซึ่งจิตที่เกิดขึ้นตามมานั้น เรียกว่า จิตไม่มีโทสะ

ปัญญาที่รู้ชัดอย่างนี้ เรียกว่า “เมื่อจิตไม่มีโทสะ ก็รู้ชัดว่าจิตไม่มีโทสะ” นามรู้ नाम เป็น ญาณที่ ๑ เรียกว่า “นามรูปปริจเฉทญาณ”<sup>๕๔</sup>

ในขณะที่โทสะเกิดขึ้น มีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้อยู่เสมอ ๆ ย่อมมีความชำนาญมากขึ้น แล้วพิจารณาให้เห็นอะไรปัญญาจะรู้ว่าเพราะได้รับอารมณ์ที่ปราศจากโทสะเกิดขึ้น ปัญญาที่รู้ชัดนี้เป็น ญาณที่ ๒ เรียกว่า “ปัจจยปริคคหญาณ”

เมื่อได้รับการกระทบทางอายตนะ ๖ มีตา หู จมูก ลิ้น กาย และ ใจ เกิดการปรุงแต่งแห่งจิต ทำให้รู้สึกไม่น่าพอใจ ให้เพียรพิจารณาเห็นในอารมณ์ไม่พอใจนั้น โดยอาศัยสติสัมปชัญญะ เมื่อฝึกฝนรู้เท่าทันสภาวะปัจจุบันของรูปนามตามความจริง แจ่มในพระไตรลักษณ์ตัดกิเลสด้วยมรรคญาณไปตามลำดับ จนถึงอนาคามีมรรคจะตัดโทสะเป็นสมุทเฉทพหวน ดังปรากฏในโทสสูตรว่า

ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายละธรรมอย่างหนึ่งได้ เราขอรับรองความเป็นอนาคามีของเธอทั้งหลาย ธรรมอย่างหนึ่งคืออะไร ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายละธรรมอย่างหนึ่งคือโทสะ (ความคิดประทุษร้ายได้) เราขอรับรองความเป็นอนาคามีของเธอทั้งหลาย พระผู้มีพระภาคได้ตรัสเนื้อความดังกล่าวมานี้แล้ว ในพระสูตรนั้น จึงตรัส คาถาประพันธ์ดังนี้ว่า โทสะใดเป็นเหตุให้

<sup>๕๔</sup> ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๗๑๐.

สัตว์ผู้ประทุษร้ายไปสู่ทุกคติ ผู้มีปัญญาเห็นแจ้ง ย่อมละโทสะนั้นได้เพราะรู้โดยชอบ ครั้นละได้แล้ว จึงไม่ต้องหวนกลับมาเกิดในโลกนี้อีกไม่ว่าในกาลไหน ๆ<sup>๕๕</sup>

### ๕) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตมีโมหะ

จิตมีโมหะ ได้แก่ จิต ๒ ดวง คือ จิตที่เกิดพร้อมด้วยวิจิกิจฉาดวง ๑ ที่เกิดพร้อมด้วยอุทธัจจะ  
ดวง ๑

ลักษณะของจิตที่มีโมหะ จิตจะมีความไม่รู้เป็นลักษณะ มีสภาพเปลอ เหมือนเลื่อนลอย ในการกิริยาอาการต่าง ๆ เช่น หลงเย็น (ไม่กำหนด) หลงเดิน หลงนั่ง หลงนอน หลงเห็น หลงเสียง หลงกลิ่น หลงรส หลงรู้ (ขาดการกำหนด) หลงคิดนึก หลงคิดพิจารณา (ลืมหำหนด) เพราะหลงรู้อันประกอบด้วยโมหมูลจิตที่เกิดพร้อมด้วยวิจิกิจฉา ขาดโยนิโสมนสิการจึงทำให้จิตหลงในกิริยาอาการต่าง ๆ มีหลงเดิน หลงคิดพิจารณา เป็นต้น ดังนั้น นักปฏิบัติธรรมจึงจำเป็นต้องรู้เท่าทันกับจิตมีโมหะที่เกิดด้วย ดังบาลีว่า “สโมหํ วา จิตตํ สโมหํ จิตตุนติ ปชานาติ วิตโมหํ วา จิตตํ วิตโมหํ จิตตุนติ ปชานาติ เมื่อจิตมีโมหะ ก็รู้ว่า จิตมีโมหะหรือจิตปราศจากโมหะ ก็รู้ชัดว่าจิตปราศจากโมหะ”<sup>๕๖</sup>

โมหะเป็นนามธรรม เป็นอกุศล เป็นจิตหลงไม่รู้เหตุไม่รู้ในผล จึงไม่พิจารณาอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย หรือทางใจ อย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา และไม่รู้ตามความเป็นจริงว่า รูป เสียง กลิ่น รส ความเย็น ร้อน อ่อน แข็ง แคร่งตึงและไหวที่เกิดขึ้นกระทบสัมผัสกับทวารต่าง ๆ แต่ละทวารแต่ละขณะนั้นเป็นผลของกรรมเก่าที่ได้กระทำไว้แล้วในอดีตทั้งสิ้น

จิตในเวลาที่ได้รับอารมณ์ที่ดี ๆ น่าพอใจ ความโลภจึงเกิดขึ้นโดยง่าย แต่ถ้าได้รับอารมณ์ที่ไม่ดีไม่น่าพอใจ ความโกรธก็จะเกิดขึ้นทันทีที่เป็นดังนี้เพราะไม่มีสติสัมปชัญญะเข้าไปกำหนดรู้ในขณะที่ตาที่กำลังเห็นรูป หูกำลังได้ยินเสียง จมูกกำลังได้กลิ่น ลิ้นกำลังได้ลิ้มรส กายกำลังกระทบสัมผัสกับความเย็น ฯลฯ ก็เลสตัณหาก็เข้าครอบงำ

เมื่อมีสติสัมปชัญญะเกิดขึ้น จึงจะรู้ว่าโมหะเกิด แล้วต้องกำหนดที่ใจ

ความไม่รู้เป็นอกุศลกำลังเกิดอยู่ ความรู้เป็นกุศล จะเกิดซ้อนขึ้นมาในขณะที่จิตนั้นได้อย่างไร

<sup>๕๕</sup> คุรยลละเอียตโน ขุ.อิตติ. (ไทย) ๒๕/๒/๓๔๖.

<sup>๕๖</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๙/๓๓๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๕.

โมหะจิตต้องดับไปก่อนแต่ยังเป็นอารมณ์ปัจจุบันที่ต่อเนื่องเรียกว่า “สันตติปัจจุบัน” ดังนั้นเมื่อสติสัมปชัญญะเกิดในขณะที่จิตต่อมาจึงสามารถรู้ในสภาวลักษณะของโมหะได้ว่า ไม่รู้ไม่เห็นอะไรเลย เพราะจิตถูกปกปิดไว้ด้วยความมืด ด้วยอำนาจของอวิชชา คือ ความไม่รู้นั่นเอง

ปัญญาที่รู้ชัดว่า “เมื่อจิตมีโมหะ ก็รู้จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่าจิตมีโมหะ” อย่างนี้เรียกว่า “นามรูปปริจเฉทญาณ”<sup>๕๗</sup>

โมหะจิตเป็นจิตที่รู้ได้ยาก เห็นได้ยาก เพราะมีความมืดปกคลุม ต้องอาศัยเป็นผู้รู้ปัญญาจักขุมีสติสัมปชัญญะเกิดขึ้นอยู่เสมอ ๆ จึงสามารถกำหนดรู้ได้ในปัจจุบันอารมณ์ (สันตติปัจจุบัน) เมื่อกำหนดรู้ได้เสมอ ๆ ก็ย่อมจะมีความชำนาญมากขึ้นแล้วพิจารณาต่อไปว่า อะไรเป็นปัจจัยให้โมหะเกิด ปัญญาจะรู้ว่าเพราะไม่ไตร่ตรองในเหตุในผลโดยละเอียดถี่ถ้วนไม่รู้ช้อย่างนี้เป็นญาณที่ ๒ เรียกว่า “ปัจจัยปริคคหญาณ”<sup>๕๘</sup>

## ๖) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตไม่มีโมหะ

จิตหลง หรือ จิตมีโมหะ เพราะไม่รู้เหตุไม่รู้ในผล จึงไม่พิจารณาอารมณ์ที่เข้ามากระทบทางอายตนะ ๖ รวมทั้งไม่รู้เท่าทันตามความเป็นจริงของรูปนามในปัจจุบันที่ปรากฏ จึงเป็นภาวะแห่งจิตมีโมหะ แต่เมื่อมีการฝึกจิตด้วยวิปัสสนากรรม จิตจึงพัฒนาให้เกิดปัญญาด้วยการเจริญสติปัญญา ซึ่งเป็นทางสายเอกและทางสายเดี่ยวยังจะไปทำให้พ้นไปจากทุกข์ คลายจากความไม่รู้ คลายจากจิตที่หลงอยู่ลงได้ โดยการกำหนดเท่าทันสภาวจิตที่กำลังหลง หรือ ไหลเพลินไปกับอารมณ์นั้น โดยปริกรรมว่า “หลงหนอ ๆ ๆ” หรือ “เพลินหนอ ๆ ๆ” เมื่ออินทรีย์ที่สมดุขยดีแล้วปัญญาญาณจะตัดสภาวะการหลงให้ขาดลง เป็นขณะ ๆ จิตย่อมมองแผ้วเป็นปกติ สภาวจิตเช่นนี้ เรียกว่า “จิตไม่มีโมหะ”

บุคคลที่ละโมหะได้แล้วอย่างแนบเนียน โดยประธานด้วยอรหัตตมัคคญาณ เข้าสู่ความเป็นพระอรหันต์ ดังปรากฏในคัมภีร์ว่า “โมหะใดเป็นเหตุให้สัตว์ผู้หลงไปสู่ทุกข์ ผู้มีปัญญาเห็นแจ้ง ย่อมละโมหะนั้นได้เพราะรู้โดยชอบ ครั้นละได้แล้ว จึงไม่ต้องหวนกลับมาเกิดในโลกนี้อีกไม่ว่าในกาลไหน ๆ แม้เนื้อความนี้ พระผู้มีพระภาคก็ตรัสไว้แล้ว ข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้แล”<sup>๕๙</sup>

<sup>๕๗</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓), หน้า ๔๓๕.

<sup>๕๘</sup> พระพุทธโฆสเถระ รจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๙๙๕.

<sup>๕๙</sup> ดูรายละเอียดใน ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๓/๓๔๗.

### ๗) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตหตฺหุ

จิตหตฺหุ เป็นจิตที่มีลักษณะจิตค่อย ๆ ซึมลง ๆ เมื่อจิตหตฺหุ ย่อมตกไปสู่ความเกียจคร้าน สิ้น จิตต์ โสขชานูปัตติ และนำไปสู่ความหลับไหล ถินมิทฺธ นียยานาวรรณ ความง่วงเป็นเครื่องกั้นการ หลุดพ้น<sup>๖๐</sup> ดังนั้น นักปฏิบัติธรรมจึงต้องมีสติกำหนดรู้ให้เท่าทันจิตที่หตฺหุ ดังพระบาลีว่า “สงฺขิตฺตํ วา จิตฺตํ สงฺขิตฺตํ จิตฺตุนติ ปชานาติ เมื่อจิตหตฺหุ ก็รู้ว่าจิตหตฺหุ”<sup>๖๑</sup>

จิตหตฺหุเป็นนามธรรม เป็นอกุศลเป็นลักษณะของโทสะที่เบาบางแอบแฝงอยู่ภายใน บางครั้งก็เกิดความท้อถอยเบื่อหน่ายในการงานที่กำลังกระทำอยู่บางครั้งก็เกิดความอ่อนในใจนั่งโงก งุนงง ง่วงเหงาหาวนอน<sup>๖๒</sup> ความเศร้าหมองไม่แจ่มชื่นของจิตประเภทนี้เปรียบได้ดังดอกบัวที่มีผู้นำมาจากบึงแล้ววางให้พินน้ำในเวลาเที่ยงวัน กลีบบัวย่อมเหี่ยวเฉาเศร้าหมองไปบุคคลผู้มีความเพียรปฏิบัติ ธรรม แต่ในขณะนั้นเกิดความประมาทขาดสติ อกุศลเข้าครอบงำในเวลาที่กำลังเห็นรูปทางตา กำลังได้ยินเสียงทางหู ฯลฯ อย่างใดอย่างหนึ่งแล้วจิตไม่มีความคล่องแคล่วไม่ควรแก่การงานที่เป็น อกุศลเพราะอารมณ์ต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบในขณะนั้นทั้งทางฝ่ายดีและฝ่ายชั่วไม่มีกำลังที่กระตุ้นเตือน ให้รู้สึกตัวได้ดังนั้นจิตที่หตฺหุเศร้าหมองจิตเกิดติดต่อกันไปได้นาน ๆ

เพราะเหตุนี้ จึงต้องแสวงหาอารมณ์ที่เป็นกุศลเพื่อให้จิตเกิดความแจ่มชื่นผ่องใส ด้วยการ ผลัดเปลี่ยนอิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน สลับกันไปตามสมควรในสถานที่นั้น ๆ หรืออาจจะเปล่งวาจา ท่องบ่นภาวนาในกัมมัฏฐานหมวดใดหมวดหนึ่ง เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง<sup>๖๓</sup> ฯลฯ วิธีปฏิบัติอย่างนี้ เป็นการเปลี่ยนอารมณ์จากจิตที่หตฺหุเศร้าหมองมาสู่อารมณ์ที่เป็นกุศลต่อไป

เนื่องจากการเจริญสติปัฏฐานเป็นการกำหนดรู้ในสมมุติบัญญัติ มีอยู่ และกำหนดรู้ในรูป นามปรมาตฺถ์ รู้ถึงสภาวะลักษณะของรูปนามและนามธรรมที่กำลังปรากฏโดยไม่เลือกอารมณ์ว่าดี หรือ ชั่ว เป็นกุศลหรืออกุศล มีอยู่ ดังนั้น เมื่อสติสัมปชัญญะเกิดขึ้น กำหนดในสภาพธรรมประเภทใด ประเภทหนึ่งขณะนั้นจิตต้องเป็นกุศลโดยส่วนเดียว

เมื่อรู้ว่าจิตหตฺหุ ต้องกำหนดที่ใจ ลักษณะของจิตที่หตฺหุ กำลังปรากฏให้รู้ว่าสภาวะธรรมนี้ มีอยู่จริงเป็นความเศร้าหมอง ไม่แจ่มชื่นไม่เบิกบานของจิต<sup>๖๔</sup>

<sup>๖๐</sup> พุ.ป. (บาลี) ๓๑/๓๖๕/๒๔๖, พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๕๓/๒๓๕.

<sup>๖๑</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๙/๓๓๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๕.

<sup>๖๒</sup> ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**, แปลโดย พระคันธสาราภิกขุ, (กรุงเทพมหานคร: ห.จ.ก. ประยูรสาส์นไทย, ๒๕๔๘), หน้า ๘๐.

<sup>๖๓</sup> ดูรายละเอียดใน ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

<sup>๖๔</sup> ดูรายละเอียดใน พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**, หน้า ๑๐๔-๑๑๔.

ปัญญาที่รู้ชัดว่า “เมื่อจิตหุดหู่ ก็รู้ชัดว่าจิต หุดหู่” อย่างนี้เรียกว่า นามรู้ नाम เป็นญาณที่ ๑ เรียกว่า “นามรูปปริจเฉทญาณ” <sup>๖๕</sup>

ในขณะที่จิตหุดหู่เกิด ถ้ามีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้อยู่เสมอ ๆ ก็ย่อมจะมีความชำนาญมากขึ้นแล้วพิจารณาต่อไปว่า อะไรเป็นปัจจัยให้ความหุดหู่เกิดปัญญาจะรู้ว่าเป็นความบกพร่องไม่สมควรแก่การทำงานของกายและจิตในขณะนั้น ๆ ฯลฯ จิตหุดหู่จึงเกิดขึ้นได้ ปัญญาที่รู้อย่างนี้เป็นญาณที่ ๒ เรียกว่า “ปัจจัยปริคคหญาณ” <sup>๖๖</sup>

#### ๘) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตไม่หุดหู่

จิตที่หุดหู่ เศร้าหมอง ไม่แจ่มใส เกิดความท้อถอย เบื่อหน่าย นิ่งโง่งมงาย เช่นนี้มักเกิดกับขณะจิตมีสติและสัมปชัญญะอ่อนกำลัง จึงควรกำหนดรู้ให้เท่าทันโดยการเพิ่มความรู้สึกตัวทั่วพร้อม แล้วจึงกำหนดไปในอาการจิตนั้น ๆ ว่า หุดหู่หนอ ๆ ๆ เบื่อหนอ ๆ ๆ ง่วงหนอ ๆ ๆ เป็นต้น เมื่อเพียรกำหนดไม่ลดละ ย่อมเห็นสภาวะธรรมจางลง ดับ คลายลง ไปเป็นขณะ ๆ ๆ ซึ่งจิตที่เข้าไปรู้ว่า จิตที่หุดหู่ดับลง สภาวะนั้นเรียกว่า” จิตไม่หุดหู่

จิตไม่หุดหู่ก็ยังเป็นเหตุเป็นปัจจัยให้สามารถเข้าถึงความเป็นพระโสดาบันได้ ดังปรากฏว่า “เมื่อมีจิตไม่หุดหู่ จึงอาจละสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาสได้” <sup>๖๗</sup>

#### ๙) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตฟุ้งซ่าน

จิตฟุ้งซ่าน ได้แก่ จิตที่เกิดพร้อมด้วยอุทธัจจะ จิตที่เกิดพร้อมอุทธัจจะนั้นชื่อว่า จิตฟุ้งซ่าน ลักษณะ จิตซัดสาย ไม่นิ่ง ไม่อยู่กับที่ ไม่อยู่กับปัจจุบัน เหตุเกิดเพราะคิดอนาคต นึกอดีต ประารณายิ่ง อุทธัจจ นียยา นาวรณ์ ความฟุ้งซ่านเป็นเครื่องกั้นการหลุดพ้น ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจึงต้องมีสติกำหนดรู้ให้เท่าทันจิตที่ฟุ้งซ่าน ดังพระบาลีว่า “วิกขิตตฺวา จิตตํ วิกขิตตํ จิตตุนติ ปชานาติ เมื่อจิตฟุ้งซ่าน ก็รู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน” <sup>๖๘</sup>

จิตที่หุดหู่เชื่อมซึมชื่อว่า สังขิตตจิต จิตที่ซัดสายฟุ้งซ่าน ชื่อว่า วิกขิตตจิต จิตที่ตั้งมั่นชื่อว่า สมาhitจิต จิตที่ไม่ตั้งมั่นชื่อว่า อสมาhitตจิต จิตที่พ้นจากกิเลสชั่วขณะด้วยการเจริญสติระลึกชื่อ

<sup>๖๕</sup> พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), วิปัสสนาขุณี หลักการปฏิบัติวิปัสสนา, หน้า ๔๓๕.

<sup>๖๖</sup> พระพุทธโฆสเถระ รจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), หน้า ๙๙๕.

<sup>๖๗</sup> ดูรายละเอียดใน อภ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๗๖/๑๗๕.

<sup>๖๘</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๙/๓๓๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๕.

วิมุตตจิต จิตที่ถูกความฟุ้งซ่านครอบงำ ไม่ให้พ้นไปจากกิเลสชื่อว่า อวิมุตตจิต จิตดังกล่าวนี้ ก็เป็น อารมณ์ของการเจริญวิปัสสนาตามสมควร ผู้ปฏิบัติพึงกำหนดว่า “ฟุ้งหนอ” ดังนี้ เป็นต้น

### ๑๐) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตไม่ฟุ้งซ่าน

จิตที่รับการกระทบทางทวาร ๖ มีการรับอารมณ์ทางทวารตา เป็นต้นโดยไม่มีการกำหนด รู้ ย่อมเกิดการปรุงแต่งไปตามเหตุปัจจัยที่มากระทบ จึงเกิดอารมณ์ต่าง ๆ มีจิตที่ฟุ้งซ่านเกิดขึ้น เป็นต้น เมื่อเรารู้เท่าทันจิต แล้วกำหนดตามอาการที่ปรากฏว่า ฟุ้งซ่านหนอ ๆ ๆ จนเห็นจิตฟุ้งซ่านนั้นดับลง สภาวะธรรมนี้ เรียกว่า จิตไม่ฟุ้งซ่าน

จิตที่ฝึกดีแล้วด้วยการเจริญสัมปชัญญะ มีความรู้ตัวทั่วพร้อมย่อมไม่ฟุ้งซ่าน พร้อมด้วย ศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ที่สมบูรณ์ ย่อมทำให้ละกิเลสไปตามลำดับ ดังปรากฏในตโยธัมมสูตร ว่า “เมื่อมีจิตไม่ฟุ้งซ่าน จึงอาจละการมณสิการโดยไม่แยบคาย การเดินทางผิด และความหุดหู่แห่งจิตได้ เมื่อมีจิตไม่หุดหู่ จึงอาจละสักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาสได้ เมื่อไม่มีวิจิกิจฉา จึงอาจละราคะ โทสะ และ โมหะได้ ครั้นละราคะ โทสะ และโมหะ ได้แล้ว จึงอาจละชาติ ชรา และมรณะได้”<sup>๖๙</sup>

### ๑๑) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตเป็นมหัคคตะและจิตไม่เป็นมหัคคตะ

จิตเป็นมหัคคตะ คือ จิตที่ตั้งมั่นมีสมาธิ เป็นอารมณ์แห่งองค์ฌานต่าง ๆ ไม่วอกแวก ไม่ซัดส่าย นิ่งและไม่หวั่นไหว ตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์

มหัคคต ได้แก่ จิตที่เป็นรูปาวจร และ อรูปาวจร ในรูปฌาน อรูปฌาน สัญญาเวทิตินิโรธ กล่าวคือ ความตั้งมั่นเป็นหนึ่งของจิต เป็นจิตที่กว้างขวาง แสดงถึงความเป็นใหญ่ด้วยเมตตาภาวนา สมาธิ เป็นภาวะของจิตที่บรรลุถึงขั้นรูปฌานและอรูปฌาน

เมื่อผู้ปฏิบัติมีจิตตั้งมั่นมีสมาธิดี ย่อมประคับประคองการระลึกรู้มันไว้ เรียกว่าการประคับคองจิตในสมัยที่ควรที่จะประคับประคอง เมื่อจิตหลุด จิตคลาย ย่อมรับรู้อารมณ์ปกติ จึงควรกำหนดรู้ให้ทัน จึงเรียกว่า อมหัคคต เมื่อจิตไม่เป็นมหัคคตะนี้ก็รู้ว่าจิตไม่เป็นมหัคคตะ ดังพระบาลีว่า “มหัคคตฺวา จิตตํ มหัคคตํ จิตตฺนติ ปชานาติ อมหัคคตํ วา จิตตํ อมหัคคตํ จิตตฺนติ ปชานาติ เมื่อจิตเป็นมหัคคตะก็รู้ว่า จิตเป็นมหัคคตะหรือจิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ว่าจิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ว่าจิตไม่เป็นมหัคคตะ”

### ๑๒) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าและจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า

สอตุตฺร เมื่อจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ว่าจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ในขณะที่ก่อนและหลังเข้าฌาน เมื่อจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่าก็รู้ชัดว่า บางคัมภีร์ก็ว่าได้แก่ จิตที่เป็นกามาวจร คือ ในขณะที่จิตที่รู้อารมณ์นั้น ๆ กับ

<sup>๖๙</sup> ดูรายละเอียดใน อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๗๖/๑๗๕.

ไปรับรู้อารมณ์อย่างอื่นแทนจิตดวงเก่าที่กำลังรับรู้อารมณ์กรรมฐานนั้น ๆ อยู่ ผู้ปฏิบัติจำเป็นต้องกำหนดสติระลึกให้เห็นว่ามีจิตอื่นยิ่งกว่า

หมายความว่า เมื่อจิตของผู้ปฏิบัติตั้งมั่นอยู่ในองค์ฌานสมาธิ มีความสงบ ความนิ่ง ความว่าง เมื่อจิตไปรับรู้อารมณ์อื่น (ออกจากจิตที่ตั้งมั่น) ดังนั้น ผู้ปฏิบัติจึงต้องมีสติกำหนดรู้ให้เท่าทันจิตดังกล่าวหรือจิตยังตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์ฌาน ความสงบ ความตั้งมั่นแห่งจิต เรียกว่า ไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า (อารมณ์ที่ตั้งมั่นแห่งจิต) ก็ต้องมีสติระลึก ดังพระบาลีว่า “สอตุตฺรํ วา จิตฺตํ สอตุตฺรํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ อนุตฺตฺรํ วา จิตฺตํ อนุตฺตฺรํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ จิตฺตํ จิตฺตํ อื่นยิ่งกว่า ก็รู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า หรือจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ว่าจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า”

### ๑๓) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตเป็นสมาธิและจิตไม่เป็นสมาธิ

จิตมีสมาธิ หมายถึงจิตที่ตั้งมั่นมีสมาธิ ได้แก่ อัปนาสมาธิหรืออุปจารสมาธิ จิตย่อมไม่วอกแวก ไม่ซัดส่าย ไม่หวั่นไหวไป มีจิตตั้งมั่นย่อมรู้ชัดตามอารมณ์ภายนอกหรือภายในที่ปรากฏตามความเป็นจริง ผู้ปฏิบัติเมื่อรู้ว่าจิตเป็นสมาธิก็มีสติระลึกให้เห็นทันว่าจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิ ดังพระบาลีว่า “สมาหิตํ วา จิตฺตํ สมาหิตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ อสมาหิตํ วา จิตฺตํ อสมาหิตํ วา จิตฺตํ อสมาหิตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ จิตฺตํ ตั้งมั่น ก็รู้ว่า จิตตั้งมั่น หรือจิตไม่ตั้งมั่นก็รู้ว่าจิตไม่ตั้งมั่น”<sup>๗๐</sup>

อสมาหิตํ เมื่อจิตไม่เป็นสมาธิก็รู้ว่าจิตไม่สมาธิ หมายถึงจิตหวั่นไหว ซัดส่าย ไหลไปตามอารมณ์ ที่เข้ามาทั้งภายในและภายนอกทำให้รู้สึกนึกคิด ผู้ปฏิบัติจึงต้องกำหนดรู้ทันว่าจิตไม่มีสมาธิดังนี้

### ๑๔) การเจริญสัมปชัญญะ เพื่อละจิตหลุดพ้นแล้วและจิตไม่หลุดพ้น

วิมุตต์ เมื่อจิตหลุดพ้นก็รู้ว่าจิตหลุดพ้น ได้แก่จิตหลุดพ้นด้วยตหังควิมุตติ พ้นชั่วคราวด้วยการกำหนดรู้ เช่น หลุดพ้นจากความง่วงแล้ว จิตสว่างขึ้นก็มีสติกำหนดรู้ว่าจิตหลุดพ้น (จากความง่วง) วิภังควิมุตติ พ้นด้วยจิตตั้งมั่น พ้นด้วยการข่มไว้ไม่ให้อารมณ์ทั้งหลายเข้าแทรกได้ ต้องรู้ว่า พ้นจากอารมณ์ต่าง ๆ เพราะการข่มไว้ สมุจเฉทวิมุตติ พ้นด้วยเด็ดขาด คือพระโสดาปัตติผลถึงพระอรหัตตผล ปฏิปัสสทธิวิมุตติ พ้นด้วยความสงบ คือ สุญญตวิโมกข์ และนิสรณวิมุตติ พ้นด้วยการออกไปจากอุปาทานชั้นด้วยอนิมิตตวิโมกข์ ต้องมีสติระลึกตลอดเวลา หรือเมื่อจิตไม่หลุดพ้นก็รู้ว่าจิตไม่หลุดพ้น คือจิตยังข้องอยู่กับอารมณ์ก็ย่อมกำหนดรู้เท่าทัน ดังพระบาลีว่า “วิมุตฺตํ วา จิตฺตํ วิมุตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ อวิมุตฺตํ วา จิตฺตํ อวิมุตฺตํ จิตฺตุนฺติ ปชานาติ ฯ เมื่อจิตหลุดพ้น ก็รู้ว่าจิตหลุดพ้นหรือจิตไม่หลุดพ้นก็รู้ว่าจิตไม่หลุดพ้น”<sup>๗๑</sup>

<sup>๗๐</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๙/๓๓๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๕.

<sup>๗๑</sup> ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๘๙/๓๓๔, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๕.



เมื่อจิตหลุดพ้นไปจากเหตุ แห่งความเกิด เธอได้เห็นวิมุตติครั้งแรกในจิตใจของตนเองและได้เห็นนิพพาน บางพระสูตรกล่าวว่า รู้ชัดว่าชาติ (ความเกิด) สิ้นแล้ว พรหมจรรย์อยู่จบแล้ว กิจต่อไป ไม่มีอีก ถอน วิมุตติ อยมนตมา ชาติ นตถิ ปุนพภโวติ ความหลุดพ้นของเราไม่วัฏฏีกแล้ว ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย บัดนี้ไม่มีการเกิดอีกต่อไป<sup>๗๒</sup>

สรุปการพิจารณาจิตในจิต จิตภายใน คือจิตที่เป็นอาการหรือลักษณะของจิตนั้น ๆ เช่น ลักษณะอาการของโลก มีการยึดติดเป็นลักษณะ เป็นต้น จิตภายนอก คือความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากอาการของจิตนั้น ๆ เช่น จิตโลภมีความอยากได้ จิตโกรธ จิตมีราคะ จิตมีความฟุ้งซ่าน เป็นต้น ผู้ปฏิบัติที่รับรู้ว่ามีเพียงอาการฟุ้ง จะรู้สึกว่าอาการฟุ้งไม่ใช่ส่วนหนึ่งของเรา ไม่มีเราอยู่ในอาการนี้ ความรู้สึกเช่นนี้ จัดว่า กำจัดสักกายทิฏฐิ เพราะรู้ว่ามีเพียงอาการฟุ้งและจิตที่กำหนดรู้อยู่ ไม่มีอัตตาตัวตนใด ๆ หลังจากนั้นย่อมเกิดปัญญาเร่งแจ้งความเกิดดับอย่างรวดเร็วของอาการฟุ้งและจิตที่กำหนดรู้ ปัญญาที่เกิดขึ้นได้ เห็นความไม่เที่ยงของความฟุ้งซ่าน ผู้ที่ยังเห็นความเกิดดับของจิตอย่างนี้ เห็นความเกิดขึ้น เห็นความเสื่อมไป (ไตรลักษณ์) ของจิตทั้งหลายอยู่บ้าง ย่อมเห็นจิตเป็นเพียงจิต ไม่มีสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา อยู่ในจิตนั้น จิตมีไว้เพื่ออาศัยระลึก มีไว้เพื่อรู้เท่านั้น ย่อมไม่ยึดติดในจิตใด ๆ ย่อมปราศจากความยึดมั่นในโลกแห่งอุปาทานขันธ์ เขาไม่ทำกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อสร้างภพชาติ จึงบรรลุความพ้นทุกข์ด้วยการเจริญจิตตานุปัตสนานี้

### ๓.๔ ผลของการเจริญวิปัสสนา

ผู้ที่ได้เข้าถึงวิปัสสนาญาณจนบรรลุมรรค ผล คือ โสดาปัตติผล สกทาคามิผล อนาคามิผล และอรหัตตผล สามารถจัดกิเลสได้ตามลำดับ ตั้งแต่กิเลสอย่างหยาบไปจนถึงกิเลสอย่างละเอียด พร้อมทั้งเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลนั้น ๆ ไปด้วย สภาวะของการบรรลุธรรมและช่วงจังหวะในการบรรลุธรรมนั้นมีความแตกต่างกัน แล้วแต่ประสบการณ์และภูมิหลังของแต่ละบุคคล แต่ที่เหมือนกันคือ เมื่อถึงจุดสุดท้ายของการบรรลุธรรม ทุกคนล้วนมองเห็นความจริงของสรรพสิ่งว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่มีตัวตน ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวเรา เป็นของเรา ทุกสิ่งเป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีใครบังคับบัญชาได้ ความหมดจดแห่งญาณทัศนะ คือ ความรู้ในอริยมรรค ๔ หรือ มรรคญาณ ซึ่งเกิดถัดจากโคตรญาณ เมื่อมรรคญาณเกิดแล้ว ผลญาณก็เกิดขึ้นในลำดับถัดไปจากมรรคญาณนั้น ๆ ตามลำดับของแต่ละขั้นของความเป็นอริยบุคคล ความเป็นอริยบุคคลนี้ เป็นที่หมายสูงสุดแห่งไตรสิกขา หรือการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาทั้งหมด

<sup>๗๒</sup> ส.ม. (บาลี) ๑๙/๑๖๘๑/๕๓๔, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๘๓/๕๙๘.

### ๓.๔.๑ พระอริยบุคคล

อริยบุคคลแบ่งตามประเภทบุคคล ๔ จำพวก คือ

#### ๑) พระโสดาบัน

โสดาบัน คือ ท่านผู้ละสังโยชน์ได้ ๓ อย่าง ไม่มีทางตกต่ำ มีความแน่นอนที่จะสำเร็จสัมโพธิ ในวันข้างหน้า<sup>๗๓</sup> ผู้เข้าถึงกระแสสมรรคหรือผู้เดินตามทางถูกต้องอย่างแท้จริง คือปฏิบัติถูกต้องตามอริยมรรคอย่างแท้จริง การบรรลุธรรมระดับนี้ผู้ได้บรรลุทำได้บริบูรณ์ในศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิ ทำได้พอประมาณในปัญญา สามารถละสังโยชน์ได้ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และสีลัพพตปรามาส การบรรลุขั้นนี้ ระดับมรรคเรียกว่า โสดาปัตติมรรค ชั้นผลเรียกว่า โสดาปัตติผล พระอริยบุคคลผู้บรรลุมีชื่อว่า พระโสดาบัน

(๑) โสดาปัตติมรรคบุคคล คือบุคคลในขณะที่มรรคจิตเกิดขึ้นเป็นครั้งแรก ที่เรียกว่า โสดาปัตติมรรคจิต โสดาปัตติมรรคบุคคลนี้นับเป็นอริยบุคคลขั้นแรก และได้ชื่อว่าเป็นผู้หยั่งลงสู่กระแสพระนิพพานแล้ว มรรคจิตในขั้นนี้จะทำลายกิเลสได้ตั้งนี้คือสักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส

รวมทั้งโลภะ(ความโลภ) โทสะ (ความโกรธ, ขัดเคืองใจ, กังวลใจ, เครียด, กลัว) โมหะ (ความหลง คือไม่รู้ธรรมชาติที่แท้จริงของสรรพสิ่ง) ในขั้นหยาบอื่น ๆ อันจะเป็นผลให้ต้องไปเกิดในอบายภูมิ (เดรัจฉาน, เปรต, อสุรกาย, นรก) ด้วย

(๒) โสดาปัตติผลบุคคล หรือที่เรียกกันทั่วไปว่าโสดาบัน คือผู้ที่ผ่านโสดาปัตติมรรคมาแล้ว

คุณสมบัติที่สำคัญของโสดาบันก็คือ

- พ้นจากอบายภูมิตลอดไป คือจะไม่ไปเกิดในอบายภูมิอีกเลย เพราะจิตใจมีความประณีตเกินกว่าที่จะไปเกิดในภูมิเหล่านั้นได้ (ใครจะไปเกิดในภูมิใดนั้น ขึ้นกับสภาพจิตตอนใกล้ตายที่เรียกว่ามรณาสันนวิถิ ถ้าขณะนั้นจิตมีสภาพเป็นอย่างไร ก็จะส่งผลให้ไปเกิดใหม่ในภูมิที่มีสภาพใกล้เคียงกับสภาพจิตนั้นมากที่สุด)

- อีกไม่เกิน ๗ ชาติจะบรรลุเป็นพระอรหันต์

- มีศรัทธาในพระรัตนตรัยอย่างมั่นคง ไม่มั่งอนแง่นคลอนแคลน จะไม่คิดเปลี่ยนศาสนาอีกเลย

<sup>๗๓</sup> ที.สี. (ไทย) ๙/๓๗๗/๑๕๖.

- มีศีล ๕ บริบูรณ์ (ไม่ใช่แค่บริสุทธิ์) คือความบริสุทธิ์ของศีลนั้นเกิดจากความบริสุทธิ์/ความประณีต ของจิตใจจริง ๆ ไม่ใช่ใจอยากทำศีลแต่สามารถข่มใจไว้ได้ คือใจสะอาดจนเกินกว่าจะทำผิดศีลห้าได้

ในพระอภิธรรมปิฎก ได้กล่าวถึงพระโสดาบันไว้ ๕ ประเภท<sup>๗๔</sup> ได้แก่

(๑) พระเอกพีชีโสดาบัน หมายถึง ผู้มีพีชคืออตภาพอันเดียว คือเกิดอีกครั้งเดียวก็จักบรรลอรหัตตผล เป็นพระเอกพีชีโสดาบัน เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระสกทาคามี

(๒) พระโกลังโกละโสดาบัน หมายถึง ผู้ไปจากตระกูลสู่ตระกูล คือเกิดในตระกูลสูงอีก ๒-๓ ครั้ง หรือเกิดในสุคติภพอีก ๒-๓ ครั้ง ก็จักบรรลอรหัตตผล เป็นพระโกลังโกละโสดาบัน เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระเอกพีชีโสดาบัน

(๓) พระสตัดักขัตตุปรมโสดาบัน หมายถึง ผู้เกิด ๗ ครั้งเป็นอย่างยิ่ง คือ เวียนเกิดในสุคติภพอีกอย่างมากเพียง ๗ ครั้ง ก็จักบรรลอรหัตตผล เป็นผู้ละสังโยชน์เบื้องต่ำ ๓ ประการได้แล้ว, เป็นผู้ไม่ตกไปในอบาย ๔ มีความแน่นอนที่จะตรัสรู้มรรค ๓ เบื้องสูง เมื่อจะเกิดในภพใหม่เป็นเทวดาหรือมนุษย์ก็เกิดได้ไม่เกิน ๗ ครั้ง เป็น พระสตัดักขัตตุปรมโสดาบัน เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระโกลังโกละโสดาบัน

(๔) พระธัมมานุสारीโสดาบัน<sup>๗๕</sup> หมายถึง ผู้เล่นไปตามธรรม คือ ผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผล มีปัญญาแก่กล้า บรรลุผลแล้วกลายเป็นทิวฐิปัตตะ เป็นพระโสดาบันผู้ธัมมานุสारी เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระสตัดักขัตตุปรมโสดาบัน

(๕) พระสัทธานุสारीโสดาบัน หมายถึง ผู้เล่นไปตามศรัทธา คือ ผู้ปฏิบัติเพื่อบรรลุโสดาปัตติผล มีศรัทธาแก่กล้า บรรลุผลแล้วกลายเป็นสัทธาวิมุต เป็นพระโสดาบันผู้ สัทธานุสारी เพราะมีอินทรีย์อ่อนกว่าพระโสดาบัน ผู้ธัมมานุสारी<sup>๗๖</sup>

ผู้ได้บรรลุโสดาปัตติผลแล้วด้วยการละ สังโยชน์ เบื้องต่ำ ๓ ประการได้คือ

ก. สักกายทิวฐิ หมายถึง ความเห็นร่างกายของตนว่าเป็นตัวตน หรือเป็นอัตตา ผู้ละกิเลสนี้ได้จะเห็นว่าเป็นเพียงรูปธรรมที่ไม่ยั่งยืน เปลี่ยนแปลง และแตกสลายไปในที่สุด

<sup>๗๔</sup> อภ.ป. (ไทย) ๓๖/๓๑/๑๕๔.

<sup>๗๕</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๕๐/๑๑๒.

<sup>๗๖</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๙/๔๙๔/๓๐๔.

ข. วิจิกิจฉา หมายถึง ความลังเลสงสัย สงสัยว่าบาปบุญและผลบาปบุญมีหรือไม่มี คุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ คุณบิดา มารดามีจริงหรือไม่ สงสัยในข้อปฏิบัติของตนว่าถูกต้องหรือไม่ สงสัยในอริยสัจ ๔ ว่ามีจริงหรือไม่

ค. สิลัพตปรามาส หมายถึง ความเชื่อถ้อยมงาย จะทำอะไร จะปฏิบัติอะไรก็มงาย ตามคนอื่น ใครเขาว่าทำบุญ ใส่บาตร รักษาศีลได้บุญ ก็ทำตามเขาโดยไม่รู้ความมุ่งหมายของการกระทำนั้น ๆ ผู้ละกิเลสข้อนี้ได้ย่อมเข้าใจแจ่มแจ้งในการกระทำนั้น ๆ

ความเป็นพระโสดาบันนี้ก็เช่นเดียวกับความเป็นพระอริยบุคคลประเภทอื่น ๆ ที่มีได้จำกัดอยู่เฉพาะเพศบรรพชิต (นักบวช) เท่านั้น แม้ คฤหัสถ์ คือชายหรือหญิงผู้ครองเรือน ก็สามารถเป็นพระโสดาบันได้ เช่น ในสมัยพุทธกาลคฤหัสถ์ที่เป็นพระโสดาบันที่มีชื่อเสียงก็มีจำนวนมากได้แก่ นางวิสาขา มหาอุบาสิกา อนาถบดินทกเศรษฐี พระเจ้าพิมพิสาร หมอชีวก เป็นต้น

## ๒) พระสกทาคามี

พระสกทาคามี หมายถึง ผู้กลับมาสู่โลกนี้อีกครั้งเดียว ก็สามารถกำจัดทุกข์ให้สิ้นไปได้ ผู้ได้บรรลุดุจธรรมระดับนี้ เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในชั้นศีล ทำได้พอประมาณในสมาธิและปัญญา นอกจากนี้สามารถทำสังโยชน์ ๓ อย่าง คือ สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา และสิลัพตปรามาส ให้หมดสิ้นไป และยังทำราคะ โทสะ โมหะให้เบาบางลง การบรรลุดุจธรรมระดับนี้ เป็นขั้นมรรคเรียกว่า สกทาคามีมรรค ชั้นผลเรียกว่าสกทาคามีผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุมีชื่อว่า พระสกทาคามี<sup>๗๗</sup>

(๑) สกทาคามีมรรคบุคคล หรือสกิทาคามีมรรคบุคคล คือบุคคลที่เจริญวิปัสสนาต่อไปอีกจนกระทั่ง มรรคจิตเกิดขึ้นเป็นครั้งที่ ๒ ที่เรียกว่าสกทาคามีมรรคจิต มรรคจิตในขั้นนี้ ไม่สามารถทำลายกิเลสตัวใหม่ให้หมดไปได้อย่างสิ้นเชิงเหมือนมรรคจิตขั้นอื่น ๆ เป็นแต่เพียงทำให้ โภคะ โทสะ เบาบางลงเท่านั้น โดยเฉพาะกามฉันทะ และปฏิฆะ ถึงแม้ว่าความยึดมั่นที่มีอยู่จะน้อยลงไปก็ตาม ทั้งนี้เพราะกามฉันทะและปฏิฆะนั้นมีกำลังแรงเกินกว่า จะถูกทำลายไปได้ง่าย ๆ

(๒) สกทาคามีผลบุคคล หรือสกิทาคามีผลบุคคล คือผู้ที่ผ่านสกทาคามีมรรคมาแล้ว คุณสมบัติสำคัญของสกทาคามีผลบุคคลก็คือ ถ้ายังไม่สามารถบรรลุดุจธรรมที่สูงขึ้นไปได้ในชาตินี้ ก็จะกลับมาเกิดในกามภูมิอีกเพียงครั้งเดียวก็จะบรรลุดุจธรรมที่สูงขึ้นไปได้ แล้วจะพ้นจากกามภูมิตลอดไป เพราะอริยบุคคลขั้นนี้เป็นขั้นสุดท้ายที่จะเกิดในกามภูมิได้อีก คำว่ากามภูมินั้นได้แก่ สวรรค์ ๖ ชั้น มนุษยภูมิ เดรัจฉาน เปเรต อสุรกาย นรก แต่สกทาคามีบุคคลนั้นพ้นจากอบายภูมิไปแล้วตั้งแต่เป็นโสดาบัน จึงเกิดได้เพียงในสวรรค์ และมนุษย์เท่านั้น

<sup>๗๗</sup> วจ.ติก. (ไทย) ๒๐/๘๘/๓๑๖.

ในอภิธรรมัตถสังคหะ ได้กล่าวถึงพระสกทาคามีไว้ ๕ ประเภท<sup>๗๘</sup> ได้แก่

(๑) พระสกทาคามี บางจำพวกสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคลในมนุษยโลกนี้แล้ว ไปบังเกิดเป็นเทพเจ้า ณ เทวโลก เมื่อจุติจากเทวโลกกลับมาเกิดในมนุษยโลกนี้อีกครั้งหนึ่ง ก็ได้บรรลุอรหัตตผลและดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลกนี้เอง

(๒) พระสกทาคามี บางจำพวกสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคลในมนุษยโลกนี้แล้ว กระทำความเพียรเจริญวิปัสสนาต่อไปอย่างไม่หยุดยั้งจนกระทั่งได้บรรลุอรหัตตผลและดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลกนี้เอง

(๓) พระสกทาคามี บางจำพวกสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคลในมนุษยโลกนี้แล้วไปบังเกิดเป็นเทพบุตร ณ เทวโลกและก็ได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์และดับขันธปรินิพพาน ณ เทวโลกนั้นเอง

(๔) พระสกทาคามี บางจำพวกเป็นเทพเจ้าสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคล ณ เทวโลกแล้ว ได้บรรลุอรหัตตผลและดับขันธปรินิพพาน ณ เทวโลกนั้นเอง

(๕) พระสกทาคามี บางจำพวกเป็นเทพบุตรสำเร็จเป็นพระสกทาคามีบุคคล ณ เทวโลกแล้ว จุตินาอุบัติบังเกิดในมนุษยโลกนี้แล้วได้บรรลุพระอรหัตตผล และดับขันธปรินิพพานในมนุษยโลกนี้เอง

สกทาคามี หรือ สกิทาคามี แปลว่า ผู้กลับมาเพียงครั้งเดียว เป็นชื่อเรียกพระอริยบุคคลลำดับที่ ๒ ใน ๔ ประเภท ที่เรียกว่า "ผู้กลับมาเพียงครั้งเดียว" หมายถึง พระสกิทาคามีจะเกิดในกามาวจรภพอีกเพียงครั้งเดียวเท่านั้นก็จะถึงพระนิพพาน ผู้ได้บรรลุสกทาคามีผลคือผู้ที่ละสังโยชน์เบื้องต่ำ ๓ ประการแรกได้เช่นเดียวกับพระโสดาบัน อีกทั้งทำสังโยชน์เบื้องต่ำอีกสองประการที่เหลือให้เบาบางลงด้วยคือ

กามราคะ หมายถึง ความพอใจในกาม คือ มีความเพลินในการได้เสพ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมารมณ์ ที่น่าพอใจ

ปฏิฆะ หมายถึง ความกระทบกระทั่งในใจ คล้ายความพยาบาทอย่างละเอียด

หากสังโยชน์เบื้องต่ำทั้งสองประการนี้หมดไปก็จะเป็นพระอนาคามี

<sup>๗๘</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: เฉลิมชาญาณการพิมพ์, ๒๕๒๘), หน้า ๓๑๖-๓๑๗.

### ๓) พระอนาคามี

อนาคามี แปลว่า ผู้ไม่มาเกิดอีก หมายความว่าจะไม่กลับมาเกิดในกามาวจรภพอีก แต่จะเกิดใน พรหมโลก อีกเพียงครั้งเดียว แล้วจะนิพพานจากพรหมโลกนั้นเลย เป็นชื่อเรียก พระอริยบุคคลประเภทที่ ๓ ใน ๔ ประเภท คือ โสตาบัน สกทาคามี อนาคามี อรหัตต์ เป็นผู้ละสังโยชน์เบื้องต่ำ (โอรัมภาคิยสังโยชน์) ทั้ง ๕ ประการได้แล้ว ยังเหลือสังโยชน์เบื้องสูง (อุทัมภาคิยสังโยชน์) อีก ๕ ประการ คือ

รูปราคะ หมายถึง ความพอใจในรูปฌาน หรือ รูปธรรมอันประณีต หรือ ความพอใจในรูปภพ  
 อรูปราคะ หมายถึง ความพอใจในอรูปฌาน หรือ พอดีในอรูปธรรม เช่น ความรู้ เป็นต้น หรือ ความพอใจในอรูปภพ

มานะ หมายถึง ความสำคัญตนว่าเป็นนั่นเป็นนี่ เช่น เป็นพระอนาคามี (แม้ว่าจะเป็นอย่างจริง ๆ) เป็นต้น อุทธัจจะ คือ ความฟุ้งของจิต อวิชชา คือ ความไม่รู้แจ้ง

(๑) อนาคามีมรรคบุคคล คือบุคคลที่เจริญวิปัสสนาต่อไปอีกจนกระทั่ง มรรคจิตเกิดขึ้นเป็นครั้งที่ ๓ ที่เรียกว่าอนาคามีมรรคจิต ทำลายกิเลสได้เด็ดขาดเพิ่มขึ้นอีก ๒ ตัวคือ กามฉันทะ ปภิสสะ ผู้จะปรินิพพานในที่สุดเกิดขึ้น ไม่เวียนกลับมาเกิดอีก ได้บรรลุธรรมระดับนี้เป็นผู้ทำให้บริบูรณ์ในศีล สมาธิ ทำได้พอประมาณในปัญญา การบรรลุธรรมระดับนี้ขั้นมรรคเรียกว่าอนาคามีมรรค

(๒) ชั้นอนาคามีผลบุคคล คือผู้ที่ผ่านอนาคามีมรรคมาแล้ว คุณสมบัติที่สำคัญของอนาคามีผลบุคคลคือ ถึงจะยังไม่บรรลุเป็นพระอรหัตต์ ก็จะไม่กลับมาเกิดในกามภูมิอีกเลย แต่จะไปเกิดในภูมิที่พ้นจากเรื่องของกามคือรูปภูมิ หรืออรูปภูมิเท่านั้น

ในรูปภูมิ ๑๖ ชั้นนั้น จะมีอยู่ ๕ ชั้นที่เป็นที่เกิดของอนาคามีผลบุคคลโดยเฉพาะ ซึ่งรวมเรียกว่าสุทธาวาสภูมิ ดังนั้น ในสุทธาวาสภูมิทั้ง ๕ ชั้นนี้ จึงมีเฉพาะอนาคามีผลบุคคล อรหัตตมรรคบุคคล และพระอรหัตต์ (ที่บรรลุเป็นพระอรหัตต์ในภูมินี้แล้วยังมีชีวิตอยู่) เท่านั้น

ในอังคุตตรนิกาย ได้กล่าวถึงพระอนาคามีไว้ ๕ ประเภท<sup>๗๙</sup> ได้แก่

(๑) อันตราปรินิพพายี หมายถึง ผู้ที่จะปรินิพพานในระหว่างอายุยังไม่ทันถึงกิ่งกล่าวคือ พระอนาคามีผู้ปรินิพพานในระหว่าง คือเกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วอายุยังไม่ถึงกิ่งก็ปรินิพพานมี ๓ จำพวกคือ พวกที่ ๑ เกิดในสุทธาวาสชั้นอวิหาซึ่งมีอายุ ๑, ๐๐๐ กัป แต่ก็บรรลุ

<sup>๗๙</sup> อัง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๔/๑๔๓.

พระอรหันต์ผลในวันที่เกิด ถ้าไม่บรรลุนในวันที่เกิดได้ก็บรรลุไม่เกินภายใน ๑๐๐ กัป พวกที่ ๒ เมื่อไม่สามารถบรรลุ พระอรหันต์ผลในวันที่เกิดก็บรรลุไม่เกินภายใน ๒๐๐ กัป พวกที่ ๓ บรรลุพระอรหันต์ผลไม่เกินภายใน ๔๐๐ กัป

(๒) อุปหัจจปรินิพพายี หมายถึง ผู้ที่จะปรินิพพานต่อเมื่ออายุพ้นกึ่งไปแล้ว กล่าวคือ พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วจวนจะถึงปรินิพพาน คือ อายุพ้นกึ่งแล้ว จวนจะสิ้นอายุจึงปรินิพพาน

(๓) อสังขารปรินิพพายี หมายถึง ผู้ที่จะปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้ความเพียรมาก กล่าวคือ พระอนาคามีผู้ปรินิพพานโดยไม่ต้องใช้ความเพียรมาก

(๔) สสังขารปรินิพพายี หมายถึง ผู้ที่จะปรินิพพานโดยต้องใช้ความเพียรมาก กล่าวคือ พระอนาคามีผู้เกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้วปรินิพพานโดยต้องใช้ความเพียรมาก

(๕) อุทธังโสโต อกนิภูฐคามิ หมายถึง ผู้มีกระแสในเบื้องบนไปสู่ชั้นอกนิภูฐภพ<sup>๘๐</sup> กล่าวคือ พระอนาคามีผู้มีกระแสในเบื้องบนไปสู่อกนิภูฐภพ คือเกิดในสุทธาวาสภพใดภพหนึ่งแล้ว ก็เกิดเลื่อนต่อไปจนถึงอกนิภูฐภพแล้วจึงปรินิพพานในภพนั้น

พระอนาคามีบุคคลส่วนใหญ่ไปปฏิสนธิในสุทธาวาสภุมิทั้ง ๕ และการที่ท่านจะไปปฏิสนธิในสุทธาวาสภุมิชั้นใดนั้น แล้วแต่อินทรีย์ ทั้ง ๕ คือ

- (๑) มีสัทอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิใน อวิหาภุมิ
- (๒) มีวิริยอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในอตัปปาภุมิ
- (๓) มีสติอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในสุทตฺตสาภุมิ
- (๔) มีสมาธิอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในสุทตฺตสิภุมิ
- (๕) มีปัญญาอินทรีย์ แก่กล้ากว่าอินทรีย์อื่น ๆ เมื่อจติแล้วยอมไปปฏิสนธิในอกนิภูฐภุมิ<sup>๘๑</sup>

พระอนาคามี คือ ผู้ละกิเลสสามอย่างได้เหมือนพระโสดาบัน และตัดหรือละกิเลสได้อีกสองอย่าง ได้แก่ ราคะ ความรู้สึกทางเพศ และโทสะ ความขุ่นเคือง

อนึ่งพึงเข้าใจว่า แม้สังโยชน์เบื้องสูงบางข้อจะมีชื่อเหมือนกิเลสอย่างหยาบที่ยังมีใน ปุถุชน (ผู้ยังไม่เป็นบรรลุป็นพระอริยบุคคล) เช่น มานะ อุทัจจะ หรือ อวิชชา แต่สังโยชน์เบื้องสูงอันเป็นกิเลสที่ยังหลงเหลืออยู่ในจิตใจของพระอนาคามีนั้น เป็นกิเลสที่ละเอียดกว่าของปุถุชนอย่างมาก

<sup>๘๐</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๘/๓๐๗.

<sup>๘๑</sup> ฝ่ายวิชาการ อภิธรรมโชติกะวิทยาลัย, วิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๓๒๐.

อริยบุคคลชั้นที่ ๑ และ ๒ ยังมีบุตรภรรยา ถ้าเป็นหนุ่มเป็นสาวยังไม่แต่งงานตาม ประเพณีโลก แต่ถ้าท่านผู้ใดได้สำเร็จขั้นอนาคามี จะเลิกยุ่งเกี่ยวกับทางเพศเด็ดขาด อนาคามีจึงมี กิเลสเหลืออยู่อย่างหนึ่งซึ่งยังละไม่ได้ คือ โมหะ

#### ๔) พระอรหันต์

พระอรหันต์ เป็นระดับสุดท้าย ผู้ได้บรรลุธรรมระดับนี้ เป็นผู้หมดสิ้นอาสวะกิเลส สามารถทำให้บริบูรณ์ในสิกขา ๓ คือ ศีล สมาธิ และปัญญา สามารถละกิเลสได้อีก ๕ อย่าง คือ รูป ราคะ อรูปราคะ มานะ อุทัจจะ และอวิชชา การบรรลุธรรมระดับนี้ขั้นมรรค เรียกว่า อรหัตมรรค ขั้นผลเรียกว่า อรหัตผล พระอริยบุคคลผู้ได้บรรลุมีชื่อว่าพระอรหันต์

(๑) อรหัตตมรรคบุคคล คือบุคคลที่เจริญวิปัสสนาต่อไปอีกจนกระทั่ง มรรคจิตเกิดขึ้น เป็นครั้งที่ ๔ ที่เรียกว่าอรหัตตมรรคจิต ทำลายกิเลสที่เหลือทุกตัวได้อย่างหมดสิ้น จนไม่มีกิเลสใด ๆ เหลืออีกเลย สัญโยชน์ที่มรรคจิตขั้นนี้ทำลายไป ได้แก่ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทัจจะ อวิชชา

(๒) อรหัตตผลบุคคล หรือที่เรียกกันทั่วไปว่าพระอรหันต์ คือผู้ที่ปราศจากกิเลสอย่าง สิ้นเชิงแล้ว เพราะกิเลสตัวสุดท้ายถูกทำลายไปในขณะแห่งอรหัตตมรรคจิตที่ผ่านมาแล้ว เป็นผู้ที่พ้น จากทุกข์ทางใจทั้งปวง เพราะไม่ยึดมั่นในสิ่งใดเลย แต่ยังคงต้องทนกับทุกข์ทางกายต่อไป จนกว่าจะ ปรินิพพาน เพราะตราบไต่ที่ยังมีร่างกายอยู่ก็ไม่อาจพ้นจากทุกข์ทางกายไปได้

พระอรหันต์ ๒ ประเภท คือ (๑) พระสุกขวิปัสสกะ หมายถึง ผู้เห็นอย่างแท้จริง คือ ผู้ มิได้ฉ้อฉลสำเร็จอรหัตผลด้วยเจริญแต่วิปัสสนาล้วน (๒) พระสมถยานิก ผู้มีสมถะเป็นยาน คือ ท่าน ผู้เจริญสมถะจนได้ฉ้อฉลสมาบัติแล้ว จึงเจริญวิปัสสนาต่อจนสำเร็จอรหัตผล

พระอรหันต์ ๔ ประเภท คือ (๑) สุกขวิปัสสกะ ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน (๒) เติวชชะ ผู้ได้ วิชชา ๓<sup>๘๒</sup> (๓) ฉฬภิญโญ ผู้ได้อภิญญา ๖<sup>๘๓</sup> (๔) ปฏิสัมภีที่ปัตตะ ผู้บรรลุปฏิสัมภี ๔<sup>๘๔</sup>

พระอรหันต์ ๕ ประเภท คือ (๑) ปัญญาวิมุตติ ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา (๒) อุภโตภาค วิมุตติ ผู้หลุดพ้นทั้งสองส่วนคือ ได้ทั้งเจโตวิมุตติ<sup>๘๕</sup> ชั้นอรุปสมาบัติก่อนแล้วได้ปัญญาวิมุตติ (๓) เติวชชะ ผู้ได้วิชชา ๓ (๔) ฉฬภิญโญ ผู้ได้อภิญญา ๖ (๕) ปฏิสัมภีที่ปัตตะ ผู้บรรลุปฏิสัมภี ๔

<sup>๘๒</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๕/๒๗๕.

<sup>๘๓</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๕๖/๓๙๔.

<sup>๘๔</sup> อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๒/๒๔๒-๒๔๓.

<sup>๘๕</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๔๙.



### ๓.๔.๒ ละอกุศลที่สำคัญ

ถัดจากการบรรลุมรรคผลด้วยมรรคญาณและผลญาณแล้ว ก็เกิดญาณอีกอย่างหนึ่งขึ้น พิจารณามรรค ผล พิจารณาภิเลสที่ละแล้ว กิเลสที่ยังเหลืออยู่ และพิจารณานิพพาน (เว้นพระอรหันต์ไม่มีการพิจารณาภิเลสที่ยังเหลืออยู่) เรียกชื่อว่า ปัจจเวกขณญาณ เป็นอันจบกระบวนการบรรลุมรรคผลนิพพาน ขึ้นหนึ่ง ๆ ในที่นี้ผู้วิจัยได้นำอกุศลธรรมสำคัญที่ปรากฏในหมวดจิตตานุปัสสนา ละได้มาแสดงไว้พอเป็นสังเขปดังนี้ คือ นีวรณ ๖, อนุสัย ๗, สัญโญชน์ ๑๐, กิเลส ๑๐

๑. นีวรณ ๖ โดยทั่วไปเราจะได้ยินได้พบแต่นีวรณ ๕ แต่ในโมหสูตรท่านเพิ่มอวิชชา นีวรณ เป็นนีวรณ ๖ ซึ่งมาในรูปพระพุทธพจน์กล่าวถึงเฉพาะอวิชชานีวรณ ๑ ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราไม่เห็นนีวรณแม้อย่างหนึ่ง ที่เป็นเหตุให้หมู่สัตว์ซึ่งถูกระดมเครื่องกางกั้นปิดบังแล้ว ต้องแล่นไปท่องเที่ยวไปสิ้นกาลนานเหมือนธรรมเครื่องกางกั้นคืออวิชชานี้เลย”<sup>๘๖</sup>

นีวรณ คือ สิ่งที่กั้นจิตไม่ให้ก้าวหน้าในคุณธรรม, ธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุคุณความดี, อกุศลธรรมที่ทำให้จิตเศร้าหมอง และทำให้ปัญญาอ่อนกำลัง<sup>๘๗</sup> มี ๖ คือ

- ๑) กามฉันท์            ความพอใจในกาม, ความต้องการกามคุณ
- ๒) พยาบาท            ความคิดร้าย, ความขัดเคืองใจ
- ๓) ถีนมิทธะ            ความหดหู่และเชื่องซึม
- ๔) อุทธัจจกุกกัจจะ    ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ, ความกระวนกระวาย, กุลุ่ม, กังวล
- ๕) วิจิกิจฉา            ความลังเลสงสัย
- ๖) อวิชชาความไม่รู้แจ้ง, ไม่รู้จริง

ในการเจริญสมถภาวนา ข่มนีวรณเพียง ๕ ข้อโดยวิกขัมภนปหาน ก็สามารถถึงฌานได้ แต่การเจริญวิปัสสนาภาวนา ต้องประหานนีวรณครบทั้ง ๖ โดยสมุจเฉทปหานจึงจะบรรลุมรรคผลได้ดังพระบาลีในวิสุทธิมรรคว่า “นีวรณสุ วิจิกิจฉานีวรณํ ปรมณณวชณฺหิ กามจจนฺโท พยาปาโท กุกุกจจนฺติ ตีณิ ตติยถาณวชณานิ ถีนมิทธอุทธัจจจานิ จตุตถถาณวชณานิ”<sup>๘๘</sup> แปลว่า บรรดานีวรณทั้งหลาย วิจิกิจฉานีวรณฆ่าด้วยญาณที่ ๑ กามฉันท์ พยาบาทและกุกุกจจะ ฆ่าด้วยญาณที่ ๓ ถีนมิทธะและอุทธัจจะ ฆ่าด้วยญาณที่ ๔

<sup>๘๖</sup> พุ.อิตติ. (ไทย) ๒๕/๑๔/๓๕๘.

<sup>๘๗</sup> ดูรายละเอียดใน อาจารย์ปัญญา ใช้อย่างบาง, ธรรมอธิบาย หลักธรรมในพระไตรปิฎก, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๘), หน้า ๕๘๓.

<sup>๘๘</sup> วิสุทธฺิ. (บาลี) ๓/๓๓๘.

ถ้ากล่าวถึงนิวรรณ์ ๖ ตามที่ปรากฏในพระพุทธรพจน์ จึงสรุปได้ดังนี้ว่า

โสดาปัตติมรรค	ประหาน วิจิกิจฉานนิวรรณ์
อนาคามิมรรค	ประหาน กามฉันท, พยาบาทและกุกกัจฉนิวรรณ์
อรหัตตมรรค	ประหาน นิวรรณ์ที่เหลือทั้งหมด (ถีนมิทระ, อุทัจจะและอวิชชา)

๒. อนุสัย ๗ คือ กิเลสที่นอนเนื่องอยู่ในสันดาน มี ๗ คือ

- ๑) กามราคะ ความกำหนัดในกาม, ความอยากได้ติดใจในกาม
- ๒) ปฏิฆะ ความขัดใจ, ความหงุดหงิดขัดเคือง คือ โทสะ
- ๓) ทิฏฐิ ความเห็นผิด, การยึดถือความเห็น เอาความเห็นเป็นจริง
- ๔) วิจิกิจฉา ความลังเล, ความสงสัย
- ๕) มานะ ความถือตัว
- ๖) ภวราคะ ความกำหนัดในภพ, ความอยากเป็น อยากยิ่งใหญ่ อยากยั่งยืน
- ๗) อวิชชาความไม่รู้จริง คือ โมหะ<sup>๘๘</sup>

ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค ท่านจำแนกการละอนุสัยครบทั้ง ๔ มรรคญาณคือ

โสดาปัตติมรรค	ประหานทิฏฐานุสัยและวิจิกิจฉานุสัย
สกทาคามิมรรค	ประหานกามราคานุสัยและปฏิฆานุสัยส่วนหยาบ ๆ
อนาคามิมรรค	ประหานกามราคานุสัยและปฏิฆานุสัย ส่วนละเอียด ๆ
อรหัตตมรรค	ประหานมานานุสัย ภวราคานุสัย และอวิชชานุสัย <sup>๘๙</sup>

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมีพระบาลีแสดงอนุสัย ๗ ที่ถูกละด้วยมรรคญาณ ๔ ดังนี้  
 “อนุสเยสุ ทิฏฐิวิจิกิจฉานุสยา ปฐมญาณวชฌาว กามราคปฏิฆานุสยา ตติยญาณวชฌา มานภวราคา  
 วิชชานุสยา จตุตถญาณวชฌา”<sup>๙๐</sup> แปลว่า บรรดาอนุสัยทั้งหลาย ทิฏฐานุสัยวิจิกิจฉานุสัย ฆ่าด้วย  
 ญาณที่ ๑, กามราคานุสัยและปฏิฆานุสัย ฆ่าด้วยญาณที่ ๓ มานานุสัย, ภวราคานุสัยและอวิชชานุสัย  
 ฆ่าด้วยญาณที่ ๔

๓. สัญโญชน์ ๑๐<sup>๙๑</sup> ตามแนวพระสูตร สัญโญชน์ หมายถึง กิเลสอันผูกใจสัตว์, ธรรมที่  
 สัตว์ไว้กับวัฏฏทุกข์ หรือผูกกรรมไว้กับผล มี ๒ ประเภท คือ

- ๑) โอรัมภาคิยสัญโญชน์ ๕ (สัญโญชน์เบื้องต้น) เป็นอย่างหยาบ เป็นไปในภพอันต่ำ)

<sup>๘๘</sup> ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๓๒/๓๓๗.

<sup>๘๙</sup> ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒/๔๑๖.

<sup>๙๐</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๓/๓๓๘.

<sup>๙๑</sup> ส.ม. (ไทย) ๑๘/๑๘๐-๑๘๑/๑๐๖.

- (๑) สักกายทิฏฐิ ความเห็นว่าเป็นตัวของตน เช่น เห็นรูปและเห็นเวทนา เป็นต้น
- (๒) วิจิกิจฉา ความสงสัย, ความลังเล ไม่แน่ใจ
- (๓) สีลัตถพตปราคาส ความถือมั่นศีลพรต โดยสักว่าทำตาม ๆ กันไปอย่างงมงาย เห็นว่าจะบริสุทธิ์หลุดพ้นได้เพียงด้วยศีลและวัตร
- (๔) กามราคะ ความกำหนัดในกาม, ความติดใจในกามคุณ
- (๕) ปฏิฆะ ความกระทบกระทั่งในใจ, ความหงุดหงิดขัดเคือง
- ๒) อุทัมภาคิยสังญโยชน์ ๕ (สังญโยชน์เบื้องสูง เป็นอย่างละเอียด เป็นไปในภพอันสูง)
- (๖) รูปราคะ ความติดใจในอารมณ์แห่งรูปमान, ในรูปธรรมอันประณีต, ปราศณาในรูปภพ
- (๗) อรูปราคะ ความติดใจในอารมณ์แห่งอรูปमान, ในอรูปธรรม, ปราศณาในอรูปภพ
- (๘) มานะ ความสำคัญตน คือ ถือตนว่าเป็นนั่นเป็นนี่
- (๙) อุทธัจจะ ความฟุ้งซ่าน
- (๑๐) ความรู้ไม่จริง, ความหลง

สังญโยชน์ ๑๐<sup>๙๓</sup> ตามแนวพระอภิธรรม ประกอบด้วย (๑) กามราคะ (๒) ปฏิฆะ (๓) มานะ (๔) ทิฏฐิ ความเห็นผิด (๕) วิจิกิจฉา (๖) สีลัตถพตปราคาส (๗) ภาวราคะ ความติดใจปราศณาในภพ (๘) อีสสา (๙) มัจฉริยะ ความตระหนี่ (๑๐) อวิชชา

สังญโยชน์ ๑๐ ในหมวดนี้ เป็นแนวพระอภิธรรม หรืออภิธรรมนัย ต่างจากสูตรต้นนัย คือรวมรูปราคะกับอรูปราคะ เป็นภาวราคะ ไม่มีมานะและอุทธัจจะ แต่มีอีสสาและมัจฉริยะ

ในวิสุทธิมรรคมีพระบาลีแสดงสังญโยชน์ ๑๐ ตามแนวแห่งพระสูตร ที่ถูกละด้วยมรรคญาณ ๔ ดังนี้ “สัโยชเนสุ ตาว สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉาสีลพตปราคาส อปายคมนียา จ กามราคปฏิฆาติ เอเต ปญจ ธมมา ปฐมญาณวชฌา เสลา กามราคปฏิฆา โภฬาริกา ทุตติยญาณวชฌา สุขุมา ตติยญาณวชฌา รูปราคาทโย ปญจปี จตตถญาณวชฌาเอว”<sup>๙๔</sup> แปลว่า ในสังญโยชน์ ๑๐ อย่างนั้น สังญโยชน์ที่พึงประหानโดยโสตาปัตติมรรคจิต มี ๕ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัตถพตปราคาส และกามราคะ ปฏิฆะ ที่นำไปสู่อบายได้ กามราคะ ปฏิฆะที่เป็นอย่างหยาบ ที่นอกจากอปายคมนียะนั้น พึงประหानโดยสกทาคามิมรรค กามราคะ ปฏิฆะ ที่เป็นชนิดสุขุมนั้น พึงประหानโดยอนาคามิมรรค สังญโยชน์ ๕ มีรูปราคะ เป็นต้น (รูปราคะ, อรูปราคะ, มานะ, อุทธัจจะ, อวิชชา) พึงประหानโดยอรหัตตมรรคเท่านั้น

<sup>๙๓</sup> อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๖๙/๖๒๐.

<sup>๙๔</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๓/๓๓๖.

๔) กิเลส ๑๐<sup>๔๕</sup> หมายถึง สภาพที่ทำให้จิตเศร้าหมองหรือเร่าร้อน

- |              |                                |
|--------------|--------------------------------|
| ๑) โลภะ      | ความอยากได้                    |
| ๒) โทสะ      | ความคิดประทุษร้าย              |
| ๓) โมหะ      | ความหลง, ความไม่รู้, ความเขลา  |
| ๔) มานะ      | ความถือตัว                     |
| ๕) ทิฏฐิ     | ความเห็นผิด                    |
| ๖) วิจิกิจฉา | ความลั้ลเสงสัย, ความเคลือบแคลง |
| ๗) ถีนะ      | ความหดหู่, ความท้อแท้ถดถอย     |
| ๘) อุทธัจจะ  | ความฟุ้งซ่าน                   |
| ๙) อหิริกะ   | ความไม่ละอายต่อความชั่ว        |
| ๑๐) อนอตตปปะ | ความไม่เกรงกลัวต่อความชั่ว     |

สืบอย่างนี้ ในบาลีเดิมเรียกว่า กิเลสวัตถุ สิ่งก่อความเศร้าหมอง ๑๐<sup>๔๖</sup>

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมีพระบาลีแสดงกิเลส ๑๐ ที่ถูกละด้วยมรรคญาณ ๔ ดังนี้ “กิเลสสุทวิภูคิวิจิกิจฉา ปฐมญาณวชฌา โทโส ตติยญาณวชโณ โลกโมหมานถีนอุทธัจจอหิริกอโนตตปปานิจตตถญาณวชฌานี”<sup>๔๗</sup>

แปลว่า ในกิเลส ๑๐ อย่างนั้น ทิฏฐิ วิจิกิจฉา ฟุ้งประหวนโดยโสดาปัตติมรรค โทสะฟุ้งประหวนโดยอนาคามิมรรค โลภะ โมหะ มานะ ถีนะ อุทธัจจะ อหิริกะ อนอตตปปะ ฟุ้งประหวนโดยอรรหัตตมรรค

ดังนั้น ผลของการวิปัสสนาก็คือ การที่บุคคลได้รับผลของการปฏิบัติ สำเร็จเป็นพระอริยบุคคล มี ๔ ระดับ คือ โสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล และอรรหัตตผล เมื่อสรุปแล้วท่านแบ่งเป็น ๒ นัย คือนัยที่ ๑ จำแนกตามประเภทของอินทรีย์มี สัทธินทรีย์ เป็นต้น (พระอริยบุคคล ๗), นัยที่ ๒ จำแนกตามประเภทของกิเลสที่ละได้ในแต่ละขั้น (พระอริยบุคคล ๘) ซึ่งผลของการบรรลุนิพพานแต่ละระดับ สามารถขจัดกิเลสได้ตามลำดับ ตั้งแต่กิเลสอย่างหยาบไปจนถึงกิเลสอย่างละเอียด ซึ่งพระอริยบุคคลแต่ละประเภทย่อมมีความแตกต่างกันตามแต่เหตุปัจจัยของท่านนั้น ๆ

<sup>๔๕</sup> อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๒๓๕/๓๑๒.

<sup>๔๖</sup> พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๓๓.

<sup>๔๗</sup> วิสุทธิ. (บาลี) ๓/๓๓๗.

### ๓.๕ สรุปท้ายบท

จากการศึกษาหลักธรรมที่สำคัญและจำเป็นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ อาตาปี สมปะชาโน สติมา จึงสรุปหลักธรรมได้คือ อาตาปี ได้แก่ความเพียรตามหลักสัมมาวายามะ (ความเพียรชอบ) คือ สัมมัปปธาน ๔ สังวรปธาน เพียรระวังเพียรปิดกั้นบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ปหานปธาน เพียรกำจัดบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ภาวนापธาน เพียรเจริญกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น อนุรักษนาปธาน เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้งมั่นเจริญยิ่งขึ้นไป สัมปะชาโน คือ ความรู้ตัวทั่วพร้อมในการกำหนดรู้กองชั้น ๕ โดยองค์ธรรมได้แก่สัมมาทิฐิ สติมา คือ ความมีสติ ความระลึกไว้ในกัมปะชาโน ได้แก่ปัญญาตามหลักสัมมาทิฐิ และ สติมา ได้แก่มีสติ ตามหลักสัมมาสติ กล่าวได้ว่า ปฏิบัติตามมรรคมองค์ ๘

จิต เป็นธรรมชาติรู้อารมณ์ รับอารมณ์อยู่เสมอทางทวาร ๖ อารมณ์เกิดขึ้นและอารมณ์ที่ดับไป มีชื่อเรียกกันว่า จิตมโน หทัย มนัส ปันตระ มนายตนะ มนินทรีย์ วิญญาณ วิญญาณชั้น ๓ มโน วิญญาณธาตุ ลักษณะของจิต จะรับรู้สิ่งต่าง ๆ ที่มาปรากฏทางใจโดยผ่านทวารทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ประกอบพร้อมกับเจตสิก จิตจึงเศร้าหมองไปด้วยกิเลส คือ โลภะ โทสะ และโมหะ จิตมีสภาพความเป็นไปโดยสามัญญลักษณะ เมื่อจำแนกประเภทของจิตมี ๔ ประเภท คือ กามาวจรจิต รูปาวจรจิต อรูปาวจรจิต โลกุตตรจิต โดยประเภทแห่งชาติมี ๔ คือ อกุศลชาติ กุศลชาติ วิปากชาติ กิริยาชาติ

โดยการใช้ปัญญาที่พิจารณาเห็นจิตในจิต โดยความไม่เที่ยง มีความเสื่อมสิ้นไป มีความเป็นทุกข์ทนอยู่ไม่ได้ และไม่ใช่ว่าตัวตนเป็นของสูญเปล่า และรู้เท่าทันใน กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดนิพพิทาความคลายกำหนัด ความยึดความอยากจากการไปรู้ตามความเป็นจริงของสิ่งนั้น ๆ จึงคลายตัณหา จึงเป็นไปเพื่อนำออกและละเสียซึ่งตัณหาและอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นในกิเลสด้วยความพึงพอใจหรือสุขของตัวของตนเป็นสำคัญที่มีในสันดานของปุถุชนอันก่อให้เกิดความทุกข์โดยตรงด้วยเป็นสมุทัยเหตุแห่งทุกข์ ในส่วนของจิตตานุปัสสนาสติปฏิฐานนั้น คือ เป็นทั้งการฝึกสติ และให้ใช้ปัญญาพิจารณาจิต หรือตามดูรู้เท่าทันตามจริงในสังขารกายต่าง ๆ เรียกว่า อนุปัสสนา

สัมปชัญญะ นับว่าเป็นหมวดธรรมที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง และเป็นประโยชน์แก่อกุศลทั้งในทางโลกและทางธรรม ผู้ที่ประกอบกิจการงานทางโลก จำเป็นจะต้องมีสติสัมปชัญญะ เป็นเครื่องระลึก คอยควบคุม สอดส่อง ดูแล พิจารณา หาเหตุผล เพื่อช่วยให้กิจการงานต่าง ๆ สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้ที่มีสติสัมปชัญญะคอยระลึก ในกิริยาอาการต่าง ๆ ที่แสดงออกมาทางกาย วาจา และใจ ผู้นั้นจะไม่มี ความประมาท พลังเพลอเกิดขึ้น ยิ่งในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำเป็นจะต้องมีสติสัมปชัญญะประกอบอยู่ทุก ๆ ขณะจิต จะขาดมิได้เลย

การเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดจิตตานุปัสสนา คือการตามรู้ดูทันจิต ว่าจิตของตนในขณะนั้น ๆ เป็นอย่างไร เช่น มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ หลุดพ้น ยังไม่หลุดพ้น ฯลฯ ก็รู้ชัดตามที่มันเป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ เป็นการกำหนดรู้จิตว่าเป็นเพียงจิต ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือ สตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกจิตที่ประกอบด้วย โลภะ เป็นต้น การกำหนดรู้ด้วยสัมปชัญญะ คือ จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะ จิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะ จิตหุดหู่ จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะ จิตไม่เป็นมหัคคตะ จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตเป็นสมาธิ จิตไม่เป็นสมาธิ จิตหลุดพ้นแล้ว และจิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่าจิตไม่หลุดพ้น พึงมีสติและสัมปชัญญะตามดูกระบวนการในการทำงานของจิต ไม่ใช่การกั้นกระแสจิต ให้กำหนดพิจารณารู้ตามสภาวะอาการที่เกิดขึ้นในจิตตามความเป็นจริงนั้น ๆ จนกว่าสภาวะอาการนั้นจะดับไป ทั้งจิตที่คิดไปในอนาคต อดีตหรือปัจจุบัน การปฏิบัติในข้อนี้ก็เพื่อให้เห็นสามัญญลักษณะ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความเป็นอนัตตา จนเกิดปัญญาญาณ เข้าถึงความเป็นอริยบุคคล เป็นที่หมายสูงสุดแห่งการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาทั้งหมด

## บทที่ ๔

### สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน ผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ ๒ ประการ คือ ๑) ศึกษาสัมปชัญญะในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และ ๒) ศึกษาวิธีการเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน โดยมีการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา คัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค คัมภีร์วิสุทธิมรรคมหาฎีกา ตำรางานวิจัยเอกสารวิชาการ และงานวิทยานิพนธ์ที่เกี่ยวข้อง เรียบเรียงบรรยายตรวจสอบความถูกต้องเนื้อหาจากอาจารย์ที่ปรึกษา โดยการสรุปผลของการวิจัย มีดังต่อไปนี้ คือ

#### ๔.๑ สรุปผลการวิจัย

##### ๔.๑.๑ ศึกษาสัมปชัญญะในพระพุทธศาสนาเถรวาท พบว่า

สัมปชัญญะ คือความรู้ทั่วพร้อม รู้รอบคอบ รู้ตัวเสมอ รู้ที่ถูกต้องสมบูรณ์ การเจริญวิปัสสนาในอิริยาบถย่อยต่าง ๆ ตั้งแต่ การเดิน ยืน นั่ง นอน เขยียดแขน คู้แขน การตื่น การพูด การเคี้ยว การดื่ม การฉัน ในทุก ๆ อิริยาบถ อย่างมีสติสัมปชัญญะ สัมปชัญญะเป็นอีกชื่อหนึ่งของ ปัญญา เป็นความไม่หลง เป็นความรู้ถูก เห็นถูกต้องตามความเป็นจริง ความรู้ในเหตุผลแห่งความจริงของสภาวะธรรมและทำลายความเห็นผิด มีความรู้แจ้งซึ่ง สภาวะธรรม เป็นลักษณะ มีการกำจัดมีด เป็นกิจมีความไม่หลงผิด หรือไม่เห็นผิด เป็นผล มีสมาธิ เป็นเหตุใกล้

สัมปชัญญะ เป็นหลักธรรมที่มาพร้อมสติ มีความสำคัญอย่างมากต่อการระลึกรู้ ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งใน ขณะคิด ขณะพูด และในขณะที่กระทำสิ่งใด ๆ ด้วยความระลึกรู้ในขณะนั้นว่า สิ่งใดควรทำ สิ่งใดไม่ควรทำ โดยมีให้ความคิด จำแนกได้เป็น ๔ ประเภท (๑) สาทถกสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า มีประโยชน์หรือไม่มีประโยชน์ (๒) สัปพายสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดจากการพิจารณาว่า เป็นสัปบายะหรือไม่เป็นสัปบายะ (๓) โคจรสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า อารมณ์นั้นถูกต้องหรือไม่ถูกต้อง (๔) อสัสมโหสัมปชัญญะ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการพิจารณาว่า รู้สึกตัวชัดว่าไม่หลงลืมในขณะที่ทำกิจนั้น ๆ

สัมปชัญญะปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก ในพระสูตรต่าง ๆ เช่น สามัญญผลสูตร สติสูตร มหาปรินิพพานสูตร ปฐมเคลัญญสูตร ทุตติยเคลัญญสูตร ปฐมรโหคตสูตร ทุตติยรโหคตสูตร อัมพพาลี อริยสูตร ได้กล่าวถึงความสำคัญของสัมปชัญญะไว้ประการต่าง ๆ และข้อปฏิบัติการเจริญสัมปชัญญะ ในสติปัฏฐาน ๔ โดยการตั้งสติสัมปชัญญะ เพียรพิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อกำจัด อภิชฌาและโทมนัสในโลกให้ได้ โดยสรุป สัมปชัญญะ องค์ธรรมได้แก่ ปัญญาหรือปัญญาเจตสิกธรรม ในการปฏิบัติวิปัสสนา มีองค์ธรรมที่สำคัญคือ อาตาปี สติมา สัมปชาโน

#### ๔.๑.๒ ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน พบว่า

สัมปชัญญะ นับว่าเป็นหมวดธรรมที่มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เป็นเครื่องระลึกรู้ คอย ควบคุม สอดส่อง ดูแล พิจารณา หาเหตุผล คอยระลึกรู้ ในกิริยาอาการต่าง ๆ ที่แสดงออกมาทางกาย วาจา และใจ ไม่มีความประมาท พลังผลเกิดขึ้น ยิ่งในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำเป็นจะต้องมี สติสัมปชัญญะประกอบอยู่ทุก ๆ ขณะจิต จะขาดมิได้เลย

การเจริญสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในหมวดจิตตานุปัสสนา เป็นการตามรู้ ดูทันจิต ว่าจิตของตนในขณะนั้น ๆ เป็นอย่างไร เช่น มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ ฟุ้งซ่าน เป็นสมาธิ หลุดพ้น ยังไม่หลุดพ้น ฯลฯ ก็รู้ชัดตามที่มันเป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ เป็นการ กำหนดรู้จิตว่าเป็นเพียงจิต ไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา ของเรา บุรุษ หรือ สตรี และมีสภาพไม่เที่ยง เป็น ทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่สวยงาม โดยจำแนกจิตที่ประกอบด้วย โลภะ เป็นต้น การกำหนดรู้ด้วย สัมปชัญญะ คือ จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ จิตมีโทสะ จิตปราศจากโทสะ จิตมีโมหะ จิตปราศจากโมหะ จิตหลุด จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะ จิตไม่เป็นมหัคคตะ จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า จิตเป็นสมาธิ จิตไม่เป็นสมาธิ จิตหลุดพ้นแล้ว และจิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่าจิตไม่ หลุดพ้น การใช้ปัญญาที่พิจารณาเห็นจิตในจิต โดยความไม่เที่ยง มีความเสื่อมสิ้นไป มีความเป็นทุกข์ ทนอยู่ไม่ได้ และไม่ใช่ตัวตนเป็นของสูญเปล่า และรู้เท่าทันใน กาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิด นิพพิทาความคลายกำหนด ความยึดความอยากจากการไปรู้ตามความเป็นจริงของสิ่งนั้น ๆ จึงคลาย ตัณหา จึงเป็นไปเพื่อนำออกและละเสียซึ่งตัณหาและอุปาทานความยึดมั่นถือมั่นในกิเลสด้วยความพึง พอใจหรือสุขของตัวของตนเป็นสำคัญที่มีในสันดานของปุถุชนอันก่อให้เกิดความทุกข์โดยตรงด้วยเป็น สมุทัยเหตุแห่งทุกข์

ในส่วนของจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น พึงมีสติและสัมปชัญญะตามดูกระบวนการใน การทำงานของจิต ไม่ใช่การกั้นกระแสนจิต ให้กำหนดพิจารณารู้ตามสภาวะอาการที่เกิดขึ้นในจิตตาม ความเป็นจริงนั้น ๆ จนกว่าสภาวะอาการนั้นจะดับไป ทั้งจิตที่คิดไปในอนาคต อดีตหรือปัจจุบันโดย อาศัยหลักธรรม คือ อาตาปี เป็นความเพียร เพียรระวัง เพียรกำจัด เพียรเจริญกุศล เพียรรักษา ใน



การรู้ตัวทั่วพร้อม โดยองค์ธรรมได้แก่สัมมาทิฐิ ความมีสติ ตามหลักสัมมาสติ จึงกล่าวได้ว่า เป็นการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ ๘ เพื่อให้เห็นสามัญญลักษณะ คือ ความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความเป็นอนัตตา จนเกิดปัญญาญาณ เข้าถึงความ เป็นอริยบุคคล เป็นที่หมายสูงสุดแห่งการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาทั้งหมด

## ๔.๒ ข้อเสนอแนะ

### ๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

เป็นการมุ่งเน้นศึกษาหลักธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท จากการศึกษาวิจัย เรื่อง ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน นำผลจากการศึกษานำไปใช้ และไปพัฒนาจิตใจ ต่อไป เนื่องจากเราพบว่า การดำเนินในชีวิตประจำวัน ต้องประสบพบกับกิเลสต่าง ๆ ที่เข้ามารอบด้าน หากไม่มีสติสัมปชัญญะ รู้เท่าทันก็จะไหลไปตามกระแสของกิเลส ดังนั้นจึงจำเป็นต้องมีสติสัมปชัญญะ รู้ตัวทั่วพร้อม ในการกำหนดรู้อารมณ์ต่าง ๆ ควบคุมด้วยสติปัญญา จึงกำหนดข้อเชิงนโยบายให้กับองค์กรทางด้านเอกชนในการพัฒนาจิตควบคู่กับการพัฒนาด้านวัตถุ

### ๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัย เรื่อง ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ผู้วิจัยพบว่า ยังมีข้อจำกัดในการศึกษาหลาย ๆ ประเด็น เช่น การศึกษาหลักธรรมในพระสูตรอื่น ๆ หรือการนำเนื้อหาหลักธรรมเชื่อมโยงงานวิจัยเชิงปริมาณและคุณภาพ ดังนั้น หากมีการศึกษาในเรื่องและประเด็นเดียวกันนี้ ควรจะศึกษาในลักษณะดังนี้

- (๑) ศึกษาเปรียบเทียบเนื้อหาสัมปชัญญะ กับการบรรลุธรรม
- (๒) ศึกษาเรื่องสัมปชัญญะในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

## บรรณานุกรม

### ๑. ภาษาไทย

#### ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาไตรปิฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

\_\_\_\_\_. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

\_\_\_\_\_. อรรถกถาภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

\_\_\_\_\_. อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับจุฬาลงกรณ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

\_\_\_\_\_. ฎีกาภาษาบาลี ฉบับจุฬาลงกรณ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

\_\_\_\_\_. ปกรณ์วิเสสภาษาบาลี ฉบับจุฬาปกรณ์วิเสส. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๓๙.

#### ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

##### (๑) หนังสือ:

ขุนสรรค์กิจโกศล (โกวิท ปัทมะสุนทร). ลักษณะชาติตู่กะแห่งปรมัตถธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูณ, ๒๕๕๑.

จํารูญ ธรรมดา. พระไตรปิฎกนิสสยะ (ฉบับพิเศษ) มหาสติปิฎกฐานสูตร. กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔.

ฝ่ายวิชาการ อภิศธรรมโชติกะวิทยาลัย. ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไพศาลวิทยา, ๒๕๑๔.

\_\_\_\_\_. วิปัสสนากรรมฐาน. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท., ๒๕๒๘.

พระธรรมธีรราชฆาหมณี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ.๙). คำบรรยายเรื่องวิปัสสนากรรมฐาน. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๖.

\_\_\_\_\_ . **พุทธธรรม ฉบับปรับขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๓๕. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์  
ผลิติมม์, ๒๕๕๕.

พระพุทธโฆสเถระ รจนา. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหา  
เถระ). พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๖.

พระมหากัจจายนเถระ รจนา. **เนตติปกรณ์**. กรุงเทพมหานคร: หจก. ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๐.

พระมหาชินวัฒน์ จกกวโร (กุญรัมย์). **พระอภิธรรม จิตโดยพิสดาร “๑๒๑ ดวง”**. พิมพ์ครั้งที่ ๑.  
นนทบุรี: โรงพิมพ์ จารุชา ๑๙๘ การพิมพ์, ๒๕๕๔.

พระมหาสมปอง มุทิโต แปลและเรียบเรียง. **คัมภีร์อภิธานวรรณนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร:  
บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๔๗.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. กรุงเทพมหานคร:  
ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวัน การพิมพ์, ๒๕๔๙.

\_\_\_\_\_ . **วิปัสสนาธุระ หลักการปฏิบัติวิปัสสนา**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูร  
สาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๓.

\_\_\_\_\_ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. กรุงเทพมหานคร: ห.จ.ก. ประยูรสาส์นไทย, ๒๕๔๘.

\_\_\_\_\_ . **วิปัสสนานัย เล่ม ๒**. นครปฐม: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด,  
๒๕๔๖.

พระอาจารย์อาสภเถระ ปธานกัมมัญฐานาจริยะ. **วิปัสสนาที่ปณีฎีกา**. ชลบุรี: ม.ป.ท., ๒๕๒๖.

พระอาจารย์ไชโย อาสภ. **อภิธรรมมัตถสังคหะ ปริจเฉทที่ ๑-๒-๖**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ การ  
ศาสนา, ๒๕๔๕.

เภสัชกรสุรพล ไกรสรารุฒิ. **สติปัฏฐาน ๔ ฉบับวิเคราะห์-สังเคราะห์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร:  
โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

วรรณสิทธิ ไวยะเสวี. **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๒ ชื่อ เจตสิกสังคหวิภาค**.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ทิพยวิสุทธี การพิมพ์, ๒๕๔๕.

\_\_\_\_\_ . **คู่มือการศึกษาพระอภิธรรมมัตถสังคหะปริจเฉทที่ ๑ ชื่อ จิตปรมัตถ์**. พิมพ์ครั้งที่ ๘.  
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ทิพยวิสุทธี การพิมพ์, ๒๕๔๕.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสम्मมหาเถระ). **อริยวังสปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่ง  
พระอริยเจ้า**. กรุงเทพมหานคร: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๔.

อาจารย์ปัญญา ใ้ย่างบาง. **ธรรมอธิบาย หลักธรรมในพระไตรปิฎก**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร:  
ธรรมสภา, ๒๕๔๘.

**(๒) วิทยานิพนธ์:**

พระชัยพล โสภโณ (จรรยาวิทย์). “ศึกษาอาตาศัมปะชาโน สติมา ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร”.

**วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระทองศักดิ์ ปภาโต (ปิยะสุข). “ศึกษารูปนามตามที่ปรากฏในไตรลักษณ์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”.

**วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระบุญธรรม อธิจิตโต (สิระสา). “การศึกษาคติและเจตสิกในจิตตานุปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์**

**พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระอุทิศ จารุณโม (ชื่นชม). “ศึกษาสัมปชัญญะในการปฏิบัติเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน”. **วิทยานิพนธ์**

**พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

นางสาวสุชฎี รัตนเกษตร. “ศึกษาสัมปชัญญะเพื่อกำหนดรู้รูปในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

หมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

## ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระครูโกศลชัยวัฒน์ สิริเตโช (ศรีเดช)
- ว/ด/ป เกิด : วันศุกร์ ที่ ๑๗ เดือน มิถุนายน พุทธศักราช ๒๔๙๘
- ภูมิลำเนาที่เกิด : บ้านเลขที่ ๔๓/๑ หมู่ที่ ๖ ตำบลเนินขาม อำเภอเนินขาม จังหวัดชัยนาท
- การศึกษาทางโลก:**
- พ.ศ. ๒๕๖๐ : จบการศึกษาปริญญาตรี คณะพุทธศาสตร์ สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย โครงการขยายห้องเรียนวัดพิบูลทอง จังหวัดสิงห์บุรี
- การศึกษาทางธรรม:**
- พ.ศ. ๒๕๑๕ : จบการศึกษานักธรรมชั้นเอก วัดศรีวิชัยพัฒนาราม จังหวัดชัยนาท สอบได้เปรียญธรรม ๓ ประโยค วัดศรีวิชัยพัฒนาราม จังหวัดชัยนาท
- ประสบการณ์การทำงาน:**
- : ครูสอนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม วัดหนองยาง ตำบลสุขเดือนห้า อำเภอเนินขาม จังหวัดชัยนาท
- พระธรรมทูตปฏิบัติกร สายที่ ๒ ประจำอำเภอเนินขาม จังหวัดชัยนาท
- พระสอนศีลธรรมประจำโรงเรียนบ้านหนองยาง ตำบลสุขเดือนห้า อำเภอเนินขาม จังหวัดชัยนาท
- ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม:**
- : ผ่านการปฏิบัติธรรม ๗ เดือน หลักสูตรปริญญาพุทธศาสนมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- อุปสมบท** : วันที่ ๓๐ เดือน มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๓๐
- พระอุปัชฌาย์** : พระครูศรีชโยดม
- พระกรรมวาจาจารย์** : พระครูไพโรจชัยคุณ
- พระอนุสาวนาจารย์** : พระมหาวิสัน จันทโชโต
- สังกัดวัด** : วัดหนองยาง ตำบลสุขเดือนห้า อำเภอเนินขาม จังหวัดชัยนาท
- ปีที่เข้าศึกษา** : พุทธศักราช ๒๕๕๙
- ปีที่สำเร็จการศึกษา:** พุทธศักราช ๒๕๖๑
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : วัดหนองยาง ตำบลสุขเดือนห้า อำเภอเนินขาม จังหวัดชัยนาท
- โทรศัพท์** : ๐๘-๖๒๐๓-๘๓๐๕
- E-mail** : watnongyang@gmail.com