



ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์
**A STUDY OF VIPASSANA MEDITATION PRACTICE
IN SAKUNUGKISUTTA**

พระสมศักดิ์ ปิยธมโม (รังสิตสวัสดิ์)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภุณคณิสตร

พระสมคคกดี ปยธมโม (รงลิตสวสดี)

สารนิพนธนี้เป็นส่วนหนึ่ของการคศึกษา
ตามหลักสตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธีเป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of Vipassana Meditation Practice
in Sakunugkisutta**

Phra Somsak Piyadhammo (Rungsitsawat)

A Research Paper Submitted in Partial Fullfilment 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 “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภุมณีสสูตร” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาดตาม
หลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมปурณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

ประธานกรรมการ

(รศ.ดร.มานพ น้กการเรียน)

กรรมการ

(พระมหาชิต ฐานชิต, ดร.)

กรรมการ

(ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ้มครอง

ชื่อผู้วิจัย

(พระสมศักดิ์ ปิยธมโม)

ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์

ผู้วิจัย : พระสมศักดิ์ ปิยธมโม (รังสิตสวัสดิ์)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

: ผศ. ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง, ป.ธ. ๙, พธ.ม. (พระพุทธศาสนา),
พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

วันเสร็จสมบูรณ์ : ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาหลักธรรมในสกุณคัมภีร์ (๒) เพื่อศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์ เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพเน้นศึกษาเอกสาร

จากการศึกษาพบว่า เนื้อหาและหลักธรรมในสกุณคัมภีร์กล่าวถึงกามคุณ ๕ เป็นภูมิที่ไม่ใช่ที่อยู่สำหรับพระภิกษุ ไม่สมควรปล่อยจิตให้ไปสู่ภูมินั้นเนื่องจากเป็นช่องทางให้มารมีอำนาจครอบงำจิตได้ กามคุณ ๕ คือ ๑) รูปที่น่าปรารถนา น่ารัก น่าใคร่ ชักชวนใจให้เกิดราคะแก่จิตได้มากที่สุด ๒) เสียงที่ไพเราะ เสนาะหู ชักชวนจิตหลงเคลิ้มไป ชักชวนใจให้เกิดราคะ ๓) กลิ่น ที่มากระทบจุมุก เช่น กลิ่นหอมดอกไม้ กลิ่นน้ำหอม กลิ่นอาหาร ทำให้เกิดความอยากในกลิ่นนั้น ก็เกิดความรักพอใจทำให้เกิดความรัก ชักให้ใคร่ ชวนใจให้ยินดียึดติด ๔) รสเมื่อรับรู้ทางลิ้นเช่น รสอาหาร รสผลไม้ รสแกงไก่ รสสุรา รสเครื่องดื่ม ทำบุคคลนั้นติดใจในรสนั้น ๕) โภกฐัพพะ คือ ภายได้สัมผัสกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งทำให้เกิดความรักพอใจ ความอยาก มีการได้สัมผัสกายอันอ่อนนิ่มนวลจากสัมผัสที่น่าพึงพอใจเป็นต้นชื่อว่าเป็นกามคุณ จัดเป็นแดนอโคจรของพระภิกษุ

ส่วนแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์แบ่งออกเป็น แนวทางการละกามคุณ ๕ ที่เป็นอโคจร โดยการสำรวมอินทรีย์และใช้โยนิโสมนสิการ และแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่เป็นโคจรในสกุณคัมภีร์ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ทรงปรารภการเที่ยวไปในแดนบิดาของตนที่จะได้รับความปลอดภัยจากนกเหยี่ยว ต้องอยู่ในแดนที่โคจร แดนที่คุ้นเคย ที่สามารถรักษาตนเอง โดยการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ มีอาตปปี สัมปชาโน สติมา เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ อันเป็นแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่เป็นแดนโคจรของพระภิกษุทั้งหลายในสกุณคัมภีร์

Research Paper Title : A Study of Vipassana Meditation Practice
in Sakunugkisutta

Researcher : Phra Somsak Piyadhammo (Rungsitsawat)

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Research Paper Supervisor
: Asst. Prof. Dr.Viroj Koomkrong, Pali IX.,
M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Completion : February 25, 2019

Abstract

This study has two objectives; (1) to study the contents of dharmic principle in Sakunugkisutta, and (2) to study Vipassana Meditation Practice in Sakunugkisutta. The study is qualitative research focused on the study of documents.

From the study, it was found that the contents and dhamma principles in Sakunugkisutta mention the Five Sensual Pleasures which are not a Bhikkhus' place. When going to that place, the devil will have a chance and monks should not deserve to be in such place. The Five Sensual Pleasures are; 1) visible objects which are desirable, pleasurable, attached mind with endless lust and longing, 2) sounds which are desirable, causing the mindlessness and lust, 3) smells of flower, perfume, and food etc. which causes desire in them and will lead mind to lust; 4) tastes which one perceives flavors by his tongue, such as food, fruit, curry, liquor, and drink, the person will fascinate those tastes; and 5) tangible objects which physically contact with some things then causing satisfaction and desire etc. these are sensual pleasure which Bhikkhu should not dwell in.

Vipassana meditation practice in Sakunugkisutta was found that a practice of abandoning Five Sensual Pleasures which are improper places by controlling of the senses and applying Yonisomanasikāra or reasoned attention, and Vipassana meditation practice which is a suitable place in Sakunugkisutta where the Buddha stated that traveling to the land of his own father which is suitable, familiar, and self-saved places will be free from evils. Such places include the practice of The Four Foundations of Mindfulness with great effort, self-awareness, and mindfulness, to eliminate covetousness and griefs in the world which is a Vipassana practice based on Four Foundations of Mindfulness, a suitable place for Bhikkhus in Sakunugkisutta.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าขอน้อมกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ, ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ. ๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง เจ้าอาวาส วัดพิชยญาติการาม ที่ได้เมตตาเปิดการเรียนการสอน หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสณาภาวนา และศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” ทำให้นิสิตมีโอกาสดำเนินปฏิบัติวิปัสณาภาวนาต่อเนื่องเป็นเวลา ๗ เดือน และยังส่งผลให้มีการปฏิบัติวิปัสณาภาวนาเป็นที่แพร่หลายไปทั่วประเทศ ดังเป็นที่ประจักษ์ชัดในปัจจุบัน

ขอกราบขอบพระคุณ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), พระภาวนาพิศาลเมธี (ประเสริฐ มนต์เสวี) และพระวิปัสณาจารย์จากสำนักมหาสิทธาสนเยกค้ำ สหภาพเมียนมาร์ ที่มีเมตตาให้การฝึกอบรมในการปฏิบัติวิปัสณาภาวนาตลอดระยะเวลา ๗ เดือน

ขอกราบขอบพระคุณ พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย, พระเทพสุวรรณเมธี, ดร. ผู้ช่วยอธิการบดีฝ่ายวิชาการ รักษาการผู้อำนวยการหลักสูตรบัณฑิตศึกษา, พระมหาโกมล กมล, ผศ. ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์, พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธรรมโสภโณ ผู้อำนวยการวิทยาเขต, ผศ. ดร. วิโรจน์ คุ้มครอง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์, ดร. ชัยชาญ ศรีหาญ ผู้แปลบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และคณาจารย์ผู้ให้ความรู้ด้านวิชาการ ที่เมตตาให้คำแนะนำต่าง ๆ จนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ เจ้าหน้าที่ตรวจรูปแบบ พระประเทือง ขนดีโก, พระสุคนธ์ ปณณารโธ พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ห้องสมุด ที่อำนวยความสะดวกในการสืบค้นข้อมูลทำสารนิพนธ์ และเจ้าหน้าที่วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกฝ่าย ทุกท่าน ที่ช่วยประสานงานด้านต่าง ๆ ตลอดจนกัลยาณมิตรเพื่อนนิสิต วิปัสณาภาวนารุ่น ๑๒ ทุกรูป/คน ที่ให้ความช่วยเหลือจนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์

สุดท้ายนี้ ขออานิสงส์ผลบุญที่เกิดจากการศึกษาพระสัจธรรม และการปฏิบัติวิปัสณาภาวนา ตลอดจนประโยชน์อันเกิดจากสารนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอน้อมสักการบูชาคุณพระศรีรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอบุญกุศลนี้จงเป็นพลวปัจจัยให้ทุกท่านประสบแต่ความสุขความเจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไปจนเข้าถึงความพ้นทุกข์ด้วยเทอญ

พระสมศักดิ์ ปิยธมโม (รังสิตสวัสดิ์)

๒๐ มกราคม ๒๕๖๒

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ฉ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ คำถามวิจัย	๓
๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๔
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๔
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๕
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๑๑
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๑๑
บทที่ ๒ เนื้อหาและหลักธรรมในสกุณคัมภีร์	๑๒
๒.๑ โครงสร้างเนื้อหาของพระสูตร	๑๒
๒.๒ ความหมายของสกุณคัมภีร์	๑๓
๒.๒.๑ ความหมายของสกุณคัมภีร์	๑๓
๒.๒.๒ เหตุเกิดของสกุณคัมภีร์	๑๔
๒.๓ หลักธรรมในสกุณคัมภีร์	๑๕
๒.๓.๑ กามคุณ ๕ เป็นอโคจรในสกุณคัมภีร์	๑๕
๒.๓.๒ สติปัฏฐาน ๔ เป็นโคจรในสกุณคัมภีร์	๒๖
๒.๓.๓ อาตปปี สัมปชาโน สติมา	๓๖
๒.๔ สรุปท้ายบท	๓๗

บทที่ ๓	แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภกณคฆิสูตร	๓๙
๓.๑	แนวทางการละกามคุณ ๕ ที่เป็นอโคจรในสภกณคฆิสูตร	๓๙
๓.๑.๑	แนวทางการละรูปที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร	๔๐
๓.๑.๒	แนวทางการละเสียงที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร	๔๔
๓.๑.๓	แนวทางการละกลิ่นที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร	๔๘
๓.๑.๔	แนวทางการละรสที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร	๕๑
๓.๑.๕	แนวทางการละโผฏฐัพพะที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร	๕๔
๓.๒	แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่เป็นโคจรในสภกณคฆิสูตร	๕๖
๓.๒.๑	แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากายานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร	๕๗
๓.๒.๒	แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร	๖๒
๓.๒.๓	แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร	๖๗
๓.๒.๔	แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร	๗๐
๓.๓	สรุปท้ายบท	๗๒
บทที่ ๔	สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๗๕
๔.๑	สรุปผลการวิจัย	๗๕
๔.๑.๑	เนื้อหาหลักธรรมในสภกณคฆิสูตร	๗๕
๔.๑.๒	แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภกณคฆิสูตร	๗๗
๔.๒	ข้อเสนอแนะ	๗๙
๔.๒.๑	ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย	๗๙
๔.๒.๒	ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	๘๐
บรรณานุกรม		๘๑
ภาคผนวก		๘๔
ภาคผนวก ก	พระไตรปิฎก ภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐	๘๕
ภาคผนวก ข	พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย	๘๘
ภาคผนวก ค	พระไตรปิฎก อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓	๙๑
ประวัติผู้วิจัย		๙๔

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาบาลี/พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ ส่วนคัมภีร์อรรถกถาบาลี/ภาษาไทย ใช้ภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การอ้างอิงพระไตรปิฎก จะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังอักษรย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ส.ม. (บาลี) ๑๙/๓๐/๒๓๑, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๔/๑๖๒. หมายถึง สยุตตนิทาย มหาวรรคคปาติ ภาษาบาลี เล่ม ๑๙ ข้อ ๓๐ หน้า ๒๓๑ ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก ๕๐๐, ทีฆนิกาย มหาวรรค ภาษาไทย เล่ม ๑๐ ข้อ ๒๑๔ หน้า ๑๖๒ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

ส่วนคัมภีร์อรรถกถา จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม /หน้า เช่น อง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๒๓๒/๔๔๐. หมายถึง อังคุตตรนิกาย มโนรณปุรณิ จตุกกนิบาตอรรถกถา ภาษาไทย เล่ม ๒ ข้อ ๒๓๒ หน้า ๔๔๐ ฉบับมหาจุฬาอรรถกถา

ส่วนคัมภีร์ฎีกา จะระบุชื่อย่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม/ข้อ/หน้า เช่น สารตฎ.ฎีกา (ไทย) ๓/๑๖/๒๑๙. หมายถึง สารัตถทีปนีฎีกา ภาษาไทย เล่ม ๓ ข้อ ๑๖ หน้า ๒๑๙ ตามลำดับ ดังนี้

๑. คำอธิบายคำย่อในภาษาไทย

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

พระวินัยปิฎก

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๔	วิ.ม. (ไทย)	=	วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๙	ที.สี. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
๑๐	ที.ม. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรคคปาติ	(ภาษาบาลี)
	ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๒	ม.ม. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
	ม.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก สยุตตนิทาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตุกก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๒	อง.ปญจก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)

๒๖	ช.เถร. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	เถรคาถา	(ภาษาไทย)
๒๙	ช.ม. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทสปาติ	(ภาษาบาลี)
๒๙	ช.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	มหานิทเทส	(ภาษาไทย)
๓๐	ช.จ. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิทเทส	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา	
๓๕	อภิ.วิ. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	วิภังค์	(ภาษาไทย)
๓๗	อภิ.ก. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก	กถาวัตถุ	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์ปกรณ์วิเสสและคัมภีร์ฎีกา

ฎีกาปกรณ์วิเสส

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี)	=	ปรมตถมณชฺสา วิสุทธิมคฺคมหาฎีกา	(ภาษาบาลี)

ฎีกาพระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ม.ฎีกา (บาลี)	=	มณิทีปฎีกา	(ภาษาบาลี)

ค. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก

คำย่อ		ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ที.สี.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี สีลขันธวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ที.ปา.อ. (ไทย)	=	ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี ปาฐกวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ส.ม.อ. (ไทย)	=	สังยุตตนิกาย สารัตถปกาสินี มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาแห่งปัญญา อันมีหลักธรรมคำสอนที่ใช้ในการแก้ปัญหา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการใช้ปัญญาทงออกให้พ้นทุกข์ ซึ่งเกิดมาจากกิเลสตัณหา ความทะยานอยาก ความโลภ โกรธ และหลง ให้ติดพันหมกมุ่นอยู่ในกิเลสและกาม ซึ่งจำแนกกามออกเป็น ๒ อย่าง คือ กิเลสกาม เป็นเจตสิกอันเศร้าหมอง ชักนำให้เกิดความใคร่ ให้รัก ให้อยากได้ กล่าวคือตัณหา และความทะยานอยาก ราคะความกำหนด เป็นต้น จัดว่าเป็นกิเลสมาร เพราะเป็นโทษล้างผลาญคุณงาม ความดี ส่วนวัตถุกาม คือ อายตนะภายนอก ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะ เมื่ออายตนะ ภายในและภายนอกมากระทบกันจึงทำให้ตาได้เห็นรูปสวย หูได้ฟังเสียงไพเราะ จมูกได้ดมกลิ่นหอมหวาน ลิ้นได้ชิมรสอร่อยชอบใจ เป็นต้น กิเลสอันเป็นเครื่องตรึงจิตดุจตะปูเป็นเครื่องผูกใจไว้ในกามคุณ^๑ ทำให้เกิดความน่าปรารถนา น่าพึงพอใจ สร้างกิเลสหรือกามคุณให้เจริญเพิ่มพูนมากขึ้น

สกุณัคฺชีสูตร^๒ ว่าด้วยเหยี่ยวมีปรากฏอยู่ในพระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค พระพุทธองค์ทรงยกเรื่องในอดีตขึ้นแสดงว่า นกมูลไถเที่ยวหากินนอกถิ่นจึงถูกเหยี่ยวจับได้ แล้วทรง แสดงสอนภิกษุว่า แต่พอเที่ยวหากินในถิ่นของตน เหยี่ยวก็ไม่สามารถจับได้ ไม่ควรเที่ยวไปในแดนอื่น ซึ่งทรงหมายถึงกามคุณ ๕ ประการ เพราะจะทำให้มารได้ช่อง แต่ให้เที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนซึ่งทรงหมายถึงสติปัญญาน ๔ มารจึงจะไม่ได้ช่อง เหมือนอย่าง que พระสารีบุตรได้กล่าวไว้ตอนหนึ่งว่า คำว่ากามทั้งหลายในโลกนี้ ไม่ใช่เป็นของอันรชนละได้ง่าย เพราะวาปุถุชนนั้นมักจะติดอยู่ในกามคุณ จึงตกอยู่ในบ่วงของมาร คือพญามารดักบ่วงเอาไว้ ฉะนั้นกามคุณ ๕ จึงเป็นส่วนที่น่าใคร่ น่าปรารถนา ส่วนที่ดี ซึ่งน่ารื่นรมย์ใจ เหล่าชนผู้ถูกกาโมฆะ (ห้วงน้ำคือกาม) พัดพา ไม่กำหนดรู้กาม ย่อมมีกาล (แห่งวิญญูะ) คติและภพน้อยภพใหญ่ในวิญญูสงสารเป็นเบื้องหน้า ส่วนชนเหล่าใดที่ได้กำหนดรู้ในกาม เป็นผู้ไม่มีภัยแต่ไหน ๆ เที่ยวไป ชนเหล่านั้นผู้บรรลุลความสิ้นไปแห่งอาสวะ เป็นผู้ถึงฝั่งในโลก^๓

^๑ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๘๖/๑๙๙.

^๒ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗.

^๓ อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๕๕/๙๖.

การรับรู้โดยผ่านอายตนะทั้ง ๖ ทำให้เกิดความยึดมั่นถือมั่นในชั้น ๕ เพราะเห็นผิดในชั้น ๕ ผู้ที่ไม่ได้ศึกษาธรรม ไม่ได้ฟังธรรมก็จะไม่เข้าใจสิ่งที่เป็นชั้น ๕ ว่าเป็นสิ่งที่โลกสมมติบัญญัติขึ้นว่าเป็นสัตว์ บุคคล เรา เขา ยึดในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง ยึดในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ยึดในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา ยึดในสิ่งที่ไม่งามว่างาม ถูกความเห็นผิดชักนำไป ความคิดซัดส่ายไป ชื่อว่าถูกเครื่องผูกของพญามารผูกไว้แล้ว ย่อมเวียนเกิดเวียนตาย เพราะขาดโยนิโสมนสิการ เป็นผู้ที่ไม่พิจารณาในใจตนโดยแยกกาย เพื่อจะอบรมพัฒนาจิตใจให้เกิดปัญญา

มนุษย์ทั้งหลายจึงเกิดทุกข์ได้ เพราะเข้าไปสำคัญผิด เห็นผิด คิดผิดในชั้น ๕ ว่าไม่แปรปรวนเปลี่ยนแปลง มีความงามอยู่ตลอดเวลา สามารถสั่งการได้ แท้ที่จริงสรรพสิ่งทั้งหลายตกอยู่ในกามคุณ ๕ ซึ่งเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดการเวียนว่ายตายเกิด เพราะเข้าไปติดในบ่วงแห่งมาร การรู้ชัด รู้แจ้งตามความเป็นจริง มีปัญญาอันประเสริฐ เพราะด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวทางในหลักคำสอนขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระองค์ทรงแสดงกำหนดชัดเจนแล้วว่า ในพระธรรมเทศนาไว้ว่าไม่ควรไปยุ่งเกี่ยวในหนทางที่สุดโต่ง คือการหมกมุ่นอยู่ในกาม และการทำตนให้ลำบาก ทั้งสองทางนี้เป็นหนทางที่ผิด และเป็นสิ่งที่ควรละ หากไม่เจริญสติปัญญา ๔ ปัญญาไม่เกิดเห็นไตรลักษณ์ ทำให้สัตว์ไม่พ้นจากความทุกข์ในวัฏฏะ ดังมีพระพุทธพจน์ว่า เหล่าสัตว์ผู้ถูกมิถิภาทวิภูฏีทำลาย มีจิตซัดส่าย สำคัญผิด หมายรู้ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง หมายรู้ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข หมายรู้ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา หมายรู้ในสิ่งที่ไม่งามว่างาม สัตว์เหล่านั้นชื่อว่า ติดอยู่ในเครื่องประกอบของมาร ประสบกับความเกิดและความตาย ท่องเที่ยวไปสู่สังสารวัฏ^๔

การที่จะพ้นจากความทุกข์ในวัฏฏะได้นั้น ต้องเจริญวิปัสสนาตามหลักมหาสติปัญญาสูตร พระองค์ทรงแสดงให้กับชาวนิคมนกัมมาสัมมะ ในแคว้นกุรุ สติปัญญา ๔ เป็นหนทางเพื่อที่จะนำสัตว์ก้าวล่วงโสกะ ปริเทวะ เป็นต้น อันเป็นเครื่องกำหนดให้รู้เห็นรูปนามตามสภาวะธรรมปัจจุบันตามความเป็นจริงอันเป็นไปเพื่อการกำจัดกามคุณ ๕ เพื่อรู้แจ้งแทงตลอดซึ่งมรรค ผล นิพพาน หลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับมหาสติปัญญา ๔ ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าแสดงมากที่สุด คือเรื่องชั้น ๕ ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา อันประกอบไปด้วยรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่ได้นำมาเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาภูมิ เมื่อปฏิบัติสติปัญญา ๔ พระองค์ทรงสรรเสริญผู้ปฏิบัติเพื่อให้เห็นตามความเป็นจริง ดังเช่นในเรื่องของการบูชาไว้ว่า ผู้ที่เห็นภัยในวัฏฏสังสารทั้งหลาย ผู้มีความจงรักภักดีในเรา จงเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ส่วนชนทั้งหลายผู้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม ชื่อว่าได้บูชาเราอย่างแท้จริง^๕

^๔ อก.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๘๐.

^๕ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ), วิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๔.

จะเห็นได้ว่าการที่จะหลีกเลี่ยงไปจากวิญญูะอันเป็นภัยยิ่งใหญ่ได้ นั้น ต้องมีปัญญาพิจารณา เห็นแจ้งจากการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ โดยยึดถือหลักสัมมาทิฐิยอมแพ้ทุกข์ได้ ในการปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ เพื่อการขจัดอกเสียดซึ่งกามคุณ ๕ ต้องอาศัยการพิจารณารูปนามขั้น ๕ และมีปัญญาเห็นไตรลักษณ์ ในกาลใดพระพุทธเจ้าผู้จุดประกายให้แสงสว่าง เสด็จอุบัติขึ้นในโลก ในกาลนั้นพระองค์ยอมประกาศธรรมนี้ให้สัตว์ถึงความดับทุกข์ สัตว์เหล่านั้นผู้มีปัญญาฟังธรรมของพระพุทธเจ้าเหล่านั้น กลับได้ความคิดเป็นของตนเอง ได้เห็นสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง ได้เห็นสิ่งที่เป็นอย่างทุกขว่าเป็นทุกข์ ได้เห็นสิ่งที่เป็นอย่างอนัตตาว่าเป็นอนัตตา ได้เห็นสิ่งที่ไม่งามว่าเป็นของไม่งาม ยึดถือสัมมาทิฐิ พ้นทุกข์ทั้งหมดได้^๖

พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จอุบัติขึ้นในโลกทรงแสดงพระธรรม สัตว์โลกเมื่อได้ฟังพระธรรม ที่พระองค์ทรงแสดงก็เข้าใจธรรมตามความเป็นจริง การพิจารณาให้เห็นโดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน และไม่งาม วิธีการในการกำหนดรู้คุณ โทษ การสลัดออกจากกามเหล่านี้ จึงเป็นวิธีที่กำจัดกิเลสออกจากจิตใจ เพื่อที่จะได้เห็นสภาวะที่แท้จริงจึงละกามคุณ ๕ ได้เป็นผู้หลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวง กามคุณ ๕ ว่าด้วยคุณโทษ และการสลัดออกจากกามทั้งหลายนั้น จึงมีความสำคัญกับมนุษย์ทุกคน เพื่อให้เห็นสภาพของความเป็นจริงในสังขารทั้งปวงว่าแท้ที่จริงแล้ว ทุกสรรพสิ่งมีความเปลี่ยนแปลงไป ด้วยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่มีความงามที่แท้จริง หลงให้ยึดติดอยู่ มีแต่ความน่าเกลียด น่ากลัว สกปรก โสโครก ผู้ที่ยังละกามคุณไม่ได้ ย่อมไม่พ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิด

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญของกามคุณ ๕ โดยการแสดงให้เห็นว่าเป็นคุณ เป็นโทษ เป็นการไถ่ถอนจากกามทั้งหลาย เพื่อขจัดละกามคุณ ๕ ที่เป็นเหตุให้ต้องเวียนว่ายตายเกิดในสังสารวัฏแห่งทุกข์ การศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์ จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งของหลักการปฏิบัติวิปัสสนาในพระพุทธศาสนา เพราะฉะนั้นเพื่อให้เป็นผู้ที่มีปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาอันเป็นการกำหนดรู้รูปนามตามสภาวะธรรมของปัจจุบันตามความเป็นจริง คือให้เที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตน ซึ่งหมายถึงสติปัฏฐาน ๔ มารจึงจะไม่ได้ช่อง โดยยึดถือสัมมาทิฐิยอมแพ้ทุกข์ได้ และยังประโยชน์เกื้อกูลต่อผู้ใคร่สนใจในการศึกษา เพื่อเพิ่มศักยภาพของจิตเป็นแนวทางปฏิบัติเพื่อมุ่งให้หลุดพ้นจากวิญญูะสงสาร จนสามารถบรรลุผลถึงพระนิพพาน สืบต่อไป

๑.๒ คำถามวิจัย

๑.๓.๑ เนื้อหาหลักธรรมในสกุณคัมภีร์เป็นอย่างไร

๑.๓.๒ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์เป็นอย่างไร

^๖ ๐.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๔๙/๘๐-๘๑.

๑.๓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาเนื้อหาหลักธรรมในสกุณคัมภีร์

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์ โดยผู้วิจัยแบ่งขอบเขตของการวิจัยเป็นสองส่วน คือ ขอบเขตด้านเอกสาร เพื่อกำหนดเอกสารที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ และขอบเขตด้านเนื้อหา เพื่อกำหนดเนื้อหาประเด็นต่าง ๆ ที่จะศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ มีรายละเอียดดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเอกสาร

การศึกษาด้านเอกสาร เรื่อง แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์ งานวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดขอบเขต คือ คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ พระไตรปิฎก อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระไตรปิฎก อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหามกุฏราชวิทยาลัย อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสสอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องซึ่งเป็นเนื้อหาที่มีรายละเอียดยิ่งขึ้น เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค หนังสือ รายงานวิจัย เอกสารตำรา ได้แก่ หนังสือมหาสติปัฏฐานสูตร หนังสือวิปัสสนาญ้ย วจนาโดย พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) ผลงานทางวิชาการ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษาด้านเนื้อหาในเรื่อง แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์ งานวิจัยครั้งนี้มีขอบเขตการศึกษาด้านเนื้อหา ว่าด้วยเหี่ยว ตามความย่อในพระสูตรนี้ไม่ควรเที่ยวไปในแดนอื่นซึ่งหมายถึงกามคุณ ๕ ประการ เพราะจะทำให้มารได้ช่อง แต่ให้เที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนซึ่งหมายถึงสติปัฏฐาน ๔ มารจึงจะไม่ได้ช่อง แสดงให้ผู้ปฏิบัติทราบและมีสติสัมปชัญญะ มีปัญญา อันประเสริฐด้วยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แก้ปัญหาต่าง ๆ ของชีวิตที่ทำให้มนุษย์เกิดทุกข์เพราะเข้าไปสาคัญผิด เห็นผิด คิดผิดในชั้น ๕ ว่าไม่แปรปรวนเปลี่ยนแปลงมีความงามอยู่ตลอดเวลาสามารถสั่งการได้ เป็นต้น ซึ่งเป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดการเวียนว่ายตายเกิด โดยใช้หลักคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่มีอยู่ในสกุณคัมภีร์ ผู้วิจัยมีความประสงค์จะค้นคว้าในรายละเอียดยิ่งขึ้นในสกุณคัมภีร์ เพิ่มเติมในหัวข้อเนื้อหาหลักธรรม และหลักปฏิบัติเพื่อการละกามคุณ ๕ ด้วยวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่มีอยู่ในสกุณคัมภีร์ เป็นต้น

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ **สกุณคมิสูตร** หมายถึง พระสูตรว่าด้วยเหยี่ยว พระพุทธองค์ทรงยกเรื่องในอดีตที่ขึ้นแสดงแก่ภิกษุทั้งหลายว่า นกมูลไถเที่ยวหากินนอกถิ่นจึงถูกเหยี่ยวจับได้ แล้วทรงแสดงสอนภิกษุว่า แต่พอเที่ยวหากินในถิ่นของตน เหยี่ยวก็ไม่สามารถจับได้ ไม่ควรเที่ยวไปในแดนอื่น ซึ่งทรงหมายถึง กามคุณ ๕ ประการ เพราะจะทำให้มารได้ช่อง แต่ให้เที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนซึ่งทรงหมายถึงสติปัญญา ๔ มารจึงจะไม่ได้ช่อง มีปรากฏในพระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค เล่มที่ ๑๙ ข้อที่ ๓๗๒ หน้า ๒๑๗ - ๒๑๘

๑.๕.๒ **การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา** หมายถึง การฝึกอบรมจิต โดยมีสติกำหนดรู้รูปนาม ในปัจจุบันขณะตามหลักสติปัญญา ๔ เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งตามความเป็นจริง หลุดพ้นจากกิเลส ตัณหา และทำให้แจ้งพระนิพพานในที่สุด

๑.๕.๓ **กามคุณ ๕** หมายถึง สิ่งที่น่าใคร่ ที่น่าปรารถนา ที่พอใจบังเกิดขึ้นในจิตใจ โดยมากนั้นติดในข้อที่เป็นคุณ คือ ส่วนที่น่าปรารถนา น่าใคร่ มี ๕ อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะ

๑.๕.๔ **แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา** หมายถึง แนวทางการละกามคุณ ๕ โดยใช้ การสำรวมอินทรีย์ และโยนิโสมนสิการและแนวทางการปฏิบัติตามหลักสติปัญญา ๔

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยฉบับนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยแบ่งเอกสาร ออกเป็นสองส่วน คือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ประกอบด้วยคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค และเอกสารชั้นทุติยภูมิ คือ เอกสารที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ หนังสือ ตำรา บทความ เอกสารทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

๑.๖.๑ เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source)

๑) พระไตรปิฎก

พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก อธิบายเนื้อหาเปรียบเทียบเกี่ยวกับกามคุณ ๕ มีปรากฏข้อความไว้ว่า “พระกุมารกัสสปะทูลถามปริศนาธรรม อะไร ชื่อว่าเซียงหั้นเนื้อพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเฉลยปริศนาธรรม คำว่า เซียงหั้นเนื้อนั้นเป็นชื่อแห่งกามคุณ ๕ ประการ คือ รูปที่จะ

พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าพอใจ ชวนให้รัก พาใจให้กำหนด คำนั้นมีอธิบายว่า สุขุม เธอจึงใช้ ศัสตรายกเขียงหันเนื้อขึ้นมา จงละกามคุณ ๕ ประการ จงชุดขึ้นมา”^๗

พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา อธิบายเกี่ยวกับกามคุณ ๕ มีปรากฏข้อความไว้ว่า “กามคุณ ๕ ย่อมลวงเบียดเบียนบุุณชน เหมือนนายพรานแอบใช้เครื่องดัก ดักเนื้อ เหมือนชาวประมงใช้เบ็ดตกปลา และเหมือนพรานเนื้อใช้ดั่งดักลิง กามคุณ ๕ เหล่านั้น คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโณภูฏัพพะที่น่าชอบใจ ย่อมปรากฏในเรือนร่างหญิง เหล่าบุุณชนที่มีจิตกำหนด ส้องเสพหญิง เหล่านั้นอยู่ ย่อมขยายสังสารวัฏที่นรกแล้ว ย่อมก่อภพใหม่ไม่มีที่สิ้นสุด ส่วนผู้ใดเว้นขาดสตรีเหล่านั้น ผู้ นั้นชื่อว่ามัสติ ก้าวล่วงค้นหาที่ซ่านไปในโลกนี้ได้ด้วยดี เราเห็นโทษในกามทั้งหลายเห็นการออกบวช โดยความเกษม พราจากกามเสียได้ทั้งหมดแล้วได้ถึงความสิ้นอาสวะ”^๘

พระอภิธรรมปิฎก กถาวัตถุ ในกามคุณกล่าวด้วยกามคุณ ปรากฏข้อความไว้ว่า “กามคุณ ๕ อันมีใจเป็นที่ ๖ ซึ่งมีอยู่ในโลก เราประกาศไว้ชัดแล้ว สัตว์โลกคลายความพอใจในกามคุณ ๕ นี้ ได้ย่อมพ้นจากทุกข์ได้ด้วยวิธีดังกล่าวนี้ กามคุณแยกอธิบายว่าที่ชื่อว่ากาม เพราะมีความหมายว่าเป็นสิ่งที่บุคคลพึงใคร่ ที่ชื่อว่าคุณ เพราะมีความหมายว่าผูกพันไว้ นี้คือธรรมเครื่องนำออกจากโลก เราบอกแก่พวกท่านตามความเป็นจริง เราก็บอกพวกท่านเช่นนี้แล เพราะว่าสัตว์โลกย่อมพ้นจากทุกข์ได้ด้วยวิธีดังนี้”^๙

๒) คัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย อธิบายเกี่ยวกับกามคุณ ๕ มีปรากฏข้อความไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนั้น เธอทั้งหลายอย่าเที่ยวไปในแดนอื่นที่เป็นนโคจร เมื่อเธอทั้งหลายเที่ยวไปในแดนอื่นที่เป็นนโคจร มารก็จักได้ช่อง ได้อารมณ์ แดนอื่นที่เป็นนโคจรของภิกษุเป็นอย่างไร คือ กามคุณ ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด ฯลฯ โณภูฏัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกาย ฯลฯ พาใจให้กำหนด ภิกษุทั้งหลาย นี้คือแดนอื่นที่เป็นนโคจรของภิกษุ ภิกษุทั้งหลาย เธอจงเที่ยวไปในแดนที่เป็นนโคจร มารก็จักไม่ได้ช่องไม่ได้อารมณ์ แดนที่เป็นนโคจรของตนอันเป็นนโคจรของภิกษุคือสติปัฏฐาน ๔”^{๑๐}

๓) คัมภีร์ฎีกา อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี ได้แสดงข้อความเกี่ยวกับกามคุณ ๕ ไว้ว่า “กามมาสวะ หมายถึง อาสวะคือสภาพยินดีพอใจ อีกอย่างหนึ่งกามคือ สภาพเป็นที่ยินดีของกามค้นหาหายาบ หมายถึงกามาวจรธรรมทั้งหมดที่แสดงไว้โดยความมีกามคุณ ๕ ประการเป็นหลัก

^๗ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๑/๒๗๐-๒๗๒.

^๘ ขุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๔๕๔-๔๕๘/๔๑๗.

^๙ อภิ.ก. (ไทย) ๓๗/๕๑๐-๕๑๒/๕๔๖.

^{๑๐} ที.ปา.อ. (ไทย) ๑/๘๐/๔๘.

แต่ในที่นี้ชื่อว่า กามหมายเอาตัณหาที่มีกามคุณเป็นอารมณ์ ทำให้กระเสจจิตของเหล่าสัตว์ถูกหมักดอง จักขุเป็นที่รักน่าชอบใจ ตัณหานั้นเมื่อจะเกิดขึ้นย่อมเกิดในจักขุนี้ ตราบที่ยังไม่มีการชำระหมดจดด้วย อริยมรรค อาสวกิเลสย่อมดำเนินไปทำให้ชำระกระเสจจิตได้ยากดังหลุมคูด^{๑๑}

๔) **คัมภีร์ปกรณ์วิเสส วิสุทธิมรรค** พระพุทธโฆสเถระ ได้แสดงข้อความเกี่ยวกับกามคุณ ๕ ไว้ว่า “อาหาร เครื่องดื่ม ของเคี้ยว และโภชนะซึ่งมีค่ามาก เข้าโดยทางทวารช่องเดียว แต่หลังออกโดย ทวารตั้ง ๙ ช่อง พึงพิจารณาความเป็นปฏิกุล จิตของภิกษุผู้หมั่นประกอบปฏิกุลสัญญาในอาหารนี้ ย่อม หดกลีบถอยหลังจากความอยากในรส ภิกษุนั้นย่อมเป็นผู้ปราศจากความมัวเมา กลืนกินอาหารเพียงเพื่อ ต้องการข้ามทุกข์เท่านั้น เหมือนอย่างบุคคลผู้ข้ามทางกันดาร กลืนกินเนื้อบุตรณะนั้น รากะอันประกอบใน กามคุณ ๕ ย่อมถึงการกำหนดรู้โดยช่องทาง คือการกำหนดรู้กวีฬิงการาหารได้โดยไม่ยากเลย ย่อมกำหนด รู้รูปขันธ์ โดยช่องทางคือการกำหนดรู้กามคุณ ๕”^{๑๒}

๑.๖.๒ เอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source)

๑) **สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ทรงนิพนธ์** หนังสือสัมมาทิฐิ มีข้อความตอนหนึ่งได้กล่าวถึงโทษของกามไว้ว่า “กามคุณ กามก็มีคุณเป็นที่ตั้งของ ปิติโสมนัส ดังกล่าวนั้น หาใช่มีคุณอย่างเดียวไม่ ยังมีโทษอันเรียกว่า กามาทีนพ โทษของกาม อาทีนพ คือโทษของกามไว้เป็นอันมาก ถ้าว่ากามมีคุณโดยส่วนเดียวแล้ว ก็มีแต่ที่จะยินดีเพลิดเพลินสนุกสนาน กันไปโดยส่วนเดียว ในเมื่อไม่ได้ตามที่ต้องการตามที่รักใคร่ปรารถนา แต่ไปได้ในสิ่งที่ไม่ต้องการไม่รัก ใคร่ไม่ปรารถนา และยังมีความหลงติดอยู่”^{๑๓}

๒) **พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต)** ได้มีคำอธิบายกล่าวถึงกามคุณ ๕ ไว้หลายแห่งใน หนังสือพุทธธรรมมีข้อความตอนหนึ่งไว้ว่า “พระพุทธเจ้าทรงสอนย้าให้รู้จักวางใจอย่างถูกต้องต่อกาม สุข ให้มีปัญญาที่จะสลัดตัวออกได้ ดังได้ทรงแสดงไว้ใน การปฏิบัติเปรียบเทียบกามคุณเหมือนบ่วงดัก ของนายพราน แล้วกล่าวถึงสมณพราหมณ์ที่เกี่ยวข้องไว้ พวกหนึ่งสมณพราหมณ์ที่บริโภคกามคุณทั้ง

^{๑๑} พระอรุณฤทธะ และพระญาณธชะ, **อภิธัมมัตถสังคหะ และปรมัตถทีปนี**, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๗๓๘.

^{๑๒} พระพุทธโฆสเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๖๑๖-๖๑๗.

^{๑๓} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, **สัมมาทิฐิ**, (เชียงใหม่: โรง พิมพ์นันทพันธ์, ๒๕๕๔), หน้า ๕๗.

๕ โดยมีความติด หลงไหล หมกมุ่น ไม่รู้เท่าทัน เห็นโทษภัย ไม่มีปัญญาพาดั้วรอด เป็นเหมือนเนื้อป่า ที่ติดบ่วงและนอนทับบ่วงอยู่ ย่อมจะประสบความเสื่อม ความพินาศ”^{๑๔}

๓) **พุทธทาสภิกขุ** ได้กล่าวถึงกิเลสไว้ในหนังสือบางแง่มุมของกามในทัศนะพุทธทาสภิกขุ มีข้อความตอนหนึ่งไว้ว่า “กิเลส คือตัวกามเป็นเหตุใคร่ วัตถุประสงค์คือวัตถุประสงค์หรืออารมณ์ที่จะมาเป็นเหยื่อ ความใคร่ เป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด ความยินดี พอใจ สิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่งวัตถุประสงค์ของแห่งความยินดี และความรู้สึกเฉย ๆ ทั้งที่เป็นของประณีต ปานกลางและเลว ซึ่งเป็นเหยื่อล่อให้มนุษย์ตลอดจนสรรพสัตว์ติดมัวเมาหลุ่มหลง”^{๑๕}

๔) **พระธรรมวิสุทธิกวี** (พิจิตร จิตตวณโณ ป.ธ. ๙) ได้กล่าวถึงกามราคะไว้ในหนังสือ วิปัสสนาภาวนามีข้อความตอนหนึ่งไว้ว่า “กามราคะ ความกำหนัดยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ กามราคะนี้ยากจะกำจัดให้เบาบางลงได้ เพราะรสของมันก่อให้เกิดความเพลิดเพลิน โดยเฉพาะกามารมณ์จึงเป็นการหลอวิสัยที่ปุถุชนคนธรรมดาจะตัดเสียได้ เพราะมนุษย์ทั่วไปอยากได้ เห็นรูปสวย ๆ อยากได้ฟังเสียงที่อ่อนหวานไพเราะ เป็นต้น”^{๑๖}

๕) **พระอาจารย์ ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ** ได้กล่าวถึงกามคุณ ๕ ที่บุคคลทำ ด้วยกาย วาจา ใจ ไว้ในหนังสือแฉ่นธรรมปฏิบัติไว้ว่า “สภาพที่มีความพอใจในกิเลสกาม วัตถุประสงค์ คือความพอใจในกามคุณอารมณ์ทั้ง ๕ ที่มากระทบทวาร การติดอยู่ในกามคุณอารมณ์ทั้ง ๕ ชื่อว่า กามราคะ หลักธรรมที่ชื่อว่าแฉ่นธรรมเป็นเครื่องมือให้อริยสาวกมีไว้ สมาธิอันบุคคล อบรมโดยมีศีลเป็นฐานย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก ปัญญาอันบุคคลอบรมโดยมีสมาธิเป็น ฐานย่อมมีผลมากมีอานิสงส์มาก จิตอันบุคคลอบรมโดยมีปัญญาเป็นฐาน ย่อมหลุดพ้นโดย ชอบจากอาสวะทั้งหลายคือ กามาสวะ ภาวาสวะ และอวิชชาสวะ”^{๑๗}

^{๑๔} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยาย**, พิมพ์ครั้งที่ ๓๖, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ผลิตธรรม, ๒๕๕๕), หน้า ๑๐๓๕.

^{๑๕} พุทธทาสภิกขุ, **บางแง่มุมของกามในทัศนะพุทธทาสภิกขุ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๒), หน้า ๘๖-๘๗.

^{๑๖} พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวณโณ), **วิปัสสนาภาวนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๒๒๘.

^{๑๗} พระอาจารย์ ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ **ธัมมาจริยะ อัคคมหากัมมัฏฐานาจริยะ, แฉ่นธรรมปฏิบัติ**, (ชลบุรี: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๗.

๑.๖.๓ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) พระสมุห์สันติ เขมจาโร (แสงประสิทธิ์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในมหาทุกขขันธสูตร” ผลการวิจัยพบว่า พระพุทธเจ้าทรงแสดงกองทุกข์ว่ามีสาเหตุมาจากกามคุณ ๕ ประการ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ และให้ปฏิบัติตามแนวทางมัชฌิมาปฏิปทา คืออริยมรรคมีองค์ ๘ เป็นหลักสำคัญ ในมหาทุกขขันธสูตร กองทุกข์ใหญ่ มีสาเหตุเกิดจากกิเลสต้นเหตุ การเจริญสมณะและวิปัสสนาภาวนา ทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง บรรลุมรรคผลได้ ซึ่งเป็นความดับทุกข์ในสังสารวัฏ เป็นความดับทุกข์อย่างสิ้นเชิง^{๑๘}

๒) พระอธิการสำราญ อชฌาจาโร (พุทธิพันธ์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาสถานที่ที่โอโศรกกับพระสงฆ์ในสังคมปัจจุบัน” ผลการวิจัยพบว่า สถานที่ที่โอโศรก คือ สถานที่ที่พระภิกษุไม่ควรไปมาหาสู่ เพราะเข้าไปแล้วอาจเป็นการไม่สมควร เช่น ในโรงแรมหรู สถานที่บันเทิงต่างๆ และศูนย์การค้า เป็นต้น เพราะอาจจะถูกเข้าใจว่ามีความประพฤติผิดพระธรรมวินัย เป็นพระภิกษุที่น่ารังเกียจ ลักษณะของสถานที่ที่โอโศรก คือ ลักษณะที่ไม่เหมาะสมกับบรรพชิต อันเป็นการกระทำผิดศีลวินัย ส่วนหลักธรรมที่เกี่ยวข้องสถานที่ที่โอโศรก คือ หลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา^{๑๙}

๓) พระมานะ จิตลีโล (ประพุดิธรรม) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในพุทธาคฤกสูตร” ผลการวิจัยพบว่า การกำหนดรู้สภาวะปรมาัตถ์ของธาตุในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือการที่ผู้ปฏิบัติจะต้องกำหนดรู้ในขณะที่ปฏิบัติอยู่ในอริยาบถใหญ่ และการกำหนดสัมปชัญญะรู้ตัวทุกขณะในปัจจุบันโดยมีสติและปัญญาสามารถ ตามรู้สภาวะเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงที่สุดรู้ว่าสภาวะเคลื่อนไหวเกิดขึ้นจากจิตที่สั่งให้เคลื่อนไหว และสภาวะเคลื่อนไหวนั้นก็มีความขาดช่วงในระยะที่ ยก ย่าง และเหยียบ ไม่ปะปนกัน หลังจากนั้นก็จะยังเห็นความเกิดดับ อย่างรวดเร็วของสภาวะเคลื่อนไหวโดยละเอียด นักปฏิบัติผู้รู้สภาวะธรรมอย่างนี้ย่อมจะเข้าใจว่าไม่มีตัวเรา ของเรา ซึ่งเป็นผู้เดิน มีเพียงจิตที่สั่งงานและแบ่งกลุ่มรูปที่เคลื่อนไหวจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่งมีสภาพไม่เที่ยงแท้ เพราะเกิดขึ้นแล้วดับไป เป็นทุกข์เพราะถูกบีบคั้นด้วย

^{๑๘} พระสมุห์สันติ เขมจาโร (แสงประสิทธิ์), “ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในมหาทุกขขันธสูตร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๑๙} พระอธิการสำราญ อชฌาจาโร (พุทธิพันธ์), “การศึกษาสถานที่ที่โอโศรกกับพระสงฆ์ในสังคมปัจจุบัน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

ความเกิดดับ และไม่ใช่ตัวตนที่ผู้ใดจะบังคับบัญชาได้ เขาย่อมเพิกถอนความเห็นผิดว่า เป็นเขา เป็นเรา เป็นหญิง เป็นชาย เป็นสัตว์ เป็นบุคคล และละความยึดมั่นในตัวตน^{๒๐}

๕) แม่ชีอุบล ญาบุญมา ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิธีปฏิบัติเพื่อการละกามคุณ ๕ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า กามคุณ หมายถึง ส่วนที่น่าปรารถนาน่าใคร่ของกาม เพราะอาศัยกามคุณ ๕ ประการที่เรียกว่ากามสุข กามคุณจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ยากในการประกอบอาชีพ หรือชวนชายที่จะได้มาซึ่งต้องอดทนต่อความหนาว ทรากตรำต่อความร้อน เตื่อร้อนเพราะสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน และตายเพราะความหิวกระหาย แม้ข้อนี้ก็ถือว่าเป็นโทษแห่งกามทั้งหลาย จึงเป็นกองทุกข์ที่จะพึงเห็นได้เอง มีกามเป็นเหตุเกิดเพราะเหตุแห่งกาม^{๒๑}

๕) นางสาววิภารัตน์ บุญเฉลียว ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิธีกำหนดรู้ทุกข์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” ผลการวิจัย พบว่า ทุกขอริยสัจ คือ ธรรมชาติที่เป็นทุกข์ มีลักษณะเบียดเบียนทั้งทางกาย และใจอยู่เป็นนิจ มีการปรุงแต่งอยู่เป็นประจำ เราร้อนจากโมหะเป็นเหตุ ซึ่งเป็นธรรมชาติที่ทนสภาพอยู่ได้ยาก มีอาการถูกบีบคั้น ถูกเบียดเบียน ไม่คงที่ แปรปรวนอยู่เสมอ และควบคุมไม่ได้ เมื่อถูกเหตุปัจจัยปรุงแต่งก็เกิดขึ้น เมื่อหมดเหตุปัจจัยดับลง ทุกข์เป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ ทุกข์ในการปฏิบัติวิปัสสนาหรือที่เป็นอารมณ์วิปัสสนา คือ ทุกข์ในชั้น ๕ ที่เป็นอุปาทานชั้น คือ รูปชั้น เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น วิญญาณชั้น เป็นกองทุกข์ โดยย่อ คือ รูป-นาม เป็นสภาวะที่รู้ชัดโดยการปฏิบัติวิปัสสนา^{๒๒}

จากการศึกษาทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด พบว่า งานวิจัยและวิทยานิพนธ์ที่ศึกษานี้มีความสอดคล้อง และใกล้เคียงกับเนื้อหาของการศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภุมณคัมภีร์ แต่ยังไม่ตรงประเด็นของเนื้อหาทั้งหมด เพียงพอที่สามารถใช้เป็นแนวทางในการวิจัยเท่านั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งไม่เคยมีงานวิจัยที่กล่าวถึงการศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภุมณคัมภีร์ จึงเป็นเหตุให้ผู้วิจัยสนใจที่จะนำมาศึกษาให้ชัดเจนยิ่งขึ้น ดังนั้น การศึกษาวิจัยครั้งนี้ จึงมุ่งศึกษาเพิ่มเติมในรายละเอียดต่าง ๆ ซึ่งยังประโยชน์ทำให้ทราบแนวทาง และหลักปฏิบัติในการเจริญวิปัสสนาภาวนาในสภุมณคัมภีร์ คือให้เที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของ

^{๒๐} พระมานะ จิตสีโล (ประพตฺธิธรรม), วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

^{๒๑} แม่ชีอุบล ญาบุญมา, “ศึกษาวิธีปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

^{๒๒} นางสาววิภารัตน์ บุญเฉลียว, “การศึกษาวิธีกำหนดรู้ทุกข์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

บทที่ ๒

ศึกษาเนื้อหาหลักธรรมในสกุณคัมภีร์

สรรพสิ่งทั้งหลาย ที่เกิดขึ้นมาได้ในโลกนี้ จะเป็นมนุษย์หรือแม้กระทั่งสัตว์ดิรัจฉาน ทั้งหลายก็ตาม ต้องมีเหตุปัจจัยสนับสนุนส่งเสริมทำให้วนเวียนวายเป็นทุกข์อยู่ในวัฏสงสารหาที่ สิ้นสุดมิได้ ต่อเมื่อพระพุทธองค์ได้อุบัติเกิดขึ้นย่อมจุดประกายแสงสว่างแห่งปัญญาให้เกิดขึ้นมาเปรียบ เหมือน บุคคลหงายของที่คว่ำ เปิดของที่ปิด บอกทางให้แก่คนหลงทาง หรือตามประทีปในที่มืดด้วย หวังว่า ผู้มีจักขุจักเห็นรูป เพื่อไม่ให้หลงใหลยินดียินร้าย กิเลสตัณหาอุปทาน ใน รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะที่เรียกว่า กามคุณ ๕ เหมือนนกมูลไถอยู่เฝ้ามือของเหยี่ยวนกเขายากที่ตีนรนหลุดพ้น ไปได้ ต้องอาศัยหลักธรรมคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า ที่ตรัสไว้ดีแล้วดังปรากฏในคัมภีร์ พระไตรปิฎก เพื่อหลุดพ้นจากบ่วงของมาร ดังนั้น ผู้ศึกษาได้กำหนดประเด็นการศึกษา ไว้ดังนี้

- ๒.๑ โครงสร้างเนื้อหาของพระสูตร
- ๒.๒ ความหมายของสกุณคัมภีร์
- ๒.๓ หลักธรรมในสกุณคัมภีร์
- ๒.๔ สรุปท้ายบท

๒.๑ โครงสร้างเนื้อหาของพระสูตร

สกุณคัมภีร์ ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๙ พระสุตตันตปิฎกเล่มที่ ๑๑ สังยุตต นิกาย มหาวารวรรค อัมพปาลีวรรค เป็นพระสูตรว่าด้วยเรื่องเหยี่ยว คือ ทรงยกเรื่องในอดีตขึ้นแสดง ว่า นกมูลไถเที่ยวหากินนอกถิ่นจึงถูกเหยี่ยวจับได้ แล้วทรงแสดงสอนภิกษุว่า แต่พอเที่ยวหากินในถิ่น ของตนเหยี่ยวก็ไม่สามารถจับได้ ไม่ควรเที่ยวไปในแดนอื่น ซึ่งทรงหมายถึงกามคุณ ๕ ประการ เพราะ จะทำให้มารได้ช่อง แต่ให้เที่ยวไปในแดนที่เป็นบิดาของตน ซึ่งทรงหมายถึงสติปัญญาน ๔ ประการ มารจึงจะไม่ได้ช่อง อัมพปาลีวรรค แปลว่า หมวคว่าด้วยพระธรรมเทศนาที่อัมพปาลีวัน ชื่อวรรคนี้ตั้ง ตามชื่อพระสูตรที่ ๑ ในวรรคนี้ ซึ่งมีทั้งหมด ๑๐ สูตร ได้แก่

- | | |
|-----------------|---|
| ๑. อัมพปาลีสูตร | ว่าด้วยพระธรรมเทศนาที่ป่าอัมพปาลีวัน |
| ๒. สติสูตร | ว่าด้วยผู้มีสติสัมปชัญญะ |
| ๓. ภิกขุสูตร | ว่าด้วยภิกษุ |
| ๔. สาธสูตร | ว่าด้วยพระธรรมเทศนาที่หมู่บ้านพราหมณ์ชื่อสาธา |

๕. อุกุสราสีสูตร	ว่าด้วยกองอกุศล
๖. สกุนคฺฉิสูตร	ว่าด้วยเหยี่ยว
๗. มกฺกภูสูตร	ว่าด้วยลิงติดตั้ง
๘. สุทสูตร	ว่าด้วยอุปมาด้วยพ่อครัว
๙. คิลานสูตร	ว่าด้วยพระผู้มีพระภาคทรงพระประชวร
๑๐. ภิกขุณุปัสสยสูตร	ว่าด้วยการสนทนาในสำนักภิกษุณี

สกุนคฺฉิสูตร เป็นสูตรในลำดับที่ ๖ ในอัมพปาลีวรรค สติปัญญาสังยุต ในกลุ่มอัมพปาลีวรรคนี้ ว่าด้วยเหยี่ยว ทรงหมายถึงกามคุณ ๕ ประการ และทรงหมายถึงสติปัญญา ๔ ประการ ทรงแสดงพระธรรมเทศนาที่อัมพปาลีวัน

๒.๒ ความหมายของสกุนคฺฉิสูตร

๒.๒.๑ ความหมายของสกุนคฺฉิสูตร

สกุนคฺฉิสูตร หมายถึง พระสูตรว่าด้วยเหยี่ยว^๑ คำว่า เหยี่ยว (สกุนคฺฉิ) ได้แก่ ชื่อว่า สกุนคฺฉิเพราะความหมายว่าข่านก คำนี้เป็นชื่อของเหยี่ยว โฉบลงอย่างรวดเร็ว (สหสา อหฺมปฺตตา) ได้แก่ โฉบลงโดยเร็ว เพราะความโลภ คำว่า อับโชค (อลกฺขิกา) ได้แก่ เป็นผู้หมดสิริ คำว่า มีบั้นน้อย (อปฺปปฺญญา) ได้แก่ เป็นผู้ที่มีบุญนิดหน่อย คำว่า ถ้าในวันนี้เรา (สจฺจช มยฺ) ตัดบทเป็น (สเจ อชช มยฺ) คำว่า ที่เขาไถใหม่ ๆ อธิบายว่า ทำนา คำว่า ถิ่นที่เป็นดินก้อนมูลไถ (เลณฺฑฏฺฏานํ) ได้แก่ การทำนาด้วยไถ คือใหม่ ๆ อธิบายว่า ทำนา คำว่า ถิ่นที่เป็นดินก้อนมูลไถ (เลณฺฑฏฺฏานํ) ได้แก่ ตกระแห คำว่า เมื่อจะอวดอ้าง (อวาทมานา) ได้แก่ เหยี่ยวเมื่อเหยี่ยว อธิบายว่า กล่าวสรรเสริญ กำลังของตนด้วยดี คำว่า จับที่ก้อนใหญ่ (มหนตฺ เลณฺฑู อภฺริทิตฺวา) คำว่า นกมูลไถกำหนดที่ก้อนดิน ๓ ก้อนตั้งอยู่ โดยสัณฐานตั้งเตาไฟว่า “เมื่อเหยี่ยวบินมาข้างนี้เราจักหลีกไปข้างโน้น เมื่อบินมาข้างโน้น เราจะหลีกไปข้างนี้” ขึ้นก้อนดินข้างหนึ่ง ในก้อนดิน ๓ ก้อนเหล่านั้น ยืนทำอยู่ คำว่า จึงหุบ (สนฺธาย) ได้แก่ หลุบปีกจุกอก คือตั้งไว้ด้วยดี คำว่า เหยี่ยวตัวนี้โฉบมาอย่างรวดเร็วหมายจะจับเรา (พหุ อาคโต โข มยายํ)

ความว่า “นกมูลไถรู้ว่า เหยี่ยวนี้มาสู่ที่ไกลกว่า เพื่อต้องการเรา บัดนี้จะจับเราไม่ให้เหลือแต่น้อย” จึงหลบเข้าไปในระหว่างดินนั้นแล คล้ายน้ำอ้อยบ ตีตอยู่ที่พื้น คำว่า ทำให้อกกระแตก (อฺรุ ปิจฺจตาเสสิ) ความว่า เหยี่ยวเมื่อไม่สามารถดำรงความเร็วไว้ได้ เพราะเล่นไปด้วยคิดว่า “เราจักจับตัดหัวของนกมูลไถครั้งเดียว” กระแตกอกที่ดิน ในทันใดนั่นเอง หัวใจของมันแตกแล้ว ครั้งนั้น นกมูลไถรำเรงยินดี^๒

^๑ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^๒ ส.ม.อ. (ไทย) ๓/๓๗๘/๓๕๖-๓๕๗.

๒.๒.๒ เหตุเกิดของสกุณคมิสูตร

ภิกษุทั้งหลาย เรื่องเคยมีมาแล้ว เหยี่ยวโฉบลงจับนกมูลไถอย่างรวดเร็ว ขณะนั้น นกมูลไถ กำลังถูกเหยี่ยวพาไป ได้ร้องคร่ำครวญอย่างนี้ว่า เราอัปโชคมีบุญน้อย เทียวไปในแดนอื่นซึ่งไม่ใช่ที่หากิน ถ้าในวันนี้เราเที่ยวหากินในแดนหากินที่เป็นของบิดาของตนไซ้ เราก็อาจสู้เหยี่ยวตัวนี้ได้เหยี่ยวจึงถามว่า เจ้านกมูลไถ แดนหากินที่เป็นของบิดาของเจ้าคืออะไร นกมูลไถตอบว่า คือถิ่นที่เป็นดินก้อนมูลไถที่เขาไถไว้

ขณะนั้นเหยี่ยวหึ่งในกำลังของตน เมื่อจะอวดอ้างกำลังของตน จึงปล่อยนกมูลไถไปด้วยพูดว่า ไปเถิด เจ้านกมูลไถ ถึงเจ้าจะไปในที่นั้นก็ไม่มีพันเรา ที่นี้นกมูลไถจึงไปยังถิ่นที่เป็นดินก้อนมูลไถที่เขาไถไว้ จับที่ก้อนใหญ่ ยืนร้องทำเหยี่ยวว่า เจ้าเหยี่ยว เจ้าจงมาจับเราเดี๋ยวนี้ เจ้าเหยี่ยว เจ้าจงมาจับเราเดี๋ยวนี้ ขณะนั้น เหยี่ยวหึ่งในกำลังของตน เมื่อจะอวดอ้างกำลังของตน จึงหุบปีกทั้ง ๒ ลงโฉบนกมูลไถอย่างรวดเร็ว เมื่อนกมูลไถรู้ว่า เหยี่ยวตัวนี้โฉบมาอย่างรวดเร็วหมายจะจับเรา จึงหลบเข้าซอกก้อนดินนั่นเอง ทำให้ออกเหยี่ยวกระแทกมูลไถ (ตาย) ในที่นั้นเอง เรื่องนกมูลไถเทียวไปในแดนอื่นซึ่งไม่ใช่ที่หากินก็เป็นเช่นนี้แล

ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนั้น เธอทั้งหลายอย่าเทียวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร เมื่อเธอทั้งหลายเทียวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร มารก็จักได้ช่อง ได้อารมณ์ แดนอื่นที่เป็นอโคจรของภิกษุเป็นอย่างไร คือ กามคุณ ๕ ประการ อะไรบ้าง

๑. รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด
๒. เสียงที่พึงรู้แจ้งทางหู ...
๓. กลิ่นที่พึงรู้แจ้งทางจมูก ...
๔. รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น ...
๕. โภกฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด

ภิกษุทั้งหลาย นี่คือนอกแดนอื่นที่เป็นอโคจรของภิกษุ ภิกษุทั้งหลายเธอทั้งหลายจงเทียวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจรเกิดเมื่อเธอทั้งหลายเทียวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจร มารก็จักไม่ได้ช่อง ไม่ได้อารมณ์ แดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจรของภิกษุ เป็นอย่างไร คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชณาและโทมนัสในโลกได้
๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ...
๓. พิจารณาเห็นจิตในจิต ...

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้

ภิกษุทั้งหลาย นี่คือนั่นที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจรของภิกษุ^๓

๒.๓ หลักธรรมในสกุณคัมภีร์

หลักธรรมในพระสูตรนี้ พระพุทธองค์ทรงแสดงแบบมีอุปมาอุปไมย ให้ได้เข้าใจตามความเป็นจริง ที่ได้ปฏิบัติตามแนวทางแนะนำคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่สามารถรู้ด้วยปัญญาอันประเสริฐ สมณพราหมณ์พวกใดก็ตามไม่รู้ชัฏคุณโทษ และการสลัดออกจากกามทั้งหลาย จากรูปทั้งหลาย จากเวทนาทั้งหลายตามความเป็นจริงได้ ก็ไม่สามารถชักชวนผู้อื่นให้รู้ได้ในทางตรงกันข้าม สมณะหรือพราหมณ์พวกใดก็ตาม รู้ชัฏคุณโทษ และการสลัดออกจากกามทั้งหลาย จากรูปทั้งหลาย และจากเวทนาทั้งหลายได้ ก็สามารถชักชวนผู้อื่นให้รู้ตาม ปฏิบัติตามได้ตามความเป็นจริง และให้ปฏิบัติไปตามลำดับเพื่อบรรลุเป้าหมายสูงสุด คือความหลุดพ้นจากกิเลส

๒.๓.๑ กามคุณ ๕ เป็นอโคจรในสกุณคัมภีร์

ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนั้น เธอทั้งหลายอย่าเที่ยวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร เมื่อเธอทั้งหลายเที่ยวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร มารก็จักได้ช่อง ได้อารมณ์ แดนอื่นที่เป็นอโคจรของภิกษุเป็นอย่างไร คือ กามคุณ ๕ ประการ อะไรบ้าง

๑. รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด
๒. เสียงที่พึงรู้แจ้งทางหู ...
๓. กลิ่นที่พึงรู้แจ้งทางจมูก ...
๔. รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น ...
๕. โภกฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด

สมณพราหมณ์ที่บริโภคมกามคุณทั้ง ๕ โดยมีความติด หลงใหล หมกมุ่น ไม่รู้เท่าทัน เห็นโทษภัย ไม่มีปัญญาพาทัวร์รอด เป็นเหมือนเนื้อป่าที่ติดบ่วงและนอนทับบ่วงอยู่ ย่อมจะประสบความเสื่อม ความพินาศ^๔

^๓ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๓๒/๒๑๓-๒๑๘.

^๔ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยาย, พิมพ์ครั้งที่ ๓๖, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ผลิตภัณณ์, ๒๕๕๕), หน้า ๑๐๓๕.

๑. ความหมายของอโคจร

อโคจร หมายถึงบุคคลหรือสถานที่ ไม่ควรท่องเที่ยว ไม่ควรไปมาหาสู่ซึ่งกันและกันอันจะทำให้เกิดทุกข์โทษภัยตามได้ คือเมื่อไปสถานที่ที่ไม่เหมาะสมที่ไม่สมควรจะไปถ้าเป็นนักบวชแล้ว ก็อาจอันตรายต่อการประพฤติพรหมจรรย์ เปรียบเหมือน นกมูลไถหากินที่มีไข่แดนบิดาตนคือ นอกสถานที่ซึ่งมีไข่แดนที่ตนหากินอยู่ ที่ตนไม่คุ้นเคยและเป็นสถานที่อโคจรที่ไม่สมควรที่จะไปจึงถูกเหยี่ยวจับได้

คำว่าพึงมีโคจรในศาสนานี้อย่างไร อธิบายว่า พระเถระถามถึงโคจรว่าภิกษุพึงประกอบด้วยโคจรเช่นไร คือ ตั้งไว้อย่างไร มีประการอย่างไร เปรียบได้กับอะไรโคจรก็มี อโคจรก็มี ว่าด้วยอโคจรและโคจร

อโคจร^๕ เป็นอย่างไร คือภิกษุบางรูปในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มียุทธิงแพศยาเป็นโคจร มีหญิงหม้ายเป็นโคจร มีสาวเพื่อเป็นโคจร มีบัณฑิตเป็นโคจร มีภิกษุณีเป็นโคจร หรือมีร้านสุราเป็นโคจร เป็นผู้อยู่คลุกคลีกับพระราชา มหาอำมาตย์ของพระราชา เตียรถียสาวกเตียรถีย ด้วยการคลุกคลีกับคฤหัสถ์ที่ไม่สมควร หรือเสพ คบ เข้าไปนั่งใกล้ตระกูลที่ไม่มีศรัทธา ไม่เลื่อมใสไม่เป็นดุษบ่อน้ำ มักด่าและบริภาษ ปรรณนาแต่สิ่งที่มีโทษประโยชน์ ปรรณนาแต่สิ่งที่ไม่เกื้อกูล ปรรณนาแต่สิ่งที่ไม่ผาสุก ไม่ปรรณนาความหลุดพ้นจากโยคะแก่พวกภิกษุ ภิกษุณี อุบาสกและอุบาสิกาเช่นนั้น นี้เรียกว่า อโคจร

อีกนัยหนึ่ง ภิกษุเห็นรูปทางตาแล้ว รวบถือ แยกถือ ย่อมไม่ปฏิบัติเพื่อสรวมมโนนินทริย์ ซึ่งเมื่อไม่สรวมแล้วจะเป็นเหตุให้บาปอกุศลธรรม คืออภิชณาและโทมนัสครอบงำได้ ไม่รักขามโนนินทริย์ ไม่ถึงความสรวมในมโนนินทริย์ แม้นี้ก็ตรัสเรียกว่า อโคจร

อีกนัยหนึ่ง ภิกษุเป็นผู้ชวนชวายนดูการละเล่นอันเป็นข้าศึกแก่กุศลธรรมเห็นปานนี้อยู่เหมือนสมณพราหมณ์ผู้เจริญบางพวกบริโภคอาหารที่เขาให้ด้วยศรัทธา แล้วยังชวนชวายนดูการละเล่นอันเป็นข้าศึกแก่กุศลเห็นปานนี้ คือ การฟ้อน การขับร้องการประโคมดนตรี การดูมหรสพ การเล่านิทาน การเล่นปรบมือ การเล่นปลุกผี การเล่นตีกลอง การสร้างฉากบ้านเมืองให้สวยงาม การละเล่นของจันทาล การเล่นกระดานหก การละเล่นหน้าศพ การแข่งขันช้าง การแข่งม้า การแข่งขันกระบือ การแข่งขันโค การแข่งขันแพะ การแข่งขันแกะ การแข่งขันไก่ การแข่งขันนกกกระทำ การรำกระบี่กระบอง การชกมวย มวยปล้ำ การตรวจพลสวนสนาม การจัดกระบวนทัพ แม้นี้ก็ตรัสเรียกว่า อโคจร

สถานที่อโคจร คือ สถานที่ที่พระภิกษุไม่ควรไปมาหาสู่ เพราะเข้าไปแล้วอาจเป็นการไม่สมควร เช่น ในโรงมหรสพ สถานเริงรมย์ต่าง ๆ และศูนย์การค้า เป็นต้น เพราะอาจจะถูกเข้าใจว่ามีความประพฤติดิตถะธรรมวินัย เป็นพระภิกษุที่น่ารังเกียจ ลักษณะของสถานที่อโคจร คือ ลักษณะที่

^๕ อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๑๔/๓๘๘.

ไม่เหมาะสมกับบรรพชิต อันเป็นการกระทำผิดศีลวินัย ส่วนหลักธรรมที่เกี่ยวข้องสถานที่อโคจร คือ หลักไตรสิกขา ได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญา^๖

แม้กามคุณ ๕ ก็ชื่อว่า อโคจร สมจริงดังที่พระผู้มีพระภาคตรัสไว้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย พวกเธออย่าเที่ยวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร ภิกษุทั้งหลาย เมื่อพวกเธอเที่ยวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร มารก็จักได้ช่อง จักได้อารมณ์ ภิกษุทั้งหลาย แดนอื่นที่เป็นอโคจรของภิกษุเป็นอย่างไร คือ กามคุณ ๕ กามคุณ ๕ อะไรบ้าง คือ

๑. รูปที่รู้ได้ทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด
๒. เสียงที่รู้ได้ทางหู ๓. กลิ่นที่รู้ได้ทางจมูก ๔. รสที่รู้ได้ทางลิ้น ๕. โผฏฐัพพะที่รู้ได้ทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด ภิกษุทั้งหลาย นี้ตถาคตเรียกว่า แดนอื่นอันเป็นอโคจรของภิกษุ เป็นเช่นนี้จึงเรียกว่า อโคจร

จะเห็นได้ว่า การท่องเที่ยวไปในดินแดนสถานที่ต่าง ๆ เพื่อความเพลิดเพลิน สนุก เมื่อได้สัมผัส รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทำให้สภาวะจิต เปลี่ยนไป เมื่อได้สิ่งที่ตนเองปรารถนา พึงพอใจ ก็รู้สึกว่ามีความสุข ในทางตรงกันข้าม ไม่ได้สิ่งตนเองปรารถนาที่ต้องการ หรือสูญเสียสิ่งตนเองรัก ห่วงแค้นไปจึงทำให้เกิดรู้สึกเศร้าใจ เสียใจ มีความทุกข์ขึ้นมา ทั้งหมดทั้งมวลที่เกิดขึ้นนั้น ที่แท้จริงแล้วมีแต่ทุกข์ เพราะ อุปาทานยึดมั่นถือในสิ่งเหล่านั้น ที่ทำให้เกิด ความสุข ความทุกข์ เพราะการท่องเที่ยวในแดนที่ไม่สมควรไป ของ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อาศัยวิญญาณไปรับรู้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ทำให้หลงติดในกามคุณเหล่านี้ จึงได้ชื่อว่า แดนอโคจร

๒. นิยามและความหมายของกามคุณ ๕

กาม คือ ความปรารถนาารัก ชักให้ใคร่ ชักงูใจให้เกิดความกำหนัด กามนั้นไม่ใช่บุคคลที่จะสละออก หรือละออกได้ง่ายนัก เพราะโดยปกติแล้วสภาวะจิตของปุถุชนย่อมไหลไปสู่ที่ต่ำ และมีความเพลิดเพลิน ยินดี พอใจ ในกามคุณเหล่านั้นสภาพที่มีความพอใจในกิเลสกาม วัตถุกาม คือ ความพอใจในกามคุณอารมณ์ทั้ง ๕ ที่มากระทบทวาร การติดอยู่ในกามคุณอารมณ์ทั้ง ๕ ชื่อว่า กามราคะ^๗ กามคุณที่กล่าวมานี้ได้แก่ กาม ๒ คือ ๑. วัตถุกาม ๒. กิเลสกาม

^๖ พระอธิการสำราญ อชฌาจาโร (พุทธิพันธ์), “การศึกษาสถานที่อโคจรกับพระสงฆ์ในสังคมปัจจุบัน” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^๗ พระอาจารย์ ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุญาณจริยะ, *แฉกธรรมปฏิบัติ*, (ชลบุรี: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๗.

๑) วัตถุทาม คือ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อันเป็นสิ่งที่พึงพอใจ ชอบใจจะเป็นบุคคลหรือ สัตว์ สิ่งของ เครื่องประดับต่าง ๆ ที่ใช้สอยที่ทำให้เราติดอกติดใจ หรือไปหลงไหลในสิ่งเหล่านั้น

๒) กิเลสทาม คือ กิเลสที่ฝังตัวอยู่ในจิตบุคคลใด เป็นเหตุทำให้สภาวะจิตบุคคลนั้น เริ่มแสวงหาเพื่อสนองความต้องการแห่งตน แต่เป็นความใคร่ ความต้องการ เร้าร้อน

กิเลส คือตัวทามเป็นเหตุใคร่ วัตถุทามคือวัตถุหรืออารมณ์ที่จะมาเป็นเหยื่อความใคร่ เป็นที่ตั้งแห่งความกำหนัด ความยินดี พอใจ สิ่งที่เป็นที่ตั้งแห่งวัตถุสิ่งของแห่งความยินดีและความรู้สึกเฉย ๆ ทั้งที่เป็นของประณีต ปานกลางและเลว ซึ่งเป็นเหยื่อล่อให้มนุษย์ตลอดจนสรรพสัตว์ติดมัวเมาหลุ่มหลง^๘

ทามคุณ หมายถึงทาม (สิ่งที่ทำให้เกิดความใคร่) และคุณ (เครื่องผูกพันหรือพันนาการ) ฉะนั้น ทามคุณจึงหมายถึง สิ่งที่ผูกพันสัตว์ไว้ คือ ทาม ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ^๙

ภิกษุทั้งหลาย เพราะอาศัยเหตุนี้ว่า ทามคุณ ๕ ประการนี้ คือ

๑) รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด

๒) เสียงที่พึงรู้แจ้งทางหู ฯลฯ

๓) กลิ่นที่พึงรู้แจ้งทางจมูก ฯลฯ

๔) รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น ฯลฯ

๕) โผฏฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด ภิกษุทั้งหลาย แต่สิ่งเหล่านี้ ไม่เรียกว่าทาม สิ่งเหล่านี้ เรียกว่าทามคุณ ในอริยวินัย^{๑๐}

ทามคุณ ๕ อันมีใจเป็นที่ ๖ ซึ่งมีอยู่ในโลก เราประกาศไว้ชัดแล้ว “สัตว์โลกคลายความพอใจในทามคุณ ๕ นี้ได้ย่อมพ้นจากทุกข์”^{๑๑} ทามคุณเมื่อแยกอธิบายขยายความคำว่า ทามมีความหมายว่าเป็นสิ่งที่บุคคลพึงพอใจ คำว่า คุณ เพราะมีความหมายว่าผูกพันการเข้าไปเกี่ยวข้องผูกพันไว้ นี่คือธรรมเครื่องนำออกจากโลก กล่าวตามสภาวะความเป็นจริง การกล่าวเช่นนี้เพราะว่า สัตว์โลกยอมพ้นจากทุกข์ได้ก็ด้วยวิธีดังกล่าวนี้

^๘ พุทธทาสภิกขุ, บางแง่มุมของทามในทัศนะพุทธทาสภิกขุ, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๒), หน้า ๘๖-๘๗.

^๙ ที.สี.อ. (ไทย) ๑/๕๔๖/๓๓๕.

^{๑๐} อ.ป.ญจก. (ไทย) ๒๒/๖๓/๕๗๒.

^{๑๑} อภิ.ก. (ไทย) ๓๗/๕๑๐-๕๑๒/๕๔๖.

กามราคะ ความกำหนัดยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส และธรรมารมณ์ กามราคะนี้ยาก จะกำจัดให้เบาบางลงได้ เพราะรสของมันก่อให้เกิดความเพลิดเพลิน โดยเฉพาะกามารมณ์จึงเป็นการ เหลือวิสัยที่ปุถุชนคนธรรมดาจะตัดเสียได้ เพราะมนุษย์ทั่วไปอยากได้เห็นรูปสวย ๆ อยากได้ฟังเสียงที่ อ่อนหวานไพเราะ เป็นต้น^{๑๒}

๓. ลักษณะของกามคุณ ๕

๑) รูป แปลว่า รูป พระพุทธองค์ทรงปรารภเรื่อง กามคุณ ๕ ที่เป็นรูป ในสกุณคคิ สสูตร^{๑๓}ไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎก โดยให้ความหมายของรูปไว้ว่า รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา เป็นที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ขวนให้รักชังให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด^{๑๔}

รูปเปติ ปกาเสติ อตตโน สถาวนติ รูป สิ่งที่ประกาศสภาพของตน(รูป ชาติใน ความ หมายความว่าประกาศ อ ปัจจัย)

รูปปติ วิการมาปชชตีติ รูป สิ่งที่ต้องเชื่อมไป (รูป ชาติใน ความหมายว่าเชื่อม, ทруд โทรม อ ปัจจัย, ทิฆ อ เป็น อู)^{๑๕}

คัมภีร์ลักษณะทิจตูกแห่งปรมัตถธรรม รูปมีความหมายไว้ดังนี้

(๑) วจนต รูปยติ ทพพิ ปกาเสตีติ รูป รูปย่อมแสดงวัตถุสิ่งของรูปร่างสัณฐานให้ ปรากฏ ฉะนั้น รูปนั้นจึงชื่อ ว่า รูปได้แก่ รูปารมณ์

(๒) ลกขณิ จกขุปฏิหนนลกขณิ มีการกระทบกับจักขุประสาทเป็นลักษณะ

(๓) รสิ จกขุวิญญานสส วิสยรส มีความมีอารมณ์ให้จักขุวิญญานเป็นกิจ

(๔) ปจจุปฏจานํ ตสเสว โคจรปจจุปฏจานํ มีความมีอารมณ์ให้จักขุวิญญานนั่นเอง เป็นผล

(๕) ปทฏจานํ จตุมหาภูตปทฏจานํ มีมหาภูต ๔ เป็นเหตุใกล้^{๑๖}

รูป คือ ธรรมชาติที่มีเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา และเสื่อมสิ้นแตกสลายไป รูปนั้นไม่สามารถ รับรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นได้ เพียงแต่แสดงรูปร่างสัณฐานให้ปรากฏเท่านั้น ไม่สามารถรับรู้อารมณ์

^{๑๒} พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตมโน), วิปัสสนาภาวนา, หน้า ๒๒๘.

^{๑๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๑๔} ชู.จ. (ไทย) ๓๐/๗๖๕/๔๖๘.

^{๑๕} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช, ป.ธ. ๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๕๘), หน้า ๗๕๓.

^{๑๖} ดูรายละเอียดใน พระมหาถวัลย์ ญาณจารณี, ลักษณะจตุกปรมัตถธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๓๔), หน้า ๓๓.

ความรู้สึกต่อบุคคล และวัตถุสิ่งของรูปร่างสัณฐานเหล่านั้นได้เพราะเป็นส่วนของรูปธรรม หรือ ต้องอาศัยจิตเจตสิกจึงจะรับรู้อารมณ์ได้ รูปนั้นประกอบ ๒๘ (มหาภูตรูป ๔ และอุปาทายรูป ๒๔) แต่ในส่วนของภาวรูป ๒ (อิทธิภาวรูป ๑ ผู้หญิง บุริสภาวรูป ๑ ผู้ชาย) ในส่วนบุคคลแล้วมีรูปได้ ๒๗ เท่านั้น รูปซึ่งประกอบด้วยมหาภูต ๔ คือ

- (๑) ปฐวีธาตุ (ดิน) มีลักษณะเฉพาะ แข็งหรืออ่อน เป็นส่วน รูปธรรม
- (๒) อาโปธาตุ (น้ำ) มีลักษณะเฉพาะ เอบอบหรือเกาะกุม เป็นส่วน รูปธรรม
- (๓) เตโชร้อน (ไฟ) มีลักษณะเฉพาะ เย็นหรือร้อนเป็นส่วน รูปธรรม
- (๔) วาโย (ลม) มีลักษณะเฉพาะ หย่อนและตึงเป็นส่วน รูปธรรม

รูปธรรมนั้นยังคงประกอบไปด้วย อากาโร ๓๒ เช่น เกสา (ผม) โลมา (ขน) นขา (เล็บ) ทันตา (ฟัน) ตโจ (หนัง) เป็นต้น สิ่งที่สำคัญต้องมีส่วนประกอบด้วยนามธรรมร่วมอยู่ด้วยเสมอ ชีวิตจึงจะเกิดขึ้นมาได้ ก็ต้องมีองค์ประกอบรูปและนาม เรียกว่า ชันธ ๕ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

จะเห็นได้ว่า ในส่วนรูปย่อมทำให้เกิดกามคุณ เมื่อรูปที่เห็นด้วยตา (จักขุ) เมื่อรูปารมณมากระทบจักขุปสาท ทำให้เกิด จักขุวิญญาณ แต่ต้องอาศัยรับรู้ได้ด้วยจิต ทำให้เกิดต้องการ ความปรารถนาเกิดขึ้น เช่น ความต้องการอยากได้รูปที่ดี อยากเห็นรูปที่ตนเองพึงพอใจหรือ ในขณะที่เห็นรถนั้น อยากได้รถดีมีราคาแพงสวยงามเพื่อใช้ในการขับขี เห็นสุภาสตรียี่รูปร่างหน้าตาสวยงาม ทำให้เกิดความรัก ชักให้ใคร่ ขวนใจ ให้กำหนด เพราะไม่มีรูปอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับรูปสตรี ไม่มี และไม่มีรูปอะไรเป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับรูปของบุรุษย่อมไม่มี เพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า รูปนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด

๒) สทท แปลว่า เสียง พระพุทธองค์ทรงปรารภเรื่อง กามคุณ ๕ ที่เป็น เสียง ในสกุณคสิสูตร^{๑๗} ไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎกโดยให้ความหมายของ เสียงไว้ว่า เสียงที่พึงรู้แจ้งทางหู นำปรารถนา นำใคร่ นำพอใจ ขวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด^{๑๘}

สทท สปปเต ฌายเต อเนนาติ สทโท สิ่งเป็นเหตุให้รู้เนื้อความ (สปป ธาตุในความหมายว่ารู้ อ ปัจจัย, แปลง ปป เป็นทท)^{๑๙}

คัมภีร์ลักขณาที่จตุกแห่งปรมัตถธรรม เสียงมีความหมายไว้ดังนี้

^{๑๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๑๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๘๙/๓๑๔.

^{๑๙} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช, ป.ธ. ๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๓๒๒.

(๑) วจนตถ์ สปปติ ทพพ์ โสตวิญญเณภาวํ คจจตตี รูปโตย้อมถึงสภาพที่ทำให้โสตวิญญานรู้ได้ ฉะนั้น รูปนั้นจึงได้ชื่อว่า สัททะ ได้แก่ สัททารมณ

(๒) ลักษณะ โสตปฏิทนนลักษณะ มีการกระทบกับโสตปสาทเป็นลักษณะ

(๓) รส โสตวิญญานรส วิสยรส มีความเป็นอารมณ์ให้ โสตวิญญานเป็นกิจ

(๔) ปจจุปฏฐานํ ตสเสว โคจรปจจุปฏฐานํ มีความเป็นอารมณ์ให้โสตวิญญานนั่นเอง เป็นผล

(๕) ปทฏฐานํ จตุมหาภูต ปทฏฐานํ มีมหาภูต ๔ เป็นเหตุใกล้^{๒๐}

จะเห็นได้ว่า เสียงที่ได้รับรู้ด้วยโสต (หู) เมื่อสัททารมณมากกระทบโสตปสาท ทำให้เกิดโสตวิญญานเกิดขึ้น เมื่อได้ยินไพเราะ เสนาะหู ชักชวนพาจิตหลงเคลิ้มไปในกับเสียง ทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมออกมาในรูปแบบต่าง ๆ เช่นการได้ฟังเสียงเพลงที่ไพเราะ หรือชักชวนให้มีการประพวงชุมนุม ก็ให้อาศัยเสียงในการชักชวนให้ บุคคลนั้นกระทำในสิ่งเราต้องการ เช่นกัน เมื่อได้ยินเสียงนั้นเกิดความพึงพอใจ ทำให้ความทำเกิดความรัก ชักให้ใคร่ ชวนใจ ให้กำหนด เพราะไม่มีเสียงอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับเสียงของสตรียอมไม่มี และไม่มีเสียงอะไรเป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับเสียงของบุรุษยอมไม่มี เพราะฉะนั้น เสียง นั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่สุดที่ทำให้เกิดกามคุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนด

๓) **คนุธ** แปลว่า กลิ่น พระพุทธองค์ทรงปรารถนาเรื่อง กามคุณ ๕ ที่เป็น กลิ่น ในสกุณคมิสูตร^{๒๑}ไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎกโดยให้ความหมายของกลิ่นไว้ว่า กลิ่นที่พึงรู้แจ้งทางจุมกปรารถนา นำใคร่ นำพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด^{๒๒}

ตํ ตํ ฐาน วาเตน คจจตตี คนุโธ สิ่งทีไปในที่นั้น ได้ด้วยลม (คมุ ธาตุในความหมายว่าไป, ถึง, เป็นไป ก ปัจจัย, แปลง คมุ เป็นคนุธ, ลบ ก)

คัมภีร์ลักษณะทิจตูกแห่งปรมัตถธรรม กลิ่นมีความหมายไว้ดังนี้

(๑) วจนตถ์ คนุชยตตี = คนุโธ อตตโน วตถ์ สูจยตตี อตถโธ รูปโตย้อมฟุ้งตลบอธิบายว่า ย้อมซึที่อยู่อาศัยของตนให้ปรากฏ ฉะนั้น รูปนั้นจึงได้ชื่อว่า คันธะ ได้แก่ คันธารมณ

(๒) ลักษณะ ฆานปฏิทนนลักษณะ มีการกระทบกับฆานปสาทเป็นลักษณะ

(๓) รส ฆานวิญญานรส วิสยรส มีการทำอารมณ์ให้ ฆานวิญญานเป็นกิจ

^{๒๐} ดูรายละเอียดใน พระมหาภวรัลย์ ภาณจารณี, ลักษณะจตุกปรมัตถธรรม, หน้า ๓๔.

^{๒๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๒๒} ที.ส. (ไทย) ๙/๕๔๖/๒๓๙.

(๔) ปจฺจุปฏฺฐานํ ตสฺเสว โคจรปจฺจุปฏฺฐานํ มีความเป็นอารมณ์ให้ฆานวิญญฺญาณ นั้นเองเป็นผล

(๕) ปทฺฐจฺานํ จตฺตุมหาภูต ปทฺฐจฺานํ มิมฺมหาภูต ๔ เป็นเหตุใกล้^{๒๓}

จะเห็นได้ว่า กลิ่นเมื่อกระทบ ฆาน (จมูก) เมื่อคันธารมณฺ์มากระทบฆานปสาท ทำให้เกิด ฆานวิญญฺญาณเกิดขึ้น เมื่อจมูกได้กลิ่นหอม กลิ่นดอกไม้ กลิ่นน้ำหอม กลิ่นอาหาร ๆ ทำให้เกิดความ ต้องการในกลิ่นนั้น เมื่อได้กลิ่นนั้นเกิดความพึงพอใจทำให้ความทำเกิดความรัก ชักให้ใคร่ ชวนใจ ให้ กำหนด เพราะไม่มีกลิ่นอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับกลิ่นของสตรีไม่มี และไม่มีกลิ่นอะไรเป็นที่ พึงพอใจของสตรีเท่ากับกลิ่นของบุรุษย่อมไม่มี เพราะฉะนั้น กลิ่นนั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่ทำให้กาม คุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนด

๔) รส แปลว่า รส พระพุทธองค์ทรงปรารภเรื่อง กามคุณ ๕ ที่เป็นรส ในสกุณฺ์คคฺชิ สุตฺร^{๒๔} ไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎก โดยให้ความหมายของรสไว้ว่า รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น นำปรารถนา นำใคร่ นำพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด^{๒๕}

รสฺนติ ตํ สตฺตฺตา อสฺสาเทนตฺติ รโส สิ่งที่ยืนดีแห่งเหล่าสัตว์ (รส ชาติใน ความหมายว่ายืนดี อ ปัจจย)

รสฺยเต อสฺสาสฺยเตติ รโส สิ่งอันเหล่าสัตว์ติดใจ (รส ชาติในความหมายว่าติดใจ, เยื่อใย อ ปัจจย)

รสฺเตติ สฺเนหฺติ เอเตนาติ รโส สิ่งเป็นเหตุติดใจ (เหมือนวิ.ต้น)

รฺมนฺดา ตํ อสนฺติ ภกฺขณฺ์ตฺติ รโส สิ่งที่สัตว์พอใจกิน (ร บทหน้า อส ชาติในความว่า กิน กวีปัจจย, ลบสระหน้าและ กวี)^{๒๖}

คัมภีร์ลักขณาทิจตฺกแห่งปรมัตถธรรม รสมีความหมายไว้ดังนี้

(๑) วจนตฺถํ รสนฺติ ตํ สตฺตฺตาติ รโส อสฺสาเทนตฺติ = วตโถ สัตว์ทั้งหลายชอบใจลิ้ม ความว่ายอมพอใจซึ่งธรรมชาติ ฉะนั้น ธรรมชาตินั้นจึงชื่อว่า รส ได้แก่ รสอารมณ์

(๒) ลกฺขณํ ชิวหาปฏฺิหนนฺลกฺขณํ มีการกระทบกับชีวหาปสาทเป็นลักษณะ

(๓) รสํ ชิวหาวิญญฺณสฺส วิสยฺรสํ มีการทำอารมณ์ให้เป็น ชิวหาวิญญฺณเป็นกิจ

^{๒๓} ดูรายละเอียดใน พระมหาภววัลย์ ญาณจารณี, ลักขณาจตฺกปรมัตถธรรม, หน้า ๓๔.

^{๒๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๒๕} อภ.ก. (ไทย) ๓๗/๖๔๒/๓๑๑.

^{๒๖} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช, ป.ธ. ๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธ ศาสตร์ ชุดศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๗๔๔.

(๔) ปจฺจุปฺภูจฺจํ ตสฺเสว โคจฺรปจฺจุปฺภูจฺจํ มีความเป็นอารมณ์ให้ ชิวหาวิญญาน นั้นนั่นเป็นผล

(๕) ปทฺฐจฺจํ จตฺตุมหาภูตปทฺฐจฺจํ มีมหาภูต ๔ เป็นเหตุใกล้^{๒๒๗}

จะเห็นได้ว่า รสรับรู้ได้ด้วย ชิวหา(ลิ้น) เมื่อรสอารมณ์มากระทบชิวหาปสาท ทำให้เกิดชิวหาวิญญานเกิดขึ้น รสเมื่อรับรู้ได้ด้วยลิ้นเช่น รสอาหาร รสผลไม้ รสแกงไก่ รสสุราเมรัย รสเครื่องดื่ม หรือรสต่าง ๆ เป็นต้น ทำบุคคลนั้นติดใจในรสนั้น แม้บางครั้งต้องเดินทางไป ที่แดนไกลต้องการไปชิม รสนั้นอีก เพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า รส นั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด ความต้องการในรสนั้นอีก

๕) โฝฏฐพฺพ แผลว่า สัมผัส พระพุทธองค์ทรงปรารภเรื่อง กามคุณ ๕ ที่เป็นโฝฏฐัพพะ ในสกุณคมิสูตร^{๒๒๘} ไว้ในคัมภีร์พระไตรปิฎกโดยให้ความหมายของโฝฏฐัพพะ ไว้ว่าโฝฏฐัพพะที่พึงรู้แจ้ง ทางกายที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด^{๒๒๙}

ผัสส แปลงว่า สัมผัส ผุสียเตติ ผสฺโส อาการที่ถูกกระทบ (ผัส ชาติในความหมายว่า กระทบ, แต่ต้อง อ ปัจจยฺ, แปลง ผุส เป็น ผสฺส)^{๓๐}

คัมภีร์ลักษณะนาทิจตุกแห่งปรมัตถธรรม ผัสสะมีความหมายไว้ดังนี้

(๑) วจนตถิ ผุสิตพฺพนติ = โฝฏฐพฺพ รูปใดกายปสาทพึงถูกต้องได้ ฉะนั้น รูปนั้นจึงได้ชื่อว่า โฝฏฐัพพะ ได้แก่) ปฐวี เตโช วาโย โฝฏฐัพพารมณฺ

(๒) ลักษณะ กายปฏิทนนลกฺขณฺ มีการกระทบกับกายปสาทเป็นลักษณะ

(๓) รส กายวิญญานสฺส วิสยรสฺ มีการกระทำให้เป็น กายวิญญานเป็นกิจ

(๔) ปจฺจุปฺภูจฺจํ ตสฺเสว โคจฺรปจฺจุปฺภูจฺจํ มีอารมณ์ให้กายวิญญานนั่นเองเป็นผล

(๕) ปทฺฐจฺจํ จตฺตุมหาภูตปทฺฐจฺจํ มีมหาภูต ๔ เป็นเหตุใกล้^{๓๑}

จะเห็นได้ว่า โฝฏฐัพพะรับรู้ได้ด้วยกาย เมื่อโฝฏฐัพพารมณฺมากระทบกายปสาท ทำให้เกิด กายวิญญานเกิดขึ้น โฝฏฐัพพะ คือ ชาติดิน ชาติไฟ ชาติลม มีลักษณะ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง หย่อน ตึง เมื่อกายได้สัมผัสกับสิ่งเหล่านี้ทำให้ความพึงพอใจ ต้องการ เช่น การได้สัมผัสที่นอนอ่อนนุ่มด้วยกาย

^{๒๒๗} ดูรายละเอียดใน พระมหาภววัลย์ ญาณจารณี, ลักษณะจตุกปรมัตถธรรม, หน้า ๓๔.

^{๒๒๘} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๓๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๒๒๙} อ.ป.ญก. (ไทย) ๒๒/๖๓/๕๗๒.

^{๓๐} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช, ป.ธ. ๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๖๑๕.

^{๓๑} ดูรายละเอียดใน พระมหาภววัลย์ ญาณจารณี, ลักษณะจตุกปรมัตถธรรม, หน้า ๓๕.

ทำให้ความรู้สึกสบาย รู้สึกพึงพอใจที่นอนผืนนั้น หรือการสัมผัสร่างกาย หญิงสาวผู้มีร่างกาย สวยสด ดงามเปล่งปลั่ง ทำให้เกิดความพึงปรารถนาเป็นอย่างยิ่ง รู้สึกว่ามีความสุข โสมนัสใจเป็นอย่างยิ่ง นี้ ได้ชื่อว่า เป็นกามคุณ

๔. กามคุณ ๕ เป็นคุณแห่งกาม

การมีความสุข โสมนัสเกิดขึ้นเพราะอาศัยกามคุณ ๕ ประการ นี้ชื่อว่าเป็นคุณแห่งกามทั้งหลาย^{๓๒} เพราะเป็นอารมณ์ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด เมื่อได้ เสพสิ่งที่ปรารถนาแล้ว ความปิติย่อมเกิดกับจิต เป็นความสุขทางใจ ได้แก่ โสมนัสที่เกิดขึ้นเพราะอาศัย กามคุณ ๕ ประการ

จะเห็นได้ว่า ความต้องการ ความมุ่งมั่น ความพึงพอใจ ชื่นชมปิติยินดี ในสิ่งที่ตนประสบ พบเห็น ทำให้เกิดมีความสุขที่ได้รับจาก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะชื่อว่าเป็นคุณแห่งกาม

กามคุณ กามก็มีคุณเป็นที่ตั้งของปิติโสมนัส ดังกล่าวนั้น หาใช่มีคุณอย่างเดียวไม่ ยังมีโทษ อันเรียกว่า กามาทีนพ โทษของกาม อาทีนพคือโทษของกามไว้เป็นอันมาก ถ้าว่ากามมีคุณโดยส่วน เดียวแล้ว ก็มีแต่ที่จะยินดีเพลิดเพลินสนุกสนานกันไปโดยส่วนเดียว ในเมื่อไม่ได้ตามที่ต้องการตามที่ รักใคร่ปรารถนา แต่ไปได้ในสิ่งที่ไม่ต้องการไม่รักใคร่ไม่ปรารถนา และยังมีความหลงติดอยู่^{๓๓}

๕. กามคุณ เป็นโทษแห่งกาม

พระพุทธองค์ ทรงแสดงพุทธพจน์ที่มีปรากฏไว้ในมหาทุกขัขันธสูตร โดยมีใจความว่า ภิขุทั้งหลาย อะไรเล่า เป็นโทษแห่งกามทั้งหลายคือ กุลบุตรในโลกนี้เลี้ยงชีวิตด้วยการมีศิลปะใด คือ ด้วยการนับคะแนน การคำนวณ การนับจำนวนการไถ การค้าขาย การเลี้ยงโค การยิงธนู การรับ ราชการ หรือด้วยศิลปะอย่าง ใดอย่างหนึ่ง อดทนต่อความหนาว ทรากตรำต่อความร้อน เตือดร้อน เพราะสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลมแดด และสัตว์เลื้อยคลาน และตายเพราะความหิวกระหาย แม้ข้อนี้ก็ ชื่อว่าเป็นโทษแห่งกามทั้งหลาย เป็นกองทุกข์ที่จะพึงเห็นได้เอง มีกามเป็นเหตุ มีกามเป็นต้นเหตุ มี กามเป็นเหตุเกิด เกิดเพราะเหตุแห่งกามทั้งหลาย ถ้าเมื่อกุลบุตรนั้นขยัน พากเพียร พยายามอยู่อย่าง นี้ โภคสมบัติเหล่านั้นย่อมไม่สัมฤทธิ์ผล เขาเศร้าโศก ลำบาก รำพัน ตีอก คร่ำครวญ ถึงความหลงเพื่อ ว่าความขยันของเราเป็นโมฆะหนอ ความพยายามของเราก็ไม่มีผลเลยหนอ แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่าเป็นโทษ

^{๓๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๖/๑๖๗-๑๖๘.

^{๓๓} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, สัมมาทิฐิ, (เชียงใหม่: โรง พิมพ์นันทพันธ์, ๒๕๕๔), หน้า ๕๗.

แห่งกามทั้งหลาย เป็นกองทุกข์ที่จะพึงเห็นได้เอง มีกามเป็นเหตุ มีกามเป็นต้นเหตุ มีกามเป็นเหตุเกิด เกิดเพราะเหตุแห่งกามทั้งหลาย^{๓๔}

ถ้าเมื่อกุลบุตรนั้นชยัน พากเพียร พยายามอยู่อย่างนี้ โภคสมบัติเหล่านั้นย่อมสัมฤทธิ์ผล เขากลับเสวยทุกข์โศกนั้นอันมีเหตุมาจากการรักษาโภคสมบัติเหล่านั้นว่า “ทำอย่างไร พระราชาจะไม่พึงริบโภคสมบัติทั้งหลายของเรา พวกโจรจะไม่พึงลักไป ไฟจะไม่พึงไหม้ น้ำจะไม่พึงพัดไปหรือทายาทผู้ไม่เป็นที่รักจะไม่พึงแย่งไป” ปล้นเอาไปก็ดี ไฟไหม้เสียก็ดี น้ำพัดไปก็ดี ทายาทผู้ไม่เป็นที่รักแย่งเอาไปก็ดี เขาเสรำ้าไศก ลำบาก รำพัน ตีอก คร่ำครวญ ถึงความหลงเพ้อว่า “สิ่งใดเคยเป็นของเรา แม้สิ่งนั้นก็ไม่เป็นของเรา” ภิกษุทั้งหลาย แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่า เป็นโทษแห่งกามทั้งหลาย เป็นกองทุกข์ที่จะพึงเห็นได้เอง มีกามเป็นเหตุ มีกามเป็นต้นเหตุ มีกามเป็นเหตุเกิด เกิดเพราะเหตุแห่งกามทั้งหลาย^{๓๕}

อีกประการหนึ่ง เพราะกามเป็นเหตุ เพราะกามเป็นต้นเหตุ เพราะกามเป็นเหตุเกิด เพราะเหตุแห่งกามทั้งหลายนั้นแล พระราชาทรงวิวาทกับพระราชาก็ได้ กษัตริย์วิวาทกับกษัตริย์ก็ได้ พราหมณ์วิวาทกับพราหมณ์ก็ได้ คหบดีวิวาทกับคหบดีก็ได้ มารดาวิวาทกับบุตรก็ได้ บุตรวิวาทกับมารดาได้ บิดาวิวาทกับบุตรก็ได้ บุตรวิวาทกับบิดาได้ พี่ชายน้องชายวิวาทกับพี่ชายน้องชายก็ได้ พี่ชายน้องชายวิวาทกับพี่สาวน้องสาวก็ได้ พี่สาวน้องสาววิวาทกับพี่ชายน้องชายก็ได้ สหายวิวาทกับสหายก็ได้ ชนเหล่านั้นก่อการทะเลาะ ก่อการแก่งแย่ง และก่อการวิวาทกันในที่นั้น ทำร้ายกันและกัน ด้วยฝ่ามือบ้าง ด้วยก้อนดินบ้าง ด้วยท่อนไม้บ้าง ด้วยศัสตราบ้าง ชนเหล่านั้นจึงเข้าถึงความตายบ้าง ทุกข์ปางตายบ้าง แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่า เป็นโทษแห่งกามทั้งหลาย เป็นกองทุกข์ที่จะพึงเห็นได้เอง มีกามเป็นเหตุ มีกามเป็นต้นเหตุ มีกามเป็นเหตุเกิด เกิดเพราะเหตุแห่งกามทั้งหลาย^{๓๖}

อีกประการหนึ่ง เพราะกามเป็นเหตุ เพราะกามเป็นต้นเหตุ เพราะกามเป็นเหตุเกิด เพราะเหตุแห่งกามทั้งหลาย ชนทั้งหลายถือดาบและโล่ จับธนูพาดลูกศร แล้ววิ่งเข้าสู่สงคราม ปะทะกันทั้งสองฝ่าย เมื่อพวกเขาถึงลูกศรไปบ้าง พุงหอกไปบ้างกวัดแกว่งดาบฟันกันบ้าง ชนเหล่านั้นถูกลูกศรเสียบเอาบ้าง ถูกหอกแทงเอาบ้างถูกดาบตัดศีรษะบ้าง ชนเหล่านั้นจึงเข้าถึงความตายบ้าง ทุกข์ปางตายบ้าง แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่า เป็นโทษแห่งกามทั้งหลาย เป็นกองทุกข์ที่จะพึงเห็นได้เอง มีกามเป็นเหตุมีกามเป็นต้นเหตุ มีกามเป็นเหตุเกิด เกิดเพราะเหตุแห่งกามทั้งหลาย^{๓๗}

^{๓๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๗/๑๖๘.

^{๓๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๗/๑๖๘-๑๖๙

^{๓๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๘/๑๖๙.

^{๓๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๘/๑๖๙.

อีกประการหนึ่ง เพราะกามเป็นเหตุ เพราะกามเป็นต้นเหตุ เพราะกามเป็นเหตุเกิด เพราะเหตุแห่งกามทั้งหลาย ขนทั้งหลายถือดาบและโล่ จับธนูพาดลูกศรแล้ววิ่งเข้าไปยังเชิงกำแพงที่ฉาบด้วยเปือกตมร้อน เมื่อพวกเขายิงลูกศรไปบ้าง ฟุ้งหอกไปบ้าง กวัดแกว่งดาบฟันกันบ้าง ขนเหล่านั้นถูกลูกศรเสียบเอาบ้าง ถูหอกแทงเอาบ้าง ถูกมูลโคร้อนรดบ้าง ถูกคราดสับบ้าง ถูดาบตัดศีรษะบ้าง ขนเหล่านั้นจึงเข้าถึงความตายบ้าง ทุกข์ปางตายบ้าง^{๓๘}

กามคุณจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ยากในการประกอบอาชีพ หรือชวนขวยที่จะได้มาซึ่งต้องอดทนต่อความหนาว ทรากตรำต่อความร้อน เตือดร้อนเพราะสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน และตายเพราะความหิวกระหาย แม้ข้อนี้ก็ชื่อว่าเป็นโทษแห่งกามทั้งหลาย จึงเป็นกองทุกข์ที่จะพึงเห็นได้เอง มีกามเป็นเหตุเกิดเพราะเหตุแห่งกาม^{๓๙}

จะเห็นได้ว่า การดำเนินชีวิตเพื่อต้องการแสวงหาของสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย ด้วยวิธีการต่าง ๆ นั้น เช่นการแสวงหาอาหาร หาความรู้ ลาก ยศ สรรเสริญ ความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน การต้องการอำนาจ หรือการแสวงหาเป็นไปในทางทุจริต การลักทรัพย์ ปล้นชิง วิ่งราว การคอร์ปชั่นที่ไม่ชอบด้วยศีลธรรมและกฎหมายบ้านเมือง เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนปรารถนา แม้จะได้ทรัพย์มากก็ต้องรักษาป้องกันไม่ให้สูญหายไป กามนั้นเป็นเหตุ มีผลก่อให้เกิดโทษคือ ความทุกข์

๒.๓.๒ สติปัฏฐาน ๔ เป็นโคจรในสกุณคมิสูตร

สติปัฏฐาน หมายถึง ฐานอันเป็นตั้งรองรับของสติ หรือการมีสติกำหนดรู้รูปนามให้รู้ทันเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นขณะหนึ่งตามสภาวะความจริงที่เกิดขึ้น

ในปรณวิเสสวิสุทธิ ได้ให้ความหมายว่า สติแล่นเข้าไปตั้งอยู่ในอารมณ์ กาย เวทนา จิต และธรรม ดำเนินไปโดยถืออาการไม่งาม เป็นทุกข์ ไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน เพื่อทำกิจ ให้สำเร็จด้วยละเอียด ซึ่งความสำคัญว่างาม ว่าเป็นสุข ว่าเป็นเที่ยง ว่าเป็นตัวตน^{๔๐}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) ได้ให้ความหมายว่า คำว่า สติปัฏฐาน ว่า ธรรมเป็นที่ตั้งแห่งสติ ข้อปฏิบัติมีสติเป็นประธาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เท่าทันความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลายโดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ครอบงำด้วยความยินดี ยินร้ายที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจของกิเลส^{๔๑}

^{๓๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๖๘/๑๗๐.

^{๓๙} แม่ชีอุบล ญาบุญมา, “ศึกษาวิธีปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนธรรมมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

^{๔๐} พระพุทธโฆสเถระ, วิสุทธิมรรค, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร: ธนาเพรส, ๒๕๔๘), หน้า ๑๑๔๒.

คำว่า “สติ” หมายถึง ความระลึกได้ ดังบาลีว่า สรติ จินเตตตีติ สติ กิริยาที่ระลึกได้ มาจาก สร ธาตุ ในความหมายว่า คิด, ระลึก, ตี ปัจจัย, ลบ ร ที่สุดธาตุ^{๔๒}

คำว่า สติปัฏฐาน มาจาก สติ การระลึกรู้ ปุฏฐาน คือ เข้าไปตั้งไว้ สติปัฏฐาน หมายถึง การระลึกรู้ที่เข้าไปตั้งไว้ในกอง รูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม อีกนัยหนึ่ง หมายถึง การระลึกรู้อย่างมั่นคงในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม คำว่า สติปัฏฐาน จึงมีความหมาย ๓ ประการ คือ

๑. ที่ตั้งของสติ หมายถึง อารมณ์ของสติ ๔ ประเภท อันได้แก่ กอง รูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม ตามนัยนี้ ปุฏฐาน แปลว่า “ที่ตั้ง” ลง ยุ ปัจจัย ในอธิกธรรมาสนะ ดังมีรูปวิเคราะห์ว่า ปติฏฐาติ เอตถาติ ปุฏฐานํ, สติยา ปุฏฐานํ สติปัฏฐานํ. (สติปัฏฐาน คือ ที่ตั้งของสติ)

๒. สภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ หมายถึง การล่วงความยินดียินร้าย ตามนัยนี้ ปุฏฐาน แปลว่า “สภาวะที่พึงตั้งไว้” ลง ยุ ปัจจัยใน กัมมสาสนะ ดังมีรูปวิเคราะห์ว่า ปุฏเจตพพนติ ปุฏฐานํ, สติยา ปุฏฐานํ สติปัฏฐานํ. (สติปัฏฐาน คือ สภาวะที่พึงตั้งไว้ด้วยสติ)

๓. สติที่เข้าไปตั้งไว้ หรือ สติที่ตั้งไว้มั่น ตามนัยนี้ ปุฏฐาน แปลว่า “เข้าไปตั้งไว้” หรือ “ตั้งไว้มั่น” ลง ยุ ปัจจัยในกัตตุสาสนะ มีรูปวิเคราะห์ว่า ปุฏฐาติติ ปุฏฐานํ, สติเยว ปุฏฐานํ สติปัฏฐานํ (สติปัฏฐาน คือ สติที่เข้าไปตั้งไว้, สติที่ตั้งไว้มั่น) ป อุปสรรค ตามนัยนี้ใช้ในความหมายว่า “เข้าไปแล่นไป” หรือ “ยิ่ง, มั่นคง”^{๔๓}

มหาสติปัฏฐานสูตร ในสติปัฏฐานประกอบด้วย องค์กรรมฐาน ๒๑ ซ้อย่อย ได้แก่ทางกาย ๑๔ ทางเวทนา ๑ ทางจิต ๑ และทางธรรม ๕ ในหมวดอานาปานะ หมวดปฏิกุศลเป็นอารมณ์สมณะ วิปัสสนา หมวดนวสวีกาเป็นสมณะ หมวดอิริยาบถ สัมผัสญฺญะ ธาตุมนสิการ เวทนา จิต และธรรม เป็นวิปัสสนา ในคัมภีร์ฎีกา หมวดนิวรรณ์ โภชนงค์เป็นวิปัสสนา นอกนั้นเป็นได้ทั้งสมณะและวิปัสสนา

การประพฤติปฏิบัติธรรมที่เป็นเส้นทางในการแห่งการดับทุกข์ อยู่จบพรหมจรรย์กิจที่ควรทำ ได้ทำเสร็จแล้ว กิจอื่นที่ยิ่งกว่าย่อมไม่มี และเป็นทางสายเอก สายเดียวเท่านั้นที่จะมุ่งไปสู่เป้าหมายแห่งพระนิพพาน การดับทุกข์รอดพ้นจากวัฏฏสงสาร การเวียนว่ายตายเกิด หาที่สิ้นสุดไปไม่ได้ ต้องอาศัยการเจริญสติปัฏฐาน กำหนดรู้อย่างจดจ่อต่อเนื่อง โดยแยกพิจารณาเป็น ๔ ประการ^{๔๔} คือ

^{๔๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๒๔๙.

^{๔๒} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช, ป.ธ. ๙, ราชบัณฑิต), พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์, หน้า ๘๗๕.

^{๔๓} พรโสดมมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, พระคันธสาราภังค์ แปล, หน้า ๒๔.

^{๔๔} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๒/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๒/๓๐๑.

๑. การพิจารณาเห็นกายในกาย
๒. การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย
๓. การพิจารณาเห็นจิตในจิต
๔. การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย

หัวข้อในการศึกษาแบ่งออกเป็น ๔ ข้อ คือ

๑. การพิจารณาเห็นกายในกาย แบ่งออกเป็น ๖ หมวด คือ

- ๑) พิจารณาลมหายใจเข้าลมหายใจออก
- ๒) พิจารณาอิริยาบถ คือ พิจารณาการเดิน ยืน นั่ง นอน
- ๓) พิจารณาสัมผัสัญญะ คือ พิจารณาความรู้สึกตัวในการเคลื่อนไหว
- ๔) พิจารณาสิ่งปฏิภูล คือ พิจารณาอาการ ๓๒ ในกายของตน
- ๕) พิจารณาธาตุ คือ พิจารณา ดิน น้ำ ไฟ ลม ในกายของตน
- ๖) พิจารณาซากศพ ซึ่งมีลักษณะต่าง ๆ กันถึง ๙ ลักษณะ

๒. การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายในตัวเอง แบ่งเป็น ๙ ประการ^{๔๕} คือ

- ๑) เมื่อเสวยสุขเวทณาก็รู้ชัดเวทณานั้น
- ๒) เมื่อเสวยทุกขเวทณาก็รู้ชัดเวทณานั้น
- ๓) เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทณาก็รู้ชัดเวทณานั้น
- ๔) เมื่อเสวยสุขเวทนามีอามิสก็รู้ชัดเวทณานั้น
- ๕) เมื่อเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิสก็รู้ชัดเวทณานั้น
- ๖) เมื่อเสวยทุกขเวทนามีอามิสก็รู้ชัดเวทณานั้น
- ๗) เมื่อเสวยทุกขเวทนาไม่มีอามิสก็รู้ชัดเวทณานั้น
- ๘) เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทนามีอามิสก็รู้ชัดเวทณานั้น
- ๙) เมื่อเสวยยทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิสก็รู้ชัดเวทณานั้น

๓. การพิจารณาเห็นจิตในจิต แบ่งเป็น ๑๐ ประการ ตามสภาวะของจิต เช่น

จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีราคะ” จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากราคะ”
 จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีโทสะ” จิตปราศจากโทสะก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากโทสะ”
 จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีโมหะ” จิตปราศจากโมหะก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากโมหะ”
 จิตหดหู่ ก็รู้ชัดว่า “จิตหดหู่” จิตฟุ้งซ่านก็รู้ชัดว่า “จิตฟุ้งซ่าน”

^{๔๕} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์,

จิตเป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า “จิตเป็นมหัคคตะ”
 จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่เป็นมหัคคตะ”
 จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า “จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า”
 จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า”
 จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า “จิตเป็นสมาธิ”
 จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่เป็นสมาธิ”
 จิตหลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า “จิตหลุดพ้น”
 จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่หลุดพ้น”

ด้วยวิธีนี้ ภาวพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่หรือว่า ภาวนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภาวทั้งหลาย ภาวพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ อย่างนี้^{๔๖}

๔. การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย แบ่งเป็น ๕ หมวด คือ

- ๑) หมวดนิรวณ
- ๒) หมวดขันธ
- ๓) หมวดอายตนะ
- ๔) หมวดโพชฌงค์
- ๕) หมวดสังขะ

๑) **หมวดนิรวณ** คือ ธรรมปิดกั้นจิตไม่ให้เจริญก้าวหน้า ในการพัฒนาคุณธรรม คุณความดี ซึ่งเป็นที่ให้เกิดจิตเกิดความเศร้าหมอง เมื่อถูกนิรวณครอบงำแล้วก็ไม่สามารถที่จะบรรลุ มรรค ผล นิพพาน ได้ ในส่วนนิรวณนั้น มีอยู่ ๕ ประการ คือ

- (๑) เมื่อกามฉันทะ คือ ความพอใจในกาม
- (๒) เมื่อพยาบาท ความคิดร้าย
- (๓) เมื่อถีนมิทธะ ความหดหู่และเซื่องซึม
- (๔) เมื่ออุทธัจจกุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ
- (๕) เมื่อวิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย

^{๔๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

เมื่อนิเวศธรรมทั้ง ๕ ประการในส่วนใดเกิดขึ้น ก็กำหนดรู้ในส่วนนั้น เช่น มีอยู่ ไม่มีอยู่ ยังไม่เกิดขึ้น การละส่วนที่เกิดขึ้น และการละได้แล้ว ก็ให้กำหนดรู้ชัด ในธรรมเหล่านั้น

การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “ธรรมมีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณเจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นิเวศ ๕ อยู่อย่างนี้แล^{๔๗}

๒) หมวดขั้น การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานการยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวเป็นตนของเราในขั้น ๕ การพิจารณาอุปาทานขั้น ๕ ได้แก่

(๑) รูปย่อมนมีสภาวะ เสื่อมทรุดโทรม แตกสลายอย่างนี้ พิจารณาเหตุความเกิดแห่งรูป พิจารณาเหตุความดับแห่งรูปเป็นอย่างนี้

(๒) เวทนาย่อมมีสภาวะเสวยอารมณ์ รู้สึกสุข รู้ทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์ อย่างนี้ พิจารณาเหตุความเกิดแห่งเวทนาเป็นอย่างนี้ พิจารณาเหตุความดับแห่งเวทนาเป็นอย่างนี้

(๓) สัญญาย่อมนมีสภาวะความจำหมายในอารมณ์เป็นอย่างนี้ พิจารณาเหตุความเกิดแห่งสัญญาเป็นอย่างนี้ พิจารณาเหตุความดับแห่งสัญญาเป็นอย่างนี้

(๔) สังขารย่อมนมีสภาวะปรุงแต่งจิตเป็นอย่างนี้ พิจารณาเหตุความเกิดแห่งสังขารเป็นอย่างนี้ พิจารณาเหตุความดับแห่งสังขารเป็นอย่างนี้

(๕) วิญญาณย่อมนมีสภาวะความรู้อารมณ์ทางอายตนะทั้ง ๖ มีการได้เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รู้รส สัมผัส รู้ความนึกคิดเป็นอย่างนี้ พิจารณาเหตุความเกิดแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้ พิจารณาเหตุความดับแห่งวิญญาณเป็นอย่างนี้

เห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่า ภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่

^{๔๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

อาศัย (ตัณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลกภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ อุปาทานขันธ์ ๕^{๔๘}

๓) หมวดอายตนะ พิจารณาอายตนะภายใน ตา หู จมูก ลิ้น ใจ และอายตนะภายนอก รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ

(๑) รู้ชัตา รู้ชักรูป สัมผัสอินทรีย์ตาและรูปทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัตสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น

(๒) รู้ชัตหู รู้ชัตเสียง สัมผัสอินทรีย์หูและเสียงทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัตสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น

(๓) รู้ชัตจมูก รู้ชัตกลิ่น สัมผัสอินทรีย์จมูกและกลิ่นทั้งสองนั้นเกิดขึ้น ก็รู้ชัตสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้ว มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น

(๔) รู้ชัตลิ้น รู้ชัตรส สัมผัสอินทรีย์ลิ้นและรสทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัตสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น

(๕) รู้ชัตกาย รู้ชัตโผฏฐัพพะ สัมผัสอินทรีย์กายและโผฏฐัพพะทั้งสองนั้นเกิดขึ้นก็รู้ชัตสังโยชน์นั้น การเกิดขึ้นแห่งสังโยชน์ที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น การละสังโยชน์ที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น

(๖) รู้ชัตใจ รู้ชัตธรรมารมณ สัมผัสอินทรีย์ใจและธรรมารมณยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใด เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น และสังโยชน์ที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีก มิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัตเหตุ นั้น^{๔๙}

^{๔๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๓/๓๑๘.

^{๔๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๙.

มีอยู่” การเกิดขึ้นแห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่ยังไม่เกิดขึ้น มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้ และความเจริญ
บริบูรณ์แห่งอุเบกขาสัมโพชฌงค์ที่เกิดขึ้นแล้ว มีได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้^{๕๐}

๕) หมวดสังข ปฏิปทาการพิจารณาธรรมที่ความจริงอันประเสริฐหรือสังขจะทำให้ถึง
ความเป็นอริยะมี ๔ ประการคือ (๑) ทุกข์ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า (๒) ทุกขสมุทัย รู้ชัดตามความเป็น
จริงว่า นี้ (๓) ทุกขนิโรธ รู้ชัดตามความเป็นจริงว่า (๔) ทุกขนิโรธคามินี^{๕๑}

(๑) ทุกขสังข เป็นสภาวะที่ทนได้ยาก มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ บังคับบัญชาไม่ได้
ได้แก่ ขาติ (ความเกิด) ชรา (ความแก่) มรณะ (ความตาย) โสกะ (ความโศก ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ)
ทุกข์ (ความทุกข์กาย) โทมนัส (ความทุกข์ใจ) อุปายาส (ความคับแค้นใจ) การประสบกับอารมณ์อันไม่
เป็นที่รักเป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากอารมณ์อันเป็นที่รักเป็นทุกข์ การไม่ได้สิ่งที่ต้องการเป็นทุกข์ โดย
ย่ออุปาทานชั้น ๕ เป็นทุกข์

(๒) สมุทยสังข เป็นสภาวะที่จริงแท้เป็นให้เกิดทุกข์ ความกำหนดยินดี เป็น
สาเหตุทำให้เกิดความเพิลิตเพลินยินดี ทำให้เกิดในภพใหม่ ต้นเหตุแห่งทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ คือ
(๑) กามตัณหา ความยินดีเพิลิตเพลินยินดี ต้องการทะยานอยากในกามคุณ (๒) ภวตัณหา ความอยากมี
อยากเป็น ให้คงความอยากตลอดภพไป (๓) วิภวตัณหา ความอยากไม่เป็นนี้ อยากไม่อย่างนั้น

(๓) นิโรธสังข ความดับกิเลสไม่เหลือด้วยวิราคะ ความปล่อยวางความสลัดคืน
ความพ้นความไม่ติดกัตัณหา นี้เรียกว่า นิโรธอริยสังข^{๕๒}

(๔) มัคคสังข ความจริงอันประเสริฐในทางการดำเนินชีวิต คือ อริยมรรคมีองค์ ๘
ได้แก่ สัมมาทิฎฐิ (เห็นชอบ) สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ) สัมมาวาจา (เจรจาชอบ) สัมมากัมมันตะ (กระทำ
ชอบ) สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ) สัมมาวายามะ (พยายามชอบ) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) สัมมาสมาธิ (ตั้ง
จิตมั่นชอบ)

ทุกข์เป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ ทุกข์ในการปฏิบัติวิปัสสนาหรือที่เป็นอารมณ์วิปัสสนา คือ ทุกข์
ในชั้น ๕ ที่เป็นอุปาทานชั้น คือ รูปชั้น เวทนาชั้น สัญญาชั้น สังขารชั้น วิญญาณชั้น เป็นกอง
ทุกข์ โดยย่อ คือ รูป-นาม เป็นสภาวะที่รู้ชัดโดยการปฏิบัติวิปัสสนา^{๕๓}

^{๕๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑.

^{๕๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

^{๕๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๔๐๑/๓๓๒-๓๓๔.

^{๕๓} นางสาววิภารัตน์ บุญเฉลียว, “การศึกษาวิธีกำหนดรู้ทุกข์ในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนา”, วิทยานิพนธ์
พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

จะเห็นได้ว่า การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นการเจริญสติกำหนดรู้ตามฐานทั้ง ๔ คือการพิจารณาฐานกาย การพิจารณาฐานเวทนา การพิจารณาฐานจิต และการพิจารณาฐานธรรม เมื่อมีการกำหนดรู้ กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่มากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้รู้ตามสภาวะเป็นความเป็นจริง มีแต่รูป นาม ให้เห็นความเกิดดับ ของรูป นาม เมื่อได้เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้สัมผัสสกาย โดยการเจริญสติรู้เท่านั้น ไม่ไปยึดมั่นถือมั่นในตัวตนของเรา ความต้องการในกามคุณ ๕ ก็ระงับดับไป เพราะเจริญสติปัฏฐาน ๔ จึงได้ชื่อว่าเป็นแดนแห่งบิดา เป็นที่โคจร ที่สามารถละกามคุณ และ โทษของกามได้

พระผู้มีพระภาคทรงแสดงอานิสงส์ของการเจริญสติปัฏฐานไว้ในตอนท้ายของพระสูตรนี้ว่า บุคคลผู้เจริญสติปัฏฐาน ๔ ประการนี้ แม้เพียง ๗ วันเป็นอย่างน้อยก็หวังได้ว่าจะมีผลในปัจจุบันอย่างใดอย่างหนึ่งในจำนวนผล ๒ อย่าง คือ

๑. จะได้บรรลอรหัตตผล
๒. ถ้ายังมีอุปาทิเหลืออยู่จะบรรลุอนาคามีผล

ดังนั้น มหาสติปัฏฐานสูตรที่ปรากฏในมัชฌิมนิกายนี้ มีข้อความเหมือนกับมหาสติปัฏฐานสูตรในทีฆนิกายมหารวรรค แต่วรรคถัดมาได้ตั้งชื่อสูตรให้ต่างกันไปกล่าวคือเรียกชื่อสูตรนี้ใน มัชฌิมนิกายว่า สติปัฏฐานสูตร และเรียกชื่อสูตรในทีฆนิกายว่า มหาสติปัฏฐานสูตร

อารมณฺของวิปัสสนาภาวนา นักปฏิบัติพึงเจริญวิปัสสนาภาวนาด้วยการกำหนดรู้รูปนามปรมาตฺถ์เท่านั้นที่ปรากฏชัดในปัจจุบันขณะนั้น ๆ ตามความเป็นจริง^{๕๔}

อนึ่ง แม้ว่าอารมณฺของวิปัสสนาจะเป็นได้ทั้งอารมณฺภายในและภายนอกดังข้อความในมหาสติปัฏฐานสูตร^{๕๕} แต่นักปฏิบัติควรเริ่มจากการกำหนดรู้อารมณฺภายในคือรูปนามที่อยู่ในร่างกายที่ยาวไม่เกินวา หนาเพียงคืบ กว้างเพียงศอก เมื่อวิปัสสนาญาณแก่กล้าแล้วก็จะสามารถรับรู้อารมณฺภายนอกได้เอง วิธีนี้เป็นวิธีปฏิบัติของสาวกทั้งหลาย ดังปรากฏในฎีกาของอนุปทสูตรที่อธิบายเรื่องของพระโมคคัลลานเถระผู้กำหนดรู้สภาวะธรรมบางส่วนแล้วได้บรรลุธรรมเป็นพระอรหันต์มีข้อความดังนี้

“เอกเทสเมวาทิ สกอตตภาเว สงฺขारे อนวเสสโต ปริคฺคเหตุญฺจ สมมสติญฺจ อสฺสโกนฺตํ อตตโน อภินิหารสมุททาตตญาณพลาณรูปํ เอกเทสเมว ปริคฺคเหตุวา สมมสนฺโต”^{๕๖}

^{๕๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) รจนา, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ ป.ธ.๙) ตรวจชำระ, พระคัมภีร์สาราภิกค์ แปลและเรียบเรียง, **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**, (นนทบุรี: บริษัท ไทยร่มเกล้า จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๓๐.

^{๕๕} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๔/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒.

^{๕๖} ม.ฎีกา (บาลี) ๓/๓๒๖.

“คำว่า เอกเทศเมว (เพียงบางส่วน) มีความหมายว่า พระเถระได้กำหนดหยั่งเห็นเพียงบางส่วนซึ่งตนไม่อาจกำหนดรู้และหยั่งเห็นสังขารธรรมในอัตภาพของตนโดยสิ้นเชิง ตามกำลังปัญญาที่ได้รับสั่งสมมา”

“ตสฺมา สสนฺตานคเต สพฺพธมฺเม, ปรสฺนฺตานคเต จ เตสํ สนฺตฺนวิภาคํ อทฺตฺวา พหิทฺธา ภาวนาสามณฺณโต สมฺมสฺติ. อัยํ สวกาณํ สมฺมสฺนจาโร”^{๕๗}

“ดังนั้น พระเถระจึงหยั่งเห็นธรรมทั้งปวงที่เป็นไปในกระแสรูปนามของตน และหยั่งเห็นธรรมที่เป็นไปในกระแสรูปนามของคนอื่นโดยความเป็นธรรมภายนอกทั่วไป มิได้กระทำการจำแนกกระแสรูปนามของบุคคลเหล่านั้น วิธีนี้เป็นวิธีหยั่งเห็นของสาวกทั้งหลาย”

ด้วยเหตุนี้ นักปฏิบัติจึงไม่ควรแสวงหา หรือกำหนดรู้อารมณ์ภายนอก เช่น เสียง โดยไม่สนใจต่อสภาวะไฉนซึ่งเป็นอารมณ์ภายใน เพราะจะทำให้จิตซัดสายฟุ้งซ่าน ส่งผลให้สมาธิและปัญญาไม่เจริญขึ้น แม้จะปฏิบัติติดต่อกัน ๑๕ วัน หรือ ๑ เดือน ก็ไม่อาจประสบความสำเร็จและความก้าวหน้าและผู้ที่มิได้กำหนดรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน แต่กลับไปพิจารณาว่าเป็นรูปหรือนามตามที่เคยศึกษามา ก็ไม่ถูกต้อง เพราะเป็นการนึกคิดด้วยสัญญา ไม่ใช่การเจริญสติระลึกรู้อย่างแท้จริง ดังนั้น นักปฏิบัติจึงควรกำหนดรู้อารมณ์ภายในเป็นหลัก และกำหนดอารมณ์ภายนอกที่มาปรากฏเองทางทวารทั้ง ๖ ได้เช่นกัน ดังคัมภีร์วิสุทธิธรรมรคฺคฎีกากล่าวว่า

“อชฺมตฺตํ วา หิ วิปสฺสนาภินิเวโส โหตุ พหิทฺธา วา อชฺมตฺตสิทฺธิยํ ปน ลกฺขณฺโต สพฺพมปิ นามรูปํ อนวเสสโต ปรีคคฺหิต เมว โหติ”^{๕๘}

“การเจริญวิปัสสนาอาจมีได้ทั้งภายในหรือภายนอก แต่เมื่อการกำหนดรู้สำเร็จภายใน ก็เป็นอันกำหนดรู้รูปนามทั้งหมดโดยลักษณะ (ที่เป็นลักษณะและสามัญญลักษณะ) โดยสิ้นเชิง”

๒.๓.๓ อาตาศิปิ สัมปะชาโน สติมา

องค์คุณของวิปัสสนาภาวนา การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อทำลายอภิชฌา (ความยินดี) และโทมนัส (ความยินร้าย) นั้น ในเวลาปฏิบัติ ไม่ใช่ใช้สติเพียงอย่างเดียว^{๕๙} แต่ต้องมีธรรมข้ออื่น ๆ ควบอยู่ด้วย ธรรมที่ไม่บ่งถึงไว้ก็คือสมาธิ ซึ่งจะมีอยู่ด้วยอย่างน้อยในขั้นอ่อน ๆ พอใช้สำหรับการนี้ ส่วนธรรมที่ระบุไว้ด้วยได้แก่องค์ของวิปัสสนา ๓ ประการ คือ อาตาศิปิ มีความเพียร สัมปะชาโน มีสัมปะชัญญะ และสติมา มีสติ

^{๕๗} ม.ฎีกา (บาลี) ๓/๓๒๖.

^{๕๘} วิสุทธิ.ฎีกา (บาลี) ๒/๔๐๖.

^{๕๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๐, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า ๓๓๐.

อาตาศึกษา แปลว่า มีความเพียรเพิกเลส^{๖๐} คือ มีความเพียรชอบที่เรียกว่า สัมมปปธาน ๔ คือ เพียรเพื่อละอกุศลเก่า เพียรเพื่อไม่ทำอกุศลใหม่ เพียรเพื่อทำกุศลใหม่ และเพียรเพื่อเพิ่มพูนกุศลเก่า ทุกขณะทีนั้นกปฏิบัติเจริญสติระลึกรู้สภาวะธรรมปัจจุบัน ได้ชื่อว่า สังสมสติสมาธิ และปัญญาให้เพิ่มพูนมากขึ้น

สัมปชาโน แปลว่า มีปัญญาหยั่งเห็น หมายความว่า หยั่งเห็นสภาวะธรรมตามความเป็นจริง คือเห็นลักษณะเฉพาะตัวของรูปนาม^{๖๑} และลักษณะทั่วไปของรูปนาม (ความเป็นไตรลักษณ์)

สติมา แปลว่า มีสติ คือ มีสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดช่วงตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงหลับสนิท^{๖๒} การเจริญสติมีประโยชน์คือทำให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเพื่อการพัฒนาปัญญา

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ต้องมีองค์ประกอบสำคัญ คือ ให้มีความเพียร มีสัมปชัญญะมีสติ^{๖๓} ระลึกไปตามฐานที่ตั้งทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม อย่างต่อเนื่องตั้งแต่ตื่นจนถึงหลับ ดังปรากฏหลักฐานไว้ใน สารีปุตตสูตรตนิทเทส^{๖๔} โดยมีใจความว่า

“ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงเที่ยวไปในแดนบิดาของตนอันเป็นโคจรเถิด ภิกษุทั้งหลาย เมื่อพวกเธอเที่ยวไปในแดนบิดาของตนอันเป็นโคจร มารก็จักไม่ได้ช่องไม่ได้อารมณ์ ภิกษุทั้งหลาย แดนบิดาของตนอันเป็นโคจรเป็นอย่างไรคือสติปัฏฐาน ๔”

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ อันมีอาตาศึกษา สัมปชาโน สติมา เป็นองค์คุณที่จะทำให้เห็นสภาวะธรรมทั้งหลายที่ปรากฏตามความเป็นจริง ย่อมสามารถกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ นี้คือองค์คุณในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การเจริญสมถะและวิปัสสนาภาวนา ทำให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง บรรลุสมรรถผลได้ ซึ่งเป็นความดับทุกข์ในสังสารวัฏ เป็นความดับทุกข์อย่างสิ้นเชิง^{๖๕}

^{๖๐} พระโสภณมหาเถระ, มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๐.

^{๖๑} พระโสภณมหาเถระ, มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๓๑.

^{๖๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๐.

^{๖๓} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๑๖๐/๘๖, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๖๐/๑๐๕.

^{๖๔} ชุ.ม. (บาลี) ๒๙/๑๙๖/๔๐๔, ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๙๖/๕๗๓.

^{๖๕} พระสมุห์สันติ เขมจาโร (แสงประสิทธิ์), “ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในมหาทุกขกัณฑ์สูตร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้าบทคัดย่อ.

๒.๔ สรุปท้ายบท

สรุปความว่า เนื้อหาหลักธรรมในสกุณคมิสูตร ได้กล่าวถึงแดนที่ไม่ใช่ที่อยู่ของตน เมื่อไปสู่ในแดนนั้นแล้วมารก็ได้ช่อง ได้โอกาส ก็ไม่สมควรที่จะไปในสถานที่แห่งนั้น เมื่อได้สัมผัสกับสิ่งเหล่านั้นแล้วจะถอนตัวออกจากสภาวะเหล่านั้นได้ยาก เพราะมีรสชาติอร่อยน่าสัมผัสชักจูงให้เกิดความทะยานอยาก เมื่อตาเห็นรูป ทำให้เกิดต้องการ ความปรารถนาเกิดขึ้น เช่น มีความต้องการปรารถนาได้รูปสวยงามที่ดี อยากเห็นรูปที่ตนเองพึงพอใจ หรือในขณะที่เห็นรณนั้น อยากได้รถดีมีราคาแพงสวยงามเพื่อใช้ในการขับขี เห็นสุภาพสตรีมีรูปร่างหน้าตาสวยงาม ทำให้เกิดความรัก ชักให้ใคร่ ขวนใจ ให้กำหนด เพราะไม่มีรูปอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับรูปสตรีไม่มี และไม่มีรูปอะไรเป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับรูปของบุรุษย่อมไม่มี เพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า “รูป” นั้นเป็นสิ่งสำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด

เมื่อได้ยินเสียงไพเราะ เสนาะหู ชักชวนพาจิตหลงเคลิ้มไปในกับเสียง ทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมออกมาในรูปแบบต่าง ๆ นานา เช่นการได้ฟังเสียงเพลงที่ไพเราะ หรือชักชวนให้มีการประท้วงชุมนุม ก็ให้อาศัยเสียงในการชักชวนให้ บุคคลนั้นกระทำในสิ่งเราต้องการ เช่นกัน เมื่อได้ยินเสียงนั้นเกิดความพึงพอใจทำให้ความทำเกิดความรัก ชักให้ใคร่ ขวนใจ ให้กำหนด เพราะไม่มีเสียงอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับเสียงสตรีไม่มี และไม่มีเสียงอะไรเป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับเสียงของบุรุษย่อมไม่มี เพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า “เสียง” นั้นเป็นสิ่งสำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือความปรารถนา ความรักความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด

จมูกได้กลิ่นหอม กลิ่นดอกไม้ กลิ่นน้ำหอม กลิ่นอาหาร ๆ ทำให้เกิดความต้องการในกลิ่นนั้นเมื่อได้กลิ่นนั้นเกิดความพึงพอใจทำให้ความทำเกิดความรัก ชักให้ใคร่ ขวนใจให้กำหนด เพราะไม่มีกลิ่นอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับกลิ่นสตรีไม่มี และไม่มีกลิ่นอะไรเป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับกลิ่นของบุรุษย่อมไม่มี เพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า “กลิ่น” นั้นเป็นสิ่งสำคัญมากที่ทำให้เกิด กามคุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด

รสเมื่อรับรู้ได้ลิ้นเช่น รสอาหาร รสผลไม้ รสแกงไก่ รสสุรา รสเครื่องดื่ม ทำบุคคลนั้นติดใจในรสนั้น ต้องเดินทางไปที่แดนไกลต้องไปชิมรสนั้นอีก เพราะฉะนั้น จึงเห็นได้ว่า “รส” นั้นเป็นสิ่งสำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด

กายได้สัมผัสกับสิ่งเหล่าใดทำให้ความพึงพอใจ ต้องการ เช่น การได้สัมผัสกาย อันอ่อนนิ่มนวล จากหญิงสาวผู้มีร่างกาย สวยสดงดงามเปล่งปลั่ง ทำให้พึงปรารถนาเป็นอย่างยิ่ง รู้สึกรู้ว่ามีความสุข โสมนัสใจเป็นอย่างยิ่ง เมื่อได้สัมผัสกับสิ่งเหล่านั้นได้ชื่อว่า เป็นกามคุณ

การดำเนินชีวิตเพื่อต้องการแสวงหาของสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย ด้วยวิธีการต่าง ๆ นั้น เช่นการแสวงหาอาหาร หาความรู้ ลลาภ ยศ สรรเสริญ ความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน ความต้องการ

อำนาจ หรือการแสวงหาเป็นไปในทางทุจริต การลักทรัพย์ ปล้นชิง วิวร้าง การคอร์รัปชันที่ไม่ชอบด้วย ศีลธรรมและกฎหมายบ้านเมือง เพื่อให้มาสิ่งตนต้องการปรารถนาต้องการ แม้จะได้ทรัพย์มาก็ต้องรักษาป้องกันไม่ให้สูญหายไป กามนั้นเป็นเหตุ มีผลที่ทำให้เกิดโทษ คือ ความทุกข์

การท่องเที่ยวไปในดินแดนสถานที่ต่าง ๆ ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน สนุกสนาน เมื่อได้สัมผัส รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทำให้สภาวะจิต เปลี่ยนไป เมื่อได้สิ่งที่ตนเองปรารถนา พึงพอใจ ก็รู้สึกว่ามีความสุข ในทางตรงกันข้ามกัน ไม่ได้สิ่งตนเองปรารถนาที่ต้องการ หรือสูญเสียสิ่งตนเองรัก ห่วงแค้นไปจึงทำให้เกิดรู้สึกเศร้าใจ เสียใจ มีความทุกข์ขึ้นมา ทั้งหมดทั้งมวลที่เกิดขึ้นนั้น แท้ที่จริงแล้วมีแต่ทุกข์เพราะอุปาทานยึดมั่นถือในสิ่งเหล่านั้น ที่ทำให้เกิด ความสุข ความทุกข์ เพราะการท่องเที่ยวไปในแดนที่ไม่สมควรไป ของ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อาศัยวิญญูณไปรับรู้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ทำให้หลงติดในกามคุณเหล่านี้ จึงได้ชื่อว่า แดนโคจร

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นการเจริญสติเพื่อให้เกิดปัญญาในกำหนดรู้ตามสภาพความเป็นจริงที่มีความเปลี่ยนแปลงตลอดเวลาตามกฎไตรลักษณ์คือ ความไม่เที่ยง ความทุกข์ ความเป็นอนัตตา หาความเป็นตัวตนไม่ได้ ในสติปัฏฐาน ๔ นั้นจำแนกตามสภาวะของการปฏิบัติแล้วได้ ๔ ประเภทคือ ๑) การพิจารณากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณากายเป็นบาทฐานของการพิจารณาให้เห็นรู้แจ้งสภาพความเป็นจริง เช่นมี การพิจารณาลมหายใจเข้าออก การกำหนดรู้อิริยาบถ เดิน ยืน นั่ง นอน และการกำหนดรู้การเคลื่อนไหวของร่างกาย ตลอดถึงการพิจารณาความเป็นปฏิภูลพิจารณาความเป็นธาตุ ความเป็นซากศพ สิ่งเหล่านี้เป็นต้น หาความเที่ยงแท้แน่นอนไม่ได้ ๒) การพิจารณาเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาที่เกิดขึ้น มีความสุข ความทุกข์ และไม่สุขไม่ทุกข์ เพื่อให้เห็นความเกิดดับของเวทนาเพื่อคลายความยึดมั่นถือในตัวตน เราเขา ๓) การพิจารณาจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาอาการของจิตเกิดขึ้นอย่างมีสติ กำหนดรู้ เช่น มีจิตราคะ จิตมีโทสะ จิตมีโมหะ หรือจิตไม่มีราคะ จิตไม่มีโทสะ จิตไม่มีโมหะ เป็นต้น ให้เห็นความเปลี่ยนแปลงของจิตที่เกิดขึ้นในขณะการเกิด ดับตลอดให้รู้เท่าทันในอาการเหล่านั้น ๔) การพิจารณาธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาธรรมที่เกิดขึ้นตามสภาวะเป็นจริง มีนิรวณ อายตนะ เป็นต้น ให้รู้ชัดตามสภาวะเหล่านั้น เพราะ สติปัฏฐาน ๔ เป็นที่สำคัญมาก ในการประพฤติปฏิบัติ ในสกุณคสิสูตรได้กล่าวการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อละกามคุณเมื่อมีการกำหนดรู้ กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่มากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้กำหนดรู้ตามสภาวะความเป็นจริง มีแต่รูป นาม ให้เห็นความเกิดดับ ของรูป นาม เมื่อได้เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้สัมผัสกาย โดยการเจริญสติรู้เท่าทัน ไม่ไปยึดมั่นถือตัวในตัวตนของเรา เพื่อละความต้องการในกามคุณ ๕ คือ ความปรารถนา น่ารัก ชักให้ใคร่ ชักชวนใจ ให้เกิดความกำหนดให้ระงับดับไปสามารถละกามคุณ ๕ และ โทษของกามได้ มารไม่ได้ช่อง ไม่ได้อารมณ์ เพราะเจริญสติปัฏฐาน ๔ จึงได้ชื่อว่าเป็นแดนแห่งบิดาของ เป็นที่โคจร ในสกุณคสิสูตร

บทที่ ๓

แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคัมภีร์

วิปัสสนาภาวนาคือการพิจารณาธรรมชาติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น มีขึ้นตามสภาวะความตามเป็นจริงที่เกิดขึ้นไม่คิดเอาเองหรือปิดบังสภาพความเป็นจริง หมายถึง ปัญญาให้เข้าไปกำหนดรู้ในสิ่งเหล่านั้น ให้รู้แจ้งแทงตลอดต้นสายปลายเหตุ ของการเปลี่ยนแปลง ของการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ตามสภาวะธรรมของกฎไตรลักษณ์ สิ่งใดไม่เที่ยง สิ่งนั้นเป็นทุกข์ สิ่งใดเป็นทุกข์ สิ่งนั้นเป็นอนัตตา ไม่สามารถบังคับบัญชาได้ในสิ่งที่เราต้องการได้ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นทางสายเอก เป็นทางสายเดียว และต้องเดินไปแต่ผู้เดียว จุดมุ่งหมายของเส้นทางที่ไม่ต้องวนเวียนอยู่ในวิภวสังสารอีกต่อไป เพราะฉะนั้น การจะถึงปลายทางได้นั้น ต้องทำความเข้าใจว่าแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนานั้นเป็นอย่างไร เพื่อบรรลุเป้าหมาย มรรค ผล นิพพาน ดังนั้น ในบทนี้ผู้วิจัยจึงศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาในสกุณคัมภีร์ โดยกำหนดประเด็นศึกษาไว้ ดังนี้

๓.๑ แนวทางการละกามคุณ ๕ ที่เป็นอโคจรในสกุณคัมภีร์

๓.๒ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่เป็นโคจรในสกุณคัมภีร์

๓.๓ สรุปท้ายบท

๓.๑ แนวทางการละกามคุณ ๕ ที่เป็นอโคจรในสกุณคัมภีร์

๓.๑.๑ แนวทางการละรูปที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร

แนวทางการละรูปที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจรในสกุณคัมภีร์^๑ หมายถึง การละความรู้สึก การโคจรของจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เป็นรูป สิ้นความรู้สึกไปในการเห็นรูป การไม่เกี่ยวข้องกัน การไม่มีเยื่อใย การไม่ฝักใฝ่ ไม่ยินดียินดีร้าย การเห็นรูป ไม่ยึดมั่น ถือว่าเป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า แนวทางการละรูปเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละรูปที่เป็นอโคจรดังต่อไปนี้

^๑ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

จักขุปสาท มีวจนัตถะว่า จักขุวิญญาณาธิภูจิติ หุตวา สมวิสมํ จกขติ อาจิกขนต์ วย โหตีติ = จกขุ แปลความว่า รูปใดเป็นที่ตั้งแห่งจักขุวิญญาณ และมีสภาพเป็นอยู่คล้ายกับจะบอกให้จักขุวิญญาณรู้อารมณ์นั้นว่า อารมณ์นั้นดีหรือไม่ ฉะนั้น รูปนั้นชื่อว่า จักขุ ได้แก่ จักขุปสาทรูป

รูปารมณํ มีวจนัตถะว่า รูปยติ หทยงคตภาวํ ปกาเสตตี = รูปํ แปลความว่า รูปใดย่อมแสดงถึงความรู้สึกของจิตใจให้ปรากฏ ฉะนั้น รูปนั้น ชื่อว่า รูปารมณํ^๒

รูปเป็นที่รับรู้ด้วยตา เมื่อรูปารมณํมากระทบผู้มีจักขุปสาทที่ดีทำให้เกิดจักขุวิญญาณในการรับรู้ รูปนั้น ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือรู้สึกว่าจะชอบในสิ่งนั้น ทำให้เกิดพอใจมีความสุข ปิตินตี ปราโมทย์ ปราบปลื้มใจ เหมือนน้ำตาจะไหลซึมออกมา เพราะมีความต้องการปรารถนารูปนั้นสูง ไม่สามารถจะหักห้ามใจในความปรารถนาของตนเองได้ จึงได้แสดงพฤติกรรมความต้องการของตนออกมาในรูปแบบต่าง ๆ แต่ถ้าไม่ชอบ ไม่ต้องการ ทำให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจ มีแต่ความเร่าร้อน โกรธเคืองขึ้นมาทันที ไม่ยินดียินร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย หมดอะไรตายอยากก็ว่าได้ ที่เป็นแบบนี้ก็เพราะ ความอยากมีอยากเป็นของเราเอง ก็เพราะผัสสะ เมื่อตาโคจรไปรับรู้รูปทำให้เวทนาเกิดขึ้นมานั้น ตามเหตุตามปัจจัยปรุงแต่งขึ้นมา การกำหนดรู้รูปนาม เพื่อละรูปที่อโคจรนั้น ซึ่งต้องมีสติปัญญา ๔ เป็นหลักธรรม ที่มีปรากฏใน สกุนด์คสิสูตร โดยมีประเด็นดังต่อไปนี้

๑. การละรูปที่เป็นกามคุณในการกำหนดรู้ขณะได้เห็น

รูปเป็นที่รับรู้ด้วยตา เมื่อรูปารมณํมากระทบ ผู้มีจักขุปสาทที่ดี ทำให้เกิดจักขุวิญญาณ ทำให้ได้เห็นรูปที่เกิดขึ้น ต้องมีขบวนการรวมกัน จักขุปสาทรูป (อายตนะภายใน) รูปารมณํ (อายตนะภายนอก) และจักขุวิญญาณ (มโนอายตนะ) เมื่อมีผัสสะ ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือรู้สึกว่าจะชอบไม่ชอบในสิ่งนั้น สุข ทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์ ดังที่กล่าวมาบ้าง วิธีการกำหนดรูป ได้เห็นรูปก็ให้กำหนดว่า “เห็นหนอ” ต่อจากนั้นถ้าเกิดเวทนาขึ้น คือรู้สึกว่าจะชอบในสิ่งนั้น กำหนดว่า ชอบหนอ ทำให้เกิดพอใจมีความสุข “สุขหนอ” ถ้าเกิดปิตินตี ขึ้นขมยินตีในรูปนั้น “ปิตินหนอ” “ยินตีหนอ” ก็รู้สึกว่าจะมีความสุข “สุขหนอ” หรือถ้าไม่ชอบรู้สึกไม่พอใจ “ไม่พอใจหนอ” มีความเร่าร้อน โกรธเคืองขึ้นมาทันที “เร่าร้อนหนอ” “โกรธหนอ” “เคืองหนอ” เฉย ไม่ยินดียินร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย หมดอะไรตายอยากไปก็ว่าได้ “เฉยหนอ” “เศร้าหนอ” ที่เป็นแบบนี้ ก็เพราะความอยากมี อยากรับของเราเอง “อยากหนอ” ไปตามหลักปฏิจจสมุปบาท^๓ ก็เพราะมีผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงเกิด ก็เพราะมีเวทนา เป็นปัจจัย ตัณหาจึงเกิด ก็เพราะมีตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทาน ฯลฯ จึงเกิด เหล่านี้เป็นต้น

^๒ พระสังฆราชโตติกะ ธัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน หลักสูตรจุฬารามวาสี**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ หจก ทิพย์วิสุทธ์, ๒๕๕๘), หน้า ๘๓.

^๓ วิ.ม. (ไทย) ๔/๓/๕-๖.

จะเห็นได้ว่าการเจริญสติกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นนั้น ต้องกำหนดรู้ให้ตรงสภาวะที่เกิดขึ้นขณะปัจจุบันเท่านั้น เหมือนเป็นการบอกให้รู้ว่า ในขณะที่เกิดสภาวะอะไรเกิดขึ้น ต้องกำหนดรู้ให้ตรงกับสภาวะที่เกิดขึ้น และสภาวะที่ดับไปจริง ๆ ในขณะที่กำหนดรู้ นั้น ต้องมีความเพียรในการกำหนดอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย เหมือนกับน้ำที่ตกจากหน้าผา ในขณะที่กำหนดรู้ ถือได้ว่าเป็นการละกามคุณ ๕ เมื่อนักปฏิบัติได้กำหนดรู้ไปเรื่อย ๆ อย่างมี อาตาศิ สัมปะชาโน สติมาแล้ว ปัญญาญาณก็จะเกิดตามลำดับต่อไป

๒. การละรูปที่เป็นกามคุณ เมื่อจำแนกตามลำดับของกิเลส ๓ ระดับ แยกได้ดังนี้ คือ

๑) การละรูปที่เป็นกามคุณอันเป็นกิเลสอย่างหยาบ (วิติกมมกิเลส)

การละรูปที่เป็นกามคุณที่กิเลสอย่างหยาบ (วิติกมมกิเลส) ที่อโคจร ผู้ปฏิบัติธรรม ต้องอาศัยศีลเข้าเกี่ยวข้อง คือ

(๑) อินทรีย์สังวร

อินทรีย์สังวร^๔ คือ การสำรวม ระมัดระวังตาที่ไปสัมผัสรูป เพื่อไม่ให้เกิดอกุศลกรรมในขณะที่เห็นรูปนั้น ไม่เกิดความพึงพอใจ เพราะรูปนั้นเป็นสิ่งที่รับรู้ด้วยตา ถ้าไม่มีสำรวมเมื่อไร ความรัก ความชัง ความยินดียินร้าย ก็จะทำให้เกิดการผัสสะเกิดขึ้น ทำให้มีการปรุงแต่งขึ้นเรื่อย ๆ จึงจำเป็นต่อการปฏิบัติ พระอานนท์ กราบพูลถามพระพุทธองค์ ว่า “ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ข้าพระพุทธเจ้า ควรจะปฏิบัติตนต่อมาตุคาม (สตรี) อย่างไร” พระพุทธองค์ตรัสว่า “อานนท์ ควรปฏิบัติตน ดังต่อไปนี้ (๑) การไม่เจอเป็นการดี (๒) เมื่อจำเป็นต้องเจอ ก็อย่าได้มอง (๓) เมื่อจำเป็นต้องมอง ก็อย่าพูด (๔) เมื่อจำเป็นต้องพูด ต้องพูดอย่างมีสติ”

อินทรีย์สังวร นักปฏิบัติต้องมีความเข้าใจเรื่องอินทรีย์สังวรมีความสำคัญ และมีความจำเป็นอย่างไร เราจะต้องเรียนรู้เรื่องนี้ เพราะเป็นเรื่องที่อยู่ใกล้ตัวเราที่สุด คือ การสำรวมสังวร เป็นเรื่อง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คำว่า อินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ ในขณะที่มีอะไรเป็นใหญ่ แต่ที่จะกล่าวมาในขณะนี้ ตา (จักขุ) เป็นใหญ่ ในขณะที่ตาได้เห็นรูปนั้น ในการรับรู้รูปที่เกิดขึ้น เพราะขบวนการรับรู้รูปเป็นการรับรู้ด้วยตา เมื่อรูปารมณมากกระทบผู้มีจักขุประสาทที่ดี ทำให้เกิดจักขุวิญญาณ ทำให้เห็นรูปที่เกิดขึ้นมา มีการประชุมกันระหว่างรูปารมณกับจักขุประสาท ทำให้เกิดจักขุวิญญาณเกิดขึ้นได้ ขาดอย่างใดอย่างหนึ่งการเห็นรูปก็ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ รูปเกิดจากการรับรู้ได้ด้วยตา เมื่อมีกระทบกันที่เรียกว่า ผัสสะ ทำให้เกิดเวทนา คือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นต่อรูป เมื่อได้เห็นสุภาสตรีย

^๔ พุทธศาสนิกขุ, ตามรอยพระอรหันต์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท ตถาคตาพับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๒๑๑.

ที่มีรูปร่างหน้าตาสวยงาม ทำให้เกิดความรักชักรักให้ใคร่ ชวนใจให้กำหนด เพราะไม่มีรูปอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับรูปสตรีไม่มี และไม่มีรูปอะไร เป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับรูปของบุรุษย่อมไม่มี เพราะฉะนั้นเห็นได้ว่ารูปนั้น เป็นสิ่งที่สำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือ ความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนด

“ศิลปะที่รักษาดีแล้ว เป็นศิลปะห่างไกลจากกิเลสมีความเยือกเย็นอย่างที่สุดนี้ ย่อมบันดาลความร้อนกลุ่มของสัตว์ทั้งหลายให้สงบลงได้ ลมปนฝนก็ดี จันทร์เหลืองก็ดี แก้วมุกดาหารก็ดี แสงจันทร์ก็ดี หาดบันดาลความร้อนรุ่มของสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ให้สงบลงได้”^๕

จะเห็นได้ว่า อินทรีย์สังวร การสำรวมระวางตา (จักขุ) รูปที่รับรู้ได้ด้วยตา เป็นเรื่องที่สำคัญ ถ้ามีอินทรีย์สังวร คือการสำรวมได้แล้ว การสำรวมสายตา การละกามคุณ ที่เกิดจากรูปที่รู้ได้ด้วยตา ที่ทำให้เกิดความเร่าร้อน น่ารักชักรักให้ใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนด ก็ย่อมไม่เกิดขึ้น ในขณะที่รูปรับรู้ได้ด้วยจักขุ เกิดความยินดียินร้าย ความยึดมั่นในรูปว่าเป็นตัวตนของเราย่อมไม่มี เปรียบเหมือนหยาดน้ำค้างที่อยู่บนใบบัว ย่อมไม่ติดบนใบบัวแม้ฉ่นใด เมื่อบุคคลใดสำรวมอินทรีย์ได้แล้ว ย่อมไม่ติดในกามคุณแม้ฉ่นนั้น

๒) การละรูปที่เป็นกามคุณอันเป็นกิเลสอย่างกลาง (ปริยฎฐานกิเลส)

การละรูปที่เป็นกามคุณอันเป็นกิเลสอย่างกลาง (ปริยฎฐานกิเลส) ผู้ปฏิบัติธรรมต้องอาศัยสมาธิ คือ ความตั้งมั่นของจิตที่เป็นสมาธิ มีสมณะและวิปัสสนาขอยกตัวอย่างบางหมวดเท่านั้น เพื่อละรูปที่รับรู้ได้ด้วยตา รูปร่างผิวพรรณสัณฐานางงงาม ความเปล่งปลั่งแห่งรูปทำให้เกิดความพึงพอใจ พาให้จิตเร่าร้อน รักใคร่ ชักชวนให้ใจเกิดความกำหนดไปกับตา ที่ได้สัมผัสรูปเหล่านั้นเมื่ออาการเหล่านี้เกิดขึ้นมา ผู้ปฏิบัติธรรมควรละรูปที่เป็นอโคจร ดังต่อไปนี้

(๑) กำหนดมนสิการปฏิกุศล

กำหนดมนสิการปฏิกุศล คือ การพิจารณาเห็นกายนี้^๖ ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ว่า “ในกายนี้มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่าดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เพลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร” มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความสงบเป็นการข่มกิเลส

^๕ พระพุทธทศโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, แปลโดย สมเด็จพระพุทธมาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๑๔.

^๖ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖-๓๐๗.

ไม่บังเกิดในขณะนั้น โดยอาศัยการพิจารณาความไม่สะอาดไม่สวยงาม การปฏิบัติธรรมนั้น การบริกรรมภาวนา เกสา (ผม) โลมา (ขน) นขา (เล็บ) ทนตา (ฟัน) ตะโจ (หนัง) เป็นต้น พิจารณาความไม่สะอาดไม่สวยไม่งาม โดยสี่ สันฐาน กลิ่น ที่ตั้งอาศัย โดยกลับไป กลับมาเรื่อย ๆ เป็นการเจริญสมณะภาวนา เพื่อให้เกิดสมาธิ อย่างสูงได้ปฐมฌาน อาศัยสมาธิข่มไว้เพื่อไม่ให้ความยินดียินร้ายเกิดขึ้นมา

(๒) พิจารณาความเป็นธาตุ

พิจารณาความเป็นธาตุ คือ การพิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่โดยความเป็นธาตุว่า “ในกายนี้ มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่” เปรียบเหมือนคนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้มีความชำนาญ ครั้นฆ่าโคแล้วแบ่งอวัยวะออกเป็นส่วน ๆ นิ่งอยู่ที่หนทางใหญ่สี่แพร่งแม้ฉับใด ก็ฉับนั้นเหมือนกัน พิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่ โดยความเป็นธาตุว่า “ในกายนี้มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่” ด้วยวิธีนี้ ภิกษุพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่ มีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “กายมีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติ เพื่อให้เกิดสมาธิข่มไว้

๓) การละรูปกามคุณที่เป็นกิเลสอย่างละเอียด (อนุสัยกิเลส)

การละรูปที่กิเลสอย่างละเอียด (อนุสัยกิเลส)^๗ ทื่อโคจร ผู้ปฏิบัติธรรม ต้องอาศัยปัญญาในการพิจารณารูปที่รับรู้ด้วยตา เมื่อรูปารมณฺ์มากระทบผู้มีจักขุปสาทที่ดี ทำให้เกิดจักขุวิญญานในการรับรู้รูปนั้น ต้องมีปัญญากำหนดรู้รูปตามสภาวะความเป็นจริงของรูปนั้น มีการเปลี่ยนแปลงทนอยู่สภาพเดิมไม่ได้ มีความเข้าใจในรูปว่าคุณของกาม และโทษของกาม ว่าเหตุเป็นอย่างไร ผลเป็นอย่างไร มีปัญญาในการพิจารณา ความเป็นอนิจจัง (ไม่เที่ยง) ทุกขัง (เป็นทุกข์) อนัตตา (ไม่มีตัวตน) ควรหรือหนอที่จะยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเรา ทำให้เกิดรู้แจ้งเห็นจริงว่าเป็นอย่างนี้ สมมติสังขจะอย่างหนึ่ง ปรมัตถสังขจะอย่างหนึ่ง การสมมติสังขจะขึ้นมาเพื่อให้เป็นที่เข้ากันในสังคม ในหมู่คณะว่า เป็นหญิง เป็นชาย ชื่อนั้น ชื่อนี้ ตำแหน่งนั้น ตำแหน่งนี้ จริงด้วยสมมติสังขจะ แต่ไม่จริงด้วย ปรมัตถสังขจะ ในเป็นความจริงส่วนนี้ ไม่มีตัวตนของเรา เช่น มีรถยนต์อยู่คันหนึ่งเรียกว่ารถยนต์ จริงด้วยสมมติสังขจะ มีรถยนต์อยู่คันหนึ่ง แต่ไม่จริงด้วย ปรมัตถสังขจะ เมื่อถอดชิ้นส่วนอะไหล่ของรถยนต์ออกมาหมด เช่น ล้อ เพลา พวงมาลัย ตัวถังออกมาเป็นชิ้นส่วน เป็นต้น ความเป็นรถยนต์ก็ไม่มี ความไม่มีไม่เช่นนั้น เรียกว่า ปรมัตถสังขจะ เช่นนั้น บุคคลนั้น ชื่อนั้น เป็นบุรุษ หรือสุภาพสตรี นี่ก็จริงด้วยสมมติสังขจะว่า มีบุรุษนั้นจริง หรือ สุภาพสตรีนั้นจริง เมื่อแยกอวัยวะร่างกายออก เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก เป็นต้น หาความเป็นบุรุษ หรือ สุภาพสตรีก็ไม่มี นี่ก็เรียกว่า ปรมัตถสังขจะ เพราะ

^๗ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๔๒/๒๕๘.

ปัญญาที่เข้าไปกำหนดนั้นเป็นปัญญา ปรมาตมัสัจจะ รูปรู้ได้ด้วยตา ไม่ใช่ตาเห็นรูป ถ้าตาเห็นรูปนั้น เป็นอย่างนั้น เป็นอย่างนี้ ก็เป็น สมมติสัจจะ แต่ถ้าปัญญากำหนดรู้ เมื่อตาเห็นรูป ไม่ใช่เห็นเป็นรูปแต่ เห็นสีต่าง ๆ เมื่อเห็นเป็นเช่นนี้แล้ว ความยึดมั่นถือมั่นในรูป ตัวตนของเราย่อมไม่เกิด จิตก็ย่อมคลาย จากความกำหนัด

๓. การละรูปที่เป็นกามคุณโดยการพิจารณาเป็นอสุภกรรมฐาน

การพิจารณาอสุภกรรมฐาน^{๘๘} คือ การพิจารณาความไม่สวย ไม่มีความงาม เป็นของน่า รังเกียจ เป็นของปฏิภูลไม่สะอาดต่าง ๆ ทำให้จิตคลายความกำหนัดในการละรูปที่เป็นกามคุณ พิจารณาเห็นกายนี้ ตั้งแต่ฝ่าเท้าขึ้นไปเบื้องบน ตั้งแต่ปลายผมลงมาเบื้องล่าง มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาด เป็นของปฏิภูลที่อยู่ในร่างกายนี้ ซึ่งประกอบด้วยอวัยวะน้อยใหญ่ที่ร่วมกัน ในกายนี้ เมื่อแยกเป็นชิ้น ๆ ออกมาได้แล้วจะเป็นอย่างนี้ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ตับ ฯลฯ มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ มีชื่อเรียกว่า ทวัตติงสการะ^{๘๙} คืออาการ ๓๒ ที่ เต็มไปด้วยสิ่งที่ไม่สะอาดชนิดต่าง ๆ ที่รวมอยู่ในร่างกายนี้ แต่บุคคลทั่วไปมีความสำคัญผิดว่ามีความ สวยงาม พอใจ น่าปรารถนา น่ารักใคร่ ชักชวนให้ความกำหนัด ในรูปนั้น แต่ที่รู้สึกว่าจะสะอาดนั้นเพราะ มีการดูแลรักษาส่วนประกอบต่าง ๆ ของร่างกาย เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น มีการบำรุงเสริม ประุงแต่งด้วยวิธีการสมัยใหม่ต่าง ๆ สุดแล้วแต่ที่ตนเองปรารถนาต้องการอยู่ตลอด ดังสุภาษิตไทยที่ว่า “โก่งงามเพราะขน คนงามเพราะแต่ง” เพื่อให้ดูดีมีเสน่ห์และสวยงาม ถูกตา ถูกใจ ตนเองและผู้อื่น การเห็นอย่างนี้เป็นการเห็นที่เปลี่ยนนอกเท่านั้น คือ การเห็นรูปที่ภายนอกก็เห็นทำให้เกิด ความรัก ความชัง ความปรารถนา น่ารักใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัดในรูป เป็นแดนอโคจรที่ทำให้เกิด กามคุณ ยังไม่ใช่ความเห็นที่ถูกต้อง แท้จริงการเห็นที่ถูกต้องนั้น ต้องเห็นเข้าไปในแก่นแท้เข้าไปข้างใน ไม่ใช่เห็นแต่ภายนอกเท่านั้น เพราะรู้เห็นภายในนั้น ก็จะให้คำตอบที่จริงได้ว่า สรีระร่างกายของมนุษย์ นั้นไม่ว่าจะเป็นผู้หญิง ไม่ว่าจะเป็นผู้ชาย หรือสัตว์ดิรัจฉานก็ตาม ย่อมเต็มไปด้วยความไม่สะอาด ไม่ สวย ไม่งาม เป็นสิ่งน่ารังเกียจ การพิจารณาอย่างสม่ำเสมอ อย่างต่อเนื่องเรื่อย ๆ ก็จะทำให้วิปัสสนา ญาณเกิดขึ้นทำให้ความเบื่อหน่าย คลายกำหนัด ในความยึดมั่นถือมั่นตัวตนว่าเป็นของเรา

๓.๑.๒ แนวทางการละเสียงที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร

แนวทางการละเสียงที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจรในสกุณคชิสสูตร^{๙๐} หมายถึง การละ ความรู้สึกการโคจรจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมผัสกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เป็นเสียงสิ้นความรู้สึกจากไป ในการได้

^{๘๘} พระพุทธพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๓๑๔.

^{๘๙} พระโสมมมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๔๓.

^{๙๐} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๒๕/๒๑๗-๒๑๘.

ยิน การไม่มีเยื่อใย การไม่เข้าเกี่ยวข้องกัน การไม่ผูกไฟ ไม่ยินดียินดีร้าย การได้ยินเสียง ไม่ยึดมั่นถือว่าเป็นตัวตนของเรา และเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า ไม่มีเห็นเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญญาเข้าไปรู้จริง เห็นแจ้งตามสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจริงว่า แนวทางการละเสียงเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละเสียงที่เป็นอโคจรดังต่อไปนี้

โสตปสาทรูป หมายถึง รูปประสาทหุ้มีความใสสามารถรับสัททารมณได้ เป็นเหตุให้ได้ยินเสียง และเป็นที่ตั้งของโสตวิญญาน มีวจนัตถะว่า โสตวิญญานธิฎฐิต์ หุตวา สทท สุณนถิตี = โสตฺ แปลความว่า รูปใดเป็นที่ตั้งแห่งโสตวิญญาน ย่อมได้ยินเสียง ฉะนั้น รูปนั้นชื่อว่า โสตตะ ได้แก่ โสตปสาท

อีกนัยหนึ่ง สททฺ สณนถิตี เอเตนถิตี = โสตฺ (วา) สททฺ สุยฺยณถิตี เอเตนถิตี = โสตฺ แปลความว่า จิต เจตสิก เหล่าใดย่อมได้ยินเสียง โดยอาศัยรูปนั้น ฉะนั้น รูปที่เป็นเหตุแห่งการได้ยินของจิตและเจตสิกเหล่านั้น ชื่อว่า โสตตะ ได้แก่โสตปสาท (หรือ) สัตว์ทั้งหลายที่ได้ยินเสียง โดยอาศัยรูปนั้น รูปที่เป็นเหตุแห่งการได้ยินของสัตว์เหล่านั้น ชื่อว่า โสตตะ ได้แก่โสตปสาท

สัททารมณฺ มีวจนัตถะว่า สททียถิตี อจฺจารียถิตี = สททโท แปลความว่า รูปใดที่เปล่งออกมาได้ ฉะนั้น รูปนั้นชื่อ สัททะ ได้แก่ เสียงที่สัตว์ทั้งหลายเปล่งออกมา

อีกนัยหนึ่ง สปปติ โสตวิญญเอยฺยภาวํ คจฺจถิตี = สททโท ว่ารูปใดย่อมถึงสภาพที่ทำให้โสตวิญญานรู้ได้ ฉะนั้น รูปนั้นชื่อว่า สัททะ ^{๑๑}

เสียงเป็นที่รับรู้ด้วยหู เมื่อสัททารมณฺมากกระทบผู้มีโสตปสาทที่ดีทำให้เกิดโสตวิญญาน ทำให้ได้ยินเสียงที่เกิดขึ้น ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบในสิ่งนั้น ทำให้เกิดพอใจมีความสุข ปีติ ยินดี ชื่นชมยินดีในเสียงนั้น ก็รู้สึกว่ามีมีความสุข หรือถ้าไม่ชอบรู้สึกไม่พอใจ มีแต่ความเร่าร้อน โกรธเคืองขึ้นมาทันที ฉะนั้น ไม่ยินดียินดีร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย หมดอะไรตายอยากไป ก็ว่าได้ ที่เป็นแบบนี้ก็เพราะความอยากมี อยากเป็นของเราเอง ก็เพราะผัสสะเมื่อหูโคจรไปรับรู้เสียง ทำให้เวทนาเกิดขึ้นมานั้น ตามเหตุตามปัจจัยปรุงแต่งขึ้นมา การกำหนดรู้รูปนาม เสียงก็เป็นอโคจร เมื่อมีความยินดียินดีร้ายในเสียงนั้น

๑) แนวทางการละเสียงที่เป็นกามคุณโดยโยนิโสมนสิการ

แนวทางการละเสียงที่เป็นกามคุณโดยโยนิโสมนสิการ คือ การพิจารณาโดยแยกกาย การพิจารณาอย่างละเอียดถี่ถ้วนอย่างรอบคอบ ด้วยเหตุและผลตามสภาวะของสิ่งนั้น ในที่นี้ได้ยกเสียงที่เป็นกามคุณ อันเป็นอโคจรขึ้นมาพิจารณาว่าเป็นอย่างไร

^{๑๑} พระสัทธัมมโชติกะ ธรรมจาริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน** หลักสูตรจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ หจก ทิพยวิสุทธ์, ๒๕๕๘), หน้า ๘๓.

เสียงเป็นที่รับรู้ด้วยหู เมื่อสัททวารมณัมากระทบผู้มีโสตประสาทที่ดีทำให้เกิดโสตวิญญาน ทำให้ได้ยินเสียงที่เกิดขึ้น ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนาเนื่องมาจากผัสสะ จึงเป็นเหตุให้เกิดเวทนา ๓ อย่าง คือ สุข ทุกข์ และความไม่สุขไม่ทุกข์ ที่เรียกว่า อุเบกขา ความรู้สึกต้องการหรือไม่ต้องการนั้น มีเหตุมาจากที่ได้รับจากเวทนานั้น เรียกว่า ตัณหา ความทะยานอยากหรือความต้องการ ที่จะอย่างนั้น อย่างนี้ในสิ่งเหล่านั้น ก็เกิดขึ้นมา เมื่อมีการประชุมพร้อมกันของโสตประสาทรูป รูปารมณัและโสตวิญญาน ก็หมายถึง การเกิดขึ้นของผัสสะ เป็นสาเหตุที่ทำให้สุขเวทนา ทุกข์เวทนา ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบในสิ่งนั้น การจะละเสียงที่เป็นอนิฏฐารมณั คือ เสียงไม่น่าฟังพอใจ ไม่น่าปรารถนา ไม่น่ารัก ชักชวนใจให้เกิดปฏิกะ โทสะความโกรธเกิดขึ้นมา เช่น เมื่อได้ยินเสียง คำพูดไม่ไพเราะ กระด้าง หยาดคาย ให้อาย ป้ายสี ให้รู้สึกว่าไม่รู้จักเกรงใจ ไม่พูดให้เกียรติกัน ทำให้รู้สึกว่าตนเองนั้นด้อยค่าลงไป ให้เกิดความเสียหาย ทำให้เกิดการฟ้องร้องกันขึ้นโรงขึ้นศาลตามที่ปรากฏตามสื่อต่าง ๆ ให้เราทราบ สิ่งเหล่านี้ได้เกิดขึ้นมาเพราะเสียงที่รับรู้ได้ด้วยหู ที่เป็นอนิฏฐารมณั

ในส่วนที่เป็น อิฏฐารมณั คือ เสียงทำให้เกิดความพึงใจ นำปรารถนา น่ารัก น่าใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนด เช่น เมื่อได้ฟังเสียงไพเราะเสนาะหู เสียงสรรเสริญเยินยอ เมื่อพิธีกรประกาศเกียรติคุณชื่อตนเองในสถานที่นั้น หรือได้รับฟังเสียงเพลงต่าง ๆ ที่ตนเองชื่นชอบ ก็ทำให้มีความรู้สึกผ่อนคลาย หรือหลงระเหิดในเสียงนั้น เช่น การไปซื้อแผ่นซีดี มีการโหลดเพลงนั้นเก็บไว้เท่านั้นยังไม่พอตามไปฟังสด เมื่อรู้ว่ามีการจัดคอนเสิร์ตที่ไหนก็ตามไปฟัง หรือการฟังคำพูดไพเราะอ่อนหวานจากหญิงสาว ทำให้เกิดความรัก ความใคร่ ชักชวนใจ ให้เกิดความกำหนด เมื่อได้ผัสสะกับเสียงนั้น ทำให้เสียเงินเสียทอง ทำให้ครอบครัวแตกแยกมาไม่รู้กี่รายแล้ว เพราะไม่มีเสียงใดที่ทำให้เกิดกามคุณ ทำให้เกิดความพึงใจ นำปรารถนา น่ารัก น่าใคร่ เย้ายวนใจ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนดของบุรุษเพศเท่ากับเสียงของ สตรีเพศนั้นย่อมไม่มี และไม่มีเสียงใดที่ทำให้เกิดกามคุณ ทำให้เกิดความพึงใจ นำปรารถนา น่ารัก น่าใคร่ เย้ายวนใจ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนด

เมื่อมีโยนิโสมนสิการ การพิจารณาโดยแยบคาย คือ การพิจารณาอย่างละเอียดถี่ถ้วน อยากรอบคอบ ด้วยเหตุด้วยผล ย่อมเห็นได้ว่า ความสุขเวทนา ทุกข์เวทนา อทุกขมสุขเวทนา เกิดมาจากผัสสะที่ได้รับรู้เสียงจึงทำให้เกิดเวทนา ถ้าจะละจะดับก็ดับที่ผัสสะ เมื่อละที่ผัสสะกระทบได้เวทนาจก็ไม่เกิด เสียงที่กามคุณก็ไม่เกิด ความรัก ความชัง ทำให้เกิดความพึงใจ นำปรารถนา น่ารัก น่าใคร่ เย้ายวนใจ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนดก็ไม่มี เพราะเหตุที่ว่าเพราะสิ่งมี สิ่งย่อมมี เพราะสิ่งนี้ละ สิ่งนี้จึงละซึ่งไปตามหลักปฏิจจนุปบาท^{๑๒}

^{๑๒} วิ.ม. (ไทย) ๔/๑-๖.

การละเสียงที่เป็นกามคุณในการกำหนดรู้ขณะได้ยินเสียง

เสียงเป็นที่รับรู้ด้วยหู เมื่อสัททวารมณมากระทบผู้มีโสตปสาทที่ดีทำให้เกิดโสตวิญญูณ ทำให้ได้ยินเสียงที่เกิดขึ้นต้องขบวนการรวมกัน โสตปสาท (อายตนะภายใน) สัททวารมณ (อายตนะภายนอก) และโสตวิญญูณ (มโนอายตนะ) เมื่อมีผัสสะ ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบ ไม่ชอบในสิ่งนั้น สุข ทุกข์ หรือ ไม่สุข ไม่ทุกข์ ดังที่กล่าวมาบ้าง วิธีการกำหนดเสียง ได้ยินเสียงก็ให้กำหนดว่า “ได้ยินหนอ” ต่อจากนั้นถ้าเกิดเกิดเวทนาขึ้น คือ รู้สึกว่าชอบในสิ่งนั้น กำหนดว่า “ชอบหนอ” ทำให้เกิดพอใจมีความสุข “สุขหนอ” ถ้าเกิดปิตินตี ชื่นชมยินดีในเสียงนั้น “ปิตินหนอ” “ยินดีหนอ” ก็รู้สึกว่ามีความสุข “สุขหนอ” หรือถ้าไม่ชอบรู้สึกไม่พอใจ “ไม่พอใจหนอ” มีแต่ความเร่าร้อน โกรธเคืองขึ้นมาทันที “เร่าร้อนหนอ” “โกรธหนอ” “เคืองหนอ” เฉย ไม่ยินดียินร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย หมดอะไรตายอยากไปก็ว่าได้ “เฉยหนอ” “เศร้าหนอ” ที่เป็นแบบนี้ก็เพราะความอยากมีอยากเป็นของเราเอง “อยากหนอ” ไปตามหลักปฏิจจสมุปบาท ก็เพราะมีผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงเกิด เพราะมีเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงเกิด ก็เพราะมีตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทาน ฯลฯ จึงเกิด เหล่านี้เป็นต้น

จะเห็นได้ว่าการเจริญสติกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นนั้น ต้องกำหนดรู้ให้ตรงสภาวะที่เกิดขึ้นขณะปัจจุบันเท่านั้น เหมือนเป็นการบอกให้รู้ว่า ในขณะนี้เกิดสภาวะอะไรเกิดขึ้น ต้องกำหนดรู้ให้ตรงกับสภาวะที่เกิดขึ้น และสภาวะที่ดับไปจริง ๆ ในขณะกำหนดรู้ขึ้นต้องมีความเพียรในการกำหนดอย่างถูกต้อง อย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายเหมือนกับน้ำที่ตกจากหน้าผา ในขณะกำหนดรู้ลือไว้ได้ เป็นละกามคุณ ๕ ที่เสียงเป็นต้นเมื่อนักปฏิบัติได้กำหนดรู้ไปเรื่อย ๆ อย่างมี อาตาศิ สัมปะชาโน สติมา^{๑๓} แล้วปัญญาญาณ ก็จะเกิดตามลำดับต่อไป

๒) แนวทางการละเสียงที่เป็นกามคุณโดยอินทรีย์สังวร

(๑) อินทรีย์สังวร นักปฏิบัติต้องมีความเข้าใจเรื่องอินทรีย์ ว่ามีความสำคัญและมีจำเป็นอย่างไร เราจะต้องเรียนรู้เรื่องนี้เพราะเป็นเรื่องอยู่ใกล้ตัวเรา คือ การสำรวมสังวรเป็นเรื่องโสตอินทรีย์ (หู) อินทรีย์ความเป็นใหญ่ ในขณะนั้นว่าอะไรเป็นใหญ่ แต่ว่าที่กล่าวในขณะนี้หูเป็นใหญ่ ในขณะได้ยินเสียง ไม่มีอะไรเป็นใหญ่และมีอำนาจในการรับรู้เสียงที่เกิดขึ้นเท่ากับหูเลย เพราะขบวนการรับรู้เสียงเป็นการรับรู้ด้วยหู เมื่อสัททวารมณมากระทบผู้มีโสตปสาทที่ดีทำให้เกิดโสตวิญญูณ ทำให้ได้ยินเสียงที่เกิดขึ้นมา ต้องมีประชุมการสัททวารมณกับโสตปสาท ทำให้เกิดโสตวิญญูณ เกิดขึ้นได้ ขาดอย่างใดอย่างหนึ่ง การรับรู้เสียงก็ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ เสียงเกิดการรับรู้ได้ด้วยหูเมื่อมีการกระทบกัน ที่เรียกว่า ผัสสะ เป็นที่ให้เกิดเวทนา คือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นต่อเสียงที่ได้ยินว่าเป็นเช่น

^{๑๓} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๓/๓๒๒.

ไร ถ้าเสียงมีความไพเราะเสนาะหู ทำให้ความน่ารัก น่าปรารถนา ชักให้ใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนดขึ้นมา ที่เรียกว่า กามคุณ ที่เกิดเสียง ที่รับรู้ได้ด้วยหูซึ่งมีเป็นใหญ่ในรับรู้เสียง เมื่อกามคุณเกิดขึ้นมาเราต้องใช้อะไรสกัดละกามคุณของสิ่งเหล่านี้ ต้องอาศัยหลักในการปฏิบัติอินทรีย์สังวร คือ สำรวมระวังทางหูที่ได้ยินเสียงเมื่อมีการสำรวมกามคุณย่อมไม่เกิดขึ้น

(๒) ศิลสังวร^{๑๔} คือ สังวรสำรวมระวังในศิลปะในระดับของตนที่รักษาปฏิบัติอยู่ เช่น ศิล ๕ ศิล ๘ ศิล ๒๒๗ เป็นต้น ศิลเปรียบเทียบเหมือน หินศิลา มีคุณสมบัติ แข็งแน่นทนต่อสภาวะสิ่งแวดล้อม ล้อมดินฟ้าอากาศได้ดี มีความแข็งแกร่งทำลายได้ยาก บุคคลมีศิลปะใครจะมาพูดทำลายให้ทำผิวนั้นทำได้ยาก เช่น ศิลที่มีความหนักแน่นในตัวของเขา ด้วยศิลปะเอง ไม่มีใครมอบให้ ศิลเปรียบเทียบเหมือน ปกติ ความปกติ การไม่แสดงออกมาในรูปแบบ เช่น เมื่อได้ยินเสียงขึ้นมาเกิดความไม่พอใจ หรือการเกิดความพอใจในเสียงเหล่านั้น แต่ก็สามารถรักษาให้อยู่ในความปกติได้ ในพฤติกรรมที่ได้แสดงออก ไม่เป็นที่น่าเกลียดของผู้อื่น ที่มาประสบพบเห็นให้รู้ว่าผิวกายไปในส่วนร่างกายและวาจา เพราะเห็นการรักษาศิลปะเป็นสิ่งสำคัญในแนวทางที่ละความชั่วที่จะมาเกิดขึ้นทำลายคุณธรรมของ คุณผู้ปฏิบัติธรรมเอง เพื่อการพัฒนาตนเองให้สูงขึ้นเรื่อย ๆ สามารถที่จะปิดกามคุณที่เกิดจากเสียงได้ บันไดก้าวแรก และก้าวต่อไป ดังคำพระที่สรุปศิลปะว่า สีเลนะ สุคติ ยันติ สีเลนะ โภคะสัมปะทา สีเลนะ นิพพุตัง ยันติ ตัสมา สีลัง วิโสธเย คุณสมบัติของผู้มีศิลปะนั้น ส่งผลให้เกิดอานิสงส์มากมายหลายสถานไปสู่เป้าหมายที่ดี ทำให้เกิดมโหรีทรัพย์ ทำยที่สุดจนถึงความสงบเย็นสู่นิพพานล่องภัยจากวิภูฏสงสาร การได้อินทรีย์สังวร การสำรวมระวัง เสียง ที่รับรู้ได้ด้วยหูเป็นเรื่องที่สำคัญ

ในการละกามคุณที่เกิดจากเสียง ทำให้ความเร้าร้อน น่ารัก ชักให้ใคร่ ชักชวนใจ ให้เกิดความกำหนดของผู้ปฏิบัติเอง อินทรีย์สังวร การสำรวมระวังเสียงที่รับรู้ได้ด้วยหู ในขณะที่มีการสำรวมอินทรีย์สังวร ก็เหมือนกันกับการมีศิลปะแล้วเป็นเรื่องที่สำคัญ ถ้ามีอินทรีย์สังวร คือ สำรวมได้แล้ว เพราะการสำรวมหูได้นั้น การละกามคุณที่เกิดจากเสียงที่รู้ได้ด้วยหู ที่ทำให้เกิดความเร้าร้อน น่ารัก ชักให้ใคร่ ชักชวนใจ ให้เกิด ความกำหนด ก็ย่อมไม่เกิดขึ้น ในขณะที่ได้ยินเสียง ความยินดียินร้าย ความยึดมั่นในเสียงว่าเป็นตัวตนของเราย่อมไม่มี เปรียบเหมือนหยาดน้ำค้างที่อยู่บนใบบัว ย่อมไม่ติดบนใบบัว แม้ฉ่นใด การมีอินทรีย์สังวร คือ สำรวมเสียงเป็นต้น ย่อมไม่ติดในกามคุณแม้ฉ่นนั้น

๓.๑.๓ แนวทางการละกลืนที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร

แนวทางการละกลืนที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร หมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้องสัมผัสกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เป็นกลืน สิ้นความรู้สึกจากไปในการได้กลืน การไม่มีเยื่อใย การไม่เข้าเกี่ยวข้องกัน การไม่ฝักใฝ่ ไม่นิยมยินดีร้าย การได้กลืนไม่ยึดมั่นถือว่าเป็นตัวตนของเรา

^{๑๔} พุทธศาสนิกฯ, ตามรอยพระอรหันต์, พิมพ์ครั้งที่ ๘, หน้า ๑๘๓.

และเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า ไม่เห็นเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญหา เข้าไปรู้จักจริงเห็นแจ้งตามสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจริงว่า แนวทางการละกถีนเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของ กามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละกถีนที่เป็นอโคจรเพิ่มเติมดังต่อไปนี้

ขานปสาทรูป มีวจนัตถะว่า ขมายตีติ = ขานํ แปลความว่า รูปโดยย่อสุดตมกลีนได้ รูปนั้น ชื่อว่า ขาน ได้แก่ ขานปสาท วจนัตถะนี้ เป็นการแสดงโดยอ้อม เพราะขานปสาทไม่สามารถตมกลีนได้ ขานวิญญาณที่เกิดขึ้นโดยอาศัยขานปสาทต่างหากเป็นผู้สุดตมกลีนได้

อีกนัยหนึ่ง ขายนติ เอเตนาติ = ขานํ (วา) ขายีนุต เอเตนาติ = ขานํ แปลความว่า สัตว์ทั้งหลายย่อสุดตมกลีนด้วยรูปใด ฉะนั้น รูปที่เป็นเหตุแห่งการสุดตมกลีนของสัตว์ทั้งหลายชื่อว่า ขาน (หรือ) สัตว์ทั้งหลายพึงตมกลีนด้วยรูปนั้น ฉะนั้น รูปที่เป็นเหตุแห่งการตมกลีนของสัตว์ทั้งหลายจึงชื่อว่า ขาน วจนัตถะนี้ เป็นการแสดงโดยมุขยนัย (คือ นัยโดยตรง)

คันธารมณํ มีวจนัตถะว่า คนธยติ อตตโน วตถุ สุเจตีติ = คนโธ แปลความว่า รูปโดยย่อ แสดงให้ที่อยู่อาศัยของตนปรากฏ รูปนั้นชื่อว่า คันธะ^{๑๔}

กลิ่นรับรู้ด้วยจมูก เมื่อคันธารมณํมากระทบขานปสาทที่ดีทำให้เกิดขานวิญญาณ ทำให้ได้ กลิ่นที่เกิดขึ้น ถ้าไม่สำรวมระวังก็จะทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบในสิ่งนั้น ทำให้เกิดพอใจมีความสุข ปิติยินดี ปราโมทย์ ปราบปลื้มใจ เพราะมีความต้องการปรารถนาในกลิ่นนั้น บางครั้งไม่สามารถจะหักห้ามใจในความปรารถนาของตนเองได้ จึงได้แสดงพฤติกรรมความต้องการของตน ออกมาในรูปแบบต่าง ๆ แต่ถ้าไม่ชอบไม่ต้องการ ทำให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจ มีแต่ความเร่าร้อน โกรธ เคืองขึ้นมาทันที ถ้ามีความรู้เฉยไม่ยินดียินดีร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย ที่เป็นแบบนี้ก็เพราะมีความอยาก มีอยากเป็นของเราเอง ก็เพราะผัสสะ เมื่อจมูกโคจรไปรับรู้กลิ่น ทำให้เกิดเวทนาขึ้นมา นั้น มีเหตุตาม ปัจจัยปรุงแต่งขึ้นมา การกำหนดรู้รูปนาม เพื่อละกถีนที่อโคจร โดยยกหลักประเด็นดังกล่าวมาแสดง

การละกถีนที่เป็นกามคุณในการกำหนดรู้ขณะได้กลิ่น

กลิ่นเป็นที่รับรู้ด้วยจมูก เมื่อคันธารมณํมากระทบผู้มีขานปสาทที่ดีทำให้เกิดขานวิญญาณ ทำให้ได้กลิ่นที่เกิดขึ้น มีการประชุมรวมกัน ขานปสาท (อายตนะภายใน) คันธารมณํ (อายตนะ ภายนอก) และขานวิญญาณ (มนายตนะ) เมื่อมีผัสสะ ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบ ไม่ชอบในสิ่งนั้น สุข ทุกข์ หรือไม่สุขไม่ทุกข์ วิธีการกำหนดกลิ่น เมื่อได้กลิ่นก็ให้กำหนดว่า “ได้กลิ่น หอม” แต่ถ้าเกิดเวทนาขึ้นคือ รู้สึกว่าชอบในกลิ่นนั้นกำหนดว่า ชอบหอม ทำให้เกิดพอใจ “พอใจ

^{๑๔} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจาริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน หลักสูตรจุฬารัตนธรรมิกะตรี, หน้า ๘๔.

หนอ” ถ้าเกิดปิติ ขึ้นขมยินดีในกลิ่นนั้น “ปิติหนอ” “ ยินดีหนอ” ก็รู้สึกว่ามีความสุข “สุขหนอ” หรือ ถ้าไม่ชอบรู้สึกไม่พอใจ “ไม่พอใจหนอ” มีแต่ความเร่าร้อน โกรธเคืองขึ้นมาทันที “เร่าร้อนหนอ” “โกรธหนอ” “เคืองหนอ” เฉย ไม่ยินดียินร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย หมดอะไรตายอยากไปก็ว่าได้ “เฉยหนอ” “เศร้าหนอ” ที่เป็นแบบนี้ ก็เพราะความอยากมีอยากเป็นของเราเอง “อยากหนอ” ก็ เพราะมีผัสสะเป็นปัจจัยเวทนาจึงเกิด ก็เพราะมีเวทนาเป็นปัจจัยตัณหาจึงเกิด ก็เพราะมีตัณหาเป็น ปัจจัยอุปาทาน ฯลฯ จึงเกิด เหล่านั้นเป็นต้น

จะเห็นได้ว่าการเจริญสติกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นนั้น ต้องกำหนดรู้ให้ตรงสภาวะที่ เกิดขึ้นขณะปัจจุบันเท่านั้น เหมือนเป็นการบอกให้รู้ว่า ในขณะที่เกิดสภาวะอะไรเกิดขึ้น ต้องกำหนดรู้ ให้ตรงกับสภาวะที่เกิดขึ้น และสภาวะที่ดับไปจริง ๆ ในขณะที่กำหนดรู้นั้นต้องมีสติในการกำหนดอย่าง ต้องอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ในขณะที่กำหนดรู้ถือไว้ได้เป็นละกามคุณ ๕ มีกลิ่นเป็นต้น เมื่อนักปฏิบัติ ได้กำหนดรู้ไปเรื่อย ๆ อย่างมี อาตาศิ สัมปะชาน สติมา^{๑๖} แล้วปัญญาญาณก็จะเกิดตามลำดับต่อไป

๑) แนวการละกลิ่นที่เป็นกามคุณโดยการสังวร

(๑) อินทรีย์สังวร การสำรวม ระมัดระวังในเรื่องของอินทรีย์ มีความสำคัญกับเรา จะต้องเรียนรู้เรื่องนี้ เพราะได้กลิ่นอยู่เป็นชีวิตประจำวัน คือ การสำรวมระวังเป็นเรื่องที่เป็นอินทรีย์ ในขณะที่จมูกเป็นใหญ่สุดในการดมกลิ่น เช่น ขณะได้กลิ่น ไม่มีอะไรยิ่งใหญ่ และมีอิทธิพลในการรับรู้ กลิ่นที่เกิดขึ้นมา เท่ากับจมูกเลย เพราะขบวนการรับรู้กลิ่น เป็นการรับรู้ด้วยจมูก เมื่อคันธารมณ มา กระทบฆานปสาทมีความใสซัดที่ดี ทำให้เกิดฆานวิญญาณทำให้รับรู้กลิ่นที่เกิดขึ้นมา ต้องอาศัยกันจึง เกิดขึ้นได้ คันธารมณกับฆานปสาททำให้เกิดฆานวิญญาณ เมื่ออย่างใดขาดคุณสมบัติไป เช่น จมูก พิการเนื่องจากประสบอุบัติเหตุเกิดขึ้นมา การรับรู้กลิ่นก็ไม่สามารถทำได้ เพราะกลิ่นนั้นเกิดการรับรู้ ได้ด้วยจมูกเท่านั้น เมื่อได้มีการผัสสะทำให้เกิดความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ เรียกว่า เวทนา คือ รู้สึกที่ เกิด ขึ้นต่อกลิ่นที่รับรู้ได้ด้วยจมูก ได้มีการเปรียบเทียบไว้ว่า จมูกนั้นชอบสุดลมในอากาศ เหมือนกัน กับนก ชอบทะยานโฉบบินไปในอากาศ เช่นเดียวกันกับกลิ่นที่ได้รับรู้ได้ด้วยจมูกเท่านั้น ว่า ถ้ากลิ่นนั้นมีความหอมเย็นชื่นใจ เช่นเมื่อได้กลิ่นน้ำหอมแล้ว หรือได้ดมกลิ่นหญิงสาวสวยทำให้ความเย้ายวน น่ารัก น่าปรารถนา ชักให้ใคร ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัดขึ้นมาเรียกว่า กามคุณ คือ มีความต้องการจาก กลิ่นที่รับรู้ได้ด้วยจมูกซึ่งมีหน้าที่เป็นใหญ่ในการรับรู้การดมกลิ่น เมื่อกามคุณเกิดขึ้นมาเราต้องไขว่คว้า ไล่กามคุณของสิ่งเหล่านี้ ต้องอาศัยหลักการปฏิบัติ โดยสำรวมระวังจมูกที่ได้ดมกลิ่น

(๒) ศิลสังวร คือ สังวรสำรวมระวังในศีลในระดับของตนที่รักษาปฏิบัติอยู่ เช่น ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๒๒๗ เป็นต้น การปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่เกี่ยวกับเป็นข้อห้าม เกี่ยวข้องในรายละเอียดที่

^{๑๖} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๒๗๓.

ตนสมานาวิทวิไว้จะเป็น ศิล ๕ ศิล ๘ แต่ในส่วน ๒๗๗ ต้องมีสังกรรม^{๑๗} เข้าเกี่ยวข้องกับพระสงฆ์ด้วย แต่ก็ถือว่าต้องเป็นไปตามกฎเกณฑ์นั้น ได้มีการเปรียบเทียบ ศิลเปรียบเหมือนดอกไม้ที่มีกลิ่นมาก สามารถส่งกลิ่นหอมไปทั่ว ทำให้ผู้อยู่ใกล้สามารถดมกลิ่นได้ แต่สามารถส่งไปได้มีเขตจำกัดในทิศทางของลมที่พัดมา แต่ไปได้ตามกระแสลมที่พัดไปพาไปเท่านั้น ซึ่งมีความแตกต่างกันกับบุคคลที่รักษาศิลไว้ดีแล้ว ย่อมเป็นที่สรรเสริญ เคารพนับถือของผู้คน กลิ่นของผู้มีศิลนั้นฟุ้งไป โขยไปไกลหาประมาณมิได้

จะเห็นได้ว่า อินทรีย์สังวร การสำรวมระวังจุมกที่กลิ่นรับรู้ได้ด้วยจุมก ในขณะที่มีการสำรวมอินทรีย์สังวร ก็เหมือนกันกับการมีศิลสังวรแล้ว การมีอินทรีย์สังวร คือ สำรวมได้แล้ว เพราะการสำรวมจุมกได้ เป็นการละกามคุณที่เกิดจากกลิ่นที่รู้ได้ด้วยจุมก ที่ทำให้เกิดความเร้าร้อน น่ารัก ชักให้ใคร่ ชักชวนใจ ให้เกิด ความกำหนัด ก็ย่อมไม่เกิดขึ้น ในขณะที่จุมกที่ได้รับรู้กลิ่น ความยินดียินดี ร้าย ความยึดมั่นในกลิ่นว่าเป็นตัวตนของเราย่อมไม่มี เปรียบเหมือนหยาดน้ำค้างที่อยู่บนใบบัว ย่อมไม่ติดบนใบบัว แม้ฉันทใด การอินทรีย์สังวร คือ สำรวมจุมกเป็นต้น ย่อมไม่ติดในกามคุณแม้ฉันทนั้น

๓.๑.๔ แนวทางการละรสที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร

แนวทางการละรสที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร คือ การละความรู้สึกการโคจรจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมผัสกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เป็นรส ลื่นไปจากความรู้สึกในการได้ลิ้มรส การไม่มีเยื่อใย การไม่เข้าเกี่ยวข้องกัน การไม่ฝึกฝืน ไม่ยินดียินดีร้าย การได้ลิ้มรส ไม่ยึดมั่นถือว่าเป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า ไม่มีเห็นผิดเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญญาเข้าไปรู้จริง เห็นแจ้ง ตามแนวทางการละรสเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละรสที่เป็นอโคจรดังต่อไปนี้

ชีวหาปสาท เหตุให้อายุยืน ดังวจนัตถะว่า ชีวิต อวหายตีติ = ชิวหา แปลความว่า รูปใดมีสภาพคล้ายกับเรียกรส ซึ่งเป็นเหตุให้อายุยืน รูปนั้นชื่อว่า ชิวหา

คำว่า ชิวหา นี้แยกศัพท์ได้เป็น ๒ ศัพท์ คือ ชีวิต + อวหา = ชิวหา

คำว่า ชีวิต แปลว่า อายุ แต่ในที่นี้แปลว่า รส เพราะอายุจะตั้งอยู่ได้นั้น ต้องอาศัยรสเปรี้ยว หวาน เผ็ด เค็ม ที่ได้จากการกินอาหารต่าง ๆ เป็นต้น อายุ จึงตั้งอยู่ได้นาน ด้วยเหตุนี้จึงยกเอาคำว่า ชีวิต เป็นชื่อของอายุ เพราะเป็นผลของรสนั้นขึ้นตั้งไว้ โดยอาศัยเหตุ คือ รส แล้วเรียกรสต่าง ๆ นั้นว่าชีวิต ซึ่งเป็นการเรียกโดยอ้อม

^{๑๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ผลิติมม์, ๒๕๕๖), หน้าที่ ๓๗๒.

คำว่า อวหา แปลว่า เรียก มารวมกับคำว่า ชีวิตแล้ว หมายถึง เรียกรสต่าง ๆ นั้นเอง เพราะธรรมชาติชีวหาปสาทย่อมจมอยู่ในรสชาติต่าง ๆ อันเป็นที่พอใจของชีวหาวิญญานให้มาสู่ตน เมื่อรวมบทว่า ชีวิต กับ อวหา เข้าด้วยกันก็เป็น ชิวหา

รสารมณฺ์ มีวจนัตถะว่า รสียติ อสสาทียตีติ = รโส ๒ แปลความว่า รูปใด ชิวหาวิญญาน ยินดีพอใจ ฉะนั้น รูปที่พอใจของชีวหาวิญญานนั้น ชื่อว่า รสะ^{๑๘}

รสเป็นที่รับรู้ด้วยลิ้น เมื่อรสารมณฺ์มากระทบกับชีวหาปสาทที่ดี ทำให้เกิด ชิวหาวิญญาน ทำให้ได้รสที่เกิดขึ้น ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบในสิ่งนั้น ทำให้เกิดปรามโหทัย ปราบปลื้มใจ เหมือนน้ำตาจะไหลซึมออกมาเสียให้ได้ เพราะมีความต้องการปรารถนาารสนั้นสูง ไม่สามารถจะหักห้ามใจในความปรารถนาของตนเองได้ จึงได้แสดงพฤติกรรมความต้องการของตนออกมาในรูปแบบต่าง ๆ แต่ถ้าไม่ชอบ ไม่ต้องการ ทำให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจมีแต่ความเร่าร้อนโกรธเคืองขึ้นมาทันที ฉะย ไมยินดียินร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย หมดอะไรตายอยากไปก็ว่าได้ ที่เป็นแบบนี้ก็เพราะความอยากมีอยากเป็นของเราเอง ก็เพราะผัสสะ เมื่อลิ้นโคจรไปรับรู้รส ทำให้เวทนาเกิดขึ้นมานั้น ตามเหตุตามปัจจัยปรุงแต่งขึ้นมา การกำหนดรู้รูป นาม เพื่อละรสกามที่เป็นอโคจรนั้น

การละรสที่เป็นกามคุณในการกำหนดรู้ขณะได้ลิ้มรส

รสเป็นที่รับรู้ด้วยลิ้น เมื่อรสารมณฺ์มากระทบผู้มีชีวหาปสาทที่ดีทำให้เกิดชีวหาวิญญาน ทำให้รู้รสที่เกิดขึ้นต้องขบวนการรวมกัน ชิวหาปสาทรูป (อายตนะภายใน) รสารมณฺ์ (อายตนะภายนอก) และชีวหาวิญญาน (มนายตนะ) เมื่อมีผัสสะ แต่ถ้าเกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบไม่ชอบในสิ่งนั้น สุข ทุกข์ หรือ ไม่สุขไม่ทุกข์ ดังที่กล่าวมาบ้าง วิธีการกำหนดรส ขณะได้ลิ้มรสรู้สึกว่าเป็นเปรี้ยว หวาน-มัน-เค็ม-ขม แม้จะรู้ว่ารสเป็นอย่างไร ก็ให้กำหนดว่า “รสหนอ” หรือ “รู้หนอ” ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบในสิ่งนั้น กำหนดว่า “ชอบหนอ” ทำให้เกิดพอใจมีความสุข “สุขหนอ” ถ้าเกิดปัตติยินดี ขึ้นชมยินดีในเสียงนั้น “ปัตติหนอ” “ยินดีหนอ” ก็รู้สึกว่ามีความสุข “สุขหนอ” หรือถ้าไม่ชอบรู้สึกไม่พอใจ “ไม่พอใจหนอ” มีแต่ความเร่าร้อน โกรธเคืองขึ้นมาทันที “เร่าร้อนหนอ” “โกรธหนอ” “เคืองหนอ” ฉะยไมยินดี ยินร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย ก็ให้กำหนดว่า “เฉยหนอ” “เศร้าหนอ” ที่เป็นแบบนี้ ก็เพราะความอยากมีอยากเป็นของเราเอง “อยากหนอ” ไปตามหลักปฏิจจสมุบาท ก็เพราะมีผัสสะเป็นปัจจัยเวทนาจึงเกิด ก็เพราะมีเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงเกิด ก็เพราะมีตัณหาเป็นปัจจัยอุปาทาน ฯลฯ จึงเกิด เหล่านั้นเป็นต้น

^{๑๘} พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน หลักสูตรพุทธอาภิธรรมิกะตรี, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ที่ หจก ทิพย์วิสุทธ์ ๒๕๕๘), หน้า ๘๓.

จะเห็นได้ว่าการเจริญสติกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นนั้น ต้องกำหนดรู้ให้ตรงไป ตรงมา สภาวะที่เกิดขึ้นขณะปัจจุบันเท่านั้น เหมือนเป็นการบอกให้รู้ว่า ในขณะที่เกิดสภาวะอะไรเกิดขึ้น ต้อง กำหนดรู้ให้ตรงกับสภาวะที่เกิดขึ้น และสภาวะนั้นมีความเกิดดับ ตลอดเวลา ในขณะที่กำหนดรู้ นั้นต้องมีสติ ความเพียรในการกำหนดอย่างถูกต้อง อย่างต่อเนื่องไม่ขาดสาย ในขณะที่กำหนดรู้ ถือว่าได้เป็นการละกามคุณ ๕ มีรสเป็นต้น เมื่อนักปฏิบัติได้กำหนดรู้ไปเรื่อย ๆ อย่างมี อาตาศิว สัมปชาโน สติมา แล้วปัญญาญาณ ก็เกิดขึ้นตามลำดับต่อไป

๑) แนวทางการละรสที่เป็นกามคุณโดยอินทรีย์สังวร

(๑) อินทรีย์สังวร คือ การสำรวม ป้องกันระมัดระวังในรส ซึ่งมีความสำคัญกับผู้ปฏิบัติธรรม ควรใส่ใจในเรื่องนี้ เราจะต้องเรียนรู้เรื่องนี้ การดำรงชีวิตที่จะต้องมีการเกี่ยวข้องกับรส ทุกวันก็ว่าได้ มีการเปรียบเทียบไว้ว่า ชิวหานั้น ชอบลิ้มรสนั้นไปทั่ว เหมือนกันกับสุนัขบ้าน ชอบลิ้มรสอาหาร ชอบหรือไม่ชอบในสิ่งที่ตนเองต้องการ รสใดที่รับรู้ได้ด้วยชิวหานั้น ว่าเป็นเช่นไร ถ้าได้รับรสอาหารนั้น ว่ามีความเอร็ดอร่อย ก็รู้สึกพอใจในรสอาหารเหล่านั้น บางครั้งยอมนั่งเครื่องบินไปเพื่อต้อง ต้องรสอาหาร ชักชวนใจให้เกิดความต้องการแบบนั้นอีก ที่เรียกว่า กามคุณ เมื่อกามคุณเกิดขึ้นมา เรา ต้องใช้อะไรละกามคุณของสิ่งเหล่านี้ ต้องอาศัยหลักการปฏิบัติ เอาหลักธรรมที่ทำให้การละกามคุณ อินทรีย์สังวร คือ สังวรสำรวมอินทรีย์ ระวังทางชิวหา (ลิ้น) ที่ได้ลิ้มรส ดังกล่าวต่อไปนี้

(๒) ศีลสังวร^{๑๙} คือ การสำรวมระวังในศีล ในระดับของตนที่รักษาปฏิบัติอยู่ เช่น ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๒๒๗ ปาริสุทธิศีล ๔ เป็นต้น การปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่เกี่ยวกับเป็นข้อห้าม เกี่ยวข้องใน รายละเอียด ที่ตนสมทานหรือการวิริตีไว้ จะเป็นศีล ๕ ศีล ๘ แต่ในส่วนของศีล ๒๒๗ แต่ก็ถือว่าต้อง เป็นไปตามกฎเกณฑ์ส่วนนั้น แต่เมื่อบุคคลที่รักษาศีลไว้ดีแล้ว ย่อมเป็นที่สรรเสริญเคารพนับถือของผู้คน กลิ่นของผู้มีศีลนั้นย่อมฟุ้งไปทวนกระแสน้ำได้ การรักษาศีลเป็นสิ่งที่จำเป็น ของนักปฏิบัติธรรม เพราะเมื่อมีการสำรวมในศีลก็สามารถละกามคุณ ๕

จะเห็นได้ว่า อินทรีย์สังวร การสำรวมระมัดระวังชิวหา ในขณะที่มีการสำรวมอินทรีย์สังวร ก็เหมือนกับ การมีศีลสังวรแล้ว รสต่างๆรับรู้ได้ด้วยชิวหา (ลิ้น) เป็นเรื่องที่สำคัญถ้ามีการอินทรีย์สังวร คือสำรวมได้แล้ว เพราะการสำรวมชิวหาได้ การละกามคุณที่เกิดจากรส ที่ลิ้มรสได้ด้วยชิวหา ที่ทำให้เกิดความเร่าร้อน น่ารัก ชักให้ใคร่ ชักชวนใจ ให้เกิดความกำหนัดก็ย่อมไม่เกิดขึ้น ความยินดี ยินร้าย ความยึดมั่น ในรส ว่าเป็นตัวตนของเราย่อมไม่มี เปรียบเหมือน ดอกบัวย่อมเกิดจากโคลนตม แต่ไม่ติด โคลนตมฉันใด การอินทรีย์สังวรคือ สำรวมรสเป็นต้น ย่อมไม่ติดในกามคุณแม้จะนั้น

^{๑๙} พุทธทาสภิกขุ, ตามรอยพระอรหันต์, หน้าที่ ๑๘๓.

๓.๑.๕ แนวทางการละโงฐัพพะที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร

แนวทางการละโงฐัพพะที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร หมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้อง สัมผัสกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เป็นโงฐัพพะ ลื่นไปจากความรู้สึก ในการสัมผัส การไม่มีเยื่อใย การไม่เข้าเกี่ยวข้องกัน ไมยนต์ยินดีร้าย การได้สัมผัสทางกาย ไม่ยึดมั่นถือว่าเป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมีสัมมาทิวฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า แนวทางการละโงฐัพพะ เป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โงฐัพพะ) แนวทางการละโงฐัพพะ กามคุณที่เป็นอโคจรดังต่อไปนี้

กายประสาท มีวจนัตถะว่า กุจฉิตานัน เกสาทินัน ปาปธมมานนญ อาโย อุปปตติฏฐานนติ = กายโย แปลความว่า รูปใดเป็นที่ประชุมแห่งส่วนต่าง ๆ มีผม เป็นต้น และเป็นที่ประชุมแห่งกุศลธรรม รูปนั้น ชื่อว่า กาย หมายถึง ร่างกายทั้งหมด

โงฐัพพารมณฺ์ ดังวจนัตถะว่า ผุสิตพพนนติ = โงฐัพพํ แปลความว่า รูปใด กายปสาทพิง ถูกต้องสัมผัสได้ ฉะนั้น รูปนั้น ชื่อว่า โงฐัพพะ^{๒๐}

โงฐัพพะเป็นที่รับรู้ด้วยกาย โงฐัพพารมณฺ์มากระทบกายปสาทที่ดีทำให้เกิดกายวิญญาน ทำให้ได้สัมผัสกายเกิดขึ้น ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบในสิ่งนั้น ทำให้เกิดปราโมทย์ ปราบปลื้มใจ เพราะมีความต้องการปรารถนา จึงไม่สามารถจะหักห้ามใจในความปรารถนาของตนเองได้ จึงได้แสดงพฤติกรรมความต้องการของตนออกมาในรูปแบบต่าง ๆ แต่ถ้าไม่ชอบ ไม่ต้องการ ทำให้เกิดความรู้สึกไม่พอใจ มีแต่ความเร่าร้อน โกรธเคืองขึ้นมาทันที ฉะนี้ ไมยนต์ยินดีร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย หมดอะไรตายอยากไปก็ว่าได้ ที่เป็นแบบนี้ ก็เพราะความอยากมี อยากเป็นของเราเอง ก็เพราะผัสสะ เมื่อกายโคจรไปรับรู้โงฐัพพะทำให้ เวทนาเกิดขึ้นมานั้น ตามเหตุตามปัจจัยปรุงแต่งขึ้นมา การกำหนดรูรูปร่างนาม ตามสภาวะตามความเป็นจริง มีการเกิดขึ้นมา มีการเปลี่ยนแปลงไปตามเหตุปัจจัย และแตกสลายในที่สุดหาความเป็นตัวตนของเราไม่ได้ เพื่อละโงฐัพพะกามที่อโคจรนั้น

การละโงฐัพพะที่เป็นกามคุณในการกำหนดรู้ขณะได้สัมผัส

โงฐัพพะเป็นที่รับรู้ด้วยกาย^{๒๑} เมื่อโงฐัพพารมณฺ์มากระทบผู้มีกายปสาทที่ดีทำให้เกิดกายวิญญานที่เกิดขึ้นมาต้องมีขบวนการรวมกัน กายปสาทรูป (อายตนะภายใน) รูปารมณฺ์ (อายตนะภายนอก) และกายวิญญาน (มนายตนะ) เมื่อมีผัสสะ ต่อจากนั้นทำให้เกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบไม่ชอบในสิ่งนั้น สุข ทุกข์ หรือ ไม่สุข ไม่ทุกข์ ดังที่กล่าวมาบ้าง วิธีการกำหนดโงฐัพพะ เมื่อสัมผัสสว่าเย็น ร้อน อ่อน แข็ง นิ่ม ก็ให้กำหนดว่า “เย็นหนอ” “ร้อนหนอ” “อ่อนหนอ”

^{๒๐} พระสังฆราชโฆสิตกะ ธัมมาจริยะ, ปรมัตถโฆสิตกะ ปริเลหที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพานหลักสูตรจูป อภิธรรมมิกะตรี, หน้า ๘๔.

^{๒๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๒๗/๒๑๗-๒๑๘.

“แข็งหนอ” “นิ่มหนอ” ถ้าเกิดเวทนา คือ รู้สึกว่าชอบในสิ่งนั้น กำหนดว่า “ชอบหนอ” ทำให้เกิดพอใจมีความสุข “สุขหนอ” ถ้าเกิดปิตินคติ ซึ่งขมยินดีในเสียงนั้น “ปิตินหนอ” “ยินดีหนอ” ก็รู้สึกว่ามีความสุข “สุขหนอ” หรือถ้าไม่ชอบรู้สึกไม่พอใจ “ไม่พอใจหนอ” มีแต่ความเร่าร้อนโกรธเคืองขึ้นมาทันที “เร่าร้อนหนอ” “โกรธหนอ” “เคืองหนอ” เฉย ไม่ยินดียินร้าย มีแต่ความเศร้าสร้อย หมดอะไรตายอยากไปก็ว่าได้ “เฉยหนอ” “เศร้าหนอ” ที่เป็นแบบนี้ ก็เพราะความอยากมีอยากเป็นของเราเอง “อยากหนอ” ไปตาม ก็เพราะมีผัสสะเป็นปัจจัย เวทนาจึงเกิด ก็เพราะมีเวทนาเป็นปัจจัย ตัณหาจึงเกิด ก็เพราะมีตัณหาเป็นปัจจัย อุปาทาน ฯลฯ จึงเกิด เหล่านี้เป็นต้น

จะเห็นได้ว่าการเจริญสติเพื่อไปกำหนดรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นนั้น ต้องกำหนดรู้ให้ตรง สภาวะที่เกิดจากการสัมผัสที่เกิดขึ้นขณะปัจจุบันเท่านั้น เหมือนเป็นการบอกให้รู้ว่า ในขณะนี้เกิด สภาวะอะไรเกิดขึ้นจากการสัมผัสนั้น ต้องกำหนดรู้ให้ตรงกับสภาวะสัมผัสที่เกิดขึ้น และสภาวะที่ดับไปจริง ๆ ในขณะกำหนดรู้นั้นต้องมีสติในการกำหนดรู้อย่างถูกต้องต่อเนื่องไม่ขาดสาย ในขณะกำหนดรู้ นั้นถือว่าได้เป็นการละกามคุณ ๕ มีเป็นต้น เมื่อนักปฏิบัติได้กำหนดรู้ไปเรื่อย ๆ อย่างมี อาตาศิปิ สัมปะชานโน สติมา แล้วปัญญาญาณ ก็จะเห็นความเกิดดับ ในโณฏฐัพพะตามลำดับต่อไป

การละโณฏฐัพพะที่เป็นกามคุณโดยอินทรีย์สังวร

(๑) อินทรีย์สังวร การสำรวม ระมัดระวัง ในเรื่องของอินทรีย์ มีความจำเป็นสำคัญกับเรา จะต้องเรียนรู้เรื่องนี้ เพราะประสบพบเห็นอยู่เป็นประจำในชีวิต คือ การสำรวมสังวรเป็นเรื่อง กายอินทรีย์ ที่กล่าวในขณะนี้กายเป็นใหญ่สุด ในการรับรู้โณฏฐัพพะ (สัมผัส) ขณะได้สัมผัสไม่มีอะไรยิ่งใหญ่ และมีอิทธิพลในรับรู้โณฏฐัพพะที่เกิดขึ้นเท่ากับกายเลย เพราะขบวนการรับรู้โณฏฐัพพะเป็นที่รับรู้ด้วยกาย เมื่อโณฏฐัพพะกระทบมากระทบกายปสาท มีความใสชัดที่ดีทำให้เกิดกายวิญญาณ ทำให้รับรู้โณฏฐัพพะเกิดขึ้นอันอาศัยกันจึงเกิดขึ้นได้ คือ โณฏฐัพพะกระทบกับกายปสาท ทำให้เกิดกายวิญญาณ เมื่ออย่างใดอย่างหนึ่งขาดคุณสมบัติไป เช่น กายปสาทพิการเนื่องจากประสบอุบัติเหตุเกิดขึ้นมา การรับรู้ก็ไม่สามารถทำได้ เพราะโณฏฐัพพะนั้นเกิดการรับรู้ได้ด้วยกายเท่านั้น เมื่อได้มีผัสสะเกิดความรู้สึก ชอบหรือไม่ชอบเรียกว่า เวทนา คือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นต่อโณฏฐัพพะที่รับรู้ได้ด้วยกายได้มีการเปรียบเทียบไว้ว่า กายนั้นชอบการสัมผัสเพื่อให้ได้มาซึ่งให้ความอบอุ่น ส่วนสุนัขจึงจอกนั้น ชอบกินศพในป่าช้า เพื่อต้องการอาหารและความอบอุ่นเช่นกันกายที่รับรู้การสัมผัสได้ให้ความรู้สึกสบาย รู้สึกพึงพอใจในที่นอนผืนนั้นหรือการสัมผัสร่างกายหญิงสาว ผู้มีร่างกายสวยสดงดงามเปล่งปลั่งทำให้เกิดความพึงปรารถนาเป็นอย่างยิ่งรู้สึกมีความสุข โสมนัสใจเป็นอย่างยิ่ง ได้ชื่อว่า เป็นกามคุณ การสำรวม การระมัดระวังในการสัมผัส มีสติกำหนดรู้ตามสภาพความเป็นจริงในขณะที่สัมผัสอยู่ เพราะมีสติในการกำหนดรู้ในอินทรีย์สังวรตลอด กามคุณย่อมไม่เกิดขึ้น

(๒) ศิลสังวร คือ สังวรสารวม ระวังในศีล ในระดับของตนที่รักษาปฏิบัติอยู่ เช่น ศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๒๒๗ เป็นต้น การปฏิบัติตามกฎเกณฑ์ที่เกี่ยวกับเป็นข้อห้าม เกี่ยวข้องในรายละเอียด ที่ตนสมารถ หรือวิริตีไว้ จะเป็น ศีล ๕ ศีล ๘ แต่ในส่วนสังฆกรรมเข้าเกี่ยวข้องด้วย แต่ก็ถือว่าต้องไป ตามกฎเกณฑ์นั้น ส่วนนั้นได้มีการเปรียบเทียบ เพื่อให้เกิดมากประการด้วย ศิลเปรียบเทียบ ดอกไม้ ที่กลิ่นมาก สามารถส่งกลิ่นหอมไปทั่ว ทำให้ผู้อยู่ใกล้ดมกลิ่นได้ แต่สามารถส่งไปได้มีเขตจำกัดใน ทิศทางของลมที่พัดมา แต่ไปได้ตามกระแสลมที่พัดมาพัดไปเท่านั้น ซึ่งมีความแตกต่างกันกับบุคคลที่ รักษาศีลเว้นดีแล้ว ย่อมเป็นที่สรรเสริญ เคารพนับถือของผู้คน กลิ่นของผู้มีศีลนั้นฟุ้งไปไชยไปไกล สุด ประมาณาหาไม่มีได้

จะเห็นได้ว่า อินทรีย์สังวร การสำรวมระวังกาย ในขณะที่มีการสำรวมอินทรีย์สังวร ก็ เหมือนกับการสำรวมศีลสังวรแล้ว ที่โงฐัพพะรับรู้ได้ด้วยกาย ในขณะที่มีการสำรวมอินทรีย์สังวร ก็ เหมือนกับ ศิลสังวรแล้ว เป็นเรื่องที่สำคัญถ้ามีอินทรีย์สังวร คือ สำรวมได้แล้ว เพราะการสำรวมกายได้ การละกามคุณที่เกิดจากโงฐัพพะที่รับรู้ได้ด้วยกาย ที่ทำให้เกิดความเร่าร้อน น่ารัก ชักให้ใคร่ ชักชวนใจ ให้เกิด ความกำหนัด ก็ย่อมไม่เกิดขึ้น ในขณะที่กายที่ได้รับรู้โงฐัพพะ ความยินดียินร้าย ความยึดมั่นใน โงฐัพพะว่าเป็นตัวตนของเราย่อมไม่มี เปรียบหยาดน้ำค้างที่อยู่บนใบบัว ย่อมไม่ติดบนใบบัว แม้ฉ่น ใด การอินทรีย์สังวร คือ สำรวมเป็นต้น ย่อมไม่ติดในกามคุณแม้ฉ่นนั้น

๓.๒ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่เป็นโคจรในสกุณคมิสูตร

แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามสติปัฏฐาน ๔ ที่เป็นโคจรในสกุณคมิสูตร พระสูตร ที่ว่าด้วยนกเหยี่ยว^{๒๒} พระพุทธองค์ได้ทรงปรารภแก่ภิกษุทั้งหลาย (ผู้เห็นภัยแห่งวิภูฏสงสาร) ว่าการ เที้ยวไปในแดนอื่น ที่ไม่ใช่ที่อยู่ตนที่อาศัยของตน ซึ่งตนนั้นไม่ได้คุ้นเคยเลย แต่ความต้องการจะไปใน แดนอื่น นกมูลไถ จึงถูกนกเหยี่ยวจับได้ แดนอื่นในที่นี้ คือ แดนอโคจร หมายถึง กามคุณ ๕ รูป เสียง กลิ่น รส โงฐัพพะจึงถูกมารจับได้ คือ ความปรารถนา น่ารัก น่าใคร่ ชักชวนใจให้ความกำหนัด ในกาม คุณ ๕ และพระพุทธองค์ทรงปรารภอีกต่อไปว่า การที่จะปลอดภัยจากนกเหยี่ยว คือ กามคุณ ที่อ โคจร ก็ต้องอยู่แดนที่โคจร แดนที่คุ้นเคยที่สามารถรักษาตนเองได้ คือ การปฏิบัติตามสติปัฏฐาน ๔ เป็นแดนโคจร ดังจะกล่าวตามลำดับต่อไป

^{๒๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๓๒/๒๑๗-๒๑๘.

๓.๒.๑ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากายานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร

พระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายว่า เธอจงเที่ยวไปในแดนโคจร ได้แก่ พิจารณาเห็น กายในกายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้^{๒๓} ในส่วนของ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นฐานกาย เป็นการพิจารณาในส่วนกายเป็นรูปนั้น มีการประชุมการ ไม่ใช่ตัวตนเราเขา ความไม่ไปยึดมั่นในตัวตนเราเขา มีได้ด้วยกัน ๑๔ หมวด โดยเอาหลักธรรม อาตาปี สัมปชัญญะ สติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ โดยจะยกตัวอย่างเป็นข้อเพื่อเป็นแนวทางการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในลำดับสืบต่อไป

๑. หมวดอานาปานสติ คือ การมีสติกำหนดลมหายใจเข้า-ออก
๒. หมวดอิริยาบถ คือ การกำหนดรู้อิริยาบถ ๔
๓. หมวดสัมปชัญญะ คือ การกำหนดรู้การเคลื่อนไหวทางร่างกาย
๔. หมวดมนสิการปฏิกุศล คือ การพิจารณาเห็นกาย เป็นของปฏิกุศล ความไม่สะอาด
๕. หมวดมนสิการธาตุ คือ การพิจารณาเห็นกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่โดยความเป็นธาตุ
๖. หมวดนวิสวทิกา ๙ คือ การพิจารณาเห็นว่าร่างกายเปรียบเหมือนซากศพ

๑. มีความเพียร

มีความเพียร (อาตาปี) ในสกุณคัมภีร์^{๒๔} หมายถึง ความเพียรพยายามในการมุ่งมั่น อย่าง ต่อเนื่อง ไม่หวั่นไหวต่อปัญหาอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น ไม่ยอมจะสละทิ้งกับสิ่งเหล่านั้น เพียรพยายามให้ ถึงเป้าหมายนั้น เปรียบเหมือนบุคคลต้องการไฟ ต้องสีไม้อย่างต่อเนื่องเพื่อให้เกิดไฟขึ้นมา แต่ความ เพียรในสกุณคัมภีร์ ที่เป็นการปรารภความเพียรในการการพิจารณา กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความ ตั้งใจในการฝึกปฏิบัติขัดเขลาภิเลส ไม่ทำตามกิเลสที่เกิดขึ้น เนื่องจากกายนั้นเป็นเหตุทำให้เกิด เพื่อ ป้องกัน ไม่ให้อกุศลกรรมนั้นเกิดขึ้นมา และเพียรพยายามละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรเพื่อทำกุศลให้ เกิดขึ้น เพื่อเจริญกุศลกรรมยิ่ง ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ได้กล่าวถึง ปรารภความเพียรประคอง จิตมุ่งมั่น เพื่อเข้าถึง การเข้าไปเกี่ยวข้อง เพื่อให้สำเร็จกิจทั้ง ๔ ประการ ของความเพียรนั้น

การพิจารณา กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีความเพียรในการเผาภิเลส มีประธาน ๔ ประการ คือ

๑. สังวรประธาน (เพียรระวังมีฉันทะ) พยายามปรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อ จะป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น

^{๒๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๒๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙ /๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

๒. ปทานปธาน (เพียรละ) เป็นอย่างไร สร้างฉันทะพยายาม พรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๓. ภาวนาปธาน (เพียรเจริญ) เป็นอย่างไร สร้างฉันทะ พยายาม พรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๔. อนุรักษนาปธาน (เพียรรักษา) เป็นอย่างไร สร้างฉันทะ พยายาม พรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ไม่เลือนหาย ภัยโยธยาไฟพายุภัย เจริญเต็มที่แห่งกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว^{๒๕}

การพรารภความเพียร พยายามในการมุ่งมั่นอย่างต่อเนื่อง ไม่หวั่นไหวต่อปัญหาอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น ก็จะไม่สลัดละทิ้งกับสิ่งเหล่านั้น เพียรพยายามอย่างต่อเนื่อง ในส่วนของกายานุสนาสติ ปฏฐฐาน ต้องกระทำอย่างต่อเนื่อง ไม่ขาดสายในการเพียรต่อไป

มีความเพียรในหมวดมนสิการปฏิกุศล คือการพิจารณาเห็นกายเป็นของปฏิกุศล

มีความเพียรในหมวดมนสิการปฏิกุศล^{๒๖} คือ การพิจารณาเห็นกายเป็นของปฏิกุศล การพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่ พิจารณาเห็นกายภายในภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นกายภายในทั้งภายในและภายนอกอยู่ แต่พื้นเท้าขึ้นไปในเบื้องบนแต่ปลายผมลงมาในเบื้องต่ำ มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ ว่า ในกายนี้ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนังเนื้อ เอ็น กระดูกเยื่อในกระดูก ไต หัวใจ ดับ พังผืด ม้าม ปอด ไส้ใหญ่ ไส้เล็ก อาหารใหม่ อาหารเก่าดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เพลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูล

ความเพียร (อาตาศี) คือ การพรารภความเพียรทางใจ ในการพิจารณาเห็นอยู่เนื่อง ๆ ในกายภายใน กายภายนอก ๆ ที่เป็นแดนโคจรของจิต โดยมีความเพียร ๔ ประการ ดังที่กล่าวแล้ว เห็นความไม่สะอาดทั้งร่างกายตนและผู้อื่น มี เกสา (ผม) โลมา (ขน) นขา (เล็บ) ทันตา (ฟัน) ตโจ (หนัง) เป็นต้น มีแต่ความไม่สะอาดเท่านั้น ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไปในเบื้องบน แต่ปลายผมลงมาในเบื้องต่ำ โดยเข้าไปใส่ใจตั้งอยู่ เข้าไปเกี่ยวข้องอยู่ การประครองจิต การพรารภความเพียรอย่างนี้ ได้ชื่อว่า อาตาศี

๒. มีสัมปชัญญะ

สัมปชัญญะในสกุณคคิสุตตร^{๒๗} หมายถึง ความรู้สึกตัวทั่วพร้อมกิริยาที่รู้ชัดขณะทำให้อยู่ ความรู้ชัด ความไม่หลงในสิ่งที่ทำขณะนั้น มีอยู่ ๔ ประการ

^{๒๕} วจ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๖๙/๑๑๓.

^{๒๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๗/๓๐๖.

^{๒๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

๑) สาตถกสัมปชัญญะ การกำหนดว่า อารมณ์ที่พิจารณานี้เป็นประโยชน์หรือไม่ เห็นไตรลักษณ์ได้หรือไม่ สาตถกสัมปชัญญะ คือ ปัญญาที่รู้ถึงประโยชน์ของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ว่าเป็นวิธีการฝึกจิตเพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย คือ พระนิพพาน แล้วจากนั้น เริ่มเจริญสติปัฏฐาน หรือเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ที่เป็นหนทางเดียวในการพ้นจากทุกขอรียสัจ และเข้าถึงความสุขสูงสุดของพระพุทธศาสนา

๒) โคจรสัมปชัญญะ การกำหนดว่า อารมณ์ที่พิจารณานี้ปรากฏในปัจจุบัน เกิดขึ้นเองหรือได้นึกคิดปรุงแต่งสร้างขึ้น เห็นปัจจุบันหรือไม่ การกำหนดเจริญสติตามการรับรู้ หรืออารมณ์ของจิตที่เกิดขึ้นได้ทันปัจจุบันจากอารมณ์หนึ่ง ไปอีกอารมณ์หนึ่ง ได้อย่างต่อเนื่องตลอดเวลาที่เจริญกัมมัฏฐานในอิริยาบถย่อย เดินจงกรม และนั่งสมาธิ โดยไม่ได้เกิดความคิดปรุงแต่ง หรือพิจารณาด้วยความคิด

๓) สปัายสัมปชัญญะ การกำหนดว่า อารมณ์ที่พิจารณานี้เป็นที่สบายแก่จิต แก่จริตหรือไม่ เป็นการพยายามควบคุมการกำหนดสติ จดจ่อเกินไป เคร่งเครียด หรือปล่อยรูดสบายตามธรรมชาติ สปัายะสัมปชัญญะเป็นเพียงการมีสติระลึกรู้อารมณ์ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยไม่เพ่ง จีบบังคับ กตอารมณ์ใด ๆ ที่เกิดขึ้น เพียงแต่เจริญสติกำหนดได้ต่อเนื่องเท่าทันตามจิต ที่ไปรับอารมณ์อย่างเป็นธรรมชาติ

๔) อสัสมโหสัมปชัญญะ การกำหนดว่า อารมณ์ที่พิจารณานี้เป็นสมมติบัญญัติ หรือเป็นปรมาตถ์ เห็นรูปนามหรือไม่ อสัสมโหสัมปชัญญะเป็นปัญญาที่เจริญสติระลึกรู้ได้ทันอารมณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ผลอ มีน นิ่ง หรือคิดฟุ้งซ่าน ด้วยอารมณ์โหมเห เพียงเจริญสติให้ทันปัจจุบันขณะ^{๒๘}

นักปฏิบัติผู้รู้สภาวะธรรมอย่างนี้ ย่อมจะเข้าใจว่าไม่มีตัวเรา ของเรา ซึ่งเป็นผู้เดิน มีเพียงจิตที่สั่งงานและแบ่งกลุ่มรูปที่เคลื่อนไหวจากระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่งมีสภาพไม่เที่ยงแท้ เพราะเกิดขึ้นแล้วดับไป เป็นทุกข์เพราะถูกบีบคั้นด้วยความเกิดดับ และไม่ใช่ว่าตัวตนที่ผู้ใดจะบังคับบัญชาได้ เขาย่อมเพิกถอนความเห็นผิดว่า เป็นเขา เป็นเรา เป็นหญิง เป็นชาย เป็นสัตว์ เป็นบุคคล และละความยึดมั่นในตัวตน^{๒๙}

^{๒๘} พระพรหมคณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๖), หน้า ๔๓๔.

^{๒๙} พระมานะ จิตสีโล (ประพฤติธรรม), **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), หน้าบทคัดย่อ.

มีสัมปชัญญะในหมวดสัมปชัญญะ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม

มีสัมปชัญญะในหมวดสัมปชัญญะ^{๓๐} หมายถึง ทำความรู้สึกตัวในการทำงาน หรือทำกิจกรรมอันใด ก็ให้ทำความรู้สึกในขณะที่ทำกับสิ่งเหล่านั้น ภิกษุทำความรู้สึกตัวในการก้าวไป, การถอยกลับ, ทำความรู้สึกตัวในการแลดู, การเหลียวดู, ทำความรู้สึกตัวในการคู้เข้า, การเหยียดออก, ทำความรู้สึกตัวในการครองสังฆาฏิ, บาตร, จีวร ทำความรู้สึกตัวในการฉัน, การตี๋ม, การเคี้ยว, การลิ้ม, ทำความรู้สึกตัวในการถ่ายอุจจาระ และปัสสาวะ ทำความรู้สึกตัวในการเดิน, การยืน, การนั่ง, การนอน, การตื่น, การพูด, การนิ่ง

มีสัมปชัญญะ.การมีปัญหาด้วย กิริยาที่รู้ชัด ทำความรู้สึกตัวในการทำงาน หรือทำกิจกรรมอันใด ก็ให้ทำความรู้สึกในขณะที่ทำกับสิ่งเหล่านั้นทำความรู้สึกตัวในการเดิน การยืน การนั่ง การนอนการตื่น การพูด การนิ่ง ความไม่หลง ความวิจยธรรม สัมมาทิฏฐิ อันใด นี้เรียกว่า มีสัมปชัญญะ ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้วด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้วด้วยดี เข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดี ประกอบแล้วด้วยสัมปชัญญะนี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า สัมปชัญญะ^{๓๑}.

๓. มีสติ

สติในสกุณคสูตร^{๓๒} หมายถึงระลึกได้ ในการกำหนดรู้ ระลึกอยู่ การเข้าไปถึงอย่างรู้ชัดการไม่ปล่อยไป ความระลึกได้ ความไม่หลงลืม ไม่ปล่อยใจลอยไปที่อื่น ผูกจิตให้ท่องเที่ยวอยู่ในกาย การมีสติด้วยเหตุอีก ๔ อย่าง คือ

- ๑) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้เพียบพร้อมด้วยสติ
- ๒) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้ชำนาญในสติ
- ๓) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้คล่องแคล่วในสติ
- ๔) ชื่อว่ามีสติ เพราะเป็นผู้ไม่หวนกลับจากสติ

มีสติด้วยเหตุอีก ๑๐ อย่าง คือ

- ๑) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงพุทธคุณ
- ๒) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงธรรมคุณ
- ๓) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงสังฆคุณ
- ๔) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงศีลที่ตนรักษา
- ๕) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงทานที่ตนบริจาคแล้ว

^{๓๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๔.

^{๓๑} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๐/๓๐๘.

^{๓๒} ส.ม. (ไทย) ๑๘/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

- ๖) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงคุณธรรมที่ทำให้คนให้เป็นเทวดา
 ๗) ชื่อว่ามีสติ เพราะตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก
 ๘) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงความตายที่จะต้องเป็นธรรมดา
 ๙) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกทั่วไปในกาย (ให้เห็นว่าไม่งาม)
 ๑๐) ชื่อว่ามีสติ เพราะระลึกถึงธรรมที่สงบระงับ (กิเลสและความทุกข์) คือนิพพาน

สติ คือ ความตามระลึกถึง ความระลึกได้เฉพาะหน้าสติ คือ ความระลึกได้ความจำได้ความไม่เลือนลอยความไม่หลงลืมสติ คือ สตินทรีย์ (สติที่เป็นใหญ่) สติพละ (สติที่เป็นกำลัง) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) สติสัมโพชฌงค์ (สติเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ธรรม) เอกายนมรรค (สติที่เป็นทางเอก) นี้แหละ ตรัสเรียกว่าสติ บุคคลนั้นผู้ประกอบ ประกอบพร้อม ดำเนินไป ดำเนินไปพร้อม เป็นไป เป็นไปพร้อม เพียบพร้อมแล้วด้วยสตินี้ ภิกษุผู้นั้น พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกว่า ผู้มีสติ^{๓๓}

มีสติในหมวดอิริยาบถ คือ การรู้อิริยาบถ

มีสติในอิริยาบถ คือ การระลึกรู้การเคลื่อนไหวของอิริยาบถ ๔

- ๑) อิริยาบถเดิน เมื่อเดินอยู่ ก็กำหนดรู้ชัดว่า เดินอยู่
 ๒) อิริยาบถยืน เมื่อยืนอยู่ ก็กำหนดรู้ชัดว่า ยืนอยู่
 ๓) อิริยาบถนั่ง เมื่อนั่งอยู่ ก็กำหนดรู้ชัดว่า นั่งอยู่
 ๔) อิริยาบถนอน เมื่อนอนอยู่ ก็กำหนดรู้ชัดว่า นอนอยู่^{๓๔}

นักปฏิบัติธรรมต้องมีสติรู้ชัดในอิริยาบถต่าง ๆ ของการเคลื่อนที่ของร่างกาย หรือได้ไปทำกิจกรรมกระทำต่าง ๆ ที่เกี่ยวเนื่องกับกาย ก็ต้องรู้ชัด ในการกระทำนั้น ๆ ยืน เดิน นั่ง นอน เช่นการเดิน คือ ต้องมีสติรู้ชัดว่ายกเท้าอยู่ รู้ชัดว่าเคลื่อนเท้าอยู่ รู้ชัดว่าอยู่ว่างเท้าอยู่ รู้ชัดว่าเท้าเหยียบพื้นอยู่ เมื่อเท้าสัมผัสพื้นอยู่ ก็รู้ชัดว่าเท้าสัมผัสอยู่ ถ้ารู้แจ้งอยู่ ก็รู้ว่าแจ้งอยู่ ต้องมีสติในการระลึกอยู่ เป็นอิริยาบถในร่างกาย ที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ

๔. กำจัดอภิชมาและโทมนัสในโลกได้

กำจัดอภิชมาและโทมนัสในโลก^{๓๕} ในสกุณคัมภีร์ คือ กำจัด ขจัด พรากรอกไปจาก อภิชมากำหนดความโลภ ความอยากได้ ความยินดี ความกำหนัดนักแห่งจิต และโทมนัส ความยินร้าย ความไม่พอใจ ความไม่สำราญแห่งจิต คำว่า โลก ในสติปัฏฐาน หมายถึง กาย ส่วน เวทนา จิตธรรม

^{๓๓} ชู.ม. (ไทย) ๒๙/๑๕๑/๔๑๖.

^{๓๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๓๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

จะกล่าวในลำดับต่อไป และกามคุณ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) และอภิขมาและโทมนัสนี้ ดังที่กล่าวมานี้ ถูกกำจัด ถูกกำจัดราบคาบ สงบ ระวัง สงบเงียบ ดับไป ดับไปอย่างราบคาบ ถูกทำให้พินาศไปถูกทำให้พินาศย่อยยับไป ถูกทำให้เหือดแห้งไป ถูกทำให้เหือดแห้งไปด้วยดี ถูกทำให้สิ้นไปในโลกนี้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า พึงกำจัดอภิขมาและโทมนัสในโลกได้^{๓๖}

๓.๒.๒ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเวหนานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร

แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเวหนานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจรใน สกฺขนิสฺสุตฺร^{๓๗} พระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลาย จงเที่ยวแดนโคจร ได้แก่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอภิขมาและโทมนัสในโลกเสียได้ ในส่วนของเวหนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นฐานเวทนา เป็นการพิจารณาในส่วนเวทนานั้น ในเวทนาสูตร^{๓๘} นั้น มีเวทนาอยู่ ๓ ประการ (๑) สุขเวทนา (ความรู้สึกสุข) (๒) ทุกขเวทนา (ความรู้สึกทุกข์) (๓) อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกที่มีไม่ใช่สุข มีไม่ใช่ทุกข์) เป็นแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเวหนานุปัสสนา

พระพุทธองค์ได้ปรารภในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า

“อิธ ภิกขเว ภิกขุ สุขํ วา เวทนํ เวทยามาโน สุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ. ทุกฺขํ วา เวทนํ เวทยามาโน ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ. อทุกขมสุขํ วา เวทนํ เวทยามาโน อทุกขมสุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ”^{๓๙}

ภิกษุในพระศาสนานี้ เมื่อเสวยสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยสุขเวทนา” เมื่อเสวยทุกขเวทนา ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยทุกขเวทนา” เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนา ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยอทุกขมสุขเวทนา” เมื่อเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยสุขเวทนาที่มีอามิส” เมื่อเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส” เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยทุกขเวทนาที่มีอามิส” เมื่อเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยทุกขเวทนาที่ไม่มีอามิส” เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่มีอามิส” เมื่อเสวยอทุกขมสุขเวทนาที่ไม่มีอามิส ก็รู้ชัดว่า “เราเสวยอทุกขมสุขเวทนา”^{๔๐}

^{๓๖} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๒/๓๐๙.

^{๓๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๓๘} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒๙/๒๙.

^{๓๙} ดุรายละเอียดใน ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๖๕.

^{๔๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

๑. มีความเพียร

มีความเพียร (อาตาศิป) ในสกุณคัมภีร์^{๔๑} หมายถึง ความเพียรพยายามในการมุ่งมั่นอย่างต่อเนื่อง ไม่หวั่นไหวต่อปัญหาอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น ก็จะไม่ยอมสละทิ้งกับสิ่งเหล่านั้น เพียรพยายามให้ถึงเป้าหมายนั้น เปรียบเหมือน บุคคลต้องการไฟ ต้องสีไม้อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เกิดไฟขึ้นมา แต่ความเพียรในสกุณคัมภีร์ ที่เป็นการปรารภความเพียร ในการพิจารณาเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความตั้งใจในการฝึกปฏิบัติขัดเขลาภิเลส ไม่ทำตามกิเลสที่เกิดขึ้น เนื่องจากเวทนานั้นเป็นเหตุ ทำให้เกิดเพื่อป้องกันไม่ให้อกุศลธรรมนั้นเกิดขึ้นมา และเพียรพยายามละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรเพื่อทำกุศลให้เกิดขึ้น เพื่อเจริญกุศลธรรมยิ่งขึ้น ในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ได้กล่าวถึง ปรารภความเพียรประคองจิตมุ่งมั่น เพื่อเข้าไปถึง การเข้าไปเกี่ยวข้อง เพื่อให้สำเร็จกิจทั้ง ๔ ประการของความเพียรนั้นการพิจารณาเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน มีความเพียรในการเผาภิเลส มีประธาน ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑) สังวรประธาน (เพียรระวัง) มีฉันทะพยายาม ปรารภความเพียร ประคอง จิตมุ่งมั่น เพื่อจะป้องกันบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น

๒) ปหานประธาน (เพียรละ) เป็นอย่างไร สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

๓) ภาวนาประธาน (เพียรเจริญ) เป็นอย่างไร สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อทำกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น

๔) อนุรักษนาประธาน (เพียรรักษา) เป็นอย่างไร สร้างฉันทะ พยายาม ปรารภความเพียร ประคองจิตมุ่งมั่นเพื่อความดำรงอยู่ ไม่เสื่อมหาย ภัยโยธภาพ ไพบูลย์ เจริญเต็มทีแห่ง กุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว^{๔๒}

การปรารภความเพียรพยายามในการมุ่งมั่นอย่างต่อเนื่อง ไม่หวั่นไหวต่อปัญหา อุปสรรคที่จะเกิดขึ้น ก็จะไม่สละทิ้งกับสิ่งเหล่านั้น เพียรพยายามอย่างต่อเนื่องให้สำเร็จ ในส่วนของเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ต้องกระทำอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายในการเพียรต่อไป

มีความเพียรในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

มีความเพียรในเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ ปรารภความเพียร (สัมมาวายามะ) พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่

^{๔๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๔๒} อง จตุกก. (ไทย) ๒๑/๖๙/๑๑๓.

มีความเพียรรู้ชัดว่า รู้ชัดสุขเวทนาว่าเป็นสุขเวทนา มีความเพียรรู้ชัดทุกขเวทนาว่าเป็นทุกขเวทนา มีความเพียรรู้ชัดต่อทุกขมสุขเวทนาว่าเป็นอทุกขมสุขเวทนา มีความเพียรรู้ชัดสุขเวทนามีอามิสว่าเป็นสุขเวทนามีอามิส มีความเพียรรู้ชัดสุขเวทนาไม่มีอามิสว่าเป็นสุขเวทนาไม่มีอามิส มีความเพียรรู้ชัดทุกขเวทนามีอามิสว่าเป็นทุกขเวทนามีอามิส มีความเพียรรู้ชัดทุกขเวทนาไม่มีอามิสว่าเป็นทุกขเวทนาไม่มีอามิส มีความเพียรรู้ชัดต่อทุกขมสุขเวทนามีอามิสว่าเป็นอทุกขมสุขเวทนามีอามิส มีความเพียรรู้ชัดต่อทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิส ว่าเป็นอทุกขมสุขเวทนาไม่มีอามิส

ความเพียร (สัมมาวายามะ) การปรารภความเพียรทางใจ ในการเพียรพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ มีความเพียรนั้น ไม่ได้อาศัยความยึดมั่นถือมั่น ในความเพียรนั้น เพียงเพื่อปรารภความเพียรให้เห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ จึงเรียกว่า มีความเพียร

๒. มีสัมปชัญญะ

สัมปชัญญะในสกุณคัมภีร์^{๔๓} หมายถึงความรู้สึกตัวทั่วพร้อม กิริยาที่รู้ชัดเวทนา ขณะเวทนาปรากฏอยู่ ความรู้ชัด ความไม่หลงในสิ่งที่ขณะเสวยอารมณ์อยู่ ๔ ประการ

๑) สาทถกสัมปชัญญะ ความรู้สึกตัวทั่วพร้อม ในที่นี้เป็นประโยชน์กำหนด ในการรู้สึกว่ามีเวทนาเกิดขึ้นมา สุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขสุขเวทนา อารมณ์ที่พิจารณานี้เป็น ประโยชน์หรือไม่ เห็นไตรลักษณ์ได้หรือไม่ สาทถกสัมปชัญญะ คือปัญญาที่รู้ถึงประโยชน์ของการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ว่าเป็นวิธีการฝึกจิตเพื่อให้ไปถึงเป้าหมาย คือ พระนิพพาน แล้วจากนั้นเริ่มลงมือเจริญสติปัฏฐาน หรือเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ที่เป็นหนทางเดียว ในการพ้นจากทุกข์ขอรียสัจ และเข้าถึงความสุขสูงสุดของพระพุทธศาสนา

๒) โคจรสัมปชัญญะ การกำหนดว่า อารมณ์ที่พิจารณานี้ปรากฏในปัจจุบัน เกิดขึ้นเองหรือได้นึกคิดปรุงแต่งสร้างขึ้นเห็นปัจจุบันหรือไม่ การกำหนดเจริญสติตามการรับรู้หรืออารมณ์ของจิตที่เกิดขึ้นได้ทันปัจจุบันจากอารมณ์หนึ่ง ไปอีกอารมณ์หนึ่ง ได้อย่างต่อเนื่องตลอดเวลาที่เจริญกัมมัฏฐานในอิริยาบถย่อย เดินจงกรม และนั่งสมาธิ โดยไม่ได้เกิดความคิดปรุงแต่ง หรือพิจารณาด้วยความคิด

๓) สปัปายสัมปชัญญะ การกำหนดว่า อารมณ์ที่พิจารณานี้เป็นที่สบายแก่จิตแก่จริตหรือไม่ เป็นการพยายามควบคุมการกำหนดสติ จดจ่อเกินไปเคร่งเครียด หรือปล่อยรู้สบายตาม

^{๔๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๓๒/๒๑๗-๒๑๘.

ธรรมชาติสัปปายะสัมปชัญญะ เป็นเพียงการมีสติระลึกอารมณ์ทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยไม่เพ่ง จี๋บังคับ กด อารมณ์ใด ๆ ที่เกิดขึ้น เพียงแต่เจริญสติกำหนดได้ต่อเนื่องเท่าทันตามจิต ที่ไปรับอารมณ์อย่างเป็นธรรมชาติ

๔) อสัสมโหสัมปชัญญะ การกำหนดว่า อารมณ์ที่พิจารณานี้เป็นสมมติบัญญัติ หรือเป็นปรมาตต์ เห็นรูปนามหรือไม่ อสัสมโหสัมปชัญญะเป็นปัญญาที่เจริญสติระลึกได้ทันอารมณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่ผลอ มีน นิ่ง หรือคิดฟุ้งซ่าน ด้วยอารมณ์โหมเห เพียงเจริญสติให้ทันปัจจุบันขณะ^{๔๔}

๓. มีสติ

สติในสกุณคสูตร^{๔๕} หมายถึงระลึกได้ ในการกำหนดรู้ ระลึกรู้ การเข้าไปถึงอย่างรู้ชัดการไม่ปล่อยไป ความระลึกได้ ความไม่หลงลืม ไม่ปล่อยใจลอยไปที่อื่น ผู้กจิตรให้ท่องเที่ยวอยู่ในเวทนาว่า ในขณะที่นั้น ผู้ปฏิบัติธรรมต้องมีสติรู้ชัดว่ามีเวทนาปรากฏอยู่ มีอะไรบ้าง ใน ๓ อย่างนี้ ๑. สุขเวทนา (ความรู้สึกละเอียด) ๒. ทุกขเวทนา (ความรู้สึกรุนแรง) ๓. อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกรุนแรงแต่ไม่สุขและไม่ทุกข์)

การกำหนดรู้ชัดในการเสวยอารมณ์นั้นว่า เวทนาทั้ง ๓ ประการนั้น ประกอบด้วย อามิส หรือไม่มีอามิส คือ กามคุณ ๕ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณวัตถุ ทำให้เกิด ความรัก ปราบปราม น่าใคร่ ชักชวนใจ ให้ความกำหนดที่แดนอโคจร เป็นเวทนาที่ในระดับที่ประกอบอามิส และมีเวทนาที่ไม่ได้ประกอบด้วยอามิสเป็นความสุขที่ความละเอียดสุขุมมากกว่า

ต้องมีสติรู้ชัดในการเสวยอารมณ์ที่เป็นสุข ความพอใจ ชอบใจ สบาย ที่เกิดขึ้นทั้งเวทนาภายใน และเวทนาภายนอกให้กำหนดรู้ชัดว่า “สุขหนอ” สุขที่ประกอบด้วยที่มีอามิสให้กำหนดรู้ชัดว่า “สุขหนอ” “รู้หนอ” หรือความสุขที่ไม่มีอามิส ก็รู้ว่าไม่มีอามิส โดยการกำหนดว่าไม่มีอามิส “สุขหนอ” “รู้หนอ” ให้รู้สึกชัดกับเวทนานั้นตามสภาวะที่เกิดขึ้นในขณะนั้น

ต้องมีสติรู้ชัดในเสวยอารมณ์ที่เป็นทุกข์ ทางกาย ชาเหน็บ เจ็บ ปวด แสบ ตึง แน่น ทุกข์ทางใจ ทรมาน ดันรน กระสับ กระส่าย กวัดแกว่ง ที่เกิดขึ้นทั้งเวทนาภายใน และเวทนาภายนอก หรือเวทนาทั้งสองอย่างให้กำหนดรู้ชัดว่า “ทุกข์หนอ” ทุกข์ที่ประกอบด้วยที่มีอามิสให้กำหนดรู้ชัดว่า “ทุกข์หนอ” “รู้หนอ” หรือทุกข์ที่ไม่มีอามิสก็รู้ว่าไม่มีอามิส โดยการกำหนดว่าไม่มีอามิส “ทุกข์หนอ” “รู้หนอ” ให้รู้สึกชัดกับเวทนานั้นตามสภาวะที่เกิดขึ้นในขณะนั้น

^{๔๔} พระพรหมคณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธีม, ๒๕๕๖), หน้า ๔๓๔.

^{๔๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

ต้องมีสติรู้ชัดในการเสวยอารมณ์ที่เป็น ไม่สุข ไม่ทุกข์ คือ เฉย ๆ หนึ่ง ว่าง ที่เกิดขึ้นทั้ง เวทนาภายในและเวทนาภายนอก หรือ เวทนาทั้งสองอย่างให้กำหนดรู้ชัดว่า “เฉยหนอ” เฉยที่ ประกอบด้วยที่มีอามิสให้กำหนดรู้ชัดว่า “เฉยหนอ” “รู้หนอ” หรือทุกข์ที่ไม่มีอามิส ก็รู้ว่าไม่มีอามิส โดยการกำหนดว่าไม่มีอามิส “เฉยหนอ” “รู้หนอ” ให้รู้สึกชัดกับเวทนานั้นตามสภาวะที่เกิดขึ้นในขณะ มีสติขณะนั้น ชื่อว่ามีสติ เมื่อเจริญสติปัฏฐานพิจารณาเวทนาในเวทนาทั้งหลาย^{๔๖}

๔. กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกในสกุณคมิสูตร^{๔๗} คือ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ กำจัด ขจัด พราศออกไปจาก อภิชฌากำหนดความโลภ ความอยากได้ ความยินดี ความกำหนดแห่งจิต และโทมนัส ความยินร้าย ความไม่พอใจ ความไม่สำราญแห่งจิต คำว่า โลก ในสติปัฏฐาน หมายถึง เมื่อเจริญสติปัฏฐานพิจารณา เวทนาในเวทนาทั้งหลาย และกามคุณ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) อภิชฌาและโทมนัสนี้ ดังที่ กล่าวมานี้ ถูกกำจัดราบคาบ สงบ ระงับ สงบเจียบ ดับไป ดับไปอย่างราบคาบ ถูกทำให้พินาศไปถูกทำให้พินาศย่อยยับไป ถูกทำให้เหือดแห้งไปด้วยดี ถูกทำให้สิ้นไปในโลกนี้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^{๔๘}

พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายภายในอยู่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายทั้งภายใน ทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรม เป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณา เห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ หรือว่าภิกษุนี้มีสติปรากฏอยู่ เฉพาะหน้าว่า “เวทนามีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่

จะเห็นได้ว่าแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่เป็นโคจรใน การพิจารณาเห็นเวทนาทั้งหลาย ที่ปรากฏอยู่ในขณะนั้นมีอามิส (กามคุณ ๕) และไม่มีอามิสนั้นทั้ง ภายในและภายนอกนั้น ให้พิจารณาเห็นเวทนาทั้งหลาย มีสภาวะธรรมที่มีการเปลี่ยนแปลงในเวทนา ทั้งหลายภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณา เห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในเวทนาทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในเวทนาทั้งหลายอยู่ โดยไม่ ยึดมั่นถือมั่นในเวทนานั้น ว่าเป็นตัวตนเราเขา ก็สักว่าเป็นเพียงเวทนาเท่านั้น

^{๔๖} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๔๐๕/๔๑๕.

^{๔๗} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๔๘} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๒/๓๐๙.

๓.๒.๓ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร

แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจรในสกุณฉิสฺตร^{๔๙} พระพุทธองค์ทรงปรารภแก่ภิกษุทั้งหลาย จงเที่ยวแดนโคจรได้แก่ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสีย

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “จิตเต จิตตานุปัสสี วิหริตี อาตปปี สมปะชาโน สติมา วิเนยย โลกเอ อภิชฌาโทมนัสสุ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้”

จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาจิตที่เกิดขึ้นที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ว่า มีอาการของจิตเป็นไร ก็ให้รู้ชัดตามอาการของจิตที่เกิดขึ้นในขณะนั้นตามสภาวะตามเป็นจริง จิตมีราคะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีราคะ” จิตปราศจากราคะก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากราคะ” จิตมีโทสะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีโทสะ” จิตปราศจากโทสะก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากโทสะ” จิตมีโมหะ ก็รู้ชัดว่า “จิตมีโมหะ” จิตปราศจากโมหะก็รู้ชัดว่า “จิตปราศจากโมหะ” จิตหดหู่ ก็รู้ชัดว่า “จิตหดหู่” จิตฟุ้งซ่านก็รู้ชัดว่า จิตฟุ้งซ่าน จิตเป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า “จิตเป็นมหัคคตะ” จิตไม่เป็นมหัคคตะ ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่เป็นมหัคคตะ” จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า “จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า” จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า” จิตเป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า “จิตเป็นสมาธิ” จิตไม่เป็นสมาธิ ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่เป็นสมาธิ” จิตหลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า “จิตหลุดพ้น” จิตไม่หลุดพ้น ก็รู้ชัดว่า “จิตไม่หลุดพ้น”

การพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่ พิจารณา เห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือว่า ผู้ปฏิบัตินั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียงพออาศัยเจริญญาณ เจริญสติเท่านั้น ไม่อาศัย (ตมฺหาและทิกฺกุญฺโฐ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก การพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่อย่างนี้^{๕๐}

๑. มีความเพียร

มีความเพียร (อาตปปี) ในสกุณฉิสฺตร^{๕๑} หมายถึง ความเพียรพยายามในการมุ่งมั่น อย่างต่อเนื่อง ไม่ท้อแท้หวาดต่อปัญหาอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น ก็จะไม่สละละทิ้งกับสิ่งเหล่านั้น เพียรพยายามให้ถึงเป้าหมายนั้น แต่ความเพียรในสกุณฉิสฺตร ที่เป็นการปรารภความเพียรในการพิจารณาจิตตานุปัสสนา

^{๔๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๕๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๔-๓๑๕.

^{๕๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

นาสติปฏิฐาน ความตั้งใจในการฝึกปฏิบัติ ชัดเขลากิเลส ไม่ทำตามกิเลสที่เกิดขึ้น เนื่องจากจิตนั้นเป็นเหตุทำให้เกิด เพื่อป้องกันไม่ให้กุศลกรรมนั้นเกิดขึ้นมา และเพียรพยายามละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรเพื่อทำกุศลให้เกิดขึ้น เพื่อเจริญกุศลกรรมยิ่ง ในจิตตานุปัสสนาสติปฏิฐานนั้น ได้กล่าวถึง ปรารภความเพียรประคองจิตมุ่งมั่น เพื่อเข้าไปถึง มรรค ผล นิพพาน เป็นเป้าหมายอันสูงสุด

มีความเพียรในจิตตานุปัสสนาสติปฏิฐาน คือ ปรารภความเพียร (สัมมาวายามะ) พิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ มีความเพียรพิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่ มีความเพียรพิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ มีความเพียรพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่ มีความเพียรพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือมีความเพียรพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือว่า ภิกษุผู้นั้นมีความเพียรปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ เจริญความเพียรเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก

การพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ปรารภความเพียรทางใจ ฯลฯ สัมมาวายามะ เรียกว่า ความเพียรภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้วด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้วด้วยดี เข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดี ประกอบแล้วด้วยความเพียรนี้ เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่า มีความเพียร

๒. มีสัมปชัญญะ

มีสัมปชัญญะในสกุณคคิสูตร หมายถึง การมีปัญญาด้วย กิริยาที่รู้ชัด ทำความรู้สึกรู้ตัวในการทำงาน หรือทำกิจกรรมอันใด ก็ให้ทำความรู้สึกในขณะที่ทำกับสิ่งเหล่านั้น ทำความรู้สึกรู้ตัวในภิกษุพิจารณาเห็นจิตในจิตภายในอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิด ทั้งธรรมเป็นเหตุดับในจิตอยู่ หรือว่า ภิกษุผู้นั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า “จิตมีอยู่” ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณ ในการเจริญจิตตานุปัสสนาสติปฏิฐานเท่านั้น ไม่อาศัย (ตณหาและทิฏฐิ) อยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไร ๆ ในโลก การพิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ ความไม่หลง ความวิจยธรรม สัมมาทิฏฐิ อันใด นี้เรียกว่า มีสัมปชัญญะ ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้วด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้วด้วยดี เข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดี ประกอบแล้วด้วยสัมปชัญญะนี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า สัมปชัญญะ^{๕๒}

ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฏฐินี้ เรียกว่า สัมปชัญญะ ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้วด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้วด้วยดี เข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดี ประกอบแล้วด้วยสัมปชัญญะนี้ เพราะฉะนั้น

^{๕๒} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๐/๓๐๘.

๓. มีสติ

มีสติในสกุณคัมภีร์ หมายถึง ความตามระลึกถึง ความระลึกได้เฉพาะหน้า สติ คือ ความระลึกได้ความจำได้ ความไม่เลื่อนลอย ความไม่หลงลืม สติ คือ สตินทรีย์ (สติที่เป็นใหญ่) สติพละ (สติที่เป็นกำลัง) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) สติสัมโพชฌงค์ (สติเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ธรรม) เอกายนมรรค (สติที่เป็นทางเอก) นี้แหละ ตรัสเรียกว่า สติ บุคคลนั้นผู้ประกอบ ประกอบพร้อม ดำเนินไป ดำเนินไปพร้อม เป็นไป เป็นไปพร้อม เพียบพร้อมแล้วด้วยสตินี้ ภิกษุนี้ พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกว่า ผู้มีสติ^{๕๓}

สติ ความตามระลึก ฯลฯ สัมมาสตินี้ เรียกว่า สติ ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้ว ด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้วด้วยดี เข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดี ประกอบแล้วด้วยสตินี้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า มีสติ

สติรู้ชัดจิตมีความโลภ จิตที่มีความโกรธ จิตที่มีความหลง จิตที่มีราคะ จิตที่มีโทสะ จิตที่มีโมหะ จิตที่ตั้งมั่น หรือจิตไม่ตั้งมั่น จิตหลุดพ้น หรือจิตยังไม่หลุดพ้น เป็นต้น ให้รู้ชัดว่าจิตมีลักษณะอาการกิริยา ของจิตนั้น ๆ เกิดขึ้น ตั้งอยู่และดับไปอย่างไร เพียงแต่รู้เท่านั้นไม่เข้าไปยุ่งเกี่ยว หรือ พัวพันทั้งอาการและความรู้สึกของจิตนั้น ๆ

จะเห็นได้ว่า แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจิตตามอุปสมวาสติปัญญา ที่เป็นการพิจารณาเห็นจิตทั้งหลายที่ปรากฏอยู่ในขณะนั้น ที่มีอามิส (กามคุณ๕) และไม่มีอามิสนั้นทั้งภายในและภายนอกนั้น ให้พิจารณาเห็นจิตทั้งหลาย มีสภาวะธรรมที่มีการเปลี่ยนแปลง ในจิตทั้งหลาย ภายนอกอยู่ หรือพิจารณาเห็นจิตในจิตทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในจิตทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในจิตทั้งหลายอยู่ หรือพิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดและเหตุดับในจิตทั้งหลายอยู่

๔. กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกในสกุณคัมภีร์^{๕๔} หมายถึง กำจัด ขจัด พრაกออกไปจาก อภิชฌากำหนดความโลภ ความอยากได้ ความยินดี ความกำหนัดนักแห่งจิต และโทมนัส ความยินร้าย ความไม่พอใจ ความไม่สำราญแห่งจิต ความเป็นทุกข์ทางใจ คำว่า โลก ในสติปัญญา หมายถึง กาย ส่วน เวทนา จิต ธรรม และกามคุณ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) อภิชฌาและโทมนัสนี้ ดังที่กล่าวมานี้ ถูกกำจัด ถูกกำจัดราบคาบ สงบ ระงับ สงบเงิบ ดับไป ดับไปอย่างราบคาบ ถูกทำให้พินาศไป

^{๕๓} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๕๑/๔๑๖.

^{๕๔} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๓๒/๒๑๗-๒๑๘.

ถูกทำให้พินาศย่อยยับไป ถูกทำให้เหือดแห้งไป ถูกทำให้เหือดแห้งไปด้วยดี ถูกทำให้สิ้นไปในโลกนี้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า ฟังคำสั่งอภิขณาและโทมนัสในโลกได้^{๕๕}

๓.๒.๔ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร

พระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลาย จงเที่ยวแดนโคจร ได้แก่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมกายอยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้คำสั่งอภิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ ในส่วนของธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการพิจารณาในส่วนธรรมเป็นรูปนั้น มีการประชุมการ ไม่ใช่ตัวตนเรา เขา ไม่ควรไปยึดมั่นว่าตัวตนเราเขา โดยเอาหลักธรรม อาตาปี สัมปชัญญะสติ กำจัดอภิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้

ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นสภาวะตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดธรรมทั้งหลาย อันได้แก่ นิรวณฺ ๕, ชันธ ๕, อายตนะ ๑๒, โพชฌงค์ ๗, อริยสัจ ๔, ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่เกิดขึ้นเจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้น ๆ^{๕๖}

พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “ธมฺเมสุ ธมฺมานุปัสสี วิหริติ อาตาปี สมฺปชาโน สติมา วินยเยยฺโกลเก อภิขณาโทมนสฺส”^{๕๗} มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ กำจัดอภิขณา และโทมนัสในโลกเสียได้”^{๕๘}

๑. มีความเพียร

มีความเพียร (อาตาปี) ในสกุณคคสิสูตร^{๕๙} หมายถึง ความเพียรพยายามในการมุ่งมั่น อย่างต่อเนื่อง ไม่หวั่นไหวต่อปัญหาอุปสรรคที่จะเกิดขึ้น ก็จะไม่สลัดละทิ้งกับสิ่งเหล่านั้น เพียรพยายามให้ถึงเป้าหมายนั้น แต่ความเพียรในสกุณคคสิสูตร ที่เป็นการปรารภความเพียรในการพิจารณาธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความตั้งใจในการฝึกปฏิบัติ ขัดเกลากิเลสไม่ทำตามกิเลสที่เกิดขึ้น ทำให้เกิดการป้องกัน ไม่ให้อกุศลกรรมนั้นเกิดขึ้นมา และเพียรพยายามละอกุศลที่เกิดขึ้นแล้ว เพียรเพื่อทำกุศลให้เกิดขึ้น เพื่อเจริญกุศลกรรมยิ่ง ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานนั้น ได้กล่าวถึง ปรารภความเพียรระครองจิตมุ่งมั่น เพื่อเข้าไปถึง มรรค ผล นิพพาน เป็นเป้าหมายอันสูงสุด

^{๕๕} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๒/๓๐๙.

^{๕๖} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๑๔๑.

^{๕๗} ม.ม. (บาลี) ๑๒/๑๓๒/๑๐๓.

^{๕๘} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๒/๗๓.

^{๕๙} ส.ม. (ไทย) ๑๙ /๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

๒. มีสัมปชัญญะ

มีสัมปชัญญะในสกุณคัมภีร์ หมายถึง การมีปัญญาด้วยกิริยาที่รู้ชัด ทำความรู้สึกตัวในการทำงาน หรือทำกิจกรรมอันใด ก็ให้ทำความรู้สึกในขณะที่ทำกับสิ่งเหล่านั้น ทำความรู้สึกตัวในการเกิดขึ้นของนิวรรณ์ ๕, ชั้น ๕, อายุตนะ ๑๒, โพชฌงค์ ๗, อริยสัจ ๔, ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร ความไม่หลง ไม่ยึด เป็นเพียงสภาวะธรรมที่ปรากฏเท่านั้น ไม่มีสภาวะที่ปรุงแต่ง เป็นตัวตนขึ้นมา ความวิจยธรรม สัมมาทิฏฐิอันใด นี้เรียกว่า มีสัมปชัญญะ ภิกษุเป็นผู้เข้าไปถึงแล้ว เข้าไปถึงแล้วด้วยดี เข้ามาถึงแล้ว เข้ามาถึงแล้วด้วยดี เข้าถึงแล้ว เข้าถึงแล้วด้วยดีประกอบแล้ว ด้วยสัมปชัญญะนี้ ด้วยเหตุนี้ จึงเรียกว่า สัมปชัญญะ^{๖๐}.

๓. มีสติ

มีสติในสกุณคัมภีร์ หมายถึง. ความตามระลึกถึง ความระลึกได้เฉพาะหน้าสติ คือ ความระลึกได้ความจำได้ความไม่เลือนลอยความไม่หลงลืมสติ คือ สตินทรีย์ (สติที่เป็นใหญ่) สติพละ (สติที่เป็นกำลัง) สัมมาสติ (ระลึกชอบ) สติสัมโพชฌงค์ (สติเป็นองค์แห่งการตรัสรู้ธรรม) เอกายนมรรค (สติที่เป็นทางเอก) นี้แหละ ตรัสเรียกว่าสติ บุคคลนั้นผู้ประกอบ ประกอบพร้อม ดำเนินไป ดำเนินไปพร้อม เป็นไป เป็นไปพร้อมเพียบ พร้อมแล้วด้วยสตินี้ ภิกษุนี้ พระผู้มีพระภาคตรัสเรียกว่า ผู้มีสติ^{๖๑}

๔. กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกในสกุณคัมภีร์^{๖๒} หมายถึง กำจัด ขจัด พรากรออกไปจาก อภิชฌากำหนดความโลภ ความอยากได้ ความยินดี ความกำหนดนักรแห่งจิต และโทมนัส ความยินร้าย ความไม่พอใจ ความไม่สำราญแห่งจิต คำว่า โลก ในสติปัญญา หมายถึง กาย เวทนา จิต ธรรม และ กามคุณ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) อภิชฌาและโทมนัสนี้ ดังที่กล่าวมานี้ ถูกกำจัด ถูกกำจัดราบคาบ สงบ ระงับ สงบเสียบ ดับไป ดับไปอย่างราบคาบ ถูกทำให้พินาศไป ถูกทำให้พินาศย่อยยับไปถูกทำให้เหือดแห้งไป ถูกทำให้เหือดแห้งไปด้วยดี ถูกทำให้สิ้นไปในโลกนี้ เพราะฉะนั้น จึงเรียกว่า พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^{๖๓}

^{๖๐} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๐/๓๐๘.

^{๖๑} ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๕๑/๔๑๖.

^{๖๒} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๓๗๒/๒๑๗-๒๑๘.

^{๖๓} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๒/๓๐๙.

๓.๓ สรุปท้ายบท

สรุปความว่า ในสภุคณ์คชิสูตร พระพุทธรองคค์ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า เธอทั้งหลายอย่าเที่ยวไปแดนอื่นที่เป็นนโคจร มารก็จักได้ช่อง ได้อารมณํกามคุณ ๕ ประกอบด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ จัดได้ว่า แดนนโคจรไม่พึงเที่ยวไป ส่วนแนวทางการละกามคุณ ๕ ที่เป็นนโคจรในสภุคณ์คชิสูตร โดยแบ่งออกเป็น

(๑) แนวทางการละรูปที่เป็นกามคุณอันเป็นนโคจร ในสภุคณ์คชิสูตร หมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิต ที่เข้าไปเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เป็นรูป ลื่นความรู้สึกจากไปในการเห็นรูปว่าเป็นตัวเป็นตน การไม่เกี่ยวข้องกัน การไม่มีเยื่อใย การไม่ฝักใฝ่ ไม่ยินดียินดีร้าย การเห็นรูป ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า การละรูปเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) อันเป็นแนวทางการละรูปที่เป็นนโคจรได้

(๒) แนวทางการละเสียงที่เป็นกามคุณอันเป็นนโคจร ในสภุคณ์คชิสูตร หมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิต ที่เข้าไปเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เป็นเสียง ลื่นความรู้สึกจากไปในการได้ยิน การไม่มีเยื่อใย การไม่เข้าเกี่ยวข้องกัน การไม่ฝักใฝ่ ไม่ยินดียินดีร้าย การได้ยินเสียง ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า ไม่มีเห็นเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญญาเข้าไปรู้จริง เห็นแจ้งตามสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจริงว่า แนวทางการละเสียง เป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) อันเป็นแนวทางการละเสียงที่เป็นนโคจรได้

(๓) แนวทางการละกลิ่นที่เป็นกามคุณอันเป็นนโคจร หมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิต ที่เข้าไปเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ที่เป็นกลิ่น ลื่นความรู้สึกจากไปในการได้กลิ่น การไม่เข้าเกี่ยวข้องกัน การไม่มีเยื่อใย การไม่ฝักใฝ่ ไม่ยินดียินดีร้าย การได้กลิ่น ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า ไม่มีเห็นเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญญาเข้าไปรู้จริง เห็นแจ้งตามสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจริงว่า แนวทางการละกลิ่นเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละกลิ่นที่เป็นนโคจรได้

(๔) แนวทางการละรสที่เป็นกามคุณอันเป็นนโคจร คือ การละความรู้สึกการโคจรของจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้อง สัมผัสกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เป็นรส ลื่นไปจากความรู้สึก ในการได้ลิ้มรส การไม่มีเยื่อใย การไม่ไปเข้าเกี่ยวข้องกัน การไม่ฝักใฝ่ ไม่ยินดียินดีร้าย การได้ลิ้มรส ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า ไม่มีเห็นเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญญาเข้าไปรู้

จริง เห็นแจ้งตามแนวทาง การละรสเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละรสที่เป็นอโคจรได้

(๕) แนวทางการละโผฏฐัพพะที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร หมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิต ที่เข้าไปเกี่ยวข้องสัมผัสกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เป็นโผฏฐัพพะ ลื่นไปจากความรู้สึก ในการสัมผัส การไม่มีเยื่อใย การไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกัน การไม่ฝักใฝ่ ไม่ยินดียินดีร้าย การได้สัมผัสทางกาย ไม่ยึดมั่นถือมั่นเป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมีสัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า แนวทางการละโผฏฐัพพะ เป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละโผฏฐัพพะ ที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจรได้

แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่เป็นโคจรในสกุณคัมภีร์ โดยพระพุทธองค์ได้ทรงปรารภ การเที่ยวไปในแดนบิดาของตน ที่จะได้รับความปลอดภัยจากได้นกเหยี่ยว คือ กามคุณ ๕ ที่เป็นแดนอโคจรที่ไม่ควรไป ไม่ควรเข้าไปสัมผัส เพราะมารจะได้ช่อง ได้โอกาส ก็ต้องอยู่ในแดนที่โคจรแดนที่คุ้นเคย ที่สามารถรักษาตนเองได้ คือ การปฏิบัติตามสติปัฏฐาน ๔ เป็นแดนโคจรแบ่งออกเป็น

(๑) แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักกายานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร โดยพระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายว่า เธอจงไปเที่ยวแดนโคจร ได้แก่ พิจารณาเห็นกายในกาย อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ในส่วนของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นฐานกาย เป็นการพิจารณาในส่วนของกายเป็นรูปนั้น มีการประชุมกัน ไม่ใช่ตัวตนเรา เขา ไม่มีความยึดมั่นถือมั่นตัวตนเราเขา มีได้ด้วยกัน ๑๔ หมวด โดยเอาหลักธรรม คือ อาตาปี สัมปชัญญะ สติมา เพื่อกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ เพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่เป็นแดนโคจรของภิกษุสืบไป

(๒) แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร ในสกุณคัมภีร์ โดยพระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลาย จงเที่ยวแดนโคจรได้แก่ พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ในส่วนของเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นฐานเวทนา เป็นการพิจารณาในส่วนของเวทนานั้น มีเวทนาอยู่ ๓ ประการ คือ ๑ สุขเวทนา (ความรู้สึกสุข) ๒ ทุกขเวทนา (ความรู้สึกทุกข์) ๓ อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกที่มีสุขมิใช่ทุกข์) อันเป็นแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ที่เป็นแดนโคจรของภิกษุสืบไป

(๓) แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจรในสกุณคัมภีร์ โดยพระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายว่า จงเที่ยวแดนโคจรได้แก่ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ และทรงตรัสว่า บุคคลผู้มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้

ฉะนั้น แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาจิตที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ว่ามีอาการของจิตเป็นเช่นไร ก็ให้รู้ชัดตามอาการของจิตที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ตามสภาวะตามความเป็นจริง ที่เป็นแดนโคจรของภิกษุต่อไป

(๔) แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร โดยพระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายว่า จงเที่ยวแดนโคจรได้แก่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ส่วนแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามหลักธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นการพิจารณาในส่วนธรรม ที่เป็นรูปนั้น มีการประชุมการ ไม่ใช่ตัวตนเราเขา ไม่เข้าไปยึดมั่นตัวตนเราเขา โดยเอาหลักธรรม คือ อาตปปี สัมปชาโนสติมา กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้ ส่วนแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามที่เป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดธรรมทั้งหลาย อันได้แก่ นีวรณ ๕, ชันธ ๕, อายตนะ ๑๒, โพชฌงค์ ๗, อริยสัจ ๔, ให้มีในตนซึ่งเป็นแดนโคจรของภิกษุทั้งหลายในสกุณคมิสูตร

บทที่ ๔

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๔.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภกณคคหิสูตร มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาเนื้อหาหลักธรรมในสภกณคคหิสูตร ๒) เพื่อศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภกณคคหิสูตร การศึกษาคั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสภกณคคหิสูตร โดยผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา วิสุทธิมรรคปกรณ์วิเสส และตำราทางวิชาการและงานวิจัย เรียบเรียงบรรยายตรวจสอบความถูกต้องเนื้อหาจากอาจารย์ที่ปรึกษา โดยการสรุปผลของการวิจัยและข้อเสนอแนะ ซึ่งสามารถได้มีดังต่อไปนี้ คือ

๔.๑.๑ เนื้อหาหลักธรรมในสภกณคคหิสูตร

จากการศึกษาพบว่า เนื้อหาและหลักธรรมใน สภกณคคหิสูตร ได้กล่าวถึงกามคุณ ๕-ที่เป็นแดนอโคจรไม่ใช่ที่อยู่ของตน เมื่อไปสู่สถานที่แห่งนั้นแล้ว มารก็ได้ช่อง ได้โอกาส ก็ไม่สมควร ที่จะไปในสถานที่แห่งนั้น เมื่อได้สัมผัสกับสิ่งเหล่านั้นแล้วจะถอนตัวออกจากสภาวะเหล่านั้นได้ยาก เพราะมีรสชาติ อร่อยน่าสัมผัสชักจูงให้เกิดความทะยานอยาก เมื่อตา ได้เห็นรูป ทำให้เกิดต้องการ ความปรารถนาเกิดขึ้น เช่น ความต้องการอยากปรารถนาได้รูป สวย งาม ที่ดี อยากเห็นรูปที่ตนเองพึงพอใจหรือ ในขณะที่เห็นรณนั้น อยากได้รถดีมีราคาแพงสวยงามเพื่อใช้ในการขับขี เห็นสุภาพสตรีมีที่รูปร่างหน้าตาสวยงาม ทำให้เกิดความรัก ชักให้ใคร่ ชวนใจ ให้กำหนด เพราะไม่มีรูปอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับรูปสตรีไม่มี และไม่มีรูปอะไรเป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับรูปของบุรุษยอมไม่มี เพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า รูป นั้นเป็นสิ่งสำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนด

เมื่อได้ยินเสียงไพเราะ เสนาะหู ชักชวนพาจิตหลงเคลิ้มไปในกับเสียง ทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมออกมาในรูปแบบต่าง ๆ นานา เช่นการได้ฟังเสียงเพลงที่ไพเราะ หรือชักชวนให้มีการประท้วงชุมนุม ก็ได้อาศัยเสียงในการชักชวนให้ บุคคลนั้นกระทำให้ในสิ่งที่เราต้องการ เช่นกัน เมื่อได้ยินเสียงนั้นเกิดความพึงพอใจทำให้ความทำเกิดความรัก ชักให้ใคร่ ชวนใจ ให้กำหนด เพราะไม่มีเสียงอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับเสียงสตรีไม่มี และไม่มีเสียงอะไรเป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับ

เสียงของบุรุษย่อมไม่มี เพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า เสียง นั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือ ความปรารถนา ความรักความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด

จุมูกได้กลิ่นหอม กลิ่นดอกไม้ กลิ่นน้ำหอม กลิ่นอาหาร ๆ ทำให้เกิดความต้องการในกลิ่น นั้นเมื่อได้กลิ่นนั้นเกิดความพึงพอใจทำให้ความทำให้เกิดความรัก ชักให้ใคร่ ชวนใจให้กำหนัด เพราะไม่มี กลิ่นอะไรเป็นที่พึงพอใจของบุรุษเท่ากับกลิ่นสตรีไม่มี และไม่มีกลิ่นอะไรเป็นที่พึงพอใจของสตรีเท่ากับ กลิ่นของบุรุษย่อมไม่มี เพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า กลิ่น นั้นเป็นสิ่งที่สำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือ ความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด

รสเมื่อรับรู้ได้ด้วยลิ้นเช่น รสอาหาร รสผลไม้ รสแกงไก่ รสสุรา รสเครื่องดื่ม ทำบุคคลนั้น ติดใจในรสนั้นต้องเดินทางไปที่แดนไกลต้องไปชิมรสนั้นอีกเพราะฉะนั้นจึงเห็นได้ว่า รส นั้นเป็นสิ่ง ที่สำคัญมากที่ทำให้เกิดกามคุณ คือความปรารถนา ความรัก ความใคร่ ชักชวนใจให้เกิดความกำหนัด

กายเมื่อได้สัมผัสกับสิ่งเหล่าใดทำให้ความพึงพอใจ ต้องการ เช่น การได้สัมผัสกาย อัน อ่อนนิ่มนวล จากหญิงสาวผู้มีร่างกาย สวยสดงดงามเปล่งปลั่ง ทำให้พึงปรารถนาเป็นอย่างยิ่ง รู้สึกว่า ความสุข โสมนัสใจเป็นอย่างยิ่ง เมื่อได้สัมผัสความรู้สึกเช่นนี้ ได้ชื่อว่า เป็นกามคุณ

การดำเนินชีวิตเพื่อต้องการแสวงหาของสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย ด้วยวิธีการต่าง ๆ นั้น เช่นการ แสวงหาอาหาร หาความรู้ ลาภ ยศ สรรเสริญ ความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน การต้องการอำนาจ หรือการแสวงหาเป็นไปในทางทุจริต การลักทรัพย์ ปล้นชิง วิวาห์ การคอร์รัปชันที่ไม่ชอบด้วยศีลธรรม และกฎหมายบ้านเมือง เพื่อให้ได้มาสิ่งที่ตนเองปรารถนา แม้จะได้ทรัพย์มาก็ต้องรักษาป้องกันไม่ให้ สูญหายไป กามนั้นมีเหตุ มีผล ทำให้เกิดโทษคือ ความทุกข์

การท่องเที่ยวไปในดินแดนสถานที่ต่าง ๆ เพื่อเกิดความเพลิดเพลิน สนุกสนาน เมื่อได้ สัมผัส รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะทำให้สภาวะจิต เปลี่ยนไป เมื่อได้สิ่งที่ตนเองปรารถนา พึงพอใจ ก็รู้สึกว่ามีความสุข ในทางตรงกันข้ามกัน ไม่ได้สิ่งต้องเองปรารถนาที่ต้องการ หรือสูญเสียสิ่งตนเอง รักหวงแหนไปจึงทำให้เกิดรู้สึกเศร้าใจ เสียใจ มีความทุกข์ขึ้นมา ทั้งหมดทั้งมวลที่เกิดขึ้นนั้นแต่ที่ แท้จริงแล้วมีแต่ทุกข์เพราะอุปาทานยึดมั่นถือในสิ่งเหล่านั้น ที่ทำให้เกิด ความสุข ความทุกข์ เพราะ การท่องเที่ยวไปแดนที่ไม่สมควรไป ของ ตา หู จมูก ลิ้น กาย อาศัยวิญญานไปรับรู้ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ทำให้หลงติดในกามคุณเหล่านี้ จึงได้ชื่อว่า แดนอโคจร

การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นการเจริญสติเพื่อให้เกิดปัญญาในการกำหนดรู้ตามสภาพ ความเป็นจริงตามกฎไตรลักษณ์คือ ความไม่เที่ยง ความทุกข์ ความเป็นอนัตตา หาความเป็นตัวตน ไม่ได้ ในสติปัฏฐาน ๔ นั้นจำแนกตามสภาวะของการปฏิบัติแล้วได้ ๔ ประเภทคือ ๑) การพิจารณา กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณากายเป็นบาทฐานของการพิจารณาให้เห็นรู้แจ้งสภาพความ

เป็นจริง เช่นมี การพิจารณาลมหายใจเข้าออก การกำหนดรู้อิริยาบถ ยืน เดิน นั่ง นอน และการกำหนดรู้การเคลื่อนไหวของร่างกาย ตลอดถึง ความเป็นปฏิภาณ พิจารณาความเป็นธาตุ ความเป็นชากศพสิ่งเหล่านี้เป็นต้น ว่าความเที่ยงแท้แน่นอนไม่ได้ ๒) การพิจารณาเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาที่เกิดขึ้นความสุข ความทุกข์ และไม่สุขไม่ทุกข์ เพื่อให้เห็นความเกิด ดับของเวทนาเพื่อคลายความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน เราเขา ๓) การพิจารณาจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการพิจารณาอาการของจิตเกิดขึ้นอย่างมีสติกำหนดรู้ เช่น มีจิตราคะ จิตมีโทสะ จิตมีโมหะ หรือจิตไม่มีราคะ จิตไม่มีโทสะ จิตไม่มีโมหะ เป็นต้น ให้เห็นความเปลี่ยนแปลงของจิตที่เกิดขึ้นในขณะการเกิดดับตลอดให้รู้เท่าทันในอาการเหล่านั้น ๔) การพิจารณาธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาธรรมที่เกิดขึ้นตามสภาวะเป็นจริง มีนิรวรณ อายตนะเป็นต้น ให้ชัด ตามสภาวะเหล่านั้น เพราะ สติปัฏฐาน ๔ เป็นที่สำคัญมาก ในการประพฤติปฏิบัติ ในสกุณคมิสูตร ได้กล่าวการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อละกามคุณเมื่อมีการกำหนดรู้ กามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ ที่มากระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้รู้ตามสภาวะความเป็นจริง มีแต่รูป นาม ให้เห็นความเกิด ดับ ของรูป นาม เมื่อได้เห็นรูป ได้ยินเสียง ได้ดมกลิ่น ได้ลิ้มรส ได้สัมผัสกาย โดยการเจริญสติรู้เท่าทัน ไม่ไปยึดมั่นถือมั่นในตัวตนของเรา ความต้องการในกามคุณ ๕ ก็ระงับดับไป เพราะเจริญสติปัฏฐาน ๔ จึงได้ชื่อว่า เป็นแดนแห่งบิดา เป็นที่โคจร ที่สามารถละกามคุณ และ โทษของกามได้

๔.๑.๒ แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคมิสูตร

ในสกุณคมิสูตรพระพุทธองค์ตรัสกับภิกษุทั้งหลายว่า เธอทั้งหลายอย่าเที่ยวไปแดนอื่นที่เป็นอโคจร มารก็จักได้ช่อง ได้อารมณ์กามคุณ ๕ ประกอบด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ จัดได้ว่าแดนอโคจรไม่พึงเที่ยวไป ส่วนแนวทางการละกามคุณ ๕ ที่เป็นอโคจรในสกุณคมิสูตร โดยแบ่งออกเป็น

๑) แนวทางการละรูปที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจรในสกุณคมิสูตรหมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับสัมผัส กับสิ่งใด สิ่งหนึ่ง ที่เป็นรูป สิ้นความรู้สึกจากไป ในการเห็นรูปเป็นตัวเป็นตน การไม่เกี่ยวข้องกัน การไม่มีเหยื่อ การไม่ฝักใฝ่ไม่ยินดียินร้าย การเห็นรูปไม่ยึดมั่นถือมั่น เป็นตัวตนของเราและเขา แต่ต้องมี สัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า การละรูปเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โสภณูปะ) อันเป็นแนวทางการละรูปที่เป็นอโคจรได้

๒) แนวทางการละเสียงที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจรในสกุณคมิสูตร หมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้องกับ สัมผัสกับสิ่งใด สิ่งหนึ่ง ที่เป็นเสียง สิ้นความรู้สึกจากไป ในการได้ยินเสียง การไม่เข้าไปเกี่ยวข้องกัน การไม่มีเหยื่อ การไม่ฝักใฝ่ ไม่ยินดี ยินดีร้าย การได้ยินเสียง ไม่ยึดมั่นถือมั่น เป็นตัวตนของเราและ เขา แต่ต้องมี สัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความ

เป็นจริงว่า ไม่มีเห็นเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญญาเข้าไปรู้อจรง เห็นแจ้งตามสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจริง ว่า แนวทางการละเสียงเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) อันเป็นแนวทางการละเสียงที่เป็นอโคจรได้

๓) แนวทางการละกลิ่นที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจรหมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้องสัมผัสกับสิ่งใด สิ่งหนึ่ง ที่เป็นกลิ่น ลื่นความรู้สึกจากไป ในการได้กลิ่น การไม่เกี่ยวข้องกัน การไม่มีเยื่อใย การไม่ฝักใฝ่ไม่ยินดี ยินดีร้าย การได้กลิ่น ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเรา และ เขา แต่ต้องมี สัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า ไม่มีเห็นเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญญาเข้าไปรู้อจรง เห็นแจ้งตามสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นจริง ว่า แนวทางการละกลิ่นเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละกลิ่นที่เป็นอโคจรได้

๔) แนวทางการละรสที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจรคือการละความรู้สึกการโคจรจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้อง สัมผัสกับสิ่งใด สิ่งหนึ่ง ที่เป็นรส ลื่นไปจากความรู้สึก ในการได้ลิ้มรส การไม่มีเยื่อใย การไม่เกี่ยวข้องกัน การไม่มีเยื่อใย การไม่ฝักใฝ่ ไม่ยินดี ยินดีร้าย การได้ลิ้มรส ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเรา และเขา แต่ต้องมี สัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า ไม่มีเห็นเป็นอย่างอื่น แต่มีปัญญาเข้าไปรู้อจรง เห็นแจ้งตาม แนวทางการละรสเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละรสที่เป็นอโคจรได้

๕) แนวทางการละโผฏฐัพพะที่เป็นกามคุณอันเป็นอโคจร หมายถึง การละความรู้สึกการโคจรของจิตที่เข้าไปเกี่ยวข้อง สัมผัสกับสิ่งใด สิ่งหนึ่ง ที่เป็นโผฏฐัพพะ ลื่นไปจากความรู้สึก ในการสัมผัส การไม่เยื่อใย การไม่เกี่ยวข้องกัน การไม่มีเยื่อใย การไม่ฝักใฝ่ไม่ยินดี ยินดีร้าย การได้สัมผัสทางกาย ไม่ยึดมั่นถือมั่นว่าเป็นตัวตนของเราและ เขา แต่ต้องมี สัมมาทิฐิ ความเห็นที่ถูกต้องตามความเป็นจริงว่า แนวทางการละโผฏฐัพพะเป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของกามคุณ ๕ (รูป เสียงกลิ่น รส โผฏฐัพพะ) แนวทางการละโผฏฐัพพะกามคุณที่เป็นอโคจรได้

แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่เป็นโคจรในสกุณคฆิสสูตร โดยพระพุทธองค์ได้ทรงปรารภ การเที่ยวไปในแดนบิดาของตนที่จะได้รับความปลอดภัยจากนกเหยี่ยวคือ กามคุณ๕ที่แดนอโคจรที่ไม่ควรไป ไม่ควรเข้าไปสัมผัส เพราะมาร จะได้ ช่อง ได้โอกาส ก็ต้องอยู่ในแดนที่เป็นโคจรแดนที่คุ้นเคย ที่สามารถรักษาตนเองได้คือ การปฏิบัติตามสติปัฏฐาน ๔ เป็นแดนโคจรแบ่งออกเป็น

๑) แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักกายานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร โดยพระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายว่า เธอจงไปเที่ยวในแดนโคจรได้แก่ พิจารณาเห็นกายในกาย อยู่มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอกิฆมาและโทมนัสในโลกเสียได้ ในส่วนของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นฐานกาย เป็นการพิจารณาในสวนกาย เป็นรูปนนั้น มีการประชุมกัน ไม่ใช่ตัวตนเรา เขา ไม่มีความยึดมั่น ถือตัวตนเราเขา มีได้ด้วยกัน ๑๔ หมวด โดยเอาหลักธรรมคือ อาตาปี สติมา

สัมปะชาโน เพื่อกำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ เพื่อเป็นแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากายานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นแดนโคจรของภิกษุสี่ไป

๒) แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจรใน สกฺกณคฺคิสุตฺร โดยพระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลาย จงเที่ยวแดนโคจรได้แก่ พิจารณาเห็นเวทนาใน เวทนาอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ ในส่วนของเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นฐานเวทนา เป็นการพิจารณาในส่วนเวทนานั้น มีเวทนาอยู่ ๓ ประการ คือ ๑. สุขเวทนา (ความรู้สึกสุข) ๒. ทุกขเวทนา (ความรู้สึกทุกข์) ๓. อทุกขมสุขเวทนา (ความรู้สึกที่มีไม่สุขมีไม่ทุกข์) อันเป็นแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นแดนโคจร

๓) แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร ในสกฺกณคฺคิสุตฺรโดยพระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายว่า จงเที่ยวแดนโคจรได้แก่ พิจารณาเห็นจิต ในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสีย และตรัสว่า บุคคลมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ ฉะนั้น แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาจิตที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ว่า มีอาการของจิตเป็นไรก็ให้รู้ชัดตามอาการของจิตที่เกิดขึ้นในขณะนั้นตามสภาวะตามความเป็นจริงอันเป็นแดนโคจรของภิกษุ

๔) แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานที่เป็นโคจร โดยพระพุทธองค์ปรารภแก่ภิกษุทั้งหลายว่า จงเที่ยวแดนโคจรได้แก่ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ รู้กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ ส่วนแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็นการพิจารณาในส่วนธรรม เป็นรูปนั้น มีการประชุมการ ไม่ใช่ตัวตนเรา เขา ไม่ควรไปยึดมั่น ตัวตนเราเขา โดยเอาหลักธรรมคือ อาตปปี สัมปชัญญะสติ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกเสียได้ ส่วนแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานคือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติอยู่พร้อมด้วยความรู้ชัดธรรมทั้งหลาย อันได้แก่ นิรวณฺ ๕, ชันธ ๕, อายุตนะ ๑๒, โพชฌงค์ ๗, อริยสัจ ๔, ให้มีในตนซึ่งเป็นแดนโคจรของภิกษุทั้งหลายในสกฺกณคฺคิสุตฺร

๔.๒ ข้อเสนอแนะ

๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

องค์กรที่จัดการศึกษาเกี่ยวกับทางพระพุทธศาสนาเช่น มหาวิทยาลัยสงฆ์ สำนักงานแม่กองบาลีสนามหลวง สำนักงานแม่กองธรรมสนามหลวง องค์กรภาครัฐบาลและเอกชนอื่น ๆ ควรจัด

ให้มีการศึกษาเนื้อหาและหลักธรรมพระสูตร ในลักษณะเชิงวิเคราะห์องค์ธรรม เพราะสังคมทุกวันนี้ เต็มไปด้วยความวุ่นวาย ไม่ความสงบหาความสุขได้ยาก ขาดสติและปัญญาในการแก้ไขปัญหาในชีวิต ดังนั้นองค์กรจึงควรนำองค์ความรู้และกำหนดเป็นนโยบายเพื่อการศึกษาเชิงวิเคราะห์เพื่อให้เห็นองค์ธรรมแห่งวิปัสสนาอันเป็นตัวยุทธเป็นหลักธรรมที่ปรากฏในพระพุทธศาสนานั้น วิปัสสนาปัญญานี้ ย่อมเป็นไปเพื่อสัมมาทิฐิเมื่อความเห็นที่ถูกตรงแล้วย่อมดำเนินไปเพื่อความพ้นทุกข์และเป็นไปเพื่อ มรรค ผล นิพพาน

๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาเรื่อง ศึกษาแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในสกุณคฆิสูตร สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้ ผู้วิจัยพบว่ามีประเด็นที่เป็นสาระสำคัญที่น่าสนใจศึกษาค้นคว้า ดังนี้

- ๑) แนวทางการละกามคุณ ๕ โดยการสำรวมอินทรีย์ ๖ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาใน สกุณคฆิสูตร
- ๒) แนวทางการละกามคุณ ๕ โดยการเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐานในสกุณคฆิสูตร
- ๓) แนวทางการละกามคุณ ๕ โดยการเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานในสกุณคฆิสูตร

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาลักษณ์. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____ . พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____ . พระไตรปิฎกอรรถกถาภาษาไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

_____ . ฎีกาภาษาบาลี ฉบับจุฬามหาวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

_____ . ฎีกาปกรณ์วิเสสภาษาบาลี ฉบับจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิบูลย์, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ:

พระธรรมธีรราชฆานามณี (โชดก ญาณสิทธิ). วิปัสสนากรรมฐาน. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔.

พระธรรมวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณโณ). วิปัสสนาภาวนา. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์, ๒๕๕๖.

_____ . พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๔.

_____ . พุทธธรรมฉบับปรับขยาย. พิมพ์ครั้งที่ ๓๖. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ ผลิธัมม์, ๒๕๕๕.

พระพุทธโฆสเถระ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อ.อ. อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๑.

พระมหาถวัลย์ ญาณจารณี. **ลักษณะตักกปริมาตธรรม**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๓๔.

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช, ป.ธ. ๙, ราชบัณฑิต). **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุดศัพท์วิเคราะห์**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลี้ยงเชียง, ๒๕๕๘.

พระสัทธัมมโชติกะ ธัมมาจริยะ **ปริมาตโชติกะ ปริเภทที่ ๑-๒-๖ จิต เจตสิก รูป นิพพาน หลักสูตร จูฬออาภิธรรมมิกะตรี**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ที่ หจก ทิพยวิสุทธ์, ๒๕๕๘.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. พระคันธสารากิจส์ แปลและเรียบเรียง. กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๕๗.

_____. **วิปัสสนานัย เล่ม ๑**. นนทบุรี: บริษัท ไทยร่วมเกล้า จำกัด, ๒๕๔๘.

พระอนุรุธะ และพระญาณชชะ. **อภิธัมมัตถสังคหะ และปริมาตทีปนี**. แปลโดย พระคันธสารากิจส์. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕.

พระอาจารย์ ดร.ภัททันตะ อาสภมหาเถระ ธัมมาจริยะ อัครมหาภิกษุญาณจารี. **แว่นธรรมปฏิบัติ**. ชลบุรี: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

พุทธทาสภิกขุ. **ตามรอยพระอรหันต์**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท ตถาคตา พับลิเคชั่น จำกัด, ๒๕๔๘.

_____. **บางแง่มุมของกามในทัศนะพุทธทาสภิกขุ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ, ๒๕๕๒.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. **สัมมาทิฐิ**. เชียงใหม่: โรงพิมพ์ นันทพันธ์, ๒๕๕๔.

(๒) วิทยานิพนธ์:

นางสาววิภารัตน์ บุญเฉลียว. “การศึกษาวิธีกำหนดรู้ทุกข์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์ พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระมานะ จิตสีโล (ประพตติธรรม). **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระสมุห์สันติ เขมจาโร (แสงประสิทธิ์). “ศึกษาหลักธรรมและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในมหาทุกขขันธสูตร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระอธิการสำราญ อชฌาจาโร (พุทธิพันธ์). “การศึกษาสถานที่ที่โคจรกับพระสงฆ์ในสังคมปัจจุบัน”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

แม่ชีอุบล ผาบุญมา. “ศึกษาวิธีปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

สกุณคัมภีร์สุตต์ จากพระไตรปิฎกภาษาบาลี
พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๐

สังยุตต์] ๑. อมพปาลิวคโค ๖. สกุนคฺฉิมิสฺสุตฺตํ ๑๘๙

อิเม จตฺตารโ สติปฏฺจาเน สมนฺมา วทฺมานโน วทฺเยย. เกวโล หายํ
ภิกฺขเว กุสลรําสี ยทฺธิํ จตฺตารโ สติปฏฺจานา”ติ. ปญฺจมํ.

๖. สกุนคฺฉิมิสฺสุตฺตํ

[๓๗๒] “ภูตปุพฺพํ ภิกฺขเว สกุนคฺฉิมิ ล่าปี สกุนํ สหสา
อชฺฌปฺปตฺตํ อคฺคเหสี. อถ โข ภิกฺขเว ล่าไป สกุนเณ สกุนคฺฉิมิยา
หริยฺมาโน เอวํ ปรีเทเวสี^๒ ‘มยฺเมวมฺห อลฺกชฺชิกา, มยํ อูปฺปญฺญา,
เย มยํ อโคจเร จริมฺห ปรีวิสเย. สจฺชชฺช^๓ มยํ โคจเร จเรยฺยาม
สเก เปตฺติเก วิสเย, น มุยาบํ สกุนคฺฉิมิ อลํ อภาวิสฺส ยทฺธิํ
ยฺทฺชํชายา”ติ, ‘โก ปน เต ล่าป โคจโร สโก เปตฺติโก วิสโย”ติ.
‘ยทฺธิํ นนฺดลฺกฏฺจกรณํ เลทฺทฺฏฺจจฺจานนฺ”ติ. อถ โข ภิกฺขเว สกุนคฺฉิมิ
สเก พลเ อปฺตฺตทฺธา สเก พลเ อวาทฺมานา^๔ ล่าปี สกุนํ ปมุญฺจ
คจฺจน โข ตฺวํ ล่าป, ตตฺตริปี เม คนฺตฺวา น โมกฺขสี”ติ. ๕ ๙. ๑๕๗

อถ โข ภิกฺขเว ล่าไป สกุนเณ นนฺดลฺกฏฺจกรณํ เลทฺทฺฏฺจจฺจานนํ
คนฺตฺวา มนฺตํ เลทฺทฺฏํ อภิวฺทิตฺวา สกุนคฺฉิมิ วทฺมานโน อฏฺฐาสิ
‘เอหิ โขทานิ เม สกุนคฺฉิมิ, เอหิ โขทานิ เม สกุนคฺฉิมิ”ติ. อถ โข
สา ภิกฺขเว สกุนคฺฉิมิ สเก พลเ อปฺตฺตทฺธา สเก พลเ อวาทฺมานา
อูโก ปกฺเข สนฺธํยา^๕ ล่าปี สกุนํ สหสา อชฺฌปฺปตฺตํ. ยทา โข
ภิกฺขเว อญฺญาสิ ล่าไป สกุนเณ ‘พฺพ อาคคฺคา โข มุยาบํ สกุนคฺฉิมิ”ติ
อถสฺเสว^๖ เลทฺทฺฏฺส อนฺตรํ ปจฺจุปาที. อถ โข ภิกฺขเว สกุนคฺฉิมิ
ตตฺถเว อูรํ ปจฺจาตาเพสี. เอวญฺเหดฺดี^๗ ภิกฺขเว โหติ โย อโคจเร
จรติ ปรีวิสเย. ๖. ๑๒๘

๑. ฉ. ท. อี. สกุนคฺฉิมิ. ๒. ฉ. อี. ปรีเทเวสี ๓. ฉ. ท. อี. สจฺชชฺช
๔. ฉ. ท. อี. อวาทฺมานา เอวมฺปรีปี. ๕. ฉ. ท. อี. สนฺนยฺท ๖. ไป. ฉ. ท. อาคคฺโต
๗. ฉ. ท. อี. อถ ตสฺเสว ๘. ฉ. ท. อี. เอวํ หิ คํ.

๑๙๐ สุตตนต์ปิฎก สัตตนิคายสุต มหาวารวคคสัตตปาติ [๓. สติปิฎกาน

ตสุมา ตีห ภิกขเว มา อโคจเร จริตถ ปรวิสเย, อโคจเร
ภิกขเว จรตํ ปรวิสเย ลจจติ มาโร โอตารํ, ลจจติ มาโร
อารมมณํ. โก จ ภิกขเว ภิกขุโน อโคจโร ปรวิสโย? ยทึทํ
ปญจ กามคฺฌา. กตเม ปญจ? จกฺขุวิญญเญยยา รูปา อิกฺขจา กนฺตา
ส. ๑๙๘ ๕ มนาปา ปิยรูปา กามุปสณฺหิตา รชเญยา โสตวิญญเญยยา สทฺทา ...
ฌานวิญญเญยยา คณฺธา ... ชิวหาวิญญเญยยา รสา ... กายวิญญเญยยา
โผฏฺฐพฺพา อิกฺขจา กนฺตา มนาปา ปิยรูปา กามุปสณฺหิตา รชเญยา.
อยํ ภิกขเว ภิกขุโน อโคจโร ปรวิสโย.

โคจเร ภิกขเว จรต สเก เปตฺติเก วิสเย, โคจเร ภิกขเว
อิ. ๑๙๘ ๑๐ จรตํ สเก เปตฺติเก วิสเย, น ลจจติ มาโร โอตารํ น ลจจติ
มาโร อารมมณํ. โก จ ภิกขเว ภิกขุโน โคจโร สโก เปตฺติโก
วิสโย? ยทึทํ จตฺตาโร สติปิฎกานา. กตเม จตฺตาโร? อิทฺ ภิกขเว
ภิกขุ กายเ กายานุปสฺสึ วิหฺรติ อาตปิ สฺมปฺชาโน สติมา วิเนยฺย
โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺสํ. เวทนาสุ ... จิตฺเต ... ฐมฺเมสุ ฐมฺมานุปสฺสึ
๑๕ วิหฺรติ อาตปิ สฺมปฺชาโน สติมา วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺสํ.
อยํ ภิกขเว ภิกขุโน โคจโร สโก เปตฺติโก วิสโย”ติ. ฉฐจํ.

๗. มกฺกสุตฺตํ

[๓๗๓] “อตฺถิ ภิกขเว ‘หิมวโต ปพฺพตฺราชสุตฺ ทุคฺคา วิสฺมา
เทสา, ยตฺถ เนว มกฺกภูฏานํ จาริ น มนุสฺसानํ. อตฺถิ ภิกขเว
หิมวโต ปพฺพตฺราชสุตฺ ทุคฺคา วิสฺมา เทสา, ยตฺถ มกฺกภูฏานญฺหิ
น. ๑๒๘ ๒๐ โข จาริ น มนุสฺसानํ. อตฺถิ ภิกขเว หิมวโต ปพฺพตฺราชสุตฺ สฺมา
ภูมิกาคา รชเญยา, ยตฺถ มกฺกภูฏานญฺเจว จาริ มนุสฺसानํ จ. ตตฺร
โข ภิกขเว ลุทฺธา มกฺกภูฏีถึสุ เลปํ โอยฺเตนฺติ มกฺกภูฏานํ พาทนาย.

ภาคผนวก ข

สกุณคัมภีร์ จากพระไตรปิฎกภาษาไทย

ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙

สังยุต]

๑. อัมพปาลีวรรค ๖. สกุนคัมมิสูตร

๒๑๗

๖. สกุนคัมมิสูตร ว่าด้วยเหยี่ยว

[๓๗๒] “ภิกษุทั้งหลาย เรื่องเคยมีมาแล้ว เหยี่ยวโฉบลงจับนกมูลไถอย่างรวดเร็ว ขณะนั้น นกมูลไถกำลังถูกเหยี่ยวพาไป ได้ร้องคร่ำครวญอย่างนี้ว่า ‘เราอัปโชคมีบุญน้อย เทียวไปในแดนอื่นซึ่งไม่ใช่ที่หากิน ถ้าในวันนี้เราเทียวหากินในแดนหากินที่เป็นของบิดาของตนไซ้ร เราก็อาจสู้เหยี่ยวตัวนี้ได้’

เหยี่ยวจึงถามว่า ‘เจ้านกมูลไถ แดนหากินที่เป็นของบิดาของเจ้าคืออะไร’

นกมูลไถตอบว่า ‘คือถิ่นที่เป็นดินก้อนมูลไถที่เขาไถไว้’

ขณะนั้นเหยี่ยวหยิ่งในกำลังของตน เมื่อจะอวดอ้างกำลังของตน จึงปล่อยนกมูลไถไปด้วยพูดว่า ‘ไปเถิด เจ้านกมูลไถ ถึงเจ้าจะไปในที่นั้นก็ไม่มีพันเรา’

ที่นั้นนกมูลไถจึงไปยังถิ่นที่เป็นดินก้อนมูลไถที่เขาไถไว้ จับที่ก้อนใหญ่ ยืนร้องทำเหยี่ยวว่า ‘เจ้าเหยี่ยว เจ้าจงมาจับเราเดี๋ยวนี้ เจ้าเหยี่ยว เจ้าจงมาจับเราเดี๋ยวนี้’ ขณะนั้น เหยี่ยวหยิ่งในกำลังของตน เมื่อจะอวดอ้างกำลังของตน จึงหุบปีกทั้ง ๒ ลงโฉบนกมูลไถอย่างรวดเร็ว เมื่อนกมูลไถรู้ว่า ‘เหยี่ยวตัวนี้โฉบมาอย่างรวดเร็ว หมายถึงจะจับเรา’ จึงหลบเข้าซอกก้อนดินนั่นเอง เหยี่ยวทำให้อกกระแทกมูลไถ (ตาย) ในที่นั่นเอง เรื่องนกมูลไถเทียวไปในแดนอื่นซึ่งไม่ใช่ที่หากินก็เป็นเช่นนี้แล

ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนั้น เธอทั้งหลายอย่าเทียวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร เมื่อเธอทั้งหลายเทียวไปในแดนอื่นที่เป็นอโคจร มารก็จักได้ช่อง ได้อารมณ์

แดนอื่นที่เป็นอโคจรของภิกษุ เป็นอย่างไร

คือ กามคุณ ๕ ประการ

กามคุณ ๕ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. รูปที่พึงรู้แจ้งทางตา ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ ชาวให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด
๒. เสียงที่พึงรู้แจ้งทางหู ...
๓. กลิ่นที่พึงรู้แจ้งทางจมูก ...

๒๑๘ พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวารวรรค [๓. สติปัฏฐาน

๔. รสที่พึงรู้แจ้งทางลิ้น ...

๕. โผฏฐัพพะที่พึงรู้แจ้งทางกาย ที่น่าปรารถนา น่าใคร่ น่าพอใจ
ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนด

ภิกษุทั้งหลาย นี่คือแดนอื่นที่เป็นอโคจรของภิกษุ

ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็น
โคจรเถิด เมื่อเธอทั้งหลายเที่ยวไปในแดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจร มาร
ก็จักไม่ได้ชอง ไม่ได้อารมณ์

แดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจรของภิกษุ เป็นอย่างไร

คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ

สติปัฏฐาน ๔ ประการ อะไรบ้าง

คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ
กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้
๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลาย ...
๓. พิจารณาเห็นจิตในจิต ...
๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มี
สัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

ภิกษุทั้งหลาย นี่คือแดนที่เป็นของบิดาของตนอันเป็นโคจรของภิกษุ”

สกุณคัมมสูตรที่ ๖ จบ

๗. มกกภูสูตร

ว่าด้วยสิงติดัง

[๓๗๓] “ภิกษุทั้งหลาย ถิ่นที่เป็นขุนเขาหิมพานต์ ซึ่งไปได้ยาก ชรุขระ ไม่
เป็นที่เที่ยวไปทั้งของฝูงลิงทั้งของหมู่มนุษย์ มีอยู่ ถิ่นที่เป็นขุนเขาหิมพานต์ ซึ่งไป
ได้ยาก ชรุขระ เป็นที่เที่ยวไปของฝูงลิง ไม่ใช่ที่เที่ยวไปของหมู่มนุษย์ มีอยู่

ภาคผนวก ค

สกุณัคซิสตุตวัณณา จากพระสุตตันตปิฎกอรรถกถาภาษาไทย
ฉบับมหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓

๔. สาลสูตตวิณณา

พรรณนาพระสูตรว่าด้วยพระกรรมเทศนาที่หมู่บ้านพราหมณ์ชื่อสาลา

[๓๗๐] ในพระสูตรที่ ๔ บัณฑิตพึงทราบวินิจฉัยดังต่อไปนี้ คำว่า **ธรรมวินัย (ธมฺมวินโย)** ความว่า บททั้ง ๒ ว่า ธรรมหรือวินัยนั้นเป็นชื่อของสัตตสุตสัทสน์เท่านั้น คำว่า **พินชกชวณ (สมาทเปตพฺพา)** ได้แก่ อันเธอทั้งหลายพึงให้ถือเอา คำว่า **มีธรรมเป็นหนึ่งผุดขึ้น (เอโกทิกฺกตา)** ได้แก่ ความเป็นผู้มีจิตสงบด้วยขณิกสมาธิ คำว่า **ตั้งมั่นมีอารมณ์เดียว (สมาหิตา เอกคฺคจิตฺตา)** ความว่า มีจิตตั้งมั่นโดยชอบ และมีจิตมีอารมณ์เดียว ด้วยสามารถแห่งอุปจาระและอัปปนา ในพระสูตรนี้ สติปัฏฐานอันภิกษุใหม่ทั้งหลายและพระชีนาสพทั้งหลายเจริญแล้ว เป็นบุรพภาค พระเสขะ ๗ จำพวกเจริญแล้ว เป็นความคละกัน

พระสูตรที่ ๔ จบ

๖. สกฺกมฺมิมิสฺสุตตวิณณา

พรรณนาพระสูตรว่าด้วยเหยี่ยว

[๓๗๒] ในพระสูตรที่ ๖ บัณฑิตพึงทราบวินิจฉัยดังต่อไปนี้ คำว่า **เหยี่ยว (สกฺกมฺมิ)** ได้แก่ ชื่อว่าสกฺกมฺมิ เพราะความหมายว่าฆ่านก คำนี้เป็นชื่อของเหยี่ยว คำว่า **โฉบลงอย่างรวดเร็ว (สฺหสา อชฺฌมฺปฺตฺตา)** ได้แก่ โฉบลงโดยเร็ว เพราะความโลภ คำว่า **อับโชค (อลกฺขิกา)** ได้แก่ เป็นผู้หมดสิริ คำว่า **มีบุญน้อย (อปฺปญฺญา)** ได้แก่ เป็นผู้มีบุญนิดหน่อย คำว่า **ถ้าในวันนี้เรา (สจฺจชฺ มยฺ)** ตัดบทเป็น **สเจ อชฺช มยฺ** คำว่า **ที่เขาไถไว้ (นจฺคลกฺกฺกรณฺ)** ได้แก่ การทำนาด้วยไถ คือไถใหม่ ๆ อธิบายว่า ทำนา คำว่า **ดินที่เป็นดินก้อนมูลไถ (เลณฺหุฏฺธานํ)** ได้แก่ ที่แตกกระแหง คำว่า **เมื่อจะอวดอ้าง (อวาทมานา)** ได้แก่ เหยี่ยวเมื่อเหยี่ยว อธิบายว่ากล่าวสรรเสริญ กำลังของตนด้วยดี คำว่า **จับที่ก้อน**

สังยุต]

๑. อัมพปาสีวรรค ๗. มัคกกุสุตตวันณนา

๓๕๗

ใหญ่ (มหนฺตฺ เณฺหฺ อภิรุหิตฺวา) ความว่า นกมูลไถกำหนดที่ก้อนดิน ๓ ก้อน ตั้งอยู่ โดยสัณฐานดังเตาไฟว่า “เมื่อเหยี่ยวบินมาข้างนี้เราจักหลีกไปข้างโน้น เมื่อบินมาข้างโน้น เราจักหลีกไปข้างนี้” ขึ้นก้อนดินก้อนหนึ่ง ในก้อนดิน ๓ ก้อน เหล่านั้น ยืนทำอยู่ คำว่า **จึงหฺบ (สนฺชาย)** ได้แก่ หลุบปีกดูจลู่อก คือตั้งไว้ด้วยดี คำว่า **เหยี่ยวตัวนี้โฉบมาอย่างรวดเร็วหมายจะจับเรา (พหุ อากโต โข มยาย)** ความว่า “นกมูลไถรู้ว่า เหยี่ยวนี้มาสู่ที่ไกลกว่า เพื่อต้องการเรา บัดนี้ จักจับเราไม่ให้เหลือแต่น้อย” จึงหลบเข้าไปในระหว่างดินนั้นแล คล้ายน้ำอ้อยงบ ติดอยู่ที่พื้น คำว่า **ทำให้ออกกระแทก (อุรุ ปิจิตาเพสิ)** ความว่า เหยี่ยวเมื่อไม่สามารถดำรงความเร็วไว้ได้ เพราะแล่นไปด้วยคิดว่า “เราจักจับตัดหัวของนกมูลไถครั้งเดียว” กระแทกอกที่ดินนั้น ในทันใดนั่นเอง หัวใจของมันแตกแล้ว ครั้งนั้น นกมูลไถว่าเรึงยินดีว่า “เราเห็นหลังของศัตรู” จึงเดินไปมาตรงหัวใจของเหยี่ยวนั้น

พระสูตรที่ ๖ จบ

๗. มัคกกุสุตตวันณนา

พรรณนาพระสูตรว่าด้วยลิงติดตั้ง

[๓๗๓] ในพระสูตรที่ ๗ บัณฑิตพึงทราบวินิจฉัยดังต่อไปนี้ คำว่า **ไปได้ยาก (ทฺคฺคา)** ได้แก่ ไปยาก คำว่า **เป็นที่เหยี่ยวไป (จาริ)** ได้แก่ เป็นที่สัญจร คำว่า **วางตั้งค้ำไว้ (เลป โอทฺเทหฺติ)** ความว่า พวกพรานทำดั่งผสมด้วยยางต้นไม้เหนียวเป็นต้น กำหนดว่า “ที่นั่นๆ เป็นที่เดินประจำของพวกลิง” แล้ววางไว้ที่กิ่งต้นไม้เป็นต้น คำว่า **ติดตั้ง ๕ แห่ง (ปณฺโฆทฺทิต)** ความว่า ลิงถูกตรึงในที่ทั้ง ๕ เหมือนสาแหรกอันเขาสอดไม้คานเข้าไปแล้วจับไว้ ฉะนั้น คำว่า **นอนถอนใจ (ณฺนํ เสติ)** ได้แก่ นอนถอนใจอยู่

พระสูตรที่ ๗ จบ

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระสมศักดิ์ ปิยธมโม (รังสิตสวัสดิ์)
- ว/ด/ป เกิด : วันพฤหัสบดีที่ ๖ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๐๗
- ภูมิลำเนาที่เกิด : ๔๕ ตำบลทับเที่ยง อำเภอเมือง จังหวัดตรัง ๙๒๐๐๐
- การศึกษาทางโลก**
- พ.ศ. ๒๕๒๖ : ม.ศ.๕ ร.ร. ฆะดุงศิษย์พิทยา กรุงเทพมหานคร
- พ.ศ. ๒๕๕๔ : ปริญญาตรี พธ.บ. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
- พ.ศ. ๒๕๕๗ : ปริญญาตรี ศศ.บ. (รัฐศาสตร์) สาขาวิชารัฐศาสตร์
มหาวิทยาลัยรามคำแหง
- การศึกษาทางธรรม**
- พ.ศ. ๒๕๕๙ : นักธรรมชั้นเอก วัดกระโจิมทอง อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี
- ประสบการณ์การทำงาน**
- พ.ศ. ๒๕๓๒ : ครูสอนพระปริยัติธรรม วัดอัมพวัน อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง
- พ.ศ. ๒๕๕๗ : ก่อตั้ง ศูนย์ปฏิบัติธรรม อาศรมปิยธรรมาราม อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง
- ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม**
- พ.ศ. ๒๕๕๙ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี”
อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
- พ.ศ. ๒๕๖๐ : ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา รวม ๗ เดือน ๓ สำนักได้แก่
ก.ค.-พ.ย. (๔ เดือน) ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” จังหวัดนครราชสีมา
พ.ย.-ธ.ค. (๑ เดือน) ณ วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) จังหวัดอุดรธานี
ธ.ค.-ก.พ. (๒ เดือน) ณ “Mahasri Meditation Center”
สาธารณรัฐแห่งสหภาพพม่า
- อุปสมบท** : วันที่ ๑ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๗
- สังกัด** : วัดชัยภูมิสถิตย์ ตำบลทุ่งค่าย อำเภอย่านตาขาว จังหวัดตรัง ๙๒๑๔๐
- ปีที่เข้าศึกษา** : พุทธศักราช ๒๕๕๙
- ปีที่สำเร็จการศึกษา:** พุทธศักราช ๒๕๖๑
- ที่อยู่ปัจจุบัน** : วัดกระโจิมทอง ตำบลวัดชลอ อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ๑๑๑๓๐
- โทรศัพท์** : ๐๘๙-๗๔๗-๑๗๘๐
- E-mail** : Piyathammo2557@gmail.com