

ฌานในฐานะเป็นบาทฐานของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
A Study of Jhana as the Foundation in Vipassana Meditation

¹พระมหาประทีป สุขเสน และ ²วิโรจน์ คุ่มครอง

¹Phramaha Prateep Suksean and ²Viroj Koomkrong

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส
Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Palisuksa Buddhagosa Campus, Thailand.
E-mail: ¹prateepsuksen@gmail.com, ²koom-krong9@hotmail.com

Received June 1, 2023; Revised September 4, 2023; Accepted October 15, 2023

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษามานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และ 3) เพื่อศึกษามานในฐานะเป็นบาทฐานของการปฏิบัติวิปัสสนา การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา และวิสุทธิมรรค เป็นต้น ปรับปรุง แก้ไข สรุปผลการวิจัยในลักษณะพรรณนา ผลการวิจัย พบว่า มานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท มาน หมายถึง การเพ่ง หรือ เฝ้า องค์มาน คือ วิตก วิจาร์ ปิติ สุข และเอกัคคตา โดยการเลือกเพ่งอารมณ์สมถกัมมัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่งที่เหมาะกับจริตของตน เมื่อสมาธิถึงขั้นอัปปนาสมาธิ จึงบรรลุปฐมมาน ฝึกสืในปฐมมานนั้นคือเข้า - ออก ในปฐมมานให้มีความชำนาญ เพื่อเป็นประโยชน์แก่องค์มานเบื้องสูง การเจริญวิปัสสนาต้องอาศัยภูมิแห่งปัญญา ที่เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ พิจารณาให้เกิดปัญญา เป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ ได้แก่ ขั้น 5 เป็นต้น เมื่อจิตให้มีความตั้งมั่นในมโนมานก่อนแล้วเจริญวิปัสสนาเพื่ออบรมจิตโดยมีจุดหมายสูงสุดอยู่ที่มรรค ผล นิพพาน เมื่อเจริญสมถภาวนาจนได้สมาธิระดับอุปปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิบรรลุปฐมมานควรเข้าปฐมมานก่อนเพื่อให้มโนมานเป็นบาท ออกจากปฐมมาน แล้วกลับมาพิจารณาสังขาร ปฏิบัติจนถึงเวทสัณญานาสัณญายตนมโนมานด้วยความเป็นวิสีและอาศัยยณิกสมาธิ ยกอารมณ์ขึ้นสู่วิปัสสนาพิจารณากำหนดรู้สภาวะธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นทางอายตนะทั้ง 6 มีวิปัสสนาภูมิเป็นอารมณ์ยังวิปัสสนาญาณ 9 ให้ปรากฏ เกิดความรู้แจ้ง เห็นจริง จิตเข้าถึงตัววิปัสสนา พัฒนาไปตามลำดับญาณ 16 บรรลุมรรค ผล นิพพาน

คำสำคัญ: ฌาน; บาทฐาน; วิปัสสนา

Abstract

The thesis focused on: (1) study Jhana in Theravada Buddhist scriptures and 2) study of Vipassana's objects for Vipassana meditation and 3) study Jhana as the base of Vipassana practice. It was documentary research, conducted by survey the Buddhist scriptures, Tipitaka, Atthakatha and Visuddhimagga text etc., then compiled, reviewed, and presented in a descriptive type. The result found that;

1. Jhana in Buddhist sense refers to the contemplation or burning. Its components are initiated implication, sustained application, rapture, happiness, and one-pointedness. For practice,

one must choose any meditative objects which fit to one own character, with complete firm concentration, he will enter first absorption, i.e., in-out breath exercise with skills for advance higher absorption.

2. The insight meditation relies on wisdom's objects called as Vipassanabhumi, the objects of insight observing which is five aggregates etc., The insight practitioner, with still concentration in Jhana at first, continues insight practice for higher advance of mentality training for the aim of complete realization, the Nibbana attainment.

3. When one, with complete meditation of Upacara or Appamana level, enters the first Jhana as its base, then he quits that Jhana, observing all mental formations from first Jhana upto Nevasaṅkhaṇasaṅkhaṇayatana stage with skillfulness and focusing on temporary concentration, observing all formed objects arising from six sensual doors, carrying on such objects, then enters into nine insight knowledge, then his complete realization or enlightenment will be obtained through the steps of 16 insight knowledge.

Keywords: Jhana; Foundation; Vipassana meditation

บทนำ

พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้จนุตตมสัมมาสัมโพธิญาณ พระองค์เป็นผู้ทรงเห็นธรรมอันเป็นส่วนที่สุตสันต์แห่งชาติที่ทำให้หลุดพ้นจากกิลเลสอาสวะทั้งปวงโดยสิ้นเชิงด้วยการปฏิบัติธรรมเพื่ออบรมจิตและพัฒนาปัญญา ทรงเป็นผู้ประเสริฐประกอบด้วยปัญญาธิคุณอันยิ่งใหญ่ ทรงสั่งสอนเวไนยสัตว์ตามจริตนิสัยของผู้ฟังเพื่อให้สามารถรู้จริงเห็นจริง โดยทรงชี้แนวทางมัชฌิมาปฏิปทาโดยปฏิบัติในอริยมรรคมีองค์ 8 อันเป็นปฏิบัติที่ก่อให้เกิดจักขุญาณ เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ และเพื่อพระนิพพาน

พระองค์เมื่อทรงแสดงพระธรรมเทศนาแก่บุคคลใดก็ตามจะต้องมีเหตุเกิดขึ้นเสมอ ซึ่งอาจจะมีเหตุการณ์ที่กำลังจะเกิดขึ้นในขณะนั้นบ้าง เกิดจากการที่พระองค์ทรงต้องการตรัสรู้สั่งสอน เป็นไปตามจิตอุปนิสัยของผู้ต้องการถามปัญหา และก่อนที่จะทรงแสดงทุกครั้งจะทรงพิจารณาก่อนว่าบุคคลที่รับฟังพระธรรมเทศนานั้นมีประวัติความเป็นมาอย่างไร ควรแสดงธรรมด้วยเนื้อหาสาระและนำเสนออย่างไร เป็นต้น ซึ่งโดยส่วนใหญ่เมื่อได้ฟังธรรมจากพระองค์แล้วย่อมได้ผลคือการบรรลุธรรมส่วนพระพุทธานุภาพที่สำคัญในทางพระพุทธศาสนามี 2 อย่าง คือ (1) การศึกษาทางภาคปริยัติหรือเรียกว่าคันถธุระเป็นการเรียนรู้ทรงจำพระสูตรแล้วบอกกล่าวให้ผู้อื่นรู้ตาม (2) วิปัสสนาธุระเป็นภาคในการปฏิบัติธรรมเช่นการปฏิบัติตามแนวทางแห่งสมถภาวนาเป็นอุบายเพื่อให้จิตใจมีความสงบตั้งมั่นและวิปัสสนาภาวนาเพื่อให้เกิดปัญญาญาณรู้แจ้งธรรมตามความเป็นจริงของสังขารตามหลักพระไตรลักษณ์ในเรื่องของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาคือ การเห็นด้วยปัญญาญาณตามความเป็นจริงเป็นวิธีปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงเพื่อบรรลุอุบายธรรมเพื่อกระทำให้แจ้งนิพพานซึ่งทางนี้คือสติปัฏฐาน 4 เป็นปฏิบัติทางดำเนินไปสู่การปฏิบัติเพื่อจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนา

ในปัจจุบันศาสนาพุทธเจริญรุ่งเรืองแต่ผู้ปฏิบัติยังเข้าไม่ถึงธรรมที่แท้จริงโดยเฉพาะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาและประกอบกับทางผู้ทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ต้องการนำหลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาไปเผยแผ่แก่คนรุ่นหลังๆ ได้อย่างถูกต้องไม่หลง เกี่ยวกับฐานในฐานะเป็นบาทฐานของการทั้งหลายได้รู้ตามว่าโดยองค์ธรรมคือมรรคมีองค์ 8 ว่าโดยย่อ คือ ศีล สมาธิ ปัญญาหรือไตรสิกขาอันเป็นสายกลางแห่งการปฏิบัติหรือมัชฌิมาปฏิปทา ซึ่งมีสัมมาทิฐิเป็นปัญญาเห็นชอบในอริยสัจ 4 (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) และการปฏิบัติตามหนทางแห่งอริยมรรคมีองค์ 8 คือการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาซึ่งเป็นอุบายวิธีสำหรับฝึกจิตให้เกิดปัญญารู้แจ้งตามความเป็น

จริงการเข้าถึงจุดสูงสุดของการเจริญภาวนาในทางพระพุทธศาสนาคือการบรรลุมรรคผลและนิพพานซึ่งพระพุทธองค์ทรงค้นพบวิธีนี้นั้นคือการเจริญวิปัสสนาภาวนาที่สามารถปฏิบัติให้เห็นผลจริงได้ในปัจจุบันซึ่งมีพระอริยเจ้าสามารถพิสูจน์จนเห็นประจักษ์แจ้งแล้วนำมาเผยแผ่สืบทอดต่อกันมาจนถึงปัจจุบันตั้งพระพุทธพจน์ตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลายธรรมสองอย่างเหล่านี้เป็นเหตุเกิดปัญญารธรรมสองอย่างนี้ได้แก่สมถะและวิปัสสนา”

การเจริญภาวนาหรือการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากรรมฐานจึงมีอยู่ 2 ประการคือ (1) สมถภาวนาหรือสมถกรรมฐานคือกรรมฐานเป็นอุบายสงบใจได้แก่การปฏิบัติธรรมด้วยการบริกรรมเป็นการบำเพ็ญเพียรทางจิตโดยใช้สติเป็นหลักมุ่งให้จิตสงบระงับจากนิเวศซึ่งเป็นตัวขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุความดีเป็นสำคัญเป็นอุบายวิธีที่หยุดความฟุ้งซ่านแห่งจิตซึ่งมักจะฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ต่างๆกล่าวคือหยุดความคิดของจิตไว้โดยใช้สติยึดตั้งอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งมาบริกรรมจนกระทั่งจิตเป็นสมาธิแนบแน่น ทำให้นิเวศกิเลสสงบระงับลงได้ไม่ฟุ้งซ่านมันคนั่นเอง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) ผลสำเร็จสูงสุดของการเจริญสมถะ คือฌานแปลว่าการเพ่งคือภาวะจิตที่เพ่งอารมณ์จนแน่วแน่มถึงขั้นอัปปนาสมาธิ (2) วิปัสสนาภาวนาหรือวิปัสสนากรรมฐานคือการอบรมปัญญาเพื่อให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริงได้แก่การปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในชั้น 5 ว่า เป็นตัวทุกข์ เป็นสภาวะไม่เที่ยงเป็นทุกข์ทนได้ยากไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนถ้าใช้ตัวตนของเราจริงๆ เราก็ต้องบังคับบัญชาได้เช่นไม่ให้แก่ไม่ให้เจ็บไม่ให้ป่วย เป็นต้น การเจริญภาวนาจึงเป็นการฝึกอบรมทางด้านจิตใจเป็นการบริหารและพัฒนาจิตหรือที่เรียกว่าจิตตภาวนาซึ่งหมายถึงการคุ้มครองรักษาจิตด้วยการฝึกอบรมอยู่เนืองๆเพื่อลดความกระวนกระวายและเพื่อให้จิตมีความเข้มแข็งก่อให้เกิดสุขภาพจิตที่ดีการเจริญภาวนาจึงมีอยู่ในทุกศาสนาแต่การเจริญภาวนาที่เป็นไปเพื่อให้เกิดปัญญาพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงมีอยู่ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

ผลของฌานแบ่งเป็น 2 ระดับ ได้แก่ 1) รูปฌาน ผลของรูปฌานจำแนกอารมณ์ มี 4 ระดับตามอารมณ์ที่ประณีตขึ้นตามลำดับ คือ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ได้แก่สภาวะจิตเพ่งอารมณ์จนแน่วแน่มโดยอาศัยรูปธรรม ไม่มีการเปลี่ยนแปลงอารมณ์ จิตเป็นสมาธิแน่วแน่มไปตามลำดับเริ่มแต่อุปปจารสมาธิ เป็นจิตระงับนิเวศทั้ง 5 ที่เป็นธรรมเครื่องรบกวนจิต เมื่อจิตยึดหรือเกาะอยู่ในรูปหรือวัตถุนั้นมากทำให้จิตมีกำลังมากขึ้นจนถึงอัปปนาสมาธิ อันเป็นสภาวะที่เรียกว่าฌานจิต ในขณะนั้นเรียกว่าผู้เข้าฌานหรือดำรงจิตอยู่ในฌาน เมื่อจิตไม่ตกจากสมาธิ กำลังแห่งสมาธิก็จะเพิ่มขึ้นไปโดยตามลำดับ 2) อรูปฌาน คือการเพ่งอารมณ์ (นามธรรม) เป็นอารมณ์ มี 4 ระดับคือ อากาสานัญจายตนฌาน วิญญูณัญจายตนฌาน อาภิญญัญจายตนฌาน และ เนวสัญญานาสัญญายตน ฌาน รูปฌาน 4 และอรูปฌาน 4 ของบุคคลบางจำพวกในศาสนา นี้ มีความที่มีจิตเป็นอารมณ์เป็นหนึ่งเป็นประโยชน์ รูปฌาน 4 และอรูปฌาน 4 ของบุคคลบางพวก เป็นบาทฐานแห่งวิปัสสนา รูปฌาน 4 และอรูปฌาน 4 ของบุคคลบางพวก เป็นบาทฐานแห่งอภิญญา รูปฌาน 4 และอรูปฌาน 4 ของบุคคลบางพวก เป็นบาทฐานแห่งนิโรธ รูปฌาน 4 และอรูปฌาน 4 ของบุคคลบางพวก มีก้าวลงสู่สภาพเป็นประโยชน์

ผู้วิจัยพิจารณาเห็นว่า ฌานในฐานะเป็นบาทฐานการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นควรศึกษาอย่างยิ่ง เพราะฌานเหล่านี้บังเกิดกับพระพุทธเจ้าโดยตรงก่อนการบรรลุธรรมเกิดขึ้นแล้ว ณ โคนต้นโพธิพฤกษ์ได้เป็นบาทฐานแห่งวิปัสสนาด้วย เป็นบาทแห่งอภิญญาด้วย เป็นบาทแห่งนิโรธด้วย บันดาลกิจทั้งปวงให้สำเร็จด้วย บัณฑิตพึงทราบว่ อำนาจให้คุณทั้งที่เป็นโลกียะและโลกุตระ ประกอบกับโดยพื้นฐานของพระภิกษุในศาสนานี้คุ้นเคยเรื่องฌานเป็นอย่างดีแต่ไม่รู้วิธียกระดับเป็นฌานสู่วิปัสสนาเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด อันได้แก่ มรรค ผล นิพพาน ผู้จัดทำวิทยานิพนธ์นี้จึงมีความสนใจอย่างยิ่งเพราะเป็นเรื่องใกล้ตัวสัมผัสได้ด้วยบุญบารมีที่แตกต่างกันไปแต่ละบุคคลจะนำหลักธรรมอันองค์พระพุทธเจ้าได้รู้แจ้งเห็นจริงมาเผยแผ่ต่อไป

1. เพื่อศึกษาฉานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษาวิปัสสนาภูมิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
3. เพื่อศึกษาฉานในฐานะเป็นบาทฐานการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การทบทวนวรรณกรรม

ความสำคัญของการศึกษาวิเคราะห์ฉานในฐานะบาทฐานของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ดังนั้น ความสำคัญของฉานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ฉาน มีความหมาย 2 ประการ คือ 1) สภาวะกำจัด คือ กำจัดนิวรณ์ด้วยการข่มไว้ 2) สภาวะเพ่ง คือเพ่งอารมณ์มีกสิณเป็นต้น หรือเพ่งไตรลักษณ์ (พระโฆสเถระ, 2558) หรือฉาน หมายถึง การเพ่ง เฝ้า เป็นอาการของการจดจ่ออารมณ์ โดยมีอารมณ์ใด อารมณ์หนึ่งซึ่งเป็นอารมณ์เพ่ง พินิจ การเพ่ง การจดจ่อนั้น ถ้าเป็นศัพทพจน์จะหมายถึง กิริยาของสัตว์ก็ได้ ไม่ได้หมายถึงกิริยาของการ เจริญฉานอย่างเดียวเท่านั้น เช่น กิริยาของสัตว์จดจ่อหาอาหาร เป็นต้น ไม่ได้มีจุดประสงค์ให้เปลี่ยนแปลงใน เรื่องของจิตหรือนาม เพราะฉะนั้นการเจริญฉานนั้น หมายถึง การเพ่ง การเฝ้าบาปธรรม คือ นิวรณ์ธรรมอันเป็น ข้ำศึกของจิต อารมณ์สมถกัมมัฏฐานทั้ง 40 ประการนั้น ผู้บำเพ็ญสามารถนำมาเป็นอารมณ์สมถกัมมัฏฐานให้เกิด บรรลุถึงฉานสมาบัติได้ 30 ประการ อีก 10 ประการ ไม่สามารถนำมาเป็นอารมณ์บำเพ็ญให้เกิดฉานได้ (พระ พรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร), 2545)

การปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวเจริญสติปัฏฐาน 4 มีประโยชน์ในการควบคุมสภาพจิตใจ ทำให้มีร่างกายและ จิตใจปลอดโปร่ง เป็นสมาธิ ลดละพฤติกรรมต่างๆ ที่ผิดพลาดลงไปได้ และประโยชน์ของการฝึกฝน สามารถนำ ความรู้ที่เกิดขึ้นจากการสัมผัสแหล่งเรียนรู้และสามารถเพิ่มทักษะในการนำไปปฏิบัติได้จริง เมื่อเข้าใจแล้วจึงลงมือ ปฏิบัติคือ ทดลองฝึกปฏิบัติตามที่ได้เรียนมา และการปฏิบัตินี้จะนำไปสู่ความรู้แจ้งเห็นจริง (Damnoen et al., 2021) การบูรณาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาไปใช้ในการดำเนินชีวิตในการพัฒนาพฤติกรรมของตนเองได้ อย่างเหมาะสม (พระอรรถชาติ เดชดำรง, 2566) จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำไปใช้ด้วยความรอบคอบ (Tan & Damnoen, 2020) ในการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้มีสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา (โยตะ ชัยวรมันกุล และคณะ, 2566) ความรู้ ควบคู่กับการมีคุณธรรม จริยธรรม เป็นการปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรม เพื่อการ ดำเนินชีวิตอย่างสุขสงบ (ปรียพร วิศาลบุรณ์ และคณะ, 2566)

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) มีลำดับการวิจัยดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) อัน ได้แก่ คัมภีร์ พระไตรปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. 2539 อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส
2. ค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ เอกสาร ตำรา และ งานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องซึ่งส่วนใหญ่เป็นวิทยานิพนธ์และดุษฎีนิพนธ์ ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนาเถรวาท
3. กำหนดประเด็นเพิ่มเติม หรือรายละเอียดอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยการขอคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิ และคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง
4. วิเคราะห์ และสรุปคำตอบปัญหาการวิจัย ตามคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิ และคณาจารย์ที่มีความ เชี่ยวชาญเฉพาะทาง
5. ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์
6. ปรับปรุง แก้ไขเนื้อหา และนำเสนอรายละเอียดที่สมบูรณ์ต่อไป

ผลการวิจัย

ฌานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ฌานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท หมายถึง การเพ่ง หรือ เฝ้า เป็นกิริยาของการทำจิตให้ จดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยการเลือกเพ่งอารมณ์สมถกรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่งที่เหมาะสมกับจริตของตน เมื่อสมาธิถึงขั้นอุปนาสมาธิ จึงบรรลุปฐมฌาน หมายถึง การสกัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย ฌานสมาธิในปฐมฌานนั้น คือ เข้า - ออก ในปฐมฌานให้มีความชำนาญ เพื่อเป็นประโยชน์แก่องค์ฌานเบื้องสูงตั้งแต่อาภาสญาณจนตถฌาน ถึงเนวสัญญานาสัญญายตนฌาน ความสำคัญของฌาน คือนำมาเป็นบาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เพื่อให้เกิดปัญญาตามลำดับโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ บรรลุ มรรค ผล นิพพาน และฌาน มีองค์ประกอบ คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข และเอกัคคตา องค์ฌานจะลดน้อยลงตามลำดับและเหลือเพียงอุเบกขาและเอกัคคตา ในฌานชั้นสูง ซึ่งมีความปราณีตและละเอียดกว่า (พระพุทธโฆสาจารย์, 2558) หลักการและวิธีการเจริญฌาน คือ กำหนดบริกรรมจนจิตตั้งมั่นเป็นอุปปาสนาสมาธิ และอุปนาสมาธิที่รู้เห็นปฏิภาคนิมิต ประคองปฏิภาคนิมิต เมื่อจิตปราศจากนิวรณ์และอกุศลแล้ว จึงบรรลุปฐมฌาน จากนั้นฝึกความชำนาญหรือความเป็นวสี ให้เกิดขึ้นในปฐมฌานนั้น ๆ ก่อน แล้วจึงเจริญฌานชั้นต่อไป โดยวสี มี 5 อย่าง คือ 1) อาวัชชนวสี คือ ความสามารถในการพิจารณาองค์ฌาน ด้วยมโนทวารวชิชชนจิต 2) สมาปัชชนวสี คือ ความสามารถในการเข้าฌาน 3) อธิฐฐานวสี คือ ความสามารถในการเข้าฌานดำรงอยู่ตามกำหนด 4) วุฏฐานวสี คือ ความสามารถในการออกจากฌานตามกำหนด 5) ปัจจเวกชนวสี คือ ความสามารถในการพิจารณาองค์ฌานด้วยชนจิต ซึ่งอารมณ์สมถกรรมฐาน 40 กอง มีเพียงกสิณ 10, อสุภะ 10, กายคตาสติ 1, อานาปานสติ 1, อัปปมัญญา 4 และ อรูปฌาน 4 ที่สามารถนำมาเป็นอารมณ์ให้จิตบรรลุถึงระดับฌาน และเมื่อทำให้เกิดวสีชำนาญในปฐมฌาน เป็นต้น เมื่อนำฌานเป็นบาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา รู้แจ้งในอริยสัจ 4 ตามลำดับโพธิปักขิยธรรม 37 บรรลุโลกุตตรธรรม 9 และด้วยความหลุดพ้นแห่งจิตด้วยกำลังแห่งสมาธิ เรียกว่า เจโตวิมุตติ อาณิสสของการเจริญรูปฌานจะนำไปเกิดในรูปภูมิ 16 ภูมิใดภูมิหนึ่งตามลำดับของฌาน โดยเมื่อเจริญรูปฌาน 4 การได้ปฐมฌานอย่างสามัญ จะไปบังเกิดในรูปภูมิชั้นพรหมปริสัชชาภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้เป็นบริวารของท้าวมหาพรหม มีอายุประมาณ 1 ใน แห่งกับ กัป หมายถึง กาลกำหนดช่วงระยะเวลายาวนานเหลือเกิน ที่กำหนดว่า โลก คือ สกलจักรวาลประลัยครั้งหนึ่ง เป็นต้น และเมื่อเจริญอรูปฌาน 4 หากอรูปฌานไม่เสื่อม เมื่อตายไปจะนำไปเกิดในอรูปภูมิ ภูมิใดภูมิหนึ่งตามลำดับของฌาน อรูปฌานที่ 1 คือ อาภาสญาณจนตถฌาน จะไปบังเกิดในอรูปภูมิ ชั้นอาภาสญาณจนตถภูมิ เป็นที่อยู่ของพรหมผู้เข้าถึงภาวะมีอากาศไม่มีที่สุด มีอายุประมาณ 20,000 กัป เป็นต้น

วิปัสสนาภูมิในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การปฏิบัติวิปัสสนาต้องอาศัยอารมณ์วิปัสสนา หรือภูมิแห่งปัญญา ที่เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ เป็นพื้นที่ในการเจริญปัญญา เมื่อต้องการทำงานอย่างใดอย่างหนึ่งให้สำเร็จ จะต้องมิตัวยึดเหนี่ยวจิต สิ่งหนึ่งเหนี่ยวจิต สิ่งที่ยึดจิตไว้ พิจารณาให้เกิดปัญญา วิปัสสนาภูมิเป็นสิ่งที่ต้องกำหนดรู้ ได้แก่ ชั้น 5 อายุตนะ 12 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท 12 เมื่อก้าวถึงวิปัสสนา ต้องใช้วิปัสสนาภูมิเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติจึงจะเกิดเป็นวิปัสสนาญาณ ด้วยหนทางสู่ความดับทุกข์ คือ มรรคอริยสัจ เป็นหนึ่งใน อริยสัจ 4 เรียกอีกอย่างว่า ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา หรือการลงมือปฏิบัติเพื่อให้พ้นจากทุกข์ ประกอบด้วยอริยมรรคมีองค์ 4 นี้เป็นทางสายกลาง คือเป็นข้อปฏิบัติอันพอดีที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น โดยพิจารณาธรรมตามหลักสติปัฏฐาน 4 พิจารณา “ชั้น 5” ว่าสังขารเป็นสิ่งที่ปรุงแต่ง ไม่เที่ยงและก่อให้เกิดทุกข์หลายอย่างไม่ว่าจะเป็นความอยาก ความยึดมั่นถือมั่นในตนเอง ชั้น 5 หมายถึง

กองนามธรรมและรูปธรรม 5 อย่างที่ก่อให้เกิดชีวิตที่เรียกว่าสังขาร สังขารประกอบด้วยรูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ที่รวมกันกลายเป็นชีวิต สามารถแยกออกได้เป็นส่วนที่เป็นรูปคือร่างกาย และส่วนที่เป็นนาม คือ ส่วนที่เป็นความคิดและความรู้สึกที่ก่อให้เกิดทุกข์ และอายตนะ 12 เช่น จักขุที่เป็นอายตนะภายในและรูปที่เป็นอายตนะภายนอก คือ ทั้งสองนั้นเป็นธรรมว่าง ชื่อว่ามีส่วนเสมอกันกับภาวะแห่งอายตนะภายใน 6 เป็นต้น ชื่อว่ามีส่วนไม่เสมอกันกับอายตนะเหล่านี้ วิญญาณเป็นตัวรู้อารมณ์ที่มากระทบ เป็นต้น วิญญาณกายา คือ หมวด วิญญาณที่กระทบกันแล้วทำให้เกิดวิญญาณ ทำให้เกิดการต่อ หรือที่เกิดเป็นที่ประชุม และธาตุ 18 เป็นความเป็นไป ทั้งมวลในสรรพสิ่งที่มีชีวิต เป็นการประชุมพร้อมกันของธาตุ 18 และการจะรู้ว่าธาตุนั้น ตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตถ์ตน การที่จะเห็นได้อย่างชัดเจนนั้น ก็ต้องเห็นด้วยธรรมจักขุเท่านั้น ดังนั้น การศึกษาธาตุ 18 ในภาคปริยัติจึงเป็นเพียงพื้นฐานให้พอเข้าใจ และศึกษาเพิ่มเติมในภาคปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และอินทรีย์ 22 การให้กำหนดสำรวจอินทรีย์ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะมีผลก้าวหน้าหรือไม่ จะดูที่อินทรีย์ มีสติให้รู้ทันอารมณ์ เกิด - ดับ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตถ์ตน ได้อย่างชัดเจน รวดเร็วยิ่ง ไม่ให้ครอบงำเสียซึ่งปฏิบัติจริยธรรม เป็นธรรมฝ่ายตรงข้ามการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และการปรับอินทรีย์ให้เสมอกัน คือ การปรับศรัทธาให้เสมอกับปัญญา และปรับปัญญาให้เสมอกับศรัทธา ปรับวิริยะให้เสมอกับสมาธิ และปรับสมาธิให้เสมอกับวิริยะ ส่วนสตินั้นยังมีเท่าไรก็ยังไม่ดีไม่มีคำว่าเกิน และปฏิจจนสมุပ္บาท 12 เปรียบเสมือนกงล้อ มีเหตุมีปัจจัย ให้เกิดการหมุน การสืบต่อดำเนินไป พระพุทธเจ้าทรงทำลายเหตุให้เกิดทุกข์ เช่น ทุกข์เกิดขึ้นเพราะมีปัจจัย 12 เรื่องเกิดขึ้นสืบ ๆ เนื่องกันมาตามลำดับ เพราะชั้น 5 เป็นตัวทุกข์เพราะมีอวิชชาเป็นปัจจัยสังขารจึงมี เพราะฉะนั้นสิ่งมีชีวิตทั้งมวลเกิดมาด้วยความไม่รู้ เรียกว่า อวิชชาเป็นมูลเหตุ เพราะมีเกิด จึงมีชราและมรณะเป็นที่สุด การเจริญวิปัสสนาเพื่อดับวงจรปฏิจจนสมุပ္บาท ไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป และอริยสัจ 4 ทุกขอริยสัจ หมายถึง เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นทุกข์เป็นสิ่งที่นำมาซึ่งความไม่พอใจ ควรกำหนดรู้ สมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์ ควรละ นิโรธ ความดับทุกข์ ควรทำให้ประจักษ์แจ้ง และมรรค หนทางแห่งความดับทุกข์ ควรทำให้เจริญขึ้น จะถือว่าเห็นอริยสัจ ไม่ได้หากไม่เห็นด้วยภาวนาญาณ เป็นการเห็นชั้น 5 เป็นทุกข์ อริยสัจจะปรากฏขึ้นในมรรคจิต สภาพของทุกขอริยสัจ จะทำประโยชน์ให้แก่บุคคลผู้เข้าไปรู้เพื่อหน่าย สภาวะธรรมแต่ละอย่างได้ชัดเจนว่า มีเพียงรูปนามที่ไม่ใช่บุคคล เรา ของเราบุรุษหรือสตรี และผู้ที่ได้เจริญสติปัฏฐาน 4 อย่างถูกต้องแล้ว ย่อมได้รับอานิสงส์มากมาย เหลือล้นพ้นที่จะนับที่จะประมาณ เมื่อจะกล่าวโดยย่อๆ แล้วมีอานิสงส์ คือ 1) สติทันปัจจุบัน 2) เห็นรูปนาม 3) เห็นพระไตรลักษณ์ 4) ได้มรรค ผล นิพพาน (พระธรรมธีรราชมหิ (โชตก ญาณสิทธิ ป.ธ. 9) ,2548)

ฐานในฐานะเป็นบาทฐานของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การปฏิบัติสมถกรรมฐานเบื้องต้นเมื่อจิตสงบขั้นอุปจารสมาธิ ถึงอัปปนาสมาธิเป็นที่สุด เพราะละนิวรณ์ได้ บรรลุปฐมฌานตามลำดับ เรียกว่า องค์ฌาน 5 ปรากฏ คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข และเอกัคคตาจิต เป็นการละกิเลสด้วยการข่มไว้ด้วยองค์ฌานเรียกว่า วิกขัมภนปหาน เมื่ออาศัยฌานเป็นบาทฐานเจริญวิปัสสนา คือออกจากปฐมฌานแล้วพิจารณาสภาพธรรม คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นต้น การพิจารณาในทุติยฌาน ถึงเนวสัญญานาสัญญายตนฌานก็ทำนองเดียวกัน ซึ่งเมื่อบรรลุในระดับรูปฌาน คือจตุตถฌาน ไม่มีทุกข์ ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขา พิจารณาสภาพธรรม คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นดังหัวฝี เป็นดังลูกศร ไม่มีสุข เป็นอาพาธ เป็นของผู้อื่น เป็นของขำรุ่ด ว่างเปล่า เป็นอนัตตา ยังจิตให้ตั้งอยู่ด้วยธรรมเหล่านั้น โน้มจิตไปเพื่อมตธาตว่าสงบ ประณีต คือ ธรรมเป็นที่สงบแห่งสังขารทั้งปวง ความสะละคืนอุปธิทั้งปวง ความสิ้นค้นหา ความคลายกำหนด ความดับ นิพพาน ย่อมถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย และก่อนที่จะเจริญอรูปฌานจะต้องเจริญจตุตถฌานให้เกิดความชำนาญเป็นวสีก่อนแล้วจึงเพ่งอากาศอันไม่มีที่ที่สุดเป็นอารมณ์หรือเอาอากาศเป็นนิมิตนั้นอยู่บ่อย ๆ ว่า อา

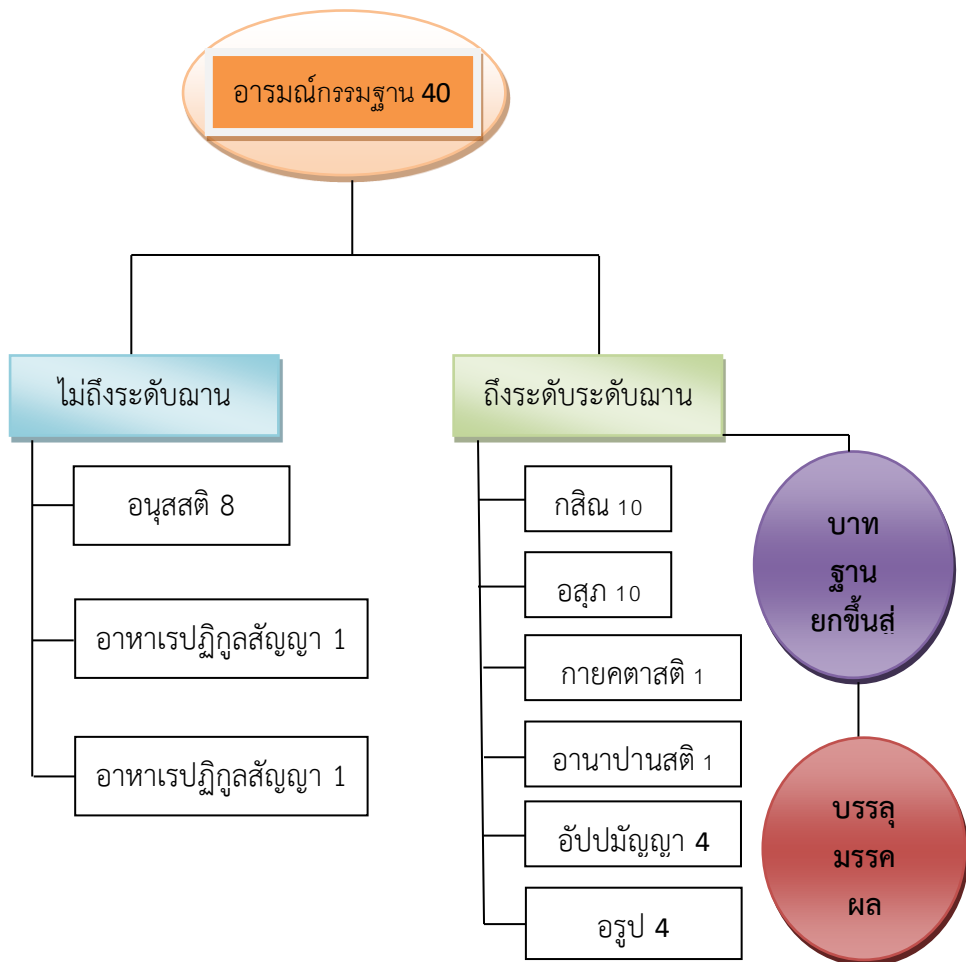
กาโส ๆ เป็นต้น กลืนเป็นอารมณ์รวมเป็น 9 อย่าง มี ดิน น้ำ ลม ไฟ, วรรณะกลืน 4 ประการและอาโลกกลืน พิจารณาอยู่อย่างนี้ ย่อมรู้ชัดว่า แม้อากาสาณูจายตนสมาบัติอันเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น สิ่งใดสิ่งหนึ่งอันเหตุปัจจัย ปรุงแต่งขึ้น สิ่งนั้นไม่เที่ยง มีความดับไปเป็นธรรมดา ตั้งอยู่ในธรรม คือ สมถะและวิปัสสนานั้น ย่อมถึงความสิ้นไป แห่งอาสวะทั้งหลาย และวิญญูณูจายตนสมาบัติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เมื่อมีวิสัณขะทั้ง ๕ ในอากาสาณูจายตนสมาบัติมาก่อนแล้ว จึงเจริญวิญญูณูจายตนสมาบัติ เมื่อพยายามเจริญอยู่อย่างนี้เรื่อย ๆ ไปในอากาสาณูจายตนสมาบัติ จนจิตใจปราศจาก นิกันตัตถา (ความติดใจยินดี) ในกสิณสมาธิภาวนา คือ อากาสาณูจายตนสมาบัติ เมื่อเจริญภาวนาต่อไปในอากาสาณูจายตนสมาบัติที่เป็นนิมิตกรรมฐานสูญหายไปจากใจ ก้าวล่วงอารมณ์ที่เป็นอากาสาณูจายตนสมาบัติ ซึ่งแนบแน่นในจิตใจเสียได้ในเวลาใดแล้ว เวลานั้นอากาสาณูจายตนสมาบัติก็ปรากฏยึดเอาอากาศ(อากาโส) เป็นอารมณ์ขึ้นแทน จิตที่มีอากาสาณูจายตนสมาบัติเป็นอารมณ์ มีชื่อว่า วิญญูณูจายตนสมาบัติ จิตที่ได้วิญญูณูจายตนสมาบัติ เรียกว่า วิญญูณูจายตนสมาบัติ ความสิ้นตัณหา ความคลายกำหนัด ความดับ นิพพาน ตั้งอยู่ในวิญญูณูจายตนสมาบัตินั้น ย่อมถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย การเจริญให้ถึงอากิณฺณูจายตนสมาบัติ เป็นทำนองเดียวกับวิญญูณูจายตนสมาบัติ กล่าวคือ เมื่อได้พยายามบริกรรม นัตถิ กิณฺณูจ (นิคหนึ่งก็ไม่มี) อยู่เรื่อย ๆ การได้วิสัณขะในสมาธิ เรียกว่า อากิณฺณูจายตนสมาบัติ จนจิตใจปราศจากความติดใจยินดีในอากาสาณูจายตนสมาบัติ ครั้นเจริญสมาบัติที่เป็นนิมิต-กรรมฐานสูญหายไปจากจิต ก้าวล่วงอารมณ์ที่เป็นอากาสาณูจายตนสมาบัติ ย่อมพิจารณาเห็นธรรมทั้งหลาย คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญูณ โดยความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นดังหัวฝี เป็นดังลูกศร ไม่มีสุข เป็นอาหาร เป็นของผู้อื่น เป็นของขำระ ว่างเปล่า เป็นอนัตตา ยังจิตให้ตั้งอยู่ด้วยธรรมเหล่านั้น พิจารณาเห็นโทษในสมาบัติเบื้องต้น เห็นอนิสสแห่งสมาบัติเบื้องต้น เพื่อเจริญเนวสัญญานาสัญญายตนสมาบัติต่อไป การยกอารมณ์สมาบัติในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา การเจริญสมาบัติเบื้องต้นสำหรับในพระภาวนาภิธาน มีศีลเป็นเครื่องรักษาต่อจากนั้น เริ่มฝึกสติในอิริยาบถต่าง ๆ มียืน เดิน นั่ง นอน หรืออิริยาบถย่อยต่าง ๆ เช่น ในการไปข้างหน้า ถอยหลัง ฉันทอาหาร เป็นต้นสิ่งเหล่านี้เป็นการฝึกสติเตรียมพร้อมในการปฏิบัติ จากนั้นแสวงหาสถานที่เหมาะแก่การปฏิบัติ มีความสงบ เงียบจากผู้คน ไม่มีเสียงรบกวน แล้วเข้าสู่การปฏิบัติในขณะปฏิบัติต้องพยายามกำจัดนิวรณ์ทั้งหลายที่เกิดขึ้น บำเพ็ญสมณธรรมไปตามลำดับจิตสมาธิไปตามลำดับตั้งแต่ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ เข้าสู่สมาบัตินั้น ครั้นออกจากสมาบัติแล้วพิจารณาเห็นความไม่เที่ยง เมื่อพิจารณาเห็นโทษในสมาบัติเบื้องต้น เห็นอนิสสแห่งสมาบัติเบื้องต้น ผลที่เกิดขึ้นจากการยกอารมณ์สมาบัติขึ้นสู่วิปัสสนาภาวนา เมื่อสภาพที่มหากุศลสมาธิสัมปยุตตจิตเกิดขึ้นประจักษ์แจ้งลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมที่แยกขาดจากกันทีละอารมณ์ ปรากฏสภาพที่สูญเปล่าจากตัวตน ไม่มีอัตตสัญญาที่เคยทรงจำสภาพธรรม เมื่อสภาพธรรมขณะนั้นปรากฏในลักษณะที่เป็นอนัตตา โดยมีสัญญาจดจำลักษณะที่เป็นอนัตตาของสภาพธรรมนั้น ๆ ไว้ ความเป็นอนัตตาจึงจะเริ่มมีได้ และพิจารณาธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ระลึกถึงอนัตตสัญญาที่ได้ประจักษ์แล้ว พิจารณา ลักษณะของนามธรรมและรูปธรรมอื่น ๆ ต่อไป เพราะถ้าไม่ระลึกถึงอนัตตสัญญาที่ได้ประจักษ์แล้วในนามรูปปริเฉทญาณเพิ่มขึ้น อีกอัตตสัญญาที่สะสมพอกพูนมาเนิ่นนานในสังสารวัฏฏ์ก็หมดสิ้นไปไม่ได้ และเมื่อปัญญาที่ประจักษ์แจ้งการเกิดดับสืบต่อกันอย่างรวดเร็วของนามธรรม

อภิปรายผลการวิจัย

สมาธิในฐานะบาทฐานการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาลำดับแรกต้องเลือกอารมณ์ของกรรมฐานให้ตรงกับจริตของตนนั้นเพื่อแก้จิต เช่น โทสจริต กรรมฐานที่เหมาะสมที่สุดก็คือเมตตา เป็นต้น การปฏิบัติสมณธรรมเบื้องต้นเมื่อจิตสงบขึ้นอุปจารสมาธิ ถึงอัปปนาสมาธิเป็นที่สุดเพราะละนิวรณ์ 5 ได้แล้วจึงบรรลุปฐมฌาน มีองค์ฌาน 5 คือ

วิตก วิจารณ์ ปิติ สุข และเอกัคคตาจิต เป็นการละกิเลสด้วยการข่มไว้ด้วยองค์ฌานเรียกว่า วิกัมภณพหาน ต่อเมื่อฝึกวิปัสสนาอาศัยฌานเป็นบาทฐานเจริญวิปัสสนาภายหลังตามแนวสติปัฏฐาน 4 กาย เวทนา จิต ธรรม จนสำเร็จเป็นอริยบุคคลที่สุดเรียกว่า ฌานลาภีบุคคล เพราะฉะนั้นการเจริญวิปัสสนานั้นเป็นการตามกำหนดรู้รูปนาม ก่อนจะออกจากองค์ฌานพึงพิจารณาสังขาร อันได้แก่ความจางคลาย ความไม่เที่ยง ความเกิด-ดับหรือธรรมารมณ์ ละอกุศล เจริญอกุศลเป็นต้น ส่วนการพิจารณาหุตยฌานถึงแนวสัญญานาสัญญายตนฌานก็ทำนองเดียวกันนี้ แต่องค์ฌานในรูปฌานปราณียิ่งกว่า คืออุเบกขาและเอกัคคตา มีเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น ก็สิ่งใดสิ่งหนึ่งอันเหตุปัจจัยปรุงแต่งขึ้น สิ่งนั้นไม่เที่ยง มีความดับไปเป็นธรรมดา พิจารณาเห็นชั้น 5 เป็นเพียงรูป-นาม ดังนั้น โยคีผู้ตั้งอยู่ในธรรม คือ สมณะและวิปัสสนานั้น ย่อมถึงความสิ้นไปแห่งอาสวะทั้งหลาย

องค์ความรู้ใหม่จากการวิจัย



จากการวิจัย พบว่า จิตที่สงบจากอกุศลเป็นสมถภาวนานั้น ต้องเป็น”กุศลจิต” ในอามรณ 40 อามรณ คือ กสิณ 10 อสุภ 10 อนุสสติ 10 อาหาเรปฏิกูลสัญญา 1 จตุธาตววัฏฐาน 1 พรหมวิหาร 4 อรูปฌาน 4 ซึ่งบางอามรณจิตสงบได้ไม่ถึงอุปจารสมาธิ บางอามรณจิตสงบได้ถึงอุปจารสมาธิ บางอามรณจิตสงบได้ถึงปฐมฌาน บางอามรณสงบได้ถึงจตุตถฌาน บางอามรณสงบได้ถึงปัญจฌาน หรือบางอามรณเป็นอามรณเฉพาะปัญจฌานเท่านั้น คือ กสิณ 10 จิตสงบได้ถึงปัญจฌาน, อสุภ 10 จิตสงบได้ถึงปฐมฌาน, อนุสสติ 10 ผู้ไม่ใช่อริยบุคคลจิตสงบได้ไม่ถึงอุปจารสมาธิ อริยบุคคลจิตสงบได้ถึงอุปจารสมาธิ ยกเว้นกายคตาสติ จิตสงบได้ถึงปฐมฌาน และอานาปาน

สติ จิตสงบได้ถึงปัญจมนาน, อัปปมัญญา 4 เมตตา กรุณา มุทิตา จิตสงบได้ถึงตติยมนาน และอุเบกขาเป็นอารมณ์ เฉพาะปัญจมนานมานเดียวนั้น, อนุสมาน 4 จิตสงบได้ถึงปัญจมนาน, อาหาเรปภิกกุลสัญญา จิตสงบได้ถึง อุปจารสมาธิ, จตุธาตวัญฐาน จิตสงบได้ถึงอุปจารสมาธิ ดังนั้นจึงมีอารมณ์เพียง 30 อารมณ์เท่านั้นที่สามารถสงบ ได้ถึงระดับมาน คือ กสิณ 10 อสุภ 10 กายคตาสติ 1 อานาปานสติ 1 อัปปมัญญา 4 และ อนุสม 4 เมื่อนำมาเป็น ฐานของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ก่อให้เกิดปัญญาตามลำดับโพธิปักขิยธรรม 37 ประการ คือ คีตัญญู ฐาน 4 สัมมปทาน 4 อิทธิบาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และอริยมรรคมีองค์ 8 บรรลุ มรรค ผล นิพพาน

สรุป

ฉาน หมายถึง การเพ่ง หรือการทำจิตให้จดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยการเลือกเพ่งอารมณ์สมกรรม ฐานอย่างใดอย่างหนึ่งที่เหมาะกับจริตของตน เป็นภาวะจิตที่มีสมาธิถึงขั้นอัปปนาสมาธิ ฉานแบ่งเป็น 2 ระดับ ได้แก่ 1) รูปฉาน มี 4 ระดับตามอารมณ์ที่ประณีตขึ้นตามลำดับ คือ ปฐมฉาน ทุตยฉาน ตติยฉาน จตุตถฉาน 2) อนุสมาน มี 4 ระดับ คือ อากาสานัญจายตนฉาน วิญญานัญจายตนฉาน อาภิญญานัญจายตนฉาน และ เนวสัญญานา สัญญาฉาน องค์ธรรมประกอบหรือองค์ฉานมีทั้งหมด 6 อย่าง คือ 1) วิตก แปลว่า ความตรึง หมายถึง การจรด หรือปักจิตลงไปในการสมาธิ หรือยักจิตใส่อารมณ์ วิตก มีในปฐมฉาน 2) วิจาร แปลว่า ความตรอง หมายถึง การพัน เคล้า หรือเอาจิตผูกพันอยู่กับอารมณ์ วิจาร มีในปฐมฉาน และมีในทุตยฉานแบบปัญจกณัย 3) ปีติ แปลว่า ความ อิ่มใจ ต็มคำ หรือเอิบอิ่ม หมายถึงเอาเฉพาะปีติ ชนิดที่แผ่เอิบอาบซาบซ่านไปทั่วสรรพางค์กาย ที่เรียกว่า ผรณาปีติ มีในฉานที่ 1 และ 2 และ 4) สุข แปลว่า ความสุข หมายถึง ความสำราญ ชื่นฉ่ำ คล่องใจ ปราศจากความบีบคั้น หรือรบกวนใดๆ มีในฉานที่ 1 ถึงฉานที่ 3 และ 5) อุเบกขา แปลว่า ความวางเฉย หรือความมีใจเป็นกลาง จัดเป็น องค์ฉานโดยเฉพาะของฉานที่ 4 และ 6) เอกัคคตา แปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์หนึ่งเดียว ได้แก่ ตัวสมาธิ มีใน ฉานทุกชั้น ผู้ได้ปฐมฉานควรกระทำสัปปะกัมมให้คล่องแคล่วก่อน เพราะการเข้าออกฉาน จะเป็นประโยชน์ หรือเป็นบาทฐานเพื่อการพิจารณาธรรมตามลำดับองค์ฉานของมรรคนี้ๆ และฉานเป็นบาทฐานในการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกอบรมปัญญาโดยมีฉานเป็นบาทฐาน เมื่อเจริญวิปัสสนาสมบูรณ์แล้ว ทำให้เกิดญาณที่ ทำให้อาสวะสิ้นไป คือ อาสวักขยญาณ ผลของอาสวักขยญาณ คือ ทำให้บรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดหมาย สูงสุดของพระพุทธศาสนา

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

ผลจากการวิจัย พบว่า ฉานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นการศึกษาสมกรรมฐาน ฐานะเป็นบาทฐาน ของวิปัสสนาภาวนา คือ เป็นฐานหรือช่วยส่งเสริม สนับสนุนวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมสามารถนำไปใช้ในการประยุกต์สอนชีวิตส่งเสริมสังคม ทำให้ใจสงบ และนำมาเป็นบาทฐานการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้เป็นการวิจัยเฉพาะกรณีฉานในฐานะเป็นบาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจึงมี ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไปดังต่อไปนี้

- 1) ศึกษา กสิณ 9 บาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- 2) ศึกษาอภิญญา 6 อานิสงส์แห่งฉานบาทฐานในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- 3) ศึกษาวิเคราะห์เปรียบเทียบฉานในพุทธศาสนาเถรวาทและลัทธิอื่น

เอกสารอ้างอิง

- ปรียพร วิศาลบุรณ, สุรัสมิ รอดมณี, เนาวนิจ พึ่งจันทร์เดช และ เบญญาภา ทนต์ประเสริฐเวช. (2566). จิตบำบัดตามแนวพุทธจิต: บทวิเคราะห์ในมิติทางการพยาบาล. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 6(1), 120-140.
- พระธรรมธีรราชมหิ (โชดก ญาณสิทธิ). (2548). *วิปัสสนากรรมฐานภาค 2*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สหธรรมิก.
- พระพรหมโมลี (วิลาส ญาณวโร). (2545). *วิมุตติรัตนมาลี เล่ม 1*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า.
- พระพุทฺธโสมเถระ. (2558). *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*. (พิมพ์ครั้งที่ 10). แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). กรุงเทพฯ: ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์.
- พระอรรถชาติ เดชดำรง. (2566). การแบ่งช่วงชั้นทางสังคม : มุมมองของศาสนาพราหมณ์-ฮินดู และพระพุทธศาสนา. *วารสารนวัตกรรมการจัดการศึกษาและการวิจัย*, 5(2), 481-492.
- มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- โยตะ ชัยวรรณกุล, พระครูโสภณวิธานวัตร, สุพัฒน์ ชัยวรรณ, สายน้ำผึ้ง รัตนงาม และ ธนัชร เกตุคง. (2566). พุทธนวัตกรรมการภาวนา 4 เพื่อเพิ่มพลังของผู้สูงอายุ อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม. *วารสารสหวิทยาการมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 6(2), 611-625.
- Damnoen, P. S., Siri, P., Supattho, P. S., & Kaewwilai, K. (2021). The Development of Student Characteristics in According to the Nawaluk Framework of the Buddhist integration of Buddhapanya Sri Thawarawadee Buddhist College. *Asia Pacific Journal of Religions and Cultures*, 5(2), 126–135.
- Tan, C. C., & Damnoen, P. S. (2020). Buddhist Noble Eightfold Path Approach in the Study of Consumer and Organizational Behaviors. *Journal of MCU Peace Studies*, 8(1), 1–20.