

บทที่ ๔

วิปัสสนูปกิเลส ๑๐

พระหัสดี กิตตินนุโท, Ph.D.
พระมหาสุภาวิชัย ปภสฺสโร

วัตถุประสงค์การเรียนรู้ประจำบท

เมื่อได้ศึกษาเนื้อหาในบทนี้แล้ว ผู้ศึกษาสามารถ

๑. บอกความหมายและหลักการปฏิบัติวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ได้
๒. บอกหัวข้อธรรมของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐ ได้
๓. บอกวิธีกำหนดสติแก่ใจสภาวะธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาได้

ขอบข่ายของเนื้อหา

- ความนำ
- ความหมายและหลักการปฏิบัติวิปัสสนูปกิเลส ๑๐
- บอกหัวข้อธรรมของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐
- วิธีกำหนดสติแก่ใจสภาวะธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนา

๔.๑ ความนำ

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน หรือการบริหารจิตนั้น มีความสำคัญและมีคุณค่าต่อวิถีชีวิตมากเพราะจะทำให้เป็นบุคคลผู้ประเสริฐขึ้น ผู้ที่มีการฝึกฝนอบรมจิตที่ถูกต้องแม้เพียงขั้นสมาธิก็ย่อมได้รับประโยชน์ไม่มากนักน้อย แต่อย่างไรก็ตาม ในขณะที่ผู้ปฏิบัติกำลังปฏิบัติอยู่นั้น ย่อมมีมากมายหลายสิ่งที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติ ซึ่งผู้ปฏิบัติยังไม่ทราบว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นบ้างหรือ มีนิมิตอะไรเกิดขึ้นบ้าง แต่อย่างไรก็ตามคำสอนในทางพระพุทธศาสนาสิ่งที่เกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐานนั้นท่าน เรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส ซึ่งเกิดขึ้นตลอดสายของการปฏิบัติ ถึงแม้ว่าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างถูกต้อง วิปัสสนูปกิเลสนี้ ก็ยังสามารถเกิดขึ้นได้แต่บางบางเป็นไปในลักษณะลดน้อยถอยลงไป และต้องมีการพิสูจน์ด้วยการปฏิบัติ จึงจะเห็นประจักษ์และเกิดความเข้าใจได้อย่างซาบซึ้ง ดังจะได้ขยายตามหัวข้อต่อไป

๔.๒ ความหมายและหลักการปฏิบัติวิปัสสนูปกิเลส ๑๐

๔.๒.๑ ความหมายของวิปัสสนูปกิเลส ๑๐

วิปัสสนูปกิเลส หมายถึง อุปกิเลสแห่งวิปัสสนา, ธรรมารมณ์ที่เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติตรุณวิปัสสนา หรือวิปัสสนาอ่อนๆ ทำให้เข้าใจผิดว่าตนบรรลุธรรมผลแล้ว เป็นเหตุขัดขวางไม่ให้ก้าวหน้าต่อไปในวิปัสสนาญาณ^๑ เป็นสภาพที่น่าชื่นชมแต่ที่แท้เป็นโทษ เป็นเครื่องเศร้าหมองแห่งวิปัสสนา หรือเรียกโดยย่อว่า อุปกิเลส คือสิ่งเข้ามามัวหมองซึ่งเป็นอุปกิเลสที่ทำให้การกำหนดรู้เห็นความเกิดและความดับตามลักษณะของญาณนี้ ไม่ชัดแจ้งและมีกำลังอ่อนไป เป็นภาวะที่น่าชื่นชมอย่างยิ่ง และไม่เคยเกิดมี ไม่เคยประสบมาก่อนจึงชวนให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดหลงยึดเอาคิดว่าอุปกิเลสนั้นเป็นทางถูก ถ้าหลงไปตามนั้นก็เป็นอันพลาดจากทางปฏิบัติหรือปฏิบัติผิดไปคือพลาดทางวิปัสสนาแล้วก็จะทิ้งกรรมฐานเดิมเสีย นั่งชื่นชมอุปกิเลสของวิปัสสนาอยู่ เป็นเหตุขัดขวางไม่ให้ก้าวหน้าต่อไป แต่อย่างไรก็ตาม หากเราผู้ปฏิบัติ ปฏิบัติวิปัสสนาโดยตรง หรือผ่านจากสมณะขึ้นมาสู่วิปัสสนา ได้พบสิ่งเหล่านี้แล้ว แสดงว่าเราะนั้นได้มาถึงปากทางแห่งพระนิพพานแล้วถ้าหากว่าไม่หยุดปฏิบัติเสีย แต่ก็มีบุคคลเป็นอันมากเมื่อพบสิ่งเหล่านี้แล้วก็ดีใจ

^๑ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๒๕๔.

๓) **ปิติ - ความเอิบอิ่มใจ** ปิติ คือ วิปัสสนापิติ ได้แก่ ปิติสัมปยุตต์ด้วยวิปัสสนาจิต มี ๕ ชนิด คือ^๔

๑. **ขุททากापิติ** ความเอิบอิ่มเล็กน้อย คือ ขุททากापิติ เพียงแต่ทำให้ขนตามร่างกาย ชูชันขึ้น

๒. **ขณิกापิติ** ความเอิบอิ่มเพิ่มพูนโดยขณะ คือ ขณิกापิติ เกิดขึ้นเป็นพักๆ ชั่วครั้งคราว เหมือนแสงฟ้าแลบแปลบปลาบ

๓. **โอกกันติกापิติ** ความเอิบอิ่มซาเซิน คือ โอกกันติกापิติ เกิดขึ้นกระทบ กระทั่งกายให้รู้สึกโยกโคลงแล้วสลายไป เหมือนคลื่นกระทบฝั่งมหาสมุทร

๔. **อุพเพคาปิติ** ความเอิบอิ่มโสดแค้น คือ อุพเพคาปิติ เป็นปิติมีกำลังแรง ทำให้กายฟูขึ้นถึงขนาดลอยไปในอากาศก็ได้

๕. **ผรณापิติ** ความเอิบอิ่มซาบซ่าน คือ ผรณापิติ แผ่ซ่านไปทั่วร่างกาย

ในขณะที่โยคีปฏิบัติอยู่ ปิติทั้ง ๕ ชนิดนี้จะเกิดขึ้นทำให้เอิบอิ่มทั่วร่างกาย และขณะโยคี เดินจงกรมกำหนดอยู่ จะปรากฏชูชันศีรษะเหมือนผมชูชัน รู้สึกซาตามหนังศีรษะลงมาจนถึงหู ซาตามใบหน้าตั้งแต่หน้าผากลงมาจนถึงคิ้วและเปลือกตา บางทีถึงตาพริ้ว บางครั้งก็ซาซาลงมาจนถึงแก้มและคางมากบ้างน้อยบ้าง และเกือบตลอดเวลาปฏิบัติอยู่ในระดับญาณนี้ โยคีจะรู้สึกซาบศีรษะซาและตั้งเหมือนสวมหมวกยางอาบน้ำทะเล บางครั้งบางครั้งขณะจงกรมอยู่ทั้งที่ไม่สัมผัสและไปไม่ได้กระดิกเลย แต่เย็นผิวกายและตามแขนขาเหมือนถูกลมเย็นพัดโชยมากระทบ และบางขณะรู้สึกเย็นซาบเข้าไปจนในเนื้อตัว ขณะนั่งกำหนดอยู่ ก็รู้สึกเย็นมากบ้างน้อยบ้าง ในส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย หรือเย็นไปทั่วสรรพางค์ หรือรู้สึกตัวเด่นกระพือเหมือนนั่งอยู่บนเรือหรือแพ ที่ถูกคลื่นซัดและบางครั้งรู้สึกเหมือนตัวลอยขึ้นไปในอากาศคล้าย ลูกลงออดแก๊สแล้วลอยลงมาระทบนพื้นและเต็งเบาๆ ยິงมีสมาธิแก่กล้ามาก ๆ ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกเนื้อกันตรงที่นึ่งฟูพองขึ้นคล้ายฟูพอง แต่เมื่อเลิกกำหนดแล้วก็จะกลับยุบแฟบลงเป็นเป็นปกติ

^๔ ธนิต อยู่โพธิ์, วิปัสสนากาวนา, หน้า ๔๓-๔๔.

นอกจากนี้ สภาวะของปิตีจะปรากฏอาการแปลกๆ ต่างๆ เช่น ขณะนั่งกำหนดอยู่ ในหน้าจะ บิดซ้ายหรือบิดขวาหรือบิดสลับกัน เงยหน้าหงายขึ้นจนหงายต่อไปไม่ได้ หรือก้มโน้มตัวลงจนหน้าเกือบจรดพื้น หรือเอี้ยวตัวเอนทางซ้ายหรือทางขวาหรือสลับกัน อาการเหล่านี้และอื่นๆ จะเกิดแก่โยคีบางท่านหรือหลายท่าน แต่มันจะเกิดอย่างไรก็ตาม ผู้ปฏิบัติอย่ามัวชื่นชมหรือ ระอิระอาและทอดลอย ควรกำหนดตามไปทุกๆ สภาวะและปรากฏการณ์

๔) **ปัสสัทธิ - ความสงบ** ปัสสัทธิ ได้แก่ วิปัสสนापัสสัทธิ คือความสงบที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน อธิบายว่าในระยะที่โยคีปฏิบัติวิปัสสนานั้น ขณะนั่งอยู่ที่พัก กลางวันหรือในที่ที่พักกลางคืนก็ตาม ร่างกายและจิตใจของโยคีไม่มีความกระวนกระวาย ไม่มี ความหนักอึ้ง ไม่มี ความแข็งกระด้าง ไม่มีเจ็บป่วย ไม่มี ความคดโกง แต่ทว่ารู้สึกสงบ คล่องตัว อ่อนสลวยชวรแก่งานการปฏิบัติ ชื่อตรงเป็นอันดี โยคีจะประสบแก่ตนเองบ่อยๆ ว่าในขณะที่ เดินจงกรมกำหนด **ซ้ายอย่างหนอ - ขวาอย่างหนอ** หรือกำหนด **ยกหนอ - เหยียบหนอ** หรือ **ยกหนอ - ย่างหนอ - เหยียบหนอ** หรือกำหนด ๔ ระยะว่า **ยกสันหนอ - ยกหนอ - ย่างหนอ - เหยียบหนอ** ก็ตาม รู้สึกกว้างก่้า ก้าวเท้า และวางเท้าได้คล่องและเบามาก ดูเหมือนว่าเท้าของตนดำเนินไปเองอย่างสะดวกสบายไม่ต้องฝืน เมื่อโยคีมีร่างกายและจิตใจซึ่งสนับสนุนด้วย ปัสสัทธิเป็นต้น ดังกล่าวนี้ ในระยะนั้นโยคีจะประสบและเสวยความรื่นรมย์ยินดีชนิดที่ไม่เคย ประสบมาก่อน^๕ ความคิดปลอดโปร่งตัวเบา เวลาเดินจงกรมจะรู้สึกเหมือนว่าตัวเกือบจะลอยไป รู้สึกว่าสงบทั้งกายและใจอย่างไม่เคยปรากฏมาแต่ก่อน บางครั้งก็รู้สึกคล้ายๆ กับหลับไป และบางทีก็รู้สึกถึงความซั่วที่ได้กระทำมาแต่ก่อนๆ และคิดว่าต่อไปจะไม่ทำความซั่วอีก การรู้สึกสงบทั้งกายและใจเช่นนี้ทำให้ผู้ปฏิบัติคิดว่า ตนบรรลุนิพพานแล้ว และอยากจะอยู่กับความสงบนั้น ตลอดไป ไม่อยากปฏิบัติอะไรอีก^๖

๕) **สุข - ความสุข** สุข ได้แก่ ความสุขสัมปยุตต์ด้วยวิปัสสนาจิต ท่านกล่าวว่า ในระยะที่โยคีหากเพียรปฏิบัติวิปัสสนาอยู่นั้น จะมีความสุขที่ละเอียดประณีตยิ่ง เกิดขึ้นหลังไหลท่วมทันสกลกายของโยคี **ปิติ** กับ **สุข** มีความแตกต่างกันอย่างไร ? ความยินดีที่เกิดขึ้นเพราะ ได้รับอิฏฐารมณ์ **จัดเป็นปิติ** การเสพเสวยรสของอารมณ์นั้น **จัดเป็นสุข** ปิตีมีอยู่ในจิตใดสุข

^๕ ธนิต อยู่โพธิ์, วิปัสสนากาวนา, หน้า ๔๖ - ๔๗.

^๖ จิตตวนิโณ ภิกขุ, วิปัสสนากาวนา, หน้า ๒๑๐.

ก็มีอยู่ในจิตใจนั้นด้วย แต่สุขมีในจิตใด ไม่จำเป็นต้องมีปิติอยู่ในจิตนั้นเสมอไป ปิติสงเคราะห์เข้าไปในสังขารชั้นอื่น ท่านเปรียบเทียบความไว้วางใจ ปิติเปรียบเหมือนความรู้สึกของคนเดินทางที่เหน็ดเหนื่อย หิวโหย มาในทางทิวกันดาร ครั้นได้เห็นหรือได้ยินข่าวว่ามีป่าและมีน้ำอยู่ข้างหน้า ก็เกิดปิติ ครั้นได้เข้าพักนอนในร่มเงาของป่าไม้และได้ดื่มได้อาบน้ำก็เกิดความสุข พึงเข้าใจด้วยว่า ปิติและสุขนี้ หมายถึงอาการปรากฏในขณะปฏิบัตินั้น ๆ^{๑๐๐}

๖) **อหิมกข - ความน้อมใจเชื่อ** อหิมกข ได้แก่ ศรัทธา คือความเชื่อ โดยเหตุที่ศรัทธาซึ่งสัมปยุตด้วยวิปัสสนาจิตโดยเฉพาะนั้น เป็นศรัทธามีกำลังแก่กล้า เป็นที่ตั้งแห่งความเลื่อมใส ล้นพ้นของจิตและเจตสิก ซึ่งเกิดขึ้นแก่โยคีในระยะนั้น ในทางปฏิบัติ ศรัทธาคือ ความเชื่อความเลื่อมใสที่เกิดขึ้นด้วยอำนาจของญาณนี้ อาจจงใจโยคีปฏิบัติให้มีความคิดแรงกล้า นึกไปถึงท่านผู้หนึ่งคนนั้น และคนนั้น อยากจะไปชักชวนมาปฏิบัติวิปัสสนาให้เกิดญาณรู้เห็น เช่นตนบ้าง หรือเกิดศรัทธาเลื่อมใสแรงกล้ายิ่งไปกว่านั้น นึกเลยเถิดต่อไปว่า ถ้าตัวเองปฏิบัติ ลุล่วงได้ผลดีแล้วจะไปตั้งสำนักวิปัสสนากรรมฐานขึ้นสักแห่งหนึ่ง หรือสนับสนุนให้มีผู้จัดตั้งขึ้น แล้วชักชวนคนอื่น ๆ ท่านผู้หนึ่งบ้าง ท่านผู้บ้าง เข้ามาปฏิบัติ เป็นอันว่า เมื่อโยคีปฏิบัติผ่านมาถึงญาณนี้แล้ว บางท่านอาจฝันเพื่อไปเลย^{๑๐๑} ทั้งนี้เนื่องจากตัวเองมีศรัทธาแรงกล้า ทำให้เข้าใจผิดว่าตัวเองคงได้บรรลุผลแล้ว นี่ก็เป็นอุปกิเลสของวิปัสสนาข้อหนึ่ง^{๑๐๒}

๗) **ปักคาหะ - ความเพียร** ปักคาหะ ได้แก่ วิริยะ คือความเพียรในระยະที่โยคีปฏิบัติอยู่นั้น วิริยะคือความเพียร ซึ่งสัมปยุตด้วยวิปัสสนาจิต จะเกิดขึ้นแก่โยคี เป็นความเพียรที่ระดับประคองเป็นอย่างดี ไม่หย่อนเกินไปไม่ตึงเกินไป^{๑๐๓} บางทีผู้ปฏิบัติจะเกิดพากเพียรทำวิปัสสนา ปฏิบัติเป็นไปอย่างสม่ำเสมอ (ปักคาหะ) เกิดความสะดวกสบาย และความคล่องตัว ในการปฏิบัติประจำวันของตน การเดินกัถิ การนอนกัถิ การปฏิบัติกิจประจำวันกัถิ เป็นไปอย่างสม่ำเสมอ อยู่ในระดับพอดี ไม่ตึงเกินไปหรือไม่หย่อนเกินไป ประคองจิตได้ดีมาก ทำให้คิดว่าตนเองได้บรรลุภูมิธรรมแล้ว^{๑๐๔}

^{๑๐๐} ธนิต อัญโหรี, *วิปัสสนากาวนา*, หน้า ๔๘.

^{๑๐๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔.

^{๑๐๒} พระเทพวิสุทธิกวี, *บทอบรมกรรมฐาน*, หน้า ๒๕๘.

^{๑๐๓} ธนิต อัญโหรี, *วิปัสสนากาวนา*, หน้า ๕๐.

^{๑๐๔} จิตวณฺเณ ภิกขุ, *วิปัสสนากาวนา*, หน้า ๒๑๒.

๘) **อุပ္ปฏฐาน - การเข้าไปตั้งสติไว้** อุပ္ปฏฐาน ได้แก่ สติ เพราะสติที่สัมปยุตด้วยวิปัสสนาจิตโดยเฉพาะนั้น จะเกิดแก่โยคี เป็นสติที่เข้าไปตั้งอยู่เป็นอย่างดี ไม่หวั่นไหวโยกคลอน ตึงมั่นเหมือนภูผาหลวง เมื่อโยคีรำลึกนึกถึงใส่ใจถึงอารมณ์ใดๆ อารมณ์นั้น ๆ จะแล่นมาปรากฏแก่สติโดยชัดแจ้ง^{๑๐๕} ซึ่งไม่เคยมีมาก่อน เพราะเหตุที่จิตมั่นคงมาก จึงทำให้ผู้ปฏิบัติบางท่านหลงว่าตัวเองได้บรรลุผลแล้ว^{๑๐๖}

๙) **อุเบกขา - ความวางเฉย** อุเบกขา ในที่นี้ ได้แก่ วิปัสสนูปกขา คือ อุเบกขาสัมปยุตด้วยวิปัสสนาจิต และ อาวัชชูปกขา คือ อุเบกขาในการรำลึกถึงในระยະที่โยคีบำเพ็ญวิปัสสนาอยู่นั้น ทั้งวิปัสสนูปกขาก็กำลังแก่กล้าในความเป็นกลางในสังขารูปนามทั้งปวง ทั้งอาวัชชูปกขาในมโนทวาร ก็เกิดขึ้นแก่โยคินั้นด้วย เมื่อโยคีรำลึกอารมณ์นั้น ๆ อยู่ อุเบกขา ดังกล่าว ก็ดำเนินไปด้วยความเป็นกลางอย่างสม่ำเสมอเป็นอย่างดี^{๑๐๗} ก็เกิดความวางเฉยในทุกสิ่งทุกอย่าง ในสังขารทั้งปวง ในเพื่อนฝูง ในวัด ในกิจการงาน คือ วางเฉยไม่ตีใจไม่เสียใจ จิตวางเฉยนี้อยู่อย่างนั้น ก็เป็นเหตุให้คิดว่า จิตของเราแต่ก่อนนี้ไม่เคยเป็นอย่างนี้มาก่อน ที่วางเฉยต้องทั้งปวงอย่างนี้ได้ แสดงว่าเราได้บรรลุผลแล้วแน่นอน เป็นเหตุให้ละความเพียรเสีย^{๑๐๘}

๑๐) **นิกัณฺธิ - ความใคร่** นิกัณฺธิ ได้แก่ วิปัสสนานิกัณฺธิคือความใคร่ความพอใจในวิปัสสนา เป็นความใคร่ชนิดที่มีอาจกำหนดลงไปได้ว่าเป็นกิเลส เพราะเป็นความใคร่ที่มีอาการสงบสุข ทำให้โยคีเกิดความหวั่นไหวอาลัยในวิปัสสนาที่ประกอบด้วยอุปกิเลส มีโอกาสเป็นต้น^{๑๐๙}

๔.๓ วิธีกำหนดสติแก่ โสภภาวธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนา

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นจึงกำหนดสติสัมปชัญญะ ถ้ากำหนดได้ก็จะแก้ไขได้ กำหนดอย่างไร กำหนดพิจารณาด้วยปัญญาว่า วิปัสสนูปกิเลสที่เกิดขึ้นแก่เรามันเป็นสิ่งไม่เที่ยงแท้ เกิดจากปัจจัยปรุงแต่ง และจะต้องเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดา ท่านเจ้าคุณ

^{๑๐๖} ธนิต อัญโหรี, *วิปัสสนากาวนา*, หน้า ๕๐.

^{๑๐๗} พระเทพวิสุทธิกวี, *อ้างแล้ว*, หน้า ๒๕๘.

^{๑๐๘} ธนิต อัญโหรี, *วิปัสสนากาวนา*, หน้า ๕๐-๕๑.

^{๑๐๙} พระเทพวิสุทธิกวี, *บทอบรมกรรมฐาน*, หน้า ๒๕๘-๒๖๐.

^{๑๑๐} ธนิต อัญโหรี, *วิปัสสนากาวนา*, หน้า ๕๑.

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้อธิบายไว้ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ว่า มัคคามัคคญาณ-
ทสสนวิสุทธิ ความหมดจดแห่งญาณที่รู้เห็นว่าเป็นทางหรือมิใช่ทาง คือ เริ่มพิจารณาทุกสภาพ จน
มองเห็นความเกิดขึ้น และความเสื่อมไปแห่งสังขารทั้งหลาย อันเรียกว่าอุทยัพพยานูปัสสนา เป็น
ครุณวิปัสสนา คือ วิปัสสนาญาณอ่อนๆ แล้วมีวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น กำหนดได้ว่าวิปัสสนูปกิเลส
ทั้ง ๑๐ แห่งวิปัสสนานั้นมิใช่ทาง ส่วนวิปัสสนาที่เริ่มดำเนินเข้าสู่วิถีนั้นเป็นทางที่ถูกต้อง เปรียบ
ที่จะประครองไว้ในวิถิ คือ วิปัสสนาญาณนั้นต่อไป^{๒๑} ท่านพระอาจารย์ภิกขุทันตะ อาสภเถระ
ธัมมาจริยะ ได้อธิบายคำว่า มัคคามัคคญาณทสสนวิสุทธิไว้ว่า แยกออกเป็น ๕ บท คือ มคฺค,
อมคฺค, ญาณ, ทสฺสน, วิสุทฺธิ, รวมเป็น ๕ บทด้วยกัน คือ

มคฺค	แปลว่า	หนทาง
อมคฺค	แปลว่า	ไม่ใช่หนทาง
ญาณ	แปลว่า	ความรู้
ทสฺสน	แปลว่า	ความเห็น
วิสุทฺธิ	แปลว่า	ความบริสุทธิ์

รวมทั้ง ๕ แปลว่า เป็นวิสุทธิดวงค์หนึ่งที่มีความรู้ ความเห็นหนทางของพระนิพพาน
และความรู้เห็นไม่ใช่หนทางของพระนิพพาน เป็นญาณที่รู้หนทางและไม่ใช่หนทางของพระ
นิพพานและมีอธิบายว่า การเห็น นิमितต่างๆ เช่นเห็นวิคมิสว่างเป็นต้น ถ้ายึดถือว่า เป็นของ
วิเศษ เป็นของดี เป็นวิปัสสนาแท้นั้นเป็น อมคฺคะ คือ หลงทางเสียแล้ว แต่ผู้ที่มีความรู้บริยติ
สามารถนึกได้ว่า นิमितเหล่านี้ไม่ใช่หนทางแท้จริง^{๒๒}

สรุปท้ายบท

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน พระพุทธศาสนาถือว่า เป็นการฝึกฝนอบรมจิตให้เกิด
ปัญญา ตามกระบวนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแล้วถึงขนาดทำลายกิเลสได้ เพราะการฝึก
อบรมจิตนี้ย่อมจะทำให้ความรู้อันหมายถึงอวิชชานั้นหายไป

^{๒๑} พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, หน้า ๒๔๓.

^{๒๒} พระอาจารย์ภิกขุทันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ, วิปัสสนาที่ปณิฏฺกา, พิมพ์ครั้งที่ ๖,
(กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๑๐๔-๑๐๕.

ในท้ายที่สุดของบทนี้ขอนำข้อความในวิสุทธิมรรคมาเสนอไว้ในที่นี้เพื่อประโยชน์ในการ
ปฏิบัติต่อไป วิปัสสนูปกิเลส ๑๐ นี้ วิปัสสนูปกิเลสมีโอกาสเป็นต้น เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติ
วิปัสสนากรรมฐาน ดังนั้น พระโบราณจารย์ทั้งหลายจึงกล่าว (เป็นคาถา) ไว้ว่า

พระโยคาวจรวันไหนในเพราะโอกาส ญาณ บิติ ปัสสทธิ สุข อธิโมกข์
ปักคาหะ อุပ္ปฐาน อุเบกขา และ อุเบกขาในอวชณะ นิกันติ
ซึ่งเป็นเครื่องสะดึงสะเทือนแห่งจิต

แต่พระโยคาวจรผู้ฉลาดเป็นบัณฑิตเฉียบแหลม ถึงพร้อมด้วยความรู้ เมื่ออุปกิเลส
มีโอกาสเป็นต้นเกิดขึ้นแล้ว ก็กำหนดพิจารณาเห็นมันด้วยปัญญาตั้งว่า “โอกาสนี้เกิดขึ้นแก่เรา
แล้ว ก็แต่ว่าโอกาสนี้นั้นไม่เที่ยง บังคับปรุงแต่งไว้ อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความดับไปเป็นธรรมดา
มีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา มีความคลายไปเป็นธรรมดา มีความดับไปเป็นธรรมดา” ตั้งนี้บ้าง
ก็หรือว่าโยคาวจรนั้น มีความคิดในขณะนั้นอย่างนี้ว่า “ถ้าว่าโอกาสพึงเป็นอิตตาไซริ จะถือเอา
ว่า มันเป็นอิตตาก็ควรแต่ที่มันเป็นอนัตตาแท้ มาถือเอาว่ามันเป็นอิตตา เพราะเหตุที่โอกาสนั้น
จึงเป็นอนัตตา โดยความหมายว่า ไม่เป็นไปในอำนาจ เป็นสิ่งไม่เที่ยง โดยความหมายว่า มีแล้ว
หาไม่ เป็นทุกข์โดยความหมายว่า ถูกความเกิดและความเสื่อมบีบคั้น” ตั้งนี้บ้าง ครั้นพิจารณา
เห็นอย่างนั้นแล้ว ก็ยอมเข้าใจโอกาสได้ว่า “นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นมัน นั่นไม่ใช่อิตตาของเรา”
ยอมเข้าใจญาณ ฯลฯ นิกันติได้ว่า “นั่นไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นมันนั่นไม่ใช่อิตตาของเรา” เมื่อเข้าใจ
ได้อย่างนั้นอยู่ ก็ไม่หวั่นไหวไม่สะดึงสะเทือนในเพราะอุปกิเลสมีโอกาสเป็นต้น เหตุนี้ พระ
โบราณจารย์ทั้งหลายจึงกล่าว (เป็นคาถา) ไว้ว่า

โยคีโค มีฐานะ ๑๐ (มีโอกาสเป็นต้น) เหล่านี้ อบรมด้วยปัญญาแล้วโยคินั้นเป็นผู้
ฉลาดในอัมมฤตัจจะและยอมไม่ถึงซึ่งความหุงชานไป^{๒๓}

^{๒๓} สมเด็จพระพุทธเจ้าจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), แปลเรียบเรียง, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, ข้อ ๓๗๕-๓๗๖,
หน้า ๑๐๓๗-๑๐๓๘.

คำถามท้ายบท

๑. ปิติ กับ สุข มีความแตกต่างกันอย่างไร
๒. คำว่า วิปัสสนูปกิเลส ในทางพระพุทธศาสนาหมายถึงอะไร
๓. ปิติที่สัมปยุตด้วยวิปัสสนาจิตนั้น มีเท่าไร อะไรบ้าง
๔. คำว่า มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินั้น หมายถึงอะไร

เอกสารอ้างอิงประจำบท

- จิตตฉน โภค. **วิปัสสนากาวนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์พิมพ์กรรมกรราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- ธนิต อยู่โพธิ์. **วิปัสสนากาวนา**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- พระเทพวิสุทธภิเษ. **บทอภิมรรณฐาน**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สภาการศึกษามหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.
- พระธรรมธีรราชฆานูณี (โชดก ป.ธ. ๙). **หลักปฏิบัติสมณะวิปัสสนากรรมฐาน**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- พระอาจารย์ภักทันตะ อาสภเถระ ธัมมาจริยะ. **วิปัสสนาที่ปณีฎีกา**. พิมพ์ครั้งที่ ๖. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- วงศ์ ชาญบาลี. **พระวิสุทธิมรรค (เล่มเดียวจบ)**. กรุงเทพมหานคร : เสี่ยงเชียงจางเจริญ, ๒๕๓๘.
- สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). แปลเรียบเรียง. **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**. พิมพ์ครั้งที่ ๔. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ประยูรพรันตัง, ๒๕๔๖.
- _____ . **วิปัสสนานิยม**. (ฉบับแก้ไขเพิ่มเติม). พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.