

๕
เรื่อง

บำเพ็ญสมาธิ

โดย

พระเทพปัญญากวี วัดราชาธิวาส

๕
พิมพ์เพื่อ

อนุโมทนาการกุศล ที่บำเพ็ญ

ในเทศกาลเข้าพรรษา พุทธศักราช ๒๕๑๑

294.3

294.3

๕
เรื่อง

บำเพ็ญสมาธิ

โดย

พระเทพปัญญากวี วัชรราชาธิวาส

๕
พิมพ์เพื่อ

อนุโมทนาการกุศล ที่บำเพ็ญ

ในเทศกาลเข้าพรรษา พุทธศักราช ๒๕๑๑

บ้ำเพ็ญสมาธิ

เรียบเรียงโดย

พระเทพปัญญากวี

การศึกษาปฏิบัติในพระพุทธศาสนามีเป็น ๓
ประการ คือ สีสสิกขา อบรมให้มศีล, จิตตสิกขา
อบรมให้เกิดสมาธิ, บัญญาสิกขา อบรมให้เกิดปัญญา.
จึงเห็นได้ว่า สมาธิ เป็นเรื่องอบรมจิต พิเศษไปจาก
สีลสิกขา ซึ่งอบรมกายวาจา การรักษาศีลเป็นสามัญ
ของชาวพุทธ แต่การบ้ำเพ็ญสมาธิเป็นวิสามัญ สมาธิ
นั้น คือ ความทำใจให้มั่น และมีคำอื่น ๆ ที่เรียกแทน
คือ สมถะ การทำใจให้สงบ, ฌานการเพ่งอารมณ์
เรื่องเดียว หรือความเผากิเลส, สมาบัติ เพราะมีการ
เข้าไต่ออกไต่ จิตตวิเวก เพราะทำใจให้สังัดจากกาม
และอกุศลบาปธรรม จุดหมายแห่งการบ้ำเพ็ญสมาธิ
ก็เพื่อระงับความฟุ้งซ่าน ไม่ให้รับรู้ในเรื่องที่ไม่เป็น

สาระ คือทำจิตให้เป็นตัวของตัวเองมิให้อารมณ์ต่าง ๆ
 มาถึงจุดชักจูงไป ธรรมคาจิตของสัตว์ทั้งหลายนั้นแต่
 เดิมก็บริสุทธิ์ ต่อมาถูกอารมณ์ภายนอกเข้าเจือปนให้
 เปราะเบอนสับสนยุ่งเหยิง เพราะชอบรับอารมณ์ทั้งค
 ึ่งร้ายทั้งไกลทั้งใกล้ อะไรผ่านมากับไวทั้งนั้น ไม่มี
 เขตจำกัด ไม่มีวัตรูปธรรมอันใดบีบคั้นไว้ได้ สิ่ง
 ชอบไปเก็บไว้คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ
 ที่น่าใคร่ไม่น่าใคร่ มีหน้าซ้ายคอยเปิดประตูให้ผู้ร้าย
 ทั้งหลายมี อภิชฌาวิสมโลภ เป็นต้นเข้าประสม-
 โรงทำให้รกชฎยุ่งเหยิงยากจะสะสางให้สงบเรียบร้อยได้
 ต้องพรากรจิตให้ไกลจากอารมณ์น่าใคร่และอกุศลธรรม
 ทั้งหลาย จึงจะสงบ คนมีศรัทธาและความเพียร
 ตั้งใจปฏิบัติจริง ๆ จึงจะสำเร็จ ถึงจะพุ่งชานสับสน-
 อย่างไร จิตนี้ก็มีลักษณะอันหนึ่ง คือ เกิดที่ละดวง
 เช่นเกิดความรักก็ไม่มีความเกลียด เกิดมุทิตาก็ไม่มี
 อิจฉาพยา เกิดโสมนัสก็ไม่มีโทมนัสในขณะนั้น ท่าน

จึงว่าจิตเป็น เอกจร เทียวไปดวงเดียว จึงสามารถ
แยกจากอารมณ์ต่าง ๆ ให้จอกอยู่ในอารมณ์เดียวได้
ทั้งนี้ต้องใช้อำนาจสมาธิ

สมาธิประกอบด้วยจิตเป็นตัวตั้ง และอารมณ์
สำหรับจิตยึดหน่วงและเจตสิกธรรมสำหรับประกอบใน
การปฏิบัติซึ่งได้แก่ สติสัมปชัญญะ และวิริยะ จิตทำน
เปรียบด้วยสัตว์เลี้ยงเช่นลูกโคเป็นต้น ซึ่งถูกพรากจาก
แม่กตกรนกระสับกระส่าย อารมณ์เหมือนหลักเป็น
ที่ผูกไว้ สติสัมปชัญญะเหมือนเชือกผูก ส่วนวิริยะคือ
การบำเพ็ญภาวนาไม่หยุดอยู่ เป็นเครื่องพยุงจิตให้
ดำเนินไปสู่สมาธิให้ถึงที่สุด อารมณ์สำหรับให้จิตยึด
หน่วงนั้นมีถึง ๔๐ ประการ บางอย่างนำมาภาวนา
แล้วจะให้สำเร็จสมาธิเพียงอุปจารสมาธิ คืออนุสติ ๘
ข้างต้น และอาหารปฏิกุศลสัญญา กับ จตุธาตุววัฏฐาน
ซึ่งมีนิमितเพียงอุกคหนิมิต, บางอย่างให้สำเร็จถึงอัปปนา
เพราะเป็นปฏิภาคนิมิตแนบสนิทกับอารมณ์ได้ คือกาย

คตาสติกับบอศุภ ๑๐ ให้สำเร็จเพียงปฐมฌาน พรหม-
 วิหารคือ เมตตา กรุณา มุทิตา ให้สำเร็จเพียงฌาน
 ที่ ๑ อุเบกขา จึงจะให้สำเร็จฌานที่ ๔ ส่วนกสิณ ๑๐
 และอานาปานสติจะให้สำเร็จถึงฌานที่ ๔ ในที่นี้จะ
 กล่าวถึงวิธีบำเพ็ญปฐวีกสิณ ซึ่งจะให้สำเร็จฌานอย่าง
 สูงได้ เบื้องต้นเตรียมการต่างๆ ให้เป็นสัปปายะ
 ตัดความกังวลในสิ่งทั้งหลาย และเตรียมดวงกสิณ
 คือทำไม้กระดานเป็นวงกลมขนาดชอบบาตร แล้วทำ
 ดินเหนียวให้เหนียวเกลี่ยให้เต็มหน้าไม้ให้เห็นเนื้อไม้
 มาวางข้างหน้าในระยะพอสมควรแล้วเริ่มบำเพ็ญ คือ
 นั่งให้ถูกตามแบบบำเพ็ญสมาธิ ตั้งตัวตรงจักษุ
 มองที่วงกสิณให้จำใจได้แล้วหลับตาภาวนาว่าปฐวี ๑
 พยายามใช้สัญญาหนักให้เห็นภาพวงกสิณเหมือนลึมตา
 แล้วลึมตามองใหม่จนจำใจได้แล้วหลับตาภาวนาหรือบริ-
 กรรมอีกว่าปฐวี ๑ ทำอย่างนั้นอย่างสม่ำเสมอซ้ำ ๑ เรื่อย
 ไป เมื่อจิตไม่ยอมอยู่ในอำนาจง่าย ๆ ชอบจะพุ่งช้าน

ไปในอารมณ์ต่าง ๆ ต้องใช้ความเพียรประกอบด้วย
 สติสัมปชัญญะตั้งเอาไว้ให้อยู่กับหลักคืออารมณ์ ท่าน
 ว่าจะให้สำเร็จสมาธิ ต้องประกอบด้วยวิธี ๑๐ ประการ
 คือ ความไม่ยุ่งยากด้วยวัตถุ ๑ ความฉลาดในนิमित ๑
 ความให้อนทรยธรรมกำหนดไปสม่ำเสมอ ๑ ความ
 ช่มจิตเมื่อควรช่ม ๑ ประคองจิตเมื่อควรประคอง ๑
 ทำจิตให้ราเริงยินดี ๑ พึ่งกุจิตที่กำลังปฏิบัติสม่ำเสมอ
 ๑ เว้นบุคคลที่ไม่บำเพ็ญสมาธิ ๑ คบหาแต่คนผู้บำเพ็ญ
 สมาธิ ๑ ทำจิตให้แนบไปในสมาธินั้น ๑ เรียกว่า
 อัปปนาโกศล ๑๐ ประการ ในขณะที่ยกจิตขึ้นสู่พระ
 กัมมัฏฐานจะปรากฏรูปภาพวงกสิณ ๓ ระยะที่เรียกว่า
 นิमित ๓ ประการ คือในขณะที่เพ่งดูดวงกสิณแล้วหลับ
 ตาภาวนาว่า ปฐวี ๆ เรียกว่าปริกรรมนิमित, ในขณะที่
 ต่อมามีเมื่อปรากฏภาพนั้นทั้งหลับตาเหมือนกับลืมตา
 เรียกว่า อุกคหนิมิต, ซึ่งอุคคหนิมิตนี้จะอยู่จนถึง
 อปจารสมาธิ และเมื่อเห็นภาพอุคคหนิมิตนั้น โดย

มโนทวารชัคเจนบังคับให้ภาพนั้นเปลี่ยนไปตามตง
 ใจได้เช่นให้เล็ก ให้ใหญ่ ให้แยก ให้รวมกัน ซึ่งมีได้
 ในอุปจารสมาธิจนถึงอัปปนาสมาธิ เรียกว่า ปฏิภาค-
 นิมิต, เมื่อให้จิตดำเนินมุ่งหน้าต่อนิมิตอยู่อย่างนี้ จิต
 หนึ่งเข้าสู่ภวังค์ แต่ส่วนแห่งจิตที่ภาวนาอยู่ยังดำเนินไป
 เรียกว่า อาวัชชนะจิต ลำดับนั้นชวนะจิต ๕ ดวง
 บังเกิดขึ้น ดวงที่ ๑ ยังอยู่ในขณะบริกรรม เรียกว่า
 บริกรรม, ดวงที่ ๒ เรียกว่า อุปจาร เพราะใกล้กับ
 อัปปนา, ดวงที่ ๓ เรียกว่าอนุโลม เพราะมุ่งหน้าไป
 หาอัปปนา, ดวงที่ ๔ เรียกว่า โคตรภู เพราะเป็น
 หัวเงื่อนระหว่างอุปจารสมาธิกับอัปปนาสมาธิ หรือ
 กามาวจรจิตกับรูปาวจรจิต ทั้ง ๔ ดวงนี้ ยังเป็นอุปจาร
 สมาธิ ส่วนดวงที่ ๕ เป็นอัปปนาจิต ลำดับนั้นจิตจะ
 ตกไปสู่ภวังค์คือหยุดคิดชั่วขณะจิตเดียว เมื่ออัปปนา
 ตักภวังคจิตแล้วมีอ่าวัชชนะจิตพิจารณาตาม ลำดับนั้น
 มีจิตประกอบด้วย วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา

ละนิวรณ์ทั้ง ๕ ได้ สำเร็จเป็นปฐมฌาน ซึ่งเรียก
 อปัณณาสมาธิอันที่ ๑ ปฐมฌานนี้ประกอบด้วยองค์ ๕
 ละองค์ ๕ มีความงาม ๓ มีลักษณะ ๑๐, องค์ฌาน
 ๕ คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา, ละได้ซึ่งองค์
 ๕ คือ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจะกุก
 กุจจะ วิภิกขณา หรือที่เรียกว่านิวรณ์ ๕ นั้นเอง,
 ความงาม ๓ ก็คือ ความบริสุทธิ์แห่งจิตที่ดำเนินไป
 เป็นความงามเบื้องต้น, ความที่อุเบกขาเจริญมากขึ้น
 เป็นความงามท่ามกลาง, ความประคองจิตให้ราเริง
 ชุ่มชื้นเป็นความงามเบื้องปลาย, ลักษณะ ๑๐ คือ ขยาย
 ความงาม ๓ นั้นให้เป็น ๑๐ ได้แก่ความบริสุทธิ์แห่ง
 จิตที่ดำเนินไป มีลักษณะ ๓ คือ จิตบริสุทธิ์นี้จากวรรณะ
 ๑ จิตดำเนินไปสู่สมณนิมิต ๑ จิตเล่นไปสู่สมณนิมิต
 นั้น ๑ ความเจริญอุเบกขาพอกพูนขึ้น มีลักษณะ ๓
 คือ เฟื่องกุจิตที่บริสุทธิ์ ๑ เฟื่องกุจิตที่ดำเนินไปด้วย
 ความสงบ ๑ เฟื่องกุจิตที่ปรากฏอาการเป็นดวงเดียว ๑,
 ประคองจิตให้ราเริงชุ่มชื้น มีลักษณะ ๔ คือ ความ

^๕ชนดวงเดียว ไร่วิตก ไร่วิหาร มี^๗บิตสุข เกิดแต่สมาธิ
 ปฏิบัติอยู่ ^๕นเป็นอุปปนาสมาธิ^๕ชั้นที่ ๒ อริยสาวก^๕นั้น
 ละ^๗บิตได้ มีจิตเป็นอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุข
 ด้วยกาย ซึ่งพระอริยบุคคลกล่าวว่า ^๕ผู้^๗อุเบกขา
 มี^๗สติอยู่เป็นสุข เข้าถึงตติยฌานอยู่ ^๕นเป็นอุปปนา
 สมาธิ^๕ชั้นที่ ๓ และในลำดับ ที่ ๔ ตรัสว่า เพราะละ
 สุขละทุกข์ ละไสมนัส และโทมนัสได้ พระอริยสา
 วกเข้าถึงฌานที่ ๔ อันไม่มีสุขไม่มีทุกข์มีสติอันบริสุทธิ์
 เพราะอุเบกขา ^๕นเป็นอุปปนาสมาธิ^๕ชั้นที่ ๔ อิทํ วุจฺจติ
 ภิกฺขเว สมานินฺทริยํ ^๕นเราเรียกว่าสมานินทริยํ ^๕จะ^๕น

ตามพระพุทธภาษิต^๕นี้ จิตสมาธิเป็น ๒ ตอน

ตอนที่ ๑ เป็นปริยายอย่างต่ำ คือทำจิตให้ละอารมณ์
 อื่นจนหายพุ่งชานได้สมาธิจิตมีอารมณ์เดียว ได้แก่สมาธิ
 ของคนสามัญที่สำรวมจิตคิดเหตุผลที่ละเอียดเกิดความ
 ฉลาด และสมาธิของผู้บริกรรมพระกัมมัฏฐานยัง
 มี^๕ใจอุปจารสมาธิก็เรียกว่า ^๕ขณิกสมาธิ ^๕แม้สมาธิจิต

ที่มีขณะได้อุคคหนิมิตก็เรียกว่า **ขณิกสมาธิ** ส่วน
 อุปจารสมาธิ^๕มีตั้งแต่จิตเริ่มตั้งสงบเกิดปฏิภาคนิมิต
 แต่ไม่ปรากฏชัดนัก **ชั่ว ๔-๕** ชวนจิตก็เข้าถึงอัปปนา-
 สมาธิ ซึ่งปฏิภาคนิมิตแจ่มชัดเหมือนเห็นเงาหน้าใน
 กระจกเป็นปฐมฌาน **อันละองค์ ๕ เจริญองค์ ๕** มี
 ความงาม ๓ มีลักษณะ ๑๐ ดังกล่าวมาฉะนั้น

ในตอนที ๒ เป็นปริยายอย่างสูง พระองค์ตรัส
 อัปปนาสมาธิเป็นฌาน ๔ ฌานที่ ๑ มีวิตก วิจารณ์
 ปีติ สุข เอกัคคตา ฌานที่ ๒ ละวิตกวิจารณ์ได้เหลือ
 อีก ๓ ฌานที่ ๓ ละปีติได้ ฌานที่ ๕ ละสุขได้เหลือ
 แต่เอกัคคตาอย่างเดียว และการจะเลื่อนชั้นแห่งจิตจาก
 ฌานที่ ๑ ขึ้นสู่ฌานที่ ๒ ที่ ๓ ที่ ๔ นั้น ต้องทำให้
 เกิดความชำนาญในฌานที่ใดเสียก่อน มิฉะนั้น ฌาน
 ใหม่ก็ไม่ได้ ฌานเก่าก็เสื่อม ความชำนาญนั้นมีอาการ
 ๕ คือชำนาญในการนึก ชำนาญในการเข้า ชำนาญ
 ในการออก ชำนาญในการอธิษฐาน ชำนาญในการ

พิจารณา เมื่อชำนาญโดยวิธีทั้ง ๕ ประการนี้แล้ว
 ยกจิตขึ้นพิจารณาอารมณ์ให้ยิ่งขึ้นไปจนชวนจิตเป็น
 อุปจาร ๔-๕ ทวงแล้วจึงเลื่อนชั้นจากปฐมฌานเป็น
 ทุตติยฌานและจะเลื่อนทุตติยฌาน จากทุตติยฌานก็มีวิธี
 อันเดียวกัน ขณะที่องค์ฌานปรากฏในปฐมฌานนั้น
 สมาธิหรือจิตตวิเวกทำให้กามฉันทะหมดไป ปีติทำให้
 หมดพยาบาท วิตกทำให้หมดถีนมิทระ สุขทำให้หมด
 วิวิกิจฉา เป็นอันได้ละองค์ ๕ ไปในตัว

ฌานทั้ง ๔ นั้น จัดเป็นสัมมาสมาธิในองค์อริยมรรค
 เป็นรูปาวจรจิต จิตละกิเลสได้เป็นวิกขัมภนปหานะ
 หรือเป็นวิกขัมภนวิมุตหลุดจากกิเลส เพราะข่มใจด้วย
 กำลังฌาน เป็นมหัคคตจิต คือจิตมีอำนาจมากให้สำเร็จ
 อภิญญา ๖ วิชชา ๓ วิชชา ๘ ประการได้ แม้พระอร-
 หันต์ก็ยังถูกจัดเป็นพวก ๆ ไม่เหมือนกัน เพราะอำนาจ
 สมาธิ^๕นี้เองจำแนกให้^๖เป็นไป พวกเจริญสมาธิพอจิตสงบ
 แล้วเจริญวิปัสสนาจนจิตหมดกิเลสโดยไม่^๗ได้สำเร็จฌาน

ท่านเรียกว่า สุขวิบัติสสกะ ส่วนท่านผู้ได้วิชา ๓ ปฏิสัม
 ภิทา ๔ หรืออภิญญา ๖ ก็เพราะได้ฌานแล้ว บุญญา
 นุภาพจำแนกให้เป็นไป แต่สมาธิหรือฌาน^{๕๔} นมการ
 เข้าออกได้ เฉพาะปุถุชนยังจะเสื่อม^{๕๕} ใต้ออก คือละกิเลส
 บาปธรรมละได้ขณะเข้าฌาน เมื่อออกจากฌานโดย
 เจตนาหรือเพราะฌานเสื่อม กิเลสกลับเกิดอีกตามเดิม
 สมาธิของปุถุชนเป็นโลกียสมาธิ ของพระอรหันต์
 เป็นโลกุตตรสมาธิ การเข้าหรือการบำเพ็ญสมาธิ^{๕๖} นั้น
 เท่ากับการเข้าศาลาพักร้อนห้องปรับอากาศของพวก
 เดินทางไกลให้ได้รับความสบาย ออกจากฌานแล้ว
 เข้ม^{๕๗} ซึน^{๕๘} เหมือนต้นจากหลับ^{๕๙} ฉะนั้น แต่ที่ต้องการใน
 ทางศาสนาน^{๖๐} นมิให้หยุดอยู่แต่เพียงแค่นั้น เพราะสมาธิ^{๖๑}
^{๕๔} น^{๕๕} เป็นเพียงจิตศึกษา ยังมีบุญญาสิกขาอีกต่อไป ต้อง
 การให้ทำสมาธิเหล่านั้นเป็นพื้นใจสำหรับจะเจริญวิปัสสนา
 เพราะเมื่อจิตสุขุมด้วยอำนาจสมาธิ แล้วทำให้ตริกตรอง
 ในเหตุผลอะไรก็เห็นแจ่มแจ้งปรุโปร่งโดยง่าย เมื่อใช้

บัญญาพิจารณาในกองสังขารโดยไตรลักษณ์อันยากที่เห็น
 ได้โดยเร็ว บัญญาในวิปัสสนาญาณเกิดเมื่อใด สำเร็จ
 บัญญาสิกขาเมื่อนั้น ย่อมทำจิตให้เบือนหายคลายกำหนด
 หลุดพ้นจากกิเลสาสวะทั้งหลาย จึงกล่าวได้ว่าเป็นโพธิ
 บัณฑิตธรรม ธรรมที่จะให้ตรัสรู้ประการหนึ่ง สมารถ
 มีความสำคัญอย่างนี้ พระผู้มีพระภาคจึงตรัสว่า สมารถ
 ภิกขเว ภาเวถ สมหาหิตโย ยถา ภูตํ ปชานาติ ตุก่อนภิกษุ
 ทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงบำเพ็ญสมารถเถิด เพราะว่า
 ผู้มจตเบนสมารถ ย่อมมบัญญัติรู้เห็นตามความจริง ฉะนั้น

หากเราจะน้อมลักษณะของสมารถนั้นมาใช้ในชีวิต
 ประจำวันก็จะมีผลมาก คือหัดทำจิตให้ตั้งมั่นในกิจการ
 อันเป็นหน้าที่ไม่ทอดทิ้ง ถึงแม้เป็นกิจเหน้อยยาก ใช้
 ความพยายามจึงจะสำเร็จหรือต้องใช้เวลานาน ก็มั่นคง
 อยู่ไม่ทอดอวยทอดธุระ หรือมีเหตุการณ์สับสนยุ่งเหยิง
 วุ่นวายก็พยายามระงับจิตทำตนให้มั่นคงปฏิบัติให้

เหมาะสมได้ผลที่ตกแก่คนทุกฝ่าย หรือเกิดปัญหาเฉพาะ
 หน้าที่จะตัดสินใจได้โดยยาก เมื่อทำจิตให้มั่นคงสงบแล้ว
 ก็สามารถจะวินิจฉัยปัญหาเหล่านั้นได้ถูกต้อง หรือขณะ
 บำเพ็ญเพียรอะไรทำให้มีความนิยมชมชื่นไม่จิตจางจน
 สำเร็จ เมื่อมีพันธะเกี่ยวข้องกับใคร ก็มีใจตั้งมั่นรู้จัก
 ผ่อนผันรักษาไมตรีให้ตั้งมั่นสนิทสนมคงที่สนทนากานาน
 ควรฝึกใจให้เป็นเช่นนั้น จะมีผลานิสงส์ตามส่วน หรือ
 ท่านมีศรัทธาอุทสาหะฝึกหัดใจให้ตั้งมั่นในอารมณ์เป็น
 สมถกัมมัฏฐาน เป็นการทำให้ปลอดโปร่งพ้นจาก
 เครื่องผูกมัด ปราศจากความอึดอัดติดขัด มีความ
 บริสุทธิ์เบาใจ นี้ก็เป็นลักษณะส่วนหนึ่งแห่งสมาธิที่ควร
 น้อมเข้ามาใช้ในกิจการ หรือความเป็นอยู่ของเรา

สมาธินี้ ชื่อว่าเป็นอินทรีย์ เพราะเป็นใหญ่ในหน้า
 ที่ของตนทำ ให้จิตสงบสงัดจาก กามกิเลสบาปกรรม

ทั้งหลาย ให้มีอานุภาพให้จิตอยู่ในอำนาจ อาจบันดาล
 ให้สำเร็จผลในทางธรรมปฏิบัติอย่างสูง โดยเฉพาะ
 จะให้เกิดปัญญาตรัสรู้ จึงเรียกว่า โพธิปักขิยธรรม
 ประการหนึ่ง

ร. พ. มหามกุฏราชวิทยาลัย หน้าวัดบวรนิเวศวิหาร ฯ

นายพินิจ อุตาราช ผู้พิมพ์โฆษณา ๒๒/๖/๒๕๑๑

ພິມພັກ ໂຮງພິມພິມທາມກຸງກາສິກອາລັຍ

ຄະນະພະສຸດສະ ທີ່ຖະໜົນບາງກອກ ໄທ. 817790

ລາຍພິມ ສູ່ສຳກາງ ຜູ້ພິມພິມໄນເບລາ ພ.ທ. 2511
