



หน้าแรก

หลักสูตร  
มโนมยิทธิหลักสูตร  
อภิญาหนก

พระกรรมฐาน๔๐กอง เสียงธรรมเทศนา

[สนทนา Webboard](#)
[ปฏิบัติพระกรรมฐาน](#) > [สมาบัติ](#)

## สมาบัติ

[ขณิกสมาธิ](#), [ฌาน](#), [อุปจารสมาธิ](#), [ปฐมฌาน](#), [นิรโรค ๕](#) [ทุติยฌาน](#), [ตติยฌาน](#), [จตุตถฌาน](#) (ฌาน ๔)  
[รูปฌาน](#), [อรุปรฌาน](#), [สมาบัติ ๘](#), [นิโรธสมาบัติ](#), [เข้าผลสมาบัติ](#)

คำว่า **สมาบัติ** แปลว่าถึงพร้อม แปลเหมือนกันกับคำว่า **สมบัติ** ศัพท์เดิมว่า **สัมปตติ** แปลว่าถึงพร้อม มาแปลงเป็นบาลีไทย หมายความว่าศัพท์นั้นเป็นศัพท์บาลี แต่เรียกกันเป็นไทย ๆ เสีย ก็เลยเพี้ยนไปหน่อย เล่นเอาผู้รับฟังปวดเศียรเวียนเกล้าไปตามๆ กัน

**สมาบัติ** แปลว่าเข้าถึงนั้น หมายเอาว่าเข้าถึงอะไร ข้อนี้ น่าจะบอกไว้เสียด้วย ขอบอกให้รู้ไว้เลยว่า ถึงจุดของอารมณ์ที่เป็นสมาธิหรือที่เรียกว่า **ฌาน** นั้นเอง เมื่ออารมณ์ของสมาธิที่ยังไม่เข้าระดับฌาน ท่านยังไม่เรียกว่า สมาบัติ เช่น

### ขณิกสมาธิ

**ขณิกสมาธิ** แปลว่า **ตั้งใจมั่นได้เล็กน้อย หรือนิดๆ หน่อยๆ** คำว่า สมาธิ แปลว่า ตั้งใจมั่น ต้องมั่นได้นิดหน่อย เช่น กำหนดจิตคิดตามคำภาวนา ภาวนาได้ประเดี๋ยวประด๋าว จิตก็ไปคว้าเอาความรู้สึกนึกคิดอารมณ์ภายนอกคำภาวนามาคิด ทั้งองค์ภาวนาเสียแล้ว กว่าจะรู้ตัวว่า จิตซ่าน ก็คิดตั้งบ้านสร้างเรือนเสียพอใจ อารมณ์ตั้งอยู่ในองค์ภาวนาไม่ได้นานอย่างนี้ ตั้งอยู่ได้ ประเดี๋ยวประด๋าว อารมณ์จิตก็ยังไม่สว่างแจ่มใส ภาวนาไปตามอาจารย์สั่งขาดๆ เกินๆ อย่างนี้แหละ ที่เรียกว่า **ขณิกสมาธิ** ท่านยังไม่เรียก **ฌาน** เพราะอารมณ์ยังไม่เป็นฌาน ท่านจึงไม่เรียกว่า **สมาบัติ** เพราะยังไม่เข้าถึงกฎที่ท่านกำหนดไว้

### ฌาน

ขอแปลคำว่าฌานสักนิด ขอค้นเวลาสักหน่อย ประเดี๋ยวเลยไปจะยุ่ง จะไม่รู้ว่าเป็น **ฌาน** แปลว่าอะไร คำว่า **ฌาน** นี้ แปลว่า **เพ่ง** หมายถึงการเพ่งอารมณ์ตามกฎแห่งการเจริญกรรมฐาน ถึงอันดับที่ ๑ เรียกว่าปฐมฌาน คือ ฌาน ๑ ถึงอันดับที่ ๒ เรียกว่าทุติยฌาน แปลว่า ฌาน ๒ ถึงอันดับที่ ๓ เรียกว่า ตติยฌาน แปลว่า ฌาน ๓ ถึงอันดับที่ ๔ เรียกว่า จตุตถฌาน แปลว่า ฌาน ๔ ถึงอันดับที่แปด คือ ได้อรุปรฌานถึงฌาน ๔ ครบทั้ง ๔ อย่าง เรียกว่า ฌาน ๘

ถ้าจะเรียกเป็นสมาบัติก็เรียกเหมือนฌาน ฌาน ๑ ท่านก็เรียกว่า ปฐมสมาบัติ ฌานที่ ๒ ท่านก็เรียกว่า ทุติยสมาบัติ ฌาน ๓ ท่านก็เรียก ตติยสมาบัติ ฌาน ๔ ท่านก็เรียกจตุตถสมาบัติ ฌาน ๘ ท่านเรียก อัญญสมาบัติ หรือสมาบัติแปดนั่นเอง

### อุปจารสมาธิ

อุปจารสมาธินี้เรียกอุปจารฌานก็เรียก เป็นสมาธิที่มีความตั้งมั่นใกล้จะถึงปฐมฌานหรือปฐมสมาบัตินั่นเอง อุปจารสมาธิคุมอารมณ์สมาธิไว้ได้นานพอสมควร มีอารมณ์ใสสว่างพอใช้ได้ เป็นพื้นฐานเดิมที่จะฝึกทิพยจักขุญาณได้ อารมณ์ที่อุปจารสมาธิเข้าถึงนั้นมีอาการดังนี้

๑. วิตก คือความกำหนดจิตนึกคิดองค์ภาวนาหรือกำหนดรูปกสิณ จิตกำหนดอยู่ได้ ไม่คลาดเคลื่อน ในเวลานานพอสมควร

๒. วิจารณ์ การใคร่ครวญในรูปกสิณนิมิต ที่จิตถือเอาเป็นนิมิตที่กำหนด มีอาการเคลื่อนไหวหรือคงที่ มีสีสนวรรณะเป็นอย่างไร เล็กหรือใหญ่ สูงหรือต่ำ จิตกำหนดรู้ไว้ได้ ถ้าเป็นองค์ภาวนา ภาวนาครบถ้วนใหม่ ผิดถูกอย่างไร กำหนดรู้เสมอ ถ้ากำหนดลมหายใจ ก็กำหนดรู้ว่า หายใจเข้า ออกยาวหรือสั้น เบาหรือแรง รู้อยู่ตลอดเวลาอย่างนี้ เรียกว่าวิจารณ์

๓. ปีติ ความปลาบปลื้มเอิบอิ่มใจ มีจิตใจชุ่มชื่นเบิกบาน ไม่อึดไม่เบื่อในการเจริญภาวนา อารมณ์ผ่องใส ปรากฏว่าเมื่อหลับตาภาวนานั้นไม่มีดเหมือนเดิม มีความสว่างปรากฏคล้ายใคร นำแสงสว่างมาวางไว้ใกล้ๆ บางคราวก็เห็นภาพและแสงสีปรากฏเป็นครั้งคราว แต่ปรากฏอยู่ไม่นาน

ก็หายไป อาการของปีติมีห้าอย่างคือ

- ๓.๑ มีการขนลุกขนชัน ท่านเรียกว่าขนพองสยองเกล้า
- ๓.๒ มีน้ำตาไหลจากตาโดยไม่มีอะไรไปทำให้ตาระคายเคือง
- ๓.๓ ร่างกายโยกโคลง คล้ายเรือกระทบคลื่น
- ๓.๔ ร่างกายลอยขึ้นเหนือพื้นที่นั่ง บางรายลอยไปได้ไกลๆ และลอยสูงมาก
- ๓.๕ อาการกายชูซ่า คล้ายร่างกายโปร่ง และใหญ่โตสูงขึ้นอย่างผิดปกติ

อาการทั้งห้าอย่างนี้ แม้อย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นอาการของปีติ ข้อที่ควรสังเกตก็คือ อารมณ์จิตชุ่มชื้นเบิกบานแม้ร่างกายจะสิ้นวันไหว บางรายตัวหมุนเหมือนลูกข่างแต่จิตใจก็เป็นสมาธิ แนบแน่นไม่หวั่นไหว มีสมาธิตั้งมั่นอยู่เสมอ การกำหนดจิตเข้าสมาธิก็ง่าย คล่อง ทำเมื่อไร เข้าสมาธิได้ทันที อาการของสมาธิเป็นอย่างไร

๔. สุข ความสุขชั้นบาน เป็นความสุขที่ละเอียดอ่อน ไม่เคยปรากฏการณ์มาก่อนเลยในชีวิต จะนั่งสมาธินานแสนนานก็ไม่รู้สึกปวดเมื่อย อาการปวดเมื่อยจะมีก็ต่อเมื่อคลายสมาธิแล้ว ส่วนจิตใจ มีความสุขสำราญตลอดเวลา สมาธิก็ตั้งมั่นมากขึ้น อารมณ์วิตกคือการกำหนดภาวนา ก็ภาวนาได้ตลอดเวลา การกำหนดรู้ความภาวนาว่าจะถูกต้องครบถ้วนหรือไม่เป็นต้น ก็เป็นไปด้วยดี มีธรรมปีติชุ่มชื้น ผ่องใส ความสุขใจมีตลอดเวลา สมาธิตั้งมั่น ความสว่างทางใจปรากฏขึ้นในขณะที่หลับตาภาวนา อาการตามที่กล่าวมาทั้งหมดนี้แหละ ที่เรียกว่า **อุปจารสมาธิ** หรือเรียกว่า **อุปจารฌาน** คือเจียดๆ จะถึง **ปฐมฌาน** อยู่แล้ว ห่างปฐมฌานเพียงเส้นยาแดงผ่า ๓๒ เท่านั้นเอง ตอนนี้อย่างยังไม่เรียกฌานโดยตรง เพราะอารมณ์ยังไม่ครบองค์ฌาน ท่านจึงยังไม่ยอมเรียกว่าสมาบัติ เพราะยังไม่ถึงฌาน

## ปฐมฌาน หรือ ปฐมสมาบัติ

ปฐมฌาน หรือปฐมสมาบัตินี้ ท่านกำหนดองค์ของปฐมฌาน หรือปฐมสมาบัติไว้ ๕ อย่าง ดังต่อไปนี้

๑. วิตก จิตกำหนดนึกคิด โดยกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก ว่าหายใจเข้าหรือออก ถ้าใช้คำภาวนา ก็รู้ว่าเราภาวนาอยู่ คือภาวนาไว้มิให้ขาดสาย ถ้าเพ่งกสิณ ก็กำหนดจับภาพกสิณอยู่ตลอดเวลา อย่างนี้เรียกว่าวิตก

๒. วิจารณ์ ถ้ากำหนดลมหายใจ ก็ใคร่ครวญกำหนดรู้ไว้เสมอว่า เราหายใจเข้าหรือหายใจออก หายใจเข้าออกยาวหรือสั้น หายใจเบาหรือแรง ในวิสุทธิมรรคท่านให้กำหนดลมสามฐานคือ หายใจเข้า ลมกระทบจมูก กระทบอก กระทบศุนย์เหนือสะดือนิดหน่อย หายใจออกลมกระทบศุนย์ กระทบอก กระทบจมูกหรือริมฝีปาก

ถ้าภาวนา ก็กำหนดรู้ไว้เสมอว่า เราภาวนาถูกต้องครบถ้วนหรือไม่ประการใด

ถ้าเพ่งภาพกสิณ ก็กำหนดหมายภาพกสิณว่า เราเพ่งกสิณอะไร มีสีสนวรรณะเป็นอย่างไร ภาพกสิณเคลื่อนหรือคงสภาพ สีของกสิณเปลี่ยนแปลงไปหรือคงเดิม ภาพที่เห็นอยู่นั้นเป็นภาพกสิณที่เราต้องการ หรือภาพหลอนสอดแทรกเข้ามา ภาพกสิณเล็กหรือใหญ่ สูงหรือต่ำ ดังนี้เป็นต้น อย่างนี้เรียกว่า วิจารณ์

๓. ปีติ ความชุ่มชื้นเบิกบานใจ มีเป็นปกติ

๔. ความสุขเยือกเย็น เป็นความสุขทางกายอย่างประณีต ซึ่งไม่เคยมีมาในกาลก่อน

๕. เอกัคคตารมณ์ มีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือ ตั้งมั่นอยู่ในองค์ทั้ง ๔ ประการนั้นไม่คลาดเคลื่อน

ข้อที่ควรสังเกตก็คือ ปฐมฌานหรือปฐมสมาบัตินี้ เมื่อขณะทรงสมาธิอยู่นั้นหุ้ยังได้ยินเสียงภายนอกทุกอย่าง แต่ว่าอารมณ์ภาวนาหรือรักษาอารมณ์ไม่คลาดเคลื่อน ไม่รำคาญในเสียง เสียงก็ได้ยิน แต่จิตก็ทำงานเป็นปกติ อย่างนี้ท่านเรียกว่า ปฐมฌาน คือ อารมณ์เพ่งอยู่ โดยไม่รำคาญในเสียง ทรงความเป็นหนึ่งไว้ได้ ท่านกล่าวว่า กายกับจิตเริ่มแยกตัวกันเล็กน้อยแล้ว ตามปกติจิตย่อมสนใจในเรื่องของกาย เช่นหูได้ยินเสียง จิตก็คิดอะไรไม่ออกเพราะรำคาญในเสียง แต่พอจิตเข้าระดับปฐมฌาน กลับเฉยเมยต่อเสียง คิดคำนึงถึงอารมณ์กรรมฐานได้เป็นปกติ ที่ท่านเรียกว่าปฐมสมาบัติ ก็เพราะอารมณ์สมาธิเข้าถึงเกณฑ์ของปฐมฌาน ที่จิตกับกายเริ่มแยกตัวกันบ้างเล็กน้อยแล้วนั่นเอง

## อารมณ์ปฐมฌาน และปฐมสมาบัติ

เพื่อให้จำง่ายเข้า จะขอนำอารมณ์ปฐมฌานมากล่าวโดยย่อเพื่อทราบไว้ อารมณ์ปฐมฌาน โดยย่อมีดังนี้

๑. วิตก ความตรึกนึกคิดถึงอารมณ์ภาวนา

๒. วิจารณ์ ความใคร่ครวญทบทวนถึงองค์ภาวนานั้นๆ ครบถ้วนถูกต้องหรือไม่เพียงใด

๓. ปีติ ความเอิบอิ่มใจ มีความชุ่มชื้นเบิกบานหรรษา

๔. สุข มีความสุขสันต์ทางกายและจิตใจอย่างไม่เคยมีมาในกาลก่อน เป็นความสุขอย่างประณีต

๕. เอกัคคตา มีอารมณ์เป็นหนึ่ง คือ ทรงวิตก วิจารณ์ ปีติ สุข ไว้ได้โดยไม่มีอารมณ์อื่นเข้ามาแทรกแซง

องค์ปฐมฌาน หรือ ปฐมสมาบัติ ๕ อย่างที่กล่าวมาแล้วนี้ ต้องปรากฏพร้อมๆ กันไป คือนึกคิดถึงองค์ภาวนา ใคร่ครวญในองค์ภาวนานั้นๆ ว่าครบถ้วนถูกต้องหรือไม่ประการใด มีความชุ่มชื้น

เบิกบานใจ มีอารมณ์ผ่องใสสว่างไสวในขณะภาวนา มีความสุขสันต์หรรษา มีอารมณ์จับอยู่ในองค์ - ภาวนา ไม่สนใจต่ออารมณ์ภายนอก แม้แต่เสียงที่ได้ยินสอดแทรกเข้ามาทำให้ได้ยินชัดเจน แต่จิตใจก็ไม่หวั่นไหว ไปตามเสียงนั้น จิตใจคงมั่นคงอยู่กับอารมณ์ภาวนาเป็นปกติ

## เสียนนามของปฐมฌาน

เสียนนามหรือศัตรูตัวสำคัญของปฐมฌาน หรือ ปฐมสมาบัตินี้ ก็ได้แก่เสียง เสียงเป็นศัตรูที่คอยทำลายอารมณ์ปฐมฌาน ถ้านักปฏิบัติทรงสมาธิอยู่ได้ โดยไม่ต้องระแวงหวั่นไหวในเสียง คือไม่รำคาญเสียงที่รบกวนได้ก็แสดงว่าท่านเข้าถึงปฐมฌานแล้ว ข้อที่ไม่ควรลืมก็คือ ฌานโลกีย์นี้เป็นฌานระดับต่ำ เป็นฌานที่ปุถุชนคนธรรมดาสามารถจะทำให้ได้ถึงทุกคน เป็นฌานที่เสื่อมโทรมง่าย หากจิตใจของท่านไปมัวหมกมัวกับนิเวศน์ห้าประการอย่างใดอย่างหนึ่งเข้า แม้แต่อย่างเดียว ฌานของท่านก็จะเสื่อมทันที ต่อว่าเมื่อไร ท่านขับไล่นิเวศน์ไม่ให้เข้ามารบกวนจิตใจได้ ฌานก็เกิดขึ้นแก่จิตใจของท่านต่อไป ฌานจะเสื่อม หรือ เจริญก็อยู่ที่นิเวศน์ ด้านนิเวศน์ไม่ปรากฏ จิตว่างจากนิเวศน์ จิตก็เข้าถึงฌาน ถ้านิเวศน์มารบกวนจิตใจได้ ฌานก็จะสลายตัวไป ฌานตั้งแต่ฌานที่ ๑ ถึง ฌานที่ ๘ มีสภาพเช่นเดียวกัน คือต้องระมัดระวังนิเวศน์ไม่ให้เข้ามายุ่งแทรกแซงเหมือนกัน ก่อนที่จะพูดถึงฌานที่ ๒ จะขอแนะนำนิเวศน์ศัตรูร้ายผู้คอยทำลายฌานมาให้ท่านรู้จักหน้าตาไว้เสียก่อน

## นิเวศน์ ๕

อกุศลธรรมที่คอยทำลายล้างความดีที่เป็นกุศล คือ ฌาน ท่านเรียกว่า นิเวศน์ มี ๕ อย่าง คือ

๑. กามฉันทะ ความพอใจใน รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส อันเป็นวิสัยของกามารมณ์
๒. พยาบาท ความผูกโกรธ จองล้างจองผลาญ
๓. ถีนมิทธะ ความง่วงเหงาหาวนอน ในขณะเจริญสมณธรรม
๔. อุทธัจจกุกกัจจะ ความคิดฟุ้งซ่าน และความรำคาญหงุดหงิดใจ
๕. วิจิกิจฉา ความลังเลสงสัยในผลของการปฏิบัติ ไม่แน่ใจว่าจะมีผลจริงตามที่คิดไว้หรือไม่

เพียงใด

อารมณ์ทั้ง ๕ ประการนี้ เป็นเพื่อนสนิทกับจิตใจมานานับจำนวนปีไม่ถ้วน ควรจะพูดว่าจิตใจของเราคบกับนิเวศน์มานานหลายร้อยหลายพันชาติ เมื่อจิตใจเราสนิทสนมกับอารมณ์ของนิเวศน์มานานอย่างนี้ เป็นธรรมดาอยู่เองที่จิตใจจะต้องอดคบหาสมาคมกับนิเวศน์ไม่ได้ เมื่อเรามาแนะนำให้คบหาสมาคมกับฌาน ซึ่งเป็นเพื่อนหน้าใหม่ มีนิสัยตรงข้ามกับเพื่อนเก่าก็เป็นการฝืนอารมณ์อยู่ไม่น้อย ฉะนั้น ในฐานะที่นิเวศน์กับจิตเป็นเพื่อนสนิทกันมานาน ก็อดที่จะแอบไปคบหาสมาคมกันไม่ได้ อารมณ์ที่จะคอยหักล้างนิเวศน์ คืออกุศลห้าประการนี้ได้ ก็อารมณ์ ๕ ประการของปฐมฌานนั่นเอง เมื่อจิตกับนิเวศน์เป็นมิตรสนิทกันมานาน ฉะนั้น การดำรงจิตอยู่ในอารมณ์ฌานจึงทรงอยู่ได้ไม่นาน ทรงอยู่ได้ชั่วคราวชั่วขณะ จิตก็เลื่อนเคลื่อนออกจากอารมณ์ฌานคลานเข้าไปหานิเวศน์ อารมณ์อย่างนี้เป็นกฎธรรมดาของท่านที่เข้าถึงฌานในระยะต้น หรือที่มีความขำของขำนายในฌานยังน้อยอยู่ ต่อเมื่อไรได้ฝึกการดำรงฌาน กำหนดเวลาตามความต้องการได้แล้ว เมื่อนั้นแหละความเข้มข้นเข้มแข็งของกำลังจิตที่จะทรงฌานอยู่ได้นานตามความต้องการจึงจะปรากฏมีขึ้น ขอนักปฏิบัติจงเข้าใจไว้ด้วยว่าจิตที่เข้าสู่ระดับฌาน คือ ปฐมฌาน หรือฌานอื่นใดก็ตาม ถ้ายังไม่ฝึกฝนจนชำนาญ เข้าฌานออกฌานตามกำหนดเวลาได้แล้ว จิตก็จะยังทรงสมาธิไว้ได้ไม่นาน จิตจะค่อยถอยหลังเข้าหานิเวศน์ ๕ ประการอย่างใดอย่างหนึ่งเมื่ออารมณ์ฌานย่อหย่อน เมื่อมีอาการอย่างนั้นบังเกิดขึ้นก็จงอย่าท้อใจ หมั่นฝึกฝนเข้าฌานโดยการกำหนดเวลาว่า ต่อแต่นี้ไปเราจะดำรงอยู่ในฌาน ตั้งแต่เวลานี้ถึงเวลาเท่านั้น แล้วเริ่มทำสมาธิเข้าสู่ระดับฌาน ทรงฌานไว้ตามเวลา จนกว่าเมื่อถึงเวลาแล้วจิตจะเคลื่อนจากฌาน มีความรู้สึกตามปกติเอง เมื่อทำได้แล้วหัดทำบ่อย ๆ จากเวลาน้อย ไปหาเวลามาก คือ ๑ ชั่วโมง ไปหา ๒-๓-๔-๕-๖ จนถึง ๑ วัน ๒-๓-๔-๕-๖-๗ พอครบกำหนด จิตก็จะคลายตัวออกเอง โดยไม่ต้องตั้งนาฬิกาปลุกหรือคนเรียก เมื่อชำนาญอย่างนี้ ชื่อว่าท่านเอาชนะนิเวศน์ได้ แต่ก็อย่าประมาท เพราะฌานโลกีย์ ถึงอย่างไรก็ดี ยังไม่พ้นอำนาจนิเวศน์อยู่นั่นเอง นิเวศน์ที่ไม่มารบกวนนั้น ไม่ใช่นิเวศน์สูญไปหรือสลายตัวเพียงแต่พลีไปเท่านั้นเอง ต่อเมื่อไรท่านได้โลกุตตรฌาน คือ บรรลุพระอริยะตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไปนั่นแหละท่านพอจะไว้ใจตัวได้ว่า ท่านไม่มีวันที่จะต้องตกมาอยู่ใต้อำนาจนิเวศน์ คืออกุศลธรรมต่อไปอีก เพราะโลกุตตรฌานคือได้ฌานโลกีย์แล้วเจริญวิปัสสนาญาณจนบรรลุอริยมรรคอริยผล เป็นพระอริยบุคคลแล้ว อกุศลคือนิเวศน์ ๕ ประการเข้าครองจิตไม่ได้สนิทนักสำหรับพระอริยะต้น พอจะกวนบ้างเล็กน้อย แต่ก็จุกจุกใจให้ทำตามนิเวศน์สั่งไม่ได้ นิเวศน์บางอย่าง เช่น กามฉันทะ ความพอใจในความสวยงามของ รูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัส ความโกรธ ความขัด - เคือง พระโสดาบัน พระสกิทาคามียังมี แต่ก็ยังมีเพียงคิดนึกไม่ถึงกับลงมือทำ เรียกว่าอกุศลกวนใจนิด - หน่อย พอทำได้ แต่จะบังคับให้ทำไม่ได้ สำหรับพระอนาคามี ยังตกอยู่ใต้อำนาจของอุทธัจจะ คือความคิดฟุ้งซ่าน แต่ก็คิดไปในส่วนที่เป็นกุศลใหญ่มากกว่า ความคิดฟุ้งเลอะเลือนเล็กๆ น้อย ๆ พอมีบ้าง แต่ไม่มีอะไรเป็นภัย เพราะพระอนาคามีหมดความโกรธ ความพยาบาทเสียแล้ว

อำนาจของนิเวศน์มีอย่างนี้ บอกให้รู้ไว้ จะได้คอยยับยั้งซึ่งใจคอยระมัดระวังไว้ไม่ปล่อยให้ใจระเริงหลงไปกับนิเวศน์ ที่ชวนให้จิตมีความรู้สึกนึกคิดไปในส่วนที่เป็นอกุศลยับยั้งตนไว้ในอารมณ์ของ

ฌานเป็นปกติ ท่านที่มีอารมณ์จิตเข้าถึงอารมณ์ฌานและเข้าฌานไว้เป็นปกติ ท่านผู้นั้นมีหน้าตาเข้มขึ้น เอิบอิมอยู่เสมอ มีอารมณ์เบิกบานไม่หดหู่ เห็นนารักอยู่ตลอดเวลา ฌานแม้แต่เพียงปฐมฌานจัดว่าเป็นฌานเบื้องต้น ก็มีผลไม่น้อยถ้าทรงไว้ได้ไม่ปล่อยให้เสื่อม ตายไปในขณะที่ทรงฌาน ก็สามารถไปเกิดในพรหมโลกได้สามชั้น คือ ปฐมฌานหยาบ เกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๑ ปฐมฌานกลาง เกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๒ ปฐมฌานละเอียด เกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๓ ถ้าท่านเอาสมาธิในปฐมฌานมาเป็นกำลังของวิปัสสนาญาณแล้วอำนาจสมาธิของปฐมฌานก็สามารถเป็นกำลังให้วิปัสสนาญาณกำจัดกิเลสเป็นสมุจเฉทปหาน คือตัดกิเลสได้เด็ดขาด จนบรรลุอรหัตตผลได้สมความปรารถนา อำนาจฌานแม้แต่ฌานที่ ๑ มีอำนาจมากอย่างนี้ ขอท่านนักปฏิบัติจงอย่าท้อใจ ระวังระวังใจ อย่าหลงไหลในนิรวณ จนเสียผลฌาน

## หุติยฌานหรือหุติยสมาบัติ

หุติยฌาน แปลว่าฌานที่ ๒ หุติยสมาบัติ แปลว่าสมาบัติที่ ๒ ฌานและสมาบัติ ได้อธิบายมาแล้วแต่ฌานต้นคือ ปฐมฌาน จะไม่อธิบายอีก ปฐมฌานมีอารมณ์ ๕ ตามที่กล่าวมาแล้วใน ฌานที่ ๑ สำหรับหุติยฌานนี้ มีอารมณ์ ๓

อารมณ์ ๓ ของหุติยฌานมีดังต่อไปนี้

### อารมณ์หุติยฌานมี ๓

๑. ปีติ ความเอิบอิมใจ
๒. สุข ความสุขอย่างประณีต
๓. เอกัคคตา มีอารมณ์เป็นหนึ่ง

อารมณ์หุติยฌานนี้ ก็ตัดเอามาจากอารมณ์ปฐมฌานนั่นเอง ท่านที่ทรงสมาธิเข้าถึงหุติยฌานนี้ ท่านตัดวิตก วิจารณ์เป็นอารมณ์ของปฐมฌานเสียได้ คงเหลือแต่ ปีติ สุข เอกัคคตา อาการตัดวิตก วิจารณ์นั้นมีความรู้สึกอย่างไรในเวลาปฏิบัติจริง ข้อนี้นักปฏิบัติสนใจกันมากเป็นพิเศษ เพราะเพียงอ่านรู้แล้วยังหาความเข้าใจจริงไม่ได้ การตัดก็มีไขจะตัดออกไปเฉยๆ ได้ตามอารมณ์ วิตกแปลว่าตรึก นึกคิด วิจารณ์ แปลว่า ไตรตรอง ใคร่ครวญ ท่านลองพิจารณาดูเถิดว่า วิตกวิจารณ์เป็นอารมณ์ที่ตัดไม่ได้ง่ายเลย ใคร ๆ ที่ไหนจะมาห้ามความรู้สึกนึกคิดกันง่าย ๆ ได้ เคยฟังท่านสอนเวลาเรียน ท่านสอนว่าให้ตัดวิตกวิจารณ์ออกเสียได้แล้ว ทรงอยู่ในปีติ สุข เอกัคคตา เท่านั้นก็ได้หุติยฌาน ท่านพูดของท่านถูก ฟังก็ไม่ยาก แต่ตอนทำเข้าจริง ๆ พอมาเจอตัวตัดวิตก วิจารณ์เข้าจริง ๆ กลับไม่เข้าใจ จะพูดให้ฟังถึงการตัดวิตกวิจารณ์

### ตัดวิตกวิจารณ์ตามผลปฏิบัติ

ตามผลปฏิบัตินั้น วิตกวิจารณ์ที่ถูกตัด มิได้ตัดด้วยการยกเว้น คืองดการนึกคิดเอาเอง เฉย ๆ ท่านตัดด้วยการปฏิบัติเข้าถึงระดับ คือ ในระยะแรกก็เจริญภาวนาคาถา ภาวนาตามท่านอาจารย์สอน จะภาวนาว่าอย่างไรก็ได้ ท่านไม่ได้จำกัดไว้ คาถาภาวนาเป็นสายเชือกโยงใจเท่านั้น ให้ใจมีหลักเกาะไว้ไม่ให้สอหายไปในอารมณ์นอกจากคำภาวนา อย่างนี้ท่านเรียกว่า "บริกรรมภาวนา" ขณะที่ภาวนาอยู่ จิตคิดถึงคำภาวนานั้น ท่านเรียกว่า "วิตก" จิตที่คอยประคับประคองคำภาวนา คิดตามว่า เราภาวนา ถูกตามอาจารย์สอนหรือไม่ ครบถ้วนหรือไม่ อย่างนี้ท่านเรียกว่า "วิจารณ์" การตัดวิตกวิจารณ์ ก็ภาวนาไปอย่างนั้น จนเกิดปีติ สุขและเอกัคคตา คือมีอารมณ์คงที่ จิตไม่สนใจกับอารมณ์ภายนอก รักษาอารมณ์ภาวนา และอาการเอิบอิม สุขสันต์อยู่ตลอดเวลา ลมหายใจจะอ่อนลงทุกที รู้สึกว่าหายใจเบา อารมณ์จิตโปร่งแจ่มใส หลับตาแล้ว แต่คล้ายกับมีใครเอาประทีปมาวางไว้ใกล้ ๆ ในระยะนี้เอง จิตจะหยุดภาวนาเอาเฉยๆ มีอารมณ์นิ่งตั้งสบายกว่าขณะที่ภาวนามาก รู้สึกว่าลมหายใจอ่อนระรวยลง หูได้ยินเสียงภายนอกแต่เบาลงกว่าเดิม จิตไม่สนใจกับอะไร มีอารมณ์เจียบสงบตั้งอยู่ บางรายพอรู้สึกตัวว่าหยุดภาวนาก็ตกใจ รีบคิดถึงคำภาวนา บางรายก็คิดว่าตนชนปลายไม่ถูก คำภาวนาภาวนามาจนคล่อง กลับคิดไม่ออกว่าอะไรเป็นต้นเป็นปลาย ก็กักอีกอึกอยู่ครู่หนึ่ง จึงจับต้นชนปลายถูก อาการที่จิตสงบปล่อยคำภาวนามีอารมณ์เฉยไม่ภาวนานั้นแหละ เป็นการละวิตกวิจารณ์ ละด้วยอารมณ์เข้าถึงสมาธิอันดับฌาน ๒ ไม่ใช่อยู่ ๆ ก็จะมาหยุดภาวนาไปนั้น ตอนนั้นจิตตกอารมณ์หุติยฌาน เข้าสู่อารมณ์ปฐมฌานตามเดิม บางรายก็เข้าสู่ภวังค์คืออารมณ์ปกติธรรมดาเอาเลย

พูดมาอย่างนี้ คิดว่าท่านผู้อ่านคงจะเข้าใจแล้วว่า การละหรือตัดวิตกวิจารณ์นั้น ก็การที่ภาวนาไปจนมีอารมณ์สงบ จิตปล่อยคำภาวนานั้นเอง เมื่อจิตปล่อยคำภาวนาแล้ว ก็เหลือแต่ความชุ่มชื้นหรือความสุขสันต์ทางกายอย่างประณีต มีอารมณ์เจียบสงบตั้งอยู่อย่างไม่สนใจกับอารมณ์ใด หูเกือบจะไม่ได้ยินเสียงอะไร เป็นอารมณ์จิตที่มีความสุขสบายยอดเยี่ยมกว่าฌานที่ ๑ มาก เพราะฌานที่ ๑ ยังต้องมีกังวลอยู่กับการภาวนาและต้องระวังระวังบทภาวนาให้ถูกต้องครบถ้วน จัดว่ามีกังวลมาก สำหรับหุติยฌานนี้ตัดคำภาวนาออกเสียได้ด้วยการเข้าถึงอารมณ์ที่ละเอียดกว่า มีแต่ความชุ่มชื้นหรือความสุขด้วยอำนาจปีติ มีความสุขละเอียดอ่อนประณีต เพราะความสุขอันประณีตด้วยอำนาจสมาธิที่ตั้งมั่นกว่าปฐมฌาน จิตเป็นหนึ่ง คือมีอารมณ์สงบจากอารมณ์ภายนอก แม้แต่คำภาวนาก็ไม่แยแส นี่แหละที่ท่านเรียกว่าได้หุติยฌาน หรือหุติยสมาบัติ เมื่อได้แล้วต้องฝึกฝนให้คล่องว่องไว คิดจะเข้าหุติยฌานเมื่อไร ก็เข้าได้

ทันที่หรือจะทรงหุติยานอยู่นานเท่าใด ก็กำหนดเวลาได้ตามความประสงค์ อย่างนี้จึงจะชื่อว่า ได้หุติยานแน่นอน แต่ทว่าเมื่อได้แล้วก็อย่าประมาท ถ้าพลังพลาดปล่อยให้อกุศลมารบกวนใจ หรือ จิตใจไปใคร่ในอกุศลเข้าเมื่อไร หุติยานก็หุติยานนั้นแหละ เป็นเสื่อมทรามลงทันที ฉะนั้นท่านจึงว่า ฆานโลกีย์นี้ระมัดระวังยาก ต้องคอยระคับระคองระคอบระหงมยิ่งกว่าเด็กอ่อนนอนเบาเสียอีก

### เสียนนามของหุติยาน

เสียนนามของปฐมฆานได้แก่เสียง เสียงเป็นศัตรูคอยทำลายปฐมฆาน เมื่อใดถ้าจิต ยุ่งกับเสียง คือทนรำคาญไม่ไหว ก็หมายความว่า ปฐมฆานเสื่อมเสียแล้ว สำหรับหุติยานนี้ มีวิตก วิจารณ์เป็นเสียนนามศัตรู เมื่อขณะที่จิตทรงสมาธิอยู่ในระดับหุติยาน จิตคอยจะเคลื่อนเลื่อน ลงมาหาอารมณ์ปฐมฆาน คือคอยจะยึดเอาคาถาภาวนาเป็นอารมณ์ เพราะคาถาภาวนาเป็นวิตกวิจารณ์ จึงจำต้องคอยระมัดระวังไว้ อย่าปล่อยสติสัมปชัญญะให้คลาดเคลื่อน คมอารมณ์หุติยานอย่าให้ เลื่อนไปได้ ฝึกหัดตั้งกำหนดเวลาทรงฆานเข้าไว้ แล้วทำให้ชินตามกำหนดเวลา

### อานิสงส์หุติยาน

ฆานทั้งหมด เป็นอารมณ์สมาธิที่ทำให้จิตใจให้พร้อมด้วยสติสัมปชัญญะ เวลาจะทำการงาน ก็มีความทรงจำดี จิตใจไม่เลอะเลือนฟุ้งซ่าน เป็นอารมณ์รักษาโรคประสาทได้ดีที่สุด นอกจากนี้ เวลาจะตายก็มีสติสัมปชัญญะดีไม่หลงตาย ถ้าตายในระหว่างฆานท่านว่าหุติยานที่เป็นโลกีย์ฆาน ให้ผลดังนี้

- ก. หุติยานหยาบ ให้ผลไปเกิดในพรหมโลกชั้นที่ ๔
- ข. หุติยานกลาง ให้ผลไปเกิดในพรหมโลกชั้นที่ ๕
- ค. หุติยานละเอียด ให้ผลไปเกิดในพรหมโลกชั้นที่ ๖

ถ้าเอาอารมณ์หุติยานไปเป็นกำลังของวิปัสสนาญาณแล้ว สมาธิระดับหุติยานจะมีกำลัง ช่วยให้วิปัสสนาญาณกำจัดกิเลสได้ดีและรวดเร็วกว่ากำลังของปฐมฆานมาก ท่านอาจมีหวังถึงที่สุด ของพรหมจรรย์ในชาติปัจจุบันก็ได้ ถ้าท่านมีความเพียรดี ปฏิบัติตรงต่อพระพุทธพจน์ของ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า และปฏิบัติพอดีพอควร ไม่ยิ่งหย่อนนัก เรียกว่าปฏิบัติพอเหมาะพอดี การปฏิบัติ พอเหมาะพอดีนี้ปฏิบัติอย่างไร ท่านก็ศึกษาจากตัวของท่านเองนั่นแหละตรงต่อความเป็นจริง

### ตติยฆานหรือตติยสมาบัติ

ปฐม แปลว่าที่ ๑ หุติยะ แปลว่าที่ ๒ ตติยะ แปลว่าที่ ๓ **ตติยฆาน**จึงแปลว่า **ฆานที่ ๓ ตติยสมาบัติ** แปลว่า **การเข้าถึงอารมณ์ฆานที่ ๓** ฆานที่ ๓ นี้ มีอารมณ์ ๒ คือ

๑. สุข ได้แก่ความสุขที่ปราศจากปิติ คือความสุขทางจิตโดยเฉพาะ ไม่มีมีความสุข ที่เนื่องด้วยกาย

๒. เอกัคคตา มีอารมณ์เป็นหนึ่ง ที่ไม่มีอารมณ์ห่วงใยในกาย เป็นอาการที่สงบจากกาย ฆานนี้ท่านว่าเป็นฆานที่กายกับจิตแยกกันเด็ดขาด

อาการของฆานที่ ๓ นี้ เป็นอาการที่จิตตัดปิติ ความเอิบอิมใจในฆานที่ ๒ ออกเสียได้ เมื่ออารมณ์จิตเข้าถึงฆานที่ ๓ นี้ จะรู้สึกว่ อาการขนพองสยองเกล้าก็ดี น้ำตาไหลก็ดี กายโยกโคลง ก็ดี อาการชู่ซ่าทางกาย คล้ายกายเบา กายใหญ่ กายสูงจะไม่ปรากฏเลย มีอาการทางกายเครียด คล้ายกับใครมาจับมัดไว้จนแน่น หรือคล้ายหลักที่ปักจนแน่นไม่มีการโยกโคลงได้ฉนั้นนั้น จงจำไว้ว่า ตั้งแต่ฆานที่ ๒ เป็นต้นมา ไม่มีการภาวนาเลย ถ้ายังภาวนาอยู่ และหูได้ยินเสียงชัด แต่ไม่รำคาญ ในเสียง เป็นฆานที่ ๑ ตั้งแต่ฆานที่ ๒ มาไม่มีการภาวนา และเรื่องเสียงเกือบไม่มีความหมาย คือ ไม่มีความสนใจในเสียงเลย เสียงมีอยู่ก็เหมือนไม่มี เพราะจิตไม่รับเสียง ลมหายใจจะค่อยๆ น้อย อ่อนระรวยลงทุกขณะ ในฆานที่ ๓ นี้ลมหายใจยังปรากฏ แต่ก็รู้สึกเบาเต็มที่มีอาการคล้าย จะไม่หายใจ แต่ก็พอรู้สึกน้อยๆ ว่าหายใจ จิตสงบไม่มีการหวั่นไหว ไม่มีดี มีความโพลงอยู่ มีอารมณ์แนบในสมาธิมากจนรู้ตัวว่าอารมณ์แนบแน่นกว่าสองฆานที่ผ่านมา อย่างนี้ท่านเรียกว่า เข้าถึงฆานที่ ๓ ต้องฝึกเข้าฆานออกฆานให้แคล่วคล่องว่องไวตามที่กล่าวมาแล้ว

### เสียนนามของฆานที่ ๓

**ปิติ** เป็นเสียนนามของ **ฆานที่ ๓** เพราะฆานที่ ๓ ตัดปิติเสียได้ แต่ถ้าอารมณ์ ตกลงไปปิติจะปรากฏขึ้น ถ้าปิติปรากฏขึ้นเมื่อไร พึงทราบเถิดว่า ขณะนี้อารมณ์จิตเคลื่อน จากฆานที่ ๓ มาอยู่ระดับฆาน ๒ แล้วถ้าปรากฏว่ามีภาวนาด้วย แต่จิตยังไม่รำคาญในเสียง ก็ยิ่งร้ายใหญ่ เพราะอารมณ์สมาธิไหลออกจนเหลือเพียงฆาน ๑ ท่านให้ระมัดระวังด้วยการทรง สติสัมปชัญญะ อย่าให้อารมณ์สมาธิรั่วไหลเป็นอันขาด เพราะจะเป็นอันตรายแก่ฆาน ๓

### อานิสงส์ฆานที่ ๓

ฌานที่ ๓ นี้ ถ้าทรงไว้ได้จนตาย ในขณะที่ตาย ตายในระหว่างฌานที่ ๓ ท่านว่าจะไม่หลงตาย เมื่อมีชีวิตอยู่ ก็จะเป็นคนมีอารมณ์แช่มชื่นเบิกบานตลอดเวลา หน้าตาสดชื่นผ่องใส เมื่อตายแล้ว ฌาน ๓ ย่อมส่งผลให้เกิดเป็นพรหม คือ

๑. ฌานที่ ๓ หยาบ ให้ผลไปเกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๗

๒. ฌานที่ ๓ กลาง ให้ผลไปเกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๘

๓. ฌานที่ ๓ ละเอียด ให้ผลไปเกิดเป็นพรหมชั้นที่ ๙

ฌาน ๓ ที่เป็นโลกียฌานให้ผลอย่างนี้ ถ้าเอาฌาน ๓ ไปเป็นกำลังของวิปัสสนาญาณ วิปัสสนาจะมีกำลังกล้า ตัดกิเลสให้เด็ดขาดได้โดยรวดเร็ว อาจได้บรรลุมรรคผลเบื้องสูงในชาตินี้ โดยไม่ชักช้านัก ผลของท่านที่ทรงฌาน ๓ ไว้ได้มีผลดังกล่าวมาแล้วนี้

## จตุตถฌาน หรือ จตุตถสมาบัติ

จตุตถะ แปลว่าที่ ๔ จตุตถฌานจึงแปลว่าฌานที่ ๔ ฌานที่ ๔ นี้มีอารมณ์ ๒ เหมือน ฌาน ๓ แต่ผิดกันที่ฌาน ๓ มีสุขกับเอกัคคตา สำหรับฌานที่ ๔ นี้ ตัดความสุขออกเสียเหลือแต่เอกัคคตา และเติมอุเบกขาเข้ามาแทน ฉะนั้น อารมณ์ของฌาน ๔ จึงมีอารมณ์ผิดแผกจาก ฌาน ๓ ตรงที่ตัดความสุขออกไป และเพิ่มการวางเฉยเข้ามาแทนที่

## อาการของฌาน ๔ เมื่อปฏิบัติถึง

### ฌาน ๔ เมื่อนักปฏิบัติ ปฏิบัติถึงมีอาการดังนี้

๑. จะไม่ปรากฏลมหายใจเหมือนสภาพฌานอื่นๆ เพราะลมละเอียดจนไม่ปรากฏว่ามีลมหายใจ ในวิสุทธิมรรคท่านว่าลมหายใจไม่มีเลย แต่บางอาจารย์ท่านว่า ลมหายใจนั้นมี แต่ลมหายใจละเอียดจนไม่มีความรู้สึกว่าหายใจ ตามนัยวิสุทธิมรรคท่านกล่าวถึงคนที่ไม่มีลมหายใจไว้ ๔ จำพวกด้วยกัน คือ ๑. คนตาย ๒. คนดำน้ำ ๓. เด็กในครรภ์มารดา ๔. ท่านที่เข้าฌาน ๔ รวมความว่า ข้อสังเกตที่สังเกตได้ชัดเจนในฌาน ๔ ที่เข้าถึงก็คือ ไม่ปรากฏว่ามีลมหายใจการที่ฌาน ๔ เมื่อเข้าถึงแล้ว และขณะที่ทรงอยู่ในระดับของฌาน ๔ ไม่ปรากฏว่ามีลมหายใจนี้เป็นความจริง มีนักปฏิบัติหลายท่านที่พบเข้าแบบนี้ถึงกับร้องเอะอะโวยวาย บอกว่าไม่เอาแล้ว เพราะเกรงว่าจะตายเพราะไม่มีลมหายใจ บางรายที่อารมณ์สติสมบูรณ์หน่อย ก็ถึงกับค้นคว้าความหาลมหายใจ เมื่ออารมณ์จิตตกลงระดับต่ำกว่าฌานที่ ๔ ในที่สุดก็พบลมหายใจที่ปรากฏอยู่กับปลายจมูกนั่นเอง

๒. อารมณ์จิตเมื่อเข้าสู่ระดับฌาน ๔ จะมีอารมณ์สงบเจียบจากอารมณ์ภายนอกจริง ๆ ดับเสียง คือ ไม่ได้ยินเสียง ดับสุข ดับทุกข์ทางกายเสียจนหมดสิ้น มีอารมณ์โพล่งสว่างไสวเกินกว่า ฌานอื่นใด มีอารมณ์สงบเจียบ ไม่เกี่ยวข้องกับร่างกายเลย กายจะสุข จะทุกข์ มดจะกิน รินจะกัด อันตรายใดๆ จะเกิด จิตในระหว่างตั้งอยู่สมาธิที่มีกำลังระดับฌาน ๔ จะไม่รับรู้อะไรทั้งสิ้น เพราะฌานนี้ กายกับจิตแยกกันเด็ดขาดจริงๆ ไม่สนใจของแวกกันเลย ดังจะเห็นในเรื่องของลมหายใจ ความจริง ร่างกายนี้จำเป็นมากในเรื่องหายใจ เพราะลมหายใจเป็นพลังสำคัญของร่างกาย พลังอื่นใดหมดไป แต่อัสสาสะ ปัสสาสะ คือลมหายใจยังปรากฏ ที่เรียกกันตามภาษาธรรมว่า ผัสสาหารยังมีอยู่ ร่างกายก็ยัง ไม่สลายตัว ถ้าลมหายใจที่เรียกว่าผัสสาหารหยุดเมื่อไร เมื่อนั้นก็ถึงอวสานของการทรงอยู่ของร่างกาย ฉะนั้น ผลการปฏิบัติที่เข้าถึงระดับฌาน ๔ จึงจัดว่าลมหายใจยังคงมีตามปกติ ที่ไม่รู้ว่าหายใจก็เพราะว่าจิตแยกออกจากกายอย่างเด็ดขาดโดยไม่รับรู้อาการของร่างกายเลย

## อาการที่จิตแยกจากร่างกาย

เพื่อให้เข้าใจชัดว่า จิตแยกออกจากร่างกายได้จริงเพียงใด เมื่อท่านเจริญสมาธิถึงฌาน ๔ จนคล่องแคล่วชำนาญดีแล้ว ให้ท่านเข้าสู่ฌาน ๔ แล้วถอยจิตออกมาหยุดอยู่เพียงอุปจารฌาน แล้วอธิษฐานว่า ขอร่างกายนี้จงเป็นโพรงและกายอีกกายหนึ่งจงปรากฏ แล้วเข้าฌาน ๔ ใหม่ ออกจาก ฌาน ๔ มาหยุดอยู่เพียงอุปจารฌาน ท่านจะเห็นกายเป็นโพรงใหญ่ มีกายของเราเองปรากฏขึ้นภายใน กายเดิมอีกกายหนึ่ง ที่ท่านเรียกในมหาสติปัฏฐานว่ากายในกาย จะบังคับให้กายในกายท่องเที่ยวไปในร่างกายทุกส่วน แม้แต่เส้นประสาทเล็กๆ กายในกายก็จะไปได้สะดวกสบายเหมือนเดินในถ้ำใหญ่ ๆ ต่อไปจะบังคับกายใหม่นี้ออกไปสู่ภพใด ๆ ก็ไปได้ตามประสงค์ ที่ท่านเรียกว่า "มโนมยิทธิ แปลว่า มีฤทธิ์ทางใจนั่นเอง" พลังของฌาน ๔ มีพลังมากอย่างนี้ ท่านที่ได้ฌาน ๔ แล้วท่านจะฝึกวิชาสาม อภิญญาหก หรือปฏิสัมภิทาญาณ ก็ทำได้ทั้งนั้น เพราะวิชาการศึกษาที่จะฝึกต่อไปนั้น ก็ใช้พลังจิตระดับ ฌาน ๔ นั่นเอง จะแตกต่างกันอยู่บ้างก็เพียงอาการในการเคลื่อนไปเท่านั้น ส่วนอารมณ์ที่จะใช้ ก็เพียงฌาน ๔ ซึ่งเป็นของที่มีอยู่แล้วเปรียบเสมือนนักเพาะกำลังกาย ถ้ามีกำลังกายสมบูรณ์แล้ว จะทำอะไรก็ได้ เพราะกำลังพอ จะมีสะดุดบ้างก็ตรงเปลี่ยนแนวปฏิบัติใหม่ จะยุ่งใจบ้างในระยะต้น พอเข้าใจเสียแล้วก็ทำได้คล่อง เพราะกำลังพอ ท่านที่ได้ฌาน ๔ แล้วก็เช่นเดียวกัน เพราะงานสวน อภิญญาหรือวิชาสาม ก็ใช้พลังจิตเพียงฌาน ๔ เท่านั้น ท่านที่ได้ฌาน ๔ จึงเป็นผู้มีโอกาสจะทำได้โดยตรง

## เลี่ยนนามของฉาน ๔

เลี่ยนนาม หรือศัตรูตัวสำคัญของฉาน ๔ ก็คือ "ลมหายใจ" เพราะถ้าปรากฏว่ามีลมหายใจปรากฏเมื่อเข้าฉาน ๔ ก็จงทราบเถิดว่า จิตของท่านมีสมาธิต่ำกว่าฉาน ๔ แล้ว จงอย่าสนใจกับลมหายใจเลยเป็นอันขาด

## อานิสงส์ของฉาน ๔

๑. ท่านที่ทรงฉาน ๔ ไว้ได้ ในขณะที่มีชีวิตอยู่ จะมีอารมณ์แค้นขึ้นตลอดเวลา จะแก้ปัญหาของตนเองได้อย่างอัศจรรย์
๒. ท่านที่ได้ฉาน ๔ สามารถจะทรงวิชาสาม อภิญญาหก ปฏิสัมภิตาญาณได้ถ้าท่านต้องการ
๓. ท่านที่ได้ฉาน ๔ สามารถจะเอาฉาน ๔ เป็นกำลังของวิปัสสนาญาณชำระกิเลสให้หมดสิ้นไปอย่างช้าภายใน ๗ ปี อย่างกลางภายใน ๗ เดือน อย่างเร็วภายใน ๗ วัน
๔. หากท่านไม่เจริญวิปัสสนา ท่านทรงฉาน ๔ ไว้มิให้เสื่อม ขณะตาย ตายในระหว่างฉานที่จะได้ไปเกิดในพรหมโลกสองชั้นคือ ชั้นที่ ๑๐ และชั้นที่ ๑๑

## รูปสมาบัติหรือรูปฉาน

ฉานหรือสมาบัติที่กล่าวมาแล้วทั้ง ๔ อย่างนี้ ท่านเรียกว่ารูปฉาน หรือรูปสมาบัติ ถ้ายังไม่สำเร็จมรรคผลเพียงใด ท่านเรียกว่าโลกียสมาบัติ หรือโลกียฉาน ถ้าเจริญวิปัสสนาญาณจนสำเร็จมรรคผลตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไป ท่านเรียกว่า โลกุตตรสมาบัติ หรือโลกุตตรฉาน ศัพท์ว่า โลกุตตระ ตัดออกเป็นสองศัพท์ มีรูปเป็น โลกะ และ อุตตระ สนธิคือเอาโลกะกับอุตตระมาต่อกันเข้า เอาตัว อ. ออกเสีย เอาสระอุผสมกับตัวตัว ก. เป็นโลกุตตระ โลกะ แปลตามศัพท์ว่าโลก อุตตระ แปลว่าสูงกว่า รวมความว่าสูงกว่าโลก โลกุตตระท่านจึงแปลว่าสูงกว่าโลก โลกุตตรฉาน แปลว่าฉานที่สูงกว่าโลกโลกุตตรสมาบัติ แปลว่าสมาบัติที่สูงกว่าโลก หมายความว่ากรรมต่างๆ ที่โลกนิยมนั้น ท่านพวกนี้พ้นไปแล้ว แม้บาปกรรมที่ชาวโลกต้องเสวยผล ท่านที่ได้โลกุตตระ ท่านก็ไม่ต้องรับผลกรรมนั้นอีก เพราะกรรมของชาวโลกให้ผล ท่านไม่ถึง ท่านจึงได้นามว่าโลกุตตรบุคคล

รวมความว่าฉานประเภทที่กล่าวมาแล้วนั้นเป็นรูปฉาน เพราะมีรูปเป็นอารมณ์ เรียกตามชื่อสมาบัติว่า รูปสมาบัติ สำหรับรูปฉาน หรือรูปสมาบัตินั้น มีแยกออกไปอีก ๔ อย่าง ดังจะกล่าวให้ทราบต่อไป

## อรุปสมาบัติหรืออรุปฉาน

๑. อากาสนัญญาตตะ เฟงอากาศ ๆ เป็นอารมณ์
๒. วิญญาณัญญาตตะ กำหนดหมายเอาวิญญาณเป็นอารมณ์
๓. อากิญจัญญาตตะ กำหนดว่าไม่มีอะไรเลยเป็นอารมณ์
๔. เนวสัญญานาสัญญาตตะ กำหนดหมายเอาการไม่มีวิญญาณ คือไม่รับรู้รับทราบอะไรเลยเป็นสำคัญ

ทั้ง ๔ อย่างนี้เรียกว่าอรุปฉาน เพราะการเจริญไม่กำหนดหมายรูปเป็นอารมณ์ กำหนดหมายเอาความไม่มีรูปเป็นอารมณ์ จึงเรียกว่าอรุปฉาน ถ้าเรียกเป็นสมาบัติ ถ้าเรียก

## สมาบัติ ๘

ท่านที่ทรงสมาบัติในรูปสมาบัติ ๔ และทรงอรุปสมาบัติอีก ๔ รวมทั้งรูปสมาบัติ ๔ อรูปสมาบัติ ๔ เป็นสมาบัติ ๘

## ผลสมาบัติ

คำว่าผลสมาบัติ ท่านหมายถึงการเข้าสมาบัติตามผลที่ได้ ผลสมาบัตินี้จะเข้าได้ต้องเป็นพระอริยเจ้าตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไป ท่านที่เป็นพระอริยเจ้าที่ไม่ได้สมาบัติแปดมาก่อน ท่านเข้านิโรธสมาบัติไม่ได้ ท่านก็เข้าผลสมาบัติ คือท่านเข้าฉานนั่นเอง ท่านได้ฉานระดับใด ท่านก็เข้าระดับนั้น แต่ไม่ถึงสมาบัติแปดก็แล้วกัน และท่านเป็นพระอริยเจ้า จะเป็น พระโสดา สกิทาคา อนาคามี อรหันต์ก็ตาม เมื่อท่านเข้าฉาน ท่านเรียกว่าเข้าผลสมาบัติ ท่านที่ไม่เป็นพระอริยเจ้าเข้าฉาน ท่านเรียกว่าเข้าฉาน เพราะไม่มีมรรคผล ต่างกันเท่านั้นเอง กิริยาที่เข้าก็เหมือนกัน ต่างกันแต่เพียงว่าท่านเป็นพระอริยเจ้า หรือไม่ใช่พระอริยเจ้าเท่านั้นเอง

## นิโรธสมาบัติ

**นิโรธสมาบัติ** ท่านที่จะเข้านิโรธสมาบัติได้ ต้องเป็นพระอริยะขั้นต่ำตั้งแต่พระอนาคามี เป็นต้นไป และพระอรหันต์เท่านั้น และท่านต้องได้สมาบัติแปดมาก่อน ตั้งแต่ท่านเป็นโลกียฌาน ท่านที่ได้สมาบัติแปด เป็นพระอริยะต่ำกว่าพระอนาคามีก็เข้านิโรธสมาบัติไม่ได้ ต้องได้มรรคผลถึงอนาคามีเป็นอย่างต่ำจึงเข้าได้

## ผลของสมาบัติ

**สมาบัตินี้** นอกจากจะให้ผลแก่ท่านที่ได้แล้ว ยังให้ผลแก่ท่านที่บำเพ็ญกุศลต่อท่านที่ได้สมาบัติด้วย ท่านสอนว่าพระก่อนบิณฑบาตตอนเข้ามิดที่ท่านสอนให้เคาะระฆังก็เพื่อให้พระวิสัย วิปัสสนาญาณ และเข้าฌานสมาบัติ เพื่อเป็นการสนองความดีของทายกทายิกาผู้สงเคราะห์ในตอนเข้าพระที่บวชใหม่ก็ทบทวนวิชาความรู้และชักซ้อมสมาธิเท่าที่จะได้ ผลของสมาบัติมีอย่างนี้

๑. **นิโรธสมาบัติ สมาบัตินี้เข้ายาก** ต้องหาเวลาว่างจริง ๆ เพราะเข้าคราวหนึ่งใช้เวลาอย่างน้อย ๗ วัน อย่างสูงไม่เกิน ๑๕ วัน ใครได้ทำบุญแก่ท่านที่ออกจากนิโรธสมาบัตินี้ จะได้ผลในวันนั้น หมายความว่าคนจนก็จะได้เป็นมหาเศรษฐีในวันนั้น

๒. **ผลสมาบัติ** เป็นสมาบัติเฉพาะพระอริยะเจ้า ท่านออกจากผลสมาบัติแล้ว สมาบัตินี้เข้าออกได้ทุกวันและทุกเวลา ท่านที่ทำบุญแต่ท่านที่ออกจากผลสมาบัติ ท่านผู้นั้นจะมีผลไพบูลย์ในความเป็นอยู่ คือมีฐานะไม่ฝืดเคือง

๓. **ฌานสมาบัติ** ท่านที่บำเพ็ญกุศลแก่ท่านที่ออกจากฌานสมาบัติ จะทรงฐานะไว้ด้วยดี ไม่ยากจนกว่าเดิม มีวันแต่จะเจริญงอกงามขึ้นเป็นลำดับ

## เข้าผลสมาบัติ

ก่อนที่จะเลยไปพูดเรื่องอื่น เกิดห่วงการเข้าผลสมาบัติขึ้นมา จึงขอย้ำถึงเรื่องเข้าผลสมาบัติ เพื่อให้ท่านผู้อ่านได้เข้าใจสัณนิท การเข้าผลสมาบัติ กับเข้าฌานสมาบัติ ต่างกันอยู่หน่อยหนึ่ง คือ การเข้าฌานสมาบัติ ท่านสอนให้ทำจิตให้ห่างเหินนิเวศน์ คือระมัดระวังมิให้นิเวศน์เข้ามาครอบงำใจ เมื่อจิตว่างจากนิเวศน์แล้ว อารมณ์ของสมาธิก็ไม่มีอะไรครอบงำ เข้าฌานสมาบัติได้ทันที สำหรับผลสมาบัตินั้น เป็นสมาบัติของพระอริยะเจ้าท่านเข้าดังนี้ เมื่อท่านพิจารณาว่าเวลานี้ถูกระอย่างอื่นไม่มีแล้ว มีเวลาว่างพอที่จะเข้าผลสมาบัติได้ ท่านก็เริ่มเข้าสู่ที่สงบ นั่งตั้งกายตรง ดำรงจิตมั่นคงแล้วก็พิจารณาสังขารตามแบบวิปัสสนาญาณ โดยพิจารณาในวิปัสสนาญาณทั้ง ๘ ย้อนไป ย้อนมา หรือพิจารณาตามแบบขั้นห้ารวม คือพิจารณาเห็นว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณทั้งห้าอย่างนี้ ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ไม่มีในขั้นห้า ขั้นห้าไม่มีในเรา อย่างนี้ก็ทำตามแต่ท่านจะถนัด รวมความว่า ท่านเป็นพระอริยะ เพราะท่านพิจารณาวิปัสสนาญาณแบบใดท่านก็พิจารณาแบบนั้น เพราะท่านคล่องของท่านอยู่แล้ว เมื่อพิจารณาขั้นห้าจนอารมณ์ผ่องใสแล้ว ท่านก็เข้าสมาบัติตามกำลังฌานที่ท่านได้ อย่างนี้เป็นวิธีเข้าผลสมาบัติ เพราะท่านพิจารณาวิปัสสนาญาณก่อนจึงเข้าฌาน นำมากล่าวเพิ่มเติมไว้เพื่อท่านผู้อ่านจะได้รับทราบไว้ แต่สำหรับท่านที่เป็นพระอริยะเจ้านั้น ไม่มีอะไรจะสอนท่าน

[^ Go to top](#)