



ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสติกรรมฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค
กับคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม

A COMPARATIVE STUDY OF 'ANUSSATI KAMMATṬHĀNA IN
VISUDDHIMAGGA AND KAMMATṬHĀNA-ROM

พระมหาธีรพันธ์ ธีรกิตติ (ปัญญาเหล็ก)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา พระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสติกรรมฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค
กับคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม

พระมหาธีรพันธ์ ธีรกิตติ (ปัญญาเหล็ก)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชา พระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



A Comparative Study of Anussati Kammaṭṭhāna in
Visuddhimagga and Kammaṭṭhāna-rom

Phramaha Theerapan Dhīrakitti (Panyalek)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Buddhist Studies)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University

C.E 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
เรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกรรมฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม”
เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

(รศ.ดร.ปรุทมม์ บุญศรีตัน)

ประธานกรรมการ

(ผศ.ดร.ประพันธ์ ศุภษร)

กรรมการ

(ดร.พิสิฏฐ์ โคตรสุโพธิ์)

กรรมการ

(ดร.ไพรินทร์ ณ วันนา)

กรรมการ

(พระครูปริยัติยานุศาสน์, ดร.)

กรรมการ

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

ดร.ไพรินทร์ ณ วันนา

ประธานกรรมการ

พระครูปริยัติยานุศาสน์, ดร.

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระมหาธีรพันธ์ ธีรกิตติ)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม

ผู้วิจัย : พระมหาธีรพันธ์ ธีรภิตติ (ปัญญาเหล็ก)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: ดร.ไพรินทร์ ฌ วันนา, ป.ธ. ๔, พธ.บ. (ศาสนาทั่วไป), พธ.ม. (พระพุทธศาสนา), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

: พระครูปริยัติยานุศาสน์, ดร., ป.ธ.๕, B.A. (Pali & Buddhism), M.A. (Philosophy), Ph.D. (Philosophy)

วันสำเร็จการศึกษา : ๘ มีนาคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม” มีวัตถุประสงค์ในการศึกษาคือ ๑) เพื่อศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ๒) เพื่อศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์เรื่องกัมมัฏฐานรวม และ ๓) เพื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม

วิจัยนี้ผู้วิจัยทำการศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม ฉบับวัดต้นฝิ่ง แล้วนำมาเปรียบเทียบในประเด็นต่างๆ เช่น ความแตกต่าง แนวคิด วิธีการปฏิบัติ และขั้นตอนของการปฏิบัติอนุสสติกัมมัฏฐาน

ผลการศึกษาพบว่า อนุสสติ หมายถึง การตามระลึกอยู่เนืองๆ เป็นกัมมัฏฐานหมวดหนึ่งในกัมมัฏฐาน ๔๐ อนุสสติทั้ง ๑๐ ประการมีกำลังสมาธิไม่เสมอกัน ให้ผลได้ตั้งแต่อุปาจารสมาธิจนถึงฌาน ๔ คัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม ฉบับวัดต้นฝิ่ง ได้กล่าวถึงอนุสสติ ๑๐ ประการเหมือนกัน คือ พุทธาอนุสสติ ัมมานุสสติ สังฆาอนุสสติ สีลาอนุสสติ จาคาอนุสสติ เทวตานุสสติ มรณานุสสติ กายคตสติ อานาปานสติ และอุปสมานุสสติ

เมื่อเปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติพบว่า ทั้งสองคัมภีร์มีการอธิบายในอนุสสติที่คล้ายคลึงกัน แต่มีการเรียงลำดับข้อที่แตกต่างกัน ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคอธิบายถึงพุทธานุสสติเป็นข้อแรก เพราะให้ความสำคัญกับครูบาอาจารย์ นอกจากนั้นยังให้ความสำคัญกับขั้นตอนการขอ กัมมัฏฐาน นำคำแนะนำของครูบาอาจารย์ไปปฏิบัติอย่างเคร่งครัด แต่ในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมอธิบาย สีลาอนุสสติกัมมัฏฐานเป็นหัวข้อแรก ต่อด้วยจาคาอนุสสติ พุทธาอนุสสติ จนถึงอุปสมานุสสติตามลำดับ โดยให้ความสำคัญกับการชำระศีลของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์เป็นเบื้องต้น ดังจะพบว่า ในกัมมัฏฐานรอม นั้นผู้ปฏิบัติสามารถสมาทานกัมมัฏฐานจากพระพุทธรูป เจตีย์ ต้นโพธิ์ก็ได้หากศีลบริสุทธิ์แล้ว และในกัมมัฏฐานรวมได้นำลูกประคำใช้สำหรับการปฏิบัติกัมมัฏฐานอีกด้วย

Thesis Title : A Comparative Study of Anussati Kammatthāna in Visuddhimagga and Kammatthāna-rom

Researcher : Phramaha Theerapan Theerakitti (Panyalek)

Degree : Master of Arts (Buddhist Studies)

Thesis Supervisory Committee

: Dr. Phairin Na Wanna, Pali IV, B.A. (Religions), M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

: Phrakhriyattianusath, Dr., Pali V., B.A. (Pali & Buddhism), M.A. (Philosophy), Ph.D. (Philosophy)

Date of Graduation : March 8, 2018.

Abstract

Thesis "The Comparative Study of Anussati Kammatthāna in Visuddhimagga and Kammatthāna-rom. The objectives of this study were 1) to study the teachings of Anussati Kammatthāna in Visuddhimagga, 2) to study the teachings of Anussati Kammatthāna in Kammatthāna-rom, and 3) The comparative analysis of doctrine between Anussati Kammatthāna in Visuddhimagga and Kammatthāna-rom.

The researcher study the Anussatikammatana in Visuddhimagga and the Kammathana Rom. then compared the differences, concepts, methods, practices.

The study indicated that Anussati means it's pretty good to remember the sins. Kammatthāna is in Kammatthāna 40 and Anussati 10. Power of meditation is not always the same. The results from access concentration until contemplation 4. Visuddhimagga and Kammatthāna-rom of Wat Ton-Puang mentioned Anussati 10 same as Buddhānussati, Dhammānussati, Saṅghānussati, Sīlānussati, Cāgānussati, Devatānussati, Maraṇassati, Kāyagatā-sati, Ānāpānasati, and Upasamānussati.

When comparing the doctrine of the Anussati found the two scriptures are described in similar of Anussati but there are different sorts. In Visuddhimagga describes the first step because of the importance of the teacher is a friendly. It also pays attention to the process of asking for Kammatthāna and adopt the advice of

the teacher to practice strictly. But in Kammatthāna-rom, Kammatthāna-rom is described Sālanussati is the first topic of practice. By the way, Cāgānussati, Buddhānussati, until Upasānussati respectively. Since Kammatthāna-rom has given importance to the purification of the practitioners, the first. It can be found that in Kammatthāna-rom, the practitioners can meditate from the Buddha image of the Bodhi tree if the sacrament is pure. Also, In Kammatthāna-rom is used the rosary for practice in every category.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เรื่องนี้สำเร็จลงด้วยดี เพราะได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จากบุคคลหลายฝ่าย ดังต่อไปนี้ ขออนุโมทนา รศ.ดร. ประจักษ์ บุญศรีรัตน์ ประธานคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และขออนุโมทนา ดร.ไพรินทร์ ฌ วนนา ที่กรุณารับเป็นที่ปรึกษา ที่กรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิให้ข้อเสนอแนะ ข้อคิดเห็น และตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องของวิทยานิพนธ์เรื่องนี้จนสมบูรณ์ ตลอดจนขอกราบขอบพระคุณ พระครูปริยัติยานุศาสตร์, ดร.ที่ให้คำปรึกษาแนะนำด้วยดีมาตลอด

ขอขอบพระคุณ ครูบาอาจารย์ พระเถระทุกรูป ที่ให้กำลังใจและช่วยเหลือทุกอย่างมาอย่างดียิ่ง ขอขอบคุณกัลยาณมิตรทุกท่านที่เป็นกำลังใจ คอยแนะนำช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาและร่วมกิจกรรมการเรียนรู้มาอย่างอบอุ่น

ขอกราบขอบพระคุณบูรพาจารย์ ตลอดจนครูบาอาจารย์ทุกท่านที่ประสิทธิ์ประสาทความรู้ให้มาโดยตลอด กับทั้งท่านผู้เป็นเจ้าของตำราทุกเล่ม ที่ทำให้ผู้วิจัยได้มีโอกาสศึกษาค้นคว้าและเขียนวิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จ

คุณงามความดีอันจะพึงเกิดพึงมีของวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ขอน้อมบูชาคุณพระรัตนตรัยและผู้มีพระคุณทุกท่าน

พระมหาธีรพันธ์ ปัญญาเหล็ก

๘ มีนาคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ช
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๔
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๘
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับ	๘
บทที่ ๒ คำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธีมรรค	๙
๒.๑ ภูมิหลังคัมภีร์วิสุทธีมรรค	๑๐
๒.๑.๑ ชิวประวัติพระพุทโธศาจารย์กับการแต่งคัมภีร์วิสุทธีมรรค	๑๐
๒.๑.๒ มูลเหตุแห่งการแต่งคัมภีร์วิสุทธีมรรค	๑๔
๒.๑.๓ โครงสร้างของคัมภีร์วิสุทธีมรรค	๑๖
๒.๑.๔ ลักษณะการแต่งคัมภีร์วิสุทธีมรรค	๑๘
๒.๑.๕ วิธีการนำเสนอเนื้อหาของคัมภีร์วิสุทธีมรรค	๒๑
๒.๒ วิธีการสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธีมรรค	๒๒
๒.๒.๑ ธรรมชาติของสมาธิ	๒๒
๒.๒.๒ กัมมัฏฐานในวิสุทธีมรรค	๓๐
๒.๓ อนุสสติกัมมัฏฐานในวิสุทธีมรรค	๔๒
๒.๓.๑ ประเภทของอนุสสติกัมมัฏฐาน	๔๒
๒.๓.๒ วิธีการเจริญอนุสสติกัมมัฏฐาน	๔๓
บทที่ ๓ คำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม	๕๘
๓.๑ ภูมิหลังคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม ฉบับวัดต้นฝิ่ง	๕๘
๓.๑.๑ ประวัติครูบาคันธา คนธวัโส	๕๘

๓.๑.๒ โครงสร้างของคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมฉบับวัดต้นฝิ่ง	๕๙
๓.๑.๓ ลักษณะการแต่งคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม	๖๑
๓.๒ วิธีปฏิบัติกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม	๖๒
๓.๓ อนุสสติกัมมัฏฐาน	๗๐
บทที่ ๔ เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม	๙๒
๔.๑ เปรียบเทียบโครงสร้างคัมภีร์	๙๓
๔.๒ เปรียบเทียบระเบียบวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐาน	๙๔
๔.๓ เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐาน	๙๖
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๑๐๒
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๑๐๒
๕.๑.๑ คำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค	๑๐๒
๕.๑.๒ คำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในเรื่องกัมมัฏฐานรวม	๑๐๔
๕.๑.๓ เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับเรื่องกัมมัฏฐานรวม	๑๐๔
๕.๒ ข้อเสนอแนะ	๑๐๕
๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป	๑๐๕
๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป	๑๐๖
บรรณานุกรม	๑๐๗
ประวัติผู้วิจัย	๑๑๑

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
ตารางที่ ๑ อนุสถิติในคัมภีร์วิสุทธิมรรค	๙๗
ตารางที่ ๒ อนุสถิติในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับวัดต้นผึ้ง	๙๘
ตารางที่ ๓ เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสถิติกัมมัฏฐานของคัมภีร์วิสุทธิมรรคและ คัมภีร์กัมมัฏฐานรอม	๙๙

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ใช้อ้างอิงจากพระไตรปิฎกภาษาบาลี และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ส่วนคัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย ใช้ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การอ้างอิงพระไตรปิฎก จะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น ที.สี. (บาลี) ๙/๒๗๖/๙๗, ที.สี. (ไทย) หมายถึง สุตตันตปิฎกที่ขนิทาย สีลขันธวรรค พระไตรปิฎกภาษาบาลี เล่มที่ ๙ ข้อที่ ๒๗๖ หน้า ๙๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และที่ขนิทาย สีลขันธวรรค ภาษาไทย เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๘ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

ส่วนคัมภีร์อรรถกถา จะระบุชื่อคัมภีร์ ลำดับเล่ม (ถ้ามี)/หน้า เช่น ที.สี.อ. (บาลี) ๑/๒๗๖/๒๔๐ หมายถึง ที่ขนิทาย สมุทตลวิสาสินี สีลขันธวรรคคอฏฐกถา ภาษาบาลี เล่ม ๑ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๒๔๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ตามลำดับดังนี้

๑. คำอธิบายคำย่อในภาษาไทย

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

พระวินัยปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิ.มทา. (ไทย)	=วินัยปิฎก มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ส.ส. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
ส.ม. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
อง.เอก. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ฉก. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ฉกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.ทสก. (บาลี)	=สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต	(ภาษาบาลี)
อง.เอกาทสก. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
ขุ.เถร. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (ไทย)	=สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามวรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.วิ. (ไทย)	=อภิธรรมปิฎก วิภังค์	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์ปกรณ์วิเสส

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทฺธิ. (บาลี)	=วิสุทฺธิมคฺคปกรณ์	(ภาษาบาลี)
วิสุทฺธิ. (ไทย)	=วิสุทฺธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กัมมัฏฐาน แปลว่า เป็นที่ตั้งแห่งการเจริญสมณะและวิปัสสนา เมื่อแยกบทออกแล้วได้ ๒ บท คือ กัมม แปลว่า การกระทำ + ฐาน แปลว่า เป็นที่ตั้ง ดังมีวจนัตถะว่า กิริยา = กัมม การกระทำ ชื่อว่า กรรม ตัญญาติ เอตถาติ – ฐานํ การเจริญสมณวิปัสสนาน้อมตั้งอยู่ในอารมณ์และรูปนามมีกสิณ และอนุสสติ เป็นต้น รูปและนามจึงชื่อว่าเป็นฐานะ^๑ รวมความแล้วหมายถึง ที่ตั้งแห่งการงาน อารมณ์ เป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ อุบายทางใจ วิธีฝึกอบรมจิต มี ๒ ประเภท คือ สมถกัมมัฏฐาน อุบายสงบใจ และวิปัสสนากัมมัฏฐาน อุบายเรื่องปัญญา^๒

ในที่นี้จะกล่าวถึงเฉพาะสมถกัมมัฏฐานแต่อย่างเดียว เมื่อกล่าวถึงสมถกัมมัฏฐาน พึงเข้าใจถึงอารมณ์กัมมัฏฐานก่อน ดังนี้ อารมณ์กัมมัฏฐาน ได้แก่ อารมณ์ของสมถกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการ แบ่งออกเป็น ๗ หมวด ดังนี้ กสิณ ๑๐ (บ่อเกิดแห่งธรรมที่มีกสิณเป็นอารมณ์)^๓ อสุภะ ๑๐ หมายถึง สภาพอันไม่งาม ซากศพในสภาพต่างๆ^๔ อนุสสติ ๑๐ (อารมณ์อันควรระลึกถึงเนื่องๆ)^๕ พรหมวิหาร หรืออปปมัญญา ๔ อรูปธรรม ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ และ จตุธาตวัญญู ๑ แต่ในงานวิจัยนี้มุ่งศึกษาเฉพาะอนุสสติ ๑๐ ซึ่งมีความสังเขป ดังนี้

คำว่า อนุสสติ หมายความว่า การระลึกเนื่องๆ อนุสสติมาจากศัพท์เดิมคือ อนุ+สติ, อนุ แปลว่า เนื่องๆ สติ แปลว่า ระลึก ตั้งวิเคราะห์ศัพท์ว่า อนุ+ปฺน+ปฺนัง สติ = อนุสสติ การระลึกเนื่องๆ ชื่อว่า อนุสสติ^๖ การเจริญอนุสสติทำได้โดยการบริกรรมภาวนาเอาอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งใน ๑๐ อย่างเช่น พุทธานุสสติ ระลึกถึงคุณพระพุทธรูป ภาวนาว่า พุทโธฯ อัมมานุสสติ ระลึกถึงคุณพระธรรม

^๑ อภิราษฏร์ ปรีชาจารย์, “ศึกษาวิเคราะห์สมถยานิกะในการปฏิบัติกัมมัฏฐานอันมีกสิณ ๑๐ เป็นอารมณ์”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๒๐.

^๒ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์*, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๓๘), หน้า ๑๑.

^๓ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๑๑.

^๔ อัง.ทสก. (บาลี) ๒๔/๒๕/๔๘.

^๕ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๓๘), หน้า ๒๔๖.

^๖ พระปลัดวิสุทธี คุตตขโย, *คู่มือการเรียนการสอนปริจเฉทที่ ๘ และ ๙ (ชั้นมัธยมศึกษาอารมณ์มิกะโท)*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธี, ๒๕๔๐), หน้า ๖๓.

ภาวนาว่า อัมโมๆ สังฆานุสสติ ระลึกถึงคุณพระสงฆ์ ภาวนาว่า สังโฆๆ อาณาปานัสสติ ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก^๗ เป็นต้น

นอกจากนี้ในคัมภีร์พระไตรปิฎก อังคุตรนิกาย เอกกนิบาตได้กล่าวถึงอนุสสติไว้ ๑๐ ประการ อันเป็นอุปการกัมมัฏฐานสำหรับคฤหัสถ์ เหมาะกับคฤหัสถ์ เพราะเป็นประโยชน์แก่อกุศลและให้ความสุขทั้งในภพนี้และภพหน้ามี ๑๐ ประการ คือ

๑. พุทธานุสสติ การระลึกถึงพระพุทธเจ้า
๒. อัมมานุสสติ การระลึกถึงพระธรรม
๓. สังฆานุสสติ การระลึกถึงพระสงฆ์
๔. สีลानุสสติ การระลึกถึงศีล
๕. จาคานุสสติ การระลึกถึงการบริจาค
๖. เทวตานุสสติ การระลึกถึงเทวดา
๗. อาณาปานัสสติ การระลึกถึงลมหายใจ
๘. มรณานุสสติ การระลึกถึงความตาย
๙. กายคตานุสสติ การระลึกถึงกาย
๑๐. อุปสมมานุสสติ การระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบ^๘

อนุสสติ ๑๐ ประการนี้นอกจากจะปรากฏในพระไตรปิฎกดังได้กล่าวไว้ข้างต้นแล้ว ยังได้มีคำอธิบายปรากฏอยู่ในคัมภีร์อรรถกถาและคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาอื่นๆ อีกด้วย โดยเฉพาะในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ยิ่งไปกว่านั้นยังปรากฏในเรื่องสมถะวิปัสสนากัมมัฏฐานหรือกัมมัฏฐานรอมที่จารึกโดยครุฑาคันธา คนธวีโส วัดต้นผึ้ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน โดยถูกจารึกเป็นภาษาล้านนา

คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นคัมภีร์ที่ยอมรับในวงการศึกษาธรรมในเมืองไทยว่ามีความสำคัญยิ่ง แนวการอธิบายธรรม ลาดลึกลงตามลำดับเหมือนลักษณะแห่งมหาสมุทร มีนัยวิจิตรและเพริศพรายมีความงามทั้งเบื้องต้นท่ามกลางและที่สุด^๙ เป็นคัมภีร์ที่อธิบายหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาในเรื่องกัมมัฏฐานทั้ง ๔๐ ประการ โดยเฉพาะเรื่องอนุสสติ ไว้อย่างละเอียดน่าสนใจยิ่ง ควรแก่การศึกษาและนำมาปฏิบัติ งดงามโดยพระพุทธโฆสาจารย์ พระอรรถกถาจารย์ที่ยิ่งใหญ่ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ผลงานของท่านมีอิทธิพลต่อความรู้สึกนึกคิดของชาวพุทธฝ่ายเถรวาทอย่างมาก วิธีอธิบายพระไตรปิฎกของคนรุ่นหลังก็ได้ถือท่านเป็นตัวอย่าง^{๑๐} การรจนาคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้ แสดงถึง

^๗ พระธรรมธีรราชมหามุนี, คำถาม-คำตอบ เรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๘.

^๘ อ.เอก. (ไทย) ๒๐/๔๗๓-๔๘๒/๕๐.

^๙ วุฒิน อินทรสระ, สารสำคัญแห่งวิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บรรณาคาร, ๒๕๒๑), คำนำ.

^{๑๐} พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตฺตาโณ), ประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนา, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑), หน้า ๒๙๐.

อัจฉริยภาพของท่านผู้แต่งที่เน้นในเรื่องศีล สมาธิ และปัญญา ซึ่งเป็นแนวทางการปฏิบัติและศึกษาของคณฺรุ่นหลังไว้อย่างละเอียดยิ่ง

ส่วนคัมภีร์สมณะวิปัสสนากัมมัฏฐานหรือกัมมัฏฐานรอมที่จารโดยครูบาคันธา คนธวิโส วัดต้นผึ้ง อำเภอยางใหญ่ จังหวัดลำพูน จารึกเป็นภาษาล้านนา (ตัวเมือง) บนปีปสาเมื่อปีพุทธศักราช ๒๔๕๗ มีความยาวทั้งหมด ๑๔๙ หน้าปีปสา เนื้อหากล่าวถึงความสำคัญของพระรัตนตรัย วิธีการเจริญกัมมัฏฐาน อานิสงส์ของการเจริญกัมมัฏฐานและบทสวดมนต์ที่ใช้ในการเจริญกัมมัฏฐาน เช่น บทขึ้นชั้นแก้ว ๕ โกฎาก บทขึ้นกัมมัฏฐาน เป็นต้น แต่เนื้อหาส่วนมากเน้นไปในเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐาน มีลักษณะการประพันธ์บางตอนเป็นการแสดงภาษาบาลีสลับกับคำแปลที่เป็นภาษาล้านนาในรูปแบบร้อยแก้วที่เรียกว่าแปลแบบนิสสัย^{๑๑} ภาษาที่ใช้จึงเป็นภาษาล้านนาโบราณ

ทั้งคัมภีร์วิสุทธิมรรคซึ่งได้รับการยอมรับในทางพระพุทธศาสนาว่าเป็นคัมภีร์ชั้นอรุทธกถาที่ทรงคุณค่า และคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมของครูบาคันธา คนธวิโส ก็ได้รับการยอมรับในล้านนาถึงแนวทางการปฏิบัติกัมมัฏฐานและใช้เป็นแนวปฏิบัติสืบมาจนถึงปัจจุบัน ตำราทั้ง ๒ เล่มนี้จึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งต่อการศึกษากัมมัฏฐาน ดังนั้น ผู้วิจัย จึงมีความสนใจที่จะศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในตำราทั้ง ๒ ให้เห็นว่ามีประเด็นใดบ้างที่คล้ายคลึงกันและแตกต่างกันอย่างไร ตามประเด็นที่ได้กำหนดไว้ในงานวิจัยนี้ เพื่อประโยชน์ต่อการศึกษาพุทธศาสนา และเป็นแนวทางของการปฏิบัติที่ถูกต้องต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม
- ๑.๒.๓ เพื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ คำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ คำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๓ คำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมมีความเหมือนและแตกต่างกันอย่างไร

^{๑๑} วิโรจน์ อินทนนท์, กัมมัฏฐานล้านนารูปแบบและวิธีปฏิบัติ, (เชียงใหม่: ตรีโอแอดเวอร์ไทซิงแอนด์มีเดียจำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๖.

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านแหล่งข้อมูล

ในการศึกษานี้ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตแหล่งข้อมูล คือ คัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่งโดยพระพุทโธสาจารย์ และคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมที่เขียนในพับสา ผู้แต่งไม่ปรากฏนาม ผู้จาร คือ ครูบาคันธา คนธวิโส อดีตเจ้าอาวาสวัดต้นฝิ่ง ตำบลหนองล่อง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูนเขียน จารปีพุทธศักราช ๒๔๕๗ ฉบับของวัดต้นฝิ่ง จำนวน ๑๔๙ หน้าพับสา

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการนำเสนอและวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาคั้งนี้ผู้วิจัยจะศึกษาวิเคราะห์เรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมโดยกำหนดขอบเขตของเนื้อหาเป็น ๓ ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ ๑ จะทำการศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

ขั้นตอนที่ ๒ จะทำการศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม

ขั้นตอนที่ ๓ จะทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม

๑.๕ คำนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มีศัพท์ที่เกี่ยวกับการศึกษาวิจัยและเพื่อประโยชน์ต่อการศึกษาวิจัยผู้วิจัยจึงให้คำจำกัดความไว้ดังนี้

๑.๕.๑ กัมมัฏฐาน หมายถึง อุบายเป็นเครื่องทำให้ใจสงบ ในงานวิจัยนี้มุ่งศึกษาเฉพาะอนุสสติ ๑๐ เท่านั้น

๑.๕.๒ อนุสสติ หมายถึง ชื่อของอารมณ์สมถกัมมัฏฐานชนิดหนึ่ง มี ๑๐ ประการ มีพุทธานุสสติ เป็นต้น

๑.๕.๓ คัมภีร์วิสุทธิมรรค หมายถึง ปกรณวิเสส อธิบายศีล สมาธิ ปัญญา ตามแนววิสุทธิ ๗ พระพุทโธสาจารย์ พระอรรถกถาจารย์ชาวอินเดียเป็นผู้รจนาขึ้นที่มหาวิหารในเกาะลังกา ประมาณปี พ.ศ.๙๕๖ หรือ ๙๖๓ เป็นพระอรรถกถาจารย์ผู้ยิ่งใหญ่ที่สุดสายเถรวาท มีผลงานมากที่สุด

๑.๕.๔ คัมภีร์กัมมัฏฐานรอม หมายถึง เรื่องสมถะวิปัสสนากัมมัฏฐานที่จารึกโดยครูบา คันธา คนธวิโส วัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน โดยจารึกเป็นภาษาล้านนา (ตัวเมือง) บนปี่ปสา เมื่อปีพุทธศักราช ๒๔๕๗ มีความยาวทั้งหมด ๑๔๙ หน้าปี่ปสา

๑.๕.๕ วิเคราะห์เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐาน หมายถึง เปรียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม โดยเปรียบเทียบจากความเหมือน ความแตกต่าง แนวคิด วิธีการปฏิบัติ และขั้นตอนของการปฏิบัติอนุสสติกัมมัฏฐาน

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เนื่องจากคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมของครูบาคันธา คนธวโสี วัดต้นฝิ่ง ตำบลหนองล่อง อำเภอยะนิงหนองล่อง จังหวัดลำพูน ยังไม่ปรากฏว่ามีผู้ศึกษาวิจัยมาก่อน ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องจากงานวิจัยที่มีลักษณะใกล้เคียงกัน โดยเน้นงานวิจัยที่มีการปริวรรตและสังเคราะห์วรรณกรรม ตลอดจนเอกสารและงานวิจัยที่เป็นหลักการของการปริวรรตภาษา สำหรับคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้มีผู้ศึกษาในประเด็นอื่นๆ มาบ้างพอสมควรแล้ว ผู้วิจัยจึงคัดเลือกเฉพาะงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและอาจเป็นประโยชน์ต่องานวิจัยนี้ มีดังต่อไปนี้

๑.๖.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้อง

วิโรจน์ อินทนนท์ ได้กล่าวถึงการปฏิบัติกัมมัฏฐานที่เก่าแก่ที่ค้นพบคือคัมภีร์วิสุทธิมรรคโวหารหรือเรียกอีกชื่อว่าคัมภีร์มูลกัมมัฏฐานของวัดรัตนาราม อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ ท้ายคัมภีร์ระบุว่าพระญาณวพาแปลจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคในปี พ.ศ.๒๐๔๑ และได้สรุปลักษณะเฉพาะของกัมมัฏฐานล้านนาไว้ ๕ ลักษณะคือ

(๑) มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้แล้วกล่าวคำขอขมาแก้ว ๕ โกฎาก คือพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน และครูบาอาจารย์

(๒) เน้นการท่องบ่นสวดมนต์เป็นหลักโดยนำบทสวดภาษาบาลีแปลเป็นแบบนิสสัยคือการแปลคำต่อคำ

(๓) นำเอาลูกประคำมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติเมื่อภาวนาไปให้นับลูกประคำไปด้วยในแต่ละครั้ง

(๔) มีการแยกการปฏิบัติแบบสมณะกับวิปัสสนาออกจากกันอย่างชัดเจนโดยให้ปฏิบัติสมณะก่อนแล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนาจนถึงระดับหนึ่งเมื่อจิตตั้งมั่นแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนาได้เลยแต่ทุกครั้งก่อนปฏิบัติวิปัสสนาต้องปฏิบัติสมณะก่อน

(๕) ในแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติจะระบุว่าจิตได้ถึงสมาธิขั้นไหนเกิดปิโตะอะไรขึ้นบ้าง^{๑๒}

สมทบ พาจรทิศและคณะ ได้สรุปถึงที่มาของภาษาล้านนามีการประดิษฐ์อักษรล้านนาราว ปี พ.ศ.๑๘๒๒-๑๘๔๑ พร้อมกับการประดิษฐ์ลายหนังสือไทยของพ่อขุนรามคำแหงเพื่อใช้เขียนภาษาไทยยวนอักษรลักษณะนี้ใช้ทั้งฝ่ายอาณาจักรและพุทธจักรในอาณาจักรล้านนาและล้านช้างในภาคเหนือเรียก “ตัวเมือง” “ตัวธรรม” หรืออักษรธรรมล้านนาแต่ยังไม่มีหลักฐานระบุได้แน่ชัดว่าใครเป็นผู้ประดิษฐ์อักษรล้านนา^{๑๓}

เอมอร ชิตโสภณ กล่าวว่าล้านนาเป็นอาณาจักรหนึ่งที่ตั้งอยู่ทางภาคเหนือตอนบนของประเทศไทยซึ่งมีความเจริญรุ่งเรืองทั้งในด้านศิลปะและวัฒนธรรมได้สั่งสมสืบทอดกันมา นับตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ความเจริญรุ่งเรืองส่วนหนึ่งได้แสดงให้เห็นถึงวรรณกรรมทางพระพุทธศาสนาที่

^{๑๒} วิโรจน์ อินทนนท์, กัมมัฏฐานล้านนารูปแบบและวิธีปฏิบัติ, (เชียงใหม่: ทรีโอแอดเวอร์ไทซิงแอนด์มีเดียจำกัด, ๒๕๕๘).

^{๑๓} สมทบ พาจรทิศและคณะ, “ภาษาล้านนา”, ล้านนาคดีศึกษา, (เชียงใหม่: สุเทพการพิมพ์, ๒๕๕๗).

นักปราชญ์ชาวล้านนาได้สร้างสรรค์ไว้ ดังปรากฏหลักฐานในตำนานหรือพงศาวดารต่างๆ ทั้งนี้ เพราะพระพุทธรูปศาสนามีบทบาทสำคัญทั้งทางด้านการเมือง การปกครองและวิถีชีวิตของคนล้านนา^{๑๔}

สิงฆะ วรรณสัย ได้เขียนหนังสือเรื่องปริทัศน์วรรณคดีล้านนาไทย โดยแนะนำความรู้เกี่ยวกับวรรณกรรมล้านนาอย่างกว้างๆ เพื่อให้ผู้สนใจได้ศึกษาเล่าเรียนเป็นการกระตุ้นให้ศึกษาค้นคว้าวรรณกรรมล้านนาต่อไป เนื้อหากล่าวถึงความ เป็นมาแห่งอาณาจักรล้านนา วรรณกรรมทางพุทธศาสนา มหาชาติ วรรณกรรมทางโลกยุคก่อนรัตนโกสินทร์^{๑๕}

อุดม รุ่งเรืองศรี ได้กล่าวถึงหมวดหมู่วรรณกรรมมุขปาฐะของชาวล้านนาว่าประกอบด้วย เพลงกล่อมเด็ก เพลงชาวบ้าน โวหารรักของหนุ่มสาว นิทานชาวบ้าน ปริศนาคำทายและที่สำคัญคือ สุภาษิต และคำให้พรคำกล่าวในโอกาสต่างๆ ที่มีเนื้อหามุ่งสอนให้คนรู้จักศีลธรรมและข้อคิด ข้อควรปฏิบัติตามจารีตประเพณีและความเชื่อในพระพุทธศาสนา ซึ่งมีประโยชน์ต่อการดำรงตนของบุคคลในสังคม การแต่งวรรณกรรมมุขปาฐะที่เป็น “ร้อยกรอง” หรือ “ฉันทลักษณ์” ของชาวล้านนานั้นมีรูปแบบคำประพันธ์ที่หาฉันทลักษณ์แน่นอนได้ยาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งลักษณะการกำหนดคณและบังคับสัมผัสต่างๆ ไม่มีกฎที่แน่นอนตายตัว ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะร้อยกรองที่ปรากฏเป็นลายลักษณ์นั้นมาจาก “ร้อยกรองชาวบ้าน” ที่ขับขานทางมุขปาฐะและท่วงทำนองที่จัดอยู่ในลักษณะของเพลงพื้นบ้านด้วยโดยกวีชาวล้านนาจะมีอิสระในการแสดงออกเชิงสร้างสรรค์ด้วยคำสัมผัสจังหวะต่างๆ จะสังเกตได้จาก “คำคร่าว-คำเครือ” หรือที่ภาษาล้านนาออกเสียงว่า “คำคั่ว-คำเครือ” ที่ชาวบ้านขับร้องกันอันเป็นลักษณะร้อยกรองเบื้องต้นก่อนที่พัฒนามาสู่ฉันทลักษณ์ของบทร้อยกรองที่เป็นลายลักษณ์ วรรณกรรมทั้งประเภทลายลักษณ์และมุขปาฐะนี้จะแสดงความสัมพันธ์ควบคู่กันไป ส่วนการสืบทอดการแต่งบทร้อยกรองของกวีล้านนานั้นจะอาศัยการฝึกฝนจากการอ่านและฟังวรรณกรรมเก่าๆ ที่กวีโบราณแต่งเอาไว้แล้วจดจำหรือเลียนแบบต่อๆ กันมา ลักษณะรูปแบบคำประพันธ์จึงเปลี่ยนแปลงไปตามบุคคลและการเวลา ประการสุดท้าย กวีชาวล้านนามุ่งคำนึงถึงการใช้คำให้ได้ตรงตามความหมายที่ต้องการในการแต่งมากกว่าที่จะคำนึงถึงความเคร่งครัดทางฉันทลักษณ์ที่ถูกต้องตามกฎหมาย^{๑๖}

๑.๖.๒ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สืบพงศ์ ธรรมชาติ ได้ทำการปริวรรตวรรณกรรมเรื่องจันทกีนนรชาดก กล่าวว่าวรรณกรรมเป็นสิ่งที่บ่งบอกถึงความเป็นอารยชาติของชาตินั้นๆ เพราะวรรณกรรมเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากความเฉลียวฉลาดและประสบการณ์ของมนุษย์ และวรรณกรรมยังเป็นสิ่งที่บันทึกสังคมและวัฒนธรรม

^{๑๔} อมอร ชิตตโสภณ, ความสัมพันธ์ระหว่างวรรณกรรมล้านนากับวรรณกรรมประจำชาติ, (เชียงใหม่: ฌนบรรณาการพิมพ์, ๒๕๓๓).๗

^{๑๕} สิงฆะ วรรณสัย, ปริทัศน์วรรณคดีล้านนาไทย, (เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๒๓).

^{๑๖} อุดม รุ่งเรืองศรี, วรรณกรรมลายลักษณ์ล้านนา, เอกสารประกอบนิทรรศการวรรณกรรมล้านนา, (เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยพายัพ, ๒๕๒๗).

ของชาตินั้นๆ ไว้ด้วย จะเห็นได้ว่าชาติที่ยิ่งใหญ่และเจริญรุ่งเรืองในอดีตและปัจจุบันอย่างเช่นกรีก โรมันอังกฤษจีนและอินเดียล้วนแต่มีวรรณกรรมที่ดีเด่นและมีจำนวนมากทั้งสิ้น^{๑๗}

พระมหาสุทิตย์ อากาศโร ได้กล่าวไว้ว่าดินแดนล้านนามีความเป็นมาที่ยาวนานเริ่มตั้งแต่อาณาจักรโยนกแถบลุ่มแม่น้ำกก จังหวัดเชียงรายและอาณาจักรศรีโยนกเงินยางหรือเมืองเชียงแสน มาปรากฏหลักฐานที่ชัดเจนในสมัยทริภุญชัย (พ.ศ.๑๒๐๔) และเจริญสูงสุดในสมัยราชวงศ์มังรายที่มี นพบุรินทรพิงค์เชียงใหม่เป็นราชธานี (พ.ศ.๑๘๓๙-๒๑๐๑) ความเจริญของล้านนานั้นมีความเป็นมา ควบคู่กับพระพุทธศาสนาซึ่งก่อให้เกิดการรณาวรรณกรรมพระพุทธศาสนาที่สำคัญ เช่น มังคลัตถ ทีปนี จักรวาลทีปนี ที่รจนาขึ้นโดยพระสิริมังคลาจารย์ ชินกาลมาลีปกรณ์และวชิรสารัตถสังคหะที่ รจนาโดยพระรัตนปัญญาเถระ รวมถึงวรรณกรรมของพระเถระรูปอื่นๆ ในล้านนาที่ถือว่าเป็น วรรณกรรมชั้นครู ที่มีความไพเราะและชั้นเชิงในการแต่งที่ให้อรรถรสและความรู้ในศาสตร์ต่างๆ ได้ เป็นอย่างดี ซึ่งได้เป็นแบบอย่างของการรณาวรรณกรรมหรือคัมภีร์ธรรมทางพระพุทธศาสนาล้านนา ในยุคต่อมา และในแต่ละเรื่องล้วนมีความสำคัญทางด้านประวัติศาสตร์ศาสนาและวัฒนธรรมที่ทำให้ ทราบถึงความเป็นมาและบริบททางสังคมในล้านนาได้เป็นอย่างดี^{๑๘}

ศิวาพร วัฒนรัตน์ กล่าวว่าล้านนามีภาษาเขียนโดยใช้อักษรที่เรียกว่า “ตัวเมือง” “อักษร ธรรม” หรือ “อักษรไทยยวน” ซึ่งล้านนาใช้ตัวอักษรนี้จารึกคัมภีร์ต่างๆทางพุทธศาสนาในใบลานและ ได้แพร่หลายไปสู่เชียงตุงเชียงรุ่งญวนและล้านช้างนอกจากนี้ยังมี “อักษรฝูกขาม” ซึ่งพัฒนามาจาก อักษรสุโขทัยและมี “อักษรขอมเมือง” หรือ “อักษรไทยนิเทศ” อีกด้วยอย่างไรก็ตามตัวอักษรที่นิยมใช้ จารึกในวรรณกรรมมากที่สุดก็คือ “ตัวเมือง” หรือ “อักษรธรรม” หรือ “อักษรไทยยวน” นั่นเอง^{๑๙}

พระมหาสุธน ยสสีโล (ผลชอบ) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนา กัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา พบว่า วิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นคำสอนแนวปฏิบัติทางด้านจิตเพราะใน ร่างกายของมนุษย์เรามีใจเป็นใหญ่ ใจเป็นหัวหน้า ทุกสิ่งทุกอย่างสำเร็จจากใจ เมื่อบุคคลตั้งใจไว้ดีแล้ว ไม่ว่าจะบุคคลนั้นจะเป็นชนชาติใด อยู่ในประเทศใด ใช้ภาษาใด เป็นคนมีฐานะร่ำรวยหรือเป็นคนยากจน เมื่อปรารถนาความสุขความสงบที่แท้จริงแล้วไม่ต้องไปแสวงหาที่อื่นใดค้นหาได้ภายในจิตใจของเรา นี้เอง เพราะความทุกข์หรือความสุขเกิดขึ้นจากใจทั้งนั้น ดังนั้น พระพุทธเจ้าซึ่งมีพระประสงค์ที่จะให้ สังคมมนุษย์พ้นจากความทุกข์และให้ได้รับความสุขสงบทั้งทางกายและทางใจจึงได้ทรงประกาศคำ

^{๑๗} สืบพงษ์ ธรรมชาติ, “การปริวรรตวรรณกรรมเรื่องจันทกนิกรชาดก”, รายงานการวิจัย, (มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๖).

^{๑๘} พระมหาสุทิตย์ อากาศโร (อบอูน), “การศึกษาองค์ความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ปรากฏใน วรรณกรรมพระพุทธศาสนาเรื่องอานิสงส์และคัมภีร์เทศน์ในเทศกาลต่างๆ ของล้านนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร ดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘).

^{๑๙} ศิวาพร วัฒนรัตน์, “ วรรณกรรมนิทานคำโคลงของล้านนา: ลักษณะเด่นภูมิปัญญาและคุณค่า”, รายงานการวิจัย, (สำนักงานกองทุนสนับสนุนงานวิจัย, ๒๕๕๓).

สอนแนวปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานไว้ เพื่ออบรมจิตของมนุษย์ให้สงบระงับจากความชั่วบรรลुकความดี และความบริสุทธิ์ผ่องใสแห่งจิต^{๒๐}

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องได้มีการกล่าวถึงความจำเป็นที่จะต้องศึกษาเปรียบเทียบเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เพื่อให้เกิดความกระจ่างแจ้งในหลักธรรมคำสอน โดยเฉพาะแนวคิดที่ปรากฏในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมที่จารึกโดยครูบาคันธา คนธวิโส ยังไม่พบการปริวรรตหรือศึกษาในแง่มุมใดเลย จึงสมควรทำการศึกษาและเปรียบกับคัมภีร์วิสุทธิมรรคซึ่งเป็นคัมภีร์สำคัญอย่างยิ่งของพระพุทธศาสนา เพื่อความเข้าใจที่ถูกต้องในหลักอนุสสติกัมมัฏฐานต่อไป

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะศึกษาเชิงเอกสาร (Documentary Research) และเสนอผลการวิจัยแบบพรรณนาวิเคราะห์ (Analytical Description) โดยมีขั้นตอนดังนี้

๑.๗.๑ สํารวจและรวบรวมหนังสือ วิทยานิพนธ์ บทความ งานวิจัยและเอกสาร ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยเพื่อใช้เป็นแนวทางในการศึกษา

๑.๗.๒ ทำการศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติ ๑๐ ที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เพื่อให้วิธีการและแนวทางการปฏิบัติอนุสสติกัมมัฏฐานที่ถูกต้อง

๑.๗.๓ ทำการศึกษาคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมที่จารึกในพบสาฉบับที่ค้นพบที่วัดต้นฝิ่ง ตำบลหนองล่อง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน เพื่อศึกษาคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐาน

๑.๗.๔ ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม ในประเด็นความเหมือน ความแตกต่าง ระหว่างแนวคิด วิธีปฏิบัติและขั้นตอนของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน

๑.๗.๕ วิเคราะห์ข้อมูลและเรียบเรียงเขียนเป็นงานวิจัยตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

๑.๗.๖ สรุปผลและนำเสนอผลงานวิจัย

๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

๑.๘.๒ ทำให้ทราบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม

๑.๘.๓ ทำให้ทราบความเหมือน ความแตกต่างเกี่ยวกับคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม

^{๒๐} พระมหาสุรณ ยสสีโล (ผลชอบ), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑).

บทที่ ๒

คำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

หลังจากที่เจ้าชายสิทธัตถะได้ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า สามารถกำจัดกิเลสตรัสรู้ด้วยชอบได้ โดยพระองค์ เป็นผู้หมดทุกข์หลุดพ้นจากวิญญูะสงสารนี้แล้ว ด้วยความเมตตาตามหากรุณาอันยิ่งใหญ่ที่มี ต่อเวไนยสัตว์ทั้งหลาย จึงทรงออกเผยแผ่คำสอนที่พระองค์ได้ตรัสรู้นั้น เพื่อให้เหล่ามนุษย์และเทวดา ทั้งหลายนั้นได้พบกับหนทางสูงสุดของชีวิต นั่นคือหนทางเพื่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน ซึ่งแนวทางการสอนของพระพุทธองค์นั้น พระพุทธองค์ไม่ได้ทรงกำหนดเวลาไว้ เพราะธรรมของพระพุทธองค์ เป็นอกาลิก คือ ไม่ประกอบด้วยกาล ให้ผลได้ไม่จำกัดกาล ไม่ขึ้นกับเวลา ไม่จำกัดด้วยกาล ให้ผลแก่ ผู้ปฏิบัติได้ตลอดเวลาและโอกาส บรรลุเมื่อใดก็ได้รับผลเมื่อนั้น ไม่เหมือนผลไม้ที่ให้ผลตามฤดูกาล เหมือนกับว่าเป็นจริงอยู่อย่างใดก็เป็นจริงอยู่อย่างนั้นเรื่อยไป^๑ พระธรรมที่พระองค์ได้ทรงสอนนั้นบางคนเมื่อฟังแล้วก็สามารถที่จะเข้าใจได้เลย แต่บางคนก็ไม่เข้าใจ บางคนฟังหัวข้อธรรมแล้วเข้าใจเลย แต่บางคนต้องอธิบายให้ลึกซึ้งจึงจะเข้าใจ ดังนั้นการสอนของพระองค์จะมองที่จริตของผู้เรียนเป็น สำคัญ ดังข้อความที่ว่า “พระพุทธองค์ทรงตรวจดูโลกด้วยพุทธจักขุ^๒ ได้เห็นสัตว์ทั้งหลายผู้มีจตุลีในตาน้อย มีจตุลีในตามาก มีอินทรีย์แก่กล้า มีอินทรีย์อ่อน มีอาการดี มีอาการทราม สอนให้รู้ด้วยง่าย สอนให้รู้ได้ยาก บางพวกมักเห็นปรโลกและโทษว่าน่ากลัวก็มี บางพวกมักไม่เห็นปรโลกและโทษว่าน่าก็มี”^๓ จะเห็นได้ว่าพระพุทธองค์จะทรงตรวจดูจิตราคะของบุคคลนั้นก่อนที่พระองค์จะทรงสอนให้ถูกและให้ผลต่อผู้นั้น และเนื่องจากจริตของมนุษย์นั้นมีแตกต่างกัน ในพระพุทธศาสนานั้นจำแนกไว้ ๖ ประเภท คือ

๑. ราคจริต ผู้มีราคะเป็นความประพฤติกติ, ประพฤติหนักไปทางรักสวयรักงาม กัมมัฏฐานคู่ปรับสำหรับแก้ คือ อสุภะและกายคตาสติ
๒. โทสจริต ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติกติ, ประพฤติหนักไปทางใจร้อนหงุดหงิด กัมมัฏฐานที่เหมาะสม คือ พรหมวิหารและกสิณ โดยเฉพาะวิณณกสิณ
๓. โมหะจริต ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติกติ, ประพฤติหนักไปทางเขลา เหนงซึ่มเงื่องงมงาย กัมมัฏฐานที่เกื้อกูล คือ อานาปานสติ และพึงแก้ด้วยการเรียน ถาม ฟังธรรม สนทนาธรรมตามกาลหรืออยู่กับครู

^๑ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุต.โต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทเอส.อาร์.พรินต์ติ้งแมสโปรดักส์จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๓๐๒.

^๒ พุทธจักขุ หมายถึง (๑) อินทรีย์ปโรปริยัตติญาณ คือ ปรีชาหยั่งรู้ความยิ่งและความหย่อนแห่งอินทรีย์ของสัตว์ทั้งหลาย คือ รู้ว่าสัตว์นั้นๆ มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา แคไหน เพียงใด มีกิเลสมาก กิเลส น้อย มีความพร้อมที่จะตรัสรู้หรือไม่ (๒) อาสยานุสยญาณ คือ ปรีชาหยั่งรู้อริยาศัย ความมุ่งหมาย สภาพจิตที่ นอนอยู่ (ช.ป. (ไทย) ๓๑/๑๑๑/๑๒๔,๑๑๓/๑๒๖)

^๓ ที.ม.อ. (ไทย) ๖๖/๖๔-๓๓๗.

๔. สัทธาจริต ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติกตติ, ประพฤติหนักไปทางมีจิตซาบซึ้ง ชื่นบาน น้อมใจเลื่อมใสโดยง่าย พึงชักนำไปในสิ่งที่ควรแก่ความเลื่อมใส และความเชื่อที่มีเหตุผล เช่น พิจารณาอนุสติ ๖ ข้อต้น

๕. พุทธิจริต หรือ ญาณจริต ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติกตติ, ประพฤติหนักไปทาง ใช้ความคิดพิจารณา

๖. วิตกจริต ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติกตติ, ประพฤติหนักไปทางนึกคิดจับจดฟุ้งซ่าน พึง แก่ด้วยสิ่งที่สะกดอารมณ์ เช่น เจริญอานาปานสติ หรือเพ่งกลีณ เป็นต้น^๔

จะเห็นได้ว่าเมื่อจริตของคนแตกต่างกัน ก็มีมาตรฐานที่ใช้แก้หรือปรับให้ตรงจริตของแต่ละ คนก็แตกต่างกันด้วย ด้วยเหตุนี้ในพระพุทธานุสสติจึงได้กำหนดกัมมัฏฐานไว้ถึง ๔๐ ประเภท^๕ ใน งานวิจัยนี้ผู้วิจัยมุ่งที่จะศึกษากัมมัฏฐานที่ชื่อว่า อนุสสติ โดยเลือกที่จะศึกษาในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ซึ่งเป็นคัมภีร์ชั้นอรรถกถาที่ได้อธิบายอนุสสติกัมมัฏฐานไว้โดยละเอียดเพื่อเป็นแนวทางแห่งการศึกษา และสัมมาปฏิบัติ ดังนี้

๒.๑ ภูมิหลังคัมภีร์วิสุทธิมรรค

คัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นคัมภีร์สำคัญที่สุดชิ้นหนึ่งของพระพุทธานุสสติ ซึ่งได้รับการ ยกย่องว่าเป็นจากนักวิชาการด้านพระพุทธานุสสติจากหลายประเทศ ซึ่งความเป็นมาของคัมภีร์วิสุทธิ มรรคมีดังนี้

๒.๑.๑ ชีวิตประวัติพระพุทธานุสสติกับการแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค

คัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้นบันทึกทั้งปวงพึงรู้ว่าพระคณฐรรจนานาจารย์ผู้มีญาณปรากฏว่าพระ พุทธานุสสติ ซึ่งได้จตุตถปฏิสัมภิทาญาณรู้แตกฉานชำนาญในพระไตรปิฎก ผู้มีปัญญาวิสารทะ คือ แก่แล้วกล้าได้รจนาทกแต่งไว้เพื่อให้เป็นประโยชน์แก่พระพุทธานุสสติ^๖ พระพุทธานุสสติเป็นอรรถ กถาจารย์ที่มีชื่อเสียงและมีผลงานมาก ชาวอินเดียในศรีลังกาเชื่อกันว่า ท่านได้เกิดมาในโลกนี้เพื่อนำ ประโยชน์แก่อุทิศต่อพระพุทธานุสสติอันยิ่งใหญ่เป็นอย่างมากโดยเฉพาะก็คือ การเขียนอรรถกถาภาษา บาลี อันเป็นหนทางที่ช่วยผดุงปริยัติศาสนาหรือการศึกษาพระพุทธานุสสติให้ดำรงอยู่และพัฒนาจนถึง ที่สุด ในหนังสือพจนานุกรมพระพุทธานุสสติ (ภาษาอังกฤษ) เขียนโดย Chrmas Humphreys ได้ กล่าวถึงพระพุทธานุสสติว่า “เป็นนักวิชาการทางพระพุทธานุสสติที่ยิ่งใหญ่ เกิดทางตอนเหนือของ

^๔ วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๑๒๗.

^๕ กัมมัฏฐาน ๔๐ ประกอบด้วย อนุสสติ ๑๐ อสุภะ ๑๐ กลีณ ๑๐ อาหารปฏิกุศลสัญญา ๑ จตุธาตววิภู ฐาน ๑ พรหมวิหาร ๔ และ อรูปฌาน ๔

^๖ บุณย์ นิลเกษ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค สำหรับประชาชน, (กรุงเทพมหานคร: ชมรมชีวภาพ, ๒๕๔๒), หน้า ๕๗.

ประเทศอินเดีย ราวต้นศตวรรษที่ ๕ แห่งคริสต์ศักราช เป็นผู้แปลอรรถกถาภาษาสิงหลสู่ภาษาบาลี และได้เขียนคัมภีร์วิสุทธิมรรค และงานเขียนอีกจำนวนมากมายที่อธิบายในพระไตรปิฎก”^๗

สำหรับประวัติความเป็นมาของพระพุทโธสาจารย์นั้นเราสามารถทราบได้จากคัมภีร์ ๓ เล่ม ที่ให้ข้อมูลประวัติของพระพุทโธสาจารย์ค่อนข้างละเอียด คือ ๑) มหาวงศ์ ๒) พุทโธสุปัตติ และ ๓) ศาสนาวงศ์ ซึ่งเป็นวรรณคดีบาลีสสมัยต่อมาที่กล่าวถึงประวัติของพระพุทโธสาจารย์ไว้โดยอ้างถึงคัมภีร์มหาวงศ์และพุทโธสุปัตติ

๑. คัมภีร์มหาวงศ์

คัมภีร์มหาวงศ์ได้กล่าวถึงประวัติของพระพุทโธสาจารย์ไว้ในปริจเฉทที่ ๓๗ คาถาที่ ๒๑๘- ๒๔๖ คัมภีร์นี้รจนาโดยมหานามเถระชาวศรีลังกา ราวพุทธศตวรรษที่ ๑๑^๘ คัมภีร์นี้เป็นหลักฐานที่มีคุณค่าในเรื่องประวัติพระพุทโธสาจารย์มากที่สุด กล่าวไว้ว่า พระพุทโธสาจารย์เกิดในตระกูลพราหมณ์ ณ ตำบลพุททคยา ใกล้ต้นศรีมหาโพธิ์สถานที่ตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าสำเร็จวิชาและศิลปะต่างๆ ตามธรรมเนียมพราหมณ์เชี่ยวชาญไตรเวท นิยมสธายยพระเวทของฤาษีปตัญชลี เป็นนักโต้วาที เทียวตระเวนโต้วาทีอินเดีย วันหนึ่งได้ไปถึงวัดแห่งหนึ่งซึ่งเป็นวัดที่พระเวทเถระ ผู้ซึ่งต่อมาได้เป็นพระอุปัชฌาย์ของท่านพำนักอยู่ พอตกลงกลางคืนได้ทำการสธายยมนต์ปตัญชลีด้วยทำนองที่ถูกต้องและบริบูรณ์ด้วยบทและพยัญชนะ ท่านเวทเถระเห็นว่าเป็นผู้มีปัญญาเฉียบแหลม ประารถนาจะได้มาเป็นกำลังของพระศาสนา จึงหาอุบายได้วาทะกับพราหมณ์หนุ่ม (พระพุทโธสะ) ครั้นพราหมณ์หนุ่มพ่ายแพ้จึงตัดสินใจ ยอมบวชในพระพุทธศาสนาเพื่อศึกษาพระอภิธรรมกับพระเวทเถระพระอุปัชฌาย์ได้รับฉายาว่า “พุทโธสะ” แปลว่า ผู้ที่มีชื่อเสียงเลื่องลือจตุรพระพุทโธเจ้า ณ วัดนั้น ท่านได้รับจนาคัมภีร์ “ญาโณทัย” อธิบายพระอภิธรรมอัมมสังคณีชื่อว่า “อัฐฐสาลินี” และคัมภีร์ปริตรตอรรถกถา “อรรถกถาย่อย” กระทั่ง พระเวทเถระทราบเรื่องจึงแนะนำให้ไปที่ประเทศศรีลังกา เพื่อศึกษาสิงหลอรรถกถา ซึ่งเป็นอรรถกถาที่สืบทอดกันมาจากอรรถกถาเดิม เพียงแต่อยู่ในรูปภาษาสิงหลเท่านั้น ท่านจึงได้เดินทางไปศรีลังกาในรัชสมัยของพระเจ้ามหานามะ โดยมาอาศัยอยู่ที่ปราสาทของมหานิกม สามิอุบาสกภายในบริเวณมหาปธานชระ ซึ่งตั้งอยู่ด้านทิศใต้ของสำนักนิกายมหาวิหารโดยมีพระสังฆะपालเถระเป็นอาจารย์เมื่อได้ศึกษาสิงหลอรรถกถาจบแล้ว จึงขอแปลและปริวรรตคัมภีร์อรรถกถาใหม่เป็นภาษามคธ โดยในเบื้องต้นได้แสดงฝีมือให้เป็นที่ยอมรับด้วยการรจนาคัมภีร์วิสุทธิมรรคลงบนใบลานถึง ๓ ครั้ง จนเป็นที่ยอมรับของคณะสงฆ์สำนักมหาวิหารได้รับการยกย่องว่าเป็นพระโพธิสัตว์ศรีอาริยมตไตรย์ ท่านได้แปลอรรถกถาจากภาษาสิงหลกลับเป็นภาษามคธ ซึ่งเป็นภาษาเดิมที่ใช้บันทึกอรรถกถาเก่า ที่พระมหินทเถระนำมาแปลไว้เป็นภาษาสิงหล เมื่อเสร็จภารกิจทั้งหมดแล้ว จึงกลับมาสู่มาตุภูมิเพื่อนมัสการต้นศรีมหาโพธิ์

^๗ Christmas Humphreys, *A Popular Dictionary of Buddhism*, (London: Curzon Press Ltd., 1975), p. 50.

^๘ พระมหานามะ, มหาวงศ์ พงศาวดารลังกาที่ ๒ เล่ม ๓ ฉบับหลวงในหอพระสมุดวชิรญาณ, แปลโดย พระยาปริยัติธรรมดาดา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทย, ๒๔๖๒), คำนำ.

๒. คัมภีร์พุทธโฆสอุปตติ

คัมภีร์นี้รจนาโดยพระมหามังคลเถระชาวพม่า ประมาณตอนต้นคริสต์ศตวรรษที่ ๑๕ ได้เล่าประวัติของพระพุทโฆสอาจารย์ท่านองนิทาน คัมภีร์นี้แบ่งโครงสร้างทางเนื้อหาออกเป็น ๘ ปริเฉท มีเนื้อหาคล้ายคัมภีร์มหาวงศ์ แต่ก็มีบางประเด็นที่กล่าวแตกต่างออกไป สุภาพรรณ ฌ บางช่วง^๙ ได้สรุปเนื้อหาทั้ง ๘ ปริเฉทไว้ดังนี้

ปริเฉทที่ ๑ มีหมู่บ้านชื่อว่าโฆสยะ อยู่ใกล้พุทธคยา หัวหน้าหมู่บ้านชื่อ เกลี ภรรยาชื่อ เกลินี พระเถระรูปหนึ่งซึ่งเป็นผู้คุ้นเคยกับพราหมณ์เกลี มีความกังวลใจว่าในเวลานั้นคำสอนของพระพุทธเจ้าได้รับการสวดท่องจำเป็นภาษาสิงหลทำให้คนส่วนใหญ่ไม่เข้าใจ ท่านจึงปรารถนาที่จะหาคนที่สามารถแปลคัมภีร์ภาษาสิงหลออกเป็นภาษามคธ ต่อมาท่านได้รู้ว่ามีเทพบุตรตนหนึ่งชื่อ โฆสยะ อยู่ในดุสิตสวรรค์เป็นผู้ที่จะสามารถทำงานที่ท่านมุ่งหวังได้ ท่านจึงขอให้เทพบุตรนั้น มาเกิดเป็นบุตรของพราหมณ์กาสิ เทพบุตรก็ตกลงทำตามคำขอของท่าน โฆสยะเมื่อเติบโตขึ้น ได้เล่าเรียนคัมภีร์พระเวทจนแตกฉาน วันหนึ่งขณะที่นั่งกินถั่วในที่ซึ่งถือว่าเป็นที่ประทับของพระวิษณุพวกรพราหมณ์มาเห็นเข้า ก็พูดว่า โฆสยะก็ได้ว่า “ถั่วนั้นแหละคือวิษณุ ใครคือผู้ที่เรียกว่าวิษณุ ข้าพเจ้ารู้จักได้อย่างไรว่าสิ่งใดคือวิษณุ” แต่ไม่มีใครตอบได้ อีกวันหนึ่ง พราหมณ์กาสิได้อธิบายความคิดเกี่ยวกับการปกครองในคัมภีร์พระเวทให้ลูกบ้านฟัง แต่ก็ติดขัดไม่สามารถอธิบายความหมายของข้อความตอนหนึ่ง โฆสยะได้เขียนคำอธิบายนั้นในใบลาน เมื่อพราหมณ์กาสิเห็นเข้าก็ชื่นชมใน ความเป็นอัจฉริยะของลูก

ปริเฉทที่ ๒ วันหนึ่งพระเถระผู้เป็นสหายของพราหมณ์กาสิ ได้รับนิมนต์มาฉันอาหารที่บ้าน พราหมณ์กาสิได้นำเสื่อของโฆสยะมาปูให้ท่านนั่ง โฆสยะโกรธ กล่าวต่อว่า ได้ถามพระเถระว่าท่านได้เรียนพระเวทหรือความรู้อื่นบ้างหรือไม่ พระเถระก็ได้ขับพระเวทให้ฟังและได้บอกว่าท่านยังได้เรียนพระอภิธรรมซึ่งเป็นคำสอนของพระพุทธเจ้า ต่อจากนั้นได้อธิบายธรรมะให้โฆสยะฟังจนโฆสยะเกิดความเลื่อมใส ตัดสินใจออกบวชในพระพุทธศาสนา และภายในเดือนเดียวกันก็เรียนจบพระไตรปิฎก ได้นามว่า พุทธโฆสยะ

ปริเฉทที่ ๓ วันหนึ่งพุทโฆสจารย์เกิดคำถามในใจว่า ระหว่างท่านกับพระอุปัชฌาย์ ผู้ใดมีความรู้มากกว่ากัน พระเถระผู้เป็นพระอรหันต์ ล่วงรู้ความในใจจึงเรียกตัวพุทโฆสจารย์ มาว่ากล่าวตักเตือนและกำชับให้ขอโทษ พระพุทโฆสจารย์รู้สึกอายใจกล่าวคำขอโทษ แต่พระเถระบอกว่าจะยกโทษให้ต่อเมื่อพระพุทโฆสจารย์ไปศรีลังกาแล้วแปลอรรถกถาสิงหลเป็นบาลี ท่านก็ตกลง แต่ขอโอกาสแสดงธรรมแก่บิดาก่อนไป บิดาเมื่อได้ฟังธรรม ได้กลับใจมาเป็นพุทธศาสนิกชน ท่านได้เชิญบิดามายังที่ที่จัดไว้เป็นพิเศษให้บิดาเข้าไปข้างใน ปิดประตูกล่าวแสดงธรรมให้บิดาฟังอีกจนที่สุดบิดาได้บรรลุโสดาปัตติผล

ปริเฉทที่ ๔ พระพุทโฆสจารย์เดินทางไปศรีลังกาทางเรือ ระหว่างทางได้พบกับพระพุทโฆสทตตมหาเถระซึ่งกำลังเดินทางกลับจากศรีลังกาไปอินเดีย เมื่อพระพุทโฆสจารย์เล่าวัตถุประสงค์การไปศรีลังกาของท่าน พระพุทโฆสทตตมหาเถระกล่าวว่า ท่านเองก็ถูกส่งมาศรีลังกา

^๙ สุภาพรรณ ฌ บางช่วง, ประวัติวรรณคดีบาลีในอินเดียและลังกา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๖), หน้า ๒๒๘-๒๒๙.

เพื่อ แผลพระวณะของพระพุทธรเจ้าจากภาษาสิงหลออกเป็นภาษาบาลีงานที่ท่านทำสำเร็จแล้ว คือ คัมภีร์ชินาลังการ ทันทวงส์ ธาตุวงส์ และโพธิวงค์ ท่านไม่มีเวลาพอที่จะเขียน อรรถกถาฎีกา จึงขอให้ พระพุทธรโฆสาจารย์ทำงานนี้ต่อ เพราะว่าท่านแก่แล้วคงจะมีชีวิตอยู่อีกไม่นาน มีเรื่องเล่าต่อว่า พระพุทธรทัตตะเมื่อถึงอินเดียก็ได้มรณภาพ และได้ไปเกิดชั้นดุสิต

ปริจเฉทที่ ๕ ในตอนแรกพระพุทธรโฆสาจารย์ได้พักใกล้ท่าเรือชื่อ ทริชาฐานะ ในศรีลังกา วันหนึ่งท่านได้เห็นหญิงแบกน้ำคนหนึ่ง ทำหม้อน้ำของหญิงอีกคนหนึ่งแตก แล้วทั้งคู่ได้ทะเลาะกัน อย่างรุนแรง พระพุทธรโฆสาจารย์รู้ว่าท่านอาจจะต้องไปเป็นพยานในคดีนี้ จึงจดบันทึกคำพูดของหญิง ทั้ง ๒ ทุกถ้อยคำ เมื่อเจ้าพนักงานนิมนต์ท่านไปเป็นพยาน ท่านได้ยื่นหนังสือที่จดไว้ให้พระเจ้าแผ่นดิน เมื่อทราบเรื่องจึงนิมนต์ให้ท่านเข้ามาในวัง

ปริจเฉทที่ ๖ หลังจากที่ได้เข้าเฝ้าพระเจ้าแผ่นดินแล้ว พระพุทธรโฆสาจารย์ได้มีโอกาสพบ พระสังฆราชแห่งศรีลังกา วันหนึ่งพระสังฆราชได้สอนพระอภิธรรมแก่ภิกษุกลุ่มหนึ่งแต่ติดขัด ไม่สามารถอธิบายความหมายบางตอนได้ เมื่อพระสังฆราชออกไปแล้ว พระพุทธรโฆสาจารย์ได้เขียน คำอธิบายบนกระดาน วันรุ่งขึ้นพระสังฆราชมาเห็น จึงได้ชวนให้ท่านเป็นครูผู้สอนอภิธรรมแก่ พระภิกษุในศรีลังกา ท่านได้ปฏิเสธ และกล่าวว่าท่านมาเพื่อจะแผลพระวณะของพระพุทธรเจ้าจาก สิงหลออกเป็นภาษาบาลี พระสังฆราชจึงให้ท่านเขียนคำอธิบายคาถา ๒ บท ท่านก็เริ่มงานทันทีในตอนหัวค่ำเมื่อเสร็จก็เข้านอน ท้าวสักกะได้มาขโมยงานของท่านไป เมื่อท่านตื่นขึ้นมา ในช่วงกลางคืน ไม่เห็นงาน ก็เขียนอีกครั้งอย่างรวดเร็วโดยมีข้อความเหมือนของเดิมทุกประการ เสร็จแล้วก็เข้านอน ท้าวสักกะก็มาขโมยอีก ท่านก็ต้องเขียนใหม่อีก เป็นดังนี้ถึง ๓ ครั้ง หนสุดท้ายท้าวสักกะได้นำต้นฉับบับ ของ ๒ ครั้ง แรกมาคืนด้วย วันรุ่งขึ้น ท่านได้นำคัมภีร์ทั้ง ๓ ชุด ไปให้พระสังฆราชดู พระสังฆราช เปรียบเทียบคัมภีร์ทั้งหมดเห็นว่าตรงกันก็สรรเสริญในความสามารถของท่าน และได้มอบคัมภีร์อรรถกถาให้ท่านแปล ตั้งแต่นั้นชื่อเสียงของท่านก็ฟุ้งกระจายไปทั่วศรีลังกา

ปริจเฉทที่ ๗ พระสังฆราชได้จัดที่อยู่เป็นพิเศษ ให้ท่านได้ทำงานด้วยความสะดวกท่าน ทำงานเสร็จภายใน ๓ เดือน ท่านได้มอบงานทั้งหมดให้แก่พระสังฆราช และได้เผาต้นฉับบับอรรถกถา ภาษาสิงหลทั้งหมด กล่าวว่า กองอรรถกถาที่เผาขึ้นกองสูงเท่ากับช้าง ๗ เชือก ยืนต่อกัน ต่อจากนั้น ท่านได้รวบรวมผลงานทั้งหมดของท่านกลับไปอินเดีย ก่อนไปพระภิกษุชาวศรีลังกาได้ ขอให้ท่านสอนภาษาสันสกฤตให้ก่อน แต่ท่านเพียงแต่เทศนาธรรมเทศนาเป็นภาษาสันสกฤตเพียง เรื่องหนึ่ง แล้วออกเดินทาง

ปริจเฉทที่ ๘ เมื่อมาถึงอินเดีย พระพุทธรโฆสาจารย์ได้ไปหาพระเถระแสดงผลงานและกล่าว ขอโทษ เมื่อได้รับการยกโทษแล้ว ท่านก็ไปหาบิดามารดา เมื่อบิดามารดาตาย ท่านก็เดินทางไป นมัสการพระศรีมหาโพธิ์ที่พุทธคยา และมรณภาพที่นั่นได้ไปเกิดในสวรรค์ชั้นดุสิต มี คำทำนายว่า เมื่อพระศรีอาริยมตไตรยถือกำเนิดเป็นมนุษย์ ท่านจะได้เกิดเป็นพระสาวก อัญญาของ ท่านได้ฟังไว้ใกล้พระศรีมหาโพธิ์ และได้มีผู้สร้างสถูปครอบไว้

๓. คัมภีร์ศาสนวงค์

คัมภีร์นี้แต่งโดยพระปัญญาสามีชาวพม่า แต่งเป็นภาษามคธเสร็จเมื่อ พ.ศ. ๒๔๐๕ อาศัยข้อมูลมาจากอรรถกถาสมันตปาสาทิกา ทีปวงศ์ มหาวงศ์ และวรรณกรรมทางประวัติศาสตร์ของประเทศพม่า พระนิคม ธรรมธโร (พงษ์สมุทร)^{๑๐} ได้สรุปประวัติพระพุทโธสาจารย์จากฉบับที่แปลและเรียบเรียงเป็นภาษาไทยโดยศาสตราจารย์ ร.ต.ท. แสง มนวิฑูร^{๑๑} ดังนี้

พระมหาเถระทั้งหลายปรึกษาหารือกันว่า ปริยัติศาสนา ได้แปลเป็นภาษาและหนังสือสูญหายแล้ว ใครเล่าจะสามารถแปลเป็นภาษามคธได้ จึงไปเชิญเทพบุตรตนหนึ่งชื่อ โฆสสะ ในภพดาวดึงส์ ให้มาเกิดในครรภ์ของนางเกสพราหมณี ภรรยาของเกสพราหมณ์ ในหมู่บ้านโฆสคาม ใกล้ไม้โพธิ์สถานที่พระพุทโธเจ้าตรัสรู้ ตั้งชื่อกุมารนั้นว่า โฆสสะ เพราะเกิดมาในเวลาที่พวกพราหมณ์ประกาศปาว์ร้องกันเป็นต้นว่า กินกันเถิด เจ้าข้า ต้มกันเถิด เจ้าข้า โฆสกุมารเรียนจบไตรเพทเมื่ออายุ ๗ ขวบ ครั้งหนึ่ง โฆสสะกุมารได้สนทนาเรื่องพระเวท กับพระอรหันต์องค์หนึ่ง พระอรหันต์ถามพุทธมนต์ชื่อปรมัตถเวท เป็นต้นว่า กุสลา ธมมา อกุสลาธมมา อพยากตา ธมมา โฆสสะกุมาร ได้ฟังปรมัตถเวทนั้นแล้ว ใครจะเรียนจึงบวชในสำนักนั้น สาธยายพระไตรปิฎกทุกวันเดือนเดียวเท่านั้นก็เรียนจบ หลังจากนั้นท่านนั่งอยู่คนเดียวในที่รโหฐาน นึกไปว่าในพระไตรปิฎกที่พระพุทโธเจ้าตรัสไว้ ใครจะมีปัญญามากกว่ากัน เราหรืออุปัชฌาย์พระอุปัชฌาย์ทราบเหตุแล้วจึงตำหนิ ท่านเกิดความสลดใจจึงกล่าวขอขมาโทษ อุปัชฌาย์ให้ท่านไปยังศรีลังกาเพื่อแปลพระไตรปิฎกภาคภาษาสิงหลกลับเป็นภาษามคธ เพื่อเป็นการไถ่โทษ ท่านจึงเดินทางไปยังศรีลังกาโดยทางเรือ และในระหว่างทาง ได้พบพระพุทโธทัตตะเถระ ครั้นถึงศรีลังกาแล้ว ได้เข้าเฝ้าสังฆบาลเถระ แจ้งถึงเหตุที่มาว่า เพื่อแปลพระไตรปิฎกเป็นภาษามคธ และพระภิกษุชาวสิงหลได้มอบบทประพันธ์ซึ่งขึ้นต้นว่า สีเล ปติภูธาย ให้ท่านไปประพันธ์เนื้อหาให้สอดคล้องกับพระไตรปิฎก ในวันนี้ท่านแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคยกบทประพันธ์ดังกล่าวขึ้นเป็นบทกระทู้ ตั้งแต่ตอนเย็นจนจบ ท้าวสักกะใคร่จะทดลองบ่อกัดความรู้ของท่าน จึงบันดาลให้คัมภีร์นั้นหายไป ท่านได้แต่งขึ้นใหม่อีก ท้าวสักกะก็มาบันดาลให้หายไปอีก ท่านก็แต่งขึ้นอีก ท้าวสักกะทำให้ท่านต้องแต่งถึง ๓ ครั้ง แล้วจึงแสดงคัมภีร์ทั้งเก่าและใหม่ปรากฏว่าคัมภีร์ทั้ง ๓ จบนั้นไม่ผิดแปลกกันแม้แต่บทเดียว พระสังฆบาลเถระโปรดปรานท่านแล้วมอบคัมภีร์พระไตรปิฎกให้ เพื่อทำงานที่ได้มอบหมายมาให้สำเร็จ^{๑๒}

๒.๑.๒ มูลเหตุแห่งการแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค

การที่พระพุทโธสาจารย์ ได้แต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคขึ้นนั้น เพราะท่านได้รับอาราธนาจากคณะสงฆ์ฝ่ายมหาวีหาร หลังจากที่ท่านได้ศึกษาอรรถกถาทั้งหลายจบแล้ว จึงได้แสดงความสามารถให้

^{๑๐} พระนิคม ธรรมธโร (พงษ์สมุทร), “การศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องศีลในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์วิมุตติมรรค”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า ๑๕.

^{๑๑} พระปัญญาสามี, ศาสนวงค์หรือประวัติศาสตร์, แปลโดย ศาสตราจารย์ ร.ต.ท.แสง มนวิฑูร, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๐๖), หน้า ๔๒-๔๓.

^{๑๒} พระมหาสยาม ราชวัตร, “การศึกษาเปรียบเทียบไตรสิกขา คัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์วิมุตติมรรค”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓), หน้า ๔๕-๕๐.

เป็นที่รู้จักโดยการรจนาคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้ขึ้นมาเป็นปฐมฤกษ์^{๑๓} อีกประการหนึ่ง คณะสงฆ์แห่งสำนักมหาวิหารต้องการให้ท่านแปลและเรียบเรียงคัมภีร์อรรถกถาต่าง ๆ ที่เป็นภาษาสิงหลสู่ภาษามคธขึ้นมาใหม่ เดิมทีคณะสงฆ์นิคายมหาวิหารได้ใช้พระไตรปิฎกฉบับภาษาบาลีที่ได้รับการสังคายนามมาถึง ๓ ครั้ง ในอินเดีย และฉบับที่สังคายนาในโบสถ์ที่ศรีลังกา สมัยพระเจ้าวัญญुकามณี เป็นหลักสูตรการศึกษาโดยมิได้ให้ความสำคัญกับพระไตรปิฎกที่บันทึกด้วยภาษาสันสกฤตเหมือนนิกายอื่น ส่วนทางด้านคัมภีร์อธิบายพระไตรปิฎกที่เรียกว่าอรรถกถานั้น ก็ใช้อรรถกถาเก่าที่โบราณจารย์ท่านรจนาไว้ ก่อนพุทธศตวรรษที่ ๓ ดังจะเห็นว่า ในคัมภีร์อรรถกถาไม่ปรากฏว่า มีเรื่องของพระมหาเถระผู้ปฏิบัติในภายหลังกษัตริย์สมัยของพระเจ้าวสุท (พ.ศ. ๖๐๙-๖๕๓) ครั้นถึงยุคของพระพุทธโฆสจารย์ อรรถกถาเก่าเหล่านั้นก็ยังไม่ปรากฏอยู่ แต่อยู่ในรูปของภาษาสิงหล ซึ่งเป็นภาษาถิ่นของชาวเกาะพื้นเมือง จึงไม่สามารถแพร่หลายไปในแผ่นดินใหญ่ชมพูทวีปได้เลย ดังนั้น ทางคณะสงฆ์นิคายมหาวิหารจึงมีความเห็นว่า น่าจะมีการแปลเป็นภาษามคธ เพื่อเป็นการเผยแพร่อรรถกถากลับไปสู่แผ่นดินใหญ่อีกครั้ง ประจวบเหมาะกันในยุคนั้น ทางสำนักนิกายอภัยคีรีได้รับเอาพระไตรปิฎกประยุกต์ของนิกายธัมมรุจิเป็นต้น ซึ่งบันทึกไว้ด้วยภาษาสันสกฤต รวมทั้งของนิกายมหายานมาเป็นหลักสูตรในการศึกษา ทำให้ผู้คนสนใจแนวการศึกษาใหม่ของฝ่ายอภัยคีรีมากกว่าของฝ่ายมหาวิหารที่ยังยึดถือของเดิมอยู่ เป็นเหตุให้ทางฝ่ายอภัยคีรีสามารถเผยแพร่วาทะของตน ไปสู่อินเดียแผ่นดินใหญ่ได้อย่างรวดเร็ว ทำให้สถานการณ์ของฝ่ายมหาวิหารต้องตกเป็นรองในด้านการเผยแพร่อย่างมาก ด้วยเหตุนี้ ทางคณะสงฆ์ฝ่ายมหาวิหาร จึงเห็นว่าพระพุทธโฆสจารย์เป็นผู้มีความรู้ความสามารถสูง จึงพร้อมใจกันขอร้องให้ท่านแปลและเรียบเรียงอรรถกถาใหม่ขึ้นตั้งแต่บัดนั้นเป็นต้นมา นับได้ว่าท่านคือวีรบุรุษผู้ยิ่งใหญ่ที่มาช่วยกอบกู้สถานการณ์ที่กำลังเลวร้ายของฝ่ายนิกายมหาวิหารหรือเถรวาทในปัจจุบันนี้ได้ทันเวลา อาจกล่าวได้ว่า ถ้าไม่มีท่านแล้วเถรวาทอาจจะอันตรายไปแล้วก็ได้

รายละเอียดสาเหตุแห่งการแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้สามารถศึกษาได้จากคัมภีร์มหาวิงสะและหนังสือพุทธโฆสอุปัติซึ่งรจนาโดยมหามังคลเถระชาวพม่า ประมาณตอนต้นคริสต์ศตวรรษที่ ๑๕ ได้กล่าวถึงสาเหตุการแต่งไว้ในปริเฉทที่ ๖ ว่า หลังจากที่ได้อ่านเข้าเฝ้าพระเจ้าแผ่นดินแล้ว พระพุทธโฆสจารย์ได้มีโอกาสพบพระสังฆราชแห่งศรีลังกา วันหนึ่งพระสังฆราชได้สอนพระอภิธรรมแก่พระภิกษุกลุ่มหนึ่ง แต่ติดขัดไม่สามารถอธิบายความหมายบางตอนได้ เมื่อพระสังฆราชออกไปแล้วพระพุทธโฆสจารย์ได้เขียนคำอธิบายบนกระดาน วันรุ่งขึ้นพระสังฆราชมาเห็น จึงได้ชวนให้ท่านเป็นครูผู้สอนอภิธรรมแก่พระภิกษุในศรีลังกา ท่านได้ปฏิเสธ กล่าวว่าท่านมาเพื่อที่จะแปลพระวจนะของพระพุทธเจ้าออกเป็นบาลีพระสังฆราชจึงให้ท่านเขียนคำอธิบายคาถา ๒ บท ท่านก็เริ่มงานทันทีในตอนหัวค่ำเมื่อเสร็จก็เข้านอนท้าวสักกะได้มาขโมยงานของท่านไป เมื่อท่านตื่นขึ้นมาในช่วงกลางคืนไม่เห็นงาน ก็เขียนอีกครั้งอย่างรวดเร็ว โดยมีข้อความเหมือนของเดิมทุกประการ เสร็จแล้วก็เข้านอนท้าวสักกะก็มาขโมยอีก ท่านก็ต้องเขียนใหม่อีก เป็นดังนี้ถึง ๓ ครั้ง หนสุดท้ายท้าวสักกะได้นำต้นฉบับของ ๒ ครั้งแรกมาคืนด้วย วันรุ่งขึ้นท่านได้นำคัมภีร์ทั้ง ๓ ชุดไปให้พระสังฆราชดูพระสังฆราช

^{๑๓} มหามงกุฎราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕), หน้า คำนำ.

เปรียบเทียบคัมภีร์ทั้งหมดเห็นว่าตรงกัน ก็สรรเสริญในความสามารถของท่าน และได้มอบคัมภีร์อรรถกถา ให้ท่านแปลตั้งแต่นั้นขึ้น ชื่อเสียงของท่านก็ฟุ้งกระจายไปทั่วศรีลังกา^{๑๔}

จากที่กล่าวมาทั้งหมดจึงสามารถสรุปสาเหตุแห่งการแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้ดังนี้

๑. พระสังฆปาละหัวหน้าสงฆ์ฝ่ายมหาวิหารต้องการจะทดสอบความรู้ความสามารถของท่าน ก่อนที่จะให้แปลคัมภีร์อรรถกถาภาษาสิงหลเป็นภาษามคธ เมื่อท่านแต่งได้สำเร็จอย่างรวดเร็ว และแต่งได้ดียิ่งตั้งชื่อว่า “วิสุทธิมรรค” นำไปถวายพระสังฆปาละ เมื่อพระสังฆปาละเห็นความสามารถของท่านแล้ว จึงอนุญาตให้แปลอรรถกถาสิงหลกลับสู่ภาษามคธตามต้องการ

๒. คณะสงฆ์ฝ่ายมหาวิหารต้องการฟื้นฟูแนวการศึกษาของฝ่ายตน ให้เป็นที่นิยมในหมู่ประชาชนและเพื่อแข่งขันกับฝ่ายอภัยคีรีวิหาร จึงขอร้องให้พระพุทโธสาจารย์ซึ่งมีความรู้ความสามารถได้แต่งคัมภีร์อรรถกถาขึ้นใหม่

๓. ท่างานที่ได้มอบหมายจากอาจารย์ในการแปลพระคัมภีร์สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เนื่องจากพระพุทโธศาสนาในชมพูทวีปเสื่อมลงมาก แม้จะยังรักษาพระไตรปิฎกบาลีไว้ได้แต่คัมภีร์อธิบายที่จะใช้เป็นเครื่องมือช่วยในการศึกษามีอรรถกถา เป็นต้น ได้สูญสิ้นไป พระพุทโธสาจารย์ ได้รับคำแนะนำจากพระอุปัชฌาย์คือพระเวตเถระ ให้เดินทางไปศรีลังกาทวีปเพื่อแปลอรรถกถาจากภาษาสิงหลกลับเป็นภาษาบาลีแล้วนำมายังชมพูทวีป^{๑๕}

๒.๑.๓ โครงสร้างของคัมภีร์วิสุทธิมรรค

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแบ่งโครงสร้างของเนื้อหาออกเป็น ๒๓ บท เรียกว่า นิเทศ ดังนี้

นิเทศ ๑ สีสณินเทศ ว่าด้วยเรื่องศีล การรักษาศีลอันเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของการปฏิบัติธรรม
นิเทศ ๒ ธุดังคินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการทำเพ็ญธุดงค์วัตร บำบัดความมักมากให้เบาบาง และส่งเสริมศีลให้บริสุทธิ์ผุดผ่องได้เต็มที่ มีประสิทธิภาพพอที่จะรองรับสมถกัมมัฏฐานต่อไป

นิเทศ ๓ กัมมัฏฐานคณินิเทศ ว่าด้วยเรื่องบุพเพกิจเบื้องต้นก่อนลงมือเจริญสมถกัมมัฏฐานและวิธีเรียนกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการอย่างใดอย่างหนึ่งตามอัธยาศัย

นิเทศ ๔ ปฐวิกสิณินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญปฐวิกสิณกัมมัฏฐานโดยพิสดาร อันเป็นสมถกัมมัฏฐานประการแรก

นิเทศ ๕ เสสสิกสิณินิเทศ ว่าด้วยการเจริญกัมมัฏฐานที่เหลือ ๙ อย่าง มีอาโปกสิณ เป็นต้น

นิเทศ ๖ อสุภกัมมัฏฐานินิเทศ ว่าด้วยการเจริญอสุภกัมมัฏฐาน ๑๐ ประการ มีอุทุมตก อสุภเป็นต้น อันหมวดที่ ๒ รองจากกสิณ ๑๐

นิเทศ ๗ อนุสสติินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญอนุสสติกัมมัฏฐาน ๖ ประการ มีพุทธานุสสติ เป็นต้น มีเทวตานุสสติเป็นที่สุด

^{๑๔} สุภาพรรณ ณ บางช้าง, ประวัติวรรณคดีบาลีในอินเดียและลังกา, หน้า ๒๘๙-๒๙๐.

^{๑๕} พระนิคม ธรรมโร (พงษ์สมุทร), “การศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องศีลในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์วิมุตติมรรค”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, หน้า ๑๕.

นิเทศ ๘ เสถาสนุสสตินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญอนุสสติกัมมัฏฐานที่เหลืออีก ๔ ประการ มีมรรณานุสสติเป็นต้น (รวม ๒ บท มีอนุสสติ ๑๐ ประการ)

นิเทศ ๙ พรหมวิหารนิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญพรหมวิหารกัมมัฏฐาน ๔ ประการ มีเมตตากรรมมัฏฐานเป็นต้น

นิเทศ ๑๐ อารูปปนิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญอารูปกัมมัฏฐาน ๔ ประการ มี

อากาศาณัญจายตนกัมมัฏฐานเป็นต้น

นิเทศ ๑๑ สมาธินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญปฏิกุศลสัญญากรรมมัฏฐานกับธาตุวรรตถานกัมมัฏฐาน อันเป็นกัมมัฏฐานหมวดสุดท้ายของกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการ

นิเทศ ๑๒ อิทธิวีนินเทศ ว่าด้วยเรื่องของการแสดงอิทธิฤทธิ์ต่าง ๆ ๑๐ ประการ มีอิच्छิฐานอิทธิเป็นต้น ซึ่งสามารถอิच्छิฐานให้เป็นไปได้ต่าง ๆ อันเป็นผลสำเร็จจากสมถกัมมัฏฐานที่เจริญไว้สำเร็จแล้ว

นิเทศ ๑๓ อภิญญานิเทศ ว่าด้วยเรื่องอภิญญา ๖ ประการ มีทิพย์โสต ทูทิพย์สามารถฟังเสียงพิเศษได้เป็นต้น อันเป็นผลสำเร็จจากสมถกัมมัฏฐานที่เจริญไว้สำเร็จแล้ว

นิเทศ ๑๔ ชั้นธนิเทศ ว่าด้วยเรื่องชั้น ๕ อันเป็นภูมิหรืออารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐานหมวดแรก

นิเทศ ๑๕ आयตนาตุนิเทศ ว่าด้วยเรื่องอายตนะ ๑๒ และธาตุ ๑๘ อันเป็นภูมิหรืออารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐานหมวดที่ ๒ และที่ ๓ ตามลำดับ

นิเทศ ๑๖ อินทริยสังจนิเทศ ว่าด้วยเรื่องอินทริย ๒๒ และอริยสังจ ๔ อันเป็นภูมิหรืออารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน หมวดที่ ๔ และที่ ๕ ตามลำดับ

นิเทศ ๑๗ ปัญญาภูมินิเทศ ว่าด้วยเรื่องปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ประการ อันเป็นภูมิหรืออารมณ์ของวิปัสสนากัมมัฏฐาน หมวดสุดท้าย

นิเทศ ๑๘ ทิฏฐิวีสุทธินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานถึงขั้นทิฏฐิวีสุทธิ คือแรกได้เป็นสภาวะธรรมด้วยภาวณาปัญญา ได้แก่ เห็นรูปเห็นนามตามเป็นจริง อันเป็นการก้าวสู่วิปัสสนาขั้นต้น

นิเทศ ๑๙ กังขาวิตรณวิสุทธินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถึงสิ้นความสงสัยในสภาวะธรรม คือ รูปนามอันเป็นอารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐาน เพราะได้เห็นรูปนามพร้อมทั้งเหตุปัจจัยด้วยภาวณาปัญญา

นิเทศ ๒๐ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานถึงขั้นข้ามพ้นอุปกิเลสของวิปัสสนา ซึ่งขาดด้วยภาวณาปัญหานี้ คือ ทางไปนิพพานอันไม่ใช่

นิเทศ ๒๑ ปฏิทาญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญวิปัสสนากรรม ฐานถึงขั้นดำเนินไปตามวิธีของวิปัสสนาทั้ง ๘ ตั้งแต่อุท্থัพยานอย่างแก่จนถึงอนุโลมญาณโดยลำดับ

นิเทศ ๒๒ ญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ ว่าด้วยเรื่องการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานถึงขั้นได้บรรลุอริยมรรคญาณทั้ง ๔ มีโสดาปัตติมรรคเป็นต้น อันเป็นการชี้ทางไปสู่พระนิพพานประการสุดท้าย

นิเทศ ๒๓ ปัญญาภาวณานิสังสนิเทศ ว่าด้วยเรื่องอานิสงส์ของภาวณาปัญญาอันเป็นผลของการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติถึงขั้นนี้แล้วจะได้ผลในปัจจุบัน

จากโครงสร้างของคัมภีร์วิสุทธิมรรคดังกล่าว จะเห็นว่า พระพุทธโฆสจารย์ ได้ประมวล เนื้อความจากพระไตรปิฎกซึ่งบรรจุข้อความถึง ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ มาเรียบเรียงเป็นคัมภีร์วิสุทธิมรรคคัมภีร์เดียวใน ๒๓ นิเทศ กล่าวคือ ประมวลพระวินัยปิฎก ซึ่งบรรจุข้อความถึง ๒๑,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ไว้เป็นหมวดศีลซึ่งอยู่ใน ๒ นิเทศ คือศีลนิตยคัมภีร์คณิกนิเทศ ประมวลพระสุตตันตปิฎก ซึ่งบรรจุข้อความถึง ๒๑,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ไว้เป็นหมวดสมาธิ ซึ่งอยู่ใน ๑๑ นิเทศ คือนิเทศที่ ๓-๑๓ ประมวลพระอภิธรรมปิฎก ซึ่งบรรจุข้อความถึง ๔๒,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ไว้เป็นหมวดปัญญา ซึ่งอยู่ใน ๑๐ นิเทศ คือ นิเทศที่ ๑๔-๒๓

๒.๑.๔ ลักษณะการแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค

พระสังฆรักขิตมหาสามี ผู้แต่งคัมภีร์สุโฆธาลังการ ได้จำแนกลักษณะการแต่งวรรณคดีบาลีไว้ ๓ ประการ ปรากฏในคาถาที่ ๘ ปริจเฉทที่ ๑ ว่า “ศัพทคำอรรถความที่กลมกลืนกัน ปราศจากโทษ ชื่อว่าพันธะการประพันธ์ การแต่งเรื่อง การผูกเรื่อง พันธะนี้มี ๓ ประเภท คือปชชะ คัชชะ และ วิมิสสะ”^{๑๖}

๑. ปชชะ หรือ คาถาร้อยกรอง ซึ่งเป็นรูปลักษณะของการประพันธ์แบบบาลี (อินเดีย) รูปแบบคำประพันธ์นั้นเรียกว่า ฉันทลักษณะ หรือ ตำราฉันท คัมภีร์ที่มีชื่อเสียง คือ คัมภีร์รุตโตทัย หรือรุตโตทัยปกรณ์ของพระสังฆรักขิต มหาสามีชาวศรีลังกา และคัมภีร์ฉันทโหมฏฐรีของพระวิสุทธิจารย์ชาวพม่า

๒. คัชชะ หรือ ร้อยแก้ว คัชชะแปลว่า คำพูด คำอธิบาย (Prose) เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า “จุนณียบท” แปลว่า ข้อความโดยละเอียด ดังนั้น คัชชะ จึงหมายถึงงานเขียนที่มีแบบวิธีเขียนแสดง ภูมิรู้ภูมิธรรมอย่างงดงาม ประณีตบรรจง และพิถีพิถันในเรื่องกฎเกณฑ์ทางไวยากรณ์ วิธีเขียนแบบคัชชะ แม้กำหนดคำ(ศัพท์) และความ (อรรถ) เป็นเรื่องสำคัญ แต่การจะกล่าวได้ว่าแบบวิธีเขียนคงเป็นการพูดที่เกินจริง แบบวิธีเขียนเหล่านี้ แม้ไม่มีแบบกำหนดตายตัวก็ตาม แต่มีหลักการใหญ่ๆ ที่ควรศึกษา ๓ เรื่อง คือไวยากรณ์ โวหาร และ สัญลักษณ์ว่าให้ถึงที่สุดแล้ว แบบวิธีเขียนอย่างคัชชะก็คือ การลำดับความของเรื่อง ความง่ายในการใช้ภาษา การใช้โวหารอุปมาอุปมัย และความละเอียดลออในเชิงพรรณานั่นเอง

๓. วิมิสสะ หรือ ทั้งสองอย่างผสมกัน วิมิสสะ แปลว่า เจือปน คละกัน ผสมกัน จึงเป็นแบบวิธีเขียนวรรณคดีบาลีอย่างหนึ่ง ที่ท่านนำรูปแบบแห่งปชชะ ร้อยกรอง และคัชชะ ร้อยแก้วมาเขียนเรื่องราวเดียวกัน เช่น พระสูตรทั้งหลายที่มีคาถา (ปชชะ) ในสคาถาวรรค สังยุตตนิกายอรรถกถา ธรรมบท งานเขียนของพระพุทธโฆสจารย์ เป็นต้น วิธีเขียนดังกล่าวนี้ จัดว่าเป็นการเสนอทางเลือกการใช้คำ (ศัพท์) ให้ตรงกับความ (อรรถ) หรือ อารมณ์ของผู้ประพันธ์เป็นความสัมพันธ์ระหว่าง

^{๑๖} พระมหาสังฆรักขิต มหาสามี, คัมภีร์สุโฆธาลังการวิปเล่ม ๓, แปลโดย แยม ประพัฒน์ทอง, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๔), หน้า ๓.

“รูปแบบ” และ “เนื้อหา” สำหรับวัดฝีมือของผู้ประพันธ์แต่ละคน ว่ามีความสันทัด จัดรูปแบบและเนื้อหาลงตัว ได้งดงามเพียงใด^{๑๗}

ลักษณะการรจนาคัมภีร์วิสุทธิมรรคของพระพุทโธสาจารย์ ใช้แบบวิมลสละ คือ ผสมผสานทั้งร้อยแก้วและร้อยกรองในการอธิบายเนื้อหาวิสุทธิมรรค และได้นำเสนอรูปแบบการเขียนคัมภีร์ตามแบบอย่างอรรถกถา แต่คัมภีร์นี้จะแตกต่างจากการเขียนแบบอรรถกถาตรงที่คัมภีร์อรรถกถาทั่วไปจะอธิบายเฉพาะปัญหาเดียวเท่านั้น ส่วนคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้ได้อธิบายรวมทั้ง ๓ ปัญหา ให้อยู่ในเล่มเดียวกัน จึงถูกจัดอยู่ในประเภทปกรณ์วิเสส อันเป็นคัมภีร์ประเภทอธิบายความทั้ง ๓ ปัญหา สำหรับการนำเสนอคัมภีร์วิสุทธิมรรคซึ่งใช้รูปแบบการเขียนตามแบบอย่างอรรถกถานี้มีลักษณะที่สำคัญดังนี้

๑. ปณามพจน์ หมายถึง การบูชาบน้อมพระรัตนตรัยอันเป็นหลักทั่วไปของการเขียนคัมภีร์ เพื่อแสดงความเคารพบน้อมสิ่งอันสูงสุดในพุทธศาสนา คือพระรัตนตรัย ด้วยคำว่า “นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมมาสมพุทฺธสฺส”

๒. อุเทศคาถา หรือนิทานคาถา หมายถึง การยกเอาคาถาบทหนึ่งที่มาในสังยุตตนิกายสคาถวรรคเป็นมาติกาหรือกระทู้หรือบทตั้งในการอธิบายความวิสุทธิมรรค ใจความคาถาว่า “นรชนผู้มีปัญญา เห็นภัยในสังสารวัฏ ดำรงอยู่ในศีลแล้ว เจริญจิต และปัญญา มีความเพียร มีปัญญาเครื่องบริหารนั้น พึงถางชฎี คือความยุ่งนี้ได้”^{๑๘}

คาถาที่ท่านยกขึ้นเป็นบทตั้งนี้ มีเนื้อหาทั้งศีล สมาธิและปัญญา ต้องยอมรับว่าท่านเลือกคาถาได้เหมาะสม มีทั้งความไพเราะ และเนื้อหาสาระอยู่ด้วยในตัว จัดเป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อไปสู่ความหลุดพ้นจากความทุกข์เข้าสู่พระนิพพานเป็นคาถาชักจูงใจผู้ที่อ่านแล้วได้พบวิธีปฏิบัติและเป้าหมายแห่งการปฏิบัติในคาถานี้เป็นการบ่งบอกว่า ไม่ให้ประมาท เพราะการเวียนว่ายตายเกิดเป็นทุกข์อย่างยิ่ง ให้ดำรงอยู่ในศีล เมื่อศีลบริสุทธิ์ สมาธิย่อมจะบังเกิดขึ้นโดยฉับพลัน โดยอาศัยปัญญาพิจารณาอย่างแยบคาย หรือโยนิโสมนสิการนั่นเอง ก็จะหลุดพ้นออกไปจากทุกข์ได้โดยฉับพลัน

หลังจากนั้น ท่านก็กล่าวสถานที่มาแห่งพระคาถานี้ว่า มีเทพบุตรองค์หนึ่งเข้าไปเฝ้า พระผู้มีพระภาคเจ้า ซึ่งกำลังประทับอยู่ ณ กรุงสาวัตถี ในเวลากลางคืน ทูลถามปัญหาเพื่อถอนความสงสัยของตนว่า “ประชาสัตว์ รกชฎีทั้งภายในรกชฎีทั้งภายนอก รุ่งรังไปด้วยรกชฎี ข้าแต่พระโคดม เพราะเหตุนั้น ข้าพระองค์จึงขอรบกวนทูลถามพระพุทโธองค์ ใครจะพึงถางรกชฎีอันนี้เสียได้”^{๑๙}

สมเด็จพระผู้มีพระเจ้า ผู้ทรงทศพลญาณอันหาประมาณมิได้ ได้ตรัสพยากรณ์ของพวกเทวดาเหล่านั้นด้วยคาถาดังที่พระพุทโธสาจารย์ยกเป็นอุเทศเบื้องต้น จากนั้น ก็อธิบายศัพท์และไขความในคาถาที่ยกขึ้นมา และเชิญชวนให้หมู่ชนตั้งใจศึกษาวิสุทธิมรรคที่ท่านจะอธิบายต่อไป เพื่อจะได้เข้าถึงทางวิสุทธิคือพระนิพพาน แล้วสรุปตอนท้ายว่าคาถาที่ยกมากล่าวนี้ เป็นอันประกาศคุณ ๙

^{๑๗} จำเนียร แก้วกู่, **หลักวรรณคดีบาฬีวิจารณ์**, (กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๑), หน้า ๒๕-๒๗.

^{๑๘} วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๑/๑.

^{๑๙} วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๑/๑.

อย่าง^{๒๐} คือ (๑) สิกขา ๓ (๒) ความงาม ๓ (๓) อุปัสยแห่งคุณวิเศษมีความเป็นผู้ได้วิชา ๓ เป็นต้น (๔) การเว้นทางสุดโต่ง ๒ อย่างและการปฏิบัติตามทางสายกลาง (๕) อุบายเป็นเครื่องล่องพ้นจากคติมือบาย เป็นต้น (๖) การละกิเลสด้วยอาการ ๓ (๗) ธรรมอันเป็นปฏิปักษ์ต่อโทษมีวิตกกัมมะ เป็นต้น (๘) การชำระสังกิเลส ๓ (๙) เหตุแห่งความเป็นพระอริยบุคคลมีพระโสดาบัน เป็นต้น^{๒๑}

๓. เนื้อหา หมายถึง การประมวลธรรมทั้งหมดในพระไตรปิฎกอัน ได้แก่ พระวินัยปิฎก พระสุตตันตปิฎก และพระอภิธรรมปิฎก มาเรียบเรียงใหม่ แบ่งเป็น ๓ ภาค ใหญ่ๆ ถู้อแนวแห่งวิสุทธิ ๗ ประการเป็นหลัก โดยขยายสืลเป็นหลัก วิสุทธิเป็นนิเทศหนึ่งต่างหาก เรียกว่าสืลนิเทศ แยกจิตตวิสุทธิ ออกเป็นอีกนิเทศหนึ่ง เรียกว่าสมาธินิเทศ และแยกปัญญาวิสุทธิทั้ง ๕ มีทิวฐิวิสุทธิ เป็นต้น ออกเป็นอีกนิเทศหนึ่ง เรียกว่าปัญญาเนเทศรวม ๓ ภาค มี ๒๓ นิเทศ^{๒๒} การอธิบายขยายความส่วนเนื้อหานี้ได้ใช้วิธีการแต่งอธิบายอรรถกถานั้นเอง

๔. นิคมคคาถา หมายถึง บทส่งท้ายของคัมภีร์ซึ่งว่าด้วยสรูปประวัติผู้แต่ง กล่าวคำอธิฐานให้พระศาสนาเจริญรุ่งเรือง และกล่าวให้พรแก่หมู่สัตว์ ในวิสุทธิมรรคนี้ ท่านก็ใช้นิคมคคาถาเช่นกัน เมื่อท่านอธิบายความแห่งคคาถาครบถ้วนสมบูรณ์ก็เสนอบทนิคมคคาถา ได้กล่าวถึงคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า ท่านได้อธิบายความทางแห่งวิสุทธิสมบุรณ์ครบถ้วนแล้ว การเข้าถึงวิสุทธิอันหมายถึง พระนิพพาน เป็นสิ่งที่ลึกซึ้งผู้ปฏิบัติจึงมีความเพียรพยายามตั้งใจศึกษาปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงความบริสุทธิ์ ตามที่ท่านได้พรรณนาไว้ และท่านได้อุทิศบุญกุศลแห่งการแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้ ให้แก่สรรพสัตว์ทั้งหลายโดยทั่วกันว่า

กองบุญอันใด ที่ข้าพเจ้าผู้หวังความตั้งอยู่แห่งพระสัทธรรมได้รับนิมนต์ของท่านพระคุณเจ้าสังฆปาละ ผู้เกิดในวงศ์ภิกษุคณะมหาวิหาร ซึ่งเป็นฝ่ายเถรวาท มีชื่อเสียง เป็นวิภวาทที่ประเสริฐที่สุด เป็นพระมหาเถระผู้รุ่งเรืองมีความประพฤติสะอาด เป็นสัลলেখะ กรอบด้วยวินัยและอาจารย์ ประกอบ (ความเพียร) ในการปฏิบัติ มีใจประดับด้วยคุณมีขันตีโสรจจะและเมตตาเป็นอาทิแล้ว แลทำปกรณวิสุทธิมรรคนี้ขึ้น ได้รับแล้วด้วยเดชแห่งกองบุญนั้น ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงจงถึงซึ่งความสุขเถิด ปกรณวิสุทธิมรรคนี้แล จบลงโดยพระบาลี ๕๘ ภาณวาร เว้นเสียซึ่งอันตรรายในที่นี้ฉันใด ขอมโนรถทั้งหลาย ที่ถึงความดีงามทุกอย่างของสัตว์โลกจงปลอดอันตรราย สำเร็จโดยเร็วพลันฉันนั้นเหมือนกันเทอญ^{๒๓}

^{๒๐} วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๕/๔.

^{๒๑} มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๑, หน้า ๑๒.

^{๒๒} มาลี อาณากุล, “การศึกษาเปรียบเทียบกัมมัฏฐานในคัมภีร์พระอภิธรรมมัตถะสังคหะ กับคัมภีร์วิสุทธิมรรคและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานของสำนักวิปัสสนาอันน้อยกับวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์”, **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙), หน้า ๑๔๔.

^{๒๓} พระพุทธโฆสจารย์, **วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอนจบ**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔), หน้า ๓๐๔-๓๐๕.

๒.๑.๕ วิธีการนำเสนอเนื้อหาของคัมภีร์วิสุทธิมรรค

การแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคท่านใช้คาถาเดียวเท่านั้น มาเป็นมาติกา หรือเป็นบทตั้งในการแสดงอธิบายหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาทั้ง ๓ ปิฎก ต้องยอมรับว่าท่านเป็นพระอรธกถาจารย์ที่อัจฉริยะอย่างยิ่ง สามารถอธิบายพระไตรปิฎกด้วยการอธิบายคาถาเพียงคาถาเดียวเท่านั้น ให้สามารถเข้าใจพระพุทธศาสนาได้ในเวลาอันรวดเร็ว เข้าใจภาพรวมของพระพุทธศาสนา เหมาะอย่างยิ่งสำหรับผู้ต้องการศึกษาพระพุทธศาสนาในระยะเวลาที่จำกัด^{๒๔}

การแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค มีลักษณะการแต่งที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะ ซึ่งผู้วิจัยจะได้นำเสนอ ดังนี้

๑. แต่งแบบเทศนาโวหาร คือมีการอธิบายไปเรื่อย ๆ ในเรื่องของศีล เริ่มต้นก็กล่าวถึงการนำบาปมาเป็นมาติกาบทตั้งแล้วก็อธิบายบาปเฉพาะศีลไปเรื่อย ๆ พบบาลีศัพท์ไหนตอนไหน ก็นำมาอธิบายไปเรื่อยๆ

๒. การถามตอบแบบต่อเนื่อง ในศีลนิเทศ แห่งวิสุทธิมรรคนี้ แม้จะมีคำว่าปุจฉา และวิสัชนา หมายถึงคำถาม และคำตอบอยู่ในมาติกาอยู่บ้าง แต่ก็ไม่ได้เน้นถึงการถามและคำตอบอย่างชัดเจนทันทีเช่นว่า ในปัญหาปุจฉานั้น มีวาระพระบาลีรจนาวัวถามว่า “กิ สิล” อะไรเรียกว่าศีล คำเรียกว่าศีลนั้นด้วยอรรถอะไร อะไรเป็นลักษณะเป็นกิจเป็นผล เป็นอาสันนเหตุแห่งศีลนั้น ศีลมีอะไรเป็นอนิสงส์ ศีลมีกี่ประการ อะไรเป็นการเศร้าหมองของศีลนั้น อะไรเป็นความบริสุทธิ์ของศีล

เมื่อพระพุทธโฆษาจารย์ กล่าวปัญหาปุจฉานั้นแล้ว จึงกล่าวคำวิสัชนาในปัญหานั้นโดยวาระพระบาลีตั้งบทปุจฉาขึ้นไว้ทีละบทๆ แล้วก็กล่าวคำวิสัชนาไปทีละข้อๆ ในปุจฉาถามว่าอะไรชื่อว่าศีล และวิสัชนาต่อไป จะเห็นว่า กว่าจะตอบได้นั้นมีการตั้งคำถามที่ค่อนข้างจะเข้าใจยาก เมื่อมาถึงคำตอบก็ยิ่งเป็นการตอบที่เป็นการอธิบายเรื่อยๆ ไม่กะทัดรัด ซึ่งทำให้เข้าใจยากกว่าการตอบจะจบลง จึงไม่รู้ว่าคุณตอบเรื่องนี้ว่าอย่างไร ต้องนำข้อความต่างๆ มาสรุปอีกครึ่งหนึ่งว่ามีความหมายว่าอย่างไร

๓. แต่งไปตามลำดับของเนื้อหา ลำดับของเนื้อหาที่แต่งในวิสุทธิมรรคนี้ จะเน้นมาติกา คือหัวข้อและยกบาลีมาอธิบาย

๔. อธิบายคำที่ยังไม่ชัดเจนให้ชัดเจน คือเมื่อมีการยกบาลีมาติกาอธิบายจบความแล้ว เนื้อความจะยากหรือง่าย ชัดเจนหรือไม่ชัดเจนประการใด การอธิบายนั้นเป็นอันจบความไม่ได้อธิบายคำที่เพิ่มเติมมาใหม่ให้ชัดเจน เช่นว่า “ยเว สิลลล มล” อุทธารามหานที กล่าวคือ บริสุทธิ์ศีลสังวรนี้แล สามารถอาจชำระราคามลทิลโทษอันหม่นหมองดวงอยู่ในจิตสันดานแห่งสัตว์ทั้งหลายในโลกให้บริสุทธิ์ได้^{๒๕}

^{๒๔} พระมหาสยาม ราชวัตร, “การศึกษาเปรียบเทียบไตรสิกขาคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์วิมุตติมรรค”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, หน้า ๕๗-๖๒.

^{๒๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๗.

จากตัวอย่างนี้ เมื่ออธิบายบาลีเสร็จแล้วก็เป็นอันจบ ไม่ได้อธิบายคำที่ใหม่ อย่างเช่นคำ ว่า ต้องมีลักษณะอย่างไร อันสันดานของสัตว์โดยปกติเป็นอย่างไร อันสันดานเช่นใดที่ราคะมลทินโทษ จะคงอยู่ได้ อย่างนี้เป็นต้น ยังอธิบายคำยังไม่ชัดเจน ครอบคลุมทุกศัพท์

๕. ยกตัวอย่างประกอบให้ชัดเจน การยกตัวอย่างหรือข้อความอื่นมาประกอบเพื่อให้เรื่องที่ กำลังพูดนั้นจะได้มีน้ำหนักและชัดเจนยิ่งขึ้น มีการยกตัวอย่างเกือบจะทุกมาติกา แต่ก็นำมาแสดงมาก เกิน ทำให้ข้อความยากและไม่ชัดเจน

๖. เหมาะสมกับบุคคลระดับผู้มีความรู้ดีวิสุทธิมรรค เป็นการแต่งเพื่อผู้มีความรู้ในเรื่องคำ สอนทางพระพุทธศาสนาเป็นอย่างดี เพราะเป็นการแต่งที่ค่อนข้างเข้าใจยาก มีบาลีมากเกินความ จำเป็น เป็นภาษาที่อ่านแล้วเข้าใจได้ยากยิ่ง

๗. ภาษาที่นำเสนอการแต่งวิสุทธิมรรค มีการใช้ภาษาที่เป็นสำนวนโบราณมีความเข้าใจ ยาก มีการนำภาษาบาลีมากกล่าวมากเกินความจำเป็นแต่การยกบาลีมาอ้างอิง อาจจะเรียกว่าเป็น ลักษณะเด่นที่สุดของการแต่งวิสุทธิมรรค เพราะบาลีจะเป็นบทมาติกาตั้งไว้ก่อนแล้วจึงจะอธิบาย ความหมายของบาลีนั้นไปทุกตัว เมื่ออธิบายเสร็จแล้ว เนื้อความจะชัดหรือไม่อย่างไรก็เป็นอันจบ ข้อความนั้นๆ หรือยกบาลีมา ๖-๗ บรรทัด ก็อธิบายบาลีนั้นๆ ศัพท์ทุกๆ ตัวอักษร ซึ่งทำให้ยากต่อ ความเข้าใจ

สรุป การแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นการแต่งแบบเทศนาโวหาร และแต่งไปตามลำดับของ เนื้อหา คือมาติกา โดยอธิบายคำที่ยังไม่ชัดเจนให้ชัดเจนด้วยวิธีการถามตอบพร้อมทั้งยกตัวอย่าง ประกอบคำ อธิบาย และนำ เสนอด้วยภาษาที่เป็นเอกลักษณ์ของพระพุทธศาสนาคือภาษาบาลี ที่ เหมาะสมกับบุคคลที่มีความรู้ดี

๒.๒ วิธีการสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

อนุสสติกัมมัฏฐานเป็นหนึ่งในกัมมัฏฐาน ๔๐ กอง ที่มีเนื้อความปรากฏทั้งในพระไตรปิฎก และคัมภีร์พระพุทธศาสนาอื่นๆ โดยเฉพาะคัมภีร์วิสุทธิมรรคที่ได้อธิบายไว้โดยละเอียด เป็นอุบายใน การเจริญกัมมัฏฐานในส่วนของสมถกัมมัฏฐาน ซึ่งมีรายละเอียดตามคัมภีร์วิสุทธิมรรค ซึ่งผู้วิจัยได้ จัดทำเนื้อหาให้ตรงกับที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค อาจจะทำให้เนื้อหาที่มีความแตกต่างไม่สอดคล้อง กับพระไตรปิฎก

๒.๒.๑ ธรรมชาติของสมาธิ

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้ให้ความหมายของไว้ว่า สมาธิ คือ ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันเดียวฝ่าย กุศล เพราะมีความตั้งมั่น ได้แก่ ความตั้งอยู่หรือความดำรงอยู่ของจิตและเจตสิกทั้งหลายในอารมณ์ อันเดียวอย่างสม่ำเสมอ และโดยถูกต้อง ไม่ฟุ้งซ่านและไม่ส่ายไปในอารมณ์อื่น ด้วยอำนาจแห่ง ธรรมชาตินี้ คือ ความตั้งมั่น ลักษณะของสมาธินั้นมีความไม่ฟุ้งซ่านเป็นลักษณะ มีการกำจัดเสียซึ่ง ความฟุ้งซ่านเป็นรส ไม่มีความหวั่นไหวให้ปรากฏ มีความสุขเป็นปทัฏฐาน มีพระบาลีรับรองว่า สุจิโน จิตตํ สมาธิยตี จิตของบุคคลผู้มีความสุขย่อมตั้งมั่น ฉะนี้^{๒๖}

^{๒๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๘/๑๓๔.

๒.๒.๑.๑ ประเภทของสมาธิ

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้แบ่งประเภทของสมาธิไว้หลายประเภท ดังนี้

๑. สมาธิมีอย่างเดียว คือ มีลักษณะไม่ฟุ้งซ่าน เป็นประการแรก โดยในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้อธิบายสมาธิอย่างเดียวเพียงเท่านั้น เพราะมีความกระจำงแจ้งในเนื้อหาอยู่แล้ว^{๒๗}

๒. สมาธิ ๒ อย่าง

ในสมาธิที่มีส่วน ๒ อย่าง แบ่งออกเป็น ๔ หมวดดังนี้^{๒๘}

หมวดที่ ๑ แยกออกเป็น อุปลารสมาธิ ๑ อัปนาสมาธิ ๑ อรรถกถาได้อธิบายว่า ภาวะที่จิตเป็นเอกัคคตา^{๒๙} ที่โยคีบุคคลได้มาด้วยอำนาจกัมมัญฐาน ๑๐ ได้แก่ อนุสสติ ๖ (พุทธานุสสติถึงเวทธานุสสติ) มรณสติ ๑ อุปสมานุสสติ ๑ อาหารเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตวัตถาน ๑ น้อย่างหนึ่ง กับเอกัคคตาในบุพภาคเบื้องต้นแห่งอัปนาสมาธิทั้งหลายซึ่งเรียกว่า อุปลารสมาธิ ส่วนเอกัคคตาถัดไปแต่ปริกรรมภาวนา เอกัคคตาชนิดนี้ เรียกว่า อัปนาสมาธิ เพราะมีพระบาลีรับรองว่า ปริกรรมภาวนาแห่งปฐมฌาน ย่อมเป็นปัจจัยแก่ปฐมฌานโดยอนันตรปัจจัย ฉะนี้

หมวดที่ ๒ แยกออกเป็น โลกียสมาธิ ๑ โลกุตตรสมาธิ ๑ อรรถกถาได้อธิบายว่า เอกัคคตาที่ประกอบด้วยกุศลจิต ในภูมิ ๓ คือ กามภูมิ รูปภูมิ และอรุปปภูมิ เรียกว่า โลกียสมาธิ เอกัคคตาที่ประกอบด้วย อริยมัคคจิต เรียกว่า โลกุตตรสมาธิ

หมวดที่ ๓ แยกเป็น สปัตติกสมาธิ ๑ นิปปตติกสมาธิ ๑ อรรถกถาได้อธิบายไว้ว่า เอกัคคตาในฌาน ๒ ข้างต้นในจตุกนัย และในฌาน ๓ ข้างต้นในปัญจกนัย เรียกว่า สปัตติกสมาธิ คือสมาธิที่ประกอบด้วยปีติ เอกัคคตาในฌาน ๒ ที่เหลือข้างปลาย เรียกว่า นิปปตติกสมาธิ คือสมาธิที่ปราศจากปีติ ส่วนอุปลารสมาธิที่ประกอบด้วยปีติก็มี ที่ปราศจากปีติก็มี

หมวดที่ ๔ แยกเป็น สุขสหคตสมาธิ ๑ อุเปกขาสหคตสมาธิ ๑ อรรถกถาได้อธิบายไว้ว่า เอกัคคตาในฌาน ๓ ข้างต้นในจตุกนัยและในฌาน ๔ ข้างต้นในปัญจกนัย เรียกว่า สุขสหคตสมาธิ คือสมาธิที่ประกอบด้วยสุขเวทนา เอกัคคตาในฌานที่เหลือข้างปลาย เรียกว่า อุเปกขาสหคตสมาธิ คือสมาธิที่ประกอบด้วยอุเบกขาเวทนา ส่วนอุปลารสมาธิที่ประกอบด้วยสุขเวทนามี ที่ประกอบด้วยอุเบกขาเวทนามี

๓. สมาธิ ๓ อย่าง

ในสมาธิที่มีส่วน ๓ อย่าง แบ่งออกเป็น ๔ หมวดดังนี้^{๓๐}

หมวดที่ ๑ แยกเป็น หีนสมาธิ ๑ มัชฌิมสมาธิ ๑ ปณีสสมาธิ ๑ อรรถกถาได้อธิบายว่าสมาธิที่พอได้บรรลุ ยังไม่ได้ส่องแสงให้หนัก ยังไม่ได้ทำให้มากๆ เรียกว่า หีนสมาธิ คือสมาธิขั้นต่ำ

^{๒๗} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๓๖.

^{๒๘} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๓๖-๑๓๗.

^{๒๙} คำว่า เอกัคคตา ตามรูปศัพท์แปลว่า ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันเดียว โดยความหมาย ได้แก่ เอกัคคตาเจตสิกในอัญญสมานาเจตสิก ๑๓ ดวง ซึ่งโดยปกติย่อมเข้าประกอบกับจิตทุกดวง แต่มีกำลังอ่อน ในที่นี้มีกำลังกล้าสามารถจะทำให้บุุตรธรรมตั้งอยู่ในอารมณ์เดียวได้นานๆ ซึ่งจัดเป็นองค์ฌานองค์หนึ่ง

^{๓๐} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๓๗-๑๓๙.

สมาธิที่ทำให้เกิดขึ้นยังไม่ได้ที่ คือ ยังไม่ได้ทำให้ถึงความคล่องแคล่วเป็นอย่างดี เรียกว่า มัชฌิมสมาธิ คือ สมาธิขั้นกลาง สมาธิที่ทำให้เกิดขึ้นได้ที่ดีแล้ว คือถึงความเป็นวสันตมีความสามารถคล่องแคล่ว เรียกว่า ปณิตสมาธิ คือ สมาธิขั้นประณีต

หีนสมาธิเป็นไปด้วยความปรารถนาผลบุญอันโอฬาร มัชฌิมสมาธิเป็นไปด้วยจะทำให้สำเร็จภิญญาโลกีย์ และปณิตสมาธิ เพราะท่านผู้ดำรงอยู่ในอริยภาพให้เป็นไปด้วยปรารถนาความสงบจิต อีกนัยหนึ่งที่ว่า หีนสมาธิ เพราะให้เป็นไปเพื่อประโยชน์ส่วนตนด้วยต้องการภวสมบัติ ที่ชื่อว่า ปัชฌิมสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยอหยาศัยที่ไม่โลภอย่างเดียว ที่ชื่อว่า ปณิตสมาธิ เพราะให้เป็นไปเพื่อประโยชน์คนอื่น อีกนัยหนึ่งที่ว่า หีนสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยมีอหยาศัยติดอยู่ในวัฏฏะ ที่ชื่อว่า ปัชฌิมสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยอหยาศัยชอบความสงบ ที่ชื่อว่า ปณิตสมาธิ เพราะให้เป็นไปด้วยอหยาศัยใครปราศจากวัฏฏะด้วยต้องการให้บรรลุถึงโลกุตตรธรรม

หมวดที่ ๒ สมาธิ ๓ อย่าง แยกเป็น สวิตักกสมาธิ ๑ อวิตักกสมาธิ ๑ อวิตักกสมาธิ ๑ อรรถกถาอธิบายว่า สมาธิในปฐมฌานรวมทั้งอุปาจารสมาธิ เรียกว่า สวิตักกสมาธิ คือสมาธิที่มีวิตกทั้งวิจารณ์ สมาธิในทุติยฌานในปัญจกนัย เรียกว่า อวิตักกสมาธิ คือสมาธิไม่มีวิตกมีแต่วิจารณ์ อธิบายว่า โยคีบุคคลใดเห็นโทษแต่ในวิตกอย่างเดียวไม่เห็นโทษในวิจารณ์จึงปรารถนาที่จะละวิตกอย่างเดียว ผ่านพ้นปฐมฌานไป โยคีผู้นั้นย่อมได้สมาธิที่ไม่มีวิตกมีแต่วิจารณ์

ชื่อว่า อวิตักกสมาธินั้น หมายถึงสมาธิที่กล่าวนี้ เอกัคคตาในฌาน ๓ สำหรับจตุกนัย มีทุติยฌานเป็นต้นไป สำหรับปัญจกนัย มีตติยฌานเป็นต้นไป เรียกว่า อวิตักกสมาธิ คือสมาธิไม่มีทั้งวิตกทั้งวิจารณ์

หมวดที่ ๓ สมาธิ ๓ อย่าง แยกเป็น ปัตติสหคตสมาธิ ๑ สุขสหคตสมาธิ ๑ อุเปกขาสหคตสมาธิ ๑ อรรถกถาอธิบายว่า เอกัคคตาในฌาน ๒ เบื้องต้นในจตุกนัย และในฌาน ๓ เบื้องต้นในปัญจกนัย เรียกว่า ปัตติสหคตสมาธิ คือสมาธิประกอบด้วยปัตติ เอกัคคตาในฌานที่ ๓ และฌานที่ ๔ ในจตุกนัยและปัญจกนัยนั้นแหละ เรียกว่า สุขสหคตสมาธิ คือสมาธิประกอบด้วยสุขเวทนา เอกัคคตาในฌานอันสุดท้ายทั้งในจตุกนัย และปัญจกนัย คือในจตุตถฌานหรือในปัญจจกนัย เรียกว่า อุเปกขาสหคตสมาธิ คือสมาธิประกอบด้วยอุเบกขาเวทนา ส่วนอุปาจารสมาธิ ประกอบด้วยสุขเวทนามีประกอบด้วยเวทนามี

หมวดที่ ๔ สมาธิ ๓ แยกเป็น ปรีตสมาธิ ๑ มหัคคตสมาธิ ๑ อัปปมาณสมาธิ ๑ อรรถกถาอธิบายว่า เอกัคคตาในอุปาจารฌานภูมิ คือในจิตตูปบาทที่ประกอบด้วยอุปาจารฌาน เรียกว่า ปรีตสมาธิ สมาธิมีประมาณน้อย (หรือกามาวจรสมาธิ) เอกัคคตาในรูปาวจรกุศลจิตและอรูปาวจรกุศลจิต เรียกว่า มหัคคตสมาธิ คือสมาธิอันยิ่งใหญ่ อธิบายว่า สมาธิที่ถึงภาวะอันยิ่งใหญ่โดยการขมกิลเลส ๑ โดยมีผลอันไพบุลย์กว้างขวาง ๑ โดยสืบต่ออยู่ได้นานๆ ๑ หรือสมาธิที่ดำเนินไปด้วยคุณอันยิ่งใหญ่มีฉันทะอันยิ่งใหญ่ เป็นต้น เรียกว่า มหัคคตสมาธิ เอกัคคตาที่ประกอบด้วยอริยมัคคจิต คือที่เกิดร่วมกันกับอริยมัคคจิต เรียกว่า อัปปมาณสมาธิ คือสมาธิอันหาประมาณมิได้ หรือสมาธิอันมีธรรมประมาณมิได้ เป็นอารมณ์

๔. สมာธิ ๔ อย่าง

ในสมาธิที่มีส่วน ๔ อย่าง แบ่งออกเป็น ๖ หมวดดังนี้^{๓๑}

หมวดที่ ๑ ที่ว่า สมาธิ ๔ อย่าง ได้แก่ ทุกขาปฏิบัติทันทธาภิญญาสมาธิ ๑ ทุกขาปฏิบัติทาชิปาภิญญาสมาธิ ๑ สุขาปฏิบัติทันทธาภิญญาสมาธิ ๑ สุขาปฏิบัติทาภิญญาสมาธิ ๑

ในปฏิบัติทาและอภิญญา ๒ อย่างนั้น การเจริญภาวนาสมาธิที่ดำเนินไปนับตั้งแต่ลงมือสำรวจจิตเจริญกัมมัญฐานครั้งแรก จนถึงอุจจารณานของณานนั้นๆ เกิดขึ้น เรียกว่า ปฏิทา คือการปฏิบัติ ส่วนปัญญาที่ดำเนินไปนับตั้งแต่อุจจารณานไปจนถึงจนถึงอัปปนาณาน เรียกว่า อภิญญา คือการรู้แจ้ง ทำให้ปฏิบัติทาคือการปฏิบัตินี้ ย่อมเป็นทุกข์คือลำบาก ส่องเสพไม่สะดวกสำหรับโยคีบุคคลบางคน เพราะการรบเร้าและยึดครองธรรมของคนที่เข้าศึกษามีนิวรรณ์ เป็นต้น แต่ก็เกิดความสะดวกสบายสำหรับโยคีบุคคลบางคน เพราะไม่เป็นการรบเร้าและยึดครองของธรรมที่เป็นข้าศึก แม้อภิญญาคือการรู้แจ้งก็เป็นการเชิงเข้าเฉื่อยช้า ไม่เกิดโดยฉับพลันสำหรับโยคีบุคคลบางคน แต่สำหรับโยคีบุคคลบางคนก็รวดเร็วไม่เฉื่อยช้าเกิดโดยฉับพลัน

ธรรมอันเป็นที่สบายและไม่เป็นที่สบาย ๑ บุพกิจเบื้องต้นการตัดปลิโพธ คือเครื่องกังวลให้สิ้นหวัง ๑ และความฉลาดในอัปปนาทั้งหลาย ๑ ที่ยกมาพรรณนาข้างหน้า ในบรรดาธรรมเหล่านั้น โยคีบุคคลใดเป็นผู้ส่องเสพธรรมอันไม่เป็นที่สบาย โยคีบุคคลผู้นั้นย่อมมีปฏิบัติทาคือการปฏิบัติลำบาก เป็นทุกข์ และอภิญญาคือการรู้แจ้งเชิงช้า ส่วนโยคีบุคคลผู้ส่องเสพธรรมอันเป็นที่สบาย ย่อมมีปฏิบัติทาคือการปฏิบัติสะดวกสบาย และอภิญญาคือการรู้แจ้งอย่างรวดเร็ว ส่วนโยคีบุคคลใด ในตอนต้นก่อนแต่ได้บรรลุอุจจารสมาธิ ส่องเสพธรรมอันเป็นที่สบาย หรือในตอนได้ส่องเสพธรรมอันเป็นที่สบาย ตอนหลังได้ส่องเสพธรรมอันไม่เป็นที่สบาย พึงทราบวา ปฏิทาและอภิญญาของโยคีบุคคลนั้นคละกัน อธิบายว่าโยคีบุคคลในตอนต้นส่องเสพธรรมอันไม่เป็นที่สบาย ตอนหลังได้ส่องเสพธรรมอันเป็นที่สบาย โยคีบุคคลนั้นมีปฏิบัติทาลำบากเป็นทุกข์แต่มีอภิญญาการรู้แจ้งอย่างรวดเร็วส่วนโยคีบุคคลใดในตอนต้นส่องเสพธรรมอันเป็นที่สบาย ตอนหลังได้ส่องเสพธรรมอันไม่เป็นที่สบาย โยคีผู้นั้น มีปฏิบัติทาสะดวกสบายแต่มีอภิญญาการรู้แจ้งเชิงช้า พึงทราบสมาธิที่ ๒ และที่ ๓ เพราะความคละกันแห่งสมาธิที่ ๑ และที่ ๔ ฉะนี้

สำหรับโยคีบุคคลผู้ไม่ได้จัดแจงทำบุพกิจเบื้องต้น มีการตัดปลิโพธเครื่องกังวลให้สิ้นหวังเป็นต้นเสียก่อน แล้วลงมือประกอบการเจริญภาวนาก็เหมือนกัน คือ ย่อมมีปฏิบัติทาการปฏิบัติลำบาก เป็นทุกข์ โดยปริยายตรงกันข้าม สำหรับโยคีบุคคลผู้จัดแจงทำบุพกิจให้เสร็จสิ้นแล้ว จึงลงมือประกอบการเจริญภาวนา ย่อมมีปฏิบัติทาสะดวกสบาย ส่วนโยคีผู้ที่ไม่ได้เรียนอัปปนาโกศล คือความเป็นผู้ฉลาดในอัปปนาให้สำเร็จก่อนย่อมมีอภิญญาการรู้แจ้งอย่างเชิงช้า ผู้ที่เรียนอัปปนาโกศลให้สำเร็จก่อน ย่อมมีอภิญญาการรู้แจ้งอย่างรวดเร็ว

อีกประการหนึ่ง พึงทราบประเภทของปฏิบัติทาและอภิญญานี้ ด้วยอำนาจแห่งตัณหาและอวิชชา ๑ ด้วยอำนาจแห่งสมถาธิการและวิปัสสนาธิการ ๑ ต่อไป กล่าวคือ โยคีบุคคลผู้ถูกตัณหาครอบงำ ย่อมมีปฏิบัติทาลำบากเป็นทุกข์ ผู้ที่ไม่ถูกตัณหาครอบงำย่อมมีปฏิบัติทาสะดวกสบาย และโยคี

^{๓๑} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๓๙-๑๔๔.

บุคคลผู้อันมีวิชาครอบงำ ย่อมมีอภิญาเช่างช้า ผู้ที่ไม่ถูกอวิชาครอบงำ ย่อมมีอภิญารวดเร็ว และโยคีบุคคลผู้ที่มีอิการอันไม่ไหวในสมณะภาวนา ย่อมมีปฏิปทาลำบากเป็นทุกข์ ผู้ที่อิการได้ ไหว้แล้ว ย่อมมีปฏิปทาสะดวกสบาย ส่วนผู้มีอิการอันไม่ไหวในวิปสนาภาวนา ย่อมมีปฏิปทา เชื่องช้าผู้มีอิการอันได้ไหว้แล้ว ย่อมมีอภิญารวดเร็ว

ประเภทของปฏิปทาและอภิญาเหล่านี้ แม้ด้วยอำนาจแห่งกิเลสและอินทรีย์ ๕ อีก กล่าวคือโยคีบุคคลผู้มีกิเลสรุนแรง แต่มีอินทรีย์ย่อหย่อน ย่อมมีปฏิปทาลำบากเป็นทุกข์ และมี อภิญาเช่างช้า ส่วนผู้มีอินทรีย์แก่กล้า ย่อมมีอภิญารวดเร็ว และโยคีบุคคลผู้มีกิเลสเบาเบา มี อินทรีย์ย่อหย่อน ย่อมมีปฏิปทาสะดวกสบาย แต่มีอภิญาเช่างช้า ส่วนผู้มีอินทรีย์แก่กล้า ย่อมมี อภิญารวดเร็ว

ด้วยประการฉะนี้ ในปฏิปทาและอภิญาเหล่านี้ โยคีบุคคลใดได้บรรลุซึ่งสมาธิด้วย ปฏิปทาอันลำบากเป็นทุกข์ด้วยอภิญาอันเช่างช้า สมาธิโยคีบุคคลนั้นเรียกว่า ทุกขาปฏิปทาทัน อภิญาสมาธิ โยคีบุคคลใดได้บรรลุซึ่งสมาธิด้วยปฏิปทาอันลำบากเป็นทุกข์และด้วยอภิญา อันรวดเร็ว สมาธิของโยคีบุคคลนั้น เรียกว่าทุกขาปฏิปทาชิปปาภิญาสมาธิ โยคีบุคคลใดได้บรรลุซึ่ง สมาธิด้วยปฏิปทาอันสะดวกสบายและด้วยอภิญาอันเช่างช้า สมาธิของโยคีบุคคลนั้น เรียกว่า สุขา ปฏิปทาทันธาภิญาสมาธิ โยคีบุคคลใดได้บรรลุซึ่งสมาธิด้วยปฏิปทาสะดวกสบายและด้วยอภิญา อันรวดเร็ว สมาธิของโยคีบุคคลนั้น เรียกว่า สุขาปฏิปทาชิปปาภิญาสมาธิ

หมวดที่ ๒ สมาธิ ๔ อย่าง ได้แก่ ปริตตปริตตารัมณสมาธิ ๑ ปริตตอัปปมาณารัมณสมาธิ ๑ อัปปมาณปริตตารัมณสมาธิ ๑ อัปปมาณอัปปมาณารัมณสมาธิ ๑

ในสมาธิเหล่านั้น สมาธิใดไม่คล่องแคล่ว ไม่สามารถที่จะเป็นปัจจัยแก่ฌานเบื้องสูงขึ้นไปได้ สมาธินี้ชื่อว่า ปริตตปริตตารัมณสมาธิ คือสมาธิมีประมาณน้อย

สมาธิใดเป็นในอารมณ์ที่ไม่ได้ขยาย สมาธินี้ชื่อว่า ปริตตารัมณสมาธิ คือสมาธิมี อารมณ์มีประมาณน้อย

สมาธิใดคล่องแคล่วแล้ว เจริญให้เกิดขึ้นได้ทีแล้วสามารถที่จะเป็นปัจจัยแก่ฌานเบื้องสูงขึ้นไป ได้ สมาธินี้ชื่อว่า อัปปมาณสมาธิ คือสมาธิหาประมาณมิได้

และสมาธิใดเป็นในอารมณ์ที่ขยายแล้ว สมาธินี้ชื่อว่า อัปปมาณารัมณสมาธิ คือสมาธิมี อารมณ์หาประมาณมิได้

ส่วนนัยที่คละกันแห่งสมาธิที่ ๑ และที่ ๔ ซึ่งสงเคราะห์เข้าเป็นสมาธิที่ ๒ และที่ ๓ พึง ทราบโดยความคละกันแห่งลักษณะที่กล่าวแล้วดังนี้ คือ

สมาธิใดยังไม่คล่องแคล่ว ไม่สามารถที่จะเป็นปัจจัยแก่ฌานเบื้องสูงขึ้นไปได้ แต่เป็นไปใน อารมณ์ที่ขยายแล้ว สมาธินี้ชื่อว่า ปริตตอัปปมาณารัมณสมาธิ คือสมาธิมีประมาณน้อย มีอารมณ์ มิได้

ส่วนสมาธิใดคล่องแคล่วแล้ว สามารถที่จะเป็นปัจจัยแก่ฌานเบื้องสูงขึ้นไปได้ แต่เป็นไปใน อารมณ์ที่ไม่ได้ขยาย สมาธินี้ชื่อว่า อัปปมาณปริตตารัมณสมาธิ คือสมาธิหาประมาณมิได้ มีอารมณ์ มีประมาณน้อย

หมวดที่ ๓ สมาธิมี ๔ อย่าง โดยแยกเป็นองค์แห่งฌาน ๔ โดยมีอธิบายดังนี้
 ปฐมฌานมีองค์ ๕ ด้วยอำนาจวิตก ๑ วิจารณ์ ๑ ปีติ ๑ สมาธิ ๑ ซึ่งข่มนิวรณ์ได้แล้ว เหนือจากปฐมฌานไป วิตกกัมภีการสงบลง ทุติยฌานจึงมีเพียงองค์ ๓ คือ ปีติ ๑ สุข ๑ สมาธิ ๑ เหนือจาก
 ทุติยฌานไป ปีติสร้างหายไป ตติยฌานจึงมีเพียงองค์ ๒ คือ สมาธิ ๑ อุเบกขาเวทนา ๑ ด้วยประการ
 ฉะนั้นองค์แห่งฌาน ๔ เหล่านี้จึงเป็นสมาธิ ๔ อย่าง

หมวดที่ ๔ สมาธิมี ๔ โดยแยกเป็น หกนภคิยสมาธิ เป็นต้น มีอธิบายดังนี้ คือ
 สมาธิ ๔ อย่าง ได้แก่ หานภคิยสมาธิ ๑ ฐิติภคิยสมาธิ ๑ วิเสสภคิยสมาธิ ๑ นิพเพช
 ภคิยสมาธิ ๑ ซึ่งใน ๔ อย่างนี้ ควรทราบว่า หานภคิยสมาธิ คือ สมาธิเป็นไปในส่วนแห่งความเสื่อม
 ด้วยอำนาจของความรบกวนของธรรมเป็นข้าศึกของฌานนั้น ๆ มีนิวรณ์ วิตกและวิจารณ์ เป็นต้น ส่วน
 ฐิติภคิยสมาธิ คือ สมาธิเป็นไปในส่วนแห่งความติดแน่น ด้วยอำนาจความติดแน่นด้วยสติอันสมควร
 แก่สมาธินั้น วิเสสภคิยสมาธิ คือ สมาธิเป็นไปในส่วนแห่งคุณวิเศษ ด้วยอำนาจเป็นเหตุบรรลุซึ่งคุณ
 วิเศษเปี่ยมสูงขึ้นไป และนิพเพชภคิยสมาธิ คือ สมาธิเป็นไปในส่วนแห่งอันแทงทะลุสังขาร ด้วย
 อำนาจความใฝ่ใจในสัญญาอันประกอบด้วยนิพพิทาญาณและความเร่งเร้า เหมือนอย่างที่พระผู้มีพระ
 ภาคตรัสไว้ว่า

บุคคลผู้ใดสำเร็จปฐมฌาน ความใฝ่ใจในสัญญาทั้งหลายอันประกอบด้วยความหมายมั่นใน
 กามคุณ ย่อมเร่งเร้ารบกวนอยู่ ปัญญาที่ยังมีส่วนแห่งความเสื่อม, สติอันสมควรแก่ฌานนั้น ย่อม
 ติดแน่น ปัญญาที่มีส่วนแห่งความติดมั่น, ความใฝ่ใจในสัญญาทั้งหลายอันประกอบด้วยฌานที่ไม่มี
 วิตก ย่อมเร่งเร้า ปัญญาที่มีส่วนแห่งคุณวิเศษ, ความใฝ่ใจในสัญญาทั้งหลายอัน ประกอบด้วย
 ญาณเป็นเหตุให้เบื่อหน่าย ย่อมเร่งเร้า ปัญญาที่มีส่วนแห่งความแทงทะลุสังขาร ประกอบด้วย
 ธรรมอันคลายความกำหนัด^{๓๒}

หมวดที่ ๕ สมาธิมี ๔ อย่าง คือ กามาวจรสมาธิ ๑ รูปาวจรสมาธิ ๑ อรูปาวจรสมาธิ ๑
 อปริยาปนนสมาธิ ๑ โดยในสมาธิ ๔ อย่างนั้น เอกัคคตาในอุچارฌานทั้งสิ้น เรียกว่า กามาวจรสมาธิ
 จิตเตกัคคตาอันเป็นรูปาวจรกุศลเรียกว่า รูปาวจรสมาธิ จิตเตกัคคตาอันเป็นอรูปาวจรกุศล เรียกว่า
 อรูปาวจรสมาธิจิตเตกัคคตาอันเป็นโลกุตตรกุศล เรียกว่า อปริยาปนนสมาธิ

หมวดที่ ๖ สมาธิมี ๔ อย่าง โดยแยกเป็นอธิปัตติ ๔ นั้น มีอธิบายโดยมีพระบาลีรับสม
 อ่างดังนี้ คือ

ถ้าภิกษุทำฉันทะให้เป็นอธิปัตติแล้ว ได้สมาธิได้ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันเดียว สมาธินี้เรียกว่า
 ฉันทาธิปัตติสมาธิถ้าภิกษุทำวิริยะให้เป็นอธิปัตติ ได้สมาธิ ได้ภาวะที่จิตมีอารมณ์ สมาธินี้เรียกว่า วิ
 ริยาธิปัตติสมาธิ ถ้าภิกษุทำจิตให้เป็นอธิปัตติแล้วได้สมาธิ ได้ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันเดียว สมาธินี้
 เรียกว่า จิตตาธิปัตติสมาธิ ถ้าภิกษุทำวิมังสาคือ ปัญญาให้เป็นอธิปัตติแล้ว ได้สมาธิ ได้ภาวะที่จิตมี
 อารมณ์ อันเดียว สมาธินี้เรียกว่า วิมังสาธิปัตติสมาธิ^{๓๓}

^{๓๒} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๙๙/๕๑๑.

^{๓๓} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๘๒๕/๓๙๕, อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๔๓๒-๔๑๑/๓๔๒-๓๔๖

๕. อธิบายสมาธิ ๕ อย่าง

ในสมาธิที่แยกเป็น ๕ อย่างนั้น^{๓๔} พึงทราบภาวะที่แยกสมาธิเป็น ๕ อย่าง ด้วยอำนาจแห่งองค์ฌานทั้ง ๕ ในปัญจกนัย คือ ฌานที่จัดเป็น ๕ ฌานนั้น เพราะแยกทุติยฌานที่กล่าวไว้ในประเภทแห่งฌานโดยจตุกกนัยเป็น ๒ ฌานอย่างนี้ คือ เพราะทุติยฌานด้วยก้าวล่วงแต่วิตก ๑ เป็นตติยฌานด้วยก้าวล่วงทั้งวิตกวิจารณ์ ๑ (นอกนั้นเหมือนในจตุกกนัย กล่าวคือปฐมฌานมีองค์ ๕ ได้แก่ วิตก, วิจารณ์, ปีติ, สุข, และสมาธิ. ทุติยฌานมีองค์ ๔ ได้แก่ วิจารณ์, ปีติ, สุข, และสมาธิ. ตติยฌานมีองค์ ๓ ได้แก่ ปีติ, สุข, และสมาธิ. จตุตถฌานมีองค์ ๒ ได้แก่ สุข และสมาธิ. ปัญจฌานมีองค์ ๒ ได้แก่ อุเบกขา และสมาธิ) องค์แห่งฌาน ๕ เหล่านี้ เรียกว่า สมาธิ ๕ อย่าง ด้วยประการฉะนี้

อะไรเป็นความเศร้าหมองของสมาธิและอะไรเป็นความผ่องแผ้วของสมาธินี้ พระผู้มีพระภาคทรงวิสัชนาไว้ในญาณวิภังค์แห่งคัมภีร์วิภังค์ปกรณ์ “ธรรมอันเป็นไปในส่วนแห่งความเสื่อม ชื่อว่า สังกิเลส คือ ความเศร้าหมองธรรมอันเป็นไปในส่วนแห่งคุณวิเศษ ชื่อว่า โวทานะ คือ ความผ่องแผ้ว^{๓๕}

ในธรรม ๒ อย่างนั้น ธรรมอันเป็นไปในส่วนแห่งความเสื่อม คือ บุคคลผู้ได้สำเร็จปฐมฌาน ความใส่ใจในสัญญาทั้งหลาย ซึ่งประกอบด้วยความมุ่งมั่นในกามคุณ ย่อมรบเร้าเข้ามา ปัญญาจักมีส่วนแห่งความเสื่อม^{๓๖} อธิบายว่า โยคีบุคคลผู้ได้สำเร็จปฐมฌานอันไม่คล่องแคล่วแล้ว เมื่อออกจากปฐมฌานนั้นแล้ว ความใส่ใจในสัญญาทั้งหลาย ซึ่งสภาวะที่ประกอบด้วยความมั่นหมายในกามคุณ ด้วยอำนาจแห่งอารมณ์ย่อมรบเร้า คือกระตุ้นเตือนบุคคล ปัญญาในปฐมฌานของโยคีบุคคลนั้นก็เสื่อมไป ด้วยอำนาจความใส่ใจในสัญญาทั้งหลายที่มุ่งดึงไปหากามคุณ เพราะฉะนั้น ปัญญาจึงมีส่วนแห่งความเสื่อม

ธรรมอันเป็นไปในส่วนแห่งคุณวิเศษ คือ ความใส่ใจในสัญญาทั้งหลายอันประกอบด้วยฌานไม่มีวิตก ย่อมมีความแรงเร้า ปัญญาจักมีส่วนแห่งคุณวิเศษ^{๓๗} อธิบายว่า เมื่อโยคีผู้ฌานลาภี บุคคลนั้นใส่ใจในถึงทุติยฌานอันไม่มีวิตกอยู่ ความใส่ใจในสัญญาทั้งหลายซึ่งประกอบด้วยฌานอันไม่มีวิตก ด้วยอำนาจแห่งอารมณ์ ย่อมแรงเร้า คือ กระตุ้นเตือน ซึ่งโยคีบุคคลนั้นผู้ออกจากปฐมฌานอันคล่องแคล่วแล้ว ทั้งนี้เพื่อต้องการที่จะบรรลุซึ่งทุติยฌานต่อไป ปัญญาในปฐมฌานของโยคีบุคคลนั้น ด้วยอำนาจความใส่ใจในสัญญาทั้งหลายที่มุ่งหน้าสู่ทุติยฌาน ชื่อว่า เป็นปัญญามีส่วนแห่งคุณวิเศษ เพราะเป็นปทัฏฐฐานแห่งการเกิดขึ้นของทุติยฌาน อันนับเป็นคุณวิเศษ

แต่อย่างไร ณ ที่นี้ประสงค์เอาสมาธิซึ่งประกอบด้วยปัญญานั้น ส่วนทานภาคิยธรรม ธรรมอันเป็นไปในส่วนแห่งความเสื่อม และวิเสสภาคิยธรรม ธรรมอันเป็นไปในส่วนแห่งคุณวิเศษ ในทุติยฌานเป็นต้น นักศึกษาพึงทราบโดยวิธีที่กล่าวไว้แล้วในปฐมฌานนี้

ในการเจริญสมาธินั้นพึงเจริญภาวนาอย่างไร อรรถาธิบายว่า สมาธิอันประกอบด้วย อริยมรรคนี้ สมาธิ ๒ อย่าง แยกเป็น โลกียสมาธิ และ โลกุตตรสมาธิ

^{๓๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๘/๑๔๔.

^{๓๕} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๘๒๘/๕๒๘

^{๓๖} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๙๙/๕๑๑

^{๓๗} อภ.วิ. (ไทย) ๓๕/๗๙๙/๕๑๑

นัยแห่งการภาวนาสมาธิอันประกอบไปด้วยอริยมรรคนั้น ท่านสงเคราะห์เข้าไปกับนัยแห่งปัญญาภาวนา เพราะว่า เมื่อปัญญาอันโยคีบุคคลภาวนาให้เกิดขึ้นแล้ว ก็เป็นอันได้ภาวนาให้สมาธินั้นเกิดขึ้นด้วย เพราะฉะนั้น อริยมัคคสมาธินั้น ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคจะไม่ยกเอามาอธิบายไว้ต่างหากจากปัญญาภาวนา อริยมัคคสมาธิพึงเจริญภาวนา อย่างนี้

๖. วิธีภาวนาสมาธิโดยสังเขป

สมาธิที่เป็นโลกียะ ถูกยกมาอธิบายด้วยภาวนาวิธีว่า โยคีบุคคลชำระศีลทั้งหลายให้บริสุทธิ์ตามนัยที่ได้แสดงมาในสัณนิเทศนั้นแล้วพึงตั้งตนไว้ในศีลอันบริสุทธิ์ดีแล้วนั้น บรรดาปัลลิวเครื่องกังวล ๑๐ ประการอย่างใดที่มีอยู่แก่ตน ก็ควรตัดปัลลิวเครื่องกังวลอย่างนั้นให้สิ้น แล้วเข้าไปหาภิกษุผู้มีพระกัมมัฏฐาน เรียนเอาพระกัมมัฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่งในบรรดาพระกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการ อันเหมาะสมกับจริตจริยาของตน แล้วออกจากวัดที่ไม่เหมาะสมไม่ควรแก่การภาวนาสมาธิ แล้วทำการตัดเครื่องกังวลเล็กๆ น้อยๆ เช่น ตัดเล็บโกนหนวดให้เรียบร้อย จากนั้นก็ลงมือภาวนาสมาธินั้น โดยไม่ทำให้วิธีภาวนาทุกๆ อย่าง ให้ขาดตกบกพร่อง นี่คือการภาวนาอย่างสังเขปในสมาธิภาวนา^{๓๘}

๗. วิธีภาวนาสมาธิโดยพิสดาร

วิธีภาวนาอย่างพิสดารนี้มุ่งไปในทางตัดบรรดาปัลลิวเครื่องกังวล ๑๐ ประการ อย่างใดอย่างหนึ่งมีอยู่ในตน ปัลลิว เครื่องทำให้เกิดความกังวลนั้น มีอยู่ ๑๐ ประการ คือ

- | | |
|-----------------|--|
| ๑. อาวาสปัลลิว | เครื่องกังวลคือที่อยู่ |
| ๒. กุลปัลลิว | เครื่องกังวลคือตระกูล |
| ๓. ลาภปัลลิว | เครื่องกังวลคือลาภสักการะ |
| ๔. คนปัลลิว | เครื่องกังวลคือหมู่คณะ |
| ๕. กัมมปัลลิว | เครื่องกังวลคืออนุกรรม |
| ๖. อัทธานปัลลิว | เครื่องกังวลคือการเดินทาง |
| ๗. ญาติปัลลิว | เครื่องกังวลคือญาติ |
| ๘. อาพาธปัลลิว | เครื่องกังวลคือโรครภัยไข้เจ็บ |
| ๙. คັນถปัลลิว | เครื่องกังวลคือการค้าเรียน |
| ๑๐. อิทธิปัลลิว | เครื่องกังวลคือการแสดงอิทธิฤทธิ์ ^{๓๙} |

ในปัลลิว ๑๐ ประการนั้น มีอธิบายตามลำดับ ดังนี้ ที่อยู่ ชื่อว่าอาวาสปัลลิว ได้แก่เครื่องกังวลคือที่อยู่ แม้ในปัลลิวอื่นๆ มีกุลปัลลิว เป็นต้น ก็มีความหมายทำนองเดียวกัน

จึงสรุปได้ว่าสมาธิที่ปรากฏในพระคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้มีอยู่ ๗ อย่าง บางอย่างก็แบ่งตามหมวดหมู่หลายหมวด โดยจะเห็นได้ว่าสมาธินั้นมีความละเอียดลึกซึ้งเป็นอย่างมาก ผลก็ได้อำนาจแห่ง

^{๓๘} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๔๖.

^{๓๙} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๔๗.

ฉาน ทุติยฉาน ตติยฉาน แตกต่างกันไปตามแต่ละบุคคล บ้างเป็นไปเพื่อดับวิตก วิจารณ์ เพื่อความสงบ เพื่อความสุข เป็นต้น

๒.๒.๒ กัมมัฏฐานในวิสุทธิมรรค

กัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้นมีการแบ่งประเภทต่างๆ ซึ่งจะนำมาอธิบายให้พอสังเขป ได้ดังต่อไปนี้

๒.๒.๒.๑ ประเภทของกัมมัฏฐาน

กัมมัฏฐานมี ๒ อย่าง คือ สัพพัตถกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่ปรารภเป็นเบื้องต้นในการบำเพ็ญกัมมัฏฐานทั้งปวง และปาริหาริกกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่จะต้องรักษาอยู่เป็นนิจ

๑) สัพพัตถกัมมัฏฐาน

สัพพัตถกัมมัฏฐาน ได้แก่ ความมีเมตตาในหมู่ภิกษุเป็นต้น กับมรณสติ คือ การระลึกถึงความตาย ฝ่ายเกจิอาจารย์พวกหนึ่ง หมายถึงอสุภสังขยา คือ ความสำคัญเห็นในแง่ที่ไม่สวยไม่งาม

ภิกษุผู้บำเพ็ญกัมมัฏฐานนั้น ชั้นต้นต้องกำหนดเสียก่อนแล้วจึงเจริญเมตตาไปในหมู่ภิกษุที่อยู่ในเขตว่า ภิกษุที่อยู่ในวัดนี้ทั้งหมดคงมีความสุขเถิด อย่าได้เบียดเบียนกันเลย จากนั้นควรเจริญเมตตาไปในเทวดาทั้งหลายที่อยู่ในเขต แล้วเจริญไปในชนผู้เป็นใหญ่ในโคจรคาม คือหมู่บ้านที่ไปรับบิณฑบาต แต่นั่นพึงเจริญไปในสัตว์ทุกชนิดนับแต่มนุษย์ทั้งหลายที่อยู่ในโคจรคามนั้น

เหตุที่ภิกษุผู้บำเพ็ญกัมมัฏฐานนั้นมีเมตตาจิตในหมู่ภิกษุ ชื่อว่าทำให้หมู่ภิกษุที่อยู่ร่วมกันเกิดมีจิตใจนุ่มนวลในตนเอง แต่นั่นภิกษุเหล่านั้นก็จะมีที่อยู่ร่วมกันอย่างสบายกับภิกษุผู้บำเพ็ญกัมมัฏฐานนั้น เหตุที่ภิกษุมีเมตตาจิตในเทวดาทั้งหลายที่อยู่ในเขต พวกเทวดาผู้ที่ภิกษุทำให้จิตใจนุ่มนวลแล้วนั้น ก็จะทำหน้าที่รักษาภิกษุเป็นอย่างดี ด้วยการรักษาอันเป็นธรรม ด้วยเหตุที่ภิกษุมีเมตตาจิตในชนผู้ใหญ่ในโคจรคาม พวกชนผู้ใหญ่ที่ภิกษุทำให้เป็นผู้มีจิตใจนุ่มนวลแล้วนั้นก็จะมีมารักษาเครื่องบริวารเป็นอย่างดี ด้วยเหตุที่ภิกษุมีเมตตาจิตใจมนุษย์ทั้งหลายในโคจรคามนั้น พวกมนุษย์ทั้งหลายที่ภิกษุทำให้เป็นผู้มีความเลื่อมใสแล้วนั้น ก็จะไม่ข่มเหงเบียดเบียน ด้วยเหตุนี้มีเมตตาจิตในสรรพสัตว์ทุกชนิดนั้น ภิกษุก็จะเป็นเป็นผู้มีอันเกี่ยวไปไม่เดือดร้อนในที่ทั้งปวง และเมื่อภิกษุมีจิตสั่งสมอบรมดีแล้วด้วยอสุภสังขยา แม้อารมณ์อันเป็นทิพย์ก็จะครอบงำจิตด้วยอำนาจของความโลภไม่ได้

กัมมัฏฐาน ๒ อย่างมีเมตตากัมมัฏฐานเป็นต้นนั้น เรียกว่า สัพพัตถกัมมัฏฐาน เพราะเป็นกัมมัฏฐานที่ต้องการปรารภด้วยการอาสวะเบื้องต้นในการบำเพ็ญกัมมัฏฐานทั้งปวง ซึ่งเป็นกัมมัฏฐานที่มีอุปการะมากที่สุดแล้ว เพราะเป็นเหตุให้สำเร็จแก่การประกอบภาวนาอันที่ตนประสงค์ไว้^{๔๐}

^{๔๐} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๕๙-๑๖๐.

๒) ปาหาริยักัมีฏฐาน

กัมีฏฐานบทใดเหมาะแก่จริยาของโยคีบุคคลใด กัมีฏฐานบทนั้นเรียกว่า ปาหาริยักัมีฏฐาน เพราะเหตุที่โยคีบุคคลนั้นจะต้องรักษาไว้เป็นนิจ เพราะจะเป็นปทัฏฐานแก่ภาวนากรรมชั้นสูงๆ ขึ้นไป ซึ่งจริยาของบุคคลมี ๖ อย่าง ดังนี้

- (๑) รากจริยา ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจของรากะ
- (๒) โทสจริยา ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจของโทสะ
- (๓) โมหจริยา ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจของโมหะ
- (๔) สัทธาจริยาความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจของศรัทธา
- (๕) พุทธิจริยา ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจของปัญญา
- (๖) วิตักกจริยา ความประพฤติเป็นไปด้วยอำนาจจิต

แต่เกจิอาจารย์ประสงค์เอาจริยาถึง ๑๔ อย่าง โดยบอกจริยา ๘ เข้าด้วย คือ จริยาอื่นอีก ๔ ด้วยอำนาจการคละกันและต่อกันของรากะจริยา ได้แก่ รากโทสจริยา รากโมหจริยา โทสโมหจริยา รากโทสโมหจริยา และจริยา ๔ อย่างอื่นอีกด้วยอำนาจการคละกันและต่อกันของสัทธาจริย ได้แก่ สัทธาพุทธิจริยา สัทธาวิตักกจริยา พุทธิวิตักกจริยา สัทธาพุทธิวิตักกจริยา^{๔๑}

จึงสรุปว่า ประเภทของกัมีฏฐานเมื่อพิจารณาโดยรวมมีอยู่ ๒ ประเภท คือสัพพัตถกัมีฏฐาน กัมีฏฐานเพื่อความความสุข เพื่ออัสวะเบื้องต้นในการบำเพ็ญกัมีฏฐานทั้งปวง โดยจะมีความเมตตาเป็นสาระสำคัญของกัมีฏฐานและการพิจารณาอสุกัมีฏฐาน ส่วนอีกอย่างคือ ปาหาริยักัมีฏฐาน คือ กัมีฏฐานที่เหมาะสมแก่จริตของบุคคลที่แตกต่างกันไป เช่น รากะจริต โมหะจริต เป็นต้น

นอกจากนี้แล้วในหนังสือคัมภีร์วิสุทธิมรรคมีคำวินิจฉัยกัมีฏฐาน ๔๐ โดยอาการ ๑๐ อย่าง โดยเรียนพระกัมีฏฐานอย่างใดอย่างหนึ่งในบรรดาพระกัมีฏฐาน ๔๐ ประการ ดังนั้นประการแรกที่จะศึกษาพึงทำการวินิจฉัยกัมีฏฐาน ๑๐ อย่าง ดังนี้^{๔๒}

๑. โดยแสดงจำนวนกัมีฏฐาน

ในอาการทั้ง ๑๐ อย่างนั้น โดยแสดงจำนวนกัมีฏฐาน มีอธิบายว่า ในบรรดาพระกัมีฏฐาน ๔๐ ประการ แบ่งไว้เป็น ๗ หมวด คือ^{๔๓}

๑.๑) กลินกัมีฏฐาน ๑๐ อย่าง

- (๑) ปฐวีกลิน กลินสำเร็จด้วยดิน
- (๒) อาโปกลิน กลินสำเร็จด้วยน้ำ
- (๓) เตโชกลิน กลินสำเร็จด้วยไฟ
- (๔) วาโยกลิน กลินสำเร็จด้วยลม
- (๕) นีลกลิน กลินสำเร็จด้วยสีเขียว

^{๔๑} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๖๖-๑๖๗.

^{๔๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๘๒.

^{๔๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๘๒-๑๘๓.

- (๖) ปิตกกลิน กลินสำเร็จด้วยสีเหลือง
- (๗) โลहितกลิน กลินสำเร็จด้วยสีแดง
- (๘) โอทาทกลิน กลินสำเร็จด้วยสีขาว
- (๙) อาโลกกลิน กลินสำเร็จด้วยแสงสว่าง
- (๑๐) ปริจฉินนาทกลิน กลินสำเร็จด้วยช่องว่างซึ่งกำหนดขึ้น

๑.๒) อสุภกัมมัญฐาน ๑๐ อย่าง^{๔๔}

- (๑) อุทรมาทกอสุภะ ซากศพที่ขึ้นพองน่าเกลียด
- (๒) วินีลกกอสุภะ ซากศพที่ขึ้นเป็นสีเขียวน่าเกลียด
- (๓) วิบุพพกกอสุภะ ซากศพที่ถูกตัดเป็นท่อนๆ น่าเกลียด
- (๔) วินิททกกอสุภะ ซากศพที่ถูกสัตว์กัดกระจายระย้าน่าเกลียด
- (๕) วิชชายิตกกอสุภะ ซากศพที่ทิ้งไว้เรียรรัดน่าเกลียด
- (๖) วิชชิตตกกอสุภะ ซากศพที่ทิ้งไว้เรียรรัดน่าเกลียด
- (๗) หตวิชชิตตกกอสุภะ ซากศพที่ถูกสับฟันทิ้งกระจายระย้าน่าเกลียด
- (๘) โลहितกกอสุภะ ซากศพที่มีโลหิตไหลออกน่าเกลียด
- (๙) ปุฬุกกอสุภะ ซากศพที่เต็มไปด้วยหนอนน่าเกลียด
- (๑๐) อัมมูฏิกกอสุภะ ซากศพที่เป็นกระดูกน่าเกลียด

๑.๓) อนุสสติกัมมัญฐาน ๑๐ อย่าง^{๔๕}

- (๑) พุทธานุสสติ ระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า
- (๒) ธัมมานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระธรรม
- (๓) สังฆานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระอริยสงฆ์
- (๔) สीलานุสสติ ระลึกถึงศีลของตน
- (๕) จาคานุสสติ ระลึกถึงการบริจาคที่ตนบริจาคแล้ว
- (๖) เทวตานุสสติ ระลึกถึงคุณธรรมที่ทำให้เป็นเทวดา
- (๗) มรณานุสสติ ระลึกถึงความตาย
- (๘) กายคตาสติ ระลึกถึงร่างกายซึ่งล้วนแต่ไม่สะอาด
- (๙) อานาปานสติ ระลึกกำหนดลมหายใจเจ้าออก
- (๑๐) อุปสมานุสสติ ระลึกถึงนิพพานอันเป็นที่ดับทุกข์ทั้งปวง

๑.๔) พรหมวิหารกัมมัญฐาน ๔ อย่าง^{๔๖}

- (๑) เมตตา ความรักที่มุ่งทำประโยชน์
- (๒) กรุณา ความสงสารที่มุ่งช่วยบำบัดทุกข์

^{๔๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๘๓.

^{๔๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๘๔.

^{๔๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๘๕.

๔. แสดงโดยผ่านองค์ฌานและอารมณ์

โดยผ่านองค์ฌานและอารมณ์นั้น มีอธิบายว่า การผ่านนั้นมี ๒ อย่าง คือ การผ่านองค์ฌาน ๑ การผ่านอารมณ์ ๑ ใน ๒ อย่างนั้น การผ่านองค์ฌานย่อมมีได้ในกัมมัฏฐานที่ทำให้สำเร็จฌาน ๓ และฌาน ๔ แม้ทั้งหมดทั้งนี้ เพราะเหตุฌาน เป็นต้น ที่ฌานลาภบุคคลจะพึงได้บรรลุอารมณ์เดียวกันนั้นต้องผ่านองค์ฌานทั้งหลาย มีวิตกและวิจารณ์ เป็นต้นขึ้นไป ในพรหมวิหารข้อที่ ๔ ก็เหมือนกัน เพราะแม้พรหมวิหารข้อที่ ๔ นั้น อันฌานลาภบุคคลจะพึงได้บรรลุก็ต้องผ่านโสมนัสเวทนาในอารมณ์ของพรหมวิหาร ๓ มีเมตตาเป็นต้นไปเหมือนกัน

ส่วนการผ่านอารมณ์ ย่อมมีได้ในอารูปกัมมัฏฐาน ๔ เพราะอากาศาณูจายตนะฌานอันฌานลาภบุคคลจะพึงได้บรรลุ ก็ต้องผ่านกสิณอันใดอันหนึ่งในบรรดากสิณ ๙ อย่าง ที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น และวิญญาณูจายตนะเป็นต้น อันฌานลาภบุคคลจะพึงได้บรรลุ ก็ต้องผ่านอารมณ์ทั้งหลายมีอากาศเป็นต้นไป การผ่านอารมณ์มีในกัมมัฏฐานนี้เท่านั้น^{๕๒}

๕. แสดงโดยควรขยายและไม่ควรขยาย

โดยควรขยายและไม่ควรขยายนั้น มีอธิบาย ดังนี้

๕.๑) กัมมัฏฐานที่ควรขยาย ในกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการนั้น กสิณกัมมัฏฐานควรขยายทั้ง ๑๐ ประการ เพราะว่าเมื่อโยคีแผ่กสิณไปสู่โอกาสได้ประมาณเท่าใด ก็สามารถได้ยินเสียงด้วยทิพโสต เห็นรูปได้ด้วยทิพจักขุ และรูจิตของสัตว์อื่นได้ด้วยจิตภายในโอกาสประมาณเท่านั้น

๕.๒) กัมมัฏฐานที่ไม่ควรขยาย กายคตาสติกบอสุกัมมัฏฐาน ๑๐ ประการ ไม่ควรขยาย เพราะกัมมัฏฐานเหล่านี้ โยคีกำหนดเอาด้วยโอกาสเฉพาะ และเพราะไม่มีอันสงส่ออะไร และข้อที่กัมมัฏฐานเหล่านี้อันโยคีบุคคลกำหนดเอาด้วยโอกาสเฉพาะนั้น จะปรากฏในแผนกแห่งภavana ของกัมมัฏฐานนั้นๆ เมื่อโยคีบุคคลขยายกัมมัฏฐานนี้แล้ว ก็เป็นเพียงการขยายกองแห่งชากศพเท่านั้น ไม่ได้มีอันสงส่ออะไร เหมือนคำกล่าวไว้ในโสปากปัญหาพยากรณ์ว่า ข้าแต่สมเด็จพระผู้มีพระภาค รูปสัญญาปรากฏชัดแล้ว แต่อัฐิสัญญาไม่ปรากฏชัด รูปสัญญาปรากฏชัดแล้ว เป็นการกล่าวด้วยอำนาจที่ได้ขยายนิमित ส่วนอัฐิสัญญาไม่ปรากฏชัดนั้น เป็นการกล่าวด้วยอำนาจที่ไม่ได้ขยายนิमित

มีพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ว่า ภิกษุแผ่อัฐิสัญญาไปสู่แผ่นดินทั้งสิ้น^{๕๓} ฉะนั้นพระองค์ตรัสไว้ด้วยอำนาจอาการที่ปรากฏแก่ภิกษุผู้มีอัฐิสัญญา ไม่ได้ตรัสด้วยการขยายนิमित ในสมัยของพระเจ้าธรรมโศกราช ได้มีนกรเวกเห็นเงาของตนที่ผาซึ่งทำด้วยกระจกโดยรอบๆ ทำให้เจ้านกรเวกมันสำคัญว่ามีนกรเวกอยู่ทั่วทุกทิศ จึงได้ร้องออกไปด้วยเสียงอันไพเราะ แม้พระเถระก็เช่นเดียวกัน เพราะท่านได้สำเร็จอัฐิสัญญา จึงเห็นนิमितปรากฏอยู่ในทั่วทุกทิศ เลยเข้าใจว่า แผ่นดินแม้ทั้งหมดเต็มไปด้วยอัฐิ

^{๕๒} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๘๖.

^{๕๓} ขุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๑๘/๓๐๙.

นอกจากนี้แล้วก็มีมัจจุฐานที่เหลืออีก ๑๐ มีพุทธานุสสติ เป็นต้น ก็ไม่ควรขยาย เพราะไม่มีปฏิภาคนิมิต เพราะก็มีมัจจุฐานที่มีปฏิภาคนิมิตเท่านั้นที่เป็นก็มีมัจจุฐานควรขยาย และมีมัจจุฐาน ๑๐ ประการ นั้นไม่มีอารมณ์ที่เป็นปฏิภาคนิมิต ดังนั้น จึงไม่ควรขยายอารมณ์นั้น^{๕๔}

๖. แสดงโดยอารมณ์ของฌาน

ข้อที่ว่า โดยอารมณ์ของฌาน มีอธิบายดังนี้ โดยในก็มีมัจจุฐาน ๔๐ ประการ กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายคตาสติ ๑ รวม ๒๒ ก็มีมัจจุฐานนี้ มีอารมณ์เป็นปฏิภาคนิมิต ก็มีมัจจุฐานที่เหลือ ๑๘ ประการ ไม่มีอารมณ์เป็นปฏิภาคนิมิต

ในส่วนของอนุสสติ ๑๐ ยกเว้นอานาปานสติกับกายคตาสติ อนุสสติที่เหลือกับอาหาระ ปฏิกุศลสัญญา ๑ จตุธาตววัตถาน ๑ วิญญานัญญาตนะ ๑ เนวสัญญานาสัญญาตนะ ๑ รวม ๑๒ ก็มีมัจจุฐานนี้มีอารมณ์เป็นสภาวะธรรม กสิณ ๑๐ อสุภ ๑๐ อานาปานสติ ๑ กายคตาสติ ๑ รวม ๒๒ ก็มีมัจจุฐานนี้มีอารมณ์เป็นนิमित ก็มีมัจจุฐานที่เหลือ ๖ คือ พรหมวิหาร ๔ อากาสนัญญาตนะ ๑ อากิญจัญญาตนะ ๑ มีอารมณ์ที่พูดไม่ถูก (คือใช้สภาวะธรรมและไม่เป็นนิमित)

ส่วนในวิปุพพอกุสละ ๑ โลหิตอกุสละ ๑ ปุพุกอกุสละ ๑ อานาปานสติ ๑ อาโปกสิณ ๑ เตโชกสิณ ๑ วาโยกสิณ ๑ และอารมณ์ คือ ดวงแสงแห่งพระอาทิตย์ที่ฉายเข้าไปในข้างใน โดยทางช่องหน้าต่างในโลกสิณ ๑ รวม ๘ ก็มีมัจจุฐานนี้ มีอารมณ์ที่เคลื่อนไหวได้ แต่ก็เคลื่อนไหวได้ในเบื้องต้น ต้องมีปฏิภาคนิมิตเกิดขึ้นก่อนเท่านั้น ส่วนที่เป็นปฏิภาคนิมิตแล้วจะสงบนิ่งเหมือนกัน ก็มีมัจจุฐานที่เหลือจาก ๘ ก็มีมัจจุฐานนี้ ไม่มีความอารมณ์เคลื่อนไหว^{๕๕}

๗. แสดงโดยภูมิเป็นที่บังเกิด

ข้อที่ว่าโดยภูมิเป็นที่บังเกิด มีอธิบายว่า อสุภก็มีมัจจุฐาน ๑๐ กายคตาสติ + อาหาระ ปฏิกุศลสัญญา ๑ รวม ๑๒ ก็มีมัจจุฐานนี้ ย่อมจะไม่บังเกิดในเทวโลกชั้นกามาวจร เพราะซากศพและอาหารอันน่าเกลียดไม่มีในเทวโลก ก็มีมัจจุฐาน ๑๒ นั้น รวมกับอานาปานสติ ๑ เป็น ๑๓ ก็มีมัจจุฐานนี้ ย่อมจะไม่บังเกิดในพรหมโลก เพราะลมอัสสาสะปัสสาสะไม่มีในพรหมโลก ก็มีมัจจุฐานอื่นนอกจากอรุปรกก็มีมัจจุฐาน ๔ แล้วย่อมไม่บังเกิดในอรุปรก ส่วนในโลกมนุษย์ ก็มีมัจจุฐานบังเกิดได้ครบทั้ง ๔๐ ประการ^{๕๖}

๘. แสดงโดยการถือเอา

ข้อที่ว่า โดยการถือเอา พึงทราบการวินิจฉัยก็มีมัจจุฐานโดยเอาวัตถุที่ให้เห็น สัมผัส และได้ยิน ในก็มีมัจจุฐานเหล่านั้น ยกเว้นวาโยกสิณ กสิณที่เหลือ ๙ กับ อสุภ ๑๐ รวมเป็น ๑๙ ก็มีมัจจุฐานนี้ โดยจะถือเอาสิ่งที่สามารถมองเห็น โดยในเบื้องต้นต้องดูด้วยตาก่อนแล้วก็ถือเอานิมิตของก็มีมัจจุฐานเหล่านั้น ในกายคตาสติ ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน และหนัง ควรถือเอาด้วยสิ่งที่สามารถมองเห็น ส่วนอาการที่เหลือ ๗๒ อย่างนั้น ก็ควรถือกำหนดเอาจากเสียงที่ได้ยิน ดังนั้น ในอารมณ์ของกายคตาสติ

^{๕๔} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๘๖-๑๘๙.

^{๕๕} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๘๙.

^{๕๖} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๙๐.

กัมมัฏฐาน ฟังถือกำหนดเอาจากสรีที่ให้เห็นและเสียงที่ได้ยินนั้น ส่วนอานาปานสติกัมมัฏฐานควรถือกำหนดเอาด้วยการสัมผัสถูกต้อง วาโยกสิณควรถือกำหนดได้จากสรีที่เห็นและการสัมผัสถูกต้อง กัมมัฏฐานที่เหลืออีก ๑๘ ควรถือกำหนดด้วยเสียงที่ได้ยิน ในกัมมัฏฐาน ๔๐ ประการนั้น กัมมัฏฐาน ๕ คือ อุปเพชฌัญญู ๑ อารูปกัมมัฏฐาน ๔ อันโยคีบุคคลผู้เริ่มลงมือทำกัมมัฏฐานจะฟังถือกำหนดเอาไม่ได้โดยทันที ส่วนกัมมัฏฐานที่เหลืออีก ๓๕ อย่าง สามารถถือกำหนดได้โดยทันที^{๕๗}

๙. แสดงโดยความเป็นปัจจัยเกื้อหนุน

อาการโดยความเป็นปัจจัยเกื้อหนุนนั้นมีอธิบายว่า ในบรรดากัมมัฏฐานเหล่านี้ กสิณ ทั้ง ๑๐ ประการ ยกเว้นอากาศกสิณ ย่อมเป็นปัจจัยเกื้อหนุนแก่อารูปปณณทั้งหลาย ซึ่งกสิณทั้ง ๑๐ ประการเป็นปัจจัยเกื้อหนุนแก่ภิญญาทั้งหลาย ในพรหมวิหาร ๓ ที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นนั้น เป็นปัจจัยเกื้อหนุนแก่พรหมวิหารข้อที่ ๔ อารูปกัมมัฏฐานบทต่างๆ เป็นปัจจัยเกื้อหนุนแก่อารูปกัมมัฏฐานบท สูงๆ เนวสัญญานาสัญญายตนกัมมัฏฐาน เป็นปัจจัยเกื้อหนุนแก่นิโรธสมาบัติ และกัมมัฏฐานทั้งหลาย นั้นเป็นปัจจัยเกื้อหนุนแก่การอยู่ให้เป็นสุข แก้วปีศสนากัมมัฏฐาน และภวสมบัติทั้งหลาย^{๕๘}

๑๐. แสดงโดยความเหมาะสมแก่จริยา

ในอาการโดยความเหมาะสมแก่จริยานี้กล่าวว่า ประการแรกในกัมมัฏฐาน ๔๐ นั้น กัมมัฏฐาน ๑๑ คือ อสุภ ๑๐ กายคตาสติ ๑ ซึ่ง ๑๑ อย่างนี้เหมาะแก่คนราคจริต กัมมัฏฐาน ๘ คือ พรหมวิหาร ๔ วรรณกสิณ ๔ เหมาะสมแก่คนโทสจริต อานาปานสติกัมมัฏฐานเหมาะแก่คนโมหจริต และคนวิตกจริต ส่วนอนุสสติ ๖ ที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น เหมาะสมแก่คนศรัทธาจริต ในกัมมัฏฐาน ๔ ได้แก่ มรณสติ อุปสมานุสสติ จตุธาตววัตถาน และอาหาเรปฏิกูลสัญญา เหมาะแก่คนที่มีพุทธรจริต กสิณกัมมัฏฐานที่เหลือ ๖ กับอารูปกัมมัฏฐาน ๔ เหมาะสมแก่คนทุกจริต แต่ไว้ในกสิณ ๑๐ นั้น มีอย่างหนึ่งที่เล็กลงขนาดขึ้นหรือโอ เหมาะสมกับคนวิตกจริต ขนาดใหญ่กว่านั้นจนเท่ากับจวนข้าว เป็นต้น เหมาะแก่คนโมหจริต^{๕๙}

นอกจากนี้แล้วยังมีใจความสรุปว่า ในคัมภีร์นั้นผู้แต่งได้แสดงไว้ด้วยอำนาจที่เป็นข้าศึกแก่กันโดยตรงอย่างหนึ่ง ด้วยอำนาจเป็นกัมมัฏฐานที่สบายแท้ๆ อย่างหนึ่ง แต่อย่างไรก็ดีเมื่อขึ้นชื่อว่า ภาวนากุศลแล้ว ก็ย่อมที่จะกำจัดกิเลสอันมี ราคะ เป็นต้น แล้วยังเป็นสิ่งที่อุปการะแก่คุณธรรมโดยมี ศรัทธา เป็นต้น ซึ่งพระผู้พระภาคได้ทรงแสดงไว้ในเมฆียสูตรว่า “ฟังเจริญธรรม ๔ ประการให้ยิ่งๆ ขึ้นไป คือ ฟังเจริญอุสุภกัมมัฏฐานทั้งหลายเพื่อประหานเสียซึ่งราคะ ฟังเจริญเมตตาเพื่อประหารเสียซึ่ง พยาบาท ฟังเจริญอานาปานสติเพื่อกำจัดเสียซึ่งมิถฉาวิตก ฟังเจริญอนิจจสัญญาเพื่อถอนเสียซึ่ง อัสมิมานะ”^{๖๐}

^{๕๗} เรื่องเดียวกัน, หน้าเดียวกัน.

^{๕๘} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๙๑.

^{๕๙} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๙๑.

^{๖๐} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๑๙๒.

นอกจากนี้แล้วในราหุลสูตร พระผู้มีพระภาคก็ได้ทรงแสดงกัมมัญฐาน ๗ ประการโปรด พระราหุลเถระเพียงองค์เดียว โดยนัยมีอาทิว่า “ราหุล เธอจงเจริญซึ่งภาวนาอันมีเมตตาเป็นอารมณ์ ...”^{๖๑} เพราะเหตุนี้ ผู้ศึกษาอย่าได้ทำความยึดถือเพียงแต่ในข้อความที่แสดงไว้ว่า กัมมัญฐานอย่างโน้น เหมาะสมแก่จริตบุคคล ประเภทโน้น ผู้ศึกษาควรที่จะแสวงหาอรรถาธิบายในคัมภีร์ต่าง ทัวไป

จึงสรุปได้ว่าประเภทของกัมมัญฐานที่ปรากฏในพระคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้ มีกัมมัญฐานอยู่ ๔๐ ได้จัดแบ่งประเภทตามหมวดหมู่ โดยอาการต่างๆ ตามความเหมาะสมแก่ผู้ศึกษาและผู้ปฏิบัติ เช่น ความเหมาะสมแก่จริตของตน ตามสถานการณ์สิ่งแวดล้อมต่างๆ เป็นต้น ซึ่งประเภทที่ได้กล่าวไว้ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมนั้นสามารถที่จะเสียซึ่ง ความมีราคะ โทสะ โมหะ เป็นต้น

๒.๒.๒.๒ วิธีปฏิบัติกัมมัญฐาน

ในการปฏิบัติกัมมัญฐานนี้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้อธิบายไว้ว่า ผู้เรียนนั้นควรเข้าไปหา กัลยาณมิตรผู้ให้กัมมัญฐาน แล้วถวายตัวแด่พระผู้มีพระภาคพุทธเจ้าหรือแก่อาจารย์ แล้วควรทำตนให้ เป็นผู้มื่อชฌาสัยอันสมบูรณ์ และมีอิมุตอันสมบูรณ์

ผู้มีอชฌาสัยสมบูรณ์ย่อมจะบรรลุพระโพธิญาณ ๓ ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อม เป็นไปเพื่อความแก่แห่งโพธิญาณของพระโพธิสัตว์ทั้งหลาย คือ

๑. พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย ผู้มื่อชฌาสัยไม่โลภ เห็นโทษในความโลภ
๒. พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย ผู้มื่อชฌาสัยไม่โกรธ เห็นโทษในความโกรธ
๓. พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย ผู้มื่อชฌาสัยไม่หลง เห็นโทษในความหลง
๔. พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย ผู้มื่อชฌาสัยในการออกบวช เห็นโทษในฆราวาส
๕. พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย ผู้มื่อชฌาสัยชอบความสงัด เห็นโทษในการคลุกคลีกับหมู่

คณะ

๖. พระโพธิสัตว์ทั้งหลาย ผู้มื่อชฌาสัยในนิพพาน เห็นโทษในภพและคติทั้งปวง

พระโสธาบัน พระทสกทาคามี พระอนาคามี พระชีนาสพ พระปัจเจกพุทธเจ้า และ พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทั้งหลายจำพวกใดจำพวกหนึ่ง ทั้งที่ล่วงไปแล้ว ทั้งที่จะมาในอนาคต ทั้งที่ ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน ทั้งหมดนั้นได้บรรลุซึ่งคุณวิเศษอันตนและตนพึงบรรลุด้วยอาการทั้งหลาย ๖ ประการ เพราะฉะนั้นอันโยคีบุคคลพึงควรเป็นผู้มื่อชฌาสัยสมบูรณ์โดย ๖ ประการ^{๖๒}

อิมุตอันสมบูรณ์ คือ ความเป็นผู้น้อมจิตไปเพื่อประโยชน์นั้น เป็นผู้น้อมจิตไปใน สมภาติ เป็นผู้หนักในสมภาติ เป็นผู้โน้มจิตไปในสมภาติ และเป็นผู้โน้มจิตไปในนิพพาน เป็นผู้หนักใน นิพพาน เป็นผู้โน้มจิตไปในนิพพาน^{๖๓}

๑. อาจารย์ผู้ให้กัมมัญฐานและกัลยาณมิตร

การที่จะหาอาจารย์ผู้ให้กัมมัญฐานนั้น ท่านผู้ใดก็ตามที่สามารถให้กัมมัญฐานทั้ง ๒ อย่างที่ได้กล่าวไว้ข้างต้นนี้ได้ คือ สามารถสอนสัพพัตถกัมมัญฐาน และปาริหาริกกัมมัญฐาน ท่านผู้

^{๖๑} เรื่องเดียวกัน, หน้าเดียวกัน.

^{๖๒} วิสุทธิ. (ไทย) ๓๙/๒๐๐.

^{๖๓} เรื่องเดียวกัน, หน้าเดียวกัน.

นั่นเชื่อว่าผู้สามารถให้พระกัมมัฏฐาน^{๖๔} ส่วนกัลยาณมิตรนั้น หมายถึงเอากัลยาณมิตรผู้ที่ตั้งใจตนอยู่ในฝ่ายข้างดี มีจิตมุ่งในสิ่งประโยชน์ ซึ่งประกอบด้วยคุณสมบัติประจำตน คือ

- ๑) มีคุณสมบัติเป็นที่รัก
- ๒) มีคุณสมบัติเป็นที่น่าเคารพ
- ๓) มีคุณสมบัติเป็นที่น่าสรรเสริญ
- ๔) เป็นผู้สามารถว่ากล่าวตักเตือน
- ๕) เป็นผู้อดกลั้นต่อถ้อยคำต่ำๆ สูงๆ ได้
- ๖) เป็นผู้สามารถชี้แจงถ้อยคำที่สับสนลุ่มลึกได้
- ๗) เป็นผู้ไม่แนะนำในทางที่ไม่สมควร^{๖๕}

นอกจากนี้กัลยาณมิตร จะต้องเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยศรัทธา สมบูรณ์ด้วยศีล สมบูรณ์ด้วยสุตะ สมบูรณ์ด้วยวิริยะ สมบูรณ์ด้วยสติ และเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยปัญญา คือยอมเชื่อมั่นต่อความตรัสรู้ของพระตถาคตเจ้า และเชื่อมั่นต่อกรรมและผลแห่งกรรมด้วยศรัทธาสมบัติ ไม่ยอมปล่อยวางการแสวงหาประโยชน์แก่สรรพสัตว์ทั้งหลายอันเป็นเหตุแห่งสัมมาสัมโพธิญาณด้วยศรัทธาสมบัตินั้นเป็นที่รักเป็นที่เคารพน่าสรรเสริญ สามารถหักท้วงตำหนิกล่าวโทษ อดทนต่อถ้อยของสัตว์ทั้งหลายได้ด้วยศีลสมบัติ สามารถชี้แจงถ้อยคำอันลุ่มลึก ซึ่งประกอบด้วยสัจธรรมและปฏิจกสมุปบาทธรรม มากน้อย สันโดษ ชอบสงัด เป็นต้น^{๖๖}

กัลยาณมิตรผู้สมบูรณ์ด้วยคุณสมบัติทุกๆ ประการนั้น คือ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยมีพระบาลีรับรองว่า “อานนท์ สัตว์ทั้งหลายผู้มีความเกิดเป็นธรรมดา ย่อมพ้นจากชาติความเกิดได้ ด้วยอาศัยกัลยาณมิตรคือเราตถาคตนั้นเทียว”^{๖๗} เพราะเหตุนี้ เมื่อพระสัมมาสัมพุทธเจ้ายังทรงพระชนมอยู่นั้น การเรียนกัมมัฏฐานในสำนักของพระผู้มีพระภาคเจ้านั้นประเสริฐที่สุด แต่เมื่อพระพุทธองค์ได้เสด็จดับขันธปรินิพพานไปแล้ว ในบรรดาพระมหาสาวก ๘๐ องค์ องค์ใดยังมีชนมาอยู่ การเรียนกัมมัฏฐานในสำนักของพระมหาสาวกองค์นั้น ย่อมเป็นการสมควร เมื่อพระมหาสาวกนั้นไม่มีอยู่แล้ว ก็พึงเรียนเอาในสำนักของพระอรหันต์ที่ได้ฉานปัญญาด้วยพระกัมมัฏฐานบพที่ตนจะเรียนเอา นั้น แล้วเจริญวิปัสสนาเป็นปทัฏฐาน จะได้บรรลุถึงซึ่งความสิ้นสุดแห่งอาสวะกิเลส^{๖๘}

พระอรหันต์นั้น ท่านสามารถรู้ถึงภาวะที่ผู้จะทำความเพียรแล้วยอมแสดงตนให้ทราบด้วยความอาภายและรื่นเริง โดยชี้ให้เห็นถึงภาวะแห่งการปฏิบัติไม่เป็นโมฆะ^{๖๙} พระอัสสคตเถระ ภิกษุนี้เป็นผู้จะทำกัมมัฏฐานแล้ว ท่านก็ปลุกแผนหนังไว้บนอากาศแล้วสามารถนั่งสมาธิอยู่แผนหนังนั้น แล้วบอกกัมมัฏฐานแก่ภิกษุผู้ปรารถนาพระกัมมัฏฐาน ดังนั้นโยคีบุคคลควรเรียนกัมมัฏฐานในสำนักของท่านผู้ทรงคุณสมบัติจากก่อนมาหลัง ได้แก่ พระอนาคามี พระสกทาคามี พระโสดาบัน

^{๖๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๐.

^{๖๕} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๑.

^{๖๖} ดุรายละเหียดใน วิสุทธิ. ๔๒/๑๖๑

^{๖๗} ส.ส. (ไทย) ๑๕/๑๒๙/๑๕๒, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๒/๓.

^{๖๘} ดุรายละเหียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๔๒/๑๖๒.

^{๖๙} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๖๒.

ปุณฺณผู้ได้มาน ท่านผู้ทรงจำปิฎกทั้งสาม ท่านผู้ทรงจำปิฎกทั้งสอง ท่านผู้ทรงจำปิฎกทั้งหนึ่ง แม้เมื่อท่านผู้ทรงจำปิฎกหนึ่งก็ไม่มี ก็สามารถเรียนกัมมัญฐานของท่านผู้ที่มีความชำนาญแม้เพียงสังคีตอันเดียว พร้อมทั้งอรรถกถา และเป็นผู้มีความละเอียดด้วย ก็จะได้ชื่อว่าเป็นผู้รักษาประเพณี เป็นอาจารย์ ยึดถือมติของอาจารย์ ไม่ใช่ผู้ถือมติของตนเองเป็นใหญ่ พระเถระในกาลก่อนจึงได้กล่าวประกาศไว้ถึง ๓ ครั้งว่า ท่านผู้มีความละเอียดจักรักรักษา ท่านผู้มีความละเอียดจักรักรักษา ท่านผู้มีความละเอียดจักรักรักษา ฉะนี้^{๗๐}

ในบรรดากัลยาณมิตรที่เป็นอรหันต์ซึ่งได้กล่าวไว้ข้างต้น ท่านย่อมบอกกัมมัญฐานให้ได้แต่แนวทางที่ท่านได้บรรลุมาด้วยตนเอง ส่วนกัลยาณมิตรผู้เป็นพหูสูตรเนื่องจากเหตุที่ได้เรียนพระบาลีอรรถกถามาช่วยในกัมมัญฐานที่ได้ศึกษาจากอาจารย์ แล้วเรียนอย่างชาวสะอาด ไม่มีข้อเคลือบแคลงสงสัยเหลืออยู่ท่านจึงเลือกสรรเอาบทที่สมควรแก่กัมมัญฐานนั้น เอาจะปรับปรุงให้เหมาะสมแก่โยคีที่จะให้กัมมัญฐาน^{๗๑}

๒. ระเบียบเข้าหาอาจารย์ผู้กัลยาณมิตร

ผู้ได้กัลยาณมิตรนั้นในวัดเดียวกันนั้นถือว่าเป็นบุญ แต่ถ้าไม่มีก็ควรไปหาที่วัดนั้น และเมื่อไปก็อย่าล้างเท้า อย่าทานั้น อย่าสวมรองเท้า อย่ากั้นร่ม อย่าให้ศิษย์ช่วยถือชามานั้น น้ำผึ้ง น้ำอ้อย เป็นต้น อย่าไปอย่างมีอันเตวสิกห้อมล้อม ควรไปของที่สมควรเตรียมไป ให้เสร็จบริบูรณ์แล้วถือเอาบาตรจีวรของตนเองไปด้วย เมื่อแวะพักวัดใดในระหว่างทางก็ควรทำวัตรปฏิบัติ ณ วัดนั้นตลอดไป เวลาเข้าไปควรทำอาคันตุกวัตร ถ้าจะออกมาก็ควรทำคัมภีร์ ให้บริบูรณ์ พึงมีเครื่องบริวารเพียงเล็กน้อยและมีความประพฤติอย่างเคร่งครัดที่สุด

ก่อนจะเข้าสู่วัด ควรทำไม้ชำระฟันให้เป็นกับปิยะพอใช้ได้ ในระหว่างทาง แล้วก็เข้าไปอย่าได้แวะพัก ณ บริเวณอื่นหรืออย่าได้ล้างเท้าทาน้ำมันเพราะว่า ถ้าในวัดนั้นไม่มีภิกษุลงคอกับอาจารย์นั้น ภิกษุเหล่านั้นก็จะถามเหตุที่มา และประกาศตำหนิอาจารย์ให้ฟังทำให้เกิดความเดือดร้อนใจให้ต้องกลับไป ทางที่ดีควรเดินตรงเข้าไปหาอาจารย์นั้นเลย^{๗๒}

๓. การถวายตัวแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าและอาจารย์

จากนั้นจึงขอเอาพระกัมมัญฐาน ในการถวายตัวนั้น โยคีบุคคลควรกล่าวคำถวายตัวแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าว่า “อิมามหิ ภควา อุตตภาวํ ตุมหากํ ปริจฺจขามิ ข้าแต่พระผู้มีพระภาค ขอพระพุทธเจ้าขอถวายอภิปาพร่างกายอันนี้ แด่พระพุทธองค์^{๗๓}

การถวายตัวแด่พระผู้มีพระภาคเจ้านี้มีความสำคัญเป็นอย่างมาก มีอานิสงส์ คือแม้ว่าอารมณ์อันน่ากลัวมาปรากฏให้เห็น ก็จะไม่เกิดความหวาดกลัว มีแต่จะเกิดความโสมนัสอย่าง

^{๗๐} วิสุทฺธิ. (ไทย) ๔๒/๑๖๓.

^{๗๑} วิสุทฺธิ. (ไทย) ๔๒/๑๖๓.

^{๗๒} วิสุทฺธิ. ๔๒/๑๖๔.

^{๗๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๙๓.

เดียว โดยที่จะได้เตือนตัวเองว่า “พ่อบัณฑิต ก็วันนั้น เจ้าได้ถวายตัวแต่พระพุทธเจ้าแล้ว มิใช่หรือ”^{๗๔} ดังตัวอย่างว่า บุรุษคนหนึ่งมีผ้ากาสิกพัสตร์ (ผ้าที่ทำในแคว้นกาสิ) อย่างดีที่สุด เมื่อผ้านั้นถูกหนูหรือพวกแมลงสาบกัด เขาก็จะเกิดความเศร้าเสียใจ แต่ถ้าเขาถวายผ้านั้นแก่ภิกษุผู้ไม่มีจีวรแล้ว เขาก็จะได้เห็นผ้านั้น ซึ่งภิกษุเอามาตัดเย็บเขาก็จะเกิดความโสมนัสยินดี

ส่วนการไม่ถวายตัวแต่พระพุทธเจ้านั้น คือ เมื่อหลีกเร้นไปอยู่ที่เสนาสนะที่เงียบสงัด ถ้าอารมณ์อันน่ากลัวมาปรากฏให้เห็น ก็จะไม่สามารถที่จะยับยั้งตั้งตนอยู่ได้ จะเลี้ยงหนีไปยังแดนหมู่บ้านเกิดคลุกคลีกับชาวบ้านคฤหัสถ์ ทำการแสวงหาลาภสักการะอันไม่สมควร ก็จะถึงความฉิบหาย

นอกจากนี้แล้วผู้ปฏิบัติก็มีมัญฐาน เมื่อจะถวายตัวแก่พระอาจารย์ก็มีคำกล่าวอยู่ว่า “อิม่าหิ ภนฺเต อุตตภาวํ ตุมหากํ ปริจฺจามิ ข้าแต่ท่านอาจารย์ผู้เจริญ กระผมขอมอบถวายอัตภาพร่างกายอันนี้แก่ท่านอาจารย์”

การถวายตัวต่ออาจารย์ จะไม่เป็นคนที่ใครๆ ชัดขวางไม่ได้ ไม่เป็นคนตามแต่ใจตนเอง เป็นคนว่าง่าย มีความประพฤติติดเนื่องอยู่กับอาจารย์ ก็จะได้รับคำสั่งเคราะห์จากอาจารย์ ก็จะถึงซึ่งความงอกงามไพบูลย์ในพระศาสนา เหมือนอย่างพวกศิษย์อันเตวาของพระจุฬปิณฑปาตีกติสสเถระ

การไม่ถวายตัวต่ออาจารย์ ย่อมเป็นคนที่ไม่มีใครมาชัดเจน บางทีก็จะเป็นคนที่ว่ายากเพราะไม่เชื่อฟังโอวาท บางทีก็จะเป็นคนตามแต่ใจตนเองอยากไปไหนก็ไปโดยไม่ลาครูบาอาจารย์ก่อน บุคคลเช่นนี้ครูอาจารย์ก็จะไม่รับสั่งเคราะห์ด้วยอามิสหรือด้วยธรรมะ คือ การสั่งสอน จะไม่ให้ศิษย์วิชากรรมมัญฐานอันสุขุมลึกซึ้ง เมื่อไม่ได้รับการสั่งเคราะห์แล้ว ก็จะได้ไม่ได้ที่พึงในพระศาสนา ไม่ช้าไม่นานก็จะเป็นคนทุศีล บรรพชิตก็จะลาสิกเป็นคฤหัสถ์^{๗๕}

๔. การปฏิบัติต่ออาจารย์

แม้อาจารย์นั้นจะเป็นผู้อ่อนพรรษากว่า ก็อย่างพึงยินดีต่อการช่วยรับบาตรและจีวร ถ้าท่านแก่พรรษากว่า พึงไหว้ท่านแล้วยืนคอยอยู่ก่อน ควรเก็บและบาตรและจีวรตามที่ท่านแนะนำว่า “อาวุโส เก็บบาตรแลจีวรเสีย” ถ้าปรารถนาอยากจะดื่มก็จงดื่มตามที่ท่านแนะนำว่า “อาวุโส นิมนต์ดื่มน้ำ” แต่อย่าพึงล้างเท้าทันทีเมื่อท่านแนะนำว่า “ล้างเท้าเสีย อาวุโส” เพราะเป็นหน้าที่พระอาจารย์ตักมาเอง ย่อมเป็นสิ่งที่ไม่สมควร แต่เมื่อท่านแนะนำว่า “ล้างเถิดอาวุโส ฉันไม่ได้ตักมาเองดอก คนอื่นเขาคัดมา” ก็ล้างเท้าที่กำบังพระอาจารย์มองไม่เห็น หรือล้างข้างหนึ่งของวิหารอันว่างเปล่า แต่ก็ยังไม่ควรที่จะขอกัมมัญฐานเลยทันที ควรศึกษากิจวัตรประจำวันของท่าน สมดังวัตรปฏิบัติโดยชอบอันพระผู้มีพระภาคทรงบัญญัติไว้สนคัมภีร์มหาขันธกะ วินัยปิฎก ว่า “ภิกษุทั้งหลาย อันเตวาสิกพึงประพฤติปฏิบัติโดยชอบในพระอาจารย์ กิริยาที่ประพฤติปฏิบัติโดยชอบในพระอาจารย์นั้น ดังนี้ พึงลุกขึ้นแต่เช้าแล้วถอดรองเท้าเสีย ห่มจีวรเฉวียงบ่า ถวายไม้ชำระฟัน ถวายน้ำล้างหน้า ปูลาดอาสนะ ถ้ามี

^{๗๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๙๓.

^{๗๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. ๓๙/๑๙๔.

ข้าวต้ม พึ่งล้างภาชนะให้สะอาดแล้วนึ่งข้าวต้มไปถวาย^{๗๖} เมื่อโยคีบุคคลทำให้ท่านอาจารย์พอใจ ด้วยวัตรนี้แล้ว ก็อยู่ทำกิจวัตรค่อยเป็นค่อยไป เมื่ออาจารย์ถามว่าท่านมาที่นี่เพื่อประสงค์สิ่งใดก็ให้ กราบเรียนตามความประสงค์ที่มา เมื่อได้เป็นศิษย์เรียนกัมมัฏฐานอย่างนี้แล้วก็ให้หนดเวลากัน ถ้าวันใด เกิดโรคขึ้นมา เช่น ท้องเสีย ชาติกำเริบ เป็นต้น ก็ควรกราบเรียนอาจารย์ให้ท่านทราบ ขอเปลี่ยนเวลา สถานที่ เพราะเมื่อเป็นโรคแล้วเวลาเรียนกัมมัฏฐานจะทำให้ไม่สามารถทำการมณสิการได้^{๗๗}

๕. วิธีสอนกัมมัฏฐาน

เมื่อโยคีบุคคลนั้นได้มีอัมชฌาสัยและอธิมุตติสมบุรณ์ได้ที่แล้วตาที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น ได้ ขอกัมมัฏฐานกับอาจารย์ผู้สำเร็จเจโตปริยญาณ จากนั้นควรตรวจสอบวาระจิตให้ทราบจรियाเสียก่อน สำหรับอาจารย์ที่ไม่ได้สำเร็จเจโตปริยญาณนอกนี้ พึงทราบจรियाโดยสอบถามโยคีบุคคลโดยนัยว่าตน จะสามารถเรียนกัมมัฏฐานแบบไหนที่เหมาะสมกับจรिया^{๗๘}

จากนั้นอาจารย์จะสอนกัมมัฏฐาน คือสอนด้วยพิธี ๓ ประการ คือ สำหรับโยคีผู้ ศึกษากัมมัฏฐานธรรมดา จะสาธยายให้ฟัง ๑ หรือ ๒ ที่นั่ง (๑-๒ จบ) แล้วจึงมอบให้ ส่วนโยคีผู้ที่อยู่ ประจำในสำนักจะสอนให้ทุกๆ ครั้งที่มาหา สำหรับผู้ที่เรียนแล้วประสงค์จะไปปฏิบัติ ณ ที่อื่น ก็ จะสอนแบบไม่ย่อเกิมนไป ไม่พิสดารเกิมนไป^{๗๙} นี่คือการสอนกัมมัฏฐาน ๓ ประการซึ่งจะแตกต่างกันไป ตามกิจวัตรของโยคีผู้จะศึกษา

จากนั้นเมื่ออาจารย์ได้สอนกัมมัฏฐานแล้ว โยคีบุคคลควรตั้งใจฟัง จำเอานิมิตให้ได้ คือ เอาอาการนั้นมาผูกมั่นในใจว่า นี่คือ บทหลัง บทหน้า เป็นใจความของบทนั้น นี่เป็นคำอธิบาย และนี่เป็นคำอุปมา เมื่อจำเอานิมิตได้อย่างนี้แล้ว ย่อมถือได้ว่า เรียนเอากัมมัฏฐานด้วยดีแล้ว เมื่อเป็น เช่นนี้ การบรรลุลุคณวิเศษก็สำเร็จแก่ผู้ศึกษาเพราะตั้งใจศึกษาเป็นอย่างดี แต่บุคคลที่ไม่ตั้งใจเรียนก็จะ ไม่สำเร็จ^{๘๐}

จึงสรุปได้ว่าการจะเรียนเอาพระกัมมัฏฐานนั้นไม่ใช่ว่าอยากจะทำก็ทำด้วยตนเอง จำเป็นต้องมีครูผู้สำเร็จกัมมัฏฐานอย่างน้อยก็หนึ่งอย่าง เมื่อต้องการเรียนก็ต้องให้ดูแลปรนนิบัติท่าน ผู้สอนให้เป็นอย่างดี แต่ก่อนจะเรียนก็ต้องถวายตัวต่อพระผู้มีพระภาคเจ้าครุบาอาจารย์เพื่อให้หนัก แน่นในการปฏิบัติ

^{๗๖} ดุรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. ๓๙/๑๙๕.

^{๗๗} ดุรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. ๓๙/๑๖๖.

^{๗๘} ดุรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. ๔๙/๒๐๑.

^{๗๙} ดุรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. ๔๙/๒๐๑.

^{๘๐} ดุรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (ไทย) ๔๙/๒๐๒.

๒.๓ อนุสสติกัมมัฏฐานในวิสุทธิมรรค

อนุสสติ แปลว่า “ตามระลึกถึง” กัมมัฏฐานกองนี้ เป็นกัมมัฏฐานที่ตามระลึกนึกถึงมีกำลังสมาธิไม่เสมอกัน บางหมวดก็มีสมาธิเพียงอุจารฌาน บางหมวดก็มีสมาธิถึงปฐมฌาน บางหมวดก็มีสมาธิถึงฌาน ๔ และฌาน ๕ กำลังของกัมมัฏฐานกองนี้มีกำลังไม่เสมอกัน อนุสสติทั้ง ๑๐ อย่างนี้ เหมาะแก่อารมณ์ของนักปฏิบัติไม่ใช่ว่าจะเหมือนกัน บางหมวดก็เหมาะแก่ท่านที่หนักไปในสัทธา จริต บางหมวดก็เหมาะแก่ท่านที่หนักไปในวิตกและโมหะจริต บางหมวดก็เหมาะแก่ท่านที่หนักไปในราคะจริต อนุสสติมีประเภทและแนวทางปฏิบัติ ดังนี้

๒.๓.๑ ประเภทของอนุสสติกัมมัฏฐาน

อนุสสติกัมมัฏฐานนั้นพระคัมภีร์กล่าวไว้ว่า อนุสสติ เพราะเกิดขึ้นบ่อยๆ อีกอย่างหนึ่ง สติอันสมควรแก่กุลบุตรผู้บวชด้วยศรัทธา เพราะเป็นไปในฐานอันควรจะเป็น แม้เพราะเหตุนี้จึงชื่ออนุสสติ

๑. ความระลึกเนื่องๆ เกิดขึ้นปรารภพระพุทธเจ้า ชื่อว่า พุธานุสสติ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีพระพุทธคุณเป็นอารมณ์

๒. ความระลึกเนื่องๆ เกิดขึ้นปรารภพระธรรม ชื่อว่า ัมมานุสสติ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีพระธรรมคุณเป็นอารมณ์ มีความเป็นธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสดีแล้วเป็นต้น

๓. ความระลึกเนื่องๆ เกิดขึ้นปรารภพระสงฆ์ ชื่อว่า สังฆานุสสติ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีพระสงฆ์คุณเป็นอารมณ์ มีความเป็นผู้ปฏิบัติดี เป็นต้น

๔. ความระลึกเนื่องๆ เกิดขึ้นปรารภศีล ชื่อว่า สีลานุสสติ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีคุณแห่งศีลเป็นอารมณ์ มีเป็นเป็นของไม่ขาด เป็นต้น

๕. ความระลึกเนื่องๆ เกิดขึ้นปรารภการบริจาต ชื่อว่า จาคานุสสติ คำนี้เป็นชื่อของสติที่มีคุณแห่งการบริจาตเป็นอารมณ์ มีความเป็นผู้เสียสละอย่างเด็ดขาด เป็นต้น

๖. ความระลึกเนื่องๆ เกิดขึ้นปรารภเวทดาทั้งหลาย ชื่อว่า เวदानุสสติ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีคุณคือศรัทธาเป็นต้นของตน โดยตั้งเวทดาทั้งหลายไว้ในฐานเป็นพยานเป็นอารมณ์

๗. ความระลึกเนื่องๆ เกิดขึ้นปรารภมรณะ ชื่อว่า มรณานุสสติ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีความขาดแห่งอินทรีย์คือชีวิตเป็นอารมณ์

๘. สติอันนึกถึงซึ่งรูปร่างอันต่างด้วยผมเป็นต้น หรือสติอันนึกไปในกาย ชื่อว่า กายคตาสติ นั้นด้วย นึกถึงซึ่งรูปร่างหรือนึกไปในกายด้วย ชื่อว่า กายคตาสติ แทนที่จะกล่าวว่า กายคตาสติ กล่าวเสียว่า กายคตาสติ เพราะไม่ทำรัสสะ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีนิมิต คือชิ้นส่วนของกายมีผมเป็นต้นอารมณ์

๙. ความระลึกเกิดขึ้นปรารภลมหายใจเข้าและลมหายใจออก ชื่อว่า อานาปานสติ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีนิมิตคือลมหายใจเข้าและลมหายใจออกเป็นอารมณ์

๑๐. ความระลึกเนื่องๆ เกิดขึ้นปรารภความสงบ ชื่อว่า อุปสมมานุสสติ คำนี้เป็นชื่อของสติอันมีนิพพานอันเป็นที่สงบทุกข์ทั้งปวงเป็นอารมณ์^{๘๑}

^{๘๑} วิสุทธิ. (ไทย) ๑๒๓/๓๔๓-๓๔๔.

จึงสรุปได้ว่าประเภทของอนุสสติคือความระลึกเนื่องในคุณของพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เป็นต้น โดยนำแต่ละประเภทมาเป็นอารมณ์ของกัมมัฏฐานหรือตามจริตของตนที่ตนถนัด ตามนิสัยของตนเอง

๒.๓.๒ วิธีการเจริญอนุสติกัมมัฏฐาน

วิธีเจริญอนุสติกัมมัฏฐานนั้นมีลักษณะที่แตกต่างกันไปตามประเภทของแต่ละอนุสสติ แต่มีหลักการใกล้เคียงกัน ดังนี้

๑. วิธีเจริญพุทธานุสติกัมมัฏฐาน

ในอนุสสติ ๑๐ ประการนี้ เมื่อโยคีบุคคลผู้มีความเลื่อมใส มีความประสงค์ที่จะเจริญพุทธานุสสติ เป็นประการแรก ควรไป ณ ที่สงัด หลีกเร้นอยู่ ณ เสนาสนะอันสมควร แล้วระลึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาคพุทธเจ้าเนื่องๆ ว่า

พระผู้มีพระภาคอรหันตพระองค์นั้น

- | | |
|---------------------------------|--|
| ๑) อิติปิ อรหํ | เป็นพระอรหันต์ แม้เพราะเหตุนี้ |
| ๒) อิติปิ สมมาสมพุทโธ | เป็นผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ แม้เพราะเหตุนี้ |
| ๓) อิติปิ วิชชาจรณสมปนโน | เป็นผู้ทรงสมบูรณ์ด้วยวิชาและจรณะ แม้เพราะเหตุนี้ |
| ๔) อิติปิ สุขโต | เป็นผู้เสด็จไปด้วยดี แม้เพราะเหตุนี้ |
| ๕) อิติปิ โลกวิทู | เป็นผู้ทรงรู้แจ้งโลก แม้เพราะเหตุนี้ |
| ๖) อิติปิ อนุตตโร ปุริสทมมสารถิ | ทรงเป็นสารถิฝึกบุรุษที่ควรฝึกชั้นยอดเยี่ยม แม้เพราะเหตุนี้ |
| ๗) อิติปิ สตถา เทวมนุสสานํ | ทรงเป็นศาสดาของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย แม้เพราะเหตุนี้ |
| ๘) อิติปิ พุทโธ | ทรงเป็นพุทธ แม้เพราะเหตุนี้ |
| ๙) อิติปิ ภควา | ทรงเป็นภควา แม้เพราะเหตุนี้ ^{๘๒} |

เมื่อบุคคลระลึกถึงพระพุทธรูปทั้งหลายเนื่องๆ จิตจะไม่ถูกราคะรบกวน จะไม่ถูกโทสะรบกวน จะไม่ถูกโมหะรบกวน จิตย่อมจะปรารถนาคงตั้งถึงพระพุทธรเจ้า^{๘๓} เมื่อจิตมุ่งหน้าต่อพระกัมมัฏฐาน สามารถข่มนิวรณ์ไว้ได้ เพราะไม่มีราคะ โทสะ โมหะ รบกวน วิตกและวิจาร์ ที่โน้มเอียงไปในพระพุทธรูปย่อมจะดำเนินไป เมื่อตรึกและพิจารณาถึงพระพุทธรูปอยู่ ปีติย่อมเกิดขึ้น เมื่อมีใจประกอบด้วยปีติ ความกระวนกระวายกายและใจย่อมสงบลงด้วยความสงบอันมีปีติเป็นปทัฏฐาน เมื่อความกระวนกระวายสงบลง ความสุขทั้งทางกายทางใจย่อมเกิดขึ้น เมื่อมีความสุข จิตที่มีพระพุทธรูปเป็นอารมณ์ย่อมเป็นสมาธิ องค์ฌานทั้งหลายย่อมเกิดขึ้นโดยลำดับ ด้วยเหตุที่พระพุทธรูปทั้งหลายนั้นเป็นสภารธรรมที่ลึกซึ้ง เมื่อน้อมจิตระลึกถึงพระคุณแล้ว ฌานจะไม่ถึงขั้นอัปปนา แต่ถึงเพียงขั้นอุป

^{๘๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๒๔/๓๔๕.

^{๘๓} อภ.ฉก. (ไทย) ๒๒/๑๐/๔๒๑, อภ.เอกาทสก. (ไทย) ๒๔/๑๑/๔๑๑.

จาระ เท่านั้น ฤกษ์ผู้ประกอบพุทธานุสสติก็มีภูฐานเนื่องๆ ย่อมเป็นผู้เคารพ มีความยำเกรงในพระศาสนา บรรลุถึงซึ่งความไพบุลย์ด้วยศรัทธา สติ ปัญญา และความไพบุลย์ด้วยบุญ ทำให้เป็นผู้มากไปด้วยสติและความปราโมทย์ สามารถกำจัดโทษภัยอันน่ากลัว อดกลั้นต่อความทุกข์ ย่อมได้ความมั่นใจว่าอยู่ร่วมกับพระศาสนา แม้ว่าสรีระร่างของผู้ที่มีพุทธานุสสติแล้ว ย่อมกลายเป็นสิ่งที่ควรแก่การบูชา เป็นเสมือนสรีระเรื้อนพระเจดีย์สถาน จิตของภิกษุผู้นั้นย่อมโน้มไปในพุทธานุสสติ และเมื่อถึงคราวที่ประจวบกับสิ่งที่ล่วงละเมิด หิริและโอตตปโยมจะปรากฏแก่ผู้ปฏิบัติ เพราะเหมือนกับว่าพระศาสดาอยู่ต่อหน้า จะเป็นผู้มีสุคติเป็นที่ไปเบื้องหน้า^{๘๔}

จึงสรุปได้ว่า พุทธานุสสติก็มีภูฐาน คือการระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า ๙ ประการ อยู่เนื่องๆ เมื่อได้ทำก็มีภูฐานนี้แล้วจะทำให้มีความสุข วิตกวิจารณ์ไปทางพระพุทธคุณ ทำให้ตั้งมั่นใจพระพุทธเจ้า เมื่อตั้งมั่นในพระพุทธเจ้าแล้ว ก็จะทำให้มีความยำเกรงในพระศาสนา เป็นผู้สติสามารถกำจัดกิเลสที่เข้ามา เกิดความเกรงกลัวละอายต่อบาปอกุศล และทำให้เป็นผู้มีสุคติในเบื้องหน้า

๒. วิธีเจริญธัมมานุสสติก็มีภูฐาน

บุคคลผู้ที่ปรารถนาเพื่อที่จะเจริญธัมมานุสสติก็มีภูฐาน ไปในที่ที่ลึกเร้นอยู่ ณ เสนาสนะอันสมควร พึงระลึกถึงเนื่องๆ ซึ่งคุณทั้งหลายของปริยัติและโลกุตตรธรรม ๖ อย่าง คือ

- | | |
|-----------------------------|--|
| ๑) สุวากขาโต ภคตวา ธมโม | พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว |
| ๒) สนทิฏฐิโก | พระธรรมอันผู้ได้บรรลุพึงจะเห็นเอง |
| ๓) อกาลิโก | พระธรรมให้ผลไม่ประกอบด้วยกาล |
| ๔) เอหิปัสสิโก | พระธรรมเป็นสิ่งที่ควรเชิญให้มาดู |
| ๕) โอปนยิโก | พระธรรมเป็นสิ่งที่น้อมเข้ามาในใจได้ |
| ๖) ปจจตตํ เวทิตัพโพ วิญญูหิ | พระธรรมอันวิญญูชนทั้งหลายจะพึงรู้เฉพาะ |

ตน^{๘๕}

เมื่อระลึกถึงพระธรรมคุณทั้งหลายแล้ว พระธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว เป็นต้น จะทำให้จิตไม่ราคะ โทสะ โมหะรบกวน จิตย่อมจะปรารถนาตรงตั้งถึงพระธรรม^{๘๖} ด้วยเหตุนี้ องค์ฌานทั้งหลายย่อมบังเกิดขึ้นแก่ผู้นิรณเฑาะแล้วในขณะเดียวกัน เนื่องจากพระธรรมคุณทั้งหลายเป็นสภาพที่ลึกซึ้ง เมื่อได้น้อมจิตระลึก ฌานจะไม่เกิดขึ้นถึงอุปปนา ถึงเพียงชั้นอุปปจาระเท่านั้น อานิสงส์ของการเจริญธัมมานุสสติก็มีภูฐาน ทำให้เกิดความเคารพยำเกรงในพระศาสนา พระธรรมย่อมบรรลุถึงความไพบุลย์ด้วยศรัทธา เป็นต้น ทำให้มากกลั้นไปด้วยความปีติ ปราโมทย์ ห้ามเสียได้ซึ่งโทษภัยอันน่ากลัว สามารถอดกลั้นต่อความทุกข์ แม้ร่างกายที่ครองครองโดยธัมมาคณานุสสติ ก็ย่อม

^{๘๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๔๕/๓๖๙.

^{๘๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๔๖/๓๖๙.

^{๘๖} อง.ฉก.ก. (ไทย) ๒๒/๑๐๑/๔๒๒.

เป็นสิ่งที่ควรแก่การบูชาเหมือนพระเจดีย์สถานนั้น เมื่อเจอกับสิ่งวัตถุที่จะล่วงละเมิด หิริโอดตัดปะย่อมจะปรากฏเฉพาะหน้า เป็นผู้มีสुकติเป็นไปในเบื้องหน้า^{๘๗}

๓. วิธีเจริญสังฆานุสสติกัมมัฏฐาน

บุคคลประสงค์ที่จะเจริญสังฆานุสสติกัมมัฏฐาน ไปที่ลับหลีกเร้น ณ เสนาสนะอันสมควร พึงระลึกเนื่องๆ ถึงคุณทั้งหลายหลายหลายของพระอริยสงฆ์ว่า คู่แห่งบุรุษ ๔ บุรุษบุคคล ๘ นี้ คือ พระสาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า

- | | |
|---------------------------------|--|
| ๑) สุปฏิปันโน | เป็นผู้ปฏิบัติดี |
| ๒) อสุปฏิปันโน | เป็นผู้ปฏิบัติตรง |
| ๓) ญายปฏิปันโน | เป็นผู้ปฏิบัติเพื่อนพยาน |
| ๔) สามิจิปฏิปันโน | เป็นผู้ควรแก่ของบูชา |
| ๕) อาหุเนยโย | เป็นผู้ควรแก่ของต้อนรับ |
| ๖) ปาหุเนยโย | เป็นผู้ควรแก่ของต้อนรับ |
| ๗) ทกฺขิณเณยโย | เป็นผู้ควรแก่ของทำบุญ |
| ๘) อณฺชลิกรณเณยโย | เป็นผู้ควรกราบไหว้ |
| ๙) อนุตฺตรํ ปุณฺณกฺเขตต์ โลกสฺส | เป็นเนื่อนาบุญชั้นยอดเยี่ยมของชาวโลก ^{๘๘} |

เมื่อระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ทั้งหลายเนื่องๆ ด้วยความเป็นผู้ปฏิบัติดีอย่างนี้ จิตก็จะไม่ถูกราคะ โทสะ โมหะ รบกวน จิตจะปรากฏตรงตึงถึงพระสงฆ์ องค์ฌานทั้งหลายย่อมบังเกิดแก่ผู้ข่มนิวรณ์ได้แล้วในขณะเดียวกัน เนื่องด้วยคุณของพระสงฆ์ทั้งหลายเป็นสภาพที่ล้าลึก เมื่อระลึกถึงคุณแล้ว ฌานจึงไม่เกิดถึงขั้นอัปนา คงถึงเพียงขั้นอุปจาระเท่านั้น อานิสงส์ของการเจริญสังฆานุสสติกัมมัฏฐานนี้ ย่อมจะเป็นผู้มีความเคารพยำเกรงในพระสงฆ์ เป็นผู้มีความมากล้นไปด้วยความปิติปราโมทย์ กำจัดซึ่งภัยอันน่ากลัว สามารถอดกลั้นได้ซึ่งความทุกข์ต่างๆ เมื่อได้ประจวบกับสิ่งหรือวัตถุที่เป็นเหตุให้ล่วงละเมิด หิริโอดตัดปะย่อมจะปรากฏขึ้นมา เหมือนพระสงฆ์อยู่ตรงหน้านั้น และย่อมเป็นผู้มีสुकติในเบื้องหน้า^{๘๙}

๔. วิธีเจริญศีลานุสสติกัมมัฏฐาน

ผู้มีความประสงค์เพื่อเจริญศีลานุสสติกัมมัฏฐาน ไปในที่หลีกเร้นอยู่ ณ เสนาสนะอันสมควร พึงระลึกเนื่องๆ ถึงศีลทั้งหลายของตน ด้วยคุณแห่งศีลไม่ให้ขาดว่า “โอหนอ ศีลทั้งหลายของเรา” ได้แก่

- | | |
|---------------|----------------|
| ๑) อชณฺทานิ | เป็นศีลไม่ขาด |
| ๒) อจฺจนฺทานิ | เป็นศีลไม่ทะลุ |

^{๘๗} ดุรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (ไทย) ๑๕๓/๓๗๙.

^{๘๘} อง.ฉกฺก. (ไทย) ๒๒/๑๐/๔๒๒-๔๒๓.

^{๘๙} ดุรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (ไทย) ๑๕๔/๓๗๙ -๓๘๐.

^{๙๐} ดุรายละเอียดยใน วิสุทฺธิ. (ไทย) ๑๕๗/๓๘๔.

๓) อสพลานี	เป็นศิลปะไม่ต่าง
๔) อกมมาसानี	เป็นศิลปะไม่พร้อย
๕) ฤชิสสานี	เป็นศิลปะที่เป็นไทย
๖) วิญญูปปสตถานี	เป็นศิลปะอันผู้สร้างสรรค์
๗) อปรามภูฐานี	เป็นศิลปะอันค้นหาและทิวทัศน์ไม่แต่ต้อง
๘) สมาริสวัตตินิกานี	เป็นศิลปะที่ยังสมาริให้บังเกิดได้ ^{๙๑}

ศิลปะเหล่านั้น คฤห์สัถ์พึงระลึกศิลปะทั้งหลายของคฤห์สัถ์ บรรพชิตพึงระลึกถึงศิลปะทั้งหลายของบรรพชิต

อชฏทานี เป็นศิลปะไม่ขาด ศิลปะทั้งหลายจะเป็นศิลปะของคฤห์สัถ์หรือศิลปะของบรรพชิตก็ตาม ศิลปะเหล่านี้ใดในเบื้องต้นหรือเบื้องปลาย แม้สักขาเดียวก็ไม่มีความขาด ศิลปะเหล่านั้นเป็นศิลปะไม่ขาดเหมือนผ้าที่ขาดตรงชาย

อจฉิททานี เป็นศิลปะไม่ทะลุ ศิลปะเหล่านี้ใดตอนกลางแม้สักขาบทยเดียวก็ไม่มีความขาด ศิลปะเหล่านั้นเป็นศิลปะไม่ทะลุเหมือนผ้าที่ทะลุตรงกลางผืน

อสพลานี เป็นศิลปะไม่ต่าง ศิลปะเหล่านี้ใดไม่มีความขาดไปตามลำดับ ๒ สักขาบทยบ้าง ๓ สักขาบทยบ้าง ศิลปะเหล่านั้นเป็นศิลปะไม่ต่าง เหมือนกับแม่โคมีสีตัวต่างคำหรือต่างแดงอย่างใดอย่างหนึ่ง ด้วยสีที่ติดกัน มีสัญญาณยาวและกลม เป็นต้น ซึ่งผูกขึ้นตรงหลังหรือตรงท้อง

อกมมาसानี เป็นศิลปะไม่พร้อย ศิลปะเหล่านั้น ไม่มีความขาดเป็นระหว่งๆ ศิลปะเหล่านั้นเป็นศิลปะไม่พร้อย เหมือนแม่โคมีลายจุดๆ ติดสีกัน

อีกประการหนึ่ง ว่าโดยที่ไม่มีความแปลกกัน ศิลปะทั้งหลายแม้ทุกๆ ประเภท ชื่อว่าเป็นศิลปะไม่ขาด ไม่ทะลุ ไม่ต่าง ไม่พร้อย เป็นศิลปะไม่ถูกทำลาย ด้วยเมฆนสังโยค ๗ อย่าง และบาปกรรมทั้งหลายมีความโกรธและความผูกโกรธ

ศิลปะทั้งหลาย ชื่อว่า ฤชิสสานี เพราะทำความเป็นไทย โดยปลดเปลื้องออกจากความเป็นทาสแห่งค้นหา ชื่อว่า วิญญูปปสตถานี เพราะเป็นศิลปะอันวิญญูชนทั้งหลายมีพระพุทธเจ้าสรรเสริญแล้ว ชื่อว่า อปรามภูฐานี เพราะเป็นศิลปะอันค้นหาและทิวทัศน์ทั้งหลายไม่ได้แต่ต้อง หรือเพราะเป็นศิลปะอันใครๆ ไม่กล้าที่จะปรามาสว่านี้โทษในศิลปะทั้งหลายของท่าน ชื่อว่า สมาริสวัตตินิกานี เพราะเป็นศิลปะยังอุปจารสมาริหรืออุปปนาสมาริให้บังเกิด หรือยังทำให้มรรคสมาริและผลสมาริบังเกิดด้วย เมื่อระลึกถึงศิลปะทั้งหลายของตนเนื่องๆ ด้วยอำนาจแห่งคุณคือความเป็นศิลปะไม่ขาด เป็นต้น อย่างนี้แล้ว ก็จะทำให้จิตไม่ถูกราคะ โทสะ โมหะรบกวน จิตก็จะปรารถนาตรงตั้งถึงศิลปะโดยเฉพาะองค์ฌานก็จะเกิดเพราะสามารถข่มนิเวศน์ได้ ด้วยเหตุที่คุณของศิลปะทั้งหลายเป็นสถานที่ล้ำลึก เมื่อบุคคลนั้นอมจิระระลึกถึงคุณของศิลปะแล้ว ฌานจะไม่เกิดขึ้นถึงขั้นอุปปนา ถึงเพียงขั้นอุปจารเท่านั้น^{๙๒}

^{๙๑} วิสุทธิ. (ไทย), ๑๕๘/๓๘๕.

^{๙๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๕๘-๑๕๙/๓๘๕-๓๘๗.

๕. วิธีเจริญจาคานุสสติกัมมัฏฐาน

ผู้มีความประสงค์เพื่อจะเจริญจาคานุสสติกัมมัฏฐานนั้น ควรเป็นผู้สนใจไปในการบริจาคเป็นปกติ มีทานและการแบ่งปันอยู่ประจำ เมื่อเริ่มภาวนาควรทำสมาทานไว้ว่า “บัดนี้ นับจำเดิมนี้ ครั้นปฏิคาหกมีอยู่ยังไม่ได้ให้ทานแม้แต่ข้าวค้ำหนึ่ง เราจะไม่ยอมบริโภคน” จากนั้นก็ให้ทานตามกำลังปฏิคาหกโดยคุณทั้งหลายในวันนั้น แล้วถือเอานิมิตในทานนั้นไปในที่ลับหลีกเร้นอยู่ ณ เสนาสนะที่สมควร ระลึกถึงการบริจาคของตนอยู่เนืองๆ ว่าเป็นผู้ปราศจากมลทินและความตระหนี่เป็นต้น ว่า

ในเมื่อประชาชนถูกตระหนี่และมลทินครอบงำอยู่ การที่เราเป็นผู้มีใจปราศจากมลทินและความตระหนี่อยู่ เป็นผู้มีการเสียสละอย่างเด็ดขาด เป็นผู้ไม่มีอันสะอาด เป็นผู้ยินดีในการเสียสละ เป็นผู้ควรในการขอ เป็นผู้ยินดีในทานและการแบ่งปัน นั้นนับว่าเป็นลาภของเราหนอ เราได้ดีแล้วหนอ^{๙๓}

เมื่อระลึกถึงการบริจาคของตนอยู่เนืองๆ เป็นผู้มีใจปราศจากมลทินและความตระหนี่ จิตก็จะไม่ถูกราคะ โทสะ โมหะรบกวน จิตก็จะปรารถนาตรงถึงถึงการบริจาค องค์ฌานทั้งหลายก็จะเกิดเพราะสามารถข่มนิวรณ์ได้ในขณะเดียวกัน ด้วยว่าคุณแห่งการบริจาคทั้งหลายเป็นสภาพล้าลึก เมื่อน้อมจิตไประลึกแล้วฌานที่เกิดจะไม่ถึงขั้นอุปปนา ถึงเพียงขั้นอุปจาระเท่านั้น อานิสงส์แห่งการเจริญจาคานุสสติกัมมัฏฐาน จิตย่อมน้อมเป็นผู้ที่น้อมจิตไปในการบริจาคอย่างยิ่ง เป็นผู้ที่มีอชฌาสัยไม่โลภ เป็นผู้ไม่เมตตา เป็นผู้อาจแก่แล้วกล้า มากล้นไปด้วยปีติและปราโมทย์ มีสุคติไปเบื้องหน้า^{๙๔}

๖. วิธีเจริญเทวตานุสสติกัมมัฏฐาน

ผู้ที่มีความประสงค์เพื่อจะเจริญเทวตานุสสติกัมมัฏฐาน ควรเป็นผู้ประกอบด้วยคุณทั้งหลายมีศรัทธาเป็นต้น ที่สำเร็จมาด้วยอำนาจแห่งอริยมรรค จากนั้นจากไปในที่ลับหาที่หลีกเร้น ณ เสนาสนะอันสมควร แล้วระลึกเนืองๆ ถึงคุณทั้งหลายมีศรัทธาเป็นต้นนั้น โดยตั้งเทวดาทั้งหลายไว้ในฐานะเป็นพยานอย่างนี้ว่า

เทวดาชั้นจาตุมหาราชิกามีอยู่จริง เทวดาชั้นดาวดึงส์มีอยู่จริง เทวดาชั้นมายามีอยู่จริง เทวดาชั้นดุสิตมีอยู่จริง เทวดาชั้นนิมมานรดีมีอยู่จริง เทวดาชั้นปรนิมมิตวสวัตดีมีอยู่จริง เทวดาชั้นพรหมกายิกามีอยู่จริง เทวดาชั้นสูงขึ้นไปกว่านั้นก็ยังมีอยู่จริง เทวดาเหล่านั้น ประกอบด้วยศรัทธาชนิดใด ครั้นขุดิจจากโลกนี้แล้วบังเกิดไปในภพนั้นๆ ศรัทธาชนิดนั้นแม้ในเราก็มี เทวดาเหล่านั้นประกอบด้วยศีลชนิดใด ประกอบด้วยสุตะชนิดใด ประกอบด้วยจาคะใด ประกอบด้วยปัญญาชนิดใด ครั้นขุดิจจากโลกนี้แล้วจึงไปบังเกิดในภพนั้นๆ ศีล สุตะ จาคะ และปัญญาชนิดนั้นๆ แม้ในเราก็มีอยู่ ฉะนั้น^{๙๕}

^{๙๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๐/๓๘๗-๓๘๘.

^{๙๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๑/๓๙๐.

^{๙๕} อัง.ฉก. (ไทย) ๒๒/๑๐/๔๒๔.

แต่ในพระสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า อริยสาวกระลึกเนื่องๆ ในศรัทธา คีล สุตะ จาคะ และปัญญาของตนและของเทวดาเหล่านั้น จิตก็จะไม่ถูกราคะ โทสะ โมหะรบกวน ย่อมเป็นที่รักใคร่เป็นที่ชอบใจของเทวดาทั้งหลาย ย่อมจะประสบความไพบุลย์ด้วยคุณมีศรัทธาเป็นต้น มากล้นไปด้วยความปิติปราโมทย์ เป็นผู้มีความสุขในเบื้องหน้า^{๙๖}

ในอนุสสติ ๖ ประการที่ได้กล่าวมานี้ย่อมสำเร็จเฉพาะอริยสาวกเท่านั้น เพราะว่า พุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณจะปรากฏแก่พระอริยสาวก และอริยสาวกนั้นเป็นผู้ประกอบด้วยศีลอันทรงคุณมีความไม่ขาด เป็นต้น ประกอบด้วยการมีจาคะละความตระหนี่ มีศรัทธาเป็นคุณเช่นเดียวกับเหล่าเทวดาผู้มีอำนาจ ซึ่งปุถุชนผู้มีศีลอันบริสุทธิ์ก็ทำให้แจ้งพระอรหัตต์ได้เหมือนกัน เหมือนอย่างพระปุตสเทวเถระ ผู้อยู่ที่ภิกษุฐานวิหาร ท่านได้พระรูปของพระพุทธเจ้าที่มารเนรมิตขึ้นมา แล้วได้ปิติที่ได้เห็นนั้นมาเป็นอารมณ์ว่า พระพุทธเจ้าเนรมิตนี้ ยังมีโรคะ โทสะ โมหะอยู่ก็ยิ่งสวยงามอย่างนี้ พระผู้มีพระภาคเจ้ารูปจริงนั้นคงเป็นไปไม่ได้ที่จะไม่สวยงาม เพราะพระองค์ทรงปราศจากราคะ โทสะ โมหะ จากนั้นก็ทำวิปัสสนาปัญญาให้เจริญจนได้สำเร็จพระอรหัตต์^{๙๗}

๗. วิธีเจริญมรณานุสสติกัมมฐาน

คำว่า มรณะ คือ ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์ ความขาดสูญแห่งวิภูทุกข์ของพระอรหันต์ทั้งหลาย ความแตกดับชั่วขณะของสังขารทั้งหลาย แต่ในที่นี้ประสงค์เอามรณะ ๒ อย่าง คือ ๑. กาลมรณะ คือ การสิ้นบุญ หรือการสิ้นอายุ และ ๒. อากาลมรณะ คือ อำนาจกรรมที่เขาตัดรอนกรรม เพราะกรรมอันเป็นเหตุทำให้วิบากนั้นเต็มที่แล้ว เรียกว่าการสิ้นบุญ การสิ้นอายุชั้ยเหมือนอายุของคนนี้ เพราะไม่มีสมบัติ ได้แก่ คติ กาล อาหาร เป็นต้น เรียกว่า มรณะด้วยการสิ้นอายุ ส่วนมรณะที่มีแก่สัตว์ที่มีอำนาจอื่นมาตัดรอน เช่น การถูกประหาร จากกรรมเมื่อชาติก่อน เรียกว่า อากาลมรณะ ซึ่งมรณะทั้งหมดนี้ กล่าวคือ ความขาดแห่งชีวิตินทรีย์^{๙๘}

การเจริญมรณานุสสตินั้น คือ ไปในที่ลับหลีกเร้น มนสิการโดยแยกกายว่า มรณะจะมี ชีวิตินทรีย์จะขาด หรือว่า ตายตาย การมนสิการให้แยกกายนั้นนั้นมีความสำคัญ เพราะเมื่อมนสิการโดยไม่แยกกายแล้ว เวลาระลึกถึงคนตายของคนที่ชอบพอกันจะเกิดความโศกเศร้า เวลาระลึกถึงคนตายของคนที่ไม่ชอบก็จะเป็นกลางต่อกันก็จะเกิดความสลด สังเวช และญาณ ซึ่งอาการเหล่านี้เกิดกับผู้ปราศจากสติ แต่เมื่อพิจารณาโดยแยกกาย มีสติอย่างนี้ นิวรณ์กิเลสทั้งหลายก็จะระงับลง มีมรณสติเป็นอารมณ์ตั้งมั่น สามารถทำให้เกิดกัมมฐานขึ้นถึงอุปจารฌานได้^{๙๙} สำหรับผู้ที่ไม่มกัมมฐานถึงอุปจารฌาน ควรระลึกถึงความตายโดยอาการเหล่านี้ ๘ อย่าง^{๑๐๐} คือ

^{๙๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๒-๑๖๓/๓๙๑-๓๙๒.

^{๙๗} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๖/๓๙๖.

^{๙๘} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๗/๓๙๗.

^{๙๙} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๘/๓๙๘.

^{๑๐๐} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๙/๓๙๘.

๑. โดยปรากฏเหมือนเพชรฆาต เปรียบเหมือนเพชรฆาตคิดจะตัดศีรษะคน ฉวยดาบจ่ออยู่ที่คอยื่นประชิดตัว แม้ความตายก็เหมือนกัน เพราะความตายมาพร้อมกับความเกิด เมื่อเกิดมาแล้วก็ย่อมเอาความตายมาด้วย เหมือนกับเห็ดหัวงตุ่มๆ ที่เอามีฝุนติดหัวขึ้นมา

๒. โดยวิบัติจากสมบัติ สมบัติในโลกนี้ย่อมคงงามอยู่ได้ชั่วเวลาที่ความวิบัติยังไม่ได้ครอบงำ แต่ขึ้นชื่อว่าสมบัติแล้วก็ย่อมที่จะไม่พ้นความวิบัติไปได้ เหมือนพระราชอาญาผู้ปกครองแผ่นดินอีกอย่าง ความไม่มีโรคนั้นมีความเจ็บป่วยเป็นที่สุด ความเป็นหนุ่มมีความแก่เป็นที่สุด ชีวิตทั้งหมดมีความเป็นที่สุด

๓. โดยนำมาเปรียบเทียบ นำมาเปรียบเทียบกับตนพร้อมทั้งคนอื่นๆ ว่า ความตายเปรียบเทียบกับอาการ ๗ อย่าง คือ

(๑) เป็นผู้มียศใหญ่ ท่านผู้มียศใหญ่ เป็นท้าวพระพญาผู้ประเสริฐ เป็นต้น ท่านเหล่านั้นยังต้องตาย อย่างเราทั้งหลายคงไม่ต้องกล่าวให้ป่วยการ

(๒) เป็นผู้มียศมาก เศรษฐีต่างๆ ที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้มียศมาก ท่านเหล่านั้นก็ต้องตาย อย่างเราทั้งหลายคงไม่ต้องกล่าวให้ป่วยการ

(๓) เป็นผู้มียศมาก พระวาสุเทพ พระพลเทพ แม้นักมวยปล้ำชื่อจามระ แม้จะได้ชื่อลือชื่อนามว่าเป็นผู้มียศมาก ก็ต้องสู่อำนาจแห่งความตาย อย่างเราทั้งหลายคงไม่ต้องกล่าวให้ป่วยการ

(๔) เป็นผู้มียศมาก พระอัครสาวกผู้มีฤทธิ์ทั้งหลาย สามารถทำให้ปราสาทหวั่นไหวด้วยนิ้วหัวแม่เท้า ท่านก็ยังเข้าปากของความตายเหมือนกับเข้าสู่ปากราชสีห์ อย่างเราทั้งหลายคงไม่ต้องกล่าวให้ป่วยการ

(๕) เป็นผู้มียศมาก ยกเว้นพระพุทธเจ้า สัตว์อื่นๆ นั้นมียศไม่ถึงเสี้ยวที่ ๑๖ ของพระสารีบุตร ซึ่งได้ชื่อว่าเป็นพระอัครสาวกที่มีปัญญามาก ท่านก็ยังถึงแก่ความตาย อย่างเราทั้งหลายคงไม่ต้องกล่าวให้ป่วยการ

(๖) เป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า พุทธบุคคลเหล่านั้นได้ทำการทำลายกิเลสทั้งปวงได้แล้ว ด้วยปัญญาและวิริยะของตน จนสามารถตรัสรู้เอง ก็ยังไม่พ้นความตายไปได้ อย่างเราทั้งหลายคงไม่ต้องกล่าวให้ป่วยการ

(๗) เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า พระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ประกอบไปด้วยมหาบุรุษลักษณะ ๓๒ ประการ อนุพยัญชนะ ๘๐ ประการ เป็นผู้มียศใหญ่ มียศมาก มีกำลังมาก มีฤทธิ์มาก มีปัญญาที่ไม่มีใครเสมอได้ ไม่มีใครจะมาเปรียบเทียบได้ เป็นพระอรหันต์ตรัสรู้ได้ด้วยพระองค์เอง พระองค์ก็ยังต้องทรงระงับขันธปรินิพพาน อย่างเราทั้งหลายคงไม่ต้องกล่าวให้ป่วยการ

๔. โดยเป็นกายแก่หมู่นอนทั้งหลาย คือ ร่างกายนี้เป็นของสาธารณะ มีแต่หมู่นอน ๘๐ ครอก ที่กีดกันผิวหนัง เอ็น กระดูก เป็นต้น นอนเหล่านี้เกิด แก่ และก็ตายในร่างกายถ่ายของเสียในร่างกายนี้ ร่างกายจึงเปรียบเหมือนเรือโคลอด โรงพยาบาล เป็นสุสาน เป็นส้วมของหมู่นอน ถ้าหมู่นอนเหล่านี้กำเริบขึ้นก็ถึงแก่ความตาย

๕. อธิบายโดยอายุพุทฺถภาพ คือตามธรรมดาอายุนี้ไม่แข็งแรง อ่อนแอ อยู่ได้ด้วยลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ความร้อน ความเย็น มหาภูต อาหาร แต่เมื่อไม่มีลมหายใจนี้แล้วก็ย่อม

ได้ชื่อว่าตาย เมื่อลมเข้าอย่างเดียวก็ตาย ลมออกอย่างเดียวก็ตาย โคนร้อนจัดก็ตาย โดยเย็นจัดก็ตาย คนแข็งแรงก็ต้องมีร่างแข็งกระด้างเนาเช่นกัน

๖. อธิบายโดยไม่มีเครื่องหมาย คือ ไม่มีขอบเขตกำหนด ในสภาวะธรรม ๕ ประการ ได้แก่ ชีวิต พยาธิ กาลเวลา สถานที่ทอดทิ้งกาย คติ เหล่านี้ไม่มีเครื่องหมายบ่งบอก ไม่มีใครรู้ว่าชีวิต อยู่กี่ปี อาจจะตายตั้งแต่เป็นทารกแรกเกิด หรือตั้งแต่เป็นชั้นเนื้ออยู่ในครรภ์ และยังมีโรคต่างๆ ที่จะเกิดซึ่งก็ไม่ได้บอกว่าจะตายด้วยโรคอะไร เวลาก็ไม่บอกว่าจะตายเวลาใด ตายที่ไหน หลังจากตายแล้ว จะไปไหน หมุนเวียนไปในคติทั้ง ๕

๗. อธิบายโดยมีกำหนดระยะเวลา ระยะเวลาเวลาของมนุษย์ตอนนี้ค่อยมา คนที่อยู่ ได้นานคืออยู่มีชีวิตได้ถึง ๑๐๐ ปี หรือเลยร้อยปีไปนิดหน่อย แต่มีน้อยมาก พวกเขาจะต้องไปยัง สัมปรายภพ ควรทำกุศลประพฤติพรหมจรรย์ ผู้ใดที่เกิดมาแล้วไม่ตายนั้นย่อมไม่มี ภิกษุผู้ที่มีความ ปลื้มใจที่สามารถมีชีวิตได้ค่าขึ้นบ้าง บิณฑบาตครั้งหนึ่งบ้าง เคี้ยวคำข้าว ๔-๕ คำบ้างผู้นั้นเรียกว่าผู้ไม่ ประมาท ย่อมที่จะเจริญมรณสติได้อย่างเข้มแข็งเพื่อกำจัดอาสวะกิเลส

๘. อธิบายมีขณะเล็กน้อย ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายนั้นน้อยนักมากเหมือนกับความเป็นไปแห่งจิตเดียว เหมือนกับล้อรถที่หมุนไปก็หมุนด้วยส่วนของกงเท่านั้น เมื่อหยุดก็ด้วยส่วนของกง ส่วนหนึ่ง ซึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า “ในขณะที่แห่งจิตเป็นอดีต สัตว์เป็นแล้ว ไม่ใช่กำลังเป็นอยู่ ไม่ใช่จะเป็น ในขณะที่แห่งจิตเป็นอนาคต ไม่ใช่เป็นแล้ว ไม่ใช่กำลังเป็น แต่จะเป็น และในขณะที่แห่งจิต ปัจจุบัน สัตว์ไม่ใช่เป็นแล้ว แก่กำลังเป็นไม่ใช่จะเป็น” ชีวิต อรรถภาพและสุขทุกข์ทั้งหมดล้วนประกอบ กับจิตดวงเดียว เป็นไปโดยรวดเร็ว ชั้นของสัตว์ที่ยังดำรงอยู่ภพนี้ เมื่อดับแล้วก็เหมือนกัน หมดไป โดยไม่มีความสืบทอดสัตว์ไม่เกิดเพราะจิตที่เป็นอนาคต เป็นอยู่เพราะจิตปัจจุบัน สัตว์โลกชื่อว่าตาย เพราะความดับแห่งจิต

เมื่อผู้ปฏิบัติระลึกถึงความตายโดยอาการ ๘ อย่างนี้ มีมรณสติเป็นอารมณ์ตั้งมั่น ย่อมระงับนิรวณทั้งหลายที่เกิด เมื่อนิรวณดับองค์ฌานก็ปรากฏ แต่เป็นฌานที่มีสภาวะอารมณ์ และเป็นอารมณ์แห่งความสลุด ฌานที่ได้จึงถึงแค่อุปจารฌานเท่านั้น การประกอบมรณสตินี้เองๆ ก็ ย่อมจะทำให้เป็นผู้ไม่ประมาท ไม่มีความยินดีในภพทั้งหลาย ละความความใคร่ในชีวิต เป็นผู้ตีเตียน บาบ มีสุคติในเบื้องหน้า ตรงข้ามผู้ที่ไม่เจริญมรณสติ เมื่อถึงคราวจะตายนั้นจะเกิดความกลัว สะดุ้ง เหมือนถูกยักษ์ ภู โจร และเพชรฆาตมาครอบงำ^{๑๐๑}

จึงสรุปได้ว่ามรณานุสสติก็มีพื้นฐานนั้นเป็นก็มีพื้นฐานที่ให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาเกี่ยวกับความ ตายว่า ความตายนี้เกิดขึ้นกับสัตว์ทุกอย่าง ไม่มีใครจะสามารถรอดพ้นจากความตายไปได้ แม้ พระพุทธเจ้าผู้เป็นศาสดา เป็นผู้ประเสริฐที่สุดก็ยังไม่พ้นจากความตายไปได้ ความตายไม่มีใครมาบอก ว่าจะตายที่ไหน อย่างไร เมื่อใด เกิดขึ้นได้ทุกเมื่อ เมื่อตายแล้วร่างกายนี้ก็ต้องเป็นอาหารของหมู หนอน ชีวิตอยู่ได้ด้วยลมหายใจเข้าออก อาหาร เป็นต้น แต่ก็มีอายุสั้นมาก มนุษย์ตอนนี้ก็มีอายุยาว สุดก็ ๑๐๐ ปี หรือมากกว่านั้น เดียวก็ตายตั้งนั้น จงอย่าประมาทในการทำกุศลกรรมความดีต่าง เมื่อ

^{๑๐๑} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๖๗-๑๗๗/๓๙๗-๔๑๐.

พิจารณารณานุสสติกัมมัฏฐานอย่างนี้แล้วก็จะทำให้ระงับนิเวศน์เครื่องกั้นความดี ส่งผลให้ได้อุปาจารย์
 ฌาน ไม่หวั่นไหวต่อความตายที่จะบังเกิด และมีสุคติในเบื้องหน้า

๘. การเจริญกายคตาสติกัมมัฏฐาน

กายคตาสติกัมมัฏฐานนี้พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงตรัสว่า เมื่อทำให้มากแล้วย่อม
 เป็นไปเพื่อประโยชน์ใหญ่ เพื่อความสุขเกษม เพื่อสติสัมปชัญญะ เพื่อญาณทัสนะ เพื่อทำให้วิชา
 วิมุตและผลให้แจ้ง โดยกัมมัฏฐานนี้ประสงค์เอากาย คือ ข้างบนตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ข้างล่างนับแต่
 ปลายผมลงมา มีหนังเป็นโดยรอบ เต็มไปด้วยอสุจิต่างๆ ว่า สิ่งที่มีในกายนี้ คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง
 เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ใสใหญ่ ใส่น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า
 ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร^{๑๐๒} ในการเจริญกายคตา
 สตินั้น ให้ พิจารณาขึ้นไปตั้งแต่ปลายผมลงมาพื้นเท้า โดยมีหนังหุ้มไว้อยู่ เต็มไปด้วยของไม่สะอาด
 ต่างๆ มี ผม ขน เล็บ เป็นต้น เป็นรังแห่งโรคนี้บร้อย เป็นของน่าเกลียด หมักหมมของไม่สะอาดไว้ มี
 กลิ่นเหม็นน่าเกลียดยิ่งนัก โดยในคัมภีร์ได้กล่าวไว้ ดังนี้

๑) ผม เป็นสีดำยาวกลม มีรากเจาะเข้าไปในผิวหนัง จัดเป็นสิ่งปฏิกูลเมื่อตกลงไปใน
 อาหารก็ทำให้รู้สึกเกลียด มีกลิ่นเหม็นเหมือนอุจจาระเด็ก เกิดในแหล่งที่สกปรกอันมีน้ำเลื่อง เลือด
 เป็นต้นเหมือนกับผักที่เกิดในป่าช้าและที่ทิ้งขยะมูลฝอย

๒) ขน มีประมาณ ๙๐,๐๐๐ ขุม มีสีดำ สีเหลืองตามที่ละท้อถิ่น มีปลายนุ่มลง มี
 ลักษณะเหมือนกับรากตาล อยู่ตามหนังหุ้มรอบตัว

๓) เล็บ มีสีขาว เหมือนเกล็ดปลา เกิดขึ้นทั้งนิ้วเท้านิ้วมือ ข้างในประกอบด้วยเนื้อ
 ข้างนอกประกอบด้วยอากาศ

๔) ฟัน กระดูกฟันของคนที่มีฟันเต็ม คือ ๓๒ ซี่ มีสีขาว ฟัน ๔ ซี่ตรงกลางด้านล่าง มี
 ลักษณะคล้ายกับเมล็ดน้ำเต้าที่ตั้งเรียงไว้ มีรากเดียว ถัดไปเป็นฟันข้างละซี่มี ๒ ราก ๒ ง่าม เหมือนไม้
 ค้ำยัน ฟันถัดไปอีกข้างละ ๒ ซี่ มี ๓ ราก ปลาย ๓ ง่าม ฟันถัดไปอีก ๒ ซี่ มี ๔ ราก ๔ ง่าม ฟันแถวบน
 ก็มีความเหมือนกันกับฟันล่าง

๕) หนัง คือหนังที่หุ้มกายทั้งหมด เบื้องบนมีสีดำคล้ำเหลือง เป็นต้น เมื่อลอกออกทั้ง
 หมดแล้วมารวมกันจะได้เท่ากับผลพุทรา มีสีขาว หนังนิ้วเท้ามีลักษณะเหมือนรังไหม เป็นต้น

๖) เนื้อ มีอยู่ ๙๐๐ ชิ้น มีสีแดงเหมือนกับดอกทองกวาว เนื้อแข็งมีลักษณะเหมือน
 ข้าวสุกห่อใบตาล เนื้อขามีลักษณะเหมือนลูกหินบด เนื้อตะโพกมีลักษณะเหมือนก้อนเส้า เป็นต้น หุ้ม
 กระดูกไม่เกิด ๓๐๐ ท่อน

๗) เอ็น มีอยู่ ๙๐๐ เส้น มีสีขาว จับรัดร่างกายตั้งแต่ส่วนบนตรงคอลงไปทาง
 ข้างหน้า ๕ เส้น หลัง ๕ เส้น เป็นต้น เล่นไปตามอวัยวะน้อยใหญ่ เหมือนกับร่างแหที่สวมร่างกายไว้
 ยึดติดกระดูก ๓๐๐ ท่อน

^{๑๐๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๗๘/๔๑๑-๔๑๒.

๘) กระจก มีประมาณ ๓๐๐ ท่อน ได้แก่ กระจกมือ ๖๔ ท่อน กระจกเท้า ๖๔ ท่อน กระจกอ่อนที่ติดเนื้ออยู่ ๖๔ ท่อน กระจกสั้นเท้า ๒ ท่อน กระจกข้อเท้าข้างละ ๒ ท่อน กระจกแข็งข้าง ๒ ท่อน กระจกเข้าข้างละ ๒ ท่อน เป็นต้น

๙) เยื่อในกระจก คือเยื่อที่อยู่ภายในกระจก มีสีขาว เหมือนยอดหวายใหญ่ที่ลนไฟ แล้วสอดเข้าไปในกระบอกไม้ไผ่ ส่วนเนื้อเยื่อที่อยู่ในกระจกท่อนเล็กๆ นั้น เหมือนกับยอดหวายเล็กที่ลนไฟแล้วสอดเข้าไปปล้องไม้ไผ่

๑๐) ไต ก้อนเนื้อ ๒ ก้อนที่มีขั้วเดียวกัน มีสีแดงอ่อนเหมือนเมล็ดทองกลาง เหมือนลูกสะบ้าหรือผลมะม่วงแปด ติดอยู่กับเอ็นเส้นใหญ่

๑๑) หัวใจ มีสีแดงเหมือนหลังกลีบดอกปทุม มีสีฐานดังดอกปทุมตูมที่ถูกปลิดกลับ ขึ้นนอกอกแล้วคว่ำลง ภายนอกเกลี้ยง ภายในเหมือนกับรังบัวขม ข้างในมีแองขนาดที่เมล็ดบุนนาคตั้งอยู่ได้ เป็นที่ซึ่งเลือดประมาณกึ่งของมือ

๑๒) แผ่นเนื้อคู่ มีสีแดงพื้นเหลือง ไม่แดงจัด มีสีเหมือนดอกบัวแดง ที่โคนเป็นแผ่นที่ปลายเป็น ๒ ง่าม ตับของพวกคนโง่เป็นแผ่นโตแผ่นเดียว คนมีปัญหาเป็นแผ่นเล็ก ๒ หรือ ๓ ชั้น ตั้งแนบข้างขวาในระหว่างนมทั้ง ๒

๑๓) พังผืด คือ เนื้อหุ้ม ๒ อย่าง โดยแยกเป็นพังผืดปกปิด และพังผืดเปิดเผย มีสีขาวดั่งผ้าสีเปลือกไม้แก่ พังผืดที่ปกปิดจะคลุมหัวและตับ พังผืดที่ไม่ปกปิดตั้งรัดเนื้อภายใต้หนังทั่วร่างกาย

๑๔) ม้าม เป็นเนื้อลื่นอยู่ในท้อง มีสีเขียว เหมือนลื่นลูกโคดำ มีขั้วยาว ๗ นิ้ว อยู่ตรงข้างสุดของท้องข้างซ้าย เมื่อหลุดออกมาตอนประหารจะเสียชีวิต

๑๕) ปอด เนื้อปอดเป็นชิ้นเนื้อ ๓๒ ชิ้น มีสีเหมือนผลมะเดื่อไม่สุจัด เหมือนชิ้นขนมหนาที่ตัดไม่เรียบ เป็นของที่ไม่มีรสชาติ เพราะถูกไอแห่งธาตุไฟที่พุ่งขึ้นมาเพราะไม่มีน้ำและอาหาร

๑๖) ไล้ใหญ่ ขนาดไล้ที่จัดอยู่ในที่ ๒๑ รอบ ของผู้ชายยาว ๓๒ ศอก ของผู้หญิงยาว ๒๘ ศอก มีสีขาวเหมือนก้อนกรวดหรือปูนขาว มีลักษณะเหมือนงูหัวขาดที่วางไว้ในรางเลือด มีปลายอยู่ที่คอหอยและทวารหนัก

๑๗) ไล้ย่อย เป็นสายพานอยู่ในฐานขนาดไล้ใหญ่ ตั้งยึดอยู่กับไล้ใหญ่มัดอยู่ด้วยกัน เหมือนกับเชือกยนต์ยึดแป้นยนต์ไว้เวลาที่พวกช่างทำงานต่างๆ

๑๘) อาหารใหม่ ได้แก่ของที่ได้บริโภคเข้าไป มีสีฐานเหมือนกับข้าวสารที่ห่อหลวมๆ ในผ้ากรองน้ำ ตั้งอยู่ในท้อง

๑๙) อาหารเก่า ได้แก่อุจจาระ ตั้งอยู่ในกระเพาะอาหารเก่า เกิดจากอาหารเก่าถูกธาตุไฟเผาผลาญปูดเป็นฟองฟอด จนมีความละเอียด หมักไว้จนเป็นดินเหลือง

๒๐) มันสมอง คือ ก้อนเนื้อที่ตั้งอยู่ในศีรษะ มีสีขาว ดุกก้อนแบ่ง ๔ ก้อน ที่ตั้งรวมกันไว้

๒๑) ดี มี ๒ อย่าง คือ ดีที่มีฝัก มีสีเหมือนน้ำมันมะขางชั้นๆ และดีที่ไม่มีฝัก มีสีเหมือนดอกพิกุลเหี่ยว เมื่อกำเรียบ จะชักตาสัตว์ให้เหลือง วิงเวียนไป สะทกสะท้านเป็นผื่นคัน ดีที่มีฝัก

อยู่ในฝักดีเหมือนรังบัวขมใหญ่ตั้งแนบเนื้อ เมื่อกำเรียบ สัตว์ทั้งหลายมักเป็นบ้า จิตใจแปรปรวน ขาดความละเอียดใจ

๒๒) เสมหะ ได้แก่เสมหะ มีประมาณเต็มบาตรใบหนึ่งในร่างกาย ตั้งอยู่ในกระพุ้งท้อง เมื่อกินอาหาร ดิจจะแยกเป็น ๒ ส่วนแล้วหุ้มเข้าตามเดิม เมื่อมันน้อยไป ท้องจะส่งกลิ่นเหมือนซากศพ น่าเกลียดมาก ดุจฝีแตกและไขไก่เน่า ท้องก็จะส่งกลิ่นเหม็น การเรอการพุด ก็จะเหม็นกลิ่นเน่าไปด้วย

๒๓) น้ำหนอง คือหนองที่เกิดจากเลือดเสีย มีสีเหลือง ในคนตายมีสีขาวยุดขึ้นๆ เป็นที่มันขัง เมื่อถูกหนามแทง ไฟลวกก็จะเกิดขึ้นตรงนั้น

๒๔) โลหิต มี ๒ อย่างคือ โลหิตชั้น โลหิตจาง โลหิตชั้นนั้นมีสีเหมือนน้ำครึ่ง โลหิตจางมีสีเหมือนน้ำ ชิมซาบไปทั่วร่างกาย

๒๕) เหงื่อ คืออาโปธาตุที่ไหลออกมาตามรูขุมขน สีเหมือนงาใส เมื่อร่างกายอบอ้าว จะไหลออกมาตามรูขุมขน

๒๖) มันข้น มีสีเหมือนขมิ้น แนบติดกับเนื้อแข็ง เนื้อขาวอ่อน เนื้อหลังที่ติดกระดูกสันหลัง เนื้อช่องท้อง

๒๗) น้ำตา คือ อาโปธาตุที่ไหลออกมาจากตา เกิดอยู่เบ้าตา เมื่อเกิดความดีใจ หัวเราะ เสียใจ ร้องไห้ คร่ำครวญหรือกลิ่นอาหารแสลง หรือดวงตาถูกควัน น้ำตาก็จะออกมา

๒๘) มันเหลว มีสีเหมือนน้ำมะพร้าว อยู่ตามฝ่ามือ ฝ่าเท้า หลังเท้า ปลายจมูก หน้าผาก และจอยบ่า เมื่อเกิดความร้อนจะกระจัดกระจายไปทางโน้นทางนี้

๒๙) น้ำลาย คืออาโปธาตุที่ผสมกันเป็นฟองขึ้นมาในปาก เหมือนฟองน้ำ ไหลออกมากกระพุ้งแก้มทั้งสอง แล้วขังอยู่ที่ลิ้น เมื่อเกิดสัตว์ทั้งหลายเห็นหรือนึกถึงอาหารร้อน ขม เผ็ด เปรี้ยวที่เข้าปาก หรือเกิดความสะอิดสะเอียน น้ำลายก็จะไหลออกมาจากกระพุ้งแก้ม

๓๐) น้ำมูก คือน้ำไม่สะอาดที่ไหลออกมาจากมันสมอง มีสีเหมือนเยื่อเม็ดตาลอ่อน ตั้งเต็มอยู่ในกระพุ้งจมูก แต่ก็ไม่ได้อยู่ในจมูกตลอด เมื่อสัตว์ทั้งหลายร้องไห้ อากาศเปลี่ยนแปลง มันสมองกลายเป็นเสมหะแล้วไหลจากภายในศีรษะส่งมาตามช่องเพดานจนเต็มกระพุ้งจมูก

๓๑) ไขข้อ คือซากมีกลิ่นเป็นมันภายในแห่งข้อต่อในร่างกาย มีสีเหมือนดอกกรรณิการ์ ตั้งอยู่ในภายในข้อ ๑๘๐ แห่ง ทำหน้าที่หล่อลื่นให้กระดูกทั้งหลาย

๓๒) มูตร น้ำมูตรนั้น มีสีเหมือนน้ำด่างอ้วรามาสา มีสีฐานเหมือนน้ำที่อยู่ในหม้อน้ำ อยู่ในภายในกระเพาะปัสสาวะ เมื่อเต็มแล้วสัตว์ทั้งหลายจะรู้สึกถ่ายปัสสาวะ^{๑๐๓}

เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดส่วนทั้ง ๓๒ อย่าง เช่น ผม ขน เล็บ เป็นต้น แล้วมนสิการว่า ปฏิภูม ปฏิภูม ตามสี ฐาน กลิ่น เป็นต้น ไปตามลำดับ อับอายอมเกิดขึ้น บางคนกำหนดหลายส่วน บางคนกำหนดส่วนเดียว บางคนกำหนดส่วนนี้แล้วมีความเพียรกำหนดส่วนอื่นอีก ปฐมฌานทั้งหลายย่อมเกิดขึ้น เหมือนกับพระมัลลเถระได้ปฐมฌาน ๓๒ ในโกฐสะ ๓๒ ถ้ากลางคืนเข้าปฐมฌานอย่างหนึ่ง กลางวันปฐมฌานอย่างหนึ่ง ท่านจะเวียนมาถึงปฐมฌานนั้นอีกในกึ่งเดือน แต่ถ้าวันหนึ่งเข้าปฐมฌานอย่างหนึ่ง ก็จะเวียนมาถึงปฐมฌานนั้นอีกเกินกึ่งเดือน ถึงแม้ว่ากัมมัญฐานนี้ จะสำเร็จด้วยความเป็นปฐมฌานนี้ ท่านกล่าวว่กายคตาสติ เพราะสำเร็จด้วยกำลังแห่งสติในปภินณกะมีสีและ

^{๑๐๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๑๘๒-๒๑๓/๔๒๒-๔๔๐.

สัจฐานเป็นต้น^{๑๐๔} อานิสงส์ของการเจริญกายคตาสติ ย่อมเป็นผู้ครอบงำทั้งความยินดีและความ
 ยินดี ความยินดียินดีไม่สามารถที่จะมาครอบงำได้ เพราะสามารถข่มได้ อดกลั้น อดทนต่อ
 ทุกขเวทนาที่สามารถคร่าชีวิตได้ นอกจากนี้การกำหนดสีต่างๆ ได้ในผม ขน เล็บ เป็นต้น จะทำให้เป็น
 ผู้ได้มาน ๔ แห่งตลอดอภิญญา ๖^{๑๐๕}

สรุปได้ว่ากายคตาสติที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแห่งนี้ กล่าวถึงกายคตาสติคือการ
 กำหนดพิจารณาร่างกายจากปลายผมจรดเท้า ตั้งแต่ ผม ขน เล็บ ฟัน ต่างๆ รวม ๓๒ อย่างในร่างกาย
 นี้ จัดว่าเป็นของพืงน่าเกลียด น่าสะอิดสะเอียน เป็นของสกปรกไม่น่าชื่นชม มีกลิ่นเหม็นเหมือน
 ซากศพบ้าง โดยอวัยวะต่างๆ เหล่านี้ต่างทำหน้าที่แตกต่างกันไป เมื่อผู้ปฏิบัติกำหนดส่วนใดส่วนหนึ่ง
 แล้วได้บรรลุฌาน หรือไล่ตามลำดับไปก็จะมีอานิสงส์ให้สามารถละความยินดียินดีที่เข้ามากระทบ
 ความยากลำบาก ความทุกข์เหล่านี้ ก็จะสามารถข่มได้ ทำให้ได้มาซึ่งฌาน ๔ และแห่งตลอดใน
 อภิญญา ๖ ด้วย

๙. การเจริญอานาปานสติ

การเจริญอานาปานสติก็มีพื้นฐาน มีวัตถุ ๑๖ อย่างที่พระผู้มีพระภาคเจ้าสรรเสริญไว้
 ว่า^{๑๐๖} อานาปานสติอันบุคคลเจริญแล้วทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นธรรมสงบประณีต เยือกเย็นและเป็น
 เครื่องอยู่เป็นสุข ยังอกุศลธรรมอันลามกที่เกิดขึ้นแล้วๆ ให้อันตรธานสงบระงับไปโดยพลัน และพระผู้
 มีพระได้ภาคตรัสถึงการเจริญอานาปานสติว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ผู้อยู่ป่า หรือตามโคนต้นไม้ หรือ
 เรือนว่าง นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรงสติไว้เฉพาะหน้า ดังนี้

จตุกะ ที่ ๑

๑) เธอหายใจออกยาวก็รู้ว่าเราหายใจออกยาว หรือหายใจเข้ายาวก็รู้ว่าหายใจเข้า
 ยาว

๒) เธอหายใจออกสั้นก็รู้ว่าหายใจออกสั้น หรือหายใจเข้าสั้นก็รู้ว่าเราหายใจเข้าสั้น

๓) เธอสำเนียงว่าเราจักเป็นผู้รู้ตลอดกายทั้งปวงหายใจออก สำเนียงว่าเราจัก
 เป็นผู้รู้ตลอดกายทั้งปวงหายใจเข้า

๔) เธอสำเนียงว่าเราจักเป็นผู้ระงับกายสังขารทั้งปวงหายใจออก เราจักเป็นผู้ระงับ
 กายสังขารทั้งปวงหายใจเข้า^{๑๐๗}

จตุกะ ที่ ๒

๕) สำเนียงว่าเราจักเป็นผู้รู้ซึ่งปิติหายใจออก สำเนียงว่าเราจักเป็นผู้รู้ซึ่งปิติ
 หายใจเข้า

^{๑๐๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ, ๒๑๔/๔๔๐-๔๔๑.

^{๑๐๕} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ, ๒๑๔/๔๔๑-๔๔๒.

^{๑๐๖} วิ.มหา. (ไทย) ๑/๑๖๕/๑๓๖-๑๓๘, ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๘๕/๔๖๓-๔๖๕.

^{๑๐๗} วิสุทธิ, หน้า ๒๑๕/๔๔๒-๔๔๓.

๖) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้ซึ่งสุขกายหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้ซึ่งสุขกายหายใจเข้า

๗) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้ซึ่งจิตสังขารหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้ซึ่งจิตสังขารหายใจเข้า

๘) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้ระงับจิตสังขารหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้ระงับจิตสังขารหายใจเข้า^{๑๐๘}

จตุกะ ที่ ๓

๙) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้กำหนดรู้จิตหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้กำหนดรู้จิตหายใจเข้า

๑๐) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้ยังจิตให้บันเทิงหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้ยังจิตให้บันเทิงหายใจเข้า

๑๑) สำเนียงกว่าเราจักตั้งจิตมั่นหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักตั้งจิตมั่นหายใจเข้า

๑๒) สำเนียงกว่าเราจักเปลื้องจิตหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเปลื้องจิตหายใจเข้า^{๑๐๙}

จตุกะ ที่ ๕

๑๓) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยงหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยงหายใจเข้า

๑๔) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นความคลายไปหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นความคลายไปหายใจเข้า

๑๕) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นความดับไปหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นความดับไปหายใจเข้า

๑๖) สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งหายใจออก สำเนียงกว่าเราจักเป็นผู้พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งหายใจเข้า^{๑๑๐}

จะเห็นได้ว่าหลักการทำอานาปานสติ เป็นการพิจารณาลมหายใจเป็นหลัก แล้วสำเนียงด้วยอาการต่างๆ หายใจเข้า หายใจออกอย่างนั้น จนถึงความสลัดทิ้งวางไปไม่เหลืออะไรเลย นอกจากนี้แล้วในคัมภีร์ยังได้กล่าวถึงเสนาสนะอันสมควรที่เหมาะสมแก่การเจริญอานาปานสติไว้ว่า ธรรมดาจิตอันชั่วร้ายนั้นผู้ติดอยู่กับกามคุณต่างๆ มาเป็นเวลานาน ควรจึงพรากตัวเองออกจากกามคุณนั้น ควรเข้าไปสู่ป่าหรือเรือนว่างเปล่า แล้วตั้งมั่นอยู่กับลมหายใจเข้าลมหายใจออก อุปมาเหมือนกับการฝึกลูกโค ที่ต้องฝึกลูกไว้แล้วล่ามเชือก ลูกโคก็จะเดินไปไหนไม่ได้เพราะติดอยู่เชือกนั้น^{๑๑๑}

^{๑๐๘} วิสุทธิ, หน้า ๒๑๕/๔๔๓.

^{๑๐๙} วิสุทธิ, หน้า ๒๑๕/๔๔๓.

^{๑๑๐} วิสุทธิ, หน้า ๒๑๕/๔๔๔.

^{๑๑๑} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ, ๒๑๗/๔๔๖-๔๔๗.

การพิจารณาลมหายใจนี้ คือเมื่อหายใจออกยาวก็รู้ตัว เมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้ตัว เมื่อทำอย่างนี้เป็นกรทำให้สติปัญฐานภาวนาส่วนของกายานุปัสสนาได้อย่างหนึ่ง ท่านสารีบุตรได้กล่าวไว้ในปฏิสัมภิทาวว่า เมื่อหายใจออกยาวก็รู้ว่าเราหายใจออกยาว เมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้ว่าเราหายใจเข้ายาว ดังนี้

- ๑) ระบายลมหายใจออกยาวในเวลาทีนั้นบว่ายาว
 - ๒) สุตลมหายใจเข้ายาวในเวลาทีนั้นบว่ายาว
 - ๓) สุตลมเข้าก็ดี ระบายออกก็ดี ซึ่งลมหายใจออกและลมหายใจเข้ายาวในเวลาทีนั้นบว่ายาว เมื่อสูดเข้าก็ดี ระบายออกก็ดี ซึ่งลมหายใจเข้าและลมหายใจออกยาวในเวลาทีนั้นบว่ายาว ความพอใจย่อมเกิด
 - ๔) ด้วยอำนาจแห่งความพอใจที่ปรากฏจึงระบายลมหายใจออกยาว ละเอียดยิ่งขึ้น
 - ๕) ด้วยอำนาจความพอใจ จึงสูดลมหายใจเข้ายาว มีความละเอียดยิ่งขึ้น
 - ๖) ด้วยอำนาจแห่งความพอใจจึงระบายลมหายใจออกยาวบ้าง สุตลมหายใจเข้ายาวบ้าง มีความละเอียดยิ่งขึ้น เมื่อระบายลมหายใจออกยาวบ้าง สุตลมหายใจเข้ายาวบ้าง ด้วยความพอใจ ความปลื้มย่อมเกิด
 - ๗) เมื่ออำนาจความปลื้มปรากฏ จึงระบายลมหายใจออกยาวซึ่งละเอียดยิ่งขึ้น สุตลมหายใจเข้ายาวซึ่งละเอียดขึ้น
 - ๘) ด้วยอำนาจความปลื้ม จึงระบายลมหายใจออกยาวบ้าง สุตลมหายใจเข้ายาวบ้าง ซึ่งละเอียดขึ้น
 - ๙) เมื่อระบายลมหายใจออกยาวบ้าง สุตลมหายใจเข้ายาวบ้าง ซึ่งละเอียดยิ่งขึ้น ด้วยอำนาจความปลื้ม จิตย่อมหมุนกลับจากการหายใจออกเข้ายาว ความวางเฉยก็ย่อมจะตั้งมั่น^{๑๑๒}
- ด้วยอาการ ๙ อย่างนี้ จัดเป็นกายเท่านั้น แต่สิ่งที่ปรากฏขึ้นคือสติ ปฏิปทาเครื่องตามเห็นนั้นจัดเป็นญาณ จะเห็นกายด้วยสติระลึก ทำให้พิจารณาเห็นนั้นโดยสติและญาณ จึงกล่าวได้ว่าการกำหนดลมหายใจนี้เป็นสติปัญฐาน คือการ ตามเห็นกายในกาย^{๑๑๓}

อานิสงส์แห่งอานาปานสตินั้น มีอานิสงส์มาก เมื่อทำให้มากแล้วย่อมเป็นธรรมทีก่อให้เกิดความสงบและประณีต สามารถตัดขาดซึ่งความวิตก เยือกเย็นเป็นสุข ตัดความวิงพลาณไปมาของจิต อีกอย่างอานาปานสติยังเป็นมูลให้การทำวิชชาและวิมุตติให้บริบูรณ์ ทำให้สติปัญฐาน ๔ ให้บริบูรณ์ เมื่อสติปัญฐาน ๔ บริบูรณ์ย่อมทำให้โพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์ เมื่อโพชฌงค์ ๗ บริบูรณ์ก็ทำให้วิชชาและวิมุตติบริบูรณ์ เมื่อเจริญอานาปานสติโดยอาการ ๑๖ อย่างแล้วย่อมบรรลุอรหัตต์^{๑๑๔}

๑๐. การเจริญอุปสมานุสสติ

ผู้ประสงค์จะเจริญอุปสมานุสสติ ทียกขึ้นไว้ในลำดับต่อจากอานาปานสติ ฟังเข้าไปอยู่ในที่หลีกเร้น ระลึกถึงคุณของพระนิพพาน คือ ธรรมทีเข้าไปสงบทุกข์ทั้งปวง โดยมีพระบาลีกล่าวว่า

^{๑๑๒} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๒๑๙/๔๕๑.

^{๑๑๓} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๒๑๙/๔๕๒.

^{๑๑๔} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๒๓๗-๒๓๘/๔๗๕-๔๗๗.

ภิกษุทั้งหลาย ธรรมทั้งหลายเป็นสังขตะก็ดี เป็นอสังขตะก็ดี มีประมาณเพียงใด วิราคะธรรม เรากล่าวว่าเป็นเลิศกว่าธรรมเหล่านั้น วิราคะธรรมคืออะไร วิราคะธรรมนี้คือ ธรรมเป็นที่สร้างมาเป็น ที่กำจัดความกระหาย เป็นที่ถอนอาลัย เป็นที่ตัดวิภวัญญะ เป็นที่สิ้นตัณหา เป็นที่สำรอก ตัณหา เป็นที่ดับตัณหา คือ พระนิพพาน^{๑๑๕}

วิราคะธรรมเป็นที่ธรรมที่สร้างมา เพราะความเมาทั้งปวงมีความเมาด้วยอำนาจแห่ง มานะ ความเมาในความบรูช เป็นต้น กำจัดความกระหายทั้งปวง กำจัดความอาลัยในกามคุณ ๕ เป็น ธรรมที่ขาดสูญวิภวัญญะ เพราะวิภวัญญะที่เป็นไปในภุมิทั้ง ๓ เมื่อมาถึงวิราคะธรรมแล้วย่อมจะขาดสูญ เป็น ธรรมทำให้สิ้นตัณหา รากะขาดสูญสิ้นไป โดยประการทั้งปวง หรือเรียกอีกอย่างว่า นิพพาน เมื่อระลึก ถึงอุปสมาก็มีภูฐาน โดยอำนาจคุณมีธรรมละความสร้างมานี้ เป็นต้น^{๑๑๖}

อานิสงส์แห่งอุปสมานุสสนินั้นเมื่อ ผู้ปฏิบัติระลึกถึงความสงบโดยอำนาจคุณมีภาวะ ที่ธรรมเป็นที่สร้างมาอยู่อย่างนี้ จิตจะไม่ถูกราคะกลุ่มรุม ไม่ถูกโทสะกลุ่มรุม ไม่ถูกโมหะกลุ่มรุม จิต เป็นธรรมดำเนินตรงไป ชมนิรวรณได้แล้ว องค์ฌานทั้งหลายเกิดในขณะเดียวกัน แต่เพราะภาวะคุณ แห่งความสงบทั้งหลายนั้นเป็นเป็นคุณที่ลึกซึ้ง เพราะภาวะที่จิตโน้มไปในการระลึกถึงคุณต่างๆ ฌาน จึงไม่ถึงขั้นอัปปนา ถึงเพียงขั้นอุปจาระเท่านั้น อุปสมานุสสนินี้ย่อมเกิดสำเร็จแก่พระอริยสาวกเท่านั้น เช่นดังอนุสสติ ๖ ปุถุชนธรรมดาผู้หนักในความสงบก็พึงใส่ใจถึงด้วยการฟัง จิตก็เลื่อมใสใสความสงบ ได้^{๑๑๗}

สรุปได้ว่าอุปสมานุสสนินี้ เป็นกัมมัฏฐานชั้นสูงเพราะเกิดแก่พระอริยสาวกเท่านั้น เป็น กัมมัฏฐานที่กำจัดความทุกข์ทั้งหมด โดยวิราคะธรรมเป็นธรรมที่ช่วยละความสร้างมา มีคุณที่ลึกซึ้ง ตัด ความอาลัยใดใดในโลกคือกามคุณ ๕ ตัณหาราคะ เป็นต้น สามารถชมนิรวรณได้ เมื่อชมนิรวรณได้ฌาน จึงเกิด แต่ไม่ถึงขั้นอัปปนา ถึงเพียงขั้นอุปจาระฌานเท่านั้น ทำให้เห็นว่าภาวนานิพพานเป็นภาวะที่ไม่ จำเป็นต้องมีฌานที่สูง เพียงอุปจาระฌานก็สามารถนำไปพารอดจากภุมิวิภวัญญะนี้ได้

^{๑๑๕} วิสุทธิ. (ไทย) ๒๓๙/๔๗๘.

^{๑๑๖} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๒๓๙/๔๗๘-๔๗๙.

^{๑๑๗} ดูรายละเอียดใน วิสุทธิ. (ไทย) ๒๓๙/๔๗๙.

บทที่ ๓

คำสอนเรื่องอนุสติกรรมฐานในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม

วิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนาได้รับการถ่ายทอดผ่านคัมภีร์โบราณจำนวนมาก ที่ได้รับการยอมรับและมีการปริวรรตเป็นภาษาไทยมีหลายสำนวน เช่น สำนวนกัมมัฏฐานรอม ของครูบาทัญจนมหาเถร วัดสูงเม่น จังหวัดแพร่ คัมภีร์วิปัสสนากัมมัฏฐานหลวง ของวัดประตูป่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน เป็นต้น งานวิจัยเล่มนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาการปฏิบัติกัมมัฏฐานโดยวิธีอนุสติที่ปรากฏในคัมภีร์กัมมัฏฐาน ฉบับวัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน ซึ่งมีรายละเอียดเกี่ยวกับความเป็นมา วิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานและอนุสติ ดังต่อไปนี้

เนื่องจากคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับวัดต้นฝิ่ง เป็นภาษาล้านนา มีวิธีการเขียนที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัว ภาษาบาลีในคัมภีร์จึงไม่ตรงกับหลักบาลีไวยากรณ์ ซึ่งผู้วิจัยจึงยังคงรูปแบบภาษาไว้ เพื่อให้เห็นถึงจุดเด่นความแตกต่างของคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม

๓.๑ ภูมิหลังของคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับวัดต้นฝิ่ง

วัดต้นฝิ่ง ตั้งอยู่เลขที่ ๒๕๕ บ้านต้นฝิ่ง หมู่ที่ ๒ ตำบลหนองล่อง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน สังกัดคณะสงฆ์มหานิกาย^๑ คัมภีร์กัมมัฏฐานรอมของวัดต้นฝิ่งเป็นคัมภีร์ปี่สาจำนวน ๑๔๙ หน้า จารโดยพระครูบาคันธา คนธวโธ มีประวัติผู้แต่ง ลักษณะการแต่ง และโครงสร้างคัมภีร์ ดังนี้

๓.๑.๑ ประวัติครูบาคันธา คนธวโธ

พระคันธา คนธวโธ หรือที่รู้จักกันในนามครูบาคันธา ผู้จารคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับวัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน ไม่มีหลักฐานทางประวัติอย่างชัดเจน ทราบจากการเล่าต่อๆ กันว่า พอสรุปได้ว่า เดิมชื่อ จันตา นามสกุล ปัญญาเหล็ก เกิดเมื่อปี พ.ศ. ๒๔๒๒ และมรณภาพเมื่อปี พ.ศ. ๒๔๗๔ สิริอายุรวม ๕๒ ปี เป็นคนพื้นเพที่บ้านต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน ปัจจุบันนี้ผู้ที่ใช้นามสกุล ปัญญาเหล็ก ยังปรากฏอยู่ในหมู่บ้านแห่งนี้เป็นจำนวนมาก แต่ไม่มีใครทราบประวัติของครูบาคันธาเกี่ยวกับการออกบวชเป็นสามเณรหรือแม้กระทั่งการอุปสมบท คงเพียงแต่ยืนยันได้ว่า ครูบาคันธา คนธวโธ เป็นคนบ้านต้นฝิ่ง แต่ไม่น่าจะเป็นเจ้าอาวาสรูปแรก เนื่องจากตามประวัติการสร้างวัดต้นฝิ่งนั้น พบว่า วัดต้นฝิ่งสร้างเมื่อปี ๒๔๒๑ ก่อนครูคันธาเกิดเพียง ๑ ปี เท่านั้น แรกสร้างวัดนั้นชาวบ้านได้กราบนิมนต์หลวงพ่อนันต์ (ไม่ทราบฉายา) วัดมะกอก อำเภอป่าซาง

^๑ กรมศาสนา ชูชื่นศิริมาสและคณะ, ประวัติวัดทั่วราชอาณาจักร เล่มที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๓), หน้า ๗๖๒.

จังหวัดลำพูนมาเป็นประธานในการสร้างวัด^๒ ส่วนครูบาคันธาจะได้เป็นเจ้าอาวาสวัดต้นฝิ่งหรือไม่นั้นก็ยังไม่ปรากฏหลักฐานเช่นกัน

ไม่มีหลักฐานปรากฏชัดเจนว่า ครูบาได้เปลี่ยนชื่อจาก “จันตา” เป็น “คันธา” เมื่อไหร่ แต่ในคัมภีร์ปีปสาท่านออกนามตนเองว่า “คนธาภิขุ”^๓ มีความเป็นไปได้มากที่เดิมน่าจะมีชื่อฉายาว่า คนธา มากกว่า คนธวโส ที่เรียกกันอยู่ในปัจจุบันนี้ เนื่องจากชื่อเดิมของผู้คนสมัยนั้นเป็นภาษาล้านนาไม่สามารถนำมาสวดอุทิศจุดตถกรรมวาจาได้ การอุปสมบทจึงต้องตั้งนามฉายาให้ใหม่เพื่อให้สะดวกแก่การสวด พระจันตา จึงน่าจะได้รับฉายาว่า คนธา ด้วยเหตุนี้ท่านจึงออกนามท่านในท้ายปีปสาทว่า “คนธาภิขุ” แปลว่า ภิกษุชื่อว่า คันธา

ในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับวัดต้นฝิ่ง ซึ่งแต่งโดยครูบาคันธา คนธวโส ได้ระบุไว้ในตอนท้ายของปีปสาทว่า “อหเมว คนธาภิขุ ลิกขิตตตตโน ปลางเมื่ออยู่สถูจิตยัตถ์ต้นฝิ่งวันนั้นแล”^๔ แปลว่า ข้าพเจ้า พระคันธาได้เขียนขึ้นด้วยตนเองเมื่อครั้งอาศัยอยู่ที่วัดต้นฝิ่ง ข้อความที่จารึกนี้ไม่ได้ชี้ชัดลงไปว่าท่านอาศัยอยู่วัดต้นฝิ่งในฐานะเจ้าอาวาสหรือเพียงแค่เป็นพระลูกวัดเท่านั้น หากนับอายุของครูบาในช่วงที่แต่งคัมภีร์นี้เสร็จท่านมีอายุได้ ๓๖ ปี (เกิด พ.ศ.๒๔๒๒ จารึกคัมภีร์เสร็จ ๒๔๕๘) ช่วงอายุนี้หากจะดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดต้นฝิ่งก็ถือว่าเหมาะสมและมีความสมเหตุสมผลอยู่มากทีเดียว

๓.๑.๒ โครงสร้างของคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมฉบับวัดต้นฝิ่ง

คัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับของครูบาคันธา คนธวโส วัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน มีโครงสร้างการแต่งเหมือนกับคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาและการแต่งกัมมัฏฐานรอมของทางภาคเหนือทั่วไป เช่น กัมมัฏฐานรอมของครูบาบุญจนะมหาเถร วัดสูงเม่น จังหวัดแพร่ เป็นต้น โดยสามารถแบ่งโครงสร้างของคัมภีร์ออกเป็น ๔ ตอน ดังนี้

๓.๑.๒.๑ อารัมภกถา เป็นคำปรารภของคัมภีร์ หมายถึงคำเริ่มแรกของสำหรับเปิดเรื่องราวก่อนจะดำเนินเหตุการณ์ ส่วนมากมักจะเป็นการสรรเสริญพระรัตนาคณะแห่งพระพุทธเจ้า พระธรรมและพระสงฆ์ เป็นบทนมัสการพระรัตนตรัย^๕ ในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมของวัดต้นฝิ่ง พบบทอารัมภกถานี้เป็นเพียงบทบาลีเพียง ๒ คำ โดยไม่มีคำแปล ในหน้าที่ ๑ บรรทัดที่ ๑ ความว่า “ติริตตยํ สิริสา สมามิ”^๖

^๒ วัดต้นฝิ่ง, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.templethailand.org/ID51080101วัดต้นฝิ่ง.html> [๑๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐].

^๓ ครูบาคันธา คนธวโส, สมถะวิปัสสนากัมมัฏฐาน วัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน, ๑๔๙/๔.

^๔ ครูบาคันธา คนธวโส, ๑๔๙/๔.

^๕ ศาตราจารย์มหาวิทาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, วรรณคดีบาลี, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๕๐.

^๖ ครูบาคันธา คนธวโส, ๑/๑.

๓.๑.๒.๒ นิทานกถา แปลว่า คำเริ่มต้น หมายถึง ข้อความเบื้องต้นสำหรับเป็นพื้นฐานก่อนที่จะดำเนินเรื่องราวต่อไป^๗ ในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมของวัดต้นฝิ่ง บทนิทานกถานี้มีเนื้อหาพรรณนาถึงการเกิดมาพบพระพุทธศาสนาที่ถือว่าเป็นบุญอย่างมหาศาล ผ่านการเวียนว่ายตายเกิดมานับชาติไม่ถ้วน จึงได้มาพบพระพุทธศาสนา ดังนั้น จึงควรที่จะได้เร่งบำเพ็ญบารมี อย่าได้ประมาทในพระรัตนตรัยและการบำเพ็ญบารมีด้วยการรักษาศีล ให้ทาน และภาวนา ดังความว่า

สุปริสะยิงชายและนักบวช คือ ภิกขุและสามมณเฑรัตนมีประญา เฝิงบังเกิฐสดีสัญญา อาชวน ร้าเฝิงดูชู่ขณะชู่ยามด้วยคำว้าจักเปนบาปแก่คู รู้ว้าจักเปนบุญแก่คูนิชา จักเปนสิดอัน บัทธิสุทธิแก่คูนิชา คั้นว้ารู้จักว้าเปนบาปแก่ตนและจักเสยสิดแห่งตนควรอย่าเสย ตัดเสย ละเสย คั้นรู้ว้าจักเปนบุญจักเปนสิดแก่ตน คีควรใส่ยใจอุสสาหะพ้าเพงกะทำไพยใจี้ จิงจักได้ยชื้อว้า ปฏิบัติพ้าเพงสัมชัญญะภานากัมม^๘

๓.๑.๒.๓ พรรณนา แปลว่า การกล่าวเป็นเรื่องราวอย่างละเอียด หมายถึงเนื้อหาหลักของคัมภีร์โดยตรง^๙ ในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมของวัดต้นฝิ่ง ไม่ได้แบ่งเนื้อหาที่เป็นช่วงพรรณาไว้เป็นบท เป็นตอนอย่างชัดเจน เพราะมีลักษณะการประพันธ์แบบร้อยแก้ว ติดต่อกันไปเรื่อยๆ มีเพียงบอกว่าเรื่องนั้นๆ จบแต่เพียงเท่านั้น แล้วขึ้นเรื่องใหม่เลยโดยไม่มีการแบ่งเป็นบทเป็นตอนที่ชัดเจนลงไป กับทั้งไม่เรียงหัวข้อใดหัวข้อหนึ่ง แต่สามารถสรุปเนื้อหาได้เป็นหมวดๆ ดังนี้

ช่วงที่ ๑ อธิบายถึงกัมมัฏฐาน ลักษณะของกัมมัฏฐาน วิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐาน เช่น การบูชาพระรัตนตรัย การขึ้นขันนบบูชาพระกัมมัฏฐาน คำกล่าวปฏิญาณตนต่อพระรัตนตรัย วิธีการนั่งสมาธิ

ช่วงที่ ๒ บทพิจารณาสังขาร เป็นร่าพึงถึงความทุกข์ ความเปลี่ยนแปลง และความไม่เป็นตัวของสังขาร มีคำพิจารณาที่เป็นภาษาบาลีและแปลเป็นภาษาไทยเมือง (ภาษาไทยเหนือ) สลับกันไปเป็นท่อนๆ)

ช่วงที่ ๓ พรรณนาถึงอนุสสติ เริ่มจากสีลานุสสติ จาคานุสสติ พุธานุสสติ รัम्मานุสสติ สังฆานุสสติ เทวตานุสสติ

ช่วงที่ ๔ พรรณนากสิณกัมมัฏฐาน

ช่วงที่ ๕ พรรณนาอสุภกัมมัฏฐาน

ช่วงที่ ๖ พรรณนาถึงอุปमानุสสติ อานาปานสติ

ช่วงที่ ๗ พรรณนาพรหมวิหาร

ช่วงที่ ๘ พรรณนากายคตานุสสติ โดยจำแนกลงในอาการ ๓๒ ของมนุษย์

ช่วงที่ ๙ พรรณนาอาหาเรปฏิกูลสัญญา

ช่วงที่ ๑๐ พรรณนาจตุธาตุมหาภูมิกัมมัฏฐาน

ช่วงที่ ๑๑ พรรณนามรณานุสสติ

^๗ คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **วรรณคดีบาลี**, หน้า ๕๐.

^๘ ครูบาคันธา คนธวีโส, ๓/๒-๖.

^๙ คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **วรรณคดีบาลี**, หน้า ๕๑.

ช่วงที่ ๑๒ พรรณนาอรุณภูมิฐาน ๔
 ช่วงที่ ๑๓ พรรณนามาร ๓๔ ประเภท (โยธามาร) มีความโกรธ มารยา อิจจา ริษยา
 มานะ เป็นต้น

ช่วงที่ ๑๔ พรรณนายาตนะ ๑๒
 ช่วงที่ ๑๕ พรรณนาธาตุ ๑๘
 ช่วงที่ ๑๖ พรรณนากังขาวิตรณวิสุทธิ
 ช่วงที่ ๑๗ พรรณนาไตรลักษณ์
 ช่วงที่ ๑๘ พรรณนาสมาธิอันเกิดจากวิปัสสนา

๓.๑.๒.๓ นิคมกถา แปลว่า คำลงท้าย หมายถึงคำสรุปตอนท้ายเรื่อง ส่วนมากจะ
 ครอบคลุม ๓ ประเด็น คือ (๑) คำร้องขอ หมายถึง ที่มาของการประพันธ์ มักอธิบายว่าผู้ประพันธ์
 ได้รับการร้องขอจากใคร มีใครอาราธนาหรือแสดงวัตถุประสงค์ของการประพันธ์ (๒) พรรณนา
 ลักษณะการแต่ง และ (๓) มโนรถกถา ว่าด้วยความปรารถนาแห่งใจ เป็นความปรารถนาของผู้แต่งที่
 คิดว่าจะได้จากอนิสงส์ของการแต่ง^{๑๐} ในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมของวัดต้นฝิ่ง ครูบาคันธาผู้แต่งคัมภีร์นี้
 ไม่ได้แสดงนิคมกถาตามลักษณะของทั้ง ๓ ประเด็น แต่ได้กล่าวทิ้งท้ายถึงวัน เวลาที่แต่งคัมภีร์นี้เสร็จ
 และลงชื่อผู้แต่งไว้แต่เพียงสั้นๆ เท่านั้น ดังปรากฏในหน้าสุดท้ายว่า “อหเมว คนธากิขุ ลิกขิตอตต
 โน”^{๑๑}

๓.๑.๓ ลักษณะการแต่งคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม

ลักษณะการแต่งคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม ฉบับของครูบาคันธา คนธวิโส วัดต้นฝิ่ง อำเภอ
 เวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน แรกเริ่มนั้นสันนิษฐานว่าจารลงในใบลานด้วยเหล็กจาร วันที่เริ่มจารนั้น
 ไม่มีระบุในคัมภีร์ แต่ได้จารวันที่สำเร็จไว้ในหน้าสุดท้ายว่า

จุฬศกราชได้ย ๑๒๗๖ ตัว ปลีกาปิย เตือนเจียง ลง ๕ คำ เมงวัน ๖ ไทยเปกสี ปริปุณณ
 แล้วยามกองงาย แก่หัตถกัมมลิขิตข้าแล^{๑๒}

ต่อมาเมื่อ พ.ศ.๒๕๕๖ พระจตุพล จิตตสัโร วัดบววก้างหลวง ตำบลบววก้าง อำเภอสัน
 กำแพง จังหวัดเชียงใหม่ ได้มาปริวรรตอักษรและเขียนลงในกระดาษ (ปี่ปสา) กว้าง ๖ นิ้ว ยาว
 ๔๐ นิ้ว ความยาวทั้งหมด ๑๔๙ หน้า จารึกหน้าละ ๘ บรรทัด บรรทัดละ ๓๕-๔๐ คำ ดังปรากฏใน
 ท้ายของปี่ปสาว่า

จตุพล จิตตสัโร รัสสะภิกขุ ปริวรรตอักษร สระเต็จบัระมวลเมื่อยามเที่ยงคืนป้าย ๑๐
 นาที เดือน ๑๐ ปกติมาส ลง ๓ คำ พร้าเม็งพระหัสปติวาร ไทยเต่าสี่เทวิฤกษ์ วัสสาอุตุ ปลีก่า
 ใส จุฬสักกพทะได้ย ๑๓๗๕ ตัว พุทธศาสนาคลาล่วงแล้ว ๒๕๕๖ ตัว^{๑๓}

^{๑๐} คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **วรรณคดีบาลี**, หน้า ๕๒-๕๓.

^{๑๑} อ้างแล้ว

^{๑๒} ครูบาคันธา คนธวิโส, ๑๔๙/๒-๓.

^{๑๓} ครูบาคันธา คนธวิโส, ๑๔๙/๖-๗.

สำหรับรูปแบบของการประพันธ์นั้นเรียกว่า คัชชะ คือ มีลักษณะเป็นร้อยแก้ว^{๑๔} ความเรียงที่สละสลวยด้วยเสียงและความหมายไปตลอดทั้งคัมภีร์ จารึกด้วยอักษรธรรมล้านนาที่ถอดเสียงจากภาษาล้านนาหรือคำเมือง สลับกับภาษาบาลี เช่น

ฉันนิบควรนังอยู่ตายนอนอยู่ตายตามความมัก บ่ควรยีนย่างเที่ยวไพมาตามความมักด้วย
อิริยาบททั้ง ๔ แล่ อภิภกนเต ปฏิภกนเต เมื่อเที่ยวไพพายหน้าก็ดี เมื่อคืนหลังก็ดี อาโลภิต
วิโลกเต เมื่อเลงไพพายหน้าก็ดี เมื่อเหลียวไพยทั้งฟาง และเหลียวคืนหลังก็ดี อสิเต อสิเต เมื่อ
เคี้ยวเมื่อขบกินกินเข้าน้ำอาหารอันใดยกก็ดี^{๑๕}

๓.๒ วิธีปฏิบัติกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม

คัมภีร์ที่กล่าวถึงการปฏิบัติกัมมัฏฐานที่เก่าแก่มากที่สุดที่ค้นพบ คือ คัมภีร์วิสุทธิมรรค หรืออีกชื่อหนึ่งว่า คัมภีร์มูลกัมมัฏฐาน ของวัดรัตนาราม (ต้นแก้ว) อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ มีทั้งหมด ๑๒ ผูก ถูกเขียนหรือคัดลอกใน จุลศักราช ๑๒๔๖ (พุทธศักราช ๒๔๒๗) ต้นท้ายของผูกที่ ๑๐ ได้ระบุพระเถระนามว่าญาณวสา ได้แปลจากคัมภีร์วิสุทธิมคค์ใน จุลศักราช ๘๖๐ (พุทธศักราช ๒๐๔๑) ดังข้อความที่ปรากฏในหน้าลานที่ ๔๐- ๔๑ ของผูกที่ ๑๐ ว่า

อโย วิสุทธิมคค์โค อันว่าวิสุทธิมคค์อันนี้ เป็นครองปฏิบัติหือเถิงนิพพาน อาจารย์เจ้าตน
ทรงปฏิภกนทั้งมวล มักว่าทั้ง ๓ ผากฎชื่อว่า ญาณวสา อยู่ในป่า อันข้างคองผู้เป็นใหญ่กว่าช่าง
คองทั้งมวล หากราธนาขอหือแปลง มหาเถรเจ้าก็เอาออกมาแต่วิสุทธิมคค์แล แปลงเมื่อปี
เปิดสง่า สักราชได้ ๘๖๐ ตัววันนั้นรอดได้ ๖๕ ปีแล้วแล มาเถิงเต่าเส็ดมหาอุปาลีเถระวาสนวาสี
ผากฎว่ามหาเถรเจ้านิโครธอยู่ป่าแห่งเมืองยิน จึงเอาออกไว้สืบมาเพื่อหือเป็นพะโยชน์ค้ำชูสา
สาสนาพระพุทธเจ้าแล เมื่อสร้างที่ลุนนี้ปีเต่าเส็ด สักราชได้ ๘๖๕ ตัว ในสาสนาพระพุทธเจ้าล่วง
พันไปได้ ๒ พันปลาย ๒ ร้อย ๖ ปี วันนั้นก็มิแล”^{๑๖}

จากนั้นมาโบราณจารย์ก็ได้เขียนวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานขึ้นมาอีกมากมาย โดยอาศัยคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นแนวทางในการเขียน แต่ได้เพิ่มวิธีการในการปฏิบัติเข้าไปอีก จนทำให้มีลักษณะเฉพาะของกัมมัฏฐานล้านนา^{๑๗} จะเห็นได้ว่ากัมมัฏฐานรวมหรือกัมมัฏฐานล้านนามีมูลเดิมมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรค แล้วถูกนำมาเขียนและเรียบเรียงเป็นภาษาล้านนา และยังมีเพิ่มเติมตกแต่งให้เข้ากับภาษาวัฒนธรรมของชาวล้านนาในสมัยนั้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการเรียนพระกัมมัฏฐาน

^{๑๔} คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, *วรรณคดีบาลี*, หน้า ๗.

^{๑๕} ครุฑาคันธา คนธวิโส, ๒/๔-๖.

^{๑๖} วิโรจน์ อินทนนท์, *กัมมัฏฐานล้านนา: รูปแบบและวิธีปฏิบัติ*, (ตรีโอ แอดเวอร์ไทซิ่ง แอนด์ มีเดีย: เชียงใหม่, ๒๕๕๘), หน้า ๖.

^{๑๗} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖.

(๑) วิธีปฏิบัติกัมมัฏฐาน

วิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนา ผู้ที่สนใจในการปฏิบัติกัมมัฏฐานมีพุทธานุสสติ เป็นต้น ให้ชำระศีลให้บริสุทธิ์ คือว่า พระภิกษุให้ชำระจุดบริสุทธิ์ศีล ๔ เทศนาอาบัติเสียจึงดี ส่วนสามเณรให้ชำระศีล ๑๐ อุบาสก อุบาสิกา ให้ชำระศีล ๕ หรือศีล ๘ เตรียมข้าวตอกดอกไม้ เทียน ทำให้เป็น ๕ โกฎาก (ส่วน) ใส่เทียน ๔ คู่ นำมาวางไว้หน้าพระบาท พระธาตุ เจดีย์ ต้นโพธิ์ หรือผู้ให้กัมมัฏฐาน^{๑๘} แล้วนั่งลงกราบไหว้ด้วยเบญจางคประดิษฐ์ด้วยจิตใจอันอ่อนน้อม ๓ ครั้ง จากนั้นกล่าวคำถวาย ข้าวตอกดอกไม้

การนั่งปฏิบัติกัมมัฏฐานหากเป็นผู้หญิงถ้านั่งขัดสมาธิไม่ได้หรือไม่เป็น ให้นั่งพับส้นเท้าทั้ง ๒ แล้ว ยกมือตั้งระหว่างคิ้วแล้วก้าวได้ สำหรับผู้ชายควรหัดสัณห์บวชนั่งขัดสมาธิเอาปลายเท้าซ้ายไว้ที่น่องด้านขวา เอาเท้าขวาวางที่เข้าซ้าย แล้วทำตัวให้ตรง อย่าให้ก้มไปข้างหน้า อย่าให้เอนไปข้างหลัง แล้วอย่าให้เอียงทางซ้าย อย่าให้เอียงทางขวา ยกมือตั้งระหว่างคิ้ว อย่าเอานิ้วมือประสานกัน ให้เป็นกระพุ่มงามเป็นดั่งดอกกระพุ่มดอกบัว^{๑๙}

นอกจากนี้แล้วในการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนามีจุดเด่นตรงที่ยังมีการใช้ ลูกประคำ ซึ่งถือว่าเป็นบริวารชนิดหนึ่งของผู้บวชจำเป็นต้องมี โดยจะได้รับจากพระอุปัชฌาย์พร้อมกับแนะนำวิธีใช้ด้วย ดังนั้นจะสังเกตเห็นได้ว่า พระภิกษุ สามเณรในล้านนามีลูกประคำสวมคำทุกรูป^{๒๐} ลูกประคำก็จะถูกนำมาใช้ในการทำกัมมัฏฐาน

ก) คำขอขมาแก้ว ๕ โกฎาก

เมื่อจะปฏิบัติกัมมัฏฐานนั้น จะต้องมีการขอขมาแก้ว ๕ โกฎาก คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ กัมมัฏฐานทั้งมวล ครูบาอาจารย์ผู้สอนและให้กัมมัฏฐาน ชื่อว่าแก้ว ๕ โกฎาก ให้กราบไหว้ด้วยความเคารพแล้วยกมือตั้งระหว่างคิ้วเหมือนดั่งดอกบัวแล้วกล่าวคำขอขมา ดังนี้

(๑) คำขอขมาสำหรับคนคนเดียวว่า

นะมามิ พุทธัง คุณะสาคะรันตัง

นะมามิ ธรรมัง มุนิราชะเทสิตัง

นะมามิ สังฆัง มุนิราชะสาวะกัง

นะมามิ กัมมัฏฐานัง นิพพานาธิคะมุปายัง

นะมามิ กัมมัฏฐานะทายะกาจะริยัง นิพพานะมัตตะเทสะกัง^{๒๑}

อัจจะโย มัง ภันเต อัจฉะคะมา ยะถาพะลัง ยะถามุฬัง ยะถาอะกุสะลัง โยหัง
พุทธัง ธรรมัง สังฆัง กัมมัฏฐานัง กัมมัฏฐานะทายะกาจะริยัง สังขาเตสุ ปัญจะสุ ระตะเนสุ อะตีเต วา
ปัจจุปันเน วา กาเยนะ วา วาจาเยนะ วา มะนะสา วา ปะมาทัง วา อะการะวัง วา อะกาสิง ตัสสะ เม

^{๑๘} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๖-๗/๘-๑

^{๑๙} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๙/๒๓๔.

^{๒๐} วิโรจน์ อินทนนท์, กัมมัฏฐานล้านนา: รูปแบบและวิธีปฏิบัติ, หน้า ๑๑-๑๒.

^{๒๑} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๗/๒-๔.

กันเต อัจจะยัง อัจจะยะโต ปะภูคคัณหาตุ ขะมะตุ สัพพะโทสัง อายะติง สังวะเรยามิ อายะติง
 สังวะริสสามิ นะ ปุเนวัง กะริสสามิ อะหัมกันเต สัพพะพุทเธกัมมัฏฐานัง ยาจามิ เทละ เม กันเต ปิติ
 สสมาธิมานะอะภิญญานะทิกุญฺจกัขาวิปัสสะนาญาณัง อะริยะมคคะณะนิพพานัง ยาจามิ เทละ เม
 กันเต (ว่า ๓ ครั้งแล้วกราบ ๓ ครั้ง)^{๒๒}

(๒) สำหรับคนหลายคน

นะมามะ พุทฺธัง คุณะสาคะรันตัง

นะมามะ ธัมมัง มุนิราชะเทสีตัง

นะมามะ สังฆัง มุนิราชะสาวะกัง

นะมามะ กัมมัฏฐานัง นิพพานาธิคะมุปายัง

นะมามะ กัมมัฏฐานะทายะกาจะริยัง นิพพานะมคคะเทสะกัง

อัจจะโย โน กันเต อัจจะยะมา ยะถาพะลัง ยะถามุพฺหัง ยะถาอะกุสะลัง เย มะยัง
 พุทฺธัง ธัมมัง สังฆัง กัมมัฏฐานัง กัมมัฏฐานะทายะกาจะริยัง สังขาเตสุ ปัญจะสุ ระตะเนสุ อะตีเต वा
 ปัจจุบันเน वा กาเยนะ वा วาจาเย वा มะนะสา वा ปะมาทัง वा อะการะวัง वा อะกาสิมหา เตสัง
 โน กันเต อัจจะยัง อัจจะยะโต ปะภูคคัณหาตุ ขะมะตุ สัพพะโทสัง อายะติง สังวะเรยามะ อายะติง
 สังวะริสสามะ นะ ปุเนวัง กะริสสามะ มะยัมกันเต สัพพะพุทเธกัมมัฏฐานัง ยาจามะ เทละ โน กันเต
 ปิติสสมาธิมานะอะภิญญานะทิกุญฺจกัขาวิปัสสะนาญาณัง อะริยะมคคะณะนิพพานัง ยาจามะ เทละ
 โน กันเต (ว่า ๓ ครั้งแล้วกราบ ๓ ครั้ง)^{๒๓}

บทขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ โกลูกนี้ สวดเพื่อขอขมาพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ พระ
 กัมมัฏฐาน และครูบาอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน ซึ่งได้เคยล่วงล้ำทางกาย วาจา ใจ ในภาคเหนือนี้คำ
 ขอมมาพระแก้วเจ้าเป็นบทที่ต้องสวดกันในงานบุญต่างๆ ถือว่าเป็นบทที่จะขาดไม่ได้

ข) ข้อปฏิบัติก่อนภาวนา

ข้อปฏิบัติก่อนภาวนานี้ เมื่อโยคาวจรหญิงชายและนักบวชทั้งหลายนั่งเรียบร้อยแล้ว ให้ตั้ง
 สติเฉพาะหน้าซึ่งกัมมัฏฐานแล้วกล่าวบทดังต่อไปนี้

(๑) บทรำพึงทุกขีในสังขาร

ชาติปิ ทุกขา ชะราปิ ทุกขา พะยาธิ ทุกขา มะระณัมปิ ทุกขัง อปฺปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข
 ปิเยหิ วิปะโยโค ทุกโข ยัมปิฉฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง สังขิตเตนะ ปัญฺจูปาทานักขันธาปิ ทุกขา
 (๑ ครั้ง)

จากนั้นให้กล่าวรำพึงด้วยการแปลว่า

^{๒๒} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๖/๔-๘.

^{๒๓} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๘/๒-๘.

สัพเพ สัตตา อันว่าสัตว์โลกทั้งหลายทั้งมวลชาติปี แม้นว่าเกิดมาเนืองๆ ทุกขา ก็เป็นทุกข์ ชะราปี แม้นเฒ่าแก่ชรา ทุกขา ก็เป็นทุกข์ พะยาธิปี แม้นเป็นพะยาธิ ทุกขา ก็เป็นทุกข์ มะระณัมปี แม้นตาย ทุกข์ ก็เป็นทุกข์แท้แล สัมปะโยโค อันว่าการได้พบอยู่กิน อัมปิเยหิ กับ ด้วยคนชังและวัตถุอันชัง ทุกข์ ก็เป็นทุกข์แท้แล สัมปะโยโค อันว่าการได้พบอยู่กิน อัมปิเยหิ กับด้วยคนชังและวัตถุอันชัง ทุกข์ ก็เป็นทุกข์แท้ วิปะโค อันว่าการได้พลัดพราก ปิเยหิ จาก คนผู้รักเป็นต้นว่า พ่อ แม่ ลูก เมีย พี่น้อง มิตรสหาย อุปัชฌาย์ ครูบาอาจารย์ ศิษย์โยมผู้เป็นที่ รักและวัตถุอันเป็นที่รักที่พึงพอใจนั้น ทุกข์ เป็นทุกข์แท้แล ยัมปิฉฉัง แม้นปรารถนาอยากได้ อยากมีอันใด นะ ละภะติ เมื่อไม่ได้ ตัมปิ วัตถุชัง แม้นซึ่งวัตถุอันนั้นก็ดี ทุกข์ ก็เป็นทุกข์แท้แล ปัญญาพาหนักขันธาปี แม้นได้เกิดมาเอาอุปาทานขันธ ๕ อยู่เนืองๆ ทุกขา ก็เป็นทุกข์ สังขิตเต นะ ด้วยอันห้อย คือ อดีตะพายหลังก็เป็นทุกข์ อนาคตะพายหน้าก็เป็นทุกข์ ในปัจจุบันะอันนี้ก็เป็นทุกข์แท้แล^{๒๔}

จากบทรำพึงที่กล่าวข้างต้นเป็นบทที่กล่าวเกี่ยวกับทุกข์ในอริยสัจ โดยจะกล่าวถึงความทุกข์ว่า ความแก่ ความตาย ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ ความไม่สมหวังตั้งใจ การพลัดพราก จะคนทีรัก เป็นทุกข์ เมื่อยึดติดในขันธ ๕ เป็นทุกข์

(๒) บทรำพึงมหาสังเวควัตถุ ๘ ประการ

ชาติ ชะรา พะยาธิ จุติ อะปายัง อะติตตะอัปปัตตะกะวัฏฏะทุกขัง อิทานิ อาหาระคะเวสี ทุกขัง (๑ ครั้ง)

จากนั้นแปลว่า

สัตตา อันว่าสัตว์โลกวนเวียนอยู่ในสงสารนี้ทุกข์ ๘ ประการ ควรสังเวช สะพริงกลัวแท้แล ชาติ คือ รู้เกิดมาทุกข์ ๑ ชะรา คือ รู้จักเฒ่า แก่ ชะราเป็นทุกข์ ๑ พะยาธิ คือ รู้ว่าเป็นพะยาธิก็เป็นทุกข์ ๑ จุติ คือ ตายเป็นทุกข์ ๑ อะปายัง คือ ได้ตกอบายทั้ง ๔ ก็เป็นทุกข์ ๑ อะติตตะ คือ ได้อึดติดภายหลังก็เป็นทุกข์ อัปปัตตะกะวัฏฏะทุกขัง คือ อันจักมาภายหน้าก็เป็นทุกข์ ๑ อิทานิ อาหาระคะเวสี ทุกขัง คือ ก็ในปัจจุบันอันนี้มาชวนชวายเป็นเลียงชีวิตบัดนี้ก็เป็นทุกข์แท้แล เป็นทุกข์อันถ้วน ๘ แล^{๒๕}

บทรำพึงในบทนี้แสดงถึงความทุกข์ ๘ ประการ ได้แก่ การเกิด ความแก่ชรา ความมีโรค ความตาย ความตกอบายทั้ง ๔ เหตุการณ์ในอดีต อนาคต การชวนชวายเป็นเลียงชีวิตในปัจจุบัน สิ่งเหล่านี้เป็นทุกข์สิ้น

(๓) บทรำพึงเทวทูตกัมมฐานาว่าด้วยการเกิด

อะหัมปิ โขมहि ชาติธัมโม ชาติอะนะตีโต หันทาหัง กัลยาณัง กะโรมิ กาเยนะ วาจาเย มะนะสา (๑ ครั้ง)

^{๒๔} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๑๐/๑-๘.

^{๒๕} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๑๐/๖-๘., ๑๑/๑-๓.

จากนั้นแปลว่า

โฆ ด้วยมีแท้แล อะหัมปิ แม้นกู ชาติธัมโม มีสภาวะธรรมรู้เกิดมาเป็นทุกข์ใจๆ อัมปิ ก็มีแล อะหัง อันว่ากู ชาติอะนะตีโต ก็บได้ข้ามพ้นจากชาติเพื่อแล หันทะ ควรแท้แล อิทานิ ในกาละบัดนี้ อะหัง อันว่ากู กะโรมิ ก็ควรกระทำ กัลยาณัง ยังกุสะละบุญ กายณะ ด้วยตน วาจา ด้วยปาก มะนะสา ด้วยอันคิดใจบัดนี้แลฯ^{๒๖}

บทรำพึงในบทนี้กล่าวได้ว่า อันว่าแม้ตัวเรารู้ถึงสภาวะทุกข์อยู่เนื่องๆ เราไม่พ้นการเกิดไปได้ บัดนี้เราควรกระทำกุศลธรรมด้วย กาย วาจา ใจ

(๔) บทรำพึงเวทวะทุดกัมมัญฐานว่าด้วยความแก่

อะหัมปิ โขมहि ชะราธัมโม ชะราอะนะตีโต หันทาหัง กัลยาณัง กะโรมิ กายณะ วาจา มะนะสา (๑ ครั้ง)

จากนั้นแปลว่า

โฆ ด้วยมีแท้แล อะหัมปิ แม้นกู ชะราธัมโม มีสภาวะรู้เฒ่าแก่ชรา อัมปิ ก็มีแล อะหัง อันว่ากู ชะราอะนะตีโต ไม่ข้ามพ้นจากชราเพื่อแล หันทะ ควรแล อิทานิ ในกาละบัดนี้ อะหัง อันว่ากู กะโรมิ ก็ควรกระทำ กัลยาณัง ยังบุญ กายณะ ด้วยตน วาจา ด้วยปาก มะนะสา ด้วยใจแล^{๒๗}

บทรำพึงบทนี้กล่าวได้ว่า อันว่าแม้ตัวเรานี้มีสภาวะรู้ถึงความเฒ่าแก่ชรา เราไม่พ้นความแก่ชราไปได้ บัดนี้เราควรทำกุศลธรรมด้วย กาย วาจา ใจ

(๕) บทรำพึงเทวทูตกัมมัญฐานว่าด้วยความเจ็บป่วย

อะหัมปิ โขมहि พะยาธิธัมโม พะยาธิอะนะตีโต หันทาหัง กัลปยาณัง กะโรมิ กายณะ วาจา มะนะสา (๑ ครั้ง)

จากนั้นแปลว่า

โฆ ด้วยมีแท้แล อะหัมปิ แม้นกู พะยาธิธัมโม มีสภาวะรู้เป็นพะยาธิใจๆ อัมปิ ก็มีแล อะหัง อันว่ากู พะยาธิอะนะตีโต ไม่ข้ามพ้นจากพะยาธิเพื่อแล หันทะ ควรแล อะหัง อันว่ากู กะโรมิ ก็ควรกระทำ กัลยาณัง ยังบุญ กายณะ ด้วยตน วาจา ด้วยปาก มะนะสา ด้วยใจแล^{๒๘}

บทรำพึงบทนี้กล่าวได้ว่า อันว่าแม้ตัวเรานี้ รู้ถึงความเป็นพะยาธิเนื่องๆ เราไม่พ้นจากพะยาธิไปได้ เราควรกระทำกุศลธรรมด้วยกาย วาจา ใจ

(๖) บทรำพึงเทวทูตกัมมัญฐานว่าด้วยความทุกข์

อะหัมปิ โขมहि ทุกขะธัมโม ทุกขะอะนะตีโต หันทาหัง กัลยาณัง กะโรมิ กายณะ วาจา มะนะสา (๑ ครั้ง)

^{๒๖} ครุบาคันธา คนธวีโส, ๑๑/๔-๘.

^{๒๗} ครุบาคันธา คนธวีโส, ๑๒/๑-๓.

^{๒๘} ครุบาคันธา คนธวีโส, ๑๒/๕-๗.

จากนั้นแปลว่า

โฆ ด้วยมีแท้แล อะหัมปิ แม้นอันว่ากู ทุกขธัมโม มีสภาวะอันเป็นทุกข์ในกาย ในใจ คือว่า ทุกข์ไร้เชื้อใจ หาอันใดจักกิน จักนุ่ง จักบริโภคไม่ได้ก็เป็นทุกข์ ทำมาค้าขายก็เป็นทุกข์ ทำงาน ให้ท้าวพระญาติก็เป็นทุกข์ ได้ถูกได้ราชทัณฑ์กรรม ท่านได้มัต ทูบ ตี ก็เป็นทุกข์ ท่านได้ปรับ สินไหม ก็เป็นทุกข์อัมหิปี ก็มีแล อะหัง อันว่ากู ทุกขะอะนะตีโต ก็ไม่ได้พ้นจากทุกข์แล หันทะ ควรแล อิทานิ ในกาละบัดนี้ อะหัง อันว่ากู กะโรมิ ก็ควรจักกระทำ กัลยาณัง ยังกุสะละ บุญ กาเยนะ ด้วยกาย วาจาเย ด้วยวาจา มะนะสา ด้วยใจแลฯ^{๒๙}

บทรำพึงบทนี้กล่าวได้ว่า อันว่าตัวเรามีความทุกข์ทั้งกายและใจ เราไม่พ้นความทุกข์ไปได้ เราควรกระทำซึ่งกุศลบุญด้วยกาย วาจา ใจ

(๗) บทรำพึงเทวทูตกัมมัญฐานว่าด้วยความตาย

อะหัมปิ โขมทิ มะระณะธัมโม มะระณะอะนะตีโต หันทาหัง กัลยาณัง กะโรมิ กาเยนะ วาจาเย มะนะสา (๑ ครั้ง)

จากนั้นแปลว่า

โฆ ด้วยมีแท้แล อะหัมปิ แม้นอันว่าข้า มะระณะธัมโม มีสภาวะรู้ตายไฉยๆ อัมหิ ก็มีแท้แล อะหัง อันว่าข้า มะระณะอะนะตีโต อันบได้ข้ามพ้นจากอันตายเพื่อแล หันทะ ควรแล อะหัง อันว่าข้ากะโรมิ ก็ควรกระทำ กัลยาณัง ยังกุสะละบุญ กาเยนะ ด้วยตน วาจา ด้วยปาก มะนะสา ด้วยใจแลฯ^{๓๐}

บทรำพึงบทนี้กล่าวได้ว่า อันตัวเราที่รู้ถึงความตายอยู่เนืองๆ ไม่พ้นความตายไปได้ เราควรทำกุศลบุญด้วยกาย วาจา ใจ

ข้อปฏิบัติก่อนการภาวนาที่ได้กล่าวมานี้ เป็นบทรำพึงให้ผู้ปฏิบัติได้ระลึกนึกถึงความเกิด ความแก่ ความตาย ความชรา ความเป็นพยาธิ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นทุกข์ทั้งสิ้น แม้ว่าตัวเรารู้ถึงความทุกข์ก็ไม่พ้นจากความเกิด ความทุกข์ ความแก่ ความตายไปได้ ดังนั้นเราควรที่จะกระทำกุศลบุญด้วยกาย วาจาและใจ บทรำพึงเหล่านี้อาจเป็นเครื่องเตือนใจให้ผู้ปฏิบัติเกิดอารมณ์ที่จะหลุดพ้นจากความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ส่งผลให้มีความตั้งใจมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติกัมมัญฐาน

ค) บทสวดกัมมัญฐาน

หลังจากที่ได้กล่าวบทรำพึงถึงความทุกข์ ซาติ ชรา มรณะ เป็นต้นไปแล้ว จากนั้นให้ผู้ปฏิบัติเริ่มสวดและปฏิบัติกัมมัญฐานต่อไป ดังนี้

นะโม พุทธายะ นะโม ธัมมายะ นะโม สังฆายะ (๓ ครั้ง)

จากนั้นแปลว่า

^{๒๙} ครุบาคันธา คนธวีโส, ๑๒/๗-๘., ๑๓/๑-๕.

^{๓๐} ครุบาคันธา คนธวีโส, ๑๓/๗-๘., ๑๔/๑.

นะโม กริยาอันไหว้ เม แห่งข้า อัตถุ จงมี พุทธายะ แก่พระพุทธรเจ้าเถอะ นะโม กริยาอันไหว้
เม แห่งข้า อัตถุ จงมี ธิมมายะ แก่พระสัทธิธรรมเจ้าเถอะ นะโม กริยาอันไหว้ เม แห่งข้า อัตถุ
จงมี สัจจายะ แก่พระสังฆเจ้าเถอะ

อัปปะมาโน พุทโธ อัปปะมาโน ธิมโม อัปปะมาโน สังโฆ (ว่า ๓ ครั้ง)

จากนั้นแปลว่า

พุทโธ อันว่าพระพุทธรเจ้า อัปปะมาโน หากิเลสธรรมไม่ได้ มีคุณหาประมาณที่สุดไม่ได้
ธิมโม อันว่าพระสัทธิธรรมเจ้า อัปปะมาโน หากิเลสธรรมไม่ได้ มีคุณหาประมาณที่สุดไม่ได้แท้แล
สังโฆ อันว่าพระอริยสังฆเจ้า อัปปะมาโน หากิเลสธรรมไม่ได้ มีคุณหาประมาณที่สุดไม่ได้แท้
แล^{๓๑}

ปัญจะมาระ ชิโน นาโถ	ปัตโต สัมโพธิมุตตะมัง
จะตุสัจจัง ปะกาเสสิ	ธิมมะจักกััง ปะวัตตะยิ
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ	สัพเพ มารา ปะลายันตุ

(บางทีว่าเป็น เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ โหนตุ เม ชัยยะมังคะลัง)

จากนั้นแปลว่า

นาโถ อันว่าพระพุทธรเจ้า ชิโน ได้ประจัญแพ้แล้ว ปัญจะมาระ ยังหมุ่มมาร ๕ ประการ ปัตโต ก็
ได้ถึง สัมโพธิยัง ปัญญาสัพพัญญู อุตตะมัง อันประเสริฐ ปะกาเสสิ ก็สำแดง จะตุสัจจัง ยัง
สัจจะทั้ง ๔ ปะวัตตะยิ ก็เทศนา ธิมมะจักกััง ยังธิมมะจักกัแล เขยยะมังคะลัง อันประจัญแพ้มาร
๕ ประการ เป็นมังคะละ โหนตุ จุงมี เม แก่ข้า เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ ด้วยอันกล่าวคำสัจจะอันนี้
เถอะ^{๓๒}

ยะถา ถัมเภา นิพันเธยยะ	วัจฉัง ทมะมัง นะโร อิธะ
พันเธยเยวัง สะกััง จิตตัง	สะติยารัมมะเณ ทัพพัง (๓ ครั้ง)

จากนั้นแปลว่า

นะโร อันว่าคนผู้ชาย อิธะ โลก ในโลกนี้ ทัมมัง อันจักสอน วัจฉัง ยังลูกว้าว เพื่อจักให้อู้เยื้อง
คลองดี นิพันเธยยะ ฟิงผูกมัดไว้ ถัมเภา ที่เสา หัพพัง ให้มัน ยะถา ด้วยประการฉนใด สะปุริโส
นะโร อันว่าคนผู้สะปุริสะ สุขกามา อันปรารถนามักหื้อได้เถิงสุข ๓ ประการ มีนิพพานเจ้าเป็นที่
แล้วตั้งอันพันเธยยะ ฟิงผูกไว้ สะกััง จิตตัง ยังจิตใจแห่งตน อารัมมะเณ ในอารมณั้ทั้งหลายมีรู
ปารมณั้ เป็นต้น ทัพพัง ให้มัน มักว่าอย่าให้ใจเดินไป สะติยา ด้วยสติ เอวัง มักว่า ตถา ก็หื้อ
พริ่าเป็นตั้งบุคคลผู้สอนยังจัวและผูกไว้กับเสาให้มันนั้นเถอะฯ^{๓๓}

^{๓๑} ครุบาคันธา คนธวิโส, ๑๔/๑-๘.

^{๓๒} ครุบาคันธา คนธวิโส, ๑๕/๑-๖.

^{๓๓} ครุบาคันธา คนธวิโส, ๑๖/๔-๘.

พุทฺโธ เม นาโถ อัมโม เม นาโถ สังโฆ เม นาโถ กัมมัญฺชานัง เม นาถัง กัมมัญฺชานะทายะกา
จะริโย เม นาโถ (๓ ครั้ง)

จากนั้นแปลว่า

พุทฺโธ อันว่าพระพุทฺธเจ้า เม แห่งข้า อัมโม อันว่าพระสัทธัมมะเจ้า นาโถ ก็เป็นที่พึ่ง เม แห่ง
ข้า สังโฆ อันว่าพระสังฆะเจ้า นาโถ ก็เป็นที่พึ่ง เม แห่งข้า กัมมัญฺชานัง อันว่ากัมมัญฺชาน ๒
จำพวก คือ สมณะกัมมัญฺชาน ๔๐ ทิส และวิปัสสนาเจ้า นาโถ ก็เป็นที่พึ่ง เม แห่งข้า
กัมมัญฺชานะทายะกาจะริโย อันว่าครูบาอาจารย์ ผู้ให้กัมมัญฺชานและสอนกัมมัญฺชานก็ดี นาโถ ก็
เป็นที่พึ่ง เม แห่งข้า^{๓๔}

อะหัมภันเต มะมะ อัตตะภาวัง สะชีวิตัง ตุมหากัง ปะริจจะชามิ นียยาเทมิ (๓ ครั้ง)

แปลว่า

ภันเต ข้าแต่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก อะหัง อันว่าข้า ปะริจจะชามิ ก็สละให้ นียยาเทมิ ก็เวียน
น้อมให้บัดนี้ มะมะ อัตตะภาวัง ยังอัตตะภาวะเนื่อตัวข้า สะชีวิตัง กับทั้งชีวิตจิตใจแห่งข้า ตุมหา
กัง แก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎากบัดนี้แล^{๓๕}

จะเห็นได้ว่าบทสวดกัมมัญฺชานล้านนาเป็นการถึงคุณของพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ขอ
คุณของพระพุทฺธเจ้าผู้ชนะมารทั้งปวง พระสัทธรรมคำสอน และพระสงฆ์ผู้เป็นเนื่อนาบุญมาเป็นที่พึ่ง
เพื่อสุข ๓ ประการมีนิพพานเป็นที่สุด จะต้องมัสติตั้งมั่นเหมือนกับลูกวัวที่ผูกติดไว้กับเสา ไม่ให้
หวั่นไหวพลั้งผลออกจากสติ นอกจากพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์เป็นที่พึ่งแล้ว ยังมีกัมมัญฺชานทั้ง ๔๐
อาจารย์ผู้สอนผู้ให้กัมมัญฺชานก็เป็นที่พึ่งด้วย รวมเป็นแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

จึงสรุปได้ว่าวิธีการปฏิบัติก่อนทำกัมมัญฺชานหรือกัมมัญฺชานล้านนาจะเน้นหลักการ
ปฏิบัติ การสวดคํากล่าวต่างๆ ตั้งแต่การชำระศีลให้บริสุทธิ์ จากนั้นก็เตรียมรูปเทียนข้าวตอกดอกไม้
มาถวายพระพุทฺธรูป เจดีย์ ต้นโพธิ์ หรือผู้ให้กัมมัญฺชาน จากนั้นกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ กล่าวคำ
ขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก ได้แก่ พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัญฺชาน และพระผู้ให้
กัมมัญฺชาน ต่อไปคือการปฏิบัติก่อนการภาวนาซึ่งเป็นการกล่าวบทรำพึงถึงความทุกข์ ซาติ ขรา พยาธิ
มรณะ ว่าเป็นความทุกข์ เราไม่สามารถก้าวพ้นความทุกข์เหล่านี้ไปได้ จึงควรทำบุญกุศลด้วยกาย
วาจา ใจ ซึ่งเป็นบทที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความตั้งใจแน่วแน่ที่จะละความทุกข์ จากนั้นก็เริ่มสวดบท
กัมมัญฺชานสรรเสริญคุณแห่งพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ แล้วจึงขอพระกัมมัญฺชานเพื่อนำไปปฏิบัติ
จะเห็นได้ว่าในแนวทางการปฏิบัติกัมมัญฺชานล้านนาเบื้องต้นนั้น จะมีแต่บทสวด คํากล่าวต่างๆ เป็น
หลัก

^{๓๔} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๑๗/๒-๖.

^{๓๕} ครูบาคันธา คนธวีโส, ๑๗/๖-๘.

๓.๓ อนุสสติกรรมฐาน

ในกัมมัฏฐานรอม กล่าวถึงอนุสสติโดยมีประเภทและหลักการปฏิบัติภาวนา ซึ่งหลักการจะให้ตีความปฏิบัติสีลานุสติก่อน จากนั้นก็ปฏิบัติจาคานุสติ พุทธานุสติไปตามลำดับ ดังนี้

๑) สีลานุสติ

เมื่อจะภาวนาสีลานุสติ ให้เริ่มสวดตั้งแต่บทสวดกัมมัฏฐาน นะโม พุทธายะ ถึง อะหัมมกันเต มะมะ อัตตะภาวัง ที่ได้กล่าวไว้แล้วในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน จากนั้นเริ่มสวดบทต่อไปนี้

อะหัมมกันเต สีลานุสสะติกัมมัฏฐานัง ยาจามิ สีลานุสสะติกัมมัฏฐานัง เทละ เม ภาณเต (๓ ครั้ง)

ภาณเต ข้าแต่พระแก้วเจ้า ๕ โกรฐาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

สีลานุสสะติกัมมัฏฐานัง ยังสีลานุสสะติกัมมัฏฐานเจ้าแล

ตุมเห อันว่าพระแก้วเจ้า ๕ โกรฐาก

เทละ จงอนุญาตวางให้

สีลานุสสะติกัมมัฏฐานัง ยังสีลานุสสะติกัมมัฏฐาน

เม แก่ข้าแต่เถอะ

หากจะขอเอาปีติ ๕ ประการและอุปะจาระสมาธิให้ว่า

อะหัมมกันเต ปีติอุปะจาระสมาธิง ยาจามิ ปีติอุปะจาระสะมาธิง เทละ เมภาณเต ทุกขะสันตัง กะริสสามิ (๓ ครั้ง)

ภาณเต ข้าแต่พระแก้วเจ้า ๕ โกรฐาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

ปีติอุปะจาระสะมาธิง ยังปีติ ๕ ประการ คือ ขุททะกาปีติ ฆะณิกาปีติ โอกันตिकाปีติ อุพเพงคาปีติ ณะระณาปีติ อุปะจาระสะมาธิ บัดนี้แล

ภาณเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกรฐาก

ตุมเห อันว่าเจ้าข้าทั้งหลาย

เทละ จงให้

ปีติอุปะจาระสะมาธิง ยังปีติแลอุปะจาระสมาธิ อันประเสริฐมาเกิดเป็นไปในตัว ในใจ

เม แห่งข้าในขณะอันภาวนาสีลานุสสะติกัมมัฏฐานนี้แต่เถอะ

อะหัง อันว่าข้า

กะริสสามิ ก็จักทำ

ทุกขะสันตัง ซึ่งที่สุดแห่งทุกข์แล

อะโห วะตะ เม สีลานิ อะชัณชานิ อะฉิททานิ อะสะพะลานิ อะกัมมะसानิ ภูชชิสสานิ อะปะรามาสานิ วิญญูปะสัฎฐานิ สะมาธิสังวัตตะกานิ (๓ ครั้ง)

อะโห วะตะ ด้วยมีแท้แล

สีลานิ อันว่าศีลทั้งหลาย

เม แห่งข้าอันได้รักษานี้

อะชัณฑานี ก็ไม่เป็นบังเป็นท่อน ก็ไม่เสียเบื่องต้น ไม่เสียเบื่องปลาย

วะตะ แท้แล

อัทธิทานี อันว่าศีลทั้งหลายนี้ ก็ไม่เป็นช่องเป็นรู คือ ไม่เสียท่ามกลางแท้แล

อะสะพะลานี ศีลแห่งข้านี้ก็ไม่มีเป็นต่าง เป็นพร้อยใหญ่ คือ ไม่ให้เสีย ๒ อัน ๓ อัน ถัดกัน

แล

อะกัมมะสานี ศีลแห่งข้าก็ไม่พร้อยเป็นดาว คือ เสียยกย่างขึ้นกันแล

ภุชชิสสานี ศีลแห่งข้านี้จักให้ข้าออกเป็นไท คือ ไม่ให้เป็นข้าแห่งตัณหาแท้

อะปะรามาสานี ศีลแห่งข้าก็ไม่ให้ตัณหา มานะ ทิฏฐิ อวิชชา มาลูบถือเอาได้แท้แล

วิญญูปะสัฏฐานี ศีลแห่งข้านี้อันนักปราชญ์เจ้าทั้งหลาย ผู้มีปัญญาเป็นต้นว่าพระพุทธเจ้า พระปัจเจกเจ้าและพระอรหันต์เจ้าทั้งหลายหากกล่าวสรรเสริญพรรณนายกยอว่าประเสริฐแท้แล

อะโห วะตะ เม สีลานี อะชัณฑานี (๓ ครั้ง)

แล้วปลงมือลงหงายซ้อนกันไว้เหนือตัก เอามือขวาหงายไว้บนมือซ้ายทำตนให้ตรง อย่าก้ม อย่าแหงน อย่าให้เอียงไปๆ มาๆ ไปซ้ายไปขวา ให้หลับตา จับปากเสีย เอาปลายลิ้นติดปุ่มเหงือกภายใน ตั้งสติมุ่งหน้าเฉพาะกัมมัฏฐาน ให้รำพึงดูศีลแห่งตนอันบริสุทธิ์นั้นแล ให้ระลึกอยู่ในใจ ใจนับ ลูกประจำไปว่า

สีลานี เม ปะริสุทธานี นับไปลูกหนึ่ง

สีลานี เม ปะริสุทธานี นับไปลูกหนึ่ง

อย่างนี้ไปเรื่อยๆ หากได้ ๕๐ ลูกแก้ว ให้หยุดแล้วรำพึงว่า

อะโห วะตะ เม สีลานี อะชัณฑานี ดังนี้ครั้ง ๑ แล้วกลับคืนนับลูกประจำไปเรื่อยๆ ว่า

สีลานี เม ปะริสุทธานี ไปเรื่อยๆ หากได้ ๕๐ ลูกแก้ว ให้หยุดแล้วรำพึงว่า

อะโห วะตะ เม สีลานี อะชัณฑานี ครั้ง ๑ นับลูกประจำไปเรื่อยๆ ตามอุตสาหะได้ร้อย

พัน หมื่น แสน ยิ่งดี

หากจะหยุด ให้อ้าปากลืมตา ยกมือตั้งระหว่างคิ้วแล้วว่า

สาธุ ผู้ข้าภาวนาศีลเท่านี้แล้วขอยกมือไหว้ไว้เหนือหัวก่อนแล

ว่าอย่างนี้แล้วก็พอตตามสมควร ภาวนาสีลานุสติกัจจบ

จึงกล่าวได้ว่าสีลานุสติกัมมัฏฐานเป็นการภาวนาเพื่อขอศีลจากพระแก้วเจ้า ๕ โสภาค ได้แก่ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน และครูบาอาจารย์ อันเป็นที่เคารพนับถือ จากนั้นก็มีการขอปิติและอุปะจารสมาธิให้มาบังเกิดในตน นอกจากนี้แล้วยังมีการกล่าวคำมั่นว่าจะรักษาศีลไม่ให้ต่างพร้อย ไม่ให้ขาด ไม่ให้ตัณหา มานะ ทิฏฐิเข้ามาทำให้เกิดมลทินต่อศีลได้ จากนั้นก็นั่งขัดสมาธิภาวนานับลูกประจำทำไปเรื่อยๆ ตามความสามารถ เมื่อเสร็จแล้วก็ให้ลืมตาดยกมือไหว้ การภาวนาสีลานุสติกัจจบเป็นอันเสร็จสิ้น^{๓๖}

^{๓๖} ครูบาคันธา คนธวิโส, หน้า ๑๙-๒๑.

๒) จาคานุสติ

เมื่อจะภาวนาจาคานุสติ ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง อะหัมภันเต มะมะ
อัตตะภาวัง จากนั้นให้เริ่มสวดบทต่อไป ดังนี้

อะหัมภันเต จาคานุสติกัมมัญฐานัง ยาจามิ จาคานุสติกัมมัญฐานัง เทละ เม ภันเต
(๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

จาคานุสติกัมมัญฐานัง ยังจาคานุสติกัมมัญฐานเจ้าแล

ตุมเห อันว่าพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

เทละ จงอนุญาตวางให้

จาคานุสติกัมมัญฐานัง ยังจาคานุสติกัมมัญฐาน

เม แก่ข้าแต่เถอะ

หากจะขอเอาปิติ ๕ ประการและอุปะการสมาธิให้ว่า

อะหัมภันเต ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยาจามิ ปิตีอุปะการะสะมาธิง เทละ เม ภันเต ทุกขะ
สันตัง กะริสสามิ (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยังปิตี ๕ ประการ คือ ขุททกะกาปิตี ขะณิกาปิตี โอกกันตिकाปิตี
อุพเพงคาปิตี ณะระณาปิตี อุปะการะสะมาธิ บัดนี้แล

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

ตุมเห อันว่าเจ้าทั้งหลาย

เทละ จงให้

ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยังปิตีแลอุปะการะสะมาธิ อันประเสริฐมาเกิดเป็นไปในหัวใจ ในใจ

เม แห่งข้า ในขณะที่อันภาวนาจาคานุสติกัมมัญฐานนี้แต่เถอะ

อะหัง อันว่าข้า

กะริสสามิ ก็จักทำ

ทุกขะสันตัง ซึ่งที่สุดแห่งทุกข์แล

อะโห ะตาสัง วิคะตะมัจเจเรนะ เจตะสา วิหะรามิ มุตตะจาโค ปะยัตตะปาณิ
โวสส์คคะระโต ยาจะโยโค ะทัญญู ทานัง วิราคะระโต สุทินนัง ะตะ เม ทานัง (๓ ครั้ง)

อะโห ะตะ ด้วยมีแท้แล

อะหัง อันว่าข้า

วิคะตะมัจเจเรนะ อันมีมัจเจระธรรมความตระหนี่อันให้เป็นมละมลทินหากคลาดพันไป
แล้วก็จึงให้ทานได้แล

อะหัง อันว่าข้า

วิหะรามิ ก็อยู่
 เจตะสา ด้วยใจ อันเลื่อมใสยินดีแล
 อะหัง อันว่าข้า
 มุตตะจาโค มีทานหากได้สละพ้นแล้ว
 อะหัง อันว่าข้า
 ปะยัตตะปาณิ มีมืออันชำระให้บริสุทธิ์ดีแล้ว ตกแต่งทานทุกเมื่อแท้แล
 โวสสัคคะระโต ย่อมยินดีในอันให้ทานทุกเมื่อ
 ยาจะโยโค ย่อมประกอบด้วยยาจาก คือ ชอบให้ทานแก่แก้วทั้ง ๓ และยาจากคนขอทุกเมื่อ

แล

วะทัณฺณญ์ อันรู้จักผละแห่งทานและรู้จักกาละอันควรให้ทานทุกเมื่อแล
 ทานัง สัจฉิกาอะระโต ย่อมยินดีในอันแจกให้ทานทุกเมื่อแล
 ทานัง อันว่าทาน
 มะยา อันข้า
 สุกินนัง ได้ให้ดีนัก
 วะตะ แท้แล
 อะโห วะตะหัง วิคะตะมัจฉะเรนะ เจตะสา วิหะรามิ มุตตะจาโค (๓ ครั้ง)

แล้วให้ปลงมือลงไหว้บนตัก หลับตา จับปาก เป็นดั่งกล่าวแล้วแต่ภายหลังทุกอย่างแล้ว ให้
 รำพึงเห็นของทานอันตนได้ให้ทานแล้วแต่ภายหลังทั้งมวลนั้นแม่นนักถึงของทานเท่าใดก็ให้ยินดีซึ่ง
 ของทานว่า สัพพะวัตถุทานอันข้าได้ให้ทานด้วยกายก็ดี อนุโมทนาทานกับท่านผู้อื่นก็ดี ก็เป็นอันดีแท้
 แล ว่าอย่างนั้นนับลูกประจำไปว่า

มุตตะจาโค ตกไป
 มุตตะจาโค ตกไป เนื่องๆ จะได้ ๕๐ ลูก ให้หยุดว่า
 อะโห วะตะหัง วิคะตะมัจฉะเรนะ เจตะสา วิหะรามิ มุตตะจาโค ครั้ง ๑ แล้วนับลูกประจำ

ว่า

มุตตะจาโค ก็ดี
 สุกินนัง วะตะ เม ทานัง ก็ดี ได้ร้อย พัน หมื่น แสน ยิ่งดี

หลังจากนั้นถ้าหากจะหยุดให้ยกมือว่า สาธุ ผู้เข้าเจริญภาวนาจากคานุสติก็มีมาตรฐานเจ้า
 เท่านั้นแล้ว ขอยกไว้เหนือหัว การภาวนาจากคานุสติก็จบเท่านั้น^{๓๗}

จึงกล่าวได้ว่าจากคานุสติก็มีมาตรฐานเป็นการภาวนาเพื่อขอจากคานุสติของพระแก้วเจ้า ๕
 โภการ จากนั้นก็ขอปีติและอุปจารสมาธิให้มาบังเกิดในตน กล่าวคำมั่นที่จะละความตระหนี่อันเป็น
 มลทิน ทำให้จิตให้แจ่มใส ยินดีที่จะให้ทานแก่ผู้อื่นทุกเมื่อ แล้วก็ระลึกถึงการให้ทานที่ตนได้กระทำ
 แล้วบ้าง การอนุโมทนากับท่านผู้อื่นบ้าง ซึ่งทำให้เกิดความยินดีแก่ผู้ปฏิบัติ จากนั้นก็นับลูกประจำ

^{๓๗} ครุบัคันธา คนธวิโส, ๒๒-๒๔.

ตามแบบกัมมัฏฐานล้านนาไปเรื่อยๆ ตามความสามารถ เมื่อต้องการหยุดก็ให้ยกมือไหว้กล่าวลากัมมัฏฐานนั้น ก็เป็นอันเสร็จการภาวนาจากานุสติ

๓) พุทธานุสติ

เมื่อผู้ปฏิบัติจะภาวนา ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง อะหัมภันเต มะมะ อัตตะภาวัง จากนั้นก็เริ่มสวดบทต่อไปนี้ว่า

อะหัมภันเต พุทธานุสติกัมมัฏฐานัง ยาจามิ พุทธานุสสติกัมมัฏฐานัง เทละ เม ภันเต (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระเจ้าเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

พุทธานุสติกัมมัฏฐานัง ยังพุทธานุสติกัมมัฏฐานเจ้า

ตุมเห อันว่าพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

เทละ จงอนุญาตวางให้

พุทธานุสติกัมมัฏฐานัง ยังพุทธานุสติกัมมัฏฐาน

เม แก่ข้าแต่เถอะ

ถ้าหากจะเอาปิติ ๕ ประการและอุปะการสมาธิให้ว่า

อะหัมภันเต ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยาจามิ ปิตีอุปะการะสะมาธิง เทละ ภันเต ทุกขะสันตัง กะริสสามิ (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยังปิตี ๕ ประการ คือ ขุททะกาปิตี ขะณิกาปิตี โอกกันตีกาปิตี อุพเพงคาปิตี ณะระณาปิตี อุปะการะสะมาธิ บัดนี้แล

ภันเต ข้าแก่พระเจ้า ๕ โกฎาก

ตุมเห อันว่าเจ้าข้าทั้งหลาย

เทละ จงให้

ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยังปิตีและอุปะการะสะมาธิอันประเสริฐมาเกิดเป็นไปในตัว ในใจ

เม แห่งข้าในขณะที่อันภาวนาพุทธานุสติกัมมัฏฐานนี้แต่เถอะ

อะหัง อันว่าข้า

กะริสสามิ ก็จักทำ

ทุกขะสันตัง ซึ่งที่สุดแห่งทุกข์แล

อิติปิโส ณะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ วิชชาจะระสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภาคะวาติ (๓ ครั้ง)

โส ณะคะวา อันว่าพระพุทเจ้าองค์นั้น มีบารมีธรรมบริบูรณ์เต็มงามแล้ว

อะระหัง ก็ได้ตรัสปัญญาสัพพัญญุตญาณ เป็นอรหันต์ผู้วิเศษ ตัดกิเลสพันห้าร้อย กำจัดเสีย
ยังบาปทั้งมวล ควรรับเอาอย่างทานวัตถุบูชาแห่งคนและเทวดา อินทร์ พรหม ทั้งหลาย

อติปิ มากกว่า

อิมินา คุณณะ ด้วยคุณอันนี้แล

โส ภาคะวา อันว่าพระพุทธานั้น

สัมมาสัมพุทธโธ ผู้ตรัสญเอยยะธรรม ๔ ประการ คือ สังขาระญเอยยะ ลักขณะญเอยยะ
ปัญญาตติญเอยยะ นิพพานะญเอยยะธรรม ด้วยกายด้วยดี

อติปิ แม้นด้วยคุณดังนี้

โส ภาคะวา อันว่าพระพุทธานั้น

วิชาจะระณะสัมปันโน ผู้ประกอบด้วยปัญญาทิพย์ ๘ ดวง กับทั้งจะระณะ ๑๕

อติปิ แม้นด้วยคุณดังนี้แล

อันว่าวิชาปัญญาทิพย์ ๘ ดวง คือ ๑. ปุพเพนิวาสานุสสติวิชา ๒. ทิพพะจักขา
๓. ทิพพะโสตะวิชา ๔. อิทธิวิธีวิชา ๕. ประระจิตตะวิชา ๖. มะโนมะยิทธิวิชา ๗. อาสะวัคชะยะ
วิชา ๘. วิปัสสะนาญาณะวิชา

อันว่าจระณะ ๑๕ นั้น คือ ๑. สีละสังวะระจะระณะ ๒. อินทะริยะสังวะระ
๓. โภชะเนมัตตัญญุตตา ๔. ชาคะรียานุโยค ๕. สัทธาจะระณะ ๖. หิริจะระณะ ๗. โอตตปปะจะระณะ
๘. พาหุสังจะระณะ ๙. วิริยะจะระณะ ๑๐. สะติจะระณะ ๑๑. ปัญญาจะระณะ ๑๒. ปะละมะณา
นะจะระณะ ๑๓. ทุตติยะฌานะจะระณะ ๑๔. ตะติยะฌานะจะระณะ ๑๕. จะตตะถะฌานะจะระณะ

สุคะโต ผู้ประกอบ ด้วยรูปร่างอันงามและมาตามครองพระพุทธานั้นทั้งหลายแล ได้เข้าไปสู่
สถานที่ตั้งงาม คือ ได้เข้าสู่นิพพานดี

อติปิ แม้นด้วยคุณดังนี้แล

โลกะวิทฺถุ ผู้ได้ตรัสรู้โลกทั้ง ๓ คือ กามะโลก รูปะโลก อະรูปะโลก

อติปิ แม้นกามะโลก ๑๑ ชั้น รูปะโลก ๑๖ ชั้น อະรูปะโลก ๔ ชั้น นัยยะหนึ่ง สังขาระโลก
สัตตะโลก โอกาสะโลก สังขาระโลก ได้จิตตะสังขารธรรม โอกาสะโลกได้ที่อยู่ที่เกิดแห่งสัตว์ สัตตะ
โลก คือ ได้ตัวสัตตะโลกแล

อนุตตะโร ผู้ประเสริฐกว่าโลกทั้ง ๓ ด้วยสีละ สะมาธิ ปัญญา วิมุตติ ญาณะทัสสะนะคุณ
และอนุตตะริยะธรรม ๔ ประการ คือ ทัสสะนานุตตะริยะ สะวะนานุตตะริยะ ปะริจะรียานุตตะริยะ
อะนุสัตตานุตตะริยะและประกอบด้วยมหาปริสะลักขณะ ๓๒ อะนุพยัญชนะ ๘๐ ทัส มีพระองค์สูง
๑๘ ศอก ฉัพพรรณรังสีไหลออก ๖ ศอก หาผู้จักยังไม่ได้

อติปิ แม้นว่าด้วยคุณดังนี้แล

ปริสะทัมมะสาระถิ ผู้รู้สั่งสอนยังผู้ชาย ๓ จำพวก คือ ผู้ชายคน ผู้ชายผี ผู้ชายเดรัจฉาน ให้
ได้ตั้งอยู่ในครองอันดี พระเป็นเจ้าก็เป็นนายสาระถิผู้ประเสริฐ

อติปิ แม้นด้วยคุณดังนี้แล

สัตถาเทวะมะนุสสานัง ผู้เป็นครูสั่งสอนยังคนเทวดาทั้งหลายให้ได้ถึงสุข ๓ ประการ
มีนิพพานเป็นที่สุด

อติปิ แม่นด้วยคุณดังนี้แล

พุทโธ ผู้ได้ตรัสรู้ยังสังจธรรมทั้งสี่ คือ ทุกขะสังจจะ สมุททะยะสังจจะ นิโรธะสังจจะ มัคคะสังจจะ ก่อนสัตว์ทั้งหลายแล้วสั่งสอนสัตว์ทั้งหลายเนื่องๆ ให้ได้ตรัสรู้สังจธรรมนำถึง มัคคะณะ นิพพาน

อติปิ แม่นด้วยคุณดังนี้

ภะคะวา สัมมาสัมพุทโธ (๓ ครั้ง)

แล้วให้ปลงมือไว้เหนือตักดังกล่าวแล้วแต่ภายหลังนั้น แล้วให้เฉพาะซึ่งกัมมัฏฐาน ให้รำพึงเห็นรูปพระพุทธรูป คือ พุทธรูปอันนั่งอยู่ก็ดี นอนอยู่ก็ดี เดินก็ดี แยมหัวเราะก็ดี ไม่พูดไม่แสดงธรรมก็ดี ใจติดเห็นรูปพรรณสัณฐานพระพุทธรูปเจ้ามาอยู่บนหัวและตรงหน้านั้น จิตใจเอาเป็นที่พึ่งไว้วันบแล้ว ให้คิดถึงคุณพระพุทธรูปเจ้าอันแก่แปลนั้นแล้ว ให้นับลูกประจำไปว่า

พุทโธ พุทโธ ไปเนื่องๆ ได้ ๕๐ ลูก แล้วให้หยุด จากนั้นให้ว่า

อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ ครั้ง ๑ ให้ย้อนกลับมาว่า

พุทโธ ไปเนื่องๆ ได้ร้อย พัน หมื่น แสน ก็ยิ่งดี

ถ้าจะหยุดให้ยกมือแล้วกล่าวว่า สาธุ ผู้ข้าภาวนาคณพระเจ้าท่านนี้แล้ว ขอยกไหว้เหนือหัวก่อนแล

เมื่อนับประจำว่า พุทโธ ไปนั้นให้รู้คุณพระพุทธรูปเจ้าว่าเป็นผู้ได้ตรัสรู้จริยสังจธรรมแท้แล ว่าอย่างนี้ไปเนื่องๆ ตามแปลว่าพุทโธนั้นแท้ จึงได้ชื่อว่าภาวนาระลึกถึงคุณพระพุทธรูปเจ้าแล การกล่าวภาวนาระลึกถึงพุทโธคุณจบ^{๓๘}

จึงกล่าวได้ว่าพุทธานุสติกัมมัฏฐาน มีการขอกัมมัฏฐานจากพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก เพื่อนำพุทธานุสติกัมมัฏฐานมาปฏิบัติ จากนั้นขอปิติและอุปจารสมาธิเช่นเดียวกัน แล้วกล่าวถึงคุณแห่งองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้มีธรรมบริบูรณ์เต็มงาม ผู้ละกิเลสทั้งปวง ผู้ประกอบด้วยปัญญาทิพย์ เป็นครูของเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย เป็นต้น จากนั้นนั่งสมาธิรำพึงถึงรูปของพระพุทธรูป และนึกถึงพุทโธคุณตามที่ได้กล่าวไว้ แล้วนับลูกประจำไปตามแบบกัมมัฏฐานล้านนาเมื่อต้องการหยุดก็ยกมือไหว้ลา การภาวนาพุทธานุสติก็เป็นอันเสร็จ

๔) ธรรมานุสติ

เมื่อผู้ปฏิบัติจะภาวนาธรรมานุสติ ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง อะหัมภันเต มะมะอัตตะภาวัง จากนั้นก็เริ่มสวดบทต่อไปนี้ว่า

อะหัมภันเต ธรรมานุสติกัมมัฏฐานัง ยาจามิ ธรรมานุสติกัมมัฏฐานัง เทละ เม ภันเต (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

ธรรมานุสติกัมมัฏฐานัง ยังธรรมานุสติกัมมัฏฐานเจ้าแล

^{๓๘} ครุบาคัณธา คนธวิโส, หน้า ๒๕-๒๙

ตุมเห อันวาพระเจ้า ๕ โกฎาก
 เทละ จงอนุญาตวางให้
 รัมมานุสะตีกัมมัญฐานัง ยังรัมมานุสะตีกัมมัญฐาน
 เม แก่ข้าแต่เถอะ

ถ้าหากจะขอปิติ ๕ ประการและอุปะการสมาธิให้กล่าววว่า
 อะหังภันเต ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยาจามิ ปิตีอุปะการะสะมาธิง เทละ ภันเต ทุกขะสันตัง
 กะริสสามิ (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระเจ้า ๕ โกฎาก
 อะหัง อันวาข้า
 ยาจามิ ก็ขอเอา

ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยังปิติ ๕ ประการ คือ ขุททะกาปิติ ฆะณิกาปิติ โอกกันตिकाปิติ
 อุพเพงคาปิติ ณะระณาปิติ อุปะการะสะมาธิ บัตน์แล

ภันเต ข้าแก่พระเจ้า ๕ โกฎาก
 ตุมเห อันวาเจ้าข้าทั้งหลาย
 เทละ จงให้

ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยังปิติและอุปะการะสะมาธิอันประเสริฐมาเกิดเป็นไปในตัว ในใจ
 เม แห่งข้าในขณะอันภาวนารัมมานุสะตีกัมมัญฐานันนี้แต่เถอะ
 อะหัง อันวาข้า
 กะริสสามิ ก็จักทำ
 ทุกขะสันตัง ซึ่งที่สุดแห่งทุกข์แล

สวากขาโต ณะคะวะตา รัมโม สันทิฎฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง
 เวทิตัพโพ วิญญูหิติ (๓ ครั้ง)

รัมโม อันวาพระสัทธรรมเจ้า ๒ จำพวก พระนะวะโลกุตตะระธรรมเจ้า ๙ ประการ คือ
 ได้มัคค์ ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ เป็นถ้วน ๙ สิบกับทั้งปริยัตติธรรม คือ ปิฎะกะทั้ง ๓ อันได้ ๘๔,๐๐๐ ชั้น
 ณะคะวะตา อันพระพุทเจ้า

สวากขาโต หากกล่าว หากเทศน์ไว้ดีแท้แล

สันทิฎฐิโก อันให้สัตว์ทั้งหลายได้รู้ได้เห็นณะละนิสงส์ บุญต่อหน้าและชาตินี้แท้แล

อะกาลิโก อันหะละนิสงส์หากกาลไม่ได้ คือให้หะละนิสงส์แก่สัตว์ทั้งหลายหาเมื่อหายามได้

ไตรให้หะละยามใดก็ให้แท้แล

เอหิปัสสิโก อันร้องเรียกสัตว์ทั้งหลายด้วยคำว่า ท่านทั้งหลาย จงเข้ามาเล็งดูยังมัคค์ ผล
 นิพพาน ให้รู้ ให้เห็น ให้ได้ถึง แท้เถอะ

โอปะนะยิโก อันนำสัตว์ทั้งหลายเข้าสู่นิพพานแท้แล

รัมโม อันวารัมมะ ๒ จำพวกนั้น

วิญญูหิ อันนักปราชญ์เจ้า ผู้มีปัญญา

เวทิตัพโพ พึงตรัสรู้

ปัจจัตตัง แจ้งนั๊ก
 อิติ ดังนี้
 สวากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม (๓ ครั้ง)
 แล้วให้ปลงมือลงหงายไว้เหนือตัก กระทำดังกล่าวแล้วนั้นให้รำพึงรู้คุณแห่งธรรมตามแปล
 อรรถะนั้นแล้วให้นับลูกประจำไปว่า
 ธัมโม นับไปลูก ๑
 ธัมโม นับไปลูก ๑ อย่ารีบเร่ง ให้นับไปตามเสมอ
 ยามเมื่อว่า ธัมโม ธัมโม ไปนั้น ให้ระลึกรู้คุณธรรมตามแปลนั้นไปเรื่อยๆ เมื่อนับลูกประจำ
 ไปได้ ๕๐ ลูก ให้หยุดว่า
 สวากขาโต ภาคะวะตา ธัมโม ครั้ง ๑ แล้วนับ
 ธัมโม ธัมโม ไปเรื่อยๆ ได้ร้อย พัน หมื่น แสน ยี่ดีแล
 ถ้าจะหยุดให้ยกมือแล้วกล่าวว่า
 สาธุ ผู้ข้าภavanaคุณพระธรรมเท่านี้แล้ว ขอยกมือไว้เหนือหัว การกล่าวภavanaธัมมคุณ
 จบ ^{๓๙}

จึงกล่าวได้ว่าภavanaธัมมคุณหรือธัมมานุสติ มีการขอกัมมัญฐานจากพระแก้วเจ้า ๕
 โกฎีก่อน จากนั้นก็ขอเอาปิติ ๕ ประการและอุปจารสมาธิ กล่าวบทธัมมคุณว่า พระธรรมคำสั่งสอน
 ของพระศาสนา พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ดีแล้ว ผู้ปฏิบัติสามารถเห็นได้ด้วยตนเอง ให้ผลได้ไม่จำกัด
 กาล ควรเรียกให้ผู้อื่นเข้ามา เป็นต้น เมื่อกล่าวพระธัมมคุณเป็นที่เรียบร้อยแล้วก็ทำการนับลูกประจำ
 ภavanaตามความสามารถของตน ถ้าต้องการหยุดก็ให้ยกมือไว้เหนือหัว การกล่าวภavanaธัมมคุณก็
 เป็นอันเสร็จ

๕) สังฆานุสติ

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมต้องการจะภavanaสังฆานุสติ ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง
 อะหัมภันเต มะมะ อัตตะภาวัง จากนั้นก็เริ่มสวดบทต่อไปนี้ว่า
 อะหัมภันเต สังฆานุสติกัมมัญฐานัง ยาจามิ สังฆานุสติกัมมัญฐานัง เทละ เม ภันเต
 (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎีก
 อะหัง อันว่าข้า
 ยาจามิ ก็ขอเอา
 สังฆานุสติกัมมัญฐานัง ยังสังฆานุสติกัมมัญฐานเจ้าแล
 ตุมเห อันว่าพระแก้วเจ้า ๕ โกฎีก
 เทละ จงอนุญาตวางให้
 สังฆานุสติกัมมัญฐานัง ยังสังฆานุสติกัมมัญฐาน
 เม แก่ข้าแต่เถอะ

^{๓๙} ครุบาคันธา คนธวิโส, หน้า ๒๙-๓๑.

ถ้าหากจะขอปิติ ๕ ประการและอุปะการสมาธิให้กล่าวว่า
 อะหัมภันเต ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยาจาமி ปิตีอุปะการะสะมาธิง เทละ ภันเต ทุกขะสันตัง
 กะริสสามิ (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจาமி ก็ขอเอา

ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยงปิติ ๕ ประการ คือ ขุททะกาปิติ ฆะณิกาปิติ โอกกันตिकाปิติ
 อุพเพงคาปิติ ณะระณาปิติ อุปะการะสะมาธิ บัตน์แล

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

ตุเมเห อันว่าเจ้าข้าทั้งหลาย

เทละ จงให้

ปิตีอุปะการะสะมาธิง ยงปิติและอุปะการะสะมาธิอันประเสริฐมาเกิดเป็นไปในตัว ในใจ

เม แห่งข้าในขณะอันภาวนาสังฆานุสติก็มีมัญฐานนี้แต่เถอะ

อะหัง อันว่าข้า

กะริสสามิ ก็จักทำ

ทุกขะสันตัง ซึ่งที่สุดแห่งทุกข์แล

สุปะฏิปันโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อุชุปะฏิปันโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ
 ญาเยปะฏิปันโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ สามิจิปะฏิปันโน ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ ยะทิทั้ง
 จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัญฐะ ปุริสะปุคคะลา เอสะ ณะคะวะโต สาวะกะสังโฆ อาหุเนโย ปาหุเนโย
 ทักขิเนโย อัญฐะลีกะระณียะ อนะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ (๓ ครั้ง)

สาวะกะสังโฆ อันว่าสาวะกะสังฆะอันเป็นลูกศิษย์

ณะคะวะโต แห่งพระพุทเจ้า

สุปะฏิปันโน อันปฏิบัติดีด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจแท้แล

ณะคะวะโต แห่งพระพุทเจ้า

อุชุปะฏิปันโน อันปฏิบัติตรงด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจแท้แล

สาวะกะสังโฆ อันว่าสาวะกะสังฆะอันเป็นลูกศิษย์

ณะคะวะโต แห่งพระพุทเจ้า

ญาเยปะฏิปันโน อันปฏิบัติเพื่อตรัสรู้มรรค ผล นิพพานแท้แล

สาวะกะสังโฆ อันว่าสาวะกะสังฆะอันเป็นลูกศิษย์

ณะคะวะโต แห่งพระพุทเจ้า

สามิจิปะฏิปันโน อันปฏิบัติสมควรด้วยกาย ด้วยวาจา ด้วยใจ คือ สามิจิกรรม กระทำคารวะ
 นบน์้อมด้วยอันกระทำวันทนากรรมอันไว้บนนอบด้วยอันกระทำวันทนากรรมอันไหว้บนนอบปัจจุ
 ปัญฐานกรรม คือ กระทำด้วยอันไปต้อนรับภิกษุอยู่เก่าแลภิกษุมาใหม่ด้วยอาคันตุกะวัตรและอาวาสสิ
 วัตรและปฏิสันถานพูดปราศรัยด้วยความยินดีแท้แล

ปุริสะยุคานิ อันว่าคู่แห่งอะริยะปุริสะเจ้า

ยะทิหัง มักว่า

ยานิ อิมานิ ผุงโตผุงนี้

จัตตาริ มี ๔ คู่ คือ โสตามัคคะปุคคะละและโสตาพะละปุคคะละคู่ ๑ สะกิทาคามีมัคคะละ และ สะกิทาคามีพะละปุคคะละเป็นคู่ ๑ อนาคตามีมัคคะละและอนาคตามีพะละปุคคะละเป็นคู่ ๑ อระหังตมะคัคคะละและอระหังตมะพะละปุคคะละเป็นคู่ ๑, เป็น ๔ คู่แล

อัญฐะปุริสะปุคคะลา คือ หากได้ปุริสะปุคคะละเจ้า ๘ จำพวก คือ ๑. โสตาปัตติมัคคะ ๒. โสตาปัตติพะละ ๓. สะกิทาคามีมัคคะ ๔. สะกิทาคามีพะละ ๕. อนาคตามีมัคคะ ๖. อนาคตามีพะละ ๗. อระหังตมะคัคคะ ๘. อระหังตมะพะละ

เอสะ มักว่า

เอโส ภาคะวะโต สวอะกะสังโฆ อันว่าสวอะกะสังฆะอันเป็นลูกศิษย์แห่งพระพุทธเจ้านั้น

อาหุเนโย อันคนและเทวดาทิ้งหลายควรอาราธนานำมาแล้วให้ทานแท้แล

ปาหุเนโย อันคนและเทวดาควรไปอาราธนานำมาเป็นแขกแก้วบูชาให้ทานแท้แล

ทักขิเนโย อันควรรับเครื่อง บูชาทานวัตถุปัจจัย แห่งคนและเทวดาทิ้งหลายแท้แล

อัญชะลีกะระณิโย อันคนและเทวดาทิ้งหลายควรทำอัญชลีกระพุ่มมีอน้อมไหว้แท้แล

สวะกะสังโฆ อันว่าสวอะกะสังฆะเจ้า

ปุญญุกเขตตัง อันเป็นไร่นา อันเป็นที่ปลูก ที่หว่าน ขำ แห่งพิชชะนาบุญทั้งมวล

อะนุตตะรัง อันประเสริฐล้ำเลิศ

โลกัสสะ แห่งโลกทั้งสาม คือ มนุสสโลก เทวะโลกและพรหมโลก

อิติ มักว่า

อิติ ด้วยคุณุประการอย่างนี้แล

สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวอะกะสังโฆ (๓ ครั้ง)

แล้วปลงมือลงหงายไว้เหนือตัก กลับตา จับปาก เอาปลายลิ้นติดปุ่มเหงือกข้างบน ดังกล่าว แล้วแต่ภายหลังทุกอย่างแล้ว เฉพาะหน้าซึ่งกัมมัฏฐานให้ระลึกในใจว่า เห็นอระหังตมะสวอะกะสังฆะ และสมมุติสังฆะ หมายถึงมหาสารีบุตร และโมคคัลลานะเป็นประธาน ระลึกเห็นท่านมานั่งอยู่ก็ดี ยืนอยู่ก็ดี ข้างหน้าและบนหัว เห็นมาที่ใกล้ที่ไกลก็ดี ให้รำพึงรู้เห็นคุณท่านตามอรรถแปลสุปะฏิปันโนนั้น ให้ยินดีซึ่งคุณท่านเหมือนดังจักมาพูดปราศรัย เหมือนดังจักมาจูงแขนเข้าเวียงนิพพาน ให้เว้นจากทุกข์ สงสารนั้นแล้ว ใ้หันบิณฑุกปรค้ำว่า

สังโฆ สังโฆ ไปเรื่อยๆ ได้ ๕๐ ลูกแล้วให้ว่า

สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวอะสังโฆ ครั้ง ๑ แล้วนับลูกปรค้ำไปว่า

สังโฆ สังโฆ ไปเรื่อยๆ อย่าช้านัก อย่าเร็วนัก ใ้หันบิณฑุกตรงค้ำว่าสังโฆนั้น ให้ร่อนลงไปถึง ผักหัวใจ ให้เสียงร่อนลงไปถึงโดยแท้ หากได้ ๕๐ ลูก แล้วว่า

สุปะฏิปันโน ภาคะวะโต สวอะสังโฆ ครั้ง ๑ แล้วว่า

สังโฆ สังโฆ ไปจนได้ร้อย พัน หมื่น แสน ยิ่งดี เมื่อว่าสังโฆไปนั้นให้ระลึกเห็นภิกษุอะระหังตและครุบาสังฆะตั้งอยู่เฉพาะหน้าไว้โดยแท้ เอาบุญคุณท่านไว้เป็นที่พึงเสมอได้อยู่ร่วมวิหารอันเดียวเหมือนดังได้นั่งใกล้ท่านนั้นแท้

หากพอใส่ใจว่าจะเอาคุณพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสังฆเจ้าเป็นที่พึ่งอยู่อย่างนี้ แม้
 ข้าศึกคนโจรก็ตี ท้าวพระญาฝูงใจบาปและแบกหอกเครื่องฆ่า มาขนาบว่าให้ท่านได้ละเสีย ทิ้งเสีย
 อย่าเอากัมมัญฐานและแก้วทั้ง ๓ เป็นที่พึ่ง หากไม่ละไม่หย่าเสียก็จะฟัน จักแทง จะตัดหัว จับมัดทุบตี
 ให้ตายบัดนี้ อย่างนั้นก็ดี แม้จะฆ่าก็ไม่ละไม่วางยังกัมมัญฐานแก้วทั้ง ๓ ประการ ตายก็ตาย ให้ปลงใจ
 เป็นอย่างนี้ก็จะได้ธัมมะวิเศษ อย่างต่ำมีปิตติสมาธิ ถ้าหยุดภาวนาแล้วให้ยกมือไหว้แล้วกล่าวว่า “สาธุ
 ผู้ข้าภาวนาสังฆะคุณเจ้าเท่านี้ ขอขมายกไหว้เหนือหัว การภาวนาสังฆะคุณเจ้าจบ”^{๔๐}

๖) เทวตานุสติ

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมต้องการจะภาวนาเทวตานุสติ ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง
 อะหัมภันเต มะมะ อัตตะภาวัง จากนั้นก็เริ่มสวดบทต่อไปนี้ว่า

อะหัมภันเต เทวะตานุสตะติกัมมัญฐานัง ยาจามิ เทวะตานุสตะติกัมมัญฐานัง เทละ เม ภันเต
 (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

เทวะตานุสตะติกัมมัญฐานัง ยังเทวะตานุสตะติกัมมัญฐานเจ้าแล

ตุมเห อันว่าพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

เทละ จงอนุญาตวางให้

เทวะตานุสตะติกัมมัญฐานัง ยังเทวะตานุสตะติกัมมัญฐาน

เม แก่ข้าแต่เถอะ

ถ้าหากจะขอปิติ ๕ ประการและอุปะการสมาธิให้กล่าวว่า

อะหัมภันเต ปิตฺติอุปะการะสะมาธิง ยาจามิ ปิตฺติอุปะการะสะมาธิง เทละ ภันเต ทุกขะสันตัง
 กะริสสามิ (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

ปิตฺติอุปะการะสะมาธิง ยังปิตฺติ ๕ ประการ คือ ขุททะกาปิตฺติ ชะณิกาปิตฺติ โอกกันตिकाปิตฺติ
 อุพเพงคาปิตฺติ ณะระณาปิตฺติ อุปะการะสะมาธิ บัดนี้แล

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

ตุมเห อันว่าเจ้าข้าทั้งหลาย

เทละ จงให้

ปิตฺติอุปะการะสะมาธิง ยังปิตฺติและอุปะการะสะมาธิอันประเสริฐมาเกิดเป็นไปในตัว ในใจ

เม แห่งข้าในขณะอันภาวนาเทวตานุสตะติกัมมัญฐานนี้แต่เถอะ

อะหัง อันว่าข้า

^{๔๐} ครุบัคันธา คนธวิโส, หน้า ๓๑-๓๕.

กะริสสามิ ก็จักทำ
 ทุกขณะสันตัง ซึ่งที่สุดแห่งทุกข์แล
 สัพเพ เทวา สะอินทะกา อิเมหิ สัทธาสีลาทีเกหิ คุณะหิ สัมปันนาคะตา ฉะสุ เทวะโลเกสุ
 อุปัชชนติ อิเม คุณา สัทธาสีลาทีกา มะมะ จิตตะสันตานิ ภาวันติ ยะธา เทवासุชะปปโปนติ ตะธาหัง
 สุขัง ปาปุณเณยยัง สัทธาทีคุณะยุตตะตา หะเว (๓ ครั้ง)
 สัพเพ เทวา อันว่าเทวดาทั้งหลายทั้งมวล
 สะอินทะกา กับทั้งพระญาอินทร์
 สะมันนาคะตา ก็ประกอบ
 อิเมหิ คุณะหิ ด้วยหมู่คุณทั้งหลายฝูงนี้
 สัทธาสีลาทีเกหิ มีต้นว่าศีล ๕ ศีล ๘ ศีล ๑๐ จะตูปะริสุทธะศีลและมีใจเลื่อมใสศรัทธาทูก

เมื่อ

อุปัชชนติ หากตายก็จึงได้ไปเกิด
 ฉะสุ เทวะโลเกสุ ในเทวะโลกชั้นฟ้าทั้ง ๖ แล
 อิเม คุณา อันว่าหมู่คุณทั้งหลายฝูงนี้
 สัทธาสีลาทีกา มีต้นว่าศีลและศรัทธานั้น
 ภาวันติ ก็เกิดมี
 มะมะ จิตตะสันตะสันตานิและใจแห่งข้าแล้วแล
 เทวา อันว่าเทวดาทั้งหลาย
 ปโปนติ ได้ถึง
 สุขัง ยิ่งสุข
 ยะธา มีด้วยประการอันใด
 อะหัง อันว่าข้า
 ปาปุณเณยยัง จงให้ได้ถึง
 ตะธา ด้วยประการดังเทวดาทั้งหลายฝูงนั้น
 หะเว แท้จริงแล
 สัทธาทีคุณายุตตะตา หะเว (๓ ครั้ง)
 แล้วปลงมือลงหงายไว้เหนือตักอย่างเดียวกับทุกอย่างแล้ว ให้นับลูกประจำไปว่า
 ตะธาหัง สุขัง ปาปุณเณยยัง ไปเรื่อยๆ ได้พัน หมื่น แสน ยิ่งดีแล
 ถ้าจะหยุดให้ยกมือไหว้แล้วกล่าวว่า
 สาธุ ผู้ข้าภาวนาเทวะตานุสตะกัมมัญฐานเจ้าก็แล้วเท่านี้ ขอยกมือไหว้เหนือหัวก่อนแล
 การกล่าวเทวะตานุสตะกัมมัญฐานจบ^{๔๑}

^{๔๑} คุรุบาคันธา คนธวิโส, หน้า ๓๖-๓๗.

๗) อุปสมานุสติ

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมต้องการจะภาวนาอุปะสะมานุสติ ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง
อะหัมภันเต มะมะ อัตตะภาวัง จากนั้นก็เริ่มสวดบทต่อไปนี้ว่า

อะหัมภันเต อุปสมานุสติกัมมัฏฐานัง ยาจามิ อุปสมานุสติกัมมัฏฐานัง เทละ เม ภันเต
(๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

อุปะสะมานุสะติกัมมัฏฐานัง ยังอุปะสะมานุสะติกัมมัฏฐานเจ้าแล

ตุมเห อันว่าพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

เทละ จงอนุญาตวางให้

อุปะสะมานุสะติกัมมัฏฐานัง ยังอุปะสะมานุสะติกัมมัฏฐาน

เม แก่ข้าแต่เถอะ

ถ้าหากจะขอปิติ ๕ ประการและอุปะจารสมาธิให้กล่าวว่

อะหัมภันเต ปิติอุปะจาระสะมาธิง ยาจามิ ปิติอุปะจาระสะมาธิง เทละ ภันเต ทุกะสันตัง
กะริสสามิ (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

ปิติอุปะจาระสะมาธิง ยังปิติ ๕ ประการ คือ ขุททะกะปิติ ขะณิกะปิติ โอกันติกะปิติ
อุพะพะกะปิติ ณะระณะปิติ อุปะจาระสะมาธิ บัดนี้แล

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

ตุมเห อันว่าเจ้าข้าทั้งหลาย

เทละ จงให้

ปิติอุปะจาระสะมาธิง ยังปิติและอุปะจาระสะมาธิอันประเสริฐมาเกิดเป็นไปในตัว ในใจ

เม แห่งข้าในขณะอันภาวนาอุปะสะมานุสะติกัมมัฏฐานนี้แต่เถอะ

อะหัง อันว่าข้า

กะริสสามิ ก็จักทำ

ทุกะสันตัง ซึ่งที่สุดแห่งทุกข์แล

โย มัททะเนนิมมัททะเนนิ ปิปาสะวินะโย อาละยะสะมุคฆาโต ราคักกะโย โทสั๊กกะโย โมหักกะ
โย สัพพะสังขาระสะมะโธ สัพพะปุปะธิปะนิสสะโค ตัณห์กะโย วิราโค นิโรโธ นิพพานันติ เอตัง สันตัง
ปะณีตัง อัจฉันตัง สุขัง ปะณีตัง สุขัง อุตตะมัง ะรัง สุขัง อะชาติ อะชารา อะมะระณัง อุตตะมัง
อะนุตตะรันติ (๓ ครั้ง)

โย ธัมโม อันว่าธรรมอันใด

มัททะเนนิ อันย่ำยีเสียยังกิเลสปาปะธรรม

ปิปาสะวินะโย อันบรรเทา กำจัดเสียยังอาลัยแห่งตัณหา
 ราคักกะโย อันให้หมดสิ้นไปแห่งราคะ
 โทสั๊กกะโย อันให้หมดสิ้นไปแห่งราคะ
 โมหักกะโย อันให้หมดสิ้นไปแห่งโมหะ
 สัพพะสังขาระสละโม อันระงับดับเสียยังสังขาระธรรมทั้งมวล
 สัพพะอุปะภูนิสสัคโค อันให้ละทอดเสียยังอุปัทวะกัลลวทังมวล
 ตัณหักกะโย อันให้หมดสิ้นไปแห่งตัณหา
 วิราโค อันให้ปราศจากราคะ
 นิโรโธ อันให้ดับเสียยังทุกข์และตัณหา
 นิพพานัง อิติ ก็ได้นิพพานนั้นแล
 เอตัง อันว่านิพพานอันนั้น
 สันตัง อันระงับเสียยังทุกข์
 เอตัง อันว่านิพพานอันนั้น
 ปะณีตัง อันประณีต
 อุตตะมัง สุขัง เป็นสุขอันอุดม
 ประระวัง สุขัง เป็นสุขอันประเสริฐ
 อะชาติ อันไม่รู้เกิด
 อะชะรา อันไม่รู้แก่
 อะมะระณัง อันไม่รู้ตาย
 อุตตะมัง อันอุดมและประเสริฐยิ่งนัก
 อิติ ดังนี้แล
 เอตัง สันตัง ปะณีตัง อัจจันตัง สุขัง ปะณีตัง สุขัง (๓ ครั้ง)
 อุตตะมัง นิพพานัง อะนุตตะรัง ไปเนืองๆ ร้อย พัน หมื่น แสน ก็ยิ่งดี
 หากภาวนา อุตตะมัง อะนุตตะรัง ไปเนืองๆ ให้รำพึงเห็นคุณแห่งนิพพานธรรมธรรมเจ้า
 ตามอรรถแปลไว้แล้ว การภาวนาบทอุปสมานุสติก็มีภูฐานจบ^{๔๒}

๘) อานาปานสติ

เมื่อจะภาวนาอานาปานสติ ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง อะหัมภันเต มะมะ อัตตะ
 ภาวัง จากนั้นก็เริ่มสวดบทต่อไปนี้ว่า

อะหัมภันเต อานาปานสติก็มีภูฐานัง ยาจามิ อานาปานสติก็มีภูฐานัง เทละ เม ภันเต
 (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

^{๔๒} ครุบัคันธา คนธวิโส, หน้า ๔๔-๔๖.

อานาปานสติกัมมฐานัง ยังอานาปานสติกัมมฐานเจ้าแล
 ตุมเห อันวาพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก
 เทละ จงอนุญาตวางให้
 อานาปานสติกัมมฐานัง ยังอานาปานสติกัมมฐาน
 เม แก่ข้าแต่เถอะ

อะหัมภันเต อุกคະหะนิตตะปะฏิภาคะนิตตัง ยาจามิ อุกคະหะนิตตังปะฏิภาคะนิตต
 ตัง เทละ เม ภันเต (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันวาข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

อุคคະหะนิตตะปะฏิภาคะนิตตัง ยังอุคคະหะนิตตะและปะฏิภาคะนิตตะ

ภันเต ข้าแก่แก้ว ๕ โกฎาก

ตุมเห อันวาข้าข้าทั้งหลาย

เทละ จงให้ยัง

อุคคະหะนิตตะปะฏิภาคะนิตตัง ยังอุคคະหะนิตตะและปะฏิภาคะนิตตะ อัน
 ประเสริฐมาเกิดเป็นไปในตัว ในใจ

จากนั้นให้กระทำลมหายใจเข้าออกเสมอๆ หากยาวให้ยาวเสมอๆกันแท้ แล้วให้อ่านลม
 หายใจ ให้หายใจเข้าว่า ๑ หายใจออกว่า ๒ หายใจเข้าว่า ๓ หายใจเข้าออกว่า ๔ เข้าว่า ๕ เข้าว่า ๗
 ออกว่า ๘ เข้าว่า ๙ ออกว่า ๑๐ แล้ว หากนับลมหายใจเข้าและออกอย่างนี้ ลมที่จมูกก็จะปรากฏเป็น
 เป็นคราวไป

หากนับลมที่จมูกตั้งแต่ ๑ ถึง ๑๐ อย่างนี้แล้ว ให้ละวางอันนับนั้นเสียแล้วจึงยอมให้นับลม
 หายใจเข้าว่า ๕ หายใจออกว่า ๕ หายใจเข้าว่า ๖ แล้วกลับคืนหายใจออกว่า ๑ หายใจเข้าว่า ๒
 หายใจออกว่า ๓ หายใจเข้าว่า ๔ หายใจออกว่า ๕ หายใจเข้าว่า ๖ หายใจออกว่า ๖

แล้วกลับคืนหายใจเข้าว่า ๑ หายใจออกว่า ๒ หายใจเข้าว่า ๓ หายใจออกว่า ๔ หายใจเข้า
 ว่า ๕ หายใจออกว่า ๖ หายใจเข้าว่า ๗ หายใจออกว่า ๘ หายใจเข้าว่า ๙

แล้วกลับคืนหายใจเข้าว่า ๑ หายใจออกว่า ๒ หายใจเข้าว่า ๓ หายใจออกว่า ๔ หายใจเข้า
 ว่า ๕ หายใจออกว่า ๖ หายใจเข้าว่า ๗ หายใจออกว่า ๘ หายใจเข้าว่า ๙

แล้วกลับคืนหายใจออกว่า ๑ หายใจเข้าว่า ๒ หายใจออกว่า ๓ หายใจเข้าว่า ๔ หายใจ
 ออกว่า ๕ หายใจเข้าว่า ๖ หายใจออกว่า ๗ หายใจเข้าว่า ๘ หายใจออกว่า ๙ หายใจเข้าว่า ๑๐ ดังนี้
 กลับคืนตั้งแต่เริ่มต้นนับลมหายใจเข้าออกตามลำดับ ตามกล่าวมานี้เนื่องๆ トラบถึง ๑๐ นั้นเนื่องๆ
 เถอะ

หากรำพึงนับลมหายใจอย่างนี้ อัสสาสะปัสสาสะ คือ ลมหายใจ ปรากฏเป็นไปไม่ขาดสาย,
 หากลมหายใจเป็นไปไม่ขาดสายอย่างนี้ อย่าถือเอาลมหายใจเข้าไปและออกมานั้น ให้ตั้งสติไว้ที่ลม
 หายใจไปจับต้องนั้นแล้วเจริญภาวนานับที่ลมหายใจต้องจับนั้น คือ ให้นับเอาว่า ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖, ๑ ๒

๓ ๔ ๕ ๖, ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗, ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘, ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙, ๑ ๒ ๓ ๔ ๕ ๖ ๗ ๘ ๙
๑๐ อย่างนี้แล้วกลับคืนนับตั้งแต่ต้นว่า ๑ ๒ ไปตราไปถึง ๑๐ ไปเรื่อยๆ

เมื่อลมมาจับต้องนั้นเป็นอย่างไร บุคคลผู้มีปลายจมูกยาวนานนั้นลมหายใจเข้าออกก็มาถูกต้อง
ที่ปลายจมูก หากปลายจมูกสั้นหายใจเข้าออกก็มาถูกต้องที่ริมฝีปากภายนอก นับไปอ่านไปเรื่อยๆ อย่า
วางอันนั้นเสีย ควรนับเรื่อยๆ ก่อน หากว่าสติที่นั่นตั้งมั่นเมื่อใด ให้ผู้กมัตสติตามการหายใจเข้า
ออกนั้นต้องนั้นเรื่อยๆ อย่าขาด

อันว่า นาฬิก คือ สะตือนั้นเป็นเบื้องต้น หะทะยัง อันว่าหัวใจ เป็นมัชฌะ คือ ท่ามกลาง นา
สิกะ คือ ปลายจมูกเป็นปริโยสานแห่งลมอันหายใจออกแล

ปลายจมูกเป็นเบื้องต้น หะทะยะ เป็นมัชฌะ นาฬิก คือ สะตือ เป็นปริโยสานแห่งลมหายใจ
เข้า

โยคาวจรทั้งหลายอย่าได้ใส่ใจลมหายใจเข้าลมหายใจออกนั้นเฉยๆ ควรใส่ใจลมที่ได้จับนั้น
เป็นอารมณ์ แล้วภาวนาไปเรื่อยๆ หากว่าภาวนาไปไม่ขาดเลย นิमितก็จะปรากฏ นิमितนั้นจะปรากฏ
เป็นกลุ่มฝ้ายก็ดี เป็นนุ่นจิ้งก็ดี ปลิวออกไปเป็นก้อนๆ นั้น หากว่าการภาวนาเห็นเป็นอย่างนี้แล้วชื่อว่า
อุคคหนิमितเกิดแล้ว ให้ภาวนาไปเรื่อยๆ ปฏิภาคนิमितก็จะปรากฏ ปฏิภาคนิमितเกิดนั้นคือว่าเห็นเป็น
ก้อนฝ้ายก้อนจิ้งปลิวออกไปแล้ว ทำให้เห็นผิวสองใสเป็นประกายมีรัศมีมา ดังนั้นจึงชื่อว่า ปฏิภาคนิमित
เกิดแล้ว

ภาวนาอ่านนั้นลมหายใจเข้าออกนั้นไปเรื่อยๆ อุปจารสมาธิมันคงไม่หวนไหว จิตใจมันคง
ภาวนาไปเรื่อยๆ อับปนาสมาธิก็จะเกิด เมื่ออับปนาสมาธิเกิดนั้น หากอ่อนเบาไป หายใจก็ไม่รู้เหมือน
เต็กน้อยอยู่ในท้องแม่ หายใจเข้าออกนั้นจะว่าไม่รู้ภาษาคนก็ยังไม่รู้ จะว่ารู้ก็ไม่ตื่น ไม่พูด บางครั้งเพื่อน
พูดจากร้องร่ำนั้นก็ยังไม่รู้ หากอับปนาสมาธิเกิดอย่างนี้ อยากภาวนาเข้าฌานทั้ง ๔ ก็อธิษฐานเข้าปถม
ฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ตามลักษณะ คุรูปเทส หากได้ฌานทั้ง ๔ แล้ว อภิญาทั้ง ๕
และสมาบัติรูปฌานก็จะเกิดโดยลำดับ ซึ่งเป็นลำดับอันล้ำลึกยากมาก ซึ่งวิธีฌานและอภิญา อรูปฌาน
อัญญาสมาบัติ ๘ ประการจะไม่กล่าวเพราะหาคนที่ปฏิบัตินั้นได้ยากมาก การกล่าวภาวนาอานาปาน
สติก็มีมัญฐานจบ^{๔๓}

๙) กายคตาสติ

เมื่อจะภาวนากายคตาสติ ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง อะหัมภันเต มะมะ อัตตะ
ภาวัง จากนั้นก็เริ่มสวดบทต่อไปนี้ว่า

อะหัมภันเต กายะคะตาสะติกัมมัญฐานัง ยาจามิ กายะคะตาสะติกัมมัญฐานัง เทละ เม ภัน
เต (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแก่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก

อะหัง อันว่าข้า

ยาจามิ ก็ขอเอา

^{๔๓} ครุบัคันธา คนธวิโส, หน้า ๔๖-๕๐.

กายะคะตาสะติกัมมัฏฐานัง ยังกายะคะตาสะติกัมมัฏฐานเจ้าแล
 ตุมเห อันวาพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก
 เทละ จงอนุญาตวางให้
 กายะคะตาสะติกัมมัฏฐานัง ยังกายะคะตาสะติกัมมัฏฐาน
 เม แก่ข้าแต่เถอะ
 อะหัมภันเต อุคคะหะนิมิตตะปะฏิภาคะนิมิตตะ อั้งปะนะนาสะมาธิมานะอะภิญญานัง ยาจามิ (๓ ครั้ง)

ภันเต ข้าแต่พระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก
 อะหัง อันวาข้า
 ยาจามิ ก็ขอเอา

อุคคะหะนิมิตตะปะฏิภาคะนิมิตตะ อั้งปะนะนาสะมาธิมานะอะภิญญานัง ยังอุคคะหะนิมิต
 ปะภิกากะนิมิต อั้งปะนะนาสะมาธิ ฎานอะภิญญาแล

อัถถิ อิมัสสะมัง กายะ เกสา โลมา นะขา ทันตา ตะโจ มังสัง นะหารู อังกุฐิ อัญญิมิถุชัง วัค
 กัง หะทะยัง ยะกะนัง ปิหากัง ปัพผาสัง อันตัง อันตะคุณัง อุทะริยัง กะริสัง มัตถะลุงคัง ปิตตัง เสมหัง
 ปุพโพ โลหิตัง เสโท อัสนุ ะสะขา เขโฬ สิงฆานิกากะ ละสิกา มุตตันติ ทะวัตติงสะการากะ ปะฏิกุลา ทุรันธากะ
 อะสุฎากะ เซคุจจากะ วัณณะสัณฐานะคันเธหิ อะสะโยกาสะโต ปะริจเฉทะโต (๓ ครั้ง)

เกสา อันวาผมอันได้ ๕ ล้านเส้น

โลมา อันวาขนได้ ๕ ร้อยเส้น

นะขา อันวาเล็บมือเล็บเท้ามีได้ ๒๐ ทัง

ทันตา อันวาฟัน ๓๒ ซี่

ตะโจ อันวาผืนหนังรวมกันได้เท่าพุทราหนึ่ง

มังสัง อันวาชิ้นเนื้อได้ ๑๑ แท่ง

นะหารู อันวาเอ็นใหญ่ได้ ๗ พันเส้น

อังกุฐิ อันวากระดูก ๓ ร้อยท่อน

อัญญิมิถุชัง อันวาเยื่อในกระดูก คือ เอ็นอันอยู่ในท่ามกลางกระดูก

วัคกัง อันวาไตสองลูกรวมกันเป็นขั้วเดียว คือ หัวใจอยู่

หะทะยัง อันวาก่อนขึ้นหัวใจมีน้ำเลือดอยู่ ประมาณฝ่ามือหนึ่ง

ยะกะนัง อันวาตับ คนไปกับเดียว ปลายทู่ ตับคนผู้มีปัญญารู้ฉลาดมีสองกีบ ปลายแหลม

กิโละมะกัง อันวาพังผืด

ปิหากัง ม้าม คือ ลิ่นข้างอยู่ซ้าย

ปัพผาสัง อันวาปอดได้ ๓๒ กีบ

อันตัง อันวาไส้ใหญ่ผู้ชายมี ๓๒ ขดยาวหนึ่งวา นัยยะหนึ่งว่า ยาวหนึ่งศอก ไส้ผู้หญิงมี ๒๘

ขด เหตุว่าไว้โอกาสเพื่อตั้งท้องลูกไว้ ให้ลูกมันอยู่

อันตะคุณัง อันวาไส้น้อยเกี่ยวไส้ยาวเท่ากันเหมือนงู้อยู่ใหญ่อยู่สั้นแล

อุทะริยัง อันวาอาหารอันกินเป็นดังคำหมากนั้น

กะรีสัง อันว่าอาหารอันกินเนาอยู่ใ้สุตเหมือนดังเอาดินดานเหลืองยัดในไส้ในกระบอก ออกมาเป็นอาจมลแล

มัตถะลุงคัง อันว่าสมองเหมือนแปงเนานั้น (นัยยะหนึ่งแปลว่า มัตถะลุงคัง อันว่าสมอง มัตถะเก อันมีในหัว)

ปีหากัง อันว่าน้ำดีมี ๒ จำพวก จำพวกหนึ่ง อยู่ในฝัก จำพวกหนึ่ง ชานไป ทั้งตัวและเนื้อ หนึ่งให้เกิดเป็นตุ่มคัน เป็นหิด เป็นผื่นนั้นแล

เสมหัง อันว่าเสลดขึ้นคอประมาณเต็มบาตรเหล็กลูกหนึ่ง ย่อมให้เป็นพะยาธิต่างๆ

บุพโพ อันว่าน้ำหนอง คือ เลือดสุกเป็นหนองอาศัยที่เกิด ที่เจ็บ ที่บาด

โลหิตัง อันว่าน้ำเลือดมีประมาณเต็มบาตรเหล็กลูกหนึ่ง ย่อมให้เป็นพะยาธิต่างๆ

เสโท อันว่าน้ำเหงื่ออันเกิดยามร้อนไหม้

เมโท อันว่ามันข้น

อัสสุ อันว่าน้ำตาย่อมเกิดมียามเมื่อเป็นทุกข์และยามปีติยินดี

วะสา อันว่ามันเหลวเกิดมียากลำบากและยามจักตายนั้นแล

เขโฝ อันว่าน้ำลาย

สิงฆานิกา อันว่าน้ำมูก

ละสิกา อันว่าน้ำยางเหลืองอาศัยที่กระดูก (ไข) หากว่าน้ำยางเหลืองแลเหลวนั้นเล่า คู่

เหยียดก็ดี หากน้ำยางเหลืองข้นเหนียวมากก็เจ็บกระดูกข้อต่อแล

มุตตัง อันว่าน้ำปัสสาวะอันเหลืองข้นดังเหยี่ยววัวและน้ำมูกนั้นแล

ทะวัตติงสาการา อันว่าอาการโสโครกได้ ๓๒ อันนี้

ปะฎิกูลา ควรหน่าย

ทุดันธา มีกลิ่นอันเหม็น

อะสุภา ไม่ดีไม่งามสักอัน

เชคฺจฉา ควรเกลียด

วัณณะสัณฐานะคันเธหิ ด้วยกลิ่นและวัณณะ สัณฐาน

อะสะโยกาสะโต ด้วยโอกาสที่อยู่และที่อาศัยแห่งเขา

ปะริจเฉทะโต ด้วยที่สุดที่ขาดแห่งเขา

อัทถิ ก็มีมากกว่ามาตั้งอยู่

อิมัสสะมิง กาเย ในตนอันนี้หมดแล

ถ้าหากจักภาวนาบท เกสา ปะฎิกูลา ให้ความ

อัทถิ อิมัสสะมิง กาเย เกสา ปะฎิกูลา ทุดันธา อะสุภา เชคฺจฉา (๓ ครั้ง) แล้วปลงมือลงนับ ลูกประจำไปว่า

เกสา ปะฎิกูลา

เกสา ปะฎิกูลา ตกลูกประจำไปเรื่อยๆ ให้ความฟังว่า

ผมไม่ดีไม่งาม ควรหน่าย ควรเกลียด เหม็นสาบ เหม็นคาวแท้ ว่าอย่างนี้แล้วตก เกสา ปะฎิกูลา ไปเรื่อยๆ ร้อย พัน หมื่น แสน ยิ่งดี

ถ้าหากว่าสมภารมีความแก่กล้าแล้ว อุกคหนิมิตจะปรากฏเหมือนดังผมย้อยตกมาคลุมหน้า อยู่ เมื่อปฏิภาคนิมิตจะเกิดขึ้นผมมีผิวพรรณวณณะเป็นประกายอย่างนั้น ภาวนาข้าหนึ่งๆ อปัณาสมาธิข้าจะเกิดขึ้นโดยไม่รู้ตัว

หากว่าอปัณาสมาธิเกิดแล้ว จะภาวนาอธิษฐานเข้าฌาน ให้ยกมือไหว้วา พุทโธ เม นาโถ ตั้งต้น ๓ ครั้ง แล้วว่า

สาธุ ผู้ข้าภาวนาเกสาให้ได้อปัณาสมาธิแล้ว ขออธิษฐานเข้าปถมฌานอันประกอบด้วยองค์ ๕ ประการอันหยาบ คือ ประกอบด้วย วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา นานประมาณชั่วเคี้ยวหมากจืดหนึ่ง แล้วจกออกจากปถมฌานแล

เมื่อกล่าวอย่างนี้แล้ว

เกสาปะฏิกุลา

เกสาปะฏิกุลา ไปเรื่อยๆ นานแล้วให้เจียบเสีย อย่างว่าเกสา ให้สังกัดอยู่ปถมฌานที่บังเกิดในตนในใจ จะมีความยินดีสบายใจ เจียบไม่รู้ตัวนั้นนานประมาณชั่วเคี้ยวหมากจืดหนึ่ง

หากต้องการขอภาวนาเกสาข้าอีกเพื่อขอเอาอปัณาสมาธิแล้วขออธิษฐานเข้าปถมฌานอันประกอบด้วยองค์ทั้ง ๕ ประการ ชั่วเคี้ยวหมากจืด ก็ออกจากปถมฌานแล้วภาวนา เกสา ปะฏิกุลา ไปเรื่อยๆ นานสักหน่อยแล้ว จนอปัณาสมาธิเกิด ให้หยุดภาวนา เกิดความสงบเจียบอยู่ ปถมฌานเกิด มีความยินดีสบายใจ แล้วอยู่ในสภาวะนั้นนานประมาณคำหมากจืด ๒ ครั้ง จะมีความแจ่มใสมีความรู้ตัว จากนั้นก็ขอภาวนาเกสาขอเอาอปัณาสมาธิ อธิษฐานฌานนานประมาณ ๓ หมากจืด

หากปถมฌานตั้งอยู่นานประมาณ ๓ หมากจืดแล้ว มีความแจ่มใส รู้ตัว ขอภาวนาเอาทุติยฌานอันประกอบด้วยองค์ ๔ ประการ คือ สามารถละวิตก ตั้งเอาวิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา

หากทุติยฌานตั้งอยู่ได้ชั่ว ๓ หมากจืด ก็ขอเอาตติยฌานประกอบด้วยองค์ ๓ ประการ คือ ละวิตก ละวิจาร ตั้งเอาปีติ สุข เอกัคคตานานประมาณ ๑ คำหมาก ๒ คำหมาก ๓ คำหมากจืด

หากตติยฌานเกิดแล้วจะขอจตุตถฌานด้วยองค์ ๒ ประการ คือ ละวิตก วิจาร ปีติเสีย แล้วตั้งเอาสุข เอกัคคตา

หากจตุตถฌานเกิดตั้งอยู่ได้ ๒ คำหมากจืด แล้วขอคืนเอาอปัณาสมาธิ อธิษฐานเข้าจตุตถฌาน ตติยฌาน ทุติยฌาน แล้วเข้าปถมฌาน อันเป็นอนุโลมปฏิโลมอย่างนี้เรื่อยๆ

หากผู้ปฏิบัติมีความแก่กล้า ปฏิบัติภาวนาเกสาอปัณาสมาธิเกิด สามารถเข้าออกฌานได้ อันเป็นวสี ๕ ประการ คือ สมุปัชชนวสี อธิษฐานวสี อาวัชชนวสี วุฏฐานวสี ปัจจเวกขณวสี และโลกียอภิญญาณ ๕ ประการ คือ ปุพเพนิวาสานุสติญาณ ทิพพจักขุญาณ ทิพพโสตญาณ อิทธิวิธิญาณ พรชิตตวิชขานญาณ ก็จะมีตามบุญกุศลของผู้ปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติที่ไม่แก่กล้าไม่สามารถทำให้เกิดอปัณาสมาธิได้เลย

จากนั้นหากว่าจะหยุดการภาวนาแล้วให้ยกมือไหว้วาล่าตามชื่อว่า

สาธุ ผู้ข้าภาวนาเกสาก็มีภูฐานเท่านี้แล้ว ขอขมายกมือไหว้วาไหว้วาเหนือหัวก่อนแล

การกล่าวภาวนาเกสาก็จบ

จากนั้นหากจะภาวนาภายสติในส่วนอื่นในร่างกายนี้ก็กล่าวตามเกสาตามที่ได้กล่าวไว้แล้ว เช่น หากภาวนาโลมา ให้ยกมือไหว้วาล่าว่า

อัทธิ อิมัสะมิง กาเย เกสา ฯลฯ ประจิจเฉทะโต (๓ ครั้ง) แล้วกล่าวตามบทภาวนาเกสาที่ได้กล่าวไว้แล้ว ครั้ง ๑ แล้วให้กล่าวว่า

อัทธิ อิมัสะมิง กาเย โลมา ปะฏิกุลา ทุคัณธา อะสุภา เซกุกฉา ครั้งหนึ่งแล้วนับลูกประจำต่อไปว่า

โลมา ปะฏิกุลา ไปเรื่อยๆ อुकคหนิมิตจะเกิด ทำให้เห็นชนในตัวเอง เห็นชนคนอื่นมีต้นว่า ชนรักแร้ ชนหนวด ชนคิ้ว ชนตา ให้ปรากฏแล้วปฏิภาคนิมิตเกิด ให้เห็นผิวพรรณเป็นประกายแล้ว อปปนาสมาธิเกิดแล้วให้ภาวนา โลมา ปะฏิกุลา อธิฐานเข้าฌาน ๔ ด้วยอนุโลม ปฏิโลมตั้งกับการภาวนาเกสานั้น เมื่อกล่าวภาวนาแล้ว หากจะหยุดให้ยกมือไหว้ว่าตามชื่อว่า

สาธุ ผู้เข้าภาวนาโลมาก็มีภูฐานเท่านั้นแล้ว ขอขมายกมือไหว้ไว้เหนือหัวก่อนแล

ในบทอื่นๆ ได้แก่ นะชา ทันตา กาเย เป็นต้น จนจบที่มุตตั้งก็ภาวนาตามบทเสา ซึ่งมีหลักการปฏิบัติเหมือนกัน เมื่ออุคคหนิมิตอปปนาสมาธิเกิดแล้ว เข้าฌานทั้ง ๔ ตามการภาวนาเกสา ทุกอันโดยลำดับ การกล่าวภาวนากายคตาสติก็มีภูฐานจบ^{๔๔}

๑๐) มาระณานุสสติ

โยคาวจรผู้ปฏิบัติก็มีภูฐานที่มีความตายเป็นอารมณ์ ให้เริ่มสวดตั้งแต่ นะโม พุทธายะ ถึง อะหัมภันเต มะมะ อัตตะภาวัง จากนั้นก็เริ่มสวดบทต่อไปนี้ว่า

อะหัมภันเต มะมะ อัตตะภาวัง สะชีวิตัง ตุมหากัง ประจิจฉามิ นียยาเทมิ

แล้วว่า อะหัมภันเต มาระณะสะตีกัมมีภูฐานัง ยาจามิ เทละ เม ภันเต (๓ ครั้ง)

อะหัมภันเต อุคคะหะนิมิตตะ ปะฏิภาคะนิมิตตะ อปปะนาสะมาธิง ยาจามิ เทละ เม ภันเต (๓ ครั้ง)

อะรุวัง เม ชีวิตัง มาระณัง มะยา มะริตัพพัง มาระณะปะริโยสานัง เม ชีวิตัง มาระณัง เม ภาวิสสะติ ตัง ชีวิตัง เม นิรุชฌิสสะติ

ชีวิตัง อันว่าชีวิต

เม แห่งข้า

อะรุวัง ไม่เที่ยงแท้

มาระณัง อันว่าความตาย

รุวัง ก็จะมีเที่ยงแท้

เม แก่ข้าแล

มะยา อันว่าข้า

มะริตัพพัง ก็ตายวัน ๑ ยาม ๑

อะวัสสัง เที่ยงแท้แล

ชีวิตัง อันว่าชีวิต

เม แห่งข้า

มาระณะปะริโยสานัง มีความตายเป็นที่สุดแล

^{๔๔} ครูบาคันธา คนธวิโส, หน้า ๕๗-๖๙.

มะระฉั่ง อันว่าความตาย
 ภาวิสสะติ ก็จะมีแก่ข้าวัน ๑ ยาม ๑
 ชีวิตตั้ง อันว่าชีวิต
 เม แห่งข้า
 นิรุชฌิสสะติ ก็จะมีตายไปวัน ๑ ยาม ๑ แล (๑ ครั้ง)
 แล้วให้กล่าวว่า อะธวัง เม ชีวิตตั้ง ธวัง เม มะระฉั่ง (๓ ครั้ง) แล้วนับลูกประจำไปว่า ธวัง เม
 มะระฉั่ง ธวัง เม มะระฉั่ง ไปเรื่อยๆ อุดคหนิमितปฏิภาคนิมิตอัปนาสมาธิ ฌาน หากจะเกิดมาโดย
 ลำดับเป็นเหมือนกับการภาวนาเกสาทุกอย่าง กล่าวมรณสติก็มีมัญฐานจบ^{๔๕}

ในบทมรณานุสติก็มีมัญฐานนี้กล่าวได้ว่า เป็นบทภาวนาให้ผู้ปฏิบัติก็มีมัญฐานตระหนัก
 รำพึง ว่า ชีวิตนี้ไม่เที่ยงแท้แน่นอน อันว่าตัวเรานี้ก็จะตายวันใดวันหนึ่งและยามใดยามหนึ่ง ชีวิตนี้มี
 ความตายเป็นที่สุด จากนั้นก็ให้นับประจำไปเนื่องเหมือนกับการภาวนาเกสาในบทกายคตาสติ

สรุปแล้วอนุสสติก็มีมัญฐานที่ปรากฏในกัมมัฏฐานรวม ได้แก่ สีลานุสติ จาคานุสติ พุทธานุ
 สติ ฌมานุสติ สังฆานุสติ เทวตานุสติ อุปสมานุสติ อานาปานสติ กายคตาสติ และมรณานุสติ รวม
 แล้วมี ๑๐ กัมมัฏฐาน ในการปฏิบัติของแต่ละกัมมัฏฐานมีความคล้ายคลึงกัน คือ เริ่มจากสวดบท
 กัมมัฏฐานจากนั้นก็ขอพระกัมมัฏฐานจากพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก อันได้แก่ พระพุทฺธ พระธรรม
 พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน และครูบาอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน จากนั้นจึงขอปีติ ๕ ประการและอุปะจาร
 สมาธิให้มาบังเกิดแก่ตัวผู้ปฏิบัติ มีบทกล่าวของแต่ละกัมมัฏฐานซึ่งเป็นการสรรเสริญคุณ ระลึกถึงคำ
 สอน เป็นต้น ที่สำคัญคือมีการนับลูกประจำสลับการภาวนา ๑, ๒, ๓, แล้วแต่ความสามารถความ
 อุตสาหะของผู้ปฏิบัติ ลูกประจำจึงเป็นเครื่องสำคัญที่ไว้ใช้ทำกัมมัฏฐานล้านนา

^{๔๕} ครูบาคันธา คนธวิโส, หน้า ๗๓-๗๔.

บทที่ ๔

เปรียบเทียบอนุสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรค และคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม

คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นคัมภีร์สำคัญของพระพุทธศาสนา แต่งโดยพระพุทธโฆสะ อรรถกถาทั้งหลายในสมัยอนุราชปุระ ถือเอาคัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้เป็นหลักในการเขียนอรรถกถา และคณะสงฆ์ไทยปัจจุบันบรรจุในหลักสูตรการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกภาษาบาลีประโยค ป.ธ.๘ วิชาการแปลมคธเป็นไทยด้วย นับว่าคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นผลงานที่สำคัญที่สุดของพระพุทธโฆสะ ทำให้พุทธชนรุ่นหลังได้ศึกษาพระปริยัติธรรมในพระพุทธศาสนา คำว่า วิสุทธิ ในที่นี้ พระพุทธโฆสะหมายเอาพระนิพพานเท่านั้น พระนิพพานเป็นธรรมอันปราศจากมลทินทั้งปวง และมีความบริสุทธิ์แท้จริง วิสุทธิมรรคจึงหมายถึงทางสู่ความบริสุทธิ์ หรืออุบายที่เป็นเครื่องบรรลุ (พระนิพพาน)

เนื่องจากธรรมที่ให้ถึงความบริสุทธิ์ มีลักษณะการอธิบายได้อย่างหลากหลาย ทั้งต่างสถานที่ ต่างบุคคล ต่างสถานการณ์ ดังนั้น ทางหรืออุบายจึงมีต่างระดับกัน เพราะภูมิธรรมของบุคคล และจริตอัธยาศัยความชอบไม่เหมือนกัน อุบายหรือทางต่างระดับนี้ แต่ละระดับมีขีดความสามารถไปถึงจุดหมายไม่เท่ากัน ระดับต่ำเป็นพื้นฐานไปสู่ระดับสูง เมื่อใช้เส้นทางระดับต่ำจนสุดทางที่ระยะหนึ่งแล้ว จำเป็นต้องผ่านจุดเชื่อมทาง เพื่อไปใช้เส้นทางอีกระดับที่สูงกว่าไปได้ไกลกว่าแทน จึงจะถึงจุดหมายได้ เช่น การบริจาทาน รักษาศีล เป็นการเตรียมพร้อมด้านร่างกายและจิตใจ เพราะทานและศีลเป็นที่มาของโภคทรัพย์ เวลาว่าง และสุขภาพดี เหตุที่มีความเชื่อมั่นและเรียนรู้ง่ายก็ด้วยอำนาจของสมาธิ ส่วนการสร้างความเห็นถูกในการดำรงชีวิตอย่างมีเหตุผลเป็นอานุภาพของปัญญา เป็นต้น

พฤติกรรมต่างระดับของศีล สมาธิ และปัญญาจึงมีขีดความสามารถในหน้าที่ต่างกัน แต่เกี่ยวเนื่องกันและกัน ความสมบูรณ์ไม่อาจเกิดจากการเจริญเพียงอย่างเดียวอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น จากการทำสมาธิในโภคทรัพย์ ทำให้มีเวลาสำหรับการศึกษาค้นหาความจริง ทานและศีลจึงเป็นทางเชื่อมโยงไปสู่ความมีปัญญา แต่มิได้เป็นเหตุให้เกิดปัญญาโดยตรง เป็นต้น ในงานวิจัยนี้มุ่งศึกษาอนุสสติที่อธิบายในวิสุทธิมรรค ดังได้แสดงโดยละเอียดแล้วในบทที่ ๒

ส่วนคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมเป็นผลงานสำคัญของพระเถระชาวล้านนา ปรากฏหลายสำนวน เช่น สำนวนวัดสูงเม่น อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ สำนวนวัดประตูป่า อำเภอเมือง จังหวัดลำพูน เป็นต้น แต่ในงานวิจัยนี้มุ่งศึกษาสำนวนของวัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน ซึ่งแต่งโดยครูบาคันธา คนธวัส เนื่องจากมีลักษณะการใช้คำภาษาล้านนาที่สละสลวย สามารถนำมาเป็นแบบอย่างแห่งการประพจน์ปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบล้านนาได้อย่างสมบูรณ์แบบ แต่ความโดดเด่นของคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมฉบับวัดต้นฝิ่งนี้ได้เน้นอธิบายเกี่ยวกับอนุสสติโดยละเอียดมากกว่ากัมมัฏฐานอื่นๆ ดังที่

ได้แสดงอนุสสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับวัดต้นฝิ่งไว้โดยละเอียดแล้วใน บทที่ ๓

ในบทนี้ ผู้วิจัยจะได้วิเคราะห์เปรียบเทียบความเหมือนและความแตกต่างเฉพาะส่วนที่ เกี่ยวกอบอนุสสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์ทั้งสองเล่มดังกล่าวข้างต้น เพื่อเป็นการตรวจทานและ เที่ยบเคียงแนวทางปฏิบัติให้ถูกต้องสำหรับผู้สนใจศึกษาและปฏิบัติต่อไป ดังต่อไปนี้

๔.๑ เปรียบเทียบโครงสร้างคัมภีร์

โครงสร้างของคัมภีร์วิสุทธิมรรคพระพุทโธสะ เริ่มจับประเด็นตรงที่ว่า ปราภทพบุตร องค์หนึ่งเข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้า ซึ่งประทับอยู่ ณ กรุงสาวัตถี ในคืนหนึ่งได้ทูลถามปัญหาเพื่อ แก้ไขความสงสัยของตนว่า “ธรรมชาติอันหนึ่ง เป็นชู้ทั้งภายใน ชู้ทั้งภายนอก ประชาชนถูกชู้ (นั่น) เกี่ยวสอดไว้แล้ว ข้าแต่พระโคตม เพราะเหตุนี้ข้าพเจ้าขอทูลถามพระองค์ ใครเล่าจะพึงถางชู้นี้ได้” ด้วยพระทศพลญาณอันหาประมาณมิได้ สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสพยากรณ์ (แก้ปัญห) แก่เทพบุตร ด้วยพระคาถาว่า

นรชนผู้มีปัญญา เห็นภัยในสังสารวัฏดำรงอยู่ในศีลแล้ว เจริญจิตและปัญญา มีความเพียร มี ปัญญาเครื่องบริหารนั้นพึงแก้ความยุ่งนี้ได้^๑

จากพระคาถาที่ทรงพยากรณ์แก่เทพบุตรนี้ พระพุทโธสะได้นำมาเป็นบทตั้งในการรจนา คัมภีร์วิสุทธิมรรค ขยายความบทกระทู้ดังกล่าว ว่าด้วยไตรสิกขาไว้อย่างพิสดาร นับว่าเป็นปกรณ์ สำคัญปกรณ์หนึ่ง ที่ประมวลธรรมในคัมภีร์พระไตรปิฎก มาแสดงไว้เป็นหมวดหมู่โดยตั้งเป็นรูปคำถาม คำตอบ แบ่งเป็น ๓ ภาคใหญ่ๆ ถือแนววิสุทธิ ๗ ประการเป็นหลักโดยขยายสี่วิสุทธิออกเป็นนิเทศ หนึ่งต่างหาก เรียกว่า สีสนิเทศ แยกจิตวิสุทธิออกเป็นนิเทศหนึ่ง เรียกว่า สมานินิเทศ และแยกปัญญา วิสุทธิทั้ง ๕ มีทิววิสุทธิ เป็นต้น ออกเป็นอีกนิเทศหนึ่ง เรียกว่า ปัญญานิเทศ รวมทั้งหมดแล้วมี ๒๓ นิเทศ เนื้อหาใน ๓ ภาคใหญ่ๆ นั้น ได้แก่

ภาคแรกกล่าวถึงเรื่องศีล เริ่มตั้งแต่อธิบายว่า ศีลคืออะไร มีความหมายว่าอย่างไร ศีลมี ลักษณะ มีกิจ มีผลปรากฏ และมีอะไรเป็นเหตุใกล้ มีคุณประโยชน์ต่อชีวิตอย่างไร มีกัณฐิต มีอะไรเป็น อุปสรรค ควรรักษาศีลกันอย่างไร ตลอดจนกล่าวเฉพาะเรื่องการประพฤติปฏิบัติของผู้ถือบวชด้วย

ภาคที่ ๒ กล่าวถึงเรื่องสมาธิ คล้ายกับเรื่องศีล คือ เริ่มต้นด้วยการอธิบายว่า สมาธิคืออะไร โดยความหมายอย่างไรจึงเรียกว่าสมาธิ มีกัณฐิต อะไรเป็นอุปสรรคไม่ให้มีสมาธิ หรืออะไรทำให้สมาธิ ที่มีไม่พัฒนา อะไรคือวิธีเจริญสมาธิ ในเรื่องวิธีการเจริญสมาธินี้ได้กล่าวอย่างละเอียด เช่น เรื่อง ลักษณะสภาพแวดล้อมที่เอื้ออำนวยให้เจริญสมาธิได้ดี การมีกัลยาณมิตรช่วยส่งเสริมแนะนำ ลักษณะ จิตของผู้ที่ต้องการฝึกสมาธิและวิธีการเจริญที่เหมาะสมกับจริตแต่ละแบบ การเจริญสมาธิแบบ กสิณ ฌาน พุทธานุสสติ ธรรมานุสสติ สังฆานุสสติ มรณานุสสติ ฯลฯ การฝึกสมาธิแบบ อานาปานสติ รูป ฌาน ประโยชน์ของการฝึกสมาธิอภิญญาจิต

^๑ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๓/๒๗.

ภาคที่ ๓ กล่าวถึงเรื่องปัญญา เริ่มตั้งแต่ความหมายของคำว่าปัญญา ลักษณะของปัญญา ชนิดของปัญญา วิธีการเจริญปัญญา ความรู้ต่าง ๆ เกี่ยวกับสภาวะความเป็นจริง ซึ่งจำเป็นต้องรู้อย่างชัดเจนเพื่อให้ปัญญาเกิดขึ้น ได้แก่ การเข้าใจเรื่องชีวิตซึ่งเป็นเบญจขันธ์ คือ ประกอบด้วย รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ระดับของความเข้าใจเรื่องขันธ์ ๕ อายุขณะ ๖ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท วัฏจักรแห่งกรรมและผลแห่งกรรม กฎไตรลักษณ์ ลำดับขั้นแห่งปัญญา ตลอดจนประโยชน์ของการเจริญปัญญาและการหลุดพ้นจากความทุกข์โดยสิ้นเชิง ฯลฯ

กล่าวโดยสรุป คัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้เป็นการรวบรวมเนื้อหาสาระเกี่ยวกับศีล สมาธิ ปัญญา และหมวดธรรมต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎก มาอธิบายขยายความไว้อย่างเป็นระบบ ให้รายละเอียดในแง่มุมต่างๆ ซึ่งให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันของธรรมที่พึงทราบเหล่านั้น ผู้ศึกษาสามารถเข้าใจได้ว่า ถ้าหากจะปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาแล้ว จะต้องมีความรู้อะไรบ้าง ความรู้เหล่านั้นมีหลักการอย่างไร จะต้องปฏิบัติอะไรก่อน และอะไรหลัง เป็นต้น

คัมภีร์กัมมัฏฐานรอมของครูบาคันธา คนธวโสี วัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน มีโครงสร้างการแต่งเหมือนกับคัมภีร์ล้านนา แม้ว่าในเนื้อหาจะไม่ได้แบ่งช่วงไว้เป็นบทเป็นตอนอย่างชัดเจน โดยมีโครงสร้างของคัมภีร์อยู่ ๔ ตอน

ในภาคแรก อารัมภกถาเป็นบทกล่าวคำสรรเสริญพระรัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ตามแบบภาษาล้านนา

ในภาคที่สอง นิทานกถาเป็นบทกล่าวข้อความพื้นฐานว่า การเกิดมาพบพระพุทธศาสนานั้นเป็นบุญมหาศาล เราผ่านการเวียนว่ายตายเกิดมานับชาติไม่ถ้วน จึงได้มาพบพระพุทธศาสนา ดังนั้นควรตั้งใจบำเพ็ญเพียร รักษาศีล อย่าได้ประมาท

ในภาคที่สาม วรรณากถาถึงเรื่องราวหลักในคัมภีร์ที่แบ่งเป็นช่วงเป็นตอน ได้แก่ บทกัมมัฏฐาน บทพิจารณาสังขาร การปฏิบัติอนุสสติกัมมัฏฐาน เป็นต้น ซึ่งเป็นเนื้อหาอันเกี่ยวกับการทำกัมมัฏฐาน ๔๐ วิปัสสนากัมมัฏฐานและสมถกัมมัฏฐาน

ในภาคที่สี่ นิคมกถากล่าวถึงบทส่งท้าย ซึ่งครูบาคันธา คนธวโสี ได้กล่าวทิ้งท้ายถึงวันเวลาที่แต่งพระคัมภีร์เสร็จ และลงชื่อผู้แต่งไว้เพียงสั้นๆ เท่านั้น

กล่าวโดยสรุป คัมภีร์กัมมัฏฐานรอมฉบับวัดต้นฝิ่ง ของครูบาคันธา คนธวโสี มีเนื้อหาเกี่ยวกับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ๔๐ อนุสสติกัมมัฏฐาน และกัมมัฏฐานอื่นๆ ที่เป็นกัมมัฏฐานล้านนา โดยนำหลักธรรมในพระพุทธศาสนามาเป็นกัมมัฏฐาน ทำให้ผู้ที่ศึกษาได้รรถถในการอ่านภาษาบาลีสลับกับภาษาล้านนา นอกจากนี้แล้วยังได้ทราบถึงการวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแบบชาวล้านนาด้วย

๔.๒ เปรียบเทียบระเบียบวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐาน

ระเบียบพิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวว่า ผู้ที่ต้องการเรียนกัมมัฏฐานควรเข้าไปหาภิกษุผู้มีศีลผู้ให้กัมมัฏฐาน แล้วถวายตัวกับพระพุทธเจ้าหรือครูบาอาจารย์ ทำตนให้เป็นผู้มีอชฌาสัย คือ เห็นโทษในความโลภ โกรธ หลง เห็นโทษในการครองเพศฆราวาส การคลุกคลีกับหมู่คณะ เห็นโทษในภพ และมีอริยมุติ คือ มีจิตน้อม เป็นผู้หนักแน่นในนิพพาน

ลักษณะของครูบาอาจารย์ผู้เป็นกัลยาณมิตรนั้น ท่านต้องเป็นผู้สามารถให้กัมมัฏฐาน คือ สามารถสอนกัมมัฏฐานทั้ง ๒ รูปแบบ คือ สัพพัตกัมมัฏฐาน และปาริหาริกัมมัฏฐาน ส่วน กัลยาณมิตรต้องเป็นบุคคลที่เป็นที่รัก เป็นที่น่าเคารพสรรเสริญ สามารถแนะนำแนวทางและกล่าว ตักเตือนผู้อื่นได้

เมื่อต้องการไปเรียนกัมมัฏฐานกับครูบาอาจารย์แล้วก็ควรเข้าไปหาท่านที่วัด เมื่อถึงแล้วก็ ควรล้างเท้า ถอดรองเท้า ถือของเข้าไปด้วยตนเอง ไม่ควรให้บริวารห้อมล้อมถือของสัมภาระให้ และ เดินตรงไปหาอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐานเลย

จากนั้นจึงขอเอาพระกัมมัฏฐาน โดยกล่าวคำถวายตัวกับพระพุทธเจ้าก่อนว่า “ อิมามหิ ภควา อตตภาวํ ตุมหากํ ปริจฉามิ ข้าแต่พระผู้มีพระภาค ข้าพระพุทธเจ้าขอถวายอัฐภาพร่างกาย อันนี้ แต่พระพุทธเจ้า” เพื่อความหนักแน่น ป้องกันอารมณ์ต่างๆ ที่ไม่ตีเกิดขึ้นต่อตัวเอง ตรงกันข้าม ถ้าไม่กล่าวคำถวายตัวแต่พระพุทธเจ้าแล้วก็จะทำให้ไม่หนักแน่น เมื่อความกลัว ความเศร้าเสียใจ เกิดขึ้น ก็จะเป็นตัวอุปสรรคขัดขวางการปฏิบัติกัมมัฏฐาน จากนั้นก็กล่าวคำถวายตัวกับครูบาอาจารย์ ว่า “อิมามหิ ภนเต อตตภาวํ ตุมหากํ ปริจฉามิ ข้าแต่ท่านอาจารย์ผู้เจริญ กระผมขอมอบถวายอัฐภาพ ร่างกายอันนี้แก่ท่านอาจารย์” เพื่อความอ่อนน้อมถ่อมตนต่อครูบาอาจารย์ ครูบาอาจารย์ก็จะช่วย สอนสงเคราะห์ให้เป็นอย่างดี

การปฏิบัติตัวต่อครูบาอาจารย์นั้น ผู้เรียนควรศึกษากิจวัตรประจำวันของท่าน เพื่อดูแล ปรนนิบัติครูบาอาจารย์ตามความเหมาะสม แม้ว่าภิกษุผู้เป็นครูบาอาจารย์จะมีพรรษาอ่อนกว่าก็ควร ถือบาตรและจีวรให้กับท่าน เพื่อให้ท่านพอใจก่อน เมื่อท่านตกลงที่จะสอนกัมมัฏฐานแล้วควรนัด เวลาตกลงกันให้เรียบร้อย หากมีปัญหาอะไรที่ทำให้ต้องผัดวันก็ควรแจ้งให้ทราบเรียนอาจารย์ให้ท่าน ทราบและขออนัดเวลาสถานที่ใหม่

วิธีสอนกัมมัฏฐานท่านครูบาอาจารย์ท่านจะตรวจสอบวาระจิตก่อน เพื่อนำกัมมัฏฐานมา สอนให้ถูกกับจริตของผู้เรียน ผู้เรียนควรตั้งใจฟัง จำเอาคำสอนนิมิตมาผูกไว้ในใจและนำไปปฏิบัติ

กล่าวโดยสรุประเบียบพิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานนั้น ผู้เรียนควรเข้าไปหาครูบาอาจารย์ผู้เป็น กัลยาณมิตร เป็นผู้มั่งมีอริยาบถที่ดีสามารถกล่าวตักเตือนสั่งสอนแนะนำได้ เมื่อไปหาท่านแล้วก็คอย ปรนนิบัติดูแลอำนวยความสะดวกให้ท่าน เพื่อให้ท่านเกิดความพอใจที่จะสอนกัมมัฏฐานให้ ก่อนเรียน ต้องทำการถวายตัวแต่พระพุทธเจ้าและครูบาอาจารย์ก่อน จากนั้นก็นัดวันเวลาสถานที่ที่จะเรียน กัมมัฏฐาน เมื่อได้เรียนแล้วก็ควรตั้งใจฟังศึกษาจำให้มั่นแล้วนำมาปฏิบัติ เมื่อปฏิบัติตามที่ท่านสอน เป็นอย่างดีก็จะทำให้สำเร็จในการปฏิบัติด้วยดี

ส่วนระเบียบพิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ของครูบาคันธา คนธวิโส วัด ต้นผึ้ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน ผู้ที่จะปฏิบัติกัมมัฏฐานควรชำระศีลให้บริสุทธิ์ คือ พระภิกษุให้ชำระเจตูปริสุทธิศีล ๔ ทำการอาบติก่อน ส่วนสามเณรให้ชำระศีล ๑๐ และอุบาสก อุบาสิกา ให้ชำระศีล ๕ หรือศีล ๘ ก่อน จากนั้นก็เตรียมรูปเทียนข้าวตอกดอกไม้ ๕ ชุด เทียน ๔ คู่

นำมาวางไว้หน้าพระพุทธรูป เจดีย์ ต้นโพธิ์ หรืออาจารย์ผู้สอนก็มีมัญฐานแล้วกล่าวคำถวายข้าวตอก ดอกไม้ เตรียมลูกประคำให้พร้อมสำหรับการปฏิบัติก็มีมัญฐาน

จากนั้นกล่าวคำขอขมาแก้ว ๕ โกฎาก คือ พระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัญฐาน และอาจารย์ผู้สอนก็มีมัญฐาน กล่าวบทรำพึงทุกขในสังขาร บทรำพึงมหาสังเวควัตถุ ๘ ประการ บทรำพึงเทวทูตก็มีมัญฐานว่าด้วยการเกิด บทรำพึงเวทวะทูตก็มีมัญฐานว่าด้วยความแก่ บทรำพึงเทวทูตก็มีมัญฐานว่าด้วยความเจ็บป่วย บทรำพึงเทวทูตก็มีมัญฐานว่าด้วยความทุกข์ บทรำพึงเทวทูตก็มีมัญฐานว่าด้วยความตาย ตามลำดับแล้วจึงกล่าวบทสวดกัมมัญฐานตามแบบฉบับของล้านนา

กล่าวโดยสรุปแล้ว ระเบียบพิธีการปฏิบัติกัมมัญฐานในคัมภีร์กัมมัญฐานรวม เริ่มต้นด้วยการชำระศีลให้บริสุทธิ์ก่อนแล้วเตรียมดอกไม้ถวายพระแก้วเจ้า ๕ โกฎาก กล่าวคำขอขมา บทรำพึงถึงทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย แล้วจึงสวดบทกัมมัญฐาน ที่น่าสังเกตคือมีการเตรียมลูกประคำไว้สำหรับการปฏิบัติกัมมัญฐานด้วย อาจจะเป็นกุศโลบายในการทำให้จิตไม่หวั่นไหวแน่นอนเป็นสมาธิ

จากระเบียบพิธีการปฏิบัติกัมมัญฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัญฐานรวมทำให้เห็นว่ามี ความแตกต่างกัน โดยในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้นจะให้ผู้เรียนเข้าไปครูบาอาจารย์ผู้ที่สามารถสอนกัมมัญฐานทั้ง ๒ ได้ เป็นผู้มิอ้อฆมาสัยสามารถแนะนำสั่งสอนผู้อื่น ปรมณิบัติท่านครูบาอาจารย์ผู้สอน กล่าวคำถวายตัวแต่พระพุทฺธเจ้าและครูบาอาจารย์ แล้วจึงเรียนโดยจดจำคำสอนของอาจารย์ แล้วนำไปปฏิบัติ ไม่ต้องเตรียมข้าวตอกดอกไม้ ไม่มีบทกล่าวบทรำพึงถึงทุกข์ในสังขาร และไม่มีอุปกรณ์ในการปฏิบัติกัมมัญฐาน

ส่วนกัมมัญฐานรอมนั้นมีจุดเด่นตรงที่มีบทกล่าวต่างๆ มากมาย เช่น บทสวดคำถวาย ข้าวตอกดอกไม้ สวดขอขมา สวดพระกัมมัญฐาน เป็นต้น นอกจากนี้แล้วยังต้องใช้ลูกประคำในการปฏิบัติด้วย

๔.๓ เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัญฐาน

คำสอนเรื่องอนุสสติที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค อนุสสติ หมายถึง ตามระลึกถึง เป็นกัมมัญฐานที่มีกำลังสมาธิไม่เสมอกัน คือบางหมวดนั้นได้เพียงอุปะการณาน บางหมวดได้เพียงปฐมฌาน บางหมวดได้ฌาน ๔ และฌาน ๕ ตามกำลัง ดังนั้น อนุสสติแต่ละหมวดจึงเหมาะสมกับจริตที่แตกต่าง กันไปตามจริต เช่น วิตกจริต โมหะจริต ราคะจริต เป็นต้น

คัมภีร์วิสุทธิมรรคแบ่งอนุสสติไว้ ๑๐ กัมมัญฐาน ได้แก่

๑. พุธานุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในคุณของพระพุทฺธเจ้า
๒. ธัมมานุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในคุณของพระธรรม
๓. สังฆานุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในคุณของพระสงฆ์
๔. สีลानุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในศีล
๕. จาคานุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในทาน
๖. เทวตานุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในเทวดาทั้งหลาย
๗. มรณานุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในความตาย

๘. กายคตาสติ ความระลึกเนื่องๆ ในรูปกาย เช่น ผม ขน เล็บ เป็นต้น
 ๙. อานาปานสติ ความระลึกเนื่องๆ ในลมหายใจเข้า หายใจออก
 ๑๐. อุปสมานุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในความสงบ
 จากคำสอนและวิธีการปฏิบัติอนุสสติทั้งมีฐานที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ผู้วิจัยได้สรุป
 ออกมาตามตารางที่ ๑ ดังนี้

ตารางที่ ๑ อนุสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

อนุสสติ ๑๐	การปฏิบัติ
พุทธานุสสติ	หาที่เจียบสงบแล้วระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า ๙ ประการเนื่องๆ
ธัมมานุสสติ	หาที่เจียบสงบแล้วระลึกถึงคุณของพระธรรม ๖ อย่าง เนื่องๆ
สังฆานุสสติ	หาที่เจียบสงบแล้วระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ว่า เป็นผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง เป็นต้น เนื่องๆ
สีถานุสสติ	หาที่เจียบสงบแล้วระลึกถึงศีลของตน ไม่ให้ตก ไม่ให้ขาด เป็นต้น
จาคานุสสติ	ให้ทานแก่ผู้อื่นแล้วไปหาที่เจียบสงบแล้วระลึกถึงความสุขที่ได้จากการให้ ทานนั้นมาเป็นอารมณ์
เทวตานุสสติ	มีความศรัทธา หาที่เจียบสงบแล้วระลึกถึงคุณของเทวดาว่ามีอยู่จริง ทาน ประกอบด้วยศีล สุตะ จาคะ
มรณานุสสติ	หาที่เจียบสงบแล้วมโนสิการว่า ความตายมีแก่ทุกชีวิต ไม่มีใครสามารถรอด พ้นจากความตายไปได้
กายคตาสติ	ให้พิจารณาส่ว่นต่างๆ ของร่างกายตั้งแต่ปลายเท้าจรดปลายผมว่า เป็นของ ไม่สะอาด สกปรก เป็นต้น
อานาปานสติ	พิจารณาลมหายใจเมื่อหายใจเข้าหายใจออกก็รู้ตัว พิจารณาให้ละเอียด ยิ่งขึ้นไปตามลำดับ
อุปสมานุสสติ	อยู่ที่เจียบสงบ ระลึกถึงคุณของพระนิพพาน ธรรมที่สามารถสงบทุกข์ ทั้งหลาย

ส่วนในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมของครูคันทา คนวโโส เป็นเนื้อหาที่ไม่ได้จัดเรียงกันเป็น
หมวดหมู่แต่อย่างใดเหมือนกับคัมภีร์วิสุทธิมรรค ทำให้หลักธรรมแยกกันไปตามกัมมัฏฐาน ๔๐ แต่ก็
ยังคงคำสอนเกี่ยวกับอนุสสติไว้ ๑๐ อย่าง ได้แก่

๑. สีถานุสสติ ระลึกถึงศีลของตนเนื่อง ๆ
๒. จาคานุสสติ ระลึกถึงทานเนื่องๆ
๓. พุทธานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าเนื่องๆ
๔. ธัมมานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระธรรมเนื่องๆ
๕. สังฆานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์เนื่องๆ
๖. เทวตานุสสติ ระลึกถึงคุณของเทวดาเนื่องๆ

๗. อุปสมานุสสติ ระลึกถึงความสงบนิ่งๆ
๘. อานาปานสติ ระลึกถึงลมหายใจนิ่งๆ
๙. กายคตาสติ ระลึกถึงกายนิ่งๆ
๑๐. มรณานุสสติ ระลึกถึงความตายนิ่งๆ

จากคำสอนและวิธีการปฏิบัติเรื่องอนุสสติก็มีพื้นฐานที่ปรากฏในคัมภีร์ก็มีพื้นฐานรวมผู้วิจัยสามารถจัดทำเป็นตาราง ตามตารางที่ ๒ ดังนี้

ตารางที่ ๒ อนุสสติในคัมภีร์ก็มีพื้นฐานรวม ฉบับวัดต้นฝ้าย

อนุสสติ ๑๐	การปฏิบัติ
สีลานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขอสีลานุสสติแล้ว กล่าวบทภาวนา จากนั้นให้รำพึงดูศีลของตนนั่งขัดสมาธิภาวนาว่า สีลานิ เม ปะริสุทธิ นับประจำไปลูกหนึ่งจนกว่าจะหยุด
จาคานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขอจาคานุสสติ กล่าวบทภาวนา ระลึกถึงทานที่ตนเองเคยให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า มุตตะจาโค ตกไป นับลูกประจำไปลูกหนึ่งจนกว่าจะหยุด
พุทธานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขอพุทธานุสสติก็มีพื้นฐาน กล่าวสวดคำระลึกพุทธานุสสติ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า พุทโธ นับลูกประจำไปเรื่อยๆ จนกว่าจะหยุด
อัมมานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขออัมมานุสสติก็มีพื้นฐาน กล่าวสวดคำระลึกอัมมคุณ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า อัมโม แล้วนับลูกประจำไปเรื่อยๆ จนกว่าจะหยุด
สังฆานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขอสังฆานุสสติก็มีพื้นฐาน กล่าวสวดคำระลึกสังฆคุณ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า สังโฆ แล้วนับลูกประจำเรื่อยๆ จนกว่าจะหยุด
เทวตานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขอเทวตานุสสติ กล่าวบทภาวนา ระลึกถึงเทวดาผู้มีศีลบริสุทธิ์ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า ตะธาหัง สุขัง ปาปุณเวยยัง แล้วนับลูกประจำไปลูกหนึ่งจนกว่าจะหยุด
อุปสมานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขออุปสมานุสสติก็มีพื้นฐาน กล่าวบทภาวนา ระลึกถึงคุณแห่งนิพพาน จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า อุตตะมัง นิพพานัง อะนุตตะรัง แล้วนับลูกประจำไปลูกหนึ่งจนกว่าจะหยุด
อานาปานสติ	ไหว้กล่าวคำขออานาปานสติก็มีพื้นฐาน แล้วให้พิจารณาลมหายใจตามแบบก็มีพื้นฐานรวม
กายคตานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขอกายคตานุสสติก็มีพื้นฐาน กล่าวบทภาวนากายคตาสติ พิจารณาส่วนต่างๆ ของร่างกายว่า เป็นของสกปรก ไม่สะอาด จากนั้นกล่าวภาวนาว่า เกสา ปะฐิฎฐา นับไปหนึ่งลูกประจำ จากนั้นนำเอานิมิตมาเป็นอารมณ์จนเกิดปถมฌาน ทุติยฌาน เป็นต้น กลับมาปถมฌานแล้วหยุดพิจารณาส่วนอื่นต่อไป

มรณานุสสติ	ไหว้กล่าวคำขอมรณานุสสติ กล่าวบทภาวนาระลึกถึงความตาย จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า ธูวัง เม มะระณัง แล้วนับลูกประจำไปลูกหนึ่งจนกว่าจะหยุด
------------	---

ส่วนความแตกต่างของคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐาน ผู้วิจัยได้สรุปเป็นตาราง ตามตารางที่ ๓ เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานของคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมตามลำดับไว้ ดังนี้

ตารางที่ ๓ เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐานของคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม

อนุสสติ ๑๐	คัมภีร์วิสุทธิมรรค	คัมภีร์กัมมัฏฐาน
พุทธานุสสติ	หาที่เงียบสงบแล้วระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้า ๙ ประการเนืองๆ	ไหว้กล่าวคำขอพุทธานุสสติกัมมัฏฐาน กล่าวสวดคำระลึกพุทธานุสสติ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า พุทโธ นับลูกประจำไปเรื่อยๆ จนกว่าจะหยุด
ธัมมานุสสติ	หาที่เงียบสงบแล้วระลึกถึงคุณของพระธรรม ๖ อย่าง เนืองๆ	ไหว้กล่าวคำขอธัมมานุสสติกัมมัฏฐาน กล่าวสวดคำระลึกธัมมคุณ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า ธัมโม แล้วนับลูกประจำไปเรื่อยๆ จนกว่าจะหยุด
สังฆานุสสติ	หาที่เงียบสงบแล้วระลึกถึงคุณของพระสงฆ์ว่า เป็นผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติตรง เป็นต้น เนืองๆ	ไหว้กล่าวคำขอสังฆานุสสติกัมมัฏฐาน กล่าวสวดคำระลึกสังฆคุณ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า สังโฆ แล้วนับลูกประจำไปเรื่อยๆ จนกว่าจะหยุด
สีลานุสสติ	หาที่เงียบสงบแล้วระลึกถึงศีลของตนไม่ให้ตก ไม่ให้ขาด เป็นต้น	ไหว้กล่าวคำขอสีลานุสสติแล้วกล่าวบทภาวนา จากนั้นให้รำพึงดูศีลของตน นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า สีลานิ เม ปะริสุทธิ นับประจำไปลูกหนึ่งจนกว่าจะหยุด
จาคานุสสติ	ให้ทานแก่ผู้อื่นแล้วไปหาที่เงียบสงบแล้วระลึกถึงความสุขที่ได้จากการให้ทานนั้นมาเป็นอารมณ์	ไหว้กล่าวคำขอจาคานุสสติ กล่าวบทภาวนา ระลึกถึงทานที่ตนเองเคยให้ นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า มุตตะจาโค ตกไป นับลูกประจำไปลูกหนึ่งจนกว่าจะหยุด

เทวดานุสสติ	มีความศรัทธา หาที่เงียบสงบแล้ว ระลึกถึงคุณของเทวดามีอยู่จริง ท่านประกอบด้วยศีล สุตะ จาคะ	ไหว้กล่าวคำขอเทวดานุสสติ กล่าว บทภาวนา ระลึกถึงเทวดาผู้มีศีล บริสุทธิ์ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิ ภาวนาว่า ตะถาหัง สุขัง ปาปุณเณย ยัง แล้วนับลูกประจำไปลูกหนึ่ง จนกว่าจะหยุด
มรณานุสสติ	หาที่เงียบสงบแล้วมนสิการว่า ความ ตายมีแก่ทุกชีวิต ไม่มีใครสามารถ รอดพ้นจากความตายไปได้	ไหว้กล่าวคำขอมรณานุสสติ กล่าว บทภาวนา ระลึกถึงความตาย จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า ชูวัง เม มะระณัง แล้วนับลูกประจำไป ลูกหนึ่งจนกว่าจะหยุด
กายคตาสติ	ให้พิจารณาส่วนต่างๆ ของร่างกาย ตั้งแต่ปลายเท้าจรดปลายผมว่า เป็น ของไม่สะอาด สกปรก เป็นต้น	ไหว้ กล่าว คำขอ กาย ค ตา ส ตี กัมมัฏฐาน กล่าวบทภาวนากายคตา สติ พิจารณาส่วนต่างๆ ของร่างกาย ว่า เป็นของสกปรก ไม่สะอาด จากนั้นกล่าวภาวนาว่า เกสา ปะฐิกู ลา นับไปหนึ่งลูกประจำ จากนั้น นำเอานิมิตมาเป็นอารมณ์ จน เกิดปถมฉาน ทุตติยฉาน เป็นต้น กลับมาปถมฉานแล้วหยุดพิจารณา ส่วนอื่นต่อไป
อานาปานสติ	พิจารณาลมหายใจ เมื่อหายใจเข้า หายใจออกก็รู้ตัว พิจารณาให้ ละเอียดยิ่งขึ้นไปตามลำดับ	ไหว้กล่าวคำขออานาปานสติ กัมมัฏฐาน แล้วให้พิจารณาลม หายใจเข้า-ออก โดยใช้ประจำเป็น เครื่องมือในการปฏิบัติให้ละเอียด ยิ่งขึ้นไป
อุปสมานุสสติ	อยู่ที่เงียบสงบ ระลึกถึงคุณของพระ นิพพาน ธรรมที่สามารถสงบทุกข์ ทั้งหลาย	ไหว้กล่าวคำขออุปสมานุสสติ กัมมัฏฐาน กล่าวบทภาวนา ระลึก ถึงคุณแห่งนิพพาน ความเงียบสงบ จากนั้นให้นั่งขัดสมาธิภาวนาว่า อุต ตะมัง นิพพานัง อานุตตะรัง แล้ว นับลูกประจำไปลูกหนึ่งจนกว่าจะ หยุด

กล่าวโดยสรุป อนุสสติกรรมฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมฉบับครูบาคันธา คนธวิโส มีคำสอนที่คล้ายคลึงกัน คือการระลึกตามสิ่งใดสิ่งหนึ่งใน ๑๐ อย่างที่ได้กล่าวไว้ที่แตกต่างกันคือการปฏิบัติกรรมฐาน โดยกัมมัฏฐานรอมจะเริ่มปฏิบัติที่สี่สถานุสสติกรรมฐาน จากคานุสสติกรรมฐาน พุทธนุสสติกรรมฐาน ไปตามลำดับ สาเหตุอาจจะเกิดจากพุทธศาสนาที่เผยแพร่เข้ามาสู่ล้านนาทำให้คำสอนมีความเปลี่ยนแปลงไป กับทั้งจริตของครูบาอาจารย์ของผู้สอนที่แตกต่างกันไป และยังรวมเข้ากับความเชื่อดั้งเดิมของชาวล้านนาที่มีมานาน จึงทำให้การปฏิบัติกรรมฐานมีความแตกต่างกัน ประกอบกับการนำลูกประคำมาใช้ในการภาวนา

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

กัมมัฏฐาน หมายถึง ที่ตั้งแห่งการเจริญสมณะและวิปัสสนา ที่ตั้งแห่งการงาน อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ อุบายทางใจ ซึ่งมีอยู่ ๒ ประเภท คือ สมถกัมมัฏฐาน อุบายสงบใจ และวิปัสสนากัมมัฏฐาน อุบายเรื่องปัญญา สมถกัมมัฏฐานนั้นมีอยู่ ๔๐ ประการ โดยแบ่งออกเป็น ๗ หมวด ได้แก่ กสิณ ๑๐, อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหารหรืออัมปิณฺณญา ๔ อรูปธรรม ๔ อาหारे ปฏิกุศลสัญญา ๑ และจตุธาตวักขณาน ๑

อนุสสติ หมายความว่า การระลึกเนื่องๆ โดยการบริกรรมภาวนาเอาอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งใน อนุสสติ ๑๐ อย่าง เช่น พุทธานุสสติ การระลึกถึงคุณพระพุทธรูปเจ้าว่า พุทโธ พุทโธ อัมมานุสสติ การระลึกถึงคุณของพระธรรมว่า อัมโม อัมโม เป็นต้น

อนุสสติกัมมัฏฐานมีอยู่ ๑๐ ประการได้แก่ ๑. พุทธานุสสติ การระลึกถึงพระพุทธรูป ๒. อัมมานุสสติ การระลึกถึงพระธรรม ๓. สังฆานุสสติ การระลึกถึงพระสงฆ์ ๔. สีลานุสสติ การระลึกถึงศีล ๕. จาคานุสสติ การระลึกถึงการบริจาค ๖. เทวตานุสสติ การระลึกถึงเทวดา ๗. มรณานุสสติ การระลึกถึงความตาย ๘. กายคตานุสสติ การระลึกถึงกาย ๙. อานาปานสติ การระลึกถึงลมหายใจ ๑๐, อุปสมมานุสสติ การระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบ ซึ่งอนุสสติมีปรากฏในที่ต่างๆ ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา

นอกจากนี้แล้วอนุสสติกัมมัฏฐานยังมีปรากฏในคัมภีร์ภาษาล้านนาที่จารึกโดยครูบาคันธาคนธวิโส วัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน ถูกจารึกเป็นภาษาล้าน มีความยาว ๑๕๐ หน้า มีลักษณะการแต่งแบบร้อยแก้ว มีภาษาบาลีสลับกับภาษาล้านนาโบราณ มีเนื้อหาเกี่ยวกับอนุสสติกัมมัฏฐาน การเจริญกัมมัฏฐาน และบทสวดต่างๆ อันเป็นประเพณีของชาวล้านนา

จากการศึกษาวิจัยได้ข้อสรุปแยกออกเป็น ๓ ประเด็น ตามวัตถุประสงค์ คือ คำสอนเรื่องอนุสสติกรรมฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค คำสอนเรื่องอนุสสติกรรมฐานในวรรณกรรมเรื่องกัมมัฏฐานรวมเปรียบเทียบกับคำสอนเรื่องอนุสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับวรรณกรรมเรื่องกัมมัฏฐานรวม แต่ละประเด็นมีผลการศึกษาโดยสรุป ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ คำสอนเรื่องอนุสสติกรรมฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

คัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นคัมภีร์แต่งขึ้นโดยพระพุทธโฆสจารย์ เดิมเป็นบุตรของนางเกสีพรหมณ์ และเกสพรหมณ์ หมู่บ้านโฆสคาม ตอนเด็กเป็นคนเฉลียวฉลาดเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็วสามารถเรียนจบไตรเพทของพรหมณ์ตั้งแต่อายุ ๗ ขวบ ต่อมาได้มีโอกาสพบกับพระเถระนามว่า

พระเรวตเถระ เมื่อได้สนทนาพูดคุยกันกับพระเรวตเถระ ก็ได้ดวงตาเห็นธรรมมีความศรัทธาในพระพุทธานุสสตา จึงได้อุปสมบทมีนามว่าพุทธโฆสะ แปลว่าผู้มีชื่อเสียงเลื่องลือคุณพระพุทธานุสสตา ท่านศึกษาพระธรรมคำสอนจนแตกฉานแล้วก็ได้มีโอกาสเรียนภาษาสิงหล และได้้นำแปลคัมภีร์คำสอนที่ได้จารึกเป็นภาษาสิงหลนั้นมาแปลเป็นภาษามคธ หลังจากที่ท่านพุทธโฆสะได้ศึกษาคัมภีร์จนจบแล้ว ท่านก็ได้เรียบเรียงคำสอนแต่งคัมภีร์ขึ้นมาชื่อว่า คัมภีร์วิสุทธิมรรค

มูลเหตุของการแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคเกิดจากสมัยนั้น คัมภีร์พระพุทธานุสสตาส่วนใหญ่ถูกจารึกเป็นภาษาสิงหลซึ่งเป็นภาษาของชาวเกาะพื้นเมือง ทำให้ยากต่อการเผยแพร่คำสอน ทำให้คำสอนของพุทธดั้งเดิมนั้นเริ่มเป็นที่ไม่น่าสนใจเพราะทำความเข้าใจได้ยาก ประจวบกับพุทธานุสสตาในภายหลังเช่น มหายาน อภัยคีรีมีคำสอนที่น่าสนใจกว่าฝ่ายของมหาวิหารหรือฝ่ายเถรวาท คณะสงฆ์สมัยนั้นเห็นว่าพระพุทธานุสสตาเป็นผู้มีความสามารถจึงอาราธนาขอร้องให้ท่านเรียบเรียงขึ้นใหม่ โครงสร้างของคัมภีร์วิสุทธิมรรคมีเนื้อหา ๒๓ นิเทศ โดยอธิบายตั้งแต่เรื่อง สีสานนิเทศ ธุดังคินิเทศ เป็นต้น ซึ่งถูกประมวลจากเนื้อหาจากพระไตรปิฎก นิเทศที่ ๑-๒ จะกล่าวถึงหมวดศีล เทศที่ ๓-๑๓ จะกล่าวถึงหมวดสมาธิ และ นิเทศที่ ๑๔- ๒๓ กล่าวถึงหมวดปัญญา

ลักษณะการแต่งคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นการแต่งวรรณคดีแบบวิมัสสะ คือ การผสมผสานทั้งร้อยแก้วและร้อยกรองมาอธิบาย และยังมีการนำเสนอรูปแบบการเขียนอย่างอรรถกถาจาก ๓ ปิฎกมาไว้ในเล่มเดียวกัน โดยมีลักษณะสำคัญคือ ปณามพจน์ คือ มีการบทรอบน้อมบูชาพระรัตนตรัย อุทเทสตาถา คือ มีการยกเอาคาถาบทหนึ่งทีมาจากสังยุตตนิกายสคาวรรคเป็นกระทุ้งเป็นบทตั้งต้นในการอธิบายความวิสุทธิมรรค ในส่วนเรื่องของเนื้อหาที่แบ่งเป็น ๓ หมวดใหญ่ๆ คือ หมวดศีล หมวดสมาธิ หมวดปัญญา เรียกว่าปัญญาภิธานิเทศรวม ๓ ภาค มี ๒๓ นิเทศ โดยมีการขยายความเนื้อหาแบบอธิบายอรรถกถา และในช่วงบทส่งท้ายก็จะกล่าวสรุปประวัติผู้แต่ง คำอธิฐานให้พระศาสนาเจริญรุ่งเรืองและให้พรแก่หมู่สัตว์ด้วย

สมาธิในคัมภีร์วิสุทธิมรรค หมายถึง ภาวะที่จิตมีอารมณ์อันเดียวในฝ่ายกุศล เพราะมีความตั้งมั่น คือสภาพที่จิตมีความตั้งมั่น ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่หวั่นไหว จดจ่ออยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งโดยถูกทาง สมาธิแบ่งออกเป็น ๗ ประเภท เช่น สมาธิ ๑ อย่าง สมาธิ ๒ อย่าง สมาธิ ๓ อย่าง เป็นต้น แต่ละประเภทก็ยังแบ่งออกเป็นหมวดๆ แต่ละหมวดจะกล่าวถึงขั้นของสมาธิซึ่งมีอยู่มากมาย เช่น อัปปนาสมาธิ อุปจาระสมาธิ ฌาน เป็นต้น นอกจากนี้แล้วการตัดปัลลิวอนั้นก็ยังเป็นแนวทางของสมาธิเช่นกัน

กัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคไม่ได้กล่าวถึงความหมายไว้แต่อย่างใด แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ สัพพัตถกัมมัฏฐาน เป็นกัมมัฏฐานเบื้องต้นในการบำเพ็ญกัมมัฏฐานทั้งหลาย โดยมีจิตเมตตาต่อผู้อื่น เช่น ผู้อยู่ร่วมอาศัย เทวดา เป็นต้น เมื่อมีจิตอย่างนี้แล้วผู้อื่นก็ย่อมจะมีจิตเมตตาต่อเรา เป็นการตัดอาสวะเบื้องต้นทำให้สามารถละความกังวลต่างๆ ที่จะอุปสรรคต่อการทำกัมมัฏฐาน

ส่วนคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐาน มีอยู่ ๑๐ อย่าง ได้แก่ (๑) พุธานุสสติ ความระลึกนึกถึงในคุณของพระพุทธานุสสตา (๒) อัมมานุสสติ ความระลึกนึกถึงในคุณของพระธรรม (๓) สังฆานุสสติ ความระลึกนึกถึงในคุณของพระสงฆ์ (๔) สีสานุสสติ ความระลึกนึกถึงในศีล (๕) จาคานุสสติ ความระลึกนึกถึงในทาน (๖) เทวตานุสสติ ความระลึกนึกถึงในเทวดาทั้งหลาย (๗) มรณานุสสติ ความระลึกนึกถึงในความตาย (๘) กายคตาสติ ความระลึกนึกถึงในรูปกาย เช่น ผม ขน เล็บ เป็น

ต้น (๙) อานาปานสติ ความระลึกเนื่องๆ ในลมหายใจเข้า หายใจออก (๑๐) อุปสมานุสสติ ความระลึกเนื่องๆ ในความสงบ ตามลำดับ

อนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแต่ละอย่างนั้นครูบาอาจารย์ท่านจะเป็นผู้กำหนดมอบให้นำไปปฏิบัติเพราะว่า ครูบาอาจารย์ท่านนั้นสามารถรู้ถึงจิตของศิษย์ และจะมอบกัมมัฏฐานให้ตรงกับจิตของศิษย์

๕.๑.๒ คำสอนเรื่องอนุสสติกรรมฐานในเรื่องกัมมัฏฐานรวม

กัมมัฏฐานรวมของวัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน แต่งโดยพระคันธาคณวโร เป็นคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมที่มีโครงสร้างการแต่งเหมือนกับคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาและการแต่งกัมมัฏฐานรวมภาคเหนือทั่วไป แบ่งออกเป็น ๔ ตอน คือ กัมภกถา นิทานกถา วรรณนา และนิคมกถา มีการประพันธ์โดยรูปแบบร้อยแก้วจารึกด้วยอักษรธรรมล้านนาสลักการภาษาบาลีจากอรรถกถา

วิธีปฏิบัติก่อนทำกัมมัฏฐานล้านนั้น คือ เบื้องต้นต้องชำระศีลให้บริสุทธิ์ก่อน เตรียมดอกไม้ธูปเทียน ขอขมาแก้ว ๕ โกฎาก อันได้แก่ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน ครูบาอาจารย์ ผู้สอนกัมมัฏฐาน จากนั้นกล่าวบทรำพึงทุกขในสังขาร ความเกิด ความแก่ ความเจ็บป่วย ความตาย แล้วกล่าวบทสวดกัมมัฏฐานก่อนจึงจะทำการปฏิบัติกัมมัฏฐานได้

ส่วนคำสอนเรื่องอนุสสติกัมมัฏฐาน มีอยู่ ๑๐ ประการ ได้แก่ ๑) สีลานุสสติ ระลึกถึงศีลของตนเนื่อง ๆ ๒) จาคานุสสติ ระลึกถึงทานเนื่องๆ ๓) พุทธานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าเนื่องๆ ๔) ธัมมานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระธรรมเนื่องๆ ๕) สังฆานุสสติ ระลึกถึงคุณของพระสงฆ์เนื่องๆ ๖) เทวตานุสสติ ระลึกถึงคุณของเทวดาเนื่องๆ ๗) อุปสมานุสสติ ระลึกถึงความสงบเนื่องๆ ๘) อานาปานสติ ระลึกถึงลมหายใจเนื่องๆ ๙) กายคตาสติ ระลึกถึงกายเนื่องๆ ๑๐) มรณานุสสติ ระลึกถึงความตายเนื่องๆ

ส่วนวิธีการปฏิบัติ ในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม จะเน้นการภาวนาสวดกัมมัฏฐาน และมีการนำลูกประคำมาประยุกต์ใช้ในการภาวนาด้วย

๕.๑.๓ เปรียบเทียบคำสอนเรื่องอนุสสติในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับเรื่องกัมมัฏฐานรวม

โครงสร้างคัมภีร์วิสุทธิมรรคที่แต่งโดยพระพุทธโฆสะ เริ่มจับประเด็นที่เทพบุตรองค์หนึ่งไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าเพื่อทูลถามปัญหา พุทธองค์ทรงตอบปัญหานั้น แล้วนำเหตุการณ์นั้นมาเข้าเรื่องโดยคัมภีร์วิสุทธิมรรคมีเนื้อสาระเกี่ยวกับศีล สมาธิ ปัญญา และหมวดธรรมต่างๆ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก มาขยายความไว้อย่างเป็นระบบเป็นภาค ซึ่งมีอยู่ ๓ ภาค ภาคแรกจะกล่าวถึงเรื่องศีล ภาค ๒ จะกล่าวถึงเรื่องสมาธิ และภาค ๓ จะกล่าวถึงเรื่องของปัญญา เพื่อให้ง่ายต่อการศึกษาไปตามลำดับ

ส่วนคัมภีร์กัมมัฏฐานรวมของครูบาคันธา คณวโร วัดต้นฝิ่ง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน มีโครงสร้างการแต่งเหมือนกับคัมภีร์ล้านนาแบ่งออกเป็น ๔ ภาค คือ ภาคแรกจะเป็นอารัมภบทกล่าวสรรเสริญพระรัตนตรัย พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ตามแบบภาษาล้านนา ในภาค

๒ เป็นนิทานาถากล่าวถึงบุญที่ได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนา ในภาค ๓ เป็นวรรณนาคำสอนหลักของ คัมภีร์ กัมมัฏฐาน ๔๐ และในภาคที่ ๔ เป็นสงฆ์ของผู้แต่งคัมภีร์

ส่วนความแตกต่างของระเบียบพิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานมีความแตกต่าง คือ ระเบียบพิธีปฏิบัติ กัมมัฏฐานของคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้น ให้ผู้ที่ต้องการเรียนกัมมัฏฐานเข้าไปหาครูบาอาจารย์ผู้เป็น กัลยาณมิตร ซึ่งเป็นผู้มีอิทธิคุณ มีความรู้ สามารถว่ากล่าวสั่งสอนผู้อื่นได้ เมื่อเข้าไปหาท่านแล้วก็ ควรถวายตัวเป็นศิษย์ดูแลปรนนิบัติรับใช้ท่านเพื่อให้ท่านเกิดความเมตตา และสอนกัมมัฏฐานให้ เมื่อ ท่านตกลงที่จะสอนกัมมัฏฐานแล้ว ต้องมีการถวายตัวแด่พระพุทธเจ้าและครูบาอาจารย์เพื่อความหนัก แน่น ความเคารพ จากนั้นก็ในวันเวลาที่ทำการเรียนกัมมัฏฐาน เมื่อได้เรียนแล้วต้องตั้งใจเรียนจำ คำสอนของอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐานเพื่อนำไปเจริญกัมมัฏฐานได้อย่างถูกต้อง

ส่วนคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม มีแนวทางเกี่ยวกับระเบียบพิธีปฏิบัติกัมมัฏฐาน คือ ผู้ที่ต้องการ เรียนให้ชำระศีลของตนให้บริสุทธิ์ จากนั้นเตรียมรูปเทียนข้าวตอกดอกไม้ ๕ ชุด เทียน ๔ คู่ นำมาวาง ไว้หน้าพระพุทธรูป เจดีย์ ต้นโพธิ์ หรืออาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐานแล้วกล่าวคาถาถวายข้าวตอกดอกไม้ เตรียมลูกประคำให้พร้อมสำหรับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน จากนั้นกล่าวคำขอขมาพระแก้วเจ้า ๕ โถงภาค คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน และอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน กล่าวคำรำพึงในทุกข์ ทั้งหลาย เช่น ทุกข์ในสังขาร เกิด แก่ เจ็บ ตาย ตามลำดับแล้วจึงกล่าวบทสวดกัมมัฏฐานตามแบบ ฉบับของล้านนา

คำสอนเกี่ยวกับอนุสสติกัมมัฏฐานในอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์ กัมมัฏฐานรวมมีความคล้ายคลึงกัน แต่มีแนวทางวิธีการปฏิบัติที่แตกต่างกัน โดยคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม จะเริ่มที่การปฏิบัติสี่อานุสสติ จาคานุสสติ พุธานุสสติก่อนตามลำดับ และมีการนำลูกประคำมาใช้ในการ ปฏิบัติกัมมัฏฐานด้วย

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่อง ศึกษาเปรียบเทียบอนุสสติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์ กัมมัฏฐานรวม ฉบับวัดต้นฝ้าย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะทั่วไปและข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป ดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะทั่วไป

จากการทำวิจัยนี้ ผู้วิจัยมีความเห็นว่า คำสอนในคัมภีร์กัมมัฏฐานรวม เป็นภาษาที่ไม่ ถูกต้องตามหลักบาลีไวยากรณ์ การใช้ภาษาไม่ถูกหลักทำให้ยากต่อการทำความเข้าใจ ควรมีการ ปรับวรรตใหม่ให้ถูกต้องตามหลักไวยากรณ์ เพื่อให้ง่ายต่อการทำความเข้าใจและเป็นประโยชน์ต่อ การศึกษาสำหรับผู้สนใจ

ประจำหรือหมากคำ เป็นสิ่งที่น่าสนใจต่อการศึกษาและพิจารณาอย่างรอบคอบ เพราะ ปรากฏในการเจริญกัมมัฏฐานฉบับล้านนาโดยทั่วไป ในกัมมัฏฐานล้านนานั้นถือว่า ประจำเป็น เครื่องมือช่วยเหลือที่ใช้สำหรับประกอบการภาวนา เป็นอุปกรณ์สำคัญที่ทำให้สมาธิเจริญได้รวดเร็ว ยิ่งขึ้น เป็นศูนย์รวมสติไม่ให้หวั่นไหวไปในทางอื่น ทำให้เกิดเป็นค่านิยมของภิกษุล้านนาหรือภิกษุ

ภาคเหนือ เช่น ครูบาศรีวิชัย ครูบาขาวปี เป็นต้น มักจะเห็นภาพพระเถระเหล่านี้สวมประจำหรือถือประจำ แต่ปัจจุบันนี้ ประจำกลายเป็นเครื่องประดับสำหรับพระภิกษุบางกลุ่ม ที่นำมาสวมใส่เป็นส่วนหนึ่งของเครื่องแต่งกาย เพื่อให้ภิกษุเหล่านั้นดูขลังศักดิ์สิทธิ์ มีอำนาจวิเศษ ทำให้เป็นที่เลื่อมใสแก่ผู้ที่ได้พบเห็น ซึ่งเป็นการใช้ประจำที่ผิดเจตนารมณ์ของครูบาอาจารย์ ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับอาจารย์ ความประพฤติของพระภิกษุควรกำกับดูแลอย่างใกล้ชิด เพื่อให้เกิดความถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

กรรมฐานรวมของล้านนามีแนวทางการประพฤติที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนาน เป็นคัมภีร์ที่เกิดจากสังฆสมประสพการณ์ของครูบาอาจารย์ล้านนาและถ่ายทอดกันรุ่นต่อรุ่นด้วยภาษาล้านนาที่งดงามในด้านอักขระและการใช้ภาษา มีความโดดเด่นในแนวทางปฏิบัติที่เป็นแบบเฉพาะของชาวล้านนา จึงสมควรที่จะมีการศึกษาและเผยแพร่แนวทางปฏิบัติเหล่านี้ให้มากยิ่งขึ้น พร้อมทั้งมีการรณรงค์ให้นำแนวทางการปฏิบัตินี้ไปสอบทวนกับพระไตรปิฎกหรือคัมภีร์อื่นๆ ในพระพุทธศาสนา เพื่อการอนุรักษ์และสืบทอดที่ยั่งยืน เป็นประโยชน์แก่พระพุทธศาสนาสืบไป ในส่วนของวัดที่เป็นเจ้าของคัมภีร์ควรส่งเสริมและผลักดันให้มีการเรียนรู้ ศึกษา วิจัย นำไปปฏิบัติ สร้างเครือข่ายกับหน่วยงานอื่นๆ เพื่อนำเสนอคัมภีร์ส่งวงการศึกษานำให้เกิดการต่อยอดเป็นผลงานทางวิชาการในด้านพระพุทธศาสนา

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษา ผู้วิจัยได้ศึกษาในกรอบของเนื้อหาในส่วนของอนุสสติกัมมัฏฐาน ๑๐ เท่านั้น ซึ่งเป็นหมวดหนึ่งของกัมมัฏฐาน ๔๐ ซึ่งผู้วิจัยมีความเห็นว่า กัมมัฏฐานหมวดอื่นๆ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคสามารถนำมาเปรียบเทียบกับกัมมัฏฐานในคัมภีร์กัมมัฏฐานของล้านนา เช่น กัมมัฏฐานรอมฉบับวัดสูงเม่น และในกัมมัฏฐานรอมฉบับวัดต้นฝิ่ง ก็ยังมีประเด็นที่ควรศึกษาเพิ่มเติม ซึ่งผู้ที่สนใจศึกษาควรศึกษา วิเคราะห์ให้ละเอียดอีก ดังนี้

๑. ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องกสิณในคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม เนื่องจากในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับวัดฝิ่ง แต่งโดยครูบา คันทา คนจิวไส มีคำสอนเกี่ยวกับกสิณอยู่ ซึ่งเป็นประเด็นที่ควรนำมาศึกษาวิเคราะห์เปรียบเทียบให้เห็นความแตกต่างกัน ว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร มีระเบียบพิธีการปฏิบัติที่น่าสนใจอย่างไร เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาพระธรรมต่อไป

๒. ศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องคำสอนในคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมฉบับวัดต้นฝิ่ง และคัมภีร์กัมมัฏฐานฉบับวัดสูงเม่น เนื่องจากคัมภีร์ทั้ง ๒ คัมภีร์เป็นตำราคำสอนกัมมัฏฐานและพระธรรมของชาวล้านนาที่มีมานาน คำสอนและเนื้อหาในคัมภีร์ทั้ง ๒ จึงมีความน่าสนใจ รวมทั้งโครงสร้างการแต่งคำประพันธ์ ระเบียบพิธีในการเจริญภาวนา เป็นที่น่านำมาศึกษาและเปรียบเทียบ เพื่อเป็นความรู้เป็นประโยชน์ในการศึกษาพระธรรม

๓. ตรวจสอบชำระและปริวรรตคัมภีร์กัมมัฏฐานรอม ฉบับวัดต้นฝิ่ง เนื่องจากคัมภีร์กัมมัฏฐานรอมเป็นคัมภีร์ภาษาล้านนา และเป็นคำภาษาโบราณ ที่มีคำสละสลวย แต่ก็ยากต่อการอ่านและทำความเข้าใจ การตรวจสอบชำระและปริวรรตภาษาในคัมภีร์จึงเป็นการสมควร เพื่อให้คัมภีร์สามารถถ่ายทอดการศึกษาและสามารถนำไปเผยแพร่เพื่อให้เข้ากับสถานการณ์ปัจจุบัน

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาเตปิฎก. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกและอรรถกถาแปลชุด๙๑เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๑. แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๒. แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๖.

วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๒ ตอน ๑. แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๒ ตอน ๒. แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอน ๑. แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๖.

วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอนจบ. แปลโดย มหามกุฏราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

ครูบาคันธา คนธวีโส. สมณะวิปัสสนากัมมัฏฐานรอมพระจตุพล จิตตส่วโร ผู้ปรีวรต. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๙.

จำเนียร แก้วกู่. หลักวรรณคดีบาลีวิจารณ์. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, ๒๕๔๑.

บุญย์ นิลเกษ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค สำหรับประชาชน. กรุงเทพมหานคร: ชมรมชีวภาพ, ๒๕๔๕.

พระธรรมธีรราชมหามุนี. คำถาม-คำตอบ เรื่องวิปัสสนากรรมฐาน. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

พระปลัดวิสุทธิ คุตตชโย. **คู่มือการเรียนการสอนปริเฉทที่ ๘ และ ๙ (ชั้นมัธยมศึกษาอาชีวศึกษาระดับมัธยมศึกษาโท).**

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ทิพย์วิสุทธิ, ๒๕๔๐.

พระปัญญาสามิ. **ศาสนวงศ์หรือประวัติศาสนา แปลโดย ศาสตราจารย์ ร.ต.ท.แสง มนวิฑูร,**

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๐๖.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๙.**

กรุงเทพมหานคร: สหธรรมิก, ๒๕๓๘.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร:**

สหธรรมิก, ๒๕๓๘.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร:**

สหธรรมิก, ๒๕๔๕.

พระพุทโธสภาจารย์. **วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๓ ตอนจบ. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราช**

วิทยาลัย, ๒๕๓๔.

พระมหานามะ. **มหาวงศ์ พงศาวดารลังกาทวีป เล่ม ๓ ฉบับหลวงในหอพระสมุดวชิรญาณ, แปล**

โดย พระยาปริยัติธรรมดา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทย, ๒๔๖๒.

พระมหาสังฆรักขิต มหาสามิ. **คัมภีร์สุโขธาฬลังกาทวีปเล่ม ๓. แปลโดย แย้ม ประพัฒน์ทอง. กรุงเทพ**

มหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๐๔.

พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตญาโณ). **ประวัติศาสตร์พระพุทธศาสนา. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร:**

โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๑.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **วรรณคดีบาลี. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัย**

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒.

มหาจุฬาราชวิทยาลัย. **วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๑. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราช**

วิทยาลัย, ๒๕๓๕.

ลมุล จันทน์หอม. **วรรณกรรมท้องถิ่นล้านนา. พิมพ์ครั้งที่ ๔. เชียงใหม่: สุริวงค์บุ๊คเซ็นเตอร์, ๒๕๓๘.**

วคิน อินทสระ. **สาระสำคัญแห่งวิสุทธิมรรค. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์**

บรรณาการ, ๒๕๒๑.

วิโรจน์ อินทนนท์. **กัมมัฏฐานล้านนารูปแบบและวิธีปฏิบัติ. เชียงใหม่: ทรีโอแอดเวอร์ไทซิงแอนด์**

มีเดียจำกัด, ๒๕๕๘.

สมทบ พาจรทิศและคณะ. **“ภาษาล้านนา”. ล้านนาคดีศึกษา. เชียงใหม่: สุเทพการพิมพ์, ๒๕๕๗.**

สิงฆะ วรรณสัย. **ปริทัศน์วรรณคดีล้านนาไทย. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๒๓.**

สุภาพรรณ ณ บางช้าง. **ประวัติวรรณคดีบาลีในอินเดียและลังกา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์**

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๖.

อุดม รุ่งเรืองศรี. **วรรณกรรมล้านนา**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย, ๒๕๕๖.

_____. **วรรณกรรมลายลักษณ์ล้านนา**. เอกสารประกอบนิทรรศการวรรณกรรมล้านนา. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยพายัพ, ๒๕๒๗.

อุดม รุ่งเรืองศรีและคณะ. **ตำนานพื้นเมืองเชียงใหม่ฉบับสมโภชเชียงใหม่ ๗๐๐ปี**. เชียงใหม่: ศูนย์วัฒนธรรมจังหวัดเชียงใหม่และศูนย์ศิลปวัฒนธรรม สถาบันราชภัฏเชียงใหม่, ๒๕๓๘.

เอมอร ชิตตโสภณ. **ความสัมพันธ์ระหว่างวรรณกรรมล้านนากับวรรณกรรมประจำชาติ**, เชียงใหม่: ธนบรรณาการพิมพ์, ๒๕๓๓.

(๒) วารสาร :

กรรณิการ์ วิลเกษม. “หลักการปริวรรตอักษรโบราณที่พัฒนามาจากอักษรของอินเดีย”. **ตำราวิชาการ**. ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – มิถุนายน ๒๕๕๘): ๑๒๐-๑๓๕.

แสง มนวิฑูร. “ความเป็นมาเกี่ยวกับพระพุทธศาสนาในล้านนาไทย”. **จุลสารโครงการตำราสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์**. ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๔ (กรกฎาคม-กันยายน, ๒๕๑๙): ๗๙-๘๐.

อมรรัตน์ เพื่องวรรณกรรม. “จากใบลานสู่กระดานอิเล็กทรอนิกส์”. **USR Magazine**. ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๑, (มิถุนายน-สิงหาคม ๒๕๕๘): ๓๘-๓๙.

(๓) วิทยานิพนธ์ :

พระนิคม ธรรมธโร (พงษ์สมุทร). “การศึกษาเปรียบเทียบคำสอนเรื่องศีลในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์วิมุตติมรรค”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระมหาสยาม ราชวัตร. “การศึกษาเปรียบเทียบไตรสิกขา คัมภีร์วิสุทธิมรรคกับคัมภีร์วิมุตติมรรค”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๔๓.

พระมหาสุทิพย์ อาภากร (อบอุ้น). “การศึกษาองค์ความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ปรากฏในวรรณกรรมพระพุทธศาสนาเรื่องอานิสงส์และคัมภีร์เทศน์ในเทศกาลต่างๆ ของล้านนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุขฎิบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

พระมหาสุธน ยสสีโล (ผลชอบ). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่องวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

มาลี อาณากุล. “การศึกษาเปรียบเทียบกัมมัฏฐานในคัมภีร์พระอภิธรรมมัตถะสังคหะกับคัมภีร์วิสุทธิมรรคและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานของสำนักวิปัสสนาอันเนื่องด้วยวัดมหาธาตุยุวราช

รังสฤษฏ์”. **วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๙.

ศิวาพร วัฒนรัตน์. “ วรรณกรรมนิทานค่าโคลงของล้านนา: ลักษณะเด่นภูมิปัญญาและคุณค่า ”.

รายงานการวิจัย. สำนักงานกองทุนสนับสนุนงานวิจัย, ๒๕๕๓.

สีบพงษ์ ธรรมชาติ. “การปริวรรตวรรณกรรมเรื่องจันทกีนรชาดก”. **รายงานการวิจัย**. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, ๒๕๓๖.

อภิราชฤทธิ์ ปรีชาจารย์. “ศึกษาวิเคราะห์สมถยานิกะในการปฏิบัติกรรมฐานอันมีกสิณ ๑๐ เป็นอารมณ์”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

(๔) สื่อออนไลน์ :

มหาวิทยาลัยพาร์อีสเทอร์น, **วัดต้นผึ้ง**, [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.templethailand.org/ID51080101วัดต้นผึ้ง.html>[๑๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐].

(๕) ภาษาอังกฤษ:

Christmas Humphreys. (1975) **A Popular Dictionary of Buddhism**, London: Curzon Press Ltd.

ประวัติผู้วิจัย

- ชื่อ : พระมหาธีรพันธ์ ธีรกิตติ (ปัญญาเหล็ก)
- เกิด : ๒๘ มิถุนายน ๒๕๒๙
- สถานที่เกิด : บ้านต้นผึ้ง หมู่ที่ ๒ ตำบลหนองล่อง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน
- การศึกษา : - พ.ศ. ๒๕๔๒ จบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนบ้านต้นผึ้ง
- พ.ศ. ๒๕๔๔ สอบได้นักธรรมชั้นเอก สำนักเรียนวัดราชโอรสาราม กรุงเทพมหานคร
- พ.ศ. ๒๕๕๓ สอบได้เปรียญธรรม ๙ ประโยค สำนักเรียนวัดสร้อยทอง กรุงเทพมหานคร
- ประสบการณ์การทำงาน : - ครูสอนปริยัติธรรมแผนกบาลี-นักธรรม สำนักเรียนวัดสร้อยทอง
- กรรมการตรวจบาลี-นักธรรมสนามหลวง
- เจ้าอาวาสวัดต้นผึ้ง
- ผู้ช่วยเลขานุการเจ้าคณะอำเภอเวียงหนองล่อง
- เลขานุการเจ้าคณะตำบลหนองล่อง
- เจ้าคณะตำบลหนองล่อง
- ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดต้นผึ้ง หมู่ ๘ ตำบลหนองล่อง อำเภอเวียงหนองล่อง จังหวัดลำพูน