

ตอนที่ 16 : พระอภิธรรมปิฎก

คัมภีร์มัสมสังคณี กามาวจรกุศลจิต 8 ดวงโดยละเอียด

ในตอนที 15 เราได้ศึกษาว่า กามาวจรกุศลจิตดวงที่ 1 เป็นจิตที่ประกอบด้วยความยินดี มีปัญญา และเกิดขึ้นเอง ในตอนนี้ เราจะศึกษา กามาวจรกุศลจิตทั้ง 8 ดวง เพื่อให้เข้าใจว่าเหตุใดพระอภิธรรมจึง จำแนกจิตอย่างละเอียด และเราจะนำหลักนี้มาใช้พัฒนาจิตใจได้อย่างไร

กามาวจรกุศลจิต คืออะไร

คำว่า กามาวจร หมายถึง จิตที่เกิดในภุมิที่ยังเกี่ยวข้องกับกามคุณ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส และ โผฏฐัพพะ ดังนั้น กามาวจรกุศลจิต คือ จิตฝ่ายกุศลที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของมนุษย์และเทวดาชั้น กามาวจร เป็นจิตที่เกิดเวลาทำความดี เช่น

- ให้อทาน
- รักษาศีล
- พังกรรม
- ช่วยเหลือผู้อื่น
- แผ่เมตตา
- เจริญสติ

เหตุใดจึงมี 8 ดวง พระอภิธรรมจำแนกกามาวจรกุศลจิตจากองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

1. ความรู้สึก (เวทนา)

มี 2 แบบ

- โสมนัส = ยินดี เบิกบาน
- อุเบกขา = วางใจเป็นกลาง ไม่ยินดียินร้าย

2. ปัญญา

มี 2 แบบ

- ญาณสัมปยุต = มีปัญญาประกอบ
- ญาณวิปยุต = ไม่มีปัญญาประกอบ

3. การเกิดของจิต

มี 2 แบบ

- อสังขาริก = เกิดขึ้นเอง ไม่ต้องมีผู้ชักชวน
- สสังขาริก = เกิดเพราะมีผู้ชักชวนหรือเตือน

เมื่อรวมกันจึงได้ $2 \times 2 \times 2 = 8$ ดวง

กามาจรกุศลจิตทั้ง 8 ดวง

กลุ่มที่ 1 โสมนัส + ปัญญา + เกิดเอง ตัวอย่าง เห็นคนล้ม รีบเข้าไปช่วยทันที เพราะรู้ว่าเป็นสิ่ง
ถูกต้อง นี่เป็นกุศลที่สมบูรณ์ที่สุดในกามาจร

กลุ่มที่ 2 โสมนัส + ปัญญา + มีผู้ชักชวน ตัวอย่าง เพื่อนชวนไปบริจาคโลหิต เมื่อพิจารณาแล้ว
เห็นว่าดี จึงไปด้วยความเต็มใจ

กลุ่มที่ 3 โสมนัส + ไม่มีปัญญา + เกิดเอง ตัวอย่าง เด็กเล็กไล่บาตรด้วยความดีใจ แม้ยังไม่เข้าใจ
หลักธรรมอย่างลึกซึ้ง แต่มีจิตที่ดีงาม

กลุ่มที่ 4 โสมนัส + ไม่มีปัญญา + มีผู้ชักชวน ตัวอย่าง พ่อแม่ชวนลูกไปทำบุญ ลูกไปด้วยความ
ยินดี แต่ยังไม่เข้าใจเหตุผลทั้งหมด

กลุ่มที่ 5 อุเบกขา + ปัญญา + เกิดเอง ตัวอย่าง ช่วยทำความสะอาดวัด
ด้วยใจสงบ ไม่หวังคำชม ไม่รู้สึกตื่นเต้น แต่รู้ว่าเป็นสิ่งควรทำ

กลุ่มที่ 6 อุเบกขา + ปัญญา + มีผู้ชักชวน ตัวอย่าง ได้รับการชวนให้ร่วมกิจกรรมสาธารณประโยชน์
พิจารณาแล้วเห็นว่าควร จึงเข้าร่วมด้วยใจสงบ

กลุ่มที่ 7 อุเบกขา + ไม่มีปัญญา + เกิดเอง ตัวอย่าง ทำตามประเพณีที่ดี โดยไม่ได้ศึกษา
ความหมาย แต่ไม่มีเจตนาที่ไม่ดี

กลุ่มที่ 8 อุเบกขา + ไม่มีปัญญา + มีผู้ชักชวน ตัวอย่าง มีผู้ชวนไปทำบุญจึงไป แม้ยังไม่เข้าใจ
หลักธรรมมากนัก และไม่ได้รู้สึกยินดีเป็นพิเศษ

ตารางสรุป

ดวง	เวทนา	ปัญญา	การเกิด
1	โสมนัส	มี	เกิดเอง
2	โสมนัส		ชวน

ดวง	เวทนา	ปัญญา	การเกิด
3	โสมนัส	ไม่มี	เกิดเอง
4	โสมนัส	ไม่มี	มีผู้ชักชวน
5	อุเบกขา	มี	เกิดเอง
6	อุเบกขา	มี	มีผู้ชักชวน
7	อุเบกขา	ไม่มี	เกิดเอง
8	อุเบกขา	ไม่มี	มีผู้ชักชวน

พระอิทธิธรรมต้องการสอนอะไร

พระอิทธิธรรมไม่ได้ต้องการให้เราท่องจำทั้ง 8 ดวงเท่านั้น แต่ต้องการให้เราเข้าใจว่า การทำความดีมีคุณภาพแตกต่างกัน ตัวอย่าง คนสองคนถวายสังฆทานเท่ากัน คนแรก

- ศึกษาธรรม
- เข้าใจการให้
- ทำด้วยเมตตา
- เต็มใจ

อีกคน

- ทำตามคนอื่น
- ไม่เข้าใจเหตุผล

ทั้งสองได้บุญ แต่คุณภาพของจิตไม่เหมือนกัน

การนำไปปฏิบัติ เมื่อเราจะทำความดี

ลองพิจารณา 3 ข้อ

1. ทำด้วยความเต็มใจหรือไม่ ถ้าเต็มใจ กุศลย่อมมีกำลังมากขึ้น
2. ทำด้วยปัญญาหรือไม่ เข้าใจเหตุผลของการกระทำ ไม่ใช่ทำเพราะความเชื่ออย่างเดียว
3. ทำด้วยตนเองหรือรอให้ผู้อื่นเตือน หากเริ่มต้นทำความดีได้เองแสดงว่ากุศลมีกำลังมากขึ้น

ข้อคิดสำคัญ

พระอภิธรรมสอนว่า คุณค่าของการทำความดี ไม่ได้อยู่ที่ขนาดของการกระทำ แต่อยู่ที่คุณภาพของจิตในขณะนั้น การให้เพียงเล็กน้อย แต่เต็มไปด้วยเมตตา ปัญญา และศรัทธา อาจมีกุศลมากกว่าการให้จำนวนมาก แต่ทำด้วยความจำใจหรือหวังผลตอบแทน

สรุปตอนที่ 16

กามาวจรกุศลจิตมี 8 ดวง เกิดจากการจำแนกตาม

- เวทนา 2 ประเภท คือ โสมนัส และอุเบกขา
- ปัญญา 2 ประเภท คือ มีปัญญา และไม่มีปัญญา
- ลักษณะการเกิด 2 ประเภท คือ เกิดเอง และเกิดเพราะมีผู้ชักชวน

การจำแนกเช่นนี้ทำให้เห็นว่า พระอภิธรรมให้ความสำคัญกับ คุณภาพของจิต มากกว่ารูปแบบภายนอกของการกระทำ และชี้แนะแนวทางให้เราพัฒนาจิตจากการทำความดีด้วยความเข้าใจ ความเต็มใจ และปัญญา

ตอนที่ 17 : พระอภิธรรมปิฎก

คัมภีร์มัหมสังคณี มหาวิบากจิต 8 ดวง และมหาภิรียาจิต 8 ดวง

ในตอนที่ 16 เราได้ศึกษา มหากุศลจิต 8 ดวง ซึ่งเป็นจิตฝ่ายกุศลที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน และเป็น "เหตุ" ของกรรมดี ในตอนนี้ เราจะศึกษาสิ่งที่เกิดตามมา คือ ผลของกรรมดี (มหาวิบากจิต) และจิตของพระอรหันต์ (มหาภิรียาจิต)

พระอภิธรรมต้องการให้เราเห็นความสัมพันธ์ของ เหตุ → ผล → การกระทำที่พ้นจากกรรม

ความสัมพันธ์ของจิตทั้ง 3 กลุ่ม

พระอภิธรรมจัดจิตทั้งสามกลุ่มให้สอดคล้องกัน ดังนี้

ประเภท	จำนวน	หน้าที่
มหากุศลจิต	8	สร้างกรรมดี (เหตุ)
มหาวิบากจิต	8	รับผลของกรรมดี (ผล)
มหาภิรียาจิต	8	ทำหน้าที่โดยไม่สร้างกรรมใหม่

จะเห็นว่า องค์ประกอบของจิตทั้ง 8 ดวงในแต่ละกลุ่มสอดคล้องกัน ต่างกันเพียงหน้าที่

1. มหาวิบากจิต 8 ดวง

มหาวิบากจิต คืออะไร

คำว่า วิบาก หมายถึง ผลของกรรม ดังนั้น มหาวิบากจิต คือ จิตที่เกิดขึ้นเพื่อรับผลของกุศลกรรมในกามาวจร

ตัวอย่าง

บุคคลหนึ่ง

- รักษาศีล
- ช่วยเหลือผู้อื่น
- มีเมตตา

กุศลเหล่านี้ เมื่อให้ผล อาจทำให้

- เกิดในสุคติ
- พบครูอาจารย์ที่ดี
- มีสุขภาพแข็งแรง
- มีสติปัญญาดี
- พบโอกาสที่เหมาะสม

ขณะที่รับผลเหล่านี้ จิตที่เกิดขึ้นคือ มหาวิบากจิต

มหาวิบากจิตไม่สร้างกรรม นี่เป็นหลักสำคัญ หลายคนเข้าใจว่า "เห็น" คือกรรม พระอภิธรรมอธิบายว่า การเห็นในขณะแรก เป็นวิบาก คือ ผลของกรรมเก่า ส่วน จะชอบ จะเกลียด จะเฉย เป็นจิตอีกขณะหนึ่ง ซึ่งอาจสร้างกรรมใหม่

ตัวอย่าง ได้รับคำชม ขณะที่ไต่บัน เป็นวิบาก หลังจากนั้น ถ้าเกิด ความยินดีจนหลงตัว เป็นอกุศล แต่ถ้า เกิดความกตัญญู หรือใช้คำชมนั้นเป็นกำลังใจในการทำความดี เป็นกุศล

2. มหากิริยาจิต 8 ดวง

มหากิริยาจิต คืออะไร

คำว่า กิริยา หมายถึง การกระทำที่ไม่เป็นกรรม มหากิริยาจิต เป็นจิตของ พระอรหันต์ ที่มีองค์ประกอบเหมือนมหากุศลจิต แต่ไม่สร้างกรรมใหม่ เพราะกิเลสถูกละหมดแล้ว

ตัวอย่าง พระอรหันต์

- ให้ทาน
- แสดงธรรม
- ช่วยเหลือผู้อื่น

- เดิน
- พุด
- ยิม

ทั้งหมดนี้ เป็น มหากริยาจิต ไม่ใช่กุศลจิต เพราะไม่มีการสะสมกรรมอีก

เปรียบเทียบทั้งสามประเภท

สมมติ มีคนหิวน้ำ เราเอาน้ำไปให้ ปุณฺณ ให้ด้วยเมตตา เป็นมหากุศลจิต กำลังสร้างกรรมดี

ต่อมาได้รับผลดีจากกรรมนี้ เช่น มีผู้ช่วยเหลือเราบ้างขณะรับผล เป็นมหาวิบากจิต

พระอรหันต์ ก็อาจยื่นน้ำให้เช่นกัน แต่ไม่มีโลภะ ไม่มีโทสะ ไม่มีความยึดมั่น จึงเป็นมหากริยาจิต

ตารางเปรียบเทียบ

ประเภท	สร้างกรรม	รับผลกรรม	พบในพระอรหันต์
มหากุศลจิต	✓	✗	✗
มหาวิบากจิต	✗	✓	✓
มหากริยาจิต	✗	✗	✓

พระอภิธรรมต้องการสอนอะไร

พระอภิธรรมต้องการให้เข้าใจว่า ชีวิตของเรา มีทั้ง

- ช่วงที่กำลังสร้างเหตุ
- ช่วงที่กำลังรับผล
- และสำหรับพระอรหันต์ คือช่วงที่ทำหน้าที่โดยไม่สร้างเหตุใหม่

เมื่อเข้าใจเช่นนี้ เราจะไม่สับสนว่า ทุกสิ่งที่เกิดขึ้น คือกรรมใหม่ บางอย่าง เป็นเพียงผลของกรรมเก่า

การนำไปปฏิบัติ เมื่อพบเหตุการณ์ดี อย่าหลงระเริง เพราะเป็นผลของกรรมดีที่เคยทำ เมื่อพบเหตุการณ์ไม่ดี อย่าริบโทษผู้อื่น แต่ใช้ปัญญาพิจารณา และสร้างเหตุใหม่ที่ดีในปัจจุบัน เพราะวันนี้ คือวันที่เรากำลังสร้าง "กรรมใหม่" ที่จะเป็นผลในอนาคต

ข้อคิดสำคัญ

พระอภิธรรมสอนว่า มนุษย์ไม่ได้เป็นเพียงผู้รับผลของกรรม แต่เป็นผู้สร้างเหตุแห่งอนาคตอยู่ทุกขณะ ดังนั้น สิ่งสำคัญที่สุด ไม่ใช่การกังวลกับอดีต แต่คือการทำให้จิตในปัจจุบันเป็นกุศล

สรุปตอนที่ 17

มหาวิบากจิต 8 ดวง เป็นจิตที่รับผลของกุศลกรรมในกามาวจร ส่วนมหากิริยาจิต 8 ดวง เป็นจิตของพระอรหันต์ที่ทำหน้าที่โดยไม่สร้างกรรมใหม่ พระอภิธรรมแสดงให้เห็นความสัมพันธ์ที่ชัดเจนระหว่าง

- เหตุ คือ มหากุศลจิต
- ผล คือ มหาวิบากจิต
- ความพ้นจากกรรม คือ มหากิริยาจิต

ความเข้าใจนี้ช่วยให้เรามองชีวิตตามกฎแห่งเหตุและผล และตั้งใจสร้างกุศลในปัจจุบัน ซึ่งเป็นเหตุแห่งความสุขและความเจริญในอนาคต

ตอนที่ 18 : พระอภิธรรมปิฎก

คัมภีร์มัหมสังคณี อเหตุกจิต 18 ดวง จิตที่ไม่ประกอบด้วยเหตุ 6 ประการ

ในตอนที่ 17 เราได้ศึกษา มหากุศลจิต มหาวิบากจิต และมหากิริยาจิต ซึ่งล้วนเป็นจิตที่มี "เหตุ" ประกอบ

ในตอนนี้ เราจะศึกษา อเหตุกจิต 18 ดวง ซึ่งเป็นจิตที่ไม่ประกอบด้วยเหตุ ทั้งฝ่ายกุศลและฝ่ายอกุศล แต่ยังทำหน้าที่สำคัญในการรับรู้อารมณ์ในชีวิตประจำวัน

"เหตุ" ในพระอภิธรรม หมายถึงอะไร

คำว่า เหตุ (Hetu) ในพระอภิธรรม หมายถึง รากของจิต มี 6 ประการ คือ

เหตุฝ่ายอกุศล 3

- โลภะ (ความอยาก)
- โทสะ (ความโกรธ)
- โมหะ (ความหลง)

เหตุฝ่ายกุศล 3

- อโลภะ (ความไม่โลภ ความเสียสละ)
- อโทสะ (ความไม่โกรธ ความเมตตา)
- อโมหะ (ปัญญา ความรู้ถูกต้อง)

เมื่อจิตดวงใด ไม่มีเหตุทั้ง 6 ประการประกอบ จิตนั้นเรียกว่า อเหตุกจิต

อเหตุกจิต คืออะไร

อเหตุกจิต คือ จิตที่ทำหน้าที่พื้นฐานในการรับรู้อารมณ์ แต่ไม่ได้ประกอบด้วยรากเหง้าฝ่ายกุศล หรืออกุศล จิตเหล่านี้เปรียบเสมือน "เจ้าหน้าที่รับข้อมูล" ยังไม่ได้ตัดสินว่า

- ดี
 - ชั่ว
 - น่าชอบ
 - ไม่น่าชอบ
-

อเหตุกจิตมีทั้งหมด 18 ดวง

แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม

ประเภท	จำนวน
อกุศลวิบากอเหตุกจิต	7
กุศลวิบากอเหตุกจิต	8
กิริยาอเหตุกจิต	3
รวมรวม	18

1. อกุศลวิบากอเหตุกจิต 7 ดวง เป็นจิตที่เกิดจาก ผลของอกุศลกรรม ตัวอย่าง เช่น

- เห็นสิ่งไม่น่าพอใจ
- ได้ยินเสียงไม่น่าพอใจ
- ได้กลิ่นไม่ดี
- ลิ้มรสที่ไม่พึงใจ
- รู้สึกสัมผัสที่ไม่น่าพอใจ

สิ่งสำคัญคือ จิตเหล่านี้ ไม่ใช่การทำบาปใหม่ แต่เป็น ผลของกรรมเก่า

2. กุศลวิบากเหตุจิต 8 ดวง เป็นจิตที่เกิดจาก ผลของกุศลกรรม เช่น

- เห็นสิ่งที่น่าพอใจ
- ได้ยินเสียงไพเราะ
- ได้กลิ่นหอม
- ลิ้มรสอร่อย
- สัมผัสสิ่งที่สบาย

ทั้งหมดเป็น ผลของกรรมดี ไม่ใช่กรรมใหม่

3. กิริยาเหตุจิต 3 ดวง เป็นจิตที่ทำหน้าที่เฉย ๆ ได้แก่

3.1 ปัญจทวาราวชชนจิต จิตที่หันไปรับอารมณ์ทาง

- ตา
 - หู
 - จมูก
 - ลิ้น
 - กาย
-

3.2 มโนทวาราวชชนจิต จิตที่หันไปรับอารมณ์ทางใจ เช่น การระลึก การคิด การนึกถึงอดีต

3. หลีลุปปาทจิต เป็น จิตยึดของพระอรหันต์ เกิดขึ้นเมื่อพระอรหันต์ทรงเยี่ยมพระโอรสหรือยึดโดยไม่มีโลภะ โทสะ หรือโมหะ

ตัวอย่างการทำงานของเหตุจิต สมมติว่า เราได้ยินเสียงนกร้อง กระบวนการโดยย่อคือ

1. เสียงกระทบหู
 2. โสตวิญญาณเกิด
- (เป็นเหตุวิบากจิต)
3. รับอารมณ์
 4. พิจารณา
 5. วินิจ्ञัย
 6. ขวนจิต
- ตรงนี้เอง อาจเกิด

- ชอบ
- ไม่ชอบ

• เหย ๆ
จะเห็นว่า การได้ยินในขณะแรก ยังไม่ใช่กุศลหรืออกุศล

พระอภิธรรมต้องการสอนอะไร

หลายคนคิดว่า เมื่อเห็นสิ่งสวยงาม ตนเองกำลังโลภ แต่พระอภิธรรมอธิบายว่า การเห็นเป็นเพียงวิบาก โภคะจะเกิดหรือไม่ เป็นเรื่องของจิตขณะต่อมา นี่คือการละเอียดยของพระอภิธรรม

ตัวอย่างในชีวิตประจำวัน มีคนชมเรา ขณะที่ได้ยิน เป็นเหตุกวิบากจิต

ต่อมาถ้าหลงดีใจ เป็นโลภมูลจิต

ถ้าระลึกว่า คำชมเป็นเพียงกำลังใจ แล้วตั้งใจทำความดีต่อ เป็นมหากุศลจิต

การนำไปปฏิบัติ เมื่อเข้าใจเรื่องเหตุกจิต เราจะไม่รีบด่วนตัดสินตนเอง เพราะการเห็น การได้ยิน การรับรู้ ไม่ใช่กรรมใหม่ สิ่งสำคัญคือ หลังจากรับรู้อารมณ์แล้ว จิตตอบสนองอย่างไร ตรงนั้น ต่างหากคือจุดที่เราควรมีสติ

ข้อคิดสำคัญ

พระอภิธรรมสอนว่า อารมณ์ที่มากกระทบ ไม่ใช่ปัญหา แต่การตอบสนองของจิตต่างหาก ที่เป็นจุดเริ่มต้นของกรรมใหม่ ดังนั้นผู้มีสติ จะไม่หยุดอยู่เพียงการรับรู้ แต่จะเฝ้าดูว่า หลังจากรับรู้แล้ว จิตกำลังเป็นกุศลหรืออกุศล

สรุปตอนที่ 18

เหตุกจิตมี 18 ดวง แบ่งเป็น

- อกุศลวิบากเหตุกจิต 7 ดวง — รับผลของอกุศลกรรม
- กุศลวิบากเหตุกจิต 8 ดวง — รับผลของกุศลกรรม
- กิริยาเหตุกจิต 3 ดวง — ทำหน้าที่รับอารมณ์และยิมของพระอรหันต์

การศึกษาหัวข้อนี้ทำให้เข้าใจว่า การรับรู้อารมณ์ในขณะแรกยังไม่ใช่บุญหรือบาป แต่สิ่งสำคัญคือ จิตที่เกิดขึ้นต่อจากนั้น ซึ่งเป็นจุดที่เราสามารถใช้สติและปัญญาในการเลือกสร้างกุศล แทนที่จะปล่อยให้ออกุศลครอบงำ

ตอนที่ 19 : พระอภิธรรมปิฎก

คัมภีร์มัสมสังคณี รูปาวจรจิต 15 ดวง จิตของผู้บรรลุรูปฌาน

ในตอนนที่ 18 เราได้ศึกษา อเหตุกจิต 18 ดวง ซึ่งเป็นจิตที่ทำหน้าที่รับรู้อารมณ์โดยไม่มีเหตุ 6 ประการประกอบ

ในตอนนนี้ เราจะศึกษา รูปาวจรจิต 15 ดวง ซึ่งเป็นจิตของผู้ที่เจริญ สมถภาวนา จนบรรลุ รูปฌาน อันเป็นสมาธิระดับสูง

รูปาวจรจิต คืออะไร

คำว่า

- รูป = รูปธรรม หรืออารมณ์ที่ยังเกี่ยวกับรูป
- อวจร = ดำเนินอยู่ในภูมิ
- จิต = ธรรมชาติที่รู้อารมณ์

ดังนั้น

รูปาวจรจิต คือ จิตที่เกิดในระดับรูปฌาน โดยมีอารมณ์เป็นกสิณหรืออารมณ์สมถกรรมฐานที่เกี่ยวข้องกับรูป จิตประเภทนี้สงบกว่ากามาวจรจิต เพราะพ้นจากการฟุ้งซ่านในกามคุณชั่วคราว

รูปาวจรจิตมี 15 ดวง

แบ่งเป็น 3 กลุ่ม

ประเภท	จำนวน
รูปาวจรกุศลจิต	5
รูปาวจรวิบากจิต	5
รูปาวจรกิริยาจิต	5

1. รูปาวจรกุศลจิต 5 ดวง เป็นจิตของผู้ที่เจริญสมาธิจนเข้าถึง รูปฌาน แบ่งเป็น 5 ระดับ ปฐมฌาน องค์ฌาน 5 คือ

- วิตก
- วิจาร
- ปีติ
- สุข
- เอกัคคตา

ผู้ปฏิบัติยังต้องอาศัยการตรึกและการพิจารณาอารมณ์

ทุติยฌาน ละวิตก เหลือ

- วิจารณ์
 - ปิติ
 - สุข
 - เอกัคคตา
- จิตตั้งมั่นมากขึ้น

- ตติยฌาน ละวิจารณ์ เหลือ
- ปิติ
 - สุข
 - เอกัคคตา
- สมาธิละเอียดขึ้น

- จตุตถฌาน ละปิติ เหลือ
- สุข
 - เอกัคคตา
- จิตสงบนิ่งยิ่งขึ้น

- ปัญจฌาน ละสุข เหลือ
- อุเบกขา
 - เอกัคคตา
- เป็นสมาธิที่มั่นคง สงบ และเป็นกลางที่สุดในรูปฌาน
- หมายเหตุ: ในคัมภีร์บางแห่งใช้การแบ่งรูปฌาน 4 ชั้น ส่วนพระอภิธรรมเถรวาทนิยมแบ่งเป็น 5 ชั้น โดยแยกทุติยฌานและตติยฌานออกจากกัน

2. รูปาวจรวิบากจิต 5 ดวง เป็นผลของการเจริญรูปฌาน ผู้ที่เคยเจริญรูปฌานอย่างมั่นคง เมื่อสิ้นชีวิต หากยังไม่บรรลุนิพพาน อาจไปเกิดในพรหมโลกฝ่ายรูปาวจร การเกิดในภุมินีเป็นผลของรูปาวจรกุศลจิต

- พรหมโลกฝ่ายรูป พระอภิธรรมกล่าวถึงพรหมโลกหลายชั้น เช่น
- พรหมปาริฉต
 - พรหมปุโรหิตา
 - มหาพรหม

• และพรหมชั้นสูงอื่น ๆ
ผู้ที่ไปเกิดในภูมิเหล่านี้ ต้องอาศัยกำลังของรูปฌานเป็นเหตุ

3. รูปาวจรกิริยาจิต 5 ดวง เป็นจิตของ พระอรหันต์ ที่เข้ารูปฌาน แม้พระอรหันต์จะเข้าฌานได้ เช่นเดียวกับบุคคลอื่น แต่จิตนั้น ไม่ใช่กุศล ไม่ใช่วิบาก เป็นกิริยา เพราะไม่สร้างกรรมใหม่

รูปฌานมีประโยชน์อย่างไร พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญสมาธิว่า เป็นเหตุให้

- จิตสงบ
- นิเวศน์สงบ
- ปัญญาเกิดง่าย

แต่ทรงสอนว่า สมาธิเพียงอย่างเดียว ยังไม่ทำให้พ้นทุกข์ จำเป็นต้องใช้สมาธิเป็นฐานของ วิปัสสนา จึงจะนำไปสู่นิพพาน

ตัวอย่างในชีวิตประจำวัน แม้ผู้ที่ยังไม่ถึงรูปฌาน ก็สามารถเรียนรู้จากหลักนี้ได้ เช่น เมื่อฝึกสมาธิ ทุกวันจะพบว่า

- ใจฟุ้งซ่านน้อยลง
- ความโกรธลดลง
- มีสติเร็วขึ้น
- จิตตั้งมั่นมากขึ้น

แม้อยังไม่ถึงฌาน ก็เป็นการพัฒนาจิตในทิศทางเดียวกัน

พระอภิธรรมต้องการสอนอะไร

รูปาวจรจิตแสดงให้เห็นว่า จิตสามารถฝึกได้จาก

- ความฟุ้งซ่าน

ไปสู่

- ความสงบ

จาก

- สมาธิระดับต้น

ไปสู่

- สมาธิระดับสูง

แต่พระพุทธองค์ทรงเน้นว่า สมาธิเป็น "ทาง" มิใช่ "จุดหมาย" จุดหมายสูงสุด คือ การใช้สมาธิ ประกอบด้วยปัญญา เพื่อเห็นไตรลักษณ์และดับกิเลส

การนำไปปฏิบัติ สำหรับผู้เริ่มต้น ไม่จำเป็นต้องมุ่งหวังรูปฌานทันที แต่ควรเริ่มจาก

- รักษาศีล
- ฝึกสติ
- เจริญสมาธิอย่างสม่ำเสมอ
- ใช้สมาธิพิจารณาความไม่เที่ยงของกายและใจ

เมื่อทำอย่างต่อเนื่อง จิตจะค่อย ๆ มั่นคงและพร้อมต่อการเกิดปัญญา

ข้อคิดสำคัญ

พระอภิธรรมสอนว่า สมาธิที่แท้จริง ไม่ใช่เพียงความสงบ แต่เป็นความสงบที่เกื้อกูลต่อปัญญา หากสมาธิทำให้จิตตั้งมั่น แล้วใช้จิตนั้นพิจารณาความจริงของชีวิต สมาธินั้นย่อมนำไปสู่ความหลุดพ้น

สรุปตอนที่ 19

รูปาวจรจิตมี 15 ดวง แบ่งเป็น

- รูปาวจรกุศลจิต 5 ดวง — จิตของผู้บรรลुरुูปฌาน
- รูปาวจรวิบากจิต 5 ดวง — ผลของการเจริญรูปฌาน
- รูปาวจรกิริยาจิต 5 ดวง — จิตของพระอรหันต์ที่เข้ารูปฌาน

การศึกษารูปาวจรจิตทำให้เข้าใจว่า สมาธิเป็นการฝึกจิตให้ละเอียดและมั่นคง แต่พระพุทธศาสนา มิได้หยุดอยู่ที่สมาธิ หากใช้สมาธิเป็นฐานให้เกิดวิปัสสนาปัญญา จึงจะนำไปสู่การดับทุกข์อย่างแท้จริง

ตอนที่ 20 : พระอภิธรรมปิฎก

คัมภีร์มัคค์มสังคณี อรูปาวจรจิต 12 ดวง จิตของผู้บรรลुरुูปฌาน

ในตอนที 19 เราได้ศึกษาถึง รูปาวจรจิต 15 ดวง ซึ่งเป็นจิตของผู้บรรลुरुูปฌาน โดยยังมี "รูป" หรืออารมณ์ที่เกี่ยวกับรูปเป็นที่ตั้งของสมาธิ

ในตอนนี เราจะศึกษาจิตที่ละเอียดสูงขึ้น คือ อรูปาวจรจิต 12 ดวง ซึ่งเป็นจิตของผู้ที่เจริญสมาธิ จนก้าวพ้นอารมณ์ที่เป็นรูป เข้าสู่ อรูปฌาน

อรูปาวจรจิต คืออะไร

คำว่า

- อรูป = ไม่มีรูป
- อวจร = ดำเนินอยู่ในภูมิ
- จิต = ธรรมชาติที่รู้อารมณ์

ดังนั้น อนุภาวจรจิต คือ จิตที่เกิดจากการเจริญอนุภาวน โดยมีอารมณ์ที่ไม่ใช่รูปธรรม ผู้ปฏิบัติจะละอารมณ์ที่เป็นรูป และตั้งจิตอยู่กับอารมณ์ที่ละเอียดกว่า

อนุภาวจรจิตมี 12 ดวง

แบ่งเป็น 3 กลุ่ม

ประเภท	จำนวน
อนุภาวจรกุศลจิต	4
อนุภาวจรวิบากจิต	4
อนุภาวจรกิริยาจิต	4

อนุภาวน 4 ขั้น

1. อากาสนัญญายตนะ ฌานแห่งอากาศอันหาที่สุดมิได้ ผู้ปฏิบัติละอารมณ์ที่เป็นรูป กำหนดอารมณ์ว่า "อากาศไม่มีที่สิ้นสุด" จิตจึงตั้งมั่นอยู่กับอากาศอันไม่มีประมาณ

2. วิญญูณัญญายตนะ ฌานแห่งวิญญูณอันหาที่สุดมิได้ เมื่อเห็นว่า แม้อากาศก็ยังเป็นอารมณ์ จึงกำหนด "วิญญูณไม่มีที่สิ้นสุด" เป็นอารมณ์ของสมาธิ จิตละเอียดขึ้นกว่าเดิม

3. อากิญจัญญายตนะ ฌานแห่งความไม่มีอะไร ผู้ปฏิบัติพิจารณาว่า แม้วิญญูณก็ยังเป็นสิ่งที่ถูกรู้ จึงกำหนดอารมณ์ว่า "ไม่มีอะไรเลย" จิตละเอียดขึ้นอีก

4. เนวสัณญานาสัณญายตนะ ฌานแห่งสภาวะที่ไม่ใช่ทั้งมีสัญญา และไม่ใช่ไม่มีสัญญา เป็นสมาธิที่ละเอียดที่สุดในอนุภาวน สัญญายังมีอยู่ แต่ละเอียดมาก จนไม่อาจกล่าวว่า "มี" หรือ "ไม่มี" จึงเรียกว่า ไม่ใช่มีสัญญา และไม่ใช่ไม่มีสัญญา

อนุภาวจรวิบากจิต 4 ดวง

เป็นผลของการเจริญอนุภาวน ผู้ที่เจริญอนุภาวนจนชำนาญ เมื่อสิ้นชีวิต หากยังไม่บรรลุนิพพาน อาจไปเกิดใน อนุภพพรหมโลก ทั้ง 4 ชั้น ตามกำลังของฌานที่ตนบรรลุ

อนุภาวจรกิริยาจิต 4 ดวง

เป็นจิตของพระอรหันต์ เมื่อเข้าถึงอนุภาวน จิตเหล่านี้ไม่สร้างกรรมใหม่ จึงเรียกว่า กิริยาจิต

รูปฌานกับอรุฌานต่างกันอย่างไร

รูปฌาน	อรุฌาน
ยังมีอารมณ์ที่เกี่ยวกับรูป	ไม่มีอารมณ์ที่เป็นรูป
มี 5 ชั้น (ตามอภิธรรมเถรวาท)	มี 4 ชั้น
เป็นพื้นฐานของอรุฌาน	ละอารมณ์ของรูปฌานแล้ว
จิตละเอียดมาก	จิตละเอียดยิ่งกว่า
ทั้งสองเป็น สมถภาวนา คือการฝึกสมาธิ แต่ยังไม่ใช้วิปัสสนา	

พระพุทธเจ้าทรงค้นพบอะไร

ก่อนตรัสรู้ พระโพธิสัตว์เคยศึกษากับอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านสมาธิ จนบรรลุอรุฌานสูงสุด แต่ทรงเห็นว่า แม้อรุฌานจะสงบมาก ก็ยังไม่ทำให้กิเลสดับหมด เพราะเมื่อกำลังสมาธิเสื่อม กิเลสก็ยังคงกลับมาได้ จึงทรงแสวงหาหนทางต่อไป จนค้นพบ **อริยมรรคมีองค์ 8** และตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

สมาธิกับปัญญา

พระอภิธรรมชี้ให้เห็นว่า สมาธิ ทำให้จิตตั้งมั่น แต่ปัญญาทำให้จิตหลุดพ้น ดังนั้น ผู้ปฏิบัติควรใช้สมาธิเป็นฐานของ วิปัสสนาพิจารณา

- อนิจจัง
- ทุกขัง
- อนัตตา

จึงจะดับกิเลสได้

การนำไปปฏิบัติ

แม้ผู้ปฏิบัติทั่วไป ยังไม่ถึงอรุฌาน แต่สามารถเรียนรู้หลักสำคัญได้ว่า

- สมาธิเป็นสิ่งที่ควรฝึก
- แต่ไม่ควรติดอยู่ในความสงบเพียงอย่างเดียว
- ต้องใช้ความสงบนั้นเป็นฐานของปัญญา

ในชีวิตประจำวัน เมื่อจิตสงบแล้ว ลองพิจารณาว่า

- ความสุขก็ไม่เที่ยง

- ความทุกข์ก็ไม่เที่ยง
 - ความคิดทั้งหลายก็เกิดแล้วดับ
- นี่คือการนำสมาธิมาแก้กฎวิปัสสนา
-

ข้อคิดสำคัญ

พระอภิธรรมสอนว่า แม้สมาธิที่สูงที่สุด ก็ยังไม่ใช่อุณหภูมิสุดท้ายของพระพุทธศาสนา
อุณหภูมิคือ การดับกิเลสด้วยปัญญา สมาธิจึงเป็นเครื่องมือ ส่วนปัญญา เป็นหนทางสู่นิพพาน

สรุปตอนที่ 20

อรุปาวจรจิตมี 12 ดวง แบ่งเป็น

- อรุปาวจรกุศลจิต 4 ดวง — จิตของผู้บรรลุอรุปฌาน
- อรุปาวจรวิบากจิต 4 ดวง — ผลของอรุปฌาน
- อรุปาวจรกิริยาจิต 4 ดวง — จิตของพระอรหันต์ในอรุปฌาน

อรุปฌานเป็นสมาธิที่ละเอียดกว่ารูปฌาน แต่ยังเป็นสมถภาวนา มิใช่ความหลุดพ้น
โดยสมบูรณ์ พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ใช้สมาธิเป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนาปัญญา
จึงจะเข้าถึงนิพพาน ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของพระอภิธรรมและพระพุทธศาสนา