

บทที่ 3

สมถและวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ตามหลักคำสอน

ของพระมงคลเทพมุนี

บทที่ 3

สมถและวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักคำสอนของพระมงคลเทพมุนี

3.1 สมถกัมมัฏฐาน

- 3.1.1 ความหมายของสมถกัมมัฏฐาน
- 3.1.2 วิธีปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน
- 3.1.3 ผลของสมถกัมมัฏฐาน
- 3.1.4 ระดับของสมถกัมมัฏฐาน
- 3.1.5 การศึกษาสมถกัมมัฏฐาน

3.2 วิปัสสนากัมมัฏฐาน

- 3.2.1 ความหมายของวิปัสสนากัมมัฏฐาน
- 3.2.2 วิธีการศึกษาวิปัสสนากัมมัฏฐาน
- 3.2.3 ผลของวิปัสสนากัมมัฏฐาน

3.3 ความแตกต่างของสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน

- 3.3.1 สมถและวิปัสสนากัมมัฏฐานในกายต่าง ๆ
- 3.3.2 ความแตกต่างของการเห็นในกายต่าง ๆ

แนวคิด

1. พระมงคลเทพมุนีได้อธิบายลักษณะของสมณะไว้ว่า หมายถึง การทำใจให้หยุด มีวิธีการคือการรวมความเห็น ความจำ ความคิด ความรู้ ไว้ที่ศูนย์กลางกายให้ได้ โดยมีบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วใส และบริกรรมภาวนาว่า สัมมาอะระหัง เข้าช่วย ผลแห่งการเจริญสมณะย่อมทำให้เข้าถึงปฐมฌาน คือ ดวงปฐมมรรค และเข้าถึงกายมนุษย์ละเอียด กายพรหม กายอรูปรพรมไปตามลำดับ

2. การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ การเห็นแจ้งด้วยธรรมจักขุของพระธรรมกาย รู้ได้ด้วยญาณของพระธรรมกาย เกิดจากการเข้าถึงพระธรรมกาย และใช้ตาและญาณของพระธรรมกายพิจารณาไตรลักษณ์ และเมื่อใช้ธรรมจักขุและญาณของพระธรรมกายพิจารณาอริยสัจจในกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายพรหม กายอรูปรพรม ทำให้บรรลุมรรคผลไปตามลำดับขั้น

3. ในหลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระมงคลเทพมุนี จัดแบ่งกาย 8 กาย ตั้งแต่กายมนุษย์ถึงกายอรูปรพรมละเอียด ว่าเป็นสมณะ กาย 10 กาย ตั้งแต่กายธรรมโคตรภูหยาบ จนถึงกายธรรมพระอรหัตต์ละเอียดเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐาน

วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจและสามารถอธิบายความหมาย วิธีการปฏิบัติและผลที่เกิดจากการปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักคำสอนของพระมงคลเทพมุนีได้

2. เพื่อให้นักศึกษาเข้าใจและสามารถอธิบายความแตกต่างของสมณะและวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักคำสอนของพระมงคลเทพมุนีได้

บทที่ 3

สมถและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักคำสอนของพระมงคลเทพมุนี

ในทางพระพุทธศาสนามีวิชาหลายอย่างด้วยกัน คือ วิชา 3 วิชา 8 วิชา แปลว่า ความรู้แจ้ง ที่เมื่อบุคคลใดได้เข้ามาศึกษาแล้ว ย่อมรู้แจ้ง รู้แจ้งในอะไร รู้แจ้งในชีวิตของเราว่า เราเกิดมาเพื่ออะไร ตายแล้วไปไหน ที่สุดของชีวิตต้องการอะไร โดยสรุปก็คือ เราจะรู้ความต้องการที่แท้จริงของตัวเรา ในทางพระพุทธศาสนา มีวิชาอยู่ 2 อย่าง ที่ถือเป็นเรื่องสำคัญมาก เพราะถ้าไม่รู้วิชานี้แล้ว การเกิดมาเป็นมนุษย์ ย่อมเรียกว่า สมบูรณ์ ไม่ได้เลย วิชา 2 อย่างนั้น เรียกว่า วิชาภาคยธรรม คือ สมถและวิปัสสนา พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ท่านได้พยายามบอกทุกคนที่เข้ามาหา ให้เจริญสมถะวิปัสสนา เพราะท่านได้ทราบชัดถึงหนทางที่ดำเนินอยู่ ว่าสิ่งที่ถูกต้องคืออะไร ท่านยืนยันในเรื่องสมถะวิปัสสนาที่สอน ว่าต้องเดินตามแนวที่ท่านให้ไว้ ถ้าไม่เข้าตามแนวนี้นี้ แสดงว่ายังปฏิบัติไม่ถูกตัววิปัสสนา ท่านได้กล่าวเอาไว้ว่า

“ที่เรามาเรียนสมถวิปัสสนาวันนี้ ต้องเดินแนวนี้นี้ ผิดแนวนี้นี้ไม่ได้ และก็ต้องเป็นอย่างนี้ ผิดอย่างนี้ไปไม่ได้ ผิดอย่างนี้ไปก็เลอะเหลว ต้องถูกแนวนี้นี้” (มูลนิธิพุทธภาษาวินิจฉัยธรรมกาย, 2528: 284)

เพื่อความเข้าใจในหลักสมถและวิปัสสนาตามหลักคำสอนของพระมงคลเทพมุนี จะได้อธิบายในรายละเอียดต่อไป

3.1 สมถกัมมัฏฐาน

3.1.1 ความหมายของสมถกัมมัฏฐาน

พระมงคลเทพมุนี ได้กล่าวเอาไว้ว่า สมถะ เป็นวิชาเบื้องต้น (มูลนิธิพุทธภาษาวินิจฉัยธรรมกาย, 2528: 272) แปลว่าสงบ แปลว่าระงับ แปลว่าหยุด แปลว่านิ่ง คือ การทำให้หยุด ให้สงบ อธิบายเพิ่มเติมได้ว่า เมื่อใครเริ่มต้นในการปฏิบัติธรรม หยุด แปลว่านิ่งคือ การทำให้หยุด ให้สงบ อธิบายเพิ่มเติมได้ว่า เมื่อใครเริ่มต้นในการปฏิบัติธรรม ผู้นั้นก็ชื่อว่าเริ่มต้นเรียนสมถะ เมื่อใดที่สามารถทำให้สงบได้ก็ชื่อว่า ได้สำเร็จสมถะในขั้นเบื้องต้น สมถะนั้น มีหลายระดับขั้นตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงสูงสุด เป็นเรื่องที่ต้องเรียนตลอดชีวิต พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนีท่านกล่าวเอาไว้ว่า

“ผู้พูดนี้ได้ศึกษามาตั้งแต่บวช พอบวชออกจากโบสถ์แล้วได้วันหนึ่ง รุ่งขึ้นอีกวันหนึ่งก็เรียนทีเดียว เรียนสมถะทีเดียว ไม่ได้หยุดเลย จนกระทั่งถึงบัดนี้” (มูลนิธิพุทธภาษาวินิจฉัยธรรมกาย, 2528: 272-273)

ที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะสมถะเป็นของลึกซึ่งมีรายละเอียดมาก การจะเรียนให้หมดสิ้นไป เป็นการทำได้ยาก เราอาจจะเปรียบได้ว่า สมถะที่มีสอนกันอยู่ในพระไตรปิฎก เป็นเหมือนกับใบไม้ในกำมือแต่จริง ๆ แล้วสมถะในแนวปฏิบัตินั้นเป็นความรู้ที่เป็นดุจใบไม้ของป่าใหญ่ทั้งป่า ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสเอาไว้ว่า

“ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจะสำคัญความข้อนั้นเป็นไฉน ใบประดู่ลาย 2-3 ใบ ที่เรากลึงด้วยฝ่ามือกับใบที่บนต้น อย่างไหนจะมากกว่ากัน”

ภิกษุทั้งหลายกราบทูลว่า

“ข้าแต่พระองค์ผู้เจริญ ใบประดู่ลาย 2-3 ใบ ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงกลึงด้วยฝ่าพระหัตถ์ มีประมาณน้อย ที่บนต้นมากกว่าพระเจ้าข้า”

พระพุทธเจ้าตรัสว่า

“อย่างนั้นเหมือนกัน ภิกษุทั้งหลาย สิ่งที่เรารู้แล้วมิได้บอกเธอทั้งหลายมีมาก” (ส. ม. 31/1712/449 แปล.มมร)

3.1.2 วิธีปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน

พระมงคลเทพมุนีอธิบายวิธีการของสมถะว่า ต้องใจหยุด ท่านกล่าวว่า “พอใจหยุดเท่านั้น ถูกตัวสมถะแล้ว หยุดนั้นแหละเป็นตัวสมถะ หยุดนั่นเองเป็นตัวสำเร็จ ทั้งทางโลกและทางธรรมสำเร็จหมด โลกที่จะได้รับความสุข ใจต้องหยุดตามส่วนของโลก ธรรมที่จะได้รับความสุข ใจต้องหยุดตามส่วนของธรรม” (มูลนิธิพุทธภูวนาวินิชาตธรรมกาย, 2528: 272-273)

(1) หลักการทำสมถะให้เกิดขึ้น

ท่านได้อธิบายหลักการของการทำสมถะหรือทำให้ใจหยุดไว้ว่า ต้องทำให้ใจหยุดก่อนตรงตามความหมายว่า สงบนิ่ง ใจประกอบด้วยความเห็น ความจำ ความคิด ความรู้ รวมกันเป็นจุดเดียว อยู่ที่เบาะน้ำเลี้ยงหัวใจ โดยความเห็นอยู่ที่ท่ามกลางกาย ความจำอยู่ที่ท่ามกลางเนื้อหัวใจ ความคิดอยู่ที่ท่ามกลางดวงจิต ความรู้อยู่ที่ท่ามกลางดวงวิญญาณ เมื่อ 4 อย่างนี้รวมเข้าเป็นจุดเดียวกัน เรียกว่า ใจ คำที่เรียกว่า ใจ นี้แหละเราต้องบังคับให้หยุดเป็นจุดเดียวกัน เห็น จำ คิด รู้ 4 อย่างนี้ ต้องมารวมหยุดเป็นจุดเดียวกันอยู่กลางกายมนุษย์ สะดือทะลุหลัง ขวาทะลุซ้าย กลางกึ่งข้างใน สะดือทะลุหลังเป็นด้ายกลุ่มไปเส้นหนึ่งตั้ง ขวาทะลุซ้ายเป็นด้ายกลุ่มไป เส้นหนึ่งตั้งตรงกัน ตั้งทั้ง 2 เส้น ตรงกลางจรดกัน ที่กลางจรดกันนั้นแหละเรียกว่า กลางกึ่ง กลางกึ่ง นั้นแหละ ถูกกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ไสบริสุทธ์ เท่าฟองไข่แดงของไข่ไก่ ถูกกลางดวงพอดี เห็น จำ คิด รู้ 4 อย่างจรดอยู่กลางกึ่งนั้น กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ มีที่ตั้งแห่งเดียวเท่านั้น

ใจ ที่เขาบอกว่า ตั้งใจ เราจะต้องเอาใจไปหยุดตรงนั้นทีเดียว ถึงจะถูกเป้าหมายใจดำที่เขาบอกว่าตั้งใจ ต้องเอาใจไปหยุดตรงกลางนั้น เมื่อเอาใจไปหยุดอยู่กลางนั้นได้แล้ว ก็ใช้สัญญาจำให้มันหยุดนิ่งบังคับให้นิ่งเสีย ถ้าไม่นิ่งก็ต้องใช้บริกรรมภาวนาบังคับไว้ บังคับให้ใจหยุด บังคับหนักเข้า หนักเข้าหนักเข้าพอถูกส่วนเข้า ใจหยุดนิ่ง ใจหยุด หยุด พอใจหยุดเท่านั้นแหละถูกตัวสมถะแล้ว หยุดนั้นแหละเป็นตัวสมถะ พระมงคลเทพมุนีได้อธิบายเพิ่มเติมเกี่ยวกับการทำให้ใจหยุดว่า จะต้องหยุดให้ถูกที่คือ ต้องหยุดที่ศูนย์กลางกาย จึงจะเป็นสมถะที่แท้ ท่านกล่าวไว้ว่า

“ใจที่หยุดต้องถูกกลางนะ ถ้าไม่ถูกกลางใช้ไม่ได้ ต้องหยุดเข้าสิบ เข้าศูนย์ เข้าส่วนถูกสิบ ถูกศูนย์ ถูกส่วน ถ้าหยุดกลางกายเช่นนั้นถูกสิบ พอถูกสิบเท่านั้นไม่ช้าจะเข้าถึงศูนย์ พอถูกสิบแล้วก็จะ

เข้าถึงศูนย์ทีเดียว โบราณท่านพูดกันว่า เห็นสิบแล้วเห็นศูนย์ เป็นเค้ามูลสืบกันมา เที่ยงแท้ แน่นักหนา ตั้งอนิจจา เป็นอาจิน จุตีแล้วปฏิสนธิ ย่อมเวียนวนอยู่ทั้งสี่น สัณขารามิยัณนิ ราศีสิ้นเป็นตัวมา นี่สิบ ศูนย์นี้เป็นตัวสำคัญนั” (มูลนิธิพุทธภูวนาวิชชาธรรมกาย, 2528: 274)

(2) วิธีการทำใจหยุด

พระมงคลเทพมุนีท่านสอนวิธีการในการทำใจหยุด หรือทำสมณะเอาไว้ว่า

“ต้องมีบริกรรมภาวนา กับบริกรรมนิมิตเป็นคู่กันบริกรรมนิมิต ให้กำหนดเครื่องหมายเป็นดวงใสเหมือนกับเพชรลูกที่เจียรระโนแล้ว ไม่มีขนแมว โตเท่าแก้วตา แล้วให้กำหนดไว้ตามฐานต่าง ๆ

เริ่มต้นจากฐานที่ 1 ผู้หญิง กำหนดเข้าปากช่องจุมูกซ้าย ผู้ชายกำหนดเข้าปากช่องจุมูกขวา แล้วให้บริกรรมภาวนาประกอบบริกรรมนิมิตนั้นไว้ว่า สัมมาอะระหัง แล้วกำหนดบริกรรมนิมิตเลื่อนไปยัง

ฐานที่ 2 ที่เพลตา หญิงอยู่ซีกข้างซ้าย ชายอยู่ซีกข้างขวา ตรงหัวตาที่มุลตาออกตามช่องลมหายใจเข้าออกข้างใน แล้วให้บริกรรมประกอบเครื่องหมายที่เพลตานี้ว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง 3 ครั้งแบบเดียวกัน

“แล้วเลื่อนเครื่องหมายตรงลำดับเพลตาเข้าไป กลางก๊กศีระข้างใน ไม่ให้ค่อนข้างขวาหน้าหลังล่างบน กลางก๊กพอดิ (นี้เรียกว่าฐานที่ 3) แล้วบริกรรมประกอบเครื่องหมายที่กลางก๊กศีระข้างในว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง 3 ครั้ง ตรงนี้มีลัทธิพิธีต้องกลับไปข้างหลังให้ตาข้างเหมือนคนชกจะตาย เราหลับตาอยู่ ตาซ้อนขึ้นข้างบนเลื้อบขึ้นข้างบนเลื้อบ ๆ ไปจนค้ำแน่น ให้ความเห็นกลับไปข้างหลังแล้วค่อย ๆ ให้เห็นกลับเข้าข้างใน พอตาเห็นกลับเข้าข้างใน ก็เลื่อนเครื่องหมาย (ฐานที่ 3) ไปที่ปากช่องเพดาน (ฐานที่ 4) ที่รับประทานอาหารสำคัญ อย่าให้ล้าให้เหลื่อมพอดิ แล้วบริกรรมประกอบเครื่องหมายที่ปากช่องเพดาน (ฐานที่ 4) ที่รับประทานอาหารสำคัญนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง 3 ครั้ง

แล้วก็เลื่อนเครื่องหมายไปที่ปากช่องคอ (ฐานที่ 5) เหนือลูกกระเดือก เหมือนกลางก๊กปากถั่วแก้ว ตั้งไว้ปากช่องคอ บริกรรมประกอบเครื่องหมายที่ปากช่องคอนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง 3 ครั้ง

แล้วเลื่อนไปกลางตัว (ฐานที่ 6) สุดลมหายใจเข้าออก สะดือทะเลหลัง ขวาทะลุซ้าย กลางก๊กพอดิ แล้วบริกรรมที่กลางตัวนั้นว่า สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง สัมมาอะระหัง 3 ครั้ง

แล้วเลื่อนเครื่องหมายถอยหลัง (จากฐานที่ 6) มาที่เหนือกลางตัวเรานี้ขึ้นไป 2 นิ้วมือ (ฐานที่ 7) ฐานที่ 7 นั้นมีศูนย์ 5 ศูนย์ ศูนย์กลาง ศูนย์ข้างหน้า ศูนย์ข้างขวา ศูนย์ข้างหลัง ศูนย์ข้างซ้าย ศูนย์กลางคือ อากาศธาตุ ศูนย์ข้างหน้าคือ ธาตุน้ำ ศูนย์ข้างขวาคือ ธาตุดิน ศูนย์ข้างหลังคือ ธาตุไฟ ศูนย์ข้างซ้ายคือ ธาตุลม เครื่องหมายใสสะอาดตรงช่องอากาศขาดกลางตรงนั้น เรียกว่า ศูนย์ เราที่ต้องทำใจของเราให้นิ่งให้หยุดทำใจให้หยุดอยู่ศูนย์กลาง ทำใจให้หยุด หยุดก็เข้ากลางหยุด กลางของกลาง ข้างขวา หน้าหลัง ล่างบน นอกใน ไม่ไป กลางของกลาง กลางของกลางหนึ่ง”

3.1.3 ผลของสมถกัมมัฏฐาน

เมื่อใจหยุด หรือที่พระมงคลเทพมุนีกล่าวว่า เข้าสืบแล้วก็ตกศูนย์ ตกศูนย์ คือ ใจหยุด พอใจหยุดเรียกว่าเข้าสืบ จะปรากฏผลแห่งการปฏิบัติคือ เห็นเป็นดวงใสเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ผุดขึ้น ท่านกล่าวเพิ่มเติมไว้ว่า

“นั่นตกศูนย์แล้วเข้าสืบแล้ว เห็นศูนย์แล้ว เรียกว่า เข้าสืบแล้วเห็นศูนย์ พอเห็นศูนย์ ใจก็หยุดอยู่กลางศูนย์นั้นแหละ กลางดวงใส เท่าดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์นั้น ดวงนั้นแหละเรียกว่า ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หรืออีกนัยหนึ่งดวงนั้นแหละเรียกว่า ดวงปฐมมรรค หนทางเบื้องต้นมรรคผลนิพพาน จะไปสู่มรรคผลนิพพานต้องเข้ากลางดวงนั้นแห่งเดียว ไปได้ทางเดียว ทางอื่นไม่มี” (มูลนิธิพุทธภูวนาวชิชาธรรมกาย, 2528: 274)

ดวงปฐมมรรคนี้เองท่านเรียกว่า ปฐมฌานเบื้องต้น หลังจากที่ได้เข้าถึงดวงปฐมมรรคแล้ว พอใจหยุดนิ่งต่อไป ที่เรียกว่า การเข้ากลาง ก็จะเข้าถึงสภาวะธรรมภายในที่ละเอียดไปตามลำดับ พระมงคลเทพมุนีได้กล่าวไว้ว่า

“พอหยุดถูกส่วนเข้าเท่านั้นแหละ เกิดขึ้นมาอีกดวงหนึ่งเป็นดวงสีโลโตเท่าดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์เหมือนกัน หยุดอยู่กลางดวงสีโลนั้นแหละ พอถูกส่วนเข้าเท่านั้น เกิดขึ้นอีกดวงหนึ่ง เรียกว่า ดวงสมาธิ โตเท่าดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์เหมือนกัน หยุดอยู่กลางดวงสมาธินั้นแหละ พอถูกส่วนเข้าเท่านั้น เกิดขึ้นอีกดวงหนึ่งเท่าดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์เหมือนกันเรียกว่า ดวงปัญญา หยุดอยู่กลาง ดวงปัญญานั้นแหละ พอถูกส่วนเข้าเกิดขึ้นอีกดวงหนึ่งเรียกว่า ดวงวิมุตติ หยุดอยู่กลางดวงวิมุตตินั้นแหละ พอถูกส่วนเข้า เกิดขึ้นอีกดวงหนึ่งเรียกว่า ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ” (มูลนิธิพุทธภูวนาวชิชาธรรมกาย, 2528: 297) และเมื่อใจหยุดเข้ากลางต่อไป ก็จะเข้าถึงกายมนุษย์ละเอียด เมื่อเอาใจหยุดเข้ากลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียดขนาดเท่าฟองไข่แดงของไก่ จนเกิดดวงปฐมมรรคของกายมนุษย์ละเอียด เข้ากลางต่อไปก็จะเข้าถึงดวงสีโล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ ดวงวิมุตติญาณทัสสนะ เข้าถึงกายทิพย์ ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์โตขึ้นเป็น 3 เท่า เอาใจจรดที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ของกายทิพย์หยาบ จิตตกศูนย์ รวมกับดวงธรรมที่ฐานที่ 6 เป็นปฐมมรรคของกายทิพย์หยาบ เข้ากลางดวงนี้ ผ่านดวงธรรมอีก 5 ดวงดังกล่าวแล้ว จะเข้าถึงกายทิพย์ละเอียด เอาใจหยุดไปที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 ของกายทิพย์ละเอียด จนตกศูนย์รวมกับดวงธรรมกายทิพย์ละเอียดขนาดโตเป็น 4 เท่าฟองไข่แดงของไก่ เป็นดวงปฐมมรรคที่ฐานที่ 7 ของกายทิพย์ละเอียด ปฏิบัติต่อไปก็จะเข้าถึงกายรูปพรหมหยาบ ซึ่งมีดวงธรรมขนาดโตเป็น 5 เท่า เมื่อเกิดดวงปฐมมรรคและเข้ากลางผ่านดวงธรรม 5 ดวงดังกล่าวแล้ว จะเข้าถึงกายรูปพรหมละเอียด มีดวงธรรมประจำกายโต 6 เท่า กายรูปพรหมหยาบ ดวงธรรมขนาดโตเป็น 7 เท่า และกายรูปพรหมละเอียด โต 8 เท่า กายภายในทั้ง 7 กาย นี้เป็นผลแห่งสมถะ หรือใจหยุดที่เกิดขึ้นตามลำดับ นอกจากนี้ท่านยังได้อธิบายสภาวะของฌานในกายแต่ละกายไว้ในพระธรรมเทศนาเรื่องสมาธิ ว่า

“ใจหยุดกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์เป็นดวงใส พอถูกส่วนมีดวงผุดขึ้นมากลางดวง วัดเส้นผ่าศูนย์กลาง 2 วา หนาคืบ มีกายมนุษย์ละเอียดอยู่กลางดวง ใจของกายมนุษย์

ละเอียดหยุดนิ่งอยู่กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด เห็นดวงจิตของตัวเอง..... เกิดปิติชอบ
อกชอบใจ เต็มส่วนของปิติ มีความสุขกาย สบายใจ แล้วนิ่งเฉย เกิดแต่วิเวก เป็นปฐมฐานของกาย
มนุษย์ละเอียด ใจขยายจากปฐมฐานของกายมนุษย์ละเอียด ใจของกายมนุษย์ละเอียดก็หยุดนิ่งอยู่ที่
ศูนย์กลาง ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด หยุดนิ่งกลางดวงจิตที่เห็นในนั้น พอถูกส่วนเข้าเกิด
ขึ้นอีกดวง เรียกว่า ทุตติยฐาน เข้าถึงกายทิพย์หยาบ เข้าถึงกายทิพย์ละเอียด อาศัยกายทิพย์หยาบเข้า
ฐาน ใจของกายทิพย์ละเอียดขยายจากฐานที่ 2 ทุตติยฐานเกิดดวงผุดขึ้นมาเป็นฐานที่ 3 ตติยฐาน เข้า
ถึงกายรูปพรหมหยาบ ใจของกายรูปพรหมละเอียดขยายจากตติยฐาน หยุดนิ่งกลางดวงถูกส่วนมีผุดขึ้น
มาอีกดวงหนึ่งเป็นดวงที่ 4 จตุตถฐาน เข้าถึงกายอรูปพรหม เข้าอรูปฐานคือ อากาสาัญญาตนะ
วิญญาณัญญาตนะ อากิญจัญญาตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะ” (มูลนิธิพุทธภูวนาวิชาธรรมกาย,
2528: 284-285)

โดยสรุป ผลแห่งการปฏิบัติสมณะหรือใจหยุดของพระมงคลเทพมุนีในเบื้องต้นคือ การ
เข้าถึงดวงปฐมมรรคภายใน และเข้าถึงกายมนุษย์ละเอียดที่เป็นปฐมฐาน และเข้าถึงกายทิพย์ อันเป็น
ทุตติยฐาน เข้าถึงกายรูปพรหมอันเป็นตติยฐาน เข้าถึงกายอรูปพรหมอันเป็นจตุตถฐาน

3.1.4 ระดับของสมถกัมมัฏฐาน

พระมงคลเทพมุนีได้แบ่งระดับของสมณะ ไว้ในพระธรรมเทศนาเรื่อง “สมาธิ” ไว้ว่ามี 2
ระดับ คือ

1. สมาธิโดยปริยายเบื้องต้น ท่านถือเอาตามพระบาลีที่ว่า พระอริยสาวกใน
พระธรรมวินัย ทำให้ปราศจากอารมณ์ทั้ง 6 ทางตา (รูปารมณ์) ทางหู (สัททารมณ์) ทางจมูก (คันธารมณ์)
ทางลิ้น (รสารมณ์) ทางกาย (โผฏฐัพพารมณ์) ทางใจ (ธรรมารมณ์) ไม่ได้เกี่ยวแก่ใจเลย ได้สมาธิในความ
ตั้งมั่น ได้ความที่จิตเป็นหนึ่ง สมาธิโดยปริยายเบื้องต้นนี้เป็นสมณะในเบื้องต้น เป็นการเริ่มปฏิบัติธรรม
เพื่อให้ใจมีความสงบ สบายใจในระดับเบื้องต้น แต่ใจยังไม่หยุดนิ่งเต็มที่คือ จากเริ่มแรกเป็นการกำหนด
บริกรรมนิมิตคือ สิ่งที่กำหนดในระยะแรกสุดเพื่อภาวนา ไม่ว่าจะเป็นองค์พระ ดวงแก้ว หรือวัตถุนิมิต
ใด ๆ อันอยู่ชั้นขนิณสมาธิ เมื่อประกอบรักษาสมาธิอย่างต่อเนื่อง จิตก็ตั้งมั่นเริ่มเป็นอุچارสมาธิ ก็จะเห็น
บริกรรมนิมิต ติดอยู่ภายในใจเป็นมโนภาพ แม้หลับตาก็จะเห็นชัดเหมือนหรือยิ่งกว่าลืมตาเห็นคือ บริกรรม
นิมิต ได้เปลี่ยนเป็นอุคคหนิมิต และจากอุคคหนิมิตที่ตั้งมั่นยิ่งขึ้นจนกระทั่งเป็นอุچارสมาธิอย่างสมบูรณ์
ก็จะเปลี่ยนเป็นปฏิภาคนิมิต ปรากฏเป็นนิมิตใสสว่างสามารถขยายให้ใหญ่หรือย่อให้เล็กลงได้ โดยนิมิต
ทั้งหมดนี้จะเกิดขึ้นที่ศูนย์กลางกาย ผู้ปฏิบัติจะเห็นได้ชัดเจน จากขั้นตอนตั้งแต่บริกรรมนิมิต จนถึงขั้น
ปฏิภาคนิมิตนี้ถือว่า เป็นสมาธิโดยปริยายเบื้องต้น

2. สมาธิโดยปริยายเบื้องสูง เมื่อใจจรดอยู่ที่ศูนย์กลางกายถูกส่วนแล้ว ความ
ทะยานอยากทั้งหลายก็จะดับหายไป ใจที่ปล่อยวางจากสิ่งภายนอกจะดึงกลับไปที่ฐานที่ตั้งดั้งเดิมคือ
ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 เมื่อใจติดแน่นกับดวงใสที่ศูนย์กลางกายฐานที่ 7 (ปฏิภาคนิมิต) ใจหยุดถูกส่วนจะ
ตกศูนย์กลางไปที่ฐานที่ 6 รวมกับดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ขนาดเท่าไข่มุกของฟองไข่ไก่ แล้วลอยขึ้น

มาเป็น ดวงใสสว่าง อย่างเล็กเท่ากับดวงดาวในอากาศ อย่างกลางเท่ากับพระจันทร์ในคืนวันเพ็ญ อย่างใหญ่เท่ากับพระอาทิตย์ตอนเที่ยงวัน ดวงนี้เรียกว่า ดวงปฐมมรรคเป็นต้นทางของทางสายกลาง หรือเรียกว่า ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน เพราะเกิดจากการตั้งสติกำหนดพิจารณาเห็นธรรมภายใน หรือเรียกว่า เอกายนมรรค เพราะเป็นทางเอกสายเดียวที่จะดำเนินใจผ่านเข้าไปถึงพระนิพพานได้ สมาธิที่เกิดขึ้นเป็นสมาธิระดับอัปปนาสมาธิ คือ ปฐมฌาน มีองค์ 5 คือ วิตก วิจาร ปีติ สุข เอกัคคตา ปฐมมรรคนี้เป็นจุดเริ่มของสมาธิในปริยายเบื้องต้น

3.1.5 การศึกษาสมถกัมมัฏฐาน

ตลอดตั้งแต่กายมนุษย์ถึงกายอรูปรูปพรหมละเอียด แค่นี้เรียกว่า สมถะ (มูลนิธิพุทธพจนานา-
วิชาวรรณมก, 2528: 248-285) คือ เมื่อเราหยุดใจได้ เข้าถึงดวงปฐมมรรคในกายมนุษย์เมื่อใด เมื่อนั้น
จึงเรียกว่า เป็นการเริ่มต้นสมถะแล้ว ตามคำของพระมงคลเทพมุนี ที่ว่า

“พอใจหยุดเท่านั้นแหละถูกตัวสมถะแล้ว หยุดนั้นแหละเป็นตัวสมถะ” และเมื่อ
เข้าต่อไปจนถึงกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์หยาบ กายทิพย์ละเอียด กายรูปพรหมหยาบ และสุดท้ายที่
กายอรูปรูปพรหมละเอียด ก็เป็นอันสิ้นสุดภูมิของสมถะ แต่นั่นจึงเป็นขั้นของวิปัสสนา การศึกษาสมถะ
ในแนวทางปฏิบัติจึงเป็นการศึกษาตั้งแต่ปฐมมรรคในกายมนุษย์หยาบ จนถึงกายอรูปรูปพรหมละเอียด
พระมงคลเทพมุนีกล่าวว่า เมื่อจิตของเราเข้าถึงขั้นใด ก็อาศัยศึกษาจากภูมิจิตขั้นนั้น ๆ ท่านใช้คำว่า
เอกายนนั้น ๆ เป็นแบบ ซึ่งท่านได้กล่าวเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า (มูลนิธิพุทธพจนานาวิชาวรรณมก, 2528:
284-285)

“เราจะต้องยึดกายมนุษย์นี้เป็นแบบ เข้าไปถึงกายมนุษย์ละเอียด ต้องยึดกายมนุษย์
ละเอียดนี้เป็นแบบ เข้าไปถึงกายทิพย์ ต้องยึดกายทิพย์นั้นเป็นแบบ เข้าไปถึง กายทิพย์ละเอียด ต้องยึด
กายทิพย์ละเอียดเป็นแบบ จะโยกโยไปไม่ได้ เข้าไปถึงกายรูปพรหม ต้องยึดกายรูปพรหมเป็นแบบ เข้าไป
ถึงกายรูปพรหมละเอียด ต้องยึดกายรูปพรหมละเอียดเป็นแบบ เข้าไปถึงกายอรูปรูปพรหม ต้องยึดกายอรูปรูป
พรหมเป็นแบบ เข้าไปถึงกายอรูปรูปพรหมละเอียด ต้องยึดกายอรูปรูปพรหมละเอียดเป็นแบบ”

ดังนั้น การศึกษาในแต่ละกายนั้น คือการศึกษาในขั้นสมถะ การบำเพ็ญสมถะนั้น ส่งจิตเพ่ง
ดวงปฐมมรรคตรงศูนย์กลางคือ กึ่งกลางกายภายในตรงกลางพอดี ไม่เหลื่อมซ้ายขวา หน้าหลัง แล้วเลื่อนสูงขึ้น
2 นิ้ว เมื่อถูกส่วนก็จะเห็น กายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปรูปพรหมเป็นขั้น ๆ ซ้อนกันอยู่
ภายในตามลำดับ จากกายมนุษย์เข้าไป พิจารณาประกอบธาตุธรรมถูกส่วน รูปจะกะเทาะล่อนออกจากกัน
เห็นตามลำดับเข้าไปคือ กายมนุษย์กะเทาะออกเห็นกายทิพย์ กายทิพย์กะเทาะออกเห็น กายรูปพรหม
กายรูปพรหมกะเทาะออกเห็นกายอรูปรูปพรหม จากเนื้อหาดังกล่าวข้างต้นเป็นสมถกัมมัฏฐาน ที่พระมงคล-
เทพมุนีได้แสดงไว้

3.2 วิปัสสนากัมมัฏฐาน

3.2.1 ความหมายของวิปัสสนากัมมัฏฐาน

พระมงคลเทพมุนีได้อธิบายความหมายของวิปัสสนาว่า เห็นวิเศษ เห็นแจ้ง หรือเห็นต่าง ๆ ท่านอธิบายลักษณะการเห็นว่าหมายถึง การเห็นในรูป แจ้ง คือ แจ่มแจ้งโดยสามัญลักษณะว่าเป็นของไม่เที่ยง เต็มไปด้วยทุกข์และเป็นอนัตตา คือ ไม่ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล เรา เขา (มูลนิธิพุทธพจนานวชาธรรมกาย, 2528: 15)

วิปัสสนาคำนี้ แปลตามศัพท์ว่า เห็นแจ้ง เมื่อแยกออกจากกันจึงได้คำว่า เห็น กับคำว่า แจ้ง โดยการเห็นนั้นเป็นการเห็นนามรูปด้วยตาธรรมกาย

พระมงคลเทพมุนี ได้อธิบายถึงการเห็นด้วยตาธรรมกาย จึงถือว่าเป็นวิปัสสนาเพราะว่า ดวงวิญญาณ หรือดวงรู้ในกายมนุษย์เล็กเท่ากับดวงตาดำ ข้างในใสเกินใสดุอยู่ในกลางดวงจิต ดวงจิตอยู่ในเบาะน้ำเลี้ยงหัวใจ ดวงจิตอยู่ที่ไหน ดวงวิญญาณอยู่ที่นั่น ในกลางดวงจิตนั้น แม้ในกายต่าง ๆ คือ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม ดวงวิญญาณก็จะใหญ่เท่ากับดวงตาดำข้างในแต่ละกาย ทำให้ความรู้มีขีดจำกัด ดวงวิญญาณเท่านั้นไม่อาจทำให้เห็นอริยสัจได้ ความรู้ของดวงวิญญาณก็รู้อย่างคนตาบอด รู้ผิดเป็นถูก รู้ถูกเป็นผิด เพราะไม่ได้รู้ด้วยปัญญา แต่ดวงวิญญาณของธรรมกายได้กลับเป็นดวงวิญญาณที่ใหญ่โต วัดเส้นผ่าศูนย์กลางเท่าหน้าตักธรรมกาย การที่ดวงวิญญาณเท่าหน้าตักธรรมกาย นี้เรียกว่า จกขุภรณ์ เห็นเป็นปกติคือ เห็นเบญจขันธ์ทั้ง 5 ในกายมนุษย์ กายมนุษย์ละเอียด กายรูปพรหม รูปพรหมละเอียด อรูปพรหม อรูปพรหมละเอียดว่า เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา การเห็นด้วยตาธรรมกาย รู้ด้วยญาณธรรมกาย เห็นด้วยตาของพระพุทธเจ้า รู้ด้วยญาณของพระพุทธเจ้า เป็นการรู้และเห็นที่ตรงตามความจริง การรู้เห็นที่จะเกิดขึ้นเป็นขั้นวิปัสสนาได้ ต้องอาศัยกายธรรม ซึ่งมีธรรมจักขุที่สามารถมองเห็นสภาพทั้งในกามภพ รูปภพ และอรูปภพ และญาณที่มีความรู้กว้างขวาง

3.2.2 วิธีการศึกษาวิปัสสนากัมมัฏฐาน

วิปัสสนาที่กล่าวไว้ในพระไตรปิฎกมีอยู่ 6 อย่าง หรือที่ภาษาพระเรียกว่า มีภูมิ 6 ได้แก่ ขั้น 5 आयตนะ 12 ธาตุ 18 อินทริย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท การศึกษาวิปัสสนาในแนวทางปฏิบัติ เป็นการศึกษาตั้งแต่กายธรรมโคตรภู จนถึงกายธรรมพระอรหัต เมื่อจิตของเราเข้าถึงขั้นใด ก็อาศัยศึกษาจากภูมิจิตขั้นนั้น ๆ ท่านใช้คำว่า เอาภายนั้น ๆ เป็นแบบ (มูลนิธิพุทธพจนานวชาธรรมกาย, 2528 : 285)

เข้าไปถึงกายธรรมยึดกายธรรมเป็นแบบ กายธรรมรูปเหมือนกับพระปฎิมากร ที่เขาปั้นไว้ในโบสถ์วิหารการเปรียญ เขาทำแบบไว้อย่างนั้น เข้าถึงกายธรรมละเอียด

ยึดกายธรรมละเอียดเป็นแบบ

เข้าถึงกายธรรมพระโสดา

ยึดกายธรรมพระโสดาเป็นแบบ

เข้าถึงกายธรรมพระโสดาละเอียด

ยัตถกายธรรมพระโสดาละเอียตเป็นแบบ	เข้าถึงกายธรรมพระสกทาคา
ยัตถกายธรรมพระสกทาคาเป็นแบบ	เข้าถึงกายธรรมพระสกทาคาละเอียต
ยัตถกายธรรมพระสกทาคาละเอียตเป็นแบบ	เข้าถึงกายธรรมพระอนาคา
ยัตถกายธรรมพระอนาคาเป็นแบบ	เข้าถึงกายธรรมพระอนาคาละเอียต
ยัตถกายธรรมพระอนาคาละเอียตเป็นแบบ	เข้าถึงกายธรรมพระอรหัต
ยัตถกายธรรมพระอรหัตเป็นแบบ	เข้าถึงกายธรรมพระอรหัตละเอียต
ยัตถกายธรรมพระอรหัตละเอียตเป็นแบบ	นี้เป็นหลักฐานในพระพุทธานุสสา

3.2.3 ผลของวิปัสสนากัมมัฏฐาน

วิปัสสนา ในแนวทางการปฏิบัติ เมื่อสิ้นเส้นทางของสมณะ ผู้ปฏิบัติจะเข้าถึงพระธรรมกาย-โคตรภู ซึ่งนั่นถือว่าเป็นการเริ่มต้นวิปัสสนา และจบลงที่กายธรรมพระอรหัต ตามคำของพระมงคลเทพมุนีที่ว่า ตั้งแต่กายธรรมโคตรภูทั้งหยาบทั้งละเอียด จนกระทั่งถึงกายพระอรหัตทั้งหยาบ ทั้งละเอียด นี้ ขั้นวิปัสสนาตั้งแต่กายธรรมโคตรภู เมื่อถึงพระอรหัตนี้แล้ว หลุดจากกิเลสหมด ไม่มีกิเลสเหลือเลย เสรีจกใจในพระพุทธศาสนา ทั้งสมถวิปัสสนา ไม่เสียทีที่เกิดมาเป็นมนุษย์ ดังคำที่ท่านกล่าวว่า

“นี่ต้องนับว่าวิชาวัดปากน้ำ วิชาสมถวิปัสสนาเดินให้ถูกแนวนั้นทีเดียว เข้าถึงธรรมกายให้ได้ เข้าถึงธรรมกายเป็นลำดับไป ยิ่งใหญ่ไพศาลนับประมาณไม่ได้ จะไปพบพระพุทธเจ้า พระนิพพาน พระอรหันต์ ก็จะได้ตัวทีเดียว ว่า อ้อ! เราเกิดมาเป็นมนุษย์พบพระพุทธศาสนา ได้รู้จักของจริง เห็นของจริงอย่างนี้ ไม่เสียทีที่พ่อแม่อาบน้ำป้อนข้าวมา อุ้มท้องมาไม่หนักเปล่า แม่บ่คุคลที่จะทูนไว้ด้วยเศียรเกล้าก็ไม่เมื่อยเปล่า ไม่หนักเปล่า” (มูลนิธิพุทธภูวนาวินิจฉัยธรรมกาย, 2528: 432)

(1) การพิจารณาไตรลักษณ์ การพิจารณาเห็นไตรลักษณ์ของพระมงคลเทพมุนี เป็นการเห็นด้วยธรรมจักขุ หรือตาของพระธรรมกาย รู้ด้วยญาณของพระธรรมกาย คือ ใช้ธรรมจักขุ และญาณของพระธรรมกายพิจารณาดูชั้น 5 ให้เห็นถึงความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งพระมงคลเทพมุนีอธิบายลักษณะของการเห็นที่เกิดขึ้นว่า รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เรียกว่า ชั้น 5 รูป จะกล่าวในที่นี้ เฉพาะรูปหยาบ ๆ คือ สิ่งซึ่งธาตุทั้ง 4 ดิน น้ำ ลม ไฟ ประกอบกัน เข้ารวมกันเป็นก้อนเป็นชิ้น เห็นด้วยตา เช่น ร่างกายมนุษย์ และสัตว์ ที่เรียกว่ารูป เพราะเหตุว่า เป็นของที่จะต้องแตกสลายไปด้วยเหตุต่าง ๆ มีหนาว และร้อนเป็นต้น หนาวจัด เย็นจัด จนเกินขีด หรืออุกร้อนจนเกินขีด ย่อมแตกสลายไปพิจารณาละเอียดเข้า จนเห็นชัดว่ามีไม่ใช่ตัวตน เรา เขา สักแต่ธาตุประชุมตั้งขึ้นแล้วก็ดับไป

ตาธรรมกายนั้นเห็นชัดเจน เห็นเกิดเห็นดับติดกันไปคือ เห็นเกิดดับ ๆ เกิดดับ ๆ คู่กันไป ที่เห็นว่าเกิดดับ ๆ นั้นเหมือนฟองน้ำ ที่เมื่อเราเอาของฝาด เช่น เปลือกนุ่นมาตมแล้วรินใส่อ่างไว้ เบื้องต้นจะเห็นเป็นน้ำเปล่า ๆ ต่อมาเมื่อเอามือแกว่งเร็ว ๆ จนน้ำแตกออกเกิดเป็นฟองน้ำ จะเห็นในฟองนั้นเป็นเม็ดเล็ก ๆ จำนวนมากติดต่อกันเป็นฟืด เมื่อเราดูต่อไป จะเห็นว่าเม็ดเล็ก ๆ นั้น พอตั้งขึ้นแล้วก็แตกย่อยไปเรื่อย ๆ ไม่อยู่นานเลย การเห็นเช่นนี้ จึงจะเป็นเหตุให้สามารถปล่อยอุปาทานคือความยึดมั่น ถือมั่นได้ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณอีก 4 กองนั้นก็ทำนองเดียวกัน ทุกข์เป็นของมีและขึ้นประจำกับ ชั้น 5

เป็นของธรรมดา แต่ที่เราเดือดร้อนก็เป็นเพราะไปฝืนธรรมดาของมันเข้าขั้น 5 เป็นอนิจจัง ไม่เที่ยงย่อมแปรผันไปตามธรรมดา ของมันเกิดแล้ว มันก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เมื่อมันถึงคราวแก่ เราไม่อยากจะแก่หรือไม่ยอมแก่ อาการของมันที่แสดงออกมามีผมหงอก เป็นต้น ถ้าเราขึ้น ขั้น 5 ตะเกียกตะกายหายมาย่อมมันไว้ จึงต้องเป็นทุกข์ ลำบาก ถ้าเราปล่อยตามเรื่องของมัน ก็ไม่มีอะไรมาเป็นทุกข์อีกต่อไป

สิ่งไม่เที่ยงจะให้เที่ยง สิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนก็ยังยืนยันคิดว่า เป็นตัวตน เหตุที่ให้ขึ้นธรรมดาของขั้น 5 นี้เรียกว่า อุปาทาน ถ้าปล่อยอุปาทานได้ การขึ้นธรรมดาก็ไม่มี

ยกตัวอย่าง พระปัญจวัคคีย์ตอบคำถามของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ตรัสถามว่า เมื่อขั้น 5 มีอาการแปรผันไปเป็นธรรมดา แก่ เจ็บ ตาย เช่นนี้แล้ว ขั้น 5 นี้ จะเรียกว่าเป็นของเที่ยงไหม

ตอบว่าไม่เที่ยง เมื่อไม่เที่ยงแล้ว เป็นทุกข์หรือเป็นสุข

ตอบว่าเป็นทุกข์ พระพุทธเจ้าข้า

ถ้าเช่นนั้นควรละหรือจะยึดเป็นตัวตน

ไม่ควร พระพุทธเจ้าข้า

อะไรเล่าเป็นเหตุให้เกิดอุปาทาน ตัณหานั่นเอง ได้แก่ กามตัณหา ความทะยานอยากเกี่ยวข้องกับอารมณ์ 6 มีรูป เป็นต้น

ภวตัณหา ความทะยานอยากเป็นไปในอารมณ์ 6 ประกอบด้วยสัสสตทัญญู ถือว่าเที่ยงถาวร

วิภวตัณหา ความทะยานอยากเป็นไปในอารมณ์ 6 ประกอบด้วยอุจเฉททัญญู ถือว่า ขาดสูญ

เมื่อละตัณหาได้ อุปาทานก็ไม่มี

แต่ลำพังขั้น 5 อย่างเดียว ไม่ใช่ตัวทุกข์ ได้ในคำว่า ปล่อยอุปาทานทุกขธา ทุกขา รวมความก็ว่า ปล่อยอุปาทานไม่ได้ เป็นทุกข์ ปล่อยได้ หมดทุกข์

ถอดกายทิพย์ออกเสียจากมนุษย์ กายมนุษย์ก็ไม่มีเรื่อง จะมีใครเป็นทุกข์ และในที่สุดจะต้องปล่อยอุปาทานให้หมดทั้งในกายทิพย์ กายรูปพรหม และอรูปรพรหม คงเหลือแต่ธรรมกายเท่านั้น นี่เป็นตัวอย่างการเห็นไตรลักษณ์ในขั้น 5

(2) การบรรลุธรรมผล เมื่อได้เข้าถึงพระธรรมกายแล้ว ไข้ตาของพระธรรมกายพิจารณา อริยสัจ 4 ในกายมนุษย์ ทั้งหยาบและละเอียดให้เห็นจริงว่าความเกิด แก่ เจ็บ ตาย ของมนุษย์เป็นทุกข์ เห็นความไม่เที่ยง ไม่คงทนอยู่ที่เปลี่ยนแปลงผันไป เห็นว่าขั้น เราจะต้องบังคับให้เป็นสุข ไม่ให้เป็นทุกข์บังคับไม่ได้ ไม่อยู่ในบัญชาของใคร การเห็นนี้เป็น การเห็นด้วยตาของพระธรรมกาย รู้ด้วยญาณ เมื่อเห็นด้วยตาธรรมกายว่า กายมนุษย์ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาแล้ว ก็รู้เห็นเหตุให้เกิด คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา เห็นเหตุเกิด และเหตุดับ รู้เห็นถึงนิโรธ อันเป็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับได้ ด้วยศีล สมาธิ ปัญญา เห็นด้วยตาธรรมกาย รู้ด้วยญาณของธรรมกาย ถูกส่วนธรรมกายโคตรภู จะกลับเป็นพระโสดา

เมื่อตาธรรมกายพระโสดา ญาณธรรมกายของพระโสดาเห็นทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ เห็นไม่เที่ยง เป็นทุกข์ในกายทิพย์ เห็นทุกข์ เห็นเหตุเกิดทุกข์ เห็น

ความดับทุกข์ เห็นข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ในกายทิพย์ละเอียดเข้าแล้ว ถึงขนาดเข้าจะกลับจาก พระโสดาเป็นพระสกทาคา ตาธรรมกายพระสกทาคาทั้งหยาบทั้งละเอียดเห็นทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ในกายรูปพรหม รูปพรหมละเอียด ตามความเป็นจริง ถูกลักษณะ เข้ากลับเป็นพระอนาคา เมื่อตาของพระอนาคา ญาณของพระอนาคาเห็นรู้ทุกข์สัจ สมุทัยสัจ นิโรธสัจ มรรคสัจ ในกายอรูปพรหม อรูปพรหมละเอียดหนักเข้า เห็นตามความจริงเข้า ถูกหลักถูกส่วนเข้าจริง ๆ ถึงขนาด ก็จะกลับจากพระอนาคาทั้งหยาบทั้งละเอียด เป็นพระอรหันต์เมื่อถึงพระอรหันต์แล้ว เป็นผู้เย็นแล้ว มีอาสวะสิ้นแล้วกิจที่จะต้องทำ ไม่ต้องทำแล้ว กิจอื่นเพื่อความเป็นอย่างนี้มิได้มีอีก (มูลนิธิพุทธภาวนา-วิชาธรรมกาย, 2528: 6)

การพิจารณาเช่นนี้ท่านเรียกว่า เสร็จกิจสิบหก ไม่ตกกันดาร เรียกว่า นิพพานก็ได้ คือ การพิจารณาอริยสัจ 4 ในกายต่าง ๆ จนบรรลุอรหันต์ผล

3.3 ความแตกต่างระหว่างสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน

วิปัสสนาเป็นขั้นสูงกว่าสมถะ พระมงคลเทพมุนีท่านแปลว่า เห็นแจ้ง เป็นธรรมเบื้องสูง วิปัสสนาต้องอาศัยทางสมถะเป็นรากฐานก่อนจึงจะก้าวขึ้นสู่ขั้นวิปัสสนาได้

3.3.1 สมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานในกายต่าง ๆ

เมื่อนักศึกษาได้ศึกษาข้อมูลมาแล้ว นักศึกษาอาจสรุปกายต่าง ๆ ออกได้เป็น 18 กาย และสามารถแยกสมถะและวิปัสสนาออกได้ดังแผนผังต่อไปนี้

- | | | |
|-----------------------|---|------|
| 1. กายมนุษย์ | } | สมถะ |
| 2. กายมนุษย์ละเอียด | | |
| 3. กายทิพย์ | | |
| 4. กายทิพย์ละเอียด | | |
| 5. กายรูปพรหม | | |
| 6. กายรูปพรหมละเอียด | | |
| 7. กายอรูปพรหม | | |
| 8. กายอรูปพรหมละเอียด | | |

- | | | |
|--------------------------|---|----------|
| 9. กายธรรมโคตรภู | } | วิปัสสนา |
| 10. กายธรรมโคตรภูละเอียด | | |
| 11. กายพระโสดา | | |
| 12. กายพระโสดาละเอียด | | |
| 13. กายพระสกทาคา | | |
| 14. กายพระสกทาคาละเอียด | | |
| 15. กายพระอนาคา | | |
| 16. กายพระอนาคาละเอียด | | |
| 17. กายพระอรหัต | | |
| 18. กายพระอรหัตละเอียด | | |

3.3.2 ความแตกต่างของการเห็นในกายต่าง ๆ

พระมงคลเทพมุนีได้อธิบายถึงการเห็นในกายต่าง ๆ ว่ามีความแตกต่างกัน การเห็นในระดับของภูมิสมณะนั้นแตกต่างจากการเห็นในระดับของวิปัสสนา เพราะการเห็นในระดับวิปัสสนานั้นแจ่มแจ้งกว่า จึงเป็นเหตุให้สามารถกำจัดกิเลสได้ และการเห็นในระดับวิปัสสนานั้นต้องเห็นด้วยตาของ พระธรรมกาย เท่านั้น ซึ่งท่านได้อธิบายลักษณะการเห็นในภูมิของสมณะและวิปัสสนาไว้ดังนี้

(1) การเห็นในกายมนุษย์ การเห็นรูปด้วยตามนุษย์ อย่างเช่น พระยสะกับพวก ไปพบชาคศพ และช่วยกันเผา ขณะเผาได้ เห็นศพนั้นมีการแปรผันไปต่าง ๆ เดิมเป็นตัวคนอยู่เต็มทั้งตัว รูปร่าง สี สันฐานก็เป็นรูปคน ครั้นถูกความร้อนของไฟเผาจน สีกิดำต่างแปรไป ดำจนคล้ายตะโก หดสั้น เล็กลงทุกที ๆ แล้วแขนขาหลุดจากกัน จนดูไม่ออกว่าเป็นร่างคน หรือสัตว์ ไม่เพียงเท่านั้น ครั้นเนื้อถูกไฟ กินหมดก็เหลือแต่กระดูกเป็นท่อนเล็กท่อนน้อย ในที่สุดกระดูกเหล่านั้น แห้งเปราะแตกจากกัน ล้วนเป็น ชิ้นเล็กชิ้นน้อย จนดูไม่ออกว่า เป็นกระดูกสัตว์ หรือกระดูกมนุษย์

พระยสะปลงสังเวชถึงความเป็นอย่างนี้จริง ทุกขัง อนัตตา แห่งสังขารร่างกายที่เป็น ชาคศพนั้น แม้กระนั้นก็ยังไม่ทำให้บรรลุมรรคผล จนกว่าจะได้ไปพบพระพุทธเจ้าจึงบรรลุมรรคผล นี่ก็เป็น หลักฐานที่ยืนยันว่าเห็นด้วยตามนุษย์ ไม่ทำให้บรรลุมรรคผลได้ อย่างมากก็เป็นเพียงปัจจัย เพื่อจะให้บรรลุ มรรคผลเท่านั้น

(2) การเห็นในกายทิพย์ การเห็นในกายทิพย์มีความพิเศษกว่าในกายมนุษย์ ซึ่งไม่สามารถมองด้วยตามนุษย์ได้ ตามนุษย์มองไม่เห็น ต้องหลับตาของมนุษย์ แล้วส่งใจไปจดจ่ออยู่ที่ศูนย์กลางของ ดวงปฐมมรรค ในชั้นกายทิพย์ เมื่อถอดกายไปยังที่ต่าง ๆ ได้รู้เห็นเหตุการณ์ เหมือนตาเห็น คล้ายกับนอนหลับฝันเห็น ทั้ง ๆ ตื่นอยู่ คนธรรมดาทั่วไป เวลานอนหลับย่อมไม่รู้สึกรู้สิดู จะตื่นเมื่อไรก็ไม่สามารถกำหนด ได้ แต่ถ้าถึงชั้นกายทิพย์แล้วจะต้องการให้หลับเมื่อไร ก็หลับได้ จะให้ตื่นเมื่อไร ก็ทำให้ตื่นขึ้นได้ตามใจชอบ พวกฤษีที่ได้บำเพ็ญฌาน เขาก็ทำได้ แต่ทั้งนี้ก็ยังอยู่ในชั้นสมณะนั้นเอง เห็น จำ คิด รู้ มีอยู่ในดวงปฐมมรรค

นั่น แต่ตาของกายทิพย์ก็มองเห็นอย่างธรรมกายไม่ได้ เพราะเหมือนอยู่ในกระเปาะไข่ ไม่สามารถเห็นโลกตามความเป็นจริงได้

(3) การเห็นในกายพรหม อรูปพรหม ส่วนพวกที่บำเพ็ญได้จนถึงขั้นรูปฌาน และอรูปฌาน เป็นพวกพรหมอยู่ในพรหมโลก ก็ยังอยู่ในภพของตัวเองเหมือนลูกไก่อยู่ในไข่เหมือนกัน ยังไม่สามารถเห็นโลกอย่างแจ่มแจ้งเหมือนกับพระธรรมกายได้ จึงเรียกกันว่า ฌานโลกีย์ ยังเรียกวิปัสสนาไม่ได้ เป็นเพียงขั้นสมณะ แต่นั่นก็ยังเป็นรากฐานให้ก้าวขึ้นสู่ขั้นวิปัสสนาได้ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา ก็ได้เรียนฌานมาแล้วจากในสำนักฤๅษี กล่าวคือ อาฬารดาบส และอุทกดาบส ก็ได้ผลเพียงแค่นั้น พระองค์เห็นว่ายังมีอะไรดียิ่งกว่านั้น จึงได้ ประกอบพระมหาวีริยะ บำเพ็ญเพียรต่อไป จนในที่สุดพระองค์ได้บรรลุวิปัสสนาวิชา เมื่อถึงขั้นนี้แล้วจึงมองเห็นสามัญลักษณะ เห็นนามรูปด้วยตาธรรมกาย เพราะพระองค์ทะลุกระเปาะไข่ คือ โลกออกมาได้แล้ว สภาพเหตุการณ์ทั้งหลาย พระองค์รู้เห็นหมด แต่มิใช่ว่ารู้ก่อนเห็น พระองค์เห็นก่อนรู้ทั้งสิ้น

โดยสรุปแล้ว การเห็นด้วยตาของกายมนุษย์ ตากายทิพย์ ตารูปพรหมและอรูปพรหม ก็เป็นเพียงปัจจัยเพื่อให้บรรลุมรรคผลเท่านั้น ต้องเห็นด้วยตาธรรมกายจึงจะบรรลุมรรคผลได้ และการเห็นด้วยตาของกายมนุษย์ กายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด กายรูปพรหม รูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหม อรูปพรหมละเอียด เห็นเท่าไรก็เห็นไป เรียกว่าอยู่ในหน้าที่สมณะทั้งนั้น ไม่ใช่วิปัสสนา ถ้าวิปัสสนาละก็ต้องเห็นด้วยตาธรรมกาย นั่นแหละเป็นตัววิปัสสนาจริง ๆ