

ขั้นที่ 5

พระวัชรกร มหาปุณฺโณ

ขั้นที่ 5 คืออะไร ?

ขั้นที่ 5 (เบญจขั้น) เป็นหลักธรรมในศาสนาพุทธที่สอดคล้องกับเรื่องของ “ทุกข์” ตามหลักอริยสัจ 4 โดยหมายถึง กองแห่งรูปธรรมและนามธรรมทั้ง 5 ที่ทำให้เกิดเป็นต้นตอหรือชีวิตขึ้นมา หรืออาจพูดให้เข้าใจได้ง่ายว่า ส่วนประกอบ 5 อย่างที่รวมกันแล้วก่อให้เกิดเป็นคนและสัตว์ขึ้นมานั่นเอง

องค์ประกอบของขั้นที่ 5

ขั้นที่ 5 ประกอบด้วยกองรูปธรรม และนามธรรมทั้ง 5 คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ

1. รูปขั้น หมายถึง กองรูป ส่วนที่เป็นร่างกาย พฤติกรรม คุณสมบัติต่าง ๆ ของร่างกาย และส่วนประกอบที่เป็นรูปธรรมทั้งหมด
2. เวทนาขั้น หมายถึง กองเวทนา ส่วนที่เป็นความรู้สึกทุกข์ สุข ดีใจ พอใจ
3. สัญญาขั้น หมายถึง กองสัญญา ส่วนที่เป็นการจำสิ่งที่ได้รับ
4. สังขารขั้น หมายถึง กองสังขาร ส่วนที่เป็นการคิดปรุงแต่ง โดยสามารถแยกแยะสิ่งที่รู้สึกหรือจดจำได้
5. วิญญาณขั้น หมายถึง กองวิญญาณ หรือ จิต เป็นการรู้แจ้งถึงสิ่งต่าง ๆ ผ่านทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ

ท่านให้มองสิ่งเหล่านี้ว่ามีการเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปเป็นปกติ ไม่มีใครสามารถบังคับมันได้

เช่น รูป เมื่อร่างกายแก่ เราก็ห้ามความแก่ไม่ได้ เมื่อเจ็บก็ห้ามมันไม่ได้ เมื่อตายก็ห้ามไม่ได้

เวทนา ความสุข-ทุกข์ เช่น เราลองตั้งใจให้เป็นสุขสัก 5 ชั่วโมง หลังจากนั้นให้มันทุกข์สัก 2 ชั่วโมง ในเมื่อเรากำหนดไม่ได้ มันเป็นของมัน อย่างนั่นเอง มันสุขทุกข์ มันก็เป็นของมัน ไม่สามารถเข้าไปบังคับมันได้ มีเพียงสติตามรู้เท่านั้น

สัญญา คือความจำนั่นเอง อันนี้ไม่อธิบายมาก

สังขาร คือการปรุงแต่งของจิต เช่น ความรู้สึกดีใจ รู้สึกเสียใจ รู้สึกว่า เหนง สิ่งเหล่านี้มันก็ไม่เที่ยง ไม่มีใครจะกำหนดได้ว่าฉันขอมีความรู้สึกดีใจ 5 ชั่วโมง หลังจากนั้นฉันขอรู้สึกเฉย ๆ หรือ จะตั้งว่าขอโกรธสัก 10 ชั่วโมง หลังจากนั้นให้มีความสุขต่อ เพราะว่าสิ่งเหล่านี้เองมันไม่เที่ยง มันเกิดความรู้สึกก็เกิดของมันเอง เมื่อมันดับ ก็ดับของมันเอง เช่นกัน มีเพียงสติเข้าไปตามรู้ว่า ตอนนี่โกรธ ตอนนี่เกลียด ก็อย่าหลงไปตามความรู้สึกนั้น ๆ

แหล่งอ้างอิง

http://www.digitalschool.club/digitalschool/social1_1_1/social2_1/more/page09.php

เมื่ออ่านแล้วโปรดประเมินความพึงพอใจ จากการอ่านเรื่องนี้

แบบประเมิน <https://forms.gle/vEDMyJ7zs5LNAwu77>

แบบฝึกหัด <https://forms.gle/W87WDQJJayX9NseAA>