

วิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนา



สุภีร์ ทุมทอง

๑๐ เมษายน ๒๕๖๒

ง. เวลาและหัวข้อการบรรยาย

๑. ๓ เม.ย. ๖๒ ความรู้พื้นฐานวิปัสสนาภาวนาในพระไตรปิฎก
๒. ๑๐ เม.ย. ๖๒ หลักวิปัสสนาภาวนาแบบต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก
๓. ๑๗ เม.ย. ๖๒ หลักวิปัสสนาภาวนาที่จัดเป็นระบบ
๔. ๒๔ เม.ย. ๖๒ วิปัสสนาภาวนากับหลักธรรมต่าง ๆ และทดสอบ

๒. หลักวิปัสสนาภาวนาแบบต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก

๒.๑ แบบสามัญญาทั่วไป

๒.๒ แบบถาม - ตอบยืนยันความเห็น

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

๒.๔ แบบสืบค้น

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

รูป ภิภุขเว อนิจจํ, เวทนา อนิจจา, สลยณา อนิจจา,
สงขารลา อนิจจา, วิณญาณํ อนิจจํ.

เอวํ ปสฺสํ ภิภุขเว สุตวา อริยสาวโก รูปสมิมปิ นัพพินฺทติ,
เวทนายปิ นัพพินฺทติ, สลยณายปิ นัพพินฺทติ, สงขารสฺสํ นัพพินฺทติ,
วิณญาณสมิมปิ นัพพินฺทติ, นัพพินฺทํ วิรชชติ, วิราคา วิมุจฺจติ,
วิมุตฺตสมิ “วิมุตฺต”มิตติ ญาณํ โหติ, “ชึณา ชาติ, วุสิตํ พรหมจริยํ,
กตํ กรณียํ, นาปรํ อิตถตฺตายา”ติ ปชานาติ.

(สํ.ข. ๑๗/๑๒)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

รูป ภิภุขเว ทุภุขั, เวทหนา ทุภุขา, สณฺณวา ทุภุขา,
สงฺขารวา ทุภุขา, วิณฺณวาณั ทุภุขั.

เอวั ปสฺสั ... นวาปรั อิตถตฺตยาตี ปชานาตี.

(สั.ข. ๑๗/๑๓)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

รูป ภิภุขเว อนตุตา, เวทนา อนตุตา, สณฺญา อนตุตา,
สงฺขาราน อนตุตา, วิญฺญาณํ อนตุตา.

เอวํ ปสฺสํ ภิภุขเว สุตฺวา อริยสาวโก รูปสมิมฺปิ นินฺพิณฺหติ,
เวทนายปิ นินฺพิณฺหติ, สณฺญายปิ นินฺพิณฺหติ, สงฺขารेषูปิ นินฺพิณฺหติ,
วิญฺญาณสมิมฺปิ นินฺพิณฺหติ, นินฺพิณฺหํ วิรชชติ, วิราคา วิมุจฺจติ,
วิมุตฺตสมิมิ “วิมุตฺต”มิตฺติ ญาณํ โหติ, “ซีณา ชาติ, วุสิตํ พรหมจริยํ,
กตํ กรณียํ. นานปรํ อิตถตฺตายน”ติ ปชานาติ.

(สํ.ข. ๑๗/๑๔)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

รูป ภิภขเว อนิจจํ, โยปี เหตุ โยปี ปจฺจโย รูปสฺส อุปฺปาทาย,
โสปี อนิจฺโจ, อนิจฺจสมฺภูตํ ภิภขเว รูปํ, กุโธ นิจจํ ภวิสฺสตี.

เวทนา อนิจฺจา ... สณฺหา อนิจฺจา ... สงฺขารา อนิจฺจา ...

วิญฺญาณํ อนิจจํ, โยปี เหตุ โยปี ปจฺจโย วิญฺญาณสฺส อุปฺปาทาย,
โสปี อนิจฺโจ, อนิจฺจสมฺภูตํ ภิภขเว วิญฺญาณํ, กุโธ นิจจํ ภวิสฺสตี.

เอวํ ปสฺสํ ๗เป๗ นนาปรํ อิตฺถตฺตยาตี ปชานาตี.

(สํ.ข. ๑๗/๑๘)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

รูป โข ราช มารุ, เวทนา มารุ, สลฺยา มารุ,
สงฺขารา มารุ, วิญฺญาณํ มารุ.

เอวํ ปสฺสํ ราช สุตฺวา อริยสาวโก รูปสมฺมึปี นินฺพพินฺทติ,
เวทนายปี นินฺพพินฺทติ, สลฺยายปี นินฺพพินฺทติ,
สงฺขารสฺสุปี นินฺพพินฺทติ, วิญฺญาณสมฺมึปี นินฺพพินฺทติ,
นินฺพพินฺทํ วิรชชติ, วิราคา วิมฺุจฺจติ,
วิมฺุตฺตสมฺมึ “วิมฺุตฺต”มิตฺติ ญาณํ โหติ, “ขีณา ชาติ,
วุสฺสิตํ พุรหฺมจฺริยํ, กตํ กรณฺเียํ, นาปรํ อิตฺถตฺตายา”ติ ปชานาติ.

(สํ.ข. ๑๗/๑๗๐)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

รูป โข ราก มารธมโม,...

รูป โข ราก อนิจจํ,...

รูป โข ราก อนิจจธมโม,...

รูป โข ราก ทุกข์,...

รูป โข ราก ทุกฺขธมโม,...

รูป โข ราก อนตฺตา,...

รูป โข ราก อนตฺตธมโม,...

รูป โข ราก ขยธมโม,...

รูป โข ราก วยธมโม,...

รูป โข ราก สมุทฺยธมโม,...

รูป โข ราก นิโรธธมโม,...

(สํ.ข. ๑๗/๑๗๑-๑๘๑)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

สหพัพพ์ ภิกขเว อนิจจัง. กิณฺจ ภิกขเว สหพัพพ์ อนิจจัง.

จกฺขุ ภิกขเว อนิจจัง, ฐุปา อนิจจา, จกฺขุวิณฺยานํ อนิจจัง, จกฺขุสมฺมผลฺโส อนิจฺโจ,
ยมฺปิทํ จกฺขุสมฺมผลฺสปลฺจฺจยา อุปฺปชฺชติ เวทฺยิตํ สุขํ วา ทุกฺขํ วา อทุกฺขมฺสุขํ วา,
ตมฺปิ อนิจจัง.

โสถํ อนิจจัง..ฆานํ อนิจจัง.. ชิวฺหา อนิจฺจา.. กาโย อนิจฺโจ.. มโน อนิจฺโจ..

เอวํ ปสฺสํ ภิกขเว สุตฺวา อริยสาวโก จกฺขุสฺมีปี นิพฺพินฺนฺตติ, ฐุเปสฺสุปี นิพฺพินฺนฺตติ,
จกฺขุวิณฺยาณฺเณปี นิพฺพินฺนฺตติ, จกฺขุสมฺมผลฺเสปี นิพฺพินฺนฺตติ,
ยมฺปิทํ จกฺขุสมฺมผลฺสปลฺจฺจยา อุปฺปชฺชติ เวทฺยิตํ สุขํ วา ทุกฺขํ วา อทุกฺขมฺสุขํ วา,
ตสฺมีปี นิพฺพินฺนฺตติ.. นวาปรํ อิตถตฺตยา”ติ ปชานาติ.

(ส.สพ. ๑๘/๔๓)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

สรรพ ภิภขเว อาทิตต์, กิณจ ภิภขเว สัพพ์ อาทิตต์.

จกขุ ภิภขเว อาทิตต์, รูปา อาทิตตา, จกขุวิณณานํ อาทิตต์, จกขุสมผลสเส อาทิตโต,
ยมปีทํ จกขุสมผลสปลจจยา อุปปชชติ เวทยิตํ สุขํ วา ทุกขํ วา อทุกขมสุขํ วา, ตมปี อาทิตต์.

เกณ อาทิตต์. รากคคินา โทสคคินา โมหคคินา อาทิตต์,

ชาติยา ชรามรณน สเเกหิ ปรีเทเวหิ ทุกเขหิ โทมณสเสหิ อุปายาเสหิ อาทิตตุนติ วทามิ.

โสต้ อาทิตต์, สททา อาทิตตา...ฆานํ อาทิตต์, คนธา อาทิตตา...ชีวหา อาทิตตา,

รสา อาทิตตา... กาโย อาทิตโต, โผฏฐพพา อาทิตตา ... มโน อาทิตโต, ธมมา อาทิตตา ...

เอวํ ปสส์ ภิภขเว สุตวา อริยสาวโก จกขุสมปี นิพพินฺทติ, รูเปสุปี นิพพินฺทติ,

จกขุวิณณาณปี นิพพินฺทติ, จกขุสมผลสปี นิพพินฺทติ,

ยมปีทํ จกขุสมผลสปลจจยา อุปปชชติ เวทยิตํ สุขํ วา ทุกขํ วา อทุกขมสุขํ วา,

ตสมปี นิพพินฺทติ ... นาปรํ อิตถตฺตยา'ติ ปชานาติ.

(วิ.ม. ๔/๕๔)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

[๔๔] สพฺพํ ภิกฺขเว ทุกฺขํ ...

[๔๕] สพฺพํ ภิกฺขเว อนตฺตา ...

[๔๖] สพฺพํ ภิกฺขเว อภินฺเณยฺยํ ...

[๔๗] สพฺพํ ภิกฺขเว ปริณฺเณยฺยํ ...

[๔๘] สพฺพํ ภิกฺขเว ปหาตพฺพํ ...

[๔๙] สพฺพํ ภิกฺขเว สจฺฉิกาตพฺพํ ...

[๕๐] สพฺพํ ภิกฺขเว อภินฺณา ปริณฺเณยฺยํ ...

[๕๑] สพฺพํ ภิกฺขเว อุปทฺทฺตํ ...

(สํ.สพฺ. ๑๘)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

- [๓๓] สพฺพํ ภิกฺขเว ชาตฺถมมํ...
- [๓๔] สพฺพํ ภิกฺขเว ชราตมมํ...
- [๓๕] สพฺพํ ภิกฺขเว พยาธิตมมํ...
- [๓๖] สพฺพํ ภิกฺขเว มรณตมมํ...
- [๓๗] สพฺพํ ภิกฺขเว โสกตมมํ...
- [๓๘] สพฺพํ ภิกฺขเว สงฺกิลเสสิกตมมํ...
- [๓๙] สพฺพํ ภิกฺขเว ขยตมมํ...
- [๔๐] สพฺพํ ภิกฺขเว วยตมมํ...
- [๔๑] สพฺพํ ภิกฺขเว สมุทตมมํ...
- [๔๒] สพฺพํ ภิกฺขเว นีโรตตมมํ...

(สํ.สพฺ. ๑๘)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

จกขุ ภิกขเว อนิจจํ, ยทนิจจํ ตํ ทุกขํ, ยํ ทุกขํ ตทนต์ตา,
ยทนต์ตา ตํ “เนตํ มม, เนโสหम्मสมิ, น เมโส อตฺตา”ติ
เอวเมตํ ยถาภูตํ สมมปฺปญฺญา ย ทฏฺฐพฺพํ. โสตํ อนิจจํ..
ฆานํ อนิจจํ.. ชิวหา อนิจฺจา.. กาโย อนิจฺโจ.. มโน อนิจฺโจ..
เอวํ ปสฺสํ ภิกขเว สุตวา อริยสาวโก จกฺขุสมึปี นิพฺพินฺทติ,
โสตสมึปี นิพฺพินฺทติ, ฆานสมึปี นิพฺพินฺทติ, ชิวหายปี นิพฺพินฺทติ,
กายสมึปี นิพฺพินฺทติ, มนสมึปี นิพฺพินฺทติ, นิพฺพินฺทํ วิรชชติ,
วिरาคา วิมุจฺจติ, วิมุตฺตสมึ “วิมุตฺต”มิตฺติ ญาณํ โหติ,
“ชึณา ชาตี, วุสิตํ พุรหมจฺริยํ, กตํ กรณียํ, นาปรํ อิตฺถตฺตายา”ติ ปชานาตี.

(สํ.สพ. ๑๘/๑)

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

ยา เจว โข ปน อชฺฌตฺติกา ปจฺวีธาตุ,

ยา จ พาหิรา ปจฺวีธาตุ, ปจฺวีธาตุเรเวสา.

ตํ “เนตํ มม, เนโสหฺมสมฺมิ, น เมโส อตฺตา”ติ

เอวเมตํ ยถาภูตํ สมฺมปฺปญฺณาย ทฏฺฐพฺพํ.

เอวเมตํ ยถาภูตํ สมฺมปฺปญฺณาย ทิสฺวา ปจฺวีธาตุยา นิพฺพินฺทติ,

ปจฺวีธาตุยา จิตฺตํ วิราเชติ.

(ม.มฺว. ๑๓/๑๑๔)

๒. หลักวิปัสสนาภาวนาแบบต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก

๒.๑ แบบสามัญญทั่วไป

๒.๒ แบบถาม - ตอบยืนยันความเห็น

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

๒.๔ แบบสืบค้น

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

๒.๒ แบบถาม - ตอบยืนยันความเห็น

ต๋ กี่ มณฺณถ ภิกฺขเว,

รูปํ นิจฺจํ วา อนิจฺจํ วาตี. อนิจฺจํ ภนฺเต.

ยํ ปนฺนานิจฺจํ, ทุกฺขํ วา ตํ สุขํ วาตี. ทุกฺขํ ภนฺเต.

ยํ ปนฺนานิจฺจํ ทุกฺขํ วิปริณามธมฺมํ, กถลํ นุ ตํ สมนุปสฺสีตุ

“เอตํ มม, เอโสหฺมสมฺมิ, เอโส เม อตฺตา”ตี. โน เหนฺตํ ภนฺเต.

เวทนา.. สลฺยา.. สงฺขารา.. วิญฺญาณํ..

(ส.ข. ๑๗/๕๙)

๒.๒ แบบถาม - ตอบยืนยันความเห็น

ตสุมาทิห ภิกขเว ยงฺกิลฺลิจิ รูปํ อตีตานาคตปจฺจุปฺปนฺนํ อชฺฌตฺตํ วา
พหิทฺธา วา โອฬาริกํ วา สุขุมํ วา หีนํ วา ปณฺีตํ วา ยํ ทูเร สนฺติเก วา,
สพฺพํ รูปํ “เนตํ มม, เนโสหฺมสมฺมิ, น เมโส อตฺตา”ติ
เอวเมตํ ยถาภูตํ สมฺมปฺปญฺญาย ทฏฺฐพฺพํ.
ยา กาจิ สญฺญา.. เย เกจิ สงฺขารา.. ยงฺกิลฺลิจิ วิญฺญาณํ..
เอวํ ปสฺสํ ภิกขเว สุตฺวา อริยสวโก รูปสมฺมึปิ นิพฺพินฺหติ,...
นาปรํ อิตฺถตฺตายา”ติ ปชานาติ.

(สํ.ข. ๑๗/๕๙)

๒. หลักวิปัสสนาภาวนาแบบต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก

๒.๑ แบบสามัญทั่วไป

๒.๒ แบบถาม - ตอบยืนยันความเห็น

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

๒.๔ แบบสืบค้น

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

สมุทฺถยธมฺมานุปสฺสึ วา กายสฺมึ วิหฺรติ,
วฺยธมฺมานุปสฺสึ วา กายสฺมึ วิหฺรติ,
สมุทฺถยวฺยธมฺมานุปสฺสึ วา กายสฺมึ วิหฺรติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๔)

สมุทฺถยธมฺมานุปสฺสึ วา เวทนาสุ วิหฺรติ,
วฺยธมฺมานุปสฺสึ วา เวทนาสุ วิหฺรติ,
สมุทฺถยวฺยธมฺมานุปสฺสึ วา เวทนาสุ วิหฺรติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๘๐)

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

อิธ ภิกขเว ภิกขุ

สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ กามจฺจนฺทํ ‘อตฺถิ เม อชฺฌตฺตํ กามจฺจนฺโท’ติ ปชานาติ,

อสฺนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ กามจฺจนฺทํ ‘นตฺถิ เม อชฺฌตฺตํ กามจฺจนฺโท’ติ ปชานาติ;

ยถา จ อนฺุปฺปนฺนสฺส กามจฺจนฺทสฺส อฺุปฺปาโท โหติ, **ตถจ ปชานาติ;**

ยถา จ อฺุปฺปนฺนสฺส กามจฺจนฺทสฺส ปหฺนํ โหติ, **ตถจ ปชานาติ;**

ยถา จ ปหีนฺสฺส กามจฺจนฺทสฺส आयตี อนฺุปฺปาโท โหติ, **ตถจ ปชานาติ.**

(ที.ม. ๑๐/๓๘๒)

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

อิธ ภิกขเว ภิกขุ

จกฺขุญฺจ ปชานาติ, รูปเป จ ปชานาติ,

ยญฺจ ตทฺภยํ ปฏฺฐิจฺจ อูปฺปชชติ สลฺโณชนํ, ตญฺจ ปชานาติ;

ยถา จ อนุปฺปนฺนสฺส สลฺโณชนสฺส อูปฺปาโท โหติ, **ตญฺจ ปชานาติ;**

ยถา จ อูปฺปนฺนสฺส สลฺโณชนสฺส ปหानํ โหติ, ตญฺจ ปชานาติ;

ยถา จ ปหีนฺสฺส สลฺโณชนสฺส आयตี อนุปฺปาโท โหติ, ตญฺจ ปชานาติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๘๔)

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

อิธ ภิกขเว ภิกขุ

สนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ สติสมฺโพชฌงฺคํ ‘อตฺถิ เม อชฺฌตฺตํ สติสมฺโพชฌงฺโค’ติ ปชานาติ,
อสฺนฺตํ วา อชฺฌตฺตํ สติสมฺโพชฌงฺคํ ‘นตฺถิ เม อชฺฌตฺตํ สติสมฺโพชฌงฺโค’ติ ปชานาติ;
ยถา จ อนฺุปฺปนฺนสฺส สติสมฺโพชฌงฺคสฺส อฺุปฺปาโท โหติ, **ตถจ ปชานาติ;**
ยถา จ อฺุปฺปนฺนสฺส สติสมฺโพชฌงฺคสฺส ภาวนาปาริปุรี โหติ, **ตถจ ปชานาติ.**

(ที.ม. ๑๐/๓๘๕)

๒. หลักวิปัสสนาภาวนาแบบต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก

๒.๑ แบบสามัญญาทั่วไป

๒.๒ แบบถาม - ตอบยืนยันความเห็น

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

๒.๔ แบบสืบค้น

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

๒.๔ แบบสืบค้น

อิธ ภิกขเว ภิกขุ ปริวีมฺสมาโน ปริวีมฺสตี

“ยํ โข อิทํ อเนกวิธํ นานุปการกํ ทุกขํ โลกํ อุปฺปชฺชตี ชรามรณํ,
อิทํ นุ โข ทุกขํ กีนิทานํ กิสมุทฺยํ กิชาตีกํ กิปปภวํ,
กิสมฺมํ สตี ชรามรณํ โหตี, กิสมฺมํ อสตี ชรามรณํ น โหตี”ติ.

โส ปริวีมฺสมาโน เอวํ ปชานาตี

“ยํ โข อิทํ อเนกวิธํ นานุปการกํ ทุกขํ โลกํ อุปฺปชฺชตี ชรามรณํ,
อิทํ โข ทุกขํ ชาตินิทานํ ชาตีสมุทฺยํ ชาตืชาตีกํ ชาตีปปภวํ,
ชาตียา สตี ชรามรณํ โหตี, ชาตียา อสตี ชรามรณํ น โหตี”ติ.

(สํ.น. ๑๖/๕๑)

๒.๔ แบบสืบค้น

โส ชรามรณญจ ปชานาติ, ชรามรณสมุททยญจ ปชานาติ,
ชรามรณนิโรธญจ ปชานาติ,
ยา จ ชรามรณนิโรธสารูปปคามินี ปฏิปทา, ตญจ ปชานาติ,
ตถา ปฏิปนฺโน จ โหติ อนุชมฺมจารี. อयํ วุจฺจตี ภิกฺขเว
ภิกฺขุ สพฺพโส สมฺมา ทุกฺขกฺขยาย ปฏิปนฺโน ชรามรณนิโรธาย.
(สํ.น. ๑๖/๕๑)

๒.๔ แบบสืบค้น

ตสฺส เจ ภิกฺขเว ภิกฺขุโน เอวํ สตสฺส สมฺปชานสฺส อปฺปมตฺตสฺส

อาตาศิโน ปหิตตฺตสฺส วิหฺรโต อฺปฺปชชติ สุขา เวทนา, โส เอวํ ปชานาติ

“อฺปฺปนฺนา โข เม อํยํ สุขา เวทนา, สา จ โข ปฏฺิจจ, โน อปฺปฏฺิจจ.

กิ ปฏฺิจจ. อิมเมว กายํ ปฏฺิจจ.

อํยํ โข ปน กาโย อนิจฺจํ สงฺขโต ปฏฺิจจสมฺปฺปนฺโน.

อนิจฺจํ โข ปน สงฺขตํ ปฏฺิจจสมฺปฺปนฺนํ กายํ ปฏฺิจจ

อฺปฺปนฺนา สุขา เวทนา กุโต นิจฺจา ภวิสฺสตี”ติ.

(สํ.สพฺ. ๑๘/๒๕๕)

๒.๔ แบบสืบค้น

โส กายะ จ สุขาย จ เวทนาย อนิจฺจานุปสฺสี วิหฺรติ, วยานุปสฺสี วิหฺรติ,
วิราคานุปสฺสี วิหฺรติ, นีโรธานุปสฺสี วิหฺรติ, ปฏฺฐินิสฺสคฺคานุปสฺสี วิหฺรติ.

ตสฺส กายะ จ สุขาย จ เวทนาย อนิจฺจานุปสฺสีโน วิหฺรโต

วยานุปสฺสีโน วิหฺรโต วิราคานุปสฺสีโน วิหฺรโต

นีโรธานุปสฺสีโน วิหฺรโต ปฏฺฐินิสฺสคฺคานุปสฺสีโน วิหฺรโต

โย กายะ จ สุขาย จ เวทนาย รากานุสโย, โส ปหฺยียติ.

(สํ.สพ. ๑๘/๒๕๕)

๒.๔ แบบสืบค้น

กถณจ ภิกขเว ชานโต กถํ ปสฺสโต อนนฺตฺรา อาสวานํ ขโย โหติ.

อิธ ภิกขเว อสฺสุตฺวา ปุณฺณชโน อริยานํ อทสฺสาวิ อริยธมฺมสฺส อโกวิทฺ

อริยธมฺเม อวินีโต, สปฺปริสํ อทสฺสาวิ สปฺปริสธมฺมสฺส อโกวิทฺ

สปฺปริสธมฺเม อวินีโต รูปี อตฺตโต สมฺนุปสฺสตี,

ยา โข ปน สา ภิกขเว สมฺนุปสฺสนา, สงฺขารो โส.

โส ปน สงฺขารो กิณฺทาโน กิสมฺุทโย กิชาติโก กิปภโว.

อวิชฺชาสมฺผสฺสเชน ภิกขเว เวทฺยิตฺเตน ผุฏฺฐสฺส อสฺสุตฺวโต ปุณฺณชนสฺส อูปฺปนฺนา ตณฺหา,

ตฺโตโซ โส สงฺขารो. อิติ โข ภิกขเว โสปี สงฺขารो อนิจฺโจ สงฺขโต ปฏฺิจฺจสมฺุปฺปนฺโน,

สาปี ตณฺหา อนิจฺจา สงฺขตา ปฏฺิจฺจสมฺุปฺปนฺนา. สาปี เวทฺนา... โสปี ผสฺโส...

สาปี อวิชฺชา อนิจฺจา สงฺขตา ปฏฺิจฺจสมฺุปฺปนฺนา.

เอวํปิ โข ภิกขเว ชานโต เอวํ ปสฺสโต อนนฺตฺรา อาสวานํ ขโย โหติ.

๒.๔ แบบสืบค้น

กิสฺมี นุ โข ภิกฺขเว สติ ก็ อุปาทาย ก็ อภินิวิสฺส เอวํ ทิฏฺฐิ อุปฺปชฺชติ

“น วาตา วายนฺติ, น นชฺโซ สนฺทนฺติ, น คพฺภินิโย วิชายนฺติ,
น จนฺทิมสฺสุริยา อุเทนฺติ วา อเปนฺติ วา, เอสิกฺกุจายิฏฺฐิตา”ติ.

รูปเป โข ภิกฺขเว สติ รูปิ อุปาทาย รูปิ อภินิวิสฺส เอวํ ทิฏฺฐิ อุปฺปชฺชติ,

“น วาตา วายนฺติ, น นชฺโซ สนฺทนฺติ, น คพฺภินิโย วิชายนฺติ,
น จนฺทิมสฺสุริยา อุเทนฺติ วา อเปนฺติ วา, เอสิกฺกุจายิฏฺฐิตา”ติ.

เวทนาย สติ... สณฺณาย สติ... สงฺขารेषุ สติ... วิญฺญาเณ สติ...

(สํ.ข. ๑๗/๒๐๖)

๒. หลักวิปัสสนาภาวนาแบบต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก

๒.๑ แบบสามัญญาทั่วไป

๒.๒ แบบถาม - ตอบยืนยันความเห็น

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

๒.๔ แบบสืบค้น

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

ตตร ภิกขเว เย เต สมณพราหมณา สสสตาทา สสสตั
อตตานญจ โลกญจ ปณฺณเปนฺติ จตฺตฺหิ วตฺตฺหิ,...

สพฺเพ เต ฉฺหิ ผสฺสายตเนหิ ผุสฺส ผุสฺส ปฏฺฐิสฺเวเทนฺติ, เตสฺ เวทนาปจฺจยา
ตณฺหา, ตณฺหาปจฺจยา อุปาทานํ, อุปาทานปจฺจยา ภโว, ภวปจฺจยา ชาตี,
ชาติปจฺจยา ชรามรณํ โสภปริเทวทุกฺขโทมนสฺสุปายาสา สมฺภวานฺติ.

ยโต โข ภิกขเว ภิกฺขุ ฉนฺนํ ผสฺสายตนาณํ สมุทฺยญฺจ อตฺถงฺคมญฺจ

อสฺสาทญฺจ อาทีนวญฺจ นิสฺสรณญฺจ ยถาภูตํ ปชานาตี;

อยํ อิมฺหิ สพฺเพเหว อุตฺตริตฺรํ ปชานาตี.

(ที.สี. ๙/๑๔๔ - ๑๔๕)

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

โน เจทำ ภิกขเว รูปสฺส อสฺสาโท อภวิสฺส, น อิทํ สตฺตา รูปสฺมึ สารชฺเชยฺยํ.

ยสฺมา จ โข ภิกขเว อตฺถิ รูปสฺส อสฺสาโท, ตสฺมา สตฺตา รูปสฺมึ สารชฺชนฺติ.

โน เจทำ ภิกขเว รูปสฺส อาทึนโว อภวิสฺส, น อิทํ สตฺตา รูปสฺมึ นิพฺพินฺเตยฺยํ.

ยสฺมา จ โข ภิกขเว อตฺถิ รูปสฺส อาทึนโว, ตสฺมา สตฺตา รูปสฺมึ นิพฺพินฺทนฺติ.

โน เจทำ ภิกขเว รูปสฺส นิสฺสรณํ อภวิสฺส, น อิทํ สตฺตา รูปสฺมา นิสฺสเรยฺยํ.

ยสฺมา จ โข ภิกขเว อตฺถิ รูปสฺส นิสฺสรณํ, ตสฺมา สตฺตา รูปสฺมา นิสฺสรนฺติ.

(สํ.ข. ๑๗/๒๘)

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

ยโต จ โข ภิกขเว สตฺตา อิมสํ ปญฺจนฺนํ อูปาทานกฺขนฺธานํ

อสุสาทญฺจ อสุสาทโต อาทีนวญฺจ อาทีนวโต

นิสฺสรณญฺจ นิสฺสรณโต ยถาภูตํ อพฺภณฺณิสฺสุ.

อถ ภิกขเว สตฺตา สเทวกา โลกา สมารเก สพฺรหฺมเก

สสุสมณพฺรหฺมณฺنيا ปชาย สเทวมนุสฺสาย นิสฺสฎฺฐา

วิสณฺณุตฺตา วิปฺปมุตฺตา วมริยาทิกเตน เจตฺสา วิหรนฺตี.

(ส.ข. ๑๗/๒๘)

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

ยัม โข รูปํ ปฏิจฺจ อูปฺปชฺชติ สุขํ โสมนสฺสํ, อยัม รูปสฺส อสฺสาโท.

ยัม รูปํ อนิจฺจํ ทุกฺขํ วิปริณามธมฺมํ, อยัม รูปสฺส อาทีนโว.

โย รูปสฺมึ ฉนฺทราควินโย ฉนฺทราคปฺปหานํ, อิทํ รูปสฺส นิสฺสรณํ.

ยัม เวทนํ .. ยัม สณฺณํ .. ยัม สงฺขารํ ปฏิจฺจ ..

ยัม วิญฺญาณํ ปฏิจฺจ อูปฺปชฺชติ สุขํ โสมนสฺสํ, อยัม วิญฺญาณสฺส อสฺสาโท.

ยัม วิญฺญาณํ อนิจฺจํ ทุกฺขํ วิปริณามธมฺมํ, อยัม วิญฺญาณสฺส อาทีนโว.

โย วิญฺญาณสฺมึ ฉนฺทราควินโย ฉนฺทราคปฺปหานํ, อิทํ วิญฺญาณสฺส นิสฺสรณํ.

(สํ.ข. ๑๗/๒๖)

๒. หลักวิปัสสนาภาวนาแบบต่าง ๆ ในพระไตรปิฎก

๒.๑ แบบสามัญญทั่วไป

๒.๒ แบบถาม - ตอบยืนยันความเห็น

๒.๓ แบบรู้เหตุปัจจัย

๒.๔ แบบสืบค้น

๒.๕ แบบรู้ข้อดี ข้อเสีย ทางออก

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

รูป ฤกษ์เว อนิจจ วิปริณามิ อณฺณภาภาวิ,
เวทนา อนิจจา วิปริณามิ อณฺณภาภาวิ,
สณฺณา.. สงฺขารา.. วิญฺญาณํ อนิจจ วิปริณามิ อณฺณภาภาวิ.
โย ฤกษ์เว อิม ฌมฺเม เอว สทฺทหติ อธิมุจฺจติ.
อัย วุจฺจติ สทฺธานุสารี โอกกนฺโต สมมตฺตนิยามํ, สปปุริสญฺมึ โอกกนฺโต,
วิตฺตวตฺโต ปุณฺณชฺชนญฺมึ, อภพฺโพ ตํ กมฺมํ กาทฺตุ,
ยํ กมฺมํ กตฺวา นิริยํ วา ติริจฺฉานโยนึ วา ปิตฺติวิสยํ วา อูปปชฺเชยฺย,
อภพฺโพว ตาว กาลํ กาทฺตุ, ยาว น โสตาปตฺติผลํ สจฺฉิกโรติ.

(ส.ป. ๑๗/๓๑๑)

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

ยสฺส โข ภิกฺขเว อิมํ ฌมฺมา เอวํ ปญฺญาย มตฺตสฺส นิชฺฌานํ ขมนฺตี.
อัยํ วุจฺจตี **ฌมฺมานุสारी** โอกฺกนฺโต สมฺมตฺตนิยามํ, สปฺปฺริสญฺมึ โอกฺกนฺโต,
วิตฺตวตฺโต ปุณฺณชฺชนญฺมึ, อภพฺโพ ตํ กมฺมํ กาทฺตุ,
ยํ กมฺมํ กตฺวา นิริยํ วา ติรจฺฉานโยนึ วา ปีตฺติวิสยํ วา อูปฺปชฺเชยฺย,
อภพฺโพว ตาว กาลํ กาทฺตุ, ยาว น โสตาปตฺติผลํ สจฺฉิกโรตี.
โย ภิกฺขเว อิมํ ฌมฺเม เอวํ ปชานาตี เอวํ ปสฺสตี.
อัยํ วุจฺจตี **โสตาปนฺโน** อวินิปาตธมฺโม นียโต สมฺโพธิปรายโน.

(สํ.ข. ๑๗/๓๑๑)

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

เย หิ เกจิ ภิกขเว สมณา วา พุราหมณา วา

เอวํ รูปํ อภิญญา, เอวํ รูปสมุทฺถํ อภิญญา, เอวํ รูปนโรธํ อภิญญา,

เอวํ รูปนโรธคามินิ ปฏฺฐิพทํ อภิญญา, เอวํ รูปสฺส อสฺสาทํ อภิญญา,

เอวํ รูปสฺส อาทีนํ อภิญญา, เอวํ รูปสฺส นิสฺสรณํ อภิญญา

รูปสฺส นิพพิทาย วิราคาย นโรธาย ปฏฺฐิปนฺนา, เต สุปฏฺฐิปนฺนา.

เย สุปฏฺฐิปนฺนา, เต อิมสฺมิ ฌมฺมวินเย คาธนฺติ.

(สํ.ข. ๑๗/๕๗)

๒.๖ แบบความแตกต่างระหว่างบุคคล

เย จ โข เกจิ ภิกขเว สมณา วา พุราหมณา วา

เอวํ รูปํ อภิญญา, เอวํ รูปสมุทฺถํ อภิญญา, เอวํ รูปนโรธํ อภิญญา,

เอวํ รูปนโรธคามินิ ปฏิปทํ อภิญญา, เอวํ รูปสฺส อสฺสาทํ อภิญญา,

เอวํ รูปสฺส อาทีนํ อภิญญา, เอวํ รูปสฺส นิสฺสรณํ อภิญญา

รูปสฺส นิพพิทา วิกฺขา นิโรธา อนฺุปาทา วิมุตฺตา, เต สฺวิมุตฺตา.

เย สฺวิมุตฺตา, เต เกวลีโน. เย เกวลีโน, วณฺณํ เตสํ นตฺถิ ปญฺญาปนาย.

(สํ.ข. ๑๗/๕๗)

สวัสดีครับ