

สติปัญญาฐานภาวณา ครั้งที่ ๒



อ.สุภีร์ ทุมทอง

๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๐

๓. ลำดับหัวข้อบรรยาย

- ครั้งที่ ๑ โพรธิปักกขิยธรรม, สติปัฏฐานภาวนา
และบาลีมหาสติปัฏฐานสูตร
- ครั้งที่ ๒ บาลีมหาสติปัฏฐานสูตร (ต่อ)
- ครั้งที่ ๓ บาลีมหาสติปัฏฐานสูตร (ต่อ)
- ครั้งที่ ๔ ทดสอบในห้องเรียน

มหาสติปัฏฐานสูตร

อุทเทส

มหาสติปัฏฐานสูตร

เอกายโน อัย ภิกขเว มคฺโค,
สตฺตานํ วิสุทฺธิยา โสภปริเทวานํ สมตฺกฺกมาย
ทฺกฺขโทมนสฺसानํ อตฺถงฺคมาย ฌายสฺส อธิคฺมาย
นิพฺพานสฺส สจฺฉิกิริยาย,
ยทฺทํ จตฺตาโร สติปฏฺฐานา.

(ที่.ม. ๑๐/๓๗๓ มหาสติปัฏฐานสูตร)

มหาสติปัฏฐานสูตร

กตเม จตฺตารุ. อิท ภิกฺขเว ภิกฺขุ

กาเย กายานุปสฺสี วิหฺรติ อาตปปี สมฺปชาโน สติมา

วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺสํ,

เวทนาสุ เวทนานุปสฺสี วิหฺรติ อาตปปี สมฺปชาโน สติมา

วิเนยฺย โลเก อภิชฺฌาโทมนสฺสํ,

(ที.ม. ๑๐/๓๗๓ มหาสติปัฏฐานสูตร)

มหาสติปัฏฐานสูตร

จิตฺเต จิตฺตานุปสฺสี วิหฺรตี อาตาปี สมฺปชาโน สติมา

วิเนยฺย โลกเก อภิชฺฌาโทมนสฺสํ,

ธมฺเมสุ ธมฺมานุปสฺสี วิหฺรตี อาตาปี สมฺปชาโน สติมา

วิเนยฺย โลกเก อภิชฺฌาโทมนสฺสํ.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๓ มหาสติปัฏฐานสูตร)

มหาสติปัฏฐานสูตร

๑. กายานุปัสสนา

๑.๑ อานาปานบรรพ

๑.๒ อิริยาปถบรรพ

๑.๓ จตุสัมปชัญญบรรพ

๑.๔ ปฏิกุลมนสิการบรรพ

๑.๕ ธาตุมนสิการบรรพ

๑.๖ - ๑.๑๔ นวสีวถิกบรรพ

มหาสติปัฏฐานสูตร

๒. เวทนานุปัสสนา

๓. จิตตานุปัสสนา

๔. ธรรมานุปัสสนา

๔.๑ นีวรณบรรพ

๔.๒ ขันธบรรพ

๔.๓ อายตনบรรพ

๔.๔ โพชฌังคบรรพ

๔.๕ สัจจบรรพ

๑.๑ อานาปานบรรพ

๑.๑ กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ

กถณฺจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ ย กายานุปสฺสี วิหฺรตี.
อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อรณฺณคฺโต วา รุกฺขมุลคฺโต วา
สุณฺณาการคฺโต วา, นิสีหตี ปลฺลงกํ อากุชิตฺวา
อุชฺฐํ กายํ ปณฺิธาย, ปริมุขํ สตี อุปฺนฺุจเปตฺวา.
โส สโต ว อสฺสสตี, สโต ปลฺลสฺสตี,

(ที.ม. ๑๐/๓๗๔ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๑ กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ

ที่ฌัม วา อสฺสสนฺโต ‘ที่ฌัม อสฺสสามี’ติ ปชานาติ,
ที่ฌัม วา ปสฺสสนฺโต ‘ที่ฌัม ปสฺสสามี’ติ ปชานาติ;
รสฺสํ วา อสฺสสนฺโต ‘รสฺสํ อสฺสสามี’ติ ปชานาติ,
รสฺสํ วา ปสฺสสนฺโต ‘รสฺสํ ปสฺสสามี’ติ ปชานาติ;
(ที่.ม. ๑๐/๓๗๔ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๑ กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ

‘สพฺพกายปฐฺฐิสํเวที อสฺสสิสฺสามี’ติ สีกฺขติ,
‘สพฺพกายปฐฺฐิสํเวที ปสฺสสิสฺสามี’ติ สีกฺขติ;
‘ปสฺสมภยํ กายสงฺขารํ อสฺสสิสฺสามี’ติ สีกฺขติ,
‘ปสฺสมภยํ กายสงฺขารํ ปสฺสสิสฺสามี’ติ สีกฺขติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๔ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๑ กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ

เสยฺยถาปี ภิกฺขเว ทกฺโข ภมฺกาโร वा

ภมฺการนฺเตवासี वा

ทีฆํ वा อญฺจนฺโต ‘ทีฆํ อญฺจามิ’ติ ปชานาติ,...

(ที.ม. ๑๐/๓๗๔ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๑ กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ

อิติ **อชฺฌตฺตํ** วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ,
พหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ,
อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ;
สมุทฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหฺรติ,
วฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหฺรติ,
สมุทฺยวฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหฺรติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๔ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๑ กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ

‘อตฺถิ กาโย’ติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺภุจिता โหติ
ยาวเทว **ฌานมตฺตํ ปภุสฺสตีมตฺตํ**
อนิสฺสีโต จ วิหฺรตี, น จ กิณฺจ โลกํ อูปาทียตี.
เอวมปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรตี.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๔ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๑ กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ

อริยสัจในหมวดอานาปานะ

อสุสาสปสุสาสปริคคาหิกา สติ **ทุกขสัจ**

ตสุสา สมุฏจาปิกา ปุริมตณฺหา **สมุทยสัจ**

อุภินฺนํ อปฺปวตฺติ **นิโรธสัจ**

ทุกขปริชานโน สมุทยปชฺหโน นิโรธารมฺมโน

อริยมคฺโค **มคฺคสัจ**.

(ที.ม.อ.)

๑.๑ กายานุปัสสนา อานาปานบรรพ

เอวํ จตุสจฺจวเสณ อุตฺตกฺกิตฺวา นิพฺพุตํ ปาปฺณาตีติ
อิทฺเมกสฺส อสฺสาสปสฺสาสวเสณ อภินิวิฏฺฐสฺส
ภิกฺขุโน ยาว อรหตฺตา **นียฺยานมฺขํ**.

(ที.ม.อ.)

๑.๒ อธิบายผลกระทบ

๑.๒ กายานุปัสสนา อิริยาปถบรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ
คจฺจนฺโต วา ‘คจฺฉามิ’ติ ปชานาติ,
จิโต วา ‘จิตฺมฺหิ’ติ ปชานาติ,
นินฺนโน วา ‘นินฺนโนมฺหิ’ติ ปชานาติ,
สยาโน วา ‘สยาโนมฺหิ’ติ ปชานาติ.
ยถา ยถา วา ปนฺสฺส กาโย ปณฺหิโต โหติ,
ตถา ตถา นมฺปชานาติ.

๑.๒ กายานุปัสสนา อิริยาปถบรพ

อิติ อชฺฌตฺตํ วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ,
พหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ,
อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ;
สมุทฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหฺรติ,
วฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหฺรติ,
สมุทฺยวฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมึ วิหฺรติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๕ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๒ กายานุปัสสนา อิริยาปถบรพ

‘อตุถิ กาโย’ติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺภูจिता โหติ

ยาวเทว **ฅาณมตฺตาย ปฺภูสฺสตีมตฺตาย**

อนิสฺสีโต จ วิหฺรตี, น จ กิลฺลิจิ โลกเก อฺปาทียตี.

เอวมฺปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ ย กายานุปสฺสี วิหฺรตี.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๕ มหาสติปฺภฺฐานสูตร)

๑.๒ กายานุปัสสนา อริยาปถบรพ

อิทญฺหิ “โก คจฺฉติ, กสฺส คมนํ, ก็ การณา คจฺฉติ” ตี
เอวํ สมฺปชานนํ สนฺธาย วุตฺตํ. จานาที่สุปี เอเสว นโย.
ตตฺถ โโก คจฺฉตีติ. น โภจि สत्โต वा ปุคฺคโล वा คจฺฉติ.
กสฺส คมนนฺติ. น กสฺสจि สत्ตสฺส वा ปุคฺคลสฺส वा คมนํ.
ก็ การณา คจฺฉตีติ จิตฺตกิริยาว่าโยธาตุวิปฺพาเรน คจฺฉติ.

(ที.ม.อ.)

๑.๒ กายานุปัสสนา อิริยาปถบรพ

ตสฺมา เอส เอวํ ปชานาตี “คจฺฉามิ”ตี จิตฺตํ อุปฺปชฺชตี
ตํ วายํ ชเนตี วาโย วิญฺญตฺตี ชเนตี
จิตฺตกิริยา วาโยธาตุวิปฺพาเรณ สกฺลกายสฺส
ปุรโต อภินิหารโ คมนนฺตี วุจฺจตี.
จํานาที่สุปี เอสฺว นโย.

(ที.ม.อ.)

๑.๒ กายานุปัสสนา อริยาปถบรพ

อริยสัจในหมวดอริยาปถ

จตุอริยาปถปริคคาหิกา สติ ทุกขสัจจํ
ตสฺสา สมฺภูจําปิกา ปุริมตณฺหา สมุทยสัจจํ
อฺภินฺนํ อปฺปวตฺติ นโรธสัจจํ
ทุกฺขปริชานโน สมุทยปชฺหโน นโรธารมฺมโน
อริยมคฺโค มคฺคสัจจํ.

(ที.ม.อ.)

๑.๓ สัมภาษณ์แบบบูรณาการ

๑.๓ กายานุปัสสนา สัมปชานบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ

อภิกฺกนฺเต ปฏฺฐิกฺกนฺเต **สัมปชานการี** โหติ,

อาโลกิเต วิลอกิเต สัมปชานการี โหติ,

สมมิถฺชิตฺเต ปสาริตฺเต สัมปชานการี โหติ,

สํฆาภูิปตฺตจิวรรธารเณ สัมปชานการี โหติ,

(ที.ม. ๑๐/๓๗๖ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๓ กายานุปัสสนา สัมปชานบรรพ

อสีเต ปีเต ขายีเต สายีเต สมฺปชานการี โหติ,
อุจฺजारปสฺสาวกมฺเม สมฺปชานการี โหติ,
คเต จีเต นิสินฺเน สุตฺเต ชาครีเต ภาสีเต
ตุณฺหีภาเว สมฺปชานการี โหติ.

อิติ อชฺฉมตฺตํ วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ,...

(ที.ม. ๑๐/๓๗๖ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๓ กายานุปัสสนา สัมปชานบรรพ

สัมปชัญญะ ๔

(๑) สาทถกสัมปชัญญะ

(๒) สัพพายสัมปชัญญะ

(๓) โคจรสัมปชัญญะ

(๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ

(ม.มฺว.อ.)

๑.๔ ปฏิภูมมนสิการบรรพ

๑.๔ กายานุปัสสนา ปฏิกุศลมนสิการบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อิมเมว กายํ อุทฺธํ ปาทตลา
อโธ เกสมตฺถกา ตจฺปรียนฺตํ ปุรณฺณานุปการสฺส อสฺสจฺโญ
ปจฺจเวกฺขติ ‘อตฺถิ อิมสฺมึ กายเ

เกสา โลมา นขา ทนฺตา ตฺโจ, มํสํ นฺหารู อฏฺฐิ อฏฺฐิมิลฺขํ วกฺกํ,
หทยํ ยกนํ กิโหลมกํ ปิหกํ ปปฺผาสํ, อนฺตํ อนฺตคฺคณํ อุทฺริยํ กรีสํ.
ปีตฺตํ เสมฺหํ ปุพฺโพ โลหิตฺตํ เสโท เมโท,
อสุสุ วสา เขโฬ สิงฺฆาณิกา ลสิกา มุตฺตนฺ’ติ.

๑.๕ กายานุปัสสนา ปฏิกุศลมนสิการบรรพ

เสยฺยถาปี ภิกฺขเว อุมฺโตมุขา มฺฺโตพี ปุรา
นानาวิหิตสฺส ฌณฺณสฺส.

เสยฺยถีทำ, สาถีนํ วีหีนํ มุคฺคานํ มาसानํ ตีลानํ ตณฺฑุลานํ.
ตเมนนํ จกฺขุมา ปุริโส มุณฺจิตฺวา ปจฺจเวกฺเขยฺย
'อิมะ สาถี, อิมะ วีหี, อิมะ มุคฺคา, อิมะ มาสา, อิมะ ตีลา,
อิมะ ตณฺฑุลา'ตี; เอวเมว โข ภิกฺขเว...

(ที.ม. ๑๐/๓๗๗ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๕ กายานุปัสสนา ปฏิกุศลมนสิการบรรพ

อตถิ อิมสมิ กายเ

เกสา โลมา นขา ทนฺตา ตโจ,

มंसึ นหารู อฏฺฐิ อฏฺฐิมิณฺขํ วกฺกํ,

หทยํ ยกนํ กิโสมกํ ปิหกํ ปปฺผาสํ,

อนตํ อนตคฺคุณํ อฺทริยํ กรีสํ,

ปีตตํ เสမฺหํ ปุพฺโพ โลหิตํ เสโท เมโท,

อสุสุ วสา เขโฬ สิงฺฆาณิกา ลสิกา มุตตํ, **มตฺถเก มตฺถลฺงฺคนฺติ**

(ขุ.ขุ. ทวตฺตีสาการ)

๑.๔ กายานุปัสสนา ปฏิกุศลมนสิการบรรพ

อุบายปฏิกุศลมนสิการ

วจสา มนสา เจว วณฺณสณฺจานโต ทิสสา.

โອกาสโต ปริจฺเฉทา สตฺตชฺคฺคหณํ วิฑฺฑ.

(ขุ.ขุ.อ.)

๑.๕ ธาตุมนสิการบรรพ

๑.๕ กายานุปัสสนา ธาตุมนสิการบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อิมเมว กายํ ยถาจิตํ

ยถาปณฺหิตํ ธาตุโส ปจฺจเวกฺขติ

“อตฺถิ อิมสฺมี กาเย

ปจฺวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ”ติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๘ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๕ กายานุปัสสนา ธาตุมนสิการบรรพ

เสยฺยถาปี ภิกฺขเว ทกฺโข โคฆาตโก วา โคฆาตกนฺเตวาสี วา
คาวี วธิตฺวา จตุมฺมหาปเถ **วิสฺโส ปฏิวิภชิตฺวา** นิสินฺโน อสฺส.
เอวเมว โข ภิกฺขเว ภิกฺขุ อิมเมว กายํ ยถาจิตฺตํ ยถापณฺหิตฺตํ
ธาตฺุสฺส ปจฺจเวกฺขติ ...

(ที.ม. ๑๐/๓๗๘ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ นวสีวณิกบรรพ

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรீรํ
สีวถิกาย ฉฺชทิต्तํ, เอกาหมตฺตํ วา ทวีหมตฺตํ วา
ตีหมตฺตํ วา อุทฺธูมาตกํ วินีลกํ วิปฺพพฺกชาตํ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหฺรติ “อยมปิ โข กาโย
เอวธมฺโม เอวภาวี เอวอนตฺตีโต” ติ...(๖-๑)

(ที.ม. ๑๐/๓๗๙ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ เสยฺยถาปี ปสฺเสยฺย สรீรํ สีวถิกาย
ฉฑฺทิต्तํ, กาเกหิ วา ขชฺชมานํ, กุสเลหิ วา ขชฺชมานํ,
คิชฺฌेमฺหิ วา ขชฺชมานํ, สุวาณฺเหมหิ วา ขชฺชมานํ,
สิงฺคาเลหิ วา ขชฺชมานํ, วิวิเธหิ วา ปาณกชาเตหิ ขชฺชมานํ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหฺรติ “อยมฺปิ โข กาโย

เอวํธมฺโม เอวํภาวี เอวํอนตฺตีโต” ติ...(๗-๒)

(ที.ม. ๑๐/๓๗๙ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ

เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรฺรํ สีวถิกาย ฉชฺชิต्तํ,
อภฺจิสฺสงฺขลิกํ สมํสฺโลหิต्तํ นหารุสมฺพนฺธํ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหฺรติ “อยมฺปิ โข กาโย
เอวํมฺโม เอวํภาวี เอวํอนตฺตีโต” ตี... (๘-๓)

(ที.ม. ๑๐/๓๗๙ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกขเว ภิกขุ

เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรீรํ สีวถิกาย ฉฺชทิตฺตํ,

อฏฺฐจิกสงฺขลิกํ นิมนฺสฺโสหิตมกฺขิตฺตํ นหารุสมฺพนุชฺ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหริตี “อยมฺปิ โข กาโย

เอวํธมฺโม เอวํภาวี เอวํอนตฺตีโต” ตี... (๙-๔)

(ที.ม. ๑๐/๓๗๙ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ

เสยฺยถาปี ปสฺเสยฺย สรீรํ สีวถิกาย ฉฯฑิตํ,

อฏฺฐิสงฺขลิกํ อปคตมํสโลหิตํ นหารุสมฺพนธํ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหริตี “**อยมปิ โข กาโย**

เอวํมโม เอวํภาวี เอวํอนตฺตีโต” ตี... (๑๐-๕)

(ที.ม. ๑๐/๓๗๙ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกขเว ภิกขุ เสยฺยถาปี ปสฺเสยฺย สรீรํ สีวถิกาย
ฉฑฑิตํ, อฏฺฐิกานิ อปคตหารุสมฺพนุธานิ ทิสาวิติสา วิกฺขิตฺตานิ,
อณฺเณน หตฺถฏฺฐิกํ, อณฺเณน ปาทฏฺฐิกํ, อณฺเณน ชงฺฆฏฺฐิกํ,
อณฺเณน อูรฺฏฺฐิกํ, อณฺเณน กฏฺฐิกํ, อณฺเณน ปีฏฺฐิกณฺฏฺฐิกํ,
อณฺเณน ขนฺธฏฺฐิกํ, อณฺเณน คีวฏฺฐิกํ, อณฺเณน หนฺกฏฺฐิกํ,
อณฺเณน ทนฺตฏฺฐิกํ, อณฺเณน สีสกฺกาน्हํ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหริตี

“อยมปิ โข กาโย เอวฺธมฺโม เอวฺภาวี เอวฺอนตฺตีโต” ตี...(๑๑-๖)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวธิกบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ

เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรฺรํ สีวธิกาย ฉฯฑิตํ,

อฏฺฐิกานิ เสตานิ สงฺขวณฺณูปนิภานิ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหริตี “**อยมปิ โข กาโย**

เอวํมโม เอวํภาวี เอวํอนตฺตีโต” ติ...(๑๒-๓)

(ที่.ม. ๑๐/๓๗๙ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

ปุ่น จปรํ ภิกขเว ภิกขุ

เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรீรํ สีวถิกาย ฉชฺชิตํ,

อฏฺฐิกานิ ปุณฺชกิตานิ เตโรวสุสิกานิ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหริตี “อยมปิ โข กาโย

เอวํมโม เอวํภาวี เอวํอนตฺตีโต” ตี...(๑๓-๘)

(ที.ม. ๑๐/๓๗๙ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

ปุณ จปรํ ภิกฺขเว ภิกฺขุ

เสยฺยถาปิ ปสฺเสยฺย สรீรํ สีวถิกาย ฉทฺทิตํ,

อภฺจิกานิ ปุตฺตีนิ จุณฺณกชาตานิ.

โส อิมเมว กายํ อุปสํหริตี “อยมปิ โข กาโย

เอวํมโม เอวํภาวี เอวํอนตฺโต” ตี...(๑๔-๙)

(ที.ม. ๑๐/๓๗๙ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

อิติ **อชฺฌตฺตํ** วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ,
พหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ,
อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา กายเ กายานุปสฺสี วิหฺรติ;
สมุทฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ,
วฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ,
สมุทฺยวฺยธมฺมานุปสฺสี วา กายสฺมี วิหฺรติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๕ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

‘อตุถิ กาโย’ติ วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฺภุจिता โหติ

ยาวเทว **ฌานมตฺตาย ปฺภิสฺสตีมตฺตาย**

อนิสฺสีโต จ วิหฺรติ, น จ กิลฺลิจิ โลกเก อฺปาทียติ.

เอวมฺปิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กาเย กายานุปสฺสี วิหฺรติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๗๕ มหาสติปฺภุชฺฐานสูตร)

๑.๖ - ๑.๑๔ กายานุปัสสนา นวสีวถิกบรรพ

อริยสัจในหมวดนวสีวถิก

นวสีวถิกปริคคาหิกา สติ ทุกฺขสจฺจํ

ตสฺสา สมฺภูจฺจาปิกา ปุริมตณฺหา สมุทฺยสจฺจํ

อุภินฺนํ อปฺปวตฺติ นีโรธสจฺจํ

ทุกฺขปริชานโน สมุทฺยปชฺหโน นีโรธารมฺมโน

อริยมคฺโค มคฺคสจฺจํ.

(ที.ม.อ.)

สรุปกายานุปัสสนา

เอตตาวตา จ อานาปานปพพํ อิริยาปถปพพํ
จตุสมฺปชฌณปพพํ ปฏิกุลมนสิการปพพํ ธาตุมนสิการปพพํ
นวสิวถิกปพพานีติ **จตุทสสปพพา** กายานุปัสสนา นิฏฺฐิตา โหติ.
ตตถ อานาปานปพพํ ปฏิกุลมนสิการปพพนฺติ
อิมานเว ทเว **อปฺปนากมฺมฏฺฐานานิ,**
สิวถิกานํ ปน **อาทีนวานุปัสสนาวเสน** วุตฺตตฺตา,
เสสานิ ทฺวาทสาปี **อุปจารกมฺมฏฺฐานานเวาตี.** (ที.ม.อ.)

สรุปกายานุปัสสนา

ตตถ ยสฺมา อิริยาปถปพฺพํ จตฺตสมฺปชฅณฺณปพฺพํ
ธาตุมนสิการปพฺพนฺติ อิมานิ ตีณิ **วิปสฺสนาวเสน** วุตฺตานิ.
นว สิวถิกปพฺพานิ วิปสฺสนาณาณฺณสุเยว
อาทีนวานุปสฺสนาวเสน วุตฺตานิ.

(ขุ.ขุ.อ.)

สรุปกายานุปัสสนา

ยาปี เจตถ อุทฺธูมาตกาทีสุ สมာธิภาวนา อิจฺฉะยฺย
สา วิสุทฺธิมคฺเค วิตุถารโต **อสุภภาวนา** นิตฺเตเส ปกาสิตาเอว.
อานาปานปพฺพํ ปน ปฏิกูลมนสิการปพฺพณฺเจติ
อิมานะตถ ทเว **สมาธิวเสน** วุตฺตานิ.

(ขุ.ขุ.อ.)

๒. เวทนานุปัสสนา

๒. เวทนานุปัสสนา

กถณฺจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ เวทนาสุ เวทนานุปสฺสี วิหฺรติ.

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ **สุขํ** วา เวทนํ เวทยมาโน

‘สุขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ, (๑)

ทุกฺขํ วา เวทนํ เวทยมาโน

‘ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ, (๒)

อทุกฺขมสุขํ วา เวทนํ เวทยมาโน

‘อทุกฺขมสุขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ; (๓)

(ที.ม. ๑๐/๓๘๐ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๒. เวทนานุปัสสนา

สามีสํ วา สุขํ เวทนํ เวทยมาโน

‘สามีสํ สุขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ, (๔)

นिरามีสํ วา สุขํ เวทนํ เวทยมาโน

‘นिरามีสํ สุขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ, (๕)

สามีสํ วา ทุกฺขํ เวทนํ เวทยมาโน

‘สามีสํ ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ, (๖)

(ที.ม. ๑๐/๓๘๐ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๒. เวทนานุปัสสนา

นिरามิสํ วา ทุกฺขํ เวทนํ เวทยมาโน

‘นिरามิสํ ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ, (๗)

สามิสํ วา อทุกฺขมสุขํ เวทนํ เวทยมาโน

‘สามิสํ อทุกฺขมสุขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ, (๘)

นिरามิสํ วา อทุกฺขมสุขํ เวทนํ เวทยมาโน

‘นिरามิสํ อทุกฺขมสุขํ เวทนํ เวทยามิ’ติ ปชานาติ. (๙)

(ที.ม. ๑๐/๓๘๐ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๒. เวทนานุปัสสนา

อิติ อชฺฌตฺตํ วา เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหฺรติ,
พหิทฺธา วา เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหฺรติ,
อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา เวทนาสุ เวทนานุปัสสี วิหฺรติ;
สมุทฺยธมฺมานุปัสสี วา เวทนาสุ วิหฺรติ,
วฺยธมฺมานุปัสสี วา เวทนาสุ วิหฺรติ,
สมุทฺยวฺยธมฺมานุปัสสี วา เวทนาสุ วิหฺรติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๘๐ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๒. เวทนานุปัสสนา

‘**อตฺถิ เวทนา**’ตี วา ปนสฺส สติ ปจฺจุปฏฺฐิตา โหติ
ยาวเทว ญาณมตฺตาย ปฏฺฐิสฺสตีมตฺตาย.

อนิสฺสีโต จ วิหฺรตี, น จ กิณฺจ โลกเก อฺปาทียตี.

เอวมฺปิ โข ภิกฺขเว ภิกฺขุ เวทนาสุ เวทนานุปสฺสี วิหฺรตี.

(ที.ม. ๑๐/๓๘๐ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๒. เวทนานุปัสสนา

อิทถฺยหิ “โก เวทยติ กสฺส เวทนา ก็ การณา
เวทนา”ติ เอวํ สมุปชานเวทียนํ สนุธาย วุตฺตํ.

(ที.ม.อ.)

๒. เวทนานุปัสสนา

ตตถ โภ เวทยตีติ น โภจิ สตุโต วา ปุคฺคโล วา เวทยตี.
กสฺส เวทนาตี น กสฺสจิ สตุตสฺส วา ปุคฺคลสฺส วา เวทนา.
ก็ การณา เวทนาตี วตุฏฺฐอารมฺมณาว ปนสฺส เวทนา
ตสฺมา เอส เอวํ ปชานาตี “ตํ ตํ สุขาทินํ วตุฏฺฐ อารมฺมณํ
กตฺวา เวทนาว เวทยตี ตํ ปน เวทนาย ปวตฺตี อูปาทาย’
อหํ เวทยามิ’ติ โวหารมตฺตํ โหตี”ติ.

(ที.ม.อ.)

๓. จิตตานุปัสสนา

๓. จิตตานุปัสสนา

กถณฺจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ จิตฺเต จิตฺตานุปสฺสี วิหฺรตี.

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ **สราคํ** วา จิตฺตํ ‘สราคํ จิตฺตณฺ’ตี ปชานาตี,(๑)

วீตฺราคํ วา จิตฺตํ ‘วீตฺราคํ จิตฺตณฺ’ตี ปชานาตี; (๒)

สโทสํ วา จิตฺตํ ‘สโทสํ จิตฺตณฺ’ตี ปชานาตี, (๓)

วீตฺโทสํ วา จิตฺตํ ‘วீตฺโทสํ จิตฺตณฺ’ตี ปชานาตี; (๔)

สโมหํ วา จิตฺตํ ‘สโมหํ จิตฺตณฺ’ตี ปชานาตี, (๕)

วீตฺโมหํ วา จิตฺตํ ‘วீตฺโมหํ จิตฺตณฺ’ตี ปชานาตี; (๖)

(ที.ม. ๑๐/๓๘๑ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๓. จิตตานุปัสสนา

สังขิตตํ วา จิตตํ ‘สังขิตตํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ, (๗)

วิกฺขิตตํ วา จิตตํ ‘วิกฺขิตตํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ; (๘)

มหคฺคตํ วา จิตตํ ‘มหคฺคตํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ, (๙)

อมหคฺคตํ วา จิตตํ ‘อมหคฺคตํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ; (๑๐)

สอฺตฺตรํ วา จิตตํ ‘สอฺตฺตรํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ, (๑๑)

อนฺตฺตรํ วา จิตตํ ‘อนฺตฺตรํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ; (๑๒)

(ที.ม. ๑๐/๓๘๑ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๓. จิตตานุปัสสนา

สมาहित วา จิตฺตํ ‘สมาहितํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ, (๑๓)

อสมาहित วา จิตฺตํ ‘อสมาहितํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ; (๑๔)

วิมุตฺต วา จิตฺตํ ‘วิมุตฺตํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ, (๑๕)

อวิมุตฺต วา จิตฺตํ ‘อวิมุตฺตํ จิตฺตํ’ติ ปชานาติ. (๑๖)

(ที.ม. ๑๐/๓๘๑ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๓. จิตตานุปัสสนา

อิติ อชฺฌตฺตํ วา จิตฺเต จิตฺตานุปสฺสี วิหฺรติ,
พหิทฺธา วา จิตฺเต จิตฺตานุปสฺสี วิหฺรติ,
อชฺฌตฺตพหิทฺธา วา จิตฺเต จิตฺตานุปสฺสี วิหฺรติ;
สมุทฺยธมฺมานุปสฺสี วา จิตฺตสฺมึ วิหฺรติ,
วฺยธมฺมานุปสฺสี วา จิตฺตสฺมึ วิหฺรติ,
สมุทฺยวฺยธมฺมานุปสฺสี วา จิตฺตสฺมึ วิหฺรติ.

(ที.ม. ๑๐/๓๘๑ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๓. จิตตานุปัสสนา

‘อตฺถิ จิตฺตํ’ติ วา ปนฺสฺส สติ ปจฺจุปฺภุจฺจิตา โหติ
ยาวทฺเวว ฅาณมตฺตํ ปภุสฺสตีมตฺตํ.
อนิสฺสีโต จ วิหฺรตี, น จ กิณฺจ โสเก อุปาทิยตี.
เอวมฺปิ โข ภิกฺขเว ภิกฺขุ จิตฺเต จิตฺตานุปสฺสี วิหฺรตี.

(ที.ม. ๑๐/๓๘๑ มหาสติปัฏฐานสูตร)

สวัสดีครับ