

# สมณะวิปัสสนาในพระไตรปิฎก ตอน ๖๕

สุภีร์ ทุมทอง

๒๓ สิงหาคม ๒๕๖๒

## กรรมฐาน ๔๐

๑. กสิณ ๑๐

๒. อสุภะ ๑๐

๓. อนุสสติ ๑๐

๔. อัปมัณฑยา ๔

๕. อรูป ๔

๖. อาหาเร ปฏิกูลสังขยา

๗. จตุธาตววัตถาน

(วิสุทฺธิ.)

# กรรมฐาน

๑. อนุสสติ ๑๐

๒. อัปปมัญญา ๔

๓. อาหาเรปฏิกูลสัญญา

๓.๑ ความสำคัญและอานิสงส์

๓.๒ วิธีเจริญอาหาเรปฏิกูลสัญญา

## อาหาร ๔

๑. กวฬิงการอาหาร = นำรูปมาให้, มีความตั้งใจเป็นภย
๒. ผัสสาหาร = นำเวทนามาให้, มีการเข้าไปใกล้เป็นภย
๓. มโนสัญเจตนาหาร = นำปฐิสนธิมาให้, มีการก่อให้เกิดเป็นภย
๔. วิญญาณาหาร = นำนามรูปมาให้, มีปฐิสนธิเป็นภย

### ๓.๑ ความสำคัญและอานิสงส์

๑. ซื่ออยู่ไม่ว่างจากกณานและทำตามคำสอนพระศาสดา
๒. หยั่งลงสู่อมตธรรม
๓. เป็นไปเพื่อความเบื่อหน่ายจนถึงพระนิพพาน
๔. เป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ
๕. มีเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติเป็นผลานิสงส์
๖. เป็นพระอรหันต์ในชาติปัจจุบันหรือเป็นพระอนาคามี
๗. เป็นธรรมที่ควรทำให้เกิดมีขึ้น
๘. เป็นการดำเนินปฏิบัติทาอย่างหนึ่ง
๙. เจริญประกอบด้วยโพชฌงค์ ๗

# ๑. ชื่ออยู่ไม่ห่างจากฉนวนและทำตามคำสอนพระศาสดา

อจจรราสงฆาตมตตปี เจ ภิกขเว ภิกขุ **อาหारे ปฏิกูลสญญ** ภาเวติ.

อัย วุจจติ ภิกขุ อริตตชฌาโน วิหริติ สตถุสาสนกโร โอวาทปติกโร

อโมฆํ รกฺขปิณฺฑํ ภูณชติ, โภ ปน วาโท, เย นํ พหุสีกโรนติ.

อนิจจสญญ ภาเวติ... อนตตสญญ ภาเวติ... มรณสญญ ภาเวติ...

อาหारे ปฏิกูลสญญ ภาเวติ... สพฺพโลเก อนภิริตีสญญ ภาเวติ...

อฏฺฐิกสญญ ภาเวติ... ปุพฺพกสญญ ภาเวติ... วินีลกสญญ ภาเวติ...

วิจฺฉิทฺทกสญญ ภาเวติ... อุทฺธูมาตกสญญ ภาเวติ. (๘๒-๙๑)

(อง.เอกก. ๒๐/๔๖๓-๔๗๒)

## ๒. หยั่งลงสู่อมตธรรม

ทสยิมา ภิกขเว สยฺหา ภาวิตา พหุสีกตา มหปผลา โหนฺติ

มหานิสฺสา อมโตคธา อมตปริโยसानา. กตมา ทส.

อสฺภสยฺหา มรณสยฺหา อาหาเร ปฏิกูลสยฺหา

สพฺพโลเก อนภิตสยฺหา อนิจฺจสยฺหา อนิจฺเจ ทุกฺขสยฺหา

ทุกฺখে อนตฺตสยฺหา ปหานสยฺหา วิกฺคสยฺหา นโรธสยฺหา.

อิมา โข ภิกขเว ทส สยฺหา ภาวิตา พหุสีกตา มหปผลา โหนฺติ

มหานิสฺสา อมโตคธา อมตปริโยसानา.

(อง.ทสก. ๒๔/๕๖)

## ๒. หยั่งลงสู่อมตธรรม

ทสยิมา ภิกขเว สยฺหา ภาวิตา พหุสีกตา มหปผลา โหนติ  
มหานิสฺสา **อมโตครา อมตปริโยसानา.** กตมา ทส.

อนิจฺจสยฺหา อนตฺตสยฺหา มรณสยฺหา **อาหาเร ปฏิกูลสยฺหา**  
สพฺพโลเก อนภิตสยฺหา อฏฺฐิกสยฺหา ปุพฺพกสยฺหา  
วินิลกสยฺหา วิจฺฉิทฺทกสยฺหา อุทฺธูมาตกสยฺหา.

อิมา โข ภิกขเว ทส สยฺหา ภาวิตา พหุสีกตา มหปผลา โหนติ  
มหานิสฺสา **อมโตครา อมตปริโยसानา.**

(อง.ทสก. ๒๔/๕๗)



### ๓. เป็นไปเพื่อความเบื่อน่ายจนถึงพระนิพพาน

ปณฺจิเม ภิกฺขเว ฌมฺมา ภาวิตา พหุสํกตา **เอกนฺตนิพพิทาย** วิกฺคาย  
นิโรธาย อุปสมาย อภิญญาย สมฺโพธาย นิพพานาย สํวตฺตนฺติ.

กตฺเม ปณฺจ. อิทฺ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อสุภานุปสฺสี กายเ วิหฺรติ,

**อาหาเร ปฏิกูลสญฺญี,** สพฺพโลเก อนภิริตฺติสญฺญี,

สพฺพสงฺขาราเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี,

มรณสญฺญา โข ปนฺสฺส อชฺฌตฺตํ สุปฺภุจิตา โหติ.

(อง.ปณฺจก. ๒๒/๖๙)

## ๔. เป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ

ปณฺจิเม ภิกฺขเว ฌมฺมา ภาวิตา พหุสํกตา **อาสวานํ ขยาย** สํวตฺตนฺติ.

กตฺเม ปณฺจ. อิตฺ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อสุภานุปสฺสี กายเ วิหฺรติ,

**อาหาเร ปฏิกูลสณฺณี,** สพฺพโลเก อนภิตสณฺณี,

สพฺพสงฺขาเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี,

มรณสณฺญา โข ปนฺสส อชฌตฺตํ สุปฺภูจิตา โหติ.

(อง.ปณฺจก. ๒๒/๗๐)

## ๕. มีเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติเป็นผลานิสงส์

ปณฺจิเม ภิกฺขเว ฌมฺมา ภาวิตา พหุลีกตา

เจโตวิมุตฺติผลา จ โหนฺติ เจโตวิมุตฺติผลานิสงฺสา จ,

ปณฺญาวิมุตฺติผลา จ โหนฺติ ปณฺญาวิมุตฺติผลานิสงฺสา จ.

กตเม ปณฺจ.

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อสุภานุปสฺสี กายะ วิหฺรติ, อาหาเร ปฏิกูลสฺสณฺี,

สพฺพโลเก อนภีรตสฺสณฺี, สพฺพสงฺขาเรสุ อนิจฺจानุปสฺสี,

มรณสฺสณฺา โข ปนฺสฺส อชฺฌตฺตํ สุปฺภูจิตา โหติ.

(อง.ปณจก. ๒๒/๗๑)

## ๕. มีเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติเป็นผลานิสงส์

ยงฺกิลฺลิจิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ ทุพฺพลํ คิลานกํ ปญฺจ ฌมา น วิชหนฺติ,  
ตสฺเสตํ ปาฎิกงฺขํ “นจิริสฺเสว อาสวานํ ขยา อนาสวํ เจโตวิมุตฺตี ปญฺญา  
วิมุตฺตี ทิฏฺฐเชว ฌมฺเม สยํ อภิญฺญา สจฺฉิกตฺวา อุปสมฺปชฺช วิหริสฺสตี”ติ.  
กตเม ปญฺจ. อีธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อสุภานุปสฺสี กายเ วิหริตี,  
อาหาเร ปฏิกูลสญฺญี, สพฺพโลเก อนภิริตสญฺญี,  
สพฺพสงฺขาราเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี,  
มรณสญฺญา โข ปนสฺส อชฺฌตฺตํ สุปฺภูจिता โหตี.

(อง.ปญจก. ๒๒/๑๒๑)

## ๒. เป็นพระอรหันต์ในชาติปัจจุบันหรือเป็นพระอนาคามี

โย หิ โภจิ ภิกขเว ภิกขุ วา ภิกขุณี วา ปญจ ฌมเม ภาเวติ,  
ปญจ ฌมเม พหุлікโรติ, ตสฺส ทวินนํ ผลานํ อญฺจตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ  
“**ทิฏฺฐเฐว ฌมเม อญฺญา, สติ วา อุปาติเสเส อนาคามิตา**”ติ.

กตเม ปญจ. อีธ ภิกขเว ภิกขุโน อชฺฌตฺตญฺเฒว สติ สุปฺภูจิตา โหติ,  
ฌมมานํ อุทยตฺถคามินิยา ปญฺญาย อสุภานุปสฺสี กายะ วิหฺรติ,  
อาหาเร ปฏิกูลสญฺญี, สพฺพโลเก อนภีรตสญฺญี,  
สพฺพสงฺขาราเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี.

(อง.ปญจก. ๒๒/๑๒๒)

## ๗. เป็นธรรมที่ควรทำให้เกิดมีขึ้น

กตเม ทส ธมฺมา **อุปฺปาเตตพฺพา.** ทส สญฺญา,

อสุภสญฺญา มรณสญฺญา **อาหาเรปฏิกูลสญฺญา**

สพฺพโลเกอนภิตฺตสญฺญา อนิจฺจสญฺญา

อนิจฺเจ ทุกฺขสญฺญา ทุกฺเข อนตฺตสญฺญา ปหานสญฺญา

วिरาคสญฺญา นิโรธสญฺญา.

อิเม ทส ธมฺมา **อุปฺปาเตตพฺพา.**

(ที.ปา. ๑๑/๓๖๐)

## ๘. เป็นการดำเนินปฏิบัติอย่างหนึ่ง

จตสโส อีมา ภิกขเว ปฏิปทา. กตมา จตสโส. ทุกขา ปฏิปทา ทนฺธาภิญญา,  
ทุกขา ปฏิปทา ขิปฺปาภิญญา, สุขา ปฏิปทา ทนฺธาภิญญา, สุขา ปฏิปทา ขิปฺปาภิญญา.

กตมา จ ภิกขเว **ทุกขา ปฏิปทา** ทนฺธาภิญญา.

อิธ ภิกขเว ภิกขุ อสุภานุปสฺสี กายะ วิหฺรติ **อาหारे ปฏิกุลสญฺญี**

สพฺพโลเก อนภิริตฺตสญฺญี สพฺพสงฺขาระสุ อนิจฺจานุปสฺสี,

มรณสญฺญา โข ปนสฺส อชฌตฺตํ สุปฺภูจิตฺตา โหติ.

โส อิมานิ ปญฺจ เสกฺขพลาณี อุนิสฺสาย วิหฺรติ :

สทฺธาพลํ หิริพลํ โอตฺตปฺปพลํ วีริยพลํ ปญฺญาพลํ.

ตสฺสีมานิ ปญฺจินฺทริยานิ มุฑฺุณี ปาตุภวณฺติ: สทฺธินฺทริยํ...

โส อิมสํ ปญฺจนนํ อินฺทริยานนํ มุฑฺุตา ทนฺธํ อานนฺตรียํ ปาปฺุณาติ อาสวานนํ ขยาย.

(อง.จตุกก. ๒๑/๑๖๓)

## ๙. เจริญประกอบด้วยโพชฌงค์ ๗

อาหारे ปฏิกูลสยบยา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหปฺผลา โหติ มหานิสฺสา.

อาหारे ปฏิกูลสยบยา ภิกฺขเว ภาวิตาย พหุลีกตาย ทฺวินฺนํ ผลานํ

อณฺตરํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ, ทิฏฺฐเชว ฌมฺเม อณฺยา, สติ วา อฺปาทิสเสเส อนาคามิตา.

อาหारे ปฏิกูลสยบยา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหฺโต อตฺถาย สํวตฺตติ.

อาหारे ปฏิกูลสยบยา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหฺโต โยคกฺเขมา ย สํวตฺตติ.

อาหारे ปฏิกูลสยบยา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหฺโต สํเวคาย สํวตฺตติ.

อาหारे ปฏิกูลสยบยา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหฺโต ฆาสุวิหาราย สํวตฺตติ.

(สํ.ม. ๑๙/๒๕๐)



## ๙. เจริญประกอบด้วยโพชฌงค์ ๗

กถํ ภาวิตา จ ภิกฺขเว อหาเร ปฏิกูลสญฺญา กถํ พหุสีกตา  
มฺหโต ผาสุวิหาราย สํวตฺตตี.

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ **อหาเรปฏิกูลสญฺญาสทคตํ สติสมฺโพชฌงค์** ภาวเวตี

วิเวกนิสฺสีตํ วิกฺราคนิสฺสีตํ นิโรธนิสฺสีตํ โวสุสคฺคปริณามิ..

ธมฺมวิจยสมฺโพชฌงค์... วิกฺริยสมฺโพชฌงค์... ปีตติสมฺโพชฌงค์...

ปสุสทฺธิสมฺโพชฌงค์... สมฺมาธิสมฺโพชฌงค์...

อหาเร **ปฏิกูลสญฺญาสทคตํ อูปেকฺขาสมฺโพชฌงค์** ภาวเวตี

วิเวกนิสฺสีตํ วิกฺราคนิสฺสีตํ นิโรธนิสฺสีตํ โวสุสคฺคปริณามิ.

(สํ.ม. ๑๙/๒๕๐)

# กรรมฐาน

๑. อนุสสติ ๑๐

๒. อัปปมัญญา ๔

๓. อาหาเรปฏิกูลสังขยา

๓.๑ ความสำคัญและอานิสงส์

๓.๒ วิธีเจริญอาหาเรปฏิกูลสังขยา

## ๓.๒ วิธีเจริญอาหารเรปฏิกูลสัญญา

ตสมิ ออาหารเร ปฏิกูลาการคฺคหฺนวเสน อุปฺปนฺนา สญฺญา  
อาหารเร ปฏิกูลสญฺญา. ตํ ออาหารเร ปฏิกูลสญฺญํ ภาเวตุกาเมน  
กมฺมฏฺฐานํ อุกฺคเหตฺวา อุกฺคหฺโต เอกปทมฺปิ อวิรชฺฉนฺเตน  
รโหคเตน ปฏิสลฺลีเนน อสิตปีตขายิตสายิตปฺปเภท  
กพพิงฺการาหารเร ทสหากาเรหิ ปฏิกูลตา ปจฺจเวกฺขิตพฺพา.  
เสยฺยถิํ, คมนฺโต ปริเยสนฺโต ปริโภคฺโต อาสยฺโต นิธานฺโต  
อปฺริปกฺกโต ปฺริปกฺกโต ผลฺโต นิสฺสนฺทโต สมฺมกฺขนฺโต.

(วิสุทฺธิ.)

## ๓.๒ วิธีเจริญอาหารเรปฏิกูลสัญญา

### วิธีพิจารณาความน่าเกลียดในอาหาร ๑๐

๑. คมนโต = โดยการเดินทางไปเพื่อหาอาหาร
๒. ปรีเยสนโต = โดยการแสวงหาอาหาร
๓. ปรีโภคโต = โดยการบริโภคอาหาร
๔. อาสยโต = โดยที่อยู่ของอาหาร
๕. นิธานโต = โดยการหมักหมมของอาหาร
๖. อปริปกุกโต = โดยการยังไม่ย่อยของอาหาร
๗. ปรีปกุกโต = โดยการย่อยแล้วของอาหาร
๘. ผลโต = โดยผลของอาหาร
๙. นิสุสนฺทโต = โดยการไหลออกทางทวารต่าง ๆ
๑๐. สมมกฺขนโต = โดยการเปราะเปื้อนสกปรก

สวัสดีครับ