

พรหมจรรย์ ตอนที่ ๙๖

สุภีร์ ทุมทอง

๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๓

กรรมฐาน ๔๐

๑. กสิณ ๑๐

๒. อสุภะ ๑๐

๓. อนุสสติ ๑๐

๔. อัปปมัญญา ๔

๕. อรูป ๔

๖. อาหาเร ปฏิกูลสังขยา

๗. จตุธาตුවัตถาน

(วิสุทธิ.)

กรรมฐาน

๑. อนุสสติ ๑๐

๒. อัปปมัญญา ๔

๓. อาหาเรปฏิกูลสัญญา

๓.๑ ความสำคัญและอานิสงส์

๓.๒ วิธีเจริญอาหาเรปฏิกูลสัญญา

อาหาร ๔

๑. กวฬิงการอาหาร = นำรูปมาให้, มีความติดใจเป็นภัย
๒. ผัสสอาหาร = นำเวทนามาให้, มีการเข้าไปใกล้เป็นภัย
๓. มโนสัณฺเจตนาหาร = นำปฐิสฺสนธิมาให้, มีการก่อให้เกิดเป็นภัย
๔. วิญญาณาหาร = นำนามรูปมาให้, มีปฐิสฺสนธิเป็นภัย

๓.๑ ความสำคัญและอานิสงส์

๑. ซื่ออยู่ไม่วางจากमानและทำตามคำสอนพระศาสดา
๒. ทำให้หยั่งลงสู่อมตธรรม
๓. เป็นไปเพื่อความเปื้อนหายจนถึงพระนิพพาน
๔. เป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ
๕. มีเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติเป็นผลานิสงส์
๖. เป็นพระอรหันต์ในชาติปัจจุบันหรือเป็นพระอนาคามี
๗. เป็นธรรมที่ควรทำให้เกิดมีขึ้น
๘. เป็นการดำเนินปฏิบัติอย่างหนึ่ง
๙. เจริญประกอบด้วยโพชฌงค์ ๗

๑. ชื่ออยู่ไม่ห่างจากมานและทำตามคำสอนพระศาสดา

อจฺฉราสงฺฆาตมตฺตํปี เจ ภิกฺขเว ภิกฺขุ **อาหาเร ปฏิกูลสฺสญํ** ภาเวติ.

อโย วุจฺจติ ภิกฺขุ อริตฺตชฺฌาโน วิหฺรติ สตฺถุสาสนกโร โอวาทปติกโร

อโมฆํ รกฺขปิณฺฑํ ญฺลชติ, โก ปน วาโท, เย นํ พหุสฺสีกโรนฺติ.

อนิจฺจสฺสญํ ภาเวติ... อนตฺตสฺสญํ ภาเวติ... มรณสฺสญํ ภาเวติ...

อาหาเร ปฏิกูลสฺสญํ ภาเวติ... สพฺพโลเก อนภิริตฺติสฺสญํ ภาเวติ...

อฏฺฐิกสฺสญํ ภาเวติ... ปุพฺพกสฺสญํ ภาเวติ... วินีลกสฺสญํ ภาเวติ...

วิจฺฉิทฺทกสฺสญํ ภาเวติ... อุทฺธูมาตกสฺสญํ ภาเวติ. (๘๒-๙๑)

(อง.เอกก. ๒๐/๔๖๓-๔๗๒)

๒. ทำให้หยั่งลงสู่อมตธรรม

ทสยิมา ภิกฺขเว สลฺยงา ภาวิตา พหุสํกตา มหปฺผลา โหนฺติ

มหานิสรํสา อมโตครธา อมตปริโยสานา. กตมา ทส.

อสุภสลฺยงา, มรณสลฺยงา, อาหาเร ปฏิกูลสลฺยงา,

สพฺพโลเก อนภิตสลฺยงา, อนิจฺจสลฺยงา, อนิจฺเจ ทุกฺขสลฺยงา,

ทุกฺখে อนตฺตสลฺยงา, ปหानสลฺยงา, วิกฺราศสลฺยงา, นิโรธสลฺยงา.

อิมา โข ภิกฺขเว ทส สลฺยงา ภาวิตา พหุสํกตา มหปฺผลา โหนฺติ

มหานิสรํสา อมโตครธา อมตปริโยสานา.

(อง.ทสก. ๒๔/๕๖)

๒. ทำให้หยั่งลงสู่อมตธรรม

ทสยิมา ภิกขเว สยฺหา ภาวิตา พหุสีกตา มหปฺผลา โหนฺติ
มหานิสรํสา **อมโตครา อมตปริโยसानา**. กตมา ทส.

อนิจฺจสยฺหา อนตฺตสยฺหา มรณสยฺหา **อาหาเร ปฏิกูลสยฺหา**
สพฺพโลเก อนภีรตสยฺหา อฏฺฐิกสยฺหา ปุพฺพวกสยฺหา
วินีลกสยฺหา วิจฺฉิหฺตกสยฺหา อุทฺธูมาตกสยฺหา.

อิมา โข ภิกขเว ทส สยฺหา ภาวิตา พหุสีกตา มหปฺผลา โหนฺติ
มหานิสรํสา **อมโตครา อมตปริโยसानา**.

(อง.ทสก. ๒๔/๕๗)

๓. เป็นไปเพื่อความเบื่อน่ายจนถึงพระนิพพาน

ปณฺจิเม ภิกฺขเว ฌมฺมา ภาวิตา พหุลีกตา **เอกนฺตนิพพิทาย** วิจารณ์าย
นิโรธาย อุปสมาย อภิญญาย สมฺโพธาย นิพพานาย สํวตฺตนฺติ.
กตเม ปณฺจ. อิตฺ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อสุภานุปสฺสี กาเย วิหฺรติ,
อาหาเร ปฏิกูลสยฺยิ, สพฺพโลเก อนภิริตฺติสยฺยิ,
สพฺพสงฺขาราเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี,
มรณสยฺยวา โข ปนสฺส อชฺฌตฺตํ สุปฺปจฺจิตา โหติ.

(อง.ปณจก. ๒๒/๖๙)

๔. เป็นไปเพื่อความสิ้นอาสวะ

ปณฺธิเม ภิกฺขเว ฌมฺมา ภาวิตา พหุสํกตา **อาสวานํ ขยาย** สํวตฺตนฺติ.
กตเม ปณฺจ. อิตฺ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อสุภานุปสฺสี กาเย วิหฺรติ,
อาหาเร ปฏิกูลสญฺญี, สพฺพโลเก อนภิริตสญฺญี,
สพฺพสงฺขาเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี,
มรณสญฺญา โข ปนสฺส อชฺฌตฺตํ สุปฺปจิตา โหติ.

(อง.ปณฺจก. ๒๒/๗๐)

๕. มีเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติเป็นผลานิสงส์

ปณฺจิเม ภิกฺขเว ฌมฺมา ภาวิตา พหุลีกตา

เจโตวิมุตติผลา จ โหนฺติ เจโตวิมุตติผลานิสงฺสา จ,

ปณฺญาวิมุตติผลา จ โหนฺติ ปณฺญาวิมุตติผลานิสงฺสา จ.

กตเม ปณฺจ.

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อสุภานุปสฺสี กาเย วิหฺรติ, อาหาเร ปฏิกูลสฺสณฺี,

สพฺพโลเก อนภิตสฺสณฺี, สพฺพสงฺขาเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี,

มรณสฺสณฺา โข ปนสฺส อชฺฌตฺตํ สุปฺภูจिता โหติ.

(อง.ปณจก. ๒๒/๗๑)

๕. มีเจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติเป็นผลานิสงส์

ยงฺกิลฺลิจิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ ทุพฺพลํ คิลานกํ ปญฺจ ฌมฺมา น วิชฺชนฺติ,
ตสฺสเสตํ ปาฏิกงฺขํ “นจิริสฺสเสว อาสวานํ ขยา อนาสวํ เจโตวิมุตฺติ
ปญฺญาวิมุตฺติ ทิฏฺฐเชว ฌมฺเม สยํ อภิญฺญา สจฺฉิกตฺวา อุปสมฺปชฺช
วิหริสฺสตี”ติ. กตเม ปญฺจ.

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ อสุภานุปสฺสี กายเ วิหริติ,
อาหาเร ปฏิกูลสญฺญี, สพฺพโลเก อนภิริตสญฺญี,
สพฺพสงฺขาเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี,
มรณสญฺญา โข ปนสฺส อชฺฌตฺตํ สุปฺปจิตา โหติ.

(องฺ.ปญฺจก. ๒๒/๑๒๑)

๖. เป็นพระอรหันต์ในชาติปัจจุบันหรือเป็นพระอนาคามี

โย หิ โกจิ ภิกฺขเว ภิกฺขุ วา ภิกฺขุณี วา ปญฺจ ฌมฺเม ภาวะติ,
ปญฺจ ฌมฺเม พหุสีกโรติ, ตสฺส ทวินํ ผลานํ อญฺญตรํ ผลํ ปาฎิกงฺขํ
“ทิฏฺฐะว ฌมฺเม อญฺญา, สติ วา อุปาติเสเส อนาคามิตา”ติ.

กตเม ปญฺจ. อิท ภิกฺขเว ภิกฺขุโน อชฺฌตฺตยเณว สติ สุปฺปจิตา โหติ,
ธมฺมานํ อุทฺยตฺถคามินิยา ปญฺญาย อสุภานุปสฺสี กาเย วิหริติ,
อาหาเร ปฏิกูลสยฺยิ, สพฺพโลเก อนภิริตสยฺยิ,
สพฺพสงฺขาเรสุ 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

จตสฺสโส อีมา ภิกฺขเว ปฏิปทา. กตมา จตสฺสโส.

ทุกฺขา ปฏิปทา ทนฺธาภินฺญา,

ทุกฺขา ปฏิปทา ชิปปาภินฺญา,

สุขา ปฏิปทา ทนฺธาภินฺญา,

สุขา ปฏิปทา ชิปปาภินฺญา.

(องฺ.จตุกก. ๒๑/๑๖๓)

๘. เป็นการดำเนินปฏิบัติอย่างหนึ่ง

กตมา จ ภิกขเว **ทุกขา ปฏิปทา** ทนฺธาภินฺญา.

อิธ ภิกขเว ภิกขุ อสุภานุปสฺสี กาเย วิหฺรติ **อาหาเร ปฏิกุลลสฺส**

สพฺพโลเก อนภิตฺตสฺส สพฺพสงฺขาเรสุ อนิจฺจานุปสฺสี,

มรณสฺสวณฺสา โข ปนสฺส อชฺฌตฺตํ สุปฺปจฺจิตา โหติ.

โส อิมานิ ปณฺจ เสกฺขพลาณิ อุปนิสฺสาย วิหฺรติ :

สทฺธาพลํ หิริพลํ โอตฺตปฺปพลํ วีริยพลํ ปณฺญาพลํ.

ตสฺสึมานิ ปณฺจอินฺทริยานิ มุทฺธุ นิ ปาตุภวณฺติ: สทฺธิอินฺทริยํ...

โส อิมํสํ ปณฺจณฺนํ อินฺทริยานํ มุทฺตุตา ทนฺธํ อานนฺตริยํ

ปาปฺปณาติ อาสวานํ ขยาย.

(อง.จตุกก. ๒๑/๑๖๓)

๙. เจริญประกอบกับโพชฌงค์ ๗

อาหาเร ปฏิกูลสยบวา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหปฺผลา โหติ มหานิสฺสา.
อาหาเร ปฏิกูลสยบวา ภิกฺขเว ภาวิตาย พหุลีกตาย ทฺวินฺนํ ผลานํ
อณฺณตรํ ผลํ ปาฏิกงฺขํ, ทิฏฺฐเชว ฌมฺเม อณฺณา, สติ วา อฺปาทีเสเส อนาคามิตา.
อาหาเร ปฏิกูลสยบวา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหฺโต อตฺถาย สํวตฺตติ.
อาหาเร ปฏิกูลสยบวา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหฺโต โยคกฺเขมาย สํวตฺตติ.
อาหาเร ปฏิกูลสยบวา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหฺโต สํเวคาย สํวตฺตติ.
อาหาเร ปฏิกูลสยบวา ภิกฺขเว ภาวิตา พหุลีกตา มหฺโต ฆาสุวิหาราย สํวตฺตติ.

(สํ.ม. ๑๙/๒๕๐)

๙. เจริญประกอบกับโพชฌงค์ ๗

กถํ ภาวิตา จ ภิกฺขเว อหาเร ปฏิกูลสยฺยา กถํ พหุสํกตา
มฺหโต ผาสฺววิหาราย สํวตฺตติ.

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ **อหาเรปฏิกูลสยฺยาสหคตํ สติสมฺโพชฌงค์** ภาวเตติ

วิเวกนิสฺสิตํ วิกฺราคนิสฺสิตํ นิโรธนิสฺสิตํ โวสุสคฺคปริณามิ..

ธมฺมวิจยสมฺโพชฌงค์... วิริยสมฺโพชฌงค์... ปีติสมฺโพชฌงค์...

ปสฺสทฺธิสมฺโพชฌงค์... สมาธิสมฺโพชฌงค์...

อหาเร **ปฏิกูลสยฺยาสหคตํ อูปะกฺขาสมฺโพชฌงค์** ภาวเตติ

วิเวกนิสฺสิตํ วิกฺราคนิสฺสิตํ นิโรธนิสฺสิตํ โวสุสคฺคปริณามิ.

(สํ.ม. ๑๙/๒๕๐)

กรรมฐาน

๑. อนุสสติ ๑๐

๒. อัปปมัญญา ๔

๓. อาหาเรปฏิกูลสัญญา

๓.๑ ความสำคัญและอานิสงส์

๓.๒ วิธีเจริญอาหาเรปฏิกูลสัญญา

๓.๒ วิธีเจริญอาหารเรปฏิกูลสัญญา

ตสมิ ออาหารเร ปฏิกูลาการคฺคหฺนวเสน อุปฺปนฺนา สฺนฺยา
อาหารเร ปฏิกูลสฺนฺยา. ตํ ออาหารเร ปฏิกูลสฺนฺมํ ภาเวตุกาเมน
กมฺมฏฺฐานํ อุกฺคเหตฺวา อุกฺคหฺโต เอกปทมฺปิ อวิรชฺฉนฺเตน
รโหคเตน ปฏิสลฺลีเนน อสิตปีตขายิตสายิตปฺปเภเท
กพฺพิงฺการาหาราเร ทสหากาเรหิ ปฏิกูลตา ปจฺจเวกฺขิตพฺพา.
เสยฺยถิํ, คมนฺโต ปริเยสนฺโต ปริโหคฺโต อาสยฺโต นิธานฺโต
อปฺริปกฺกโต ปฺริปกฺกโต ผลฺโต นิสฺสนฺทโต สมฺมกฺขนฺโต.

(วิสุทฺธิ.)

๓.๒ วิธีเจริญอาหารเรปฏิกุลสัญญา

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