

วิธีการฝึกสัมปชัญญะ



สุภีร์ ทุมทอง

๑๐ กันยายน ๒๕๖๐

วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ
๒. สภาวะและประเภท
๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ

สโต ภิกขเว ภิกขุ วิหเรยฺย **สัมปชานโน**,
อโย โว อมฺหากํ อนฺุสาสนี.

(สํ.ม. ๑๙/๓๖๘ สติสูตร)

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ

โส อมิณา จ อริเยน สีสกฺขนุเรน สมนุนาคโต,

อมิณา จ อริเยน อินฺทฺริยสํวเรน สมนุนาคโต,

อมิณา จ อริเยน **สติสัมปชฌณฺเณ** สมนุนาคโต,

อิมาย จ อริยาย สนฺตุฏฺฐิจิยา สมนุนาคโต;

โส วิวิตฺตํ เสนาสนํ ภาชติ อรณฺณํ รุกฺขมฺูลํ ปพฺพตํ

กนฺทรํ คิริคฺุหํ สุसानํ วนปตฺถํ อพฺโภกาสํ ปลาตปฺลูชํ.

(ที.สี. ๙/๒๑๖ สามัญญผลสูตร)

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ

ยโต โข พุราหุมนณ ภิกขุ ชาคริยํ อนุยุตโต โหติ,
ตเมนนํ ตถาคโต อุตฺตริ วิเนติ “เอहि ตวํ ภิกขุ
สติสัมปชฌเณน สมนุนาคโต โหหิ...”

(ม.อ. ๑๔/๗๕ คณกโมคคัลลานสูตร)

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ

ยโต โข พุราหมณ ภิกขุ สติสัมปชฌเณน
สมนุनाคโต โหติ, ตเมनํ ตถาคโต อุตฺตริ วิเนติ
“เอहि ตวํ ภิกขุ วิวิต्तํ เสนาสนํ ภาชาหิ อरणญํ
รुकขมุลํ ปพฺพตํ กนฺทรํ คิริคฺุหํ สุसानํ วณปตถํ
อพฺโภกาสํ ปลาตปฺลฺชนุ”ติ.

(ม.อ. ๑๔/๗๕ คณกโมคคัลลานสูตร)

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุ กายเ ย กายานุปสฺสี วิหฺรติ

อาตาปี **สัมปชาโน** สติมา

วิเนยฺย โลกเ อภิชฺฌาโทมนสฺสํ,

(ที.ม. ๑๐/๓๗๓ มหาสติปัฏฐานสูตร)

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ

กตมณฺจ ภิกฺขเว สตินฺทริยํ.

อิธ ภิกฺขเว อริยสาวโก สติมา โหติ

ปรเมน สติเนปกฺเคน สมนฺนาคโต,

จिरกตํปี จिरภาสิตํปี สริตา อนุสฺสริตา.

อิทํ วุจฺจติ ภิกฺขเว สตินฺทริยํ.

(สํ.ม. ๑๙/๔๗๙ ปฐมวิภังคสูตร)

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ

ตตถ กตโม สติสมุโพชฌงโค.

อิธ ภิกขุ สติมา โหติ

ปรเมน สติเนปกุเกณ สมนุนาคโต

จिरกตมปิ จिरภาสิตมปิ สริตา โหติ อนุสุสริตา.

อัย วุจฺจติ สติสมุโพชฌงโค.

(อภ.วิ. ๓๕/๔๖๗ สุตตันตภาชนีย์)

วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ
๒. สภาวะและประเภท
๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

๒. สภาวะและประเภท

กตมํ ตสฺมึ สมเย ปณฺณินฺทริยํ โหติ. ยํ ตสฺมึ สมเย
ปณฺณา ปชานนา วิจโย ปวิจโย ฌมฺมวิจโย สลลกฺขณา
อุปลกฺขณา ปจฺจุปลกฺขณา ปณฺทิจฺจํ โกสลลํ เนปฺยุณํ
เวภพฺยา จินฺตา อุปปริกฺขา ฐี เมธา ปริณายิกา วิปสฺสนา
สมฺปชฺยุณํ ปโตโท ปณฺณา ปณฺณินฺทริยํ ปณฺณาพลํ
ปณฺณาตฺถํ ปณฺณาปาสาโท ปณฺณาอาโลโก ปณฺณาโอภาโส
ปณฺณาปชฺโชโต ปณฺณารตฺนํ อโมโห ฌมฺมวิจโย สมฺมาทิฏฺฐิ.
อิทํ ตสฺมึ สมเย ปณฺณินฺทริยํ โหติ.

(อภ.สํ. ๓๔/๑๖)

๒. สภาวะและประเภท

สัมปชัญญะ ๔ ประเภท

- (๑) สาทถกสัมปชัญญะ
- (๒) สัมปายสัมปชัญญะ
- (๓) โคจรสัมปชัญญะ
- (๔) อสัมโมหสัมปชัญญะ

(ม.มฺว.อ.)

วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

๑. ความสำคัญของสัมปชัญญะ
๒. สภาวะและประเภท
๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

เอวเมว โข พุราหุมนฺ ตถาคโต ปุริสทมมํ ลภิตฺวา
ปจฺมํ เอวํ วิเนติ “เอหิ ตฺวํ ภิกฺขุ สีลฺวา โหหิ,...

ตเมนํ ตถาคโต อุตฺตริ วิเนติ

“เอหิ ตฺวํ ภิกฺขุ อินฺทริเยสุ कुตฺตทฺวาโร โหหิ,...

ตเมนํ ตถาคโต อุตฺตริ วิเนติ

“เอหิ ตฺวํ ภิกฺขุ โภชเน มตฺตถฺยญฺ โหหิ,...

(ม.อ. ๑๔/๗๕ คณกโมคคัลลานสูตร)

๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

ตเมन्द्र ตถาคโต อุตฺตริ วิเนติ

“เอहि ตวํ ภิกฺขุ **ชาคริยํ อนุยฺตุโต** วิหฺราหิ,...

ตเมन्द्र ตถาคโต อุตฺตริ วิเนติ

“เอहि ตวํ ภิกฺขุ **สตีสมฺปชจเณน สมฺนฺนาคโต** โหหิ,

(ม.อ. ๑๔/๗๕ คณกโมคคัลลานสูตร)

๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

อภิกกนฺเต ปฏิกกนฺเต **สมฺปชานการี**,
อาโลกิเต วิโลกิเต สมฺปชานการี,
สมิณฺชิเต ปสาริเต สมฺปชานการี,
สงฺฆมาภฺปิตฺตจิวรธารणे สมฺปชานการี,
อสีเต ปีเต ขายิเต สายิเต สมฺปชานการี,
อุจฺजारปสฺสาวกมฺเม สมฺปชานการี,

(ม.อ. ๑๔/๗๕ คณกโมคคัลลานสูตร)

๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

คเต จิต นิสินฺเน สุตเต ชาคริตे ภาสีเต

ตุณ्हีภาเว **สัมปชานการี**.

(ม.อ. ๑๔/๗๕ คณกโมคคัลลานสูตร)

๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

อตฺถิ ภิกฺขเว สมာธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา

ทิวฺจธมฺมสุขวิหาราย สํวตฺตติ,

อตฺถิ ภิกฺขเว สมာธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา

ฌานทสฺสนปฺปฎฺฐิสาย สํวตฺตติ,

อตฺถิ ภิกฺขเว สมာธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา

สติสมฺปชจณาย สํวตฺตติ,

อตฺถิ ภิกฺขเว สมာธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา

อาสวานํ ขยาย สํวตฺตติ.

(อ.จตุกก. ๒๑/๔๑ สมာธิภาวนาสูตฺร)

๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

กตมา จ ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา
สติสัมปชัญญาย สํวตฺตตี.

อิธ ภิกฺขเว ภิกฺขุโน วิทิตา **เวทนา** อุปฺปชฺชนฺตี,
วิทิตา อุปฺปฏฺฐนฺตี, วิทิตา อพฺภตฺถํ คจฺฉนฺตี.

วิทิตา **สณฺหา** อุปฺปชฺชนฺตี, วิทิตา อุปฺปฏฺฐนฺตี,
วิทิตา อพฺภตฺถํ คจฺฉนฺตี.

(อ.จตุกก. ๒๑/๔๑ สมาธิภาวนาสูตฺร)

๓. วิธีการฝึกสัมปชัญญะ

วิทิตา **วิตกกา** อุปฺปชฺชนฺติ, วิทิตา ติฏฺฐนฺติ,
วิทิตา อพฺภตฺถํ คจฺฉนฺติ.

อโย ภิกฺขเว สมาธิภาวนา ภาวิตา พหุลีกตา
สติสมฺปชจณาย สํวตฺตตี.

(อ.จตุกก. ๒๑/๔๑ สมาธิภาวนาสูตฺร)

สวัสดีครับ