

# อนุสสติ ๖ ตอนที่ ๓

สุภีร์ ทุมทอง

๑๓ ตุลาคม ๒๕๖๒

# อนุสสติ ๖

๑. พุทธธานุสสติ

๒. ธรรมธานุสสติ

๓. สังฆธานุสสติ

๔. สีลธานุสสติ

๕. จาคธานุสสติ

๖. เทวตธานุสสติ

## ๑. คุณประโยชน์และอานิสงส์

- ๑.๑ เชื่อว่าไม่ว่างจากฌานและทำตามคำสอนของพระศาสดา
- ๑.๒ เป็นไปเพื่อเบื่อหน่ายโดยส่วนเดียว.. นิพพาน
- ๑.๓ เป็นธรรมที่ควรเจริญ
- ๑.๔ เป็นเครื่องอยู่โดยมากของอริยสาวก
- ๑.๕ ทำให้จิตออกจากกามคุณ
- ๑.๖ ได้อยู่กับสิ่งดีงามประเสริฐ
- ๑.๗ ทำให้ละความกลัวได้
- ๑.๘ เป็นสิ่งควรอนุเคราะห์กันเพื่อไม่ให้ตกอบาย
- ๑.๙ เป็นหวังบุญกุศลนำสุขมาให้
- ๑.๑๐ ให้วิบากเลิศเกิดแก่ผู้เลื่อมใสในสิ่งเลิศ

## ๑.๑๑ อานิสงส์ของพุทธธานุสสติ

- (๑) มีความเคารพยำเกรงในพระศาสดา
- (๒) ถึงความไพบูรณ์ด้วยศรัทธา สติ ปัญญา และบุญ
- (๓) มากด้วยปีติและปราโมทย์
- (๔) ทนต่อความกลัวและความหวาดหวั่นได้
- (๕) สามารถอดกลั้นต่อความทุกข์
- (๖) ได้ความรู้ลึกว่าอยู่ใกล้ชิดกับพระศาสดา

(วิสุทธิ.)

## ๑.๑๑ อานิสงส์ของพุทธธานุสสติ

- (๗) สรีระของผู้เจริญพุทธธานุสสติควรต่ออายุชาเหมือนนเจตีย์
- (๘) จิตน้อมไปในพุทธภูมิ
- (๙) เมื่อประสบกับสิ่งที่จะละเมิด หิริและโอตตัตปปะ  
ย่อมเกิดขึ้นเหมือนกับเห็นพระศาสดาอยู่ต่อหน้า
- (๑๐) เมื่อยังไม่บรรลुकุณเบื้องสูงจะมีสุคติในเบื้องหน้า  
(วิสุทฺธิ.)

# อนุสสติ ๖

๑. พุทธธานุสสติ

๒. ธรรมธานุสสติ

๓. สังฆธานุสสติ

๔. สีลธานุสสติ

๕. จาคธานุสสติ

๖. เทวตธานุสสติ

## ๒.๑ อานิสงส์ของธัมมานุสสติ

- (๑) สตถริ สคารโว โหติ สปปติสโส.
  - (๒) ธมฺเม ครุจิตฺตีกาโร สทฺธาทีเวปุลฺลํ อธิคจฺจติ.
  - (๓) ปีติปาโมชฺชพฺหุโล โหติ.
  - (๔) ภัยภราวสโห.
  - (๕) ทุกฺขาธิवासนสมตฺโถ.
  - (๖) ธมฺเมน สํวาสสณฺณํ ปฏฺฐิลภติ.
- (วิสุทฺธิ.)

## ๒.๑ อานิสงส์ของธัมมานุสสติ

(๗) ธมฺมคฺณานุสฺสตียา อชฺฌา วุฏฺฐญฺจ สฺส สรীরมฺปิ เจตียฆรมิว ปุชารหิ โหติ.

(๘) อนุตฺตรธมฺมาธิคฺมาย จิตฺตํ นมตี.

(๙) วิตีกกมิตพฺพวตฺถุสฺมาโยเค จสฺส ธมฺมสุธมฺมตํ สมนุสฺสรโต หิโรตฺตปฺปิ  
ปจฺจุปฺภูจาทิ.

(๑๐) อุตฺตริ อปฺปฏฺวิชฺฌนฺโต ปน สุกฺติปรายโน โหติ.

(วิสุทฺธิ.)



## ๒.๑ อานิสงส์ของธัมมานุสสติ

- (๑) เป็นผู้มีความเคารพยำเกรงในพระศาสดา
- (๒) ผู้จิตเคารพในพระธรรมย่อมถึงความไพบูลย์ด้วยศรัทธาเป็นต้น
- (๓) เป็นผู้มากด้วยปีติและปราโมทย์
- (๔) เป็นผู้ทนต่อความกลัวและความหวาดหวั่นได้
- (๕) เป็นผู้สามารถอดกลั้นต่อความทุกข์ได้
- (๖) ได้รับความรู้สึกว่าอยู่ร่วมกับพระธรรม

(วิสุทธิ.)

## ๒.๑ อานิสงส์ของธัมมานุสสติ

- (๗) สรีระของผู้เจริญธัมมานุสสติควรต่อกรบูชาเหมือนนเจตีย์
- (๘) จิตน้อมไปเพื่อบรรลุถึงธรรมที่สูงที่สุด
- (๙) เมื่อประสบกับสิ่งที่จะละเมิด หิริและโอตตัมปะย้อมเกิด  
ขึ้น แก่บุคคลผู้ระลึกถึงความเป็นธรรมดีของพระธรรม
- (๑๐) เมื่อยังไม่บรรลุคุณเบื้องสูงจะเป็นผู้มีสุดดีในเบื้องหน้า  
(วิสุทฺธิ.)

## ๒.๒ วิธีเจริญธัมมานุสสติ

- (๑) สุวากุขาโต ภควตา ธมฺโม,
- (๒) สนฺทิจฺฉิโก, (๓) อกาลิโก, (๔) เอหิปสฺสีโก,
- (๕) โอปนยิโก, (๖) ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญญูหิ.

บทที่ ๑ หมายถึง ปริยัติธรรม กับ โลกุตตรธรรม

บทที่ ๒ - ๖ หมายถึง โลกุตตรธรรมเท่านั้น

## (๑) สุวากุขาโต ภควตา ธมฺโม

๑. **ปริยัติธรรม** เป็นสุวากุขาตธรรม เพราะ

๑.๑ เป็นธรรมอันงามในเบื้องต้น งามในท่ามกลาง

งามในที่สุด ถึงพร้อมด้วยอรรถะ ถึงพร้อมด้วย

พยัญชนะ ประกาศพรหมจรรย์บริบูรณ์ครบถ้วน

และบริสุทธิ์

๑.๒ ไม่มีอรรถะวิปลาสคลาดเคลื่อน

## (๑) สุวากุขาโต ภควตา ธมโม

- **คาถาเดียว**, งามในเบื้องต้นด้วยบาทแรก  
งามในท่ามกลางด้วยบาทที่ ๒ และบาทที่ ๓ งามในที่สุดด้วยบาทสุดท้าย
- **พระสูตรที่มีอนุสนธิเดียว**, งามในเบื้องต้นด้วยคำแสดงเหตุความเป็นมา  
งามในที่สุดด้วยคำสรุปลงท้าย งามในท่ามกลางด้วยคำที่เหลือ
- **พระสูตรที่มีอนุสนธิหลายอย่าง**, งามในเบื้องต้นด้วยอนุสนธิแรก  
งามในที่สุดด้วยอนุสนธิท้าย งามในท่ามกลางด้วยอนุสนธิที่เหลือ

## (๑) สุวากุขาโต ภควตา ธมโม

- ชื่อว่า **งามในเบื้องต้น** เพราะมีทั้งคำแสดงความเป็นมา และคำแสดงเหตุเกิดขึ้น ชื่อว่า **งามในท่ามกลาง** เพราะเนื้อความ ไม่ผิดพลาด และเพราะประกอบไปด้วยคำชี้เหตุและยกตัวอย่าง ตามสมควรแก่เวไนยสัตว์ทั้งหลาย และชื่อว่า **งามในที่สุด** ด้วยคำสรุปลงท้ายอันยังความได้ศรัทธาให้เกิดแก่ผู้ฟังทั้งหลาย

## (๑) สุวากุขาโต ภควตา ธมโม

- ศาสนธรรมแม้ทั้งสิ้น **งามในเบื้องต้น** ด้วยศีลอันเป็นรากฐานของตน  
**งามในท่ามกลาง** ด้วยสมณะวิปัสสนาและมรรคผล **งามในที่สุด** ด้วยพระนิพพาน  
หรือ งามในเบื้องต้นด้วยศีลและสมาธิ งามในท่ามกลางด้วยวิปัสสนาและมรรค  
งามในที่สุดด้วยผลและนิพพาน  
หรือ งามในเบื้องต้นด้วยความตรัสรู้ดีของพระพุทธเจ้า งามในท่ามกลาง  
ด้วยความเป็นธรรมดีของพระธรรม งามในที่สุดด้วยความปฏิบัติดีของพระสงฆ์  
หรือ งามในเบื้องต้นด้วยอภิสัมโพธิ งามในท่ามกลางด้วยปัจเจกสัมโพธิ  
งามในที่สุดด้วยสาวกโพธิ อันบุคคลผู้ได้ฟังศาสนธรรมนั้นแล้วปฏิบัติเพื่อความ  
เป็นอย่างนั้นจะพึงบรรลุได้

## (๑) สุวากุขาโต ภควตา ธมโม

- ศาสนธรรมนั้น เมื่อบุคคลฟังอยู่ ก็นำความงามมาให้ได้โดยแท้  
แม้ด้วยการฟังโดยข่มนิวรณ์ได้ เพราะเหตุนั้น จึงชื่อว่า **งามในเบื้องต้น**  
เมื่อบุคคลปฏิบัติอยู่ ก็นำความงามมาให้ได้แม้ด้วยการปฏิบัติ  
โดยนำความสุขในสมณะและสุขในวิปัสสนามาให้ เพราะเหตุนั้น จึงชื่อว่า  
**งามในท่ามกลาง** และเมื่อบุคคลปฏิบัติแล้วอย่างนั้น ครั้นผลแห่งการปฏิบัติ  
สำเร็จแล้ว ก็ย่อมนำความงามมาให้ได้ด้วยผลแห่งการปฏิบัติ  
โดยนำความเป็นบุคคลผู้คงที่ไม่หวั่นไหวมาให้ เพราะเหตุนั้น  
จึงชื่อว่า **งามในที่สุด**



## (๑) สุวากุขาโต ภควตา ธมโม

๒. **โลกุตตรธรรม** เป็นสุวากุขาตธรรม เพราะ

๒.๑ โลกุตตรธรรม, มีข้อปฏิบัติเหมาะสมกับพระนิพพาน  
และพระนิพพานเหมาะสมกับข้อปฏิบัติ

๒.๒ อริยมรรค, เป็นมัชฌิมปฏิปทา  
ไม่เข้าไปในชั่วผิดพลาดทั้งสองด้าน

๒.๓ สามัญญผล, เป็นที่สงบระดับของกิเลสทั้งหลาย

๒.๔ นิพพาน, เป็นภาวะเที่ยง ไม่ตาย เป็นที่ต้านทาน  
ที่หลีกเร้น เป็นต้น

## (๒) สนุทธิฎจิโก

(๑) อริยมรรค, เป็นสิ่งที่พระอริยบุคคลผู้กำลังทำความไม่มีแห่งกิเลสทั้งหลาย มีราคะเป็นต้นในสันดานของตน **พึงเห็นได้เอง**

(๒) โลกุตตรธรรม ๙, เป็นสิ่งที่พระอริยบุคคลใด ๆ บรรลุถึงแล้ว ท่านก็ละความเชื่อต่อบุคคลอื่น **เห็นเอง** ด้วยปัจจเวกขณะญาณ

(๓) อริยทธิฎฐิ, **เป็นการเห็นอันประเสริฐ** เพราะเห็นแล้วสามารถเอาชนะกิเลสทั้งหลายได้ เป็นการเห็นที่ประกอบด้วยอริยมรรค เป็นเหตุก่อให้เกิดอริยผล มีพระนิพพานเป็นอารมณ์

(๔) โลกุตตรธรรม ๙, **เป็นสภาวะที่ควรต่อการเห็น** เพราะเมื่อได้บรรลุถึงด้วยการทำให้เกิดและการทำให้แจ้ง สามารถหยุดภัยในวัฏฏะได้

### (๓) อกาลิโก

- (๑) อริยมรรค **ไม่ทิ้งช่วงเวลา**ในการให้ผลของตน  
ยอมให้ผลทันทีที่ต่อจากการเกิดของตนนั่นเอง
- (๒) อริยมรรค **ไม่ต้องรอ**ให้ถึงเวลาสุกงอม  
ให้ผลของตนต่อเนื่องโดยไม่มีอะไรคั่น

## (๔) เอหิปัสสิโก

โลกุตตรธรรมควรต่อเชิญชวนให้คนอื่นมาดู เพราะ

(๑) เป็นสิ่งที่มีอยู่จริง

(๒) เป็นสิ่งบริสุทธิ์

## (๕) โอปนยิโก

- (๑) โลกุตตรธรรมฝ่ายสังขตะ เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้าไปใน  
จิตของตน ด้วยการทำให้เกิดมีในจิตอย่างแรงด່วนที่สุด
- (๒) โลกุตตรธรรมฝ่ายอสังขตะ เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้าไปหา  
ด้วยจิตของตน ด้วยการทำให้แจ้ง
- (๓) อริยมรรคย่น้อมนำไปนิพพาน
- (๔) ผลและพระนิพพานควรนำไปด้วยการกระทำให้แจ้ง

## (๒) ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญญูหิ

อันวิญญูชนทั้งปวงมีท่านที่เป็นอุคฆฏิตัญญูบุคคลเป็นต้น  
พึงเห็นได้ในตน ๆ ว่า “มรรคเราได้ทำให้เกิดแล้ว  
ผลเราบรรลุถึงแล้ว นิโรธเราทำให้แจ้งแล้ว”  
พึงเห็นในจิตของตนเท่านั้น ไม่มีใครทำให้ใครได้  
และไม่ใช้วิสัยของคนพาลทั้งหลาย

# อนุสสติ ๖

๑. พุทธานุสสติ

๒. ธรรมานุสสติ

๓. สังฆานุสสติ

๔. สีลानุสสติ

๕. จาคานุสสติ

๖. เทวตานุสสติ

### ๓.๑ อานิสงส์ของสังฆานุสสติ

อิมญจ ปน สงฆานุสสติมนุยุตโต

(๑) ภิกขุสงฆे สकारโว โหติ สปปตีสโส,

(๒) สหุธาทีเวปุลลํ อธิคจจติ,

(๓) ปีติปามุชชพหุโล โหติ,

(๔) ภัยภราวสโห,

(๕) ทุกขาธิवासนสมตโถ,

(๖) สงฆेन สํवासสญญํ ปญฺญิตถติ,

(วิสุทฺธิ.)



### ๓.๑ อานิสงส์ของสังฆานุสสติ

- (๗) สงฺฆคฺคฺณานุสฺสตียา อชฺฌมาวฺฐฺญจฺฉสฺส สรฺรรมฺปิ  
สนฺนนิปตฺตสงฺฆมฺิว อุโปสถาคาโร ปุชารหํ โหติ,
- (๘) สงฺฆคฺคฺณาธิคฺมาย จิตฺตํ นมตี,
- (๙) วิตฺติกกมิตพฺพาวตฺถุสฺมาโยเค จสฺส  
สมฺมุขา สงฺฆํ ปสฺสโต วย หิโรตฺตปฺปิ ปจฺจุปฺภูจาทิ,
- (๑๐) อุตฺตริ อปฺปฏิวิชฺฌนฺโต ปน สุกฺติปฺรายนฺ โหติ.

(วิสุทฺธิ.)

### ๓.๑ อานิสงส์ของสังฆานุสสติ

- (๑) เป็นผู้มีความเคารพยำเกรงในภิกษุสงฆ์
- (๒) ย่อมถึงความไพบุลย์ด้วยศรัทธาเป็นต้น
- (๓) เป็นผู้มากด้วยปีติและปราโมทย์
- (๔) เป็นผู้ทนต่อความกลัวและความหวาดหวั่นได้
- (๕) เป็นผู้สามารถอดทนต่อความทุกข์ได้
- (๖) ได้ความรู้สึกว่าอยู่ร่วมกับพระสงฆ์

(วิสุทธิ.)

### ๓.๑ อานิสงส์ของสังฆานุสสติ

(๗) สรีระของผู้เจริญสังฆานุสสติควรต่อการบูชา

เหมือนโรงอุโบสถที่มีพระสงฆ์มาประชุมกัน

(๘) จิตน้อมไปเพื่อบรรลุถึงพระสังฆคุณ

(๙) เมื่อประสบกับสิ่งที่จะละเมิด หิริและโอตตัมปะยอมเกิดขึ้น

เหมือนกับเห็นพระสงฆ์อยู่ต่อหน้า

(๑๐) เมื่อยังไม่บรรลุคุณเบื้องสูงจะเป็นผู้มีสุคติในเบื้องหน้า

(วิสุทธิ.)

## ๓.๒ วิธีเจริญสังฆานุสสติ

- (๑) สุปฏิปนุโน ภควโต สาวกสงฺโฆ
  - (๒) อชฺฐปฏิปนุโน ภควโต สาวกสงฺโฆ
  - (๓) ฌายปฏิปนุโน ภควโต สาวกสงฺโฆ
  - (๔) สามิจิปฏิปนุโน ภควโต สาวกสงฺโฆ
  - (๕) อาหุเนยฺโย (๖) ปาหุเนยฺโย
  - (๗) ทกฺขิเณยฺโย (๘) อณฺชลীগรณฺีโย
  - (๙) อนุตฺตรํ ปุณฺณกฺเขตฺตํ โลกสฺส
- ยทิทํ จตฺตาริ ปุริสยฺคานิ อภฺจฺจ ปุริสปุคฺคลา,  
เอส ภควโต สาวกสงฺโฆ.

# สุปฏิปันโน อุษ.. ญาย.. สามิจิปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ

สุปฏิปันโน = เป็นผู้ปฏิบัติดี

คือ เป็นผู้ปฏิบัติสัมมาปฏิบัติ, อนุวัตติปฏิบัติ, อนุโลมปฏิบัติ, อปัจจนิกปฏิบัติ, ธรรมานุธรรมปฏิบัติ

สาวกสงโฆ = หมู่ของสาวกทั้งหลายผู้ที่เสมอกันด้วยศีลและทิวัจฉิ

อุชฺ = ปฏิบัติไม่คด ไม่โค้ง ไม่งอ

ญาย = ปฏิบัติเพื่อเป็นอริยะห่างไกลจากกิเลส

สามิจิ = ปฏิบัติสมควร, ปฏิบัติเพื่อความรวมประชุมพร้อมของมรรค,  
ปฏิบัติเพื่อถึงผลที่พึงถึงได้ด้วยสัมมาปฏิบัติ

## (๑) สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสงโฆ

๑. เพราะปฏิบัติตามที่ทรงสอนไว้ในธรรมวินัย  
ที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว
๒. เพราะปฏิบัติอปัณณกปฏิบัติ คือ ข้อปฏิบัติที่ไม่ผิดพลาด

(๒) อุษุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ

๑. เพราะปฏิบัติตามมัชฌิมาปฏิปทา  
ไม่เข้าไปส่วนสุดที่ผิดพลาดทั้งสองด้าน
๒. เพราะปฏิบัติเพื่อละความคด โค้ง งอ  
ด้านกาย ด้านวาจา และด้านใจ

(๓) ฅายปฏิปนุโน ภควโต สาวกสงโฆ

เพราะปฏิบัติเพื่อฅายธรรมคือพระนิพพาน



(๔) สามิจิปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ

เพราะปฏิบัติ**สมควร**ต่อความเคารพ กราบไหว้ บูชา  
และการถวายปัจจัย

## (๕) อาหุเนยโย

๑. เป็นผู้ควรต่อปัจจัย ๔ ซึ่งเขานำมาจากที่ไกล  
เพื่อถวายในท่านผู้มีศีลทั้งหลาย  
เพราะทำสิ่งที่เขาถวายนั้นให้มีผลมาก
๒. เป็นผู้ควรต่อสมบัติทั้งปวงที่เขานำมาบูชา
๓. เป็นผู้ควรต่อสิ่งของที่นำมาถวาย  
แม่ของเทวดามีท้าวสักกะเป็นต้น
๔. ผู้เปรียบเหมือนไฟบูชาัยญ์ของพราหมณ์ทั้งหลาย  
เพราะการบูชาในพระสงฆ์มีผลมาก

## (๖) ปาหุเนยโย

๑. เป็นผู้ควรต่ออาคันตุกถาน ซึ่งเขาจัดเตรียมไว้ต้อนรับแขก หรือญาติมิตรที่รักใคร่พอใจผู้มาแล้วจากทิศต่าง ๆ เพราะพระสงฆ์เป็นแขกที่หาได้ยาก จะปรากฏต้องรอเป็นเวลาหนึ่งพุทธันดร และพระสงฆ์ประกอบด้วยเหตุที่ก่อให้เกิดความรักใคร่พอใจเป็นอันมาก
๒. เป็นผู้ควรทำอุปการะดูแลก่อนกว่าคนทั้งหมด
๓. เป็นผู้ควรต่อของที่นำมาโดยประการทั้งปวง

## (๗) ทกฺขิณฺณโย

เป็นผู้ควรและมีประโยชน์ต่อทุกชีนาทาน

เพราะสามารถชำระทุกชีนาให้หมดจด เป็นเหตุทำให้มีผลมาก

## (๘) อณฺชลีกรณียะ

เป็นผู้สมควรซึ่งอณฺชลีกรรม

ที่ชาวโลกทั้งปวงยกมือทั้งสองไว้บนศีรษะกระทำอยู่

## (๙) อนุตตรํ ปุณฺณกฺเขตฺตํ โลกสฺส

เป็นสถานที่งอกงามแห่งบุญสำหรับชาวโลกทั้งปวง

ไม่มีที่ใดเสมอเหมือน

บุญทั้งหลายที่เป็นไปเพื่อประโยชน์และความสุขนานาประการ

ของชาวโลก อาศัยพระสงฆ์จึงงอกงาม

สวัสดีครับ