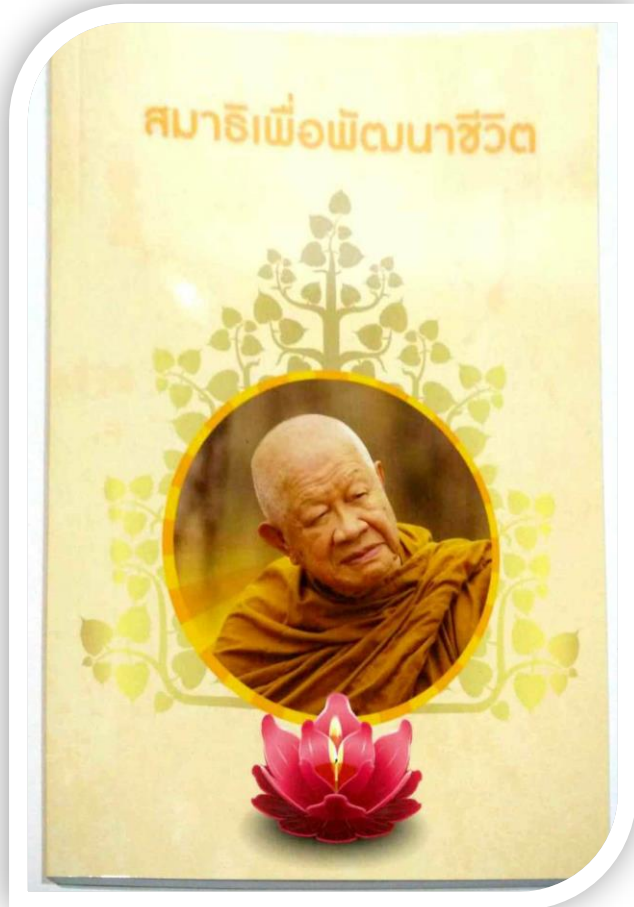


ตอนที่ 12

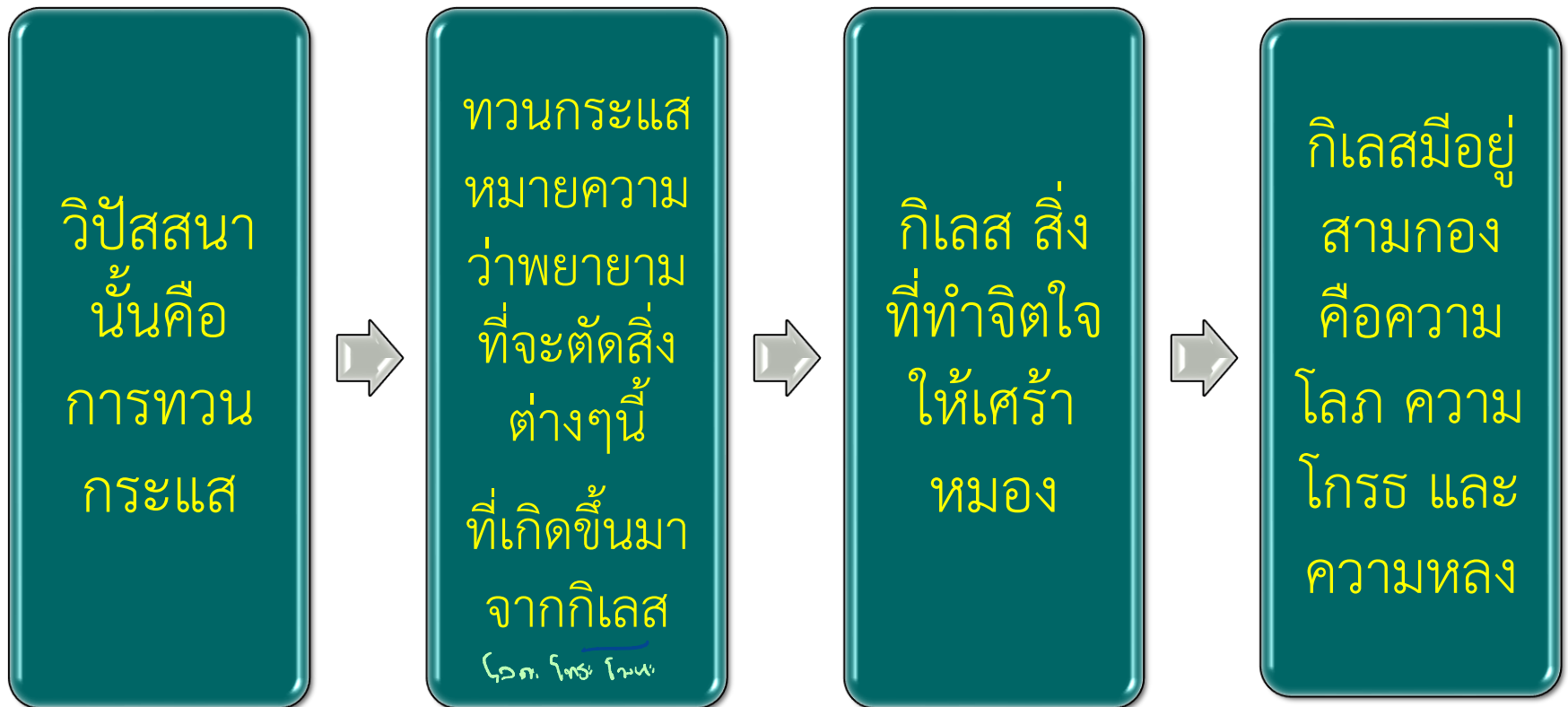
วิปัสสนูปกิเลส อภิธรรมกับวิปัสสนา

หนังสือ สมาธิเพื่อพัฒนาชีวิต

สมเด็จพระญาณวชิโรดม



วิปัสสนา



กิเลสอยู่ในใจของมนุษย์

ความโลภ (โลภะ) คือความอยาก ^{กตะ}อยาก
ไม่มีที่สิ้นสุด

ความโกรธ (โทสะ) คือความไม่ถูกใจ

ความหลง (โมหะ) คือสิ่งที่ทำให้
↓
ความคิดผิด

นรกก็ไม่มี สวรรค์ก็ไม่มี ตายแล้วไปเกิด
อีกก็ไม่มี



ถ้าไม่มีกิเลส ตัดกิเลสหมดแล้ว เกิดอะไรขึ้น?



อธิบายเรื่องวิปัสสนาเพื่อให้เกิดความเข้าใจ
ไม่ให้ใครมาหลอกลวงเราได้

ความสุขที่มีอยู่ในปัจจุบันนั้น
เราได้จากอารมณ์



สมถะจึงทำประโยชน์กับผู้ที่ยังอยู่เป็น
มวลมนุษยชาติที่จะต้องมีชีวิตอยู่ต่อไป



สมาธิ



ฌาน

- รูปฌาน
- อรูปฌาน



ความสุขที่พิเศษ
ความสุขนั้นตรงกันข้ามคือ
กำจัดอารมณ์

รูปฉนวน

เมื่อกำจัดอารมณ์ได้มากเท่าไร มีความสุขมากเท่านั้นเป็น
ลำดับไป จากปฐมฉนวน ^{องค์ ๕}ทุติยฉนวน ^{องค์ ๖}ตติยฉนวน จตุตถฉนวน ^{องค์ ๗}

อรูปฉนวน

จิตจะลึกซึ่งลงไปจนกระทั่งเหลือแต่อากาศว่างเปล่า
เหลือแต่ความรู้หนึ่ง ความลึกซึ่งจะมีนิดเดียว แต่
ความสุขนั้นเพิ่มพูนมากขึ้น ^{กัมมัฏฐาน ๗}

คือคนเราจะไปอยู่ในฉนวนตลอดชีวิตไม่ทำอะไรเลยไม่ได้
คนต้องกิน เดิน ออกกำลังกาย



การอยู่ร่วมกันอย่างอยู่เย็นเป็นสุข

การที่เราสามารถมีพลังจิตเพื่อที่จะระงับสิ่งต่างๆ
โลภ โกรธ หลง จาก 100 ให้เหลือ 50
เมื่อมีพลังจิตแล้วเราระงับลง พ้นอันตรายแล้ว !



มิกะ
ความมืด

อติมานะ
ความสูงใจ

นี่หน้า 1 ดั้งเดิม ดิฉัน นกๆ แล้ว สัตว์

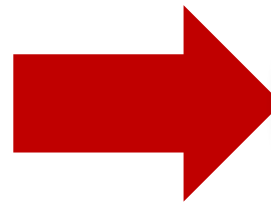
วิปัสสนูปกิเลส

หลวงปู่

01 สังขะ
ทำจิตกิเลส

1.1 วิปัสสนูปกิเลสคืออะไร

ลึกลับ ผิดไป



ฉัน
บรรลุแล้ว !

วิปัสสนูปกิเลส คือ ^{หรือ กิเลส} ความหลงผิด ที่เกิดจากความลึกซึ้งของจิตที่ไม่เคยปรากฏ เช่น

- จิตของตนเองมองใสสะอาด มีดวงตาเห็นธรรม
- มองเห็นชัดเจนว่า ร่างกายนี้เป็นสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนแล้ว
- วิปัสสนาจนเกิด **ความเบื่อหน่าย** (นิพพิทาญาณ) แต่ยังไม่เพียงพอ (ทำลายจุดดำไม่หมด) ก็ถือตัว (อติมานะ) นี่กว่าตนสำเร็จแล้ว เป็นต้น

แหวนวงกลาง

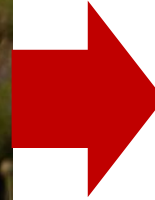
ตัวที่ไม่สลับกันไป

รูปสามเหลี่ยม

สามเหลี่ยม → สามเหลี่ยม
สามเหลี่ยม → สามเหลี่ยม
สามเหลี่ยม → สามเหลี่ยม

1.2 ผลของวิปัสสนูปกิเลส

ช่วงปฐมจิต ๑๐ ฌาน ๑๑ เป็นแต่สัญญา



เมื่อคิดว่าสำเร็จฌานสูงแล้ว ฌานนั้นจะค่อยเสื่อมลงๆ ในที่สุดเหลือแต่
ความนึกคิดที่ถือว่าสัญญา ทำให้เกิดความล่าช้าในวิปัสสนา

1.3 การป้องกันไม่ให้เกิดวิปัสสนูปกิเลส

วิเศษ ฝึกรับรู้ได้

- **มีสัมมาสมาธิ** คือ ทำสมาธิเฉพาะรูปฌานจะปลอดภัยที่สุด มีความสุขพอแล้ว สามารถผลิตพลังจิตได้ มีครอบครัวยุติเช่น นางวิสาขา เป็นต้น
- ตระหนักว่า**ความสำเร็จต้องใช้เวลา** ไม่ใจเร็วด่วนได้
- **ปฏิบัติถูกต้องตามหลักการ** เช่น เมื่อเข้าฌานแล้วเกิดความ ลึกซึ้ง สงบสบาย ก็ทราบว่าเป็นวิหารธรรมเท่านั้น ไม่ใช่ ความสำเร็จ

2. พระอภิธรรมกับวิปัสสนา



พระไตรปิฎก

84,000

พระธรรมชั้น

ประกอบด้วย

ใจความ ๔๐๐๐

พระสูตร 21,000

ใจความ ๒๐๐๐

พระวินัย 21,000

ใจความ ๒๐๐๐

พระอภิธรรม 42,000

ใจความ ๒๐๐๐

พระอภิธรรมปิฎก

จิต	เจตสิก	รูป	นิพพาน
จิต	เจตนาของจิต	กาย	ความดับสนิท

ปริเฉทที่ 9 แสดงถึงสมณะ
และวิปัสสนา

ร่างกาย+จิตใจมนุษย์

พระอนรุทธาจารย์ เป็นพระเถระในประเทศอินเดีย ได้ศึกษาพระอภิธรรมปิฎกในประเทศลังกา เป็น
ผู้เชี่ยวชาญและแตกฉานในพระอภิธรรม ได้ถูกร้องขอให้ย่อความพระอภิธรรมให้สั้นและสะดวกแก่การศึกษา
และจดจำ และได้ตั้งชื่อฉบับย่อนี้ว่า “**พระอภิธัมมัตถสังคหะ**” เมื่อประมาณปี พ.ศ. 900 และได้นำมาใช้สวด
เรียกว่า สวดสังคหะ ฉบับย่อ ฉบับใหม่
หนังสือ **พระอภิธัมมัตถสังคหะ** กับ **พระอภิธรรม 7 คัมภีร์** นี้แตกต่างกัน พระอภิธัมมัตถสังคหะ ถือเป็นปกรณ์
ที่รวบรวมและอธิบายปรมัตถธรรมจากพระอภิธรรมปิฎกไว้โดยย่อ ถือเป็นการปูพื้นฐานก่อนจะไปเรียนพระ
อภิธรรม 7 คัมภีร์ ที่ถือเป็นคัมภีร์ใหญ่ พระอภิธัมมัตถสังคหะนี้แบ่งเป็น 9 ปริเฉท
1. เหตุแห่ง

พระอภิธรรมปิฎก

ตัดกิเลส เพื่อ ไม่ต้องมาเกิดอีก

ธรรมทั้งหลายย่อมเกิดจากเหตุ

เหตุใดเราถึง **เกิดมาเป็นมนุษย์** เหตุก็เพราะเรามี**กิเลส**

ธรรมทั้งหลายเหล่านั้นก็ต้องดับไปเพราะเหตุ นี่คืออภิธรรม

อภิธรรมจึงทำให้ผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนา บังเกิดผลสมความมุ่งหมายก็ต่อเมื่อ
ผู้ที่ได้มาปฏิบัติอย่างจริงจังแล้ว

เมื่อเราจะดำเนินวิปัสสนา ในพระอภิธรรม มีวิปัสสนา บอกผลของวิปัสสนา

จิตแบบนี้บรรลุ**พระโสดาบัน**

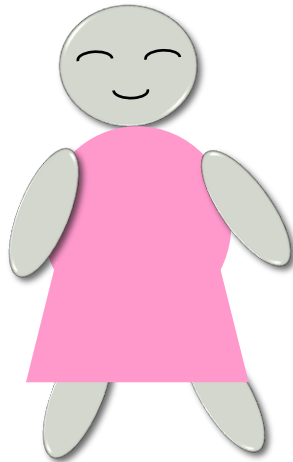
จิตเป็นอย่างนี้ได้สำเร็จ**พระสกิทาคา**

จิตเป็นนี้ได้สำเร็จ**พระอนาคา**

จิตเป็นอย่างนี้ได้สำเร็จ**พระอรหันต์**

พระอภิธรรมกับวิปัสสนา

“ พระอภิธรรม ”



ตัวเราทั้งตัว มีร่างกายและ
จิตใจเป็นตัวอภิธรรม

“ วิปัสสนา (มีญาณ) ”



รู้แจ้งเห็นจริงในกายใจ
(นิพพาน) ก็คือวิปัสสนา

วิปัสสนา และ วิปัสสนาญาณ

➤ **วิปัสสนา** คือ **รู้แจ้งเหมือนกันแต่ไม่เห็นจริง** เหมือนหอกแก้ว

คือรู้แจ้งว่าความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ เห็นก็คือว่าเห็นแต่ภายนอก **ไม่ได้เห็นลึกซึ้งไปถึงภายใน** เป็นอุบายของการที่จะนำไปสู่การวิปัสสนา แต่ยังใช้อุบายนั้นไม่เป็น

➤ **วิปัสสนาญาณ** คือ **รู้แจ้งเห็นจริง**

เมื่อเกิดญาณขึ้นมา จะเกิดความเบื่อหน่าย พอพิจารณาเห็น ความเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ ความตายเป็นทุกข์ แล้วก็เกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมาในจิต เริ่มเกิดยังไม่ได้สำเร็จ

วิปัสสนาญาณ ต้อง **ภาวิโต** เจริญให้มาก **พหุลีกโต** กระทำให้มาก **อภิญญายะ** จะเป็นไปได้ด้วยความรู้อย่าง **สัมโพธายะ** จะเป็นไปได้ด้วยความรู้ดี **นิพพานายะ** จะเป็นไปได้ด้วยความดับสนิท

วิปัสสนากับชาวโลก

ชาวโลกจะทำวิปัสสนาได้ แต่ว่าจะต้องรู้ขั้นตอน จำให้มาก กับ หักนิ้ว
ชาวโลกกับวิปัสสนา สามารถทำได้ แต่ว่า เป็นบางคน เท่านั้น ดหังการที่พิสดาร

พระภิกษุสามเณร บวชเพื่อที่จะต้องทำตัวให้พ้นทุกข์คือดำเนินวิปัสสนา
ที่จะกำจัดกิเลส คือกำจัดราคะ ความกำหนัด ยินดี

โทสะ ความโกรธ โมหะ ความหลง

สุปฏิปันโน เป็นผู้ปฏิบัติดี

ญายปฏิปันโน ปฏิบัติเข้าออกจากทุกข์

อุสุปฏิปันโน เป็นผู้ปฏิบัติตรง

สามจีปฏิปันโน เป็นผู้ปฏิบัติชอบยิ่งแล้ว

สรุป

- วิปัสสนูปกิเลสเป็นความหลงผิดคิดว่าตนนั้นได้สำเร็จหลุดพ้นจากกิเลสแล้ว เพราะวิปัสสนาไม่เพียงพอ **ควรทำสมาธิที่ถูกต้อง หรือ สัมมาสมาธิ** เพื่อให้พ้นจากวิปัสสนูปกิเลส
- พระอภิธรรมโดยย่อ “จิตต์ เจตสิก ^{และทำให้เห็นว่าเป็นวิปัสสนา} รูป นิพพาน สัพพะทา” หมายถึง **รูป จิต เจตสิก และนิพพาน** ตัวเราทั้งตัวมีร่างกายและจิตใจเป็นตัว **อภิธรรม** นิพพานคือสิ่งที่แสดงให้เห็นว่าเป็นวิปัสสนา

ใบงาน Part 12 (สุทันตสาสมาธิ)

เรื่อง วิปัสสนูปกิเลส อภิธรรมกับวิปัสสนา

ข้อความต่อไปนี้ถูกต้องหรือไม่

1. วิปัสสนูปกิเลสคือกิเลสที่เกิดจากความหลงผิด คิดว่าตนสำเร็จ ✓
2. วิปัสสนูปกิเลสจัดได้ว่าเป็นกิเลสอย่างหยาบ เช่นเดียวกับกิเลส 3 กอง ราคะ โทสะ โมหะ ✗
อามก-อินถ ไม่เห็นแก่ตัว
3. การทำสมาธิจนถึงอรุณมาน เกิดความสว่างผ่องใส คิดว่าตนบรรลุดวงตาเห็นธรรมจัดว่าเป็นวิปัสสนูปกิเลส ✓
4. ถ้าวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นจะทำให้เสียเวลาในการดำเนินวิปัสสนา เกิดความล่าช้าในการบรรลุวิปัสสนาญาณ ✓
5. เพื่อความปลอดภัยไม่ให้เกิดวิปัสสนูปกิเลส ควรทำสมาธิ คือทำสมาธิให้อยู่ในขั้นอรุณมาน ✗
รูปโลก รูปโลก
6. พระไตรปิฎก แบ่งคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็น 3 หมวด โดยทั้ง 3 หมวด มีจำนวนพระธรรมชั้นๆ กัน ✗
อภิธรรม 42,000
7. ภาวีโต พหุลีกะโต แปลว่า เจริญให้มาก กระทำให้มาก ✓
8. วิปัสสนาญาณ คือการรู้แจ้งเห็นจริง การเห็นการเกิดเป็นทุกข์ ความแก่เป็นทุกข์ เกิดความเบื่อหน่ายขึ้นในจิต ✓
9. การดำเนินวิปัสสนาเพื่อกำจัดกิเลส ✓
10. นักเรียน นักศึกษาจำเป็นต้องดำเนินวิปัสสนาอย่างยิ่ง ✗