

บทที่ ๒

ความหมายและความสำคัญของอสุกัมมัญฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

อสุกัมมัญฐานเป็นกัมมัญฐานอย่างหนึ่งใน ๔๐ อย่าง ที่บุคคลที่ต้องการจะละตัวตนพึงเจริญให้มาก ดังนั้นพึงทำความเข้าใจความหมาย ความสำคัญ ประเภท และพระสูตรที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

๒.๑ ความหมายของอสุกัมมัญฐาน

คำว่าอสุกัมมัญฐาน เป็นคำสองคำที่มาเชื่อมกัน คือ อสุก+กัมมัญฐาน อสุก แปลว่า ไม่สวຍ ไม่งาม แยกบทแล้วได้ ๒ บท คือ อ + สุก อ เป็นคำปฏิเสธซึ่งเปลี่ยนมาจากบทเดิมคือ น สุก = สวຍงาม เมื่อรวมบททั้งสองนี้เข้าด้วยกันแล้วก็เป็น อสุก^๑ มีวจนัตถะว่า น สุก = อสุก^๒ แปลความว่า “ไม่สวຍไม่งาม” ธรรมเนียม แปลว่า ตั้งอารมณ์ไว้ให้เป็นการเป็นงาน หมายความว่า เป็นที่ตั้งของการงานทางจิตใจ รวมความแล้วได้ความว่า ตั้งอารมณ์เป็นการเป็นงานในอารมณ์ที่เห็นว่า ไม่มีอะไรสวຍสดงงาม มีแต่ความสกปรกโสโครก น่าเกลียดน่าสะอิดสะเอียน^๓ รวมความแล้วอสุกกรรมฐาน แปลว่า กรรมฐานที่ยึดเอาซากศพเป็น อารมณ์เพื่อพิจารณาให้เห็นความไม่งาม ความไม่เที่ยงแท้ของสังขาร^๔

ในศิริมานนทสูตรพระองค์ตรัสถึงความหมายของอสุกไว้ว่า
ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นกายนี้เท่านั้น ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา
มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ ว่า ในกายนี้มี ผม ขน

^๑พระสัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจริยะ, **ปรมัตถโชติกะ ปริเฉทที่ ๕ เล่ม ๑ สมถกรรมฐานที่ปณี**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท วี. อินเตอร์ พรินท์ จำกัด), หน้า ๕๒.

^๒ฉันทนา อุดสาหลักยณ, **พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา**, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท ธรรมสาร จำกัด, ๒๕๔๕), หน้า ๑๖๑.

^๓สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน), **แนวปฏิบัติในสติปัฏฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑.

^๔พระมหาวิระ ถาวโร, **คู่มือปฏิบัติพระกรรมฐาน**, (กรุงเทพมหานคร : เขตโล่การพิมพ์, ๒๕๒๔), หน้า ๓๗.

^๕ราชบัณฑิตยสถาน, **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒**, (กรุงเทพมหานคร : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๓๔๑.

เล็บ ฟัน หนั ง เนื้อ เอ็น กระดูก เชื้อในกระดูก ไต หัวใจ ดับ พังผืด ม้าม ปอด ใ ส้ใหญ่
ใ ส้ น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน
น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร เป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความเป็นของไม่งามในกายนี้ อยู่อย่าง
นี้ นี้เรียกว่า อสุกสัญญา...^๖

พระธรรมกิตติวงศ์ ได้ให้ความหมายไว้ว่า อสุกกรรมฐาน หมายถึงการบำเพ็ญ
กรรมฐานโดยการพิจารณาอสุกะหรือพิจารณาร่างกายของตนหรือของ ผู้อื่นว่าเป็นของไม่งาม ไม่
น่ายึดมั่นถือมั่น แต่เป็นของน่าเกลียด โสโครก เช่นพิจารณาซากศพที่นอนให้เขารคน้ำก่อนใส่โลง
ก่อนเผาหรือฝัง มองดูจนกระทั่งเกิดนิมิตติดตาแล้วกลับมา นั่งนึกพิจารณาให้เห็นนิมิตนั้นจนแน่ใจ
เหมือนเห็นศพจริง ภาวนาไปจนเกิดปัญญาเห็นแจ้งถึงไตรลักษณ์^๗

ท่านพุทธทาสได้กล่าวความหมายของอสุกไว้ว่า ให้เห็นว่าสิ่งที่เราเห็นกันว่างามนั้น มัน
ไม่งาม กระทั่งทั้งหมดทั้งเนื้อทั้งตัว เช่นให้ไปดูซากศพในป่าช้าจะมองเห็นสภาพความเป็นจริง
ของร่างกายที่เป็นไปตามธรรมชาติจะเป็นเครื่องทำให้สลดสังเวช จะข่มความรู้สึกที่เป็นความ
กำหนด...ไปดูซากศพต่าง ๆ เหล่านี้แล้วจะพบความจริงของธรรมชาติ ซึ่งถือว่าเป็นความงาม
ในทางธรรมะ ซึ่งจะช่วยให้มนุษย์ดีขึ้น หรือเอาชนะกิเลสได้ ความงามอยู่ที่ซากศพ นั้น ให้ขยันไปดู
และกัขยันเจริญปฏิกุศลสัญญา อสุกสัญญา^๘

พระพรหมคุณาภรณ์ได้ให้ความหมายไว้ในหนังสือพจนานุกรมพุทธศาสนา ฉบับ
ประมวลศัพท์ว่า อสุกะ หมายถึงสภาพที่ไม่งาม พิจารณาร่างกายของตนและผู้อื่นให้เห็นสภาพที่ไม่
งาม ในความหมายเฉพาะ หมายถึงซากศพในสภาพต่าง ๆ ซึ่งเป็นอารมณ์กรรมฐาน^๙

สรุปแล้วอสุกก็มีพื้นฐาน นั้นหมายถึง การตั้งอารมณ์กรรมฐานโดยยึดเอา ซากศพมา
พิจารณาเป็นอารมณ์ ในที่นี้รวมถึงความไม่สวยไม่งามของร่างกายที่ยังมีชีวิตอยู่ด้วย เพราะการ
พิจารณาอาการ ๓๒ นั้น ก็สามารถทำให้เห็นถึงความจริงของสังขารได้ เช่น ในร่างกายของคนเราก็
มีสิ่งสกปรกโสโครกอยู่ทุกที่ ถ้าไม่อาบน้ำซัก ๒-๓ วัน ก็ส่งกลิ่นเหม็นแล้ว จึงสามารถนำมา
พิจารณาได้

^๖ ๖. ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๘-๑๓๓.

^๗ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๘ ราชบัณฑิต), คำวัด, (กรุงเทพมหานคร: เลียงเชียง,
๒๕๔๘), หน้า ๑๒๘๕.

^๘ กลุ่มพุทธทาสศึกษา, บางแง่มุมของกามในทัศนะพุทธทาสภิกขุ, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์
สุภาพใจ, ๒๕๔๒), หน้า ๑๕๗-๑๕๘.

^๙ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสนา ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒,
(กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๕๒๓.

๒.๒ ความสำคัญของอสุภกัมมัฏฐาน

การศึกษาพระกัมมัฏฐาน ไม่ว่าจะเป็นกองไหน ถ้าศึกษาแบบถูกต้องก็เป็นของไม่ยาก เพราะกัมมัฏฐานนั้นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้สอนให้ยาก พระองค์สอนแบบง่าย ๆ แต่ที่ทำได้ไม่ได้เพราะไม่สนใจจริง ถ้าเป็นของยากจริง ๆ คงไม่มีใครทำได้หรือบรรลุคุณวิเศษต่าง ๆ ถ้าเรารักดีเกลียดทุกข์ เราก็ต้องทิ้งวิภวาทะ เพราะการทิ้งวิภวาทะคือการทิ้งขั้น ๕ คือ ร่างกายนี้คือทุกข์ เป็นการพิจารณาร่างกาย พระพุทธองค์ทรงสอนให้พิจารณาร่างกายว่า มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ ตับ ไต ใส ปอด อาหารใหม่ อาหารเก่า อุจจาระ ปัสสาวะ ใสใหญ่ ใส่น้อย น้ำเลือด น้ำเหลือง น้ำหลอม ที่มันมีอยู่ในกายให้พิจารณาว่าในร่างกายของเรามีเท่านี้ เป็นสภาพอย่างนี้^{๑๑} ให้เห็นว่ามันเป็นทุกข์ เป็นของสกปรก จะได้ไม่ยึดมั่นถือมั่นกับสิ่งที่ไม่ใช่ของเรา

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ได้กล่าวถึงอสุภกัมมัฏฐานไว้ว่า อสุภ ได้แก่สิ่งที่ไม่สวย ไม่งาม เช่น ซากศพ คือมีจิตพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงที่ว่า ร่างกายของคนและสัตว์อันเป็นที่นิยมนักใคร่เล่นหา และเป็นบ่อเกิดแห่งตัณหาหาคะ กามกิเลส ว่าเป็นของสวยของงาม เป็นที่เจริญตาและใจ ไม่ว่าร่างกายของตนเองและของผู้อื่นก็ตาม แท้ที่จริงแล้วก็เป็นอนิจจัง คือไม่เที่ยงแท้แน่นอน ทุกขัง คือทนอยู่ในสภาพเช่นนั้นไม่ได้ วันเวลาย่อมพรากความสวยงามสดงงามให้ค่อย ๆ จากไปจนเข้าสู่วิชรา ซึ่งจะมองหาความสวยงามใด ๆ หลงเหลืออยู่มิได้อีกเลย และในทันใดที่ตายลงนั้น แม้แต่ผู้ที่เคยสนิทสนม เล่นหา รักใคร่ อันรวมถึงสามี ภริยาและบุตรธิดา ต่างก็พากันรังเกียจในทันใด ไม่ยอมเข้าใกล้ บ้านของตนเองที่อุตส่าห์สร้างมาด้วยความเหนียวยากก็ไม่ยอมให้อยู่ ต้องรีบขน ๆ ออกไปโดยไวไว้ที่วัด แล้วซากเหล่านั้นก็เน่าเปื่อยสลายไป เริ่มตั้งแต่เนื้อหนังค่อย ๆ พองออก ขึ้นอืด น้ำเลือด น้ำเหลืองก็เริ่มเน่า แล้วเลือดไหลออกจากทวารทั้งหลาย เนื้อหนังแตกปริแล้วร่วงหลุดออก จนเหลือแต่กระดูก ส่งกลิ่นเน่าเหม็น เป็นที่น่าเกลียดกลัว สะอิดสะเอียน หากความสวยงามน่ารักเล่นหาใด ๆ มิได้อีกเลย ทั้งไร้คุณค่าและประโยชน์ คงมีค่าแค่เป็นอาหารแก่หมู่นอนเท่านั้น แล้วในที่สุดกระดูกก็กระจัดกระจายเรียกราคอยู่ตามดินและทราย แดกละเอียดผุพังเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย แล้วเน่าเปื่อยเป็นปุ๋ยแก่พืชผักต่อไป หากตัวหาตนของเราของเขาที่ไหนมิได้เลย สังขารของเราในที่สุดก็เป็นเช่นนี้ ไม่มีอะไรคงเหลือไว้เลย^{๑๒}

^{๑๑}วัดจันทาราม (ท่าซุง) อุทัยธานี ร่วมกับ คณะศิษย์, รวมคำสอนธรรมปฏิบัติของหลวงพ่อดาว พระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโรมหาเถร) เล่ม ๑๒, (ม.ป.ท. : ๒๕๔๒), หน้า ๓๔.

^{๑๒}สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, วิธสร้างบุญบารมี, (ม.ป.ท. : ม.ป.ป.), หน้า ๓๖-๓๗.

ในหนังสือคู่มือพิจารณา ธาตุชั้น ๙ สังขาร ได้กล่าวไว้ว่า ...การพิจารณาทางด้านปัญญา เป็นของสำคัญ สมมติเมื่อปรากฏขึ้นมาทำให้จิตสงบร่มเย็นไม่วุ่นวายส่ายสั่ว จิตอึดตัว เหมือนเรา รับประทานอิม สบาย จิตอึดตัวก็คือว่าอิม อารมณ์ของกิเลสตัณหาอาสวะประเภทต่าง ๆ ไม่ไป เกี่ยว ใจย่อมมีความสงบ เมื่อใจได้รับความสงบ ได้อาหารคือธรรมารสแล้วย่อมเย็นสบาย... อุบาย วิธีการพิจารณาสติปัญญาให้เป็นขึ้นภายในตัวเอง จะว่า อนิจจัง ก็ให้จิตมุ่งต่อ อนิจจัง จริง ๆ เป็น ความแปรสภาพ เพราะหลักธรรมชาติมันแปรอยู่แล้ว ทุกข์ อนตตา เหมือนกัน เรื่องอสุกะ...นี่เป็น ของสำคัญมาก จิตที่อยู่ในขั้นนี้ควรจะเจริญอสุกกรรมฐานปฏิญญา...ว่าสิ่งนั้นไม่เที่ยง สิ่งนั้นแปร สภาพ สิ่งนั้นเป็นกองทุกข์ สิ่งนั้นเป็นกอง อนิจจัง เป็น ทุกข์ เป็นอนตตา สิ่งนั้นเป็นธาตุ เป็นดิน เป็นลม เป็นไฟ ฝันว่าเป็นสัตว์ เป็นบุคคล ว่าเป็นหญิงเป็นชายว่าเป็นของสวยงามไปทำไม^{๑๒}

ทุกวันนี้เราไม่ได้เห็นเห็นจริงตามที่เป็นจริง เพราะความเป็นจริงมันมองเห็นยาก ทั้งที่ ปรากฏอยู่ แต่เรากลับมองมันไม่เห็นชัดที่เห็นเป็นอย่างอื่นไปหมดอุปมาง่าย ๆ อย่างความเป็นอสุกะ ที่ปรากฏอยู่เห็นกันชัด ๆ เราก็มองเห็นยากเหลือเกิน อสุกะที่ไหลออกข้างบนไหลออกข้างล่าง ที่ องค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสไว้ในเรื่องของพระนางรูปนันทาเถรี^{๑๓} ว่าตัวเรามีทางที่ออกสิ่ง โสโครก ๘^{๑๔} ทาง คือ ตา ๒ หู ๒ จมูก ๒ ปาก ๑ ทวารหนัก ทวารเบา เป็นที่ไหลออกของ ของไม่ดี แต่เรากลับมองไม่เห็นว่าเป็นของไม่ดี ในชีวิตประจำวันของเรามันออกอยู่ทุกวัน เช่น ตา เป็นที่ไหลของขี้ตา ขี้ตาจะปรากฏชัดเจนที่เป็นโรคตาแดง ตื่นมาตอนเช้าลืมตาไม่ขึ้นต้องเอาน้ำมา เปะ ๆ แล้วจึงเอาน้ำตาออกไป นี่เป็นของเสีย แต่เราไม่เห็นว่าเป็นของเสีย ของไม่ดี ของโสโครก^{๑๕}

ในหนังสือพระยาธรรมิกราชได้กล่าวถึงความสำคัญของการพิจารณาร่างกายว่าเป็นของ ไม่สวยไม่งาม เป็นเหตุให้บรรลุมรรคผลนิพพานได้ในปัจจุบันว่า การพิจารณามรณสัญญา พิจารณาความตายก็ดี อัญญสัญญา พิจารณากองกระดูกก็ดี ปฏิญญา พิจารณาร่างกายนี้โดย เป็นของพึงเกลียดน่าสะอิดสะเอียน เต็มไปด้วยหมู่นอนและสัตว์ทั้งหลาย มีประการเป็นอันมาก ตามล้าไส้เนื้อใส่ใหญ่ตามเส้นเอ็นทั่วไปในร่างกาย และเต็มไปด้วยเครื่องเนาของเหม็นมีอยู่ใน ร่างกายนี้ทุกสิ่งทุกอย่าง ร่างกายนี้นับว่าเป็นของเปล่า ไม่มีอะไรเป็นของเราสักสิ่งสักอัน เกิดมา สำคัญว่าเป็นสุข ความจริงก็หาสุขอย่างนั้นไม่ ถ้าจะให้ถูกแท้ต้องกล่าวว่า เกิดมาเพื่อทุกข์ เกิดมา

^{๑๒}กะทีสำนักพิมพ์, คู่มือ พิจารณา ธาตุชั้น ๙ สังขาร, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท พิมพ์เศ พรินติ้ง เซ็นเตอร์ จำกัด, ม.ป.ป.), หน้า ๖-๗.

^{๑๓}ดูรายละเอียดเพิ่มเติม หน้า ๑๕.

^{๑๔}อ.นวก.อ. ๓/๑๑/๒๕๓.

^{๑๕}พระครูปลัดประจักษ์ สิริวิมล, แนวทางการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน, (เชียงใหม่ : หจก. คาราวรรณการพิมพ์, ๒๕๕๐), หน้า ๘๘-๘๙.

เจ็บ เกิดมาไข้ เกิดมาเป็นพยาธิเจ็บปวด เกิดมาแก่ เกิดมตาย เกิดมาพลัดพรากจากกัน เกิดมาหาความสุขมิได้ ความสุขนั้น ถ้าพิจารณาดูให้ละเอียดแล้วมีน้อยเหลือประมาณ ไม่พอแก่ความทุกข์นอนหลับนั้นแลนับว่าเป็นสุข แต่เมื่อมาพิจารณา ดูให้ละเอียดแล้ว ซ้ำเป็นทุกข์ไปเสียอีก ถ้าผู้ใดพิจารณาเห็นตาม ดังเรตถาคตแสดงมานี้เป็นนิมิตอันหนึ่ง ครั้นจดจำได้แน่นอนในตนแล้ว ก็เป็นเหตุให้ได้มรรคผลนิพพานในปัจจุบันนี้โดยไม่ต้องสงสัย^{๑๖}

อสุภกัมมัฏฐาน เป็นเครื่องกำจัดราคะ ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายคลายรักคลายยึดถือร่างกาย คลายความหลงรูปหลงสวสยหลงงามลงได้^{๑๗} หัวข้อธรรมในอสุภกัมมัฏฐานบางหัวข้อ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกมีคุณประโยชน์มากมายที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ ทั้งในการละการระคายความกำหนัด หรือเพื่อความเจริญขึ้นแห่งธรรมบางประการ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ในพระสูตรตันตปิฎก ธรรมสังคณี ได้กล่าวถึงสภาวะธรรมที่เป็นกุศลที่บุคคลควรเจริญว่า สภาวะธรรมที่เป็นกุศล เป็นโณ โยคาวจรบุคคลเจริญมรรคเพื่อเข้าถึงรูปภพ สังขจากาม ฯลฯ บรรลุปฐมฌานที่สหระคด้วยอุทฺธมมคตสัญญา อยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ผัสสะ ฯลฯ อวิกเขปะก็เกิดขึ้น ฯลฯ สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่า เป็นกุศล

สภาวะธรรมที่เป็นกุศล เป็นโณ โยคาวจรบุคคลเจริญมรรคเพื่อเข้าถึงรูปภพ สังขจากาม ฯลฯ บรรลุปฐมฌานที่สหระคด้วยวินิลกสัญญา ฯลฯ ที่สหระคด้วยวิปฺพพคสัญญา ฯลฯ ที่สหระคด้วยวิจฺจิททคสัญญา ฯลฯ ที่สหระคด้วยวิคฺขาขิตคสัญญา ฯลฯ ที่สหระคด้วยวิคฺจิตตคสัญญา ฯลฯ ที่สหระคด้วยหตฺวิคฺจิตตคสัญญา ฯลฯ ที่สหระคด้วยโลหิตคสัญญา ฯลฯ ที่สหระคด้วยปฺพวคสัญญา ฯลฯ ที่สหระคด้วยอฏฺฐิกสัญญาอยู่ในสมัยใด ในสมัยนั้น ผัสสะ ฯลฯ อวิกเขปะ ก็เกิดขึ้น ฯลฯ สภาวะธรรมเหล่านี้ชื่อว่า เป็นกุศล^{๑๘}

ในพระสูตรตันตปิฎก สัมโพธิสูตรพระพุทธองค์ได้ตรัสถึงการตั้งอยู่ในหลักธรรมเหล่านี้ของภิกษุรูปใด ย่อมบรรลุนิพพานที่ถอนอัสมิมานะได้ในปัจจุบันว่า

ภิกษุผู้มีมิตรดี มีสหายนี มีเพื่อนดี พึงหวังได้ข้อนี้ คือ จักเป็นผู้มีปัญญา คือ ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นทั้งความเกิดและความดับอันเป็นอริยะชาแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบภิกษุทั้งหลาย ภิกษุนั้นดำรงอยู่ในธรรม ๕ ประการนี้แล้ว พึงเจริญธรรม ๔ ประการให้ยิ่งขึ้นไป คือ

๑. พึงเจริญอุสุภะเพื่อละราคะ

๒. พึงเจริญเมตตาเพื่อละพยาบาท

^{๑๖} กิตติยา ศิริมาตย์, ภิริมานนทสูตร (พระยาธรรมิกราช) ทางสู่พระนิพพาน, หน้า ๑๖-๑๗.

^{๑๗} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๙ ราชบัณฑิต), คำวัด, หน้า ๑๒๘๘.

^{๑๘} อภ.สจ. (ไทย) ๓๔/๒๖๓-๒๖๔/๘๔.

๓. พึงเจริญอานาปานสติเพื่อตัดวิตก

๔. พึงเจริญอนิจจสัญญาเพื่อถอนอัสมิมานะ

ภิกษุทั้งหลาย อนัตตสัญญาย่อมปรากฏแก่ภิกษุผู้ได้อนิจจสัญญา ภิกษุผู้ได้อนัตตสัญญา ย่อมบรรลุนิพพานที่ถอนอัสมิมานะได้ในปัจจุบัน^{๑๙}

ในพระสูตรต้นคปิฎกพระพุทธองค์ได้ตรัสถึงคุณของอสุภะไว้ในอธิปหานิยธรรม ๗ ถึงธรรมที่มีแต่ความเจริญ ข้อที่ ๓ ว่าภิกษุพึงหวังได้แต่ความเจริญอย่างเดียว ไม่มีความเสื่อมเลย ตราบเท่าที่ภิกษุยังเจริญอสุภสัญญา (กำหนดหมายความไม่งามแห่งกาย)^{๒๐}

นอกจากนี้แล้วอสุภะยังมีความสำคัญอีก คือในพระอังคุตตรนิกาย เอกกนิบาต พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงการทำตามคำสอนของพระองค์ด้วยธรรมเหล่านี้ การฉนบิณฑบาตของชาวบ้านจะไม่สูญเปล่าถ้าภิกษุเจริญอนิจจสัญญา* เจริญอนัตตสัญญา* เจริญมรณสัญญา* เจริญอาหาเรปฏิกูลสัญญา* เจริญสัพพโลเกอนภิตสัญญา* เจริญอัญญสัญญา* เจริญบุพพสัญญา* เจริญวินิโลกสัญญา* เจริญวิจลิตกสัญญา* เจริญอุทรมาคสัญญา*^{๒๑}

และพระพุทธองค์ทรงได้ตรัสถึงอานิสงส์ของการประพฤติปฏิบัติให้เกิดมาน ของพระภิกษุว่า

... ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุนี้เราเรียกว่า ผู้อยู่ไม่ห่างจากมาน ทำตามคำสอนของศาสดา ปฏิบัติตามโอวาท ฉนบิณฑบาตของชาวบ้านอย่างไม่สูญเปล่า ไม่จำเป็นต้องพูดถึงภิกษุผู้ทำให้มากซึ่งปัญญาพละที่ประกอบด้วยอุเบกขา^{๒๒}

^{๑๙} อ.นวก. (ไทย) ๒๓/๑/๔๒๘.

^{๒๐} อ.สตตก. (ไทย) ๒๓/๒๗/๔๒.

* หมายถึง กำหนดหมายถึงความไม่เที่ยงแห่งสังขาร

* หมายถึง กำหนดหมายถึงความเป็นอนัตตาแห่งธรรมทั้งปวง

* หมายถึง กำหนดหมายถึงความตายแห่งกายทั้งหลาย

* หมายถึง กำหนดหมายถึงความเป็นของน่าเกลียดในอาหาร

* หมายถึง กำหนดหมายถึงความไม่น่าเพลิดเพลินในโลกทั้งปวง

* หมายถึง กำหนดหมายถึงซากของกระดูก

* หมายถึง กำหนดหมายถึงซากศพที่เต็มไปด้วยหนอน

* หมายถึง กำหนดหมายถึงซากศพที่มีสีเขียวคล้ำ

* หมายถึง กำหนดหมายถึงซากศพที่ขาดเป็นสองท่อน

* หมายถึง กำหนดหมายถึงซากศพที่ขึ้นอืด

^{๒๑} อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๔๖๓-๔๖๒/๕๐.

^{๒๒} อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๔๕๓-๕๖๒/๕๑.

ตามธรรมชาติร่างกายของคนตาย เป็นของไม่งามแต่ฉันใด แม้ร่างของคนเป็นก็เป็นของไม่งามอย่างเดียวกันฉันนั้นๆ แต่ในร่างกายของคนเป็นนี้ลักษณะที่ไม่สวย ไม่งามย่อมไม่ปรากฏ เพราะอารมณ์คือเครื่องแต่งกาย และเครื่องสำอาง ประทีนผิวด่าง ๆ ปกปิดไว้ ดังนั้นความสำคัญของการพิจารณาสุกัมมัญฐานจึงเป็นเรื่องสำคัญมากในการมองให้เห็นความจริงของร่างกายมนุษย์ ทั้งด้วยการพิจารณาซากศพเป็นอารมณ์กัมมัญฐาน และด้วยการพิจารณาอาการ ๓๒ หรือร่างกายของมนุษย์ที่ยังมีชีวิตอยู่ก็สามารถยึดเป็นอารมณ์ในการพิจารณาได้

๒.๓ ประเภทของอสุกัมมัญฐาน

อสุกัมมัญฐานนั้นปรากฏในพระไตรปิฎกอยู่หลายสูตรด้วยกัน แต่จะปรากฏเป็นบางข้อเท่านั้น อาจจะมี ๓ ข้อบ้าง ๔ ข้อบ้าง เมื่อคู่กับกัมมัญฐาน ๔๐ ในพระวิสุทธิมรรคแล้ว ท่านได้จำแนกไว้มีทั้งหมด ๑๐ ข้อด้วยกัน

๑. **อุทฐมาตโกสุก** อสุกที่ชื่ออุทฐมาตะ เพราะเป็นซากที่พองขึ้น โดยความที่มันค่อยอัดขึ้นตามลำดับนับแต่สิ้นชีวิตไป จุลูกหนังอันพองด้วยลมอุทฐมาตะนั่นเอง เป็นอุทฐมาตะกะนัยหนึ่ง อุทฐมาตโกสุก จัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่าอุทฐมาตะกะ (อุทฐมาตโกสุกอันน่าเกลียด) คำว่า อุทฐมาตะ นั้นเป็นคำเรียกซากศพที่เป็นอย่างนั้น

กล่าวอีกอย่างหนึ่งคือ ร่างกายของคนและสัตว์ที่ตายไปแล้ว นับแต่วันตายเป็นต้นไป มีร่างกายขึ้นบวม พองไปด้วยลม ที่เรียกกันว่า ผิตายขึ้นอืดนั่นเอง

๒. **วินิลโกสุก** อสุกที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง เรียกว่า วินิละ วินิละนั้นเองเป็นวินิลกะ นัยหนึ่ง วินิลโกสุก จัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้ จึงชื่อว่าวินิลกะ (วินิลโกสุกอันน่าเกลียด) คำว่า วินิลกะ นั้น เป็นคำเรียกซากศพอันมีสีแดงในที่ ๆ เนื้อหนามีสีขาวในที่ ๆ บ่มหนอง แต่โดยมากมีสีเขียวคล้ำ ในที่ ๆ เขียวเป็นเหมือนคลุ้มไว้ด้วยผ้าเขียว

กล่าวอีกอย่างหนึ่ง คือเป็นร่างกายที่มีสีเขียว สีแดง สีขาว คละปนระคนกัน คือ มีสีแดงในที่มีเนื้อมาก มีสีขาวในที่มีน้ำเหลืองน้ำหนองมาก มีสีเขียวที่มีผ้าสีเขียวคลุมไว้ อาศัยที่ร่างกายของผู้ตาย ส่วนใหญ่ก็ปกคลุมด้วยผ้า ฉะนั้นสีเขียวตามร่างกายของผู้ตายจึงมีสีเขียวมาก ท่านจึงเรียกว่า วินิลกะ แปลว่าสีเขียว

๓. **วิปฺพพโกสุก** อสุกที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้มอยู่ในที่ ๆ แดกปรี่ทั้งหลาย ชื่อ วิปฺพพะ วิปฺพพะนั่นเองเป็นวิปฺพพะกะ นัยหนึ่ง วิปฺพพโกสุก จัดว่าเป็นของน่าเกลียดเพราะเป็นสิ่งปฏิกูล

เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่า วิบุพพะ (วิบุพพอสถอันน่าเกลียด) คำว่า วิบุพพะ นั้นเป็นคำเรียกชาคคที่เป็นอย่างนั้น คือเป็นชาคคที่มีน้ำเหลืองไหลอยู่เป็นปกติ

๔. **วิจิตตอสถ** อสถที่แยกออกจากกันโดยขาดเป็น ๒ ท่อน เรียกว่า วิจิตตอสถ วิจิตตอสถนั้นเอง เป็นวิจิตตอสถ นัยหนึ่ง วิจิตตอสถ จัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่าวิจิตตอสถ (วิจิตตอสถอันน่าเกลียด) คำว่า วิจิตตอสถ นั้นเป็นคำเรียกชาคคที่ถูกตัดกลางตัว คือชาคคที่มีร่างกายขาดเป็นสองท่อนในท่ามกลาง มีกายขาดออกจากกัน^{๒๓}

๕. **วิกขิตตอสถ** อสถที่ชื่อวิกขิตตอสถ เพราะถูกสัตว์ทั้งหลายมีสุนัขบ้านและสุนัขป่าเป็นต้น กัดกินโดยอาการต่าง ๆ ตรงนี้บ้างตรงนั้นบ้าง วิกขิตตอสถ นั้นเองเป็นวิกขิตตอสถ นัยหนึ่ง วิกขิตตอสถจัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่า วิกขิตตอสถ คำว่า วิกขิตตอสถ นั้นเป็นคำเรียกชาคคที่เป็นอย่างนั้น คือเป็นร่างกายของชาคคที่ถูกสัตว์ขย้ำกัดกิน

๖. **วิกจิตตอสถ** อสถที่กระจุยกระจายไปต่าง ๆ เรียกว่า วิกจิตตอสถ วิกจิตตอสถนั้นเองเป็นวิกจิตตอสถ นัยหนึ่ง วิกจิตตอสถ จัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เพราะเหตุนี้จึงชื่อว่าวิกจิตตอสถ คำว่า วิกจิตตอสถ นั้นเป็นคำเรียกชาคคที่กระจุยกระจายไปที่นั่น ๆ คือมือไปทางหนึ่ง เท้าไปทางหนึ่ง ศีรษะไปทางหนึ่ง ดังนี้เป็นต้น กล่าวคือเป็นชาคคที่ถูกทอดทิ้งไว้จนส่วนต่าง ๆ กระจัดกระจายมีมือ แขน ขา ศีรษะ กระจัดพลัดพรากออกไปคนละทาง

๗. **หตวิกจิตตอสถ** อสถที่ชื่อหตวิกจิตตอสถ เพราะอสถนั้นถูกประหารด้วย กระจุยกระจายโดยนัยก่อนนั้นด้วย คำว่า หตวิกจิตตอสถนั้นเป็นคำเรียกชาคคอันถูกคนสับฟันที่อวัยวะใหญ่ ๆ โดยอาการ (ยบอย่างกะ) ตีจนแล้วเหวี่ยงกระจายไปโดยนัยที่กล่าวแล้วนั้น กล่าวคือชาคคที่ถูกสับฟันเป็นท่อนน้อยและท่อนใหญ่

๘. **โลหิตอสถ** อสถที่ชื่อโลหิตอสถ เพราะมีโลหิตเรียกราดไหลออกจากตรงนั้นบ้าง ตรงนี้บ้าง คำว่า โลหิตอสถ นั้นเป็นคำเรียกชาคคอันเปื้อนโลหิตที่ไหลออก คือชาคคที่มีเลือดไหลออกเป็นปกติ

๙. **ปุพฺพอสถ** หนองทั้งหลาย เรียกว่า ปุพฺพอสถ ปุพฺพอสถทั้งหลายคลาคล้าอยู่ในอสถนั้น เหตุนี้ อสถนั้นจึงชื่อปุพฺพอสถ คำว่า ปุพฺพอสถนั้นเป็นคำเรียกชาคคที่เต็มไปด้วยหนอง

^{๒๓} ๑. วังสาวม, ธรรมะหิบบมอเดีย, (อุตราธานี : โรงพิมพ์อักษรวัฒนา, ๒๕๒๐), หน้า ๗๓.

๑๐. **อัฐิกอสุภ** กระดูกนั่นเองชื่ออัฐิกะ นัยหนึ่ง กระดูกจัดว่าเป็นของน่าเกลียด เพราะเป็นสิ่งปฏิกูล เหตุนี้จึงชื่ออัฐิกะ คำว่าอัฐิกะนั้นเป็นคำเรียกร่างกระดูกก็ได้ กระดูกท่อนเดียวก็ได้ กล่าวคือซากศพที่มีแต่กระดูก^{๒๔}

อสุภกัมมัฏฐาน ตามความหมายที่กล่าวแล้ว คือความไม่สวຍไม่งาม ในพระไตรปิฎก พระพุทธองค์ได้ตรัสให้ภิกษุพิจารณาความไม่สวຍไม่งามในศพไว้ ๕ อย่างด้วยกันเรียกว่า ปาฐาทั้ง ๕ ได้แก่

๑. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งตายแล้ว ๑ วัน ตายแล้ว ๒ วัน หรือตายแล้ว ๓ วัน เป็นศพขึ้นอืด ศพเขียวคล้ำ ศพมีน้ำเหลืองซึม

๒. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้าซึ่งถูกสัตว์กัดกิน

๓. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูก ยังมีเนื้อและเลือด

๔. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเนื้อ แต่ยังมีเลือดเปื้อนเปรอะ

๕. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเลือดและเนื้อ

๖. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า เป็นโครงกระดูกไม่มีเอ็นรัดแล้ว กระจุยกระจายไปในทิศต่าง ๆ

๗. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นท่อนกระดูกสีขาวเหมือนสีสังข์

๘. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นท่อนกระดูกกองอยู่ด้วยกันเกินกว่า ๑ ปี

๙. ซากศพอันเขาทิ้งไว้ในป่าช้า ซึ่งเป็นกระดูกยุบเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย^{๒๕}

๒.๔ พระสูตรที่เกี่ยวข้องกับอสุภกัมมัฏฐาน

เรื่องเกี่ยวกับอสุภกัมมัฏฐานหรือความไม่สวຍไม่งามนี้ ในพระไตรปิฎกได้กล่าวไว้อยู่มากมายหลายแห่ง หรืออยู่รวมกับหัวข้อธรรมอื่น หรือเป็นส่วนหนึ่งของหัวข้อธรรมนั้น ๆ หรือเรียกชื่อว่า อสุภะ หรือ อสุภสัญญา (หมายกำหนดเอาความไม่สวຍไม่งาม) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ในอสุภสูตรพระพุทธองค์ตรัสให้พิจารณาเห็นความไม่งามในร่างกายพร้อมด้วยกำลัง ๕ อย่างไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย ปฏิปทา ๔ ประการนี้ ปฏิปทา ๔ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. ทุกขาปฏิบัติทา ทนธาภิญญา

๒. ทุกขาปฏิบัติทา จิปปาภิญญา

๓. สุขาปฏิบัติทา ทนธาภิญญา

๔. สุขาปฏิบัติทา จิปปาภิญญา

^{๒๔}วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๒/๒๐๓-๒๐๐.

^{๒๕}ดูรายละเอียดใน ที.ม. ๑๐/๓๗๕/๓๐๘.

ทุกขาปฏิบัติ ทันทกัญญา เป็นอย่างไร คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นความไม่งามในกาย มีสัญญา (ความจำได้หมายรู้) ว่าปฏิภูลในอาหาร มีสัญญาว่าไม่น่าเพลิดเพลินในโลกทั้งปวง พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในสังขารทั้งปวงอยู่ เธอมีมรณสัญญาที่ตั้งมั่นดีภายใน เธอเข้าไปอาศัยเสกขพละ ๕ ประการนี้อยู่ คือ สัทธาพละ (กำลังคือศรัทธา) หิริพละ (กำลังคือหิริ) โอตตปปพละ (กำลังคือโอตตปปะ) วิริยพละ (กำลังคือวิริยะ) ปัญญาพละ (กำลังคือปัญญา) และอินทรีย์ ๕ ประการนี้ของเธอ คือ สัทธินทรีย์ (อินทรีย์คือศรัทธา) วิริยอินทรีย์ (อินทรีย์คือวิริยะ) สตินทรีย์ (อินทรีย์คือสติ) สมาธินทรีย์ (อินทรีย์คือสมาธิ) ปัญฺณินทรีย์ (อินทรีย์คือปัญญา) ย่อมปรากฏอ่อน เพราะอินทรีย์ ๕ ประการนี้ปรากฏอ่อน เธอจึงบรรลุคุณพิเศษเพื่อความสิ้นอาสวะช้า นี้เรียกว่าทุกขาปฏิบัติ ทันทกัญญา

ทุกขาปฏิบัติ จิปปากัญญา เป็นอย่างไรคือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นความไม่งามในกาย มีสัญญาว่าปฏิภูลในอาหาร มีสัญญาว่าไม่น่าเพลิดเพลินในโลกทั้งปวง พิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในสังขารทั้งปวงอยู่ เธอมีมรณสัญญาที่ตั้งมั่นดีภายใน เธอเข้าไปอาศัยเสกขพละ ๕ ประการนี้อยู่ คือ สัทธาพละ หิริพละ โอตตปปพละ วิริยพละ ปัญญาพละ แต่อินทรีย์ ๕ ประการนี้ของเธอ คือ สัทธินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์ ปัญฺณินทรีย์ ย่อมปรากฏแก่กล้า เพราะอินทรีย์ ๕ ประการนี้ปรากฏแก่กล้า เธอจึงบรรลุคุณพิเศษเพื่อความสิ้นอาสวะเร็ว นี้เรียกว่าทุกขาปฏิบัติ จิปปากัญญา

สุขาปฏิบัติ ทันทกัญญา เป็นอย่างไรคือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้สังัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌานที่มีวิตกวิจารณ์ ปีติและสุขอันเกิดจากวิเวกอยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป ภิกษุบรรลุทุติยฌานที่มีความผ่องใสภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ไม่มีวิตกวิจารณ์มีแต่ปีติและสุขอันเกิดจากสมาธิอยู่ เพราะปีติจางคลายไป ภิกษุมิอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย บรรลุตติยฌานที่พระอรหันต์ทั้งหลายสรรเสริญว่า “ผู้มีอุเบกขา มีสติ อยู่เป็นสุข” เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับไปก่อนแล้ว ภิกษุบรรลุจตุตถฌานที่ไม่มีทุกข์ไม่มีสุข มีสติบริสุทธิ์เพราะอุเบกขาอยู่ ภิกษุเข้าไปอาศัยเสกขพละ ๕ ประการนี้อยู่ คือ สัทธาพละ หิริพละ โอตตปป-พละ วิริยพละ ปัญญาพละ แต่อินทรีย์ ๕ ประการนี้ของเธอ คือ สัทธินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์ ปัญฺณินทรีย์ ย่อมปรากฏอ่อน เพราะอินทรีย์ ๕ ประการนี้ปรากฏอ่อน เธอจึงบรรลุคุณพิเศษเพื่อความสิ้นอาสวะช้า นี้เรียกว่าสุขาปฏิบัติ ทันทกัญญา

สุขาปฏิบัติ จิปปากัญญา เป็นอย่างไรคือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้สังัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายแล้ว บรรลุปฐมฌาน ฯลฯ อยู่ เพราะวิตกวิจารณ์สงบระงับไป ภิกษุบรรลุทุติยฌาน ฯลฯ อยู่ เพราะปีติจางคลายไป ภิกษุมิอุเบกขา มีสติสัมปชัญญะ เสวยสุขด้วยนามกาย

บรรลุดุติยาน ฯลฯ อยู่เพราะละสุขและทุกข์ได้ เพราะโสมนัสและโทมนัสดับ ไปก่อนแล้ว
 ภิกษุบรรลุดุติยาน ฯลฯ อยู่ เธอเข้าไปอาศัยเสกขพละ ๕ ประการนี้ อยู่ คือ สัทธาพละ หิริ
 พละ โอตตัปปพละ วิริยพละ ปัญญาพละ และอินทรีย์ ๕ ประการนี้ของเธอ คือ สัทธินทรีย์ วิริ
 ยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์ ปัญญินทรีย์ ย่อมปรากฏแก่กล้า เพราะอินทรีย์ ๕ ประการนี้
 ปรากฏแก่กล้า เธอจึงบรรลุดุคฺคพิเศษเพื่อความสิ้น อาสวะเร็ว นี้เรียกว่า สุขาปฏิบัติทา จิปปา
 ภิกฺขุญา^{๒๖}

ทุกขาปฏิบัติทา ทนฺธาภิกฺขุณฺณํ คือการพิจารณาเห็นความไม่งาม ความไม่เที่ยงในสังขาร
 ร่างกายทั้งปวง นึกถึงความตายอยู่เสมอ อาศัยพละ ๕ ได้แก่ ศรัทธา หิริ โอตตัปป วิริยะ
 และปัญญา พร้อมทั้งอินทรีย์ ๕ ได้แก่ สัทธินทรีย์ วิริยินทรีย์ สตินทรีย์ สมาธินทรีย์ ปัญญ
 นทรีย์ ในการบรรลุดุคฺคพิเศษ แต่ยังไม่แกร่งพอ ธรรมเหล่านี้จึงเห็นได้ช้า ถ้าเป็นจิปปา
 ภิกฺขุญา ธรรมเหล่านี้จะปรากฏชัดเจนและแจ่มแจ้งจึงทำให้เห็นธรรมได้เร็ว สิ้นกิเลสได้เร็ว
 ส่วนในสุขาปฏิบัติทา ทนฺธาภิกฺขุญา นั้นคือ ภิกษุผู้บรรลุดั้งแต่ปฐมฌานถึงจตุตตฌานแล้ว
 อาศัยพละ ๕ และอินทรีย์ ๕ ในการทำความเพียร ธรรมะเหล่านี้ก็ยิ่งปรากฏให้เห็นช้า จึง
 บรรลุดุคฺคพิเศษได้ช้า ถ้าเป็นจิปปาภิกฺขุญา จะปรากฏได้เร็ว บรรลุดุคฺคพิเศษเร็ว

พระไตรปิฎกยังได้กล่าวถึงการเจริญอสุภะกัมมัฏฐานไว้กับการเจริญหวัชฌธรรมอื่น ๆ
 ที่ภิกษุควรเจริญ โดยที่พระองค์ไม่ได้ทรงแยกไว้ชัดเจนว่าอสุภะกัมมัฏฐานมี ๑๐ ข้อ แต่เพื่อให้ง่าย
 ต่อการศึกษาท่านพระพุทธโฆสาจารย์จึงได้รวบรวมไว้เป็นหมวด หวัชฌธรรมในอสุภกัมมัฏฐานใน
 พระไตรปิฎกจึงอยู่ร่วมกับธรรมหมวดอื่นที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ใน พระสูตรต้นตปิฎก อปร
 อังกราสังฆาตวรรค ซึ่งมีอยู่ ๒ ตอน ๆ แรกมีเป็นชื่อของอสุภ ได้แก่

๑. อสุภสัณฺญา
๒. มรณสัณฺญา
๓. อาหาเรปฏิกูลสัณฺญา
๔. สัพพะโลเกอนภิตสัณฺญา
๕. อนิจจสัณฺญา
๖. อนิจฺเจทุกขสัณฺญา
๗. ทุกเขอนัตตสัณฺญา
๘. ปหานสัณฺญา
๙. วิราคสัณฺญา
๑๐. เจริญนิโรธสัณฺญา

^{๒๖} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๖๓/๒๒๘-๒๓๐.

ตอนที่ ๒ มีหัวข้อธรรมในอสุกัมมัญฐานที่รวมไว้ ๑๐ ข้อ มีอยู่ด้วยกัน ๕ ข้อ ซึ่งก็คือ ๕ ข้อสุดท้ายจากทั้งหมดได้แก่

๑. อนิจจสัญญา
๒. อนัตตสัญญา
๓. มรณสัญญา
๔. อาหาเรปฏิกูลสัญญา
๕. สัพพโลเกอนภิตตสัญญา
๖. อัญญิกสัญญา
๗. ปุพฺพกสัญญา
๘. วินีตกสัญญา
๙. วิจิททกสัญญา
๑๐. อุทฺธมาตค^{๒๗}

พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย พระพุทธองค์ได้ตรัสถึงอสุกสูตร ว่าด้วยอสุกสัญญา หมายถึง ความหมายรู้ความไม่งาม เพื่อให้ภิกษุได้พิจารณาให้ถ่องแท้ พิจารณาให้เห็นความเป็นจริง เพื่อจะได้ละจากความยึดมั่นถือมั่นในตัวในตน แล้วบรรลุคุณวิเศษในพระพุทธศาสนา^{๒๘}

นอกจากนี้แล้วในพระสุตตันตปิฎก พระองค์ได้ตรัสถึงอสุกะไว้บางข้อ ที่บุคคลควรเจริญได้แก่ อุทฺธมาตคสัญญา ความหมายรู้ซากศพที่เน่าพองขึ้นอีก^{๒๙} วินีตกสัญญา ความหมายรู้ซากศพที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง ๆ^{๓๐} วิจิททกสัญญา ความหมายรู้ซากศพที่ขาดจากกันเป็นท่อน ๆ^{๓๑} อุทฺธมาตคสัญญา ความหมายรู้ซากศพที่เน่าพองขึ้นอีก^{๓๒} บุคคลผู้ต้องการเห็นความจริงของสิ่งที่ควรกำหนดรู้ให้เห็นซึ่งความจริง

พระสุตตันตปิฎก ปัญจตติยสูตรได้ปรากฏหัวข้อในอสุกัมมัญฐาน ไว้ ๖ ข้อ ที่พระองค์ตรัสไว้ดังนี้

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ตามรักษาสมาธิชนิดที่ซัดสีซึ่งเกิดขึ้นแล้ว คือ อัญญิกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่ยังเหลืออยู่แต่ร่างกระดูกหรือกระดูกท่อน) ปุพฺพกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่มี

^{๒๗} อัง.เอกก. (ไทย) ๒๐/๔๕๓-๔๖๒/๕๐.

^{๒๘} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๔๘/๑๕๕.

^{๒๙} อัง.ทสก. (ไทย) ๑๕/๒๔๒/๑๕๓.

^{๓๐} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๔๐/๑๕๓.

^{๓๑} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๔๑/๑๕๓.

^{๓๒} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๔๒/๑๕๓.

หนอนคลาล้าเต็มไปหมด) วินิลกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่มีสีเขียวคล้าด้วยสีต่าง ๆ) วิปุลพพกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้มอยู่ตามที่ที่แตกปริออก) วิฉิททกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่ขาดจากกันเป็น ๒ ท่อน) อุทฐมาตกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่เนาพองขึ้นอีก) นี้เรียกว่า อนุรักษนาปธาน^{๓๓}

นอกจากนี้แล้วพระพุทธองค์ยังทรงตรัสถึงธรรมที่มีผลและอานิสงส์มาก ที่ใครเจริญแล้วย่อมมีข้อมเป็นได้ ซึ่งเป็นเรื่องของความไม่สวຍไม่งาม ในพระสูตรต้นปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาตพระพุทธองค์ได้ตรัสเกี่ยวกับเรื่องของอสุกะไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย สัญญา ๑๐ ประการนี้ ที่บุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมมีผลมาก มีอานิสงส์มาก หย้งลงสู่อมตะ ๒ มีอมตะเป็นที่สุดสัญญา ๑๐ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. อสุกสัญญา (กำหนดหมายความไม่งามแห่งกาย)
๒. มรณสัญญา (กำหนดหมายความตายที่จะต้องมาถึงเป็นธรรมดา)
๓. อาหาร ปฏิกูลสัญญา (กำหนดหมายความปฏิกูลในอาหาร)
๔. สัพพโลเก อนภิสสสัญญา (กำหนดหมายความไม่น่าเพลิดเพลินในโลกทั้งปวง)
๕. อนิจจสัญญา (กำหนดหมายความไม่เที่ยงแห่งสังขาร)
๖. อนิจเ ทุขกสัญญา (กำหนดหมายความเป็นทุกข์ในความไม่เที่ยงแห่งสังขาร)
๗. ทุกเข อนัตตสัญญา (กำหนดหมายความเป็นอนัตตาในความเป็นทุกข์)
๘. ปหานสัญญา (กำหนดหมายเพื่อละอกุศลวิตกและบาปกรรมทั้งหลาย)
๙. วิราคสัญญา (กำหนดหมายวิราคะว่าเป็นธรรมละเอียดประณีต)
๑๐. นิโรธสัญญา (กำหนดหมายนิโรธว่าเป็นธรรมละเอียดประณีต)^{๓๔}

ในเล่มเดียวกัน พระพุทธองค์ก็ได้กล่าวเกี่ยวกับอสุกะไว้ในปัพพชชาสูตร ว่าด้วยจิตที่ได้รับการอบรมตามสมควรแก่บรรพชา ไว้ว่า

ภิกษุทั้งหลาย เพราะเหตุนี้แล เธอทั้งหลายพึงสำเหนียกอย่างนี้ว่า จิตของเราจักได้รับการอบรมตามสมควรแก่บรรพชา และบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว จักไม่ครอบงำจิตอยู่ (คือ) จิตของเราจักได้รับการอบรมด้วย อนิจจสัญญา ๑ จิตของเราจักได้รับการอบรมด้วยอนัตตสัญญา ๑ จิตของเราจักได้รับการอบรมด้วยอสุกสัญญา ๑ จิตของเราจักได้รับการอบรมด้วยอาทินวสัญญา ๑ จิตของเราจักรู้ความประพฤติชอบและไม่ชอบของสัตว์โลกแล้วได้รับการอบรมด้วยสัญญา ๑ จิต

^{๓๓}อง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๔/๒๖., ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๐/๒๘๕.

^{๓๔}อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๕๖/๑๒๔.

ของเราจักรู้ความเจริญและความเสื่อมของสัตว์โลกแล้วได้รับการอบรมด้วยสัญญา ๑ จิตของเราจักรู้ความเกิดและความดับแห่งสังขารโลกแล้วได้รับการอบรมด้วยสัญญา ๑ จิตของเราจักได้รับการอบรมด้วยปหานสัญญา ๑ จิตของเราจักได้รับการอบรมด้วยวิราคสัญญา ๑ จิตของเราจักได้รับการอบรมด้วยนิโรธสัญญา ๑ ภิกษุทั้งหลายเธอทั้งหลายพึงสำเหนียกอย่างนี้แล

เมื่อใด จิตของภิกษุได้รับการอบรมตามสมควรแก่บรรพชา และบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ไม่ครอบงำจิตอยู่ (คือ) จิตได้รับการอบรมด้วยอนิจสัญญา ๑ จิตได้รับการอบรมด้วยอนัตตสัญญา ๑ จิตได้รับการอบรมด้วยอสุกสัญญา ๑ จิตได้รับการอบรมด้วยอาทีนวสัญญา ๑ จิตนั้นรู้ความประพาสชอบและไม่ชอบของสัตว์โลกแล้วได้รับการอบรมด้วยสัญญา ๑ จิตรู้ความเจริญและความเสื่อมของสัตว์โลกแล้วได้รับการอบรมด้วยสัญญา ๑ จิตรู้ความเกิดและความดับแห่งสังขารโลกแล้วได้รับการอบรมด้วยสัญญา ๑ จิตได้รับการอบรมด้วยปหานสัญญา ๑ จิตได้รับการอบรมด้วยวิราคสัญญา ๑ จิตได้รับการอบรมด้วยนิโรธสัญญา ๑^{๓๕}

พระผู้มีพระภาคได้ตรัสเรื่องการที่บุคคลควรเจริญธรรม ๑๐ ประการ เพื่อรู้อย่างระคะ (ความกำหนด) ธรรม ๑๐ ประการ อะไรบ้าง คือ

๑. อสุกสัญญา (กำหนดหมายความไม่งามแห่งกาย)
๒. มรณสัญญา (กำหนดหมายความตายที่จะต้องมาถึงเป็นธรรมดา)
๓. อาหาระ ปฏิกุณสัญญา (กำหนดหมายความปฏิกุณในอาหาร)
๔. สัพพโลเก อนภิรตสัญญา (กำหนดหมายความไม่น่าเพลิดเพลินในโลกทั้งปวง)
๕. อนิจสัญญา (กำหนดหมายความไม่เที่ยงแห่งสังขาร)
๖. อนิจเญ ทุกขสัญญา (กำหนดหมายความทุกข์ในความไม่เที่ยงแห่งสังขาร)
๗. ทุกเข อนัตตสัญญา (กำหนดหมายความเป็นอนัตตาในความเป็นทุกข์)
๘. ปหานสัญญา (กำหนดหมายเพื่อละอกุศลวิถิกและบาปธรรมทั้งหลาย)
๙. วิราคสัญญา (กำหนดหมายวิราคว่าเป็นธรรมละเอียดประณีต)
๑๐. นิโรธสัญญา (กำหนดหมายนิโรธว่าเป็นธรรมละเอียดประณีต)^{๓๖}

อสุกัมมัญฐาน ตามนัยพระวิสุทธิมรรคได้จำแนกไว้ ๑๐ ประการนั้น ได้ปรากฏอยู่ในพระสูตรต่าง ๆ อาจจะไม่ทั้งหมด บางแห่ง ๓ หัวข้อบาง บ้างแห่ง ๔ หัวข้อบ้าง บ้างแห่ง ๕ หัวข้อบ้าง บางแห่ง ๖ หัวข้อบ้าง ดังต่อไปนี้

ในพระสูตรต้นปิฎก อังคุตตรนิกาย พระพุทธองค์ได้ตรัสการเจริญธรรมเพื่อรู้อย่างระคะ ธรรม ๑๐ ประการ คือ

^{๓๕} อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๕๕/๑๒๗.

^{๓๖} อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๒๓๗/๓๔๕.

๑. อนิจจสัญญา
๒. อนัตตสัญญา
๓. อาหาเร ปฏิกุศลสัญญา
๔. สัพพโลเก อนภิตตสัญญา
๕. อัญญิกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่ยังเหลืออยู่แต่ร่างกระดูกหรือกระดูกท่อน)
๖. ปุพุกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่มีหนอนคลาคล้ำเต็มไปหมด)
๗. วินิลกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่มีสีเขียวคล้ำด้วยสีต่าง ๆ)
๘. วิปฺพกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้มอยู่ตามที่แตกปร

ออก)

๙. วิฉิททกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่ขาดจากกันเป็น ๒ ท่อน)

๑๐. อุทฺธมาตกสัญญา (กำหนดหมายซากศพที่เน่าพองขึ้นอีก)^{๓๖}

ในนาถิตสูตรพระองค์ได้ตรัสถึงเรื่องของอาหารที่กิน ค่อม เคี้ยว เป็นของปฏิกุศล เป็นอสุภะไว้ว่า

นาถิตะ อาหารที่กิน ค่อม เคี้ยว และลีม่อมกลายเป็นอุจจาระและปัสสาวะนี้เป็นผลแห่งอาหารนั้น ปิยชนเกิดมีโสกะ (ความโสก) ปริเทวะ (ความรำไร) ทุกข์ (ความทุกข์กาย) โทมนัส (ความทุกข์ใจ) และอุปายาส (ความแค้นใจ) เพราะสิ่งที่รักแปรเป็นอื่นไป นี่เป็นผลแห่งความรักนั้น ความเป็นของปฏิกุศลในอสุภนิมิต* ย่อมตั้งอยู่แก่ภิกษุผู้ชวนขวยการประกอบตามอสุภนิมิต นี่เป็นผลแห่งการประกอบตามอสุภนิมิตนั้น ความเป็นของปฏิกุศลในผัสสะ^{๓๗}

ในพระสูตรตันติปฏก หมวดชราวรรค พระองค์ได้ตรัสถึงความแก่ ความไม่สวยไม่งามของสังขารไว้ ในเรื่องของพระอุตตราเถรี พระผู้มีพระภาคตรัสพระคาถานี้แก่พระอุตตราเถรีไว้ว่า ร่างกายนี้แก่ห่อแล้วเป็นรังของโรค มีแต่จะทรุดโทรมลงไปร่างกายที่เน่าเปื่อยนี้ก็จะแตกดับไป เพราะชีวิตมีความตายเป็นที่สุด^{๓๘}

ในอธิมานิกกิกขุวัตถุ พระผู้มีพระภาคตรัสพระคาถาแก่ภิกษุทั้งหลายที่กำลังดูซากศพในป่าช้าว่า

^{๓๖} อก.ทสก. (ไทย) ๒๔/๒๓๘/๓๘๕.

* อสุภนิมิต ในที่นี้หมายถึงอสุภกัมมัฏฐาน

^{๓๗} อก.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๓๐/๔๓.

^{๓๘} จุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑๔๘/๗๘.

* ฤดูใบไม้ร่วง

กระดุกเหล่านี้มีสีเหมือนสีนกกพิราบ

ถูกเขาทิ้งไว้เกลื่อนกลาด

เหมือนน้ำเต้าที่ร่วงเกลื่อนกลาดในสารทกาล*

ความยินดีอะไรเล่าจะเกิด เพราะเห็นกระดุกเหล่านั้น^{๔๐}

ในอรรถกถาพระสุตตันตปิฎกได้กล่าวถึงการให้พิจารณาเห็นอารมณ์ว่าไม่งามในร่างกายว่า

คฤกริกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเป็นผู้พิจารณาเห็นอารมณ์ ว่าไม่งามในกายอยู่ จงเข้าไปตั้งอานาปานสติไว้เฉพาะหน้าในภายใน และจงพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในสังขารทั้งปวงอยู่เถิด คฤกริกษุทั้งหลาย เมื่อเธอทั้งหลายพิจารณาเห็นอารมณ์ว่าไม่งามในกายอยู่ ย่อมละราคานุสัยในเพราะความเป็นธาตุงามได้ เมื่อเธอทั้งหลายเข้าไปตั้งอานาปานสติไว้เฉพาะหน้าในภายใน ธรรมเป็นที่มานอนแห่งวิตกทั้งหลาย (มิจฉาวิตก) ในภายนอก อันเป็นไปในฝักฝ่ายแห่งความคับแค้น ย่อมไม่มี เมื่อเธอทั้งหลายพิจารณาเห็นความไม่เที่ยงในสังขารทั้งปวงอยู่ ย่อมละอวิชชาได้ วิชชาย่อมเกิดขึ้น ฯ

ภิกษุผู้พิจารณาเห็นอารมณ์ว่าไม่งามในกาย มีสติเฉพาะในลมหายใจ มีความเพียรทุกเมื่อ พิจารณาเห็นซึ่งนิพพาน อันเป็นที่ระงับสังขารทั้งปวง ภิกษุนั้นแล ผู้เห็นโดยชอบ พยายามอยู่ ย่อมโน้มไปในนิพพานเป็นที่ระงับแห่งสังขารทั้งปวง ภิกษุนั้นแล ผู้อยู่จบอภิญญา สงบระงับล่วงโยคะเสียได้แล้ว ชื่อว่าเป็นมุนี ฯ^{๔๑}

ในบทกถานี้ได้กล่าวถึงการพิจารณาเห็นกายให้เป็นอารมณ์ว่าไม่งาม พิจารณาอานาปานสติ เมื่อนั้นย่อมเห็นความไม่เที่ยง ย่อมละอวิชชาได้ มีโอกาสที่จะไปพระนิพพาน เพราะสามารถระงับกิเลสได้

ในคิริमानนทสูตร เป็นเรื่องราวเกี่ยวกับพระคิริमानนที่ซึ่งอาพาธหนัก ต้องการที่จะให้พระพุทธรองค์ทรงเยี่ยม แต่พระพุทธรเจ้าทรงให้อานนท์ไปแทนและให้กล่าวสัญญา ๑๐* ประการนี้แก่พระคิริमानนที่ อาการของท่านก็จะสงบระงับ แล้วพระพุทธรองค์ก็ตรัสสัญญา ๑๐ ประการให้พระอานนท์ฟัง และมีข้อหนึ่งที่พระองค์ตรัสถึง อสุกสัญญา พระอานนท์ก็ได้ทูลถามพระพุทธรองค์ว่า อสุกสัญญา เป็นอย่างไร พระพุทธรองค์ตรัสตอบว่า

^{๔๐} บ. (ไทย) ๒๕/๑๔๕/๗๘.

^{๔๑} บ. บ. (ไทย) ๒๕/๒๗๑.

* ๑. อนิจจสัญญา ๒. อนัตตสัญญา ๓. อสุกสัญญา ๔. อาทีนวสัญญา ๕. ปหานสัญญา ๖. วิราคสัญญา ๗. นิโรธสัญญา ๘. สัพพโลก อนภริตสัญญา ๙. สัพพสังขารสุ อนิจจสัญญา ๑๐. อานาปานสติ

...ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นกายนี้เท่านั้น ตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นไป ตั้งแต่ปลายผมลงมา มีหนังหุ้มอยู่โดยรอบ เต็มไปด้วยของไม่สะอาดมีประการต่าง ๆ ว่า ‘ในกายนี้มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ไข หัวใจ ตับ พังผืด ม้าม ปอด ใสใหญ่ ใส่น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา เปลวมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูตร’ เป็นผู้พิจารณาเห็น โดยความเป็นของไม่งามในกายนี้อยู่อย่างนี้ นี้เรียกว่า อสุกสัญญา...

เมื่อพระองค์ตรัสถึงความหมายของสัญญาทั้ง ๑๐ ประการแล้ว ก็ได้ตรัสต่อไปว่า

...ถ้าเธอจะพึงเข้าไปหาแล้วกล่าวสัญญา ๑๐ ประการนี้แก่ศิริมานนทภิกษุเป็นไปได้ที่ อาพาธของศิริมานนทภิกษุนั้นจะระงับไปโดยฉับพลันเพราะได้ฟังสัญญา ๑๐ ประการนี้ ครั้งนั้นแล ท่านพระอานนท์ได้เรียนสัญญา ๑๐ ประการนี้ในสำนักของพระผู้มีพระภาค เข้าไปหาท่านพระศิริมานนทถึงที่อยู่ กล่าวสัญญา ๑๐ ประการนี้แก่ท่านพระศิริมานนท ขณะนั้นเอง อาพาธของท่านพระศิริมานนทสงบระงับลงโดยฉับพลันเพราะได้ฟังสัญญา ๑๐ ประการนี้ ท่านพระศิริมานนทได้หายขาดจากอาพาธนั้นอาพาธนั้น เป็นโรคอันท่านพระศิริมานนทละได้ อย่างนี้แล^{๔๒}

ในพระวินัยก็มีพระสูตรที่ได้กล่าวถึงเรื่องของอสุกัมมัญฐาน ซึ่งเป็นสาเหตุแห่งปฐมปาราชิกข้อที่สาม เป็นเรื่องราวที่ทำให้พระพุทธองค์บัญญัติปาราชิกข้อที่สามที่ว่า ภิกษุแกล้ง (จงใจ) ฆ่ามนุษย์ให้ตาย ต้องปาราชิก สมัยนั้น พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ ภูเขาศาลา ป่ามทวัน เขตกรุงเวสาลี ครั้งนั้น พระผู้มีพระภาคตรัสสอนอสุกัมมัญฐาน ทรงพรรณนาคุณแห่งอสุกัมมัญฐาน ตรัสสรรเสริญการเจริญอสุกัมมัญฐานแก่ภิกษุทั้งหลายโดยประการต่าง ๆ ต่อมา พระผู้มีพระภาครับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า ภิกษุทั้งหลายเราปรารภจะหลีกเร้นอยู่ผู้เดียวสักครั้งเดือนใคร ๆ อย่าเข้าไปหาเรา ยกเว้นภิกษุผู้นำอาหารบิณฑบาตเข้าไปให้รูปเดียว ภิกษุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้วในครั้งเดือนนี้ จึงไม่มีใคร ๆ เข้าไปเฝ้าพระผู้มีพระภาค ยกเว้นภิกษุผู้นำอาหารบิณฑบาตเข้าไปถวายรูปเดียวลำดับนั้น ภิกษุเหล่านั้นสนทนากันว่า “พระผู้มีพระภาคตรัสสอนอสุกัมมัญฐาน ทรงพรรณนาคุณแห่งอสุกัมมัญฐาน ตรัสสรรเสริญการเจริญอสุกัมมัญฐานโดยประการต่าง ๆ แล้วพากันประกอบความเพียรในการเจริญอสุกัมมัญฐานหลายประการ กระทั่งเกิดความรู้สึกอดิอด เบื่อหน่าย รังเกียจร่างกายของตน จึงพากันแสวงหาศีลตราสำหรับฆ่าตัวตาย วันเดียวภิกษุก็นำศีลตรามาฆ่าตัวตาย ๑๐ รูปบ้าง ๕๐ รูปบ้าง เมื่อครั้งเดือนผ่านไป พระผู้มีพระภาคก็เสด็จออกจากที่หลีกเร้น รับสั่งเรียกท่านพระอานนท์มาตรัสถามว่า “อานนท์ ทำไมภิกษุสงฆ์จึงดูเหมือนจะน้อยลง”ท่านพระอานนท์ทูลตอบว่า จริง พระพุทธเจ้าข้า ภิกษุทั้งหลายสนทนากันว่า พระผู้มีพระภาคตรัสสอนอสุกัมมัญฐาน ทรงพรรณนาคุณแห่งอสุกัมมัญฐานตรัสสรรเสริญการ

^{๔๒} อก.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๑๒๘-๑๓๓.

เจริญอสุภกัมมัญฐานโดยประการต่าง ๆ แล้วพากันประกอบความเพียรในการเจริญอสุภกัมมัญฐานหลายประการ กระทั่งเกิดความรู้สึกอึดอัดเบื่อหน่าย รังเกียจร่างกายของตน จึงพากันแสวงหา ศัสตราสำหรับฆ่าตัวตายวันเดียว ภิกษุก็นำศัสตรามารฆ่าตัวตาย พระพุทธองค์จึงทรงเรียกประชุมสงฆ์ เมื่อเห็นจริงดังนั้นจึงทรงบัญญัติสิกขาบทห้ามภิกษุฆ่ามนุษย์ให้ตาย^{๔๓}

ในเนื้อความข้างต้นนี้กล่าวถึงคุณของการพิจารณาอสุภกัมมัญฐาน คือให้ให้ร่างกายว่าไม่งาม ไม่ให้สาวกของพระองค์ยึดมั่นในร่างกายของตัวเอง แต่พระสาวกของพระองค์พิจารณาแล้ว กลับเบื่อหน่ายในชีวิต แล้วฆ่าตัวตายบ้าง ให้คนอื่นฆ่าบ้าง จึงเป็นเหตุให้พระพุทธองค์ทรงบัญญัติสิกขาบทปาราชิกบทที่ ๓ อย่างที่กล่าวแล้วและพระองค์ก็ทรงอธิบายการเจริญอสุภกัมมัญฐานที่แท้จริงให้ฟัง และได้บรรลुकุณวิเศษจากธรรมนั้นเป็นจำนวนมาก

ในพระธรรมบทก็ยังมีพระสาวก สาวิกาของพระพุทธองค์ที่ได้ดู ได้ฟัง ได้พิจารณาเรื่องของอสุภกัมมัญฐาน ความไม่สวยไม่งามในร่างกาย เป็นสิ่งปฏิบัติ แล้วทำให้เกิดมรรค เกิดผลในพระทางพระพุทธศาสนา ตัวอย่างเช่นใน เรื่องของนางสิริมา เธอเป็นโสเภณีซึ่งเป็นหญิงงามประจำเมืองราชพฤกษ์ มีอยู่พรรษาหนึ่ง มีคนมาเช่าคือ นางอุตรา นางอุตราเป็นพระโสดาบัน เธอเป็นลูกสาวของนายปุณณเศรษฐีและเป็นภรรยาของบุตรเศรษฐีชื่อว่า สุมณะ นางอุตราได้มาเช่านางสิริมาไปให้แก่สามี เนื่องจากต้องคอยบำรุงบำเรอสามีจนไม่มีเวลาทำบุญ สุดท้ายนางสิริมามีตัวไปว่าเป็นเมียเช่า เกิดหึงหวงถึงขั้นทำร้ายนางอุตรา แต่สุดท้ายก็สำนึกผิดได้ไปขอโทษนางอุตรา และมีโอกาสได้ฟังเทศน์ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้า กระทั่งได้บรรลุเป็นพระโสดาบัน ซึ่งพระพุทธเจ้าได้เทศน์ในเรื่อง “พึงชนะคนโกรธด้วยความไม่โกรธ พึงชนะคนไม่ดีด้วยความดี พึงชนะคนตระหนี่ด้วยการให้ แล้วพึงชนะคนพูดพร้อยด้วยคำจริง” ครั้นพระพุทธเจ้าเทศน์จบนางก็บรรลุเป็นพระโสดาบัน จากที่นางได้บรรลุแล้ว นางก็ได้นิมนต์พระพุทธเจ้าให้ไปถวายทาน แล้วก็ตั้งภัตตรไฉวันละ ๘ ที่ นิมนต์พระสงฆ์ไปฉันที่บ้าน ๘ รูปทุกวัน อาหารที่นางถวายก็ประณีตอร่อยเหลือเกิน พระรูปหนึ่งพอได้ฟังเรื่องเพื่อนพระด้วยกัน บรรยายสรรพคุณความสวยของนางสิริมา ก็เหมือนโดนศรรักปักทรวง ตั้งแต่ยังไม่เห็นหน้านางสิริมาอยู่ก็รักขึ้นมา ก็ปรากฏว่าขณะนั้นมีการจัดคิวเพื่อที่จะ ไปบิณฑบาต พระรูปนี้จึงรีบรับอาสา พระที่จัดคิวนิมนต์บอกว่าพรุ่งนี้ท่านก็จะได้เป็นประธานฉันอาหารในบ้านของนางสิริมา^{๔๔}

ครั้นถึงเวลาเช้าในวันนั้นนางสิริมาเกิดอาการป่วยขึ้นมา แต่คัมภีร์ก็ไม่ได้บอกว่าป่วยเป็นโรคอะไร ก็ปรากฏว่าเมื่อพระคุณเจ้ามานางก็ป่วย ก็สั่งคนใช้ให้ดูแลพระคุณเจ้าถวายอาหาร ถวายข้าว ถวายภัต แล้วก็รับพร ขณะนั้นร่างกายก็แย่มากที่ต้องให้คนใช้ช่วงพุง เมื่อพระภิกษุรูปนี้

^{๔๓} ส.ม. (ไทย) ๑๕/๒๕๕/๔๖๓-๔๖๕.

^{๔๔} สุวรรณ เพชรนิล, ราลึกละคร บุญแม่, (ม.ป.ท : ม.ป.ป.), หน้า ๗๑-๗๒.

เห็นหน้าของนางสิริมาที่ไม่ได้ประทีนแต่งโฉมแต่ประการใด ท่านก็นึกอยู่ในใจว่าคนอะไรสวยจริง ๆ ขนาดยังไม่ได้แต่งตัวและป่วยยังสวยขนาดนี้ หากนางไม่ได้เจ็บป่วยแต่งตัว ทาหน้า ทาปาก ใส่เสื้อผ้าอาภรณ์ที่มีราคานางจะสวยเพียงใดกัน พระรูปนี้แทนที่จะนึกลบลง มีแต่สุกะ สุกะ สวยตลอด ก็ปรากฏว่ากิเลสที่สั่งสมไว้ไม่ว่าเกิดกี่ชาติ ก็มีแต่เรื่องสวย ๆ อยู่ในจิต ท่านก็ไม่ได้มีใจที่จะสวমনต์ไหว้พระเจริญกรรมฐาน กลับไปก็กินข้าวไม่ได้ โรครักกำเริบ นอนอดอาหาร ปรากฏว่าวันนั้นที่ท่านรับบาตรจากนางสิริมา นับเป็นเรื่องบังเอิญที่นางสิริมาก็ถึงแก่กรรมในวันนั้น พระเจ้าพิมพิสารจึงส่งราชสารไปทูลพระพุทธรเจ้า ข้าแต่พระผู้มีพระภาคเจ้า บัดนี้นางสิริมาผู้เป็นหญิงงามเมืองและเป็นน้องสาวของหมอชีวกโกมารภัฏ ผู้แพทย์ประจำพระองค์ ได้ถึงแก่กรรมแล้ว

พระพุทธรเจ้าก็ส่งข่าวไปทูลพระเจ้าพิมพิสารว่า มหาบพิตร ขอพระองค์อย่าเพิ่งให้ใครมาเผาพนางสิริมา และสั่งให้พักศพไว้ในป่าช้า สั่งทหารให้เฝ้าให้ดียวาให้เร่งกามาจิกกิน ครั้นครบ ๓ วันผ่านไป ร่างกายเริ่มขึ้นอืด สรีระขึ้นพอง แสดงว่าเจริญ อุทุมมัตตะ ๑ ใน อสุภ ๑๐ จากนั้นก็เจริญปุพฺพกะ คือ อสุภ ว่าด้วยหนอนก็ได้ ตอนนั้นร่างกายของนางมีหนอนไขว้เย็บเต็มไปหมด ร่างกายทั้งหมดมันแปลกมันปริไปหมด พระเจ้าพิมพิสารจึงส่งราชบุรุษให้ตีฆ้องร้องป่าวให้ทั่วพระนครยกเว้นเด็กที่เฝ้าบ้านว่า ถ้าใครไม่มาดูนางสิริมา ถูกปรับเป็นเงินสินไหม ๘ กหาปณะ แล้วก็ทรงข่าวไปทูลพระพุทธรเจ้าว่า ขอให้ภิกษุทรงมีพระพุทธรเจ้าเป็นประธานจงมาดูนางสิริมาเกิดในขณะนั้นที่พระหนุ่มที่ถูกศรรักปักทรวงอดอาหารมา ๓-๔ วัน กินข้าวไม่ได้ ปรากฏว่ามีพระเพื่อนมากระซิบข้างหูบอกว่าพระพุทธรเจ้าจะพาไปเยี่ยมนางสิริมา แม้ขนาดถูกความหิวเข้าบดบัง ก็ยังสู้ไฟรักในใจไม่ได้ ท่านไม่รู้เลยว่าเกิดอะไรขึ้นกับนางสิริมา สภาพใบหน้าสวย ๆ ลอยมาอยู่ตลอดเวลา แต่ท่านก็คิดว่าทำยังไงหลวงพี่จะได้เห็นหน้าเธอ เมื่อพระเพื่อนกันมาบอกว่าพระพุทธรเจ้าจะไปเยี่ยมนางสิริมา จะไปดูนางสิริมาจะไปด้วยไหม ท่านจึงรีบตอบตกลงทันที แล้วก็จัดการเดินทางไประหว่างทางก็นึกในใจว่าอีกไม่นานจะได้เจอแล้วแม่นางแก้วของพี่

ครั้นพระพุทธรเจ้าก็พาไปจนกระทั่งถึงป่าช้า ในที่นั้นก็มีทั้งภิกษุสงฆ์ อุบาสก อุบาสิกา ยืนกันอยู่พระพุทธรเจ้าก็รับสั่งถามว่านี่ใครกันหรือมหาบพิตร ทั้งเน่าทั้งอืด ทั้งหนอนไขว้เย็บไปหมด กลิ่นก็แรง พระราชาเป็นประธานฝ่ายฆราวาสก็ทูลว่านี่แหละคือนางสิริมาจริง พระพุทธรเจ้าก็อุทานถ้อยอย่างนั้นขอให้มหาบพิตรตีกลองโฆษณาไปว่าถ้าใครให้ทรัพย์พันหนึ่ง ผู้นั้นจะได้นางสิริมาไป ก็ปรากฏว่าไม่มีใคร พระพุทธรเจ้าก็สั่งประมุขค้ำตัวนางสิริมาและตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลายจงมาดู นี่คือนามาคามที่เป็นที่รักของมหาชน เห็นปานนี้ที่ซึ่งถึงความเสื่อมไปและความสิ้นไป จงมาดูอัฐภาพที่ไม่มีความยั่งยืน และความมั่นคง อันกรรมทำให้วิจิตรแล้วมีกายเป็นแผล เป็นแผลก็คือช่องต่าง ๆ ตา หู จมูก อันกระดูก ๓๐๐ ท่อนยกขึ้นมา อันอัฐารที่มหาชนกำหนดกันเป็นส่วนมาก” ปรากฏว่าขณะที่พระพุทธรเจ้ากำลังเทศน์อยู่ ก็ทำให้พระรูปนั้นเกิดความเบื่อหน่าย จากภาพที่เคยสวยกลายเป็นภาพ

ศพเน่าอืด และเมื่อได้ฟังเทศน์จากพระพุทธเจ้าจบ ท่านก็ได้บรรลุโสดาปัตติผล เป็นพระอริยบุคคล เบื้องต้นในพระพุทธศาสนา^{๔๕}

หรือในเรื่องของท่านมหาภาพพระเถระนี้ก็ถึงสมบุญไว้ในภพนั้นๆ ในพระพุทธเจ้าองค์ก่อนๆ เกิดในเรือนแห่งตระกูล ในกัปที่ ๕๑ แต่ภัทรกัปนี้ บรรลุนิติภาวะแล้ว ไปป่าด้วยกรรมกิจบางอย่าง เห็นผ้าบังสุกุลจีวรห้อยอยู่ที่กิ่งไม้ มีจิตเลื่อมใสว่า ผ้ากาสาวพัสดร์อันเป็นธงชัยของพระอริยเจ้าห้อยอยู่ แล้วเก็บเอาดอกกระดังมานูชาผ้าบังสุกุลจีวร

ด้วยบุญกรรมนั้น เขาท่องเที่ยวไปในเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย บังเกิดในตระกูลของพ่อค้าเกวียน ในเสตัพยนคร ในพุทธรูปบาทกาลนี้ ได้มีนามว่ามหาภาพ บรรลุนิติภาวะแล้วอยู่ครองเรือน บรรทุกสินค้าด้วยเกวียน ๕๐๐ เล่มไปสู่พระนครสาวัตถี ด้วยกิจของการค้า พักกองเกวียนไว้ ณ ที่แห่งหนึ่ง บรรเทาความเหน็ดเหนื่อยในการเดินทาง นั่งอยู่กับบริษัของตน เห็นพวกอุบาสกถือเอาของหอมและระเบียบเป็นต้น ไปสู่พระเชตวันวิหาร ในเวลาเย็น แม้นตนเองก็ไปสู่วิหารกับพวกอุบาสกเหล่านั้น ฟังธรรมในสำนักของพระศาสดาแล้ว เป็นผู้มิจิตศรัทธาบวชแล้ว อธิษฐาน คำว่า ธุดงค์ ๑๓ โสทานังคธุดงค์ (ธุดงค์คือการถืออยู่ป่าช้าเป็นวัตร) แล้วอยู่ในป่าช้า

ครั้นวันหนึ่งมีหญิงคนหนึ่งนามว่า กาฬี เป็นคนเผาศพ หักขา หักแขนของศพที่ตายใหม่ๆ อย่างละ ๒ ข้าง และทูปศิระะให้มันสมองไหลออกดังหม้อนมส้ม แล้วต่ออวัยวะทุกชิ้นส่วนให้เหมือนเดิม เพื่อให้พระเถระปลงกรรมฐาน ตั้งไว้ให้พระเถระพิจารณา ในที่สำหรับประกอบความเพียร แล้วนั่ง ณ ที่ส่วนข้างหนึ่ง^{๔๖}

พระเถระเห็นชิ้นส่วนของซากศพแล้ว เมื่อจะสอนตน ได้กล่าวคาถา ๒ คาถาความว่า
หญิงชื่อกาฬี มีร่างกายใหญ่ คำดังกา หักขาซ้ายขวา
แขนซ้ายแขนขวาและทูปศิระะของซากศพ
ดังทูปหม้อนมเปรี้ยว นั่งจัดให้เรียบร้อยอยู่
ผู้ใดแลไม่รู้แจ้ง ย่อมก่ออุปกิเลส
ผู้นั้นเป็นคนเขลา ย่อมประสบทุกข์อยู่รำไป
เพราะฉะนั้น ผู้รู้แจ้ง ไม่ควรก่ออุปกิเลส
เราอย่าถูกทูปศิระะนอนอยู่อย่างนี้อีกต่อไป^{๔๗}

^{๔๕} พ.บ.อ. (ไทย) ๑/๒/๓/๑๕๘; คณะกรรมการแผนกตำรา มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ตรวจชำระ, พระชัยมปัทมฐกถาแปล ภาค ๕, พิมพ์ครั้งที่ ๑๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑๔๓-๑๕๒.

^{๔๖} พ.เถร.อ. (ไทย) ๒/๓/๒/๓๐-๓๑.

^{๔๗} พ.เถร. (ไทย) ๒๖/๑๕๑-๑๕๒/๓๕๔-๓๕๕.

กล่าวคือเมื่อคนตายแล้วย่อมไม่สามารถขยับร่างกายได้ แม้จะถูกคนอื่นหักแขน หักขา และถูกทุบตีรีষะ จนมองไม่ออกเลยว่านี่คือร่างกายของมนุษย์ก็ไม่สามารถตอบโต้ได้เป็นผู้ถูกกระทำแต่ฝ่ายเดียว ดังนั้นผู้รู้ยาก่อกิเลสอันเป็นต้นตอของสภาพเช่นนี้

ในเรื่องของพระนางรูปนันทาเถรี พระพุทธองค์ก็ได้ตรัสถึงความไม่สวยงามแห่งร่างกายไว้ด้วยเพราะพระนางรูปนันทาเป็นผู้มีรูปสวยงามมาก พระองค์จึงได้ตรัสถึงความไม่งามให้พระนางฟัง พระนางรูปนันทาท่านเป็นพระน้องนางของพระพุทธเจ้า ท่านได้เข้ามาบวชในพระพุทธศาสนาเพราะญาติออกบวชหมด พระนันทะพี่ชายท่านก็ออกบวช พระนางเลยออกบวชตาม ท่านไม่ได้ออกบวชเพราะความศรัทธาแต่อย่างใด วันหนึ่งพอนางได้บวชในสำนักของภิกษุแล้วได้ยินข่าวว่าพระพุทธเจ้านั้นพระองค์ทรงแสดงธรรมแล้วคืออย่างนั้น ๆ จึงอยากจะฟัง แต่ก็กลัวพระองค์ทรง ติเตียนรูปของตน จึงไปพร้อมกับหมู่ภิกษุณี แต่จะไม่แสดงตัวให้ใครเห็น ก็จะหลบ ๆ ซ่อน ๆ อยู่ในหมู่ภิกษุณี ไปนั่งทำ ๆ แต่พอเข้าไปในพระวิหารเพื่อฟังธรรม เห็นรูปโฉมของพระพุทธเจ้า พิจารณาดูตรงไหนก็ดี มีรัศมีดีทุกอย่างเลย พระนางก็เกิดความเลื่อมใส พระพุทธเจ้าทรงรู้พระนางมา พระองค์ทราบว่ พระนางนี้มัวเมาอยู่ในรูปของตัวเอง ยินดีติดใจในรูปโฉมของตัวเอง ฉะนั้นพระองค์จึงทรงแสดงโทษของรูป เรียกว่าหนามยอกเอาหนามบ่ง พระพุทธเจ้าจึงทรงเนรมิตรูปผู้หญิงคนหนึ่ง อายุประมาณ ๑๖ ปี แล้วนุ่งผ้าสีแดงแต่งตัวสีแดง มีเครื่องประดับประดาสวยงามมาก ถือพัดโบกให้พระพุทธเจ้าอยู่ข้าง ๆ จะให้เห็น ๒ คนเท่านั้น คือพระพุทธเจ้ากับพระนางรูปนันทาเถรี คนอื่นมองไม่เห็น พอพระนางทอดพระเนตรดูรูปพระพุทธเจ้า แล้วก็เหลือบตาไปเห็นผู้หญิงคนหนึ่งอยู่ข้าง ๆ พระพุทธเจ้า กำลังโบกพัดถวายให้อยู่ พระนางก็พิจารณารูปของหญิงคนนั้นกับดูรูปของพระองค์เอง มันห่างไกลกันเหลือเกินเหมือนกาไปเทียบคู่กับหงส์ นั่นเป็นหงส์แต่เราเหมือนกับอีกา รูปของเราที่ว่าสวยงามมากจะเทียบกับหญิงคนที่อยู่ตรงนั้นไม่ได้เลย ที่นี้ไม่สนใจพระพุทธเจ้าแล้วสนใจเฉพาะผู้หญิงคนนั้น ดูตรงนั้นผมก็งาม หน้าผากก็งาม ตาก็งาม จมูกก็งาม ดูงามไปหมด พระพุทธเจ้าทรงรู้แล้วว่าพระนางกำลังดูรูปของหญิงคนนี้จึงดูใจ พระพุทธเจ้าก็เลยเนรมิตให้หญิงคนนั้น มีอายุมากขึ้น ประมาณ ๒๐ ปี พระนางก็รู้ว่ารูปนี้ไม่เหมือนรูปเมื่อกี้ เปลี่ยนไปแล้ว พอเปลี่ยนไปแล้ว พระพุทธเจ้าก็เนรมิตให้เป็นผู้หญิงที่คลอดลูกครึ่งหนึ่งก็หนักเข้าไปอีก มันก็แก่ลงไปอีกหน่อย พระนางก็ว่า รูปนี้ไม่งาม พระพุทธเจ้าก็เนรมิตให้เป็นหญิงวัยกลางคนขึ้นไปอีก พระนางก็ว่า รูปนี้ก็ไม่สวย พระพุทธเจ้าก็เนรมิตให้แก่กว่านั้น เป็นหญิงที่ถือไม้เท้าหลังโกง เห็นซี่โครงพินหักผมหงอกหนังก็เหี่ยว พระนางก็ว่า รูปนี้ก็แก่ เกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมาแล้ว พระพุทธเจ้าก็เนรมิตให้ผู้หญิงคนนี้เกิดเป็นโรคกะทันหัน เกิดพยาธิเจ็บไข้ได้ป่วยขึ้นมาทันที ให้ผู้หญิงคนนี้ล้มกองลงตรงนั้นเลย ทิ้งพัดทิ้งไม้เท้า ล้มกองลงตรงนั้น แล้วก็นอนจมอุจจาระปัสสาวะของตัวเองตรงนั้นเลย พระนางก็เลยเบื่อหน่าย

พิจารณาว่าร่างกายของหญิงนั้นเป็นฉนใด ร่างกายของเราก็ต้องเป็นอย่างนั้นเหมือนกัน เมื่อนึกถึงอย่างนี้ก็เกิดความเบื่อหน่ายอย่างหนัก พระพุทธองค์ทรงตรัสเสริมอีกแรงหนึ่ง^{๔๘}

ร่างกายนี้ถูกสร้างให้เป็นนครแห่งกระดูก ฉาบด้วยเนื้อและเลือด

เป็นที่สถิตแห่งความแก่ความตาย ความถือตัว และความลบหลู่กัน^{๔๙}

ไม่เฉพาะการพิจารณาซากศพ ที่เป็นอสุชะหรือของที่ไม่สวยไม่งาม เป็นของน่าเกลียดเท่านั้น แม้แต่ร่างกายของเราพระพุทธเจ้าก็ให้พิจารณาให้เห็นว่าเป็นของน่าเกลียด หรือที่เรียกว่าสิ่งปฏิกูล เหมือนกัน คือให้พิจารณาร่างกายเบื้องต้นตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นมา เบื้องต่ำตั้งแต่ปลายผลงไป มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุครอบ อันเต็มไปด้วยสิ่งปฏิกูล ที่น่าเกลียดต่าง ๆ ได้แก่ อากาศที่มีอยู่ในกายนี้ คือ เกสา ผม, โลมาขน, นขา เล็บ, ทนฺตา ฟัน, ตโจ หน้ง, มัส เนื้อ, นหารู เอ็น, อฏฐิ กระดูก, อฏฐิมิณซ์ เยื่อในกระดูก, วกกั ไต, หทย หัวใจ, ยกนั ดับ, กิโถมกั พังคืด, ปิหกั ม้าม, ปุปผาสั ปอด, อนนฺตัสสัใหญ่, อนนฺตคณฺณัสสัเล็ก, อุทรียั อาหารใหม่, กรีสั อาหารเก่า, ปิตตัสสัดี, เสมหั เสดด, ปุพฺโพ น้ำหนอง, โลหิตัสสัน้ำเลือด, เสโท น้ำเหงื่อ, เมโท มันทัน, อสฺสุ น้ำตา, วสา มันทเลว, เขโพน้ำลาย, สิงฺฆาณิกาน้ำมูก, ลลิกายาซ้อ, มุตตัสสัมูตร, นี้อาการ ๓๑ อนึ่งท่านแสดงอีกอาการหนึ่งคือ มตฺถเก มตฺถลฺลุคั หมายถึงมันสมองศรีษะ ก็เป็นอาการ ๓๒ เป็นการแสดงความจริงของอาการต่าง ๆ ในร่างกายเป็นของที่จะต้องเนาเปื่อยดังที่ปรากฏในเมื่อเป็นศพ แม้เมื่อเวลายังเป็นอยู่อาศัยการทะนุบำรุงรักษาก็ยังพอเป็นที่อาศัยเป็นไปได้ ความปฏิกูลไม่มีใครจะปรากฏ แต่ก็ย่อมจะปรากฏอยู่แก่ตัวเองเสมอ ในเมื่อพิจารณา ทั้งนี้ก็เพื่อที่จะทำจิตใจให้สงบจากความพอใจรักใคร่ในร่างกาย^{๕๐}

ในพระพุทธศาสนาที่ได้มีเรื่องราวเกี่ยวกับพระสาวกที่ได้บรรลุโดยการพิจารณาร่างกายนี้เหมือนกัน คือพระทพพมัลลบุตรได้กล่าวไว้ในพระไตรปิฎก^{๕๑} เป็นเรื่องที่ท่านได้บรรลุอรหัตตอน ๗ ขวบ ด้วยการพิจารณา ตบปัญจกัมมัฏฐาน แล้วที่สำคัญกว่านั้นท่านบรรลุอรหัตพร้อมในตอนที่ยังผลเสร็จพอดี เรื่องมีดังนี้

^{๔๘}พระครูปลัดจก สิริวัฒน, แนวทางการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน, หน้า ๑๐๒-๑๐๕; คณะกรรมการแผนกคํารามหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ตรวจชำระ, พระธรรมบทที่ ๑๔, พิมพ์ครั้งที่ ๑๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์หามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๑๕๕-๑๖๕.

^{๔๙}พ.ร. (ไทย) ๒๕/๑๕๐/๗๘.

^{๕๐}สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน), แนวปฏิบัติในสติปัฏฐาน, หน้า ๒๓-๒๔.

^{๕๑}อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๒๑๔/๒๘.

เมื่อทัพนมัลลบุตรกุมารได้เห็นพระผู้มีพระภาคเจ้าเสด็จมาสู่แคว้นมัลละ จึงต้องการที่จะบวชและได้ขอผู้เป็นยาย ยายก็อนุญาตและพาไปยังสำนักของพระพุทธเจ้า พระองค์ทรงเห็นว่าเป็นการสมควรที่จะทรงอนุญาตการบรรพชาให้แก่กุมารนี้ จึงตรัสสั่งพระภิกษุหนึ่งให้บรรพชาให้

พระภิกษุนั้นรับฟังพระบัญชาแล้ว จึงนำทัพนมัลลบุตรกุมารนั้นออกไปสอน ตบปัญจกกรรมฐาน ๆ คือ กรรมฐานมีหนึ่งเป็นที่ ๕ อันหมายถึงเกสา คือ ผม โลมา คือขน นขา คือ เล็บ ทันดา คือฟัน ตโจ คือหนัง ให้มัลลบุตรศึกษาไปโดยตลอดทั้งเป็นอนุโลม คือว่าเรียงไปตามลำดับเริ่มจากเกสาเป็นต้น ไปจนถึงตโจ และว่าเป็นปฎิโลม คือว่ากลับจาก ตโจ ย้อนขึ้นไปจนถึงเกสา

ในการสอนให้ผู้ศึกษาว่าเป็นอนุโลมและปฎิโลมนี้ มีผลดีทำให้เกิด “สมาธิ” ขึ้น ในระหว่างหัวเลี้ยวหัวต่อ คือ ผู้ว่าต้องคอยกำหนดใจในการว่าอยู่เสมอ ว่าจบที่เป็นอนุโลมตรงไหน และเริ่มขึ้นปฎิโลมเมื่อใด ถ้าพลออกไปใจไม่คอยกำหนดก็จะไม่ทราบได้เลยว่า เราว่าอยู่ในช่วงของอนุโลมหรือปฎิโลม การสอนให้ว่าทั้งสองอย่างควบคู่กันไปโดยไม่ให้ว่าอย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียว เป็นการป้องกันการคล่องปาก เมื่อปากคล่องว่าเรื่อยเปื่อยไปใจไม่ต้องคอยกำหนด ใจก็จะฟุ้งซ่านคิดไปในเรื่องอื่น การว่านั้นก็ไม่ได้ผลเลย เป็นเช่นนั้นกัณเฑาะว์ นกขุนทองไป เพราะว่ากรรมฐานนี้ท่านสอนไว้ เพื่อใช้พิจารณาตนเองให้เห็นว่าไม่สวຍไม่งาม เป็นสิ่งปฏิกูล น่าเกลียด ไม่น่ารักเลย ป้องกันใจไม่ให้ฟุ้งซ่าน คิดหลงผิดเป็นชอบ

ทัพนมัลลบุตรกุมารนั้น เป็นผู้สมบูรณ์ด้วยกุศลบุญวาสนาบาปรมีอยู่แล้ว เมื่อได้เรียน ตบปัญจกกรรมฐาน ท่านก็คอยกำหนดกรรมฐานนั้นไว้ในใจโดยพิจารณา เป็นอนุโลมและปฎิโลมอยู่ตลอดเวลา ฉะนั้นเพียงแต่ในเวลาเริ่มปลงผมของท่านเท่านั้น ท่านได้สำเร็จโสดาปัตติผลแล้ว ขณะที่กำลังปลงผมอยู่ ก็ได้สำเร็จสกทาคามีผล และเมื่อปลงผมต่อไปอีก ก็ได้สำเร็จอนาคามีผล พอปลงผมเสร็จก็ได้สำเร็จพระอรหัตผล การสำเร็จพระอรหัตผลกับการปลงผมเสร็จ ไม่ก่อนไม่หลังกว่ากันเลย คือ สำเร็จพร้อมกันพอดี นี่เป็นการสำเร็จธรรมพิเศษของท่าน จึงนับว่าแปลกไปจากพระอรหันตสาวกผู้อื่น^{๕๒}

ยังมีอีกหลายรูปที่ท่านได้บรรลุอรหัตต์โดยการพิจารณาอาการ ๓๒ เช่น พระวังคิสะ พระสิวลี เป็นต้น ในเรื่องราวของพระวังคิสะ ท่านเกิดในตระกูลพราหมณ์ พอโตขึ้นมาได้เล่าเรียนวิชามนต์ชื่อว่า “จวสีสมนต์” เป็นมนต์ใช้พิสูจน์ศัริษะของซากศพ แม้จะตายไปแล้วตั้ง ๓ ปี เอาเล็บเคาะกะโหลกศัริษะจะทำให้รู้ถึงคติหรือที่ไปของสัตว์ทั้งหลายว่าตายแล้วจะไปอยู่ที่ไหน วันหนึ่งได้ยินบิรवार ได้เถียงกับมหาชนเรื่องพระพุทธเจ้าจึงอยากจะเข้าไปเฝ้า เมื่อไปถึงพระพุทธเจ้าก็

^{๕๒} จาเนียร ทรงฤกษ์, *ชีวประวัติพุทธสาวก*, (ราชบุรี : สำนักปฏิบัติธรรมสวนแก้ว (สาขาวัดปากน้ำ), ๒๕๔๒), หน้า ๒๕-๒๖.

ถามไปถึงมนต์ที่ท่านวังคีสะเรียนมา พระองค์ให้อะโหลกคนตาย ๕ ศรีษะมาให้วังคีสะดูว่า
กะโหลกทั้ง ๕ นี่ไปเกิดที่ไหนบ้าง หนึ่งในนั้นมีของพระอรหันต์อยู่ด้วย ท่านวังคีสะก็ทาย
กะโหลกทั้ง ๔ กะโหลกได้แม่นยำว่าไปเกิดที่ไหนบ้าง พระพุทธองค์ก็ทรงรับรอง พอไปถึง
กะโหลกอันที่ ๕ ท่านวังคีสะก็ตอบไม่ได้ว่ากะโหลกอันที่ ๕ ไปเกิดที่ไหน พระพุทธองค์เห็น
ท่านวังคีสะ มีกิริยาอาการอึดอัดใจ จึงได้บอกให้ท่านวังคีสะรู้ว่า พระองค์รู้ว่ากะโหลกอันที่ ๕ นี่
ไปเกิดที่ไหน เพราะพระองค์รู้ได้ด้วยกำลังมโนของพระองค์ ไม่ใช่วิสัยของท่านจะรู้ นี่เป็นกะโหลก
ของผู้สิ้นกิเลสแล้วและตรัสอธิบายว่า ปาเป็นคติ ของสัตว์ป่าทั้งหลาย อากาศเป็นคติของสัตว์ปีก
ทั้งหลาย พิกพ เป็นคติของธรรมทั้งหลาย นิพพานเป็นคติของพระอรหันต์ ท่านวังคีสะอยากเรียน
มนต์จากพระพุทธเจ้าจึงได้บวชเพื่อเรียนเอามนต์ ครั้นท่านวังคีสะได้อุปสมบทแล้ว ได้ชื่อว่า พระ
วังคีสะเถระ พระผู้มีพระภาคเจ้าประทานพระกรรมฐานมโหการ ๓๒ ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน
เป็นต้นเป็นอารมณ์ ตรัสสั่งสอนให้ท่องบ่นบริกรรมซึ่งมนต์ คืออาการ ๓๒ นั้น (ให้เห็นว่าเป็น
ของไม่สวยไม่งาม)

ท่านวังคีสะเป็นผู้มีปัญญา ในเวลาที่สาธยายอาการ ๓๒ คือ ท่องบททวนไปมา ก็ได้
เห็นความสิ้นไปความเสื่อมไปแห่งอาการ ๓๒ เหล่านั้น และตั้งใจบำเพ็ญวิปัสสนา คือ กระทำ
ความเห็นแจ้ง ให้เจริญขึ้นโดยลำดับ แล้วได้สำเร็จเป็นพระอรหันต์ ตัดกิเลสเป็นสมุจเฉตพหาน
ได้แก่ การละกิเลสได้โดยเด็ดขาด^{๕๓}

ส่วนในเรื่องของพระเถระอีกรูปหนึ่งคือ พระสิวลีเถระ หลังจากที่ท่านได้อยู่ในพระ
ครรภ์พระมารดาถึง ๗ ปี กว่า เมื่อประสูติมาแล้ว พระบิดาพระมารดาได้กระทำบุญใหญ่คือการ
ถวายทานแด่พระภิกษุสงฆ์ โดยมีพระพุทธเจ้าเป็นประธาน พระสารีบุตรก็มาด้วย ในวันที่ ๗
นั่นเอง พระสารีบุตรได้ถาม พระสิวลีกุมารว่า พระกุมารได้เสวยทุกขเวทนาอยู่ในครั้นนานอย่างนี้
เห็นอยู่ปานนี้จะอยู่ครองเรือนทำไม บวชจะไม่ดีกว่าหรือ พระกุมารก็รับคำ และพระมารดาก็
อนุญาต พระสารีบุตรจึงพาพระกุมารไปบรรพชา ประการแรกของการบรรพชา พระเถระบอก
กรรมฐาน ๕ อย่าง ได้แก่ เกสา (ผม) โลมา (ขน) นขา (เล็บ) ทันตา (ฟัน) ตโจ (หนัง) โดย
สอนอนุโลม คือให้ว่าไปตามลำดับ และเป็นปฏิโลม คือให้ว่าถอยหลังกลับ เริ่มจากตโจ ไป
จนกระทั่งถึง เกสา และสอนต่อไปว่า “นี่แน่ะสิวลี สำหรับเธอไม่มีเรื่องอย่างอื่นที่จะต้องสอน
นอกจากเธอจงพิจารณาแต่ทุกข์ที่เธอได้เสวยอยู่ตลอด ๗ ปี กับอีก ๗ วันเท่านั้น”

^{๕๓}เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๕๕-๔๕๖.

ต่อจากนั้นก็นำพระกุมารไปโกนผม ในครั้งแรกสิวลีกุมารได้สำเร็จ “โศดาปัตติผล” ในเวลาที่จะลงมิดโกน ลงในครั้งที่สอง ก็ได้สำเร็จ “สกทาคมิผล” ในเวลาจดมิดโกนลงในครั้งที่สาม ได้สำเร็จ “อนาคามิผล” และในเวลาปลงผมเสร็จ ก็ได้สำเร็จ “อรหัตผล”^{๕๔}

จะเห็นได้ว่านอกจากจะพิจารณาสภาพให้เห็นเป็นอสุภ คือ ไม่สวย ไม่งามแล้ว อาการ ๓๒ ก็เป็นอารมณ์ในการพิจารณาที่สามารถทำให้เกิดมรรค เกิดผล ได้

๒.๕ นิमितแห่งอสุภกัมมัญฐาน

อสุภนิमित หมายถึง สภาพอันไม่งามซึ่งเป็นอารมณ์สมถกัมมัญฐานในชั้นปฐมฌาน อสุภกรรมฐานก็มีนิमितเป็นเครื่องกำหนดในการเข้าถึงเหมือนกลืน แต่ต่างจากกลืนตรงที่เอารูปซากศพ เป็นนิमित ไม่ยกเอาธาตุหรือสีกายนอกเป็นนิमित นิमितในอสุภนี้ก็มีเป็นสองระดับเหมือนกัน คือ

๑. อุกคหนิมิต ได้แก่ นิमितติดตา คือ รูปเดิมที่กำหนดจดจำไว้

๒. ปฏิภาคนิมิต ได้แก่ นิमितที่เป็นอัปนาสมาธิ คือ รูปต่างจากภาพเดิม^{๕๕}

การยกนิมิตอสุภเป็นวิปัสสนา

ธรรมชาติของนิมิตที่เกิดจากอารมณ์ของสมาธิ จะเป็นนิมิตของอุปจารฌานหรือที่เรียกว่า อุกคหนิมิต หรือขั้นอัปนาสมาธิ ที่เป็นอารมณ์ปฐมฌานก็ตาม จะเกิดขึ้นสภาพตลอดกาลตลอดสมัยนั้นไม่ได้ เกิดขึ้นแล้วชั่วครู่ชั่วพักก็หายไป ทั้งนี้ก็เพราะจิตไม่สามารถจะทรงสมาธิไว้ได้นานมากนักจิตก็จะเคลื่อนจากฌาน ตอนที่จิตเคลื่อนจากฌานนี้แหละภาพนิมิตก็จะเลื่อนหายไป ถ้าต้องการเห็นภาพใหม่ ก็ต้องตั้งคั่นสมาธิกันใหม่ ถ้าประสงค์จะเอานิมิตเป็นวิปัสสนา เมื่อเพ่งพิณิจอยู่ พอนิมิตหายไปก็ยกอารมณ์เข้าสู่ระดับวิปัสสนาโดยพิจารณาว่า นิมิตนี้ เราพยายามรักษาด้วยอารมณ์ใจ โดยควบคุมสมาธิจนเต็มกำลังอย่างนี้ แต่นิมิตนี้จะได้เห็นใจเรา จะอยู่กับเราโดยที่เราหรืออุตสาห์ประคับประคองจนอย่างยั่งยืนอย่างนี้ นิมิตนี้จะเห็นออกเห็นใจเราก็อหโมห กลับมาอันตรธานหายไปเสียทั้ง ๆ ที่เรายังต้องการ ยังมีความปรารถนา นิมิตนี้มีสภาพที่จะต้องเคลื่อนหายไปตามกฎของธรรมดาลันใดชีวิตของสัตว์ทั้งหลายที่มีความเกิดขึ้นแล้ว ก็ต้องมีอันตรธานไปในที่สุด ฉะนั้น ความไม่เที่ยงของชีวิตที่มีความเกิดขึ้นนี้ มีความตายเป็นที่สุด เช่นเดียวกับนิมิตนี้ ขึ้นชื่อว่าความเกิด ไม่ว่าจะเป็นเกิดเป็นอะไร เป็นสัตว์ มนุษย์ เทวดา พรหม ต่างก็มีความไม่เที่ยงเสมอเหมือนกันหมดเมื่อเกิดแล้วก็มีอันที่จะต้องตายเหมือนกันหมด เอาความเที่ยงแท้แน่นอนไม่ได้เลย เมื่อความไม่เที่ยงมีอยู่ความทุกข์ก็ต้องมี เพราะการต้องการให้คงอยู่ยังมีตราบใด ความทุกข์ก็มีอยู่

^{๕๔}จำเนียร ทรงฤกษ์, ชีวประวัติพุทธสาวก, หน้า ๔๕๓-๔๕๔.

^{๕๕}พระมหาวิระ ถาวโร, คู่มือปฏิบัติพระกรรมฐาน, หน้า ๔๐.

ตรานั้น เพราะความปรารถนาให้คงอยู่โดยไม่ต้องการให้เสื่อมสื่อนั้น เป็นอารมณ์ที่ฝืนต่อกฎของความเป็นจริง การทรงชีวิตนั้น ไม่ว่าจะทรงอยู่ในสภาพใด ๆ ก็เต็มไปด้วยความทุกข์ทั้งสิ้น เพราะทุกข์จากการแสวงหาอาหาร และเครื่องอุปโภคมาเลี้ยงชีวิตและครอบครัว ทุกข์เพราะโรคภัยไข้เจ็บ รบกวนทุกข์เพราะไม่อยากจะรักของชอบใจ แม้ในที่สุดชีวิตที่จะต้องแตกทำลายนั้นต้องอันตรธานไปความปรารถนาที่ฝืนความจริงตามกฎธรรมดานี้เป็นเหตุของความทุกข์ แต่ในที่สุดก็ฝืนไม่ไหวต้องแตกทำลาย

อย่างนิมิตสุกนี้เหมือนกัน นิมิตสุกนี้ เติมที่ก็มีปัญจันท์เช่นเรา บัดนี้เขาต้องกระจัดพลัดพรากแตกกายทำลายชั้นธอออกเป็นชั้นน้อยขึ้นใหญ่อย่างนี้ ความที่ชั้นนี้เป็นอย่างนี้ เขาจะมีความปรารถนาให้เป็นอย่างนี้ก็หาไม่ แม้เขาจะฝืนอย่างไร ก็ฝืนกฎธรรมดาไม่ได้ ในที่สุดก็ต้องสลายอย่างนี้ ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า โลก เป็น อนัตตา คือไม่มีอะไรทรงสภาพ ไม่มีใครบังคับการสลายไปของชาวโลกนั้นเป็นความจริง สิ่งที่ไม่เปลี่ยนแปลงไม่มีความทุกข์ มีแต่ความสุขทรงสภาพปกตินี้มีพระนิพพานแห่งเดียว ผู้ที่จะถึงพระนิพพานได้ ท่านปฏิบัติอย่างเรานี้ ท่านเห็นสังขารทั้งหลายเป็นของน่าเกลียด เห็นสังขารทั้งหลายเป็นแดนของความทุกข์ เพราะกิเลสและตัณหาปกปิดความรู้ความคิด สังขารทั้งหลายเป็นอนัตตา ท่านไม่ยึดมั่นในสังขาร ท่านเบื่อในสังขาร โดยท่านถือว่าธรรมชาติของการเกิดมามีสังขารต้องเป็นทุกข์อย่างนี้ ท่านไม่ปรารถนาการเกิดอีก ท่านไม่ต้องการชาติภพใดๆ อีก ท่านหวังนิพพานเป็นอารมณ์ คือท่านคิดนึกถึงพระนิพพานเป็นปกติ ไม่มีอารมณ์รัก ความเกิด รักสมบัติ รักยศ รักสรรเสริญ ไม่รักแม้แต่สุขที่เกิดขึ้นแต่โลกที่ได้มาโดยชอบธรรม ท่านตัด ฉันทะ ความพอใจในโลกทั้งสิ้น ท่านตัดราคะ ความกำหนัดยินดีในโลกทั้งสิ้น ท่านพอใจในพระนิพพาน เมื่อทรงชีวิตอยู่ท่านก็ทรงเมตตาเป็นปุเรจาริก คือมีเมตตาเป็นปกติ ท่านไม่คิดโลก คือสมบัติของโลก ท่านที่เข้า พระนิพพานท่านมีอารมณ์เป็นอย่างไร บัดนี้เราผู้เป็นพุทธสาวกที่กำลังทรงอารมณ์อย่างนั้นเราเห็นความไม่เที่ยงของสังขารแล้ว เพราะมือสุกเป็นพยาน เราเห็นความทุกข์เพราะการเกิดแล้ว เพราะมือสุกเป็นพยาน เราเห็นอนัตตาแล้ว เพราะมือสุกเป็นพยาน เราจะพยายามตัดความไม่พอใจในโลกาทั้งหมดเพื่อจะได้ถึงพระนิพพานเป็นที่สุด ^{๕๖}

หลังจากที่อุคคหนิมิตปรากฏแล้ว พระโยคิบุคคที่มีนิสัยค่อนข้างกลัวอยู่ ในระหว่างนั้น ถ้าขาดอาจารย์คอยแนะนำดักเตือน ทั้งตนเองก็ไม่ค่อยมีความรู้ในเรื่องอุคคหนิมิตด้วยแล้ว ก็เห็นไปว่าอุคคผิดปกติ ถึงกับกินไม่ได้ นอนไม่หลับ เกิดเจ็บป่วยต้องหาหมอมาทำการรักษากันยกใหญ่ก็มี หรือ ผู้ที่มีได้ตั้งใจจะพิจารณาศพแต่อย่างใด เมื่อได้ไปเห็นศพอยู่นาน ๆ แล้ว ไม่ว่าจะไปข้างไหน อยู่ในอิริยาบถใด ก็คงเห็นแต่ภาพศพนั้นมาปรากฏอยู่เฉพาะหน้า คิดตา คิดใจอยู่ การที่

^{๕๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๓.

ภาพศพมาอยู่เฉพาะหน้า ดิตตาดิใจอยู่อย่างชัดเจนเช่นนี้ เป็นอุคคหนิมิตอันเป็นของดี หากแต่สำคัญผิดไปว่าไม่ดี จึงเกิดกลัวถึงกับกินไม่ได้ นอนไม่หลับ ต้องล้มป่วย ในอสุภ ๑๐ อย่างนั้นแต่ละอย่าง ๆ เมื่อว่าโดยความน่าเกลียด น่ากลัวก็มีเป็น ๒ ประเภท คือ ที่น่ากลัวมาก และที่น่ากลัวน้อย ศพที่น่ากลัวมากย่อมทำให้อุคคหนิมิตเกิดได้เร็ว ส่วนศพที่น่ากลัวน้อยทำให้อุคคหนิมิตเกิดได้ช้า หรืออีกนัยหนึ่งการพิจารณาอสุภที่ไม่มีชีวิต อุคคหนิมิตย่อมเกิดได้เร็ว ส่วนการพิจารณาอสุภที่ยังมีชีวิตอยู่ อุคคหนิมิตเกิดได้ช้า อสุภที่ไม่มีชีวิตได้แก่อสุภ ๑๐ อย่าง มีศพอุทฐมาตกะ เป็นต้น อสุภที่ยังมีชีวิตอยู่ก็ได้แก่ร่างกายของตนและของคนอื่น การพิจารณาอสุภที่ยังมีชีวิตอยู่นั้นคือ

๑. ในขณะที่มีการบวมขึ้น โดยอาการอย่างใด อย่างหนึ่ง ก็พิจารณาโดยความเป็นอุทฐมาตกะ

๒. ในขณะที่เป็นแผล เป็นฝี มีโลหิตหนองไหลออกมา ก็พิจารณาโดยความเป็นวิปุลพกะ

๓. ในขณะที่ ขาขาด แขนขาด มือขาด เนื่องมาจากอุบัติเหตุอย่างใด อย่างหนึ่ง ก็พิจารณาโดยความเป็นวิจฉิททกะ

๔. เห็นโลหิตเประเปื้อนตามร่างกาย ก็พิจารณาโดยความเป็นโลหิตกะ

๕. ในขณะที่แลเห็นฟัน ก็พิจารณาโดยความเป็นอฏฐิกะ

การพิจารณาอสุภในสิ่งที่มีชีวิตนี้ ถึงแม้ว่าอุคคหนิมิตจะปรากฏได้ช้าก็ตาม แต่ก็เป็นที่นิยมของบัณฑิตทั้งหลายอยู่ไม่น้อยเพราะว่าความเป็นอสุภนั้นหาใช่มีต่อเมื่อตายแล้วไม่ แม้ในระหว่างที่ยังมีชีวิตอยู่ก็เป็นอสุภเหมือนกัน ^{๕๗}

ดังนั้นไม่ว่าจะเป็นร่างกายของคนตายที่ปรากฏเป็นอาการต่าง ๆ เช่น ขึ้นอืดบวม มีหนองไหลบ้าง มีหนองบวม เป็นต้น ร่างกายของเราก็สามารถนำมาพิจารณาเป็นอารมณ์ได้ ถ้าหากไม่พิจารณาจริงก็มองไม่เห็น แต่ถ้าเราไม่อาบน้ำ แปรงฟัน ๒-๓ วัน กลิ่นตัวจะเริ่มปรากฏ กลิ่นปากก็จะเริ่มเหม็น แสดงว่าอสุภะมันมีอยู่ในตัวเราอยู่แล้วเพียงแต่ว่าเรามองไม่เห็นเพราะไม่ได้ตั้งใจที่จะมองจึงทำให้ละเลยถึงความไม่เที่ยงของร่างกาย ดังนั้นจงใส่ใจที่จะพิจารณาให้เห็นความเป็นของอสุภะแม้ในร่างกายของเราเอง

^{๕๗} พระสัทธัมมโชติกะ ฐัมมาจริยะ, ปรมัตถโชติกะ ปริจเฉทที่ ๕ เล่ม ๑ สมถกรรมฐานที่ปณี, หน้า ๑๐๒-๑๐๔.

๒.๖ สรุป

สรุปเนื้อความจากบทนี้ จากที่กล่าวมาทั้งความหมายและความสำคัญของอสุกัมมัญฐาน พอสรุปได้ว่า อสุกัมมัญฐานนั้น หมายถึง การพิจารณาซากศพเป็นอสุกัมมัญฐานเพื่อให้เห็นถึงความเป็นจริงของร่างกายของคนเราว่า เป็นของไม่สวยไม่งาม ไม่น่าหลงใหลแต่อย่างใดเลย ให้เห็นสิ่งที่เรากำลังว่าสวยว่างามอยู่นี้ แท้จริงแล้ว เป็นแค่ ธาตุ ๔ ชั้น ๕ รวมตัวกันก่อเกิดเป็นร่างกาย ตัวตนเท่านั้น เมื่อแยกเอามาพิจารณาเป็นอย่าง ๆ แล้ว ไม่มีอะไรที่เป็นของเรา เป็นตัวตนของเราเลย ท่านจึงให้พิจารณาให้เห็นร่างกายของตนเองและของผู้อื่นว่าเป็นสิ่งสกปรก ไม่สวยงาม ถ้าการพิจารณาร่างกายของคนที่ยังมีชีวิตตรง ๆ ไม่สามารถที่จะระงับการรำคาญได้ ท่านจึงให้เอาซากศพมาพิจารณาเลย จึงจะเห็นได้ไว มีทั้งหมดอยู่ ๑๐ อย่าง ๑.ซากศพที่พองขึ้น ๒.ศพที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง ๓.ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหล ๔.ซากศพที่ขาดเป็น ๒ ท่อน ๕.ซากศพที่มีสัตว์กัดกิน ๖.ซากศพที่กระจายไปในทิศต่าง ๆ ๗.ซากศพที่ถูกฟันเป็นท่อนเล็กท่อนน้อย ๘.ศพที่ยังมีเลือดไหลออกอยู่ ๙.ซากศพที่เต็มไปด้วยหนอน ๑๐.ซากกระดูก พิจารณาจนให้เกิดเป็นนิมิตทั้ง ๒ ประเภท คือ อุกคหนิมิตและปฏิกากนิมิต เมื่อเห็นได้ดังนี้แล้วแม้จะไม่มีซากศพก็สามารถยกขึ้นเป็นอารมณ์พิจารณาได้