



“ธรรมจะต้องทนเอาธรรมเสมอ
เราไม่ต้องเดือดร้อนใจ
เพราะธรรมกายของพระพุทธรูปศาสนาเป็นของแท้
ไม่ว่าของเก๊ หรือของเทียม
ธรรมกายจะปรากฏเป็นของจริงแก่ผู้เข้าถึง”

พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)
ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกาย



๑

สมณะ - วิปัสสนา



สมณะ เป็นวิชาเบื้องต้น พุทธศาสนิกชนต้องเอาใจใส่
คือ แปลความว่า **สงบระงับใจ เรียกว่าสมณะ**

วิปัสสนา เป็นขั้นสูงกว่าสมณะ ซึ่งแปลว่า **เห็นแจ้ง เป็น
ธรรมเบื้องต้น เรียกว่าวิปัสสนา**

สมณะวิปัสสนา ๒ อย่างนี้ เป็นธรรมอันสุขุมลุ่มลึกในทาง
พระพุทธานุสสา **ผู้พูดนี้ได้ศึกษามาตั้งแต่บวช พอบวชออก
จากโบสถ์แล้วได้วันหนึ่ง รุ่งขึ้นอีกวันหนึ่งก็เรียนทีเดียว
เรียนสมณะทีเดียว ไม่ได้หยุดเลย จนกระทั่งถึงบัดนี้ บัดนี้ทั้ง
เรียนด้วย-ทั้งสอนด้วย ในฝ่ายสมณะวิปัสสนาทั้ง ๒ อย่างนี้**

สมณะมีภูมิแค่นี้ สมณะมีภูมิ ๔๐

กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐

อนุสติ ๑๐ พรหมวิหาร ๔

อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑



จตุธาตุววัตถาน ๑ อรูปฌาน ๔

ทั้ง ๔๐ นี้ เป็นภูมิของสมณะ

วิปัสสนามีภูมิ ๖

ชั้น ๕ อายตนะ ๑๒

ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒

อริยสัจ ๔

ปฏิบัติสมุปปาตธรรม ธรรมอาศัยซึ่งกันและกันเกิดขึ้น
ธรรมอาศัยซึ่งกันและกันดับไป

นี้เป็นภูมิของวิปัสสนา

ภูมิสมถวิปัสสนาทั้ง ๒ นี้ เป็นตำรับตำราในทางพระ-
พุทธศาสนาได้ใช้กันสืบมา

หลักการเจริญภาวนา สมถวิปัสสนากรรมฐาน