

ชื่อ : ศึกษาวิธีปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

## วิทยานิพนธ์

ผู้วิจัย : แม่ชีอุบล ฌาบุญมา

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

## คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

- พระมหาชิต ฐานชิตโต,ดร. ป.ธ.๗, ศน.บ., M.A., Ph.D.  
(Sanskrit Vedic Studies)
- ผศ.ดร.สุเทพ พรหมเลิศ, ป.ธ.๙, พธ.บ., ศศ.ม., พธ.ด.

วันสำเร็จ : ๓๑ / มีนาคม / ๒๕๕๘

## การศึกษา

### บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ เพื่อศึกษากามคุณ ๕ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท, เพื่อศึกษาหลักธรรมในการละกามคุณ ๕ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาวิธีการปฏิบัติเพื่อละกามคุณ ๕ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระพุทธานุสสาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น โดยการรวบรวมข้อมูล นำมาประมวล วิเคราะห์ โดยเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา และสรุป ตรวจสอบความถูกต้องโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษาพบว่า

กามคุณ หมายถึง ส่วนที่น่าปรารถนาน่าใคร่ของกามี ๕ อย่าง คือ รูป เสียง กลิ่น รส และ โผฏฐัพพะ (สัมผัสทางกาย) ที่น่าใคร่ ชวนให้รัก ชักให้ใคร่ พาใจให้กำหนัด หรือ สุขโสมนัสที่เกิดขึ้นเพราะอาศัยกามคุณ ๕ ประการที่เรียกว่ากามสุข กามคุณจึงเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ยากในการประกอบอาชีพหรือชวนชวายุที่จะได้มา ซึ่งต้องอดทนต่อความหนาว หนาวตรำต่อความร้อน เติบร้อนเพราะสัมผัสแห่งเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลาน และตายเพราะความหิว กระหาย แม้ข้อนี้ก็ถือว่าเป็นโทษแห่งกามทั้งหลาย จึงเป็นกองทุกข์ที่จะพึงเห็นได้เอง มีกามเป็นเหตุเกิดเพราะเหตุแห่งกาม

หลักธรรมในการละกามคุณ ๕ ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือการเจริญสมณะและวิปัสสนาภาวนา สมถภาวนาเป็นวิธีปฏิบัติเพื่อให้จิตสงบเป็นสมาธิ วิธีเจริญสมถภาวนาให้ปฏิบัติตามอารมณ์สมถภาวนา ๔๐ อย่างใดอย่างหนึ่งเป็นอารมณ์ ส่วนการเจริญวิปัสสนาภาวนาสามารถนำอารมณ์เข้าไปพิจารณาโดยความเป็นไตรลักษณ์ และเห็นแจ้งตามเป็นจริง ถึงแม้ว่า การเจริญ

สมณะและวิปัสสนาภิกษุจะมีวิธีการปฏิบัติแตกต่างกันก็ตาม แต่ภิกษุทั้งสองต่างมีส่วนเกี่ยวข้องซึ่งกันและกัน และเป็นไปเพื่อการละกามคุณ ๕

วิธีการละกามคุณมีวิธีปฏิบัติ ๔ แนวทางคือละด้วยไตรสิกขา ละด้วยปหาน ละด้วยขณะเกิดทางอายตนะ และละด้วยการเจริญวิปัสสนาภิกษุ โดยการละด้วยไตรสิกขา ได้แก่ ๑) การใช้ศีลกำจัดกามนั้นก็คือให้ใช้อินทริยสังวร คือ การสำรวมอินทริยทั้ง ๖ ได้แก่ จักขุอินทริย (สำรวมตา) โสณินทริย (สำรวมหู) ฆานินทริย (สำรวมจมูก) ชิวหินทริย (สำรวมลิ้น) กายินทริย (สำรวมกาย) และมนินทริย (สำรวมใจ) ของเรา ไม่ให้ยินดียินร้ายเมื่อเห็นรูป ฟังเสียง ดมกลิ่น ลิ้มรส ถูกต้องสัมผัสทางกาย และแม้แต่รับอารมณ์ทางใจ ๒) การกำจัดกามด้วยสมาธิ เช่น ใช้อสุภกรรมฐานเป็นตัวกำจัดกามโดยตรง ทำให้สมาธิตั้งมั่น ไม่มีนิวรณ์ อันมีกามตัณหา หรือกามคุณเกาะเกี่ยวได้นั่นเอง ๓) การกำจัดกามด้วยปัญญา คือใช้ปัญญาพิจารณาให้เห็นสังขารอันไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตาไม่มีอะไรที่ควรเข้าไปยึดมั่นถือมั่นว่า เป็นเรา เป็นของของเรา ผลที่เกิดจากการกำจัดด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา ย่อมทำให้เกิดการละ ๕ อย่าง เรียกว่า ปหาน ๕ ได้แก่ ๑) วิกัมภณพหาน การละด้วยการข่มไว้ ๒) ตทังคพหาน การละด้วยองค์นั้น ๆ ๓) สมุจเฉทพหาน การละด้วยการตัดขาด ๔) ปฏิปัสสัทธิพหาน การละด้วยสงบระงับ และ ๕) นิสสรณพหาน การละด้วยสลัดออกได้ ซึ่งเมื่อปฏิบัติวิปัสสนาภิกษุย่อมละได้ด้วยการเข้าไปเห็นแจ้งในความจริงอันพิเศษชื่อว่า วิปัสสนา และละด้วยขณะเกิดทางอายตนะ ๑๒ คือเห็นตามความเป็นจริงนั้น ย่อมรับรู้สภาวะ การเห็น การได้ยิน การรู้กลิ่น การลิ้มรส การสัมผัส และการนึกคิด ซึ่งเป็นอารมณ์ของตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ โดยมีสติเป็นองค์กำกับ เมื่อสติมีกำลังมากขึ้น ย่อมเกิดปัญญาเห็นความจริงของนาม-รูป ตามหลักพระไตรลักษณ์ ซึ่งดำเนินไปตามแนวทางแห่งวิปัสสนาญาณ สู่ความเป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา

**Thesis Title** : A Study of Practice for getting rid of the Five Sensual Pleasures (Kāmaguna) in the Theravada Buddhist Scriptures

**Researcher** : Maechee Ubon Phaboonma

**Degree** : Master of Arts (Vipassana Meditation)

**Thesis Supervisory Committee**

: Phramahā Chit Tanachito Pali IIV, B.A., M.A, Ph.D.  
(Sanskrit Vedic Studies)

: Assist.Prof. Dr.Suthep Promlert. Pali IX, B.A., M.A., Ph.D.

**Date of Graduation** : 31 / March / 2015

### **Abstract**

This thesis is of 3 objectives, namely: to study 5 Kāmagunas in Theravāda Buddhist Scriptures, to study the Doctrinal Principles in getting rid of 5 Kāmagunas in Theravāda Buddhist Scriptures and study the method of practicing to get rid of the 5 Kāmagunas in Theravāda Buddhist scriptures. by studying the data from Theravada Buddhist Scriptures, namely: The Three Baskets, The Commentaries, The Sub-commentaries and the connected under scriptures Such as Visuddhimagga Scripture etc. By collecting the data to be analyzed and concluded for the correctness by the experts.

From the study, it is found that Kāmaguna means the things which desirable are of 5 types, namely: the form, the sound, the smell, The taste and touch, all of which are the desirable things. The happiness and pleasure arising because of the 5 Kāmagunas are called Kāmasukha, because a person who wishes for Kāmaguna must be of suffering.

The Doctrinal principle in getting and of 5 Kāmagunas in Theravāda Buddhist Scriptures is to develop Samattha and Vipassanā. Samatha Bhāvanā is the method of practices to cause the mind to be calm and is Samadhi. In the method of developing Samatha Bhāvanā, one must practice according to the 40 temperaments of Samatha Bhāvanā. Recording the development of the Insight Meditation, the practices must pull the temperaments to the three characteristics and must real the three

characteristics according to the fact. Though the development of Samatha and Vipassanā is different, they are helpful to each other to get rid of Five Kāmagunas.

The methods of getting away from Kāmaguna are to get rid of it with Tisikkhā, Pahāna, Āyatanas and Vipassanā. To get rid of 5 Kāmagunas with Tisikkhā must consist of the 3 methods, namely: 1) Indriya Saṁvara, 2) Samadhi 3) Paññā. The 5 Pahānas are: 1) Vikkhamphana Pahāna meaning to control the temperaments 2) Tadaṅgapahāna meaning to get rid of the defilement with such organs. 3) Samuchedapahāna meaning to get rid of the defilement completely. 4) Patipassatipahāna meaning to get rid of the defilements with the peace. 5) Nissaranapahāna means to get rid of the defilements. When one practices the Insight Meditation, One can get rid of the defilements and can realize the special fact called Vipassanā and to get rid with Āyatanas. Āyatanas according to fact in the state of seeing, hearing, smelling, tasting, touching and thinking which are the temperaments of the eye, the ear, the nose, the tongue, the body and the mind with the mindfulness, as the controller When the mindfulness in of more power, the wisdom arise according to the fact of the Norm and the Form according to the principle of Tilakkha which is in existence according to the principle of Vipassanā Ñāṇa. To be Phra Ariyabuddhon in Buddhism.