


ทบทวน	<p>รู้ชัฏกุศล รู้ชัฏรากเหง้าของอกุศล</p> <p>รู้ชัฏกุศล รู้ชัฏรากเหง้าของอกุศล</p> <p>รู้ชัฏอาหาร รู้ชัฏเหตุเกิดของอาหาร</p> <p>รู้ชัฏความดับของอาหาร รู้ชัฏปฏิบัติให้เข้าถึงความดับของอาหาร</p>
ทบทวน กพฬิงการอาหาร	<p>อาหารที่เป็นคำๆ เป็นรูปอาหาร เป็นรูปธรรม</p> <p>เป็นปัจจัยแก่กายนี้ ด้วยอำนาจของอาหารปัจจัย</p>
	<p>กัมมชกฺลาป ในนั้นมีอาหาร เรียก กัมมชโธชา</p> <p>จิตตชกฺลาป ในนั้นมีอาหาร เรียก จิตตชโธชา</p> <p>อตุชกฺลาป ในนั้นมีอาหาร เรียก อตุชโธชา</p> <p>อาหารชกฺลาป ในนั้นมีอาหาร เรียก อาหารชโธชา</p>
	<p> กพฬิงการอาหาร เป็นอาหารภายนอกก่อน</p> <p>เมื่อมีกระบวนการย่อยสลายแผ่ซึ่มซาบเป็นอาหารภายใน</p> <p>บางส่วนก็ไหลไปตามหลอดอาหารไปกองในกระเพาะ</p> <p>ถูกปากจกเดโช (เดโชที่เกิดจากกรรม) เผาย่อย</p> <p>สุดท้ายอาหารหล่อเลี้ยงกระแสชีวิต</p>

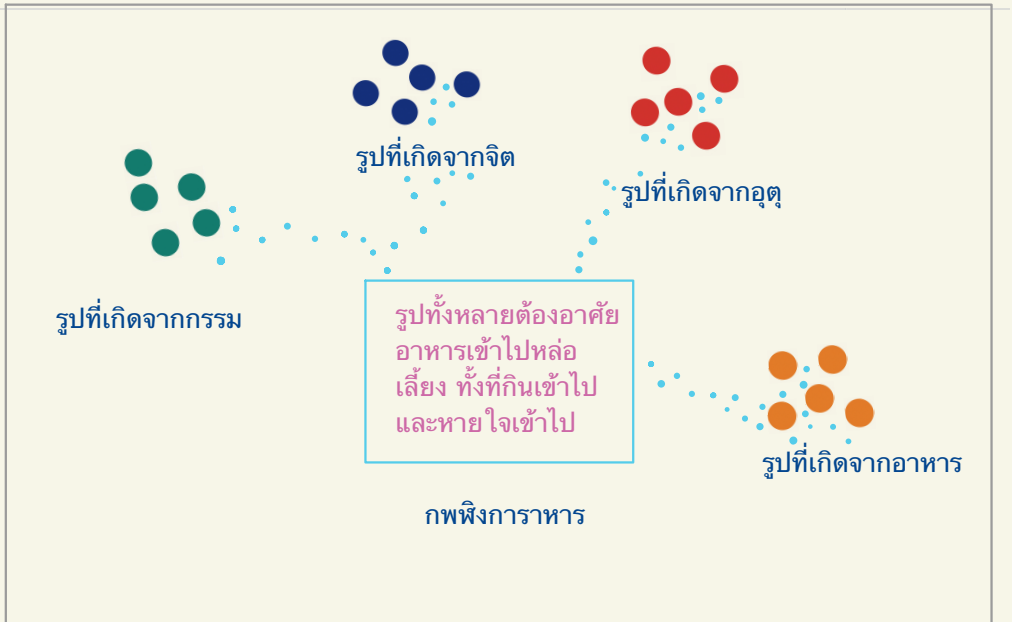


แท้จริงแล้ว รูปธรรมไม่สามารถเคลื่อนที่ได้ รูปธรรมเกิด ณ ที่ไหน ดับ ณ. ที่นั้น ไม่มีรูปธรรมจากจุดหนึ่งเคลื่อนที่ไป

แต่กระบวนการที่มีการสืบต่อไปได้นั้น บ่งบอกถึงกระบวนการเกิดดับสืบต่อ

เราทั้งหลายติดสมมติ ติดมายา เห็นด้วยความเป็นสัตว์บุคคล

รูปธรรมแตกดับตลอดเวลา พังตลอดเวลา ไม่มีคงทนถาวรเลยแม้แต่น้อย



สพเพ สตฺตา อาหารภูฏิติกา สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง ดำรงอยู่ได้ด้วยอาหาร

อาหารที่เป็นรูปธรรม ได้แก่ กพฬิงการอาหาร

อาหารที่เป็นนามธรรม ได้แก่ ผัสสอาหาร มโนสัญเจตนาหาร วิญญาณาหาร

อาหาร ๔ อย่างนี้ เป็นไปเพื่อความดำรงอยู่ ของหมู่สัตว์ผู้เกิดแล้ว และหมู่สัตว์ผู้แสวงหาที่เกิด

หมู่สัตว์ผู้เกิดแล้ว หมายถึงพระอรหันต์

หมู่สัตว์ผู้แสวงหาที่เกิด หมายถึงพระโสดาบัน พระสกทาคามี พระอนาคามี ปุถุชน

สัมภเวสี ผู้แสวงหาภพ แสวงหาที่เกิด

แม้พระอรหันต์ทั้งหลายก็ยังต้องอาศัยกพฬิงการอาหาร ต้องอาศัยผัสสอาหาร มโนสัญเจตนาหาร วิญญาณาหาร ยังต้องมีอยู่ในปัจจุบันภพนี้

คำถาม

วิญญาณอาหาร
ในปวัตติกาลนำ
รูปมาให้อย่างไร

ปฏิสนธิกาล นำเจตสิก กับ ปฏิสนธิกัมมชรูปมาให้
ปวัตติกาล นำเจตสิก กับ จิตตชรูปมาให้
เช่น โลภะจิตเกิดขึ้น ผลักจิตตชรูปออกมา

พระอรหันต์มีมโน
สัญญาเจตนาหารได้อย่างไร

เป็นสหชาติปัจจัย สหชาติกัมม
ในขณะที่เจตนากรรมที่อยู่ในกิริยาจิตของท่าน ตัว
นั้นเป็นปัจจัยแก่นามธรรมอื่นๆของท่าน

เช่น เจตนาที่ในมหาภิริชาญาณสัมปยุตต์เป็นต้น มี
เจตนาในนั้นเป็นปัจจัยแก่เวทนาชั้นฐ์ สัญญาชั้นฐ์
สังขารชั้นฐ์ ที่เกิดพร้อมกันกับตน
และเป็นปัจจัยแก่รูปที่เป็นจิตตชรูปที่เกิดขึ้นด้วย

มโนสัญญาเจตนาหาร
เป็นตัวเดียวกับ สังขาร
ในปฏิจจสมุปบาทหรือ
ไม่

มโนสัญญาเจตนาหาร ชับเน้นที่เจตนา แต่สังขารชับ
เน้นที่สังขารธรรมทั้งหมดแต่มีเจตนาเป็นประธาน

กพฬิงการอาหาร เป็นอย่างไร

เปรียบเสมือนสองสามภรรยาที่เสียบียงน้อย มากับลูกน้อย
เดินทางผ่านทางกันดาร

บุตรน้อยตายลง สองสามภรรยาจำเป็นต้องกินเนื้อบุตรตนเอง
โดยคิดว่าเราบริโภคเนื้อบุตรได้ เราก็จะข้ามพ้นทางกันดารนี้ไปได้ เรา
ทั้ง ๓ อายาพินาศพร้อมกันเลย
ทั้งสองบริโภคเนื้อบุตรไปพลาง ทูบออกไปพลาง

พวกเขาไม่ได้บริโภคเนื้อบุตรเป็นอาหารเพื่อเล่น เพื่อมัวเมา เพื่อ
ประดับ เพื่อตกแต่งร่างกาย
พวกเขาปรุงเนื้อบุตรเพียงเพื่อจะข้ามทางกันดารให้พ้นเท่านั้น

บุคคลพึงเห็นกพฬิงการอาหารเปรียบเสมือนเนื้อบุตร
เมื่ออริยสาวกกำหนดรู้กพฬิงการอาหารได้แล้ว ก็เป็นอัน
กำหนดรู้ราคะอันเกิดจากกามคุณทั้ง ๕
เมื่อกำหนดรู้ราคะอันเกิดจากกามคุณทั้ง ๕ ได้แล้ว
สังโยชนอันเป็นเครื่องชักนำอริยสาวกให้มาสู่โลกนี้อีกก็จะ
ไม่มีต่อไป



พระมหากรุณาธิคุณของพระพุทธเจ้า ทรงบัญญัติปัจจัยสันนิสสิตศีลต่อจากปาติโมกข์สังวรศีล
เพื่อให้พุทธบริษัทมีความสำรวมระวัง ในการกินอาหาร เพื่อให้หมู่มสัตว์ไม่จมอยู่ในปัจจัยามิจ
อามิสคือปัจจัย๔

ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้กฟหิงการาอาหาร และรูปทั้งหมด

กำหนดรูปอาหารเท่านั้นไม่พอ

อาหารไปเลี้ยง รูปที่เกิดจากกรรม ก็ต้องตามไปกำหนดรู้รูปที่เกิดจากกรรมด้วย

อาหารไปเลี้ยง รูปที่เกิดจากจิต ก็ต้องตามไปกำหนดรู้รูปที่เกิดจากจิตด้วย

อาหารไปเลี้ยง รูปที่เกิดจากอตุ ก็ต้องตามไปกำหนดรู้รูปที่เกิดจากอตุด้วย

อาหารไปเลี้ยง รูปที่เกิดจากอาหาร ก็ต้องตามไปกำหนดรู้รูปที่เกิดจากอาหารด้วย

กำหนดรู้ด้วยญาณปริญาณก่อน



เบื้องต้นทุกครั้งทีกินอาหารให้ทำความเข้าใจว่าเรากำลังกินเนือบุตรอยู่ เพื่อสกัดกันไม่ให้ความกำหนดยินดีในรสเกิดขึ้น



เห็นความไม่เที่ยง แท้ทีจริงอาหารมีการเกิดดับสืบต่อ เป็นทุกซ์ ไม่มีอดตาดัวตนใด ๆ เป็นสภาวะธรรมเท่านั้น ต้องพัฒนาตาปัญญาเข้าไปเห็น

กระบวนการแผ่ซิมซาบเข้าไปของสารอาหาร แท้ทีจริงเป็นกระบวนการแตกดับสืบต่อ เพื่ออุปถัมภ์กายนี้ให้ดำเนินจนสามารถอยู่ได้จนถึงกาลสิ้นสุดลง (๑ อิมของมนุษย์อยู่ได้ ๗ วัน)

ผัสสาหารเป็นอย่างไร

ผัสสะเป็นปัจจัยแก่เวทนา นำเวทนา ๓ มาให้
สุขเวทนา ทุกขเวทนา อทุกขมสุขเวทนา
ไม่มีเวลาใดเลยที่ผัสสะจะไม่นำเวทนามาให้

เวทนาที่เกิดจากการเห็น การได้ยิน การได้กลิ่น การรับ
รส การรับสัมผัสถูกต้องและการคิดนึก นำเวทนามาให้
เวทนา ๓*๖ รวม ๑๘

เวทนาเปรียบเหมือนแม่โคที่ไม่มีหนังกุ่ม
ยืนฟังผาอยู่ ก็จะถูกฝูงสัตว์ที่อาศัยผาเจาะกิน
ยืนฟังต้นไม้อยู่ ก็จะถูกฝูงสัตว์ที่อาศัยต้นไม้เจาะกิน
ถ้าลงไปยืนแช่น้ำอยู่ ก็จะถูกฝูงสัตว์ที่อาศัยอยู่ในน้ำกัดกิน
ถ้าอยู่ในที่แจ้ง ก็จะถูกฝูงสัตว์ที่อาศัยอยู่ในอากาศเกาะจิกกิน
ไม่ว่าแม่โคที่ไม่มีหนังกุ่มตัวอยู่นั้น จะอาศัยอยู่ ณ ที่ใดก็ตาม
ก็就会被ฝูงสัตว์ที่อาศัยอยู่ในที่นั้นๆกัดกินอยู่รำไป

เรากล่าวว่าบุคคลพึงเห็นผัสสาหารเหมือนแม่โคที่ไม่มีหนังกุ่มอยู่
เมื่ออริยสาวกกำหนดรอบรู้ผัสสาหารได้อย่างนี้แล้ว ก็เป็นการ
กำหนดรู้เวทนา ๓ ไปด้วย

ผู้ที่ผัสสะปรากฏชัดพึงกำหนดรู้ผัสสะ เท่านั้นไม่พอ
พึงตามกำหนดรู้ว่า เมื่อผัสสะปรากฏ ณ ที่ใด เวทนา
ก็อยู่ ณ ที่นั้น

ผู้ปฏิบัติกำหนดรู้ผัสสะและเวทนาทั้ง ๓

บุคคลที่ผัสสะปรากฏชัด ให้มันสิการผัสสะ

เห็นลักษณะของผัสสะ

เห็นผัสสะทำกิจ อากาโรปรากฏ เหตุใกล้ของผัสสะ

ผัสสะไม่ใช่เรา ไม่ใช่อดีตตาตัวตนของเรา

ผัสสะบางอย่าง เป็นที่ตั้งเป็นปัจจัยให้เกิดสุขเวทนา

แม้สุขเวทนาเกิดขึ้น ก็ไม่ใช่สัตว์บุคคลอดีตตาตัวตน

เป็นแต่เพียงสภาวะธรรม

ผัสสะบางอย่าง เป็นปัจจัยแก่โทมนัสเวทนา

ผัสสะบางอย่าง เป็นปัจจัยแก่ทุกข์ สุข อุเบกขาเวทนา

เวลาเราเห็นผัสสะ ให้เห็นว่าประดุจดั่งแม่โคที่ยืนถลกหนัง

ไม่มีหนังหุ้ม มีทุกข์ มีโทษ เห็นโทษของสังสารวัฏที่มันยึดเยื้อ

ผัสสะ เวทนา เป็นวิบาก เป็นผล

ค้นหาเป็นเหตุ

เมื่อเวทนาเกิดขึ้นมาทางทวารต่างๆ มีบ้างไหมที่ความกำหนด

ความขัดเคือง ความมัวเมาลุ่มหลงจะไม่เกิด เรามีสติกำกับ

สามารถกำจัดความกำหนดขัดเคือง มัวเมาลุ่มหลงได้

ผัสสะเกิดรอบรู้ผัสสะ รอบรู้เวทนา นี่เป็นญาณปริญา

ผัสสะไม่เที่ยง แล้วเวทนาที่เป็นผลของผัสสะจะเที่ยงแต่ที่ไหน

นี่เป็นตีสณปริญา

มโนสัญญาเจตนาหารเป็นอย่างไร

มโนสัญญาเจตนาหาร เปรียบเหมือนหลุมถ่านเพลิง
ลึกชั่วคน เต็มไปด้วยถ่านเพลิงไม่มีเปลวไม่มีควัน
ครั้งนั้นบุรุษคนหนึ่งต้องการมีชีวิตไม่อยากจะตาย รักสุขเกลียดทุกข์เดินมา

บุรุษสองคนจับแขนทั้งสองข้างจูดลงไปในหลุมถ่านเพลิง
ทันใดนั้นเอง เขามีเจตนาปรารถนาตั้งใจจะไปให้ไกลจากหลุมถ่านเพลิง

ด้วยความคิดว่าถ้าเราตกลงไปในหลุมถ่านเพลิง เราก็จะทุกข์เจียนตาย

เรากล่าวว่า บุคคลพึงเห็นมโนสัญญาเจตนาหาร เปรียบเสมือน
หลุมถ่านเพลิง

เมื่ออริยสาวก กำหนดรอบรู้มโนสัญญาเจตนาหารได้แล้ว ก็เป็นอันกำหนด
รอบรู้ตัณหา ๓ ได้ด้วย

ตัณหา ๓ ประการ

๑. กามตัณหา ความอยากในกาม ความยินดีพอใจในกาม
๒. ภวตัณหา ความอยากในภพ ความยินดีพอใจอันเกิดร่วมกับสัสสตทิฏฐิ
๓. วิภวตัณหา ความอยากในวิภพ ความยินดีพอใจอันเกิดร่วมกับ
อุจเฉททิฏฐิ เห็นว่าชาติสูญ

ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดเห็น โทษของมโนสัญญาเจตนาหาร

<p>มโนสัญญาเจตนาหาร</p>	<p>การที่ทำให้สัตว์ทั้งหลายเวียนว่ายตายเกิด เหมือนถูกจับโยนในหลุมถ่านเพลิง</p> <p>หลายๆคนยังเห็นเด็กแล้วชอบ ยังมีความยินดีพอใจในการเกิด การไปเกิด ในภพใดๆ วิธีแรกเรียกว่า ภวนิกันตักโลกขวนะ แปลว่า โลกะเกิดขึ้น ทิฏฐิเกิดขึ้น ตัณหาเกิดขึ้น ยินดีพอใจในสี เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ อัมมารมณฺ์ ยินดีพอใจในการเกิด</p> <p>กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา</p> <p>การที่เรายินดีพอใจในปฏิสนธิวิญญาณ หรือ ปวัตติวิญญาณทั้งหลาย เป็นเพราะเราไม่เห็นโทษของการเกิด ไม่เห็นโทษของกรรม ไม่เห็นโทษของมโนสัญญาเจตนาหารว่านำปฏิสนธิวิญญาณ และปวัตติวิญญาณมาให้ เราไม่เห็นโทษของการได้ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ว่ากรรมเป็นผู้มอบให้</p> <p>หากเรามองเห็นการทำกรรมทั้งหลาย มโนสัญญาเจตนาหารที่กำลังจะเกิดขึ้น เป็นหลุมถ่านเพลิง เป็นความร้อน ตัณหาความทะยานอยาก ที่จะทำกรรมที่เป็นไปในวัฏฏะ ที่เป็นอกิสังขาร ปุญญาภิสังขาร อปุญญาภิสังขาร อเนญชาภิสังขาร เป็นอกิสังขารมาร เป็นมารเพราะสภาพเป็นผู้ฆ่า ให้เราต้องประสบทุกข์และทรมานที่ต้องแบกชั้นธภาวะ</p> <p>หากเราเห็นโทษของมโนสัญญาเจตนาหารแล้วเราจึงจะประกอบมรรคกรรมได้ หากเราไม่เห็นโทษเราก็จะไม่ทำมรรคกรรม</p>
-------------------------	--

ต้องเห็นโทษของอาหาร ๔ ว่าเป็นทุกข์

ตัณหาคือความยินดีพอใจในอาหาร ๔ จึงจะคลายตัว

วิญญานอาหารเป็นอย่างไร

เปรียบเหมือนราชบุรุษ จับโจรที่ประพฤติชั่วได้แล้ว
ก็ทูลแสดงแต่พระราชาแล้ว ขอให้พระราชาลงโทษโจรชั่วนั้น
พระราชาก็ตรัสว่า ท่านทั้งหลาย จงช่วยกันประหารมันด้วยหอก
๑๐๐ เล่ม ทิ่มมันในเวลาเช้า
๑๐๐ เล่ม ทิ่มมัน ในเวลาเที่ยงวัน
๑๐๐ เล่ม ทิ่มมัน ในเวลาเย็น
เมื่อเขาถูกทิ่มแทงด้วยหอกวันละ ๓๐๐ เล่ม อยู่อย่างนั้น
ได้เสวยทุกขโทมนัสเป็นอันมาก

บุคคลพึงเห็นวิญญานอาหารเปรียบเสมือนนักโทษประหาร
ให้เห็นปฏิสนธิวิญญาน ปวัตติวิญญาน
เมื่อกำหนดรอบรู้วิญญานอาหารได้แล้วก็เป็นอันกำหนดรอบรู้
นามรูปได้ด้วย

ผู้ปฏิบัติต้องกำหนดเห็น โทษของวิญญานอาหาร

จิตเห็น จิตได้ยิน จิตได้กลิ่น จิตลิ้มรส จิตถูกต้อง
จิตรับอารมณ์ จิตได้ส่วนอารมณ์
เราจะเห็นอย่างไรว่าเป็นเหมือนนักโทษประหารที่กำลัง
ถูกหอกทิ่มแทง?

วิบากก็ดี จิตก็ดี
จิตมีราคะ จิตปราศจากราคะ
จิตมีโทสะ จิตปราศจาก โทสะ
จิตมีโมหะ จิตปราศจาก โมหะ
จิตหุดหู่ จิตฟุ้งซ่าน
จิตตั้งมั่น จิตไม่ตั้งมั่น
จิตหลุดพ้น จิตไม่หลุดพ้น

จิตเหล่านี้ที่กำลังทำกิจอยู่ ต้องรอบรู้จิต
แม้เวทนาก็อยู่ในนั้น แม้ผัสสะก็อยู่ในนั้น แม้เจตนาที่อยู่ในนั้น
สัญญาที่อยู่ในจิตนั้น
เมื่อกำหนดรอบรู้อย่างนี้ชื่อว่ากำหนดครอบงำนามชั้นธ

ในบรรดานามชั้นธเหล่านี้ขณะเกิดขึ้น มีปฏิสนธิกัมมชรูปด้วย
เมื่อกำหนดรอบรู้จิต ก็ชื่อว่าครอบงำนามรูปด้วย

ด้วยการที่เราไม่เห็น ว่า ทุกครั้งที่เราไม่เห็นจิตเห็น จิตได้ยินเกิดขึ้น
แปลว่าเรากำลังถูกทิ่มด้วยหอกวันละ ๓๐๐ เล่ม
เราไม่เห็นโทษของการเห็น การได้ยิน เป็นต้น

กพฬิงการอาหาร กำหนดรูปชั้นธ์
ผัสสาหาร กำหนดผัสสะ
มโนสัญเจตนาหาร กำหนดเจตนา
วิญญาณาหาร กำหนดจิต

ให้เห็นเหมือนกินเนื้อมุตร
ให้เห็นเหมือนแม่โคถูกถลกหนัง
ให้เห็นเหมือนหลุมถ่านเพลิง
ให้เห็นเหมือนนักโทษประหารถูกหอกที่มแทง

กำหนดรอบรู้้อาหารเหล่านี้ชื่อว่ากำหนดรอบรู้ทุกขสัจจะ
เหตุที่ทำให้้อาหารเหล่านี้เกิด ชื่อว่าสมุทยสัจจะ
สภาวะที่ดับ้อาหารเหล่านี้ ชื่อว่านิโรธสัจจะ
สติสัมปชัญญะเป็นต้นที่ไปกำหนดรู้ เป็นมรรคสัจจะ

การที่ไม่รู้จัก้อาหาร ก็คือการไม่รู้จักสติปัฏฐาน
การไม่รู้จักสติปัฏฐาน ก็คือการไม่รู้จักชั้นธ์ ๕
การไม่รู้จักชั้นธ์ ๕ ก็ไม่สามารถทำปริญาในชั้นธ์ ๕ ได้ ก็ไม่สามารถพ้นจากทุกขได้

จริงๆแล้วเป็นเรื่องเดียวกัน ทรงแสดงปฏิจสมุปบาทในนี้ด้วย

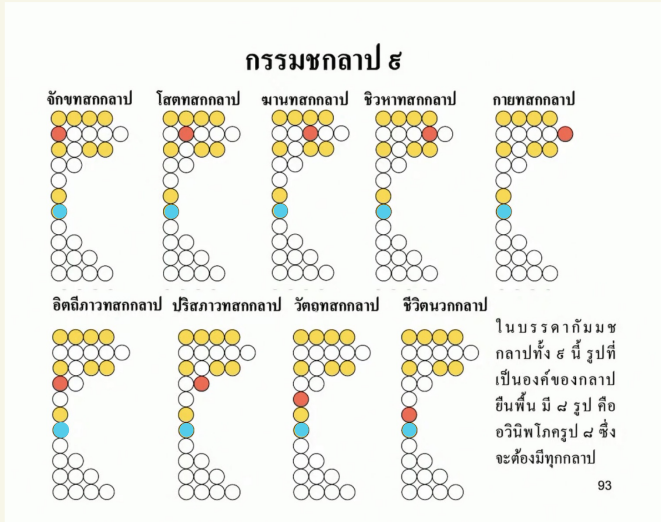
เมื่อเราสกัดความยินดีพอใจในอาหารได้ ตัณหากัถับ

เมื่อตัณหาถับ อุปาทานกัถับ

อุปาทานถับ ภพกัถับ

ภพถับ ชาตกัถับ

ชาตถับ ชรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ ทุกข โทมนัส อุปายาส กัถับ



อาหารที่เรากินเข้าไป เรียกอุดช โອชา เกิดดับสืบทอด แผ่ซึ่มซาบไปเรียกว่าอาหารช โອชา มีหน้าที่อุปถัมภ์ เรียกว่าอุปถัมภ์ภกสตี หรือเรียกว่าอนุบาลภกสตี อุปถัมภ์และอนุบาลรักษา

เช่นอาหารบางอย่างช่วยบำรุงสายตาเป็นต้น

แต่อาหารที่อยู่ในจักขุทสกกลาปนั้น ทำให้กัมมชรูปเกิดขึ้นด้วย โອชาในขณะนั้นสามารถเป็นปัจจัยในการเกื้อกูลดิน น้ำ ไฟ ลม ลี กลิ่น รส จักขุปสาทะ ที่อยู่ในจักขุปสาทนั้น ให้เกิดขึ้น เป็นปัจจัยโดยตรง เกื้อกูลกันตลอดเวลา นอกจากกัมมช โອชานี้ยังมี จิตตช โອชา อุดช โອชา อาหารช โອชา ต่างเป็นปัจจัยแก่กันและกัน ในฐานะอุปถัมภ์

บรรดากายเหล่านี้ต้องอาศัยปัจจัยมากมาย

ทั้งหมดเหล่านี้เป็นไปตามเหตุปัจจัย ไม่มีอดตาตัวตน

ต่อไปเมื่อเรารอบรู้อาหาร เวลาเรากินอาหารให้กายนี้ดำเนินไปได้ ความตกเป็นทาสของความยินดีพอใจในรสจะน้อยลง สติสัมปชัญญะเกิดขึ้น ญาณสังวร ปัจจัยสันนิสตีลจะมากำกิจเพื่อประโยชน์อย่างแท้จริง เพื่อให้กายนี้ดำเนินไปได้ไปสู่การฝึกตนเองเข้าถึงศีล สมาธิ ปัญญาจะชัดเจนขึ้น

คำถาม ในปากมี ปากเตโชหรือไม่ เพราะมีการแผ่ซึมซาบของอาหารในปากได้

ในปากไม่มีปากเตโช แต่อาศัยการบดเคี้ยวของฟันบน ฟันล่าง การบดเคี้ยวให้ละเอียด มีน้ำลายเป็นต้น เป็นปัจจัยให้อาหารละเอียด สารอาหารเกิดการแตกดับและแผ่ซึม

อาหารใดก็แล้วแต่ หากยังไม่แผ่ซึมซาบเข้าไปยังจัดว่าเป็นอุตฺซ โອชา เป็นพหิตฺโธ โອชา คือ โອชาภายนอกอยู่

กพหิงการอาหารอาศัยปากเตโช คือไฟในท้อง ที่เกิดจากกรรม ทำหน้าที่ย่อยอาหารอันมีอยู่ในชีวิตนวกกลาป ที่มีอยู่ในที่นั้นๆ เช่นข้างกระเพาะอาหาร เมื่อได้รับความช่วยเหลือจากรูปใหญ่ ที่เกิดจากกรรมแล้ว ก็ทำให้หมี ๘ รูป คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม สี่ กลิ่น รส โອชา ที่อยู่ต่ำสุดนั้น (อวินิพ โภครูป) เกิดขึ้นได้ รูปเหล่านั้นคือ อาหารรูปที่เกิดเพราะอุตฺซ โອชา



กพหิงการอาหารถ้ามองอีกทางหนึ่งคือลูกหลานของอุตฺซ โອชาที่ขยายและแตกตัวออกมานั่นเอง

จำนวนอตุรูปนั้น เพราะอาศัยไฟธาตุที่เรียกว่าปาจกเต โขมาเผามาย่อยละเอียด
ขึ้นมา แต่ไม่ใช่แค่นั้น เวลาเกิดขึ้นมาและตั้งอยู่ ในขณะที่จิตขณะของรูปเหล่านั้น
แตกตัวอีก ไฟธาตุหรือเตโชธาตุที่อยู่ในแต่ละกลาปหรือหลายๆกลาปแตกตัว ที่
แตกตัวก็ตั้งขึ้นมาใหม่แล้วแตกตัวต่อเรื่อยๆ เป็นลูกเป็นหลาน
การแตกสืบทอดนี้จึงเรียกว่ารูปใดเกิดขึ้นก็ดับ ณ ที่ตรงนี้ แต่ก่อนจะดับไปก็แตกตัว
ขึ้นมาใหม่ จึงมีการเหมือนวงจจากจุดหนึ่งไปอีกจุดหนึ่งได้ แต่มันเป็นคนละรูปกับ
คนละกลาปคนละกลุ่มกัน

ปัญญาเข้าไปเห็น สันตติ

คือการแตกตัวของรูปธรรมเหล่านี้ เรียกว่า **สันตติมนะ** ปรากฏต่อญาณ
ปัญญาของผู้ปฏิบัติ

พอเห็นสันตติเหล่านี้ ปัญญาทั้งหลายก็หายไป เห็นการแตกดับสืบทอดเป็น
ชั้นๆไปเรื่อยๆ พอ สมาธิ หรือ สติ หรือ ปัญญาแก่กล้ามากขึ้น
ก็สามารถเห็นรายละเอียดมากขึ้น

อาศัยสุดตะมาตี ก็เห็นบรรดากลุ่มกลาปเหล่านั้น มี ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ
ธาตูลม มีสี กลิ่น รส โอชา เห็นบรรดา ๘ รูปนี้ที่เรียกว่า อวินิพ โภครูป
แท้ที่จริงรูปเหล่านี้แยกจากกันไม่ได้ แต่ปัญญาสามารถแยกได้
ก็จะทำตัว **สมุหมนะ** ให้แตกกระจายไป ปัญญาในระดับที่ ๒ ก็พังไป

ระดับที่ ๓ การไปเห็นความจริงว่าธาตุดินทำกิจอย่างไร ธาตุน้ำทำกิจ

อย่างไรเป็นต้นนี้ ความเป็น **กิจจมนะ** ก็แตกออก

ปรมัตถธรรมที่ปรากฏต่อญาณปัญญาต่อผู้ปฏิบัติ ก็เกิด **ความเบื่อหน่าย**
ความคลายกำหนดจึงเกิดขึ้น



การรู้แบบนี้มีประโยชน์ต่อสุดตมยปัญญา จินตมยปัญญา และเมื่อวันหนึ่งที่ทำญาณปัญญา
เกิดขึ้น เห็นได้จริง ความไม่มีสาระของรูปกายนี้ เห็นความจริงของชีวิตก็เกิดขึ้น

บทสรุปเรื่องอาหาร

สพเพสตตา อาหารภูจิติกา

	<p>โศษาที่เกิดจากกรรม ที่อยู่ในกัมมชกฺลาป โศษาที่เกิดจากจิต ที่อยู่ในจิตตชกฺลาป โศษาที่เกิดจากอตุ ที่อยู่ในอตุชกฺลาป โศษาที่เกิดจากอาหาร ที่อยู่ในอาหารชกฺลาป</p>
	<p>บรรดาโศษาทั้งหลายเหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งของอาหาร ภพพิงการอาหาร คืออาหารที่เป็นค่าที่แผ่ไป</p>
	<p>พระพุทธเจ้าพูดเรื่องของอาหาร ทั้งหมดเหล่านี้ก็เพื่อละ ความยินดีพอใจในอาหาร</p>
	<p>เมื่อสามารถกำหนดรอบรู้อาหารเหล่านี้ได้ ก็ไปกำหนด รอบรู้ ภาย จิต อตุ อาหาร คือ มหาภูตรูปทั้งหมดที่เกิด จากกรรม จิต อตุ อาหาร และอุปาทายรูปทั้งหมด แปลว่ารูป ๒๘ ทั้งหมด ถูกรอบรู้ด้วยอาหารนี้</p>
	<p>เช่นเดียวกัน เมื่อไปกำหนดรอบรู้ผัสสาหาร เวทนาทั้งหลายก็ กระจายด้วย ผัสสะเป็นอัมมานุปัสสนาสติปัญญา ผัสสะเป็นปัจจยแก่เวทนา</p>
	<p>ขณะเดียวกันเมื่อไปกำหนดรอบรู้ มโนสญฺเจตนาหาร มโนสญฺเจตนาหาร เป็นอัมมานุปัสสนาสติปัญญา มโนสญฺเจตนาหารเป็นปัจจยแก่จิต ซึ่งเป็นวิญญาณาหาร</p>
	<p>เมื่อกำหนดวิญญาณาหาร ก็คือกำหนัดนามรูป ซึ่งอยู่ในหมวดของอัมมานุปัสสนาสติปัญญา</p>

เมื่อรู้จักอาหาร ๔ จะเข้าใจความจริงของชีวิต ญาณปัญญาเกิดขึ้นสามารถละกิเลสได้จริง
สามารถสรุปลงอริยสัจ๔

นี่คือสัมมาทิฏฐิ ในพระศาสนา เป็นวิปัสสนาสัมมาทิฏฐิ เข้าใจอริยสัจตามความเป็นจริง