

วินัย มี ๒  
การนำออก กำจัดออก

ภิกษุใด ย่อมนำออก กำจัดซึ่งความ โกรธที่เกิดขึ้น เหมือนงู  
กำจัดซึ่งพิษงูที่แผ่ซ่านไป ภิกษุนั้นย่อมละซึ่งฝั่งในเป็นฝั่งแห่ง  
สังสารสาคร ดุจงูลอกคราบเก่าที่คร่ำคร่าฉะนั้น

ภิกษุเรียกวินัยติ ย่อมนำออกคือกำจัด

ปุถุชนผู้ไม่ได้สติ

ปุถุชนผู้ไม่ได้สติ คือไม่รู้ปริยัติ ไม่รู้แผนที่ ไม่รู้ทางดำเนิน  
ไม่เข้าใจเรื่อง โลกุตตระ คือมรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑  
ไม่รู้ ปริยัติสัทธรรม ปฏิบัติสัทธรรม ปฏิเวธสัทธรรม

ปุถุชนที่ไม่ได้เห็นอริยะ

ไม่รู้อนิจลักษณะ ไม่รู้ทุกขลักษณะ ไม่รู้อนัตตลักษณะ ที่ทำความเป็นอริยะ  
เมื่อไม่รู้จักความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของสภาวะธรรมทั้งหลาย  
จึงไม่สามารถไปแทงตลอดอริยมรรค อริยผลได้

ไม่ฉลาดในธรรมของ  
พระอริยเจ้า

ไม่ฉลาด ไม่เข้าใจของ ในสติปัญญา ๔ สัมมปธาน๔ อิทธิบาท๔  
อินทริย๕ พละ๕ โพชฌงค์๗ อริยมรรคมีองค์๘

ปุถุชนผู้ไม่ได้ฝึก

ไม่มีสังวรวินัย และปหานวินัย  
ไม่ได้ฝึก ในสติปัญญา ๔ สัมมปธาน๔ อิทธิบาท๔ อินทริย๕ พละ๕  
โพชฌงค์๗ อริยมรรคมีองค์๘

## วินัยคือการนำออก ปทาน คือการละ สังวรคือการปิดป้องกัน

### สังวรวินัย

๑. คีลสังวร คีลสังวร เป็นอันเดียวกับปาติโมกข์สังวร
๒. สติสังวร
๓. ญาณสังวร
๔. ชันติสังวร
๕. วิริยะสังวร

### ปทานวินัย

๑. ตทังคปทาน การละตัวของคั้นๆ
๒. วิชัมภนปทาน การละด้วยการข่มไว้
๓. สมุจเจทปทาน การละเด็ดขาด
๔. ปฏิปัสสัทธิปทาน การละด้วยภาวะสงบระงับ
๕. นิสสรณปทาน การละด้วยภาวะที่สลัดออก

สังวรโต = ป้องกัน ปิดกัน ซึ่งกายทุจริต วจีทุจริต และการดำเนินชีวิตที่ผิดพลาดเกิดขึ้น

ปมาท = การหลงลืม การขาดสติ (มกุฏสติ) ไม่มีสติสังวร

ความเกียจคร้าน ขาดวิริยะสังวร

ความไม่รู้ ขาดญาณสังวร

พินเพื่อนเลือนหลง ขาดสติสังวร

ความไม่อดทน ขาดขันติสังวร

ปล่อยให้กายทุจริต ขาดคีลสังวร  
วจีทุจริตเกิดขึ้น

## ตทั้งหมดาน ที่ในระดับของวิปัสสนาญาณ

ในขณะที่แห่งการเจริญวิปัสสนาญาณ

การเจริญนามรูปปริจเฉทญาณ

เห็นกระแสชีวิตที่มีการเกิดดับสืบต่อ เห็นตามความเป็นจริง จนสามารถเพิกปัญญติ ตามสภาวะธรรมความเป็นจริง จนเห็นในความเป็นรูปธรรม นามธรรม เป็นกระบวนการของกระแสชีวิตที่เกิดดับสืบต่อ เห็นกายกรรม วจีกรรม ม โนกรรมทั้งหลายไม่ใช่สัตว์บุคคลเป็นผู้ทำกรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลเป็นผู้รับผลของกรรม เข้าใจเหตุผล

เห็นกรรมที่กำลังขับเคลื่อน และเห็นผลของกรรมที่กำลังดำเนินเป็นไปอยู่ เข้าใจเหตุผล เข้าใจกรรมและผลของกรรมชัด เข้าใจนามรูปปริจเฉทญาณชัด แยกออกจากกันได้ ด้วยญาณอย่างถูกต้องจนสามารถละสลักกายทิฏฐิ ความเห็นเป็นอัตตาตัวตนได้ นี้ชื่อว่า ตทั้งหมดาน

นามรูปปริจเฉทญาณ ละ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส ละความมืดบอด ส่องแสงสว่างประดุจดวงประทีปให้เกิดขึ้น ทำญาณปัญญาให้เกิดขึ้น



ทานกุศล ศีลกุศล ทุกครั้งที่กุศลจิตเกิดขึ้นก็ปิดกายทุจริต วจีทุจริต ละได้ชั่วขณะหนึ่งๆจัดเป็นตทั้งหมดาน



การละอกุศลด้วยธรรมอันเป็นปฏิบัติกษณ์ เช่นละความเกียจคร้านด้วยความเพียร ละความไม่มีศรัทธาด้วยศรัทธาเป็นต้น นี้เป็นตทั้งหมดาน



คนที่ฝึกศีล ชัดเกลาศีล จะเป็นคนฉลาด ทนต่อสถานการณ์ ปฏิสัมพันธ์กับคนได้ ด้วยความรู้ความเข้าใจ รู้จังหวะที่จะคิดจะพูด เป็นเรื่องที่ต้องฝึกให้เข้าถึงให้ได้ การประพฤติปฏิบัติจึงจะรู้หน้าได้จริง

## เหตุแห่งความทุกข์ที่ต้องถูกละ

มลทินอันเป็นเหตุ  
แห่งการทุกข์ต้อง  
ถูกละ



โลภะ ทิฏฐิ มานะ  
โทสะ อิสสา มัจฉริยะ กุกกุจจะ  
โมหะ อหิริกะ อโนตตปปะ อุทธัจจะ

ตทั้งคปทานที่เกี่ยวกับวัตถุทานที่ดีพอจะมาชำระตลอดทุก  
ครั้งที่ให้ทาน  
เมื่อสัมพันธ์กับสิ่งภายนอกทั้งที่มีชีวิตและไม่มีชีวิต ก็เป็น  
ทานได้ทั้งหมด ศรัทธาเพิ่มขึ้น สติแข็งแรงขึ้น

สังวรเป็นการปิดบาปทุจริต  
ปทานเป็นการละบาปทุจริต

## วิปัสสนาญาณ

เป็นตทั้งคปทานทั้งหมด

นามรูปปริจเฉทญาณ

วิปัสสนาญาณ ละมิจฉาทิฏฐิ เห็นด้วยความเป็นสัจด้วยบุคคลอดีตตาตวัตตน

อเหตุกทิฏฐิ ละซึ่งทิฏฐิว่านามรูปไม่มีเหตุ  
วิสมเหตุกทิฏฐิ ละซึ่งทิฏฐิว่าเหตุไม่สมควร คือการเห็นผิดในสิ่งที่ไม่เป็นเหตุ เช่นเห็นว่าพระพรหมเป็นผู้สร้าง

ปัจจยปริคคญาณ หรือ  
กังขาวิตรณวิสุทธิ

ละความเห็นผิดได้เพราะเห็นเหตุปัจจัยของนามรูปตามความเป็นจริง เห็นอวิชชา ตัณหา อุปาทาน สังขาร และกรรม เป็นปัจจัยแก่นามรูป สฬายตนะ ผัสสะ เวทนา เป็นต้น  
สังวรทำกิจ ปทานทำกิจ

สัมมสนญาณ

กลาปสัมมสนะ ทำลายความเป็นกลุ่มเป็นก้อนได้ เป็นการเห็นอนิจจลักษณะ ยกรูปนามขันธ์ ๕ เห็นตามความเป็นจริง เห็นการแตกดับ

มัตคามัคคญาณทัสสนะ

ละสัญญาซึ่งสัญญาในสิ่งไม่ใช่ทางว่าเป็นทาง รู้ว่าทางและไม่ใช่ทาง  
รู้ว่าพัก รู้ว่าเพียร รู้มีขณิมาปฏิปทา

อุท্থัพพญาณ

เห็นความเกิดและความดับ ละความเห็นว่ายิ่ง (สัสสตทิฏฐิ)  
ละความเห็นว่ายาดสูญ (อุจเฉททิฏฐิ)  
เห็นปัจจัยที่ทำให้เกิด ก็ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา  
เห็นผลของเหตุปัจจัย ก็ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

ภยญาณ

การละซึ่งสัญญาในสังขารทั้งหลายซึ่งมีภัยว่าไม่มีภัย แต่ที่จริงมีภัยอยู่  
เฉพาะหน้า แตกดับอยู่เฉพาะหน้า หหมดไป เสื่อมสิ้นไปอยู่เฉพาะหน้า

อาทีนวัตตสนาญาณ

ละซึ่งสัญญาในสังขารน่าชอบใจ ด้วยอาทีนวัตตสนาญาณ หรือ  
อาทีนวัตตสนญาณ ญาณปัญญาที่เห็นด้วยความเป็นอาทีนวะ เห็น  
ด้วยความเป็นโทษ ต้องละปัญญาสัญญา ด้วยกำลังของปัญญาญาณ

นิพพิทานุปัสสนาญาณ

ละสัญญาในสังขารที่น่ายินดี ทุกจุดในร่างกายที่เราไปยึด  
ว่าน่ายินดีไม่มีสิ่งใดเลยที่น่ายินดี

มูญจิตุกัมมตาญาณ

ละซึ่งความเป็นผู้ปรารถนา เพื่อพ้น มีความอยากใคร่จะพ้น  
เป็นกุศลจันทะอย่างแรงกล้า

สังขารเปกขาญาณ

การละซึ่งความไม่วางเฉยในสังขาร คือสิ่งซึ่งการไม่หม่นออก  
จากสังขารทั้งหลาย คือจิตใจยังรักอาลัย สเนหา  
หากเห็นด้วยความเป็นภัย เป็นทุกข์ เป็นหวัผิ แต่ยังพ้นไม่ได้  
เพราะญาณปัญญายังไม่แก่กล้าพอ วางเฉย ยอมรับได้ด้วย  
ปัญญา แต่ไม่ยอมจำนน

อนุโลมญาณ

การละซึ่งความเป็นปฏิโลม คือการยึดถือด้วยสัสสตะและ  
อุจเฉท ในธรรมจิติหรือปฏิจสุมปบาท ละซึ่งโมหะที่ปกปิด  
ปฏิจสุมปบาทนั้น และละซึ่งความเป็นปฏิโลม หรือซึ่งโมหะ  
ที่ปกปิดพระนิพพานด้วยอนุโลมญาณ

คือปกติไปเห็นกระบวนการของชีวิตบางทีก็เห็นว่าเที่ยง บางทีก็เห็น  
ว่าขาดสูญก็ไปยึดไว้ พอโมหะที่ปกปิดปฏิจสุมปบาทหลุดออกไป  
เห็นปฏิจสุมปบาทด้วยญาณปัญญา

โคตรภูญาณ

ละความยึดถือสังขารทั้งหลายได้ด้วยโคตรภูญาณ

เป็นประสบการณ์ของพระพุทธเจ้าที่ทรงให้แนวทางการปฏิบัติไว้

## วิฆัมภนปทาน

สมาธิ ๙

รูปฌาน ๔ อรูปฌาน ๔  
อุปจาระ ๑

ได้แก่สมาธิ คืออุปจารสมาธิทั้งหมด และอัปนาสมาธิ ตั้งแต่  
ปฐมฌานจนถึง เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน

การละซึ่งธรรมทั้งหลายคือนิ वर्ณธรรมเป็นต้นด้วยสมาธิ  
กามฉันทะ พยาบาท ถีนะมีทระ อุทธัจจะกุกกุจจะ  
เรียกวิฆัมภนปทาน

## สมุจเฉทพหวน ปฏิบัติสัทธีพหวน นิสสรณพหวน

การตัดขาดซึ่งกิเลสอันเป็นฝักฝ่ายแห่งสมุทยสังขาร  
ละซึ่งทัญญูทั้งหลาย ตามควรแก่ตน  
ในสันดานของตน ของบุคคลผู้มีมรรคนั้นๆ

อริยมรรคทั้ง ๘  
ละกิเลสเป็นสมุจเฉท

โสดาปัตติมรรค ละสมุจเฉทพหวน  
สกทาคามีมรรค  
อนาคามีมรรค  
อรหัตตมรรค

อริยมผลทั้ง ๔  
ละกิเลสเป็นปฏิบัติ

เป็นการระงับกิเลสในขณะแห่งผล เรียกว่าปฏิบัติ  
เมื่อทุกๆผลจิตเกิดขึ้น ทั้ง โสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล  
อรหัตตผล เกิดขึ้นเป็นปฏิบัติพหวน สงบระงับกิเลส

นิสสรณพหวน

นิพพาน อันละแล้วซึ่งสังขตทั้งปวง (ธรรมที่มีปัจจัยปรุงแต่ง)  
เป็นการสละออกจากสังขตธรรม เรียกว่า นิสสรณพหวน

## คำถาม นิโรธสมาบัติในพระอนาคามีเป็นปหานแบบไหน

นิโรธสมาบัติไม่ได้กล่าวไว้

แต่การเข้านิโรธสมาบัติ มีทั้งวิขัมภณะและตทังคปหานเป็นไปในตัวอยู่แล้ว

ในขณะที่ท่านเข้านิโรธสมาบัติ ศีลของท่านที่เกิดขึ้นเป็นตทังคปหาน

ปฐมฌานเป็นต้น จนถึงเนวสัญญานาสัญญายตนฌานเป็นวิขัมภนปหาน

วิปัสสนาญาณขณะที่ออกจากฌาน เจริญวิปัสสนาญาณ เป็นตทังคปหานเป็นไปตามลำดับนี้

เวลาท่านเข้านิโรธสมาบัติ หรือ สัญญาเวทิตนินิโรธ เป็นการดับจิตเจตสิก จิตตชรูป สภาวะของขั้นที่ ๕ ส่วนหนึ่งที่ดับไปเป็นนิโรธสมาบัติ

เนวสัญญานาสัญญา ๒ ขณะ ก่อนเข้านิโรธสมาบัติ เป็นวิขัมภณะ

การอยู่ในนิโรธสมาบัติ จิต เจตสิก จิตตชรูป เวทนาขั้นที่ ๑ สัญญาขั้นที่ ๑ สังขารขั้นที่ ๑ วิญญาณขั้นที่ ๑ ดับ รูปขั้นที่ ๑ ส่วนของจิตตชรูปดับ เหลือกัมมชรูป กับอตุชรูป อาหารชรูป นิโรธตรงนั้นเป็นการฝึกเข้าอยู่ในนิพพานตามระยะเวลาที่ตั้งใจไว้

ขณะออกจากนิโรธสมาบัติ ผลจิตเกิดขึ้นเป็นอนาคามีผล (อรหัตตผล) เกิดขึ้น ๑ ขณะ ในขณะนั้นเรียกว่า ปฏิบัติสัทธิปหาน

ไม่มีสมุจเฉทปหาน เพราะไม่ได้มีการละกิเลสเกิดขึ้น

พระอรหันต์ที่ไม่มีกิเลสแล้ว เวลาเข้าปฐมฌานยังจัดเป็นปหานอยู่หรือไม่

พระอรหันต์ท่านละกิเลสหมดแล้ว จบกิจแล้ว  
ท่านละกิเลสเป็นสมุจเฉตปหานแล้ว

ท่านได้ปฏิบัติสัสสัทธิปหาน และ นิสสรณปหาน

เวลาผลจิตเกิดขึ้น เวลาท่านเข้าผลสมาบัติ ท่านได้สัมผัสพระ  
นิพพาน จึงได้ นิสสรณปหานและปฏิบัติสัสสัทธิปหานแล้ว

ไม่ต้องระงับกิเลสด้วยการข่มแล้ว ไม่มีวิขัมภนปหาน  
เป็นวิหารธรรมที่จะเป็นทิพยวิหาร (การอยู่ในฌานสมาบัติ)  
หรืออริยวิหาร (การอยู่ในผลสมาบัติ)

## คำถาม นิโรธสมาบัติเรียกว่าเป็น นิสสรณปหานได้ไหม

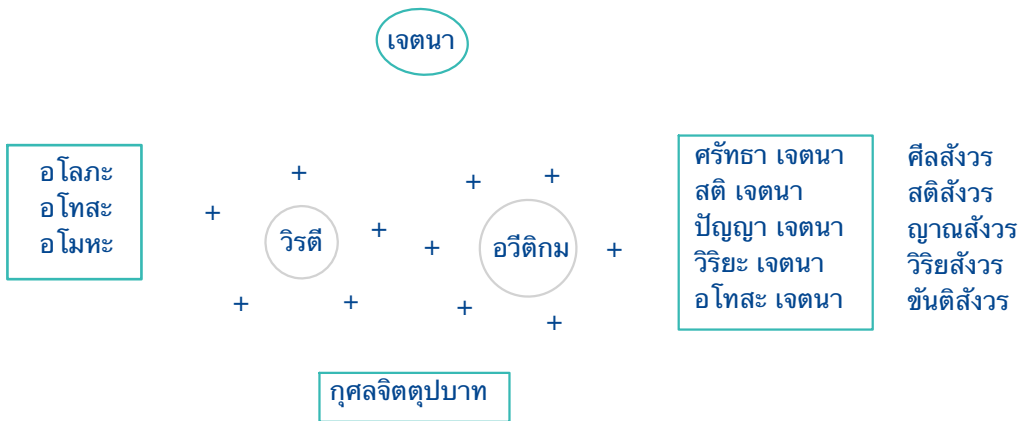
คำว่า นิสสรณปหานได้แก่พระนิพพาน  
พระนิพพานในที่นั้นต้องเป็นนิพพานแท้ ที่เป็นอนุปาทาปรินิพพาน  
สภาพดับกิเลสและ รูปนามชั้นธ ๕

นิพพานที่เป็นอารมณ์ของมัคคจิตและผลจิต ไม่ว่าจะสุญญตนิพพาน  
อัปนิหิตนิพพาน อนิมิตตนิพพาน เป็นนิสสรณปหานในตัวเองอยู่  
แล้ว เพราะเป็นสภาพที่ออกจากสังขตธรรม ธรรมที่มีสภาพปรุงแต่ง

แต่กรณีแห่งพระอนาคามี พระอรหันต์ที่ท่านเข้านิโรธสมาบัติ  
ความดับกิเลสและชั้นธ ๕ บางส่วน ถ้าจะนับว่าเป็นนิสสรณปหานก็ได้  
แต่นิโรธสมาบัติ ตัวผู้เข้า รูปชั้นธบางส่วนยังไม่หมด  
จะให้จัดเข้าก็ได้แต่ให้เข้าใจด้วย

## บุญกิริยาวัตถุ ๑๐

ทาน	ทานมัย ปัตติทานมัย การอุทิศ ปัตตานุโมทนา มัย การอนุโมทนา
ศีล	ศีลมัย อปจายนมัย การอ่อนน้อมถ่อมตน เวทย์ยาวัจฉมัย การชวนชวายเป็นกิจที่ชอบ
ภาวนา	ภาวนามัย ธัมมัสสวนมัย การฟังธรรม ธัมมเทศนามัย การแสดงธรรม ทัญญูชุกกรรม การทำความเห็นให้ตรง



ชุดความคิด ที่เกิดจากการสละและการให้  
 ชุดความคิด ที่เกิดจากการทำกายกรรม วจีกรรมให้ดำเนินไปด้วยดี  
 ชุดความคิด ที่ดำเนินเป็นไปให้ใจนั้นเข้าถึงความสงบ  
 ชุดความคิดทั้งหลายที่เป็นปัจจัยทำญาณปัญญา ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง



ชุดความคิดเป็นกุศลจิตชุดเดียวกันแต่อยู่ที่ว่าตัวไหนจะขึ้นมาเป็นตัวหลัก  
 การดำเนินชีวิตที่เป็นไปกับกุศลทั้งหลาย จึงเป็นเรื่องของความเข้าใจอย่างถ่องแท้

กิจกรรมของชีวิตทั้งหมดต้องเป็นไปเพื่อการฝึก ไม่ใช่ช่วงนี้ทำงาน ช่วงนี้ปฏิบัติ



การแยกแยะองค์ประกอบของสภาวะธรรมทั้งหลาย เพื่อต้องการเข้าไปสกัด ปิด ละ สังวร  
 ไม่ให้ตัณหาอุปาทานมีโอกาส อวิชขามีโอกาสเข้ามาในกระแสชีวิต  
 ให้ปัญญา วิชา ความเพียรที่สร้างสรรค์ สติ เข้ามามากำกับในการดำเนินชีวิต (สติปัญญา)  
 ที่ยังไม่ได้กล่าวถึงอีกมาก เป็นหลักที่ต้องทำให้เกิดขึ้นจริง

# ปปัญจสัญญา

ต้องละสัญญาวิปลาส

ตัณหา มานะ ทิฏฐิ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สीलัพพต  
ปรามาส เป็นปปัญจสัญญาที่ต้องละ

พระพุทธเจ้าระดมสรรพกำลัง เพื่อละ ตัณหา มานะ ทิฏฐิ

ปุพเพนิวาสานุสติญาณ

สติปัญญานเต็มรูปแบบในการระดม ทำนามรูปปริจเฉทญาณ  
ทำทิฏฐิวินุสuthิ ให้เกิดขึ้น ละสตัวับุคคลอดีตชาติตัวตน  
เห็น ชันธ อายตนะ ธาตุ อินทรีย์ กระแสชีวิตที่เป็นรูปธรรม  
และนามธรรมเท่านั้นเป็นไปอยู่

จตุปปาตญาณ

เห็นความจริงด้วยความเป็นกรรมและผลของกรรม ยกขึ้นสู่  
ปฏิจสุมุบาท เห็นความจริงในกระแสชีวิต จึงสามารถละ  
มิจฉาทิฏฐิ ความไม่มีเหตุปัจจัย (อเหตุกทิฏฐิ)  
หรือเหตุปัจจัยที่ผิดพลาด (วิสมเหตุกทิฏฐิ)

สัมมสนญาณ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ เกิดในปัจจุบัน  
และเป็นไปตามลำดับ จนได้อรหัตตมรรค อรหัตตผลตอนอรุณขึ้น

## ทาน คีล ภาวนา

### หลักการทำให้เกิดภาวนา

ฝึกทานกุศล คีลกุศล ฝึกทำให้เกิดขึ้นจนเริ่มชำนาญ  
แล้วนำมาระลึก ใช้สติดึงข้อมูลมาวิจัยแยกแยะ  
ทำให้เจริญขึ้น เพียรระดมทำให้เกิดขึ้นจนสามารถละ  
กิเลสเป็นตทั้งคปทาน เจริญขึ้นตามลำดับจนเกิด  
ปราโมทย์ ปิติ ปัสสัทธิ สุข โสมนัส จนเกิดสมาธิ แล้ว  
ละกิเลสเป็นวิฆัมภนปทานได้



แท้ที่จริงแล้วใช้ธรรมะชุดเดียวกัน เอามาระลึก ตรึก ใคร่ครวญ  
จนสามารถเห็นสภาวะธรรม ที่เป็นทานกุศล คีลกุศลจริงๆ



ทาน คีล ภาวนะ  
ถ้าสงบกิเลสได้ เป็น สมณะภาวนา  
ถ้าเห็นความจริงของทานกุศล คีลกุศลจริงๆ เป็นวิปัสสนาภาวนา



ที่สำคัญคือต้องมีอินทรีย์สังวร มีสติปิดบาปไม่ให้  
ราคะ โทสะ โมหะ ไหลเข้าสู่จิต  
เพราะถ้าไม่มีสติสังวร หรืออินทรีย์สังวร สุจริต ๓ จะ  
เกิดขึ้นไม่ได้เลย

## วิริยะสังวร

ในสังวรทั้ง ๕  
สังวรไหนเกิดก่อน และเรา  
จะรู้ได้อย่างไรว่าสังวรไหน  
เกิดก่อนในชีวิตของเรา

บางที่ไม่ได้เริ่มจากปาติโมกข์สังวร บางที่ยังไม่ได้ศรัทธา  
บางที่ได้ปัญญาก่อน แล้วปัญญามาชำระอีกที

ในความจริงของชีวิต แต่ละคนแต่ละท่านบางที่ไม่ได้มาฟัง มาฝึกตาม  
ลำดับ ในบรรดาสังวรทั้ง ๕ เกิดสลับกันได้ตลอด

คำว่าวิริยะสังวรในที่นี้  
ได้แก่อะไร

วิริยะสังวรกินความไปถึงสัมมัปธานด้วย

วิริยะสังวรต่างจาก  
อาชีวปาริสุทธิศีล  
อย่างไร

วิริยะสังวรความหมายกว้างกว่า อาชีวปาริสุทธิศีล  
เพราะ อาชีวปาริสุทธิศีลการขบเน้นความเพียรใน  
การแสวงหาปัจจัย ๔ แต่วิริยะสังวรเป็นเรื่องทุกเรื่อง  
ในชีวิต

จะสังเกตว่าเราเป็นคน  
มีวิริยะธาตุหรือไม่

ดูที่ อารัพพธาตุ บรรดาธาตุนั้นไม่หยุด ไม่หวั่น  
เกรงไม่ท้อ ปลูกเร้าตนเองไม่หยุดหย่อน  
นิกกัมมธาตุ  
ปรักกัมมธาตุ

ตัวที่เป็นปฏิปักษ์ต่อวิริยะสังวรคือ กามวิตก  
พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก จะต้องข่มอกุศลวิตกทั้ง  
๓ จึงจะเป็นวิริยะสังวร

สังวรปธาน เพียรระงับยับยั้งบาปอกุศลกรรมที่ยังไม่เกิดไม่ให้เกิดขึ้น

ปหานปธาน เพียรละกำจัด ละบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว

ภวานาปธาน เพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิด ให้เกิดขึ้น

อนุรักษนาปธาน เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ให้ตั้งมั่นและให้เจริญยิ่งขึ้นไป

ทำไมบาปเก่า จึง  
เรียกปหานปธาน

เพราะเคยเกิดขึ้นแล้ว ชำนาญแล้วในกระแสชีวิตนี้ จึงต้องละ ต้องปหาน  
ไม่ต้องไปปิด เพราะซ้ำชองมาก ต้องปหาน  
เวลาทำกุศลจิตเกิดขึ้น ศรัทธาเกิดขึ้นละความไม่มีศรัทธา ความเพียร  
เกิดขึ้นละโง้งซะ สะติเกิดขึ้นละการหลงลืม สมาธิเกิดขึ้นละความฟุ้งซ่าน  
ปัญญาเกิดขึ้นละความไม่รู้

คำว่าเพียรละ คือเอา  
ตัวไหนไปละ

เพียรในการทำให้สติเกิดขึ้น สมาธิเกิดขึ้น  
ปัญญา ความอดทน กุศลธรรมทั้งหลายเกิดขึ้น  
จะได้ไปละบาป