

### ทบทวน

ปาดิโมกข์สังวร	การสำรวมเพื่อจะพ้นจากอบาย มีการรักษาศีลตาม สิกขาบท ครุฑธาตองเด่นชัด
สติสังวร	การสำรวมอินทรีย์ ปิดบาป ไม่ให้อกุศลจิตเกิด ในการเห็น ได้ยิน ได้ กลิ่น ลิ้มรส สัมผัสนึกคิด ปิดราคะโทสะ โมหะไม่ให้ได้ออกาส
ญาณสังวร	การปิดตณหา ทิฏฐิ อวิชา ด้วยปัญญา ไม่ให้อกุศลเกิด ตัวปัจจัยสันนิสสิตศีล สงเคราะห์อยู่ในญาณสังวร
ขันติสังวร	สำรวม ในขณะที่เจอความเย็นความร้อน ความหนาว ทนไม่ให้อกุศลจิตเกิด
วิริยะสังวร	ปิดไม่ให้กามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตกเกิดขึ้นในใจ อาชีวนปาริสุทธิศีลก็รวมอยู่ในวิริยะสังวรนี้ด้วย

การประพฤติปฏิบัติธรรม ต้องเป็นไปในชีวิตจริงได้ โดยเฉพาะใน  
ทุกๆกิจกรรมการดำเนินชีวิต

ทบทวนในเจาะอภิธรรมเชิงลึก ep 119

สังวร ๕ ปทาน ๕

วินัย ๒ ประการ สังวรวินัย ปทานวินัย



# ญาณสังวร มีอะไรเป็นเหตุไถ่ รู้ว่าอะไรเป็นเหตุไถ่ จะได้ มนสิการให้เกิดขึ้นได้

สมาธิ ภิกขเว ภาเวถ สมาหิโต ยถาภูตํ ปชานาติ  
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมาธิ  
เมื่อภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่นแล้ว ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริง

รู้ชัดทุกขสังขจะตามความเป็นจริง รู้ชัดสมุทยสังขจะ นิโรธสังขจะ มัคคสังขจะ ตามความเป็นจริง  
สมาธิ ในที่นั้นหมายความว่า สมาธิ ที่เป็นปัจจัยต่อ ญาณสังวรระดับวิปัสสนาญาณ

ญาณสังวรจึงกินความมาก

ถ้าญาณสังวรระดับปัจจัยสันนิสสิตศีล พิจารณาการใช้เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย อาหาร  
ก็พิจารณา สาดตลกสัมปชัญญะ สัปปายสัมปชัญญะ โคจรสัมปชัญญะ อสัสมโหมสัมปชัญญะ

มีความรู้ความเข้าใจแล้ว ก็สำรวจปิดไม่ให้ตัณหา มานะ ทิฏฐิ เกิด ปิดไม่ให้อกุศลเกิด  
กาย วาจา การดำเนินชีวิตก็จึงสะอาดบริสุทธิ์หมดจด เหตุไถ่ของปัญญาจึงมีหลายตัว

ปัญญาระดับกรรมและผลของกรรม เกิดจากการฟังพระสัทธรรมดีแล้ว จึงมีโยนิ โสมนสิการ  
และมีธัมมานุธัมมปฏิบัติ เป็นเหตุไถ่

- โยนิโสมนสิการ
- ปัญญาทสกวัย
- ความห่างไกลจากกิเลส
- สมาธิ
- ดิเหตุกปฏิบัติ
- การใช้ปัญญาไปพิจารณาอริยสัง ๔ ก็ยังจัดเป็นเหตุไถ่ได้

เวลาญาณสังวร ไปปิดกั้นอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ในการดำเนินชีวิตใน  
ระดับศีล

การละกิเลสหรือการปิดกั้นกิเลสเรียก ปหาน

หรือการงดเว้น ธรรมเป็นเครื่องงดเว้น เป็นเวรมณีศีล

เจตนาที่เป็นปฏิบัติกับต่อกิเลสทั้งหลาย เป็นเจตนาศีล

สังวรคือการปิดบาป ศีลสังวร สติสังวร ญาณสังวร วิริยสังวร ชันติสังวร

แต่เวลาเกิดจะเกิดพร้อมกัน

เวลาอธิบาย จะขยายอธิบายแยกกัน เพื่อให้เข้าใจ ให้เหตุปัจจัย

ระลึกมณสิการได้ และทำให้เกิดได้จริงๆ

# ศีลทั้งหลายมีสภาพแบบนี้

ปิดกั้นสรรพกิเลส



อวิปปฏิสาร  
ปราโมทย์  
ปิต  
ปัสสัทธิ  
สุข โสมนัส (นिरามิสสุข)  
อาเสวนะ



ขณิกสมาธิ  
อุปจารสมาธิ

นิ वर्ณธรรมสงบ

วิปัสสนาญาณทุกระดับ

การละสรรพกิเลส ด้วยโสตาปัตติมรรคเป็นต้น  
ตลอดจนอรหัตตมรรค อรหัตตผลเป็นที่สุด

# คำถาม มีวิธีตรวจสอบอย่างไรว่าตอนนี้เราเริ่มมีสักกายทิฏฐิจริงลดลง

## ลักษณะของภาวนา

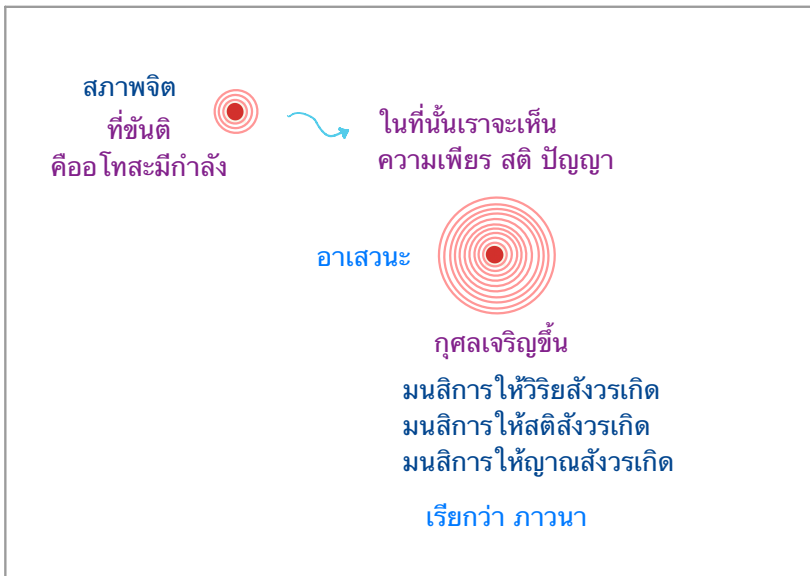
ทำศีลกุศล สมาธิกุศล ปัญญากุศล หรือ  
ทำทานกุศล ศีลกุศล ภาวนากุศลเจริญขึ้นเป็นไปตามลำดับเป็น  
ลักษณะ



วิธีตรวจสอบวัดผล คือ ภาวนา ๔ ได้แก่ กายภาวนา ศีลภาวนา  
จิตตภาวนา ปัญญาภาวนามาจบจะเห็นภาพชัดเจนขึ้น

## กิจของภาวนา

ทานกุศล ศีลกุศล ภาวนากุศล ที่เราฝึกให้เกิดขั้นแรกๆ  
เมื่อเกิดอย่างติดต่อกันและต่อเนื่องเข้าสู่ ภาวนา  
มีการปราบทานอกุศลเป็นกิจ  
มีการเข้าสู่การปฏิบัติที่เกี่ยวกับสติ ความเพียร ปัญญา เเด่นชัดขึ้น



คำถาม คำว่าสังขรมีความหมายกว้าง ตัววิปัสสนาญาณขณะพิจารณารูปนาม  
ชั้น ๕ เป็น สังขรหรือไม่

ตัววิปัสสนาญาณทุกระดับเรียกว่าสังขรได้

ท่านกล่าวเพื่อให้เห็นสภาวะธรรม แม้ในมัคคจิต อริยมรรค  
มีองค์ ๘ ก็อยู่ในนั้น  
ไม่ใช่เท่านั้น อโลกะ อโทสะ ผัสสะ เวทนา สัญญา เจตนา  
เอกัคคตา ซีวิตินทรีย์ มนสิการ วิตก วิจารณ์ อธิโมกข์ วิริยะ  
ปีติ ฉันทะ เป็นต้น

สติปัญญาก็อยู่ในนั้น  
สัมมปธาน อธิธัมมมูเล อธิจริย อธิสมาธิ อธิวิริย อธิสมาธิ อธิวิริย อธิสมาธิ อธิวิริย

ดังนั้นจึงกล่าวว่า ศีลกินความตั้งแต่เบื้องต้นจนถึงไป  
ประชุมในอริยมรรค ที่ต้องแยกเพื่อเก็บรายละเอียดของ  
สภาวะธรรมทั้งหลาย

# สมาธิ ภิกขเว ภาเวถ สมาหิโต ยถาภูตํ ปชานาติ

ปิดกั้น  
นิวรณ์ธรรม



วิปัสสนาญาณ  
เป็นขณิกสมาธิ

อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ

สติสังวรระดับศีล  
อะไรเป็นตัวเกิดร่วม

เจตนา ความตั้งใจ ไม่ให้ราคะ โทสะ โมหะ ไหลเข้าสู่จิตในการดู และตั้งใจดูเพื่อศึกษา ไม่ได้ดูเพื่อเสพ เป็นต้น เมื่อตั้งเจตนาเช่นนี้ โยนิโสมนสิการเกิดขึ้น ตัวโยนิโสมนสิการเป็นเหตุใกล้ของสติ ที่เป็นอินทรีย์สังวร หรือสติสังวรระดับศีล

ทำอย่างไรให้สติสังวร  
ระดับสมาธิเกิดขึ้น

ต้องมนสิการธรรมอันเป็นที่ตั้งของสติทำให้จิตตั้งมั่นได้ การยั้ง เดิน นั่ง นอน ล้วนเป็นเหตุใกล้ของสติได้ เป็นสติที่เริ่มเก็บรายละเอียด เป็นสติสัมปชัญญะในฐานะ ๗

กาย เวทนา จิต ธรรม เป็นเหตุ ใกล้ของสติ และสมาธิ ความซาบซึ้งลาดในการน้อมจิตไปในสมาธินิมิต ซาบซึ้งลาดในการทำให้มีฉันทะในนิมิตนั้น จิตปลอดโปร่ง ตั้งมั่น ในสมาธิสิกขานั้น เรียกว่าเป็นมนสิการที่ทำให้สติสังวรในระดับสมาธิเกิดขึ้น สติเป็นเหตุ ใกล้ของสมาธิ

- ❁ ในตอนนี้ต้องใช้วิริยะสังวรมาช่วยสติสังวร ความเพียรระคอง ระลึกกลมหายใจเข้าและออกอย่างต่อเนื่อง สติสังวรและวิริยะสังวรนั้นอยู่ในฐานะ **อธิศีลสิกขา**
- ❁ เอกัคคตา แนบชิดไม่หลุดจากลมหายใจเข้าและลมหายใจออก เป็น **อธิจิตตสิกขา**
- ❁ ปัญญาที่รู้ชัดจัดเก็บทุกชั้นตอนเป็น **อธิปัญญาสิกขา**

เมื่อออกจากสมาธิแล้วจะไปพิจารณารูปนามขั้น ๕  
กระแสชีวิตตามความเป็นจริง ใช้ชณิกวิปัสสนา  
สมาธิ ที่มีอุปจารหรืออัปนาอยู่เบื้องหลัง น้อมไป  
เรื่องอะไรก็เกิดได้ง่าย

คนที่ไม่ได้ฟังคำสอนของพระพุทธเจ้าก็จะออกนอกเส้นทาง  
ได้ง่ายเนื่องจากจิตที่มีพลังสมาธิมากน้อมคิดเรื่องอะไรก็ไป  
เองได้ง่าย ต้องมี [สุตวา](#) [อริยสาวโก](#)

ปุถุชนที่ไม่ได้สติคือ ไม่มีปริยัติซึ่งเป็นประสบการณ์  
ของพระพุทธเจ้า ไม่มีแผนที่ชี้ทางไปโลกุตตระ

มนสิการอย่างไรให้สติ  
ที่เป็นสติปัญญาเกิดขึ้น

มนสิการ กำหนดประโยชน์ สาดอกสัมชัญญะทั้งรูปธรรม  
และนามธรรม  
กำหนดเหมาะสมหรือไม่เหมาะสม สัปปายะหรือไม่สัปปายะ  
กำหนดกรรมฐาน ที่ไม่ขัดกับอริยาบถนั้นๆ โคจรสัมชัญญะ  
การเข้าไปเห็นขั้นธ ๕ เป็นผู้ก้าวไปถอยกลับ ไม่ใช่สัตว์  
บุคคล อสัง โมหะ

ฉลาดในธรรมของพระอริยะ

ไม่ว่าจะมองเรื่องไหน สติปัญญาเกิดได้ สัมมปธาน อธิธัมมา  
เกิดได้หมด

คำถาม สมทานไว้ว่า  
จะไม่โกรธ ใช้ตรงนี้  
เป็นการระลึกให้สติเกิด  
ได้หรือไม่

การระลึกถึงศีลเป็นเหตุใกล้ของสติได้

เพราะศีลเป็นหนึ่งในสติปัญญา หมวด อัมมานุสสนาสติปัญญา

ศีลเป็นสภาวะธรรม ศีลไม่ใช่รูปธรรม ศีลเป็นนามธรรม  
สติระลึกถึงศีล เป็นสีลานุสสติ