

สรุปตอนที่ 6-12

หนังสือ สมาธิเพื่อพัฒนาชีวิต

สมเด็จพระญาณวชิโรดม

บทที่ 6 ลักษณะของฌานและ ขั้นตอนของฌาน

1. ลักษณะของฌาน.....ฌานเป็นอย่างไร ?
2. การดำเนินเข้าสู่ฌานฌานเกิดได้อย่างไร ?
3. ขั้นตอนของฌานฌานมีกี่ระดับ อะไรบ้าง ?
4. การถาม “ใครคือผู้รู้”



บทที่ 6 ลักษณะของฌานและ ขั้นตอนของฌาน

1. ลักษณะของฌาน.....ตามหลัก.....ฌานเป็นอย่างไร ?

นรกภูมิ → ตัณหาภพ → อภพ 1 → มลีนฉลว. → ทวาร 15 จิต

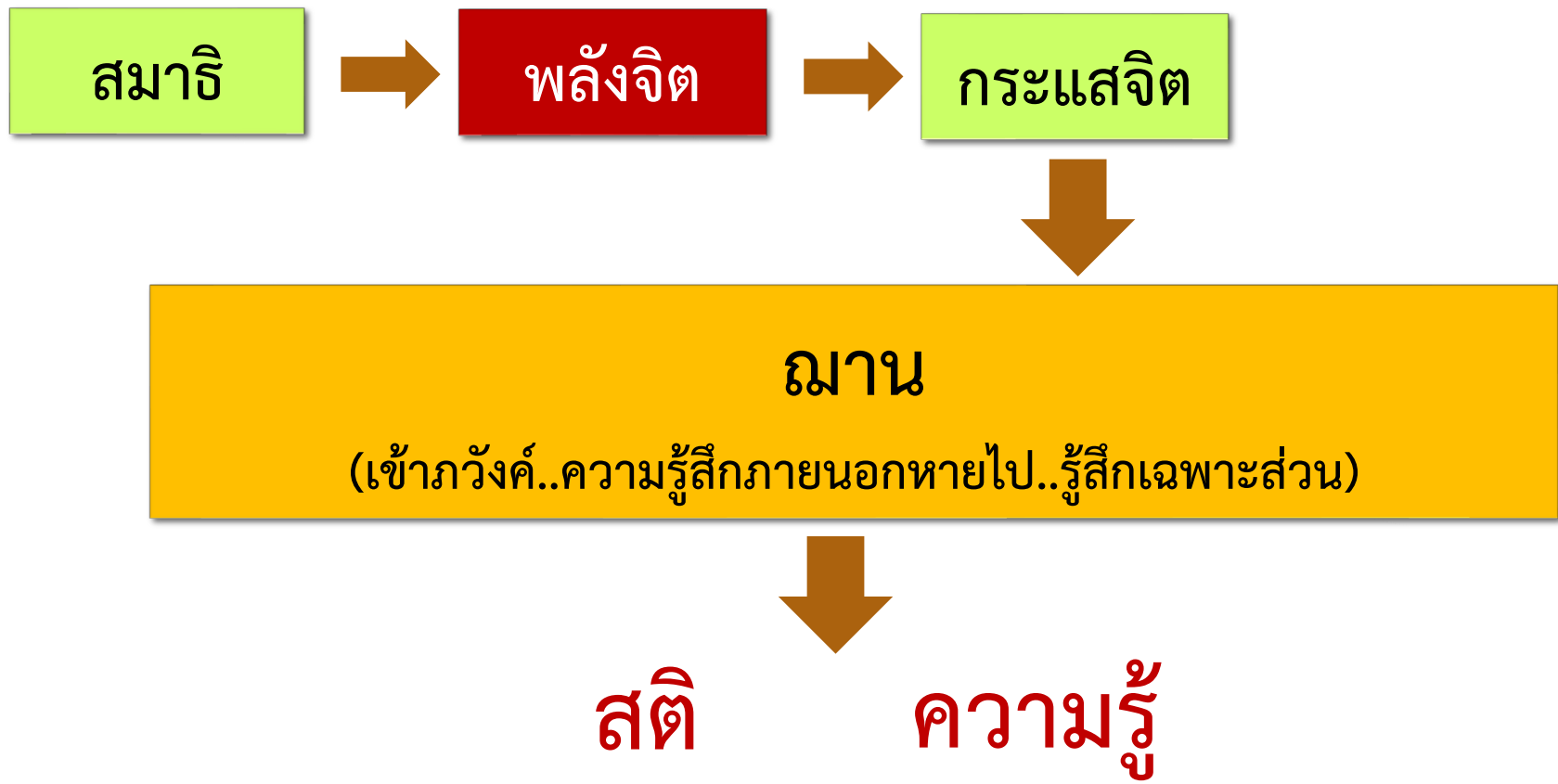
1.1 เป็นความสุข ความสบาย

1.2 เป็นรากฐานของชีวิต

1.3 มี สัมมาสมาธิ และ มิจฉาสมาธิ

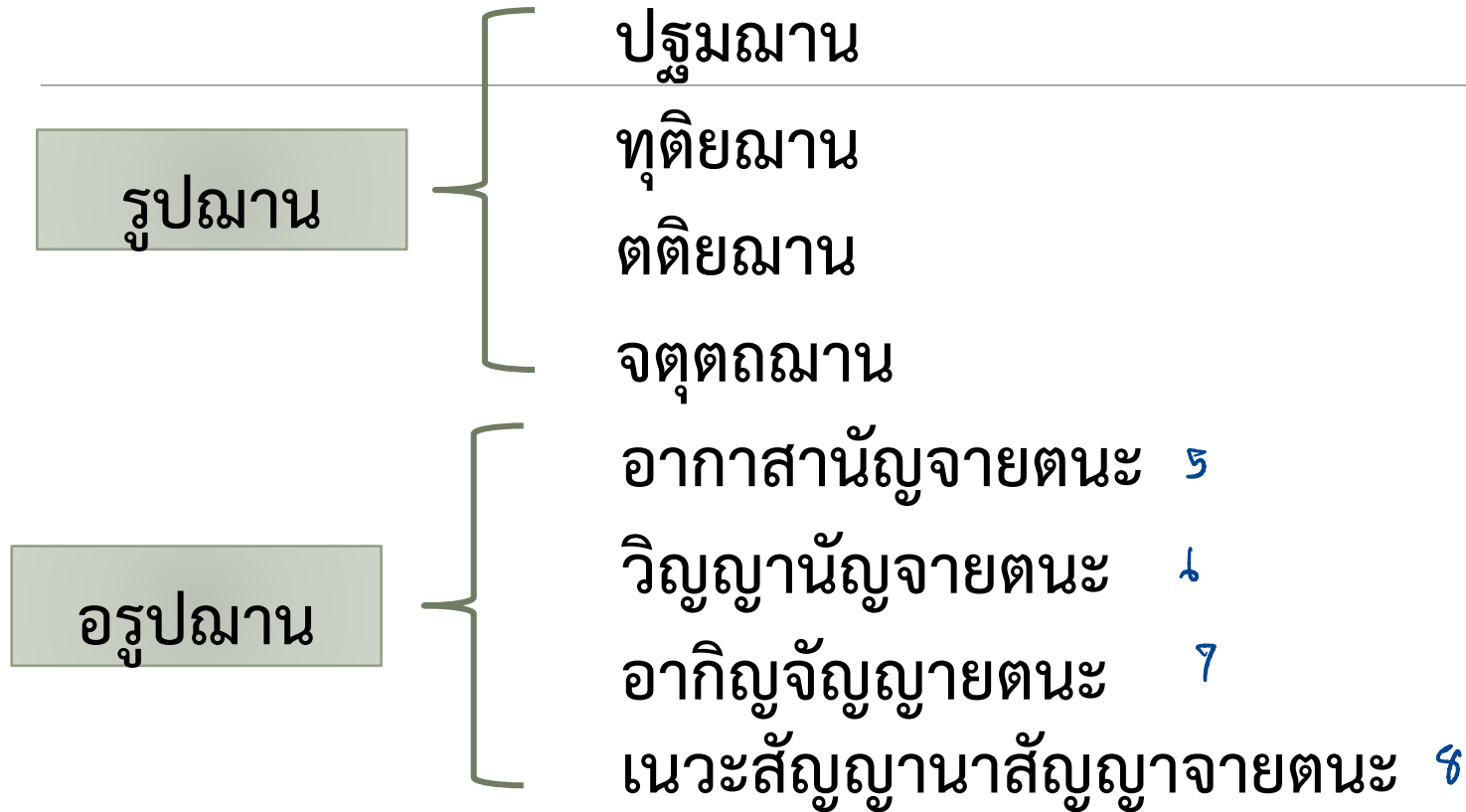


2. การดำเนินเข้าสู่ฌานฌานเกิดได้อย่างไร ?



3. ขั้นตอนของฌานฌานมีกี่ระดับ อะไรบ้าง ?

๘ ระดับ



4. การถาม “ใครคือผู้รู้” ตัวเหนือหัว ๑๕/๑๖

บทที่ 7 คุณสมบัติของฌานและประโยชน์ของฌาน

1. คุณสมบัติของฌาน



พลังจิตจะทำให้เกิดสติ และปัญญา
ขึ้นมาทันทีเร็วยิ่งกว่าแสง
พลังจิตเพียงพอ จะช่วยพัฒนา 2 ดี
ความสามารถ ความเป็นเลิศ

เกิดสติ และปัญญา



2. ประโยชน์ของฌาน

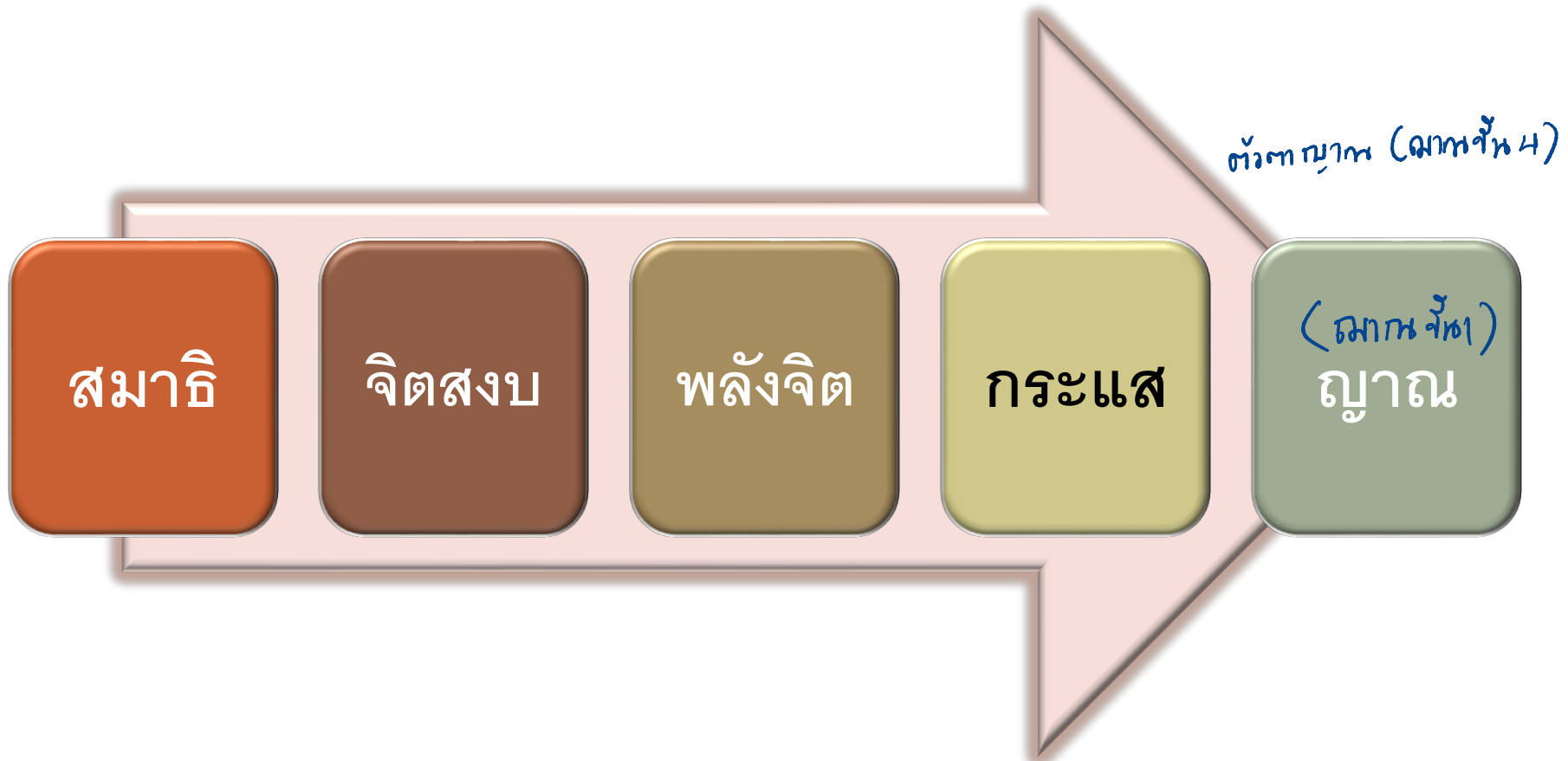
เมื่อถือ ภาวนา

- การมีเขาวนปัญญา → คือญาณ
- การควบคุมจิต
- การอยู่ร่วมกันอย่างอยู่เย็นเป็นสุข
- การทำฤทธิ์ → ฌาน ที่ 4
- การมีความสุข



บทที่ 8 ลักษณะของญาณและ ขั้นตอนของญาณ

ตามวิปัสนา



ญาณที่สร้างขึ้นจากสมาธิ

การมีกระแสจิต

การมีสติรอบคอบ

การขจัดอารมณ์

การเตรียมความพร้อม
ระยะยาว

ถ้าปฏิบัติไม่พอ (ฝึก) ๑๐๐ ครั้ง
การประกอบพร้อม ไม่
เป็นสัญญา
ยังไม่พอ (๑๐) ครั้ง

การที่จะให้ญาณตัวนี้มี
ความสำคัญต่อ
การศึกษา

ขั้นตอนของญาณ

“ญาณ”

- เกิดตาทิพย์/ดวงตาญาณ/ปัญญญาณ

- จิตหยั่งลงชัดเจน

- อารมณ์ภายนอกไม่มี

- จิตผ่านเข้าภวังค์ง่ายตาย

พลังจิต/กระแสจิต/สติ



ทำสมาธิ

บทที่ 9 คุณสมบัติของญาณและประโยชน์ของญาณ

คุณสมบัติของญาณ

- 1) ญาณที่จะให้เกิดประสิทธิภาพมากต้องอาศัยสมาธิ
- 2) ญาณเกิดจากจิตบริสุทธิ์ที่ไม่มีอารมณ์เข้ามาเกี่ยวข้อง
- 3) การได้ความรู้จากญาณมีความเร็วเป็นวินาทีต่อวินาที
- 4) การได้มาซึ่งญาณเป็นสิ่งที่ต้องสะสมด้วยการทำสมาธิ

ประโยชน์ของญาณ

- 1) สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ด้วยเขาวนปัญญา
- 2) สามารถแก้ไขปัญหาต่างๆ ได้อย่างถูกต้อง
- 3) ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความสุข
- 4) ทำให้สังคมมีความอยู่เย็นเป็นสุข

บทที่ 10 สิ่งที่เราควรรู้เรื่องวิปัสสนา

และจุดมุ่งหมายของสมณะ-วิปัสสนา

๗๗๑๐ ๗๗๑๐

1. สมณะเป็นพื้นฐานสำคัญของวิปัสสนา และช่วยคนจำนวนมากของโลกให้มีความสงบและสามัคคี
2. วิปัสสนาคือสมาธิที่ได้กลายมาเป็นวิปัสสนา เป็นการศึกษาความเกิดแก่เจ็บตาย วิปัสสนาเป็นการรู้ตามที่คุณอื่นบอก ส่วนวิปัสสนาญาณเป็นการหยั่งรู้ลึกตามความเป็นจริงด้วยตนเอง
3. จุดมุ่งหมายของสมณะคือการสร้างพลังจิต แต่วิปัสสนาเป็นการศึกษาเพื่อเห็นความเป็นจริงตัดกิเลสโดยสิ้นเชิง

ทำวิปัสสนาได้ผล แต่ควรทำในถึงจุดหนึ่งจึงมาก ๆ มีใจที่ระมัดระวังมาก ๆ

บทที่ 11 แผนผังสมณะ-วิปัสสนา

1. แผนผังสมณะมี 18 ลำดับ คือ บริกรรม ตั้งไว้ วางลง กำหนด
จิตสงบ หยุดบริกรรม จิตนิ่ง จิตรวม จิตเข้าสู่ภวังค์ จิตเข้า
ภวังค์ไม่รู้ เข้าภวังค์รู้ เห็นจุดพลังอำนาจ ใช้จุดพลังอำนาจได้
เริ่มจุดหน่วย ใช้จุดหน่วยได้ เข้าฌานได้ ใช้ฌานได้ และ
ดำรงความสงบได้

บทที่ 11 แผนผังสมณะ-วิปัสสนา

เพิ่มสิ่งพอใจในสมณะ

2. แผนผังวิปัสสนา มี 15 ลำดับ คือ เริ่มหน่วย เห็นหน่วย ใช้หน่วย ได้ ขยายหน่วย มีกระแส มีตาทิพย์ ใช้ตาทิพย์พิจารณา เกิดนิพพิทา ญาณ เกิดรอบ3อาการ12 ลักษณะความเป็นผู้ใหญ่ การเข้าทำลาย จุดดำ การพอเพียงแห่งความต้องการแต่ละครั้ง ถึงขั้นแห่งความจริง จิตมีกำลังพร้อมถึงหนทาง ลักษณะการบรรลุ

บทที่ 12 วิปัสสนูปกิเลส- อภิธรรม กับ วิปัสสนา

1. วิปัสสนูปกิเลส คือกิเลสชั้นละเอียด เกิดขึ้นจากความลึกซึ้งของจิตที่ไม่เคยปรากฏ เกิดจากความเห็นผิด เช่นคนที่เข้ามานลิกกคิดว่าตนสำเร็จแล้ว
2. ผลของวิปัสสนูปกิเลส ทำให้เกิดความล่าช้าในการปฏิบัติ/ปฏิบัติผิดจากที่ควร/เกิดมานเสื่อม/ถือตัวว่าเป็นใหญ่
3. การป้องกันวิปัสสนูปกิเลส คือการทำสมาธิ อยู่ในรูปฌาน /ความสำเร็จต้องใช้เวลา/ปฏิบัติในทางที่ถูกต้อง-มรรค 8

