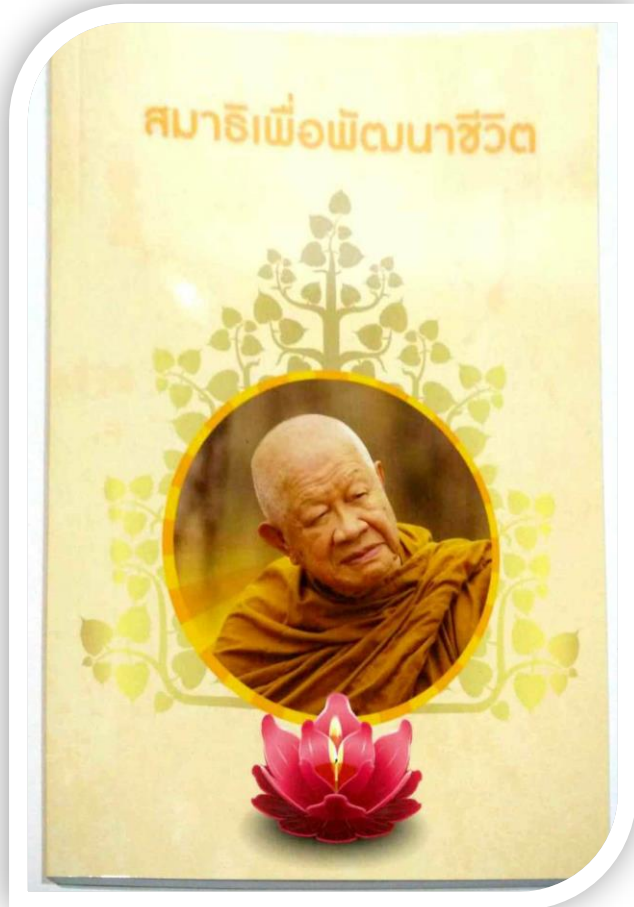


# ตอนที่ 6

## ลักษณะของฌาน และขั้นตอนของฌาน

หนังสือ สมาธิเพื่อพัฒนาชีวิต

สมเด็จพระญาณวชิโรดม



# บทที่ 6 ลักษณะของฌานและ ขั้นตอนของฌาน

เนื้อหาประกอบด้วย

ความลึก ความสม่ำเสมอ

การกำหนดจิต  
สู่สมาธิตามสติ - วิปัสสนา

สติ สมาธิ - สังขารอันประกอบด้วย  
จิตอันเป็นเหตุปัจจัย

สมาธิ  
ปฐกัมม → จิตตภาวนา → สมาธิจิต → กายาเสนา → ฌาน

1. ลักษณะของฌาน.....ฌานเป็นอย่างไร ?

2. การดำเนินเข้าสู่ฌาน .....ฌานเกิดได้อย่างไร ?

3. ขั้นตอนของฌาน .....ฌานมีกี่ระดับ อะไรบ้าง ?

2 ประเภท - รูปฌาน - 4 จิต  
อรูปฌาน - 4 จิต

จากหนังสือ 40%

4. เกร็ดความรู้เรื่อง “ใครคือผู้รู้”

ตามพุทธนิพนธ์ ปธานสมาธิภาวนา  
“จิตอันเป็นเหตุปัจจัย สัมผัสกับอารมณ์”

# บทที่ 6 ลักษณะของฌานและ ขั้นตอนของฌาน

## 1.1 เป็นความสุข ความสบาย

ฌานเริ่มต้นคือ**ความสุข** เราจะได้พบได้เมื่อเวลาที่**อารมณ์ถูก  
ขจัด**ออกไปแล้ว (ด้วยสมาธิ)



สุขแบบมีอารมณ์เยอะ



ฌาน

สุขแบบอารมณ์ถูกขจัด

# 1

## ลักษณะของฌาน (ต่อ)

### 1.1 เป็นความสุข ความสบาย (ต่อ)

ฌาน = ความสงบ

↳ ๗๘ ใช้ ระกฤษณ์ (เนือทความ ๑๐๘ ๗๓ จัง)

ความสุขก็เรียกว่าฌาน ความอึดเิบก็เรียกว่าฌาน ความ  
ประทับใจก็เรียกว่าฌาน เกิดจากพลังจิตซึ่งเป็นผลของสมาธิ

รับประทานอาหาร



กระ  
แส  
จิต

รสอาหาร



# ลักษณะของฌาน (ต่อ)

ผจญสมาธิ = ฌาน

## 1.1 เป็นความสุข ความสบาย (ต่อ)

ฌานเกิดขึ้นจากอำนาจ  
ของพลังจิต เมื่อพลังจิต  
หมดแล้ว ฌานก็จะหมดไป  
ด้วย เหมือนกันกับ  
กระแสไฟนี้ มันไม่มีพลัง  
แล้ว...ที่ตั้งเป็นดวง...อยู่ก็  
ดับไป





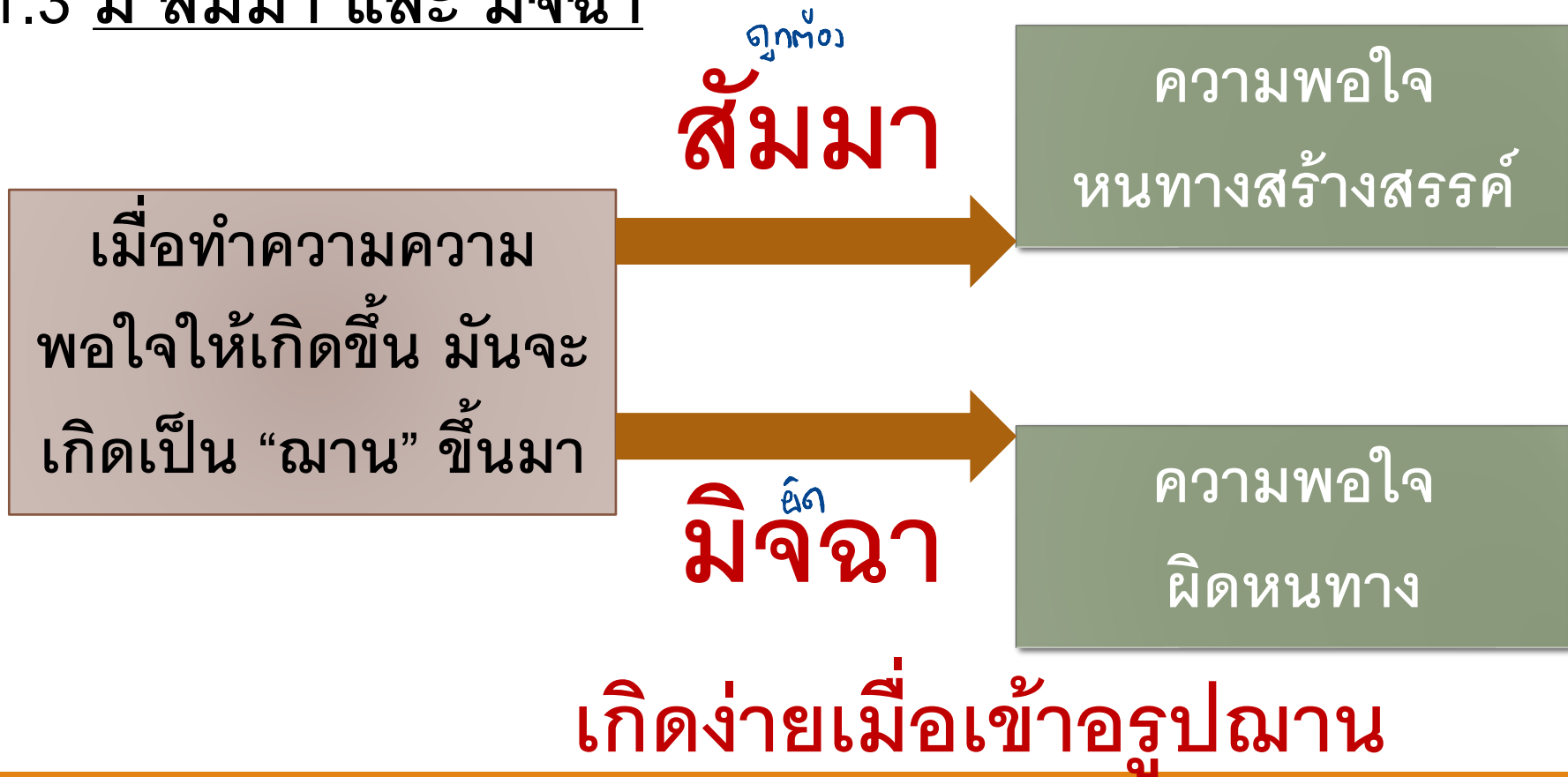
## 1.2 เป็นรากฐานของชีวิต

การเจริญฌาน จึงได้ชื่อว่าเป็น  
การต่อชีวิตที่ยาวนานได้  
เพราะว่าการเจริญฌานนั้น ...  
ไฉ้ความสุขอันนั้นมันจะเป็น  
เชื้อที่มีความสำคัญยิ่ง ทำให้  
พวกเรา...มีชีวิตชีวา - เพราะมีดวงจิต



# ลักษณะของฌาน (ต่อ)

## 1.3 มี สัมมา และ มิจฉา



# การดำเนินเข้าสู่ฌาน

เริ่มบริการกรม

สมาธิ



พลังจิต



น้ำจิตพองตัว

กระแสน้ำจิต



เริ่มตัวเบาสบาย

ฌาน  
(เข้าภวังค์..  
ความรู้สึก  
ภายนอก  
หายไป..รู้สึก  
เฉพาะส่วน)

สติ

ตัวคอยกำกับความรู้

กักตุนพลังสมาธิ

ความรู้

รู้ในความรู้สึก... รู้ในพุทธโอ

(ต้นกำเนิดญาณ)



3

ได้สมาธิ = เกิดวิปัสสนา

# ขั้นตอนของฌาน

หนทาง = (แนว) = ดินแดนแห่งความสงบสุข  
L อยู่หัวไม่ได้  
L ต้องอาศัยหลักจิต

ใหม่ 2 แบบ

รูปฌาน

อรูปฌาน

องค์ 5 → **วิตก** **วิจารณ์** **ปีติ** **สุข** **เอกัคคตา**

ปฐมฌาน ละอารมณ์ได้ 5 นาที => เข้าได้ทุกที

องค์ 3 → **ปีติ** **สุข** **เอกัคคตา**

ทุติยฌาน ละอารมณ์ได้ 30 นาทีขึ้นไป **ข่มใน**

องค์ 2 **ตติยฌาน** (ฌานสาม) **เอกัคคตา** (อาจมีเป็นหนึ่ง)

องค์ 1 **จตุตถฌาน** (ฌานสี่) **เอกัคคตา** **อุเบกขา**

ศรัทธา

รูปฌาน (ไม่เกิดอารมณ์)  
องค์ 1 คือ ปีติ  
องค์ 2 คือ สุข  
องค์ 3 คือ เอกัคคตา  
องค์ 4 คือ ปีติ  
องค์ 5 คือ สุข  
องค์ 6 คือ เอกัคคตา  
องค์ 7 คือ ปีติ  
องค์ 8 คือ สุข  
องค์ 9 คือ เอกัคคตา  
องค์ 10 คือ ปีติ  
องค์ 11 คือ สุข  
องค์ 12 คือ เอกัคคตา

ตัวผู้รู้ถูกพัฒนา

การทำงานมีประสิทธิภาพ

สมาธิที่ดี คือว่า ๓๗ ปีได้สมาธิหนึ่ง → ถ้าแบบนั้น ก็คงจะมีสมาธิที่ดี

อากาสนัญญายตนะ

วิญญานัญญายตนะ

อากิญจัญญายตนะ

เนวะสัณญานา สัณญายตนะ

นางที จิตต เพราะไม่มีการรู้สึกละเลย

ทรงไม่เจ็บ ทนไม่ไหว

สมาธิตามทฤษฎีโพธิ์  
องค์ 1 คือ ปีติ  
องค์ 2 คือ สุข  
องค์ 3 คือ เอกัคคตา  
องค์ 4 คือ ปีติ  
องค์ 5 คือ สุข  
องค์ 6 คือ เอกัคคตา  
องค์ 7 คือ ปีติ  
องค์ 8 คือ สุข  
องค์ 9 คือ เอกัคคตา  
องค์ 10 คือ ปีติ  
องค์ 11 คือ สุข  
องค์ 12 คือ เอกัคคตา

อรูปฌาน

สัพพัญญู

ส่วน 40%

# 4

## เกร็ดความรู้เรื่อง “ใครคือผู้รู้”

### 2.2 การถาม “ใครคือผู้รู้” (เพื่อตัวของจริงหรือเปล่า)

ให้ถามทุกครั้งเมื่อนั่งสมาธิไป 1-3 นาที ถามแล้วทิ้งเลยไม่ต้องกังวล มันจะกลายเป็นปัญญาไม่ให้หลงผิด มีผลในการปฏิบัติต่อไป

↓ ผู้ถามผู้รู้เพื่อ ไปสู่ความจริง ทำหน้าที่

### 2.3 การพบ “ผู้รู้” สิ่งที่รู้ใจ

เมื่อปฏิบัติไปจนเกิดความชำนาญจะพบตัวผู้รู้เอง (อะไรอยู่ข้างหลังที่คอยสั่งการ) อันนี้เป็นเคล็ดลับของการทำสมาธิ

เรื่อง ลักษณะของฌาน และขั้นตอนของฌาน

1. จงเรียงลำดับขั้นตอนเมื่อทำสมาธิ

1. บริกรรม-กระแสดิจ-พลังจิต-ฌาน
2. บริกรรม-พลังจิต-กระแสดิจ-ฌาน
3. บริกรรม-ฌาน-พลังจิต-กระแสดิจ
4. บริกรรม-ฌาน-กระแสดิจ-พลังจิต

2. ในการทานอาหาร พระอาจารย์หลวงปู่เปรียบ “ฌาน” เหมือนกับสิ่งใด

1. ปริมาณอาหาร
2. ความอึด
3. รสชาติอาหาร
4. โปรตีน ไขมัน วิตามิน เกลือแร่

3. เรื่องเล่าของพระอาจารย์หลวงปู่ ที่บิดาของท่านสอนให้เก็บข้าวที่ตกนอกจาน ท่านเปรียบเทียบการกระทำนี้เพื่อสิ่งใด

1. เพื่อจะบอกลูกศิษย์ต่อไปถึงเรื่องการถามว่า “ใครคือผู้รู้” ในการทำสมาธิ
2. เป็นการสร้างนิสัย ในการถามว่า “ใครคือผู้รู้” ทุกครั้งที่ทำสมาธิ
3. เพื่อให้เห็นความสำคัญของการทำทุกครั้ง แม้ว่าท่านเป็นเจ้าของอาวาส ก็ยังเก็บข้าวที่ตกนอกจานด้วยตนเอง

4. ถูกทุกข้อ

4. “จิตตกวงค์” แปลว่า อะไร

1. เป็นสภาวะที่จิตเข้าสู่วงค์ และอารมณ์ได้สิ้นสุดแล้ว
2. เป็นสภาวะที่จิตเข้าสู่วงค์ และเกิดฌานขึ้นในขณะเดียวกัน
3. เป็นสภาวะที่จิตเข้าสู่วงค์ เรียกอีกอย่างว่า ภาวนาจิต

4. ถูกทุกข้อ

5. สิ่งใดที่ทำให้เข้าสู่วงค์ได้

1. ฌาน
2. ยาเสพติด
3. การดื่มแอลกอฮอล์

4. ถูกทุกข้อ