

บทที่ ๑

บทนำ

๑. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การปฏิบัติธรรมในสำนักต่างนั้น ๆ ตั้งแต่อดีต จนถึงปัจจุบัน ยังคงไว้ในรูปแบบเดิมแต่ มีการใช้อุปายในรูปร่างต่าง ๆ เพื่อให้พุทธบริษัทหันมาปฏิบัติธรรมกันมากขึ้นนอกจากประเทศไทยแล้ว ยังมีประเทศเพื่อนบ้านที่หันมาสนใจและปฏิบัติอย่างจริงจังโดยใช้หลักปริยัติ เข้ามาเพื่อเป็นข้อ เปรียบเทียบ ในการปฏิบัติ และตรงตามพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สัมมาสัมพุทธเจ้าหรือไม่ เช่น ประเทศเมียนมาร์ซึ่งยังคงยึดถือการปฏิบัติให้ตรงตามธรรมที่พุทธทรงบัญญัติไว้โดยไม่เปลี่ยนแปลง เช่นวัฏญะเตาอุกรรมฐาน ทำซี้เหล็ก รัฐฉานประเทศพม่า ท่านเจ้าอาวาสวัดนี้ได้สืบคำสอนมาจาก สำนักของ สิมหาสยาดอ เมืองย่างกุ้ง ประเทศพม่า

ในประเทศไทยก็ยังคงรูปแบบเดิมตามคัมภีร์ พระธรรม แต่การปฏิบัติต่างกันเล็กน้อย กรณีวัฏญะเตาอุกรรมฐาน และขลังนักสวณโมกขพลารามนี้ คนที่ได้เข้าไปปฏิบัติจะพบว่าต่างกันตรง ความยากง่าย แต่ผลออกมาเท่าเทียมกัน เช่นการเจริญอานาปานสติของวัดสวณโมกข์ ใช้กำหนดรู้ที่ ลมหายใจเข้าออกโดยใช้สติตามรู้อาการของลมหายใจเข้าผ่านจมูกเข้าไปถึงท้องจนท้องมีอาการพอง ออก และยุบลงเมื่อลมหายใจออกและผ่านออกไปทางจมูก ซึ่งเป็นทางเดียวกับที่ลมหายใจผ่านเข้ามา

ปัจจุบันนี้การปฏิบัติธรรมนั้น มีอยู่เป็นจำนวนมากเป็นที่นิยมของ ปุณชนผู้ยังมีกิเลส และกองงทุกข์ทั้งปวง สติปัฏฐานเป็นหนทางเพื่อให้พ้นจากทุกข์เหล่านั้น เป็นหนทางหนึ่งที่ทำให้ ความทุกข์ปากกัดในความเป็นจริง ทำให้รู้จักทุกข์ทั้งปวง และสามารถทำให้เบาบางลง และหมดไป ในที่สุดโดยอาศัย การปฏิบัติในสติปัฏฐานที่มีมาในพระไตรปิฎก เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ สามารถ นำมาใช้ได้ทุกกาล และคัมภีร์ที่สำคัญ วิสุทธิมรรค ที่อรทธาจารย์ได้เรียบเรียงไว้เพื่อให้ ชนรุ่นหลังได้ศึกษาดังนั้น พระไตรปิฎก แลคัมภีร์เหล่านี้ จึงเป็นหลักธรรมที่ใช้ในการ สอนการ ปฏิบัติในรูปแบบ ของมหาสติปัฏฐานสูตร ที่นิยมใช้สอนตามสำนักต่าง ๆ มีอานาปานสติ ซึ่งเป็น หมวดหนึ่งในกายานุปัสสนา ในมหาสติปัฏฐาน และการตามรู้ทุกขณะในฐานทั้งสี่

ในประเทศต่าง ไม่เฉพาะชาวพุทธ ก็นิยมใช้ทั้งการทำจิตให้สงบนิ่ง สมถ การใช้ ปัญญาพิจารณาความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ทุกขณะ วิปัสสนา เหล่านี้เป็นสิ่งที่ทำให้ทุกข์ ทั้งปวง เบาบางลง มีการกำหนดอิริยาบถให้ทันในปัจจุบัน และการรับรู้ความรู้สึก ทาง ตา หู จมูก ลิ้น ทางกาย และทางใจ

หลักการปฏิบัตินั้น ใช้สติตามรู้ตลอดเวลาเพื่อไม่ให้จิตไปตามรู้สิ่งอื่น จนเกิดเป็นสมาธิตามลำดับ ส่วนการปฏิบัติในประเทศพม่า ที่วัดยุบเตาอุกรมฐาน ใช้มหาสติปัฏฐาน แต่จะมีความละเอียดของการปฏิบัติมากกว่า โดยใช้แบบเดียวกัน กับการเจริญอานาปานสติ แต่ใช้สติตามรู้แค่อาการ พองออกของท้อง และการยุบลงของท้อง ไม่ตามรู้ลมหายใจ ใช้วิธีการสังเกตอาการขึ้นลงของท้องอย่างต่อเนื่องจนเกิดสมาธิตามลำดับ มีองค์ภาวนาพองหนอ ยุบหนอ เพื่อมิให้จิตไปตามรู้สิ่งอื่นที่เข้ามา แต่ทั้งสองวัดนี้ยังคงรูปแบบเดิมตามธรรมเนียมโดย เมื่อปฏิบัติอย่างถูกต้องแล้วจึงนำมาเทียบเคียงตามพระปริยัติธรรมตามลำดับของการปฏิบัติในหนังสือ อานาปานสติภาวนา ที่พุทธทาสภิกขุ อบรมภิกขุ ณ สวนโมกข์ ในพรรษาปี ๒๕๐๒ กล่าวไว้ว่า

ความหมายของคำว่า ภาวนา โดยตัวหนังสือ นั้น แปลว่า การทำให้ มีขึ้น หรือ การทำให้เจริญขึ้น ; แต่ในทางปฏิบัติในที่นั้น จะเรียกว่า ภาวนา ได้ก็ต่อเมื่อได้ทำให้เกิดขึ้นแล้วจริง ๆ หรือได้ทำให้เจริญขึ้นแล้วจริง ๆ เท่านั้น ฉะนั้น ถ้อยคำเช่นคำว่า สติปัฏฐานภาวนา จึงหมายถึง การทำการกำหนดด้วยสติ ที่ได้ทำไปแล้วจริง ๆ เท่านั้น ดังเช่นการตามเห็นปิติหรือเวทนาอยู่ ด้วยอาการ ทั้งเจ็ด ดังที่กล่าวแล้วข้างต้น จึงจะเรียกว่าภาวนาที่ถูกต้อง ตรงตามความหมาย. ในกรณีของอานาปานสตินี้ ท่านจำกัดความของคำว่าภาวนาไว้ ๔ อย่าง คือ

๑. ชื่อว่า ภาวนา เพราะมีความหมายว่า ความไม่ก้าวกาย ภู้าเกิน ซึ่งกันและกัน ของธรรมที่เกิดขึ้นแล้วในการกำหนดด้วยสตินี้ เป็นสิ่งที่ปรากฏ ชัดแล้ว จึงถือว่าสติปัฏฐานนี้ เกิดแล้ว หรือเจริญแล้ว

๒. ชื่อว่าภาวนา เพราะธรรมทั้งหลายมีอินทรีย์เป็นต้น ซึ่งร่วมกัน ทำกิจอันเดียวกัน เพื่อเกิดผลอย่างเดียวกัน ปรากฏชัดแล้ว

๓. ชื่อภาวนา เพราะว่าการกระทำนั้น นำให้เกิดความเพียงพอ เหมาะสมกับธรรมนั้น ๆ และอินทรีย์นั้น ๆ และ

๔. ชื่อภาวนา เพราะเป็นที่ส้องเสพอย่างมากของจิต ^๑

การปฏิบัติธรรมของสำนักสวนโมกขนั้นจากข้อความที่ยกมา มีการตื่นตัวในการปฏิบัติที่มีมานานเพราะมนุษย์เราประกอบไปด้วยองค์ประกอบหลักสองอย่างคือ กาย และ ใจ เรามีวิธีการมากมายในการปรับกายให้แข็งแรงปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ แต่วิธีในการปรับใจให้แข็งแรงนั้นกลับไม่มีใครให้ความสำคัญ คนเรามักจะปล่อยใจให้พลัดเพลินไปกับอารมณ์ และเรื่องราวต่างๆ ทั้งที่น่าพึงพอใจ และไม่น่าพึงพอใจ ทำให้ใจของเรานั้นมักจะล่องลอยออกไปสู่นอกตัวเสมอๆ สมาธิจึงเป็นวิธีการที่จะนำใจกลับคืนเข้ามาอยู่กับเนื้อกับตัวอีกครั้งหนึ่ง ซึ่งเมื่อทำบ่อยๆ เข้าก็จะทำให้เข้าถึงความสงบสุขของใจ และเมื่อเดินตามทางมรรคมงคลแปด ที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านบัญญัติ แล้ว ก็จะสามารถทำให้บรรลุธรรมได้ การปฏิบัติทั้งสองแบบต่างกันตรงที่ การใช้สติตามรู้การลมเข้าออกแบบสวนโมกข์ การใช้สติตามรู้อาการของท้องที่เคลื่อนไหวปฏิบัติเหมือนกันคือ การเจริญสติ การกำหนดอริยาบถให้ทันในปัจจุบัน และการรับรู้ความรู้สึกตามทวารต่างๆ อย่างสม่ำเสมอตลอดเวลาให้มากที่สุด ความรู้สึกของคนมีทางรู้อยู่ ๖ ทางคือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ให้กำหนดรู้ไปตามจริงที่ใจรู้

^๑ พุทธทาสภิกขุ, อานาปานสติภาวนา, (สุราษฎร์ธานี : ธรรมทานมูลนิธิ, ๒๕๓๓), หน้า ๒๖๒

พร้อมกับกิเลสอื่นไว้อื่นๆ ทำอะไรก็ให้มีสติกำหนดรู้ให้ทันปัจจุบันให้มากที่สุด แม้ผลปฏิบัติจะไม่ต่างกันเพราะอาศัยปริยัติเป็นข้อเทียบเคียง

การปฏิบัติธรรมของสำนักยุเตาอุทธรธรรมฐานจตุตถะมุ่งหมายของการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานนั้นก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์สะอาดหมดจดจนกระทั่งถึงบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงมอบพระพุทธศาสนาให้เป็นสมบัติของพุทธบริษัท ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา การที่บริษัทใดบริษัทหนึ่งได้บรรลุธรรมระดับใดก็ตามด้วยการเจริญพระกัมมัฏฐาน ก็ย่อมจะทำให้พุทธบริษัทเหล่านั้นเกิดความมั่นใจในการเจริญพระกัมมัฏฐานโดยเห็นว่า การเจริญพระกัมมัฏฐานเป็นการปฏิบัติธรรม เพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ให้บรรลุถึงพระนิพพานได้ ผู้ที่เคยเจริญพระกัมมัฏฐานอย่างไร้จุดหมายหรือมีความท้อแท้หมดกำลังใจในการปฏิบัติ ก็จะมีกำลังใจในการปฏิบัติมากขึ้น ในขณะเดียวกัน ผู้ที่ยังไม่สามารถบรรลุธรรมระดับใดระดับหนึ่งก็สามารถพัฒนาจิตของตนขึ้นเรื่อย ๆ สังคม ในพระพุทธศาสนา มีหลายวิธีด้วยกัน การปฏิบัติพระกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา มีหลายวิธีด้วยกัน แต่พระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท มีความเชื่อและยอมรับแนวการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน ตามที่มีปรากฏหลักฐานอยู่ในพระไตรปิฎกและอรรถกถาว่า เป็นวิธีการที่ถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้าและสามารถทำให้พุทธศาสนิกชน ได้พัฒนาตนจากระดับปุถุชนธรรมดาเป็นพระอริยบุคคลซึ่งเป็นบุคคลในอุดมคติของพระพุทธศาสนา เช่นในพระไตรปิฎกกล่าวไว้ว่า

วิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นโณน ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคันคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงมกมาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า วิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^๒

การเจริญมหาสติปัฏฐาน ๔ ตามนัยแห่งคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้นำมาจากหลักการปฏิบัติในมหาสติปัฏฐานสูตร ดังหนังสือมหาสติปัฏฐานสูตร แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภังค์ ข้อความที่ว่า

สติปัฏฐาน ๔ คืออะไร ดูกรภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในศาสนา

๑. ตามรู้ในกองรูปว่า เป็นกองรูปอยู่ มีความเพียรเพิกกิเลส มีปัญญาหยั่งเห็น มีสติ ข่มอกิขณา และโหมนัสโนโลกอยู่

๒. ตามรู้ในเวทนาว่า เป็นเวทนาอยู่ มีความเพียรเพิกกิเลส มีปัญญาหยั่งเห็น มีสติ ข่มอกิขณา และโหมนัสโนโลกอยู่

๓. ตามรู้ในจิตว่า เป็นจิตอยู่ มีความเพียรเพิกกิเลส มีปัญญาหยั่งเห็น มีสติ ข่มอกิขณา และโหมนัสโนโลกอยู่

^๒ อภ.วิ.(บาลี) ๓๔/๕๕/๓๐; อภ.วิ.(ไทย) ๓๔/๕๕/๓๐.

๔. ตามรู้ในสภาวะธรรมว่า เป็นสภาวะธรรมอยู่ มีความเพียรเพิกเลส มีปัญญาหยั่งเห็น มีสติ ข่มอกิขณา และโหม่นสนโลกอยู่^๓

ข้อความข้างบนตามรู้ รู้ในกองรูป ตามรู้ในเวทนา ตามรู้ในจิต ตามรู้ในสภาวะธรรม รูปแบบของการปฏิบัติหลักในแต่ละวัน คือการเดินจงกรม สลับกับการนั่งในช่วงวันแรกๆของการปฏิบัติ ท่านจะกำหนดให้เริ่มจากการเดินจงกรมหนึ่งชั่วโมง นั่งหนึ่งชั่วโมง สลับกันไป ตลอดทั้งวัน แต่เวลาหนึ่งชั่วโมง อาจจะยาวไป สำหรับโยคีที่ไม่ได้ปฏิบัติเป็นกิจวัตรประจำวัน ก่อนเข้าปฏิบัติอย่างต่อเนื่องนี้ ก็อาจเริ่มในวันแรกที่เดินจงกรม สลับนั่งอย่างละครึ่งชั่วโมง และเพิ่มขึ้นเป็น ๔๕ นาทีในวันที่สอง และเป็นหนึ่งชั่วโมงในวันที่สาม โดยแบ่งเป็นช่วงเช้าก่อนอาหารเช้า ช่วงเช้าก่อน อาหารกลางวัน ช่วงบ่ายตลอดบ่าย ช่วงเย็นมักมีการฟังธรรมจากครูบาอาจารย์ หลังจากฟังธรรมก็เดินจงกรมและนั่งอีกหนึ่งรอบ ก่อนเข้านอน แต่ในกรณีที่เป็นการเก็บอารมณ์จริง ๆ วิปัสสนาจารย์จะงดการฟังธรรมของโยคีผู้นั้น แม้แต่การส่งหรือสอบอารมณ์ วิปัสสนาจารย์จะเข้าหาโยคีเอง เพื่อให้อารมณ์ที่กำหนดของโยคีผู้นั้น ต่อเนื่องไปอย่างเงียบ ๆ และให้มีการรวบรวมอารมณ์ของโยคีน้อยที่สุด

การเจริญสติ จะไม่มีคำว่าพักจากการกำหนด ในระหว่างที่เว้นจากการเดินจงกรมและนั่งกำหนด จะเป็นการกำหนดอิริยาบถย่อยร่วมกับการ กำหนดเวทนา จิต ธรรม ที่อาจเกิด โดยตลอด แต่โดยความเป็นจริงของผู้ที่มีประสบการณ์ จะรู้ว่า ถ้าการกำหนดเป็นไปอย่างต่อเนื่อง และกำหนดอย่างถูกต้องแล้วจะรู้สึกว่ายาก แต่จะรู้สึกว่าการทำงานตลอดทั้งวัน การที่เรากำหนดอย่างต่อเนื่องนั้นมันเป็นทั้งการทำงาน และเป็นการพักไปในตัว เช่นขณะที่นั่งกำหนดเมื่อจิตเป็นสมาธิ ก็เป็นการพักไปในตัว แต่การพักนี้ เราจะไม่ปล่อยให้จิตขาดสติสัมปชัญญะ ระยะสามถึงสี่วันแรก ย่อมเป็นธรรมดา ที่เราจะมีอาการเคาซิน ปล่อยใจให้เป็นไปตามกิเลสตัณหาต่าง ๆ จิตจะดิ้นรน ภายจะกระสับกระส่าย แต่จากการที่เราตั้งใจแน่วแน่ตั้งแต่ต้น ที่จะปฏิบัติบูชาบ้าง คิดถึง ความเพียรของพระพุทธองค์ก่อนตรัสรู้ ที่ท่านได้บำเพ็ญเพียรมาอย่างยิ่งยวด จนค้นพบทางสายเอก เราเป็นเพียงแค่ปฏิบัติตามที่พระพุทธองค์ชี้ไว้แล้ว ซึ่งเป็นการง่ายกว่ากันมาก คือกำหนดทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง เมื่อคิดดังนี้ ก็กำหนดความคิดนี้ด้วยแล้ว จึงเพียรกำหนดอารมณ์ต่าง ๆ ดังคำกล่าวที่ว่า

การปฏิบัติธรรมโดยการมีสติเฝ้าระลึกรู้ที่รูปรูปนามของตนตามที่มีอยู่จริงในปัจจุบันขณะ และกำหนดรู้อย่างต่อเนื่องจนกระทั่ง ศีล สมาธิ และปัญญาเกิดและเจริญยิ่งขึ้นในชั้นธรรมาสนของตน การปฏิบัติธรรมดังนี้ ชื่อว่าภาวนา^๔

จากข้อความข้างต้น เป็นที่สังเกตว่า ท่านสยาดอภัทธินะโรจนะ มีหลักการสอนโดยแยบคายมีความละเอียดในการปฏิบัติพระกรรมฐาน โดยเริ่มต้นที่การมีสติ ตามคำที่ท่านเคยบอกกล่าวบ่อยๆว่าให้ปฏิบัติ แบบจดจ่อหมายถึงมีสติตามรู้ทุกขณะของการกระทำ ต่อเนื่องหมายถึงกระทำอย่างต่อเนื่องทุกๆอาการ ดังความที่ว่า

^๓ พระมหาโสภณมหาเถระ (มหาสียาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร**, แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวรค์, (กรุงเทพมหานคร : หจก. ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๒๑.

^๔ วัดจุฬามณีธรรมฐาน (สยาดอ ภัทธินะโรจนะ), **วิธีเจริญพระกรรมฐานเล่ม ๒**, แม่ชีเกษร แปลเป็น-ษาไทย, (วัดจุฬามณีธรรมฐาน (สยาดอ ภัทธินะโรจนะ) ตรงข้ามด่านท่าซื่อเหล็ก อ.แม่สาย จ.เชียงราย), หน้า ๒๗.(สำเนาเย็บเล่ม)

การภาวนาโดยให้จิตตั้งมั่นไม่ใช่เฉพาะในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งเท่านั้น แต่ให้จิตระลึกรู้ อย่างเท่าทันความเป็นของรูปนามทุกอย่างการที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะตามความเป็นจริง จนเกิดญาณปัญญา เห็นสภาพที่แท้จริงของรูปนามเป็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ธรรมที่เกิดขึ้นนี้เป็นธรรมฝ่ายวิปัสสนา เป็นวิปัสสนาญาณ^๕

จากการศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวของสติปัฏฐานสูตรของสำนักปฏิบัติธรรมทั้ง ๒ คือ สำนักสวนโมกขพลารามและวัดจตุรธาตุวฑูตธรรมฐานมีรูปแบบและวิธีการปฏิบัติที่เป็นส่วนเฉพาะของแต่ละสำนัก แต่มีจุดมุ่งหมายเดียวกันคือการเข้าถึงความสงบแห่งจิตใจ หรือเป้าหมายสูงสุดแห่งพระพุทธศาสนาเหมือนกัน ดังนั้น ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจึงมีความประสงค์ที่จะศึกษาเพื่อให้เห็นถึงนัยที่เหมือนกันหรือแตกต่างกันแห่งรูปแบบ วิธีการ หลักการ และเป้าหมายของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของสำนักทั้ง ๒ นั้น เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาอันจะเป็นประโยชน์ต่อสังคมก่อให้เกิดในสันติสุขได้อย่างแท้จริง

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของสำนักสวนโมกขพลาราม
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดจตุรธาตุวฑูตธรรมฐาน
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจตุรธาตุวฑูตธรรมฐาน

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยต้องการทราบเกี่ยวกับปัญหา ๓ ประเด็นหลัก ดังนี้
- ๑.๓.๑ กระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามเป็นอย่างไร
 - ๑.๓.๒ กระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดจตุรธาตุวฑูตธรรมฐานเป็นอย่างไร
 - ๑.๓.๓ กระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจตุรธาตุวฑูตธรรมฐานมีนัยที่เหมือนกันและแตกต่างกันอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) แนวคิดและกระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจตุรธาตุวฑูตธรรมฐาน เป็นสำคัญ โดยผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตในการศึกษาไว้ ดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหาในคัมภีร์

ผู้วิจัยจะศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับหลักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามนัยของมหาสติปัฏฐานสูตรในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และปกรณ์วิเสสต่าง ๆ โดยในงานวิจัยนี้จะใช้คัมภีร์พระไตรปิฎกฉบับของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ทั้งฉบับภาษาบาลีและฉบับแปลเป็นภาษาไทย

^๕ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๔๓.

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหาเกี่ยวกับแนวคิดกระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจตุรธาตุวฑฺฒนา

ผู้วิจัยจะศึกษาเนื้อหาเกี่ยวกับแนวคิดและกระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจตุรธาตุวฑฺฒนา จากเอกสาร บทเทศนา ซีดีบันทึกข้อมูล ที่เกี่ยวข้อง กับกระบวนการปฏิบัติทั้งสองสำนักนั้น ๆ และใช้วิทยานิพนธ์ หนังสือ เอกสารต่าง ๆ อันเป็นวรรณกรรมที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้องเพื่อประกอบการวิเคราะห์ให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นในงานวิจัยนี้

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ **วิปัสสนา** หมายถึง การรู้แจ้งในรูปนาม ชั้น ๕ ตามกฎพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตามความเป็นจริง

๑.๕.๒ **ภาวนา** หมายถึง หลักการฝึกจิต (ที่ตั้งของการทำงานทางจิต)

๑.๕.๓ **การสอบอารมณ์** หมายถึง การตรวจสอบจิตของผู้ปฏิบัติว่า กำหนดถูกต้องหรือไม่อย่างไร และเสนอวิธีปฏิบัติที่เหมาะสมตามลำดับขั้นตอน

๑.๕.๔ **วิปัสสนาจารย์** หมายถึง อาจารย์ที่คอยสอบอารมณ์และสอนแนวการปฏิบัติ

๑.๕.๕ **โยคี** หมายถึง ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔

๑.๕.๖ **วัดสวนโมกขพลาราม** หมายถึง วัดที่ตั้งโดยพระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินทปัญโญ) หรือรู้จักกันในนาม พุทธาสภิกขุที่สวนโมกขพลาราม อยู่พุทธทาสภวนกิจทางหลวงหมายเลข ๑๔ บริเวณกิโลเมตรที่ ๑๓๔ เดิมชื่อวัดธารน้ำไหล มีท่านพุทธทาสภิกขุเป็นผู้เริ่มสร้างขึ้นเมื่อพ.ศ. ๒๐๔๕ เพื่อเป็นสถานที่แสวงหาความสงบ และศึกษาธรรม มีวัตถุประสงค์เพื่อแสวงหาความสงบและศึกษาธรรม

๑.๕.๗ **วัดจตุรธาตุวฑฺฒนา** หมายถึง วัดที่ตั้งโดยสหายาตอ ปณฺตวิโรจน มหาคณฺธ บันฑิวกจก-มหาคณฺธมฺมฐานาจริยะ ที่ต. ท่าซี้เหล็ก อ.ปงกัน สหภาพเมียนมาร์ มีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแผ่ธรรมและอบรมวิปัสสนากรรมฐาน

๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ มีความมุ่งหมายที่จะศึกษาเกี่ยวกับแนวคิดเรื่อง กระบวนการสอน ของพระพุทธานุสาเถรราชของ วัดสวนโมกข์ กับ วัดจตุรธาตุวฑฺฒนา เพื่อจะได้ทราบถึงจุดมุ่งหมายของศาสนา ที่ต้องการให้ผู้ปฏิบัติศาสนา ได้ประพฤติปฏิบัติตนไปสู่เป้าหมายนั้น และสอดคล้องกับ ความเปลี่ยนแปลงของโลกปัจจุบัน

ก. เอกสาร หนังสือ และตำรา

๑.๖.๑ **ในอภิธรรมปิฎก** ได้กล่าวถึงคุณค่าของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานไว้ว่า กตมา ตสฺมี สมเย วิปัสสนา โหติยา ตสฺมี สมเย ปญญา ปชานานา วิจโย ปวิจโย ธมมวิจโย สลลภุขณา อุปลภุขณา ปจจุปลภุขณา ปณฺติจจํ โกสลลํ เนปญญํ เวทญญา จินตา อุปปริกขา ภูริเมธา ปริณายิกา วิปัสสนา สมปญญํ ปโตโท ปญญา ปญญินทริยํ ปญญาพลํ ปญญาสตรํ ปญญาปสาโท ปญญาอาโล

โก ปณฺญาโอภาโส ปณฺญาปชฺโชโต ปณฺญารตนํ อโมโห ธมฺมวิจโย สมฺมาทิฏฺฐโย ตสฺมี สมเย วิปสฺสนา โหติ แปลความว่า วิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นโณ ปณฺญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปณฺญาเหมือนแผ่นดิน ปณฺญาเครื่องทำลายกิเลส ปณฺญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปณฺญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สมฺมาทิฏฺฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า วิปสฺสนา ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^๖

๑.๖.๒ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวถึง ญาณ ๑๖ ไว้ ดังนี้ ๑) นาม-รูปปริจเฉทญาณ คือ ปณฺญารู้ว่านามและรูปเป็นคนละส่วน ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน ๒) ปัจจยปริคคญาณ คือ ปณฺญารู้ปัจจยที่ทำให้เกิดนาม-รูป ๓) สัมมสนญาณ คือ ปณฺญารู้ความไม่เที่ยงของนาม-รูป ๔) อุทฺยัพพญาณ คือ ปณฺญารู้ความเกิดขึ้นและดับไปของนาม-รูป ๕) ภังคญาณ คือ ปณฺญารู้ความดับไปของนาม-รูป ๖) ภยญาณ คือ ปณฺญารู้ว่านาม-รูปเป็นภัยที่น่ากลัว ๗) อาทินวญาณ คือ ปณฺญารู้โทษของนาม-รูป ๘) นิพพิทาญาณ คือ ปณฺญารู้สึกเบื่อหน่ายนาม-รูป ๙) มุญฺจิตุกัมยตาญาณ คือ ปณฺญารู้สึกอยากพ้นจากนาม-รูป ๑๐) ปฏิสังขยาญาณ คือ ปณฺญารู้ธรรมอันเป็นเครื่องพ้นจากนาม-รูป ๑๑) สังขารุเปกขาญาณ คือ ปณฺญารู้การทลายความยินดี ยินร้าย ในนาม-รูป แล้ววางเฉยได้ ๑๒) อนฺโหลมญาณ คือ ปณฺญารู้ธรรมที่จะอนุโลมให้เห็นอริยสัจจธรรมทั้ง ๔ ๑๓) โคตรภูญาณ คือ ปณฺญารู้นิพพานเป็นอารมณ์ แต่จิตเป็นโลกีย์ ๑๔) มัคคญาณ คือ ปณฺญารู้นิพพานเป็นอารมณ์ แต่จิตเป็นโลกุตตระ ๑๕) ผลญาณ คือ ปณฺญารู้นิพพานเป็นอารมณ์ แต่จิตเป็นโลกุตตระ ๑๖) ปัจจเวกขณญาณ คือ ปณฺญารู้มรรค ผล นิพพาน กิเลสที่ละแล้ว และกิเลสที่เหลือ^๗

๑.๖.๓ สยาดอ ภัททันตวิโรจนะ ได้กล่าวถึง หลักการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ไว้ในหนังสือ “วิธีเจริญพระกรรมฐานเล่ม ๒”ว่า การปฏิบัติธรรมโดยการมีสติเฝ้าระลึกรู้ที่รูปรนามของตน ตามที่มีอยู่จริงในปัจจุบัน และกำหนดรู้อย่างต่อเนื่องจนกระทั่ง ศีล สมาธิ และปัญญาเกิดและเจริญยิ่งขึ้นในชั้นธัมมทานของตน การปฏิบัติธรรมดังนี้ ชื่อว่าภาวนา^๘

๑.๖.๔ พระศรีวรญาณ (วิ) ได้กล่าวถึง หลักการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานในพระไตรปิฎกไว้ในหนังสือ “เก็บเพชรจากคัมภีร์พระไตรปิฎก”^๙ สรุปได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาธุระเป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งของพุทธศาสนิกชนควบคู่กับคันถธุระ การศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระไตรปิฎกและอรรถกถา คันถธุระ การศึกษาค้นคว้าพระไตรปิฎกนั้นเป็นหน้าที่โดยตรงของ

^๖ อภ.วิ.(บาลี) ๓๔/๕๕/๓๐; อภ.วิ.(ไทย) ๓๔/๕๕/๓๐.

^๗ วิสุทธิ.(ไทย) ๓/๒๐๕.

^๘ วัฏฏเตตาอุกรรมฐาน (สยาดอ ภัททันตวิโรจนะ), วิธีเจริญพระกรรมฐานเล่ม ๒, แม่ชีเกษร แปลเป็น-ชาวไทย, (วัฏฏเตตาอุกรรมฐาน (สยาดอ ภัททันตวิโรจนะ) ตรงข้ามด้านท่าช้างเหล็ก อ.แม่สาย จ.เชียงราย), หน้า ๒๗.(สำเนาเย็บเล่ม)

^๙ พระศรีวรญาณ (วิ), “หลักการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานในพระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, ใน เก็บเพชรจากคัมภีร์พระไตรปิฎก, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒).

พระสงฆ์อยู่แล้ว หลักการปฏิบัติ พระกัมมัฏฐานเพื่อฝึกฝนอบรม โสฬสญาณ ญาณ ๑๖ อันเป็นวิชาชั้นสูงให้เกิดขึ้นในชั้นธรรมาสน

ข. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๖ พระครูสมุห์เกิด ปุณฺณกาโม (ด้านขุนทด) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเวทนาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔” พบว่าภาวนา เป็นชื่อของวิธีการในการปฏิบัติกัมมัฏฐานในทางพระพุทธศาสนาที่เป็นเครื่องมือนำออกจากความทุกข์โดยมีศีลเป็นต้นมีปัญญาเป็นที่สุด และที่สุดของธรรมทั้งหลายที่กล่าวมา คือ ความดับทุกข์ทั้งมวลนั่นเอง^{๑๐}

๑.๖.๗ พระมหานិพนธ์ มหาธมมรักษิโต (แสงแก้ว) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบแนวทางการปฏิบัติกรรมฐานของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ และพุทธทาสภิกขุ” พบว่า หลวงพุทธทาสมองว่าคำว่า ,วิปัสสนา แปลว่า ธรรมเครื่องรู้เห็นรูปนามตามสภาวะแห่งไตรลักษณ์หมายถึง ปัญญาที่หยั่งรู้สภาวะ (ปรากฏการณ์) ของสภาวธรรม อารมณ์ภายในกายใจหรือรูปกับนามตามความเป็นจริงว่าสภาวธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา^{๑๑}

๑.๖.๑๐ พระมหาสุทิตย์ อาภากร (อบอู่) และคณะ ได้สรุปเป้าหมายในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาไว้ในงานวิจัยเรื่อง “การพัฒนาระบบการบริการองค์กรและการสร้างเครือข่ายทางสังคม : กรณีศึกษากลุ่มพระสงฆ์และองค์กรเผยแผ่พุทธธรรมในแนวปฏิบัติ ” ดังนี้^{๑๒}

๑) การเผยแผ่พุทธธรรมและการปฏิบัติตามหลักการทางพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง ดังเช่น สอนโมกขพลาราม จะดำเนินการส่งเสริมการปฏิบัติและเผยแผ่พุทธธรรมเพื่อให้คนเข้าถึงหลักการทางพระพุทธศาสนาอย่างแท้จริง โดยนำหลักธรรมที่สำคัญทางพระพุทธศาสนามาอธิบายให้เกิดความเข้าใจและนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อให้ได้ผลที่แท้จริง

๒) เน้นการปฏิบัติด้านจิตใจและปัญญาตามหลักไตรสิกขา และการปฏิบัติตามแนวทางที่องค์กรได้ปฏิบัติสืบต่อกันมา เช่น หลักอานาปานสติ สติปัฏฐาน ๔ การเคลื่อนไหวกาย-จิต การเข้าถึงวิชาธรรมกาย เป็นต้น ที่เป็นไปตามหลักการปฏิบัติในพระพุทธศาสนา โดยทุกสำนักจะเน้นการฝึกปัจเจกบุคคลให้ดำเนินชีวิตตามหลักไตรสิกขาและการพัฒนาการปฏิบัติธรรมตามแนวการสอนที่ตนเองมีความรู้อย่างลึกซึ้งเพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจน

^{๑๐} พระครูสมุห์เกิด ปุณฺณกาโม (ด้านขุนทด), “ศึกษาเวทนาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

^{๑๑} พระมหานิพนธ์ มหาธมมรักษิโต (แสงแก้ว), “การศึกษาเปรียบเทียบแนวทางการปฏิบัติกรรมฐานของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ กับพุทธทาสภิกขุ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖).

^{๑๒} พระมหาสุทิตย์ อาภากร (อบอู่) และคณะ, “การพัฒนาระบบการบริการจัดการและการสร้างเครือข่ายองค์กรพระพุทธศาสนาในประเทศไทย”, รายงานการวิจัย, (นนทบุรี : บริษัท ดีไซน์ ดีไลฟ์ จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๑๙๗ – ๑๙๘.

๓) ส่งเสริมการชี้แนะให้ความรู้ด้านหลักธรรมที่เป็นหัวใจพระพุทธศาสนา เพื่อสามารถนำไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน หรือเพื่อการพัฒนาบุคคลให้เข้าถึงธรรมได้จริง และเพื่อฝึกปฏิบัติจนสามารถสัมผัสความสุขและความอิสระของจิตใจ

๔) มุ่งการพัฒนาชีวิตหรือการยกระดับคุณภาพชีวิตให้เข้าสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ ทุกสำนักมีเป้าหมายการเข้าถึงธรรมที่ตรงกัน แต่ระดับการพัฒนาอาจมีความแตกต่างกัน เช่น บางสำนักมุ่งเน้นการปฏิบัติในระดับโลกียะ คือ การดำรงชีวิตที่ถูกต้อง เรียบง่าย ในขณะที่บางสำนักเน้นการปฏิบัติให้เกิดการหลุด ละ และการเข้าถึงธรรมอย่างแท้จริงไม่เน้นพิธีกรรมอย่างมากมาย

๕) มุ่งสร้างสรรค์สังคมให้น่าอยู่ด้วยการประพฤติปฏิบัติตามหลักธรรมของปัจเจกบุคคลและสังคมจะมีธรรมประจำใจอันเป็นพื้นฐานสำคัญของการพัฒนาบุคคลและสังคม

๖) ดำเนินการพัฒนาและสงเคราะห์ชุมชน/สังคมด้วยหลักธรรมมากกว่าการทำบุญให้ทางเพื่อการสงเคราะห์ ทุกสำนักมีการดำเนินการเพื่อสงเคราะห์ชุมชนและสังคมให้มีการเกื้อกูลต่อกัน กิจกรรมที่เกิดขึ้นจึงเน้นการอบรมและการให้ทานเพื่อกิจกรรมทางสังคม

๗) มุ่งการปฏิบัติตนเพื่อให้เข้าถึงสัจธรรมด้วยการปฏิบัติและการทำหน้าที่ในสังคมอย่างถูกต้อง โดยการส่งเสริมให้คนได้ทำหน้าที่อย่างสมบูรณ์ในการดำเนินชีวิตและการเสียสละเพื่อตนเองและสังคม

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมีคุณค่าต่อวิถีชีวิตของบุคคล ในมุมมองของวัดสวนโมกขพลารามเห็นว่าสังคมพระพุทธศาสนาแบบที่เป็นอยู่ในขณะนั้นแปดเปื้อนเปื้อนบิดไปมาก และไม่อาจทำให้เข้าถึงหัวใจของพระพุทธศาสนาได้เลย วัดจุฬาราม เห็นว่าจุดมุ่งหมายของการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานนั้นก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์ สะอาดหมดจดจนกระทั่งถึงบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาแต่เอกสารงานวิจัยเหล่านั้น ยังไม่มีในเชิงเปรียบเทียบให้เห็นถึงความเหมือนและความต่างกันระหว่างแนวคิดและกระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจุฬารามกรรมฐาน อันเป็นประเด็นให้ผู้วิจัยต้องการศึกษาในครั้งนี้

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งผู้วิจัยได้จัดขั้นตอนการวิจัย (Research Process) ดังนี้

๑.๗.๑ ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าจากเอกสารต่าง ๆ

(๑) เอกสารปฐมภูมิ (Primary Source) พระพุทธศาสนาศึกษาจากพระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

(๒) เอกสารทุติยภูมิ (Secondary Source) เช่น วรรณคดี เอกสารข้อเขียนที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดและกระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจุฬารามทั้งทางตรงและทางอ้อม

๑.๗.๒ นำข้อมูลทั้งสองแหล่ง มาตีความ วิเคราะห์ และศึกษาเปรียบเทียบเพื่อตอบปัญหาการวิจัย

๑.๗.๓ สรุปและนำเสนอผลงานวิจัย

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบถึงกระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของสำนักสวนโมกขพลาราม

๑.๘.๒ ทำให้ทราบถึงกระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดจตุรตถาราม

๑.๘.๓ ทำให้ทราบถึงนัยที่เหมือนกันและต่างกันระหว่างกระบวนการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจตุรตถาราม รวมถึงคุณค่าต่อผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน