

ระดับชาติ

ด้านพุทธศาสนาและปรัชญา

ห้องประชุมย่อยที่ ๖ ห้อง ๓๐๒-๓๐๓

อาคาร ๑๐๐ ปี สมเด็จพระพุทธमाจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร)

National Conference Group 06 : Buddhist Studies and Philosophy

(Room 302-303)

ผู้ทรงคุณวุฒิ :

๑. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมหวัง แก้วสุฟอง
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
๒. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธีระพงษ์ มีไธสง
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

รูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนงค์โณ)
The Teaching Method Of Vipassana Meditation Of Phrakru
Vimolsaravjsuddhi (Kean Anangkano)

พระครูสุภาจารคต (อภัย เต็นกระโทก)*
ดร.ประสพฤกษ์ รัตนยงค์**

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการคือ ๑) เพื่อศึกษารูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ๒) เพื่อศึกษารูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนงค์โณ) และ ๓) เพื่อศึกษาความสอดคล้องรูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนงค์โณ) กับคัมภีร์พระพุทธศาสนา

ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เป็นการสอนให้ปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การพิจารณา กาย เวทนา จิต ธรรม และการปฏิบัติสติปัฏฐานเป็นวิธีเดียวที่ทำให้เกิดอริยสัจ ๔ หรือเรียกอีกชื่อว่า อริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นปัจจัยให้เกิดวิปัสสนาญาณ และส่งผลไปสู่การบรรลุมรรคญาณผลญาณ และนิพพาน

รูปแบบและการสอนวิปัสสนาภาวนาของพระครูวิมลสารวิสุทธิเป็นวิธีการสอนวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ อันมีกาย เวทนา จิต และธรรมซึ่งสอดคล้องกับพระไตรปิฎกและอรรถกถาเป็นการกำหนดแบบพองหนอ – ยุบหนอ ทำเดิน ๖ ระยะ การกำหนดอิริยาบถต่าง ๆ เช่น การยืน การเดิน การนั่ง เป็นต้น โดยผ่านการบรรยายธรรมให้ฟัง เรื่องศีลวิสุทธิเรื่องจิตตวิสุทธิเรื่องทิวาสวิสุทธิและเรื่องมรรค ๘ นับว่าสอดคล้องกับในคัมภีร์พระพุทธศาสนา สติปัฏฐาน ๔ นั้นเมื่อผู้ปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ อย่างจริงจังย่อมได้รับผลตั้งแต่ ๗ วัน ๗ เดือน ๗

คำสำคัญ: รูปแบบการสอน, วิปัสสนากัมมัฏฐาน

*นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

**อาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตนครราชสีมา

Abstract

This thesis is documentary research dealing with the three purposes. firstly, to study the method of practicing the Vipassanana Kammattana that is occurred in the Theravada: the Doctrine of the Elders. Secondly, to study the teaching method of The teaching method of Vipassana meditation of Phrakru Vimolsaravjsuddhi (Kean Anangkano. Lastly, to study the conform between the teaching method of the teaching method of Vipassana meditation of Phrakru Vimolsaravjsuddhi (Kean Anangkano and the description in the Buddhism doctrine.

From the study, found that the Vipassanana-Kammattana that occurred in the Buddhism scripture is carry out the Satipatthana: foundations of mindfulness which are contemplation of body, contemplation of feeling, contemplation of mind; mindfulness regard thoughts, and Dhamma (contemplation of mind-objects; mindfulness as regards ideas). Stipatthana is the only way to achieve the Ariyasacca: The Four Noble Truths. It is also known as Ariyamagga: the Noble Eightfold Path. It is the fundamental of Vipassanana: insight knowledge and it results to enlighten of the Magganana: knowledge of the path, Phalanana : knowledge of Fruition and finally the Nirvana.

Keywords: The method of practicing the, Insight meditation.

๑. บทนำ

พระพุทธศาสนาเกิดขึ้นมาจากการตรัสรู้ของตรัสรู้ของพระพุทเจ้าแล้วทรงเผยแผ่ออกไป จนทำให้พระธรรมคำสอนของพระองค์ เป็นประโยชน์สุขแก่ชาวโลกอย่างมากมาย หลังจากที่เมื่อส่งพระสาวกไปประกาศศาสนาครั้งแรกว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเที่ยวไปสู่ที่จาริก เพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขและ เพื่อเกื้อกูล แก่มหาชนชาวโลก”^๑ เป็นเหตุให้พระธรรมคำสอนของพระองค์เป็นประโยชน์แก่ชาวโลกอย่างมหาศาลสามารถทำให้ผู้ปฏิบัติตามสามารถกำจัดทุกข์แก้ปัญหามากมาย ได้จริงตามสมควรแก่การปฏิบัติและพระธรรมคำสอนเหล่านั้นได้รับการถ่ายทอด สืบทอดต่อกันมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เพราะอาศัยพระสงฆ์ คือผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบตามคำสอนของพระพุทธเจ้าและ

^๑ วิ.ม. (ไทย) ๔/๓๒/๔๐.

สอนให้ผู้อื่นรู้ตาม มีหน้าที่หลักที่สำคัญ ๒ ประการคือ ๑) เล่าเรียนพระพุทธพจน์ คำสอนของพระพุทธเจ้าที่เรียกว่า คัมภีร์ และ ๒) การบำเพ็ญความเพียรทางจิต เพื่อกำจัดกิเลส คือความโลภ ความโกรธ และความหลง ที่เรียกว่า วิปัสสนาธุระ การทำหน้าที่หลักของสงฆ์ดังกล่าวแล้ว พระสงฆ์ยังต้องทำหน้าที่ในการช่วยเหลือสงเคราะห์ชุมชน เพราะวิถีชีวิตของพระสงฆ์ต้องอาศัยพึ่งพิงอยู่กับชุมชน สังคม เช่น ปัจจัยสี่ จีวร อาหาร ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค สิ่งเหล่านี้ได้รับจากคนที่เคารพนับถือ เป็นผู้มอบถวายให้ นั้นพระสงฆ์จะต้องช่วยเหลือสงเคราะห์ชุมชนด้วยเป็นการทำหน้าที่ที่เหมาะสมพร้อมกับการเผยแผ่พระพุทธศาสนาไปด้วย ตรงตามพุทธประสงค์ที่ทรงส่งพระสาวกไปประกาศศาสนาครั้งแรกดังที่กล่าวแล้ว

ในฐานะที่ประเทศไทยมีประชาชนส่วนมากของประเทศ นับถือพระพุทธศาสนา และมีพระภิกษุสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้าทำการเผยแผ่พระพุทธศาสนา หวังให้พระธรรมคำสอนนั้นการทำงานเผยแผ่ของคณะสงฆ์ไทยเป็นการสนองพระพุทธประสงค์^๒ ซึ่งเป็นไปตามที่พระพุทธองค์ได้ทรงดำเนินมาตั้งแต่สมัยที่ยังทรงมีพระชนม์ชีพ พระสงฆ์ไทยได้ทำตามตามที่พระพุทธองค์ทรงกระทำให้เป็นแบบอย่าง ทำหน้าที่เผยแผ่ความรู้ อธิบายหลักธรรมให้แก่ประชาชนได้เข้าใจ และนำไปเป็นแนวทางการปฏิบัติ เพื่อความสงบร่มเย็นแห่งชีวิต

การเผยแผ่อาจมีรูปแบบวิธีการที่หลากหลายเป็นต้นว่า การทำตัวอย่างที่ดีให้เห็นก็เป็นการเผยแผ่ การเดินที่สงบเสถียรเรียบร้อย การนุ่งห่มจีวร ให้เป็นปริมณฑลเรียบร้อย การแสดงความเคารพการระต่อผู้อาวุโส ให้ประชาชน เยาวชนได้เห็น การทำกิจวัตรทุกอย่างของพระสงฆ์ เช่น ทวัตร-สวดมนต์ บำเพ็ญภาวนาเจริญกรรมฐานไม่ว่าจะเป็นสมถกัมมัฏฐานหรือวิปัสสนากัมมัฏฐาน ก็ล้วนเป็นการเผยแผ่พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า อีกทั้งการกระทำตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า และนำหลักคำสอนมาเผยแผ่ ตามที่พระพุทธเจ้าทรงสอน พฤติกรรมการกระทำทุกอย่างล้วนเป็นการเผยแผ่ได้ทั้งสิ้น

การเผยแผ่ธรรมโดยการปฏิบัติตามหลักวิปัสสนาธุระนับเป็นวิธีการที่ได้ผลเช่นกัน ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน พระสงฆ์ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาธุระ ต้องปฏิบัติตามพระธรรมวินัยเพื่อความศรัทธาเลื่อมใสแก่พุทธศาสนิกชนที่พบเห็นและเป็นแรงจูงใจให้พุทธศาสนิกชนหันมาเข้าวัดรักษาศีลปฏิบัติธรรมกันเพิ่มมากขึ้น ยิ่งในสภาพที่สังคมไทยกำลังประสบกับปัญหาต่างๆ มากมาย การปฏิบัติธรรมจึงเป็นทางออกที่ดีที่จะช่วยการแก้ปัญหาต่างๆ นั้นได้ วิปัสสนาหรือที่เรียกกันทั่วไปว่ากัมมัฏฐานจึงเป็นจุดเด่นที่สุดของพระพุทธศาสนา และเป็นสิ่งที่สำคัญในการชักจูง ให้คนหันมาสนใจศึกษาหลักธรรมคำสอนและหลักการปฏิบัติ เพราะการปฏิบัติกัมมัฏฐานให้ประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติทั้งทางโลกและทางธรรมมากกว่าอย่างอื่น การ

^๒ สุชีพ ปุญญานุภาพ, พระไตรปิฎกฉบับประชาชน, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๑), หน้า ๑๕.

สอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้สืบทอดกันมาเป็นเวลานานตั้งแต่ครั้งพุทธกาล ทั้งภายในอินเดียเอง และกระจายสู่นานาชาติประเทศ เช่น เนปาล ศรีลังกา พม่า และไทย สำหรับในประเทศไทย เมื่อพุทธศักราช ๒๔๓๗ ถึง ๒๔๓๙ สมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๕ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ พระองค์ทรงมีพระราชประสงค์ให้จัดรูปการศึกษาของ คณะสงฆ์มหานิกาย โดยแบ่งหลักสูตรออกเป็นวิปัสสนาธุระและคันถธุระ เพื่อให้สมบูรณ์แบบตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า ได้ทรงฝากพระราชประสงค์นี้ไว้กับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย และทรงรับสั่งให้เจ้าพระยาภาสกร (พร บุญนาค) ซึ่งดำรงตำแหน่งเสนาบดีธรรมการในขณะนั้น ประสานงานร่วมกับสมเด็จพระสังฆราช และ สมเด็จพระราชาคณะบางรูป เพื่อจัดรูปการศึกษาวิปัสสนาธุระขึ้นมาให้จงได้ แต่เนื่องจากขาดผู้ทรงความรู้ที่ถูกต้อง จึงไม่สามารถทำได้ในขณะนั้นตามหลักฐานที่เจ้าพระยาภาสกรถวายใน วันที่ ๒๐ ตุลาคม ๒๔๓๙

วันที่ ๑ มกราคม ๒๔๙๖^๓ คณะสงฆ์และรัฐบาลประเทศสหภาพเมียนมาร์ ได้ส่งคณะ พระวิปัสสนาจารย์ โดยมีพระอาจารย์ภักทันทะ อาสภมมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจารย์ (พุทธศาสตร์คุณูปถัมภ์กิตติมศักดิ์) เป็นประธาน ให้เป็นสมณะทูตมาเจริญสัมพันธไมตรีด้านการศาสนาด้วยการเผยแผ่วิปัสสนากัมมัฏฐานในประเทศไทย โดยการติดต่อประสานงานของ สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมมหาเถระ) ประธานสมณายกมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย สมัยที่ยังดำรงตำแหน่งพระพิมลธรรม สังฆมนตรีการปกครองคณะสงฆ์ไทยพร้อมด้วยรัฐบาลไทยในสมัยนั้นนิมนต์เป็นทางการให้มาเป็นสมณะทูตมาประดิษฐานวิปัสสนาวงศ์ ณ ประเทศไทย ต่อมาได้เกิดวิกฤตการณ์แก่คณะสงฆ์ผู้ทำงานวิปัสสนากัมมัฏฐาน ทำให้งานวิปัสสนากัมมัฏฐาน ชะงักงันด้วยขาดผู้รู้และผู้ให้การสนับสนุนอย่างจริงจัง งานจัดรูปแบบการศึกษาและการทำหลักสูตรจึงยังไม่มีผู้ทำ มีเพียงแต่การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยพระภิกษุทันทะ อาสภมมหาเถระฯ เป็นผู้สอน และจะสอนวิชาครูแก่ผู้ที่ปฏิบัติได้ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และมีคุณสมบัติที่เหมาะสมเท่านั้น ได้รับความสนใจจากพระสงฆ์จำนวนมาก การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานได้กลายมาเป็นการอบรมที่สำคัญของคณะสงฆ์ไทยมีการอบรมพระที่จะไปทำการสอนกัมมัฏฐาน เรียกว่าพระวิปัสสนาจารย์ทั่วประเทศ

พระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนุญโณ) เจ้าอาวาสวัดหนองหัวแรต รองเจ้าคณะอำเภอหนองบุญมาก จังหวัดนครราชสีมา เป็นพระสงฆ์อีกรูปหนึ่ง ที่ทำงานทุ่มเทเพื่อความรู้เรื่องแห่งพระศาสนาได้ดำเนินตามบทบาทการเผยแผ่วิปัสสนาของพระพุทธเจ้าและคณะสงฆ์ไทยอย่างไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อย ท่านเป็นพระวิปัสสนาจารย์ที่ได้รับการศึกษาธรรม ปฏิบัติธรรม จนมีความรู้ ความเข้าใจ อย่างลึกซึ้ง ท่านมีความเห็นว่า พระธรรมคำสอน

^๓ คุรุละเอียดใน พระภักทันทะ อาสภมมหาเถระ, พระธรรมเทศนาปฏิจจุสมุปบาทสงเขปกถา, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร : เอลโล่การพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๓.

เป็นสิ่งที่ดีงาม มีคุณค่า มีประโยชน์ เป็นที่พึงอันประเสริฐทางจิตใจที่สามารถนำมาแก้ไข ปัญหาของชุมชน สังคม ประเทศชาติได้ ทั้งเป็นพระสงฆ์ที่มีความเชี่ยวชาญในการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐาน ด้านปฏิปทาท่านเป็นพระเถระที่มีความเมตตา ยิ้มแย้มแจ่มใส มีศิลาจาร วัตรที่ดีงามตามหลักพระธรรมวินัย มีความศรัทธาเลื่อมใสในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน การเผยแผ่พระพุทธศาสนา เป็นพระนักพัฒนาและมีบทบาทมากมายเป็นที่ยอมรับของคณะ สงฆ์ และพุทธบริษัท โดยเฉพาะบทบาทด้านการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานและการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังจะเห็นจากที่ท่านได้รับนิมนต์ให้เป็นอาจารย์พิเศษบรรยาย วิชา กัมมัฏฐาน แก่นิสิตปริญญาตรี และเป็นพระวิปัสสนาจารย์โครงการปฏิบัติธรรมประจำปีของ นิสิตปริญญาตรี และปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขต นครราชสีมา เป็นประจำทุกปี

ผู้วิจัยเห็นว่าการศึกษารูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสาร วิสุทธิ์ (แก่น อนุญโณ) จะสามารถเป็นแรงบันดาลใจ และเป็นแบบอย่างให้พระภิกษุสามเณร ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้ดำเนินตาม และสามารถโน้มน้าวจิตใจให้เยาวชน ประชาชน ในยุคปัจจุบัน ได้หันมาสนใจหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนามากขึ้น และสามารถนำไป ประพฤติปฏิบัติให้เกิดประโยชน์สุขแก่ชีวิต ครอบครัว สังคม ประเทศชาติอย่างแท้จริง

๒. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อศึกษารูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในพุทธศาสนา
๓. เพื่อศึกษารูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ์ (แก่น อนุญโณ)
๓. เพื่อศึกษาความสอดคล้องรูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครู วิมลสารวิสุทธิ์ (แก่น อนุญโณ) กับคัมภีร์พระพุทธศาสนา

๓. วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งมีขั้นตอนการ วิจัยดังนี้

๑. ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) ได้แก่ พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙
๒. ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Sources) ได้แก่ วรรณคดี ตำราวิชาการ บทความวิชาการ สารนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ สื่อ ออนไลน์ และ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๓. ศึกษาค้นคว้าคำสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนุช โณ) กำหนดช่วงระยะเวลาตั้งแต่ การดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดหนองหัวแรต พ.ศ. ๒๕๓๔ - ปัจจุบัน

๔. วิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดตามวัตถุประสงค์

๕. เรียบเรียง และสรุปผลการวิจัยพร้อมข้อเสนอแนะ

๖. เสนอผลการวิจัยโดยการบรรยายวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Analysis)

๔. สรุปผลการวิจัย

จากผลการวิจัยเรื่องรูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนุช โณ) พบว่า การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา มีจุดมุ่งหมายในการสอนคือ สอนเพื่อให้ละความโลภ ความโกรธ และความหลง เมื่อละความโลภ ความโกรธ และความหลงได้แล้วก็บรรลุประณิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในทางพระพุทธศาสนา ซึ่งมีรูปแบบในการสอน ๔ ประการดังนี้

๑) รูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในพุทธศาสนา

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การใช้สติพิจารณากำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางกาย ในอิริยาบถต่างๆ เช่นอิริยาบถยืน เดิน นั่งและนอน และการตามรู้อิริยาบถย่อยต่าง ๆ เช่นการเหยียด การคู้การเหยี้ยวการแล การเคลื่อนไหว การก้มการหัน การเอี้ยว การยัน การเตะแฉกการถู เป็นต้น มีการกำหนด อิริยาบถบรรพ สัมปชัญญะบรรพ ธาตุมนสิการบรรพ เป็นต้น

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาการเสวยอารมณ์ต่าง ๆ เกิดขึ้น มีสุขเวทนา ทุกขเวทนา มีทั้งทุกข์และสุขเวทนา สุขเวทนาอิงอามิส และไม่อิงอามิส ทุกขเวทนาอิงอามิส และไม่อิงอามิส ก็ให้รู้ชัดตามอารมณ์นั้น ๆ ที่เกิดขึ้น พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาภายในบ้าง พิจารณา เห็นเวทนาในเวทนาภายนอกบ้าง พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งภายในทั้งภายนอกบ้างมีสติ ตั้งมั่นอยู่ในเวทนาที่มีอยู่ ก็เพียงสักว่าความรู้ เพียงสักว่าอาศัยระลึกเท่านั้นเวทนานี้ ก็สักว่าเวทนา ไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขาจนเกิดความเบื่อหน่ายเวทนา ไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทาน

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การพิจารณาจิตในจิต คือ จิตมีราคะ โทสะ โมหะ หรือ จิต ปราศจากราคะ โทสะ โมหะ จิตเป็นอย่างอื่นนอกจากนี้ก็ดี จนที่สุดแม้จิตเป็นสมาธิ หลุดพ้นจากกิเลสหรือไม่หลุดพ้นอยู่ที่บุญบารมีที่สร้างสมมา

๔) อัมมานุปัสสนา คือ การพิจารณาเห็นธรรมในธรรม การตามดูรู้ทันธรรม ได้แก่ นิรวณ ๕ ขันธ์ ๕ อายุตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ และอริยสัจ

ผู้ปฏิบัติตามสติปัฏฐาน ๔ นี้ได้ย่อมได้บรรลุธรรมในเวลาไม่นานนัก ดังที่พระองค์ตรัสว่า“ผู้ที่มีปัญญาไม่แก่กล้าจะบรรลุเป็นพระอนาคามี หรือพระอรหันต์ได้ภายใน ๗ ปี ส่วนผู้ที่มีปัญญาแก่กล้าจะบรรลุได้ภายใน ๗ วัน”

๒) รูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ(แก่น อนุชโณ) จากการศึกษาในประเด็นนี้แล้วพบว่าพระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนุชโณ) นั้นมีรูปแบบและการสอนวิปัสสนากรรมฐานของที่เด่นชัดอยู่ ๕ อย่าง ได้แก่ บรรยายให้ฟัง ยกตัวอย่างมาประกอบ สอนจากเล่าประสบการณ์จริงให้ฟัง สอนให้อยากปฏิบัติตาม สอนโดยให้ทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น การเดินจงกรม เป็นกลุ่ม ๆ หลายคน หลวงพ่อจะทำการบรรยายธรรมในรูปแบบอบรมวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพื่อให้ผู้ฟังเข้าใจง่าย เข้าใจถึงวิปัสสนากัมมัฏฐานจริงๆ ท่านมีวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานที่มีลำดับขั้นตอนการปฏิบัติที่สอดคล้องกับคัมภีร์ทางพุทธศาสนา โดยผู้ปฏิบัติจะต้องดำเนินการตามบุพเพกัมมเบื้องต้นก่อน เริ่มตั้งแต่การเตรียมตัวไปจนถึงการปฏิบัติ สอนวิธีการเจริญสติสัมปชัญญะในอิริยาบถต่าง ๆ

๑) รูปแบบและสอนการเจริญกายานุปัสสนา ท่านสอนการดำรงสติให้เป็นไปในอิริยาบถยืน เดิน นั่ง นอน เป็นต้น เช่น การเดินจงกรม ๖ ระยะ การนั่ง ๓ ระยะ และต้องกำหนดรูปในปัจจุบันขณะนั้น อย่าไปนึกกำหนดรูปที่เป็นอดีต อนาคต ให้กำหนดพิจารณารู้เฉพาะรูปที่เป็นปัจจุบันธรรมในขณะนั้นเท่านั้น

๒) รูปแบบและการสอนเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ท่านสอนให้ตั้งใจกำหนดอารมณ์ที่ปรากฏในขณะปฏิบัติทั้งทางกายและจิตใจ เช่น ความรู้สึกสุขสบายหรือทุกข์ที่ปรากฏขึ้นในทางร่างกายความรู้สึกเป็นสุขใจ ดีใจปลาบปลื้ม ฯลฯ หรือทุกข์ทางใจ อึดอัด ขัดเคือง ไม่พอใจ ไม่สบายใจ เป็นต้น จนกระทั่งเวทนาหรือความเสวยอารมณ์นั้น ๆ จะเสื่อมไปหายไปควรกำหนดที่ละอารมณ์ไม่ควรกำหนดหลายอย่างพร้อมกัน เพราะจะทำให้เกิดความสับสน จนก่อให้เกิดความเครียดมากขึ้น

๓) จิตรูปแบบและการสอนตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ท่านสอนให้ผู้ปฏิบัติควรกำหนดรู้ตามสภาพที่เป็นจริง กำหนดรู้ ก็ให้ทำ หน้าที่กำหนดรู้ไปตามขณะคิด กำหนดว่า คิดหนอๆ เน้นย้ำซ้ำ หนักแน่นอย่างนี้เป็นต้นการกำหนดรู้สภาพของจิตที่รู้อารมณ์แต่ละขณะ

๔) รูปแบบและการสอนมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ท่านจะสอนให้กำหนดรู้สภาวธรรมที่เกิดกับจิตสิ่งที่จิตรู้หรือสิ่งที่มาประกอบกับจิต ประจักษ์จิต เอาใจใส่เฝ้าดูและกำหนดรู้ให้ทันปัจจุบันโดยอาศัยความเพียรมีสติระลึกรู้อยู่ทุกขณะดังนี้ขณะเห็น กำหนดว่า เห็นหนอ ๆ บริการ และอาการแห่งรูปนามนั้น ๆ กลมกลืนเป็นอันเดียวกัน ก็จะเป็นเหตุทำให้จิต ดิ่ง นิ่งมั่นคงแล้วจะพิจารณาอาการของรูปนามนั้น ๆ จนเป็นเหตุให้เกิดพระไตรลักษณ์ ทำให้กิเลสดับลงไปด้วยซึ่งการปฏิบัติธรรมแต่ละครั้งช่วงของการปฏิบัติธรรมในทุกๆ วันพระครูวิมลสารวิสุทธิ(แก่น อนุชโณ) จะบรรยายธรรมให้ผู้เข้าปฏิบัติธรรมได้ฟังทุกวัน คือ วันที่ต้น ๆ ฟังจะบรรยายเรื่องศีลวิสุทธิให้ผู้ปฏิบัติธรรมชำระศีลให้บริสุทธิ์ทั้งของศฤงคารศีลคือศีล ๘

และศีลของบรรพชิต จิตตวิสุทธิคือ ความหมดจดแห่งสภาวะจิต องค์ประกอบที่เป็นพื้นฐาน และทิวฐิวิสุทธิ ทำความเห็นให้ถูกต้องเป็นสัมมาทิฐิ จากนั้นไถ่ถอนจะกลับหรือสิ้นสุด โครงการท่านจะบรรยายเรื่องอริยมรรคมีองค์ ๘ ทำความให้เห็นถูกต้อง เห็นทุกข์ เห็นเหตุที่ทำให้ทุกข์เกิด เห็นทุกข์ดับ เห็นวิธีลงมือทำให้ทุกข์ดับ สัมผัสกับปะ ตรีกถูก วาจาก็ถูก การงานก็ถูก สติก็ถูก สมาธิก็ถูก มรรคผลย่อมเกิดขึ้นได้ ดังนั้นการสอนบรรยายโดยไม่ให้ผิดศีล หรือพระวินัย ทุกวันพระจะมีการต่อศีลและบรรยายธรรมเกี่ยวกับการปฏิบัติเพิ่มเติมให้ผู้ปฏิบัติได้ฟัง จนถึงวันสุดท้ายของการปฏิบัติ ซึ่งก่อนจะกลับบ้านท่านจะได้แนะนำวิธีนการปฏิบัติธรรมไปใช้ในชีวิตประจำวันเพื่อชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลของการปฏิบัติธรรม

๓) รูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนุญโณ) กับคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท จากการวิจัยแล้วพบว่า พระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนุญโณ) สอนตรงและสอดคล้องกันกับการเตรียมตัวก่อนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในคัมภีร์ให้ตัดปณิธิตัดความกังวลห่วงใยกับภารกิจต่างๆ จากนั้นบูชาพระรัตนตรัย ทำให้เป็นผู้บริสุทธิ์ มอบกายถวายชีวิตแด่พระพุทธเจ้า และสมาทานกัมมัฏฐานฐานเริ่มปฏิบัติโดยการกำหนดอารมณ์ที่เกิดขึ้น เช่นสภาวะเวทนา, สภาวะจิต สภาวะธรรม อย่างใดอย่างหนึ่ง กำหนดตามอาการตั้งแต่เริ่มรู้สึกว่ามีขึ้นจนกระทั่งเห็นการหายไปของมันซึ่งสอดคล้องกับในมหาสติปัฏฐาน ๔ ทั้งการกำหนดกายานุปัสสนา การเดินจงกรม ๖ ระยะเวลาการนั่งการกำหนดอริยาบถต่างๆ โดยการบรรยายเรื่องศีลวิสุทธิเรื่องจิตตวิสุทธิเรื่องทิวฐิวิสุทธิและเรื่องมรรค ๘ นับว่าสอดคล้องกับในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

๕. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากการศึกษาเรื่องรูปแบบและการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระครูวิมลสารวิสุทธิ (แก่น อนุญโณ) ผู้วิจัยเห็นว่าควรทำการวิจัยดังนี้

๕.๑ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในกลุ่มบุคคลต่างๆ ที่จะสามารถนำไปแก้ปัญหาชีวิตได้อย่างแท้จริงเวลาประสบกับปัญหาชีวิต วิปัสสนากัมมัฏฐานจะช่วยแก้ไขปัญหานั้นได้ อย่างไรก็ตามโดยพระสงฆ์หรือผู้ทรงคุณวุฒิเป็นผู้สอน ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่าในการทำวิจัยครั้งต่อไปควรทำเรื่องดังต่อไปนี้

๕.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- ๑) การศึกษาผลกระทบที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน
- ๒) การศึกษาปัญหาสมาธิสั้นในกลุ่มเยาวชนไทย
- ๓) ศึกษาวิปัสสนากัมมัฏฐานที่มีผลต่อการศึกษานักเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย : กรณีศึกษา....

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

(ก) ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดงใต้. พระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดงใต้.
กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดงใต้, ๒๕๓๙.

(ข) ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) หนังสือ :

พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.
กรุงเทพมหานคร: ด้านสุทธการพิมพ์, ๒๕๓๓.
พระธรรมธีรราชฆาณนี (โชดก ป.ธ.๙). หลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐาน.
กรุงเทพมหานคร : บริษัท สหธรรมิก, ๒๕๔๖.
พระมหาสัณยาตอ (โสภณมหาเถระ). วิปัสสนาญาณเล่ม ๑. แปลโดยพระคันธสาราภังค์
กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์, ๒๕๔๘.

(๒) วิทยานิพนธ์/ดุษฎีนิพนธ์/สารนิพนธ์/รายงานการวิจัย :

ธนาคม บรรเทากุล. “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของ พระอาจารย์ภักทันทะ
อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุญาณาวจรียะ”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์
มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดงใต้, ๒๕๔๙.
พรรณราย รัตนไพฑูรย์. “การศึกษาวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน ๔
ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชฆาณนี (โชดก ญาณสิทธิ)”. วิทยานิพนธ์พุทธ
ศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาดงใต้,
๒๕๔๓.