

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สติเป็นอุปกรณ์ในการควบคุมกายทวาร วจีทวาร และมนทวาร ให้ดำรงอยู่ในสภาวะที่ปกติ คือให้มีสติสังวร ความสำรวมในทางอินทรีย์ทั้ง ๖ อันได้แก่ การสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เมื่อกระทบกับอารมณ์ภายนอก สตินั้นทำหน้าที่กำกับไม่ให้จิตใจไปเสวยอารมณ์ยินดียินร้าย ในการรับรู้อารมณ์นั้น สติยังหมายถึง ความไม่ลืม ความไม่เผลอ ความไม่เลินเล่อ ไม่พินเพื่อนเลือนลอย ไปตามอำนาจแห่งกามคุณ ๕ อันนำใคร่นำปรารถนาและนำพอใจ^๑ จนทำให้เกิดปัญหาต่อตนเองและสังคม ด้วยการแสวงหาทรัพย์สินเงินทองโดยความไม่สุจริต ล่วงละเมิดต่อศีลธรรม และกฎหมายบ้านเมือง ก็เพราะความไม่สำรวมด้วยสติ การไม่ฝึกฝนตนให้เป็นคนมีสติ ไม่เพียงแต่เท่านั้น ธรรมที่บั่นทอนคุณภาพของสติให้หวั่นไหวและให้สั่นคลอน ให้ตั้งอยู่ไม่ได้ในจิตใจของมนุษย์ คือ นิวรณ์ ๕ อย่าง^๒ เมื่อบุคคลขาดการฝึกฝนจิตให้มีสติรู้ทันแล้ว ย่อมตกอยู่ภายใต้อำนาจของนิวรณ์เหล่านั้น และถูกบัญชาการให้เป็นไปต่างๆ ตามประเภทของนิวรณ์ที่มาครอบงำจิตใจนั้น เช่น เมื่อเกิดกามฉันท์ขึ้นก็จะทำจิตใจมีความกระวนกระวายในทางกามคุณ ๕ อย่างไม่มีขอบเขต และไม่พิจารณาเห็นโทษของกามว่าให้โทษอย่างไร จนเป็นสาเหตุให้คนเดือดร้อนกันมากขึ้น ตัวอย่างเช่น ภรรยาหนีสามีเก่าไปหาสามีใหม่ต่อมาถูกสามีใหม่ทิ้ง จึงกลับไปหาคนเดิม แต่ด้วยความหึงหวงในภรรยาว่าจะนอกใจตนอีก สามีเก่านั้นจึงได้ปลั่งมือฆ่าภรรยาแล้วฆ่าตัวเองตามไปด้วย

สิ่งเหล่านี้ก็มีสาเหตุจากภายในจิตใจของตนเองก่อนนั้น เมื่อถูกกระตุ้นโดยสภาวะแวดล้อมภายนอกจึงทำให้หลงใหลเผลอสติแล้วก่อโทษต่างๆ นับเป็นปัญหาใหญ่ในสังคมไทยปัจจุบัน แม้รัฐจะให้การป้องกัน แต่ก็ยังมีปรากฏอยู่เนืองๆ เนื่องจากขาดการอบรมสติในการพิจารณาภายในกาย ตามหลักของวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐาน ซึ่งใช้การเจริญสติเป็นหลักปฏิบัติ เป็นทางสายเดียวและทางสายเอกที่จะแก้ปัญหาได้ตรงตามเหตุปัจจัยอย่างแท้จริง สติจึงเป็นธรรมเครื่องตื่นอยู่ในโลก^๓

การปฏิบัติสมณะภาวนาและวิปัสสนาภาวนา จัดว่าเป็นภาระการงานที่หนักอึ้งเป็นกิจหลักภาคปฏิบัติในพระพุทธศาสนา เพื่อการฝึกอบรม พัฒนาบุคคลให้มีความตื่นตัว และสามารถแก้ปัญหาที่รุมเร้าเข้ามาทุกวัน โดยมีหลักศึกษาซึ่งเรียกว่า หลักธรรมา คือ กิจในพระพุทธศาสนามี ๒ อย่าง คือ ๑. หลักคันธธรรมา ได้แก่ การศึกษาเล่าเรียน ในนวงคัสตฤศาสน์ ซึ่งเป็นฝ่ายปริยัติสัทธรรม ๒. หลักสมณะภาวนาและวิปัสสนาภาวนาธรรมา ซึ่งเป็นฝ่ายปฏิบัติสัทธรรม เพื่อการขัดเกลาอนุสัยกิเลสภายในจิตใจให้เบา

^๑ม.ม. (บาลี). ๑๒ / ๑๙๗ / ๑๖๘.

^๒อง.ปญจก. (ไทย). ๒๒/๕๑/ ๘๙ - ๙๑.ได้แก่ กามฉันทะ ความพอใจในกาม พยาบาท ความคิดร้าย ถีนมิทธะ ความหดหู่และเซื่องซึม อุจจกุกุกจะ ความฟุ้งซ่านและรอนใจ และวิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย

^๓ส.ส. (ไทย). ๑๕ / ๖๑ .

บางลงไป และเพื่อประโยชน์ในการดำเนินชีวิต ทั้งในปัจจุบันและประโยชน์สูงสุด คือ การดับสิ้นกิเลสอาสวะทั้งปวง ก็ด้วยปฏิบัติสมณะภวานาและวิปัสสนาภวานา ดังมีพระพุทธพจน์ ที่กล่าวไว้ว่า

“ภิกษุผู้เจริญสมณะภวานาและวิปัสสนาภวานา ควบคู่กันไปเมื่อเธอเจริญสมณะภวานาและวิปัสสนาภวานา ควบคู่กันไป มรรคผลย่อมเกิดแก่เธอผู้ปฏิบัติอยู่ เจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเป็นผู้ปฏิบัติอยู่นั้น เจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่เป็นนิจ ย่อมละสังโยชน์ได้อนุสยิกิเลสทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป”^๔

หลักการปฏิบัติสมณะภวานาและวิปัสสนาภวานา ก็มีภูมิตำหนักนั้น ก็เพื่อให้พุทธบริษัทได้นำปฏิบัติตาม เพื่อยังประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน และประโยชน์สูงสุดให้เกิดขึ้นภายในตน ซึ่งเป็นการแก้สาเหตุของปัญหาในระดับเบื้องต้นได้เป็นอย่างดี สาเหตุเนื่องจากมนุษย์ทุกยุคทุกสมัยย่อมจะประสบกับปัญหานานาประการอยู่ไม่สิ้นสุด พระพุทธศาสนาจึงสอนให้แก้ปัญหา ทั้งด้านนอกด้านในไปพร้อมๆ กันทั้งทางสังคมและจิตใจของบุคคล กล่าวคือในด้านนอกนั้น ก็ใช้หลักศีลแก้ปัญหาทางกายและทางวาจา ส่วนด้านภายในที่เกี่ยวกับจิตใจและปัญญาที่ใช้หลักวิปัสสนาภวานาก็มีภูมิตำหนักซึ่งเป็นหลักปฏิบัติตามเพื่อจะได้ละความโลภ ความโกรธ ความหลง และความเห็นแก่ตัว เพื่อให้กิเลสเบาบางลงไป และสามารถเอาชนะจิตใจที่เป็นฝ่ายอกุศลความชั่วร้าย เป็นบาปก่อให้เกิดโทษเป็นอย่างยิ่ง ด้วยการเจริญภวานาคุณธรรมตามลำดับ เพราะปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาที่มนุษย์ต้องประสบกันมาทุกยุคทุกสมัยก็เหมือนกันนั้น คือ คนมีความเห็นแก่ตัว ขาดความเมตตาการุญ มีความอิจฉาริษยา และรักสุขเกลียดความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น^๕

หลักสมณะภวานาก็มีภูมิตำหนักอีกประการหนึ่งนั้นที่คนไทยนิยมปฏิบัติ คือ การเจริญอานาปานสติภวานาก็มีภูมิตำหนักนี้ มิใช่แต่ได้รูปฌานอย่างเดียว หากยังเป็นบาทของมรรค ผล อีกด้วย และผู้เจริญก็สามารถ ป้องกันมิให้เป็นมิจฉาวิตกต่างๆ นอกจากนี้ ผู้ที่ได้สำเร็จจอร์หัตตผลโดยอาศัยการเจริญอานาปานสติภวานาก็มีภูมิตำหนัก เป็นบาทย่อมกำหนดรู้ในอายุสังขารของตนว่าจะอยู่ได้นานเท่าใดและรู้เวลาที่ประณีตนิพพานด้วย อานาปานสติมีอารมณ์เป็นสมุหปัญญุตติ คือรวมเอาวโยธาตุที่เข้าออกในร่างกายนิมิตที่ปรากฏขึ้นนั้นปรากฏได้ไม่ยาก การพิจารณาภูมิตำหนักภวานาทั้งสองอย่างนี้ต้องใช้ความพยายามในการพิจารณาซึ่งต่างกับภูมิตำหนักที่มีอารมณ์เป็นปรมาณู^๖

หลักวิปัสสนาภวานาก็มีภูมิตำหนัก อีกประการหนึ่งนั้นที่คนไทยนิยมปฏิบัติ คือ การเจริญวิปัสสนาภวานาก็มีภูมิตำหนัก การทำความเห็นแจ้งให้มีขึ้น เป็นขึ้น เกิดขึ้นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม ด้วยปัญญาที่เห็นพระไตรลักษณ์ในรูปนาม ชันธ ๕ โดยไม่ปรารภณาในต้นหาและทฤษฏีพิจารณาธรรมในปัจจุบันให้เห็นแจ้งธรรมนั้นด้วยอนุปัสสนา ๗ ทำให้สามารถถอดถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารได้ คือ ความเห็นผิดว่าเป็นตัวเป็นตนของเรา ด้วยการเจริญสติปัฏฐาน ๔^๗

^๔ วจ.จตุกก. (ไทย). ๒๑/๑๓๐/ ๒๓๗ - ๑๒๘.

^๕ พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๓๐๕- ๓๐๘.

^๖ เรื่องเดียวกัน.

^๗ พระธรรมปิฎก, (ป.อ.ปยุตโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๒๗๖.

จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน มีอยู่มากมายเพื่อยังประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน และประโยชน์สูงสุดให้เกิดขึ้นภายในตน ซึ่งเป็นการแก้สาเหตุของปัญหาในระดับเบื้องต้นได้เป็นอย่างดี เนื่องจากว่ามนุษย์ทุกยุคทุกสมัย ย่อมจะประสบปัญหานานัปการการอยู่ไม่สิ้นสุด พระพุทธศาสนาจึงสอนให้แก้ปัญหาด้านนอกและด้านในไปพร้อมๆกันทั้งทางสังคม และจิตใจของบุคคล กล่าวคือทางด้านนอก ก็ให้ศีลแก้ปัญหาด้านกายและวาจา ส่วนด้านภายในเกี่ยวกับจิตใจและปัญญา ให้ใช้หลักวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานเป็นหลักปฏิบัติตาม เพื่อจะได้ละความโลภ ความโกรธ ความหลง และความเห็นแก่ตัว ให้เบาบางลงไป และสามารถเอาชนะจิตใจที่เป็นฝ่ายอกุศล เป็นบาปความชั่วร้ายเป็นโทษอย่างยิ่ง ด้วยการเจริญหลักคุณธรรมตามลำดับ เพราะปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาที่มนุษย์ต้องประสบกันทุกยุคทุกสมัย ก็เหมือนกันคือ มีความเห็นแก่ตัว ขาดความเมตตา มีความริษยา รักสุขเกลียดทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานนั้นมีประโยชน์ตนโดยตรง เพราะทำให้ผู้ปฏิบัติได้ดำเนินพัฒนาจิตของตน ไปสู่หลักอริยสัจสี่อย่างสมบูรณ์ไม่ว่าจะปฏิบัติควบคู่กับสมณะภาวนา หรือไม่ก็ตามหรือจะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาล้วนๆ ที่เรียกว่า วิปัสสนาญาณิกะ คือ ผู้มีวิปัสสนาล้วนๆ แต่อย่างน้อยก็ต้องอาศัย กำลังทางสมาธิจิต ในระดับฌณิกสมาธิขึ้นไป จึงจะสามารถพิจารณาเห็นสรรพสิ่งตามความเป็นจริงได้ถูกต้องเพราะมีพื้นฐานทางจิตที่ดี ฉะนั้นการบรรลุธรรมในพระพุทธศาสนา จึงมีอยู่ ๒ อย่าง คือ อย่างแรก ถ้าเจริญสมาธิภาวนาก็จะสามารถบรรลุด้วยเจโตวิมุตติ คือ หลุดพ้นด้วยใจ และอย่างที่สอง ถ้าเจริญวิปัสสนาภาวนา ก็สามารถบรรลุด้วยปัญญาวิมุตติ คือ หลุดพ้นด้วยปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐาน^๙

“พระองค์ประทับอยู่ ณ คงคต้นอชปาลนิโครธนั้น ขณะเมื่อทรงหลีกเร้นอยู่ในที่สงัดได้เกิดความรำพึงขึ้นมาว่า “ธรรมที่เราได้บรรลุแล้วนั้น ลึกซึ้ง เห็นได้ยาก รู้ตามได้ยาก มีความสงบ ประณีตไม่เป็นวิสัยของตรรกแห่งความคิด อันละเอียด บัณฑิตจึงจะรู้ได้ สำหรับหมู่ประชาชนผู้ร้นมรย์ ด้วยอาลัยยินดีในอาลัย เพลิดเพลินในอาลัยนั้น ฐานะอันนี้ย่อมเป็นสิ่งที่เห็นได้ยากนัก กล่าวคือ หลักอทิปปัจจยตา และหลักปฏิจจุสมุปบาท ถึงแม้ฐานะอันนี้ก็เห็นได้ยากยิ่ง กล่าวคือ ความสงบของสังขารทั้งปวง ความสลัดอุปธิทั้งปวง ความสิ้นตัณหา วิราคะ นิโรธ และนิพพานนั้น ถ้าเราจะพึงแสดงธรรม และผู้อื่นจะไม่เข้าใจซึ่งต่อเรา ข้อนั้นจะพึงเป็นความเหน็ดเหนื่อยเปล่าแก่เรา จะพึงเป็นความลำบากเปล่าแก่เรา”^{๑๐}

ต่อจากนั้นพระพุทธองค์ จึงเสด็จไปประกาศพระศาสนา เมื่อครั้งที่พระพุทธเจ้าประทับอยู่นั้น ณ นิคมของชาวกुरु ชื่อ กัมมาสธัมมะ พระองค์ได้ตรัสว่า ทางนี้เป็นทางเดียว เป็นทางสายเอก เป็นไปเพื่อความหมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงโสกะปริเทวะ เพื่อความดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุ ธรรม และเพื่อทำนิพพานให้แจ้ง คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ ก็สติปัฏฐาน ๔ ประการมีอะไรบ้างคือ พิจารณาเห็นกายในกายอยู่เป็นนิจ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่เป็นนิจ มีความเพียรมีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌา และโทมนัสในโลกได้ และพึงพิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่เป็นนิจมีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^{๑๑}

^๙ พุ.อติ.อ. (บาลี) ๓๓๒, พุ.อุ.อ. (บาลี) ๒๒๑.

^{๑๐} วิ.ม. (ไทย). ๔ / ๗/ ๑๑.

^{๑๑} ที. ม. (ไทย). ๑๐ / ๑๐๑ - ๑๐๒.

วิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานนี้ เป็นทางเดียวเพื่อความหมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อความก้าวล่วงโสกะและปริเวหาเพื่อดับทุกข์และโหมันส เพื่อบรรลุนิพพาน เพื่อทำนิพพานให้แจ้ง คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ อันได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ส่วนอานาปานสติกัมมัฏฐาน ย่อมทำให้กุศลจิตของผู้เจริญเข้าสู่ขั้นอัปปนาภาวนานั้น เพราะ เป็นอารมณ์ของรูปฌาน ๔ เมื่อพระโยคีบุคคลได้เจริญอานาปานสติแล้ว ย่อมสำเร็จฌานทั้ง ๕ ตามลำดับได้โดยไม่ต้องเปลี่ยนกัมมัฏฐานในขณะที่กำหนดรู้ลมหายใจเข้า – ออก ตามที่พระพุทธองค์ทรงวางไว้แล้ว สามารถระงับดับกามวิตก พยาบาทวิตก วิหิงสาวิตก และถีนมิทธะนิรณโณอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นได้นั้น

สมณะภาวนาและวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานทั้งสองนี้ คือ สติปัฏฐาน และอานาปานสติ อาศัยเป็นอุปกรณ์ในการควบคุมกายทวาร วจีทวารและมโนทวาร ให้ดำรงอยู่ในสภาวะที่ปกติ คือให้มีสติสังวร คือ ความสำรวมในทางอินทรียทั้ง ๖ อันได้แก่ความสำรวม ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ เมื่อกระทบกับ อารมณ์ภายนอก สติทำหน้าที่กำกับไม่ให้จิตใจ ไปแสวงอารมณ์ความยินดี ยินร้ายในการรับรู้อารมณ์นั้น นอกจากนั้น สติยังหมายถึง ความไม่ลืม ความไม่เผลอ ไม่เลินเล่อ และไม่พินเพื่อนเลือนลอย ไปตามอำนาจแห่งกามคุณ ๕ อันนำใคร่นำปรารถนา นำพอใจ อันทำให้เกิดปัญหาต่อตนเองและสังคม ด้วยการแสวงหาทรัพย์สมบัติ เงินทอง โดยความไม่สุจริต กล่าวละเมิดต่อศีลธรรมและกฎหมายบ้านเมือง เพราะไม่สำรวมด้วยสติ และเพราะการไม่ฝึกฝนตนให้เป็นคนมีสติ ไม่เพียงแต่เท่านั้นยังบั่นทอนคุณภาพของสติให้หวั่นไหว ให้สั่นคลอน ให้ตั้งอยู่ในความประมาท ในจิตใจของมนุษย์นั้นคือ นิรณโธธรรม ๕ อย่าง* เมื่อบุคคลขาดการฝึกจิต ให้มีสติรู้ทันแล้ว ย่อมตกอยู่ภายใต้อำนาจของนิรณโธเหล่านั้น^{๑๑}

รูปแบบและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานในประเทศไทย ปัจจุบันมีอยู่หลากหลาย จึงเป็นเหตุทำให้พุทธศาสนิกชน อาจเกิดความสับสนในการปฏิบัติและอาจทำให้หลงยึดติดในรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กัมมัฏฐานที่ไม่ถูกต้องตรงตามพระไตรปิฎก อาจทำให้ปฏิบัติผิดทาง และสอนแบบผิดๆ ทำให้พระพุทธศาสนาเสื่อมได้ แบบไม่รู้ตัว

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานนั้น มีประโยชน์ตนโดยตรง เพราะทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติตามแล้วได้ดำเนินจิตของตนไปสู่หลักอริยสัจสี่อย่างสมบูรณ์ไม่ว่าจะปฏิบัติควบคู่กันไปกับสมณะภาวนาหรือไม่ก็ตาม หรือจะปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาล้วนๆ ที่เรียกว่า วิปัสสนาญาณิกะ คือ ผู้มีวิปัสสนาภาวนาล้วนๆ แต่อย่างน้อยก็จะต้องอาศัยกำลังทางสมาธิจิตในระดับฌณิกสมาธิขึ้นไป จึงสามารถจะพิจารณาสรรพสิ่งตามความเป็นจริง และถูกต้องเพราะมีพื้นฐานทางจิตใจที่ดี ฉะนั้นการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานในงานวิจัยนี้ย่อมมีการพรรณนาความถึงสมาธิบ้างในบางส่วน เพื่อให้เห็นความสำคัญของสมาธิ ที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐาน ด้วยเหตุผลที่ว่า การบรรลุนิพพานในพระพุทธศาสนา มี ๒ อย่าง คือ อย่างแรก ถ้าเจริญสมณะภาวนาก็สามารถบรรลุด้วยเจโตวิมุตติ หลุดพ้นด้วยใจ และอย่างที่สอง ถ้าเจริญวิปัสสนาภาวนา ก็สามารถบรรลุด้วยปัญญาวิมุตติ คือ หลุดพ้นด้วยปัญญาที่เกิดจากการ

*ได้แก่ กามฉันทะ ความพอใจในกาม, พยาบาท ความคิดร้าย, ถีนมิทธะ ความหดหู่และเซื่องซึม, อุทธัจจ กุกกุกจะ ความฟุ้งซ่านและร้อนใจ, และวิจิกิจฉา ความลังเลสงสัย.

^{๑๑}อง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/ ๕๑ / ๘๙ – ๙๑.

ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐาน^{๑๒} คนย่อมบริสุทธ์ด้วยปัญญาและเกิดเป็นคนต้องเจริญวิปัสสนาภาวนา^{๑๓}

พระครูภาวนานุศาสก์ (แป้น ธรรมโร/ชาวเวียง) เป็นพระสงฆ์รูปหนึ่ง ที่ทำหน้าที่เป็นพระวิปัสสนาจารย์ของสำนักวิปัสสนากัมมัฏฐาน วัดไทรงามธรรมธาราม จังหวัดสุพรรณบุรี เป็นผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐาน ในยุคเริ่มแรกตั้งแต่ ปี พ.ศ. ๒๕๐๐ เป็นต้นมา เพื่อประกาศเผยแผ่หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานวิปัสสนาธุระ ตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔^{๑๔} ด้วยกำลังแห่งศรัทธา เพราะเป็นการปฏิบัติที่เป็นมหากุศลที่ปฏิบัติได้ยาก พระครูภาวนานุศาสก์ได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานมาโดยตลอด เพราะมีอาณิสสฺสมาก เอื้ออำนวยเกื้อกูลแก่ผู้ปฏิบัติเพิ่มพูนเป็นสมาธิปฏิบัติได้เป็นอย่างดี ท่านยังได้ตระหนักถึงความสำคัญของวิปัสสนาธุระ สอนเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานอย่างจริงจัง สามารถสอนให้ผู้เข้ารับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เข้าถึงจุดมุ่งหมายของตนเองได้ และเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่ให้ความรู้ครบทั้งทฤษฎีและปฏิบัติ ท่านจึงเป็นที่รู้จักกันในสังคม

ดังนั้น ผู้วิจัย จึงสนใจศึกษารูปแบบ และวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานของพระครูภาวนานุศาสก์ (แป้น ธรรมโร) เพื่อหาหลักฐานในเรื่องหลักการและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานที่ถูกต้องตามที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาเถรวาทมารับรองและศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในประเทศไทย และศึกษาผลสัมฤทธิ์ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานตามแนวของพระครูภาวนานุศาสก์ โดยศึกษาถึงผลที่ได้รับจากผู้เข้ารับการฝึกปฏิบัติในสำนักวิปัสสนากัมมัฏฐาน วัดไทรงามธรรมธาราม จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อจะได้นำไปเป็นรูปแบบและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานอย่างเหมาะสม ตรงกับจริตของบุคคลและเพื่อเป็นเทคนิคในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาหลักการและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษารูปแบบและวิธีปฏิบัติวิปัสสนาในประเทศไทย
- ๑.๒.๓ เพื่อศึกษารูปแบบการสอนและวิธีปฏิบัติวิปัสสนาของพระครูภาวนานุศาสก์ (แป้น ธรรมโร)

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๔.๑ หลักการและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เป็นอย่างไร
- ๑.๔.๒ รูปแบบและวิธีปฏิบัติวิปัสสนาในประเทศไทย เป็นอย่างไร
- ๑.๔.๓ รูปแบบการสอนและวิธีปฏิบัติวิปัสสนาของพระครูภาวนานุศาสก์ (แป้น ธรรมโร) เป็นอย่างไร

^{๑๒} ชู.อิต.อ. (บาลี) ๓๒๒ , ชู.อุ.อ. (บาลี) ๒๒๑.

^{๑๓} ชู.สุ. (บาลี) ๒๕ / ๓๖๑.

^{๑๔} ส.ม. (ไทย) ๑๘/ ๗๗๘/ ๒๓๒.

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ขอบเขตด้านเนื้อหา ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยไว้ดังนี้

(๑) เนื้อหาพระพุทธศาสนา ที่เกี่ยวกับหลักการและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนา ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจากมหาสติปัฏฐานสูตร เล่มที่ ๑๐ ที่มณิกาย มหาวรรค, อรรถกถา, ฎีกา, ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค และวิมุตติมรรคของพระพุทธศาสนาเถรวาท

(๒) เนื้อหาเกี่ยวกับรูปแบบและวิธีปฏิบัติวิปัสสนาในประเทศไทย ศึกษาค้นคว้าจากเอกสารหนังสือ และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๓.๒ ขอบเขตด้านพื้นที่

ขอบเขตด้านพื้นที่ ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ในการวิจัยไว้ดังนี้ คือ วัดไพธวงมธรรมธาราม บ้านดอนมะสังข์ ตำบลดอนมะสังข์ อำเภอเมือง จังหวัดสุพรรณบุรี

๑.๓.๓ ขอบเขตด้านระยะเวลา

ขอบเขตด้านระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษาวิปัสสนาตามแนวของพระครูภาวนานุศาสตร์ (แป้น ธรรมธโร) ในครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระยะเวลาในการดำเนินงาน ๖ เดือน เริ่มตั้งแต่วันที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๕๘ ถึงวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๕๙

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ วิปัสสนาภาวนา^{๑๕} หมายถึง ความเห็นแจ้ง เห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรมที่ตั้งแห่งการงานของจิต อันเห็นแจ้งวิเศษ grunnฐานอันเป็นอุบายเรื่องปัญญามีอารมณ์เป็นปรมาัตถ์

๑.๕.๒ ตามแนว หมายถึง ตามแนวทางของพระครูภาวนานุศาสตร์ (แป้น ธรรมธโร)

๑.๕.๓ พระครูภาวนานุศาสตร์ (แป้น ธรรมธโร) หมายถึง ชื่อตามสัญญาบัตร คือ พระครูสัญญาบัตรชั้นเอก

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงหลักทั่วไปของวิธีเจริญสมาธิไว้ว่าบรรดากัมมัฏฐาน ๔๐ อย่างนั้น ขอเลือกอาภาวนาปณาสติ เหตุผลที่เลือกเป็นตัวอย่างมีหลายประการ เช่น เป็นวิธีเจริญสมาธิที่ปฏิบัติได้สะดวกยิ่ง เพราะใช้ลมหายใจ ซึ่งเนื่องอยู่กับตัวของทุกคน ใช้ได้ตลอดเวลาทุกสถานที่ ในทันทีที่ต้องการพอลงมือปฏิบัติก็ได้รับผล เป็นประโยชน์ทันที ตั้งแต่ต้นเรื่อยไปไม่ต้องรอจนเกิดสมาธิที่เป็นขั้นตอนสมาธิที่เป็นขั้นตอนชัดเจน กล่าวคือ กายใจผ่อนคลายได้พักจิตสงบ สบายลึกซึ้ง ลงไปเรื่อยๆ ทำให้อกุศลกรรมระงับ และส่งเสริมให้กุศลธรรมเกิดขึ้น การบำเพ็ญอาภาวนาปณาสติทำให้กายใจสุขสงบจนลมหายใจละเอียดประณีตลงไปเรื่อยๆ ยิ่งกว่านั้นอีก จนถึงขั้นที่แทบจับไม่ได้ว่ามีลมหายใจในเวลานั้น

^{๑๕} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, หน้า ๑๗๒.

ร่างกายดำรงอยู่ได้ดี โดยใช้พลังงานน้อยที่สุด เตรียมความสดชื่นไว้ให้แก่งานทำกิจในเวลาถัดไปและช่วยให้แก่ข้าลง หรือช่วยให้ทำงานได้มากขึ้น พร้อมกับสามารถพักผ่อนน้อยลง^{๑๖}

ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายความหมายของอานาปานสติ ไว้ว่า คำว่า อานาปานสติ แปลว่า อย่างไร มีปัญหาที่ถกเถียงกันอยู่ในตัว ต้องตั้งใจทำความเข้าใจให้ดีในความหมายของคำนี้ตามรูปศัพท์ของภาษาบาลีสมาสเช่นนี้แปลยกย้ายได้หลายอย่างตามแบบของสมาสนั้นสมาสนั้นมันถูกต้องโดยหลักภาษา แต่เมื่อถึงคราวปฏิบัติมันถูกเพียงอย่างเดียว คือ ตรงกับเรื่องของมันสำหรับคำว่า “อานาปานสติ” ที่แปลกันอยู่เป็นพวกใหญ่ๆ มี ๒ อย่าง อย่างหนึ่งแปลสติกำหนดลมหายใจเข้าออกนี้ แปลกันทั่วไปจนกระทั่งในต่างประเทศ อีกอย่างหนึ่ง อานาปานสติ แปลว่า สติกำหนดที่ธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก^{๑๗}

อวยชัย โรจน์นรินทร์กิจ ได้กล่าวถึงแนวคิด เรื่องอานาปานสติ และการอบรมอานาปานสติสมาธิในพระพุทธศาสนา เพื่อสร้างศรัทธาอันถูกต้องในพุทธศาสนา โดยการพิสูจน์ด้วยเหตุผลว่าสร้างเหตุที่ดีผลที่ดีตามมา สร้างเหตุที่ชั่วชั่วตามมา ดังที่ได้สร้างองค์ประกอบของเหตุผลที่ดีต่างๆ ขึ้นอย่างครบถ้วนในการทำจิตให้บริสุทธิ์ เป็นการช่วยขณะ ผลที่ดีตามมาอันได้แก่ ความสงบความสุขทางใจเป็นประจักษ์ ผู้ฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาด้วยตนเอง จึงเป็นแรงเสริมให้มีความเชื่อที่มั่นคงว่ากรรมมีจริง ผู้ใดทำกรรมใดไว้ ย่อมได้รับผลของกรรมนั้น ดังนั้นเมื่อจะทำชั่ว จึงมีความละอายและเกรงกลัวต่อการทำชั่ว เนื่องจากต้องได้รับผลของกรรมที่ทำไว้ในขณะเดียวกันก็มุ่งที่จะสร้างเหตุที่ดีให้ครบองค์ประกอบโดยการสร้างเหตุผล ไม่สร้างด้วยความมกมายเป็นการใช้เหตุผลในทางจริยธรรม วัชร ทงมอญ ได้กล่าวไว้ในวิทยานิพนธ์เรื่อง การศึกษาการนำหลักพุทธธรรมมาประยุกต์ใช้ในการให้การปรึกษาเพื่อลดความเครียดของผู้ปฏิบัติในเบื้องต้น การเจริญสติปัฏฐาน เพื่อประโยชน์ของตนเอง และช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นประสบความสำเร็จให้พ้นทุกข์และที่มีความสุขแล้วให้สุขยิ่งขึ้นไป ซึ่งสอดคล้องกับคำว่า สติปัฏฐาน คือ การปฏิบัติเพื่อให้สามารถเฝ้าดูปรากฏการณ์ในธรรมชาติของตนเอง ซึ่งก่อให้เกิดวิธีการคิดที่ไม่ก่อความทุกข์ กับตนเองเพิ่มขึ้นโดยในมหาสติปัฏฐานสูตร และอานาปานสติสูตร ซึ่งเป็นพระสูตรที่สำคัญ ซึ่งเน้นเรื่องสติที่จะนำไปสู่สมาธิ และปัญญา เมื่อใดก็ตามที่แลเห็นสภาพความเป็นจริงของชีวิต ไม่ตกอยู่ในอิทธิพลของความกลัวและกิเลส อิสระภาพทางจิตก็จะเกิดขึ้น และจะสามารถช่วยผู้อื่นได้มากขึ้นด้วยสติปัฏฐาน เป็นวิธีการปฏิบัติโดยใช้สติเป็นที่ตั้ง และนำเทคนิคการมีสติในปัจจุบัน ซึ่งมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งที่ส่งผลต่อการลดความเครียด โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อไม่ให้เกิด ความกังวล คร่ำครวญถึงอดีตที่ผ่านมา และกังวลถึงอนาคตที่ยังมาไม่ถึง^{๑๘}

พระมหาบุรณะ ชาตเมโธ ได้กล่าวถึง การเจริญสติและปัญญา ในการคุ้มครองอินทรีย์ เพื่อจะรักษาสภาพของจิต ไม่ให้หลงไปตามกิเลสที่เข้ามากระทบ ความตอนหนึ่งในวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ความว่า บุคคลรักษามโนอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ด้วยความสำรวมระวัง เรียกว่า สติสังวร

^{๑๖} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๘๕๔ - ๘๕๕.

^{๑๗} พุทธทาสภิกขุ, **อานาปานสติ ฉบับสมบูรณ์**, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๔), หน้า ๖.

^{๑๘} อวยชัย โรจน์นรินทร์กิจ, “ศึกษาผลการฝึกอานาปานสติในพุทธศาสนาต่อพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม”, **วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหิดล), ๒๕๖๖, หน้า ๖๙.

ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงว่า ภิกษุรักษาอินทรีย์ คือ จักชื่อว่าถึงความสำรวมในจักขุนทรีย์” ถ้าบุคคลทั่วไปพึงรู้เรื่องการรับอารมณ์ที่พอเหมาะ เช่น จะชมรายการโทรทัศน์ หรือฟังวิทยุ ก็ควรจะชม หรือฟังรายการที่เหมาะสม ควรปิดกั้นกระแสกิเลสที่เข้ามาทางอายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ด้วยสติ แต่ถ้าจะต้องตัดกระแสกิเลสเหล่านั้นด้วยปัญญา^{๑๙}

ธนาคม บรรเทากุล ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภททันตะอาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจารย์ยะ พบว่า มีส่วนอิทธิพลของแนวการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน เริ่มต้นที่สำนักวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ในกรุงเทพมหานคร, สำนักวัดวิเวกอาศรมและสำนักวัดภททันตะอาสภาราม จังหวัดชลบุรี และมีสำนักวิปัสสนากัมมัฏฐาน ขยายอย่างไม่หยุดยั้ง จำนวน ๒๐๗ แห่ง ใน ๕๓ จังหวัด โดยมีวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นที่ยอมรับนับถือของนักปราชญ์และพุทธบริษัททั้งในประเทศและต่างประเทศ เป้าหมายสูงสุดของท่านมีเจตนารมณ์ เพื่อเผยแผ่วิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ที่ถูกให้ครบทั้งปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ให้มีพยานบุคคลยืนยันผลของการปฏิบัติ มรรค ผล นิพพาน มีจริงดังคำโบราณกล่าวว่า “พระพุทธศาสนา คือ วิปัสสนา” และเป็นการสืบต่อพระพุทธศาสนาให้มั่นคงต่อไปชั่วกาลนาน^{๒๐}

แม่ชีศิริวรรณ จำเนียรบุญ ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง ศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระอธิการสนอง กตปุญโญ พบว่า จากการศึกษาผลของสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานที่มีต่อผู้มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา ที่มีศรัทธาในการปฏิบัติตามทำให้หลักธรรมและวิธีการปฏิบัติ มีความนิยมเป็นที่แพร่หลายในการเผยแผ่ การทำกัมมัฏฐานโดยใช้อานาปานสติ คือ สมหายใจเข้าปริกรรมว่า “พุท” สมหายใจออกปริกรรมว่า “โธ” ในการกำหนดจิตในทุกๆ อิริยาบถโดยการยืนอย่างมีสติ การเดินอย่างมีสติ การนั่งอย่างมีสติ และการนอนอย่างมีสติพิจารณาเป็นส่วนๆ ไปให้กำหนดรู้ทั้งอาการ ๓๒ เรียกว่า สัมปะชาโน มีสติรู้ตัวทั่วพร้อมทั้งกายเบื่องบนถึงเบื่องล่างให้พิจารณาทุกข์ มีความเข้าใจในหลักของสติปัฏฐาน โดยสมควรแก่ผู้เข้ารับการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน^{๒๑}

พระมหาสมพงษ์ ภูทาทาจาโร (ปัตตมา) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง ศึกษาวิเคราะห์นิเวศน์ ๕ อันเป็นธรรมารมณ์ของวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน พบว่า ผลการวิจัยการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทนั้นเริ่มต้นจากการชำระศีลของตนให้บริสุทธิ์ รักษาศีล ๕ ให้บริบูรณ์ ผู้ปฏิบัติควรเป็นผู้ว่าง่ายสอนง่าย ต้องตัดความกังวลทั้งหลายให้หมด เลือกลงสถานที่ปฏิบัติให้เหมาะสม เข้าหาผู้เป็นกัลยาณมิตร สมาทานกัมมัฏฐานเพื่อเจริญสติปัฏฐาน ๔ และหมั่นส่งอารมณ์กับพระวิปัสสนาจารย์ เพื่อท่านจะได้แนะนำชี้แนะ

^{๑๙} พระมหาบุรณะ ชาตเมโธ, “การศึกษาอิทธิพลของอายตนะ(สี่) ที่มีต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๒๔-๑๒๕.

^{๒๐} ธนาคม บรรเทากุล, “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภททันตะอาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจารย์ยะ”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า บทคัดย่อ.

^{๒๑} แม่ชีศิริวรรณ จำเนียรบุญ, “ศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระอธิการสนอง กตปุญโญ วัดสังฆทาน จังหวัดนนทบุรี”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), หน้า บทคัดย่อ.

จนสามารถเข้าถึงสภาวะธรรมอันแท้จริง และหลักสติปัฏฐาน ๔ นั้น เป็นทางดำเนินไปสู่พระนิพพานที่ พระพุทธเจ้าและพระอริยสาวกได้ดำเนินมาแล้ว สมกับพระพุทธพจน์ที่ตรัสว่า ธรรมนี้ดีจริง ให้ผลไม่จำกัด เวลาไม่เลือกบุคคล เวลาและสถานที่ ควรเรียกให้มาดู ควรน้อมเข้ามา อันวิญญูชนพึงเห็นได้เฉพาะตนเมื่อ เห็นไตรลักษณ์แล้ว ต่อไปอีกไม่นานก็จะสามารถเข้าใจสภาวะธรรม การปฏิบัติสติปัฏฐานนี้จึงเหมาะสมกับ ทุกจริต^{๒๒}

พระชาตรี ฐิตเมโธ (วงศ์สกิจ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่อง ผลสัมฤทธิ์ทางการปฏิบัติวิปัสสนา กัมมัฏฐานตามแนวทางของศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานภาคเหนือ วัดร่ำเปิง (ตโปทาราม) พบว่า ผลการวิจัย วิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของศูนย์วิปัสสนากัมมัฏฐานภาคเหนือวัดร่ำเปิง (ตโปทาราม) เป็นการสอนตามหลักพุทธทศาวนา ๔ คือ ๑) กายภาวนา มุ่งเน้นการกำหนดอิริยาบถ ในการเดินจงกรม การนั่งสมาธิ และการกำหนดอิริยาบถย่อยต่างๆ ๒) ศีลภาวนา มุ่งเน้นการไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น ๓) จิตตภาวนา มุ่งเน้นฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคง มีสมาธิ สะอาด ผ่องใส และสงบ และ ๔) ปัญญาภาวนา มุ่งเน้นการใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้และเข้าใจและพบว่า ผลการศึกษาเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ จากการสอนและการปฏิบัติของผู้เข้าปฏิบัติหรือ “โยคี” ทั้งก่อนและหลังปฏิบัติแล้ว พบว่า ด้านกาย ภาวนา ผู้ปฏิบัติหรือโยคีมีระดับการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ก่อนการปฏิบัติอยู่ในระดับกลาง ในขณะที่หลังการปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติสามารถปฏิบัติได้ในระดับมาก สุดท้ายมีปัญหาวิจารณ์ญาณ ในสิ่งเป็น ประโยชน์และไม่เป็นประโยชน์เป็นบุญและเป็นบาป ควรทำและไม่ควรทำ เข้าใจและเห็นความเป็นจริง ของชีวิตว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช่อัตถ์ตน จนสามารถละกิเลสได้ในที่สุด และเข้าสู่บรมสุข คือ พระนิพพาน^{๒๓}

พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุณโม (ใหญ่มีศักดิ์) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องศึกษาอัปมัญญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน พบว่า ผลการวิจัย หลักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาถูกต้องสอดคล้องกับคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การปฏิบัติ ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ โดยมีอารมณ์เป็นปรมาตมเป็นภูมิของวิปัสสนา มี ๖ ประการ คือ ชันธ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ และปฏิจจนุปบาท ๑๒ โดยย่อได้แก่ รูปและนาม และ พบว่า ผลการศึกษาทำให้ทราบว่า การเจริญอัปมัญญา ๔ เป็นองค์ประกอบสำคัญในการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนาดังกล่าว คือ การเจริญพุทธานุสติ เมตตาภาวนา อสุภกรรมฐาน และ มรณานุสติ เพื่อป้องกันสิ่งที่ทำให้เข้าใจผิดหรือกลัวภัยต่างๆ ช่วยระงับนิวรณ์ ๕ ได้เป็นอย่างดีทำสติ ให้เจริญขึ้น^{๒๔}

^{๒๒} พระมหาสมพงษ์ ภูทาทาโร (ปัตถามา) , “ศึกษาวิเคราะห์นิวรณ์ ๕ อันเป็นธรรมารมณ์ของวิปัสสนา ภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า บทคัดย่อ.

^{๒๓} พระชาตรี ฐิตเมโธ (วงศ์สกิจ), “ผลสัมฤทธิ์ทางการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของศูนย์ ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานภาคเหนือวัดร่ำเปิง (ตโปทาราม)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า บทคัดย่อ.

^{๒๔} พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุณโม (ใหญ่มีศักดิ์), “ศึกษาอัปมัญญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลัก สติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า บทคัดย่อ.

พระศรีธีรวงศ์ สัจจวโร (สมัย ต้นสอน) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องศึกษาภยญาณในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน พบว่า ผลการวิจัย การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ก็คือ การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นข้อปฏิบัติที่เนื่องด้วยกาย เวทนา จิต และธรรม ดังในคัมภีร์อรรถกถาว่า ยสมา ปน กายเวทนาจิตตธมเมสุ กณจิ ธมฺมํ อนามสิตวา ภาวนา นาม นตฺถิ “อนึ่งขึ้นชื่อว่า ภาวนาที่ไม่เนื่องด้วยกาย เวทนา จิต หรือ สภาวธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ย่อมไม่มี” และว่า “สตฺย อารมณํ ปริศฺศเหตฺวา ปญฺญา ยนฺตฺตํ น หิ สติวิริหิตา อนุปสฺสนา อตฺถิ” บุคคลกำหนดรู้อารมณ์ด้วยสติแล้วย่อมยังเห็นด้วยปัญญา เพราะไม่มีการหยั่งเห็นที่ปราศจากสติ^{๒๕}

พระมหาเข้มทอง ตนติปาโล (ฤทธิ์สื่อไกร) ได้ศึกษาเกี่ยวกับเรื่องศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณโณ) พบว่าผลของวิปัสสนากรรมฐานที่มีต่อชุมชนบ้านโนนทัน เมื่อประเมินตามหลักจริยธรรมแล้ว พบว่ามีอยู่ ๓ ระดับ ได้แก่ ๑) จริยธรรมเบื้องต้น คือ มีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของชุมชนบ้านโนนทันด้วยหลักแห่งศีลห้า ๒) จริยธรรมระดับกลาง คือ พฤติกรรมของคนในชุมชนบ้านโนนทัน มีปกติประพฤติในหลักกุศลกรรมบถ ได้แก่ กายสุจริต วาจาสุจริต เป็นส่วนใหญ่ และมีจิตใจที่ประกอบด้วยมโนสุจริตโดยมากและ ๓) จริยธรรมระดับสูง คือ ชุมชนชาวบ้านโนนทันส่วนใหญ่มีความเข้าใจและปฏิบัติในหลักของอริยสัจสี่ ได้อย่างถูกต้อง ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค โดยสมควรแก่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แต่ก็มีคนบางกลุ่มไม่สนใจ และไม่เข้าใจต่อหลักอริยสัจสี่ เพราะไม่ได้ฝึกฝนด้วยวิปัสสนากรรมฐานนั่นเอง^{๒๖}

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ทำการวิจัยด้วยเอกสาร (Documentary Research) โดยมีลำดับขั้นตอนการวิจัยดังนี้

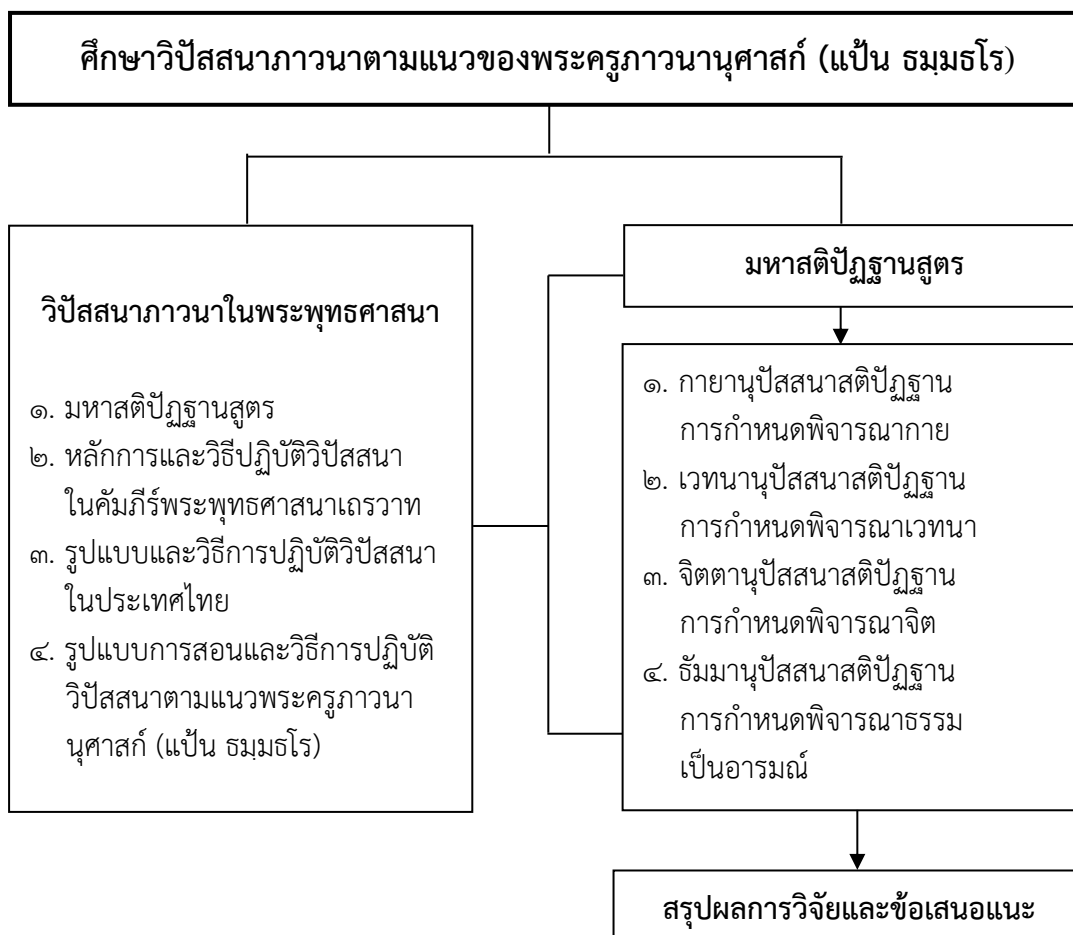
๑.๗.๑ ขั้นรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยสำรวจ ค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ ศึกษาค้นคว้าหลักการและวิธีการและวิธีการแห่งวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐาน และวิธีการปฏิบัติจากพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ รวมทั้งสำรวจ ค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ ศึกษาค้นคว้าหลักการและวิธีการและวิธีการแห่งวิปัสสนาภาวนากัมมัฏฐานและวิธีการปฏิบัติจากเอกสารและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาในครั้งนี้

๑.๗.๒ ขั้นวิเคราะห์ข้อมูล ศึกษาข้อมูลทั้งหมดที่รวบรวมมาจากข้อ ๑.๗.๑ ทำการจัดลำดับความสัมพันธ์อย่างเป็นระบบ แล้วศึกษาวิเคราะห์ประเด็นสำคัญต่างๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจน จากนั้นเรียบเรียง นำเสนอข้อมูลที่ได้และสรุปผลการวิจัย

^{๒๕} พระศรีธีรวงศ์ สัจจวโร (สมัย ต้นสอน), “ศึกษาภยญาณในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า บทคัดย่อ.

^{๒๖} พระมหาเข้มทอง ตนติปาโล (ฤทธิ์สื่อไกร), “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณโณ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า บทคัดย่อ.

๑.๘ กรอบแนวคิดในการวิจัย (Conceptual framework)



แผนภาพที่ ๑ แสดงกรอบแนวคิดและกระบวนการวิจัย

๑.๙ ประโยชน์ที่จะได้รับ

- ๑.๘.๑ ทำให้ทราบหลักการและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๘.๒ ทำให้ทราบรูปแบบและวิธีปฏิบัติวิปัสสนาในประเทศไทย
- ๑.๘.๓ ทำให้ทราบรูปแบบการสอนและวิธีปฏิบัติวิปัสสนาของพระครูภาวนานุศาสตร์ (แป้น ธมฺมธโร)