

บทที่ ๔

เปรียบเทียบบทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีสมัยพุทธกาลและในประเทศไทย

ในบทนี้ จะทำการเปรียบเทียบบทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีที่สอนกรรมฐาน ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและนำมายกเป็นตัวอย่างในบทที่ผ่านมาจำนวน ๙ ท่าน คือ ในสมัยพุทธกาล ๔ ท่าน ได้แก่ (๑) พระเชมาเถรี (๒) พระปฐาจาราเถรี (๓) พระธรรมทินนาเถรี (๔) นางขุชุตตรา อุบาสิกา และในสังคมไทยสมัยปัจจุบัน ๕ ท่าน ได้แก่ (๑) แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด (๒) คุณรัญจวน อินทรกำแหง (๓) ดร.สิริ กรินชัย (๔) คุณสุจินต์ บริหารวนเขตต์ และ (๕) ดร.ตรีธา เนียมขำ เพื่อศึกษาความเป็นมา แรงจูงใจและวิธีการสอนกรรมฐานของอาจารย์สตรีในสองยุค ทั้งนี้เพื่อให้ทราบความเหมือน ความแตกต่างตลอดจนข้อสังเกตบางประการ อันเป็นประโยชน์ต่อการศึกษา สำหรับเป็นแนวทางในการ ดำเนินรอยตามของยุวสตรีชาวพุทธในปัจจุบันและอนาคต

ผู้วิจัยได้เปรียบเทียบบทบาทการสอนกรรมฐาน ของสตรีในสมัยพุทธกาลและในประเทศไทย ทั้งนี้ได้จัดทำเป็นรูปแบบตารางเปรียบเทียบไว้ โดยด้านซ้ายจะบทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีสมัย พุทธกาล ส่วนด้านขวาจะเป็นบทบาทการสอนกรรมฐานของสตรีในประเทศไทยดังนี้

๔.๑ เปรียบเทียบความเหมือนของบทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีในสมัยพุทธกาล และในประเทศไทย

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
การสอนกรรมฐานของสตรีทั้ง ๔ ท่านนั้น มี บทบาทที่เหมือนกัน ๔ ด้านคือ ๑.สถานภาพ ๒. ความสามารถ ๓.ความมีศิลปะในการถ่ายทอด และ ๔. เป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตที่ดี	การสอนกรรมฐานของสตรี ๕ ท่าน มีบทบาท ใน ๕ ด้าน คือ ด้านสถานภาพ ความสามารถ ศิลปะในการถ่ายทอด และเป็นต้นแบบในการ ดำเนินชีวิตแก่อนุชน ที่คล้ายคลึงกัน คือ
ด้านสถานภาพนั้น พระเชมาเถรี พระปฐา จาราเถรี และพระธรรมทินนาเถรี มีสถานภาพเป็น ภิกษุณี ส่วนนางขุชุตตรา มีสถานภาพเป็น อุบาสิกา ซึ่งทั้งภิกษุณีและอุบาสิกานั้นเป็นส่วนหนึ่ง	ในด้านสถานภาพ แม่ชีคันสนีย์ คุณ รัญจวน ดร.สิริ ดร.ตรีธา และคุณสุจินต์ มี สถานภาพเป็นอุบาสิกาซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของพุทธ บริษัท หากแต่แม่ชีคันสนีย์ได้ถือเพศเป็นแม่ชีที่

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
ในพุทธบริษัท ๔ ซึ่งมีหน้าที่ในการทำงานบำรุง และเผยแผ่พระศาสนาธรรมคำสอนเช่นกัน	ชัดเจน แสดงเจตนารมณ์ที่จะเป็นผู้ประพฤติพรตพรหมจรรย์ เนื่องจากประเทศไทยไม่มีการรับรองการบวชเป็นภิกษุณีที่เป็นทางการ และเป็นที่ยอมรับทางกฎหมายและทางสังคม
ด้านความสามารถ พระเขมาเถรี มีความสามารถในการด้านปัญญา พระปฏาจาราเถรีมีความสามารถในการทรงพระวินัย พระธรรมทินนาเถรีมีความสามารถในการแสดงธรรม ส่วนนางชุชุตตราอุบาสิกา มีความสามารถด้านพหูสูต คือมีความรู้ด้านหลักธรรมมาก	ด้านความสามารถ ทั้ง ๕ ท่านล้วนมีความสามารถด้วยกันทั้งสิ้น ซึ่งนับได้ว่าเป็นคุณสมบัติพิเศษของแต่ละคน คือ แม่ชีคันสนียีมีความสามารถในการเป็นผู้คิดสร้างสรรค์งานใหม่ให้กับสังคมส่วนรวมอยู่เสมอ มีความคิดก้าวหน้าทันสมัย, คุณรัญจวนมีความสามารถในการศึกษาเรียนรู้จากครูบาอาจารย์, ดร.สิริมีความสามารถในการเป็นนักสังคมสงเคราะห์ช่วยเหลือสังคม, ดร.ตรีธามีความสามารถในการผสานบุคคลให้มีความสมัครสมานสามัคคีกัน, คุณสุจินต์มีความสามารถในการศึกษาเรียนรู้จดจำและแยกแยะเป็นอย่างดี
ด้านศิลปะในการถ่ายทอด พระเขมาเถรีมีการถ่ายทอดที่เป็นธรรมชาติ เช่นเดียวกับพระปฏาจาราเถรี พระธรรมทินนาเถรี และนางชุชุตตราอุบาสิกา หากแต่พระปฏาจาราเถรีใช้ประสบการณ์จริงในการถ่ายทอดชัดเจน มีผลลัพธ์ดี	ด้านศิลปะในการถ่ายทอด สตรีทั้ง ๔ ท่านล้วนมีการถ่ายทอดที่เป็นธรรมชาติและเป็นแบบฉบับ ด้วยน้ำเสียงที่เป็นธรรมชาติสงบเย็น แต่เต็มไปด้วยพลังแห่งกรุณาและปัญญา แม่ชีคันสนียีมีความเป็นธรรมชาติกลมกลื่นกับการใช้เทคโนโลยีกับการสอนกรรมฐาน และการใช้สื่อในการถ่ายทอดธรรมที่ลึกซึ้งเป็นอย่างดี, คุณรัญจวนก็มีความเป็นธรรมชาติในการใช้สื่อเพื่อสื่อสารธรรมะที่เหมาะสมกับช่วงวัย, ดร.สิริมีความเป็นธรรมชาติจากประสบการณ์ในชีวิตของนักสังคมสงเคราะห์เข้าใจสังคม, ดร.ตรีธามีความเป็นธรรมชาติในการสร้างศรัทธานำพาผู้คนสร้างกุศลพร้อมกับการปฏิบัติกรรมฐานควบคู่กันไป ส่วนคุณสุจินต์มีความเป็นธรรมชาติในการอธิบายความสิ่งที่เฝ้าลึกซึ้ง

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
ด้านการเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตที่ดี พระเขมาเถรีเป็นแบบอย่างของการสละความสุขที่เพียบพร้อมทางโลกเข้าสู่ความสุขทางธรรม พระปฐาจาราเถรีเป็นแบบอย่างของการกลับตัวของคนที่เคยทำผิดพลาดมาในชีวิตแต่สำนึกและกลับตนได้ภายหลัง พระธรรมทินนาเถรีเป็นแบบอย่างของความเป็นคนช่างสังเกตและสนใจใฝ่เรียนรู้ ส่วนนางขุชุตตราอุบาสิกาเป็นแบบอย่างของการจดจำและเรียนรู้สิ่งที่ดีและเป็นแก่นสารของชีวิต โดยมีได้ใส่ใจกับความผิดปกติของสังขารร่างกายที่มีมาโดยกำเนิด	ด้านการการเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินชีวิต แม่ชีศันสนีย์เป็นแบบอย่างที่ดีในการมีสัจจะและอดทนที่จะนำพาชีวิตไปด้วยอุดมการณ์, คุณบุญจวนเป็นแบบอย่างที่ดีของข้าราชการที่ใฝ่หาความรู้และคำตอบสำหรับชีวิต, ดร.สิริเป็นแบบอย่างที่ดีของคฤหบดีที่ยอมสละความสุขส่วนตัว ทำประโยชน์ให้สังคม, ดร.ตรีธาเป็นตัวอย่างของความเป็นผู้อ่อนน้อมถ่อมตน และคุณสุจินต์เป็นตัวอย่างของความเป็นมุ่งมั่นเด็ดเดี่ยว เป็นแสวงหาความรู้

จากการศึกษาเปรียบเทียบในตารางข้างต้น เกี่ยวกับบทบาทการสอนกรรมฐานของสตรีในสมัยพุทธกาลและในประเทศไทย ทำให้เห็นภาพของความเหมือนและคล้ายคลึงกันของบทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีในสมัยพุทธกาลและในประเทศไทย บทบาทหรือหน้าที่ของสตรีผู้เป็นส่วนหนึ่งของพระพุทธศาสนาไม่ว่าจะอยู่ในฐานะเป็นบรรพชิต คือ ภิกษุณี สามเณรี หรืออาจรวมถึงแม่ชีในปัจจุบัน ไม่ว่าจะอยู่ในฐานะเป็นคฤหัสถ์ คือ อุบาสิกาผู้นับถือพระรัตนตรัย ต่างมีบทบาทสำคัญในการศึกษาเรียนรู้และสอนพระกรรมฐานด้วยกันทั้งสิ้น หากแต่ถ้าใครจะเป็นผู้ปฏิบัติหรือแสดงบทบาทนี้ได้สมบูรณ์กว่ากันนอกจากนี้ จะต้องเป็นผู้มีความสามารถพิเศษกว่าคนทั่วไปเป็นทุนเดิม มีความเชี่ยวชาญหรือโดดเด่นเป็นทุนเดิม จะส่งผลให้การปฏิบัติหน้าที่สอนกรรมฐานซึ่งเป็นงานสำคัญของพระศาสนาขับเคลื่อนไปได้ เพราะคนที่มีความสามารถพิเศษกว่าคนทั่วไปย่อมมีคุณธรรมอย่างหนึ่งที่ได้ชัดคือ มีขันติหรือความอดทนสูงนั่นเอง และการปฏิบัติหน้าที่ในการสอนกรรมฐานให้ดำเนินไปด้วยความสำเร็จผู้สอนกรรมฐานจะต้องมีศิลปะในการถ่ายทอด คือ ต้องแสดงบทบาทของความเป็นครูอย่างแท้จริง สามารถโน้มน้าและยึดเหนี่ยวผู้มาศึกษาเล่าเรียนกรรมฐานฐานได้เป็นอย่างดี และประการสุดท้าย คือ การดำรงตนให้เป็นต้นแบบของสังคม เป็นแบบอย่างชีวิตทั้งดงามแก่ประชาชน ตลอดจนเยาวชนคนรุ่นหลังสืบไป

สถานภาพทางครอบครัว ของสตรีผู้สอนกรรมฐานในสมัยพุทธกาลและในประเทศไทย ทำให้มองเห็นความเหมือนกันของสตรีทั้ง ๙ ท่าน คือ ทุกท่านล้วนมีสถานภาพทางครอบครัวดี ไม่มีความเดือดร้อนด้วยการดำรงชีพ มีเพียงแต่นางขุชุตตราที่เกิดมาในวรรณะต่ำ หากแต่มีหน้าที่การงานดี ได้ทำงานในวัง ย่อมหมายถึงว่า ท่านมีครอบครัวที่รู้จักมักคุ้นในราชสำนัก จึงทำให้สามารถทำงานที่มั่นคง

ได้ อีกประการหนึ่ง สตรีทั้ง ๙ ท่าน ยกเว้นนางขุชุตตรา เป็นผู้มีความสุขพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ตามปกติ ไม่มีความพิการใดๆ เพียงแต่นางขุชุตตรานั้นมีร่างกายที่หลังค่อมและเตี้ย สตรีในสมัย พุทธกาลนั้น จะได้รับการศึกษาอันเหมาะสมกับวิชาชีพของตน โดยเน้นด้านกิจการบ้านเรือน คอยดูแลรับ ใช้บิดามารดาและแต่งงานมีครอบครัว ส่วนสตรีในประเทศไทย สตรีจะได้รับการศึกษาในสถาบันที่ให้ความรู้วิชาการด้านต่างๆ ตามระดับที่ตนศึกษา ได้แก่ โรงเรียน วิทยาลัย มหาวิทยาลัย เป็นต้น สอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของยุคสมัย

๔.๒ เปรียบเทียบความต่างของบทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีในสมัยพุทธกาลและในประเทศไทย

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
การสอนกรรมฐานของสตรีทั้ง ๔ ท่านนั้น มีบทบาทแตกต่างกัน จำแนกได้ดังนี้ ๑. พระเขมาเถรี การสอนกรรมฐานของพระเขมาเถรี มิได้ปรากฏเป็นรูปแบบ หากแต่ปรากฏในคำสอนของท่านในคราวที่ท่านได้ถวายวิสัชนาปัญหาธรรมของพระเจ้าปเสนทิโกศล โดยได้อธิบายในสาระเรื่องราวเหตุผลตามความเป็นจริง อันเป็นองค์พระกรรมฐานของภาวะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยเทียบเคียงกับชั้น ๕ และอีกครั้งหนึ่ง พระเถรีได้แสดงธรรมโต้ตอบมาร ที่แปลงกายเป็นชายหนุ่มมากล่าวเชิญชวน ให้ร่วมอภิรมย์กันด้วยกามคุณทั้ง ๕ พร้อมกับประกาศความที่ตนหมดจากความกำหนัดยินดีในกามทั้งปวงนั้น และได้แสดงธรรมโปรดมารด้วยอสุภสังขยาและโทษในชั้น ๕ ๒. พระปฐาจาราเถรี พระปฐาจาราเถรี ได้สอนธรรมแก่สตรี ๓๐	การสอนกรรมฐานของสตรีทั้ง ๕ ท่านนั้นแตกต่างกัน จำแนกได้ดังนี้ ๑. แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุด ได้ก่อตั้ง ‘เสถียรธรรมสถาน’ เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๓๐ ภายใต้ความอนุเคราะห์จาก ‘กองทุนเสถียรธรรม’ ที่เน้นการส่งเสริมการศึกษาธรรม ปฏิบัติธรรม และเผยแผ่ธรรม ซึ่งในปีถัดมาได้เริ่มต้นงานพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนโดยเฉพาะเด็ก สตรีและนักบวช การสอนกรรมฐานของแม่ชีคันสนีย์นั้น ท่านได้นำหลักธรรมคำสอน มาอธิบายด้วยคำพูดที่สละสลวย เข้าใจง่าย ใช้ถ้อยคำด้วยภาษาโดนใจและสามารถมองเห็นแนวทางการปฏิบัติ ที่จะนำไปในเชิงบูรณาการกับธรรมชาติ ที่ทำให้ทุกก้าวเดินของทุกคนมีสติ อย่างคนที่เคารพธรรมชาติและตนเอง โดยนำความเป็นธรรมชาติมารวมเข้ากับธรรมะของพระพุทธเจ้า ซึ่งแม่ชีได้ถ่ายทอดด้วยภาษาง่ายๆ

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
คน ให้เกิดศรัทธา พากันออกบวชเป็นภิกษุณี อยู่บำเพ็ญวัตรปฏิบัติในสำนักของท่าน ต่อมาพระเถรีทั้ง ๓๐ รูปนี้ บรรลุอรหัตตผลพร้อมกับปฏิสัมภิทา ๔ ในกาลต่อมา พระเถรีได้แสดงธรรมให้สตรีขอทาน ชื่อจันทา ซึ่งเที่ยวขอทานอยู่ ๗ ปี ก่อนจะได้พบพระเถรี พระเถรีช่วยสงเคราะห์นางด้วยถ้อยคำสุภาพอ่อนโยน แล้วให้ท่านจนอิมทุกมือ จนเกิดความเลื่อมใสศรัทธา ขอพระเถรีช่วยบวชให้ หลังจากบวชได้ไม่นาน พระจันทาเถรีก็บรรลุอรหัตตผลพร้อมกับปฏิสัมภิทา ๔ ครั้นต่อมา พระปฐาจาราเถรีได้แสดงธรรมแก่สตรี ๕๐๐ คน ที่โคกเศร่าเสียใจเพราะมีบุตรแล้วเสียชีวิตทั้งหมด หลังจากฟังธรรมจากพระเถรีแล้ว เกิดความศรัทธา พากันออกบวช บำเพ็ญวิปัสสนากรรมฐาน หลังจากบวชได้ไม่นานก็บรรลุอรหัตตผล พร้อมด้วยปฏิสัมภิทา ๔ พระเถรีทั้ง ๕๐๐ รูป ได้พิจารณาถึงข้อปฏิบัติของตน และตั้งอยู่ในโอวาทของพระเถรี การสอนกรรมฐานของพระปฐาจาราเถรี มิได้ปรากฏชัดเจนว่าท่านสอนอย่างไร แต่ปรากฏว่ามีผู้มาฟังธรรมแล้วเกิดศรัทธา ออกบวชและปฏิบัติอยู่กับท่านได้บรรลุพระอรหัตตผลเป็นจำนวนมาก แต่พบร่องรอยอย่างหนึ่งว่า ผู้ที่ออกบวชมาปฏิบัติอยู่กับท่าน ได้บำเพ็ญวิปัสสนากรรมฐาน จึงทำให้สันนิษฐานได้ว่า พระปฐาจาราเถรีคงสอนวิปัสสนากรรมฐานนั่นเอง ๓. พระธรรมทินนาเถรี พระธรรมทินนาเถรี แสดงธรรมแก่วิสาขา	แต่มีความไพเราะและเป็นความจริง ตลอดจนการทำกิจกรรมต่างๆ ที่สอนธรรมแก่ผู้ปฏิบัติ แม้ศีลสนธิ์ได้ใช้อานาปานสติเป็นหลักในการสอนทุกครั้ง จึงมีผู้มาปฏิบัติธรรมเป็นจำนวนมาก ทั้งนี้เทคนิคในการสอนกรรมฐานของแม่ชีนั้น ท่านใช้การทำงานเป็นฐานในการปฏิบัติธรรม “สุขแท้มีแต่ในงาน การทำงานคือการปฏิบัติธรรม” ด้วยการเจริญจิตขณะทำงาน และในทุกกิจกรรมของชีวิต ด้วยจิตไม่ขุ่นมัว จึงต้องทำงานด้วยความพอใจและความรัก แม่ชีได้สร้างจิตวิญญาณแห่งการทำงาน ควบคู่ไปกับการสร้างสำนึก เพื่อการดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท ดำเนินชีวิตอย่างคนที่มีปัญญา จะมองเห็นในความเกื้อกูลที่มีต่อผู้คน ต้นไม้ สัตว์ และสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ การนำให้มีสัจธรรมในทุกอิริยาบถ ที่มีความรู้ตัวทั่วพร้อม กำกับอยู่ จะเป็นปาฏิหาริย์แห่งการตื่นอยู่เสมอ เป็นการตื่นอยู่ด้วยสติปัญญา ต้องทำงานอย่างมีอิทธิบาท ๔ โดยการใช้กระบวนการทางธรรมให้เกิดขึ้นในขณะที่ทำงาน คือ ต้องมีความรักในการทำงาน การใช้ปริศนาธรรมที่อยู่รายรอบเสถียรธรรมสถาน ที่สอนธรรมแก่ผู้เข้ามาเยี่ยมชมบ้านแห่งธรรมะ หรือผู้สนใจปฏิบัติธรรม ๒. คุณรัญจวน อินทรกำแหง อุบาสิกาคุณรัญจวน อินทรกำแหง มีหลักในการสอนธรรม สอนกรรมฐานว่า ธรรมะที่เราควรศึกษามากที่สุดคือ “ตัวเราเอง” การปฏิบัติธรรมจะทำให้เรารู้จักตัวเอง ศึกษาตัวเอง สิ่งสำคัญที่สุด

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
อุบาสกอดีตสามี คำถามและคำตอบนั้นอยู่ใน ‘จูเวทลสูตร’ เป็นการสนทนาธรรมที่ทำให้เกิดปัญญา สูตรเล็ก ที่ว่าด้วยเรื่องของสักกายะหรืออุปาทานชั้น ๕ , มรรคมงคล ๘ กับชั้น ๓ ประการ, สมาธิและสังขาร, สัญญาเวทิตนโรธ และเวทนา ๓ ประการ วิสาขอุบาสกชื่นชมในคำตอบของพระเถรี เมื่อเข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้า ได้กราบทูลเรื่องที่ตนสนทนาธรรมกับพระเถรีให้ทรงทราบทุกประการ พระพุทธองค์ทรงรับรองว่าการตอบปัญหาของพระเถรีนั้น ย่อมเป็นเหมือนธรรมที่พระพุทธองค์ทรงแสดงทุกประการ ทั้งทรงยกย่องพระเถรีว่าเป็นบัณฑิต มีปัญญามาก เป็นผู้มีพรสวรรค์ในการแสดงธรรม ๔. นางขุชุตตราอุบาสิกา นางขุชุตตรา หลังจากได้ฟังธรรมจากพระบรมศาสดาได้บรรลุธรรม จึงละพฤติกรรมการยกยอกทรรพย์ สารภาพความจริงแก่พระนางสามาวดี ซึ่งพระองค์ได้ขอร้องให้นางขุชุตตราแสดงธรรมที่ได้ฟังจากพระบรมศาสดาแก่พระองค์และบริวารอีกครั้ง นางจึงทูลขอให้มีการอาบน้ำให้แกเธอก่อน ซึ่งพระนางสามาวดีทรงรับสั่งให้นางอาบน้ำด้วยน้ำหอม ๑๖ หม้อ ประทานผ้าเนื้อดี ๒ ผืน โดยให้นางนุ่งผืนหนึ่ง ห่มผืนหนึ่ง นั่งบนที่นั่งพร้อมถiect แล้วให้สตรีที่อยู่ในตำหนักทั้ง ๕๐๐ คนมาฟังธรรม กล่าวกันว่านางแสดงธรรมเหมือนกับที่ได้ฟังมาจากพระพุทธองค์ เมื่อพระนางสามาวดีกับสตรีทั้งหมด ได้ฟังธรรมจากนางขุ	ก็เพื่อมาขัดเกลากายของเราเอง หมายความว่า เมื่อมองเข้าไปข้างในใจแล้ว เห็นว่ามีความโสโครก น่าละอาย สิ่งเหล่านี้ที่จะต้องขัดเกลา อะไรก็ตามที่เราารู้สึกว่าขรุขระอยู่ข้างใน ก็เพราะสิ่งนี้เป็นอุปสรรคให้ก้าวไปไม่ได้ เพราะมองเห็นแต่ส่วนดีไปทั้งหมด เพราะฉะนั้น “การดูตัวเอง” จึงเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ สำหรับผู้มุ่งมั่นปฏิบัติธรรมจริงๆ เป็นการปฏิบัติบูชา ไม่ใช่ปฏิบัติเพื่อให้คนอื่นดู หรือให้คนอื่นรู้ว่ากำลังปฏิบัติธรรม อุบาสิกาคุณธัญจน ได้แนะนำวิธีที่ใช้อยู่ คือ “สมาธิสมา” ไม่ต้องหลับตาและยังเปิดใจด้วย โดยให้จิตตนั้นมีปัญญาสว่างไสว พร้อมอยู่ด้วยสติและสมาธิ เพราะคุณค่าของลมหายใจนั้น ถ้ารู้จักใช้ก็เป็นเครื่องมือพัฒนาจิต บังคับจิตให้หยุดวิ่งไปกับอารมณ์ต่างๆ ได้ ซึ่งเราจะต้องทำความรู้สึกอยู่กับลมหายใจให้ได้ทุกขณะ การฝึกต้องเริ่มด้วยการตั้งใจให้ความรู้สึกจดจ่ออยู่ที่ช่องจมูก ซึ่งจะมีลมหายใจผ่านเข้าออก เมื่อลมหายใจกระทบเข้าที่ตรงไหน ก็กำหนดรับรู้ที่จุดนั้น ให้เล่นอยู่กับลมหายใจทุกเวลา ขณะใจจะไม่ไปที่อื่น จะจดจ่ออยู่กับลมหายใจ จึงเรียกว่า “ใช้ลมหายใจเป็นเครื่องกำหนด” ไม่ว่าจะนั่ง จะยืน จะเดิน หรือจะอยู่ที่ใดก็กำหนดได้ตลอดเวลา หมั่นทำเสมอๆ ก็จะมี ความชำนาญ จะจดจ่ออยู่กับลมหายใจได้นานขึ้น เมื่อมีสติ สมาธิก็จะตามมา เกิดความนิ่งและมั่นคง และเมื่อระลึกถึงความรู้ทางธรรมที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา ก็สามารถนำมาศึกษาใคร่ครวญจนเกิด ความลึกซึ้ง แดกฉาน ประจักษ์แจ้งแก่ใจไปที่ละ

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
ชุดตราแล้ว บรรลุโสดาปัตติผล ทุกคนไฉนนางด้วยความเคารพ ทั้งยังแต่งตั้งให้อยู่ในฐานะแห่งมารดา และเป็นอาจารย์นับแต่นั้นเป็นต้นมา และพระองค์มีรับสั่งให้นางไปยังสำนักของพระพุทธองค์ทุกวัน เพื่อฟังธรรม แล้วนำมาแสดงแก่พระองค์และสตรีทั้งหมด รวมทั้งพระสูตรที่ชื่อว่า ‘อิตฺติวุตตะกะ’ ด้วย	น้อยๆ และนอกจากนั้น เมื่อมีอะไรมากระทบอย่างรุนแรง ก็นึกถึง “ตถตา” ท่องเอาไว้ มันเป็นเช่นนั้นเอง มันไม่เที่ยง ทนอยู่ไม่ได้ ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ๓. ดร.สิริ กรินชัย ดร.สิริ กรินชัย เป็นผู้ริเริ่มและพัฒนาการสอนการฝึกอบรมวิชาชีพปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้มีการปฏิบัติอย่างเข้มข้น กระชับรัดกุม และมีประสิทธิภาพ สามารถใช้สอนคนจำนวนมากได้ เกิดผลของการปฏิบัติอย่างรวดเร็วและได้ผลดี โดยตั้งชื่อหลักสูตรนี้ว่า “การอบรมพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข” สาระสำคัญของหลักสูตรนี้คือ การอบรมพัฒนาจิตโดยวิธีเจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างต่อเนื่องตลอด ๗ คืน ๘ วัน และท่านใช้แนวทางนี้เพื่อการถ่ายทอดความรู้ ในการปฏิบัติวิชาชีพปัสสนากรรมฐานมาตลอด ๕๐ กว่าปี ให้บุคคลทุกประเภท ทุกฐานะ โดยไม่เลือกชั้นวรรณะ อาชีพ หรือศาสนา ทั้งนี้ ดร.สิริ ได้เน้นลงไปให้เห็นว่าการปฏิบัติวิชาชีพปัสสนากรรมฐานนั้น เป็นการพัฒนาจิตอีกแบบหนึ่ง ที่สามารถเปลี่ยนพฤติกรรมของมนุษย์ได้จริงๆ ทำให้มีความรักใคร่ต่อกัน มีศีลธรรมอันดีงาม สามารถอยู่กันได้ด้วยความสันติสุข โรคภัยไข้เจ็บบรรเทาเบาคลาย หรือหายไปได้อย่างน่าอัศจรรย์ เกิดผลสำเร็จในหน้าที่การงาน วิชานี้แก้ปัญหาลोक ปัญหาธรรมได้ เป็นหนทางตรงที่สุด ที่จะเข้าถึงโลกุตรธรรมได้ เพราะหนึ่งตัวเองได้ปฏิบัติ..รู้ และสอง ผู้ที่ปฏิบัติมาแล้วจะรู้นอกจากนี้ท่านยังได้รับเชิญ ให้ไปบรรยายธรรม

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
	ตามสถานที่ต่างๆ ทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัดอยู่เสมอ ทั้งนี้ ดร.ศิริ มีหลักการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐาน หรือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ เริ่มต้นคือ ฝึกเดินสมาธิ ในภาษาวิปัสสนาเรียกว่า เดินจงกรมคือเดินสมาธิ เดินเป็นเส้นตรง กลับไปกลับมา เดินด้วยสติ มีสัมปชัญญะ ๔. ดร.ศิริธา เนียมขำ ดร.ศิริธา ได้รับมอบหมายจากพระมณฑลเทพมุนี หลวงพ่อวัดปากน้ำให้เป็นผู้สอนกรรมฐานตามแนววิชาธรรมกาย ซึ่งกำหนดนิมิตด้วยดวงแก้วใสเลื่อนไปตามฐานทั้ง ๗ จากนั้นจึงบรรยายภาวนาว่า สัมมาอะระหัง ทำให้หยุดตรงฐานที่ ๗ เป็นเบื้องต้น เมื่อชำนาญแล้วก็จะกำหนดพิจารณาธรรมที่ละเอียดยิ่งขึ้นต่อไป โดยอาศัยฐานที่ ๗ ซึ่งอยู่ในกลางกาย เหนือระดับสะดือ ๒ นิ้วมือเป็นฐานเสมอ ท่านสอนมาตั้งแต่อายุ ๒๑ ปี เมื่อลาเพศจากแม่ชีเมื่ออายุ ๒๖ ปีแล้ว ดร.ศิริธายังคงประพฤติพรหมจรรย์ทั้งยังสนับสนุนการประพฤติพรหมจรรย์ของผู้อื่นด้วยโดยเป็นเจ้าของภาพบวช ทั้งภิกษุสามเณรหรือแม่ชี ส่วนผู้ที่มีภาระมีครอบครัวที่ไม่สามารถสละได้ อาจารย์ก็แนะนำ ให้มาถือศีลปฏิบัติธรรมในระยะสั้น ทั้งนี้เพื่อเป็นการสะสมบุญบารมี และไม่ตกอยู่ในความประมาท ทั้งนี้ท่านมีวิธีการสอนกรรมฐานที่เป็นแบบฉบับเฉพาะตัว กล่าวได้ว่าเป็นมหาอุบาสิกาในยุคปัจจุบัน ที่มีความศรัทธา ปราศจากจะบำเพ็ญทานกุศลอย่างไม่รู้จักเบื่อหน่าย โดยได้บำเพ็ญบุญทั้งฝ่ายละเอียดย และฝ่ายหายาอยู่เป็นนิจ บุญในฝ่ายละเอียดย หมายถึง การรักษาศีล การเจริญภาวนา หรือ

สตรีในสมัยพุทธกาล	สตรีในประเทศไทย
	‘ปฏิบัติบูชา ส่วนบุญในฝ่ายหยาบนั้น หมายถึง การบริจาคทรัพย์สมบัติภายนอกที่หามาด้วย น้ำพักน้ำแรง หรือ ‘อามิสบูชา’ เมื่อยังมีสุขภาพ แข็งแรง ดร.ตรีธา จะสอนกรรมฐานขั้นพื้นฐานแก่ผู้ เริ่มฝึก ที่หอเจริญวิปัสสนาฯ ในวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดราชการ เวลา ๑๐.๓๐ น. ถึง ๑๑.๓๐ น. แต่ในระยะไม่กี่ปีมานี้ สุขภาพท่านเริ่มไม่ดี จึงงดออกสอน ถึงกระนั้น แม้สุขภาพท่านจะไม่ แข็งแรงเหมือนแต่ก่อน ไม่ได้สอนวิชา ธรรมกายแก่สาธุชนทั่วไปก็ตาม แต่ท่านก็ยังเข้า สอนในวิหารภavanaอันเป็นส่วนของแม่ชีฝ่ายปฏิบัติ ๕. คุณสุจินต์ บริหารวนเขตต์ คุณสุจินต์ บริหารวนเขตต์ ได้ศึกษากับ อาจารย์แนบ มหานิรณนธ์ มีความเข้าใจในหลัก พุทธธรรมเป็นอย่างดี เมื่อศึกษาพระอภิธรรมมา พอสมควรแล้ว ก็ได้รับมอบหมายให้ไปบรรยาย รวมถึงการสอนกรรมฐานด้วย การสอนกรรมฐานของอาจารย์สุจินต์ มิได้มี รูปแบบอย่างหนึ่งอย่างใด หากแต่ใช้การพิจารณา ธรรมในขณะฟัง เป็นการปฏิบัติกรรมฐาน ซึ่ง อาจารย์สุจินต์บรรยายธรรมโดยยึดตาม ‘หลักธรรม ในพระไตรปิฎกและอรรถกถาเป็นสำคัญ’ เป็นการ เพิ่มความสนใจให้ผู้ฟังได้ศึกษา สอบทาน เทียบเคียงกับพระธรรมวินัย อาจารย์สุจินต์ได้ยก พระสูตรมากล่าวด้วย และเปิดโอกาสให้ผู้ฟัง สอบถามข้อสงสัยในเรื่องของหลักธรรมได้ ท่านจะ อธิบายขยายความให้เป็นทีที่เข้าใจง่าย และเพื่อ เสริมให้สาระธรรมสอดรับกับแนวคิดของผู้ฟัง ให้มี ความชัดเจนยิ่งขึ้น จึงมีลักษณะของการตอบ ปัญหาธรรมร่วมกับการสนทนาธรรม

จากการศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่าง ของบทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีในสมัย พุทธกาลและในประเทศไทย ผู้วิจัยได้พบความแตกต่างของบทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีในสมัย พุทธกาลและในประเทศไทยที่เด่นชัดที่สุด ๒ ประการ คือ ๑.การบรรลุลุธรรม และ ๒.การใช้สื่ออุปกรณ์ และเครื่องมือในการเผยแผ่

การบรรลุลุธรรมของสตรีในสมัยพุทธกาล มีระบุไว้ชัดเจนในพระไตรปิฎกและอรรถกถา พระ เชมาเถรี พระปฐาจารย์เถรี และพระธรรมทินนาเถรี ล้วนได้บรรลุพระอรหัตผล เป็นพระอริยบุคคลที่มี คุณสมบัติพิเศษกว่าพระอริยบุคคลทั่วไป คือ พระเชมาเถรีได้บรรลุวิชา ๓ พร้อมด้วยคุณวิเศษ คือ ปฏิสัมภิทา ๔ วิโมกข์ ๘ และอภิญญา ๖^๑ พระปฐาจารย์เถรีก็ได้บรรลุวิชา ๓ พร้อมด้วยคุณวิเศษ คือ ปฏิสัมภิทา ๔ วิโมกข์ ๘ และอภิญญา ๖^๒ เช่นกัน พระธรรมทินนาเถรีก็ได้บรรลุวิชา ๓ พร้อมด้วยคุณ วิเศษ คือ ปฏิสัมภิทา ๔ วิโมกข์ ๘ และอภิญญา ๖ และมีความชำนาญในฤทธิ์ ในทิพโสตธาตุและในเจโต ปริยญาณ^๓ ส่วนนางขุชุตตราอุบาสิกาได้บรรลุโสดาปัตติผล^๔ ส่วนอาจารย์สตรีในประเทศไทยนั้นไม่พบ หลักฐานที่ระบุชัดเจนไปว่าได้บรรลุลุธรรมขั้นใด เป็นแต่เพียงครูหรืออาจารย์พึงพอใจในความรู้ หรือ มอบหมายให้ดำเนินงานของครูหรืออาจารย์ต่อไปได้

ส่วนประเด็นที่สอง คือ การใช้สื่ออุปกรณ์และเครื่องมือในการเผยแผ่ พบว่า สตรีในสมัย พุทธกาลไม่ปรากฏใช้สื่ออุปกรณ์และเครื่องมือซับซ้อน แต่สตรีในประเทศไทยได้มีใช้สื่ออุปกรณ์และ เครื่องมือในการเผยแผ่มาก เช่น สื่อสิ่งพิมพ์ เทปบันทึกเสียง เทปบันทึกภาพ เป็นต้น รวมถึงการจัด กิจกรรมต่างๆ เพื่อเป็นส่วนประกอบในการสอนกรรมฐาน เปิดอบรมเป็นช่วงเวลา หรือจัดตั้งสำนักปฏิบัติ ธรรมเป็นเอกเทศ เพื่อนำเข้าสู่การเรียนรู้กรรมฐาน เพื่อให้การเผยแผ่เข้าถึงประชาชนจำนวนมาก และ แพร่หลายไปอย่างรวดเร็ว

สตรีในสมัยพุทธกาล จะผ่านชีวิตสมรสมาตั้งแต่เริ่มเติบโตเป็นสาวโดยบิดามารดาได้จัดหา คู่ครองไว้ให้หรือหาเอง ซึ่งเป็นวัฒนธรรมของคนอินเดียแต่โบราณที่หญิงสาวทุกคนจะต้องแต่งงาน ออก เรือนไปอยู่กับสามีเพื่อมีผู้ดูแล ส่วนนางขุชุตตราอุบาสิกาที่เป็นคนรับใช้ในวัง ไม่มีหลักฐานปรากฏว่า ได้รับการสมรสหรือไม่ ส่วนสตรีในประเทศไทย ๒ ท่าน ได้ผ่านการสมรสหรือการมีคู่ครองมาก่อน คือ ๑. ดร.สิริ กรินชัย และ ๒. แม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุต ซึ่งเป็นไปตามกระแสสังคมในยุคนี้ หากแต่สตรีอีก ๓ ท่านที่เหลือมีโอกาสหรือทางเลือกในการดำเนินชีวิตโดยมีต้องครองคู่ เนื่องจากมีฐานะทางบ้านมั่นคง

^๑ ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๓๘๓/๔๓๘.

^๒ ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๕๐๖/๔๕๔.

^๓ ขุ.อป. (ไทย) ๓๓/๑๒๖-๑๓๐/๔๗๒.

^๔ ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๒/๖๖.

และสังคมปัจจุบันเปิดโอกาสให้สตรีสามารถเลือกดำเนินชีวิตแบบเดี่ยว โดยมีต้องพึ่งพาอาศัยสามีและก็เป็นที่ยอมรับในสังคมทั่วไปด้วย สตรีใน ๒ ยุคนี้ บางท่านมีบทบาทชีวิตและบทบาทในการสอนกรรมฐานคล้ายคลึงกัน บางท่านก็มีรูปแบบที่แตกต่างออกไป ถึงแม้จะต่างยุคกัน เช่น พระเชมาเถรี พระธรรมทินนาเถรี นางชูชุตตราอุบาสิกา และอาจารย์สุจินต์ บริหารวนเขตต์ ใช้วิธีการสนทนาธรรมในองค์กรรมฐาน มิได้มีรูปแบบกรรมฐานแบบอย่างหนึ่งอย่างใด ดร.สิริ กรินชัย สอนในแนววิปัสสนากรรมฐาน เช่นเดียวกับพระปฐาจารย์เถรี ส่วนแม่ชีคันสนีย์ เสถียรสุต และ คุณรัญจวน อินทรกำแหง สอนในแนวอานาปานสติ สำหรับ ดร.ตรีธา เนียมขำ สอนในแนวพุทธานุสสติและอาโลกสิณกรรมฐาน สตรีในสมัยพุทธกาลมีโอกาสดี ที่ได้พบและปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ทั้งยังได้บรรลุธรรมชั้นสูง ส่วนบทบาทด้านการสอนกรรมฐาน มีผลงานเป็นที่ปรากฏตามหลักฐานในพระคัมภีร์ที่ได้นำเสนอมาแล้ว

จากการศึกษาบทบาทการสอนกรรมฐานของสตรีในสมัยพุทธกาลและในประเทศไทยในยุคปัจจุบัน ผู้วิจัยได้ค้นว่า บทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีไม่ว่าจะเป็นยุคใดสมัยใด เป็นบทบาทที่มีความสำคัญมาก เพราะแสดงถึงศักยภาพหรือสภาวะแวดล้อมทางสังคมในสมัยนั้น ที่สังคมยังมีความปลอดภัยสูง ผู้คนยังเคารพยำเกรงในศีลธรรมอยู่ และที่สำคัญที่สุด คือสังคมให้โอกาสหรือเวทีแก่สตรีในการแสดงออกในฐานะเป็นผู้นำพาทางจิตวิญญาณของสาธารณชน แต่สตรีที่จะมาทำงานด้านนี้ต้องมีความพร้อมในทุกด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือ ด้านสติปัญญา ขันติ เมตตา และเสียสละอย่างสูง อีกทั้งต้องเป็นผู้ประกอบด้วยบุพเพกตปุญญาตา ความเป็นผู้มีบุญญาธิการที่สั่งสมมาในอดีต ทั้งในอดีตชาติและในเบื้องต้น ตั้งแต่เด็กในชาตินี้ จึงจะทำให้บทบาทในการสอนกรรมฐานของสตรีมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล สตรีในประเทศไทยปัจจุบันเป็นจำนวนมาก เป็นผู้มีโอกาสทางสังคมที่ดี มีครอบครัวที่มีฐานะมั่นคง ได้เกิดในปฏิรูปเทสโกลัสถานที่มีความเจริญ เป็นครอบครัวที่นับถือพระพุทธศาสนา ทั้งตนเองก็มีโอกาสได้ศึกษาและจบการศึกษาชั้นสูง แม้มีความประสงค์จะช่วยกิจการพระศาสนาก็สามารถ ทำได้โดยไม่เหลือวิสัย เพราะได้รับสิทธิและเสรีภาพจากครอบครัว และสังคมอย่างเสมอภาคกับบุรุษ หากในประเทศไทยจะมีสตรีผู้มีศรัทธาเข้ามาทำงาน หรือมามีบทบาทในการสอนพระกรรมฐานมากขึ้น ก็จะทำให้การเผยแผ่พุทธธรรมภาคปฏิบัติเข้าสู่ประชาชนในทุกกลุ่มมากขึ้น เป็นทางเลือกให้กับสังคม อีกทั้งเป็นพื้นที่เยียวยาทางจิตวิญญาณแก่สตรีผู้ได้รับผลกระทบทางสังคมอย่างที่ไม่ได้คาดคิด และเหนือสิ่งอื่นใด ย่อมเป็นเครื่องสะท้อนความมั่นคงของประเทศชาติและพระพุทธศาสนาในยุคปัจจุบัน ทั้งยังสืบเนื่องไปสู่ออนาคตด้วย

สรุปว่า บทบาทการสอนกรรมฐานของสตรีในสมัยพุทธกาล และในประเทศไทยปัจจุบัน ทั้ง ๙ ท่านนั้น มีข้อเหมือนกันคือ ๔ ประการ คือ บทบาทของพุทธบริษัทพึงปฏิบัติ บทบาทของผู้มีภูมิรู้หรือประสบการณ์ บทบาทของผู้มีศิลปะในการถ่ายทอดที่เป็นอัตลักษณ์ และบทบาทของผู้เป็นแบบอย่างในสังคม ส่วนข้อที่แตกต่างกัน คือ การบรรลุธรรมของสตรีในสมัยพุทธกาลมีความชัดเจน ในขณะที่สตรีใน

ประเทศไทยไม่มีหลักฐานกล่าวถึง บทบาทการสอนกรรมฐานของสตรีในประเทศไทย มีการใช้สื่ออุปกรณ์ และเครื่องมือในการเผยแพร่มากกว่าในอดีต

สตรีในประเทศไทยเป็นผู้มีโอกาสดีทางสังคม ครอบครัว และทางพระพุทธศาสนา มีโอกาสได้จบ การศึกษาชั้นสูงและสามารถปฏิบัติกิจพระศาสนาได้สะดวกสบาย มีอิสระและเสรีภาพมากกว่าสตรีใน สมัยพุทธกาล อย่างไรก็ตามจำนวนของสตรีที่มีบทบาทในการสอนกรรมฐานในประเทศไทย ก็ยังมีอยู่เป็น จำนวนน้อยมาก ไม่เพียงพอแก่ประชากร และสังคมปัจจุบัน