

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมปัจจุบันเป็นยุคแห่งโลกาภิวัตน์ที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา มีการแข่งขันเพื่อความอยู่รอด หากมองในแง่บวกแล้วโลกาภิวัตน์ทำให้รับรู้ข่าวสารจากทั่วโลกอย่างรวดเร็ว การติดต่อถึงกันมีความสะดวกสบายมากขึ้น แต่ในด้านลบถือว่าโลกาภิวัตน์เป็นภัยอย่างใหญ่หลวงที่แฝงมากับเทคโนโลยีใหม่ ๆ ที่มีการประชาสัมพันธ์หรือโฆษณาชวนเชื่อแบบทันสมัย จะเห็นว่าปัจจุบันการโฆษณาชวนเชื่อมีขึ้นตลอดเวลา ทำให้ผู้คนหลงเชื่อโดยไม่ทันยั้งคิด และนับวันเทคโนโลยีที่มารูปแบบใหม่ ๆ อย่างที่ไม่สามารถหยุดยั้งได้มีมากขึ้น ทำให้รู้ว่าอนาคตอันใกล้นี้เราคงจะสูญเสียค่านิยมที่ดีงามในสังคม เช่น ค่านิยมของความเมตตา กรุณา ค่านิยมแห่งความรักสามัคคี แม้กระทั่งค่านิยมแห่งการพึ่งพาอาศัยกันเพื่อความสุขของคนในสังคม แต่กลับมีค่านิยมแห่งการแข่งขันเข้ามาแทนที่ ทั้งเพื่อความอยู่รอดและความเห็นแก่ตัวที่นับวันจะแก้ไขได้ยาก

การแข่งขันกันเพื่อความอยู่รอดในสังคม ทำให้คนเราไม่มีเวลาสังเกตความเป็นไปของตนเอง จึงมีความเครียดทั้งทางร่างกายและจิตใจเป็นเงาตามความทะยานอยาก คนเรามีขีดจำกัดในการเก็บกดความเครียดในระดับต่างกัน เมื่อความเครียดถึงขีดดังกล่าวจำเป็นต้องแสดงออกมาเป็นพฤติกรรม ไม่ทางกายก็ทางวาจาเพื่อลดระดับความกดดัน แต่ละคนมีวิธีการลดความเครียดไม่เหมือนกัน ส่วนมากการลดความเครียดจะให้ความสนใจไปกับสิ่งใหม่ ๆ ที่ไม่สามารถลดความเครียดได้อย่างถาวร เพียงบรรเทาชั่วขณะหนึ่งเท่านั้น หลังจากนั้นเข้ากลับเข้าสู่ความเครียดอีกซึ่งเข้าไปอยู่ในวัฏจักรเดิม ๆ สาเหตุเพราะไม่ใช่หรือไม่รู้วิธีแก้ปัญหาที่ถูกต้องนั่นเอง

พระพุทธศาสนาชี้ทางแก้ปัญหาของมนุษย์ด้วยความรู้ที่ถูกต้อง สอดคล้องกับหลักธรรมที่ทรงแสดงครั้งแรก คือ ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร^๑ และหลักธรรมอื่น ๆ สภาพความเป็นจริงของโลกและชีวิต ระบบความรู้^๒ เริ่มต้นเมื่อแรกที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้^๓ และตกทอดมาถึงปัจจุบันในรูปของพระไตรปิฎก รวมทั้งคำอธิบายความชั้นหลัง ๆ คือ อรรถกถาฎีกา และอนุฎีกาสืบเหล่านี้เป็นหลักฐานที่ผู้ปรารถนาจะแสวงหาความจริงเกี่ยวกับชีวิตและโลก จะใช้สติปัญญาของตนค้นคว้า ได้ศึกษา และวิเคราะห์ เพื่อนำมาตรวจสอบกับประสบการณ์และใช้ประโยชน์ในการแก้ปัญหาชีวิตของตนได้ การปฏิบัติก็มีฐานเมื่อผู้ปฏิบัติฝึกโดยมีศีลเป็นบาทฐานจะทำให้บรรลุเป็นพระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี^๓ หรือพระอรหันต์ ได้

^๑ วิมพา. (ไทย) ๔/๑/๑.

^๒ วิมพา. (ไทย) ๔/๑๓/๒๐.

^๓ ขุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๔๗/๓๔๗.

อย่างไรก็ตามการปฏิบัติกัมมัฏฐานทุกแนวทางมีเป้าหมายสูงสุดอยู่ที่จุดเดียวคือ วิมุตติ (ความหลุด พันทุกข์) “เปรียบเหมือนมหาสมุทรมีรสเดียวหรือรสเค็มฉั่นใด ธรรมและวินัย นี้ก็มีรสเดียวคือ วิมุตติรส ฉั่นนั้น”^๔ พระพุทธเจ้าตรัสว่า มนุษย์ต้องมีจักขุ มีสายตาที่ยาวไกลคือมอญการณ ไกล^๕ การตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าและการส่งพระอรหันต์ไปประกาศพระศาสนาเพื่อประโยชน์และความสุขแก่ชนเป็นอันมาก และเพื่ออนุเคราะห์แก่ชาวโลก เพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่เทวดาทั้งหลาย แต่อย่าไปทางเดียวกันสองรูป... พระพุทธเจ้าเองได้เสด็จไปยังตำบลอุรุเวลาเสนานิคม เพื่อแสดงธรรม^๖ การแสดงธรรมของพระองค์เป็นการปฏิบัติให้ชนทั้งหลายเห็นด้วย

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นการพัฒนาชีวิตของตนเองทางหนึ่ง ซึ่งขึ้นกับเป้าหมายและวิธีการ ซึ่งเป็นทางเลือกที่ได้รับความนิยมมากพอสมควรในสังคมปัจจุบัน สิ่งสำคัญคือ เข้าใจแรงจูงใจในการเลือกปฏิบัติธรรมของตนเองหรือไม่ว่า ทำไปเพื่ออะไร จุดมุ่งหมายที่คาดหวังให้เป็นไปคือ ความสงบของจิตใจ และลดความเครียดในชีวิตประจำวัน แต่ความเครียดจะลดได้ก็ต่อเมื่อเข้าใจและยอมรับความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริงของตนเองเท่านั้น ไม่ใช่การข่มไว้ชั่วคราวด้วยความสงบ

การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานจึงเข้ามามีส่วนสำคัญในชีวิตประจำวันของคนในสังคม สมถกัมมัฏฐาน เป็นวิธีฝึกจิตให้เกิดสมาธิ และวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นวิธีฝึกจิตให้เกิดปัญญารู้แจ้งสรรพสิ่งตามเป็นจริง โดยเฉพาะรู้แจ้งทุกข์และเหตุเกิดทุกข์แล้วหาทางแก้ไข ทุกวันนี้ การปฏิบัติกัมมัฏฐานเป็นเรื่องที่คนส่วนมากในสังคมไทยสนใจ ทั้งนี้สังเกตได้จากมีสำนักกัมมัฏฐานเกิดขึ้นมากทั้งในวัดและนอกวัด ในหน่วยราชการก็มีการจัดโครงการปฏิบัติธรรมสนับสนุนให้ข้าราชการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ในบริษัทเอกชนบางแห่งก็สนับสนุนให้พนักงานเข้าโครงการปฏิบัติธรรม เอกชนบางรายมีความสนใจและเกิดศรัทธาในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ถึงขั้นยอมสละสถานที่หรือที่พักอาศัยส่วนตัวทำเป็นที่ปฏิบัติกัมมัฏฐาน เปิดโอกาสให้บุคคลทั่วไปเข้าปฏิบัติได้

การที่มีผู้สนใจปฏิบัติกัมมัฏฐานกันมากอาจเกิดมาจากการที่ได้ตระหนักรู้แล้วว่า กัมมัฏฐานเป็นเรื่องของการฝึกจิต และจิตมีความสำคัญในฐานะเป็นตัวรับรู้อารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบหากฝึกจิตให้สงบได้ก็จะพบกับความสุข แต่ถ้าฝึกจิตให้สงบไม่ได้ก็ยากที่จะได้พบความสุขได้

ในประเทศไทยประชาชนส่วนใหญ่นับถือพระพุทธศาสนา แต่ยังไม่เข้าใจหลักธรรมอย่างแท้จริง แต่เป็นการกระทำเชิงพิธีกรรม เช่น การให้ทาน การสร้างวัตถุ ซึ่งยังไม่ใช่หลักธรรมที่ใช้ในการดำรงชีวิตอย่างแท้จริง โดยเฉพาะไม่ได้ศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานอันเป็นหนทางดำเนินไปสู่ความหลุดพ้น หรือเรียกว่า “สิกขา” ซึ่งมี ๓ ข้อ^๗ คือ อธิศีลสิกขา คือ ระบบของการสำรวมกาย วาจา ไม่ให้ก่อความเดือดร้อนแก่ตนเองและสังคม อธิจิตตสิกขา คือ ระบบการสร้างความตั้งมั่นแห่งจิตใจเพื่อให้เกิดความสงบ และอภิญญาสิกขา คือ ระบบการเรียนรู้ด้วยความพินิจพิจารณาให้เห็นตามสภาพความเป็นจริง ตามแนวทางแห่งอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ความรู้หรือปัญญาก็เกิดได้ ๓ ทาง คือ การฟัง การคิด และจากการภาวนา ซึ่งปัญญาที่เกิดจากการภาวนานี้

^๔ วิ.จู. (ไทย) ๗/๔๐๒/๒๔๑.

^๕ อง.ติก. (ไทย) ๒๐/๔๕๙/๑๕๖.

^๖ วิ.ม.หา. (ไทย) ๑/๓๒/๓๙.

^๗ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๒๘/๒๓๑.

การปฏิบัติสมถะวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถือว่าเป็นภารกิจหลักที่เป็นภาคปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเพื่อฝึกฝนอบรมพัฒนาบุคคลให้มีความตื่นตัว และสามารถแก้ปัญหาที่รุมเร้าเข้ามาทุกวัน โดยมีหลักได้ศึกษาที่เรียกว่า ชุระคือกิจในพระพุทธศาสนามีอยู่ ๒ อย่าง คือ เล่าเรียนในนวัคสัตตศาสนาซึ่งเป็นฝ่ายปริยัติสัทธรรม ส่วนการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐานซึ่งเป็นฝ่ายปฏิบัติสัทธรรม^๙ เพื่อการขัดเกลาอนุสัยกิเลสภายในใจให้เบาบางลงไป และเพื่อประโยชน์ในการดำเนินชีวิตทั้งในปัจจุบัน และประโยชน์สูงสุดคือ การสิ้นกิเลสสาละทั้งปวง ก็ด้วยสมถะและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังพระพุทธดำรัสที่ตรัสว่า

๑. ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า เมื่อเธอเจริญวิปัสสนาอันมีสมถะนำหน้า มรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป

๒. ภิกษุเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เมื่อเธอเจริญสมถะอันมีวิปัสสนานำหน้า มรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรค นั้นอยู่ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป

๓. ภิกษุเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป เมื่อเธอเจริญสมถะและวิปัสสนาควบคู่กันไป มรรคย่อมเกิดเธอเสพ เจริญทำให้มากซึ่งมรรค เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป^{๑๐}

ตามหลักฐานในพระไตรปิฎก มีกล่าวถึงสัทธรรม ๓ คือ ปริยัติสัทธรรม สัทธรรมคือการเล่าเรียนพระพุทธวจนะคือ พระไตรปิฎก ปฏิบัติสัทธรรม สัทธรรมคือการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ทั้งสมถะกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน และปฏิเวธสัทธรรม สัทธรรมคือการแทงตลอดมรรคผล และนิพพาน “สัทธรรม” แปลว่า ธรรมที่แท้จริง หมายถึง ธรรมที่ไม่ผิด กล่าวคือ ปริยัติหรือคำสอนของพระพุทธเจ้าไม่ผิด เมื่อปฏิบัติตามแล้ว ย่อมเกิดผล คือ ทำให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุมรรคผลและนิพพาน ข้อนี้สอดคล้องกับบทสรรเสริญธรรมคุณที่ว่า “ธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว ผู้ปฏิบัติตามย่อมเห็นได้ด้วยตัวเอง ไม่ถูกขัดขวางด้วยกาละเพราะมรรคเกิดขึ้นเมื่อใดผลก็เกิดเมื่อนั้น เชิญให้มาพิสูจน์ได้ สามารถทำให้เกิดขึ้นในตัวเองได้ และผู้รู้แจ้งสามารถรู้ได้เฉพาะตัว”^{๑๑}

ปัจจุบัน ปริยัติสัทธรรม คือ คัมภีร์พระพุทธศาสนายังดำเนินมาอยู่ ตามพระราชบัญญัติคณะสงฆ์เรียกว่า “พระปริยัติธรรม” ได้กำหนดให้มีคัมภีร์ภาษาไทยและคำสอนของพระพุทธเจ้า

นอกจากนี้รัฐบาลยังออกพระราชบัญญัติรับรองสถานะของมหาวิทยาลัยสงฆ์ทั้ง ๒ แห่ง คือ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย กับ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย ซึ่งมหาวิทยาลัยสงฆ์ทั้ง ๒ แห่งนี้นอกจากจัดให้มีด้านปริยัติแล้วยังจัดให้มีด้านปฏิบัติด้วย

^๙ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^๙ ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๗.

^{๑๐} อ.จ.ต.ก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗-๒๓๘.

^{๑๑} ชุ.จุ. (ไทย) ๓๐/๑๗/๔.

ในพระพุทธศาสนามีกล่าวถึงธรรมาหรือภาระหน้าที่ของพระภิกษุไว้ ๒ อย่าง คือ ๑) การเล่าเรียนคัมภีร์ ๒) การปฏิบัติกัมมัฏฐาน^{๑๒} หน้าที่ ๒ อย่างนี้แม้พระพุทธเจ้าจะตรัสสอนพระสาวกเป็นหลัก แต่ก็เชื่อว่าประคับประคองพุทธบริษัททั่วไปไม่ได้ เพราะการเรียนรู้คำสอนของพระพุทธเจ้าและการปฏิบัติตามคำสอนเป็นหน้าที่ของพุทธบริษัททุกฝ่าย

ดังนั้น การปฏิบัติกัมมัฏฐาน อันได้แก่ การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งเป็นฐานะหนึ่งในสองดังกล่าวไว้ข้างบน จึงถือเป็นภารกิจหลักฝ่ายภาคปฏิบัติที่ชาวพุทธไม่ว่าพระภิกษุหรือฆราวาสพึงปฏิบัติ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อการขัดเกลาจิตใจให้เกิดประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน และประโยชน์สูงสุดคือการดับกิเลสได้หมด

ตามหลักฐานในพระไตรปิฎก มีเรียกคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า สัทธรรม มี ๓ คือ ๑) ปริยัติสัทธรรม สัทธรรมคือการเล่าเรียนพระพุทธรวจนะคือพระไตรปิฎก ๒) ปฏิบัติสัทธรรม สัทธรรมคือการปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้งสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน และ ๓) ปฏิเวธสัทธรรม สัทธรรมคือการแทงตลอดมรรคผลและนิพพาน

จากความหมายของ สัทธรรม ซึ่งแปลว่า ธรรมที่แท้จริง หมายความว่า คำสอนของพระพุทธเจ้าไม่ผิดพลาด เมื่อปฏิบัติตามแล้ว ย่อมเกิดผล คือ ทำให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุมรรคผลและนิพพาน ข้อนี้สอดคล้องกับบทสรรเสริญธรรมคุณที่ว่า “ธรรมอันพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว ผู้ปฏิบัติตามย่อมเห็นได้ด้วยตัวเอง ไม่ถูกขัดขวางด้วยกาละเพราะมรรคเกิดขึ้นเมื่อใดผลก็เกิดเมื่อนั้น เชิญให้มาพิสูจน์ได้ สามารถทำให้เกิดขึ้นในตัวเองได้ และผู้รู้แจ้งสามารถรู้ได้ด้วยตัวเอง”^{๑๓}

สังคมไทยเป็นสังคมอิสระที่เปิดโอกาสให้มีการศึกษาพระพุทธศาสนาทั้งภาคปริยัติ (ภาคทฤษฎี) และภาคปฏิบัติ (ภาคฝึกฝนตนตามทฤษฎีหรือให้เขาถึงทฤษฎี) ภาคปริยัติมีการจัดการศึกษาที่เป็นระบบ กล่าวคือ มีหลักสูตรมีตำราเรียนและมีการวัดผลที่แน่นอน ส่วนในภาคปฏิบัติแม้ไม่มีระบบดังกล่าว แต่พระเถระผู้มีความรู้ก็สามารถสอนการปฏิบัติกัมมัฏฐานได้ตามความรู้ตามความเชี่ยวชาญของท่าน โดยได้สอนวิธีปฏิบัติต่าง ๆ ที่ท่านได้ศึกษามาตามแนวทางของบูรพาจารย์และเชี่ยวชาญ เช่น บางท่านเชี่ยวชาญสอนวิธีเจริญอานาปานาสติ คือ ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าออก บางท่านเชี่ยวชาญสอนวิธีกำหนดลมหายใจเข้าออกแต่เน้นไปที่ท้องพองท้องยุบ บางท่านเชี่ยวชาญสอนวิธีกำหนดคาบบริกรรมว่า “พุทโธ” นอกจากวิธีการสอนดังกล่าวมาแล้ว ยังมีวิธีการสอนอื่น ๆ อีก อย่างไรก็ตาม มีการสรุปกันว่า การปฏิบัติกัมมัฏฐานในประเทศไทยที่เป็นที่นิยมในปัจจุบันมีวิธีการปฏิบัติหลัก ๕ สาย คือ

๑. สายสายพุทโธ หรือเรียกว่า พุทโธกัมมัฏฐาน คือ วิธีที่ใช้คาบบริกรรมว่า “พุทโธ” (หมายถึง ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน) เป็นหลัก แต่มีบางแห่งนำคาบบริกรรมนี้ไปสัมพันธ์กับลมหายใจโดยขณะหายใจเข้าบริกรรมว่า “พุท” ขณะหายใจออก บริกรรมว่า “โธ” จุดมุ่งหมายคือเป็นวิธีการที่ช่วยให้ใจรวมเป็นหนึ่งได้ง่าย ผู้ที่ถือว่าเป็นผู้ให้กำเนิดสายนี้ คือ หลวงปู่เสาร์ กนตสีโล และหลวงปู่มั่น ภูริทตฺโต ได้นำมาขยายผลสอนจนแพร่หลาย^{๑๔}

^{๑๒} พุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๗.

^{๑๓} พุ.จุ. (ไทย) ๓๐/๑๗/๔.

^{๑๔} สถาบันจิตตภาวัน มหาวิทยาลัยพระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย, เบญจภาคีกรณฐาน : คู่มือการปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นทุกข์, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๓๐-๓๖.

๒. สายอานาปานสติ คือ สติกำหนดลมหายใจเข้าออก ได้แก่ การใช้สติกำหนดลมหายใจเข้าออกเป็นเบื้องต้นแล้วเชื่อมโยงกับ การเจริญสติปัฏฐานข้ออื่นๆอีก อาจเป็นกายนุปัสสนา เวทนา นุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนา ซึ่งเป็นการนำไปสู่การเจริญสติตามศุภกัณฑ์ ๔ ฐาน คือ กาย เวทนา จิต และธรรม มีปรากฏในพระไตรปิฎก พุทธทาส ภิกขุ ได้นำมาปฏิบัติและสอน จนกระทั่งมีผู้ปฏิบัติตามจำนวนมาก^{๑๕}

๓. สายพอง – ยุบ คือ วิธีที่ใช้คำบริกรรมว่า “พองหนอ-ยุบหนอ” ขณะหายใจเข้าท้องพอง ก็บริกรรมว่า “พองหนอ” ขณะหายใจออกท้องยุบก็บริกรรมว่า “ยุบหนอ” เป็นสายที่พัฒนามาจากกายนุปัสสนาสติปัฏฐานในพระไตรปิฎก พระวิปัสสนาจารย์ชาวไทยที่มีชื่อเสียงของสายนี้ คือ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) มีผู้ปฏิบัติตามกันมาก^{๑๖}

๔. สายสัมมาอะระหัง หรือสายธรรมกาย คือ การกำหนดลูกแก้วกลมใสเป็นนิมิต และกำหนดคำบริกรรมภาวนาว่า “สัมมาอะระหัง” ซึ่งวิธีนี้ให้กำเนิดโดยหลวงพ่อดล จันทโร วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ หรือที่เรียกว่า “หลวงพ่อดลปากน้ำ”^{๑๗}

๕. สายเคลื่อนไหวหรือสายหลวงพ่อเทียน คือ การเจริญสติแบบกำหนดดูเคลื่อนไหว เพื่อให้เกิดความรู้สึกตัวหรือสติอยู่เสมอ ซึ่งจะเข้าไปดู ความคิด อันเป็นต้นเหตุของความทุกข์ของมนุษย์ ซึ่งหลวงพ่อเทียน จตตสุโก พัฒนามาจากการดูความเคลื่อนไหวของอริยาบถที่ปรากฏในอริยาบถปัพพะ (หมวดอริยาบถ) แล้วสอนจนกระทั่งมีผู้ปฏิบัติตามกันจำนวนมากเช่นกัน^{๑๘}

ผู้วิจัยได้ตั้งคำถามเชิงวิชาการว่าวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในสังคมไทยนั้น มีรากฐานมาจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาเช่นพระไตรปิฎกและอรรถกถาหรือไม่ ขั้นตอนใดเป็นสมถกัมมัฏฐาน ขั้นตอนใดเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐาน สิ่งที่ผู้วิจัยสนใจคือคำถามที่ว่า มีเกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานของกัมมัฏฐานในสังคมไทยอย่างไร เป็นไปตามหลักสติปัฏฐาน ๔ หรือไม่ ผู้วิจัยเห็นว่าการตั้งคำถามอย่างนี้เป็นคำถามที่ท้าทายให้ค้นหาคำตอบ จึงได้นำมาตั้งเป็นประเด็นศึกษาในครั้งนี้

๑.๒ วัตถุประสงค์

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทย

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔

๑.๒.๓ เพื่อตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานของกัมมัฏฐานในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔

^{๑๕} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, กรุงเทพมหานคร : บริษัท เอสอาร์ พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๒๖๑.

^{๑๖} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๓๗-๔๒.

^{๑๗} มูลนิธิหลวงพ่อดลธรรมกายาราม, คู่มือปฏิบัติสมถวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๕ สาย, พุทฺธ, อานาปานสติ, พอง-ยุบ, รูปนาม, สัมมาอะระหัง, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (นครปฐม : บริษัท เพชรเกษม พรินติ้ง กรุ๊ป จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๔-๗๑.

^{๑๘} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๖๑-๗๐.

๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย

ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยกำหนดขอบเขตการวิจัยไว้ดังนี้

๑.๓.๑ การศึกษาเรื่อง “เกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔” ศึกษาเฉพาะในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ประกอบด้วยพระไตรปิฎก และอรรถกถา และคัมภีร์ ตำรา และเอกสารที่เกี่ยวข้อง จากนั้นจะทำการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิ โดยใช้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวนอย่าง ๑๐ ท่าน ที่เป็นผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เชี่ยวชาญด้านวิปัสสนากัมมัฏฐาน

๑.๓.๒ ศึกษาเนื้อหาที่เน้นเกี่ยวกับวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทย ๕ สาย คือ ๑. สายพุทโธ ๒. สายอานาปานสติ ๓. สายพอง-ยุบ ๔. สายสัมมาอะระหังหรือสายธรรมกาย ๕. สายเคลื่อนไหวหรือสายหลวงพ่อเทียน

๑.๓.๓ การศึกษาที่มุ่งเน้นการวิจัยเอกสาร เพื่อค้นหาหลักฐานทางเอกสารเกี่ยวกับวิปัสสนากัมมัฏฐานและเอกสารที่มีความเกี่ยวข้องกัน เพื่อนำมาวิเคราะห์และบูรณาการสร้างองค์ความรู้ใหม่ เพื่อให้ได้ “เกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔” ต่อไป

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๔.๑ วิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทยเป็นอย่างไร

๑.๔.๒ ความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นอย่างไร

๑.๔.๓ เกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานของกัมมัฏฐานในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นอย่างไร

๑.๕ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ กัมมัฏฐาน หมายถึง หลักปฏิบัติเพื่อการฝึกจิตซึ่งนำไปสู่การบรรลุมรรคผลที่เป็นทั้งสมณะ (ความสงบ) และวิปัสสนา (การเห็นแจ้ง)

๑.๕.๒ วิปัสสนา หมายถึง การเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง รู้แจ้ง เห็นจริง หมายความว่า การฝึกฝนอบรมจิตให้มีปัญญา เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดในสิ่งทั้งหลาย ตรงต่อสภาวะของมัน คือให้เข้าใจสิ่งทั้งหลายทั้งปวงตรงตามความเป็นจริง

๑.๕.๓ วิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึง ที่ตั้งแห่งการกระทำที่เป็นปัจจัยให้เกิดการเห็นแจ้ง การเห็นพิเศษ และการเห็นโดยอาการต่าง ๆ ว่ามีความไม่เที่ยง

๑.๕.๔ เกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔ หมายถึง เกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนาของกัมมัฏฐานอยู่ที่การเห็นนามรูปว่าไม่เที่ยง คือ มีเกิดแล้วดับ เป็นทุกข์คือถูกความเกิดและความดับบีบคั้นให้อยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และเป็นอนัตตาคือนามรูป ไม่มีตัวตน ไม่สามารถบังคับให้เป็นไปตามใจปรารถนาได้

๑.๕.๕ กัมมัฏฐาน ๕ สายในสังคมไทย คือ กัมมัฏฐานที่นิยมปฏิบัติกันในสังคมไทย โดยมีวิธีปฏิบัติเป็นลักษณะเฉพาะตัว สำหรับในงานวิจัยนี้จะเลือกวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ดังนี้ (๑) สายพุทโธ (๒) สายอานาปานสติ (๓) สายพอง-ยุบ (๔) สายสัมมาอะระหังหรือวิธีธรรมกาย และ (๕) สายเคลื่อนไหวหรือสายหลวงพ่อเทียน

๑.๕.๖ สถิติปฏิญาณ ๔ หมายถึง หลักธรรมที่อยู่ในมหาสติปฏิญาณสูตรที่เป็นข้อปฏิบัติเพื่อการรู้แจ้ง คือเข้าใจตามเป็นจริงของสิ่งทั้งปวงโดยไม่ถูกกิเลสครอบงำ สถิติปฏิญาณมี ๔ คือ การตามดูกาย การตามดูเวทนา การตามดูจิต และการตามดูธรรม

๑.๖ ทบทวนเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง “เกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทยตามหลักสถิติปฏิญาณ ๔” มีเอกสารและรายงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

๑.๖.๑ หนังสือ

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) กล่าวถึงสถิติปฏิญาณในฐานะสัมมาสติในหนังสือ “พุทธธรรม” สรุปใจความได้ว่า การปฏิบัติสถิติปฏิญาณนี้เป็นวิธีปฏิบัติธรรมที่นิยมกันมาก และนิยมยกย่องกันอย่างสูงถือว่ามีความพร้อมทั้งสมณะและวิปัสสนาในตัว ผู้ปฏิบัติอาจเจริญสมณะจนได้ฌานก่อนแล้วจึงเจริญวิปัสสนาตามแนวสถิติปฏิญาณจนถึงที่สุดก็ได้ หรือจะอาศัยเพียงสมาธิขั้นต้น ๆ ที่จำเป็นมาประกอบเจริญวิปัสสนาเป็นตัวนำในแนวสถิติปฏิญาณนี้ ไปจนถึงที่สุดก็ได้^{๑๙}

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) กล่าวถึงเรื่องสมาธิและวิปัสสนาไว้ในหนังสือ “สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ” สรุปว่า สภาวะแห่ง กัมมณียะ คือจิตที่ควรแก่การงาน เป็นจิตอันประกอบด้วยสติและสมาธิที่เกิดตามธรรมชาติ ซึ่งมักจะพอเหมาะพอควรแก่การนำไปใช้พิจารณาให้เกิดปัญญา ส่วนสมาธิที่เกิดจากการบำเพ็ญเป็นเทคนิคโดยเฉพาะนั้น มักจะเป็นสมาธิที่มากเกินไปหรืออาจทำให้มีสุขมากเกินไปจนอาจติดหรือหลงว่าเป็นมรรคผลไปเสียเลยก็ได้^{๒๐}

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ) กล่าวถึงเรื่องวิปัสสนาไว้ในหนังสือ “วิปัสสนาในการทำงาน” สรุปว่า วิปัสสนาที่แท้จริงเป็นการเห็นตามความจริง ที่สามารถทำลายความเห็นว่ามีตัวตน ความเห็นแก่ตัว หรือความยกย่องทางมีตัวมีตน สามารถทำได้ในขณะที่การทำงาน โดยเอาการทำงาน (การเคลื่อนไหวของกายและจิต) เป็นเครื่องอยู่ในการเจริญวิปัสสนาไปในตัว โดยใช้สติ สมาธิที่อยู่ในธรรมชาติเป็นเครื่องควบคุมจิตให้เห็นความจริงเพื่อถอดถอนความรู้สึกว่ามีตัว โดยใช้หลักการหลุดพ้นแบบปัญญาวิมุตติล้วน ๆ ซึ่งเหมาะกับคนยุคนี้^{๒๑}

สมเด็จพระพุทธปาโมกข์ (อ.จ. อาสภมหาเถร) ได้กล่าวว่า “ด้วยภาวนาวิธีที่โยคีได้กำหนดมาอย่างต่อเนื่องจนได้บรรลุแล้วซึ่งตรุณอุทยัพพวิปัสสนาญาณ (วิปัสสนาญาณอย่างอ่อน) ซึ่งมีชื่อว่า อุทยัพพานุปัสสนาญาณ (อย่างอ่อน) ซึ่งแห่งตลอดลักษณะครบถ้วน ๕๐ โดยอาการนี้ว่า “สิ่งที่มีความดับไปเป็นธรรมดานั่นเองเกิดขึ้นและ ที่เกิดขึ้นแล้วก็ถึงความดับไป” ดังนี้ ซึ่งโดยเหตุที่ได้บรรลุ (ตรุณ-

^{๑๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), **พุทธธรรม**, ฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๔๖, (กรุงเทพมหานคร : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖).

^{๒๐} พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), **สมาธิและวิปัสสนาตามธรรมชาติ**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๔๙).

^{๒๑} พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), **วิปัสสนาในการทำงาน**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๕๐).

พระเทพมุนี (วิลาส ญาณวโร) ได้กล่าวว่า “เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานผ่านญาณที่สามสัมมสนญาณมาแล้วจิตใจของผู้ปฏิบัติเริ่มจักผ่องแผ้วขึ้นด้วยอำนาจแห่งสมาธิญาณที่ได้สั่งสมมาเป็นเวลานาน จึงเป็นเหตุให้เกิด วิปัสสนูปกิเลส กล่าวคือธรรมที่เข้าไปทำวิปัสสนาให้เศร้าหมองและเมื่อวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้นแล้วก็จะทำให้ผู้ปฏิบัติได้ประสบพบเห็น และเกิดความรู้สึกนึกคิดแปลกประหลาดไปต่าง ๆ นานา ซึ่งผู้ไม่เคยปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานหรือผู้ที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมาแล้วแต่ยังไม่ได้บรรลุถึงอุทยัพพญาณนี้ จักไม่มีโอกาสได้ทราบหรือได้ลิ้มรสวิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้เลยเป็นอันขาด”^{๒๓}

จำลอง ดิษยวนิช ได้กล่าวว่า “วิปัสสนูปกิเลสว่าเป็นมลทินของวิปัสสนากัมมัฏฐานจะไปบังคับไม่ให้เกิดก็ได้ เมื่อโยคีปฏิบัติจนถึงตรณอุทยัพพญาณ อุปกิเลสย่อมเกิดขึ้นตามธรรมดา สิ่งที่สำคัญคือ โยคีจะต้องไม่พอใจอยู่เพียงแค่นี้ โดยลองผิดคิดว่าตนสำเร็จมรรคผลแล้วเป็นปัจจัยให้กิเลสอื่น ๆ โดยเฉพาะตัณหา มานะ ทิฐิ และอกุศลธรรมเหล่านี้เกิดขึ้นอีกมากมาย วิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้จะไม่เกิดแก่พระอริยสาวก ผู้บรรลุมรรคผลแล้ว ผู้ปฏิบัติผิดทางเริ่มต้นตั้งแต่ศีลวิบัติ ผู้ทอดทิ้งวิปัสสนากัมมัฏฐาน บุคคลเกียจคร้าน แม้จะปฏิบัติถูกต้องมาตั้งแต่ต้นก็ตาม”^{๒๔}

พระราहुล ได้กล่าวว่า คำว่า “กัมมัฏฐาน” ในความหมายที่แท้จริง ได้แก่ การเจริญหรือพัฒนาทางจิตใจ เมื่อกล่าวให้ถูกต้องตรงตามความหมายจริง ๆ ของศัพท์แล้ว “การภาวนา” ทางพระพุทธศาสนาก็คือการเจริญจิต การภาวนามีจุดมุ่งหมายเพื่อชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์ปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองและสิ่งรบกวนทั้งหลาย เช่น ราคะ โทสะ พยาบาท ความอาฆาต ความฟุ้งซ่าน รำคาญใจ ความลังเลสงสัย และเพื่อปลูกฝังคุณสมบัติต่าง ๆ เช่น สมาธิ สติปัญญา ความมุ่งมั่นพลังและความสามารถในการวิเคราะห์ ความเชื่อมั่น ปิติ ความสุข ซึ่งจะนำไปสู่การได้ปัญญายอดเยี่ยมอันจะสามารถเห็นภาวะของสรรพสิ่งตามความเป็นจริงและรู้แจ้งแทงตลอดปรมัตถสัจจ คือพระนิพพานในที่สุด”^{๒๕}

สุจิตรา อ่อนค้อม ได้กล่าวว่า “วิปัสสนาภาวนาหรือวิปัสสนากัมมัฏฐานคือการอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริงหรือการเจริญปัญญาอันเป็นวิธีปฏิบัติให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง

^{๒๒} พระพุทธ โสณเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุทธปาหังจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : ประยูรวงศ์พิมพ์ตั้ง, ๒๕๔๖), หน้า ๑๐๓๐.

^{๒๓} พระเทพมุนี (วิลาส ญาณวโร ป.ธ. ๙), **วรรณกรรมไทยเรื่องกรรมทิปนี**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๒๗), หน้า ๖๖๑.

^{๒๔} จำลอง ดิษยวนิช, **จิตวิทยาของความดับทุกข์**, (เชียงใหม่ : กลางเวียงการพิมพ์, ๒๕๔๔), หน้า ๑๔๑ – ๑๔๒.

^{๒๕} พระราहुล, **พระพุทธเจ้าสอนอะไร**, แปลโดยชูศักดิ์ ทิพย์เกสร และคณะ, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๘), หน้า ๑๒๙.

ฐิตวณโณ ภิกขุ ได้กล่าวว่า “การฝึกอบรมจิตให้รู้เห็นความจริงของสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง เรียกว่า “วิปัสสนาภาวนา” และมีอยู่เฉพาะในพระพุทธศาสนานี้เท่านั้นไม่มีอยู่ในคำสอนของศาสนาอื่นใดในโลก ทั้งนี้ก็เพราะว่าในศาสนาอื่น ๆ นั้น ไม่มีหลักคำสอนของอนัตตา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่นำไปสู่การปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งปวง และจุดมุ่งหมายสูงสุดของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้นก็เพื่อบรรลุมรรคผลพระนิพพานอันเป็นที่ดับความทุกข์ความเดือดร้อนทั้งปวงไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไปอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา”^{๒๗}

พระคันธสาราภังค์ ได้กล่าวว่า “แนวทางการเจริญวิปัสสนานั้นเป็นหลักคำสอนที่สำคัญของพระพุทธเจ้าซึ่งทำให้บุคคลเกิดปัญญาเห็นนามรูป พระไตรลักษณ์ และอริยสัจ ๔ อย่างแท้จริง การคัดค้านคำสอนตามแนวทางนี้ จึงไม่ต่างจากการปฏิเสธคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นการทำลายศรัทธาของผู้เลื่อมใส และส่งผลให้บุคคลอื่นที่เห็นตามต้องเสื่อมจากวิปัสสนาและมรรคผล ปัจจุบันชาวพุทธสามารถเรียนรู้หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ถูกต้องได้ถ้าหมั่นขวนขวายแสวงหา โมกขธรรมโดยการประพฤติปฏิบัติอยู่เสมอต้องมีโอกาสที่จะได้บรรลุ มรรค ผล นิพพานเป็นที่พึงได้ในที่สุด”^{๒๘}

๑.๖.๒ วิทยานิพนธ์

พระครูประคุณสรกิจ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม” พบว่า ในสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรมได้ปฏิบัติตามหลักในมหาสติปัฏฐาน ๔ สุตระ ซึ่งมีเนื้อหาแบ่งออกเป็น ๔ หมวด คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๔ เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๔ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๔ และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๔ และในสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรมได้นำมหาสติปัฏฐาน ๔ สุตระมาปรับใช้ในการกำหนดรูปนามของแต่ละบุคคล ส่วนการสอนนั้นให้กำหนดอาการเคลื่อนไหวในอิริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน เมื่อเกิดเวทนาหรือความคิดให้พิจารณาเวทนาและความคิดนั้นไปด้วยการกำหนดรู้”^{๒๙}

พระมหารุ่งเรือง รกขิตธมโม ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน : ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น” พบว่า อุปสรรคของเจริญวิปัสสนา เกิดจากการทำงานร่วมกันของรูปกับนาม โดยมี

^{๒๖} สุจิตรา อ่อนค้อม, การฝึกสมาธิ, พิมพ์ครั้งที่ ๖, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, ๒๕๔๒), หน้า ๑๓๘.

^{๒๗} ฐิตวณโณ ภิกขุ (พิจิตร), วิปัสสนาภาวนา, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๔), หน้า ๑.

^{๒๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสัณฺฑาโต), วิปัสสนาญ์ เล่ม ๒, แปลโดย พระคันธสาราภังค์, (นครปฐม : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๕๐), หน้า ๑๗.

^{๒๙} พระครูประคุณสรกิจ, “วิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิเวกอาศรม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๑๑๐.

พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุธมโม ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษา อัมปมัญญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” สรุปว่า การนำหลักการเจริญอัมปมัญญา ๔ คือการเจริญเมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ไปโดยไม่มีประมาณในทิศทั้งปวง ซึ่งเป็นหลักในการเจริญสมณะมาเป็นบาปฐานให้จิตสงบระงับก่อน แล้วจึงเจริญวิปัสสนา แบบสมถปุพพังคมาวิปัสสนานั้นจะได้ผลดี เพราะทำให้จิตสงบจากนิวรณ์ และมีความสุขเอิบอิ่ม ทำให้เกิดกำลังสามารถยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาได้โดยอาศัยการตามรู้รูปนามขั้น ๕ ต่อไปได้ง่าย และทำให้เห็นไตรลักษณ์ได้ชัดเจน^{๓๑}

พระมหาสมพงษ์ ภททาจาโร ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์นิวรณ์ ๕ อันเป็นธรรมารมณ์ของวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” ๒๒ สรุปว่า สติปัฏฐานควรเริ่มที่การชำระศีลให้บริสุทธิ์ ผู้ปฏิบัติพึงเป็นผู้ว่าง่าย ตัดความกังวล เลือกสถานที่เหมาะสม หาครูบาอาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญ แล้วเจริญสติปัฏฐานอันเป็นแนวทางสู่พระนิพพาน ก็จะเห็นไตรลักษณ์ในสภาวะธรรมอันได้แก่นิวรณ์ อันมีอยู่ภายใน หากสติมีกำลังมากจะสามารถเห็นการเกิดดับอันเป็นเครื่องทำให้เบื่อหน่ายในรูปนามในที่สุด

พระครูปริยัติพรหมคุณ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาปัจจัยปริคคหญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” สรุปว่าการปฏิบัติวิปัสสนาคือการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐานโดยให้มีสติกำกับอยู่ทุกขณะ โดยมีอารมณ์ในกาย เวทนา จิต ธรรม ซึ่งเมื่อภาวนาไปแล้วจะเห็นได้ว่ารูปและนามเป็นคนละสิ่งกัน และรูปเป็นปัจจัยให้เกิดนาม นามเป็นปัจจัยให้เกิดรูป ซึ่งกล่าวได้ว่ารูปนามเป็นเหตุปัจจัยซึ่งกันและกัน เมื่อเพียรภาวนาอย่างต่อเนื่องจะเห็นแจ้งและเข้าใจเรื่องของรูปและนามตามความเป็นจริง ซึ่งเป็นเหตุปัจจัยให้เกิดปัญญาญาณต่อไป^{๓๒}

พระครูภาวนาวารานุรักษ์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาภังคานุสสนาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะ กรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” สรุปว่า สติปัฏฐาน

^{๓๐} พระมหารุ่งเรือง รุกขิตธมโม (ปะมะชะ), “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน : ได้ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๖๗.

^{๓๑} พระครูสมุห์ประเสริฐ จารุธมโม (ใหญ่มีศักดิ์), “การศึกษาอัมปมัญญา ๔ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า บทคัดย่อ.

^{๓๒} พระครูปริยัติพรหมคุณ, “ศึกษาปัจจัยปริคคหญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า บทคัดย่อ.

พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาภยญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” สรุปว่า การปฏิบัติวิปัสสนาคือการเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือระลึกรู้ใน กาย เวทนา จิต ธรรม นอกเหนือจากนี้แล้วย่อมไม่เป็นการเจริญวิปัสสนา ทั้งนี้การเจริญวิปัสสนาทำไปเพื่อให้สังเกตเห็นรูปนามเป็นไปตามความจริงตามธรรมชาติคือไตรลักษณ์ ซึ่งต้องใช้สติ เป็นเครื่องมือสำคัญ หากขาดสติแล้วย่อมไม่มีการหยั่งเห็นความเป็นจริง เมื่อเจริญสติไประยะหนึ่ง สติจะระลึกรู้ถึงธรรมชาติของรูปนามว่ามีความเกิดขึ้นและดับไป ไม่เห็นความยั่งยืนของรูปนามใด ๆ จึงมีความรู้สึกรู้ว่ารูปนามนี้ เป็นของน่ากลัว ด้วยเหตุที่เห็นความเสื่อมสลายของทุก ๆ สิ่ง ซึ่งภยญาณนี้มีองค์ธรรมคือปัญญาเจตสิก^{๓๔}

พระปลัดพงษ์ศักดิ์ ธมมวโร ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาสังขารเบกขาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” สรุปว่าการปฏิบัติวิปัสสนาต้องใช้อารมณ์ในสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งหากนอกเหนือไปจากนี้จะไม่เป็นการเจริญวิปัสสนา และเมื่อมีสติต่อเนื่องจะเห็นรูปนามเป็นสิ่งที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชา จึงเห็นเป็นของที่น่ากลัว เพราะความเสื่อมสลายไม่คงที่แน่นอนจึงคิดอยากออก อยากหนี และหาอุบายเพื่อความหลุดพ้น แต่ยังไม่อาจถึงความหลุดพ้นได้ จึงอนุโลมตามภาวะที่เป็น และวางเฉยต่อรูปนาม ด้วยเห็นประจักษ์ด้วยปัญญาตามความเป็นจริง^{๓๕}

แม่ชีปารมิตา บุญประเสริฐ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์โพชฌงค์ในสติปัฏฐาน ๔” สรุปว่าโพชฌงค์ ๗ อันได้แก่ สติ ธัมมวิจยะ วิริยะปติ ปัสสัทธิ สมาธิ และอุเบกขาเป็นองค์ธรรมเครื่องตรัสรู้ มีกล่าวไว้ในธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยให้พิจารณาใน ๓ ด้าน คือโพชฌงค์ ๗ แต่ละอย่างมีอยู่ในตนหรือไม่ ถ้ายังไม่เกิดจะเกิดขึ้นได้อย่างไร เกิดขึ้นแล้วจะบริบูรณ์ได้อย่างไร ซึ่งโพชฌงค์นี้สามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้ และองค์ธรรมในโพชฌงค์นี้จะสัมพันธ์กันต่อเนื่องเมื่อเจริญสติปัฏฐาน คือ เมื่อจิตเกิดสติย่อมเห็นสภาวะธรรมที่อยู่เฉพาะหน้าเป็นการเลือกเพินธรรมโดยธรรมชาติ (ธัมมวิจยะ) เมื่อนั้นย่อมมีความเพียรผลิตเพลินในการเห็นสภาวะธรรม นำมาซึ่งปติ ปัสสัทธิ และอุเบกขาตามลำดับ^{๓๖}

^{๓๓} พระครูภาวนาวารานุรักษ์, “ศึกษาภังคานุปัสสนาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า บทคัดย่อ.

^{๓๔} พระศรีธีรวงศ์ สจจวโร, “ศึกษาภยญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า บทคัดย่อ.

^{๓๕} พระปลัดพงษ์ศักดิ์ ธมมวโร, “ศึกษาสังขารเบกขาญาณ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต* , (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า บทคัดย่อ.

^{๓๖} แม่ชีปารมิตา บุญประเสริฐ, “การศึกษาวิเคราะห์โพชฌงค์ในสติปัฏฐาน ๔”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า บทคัดย่อ.

แม่ชีระวีวรรณ งานวิสุทธิพันธ์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร” สรุปว่าการปฏิบัติสติปัฏฐาน นั้นจะต้องมีองค์ประกอบที่เกื้อหนุน เช่น การมีอินทรีย์ที่สม่ำเสมอ ความตั้งใจ ความเอาใจใส่ และสามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้^{๓๗}

พรรณราย รัตนไพฑูรย์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “วิธีปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : ได้ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ)” พบว่า พระธรรมธีรราชมหามุนีได้ใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม เป็นกรอบในการสอนการปฏิบัติ โดยสอนให้ผู้เข้ารับการฝึกฝนอบรมได้เข้าใจทั้งหลักสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐานควบคู่กันไป และในภาคปฏิบัตินั้นท่านสอนให้ผู้ปฏิบัติเน้นวิธีการแบบสมถะ ที่มีวิปัสสนาเป็นตัวนำตามหลักของวิปัสสนาญาณ ๑๖ วิสุทธิ ๗ เป็นกรอบในการตรวจสอบความก้าวหน้าทางการฝึกฝนอบรมจิต^{๓๘}

อณิวัชร เพชรนรรัตน์ ได้ศึกษาวิจัยผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่า “หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นหลักเดียวกันกับหลักสติปัฏฐาน ๔ และหลักสติปัฏฐาน ๔ ยังเป็นหนึ่งในหลักของโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ ส่วนวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นวิธีการปฏิบัติที่ต้องอ้างอิง และอธิบายในมหาสติปัฏฐาน ๔ สูตร ๒๑ วิธี ซึ่งเป็นวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาที่พระพุทธองค์ทรงสอนโดยให้เริ่มที่หลักอานาปานสติก่อนแล้วจึงมาปฏิบัติตามหลักของสติปัฏฐาน ๔ เพื่อให้ได้โพชฌงค์ ๗ และบรรลุพระนิพพานในที่สุด”^{๓๙}

กัณห์ทิพย์ ชลวิสุทธิ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์พระอภิธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่นำไปใช้กับชีวิตประจำวันได้” สรุปว่า สติเจตสิกคือธรรมชาติที่มีความระลึกได้ในอารมณ์ (สิ่งที่ถูกรู้) มีลักษณะที่จดจ่อคือ มีความระลึกได้ในอารมณ์เนื่อง ๆ เป็นลักษณะมีความไม่หลงลืมเป็นกิจ มีการรักษาและจดจ่ออารมณ์เป็นผล มีความจำอันมั่นคงเป็นเหตุไฉไล^{๔๐} ทั้งนี้ สติมีความสำคัญในชีวิตประจำวัน เนื่องจากจิตจะตกไปในวิถีกุศลหากขาดสติ ในทางตรงข้ามจิตจะมีกุศลได้เพราะมีสติ

เสนาะ ผดุงฉัตร ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเชิงวิเคราะห์อานาปานสติภายในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค” สรุปว่า การเจริญสติโดยเฉพาะอานาปานสติมีความสำคัญและประโยชน์กับ

^{๓๗} แม่ชีระวีวรรณ งานวิสุทธิพันธ์, “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า บทคัดย่อ.

^{๓๘} พรรณราย รัตนไพฑูรย์, “วิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ : ได้ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๔), หน้า ๒-๓.

^{๓๙} อณิวัชร เพชรนรรัตน์, “วิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า บทคัดย่อ.

^{๔๐} กัณห์ทิพย์ ชลวิสุทธิ, “การศึกษาวิเคราะห์พระอภิธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าที่นำไปใช้กับชีวิตประจำวันได้”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า บทคัดย่อ.

อัชฎา ศุวรรณมิตสระ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” สรุปว่า สติปัฏฐานสี่ เป็นหนทางเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งในสัจธรรมและเข้าถึงความเป็นจริงในชีวิต โดยหากผู้ปฏิบัติมีสติรู้รูปนามที่เป็นปัจจุบันอารมณ์ ด้วยจิตที่ตั้งมั่น จะทำให้เห็นไตรลักษณ์ ซึ่งมีผลให้จิตนั้นปล่อยวางอารมณ์และเกิดปัญญารู้แจ้งตามความเป็นจริง และดำเนินสู่ความเป็นอิสระพ้นจากทุกข์ได้^{๔๒}

พัชรินทร์ พรชัยสำเร็จผล ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาสังโยชน์ ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน” สรุปว่า สติปัฏฐานที่ถูกต้อง เมื่อเจริญอย่างต่อเนื่องจะเห็นรูปนามตามความเป็นจริงชัดขึ้น เห็นการเกิดดับของสภาวะธรรมอันมีไตรลักษณ์เป็นสามัญลักษณะ มีส่วนให้สังโยชน์ขั้นต่ำ ๕ ประการคือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส กามราคะ ปฏิคะ ลดลงได้

ลดา แก้วกูร ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิธีการสอนกัมมัฏฐานของพระเกจิอาจารย์ในสังคมไทย โดยเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานของสำนักหลวงพ่อดปากน้ำกับสำนักหลวงพ่อดาชีสิงดำ” สรุปว่าแม้ทั้งสองจะมีวิธีการปฏิบัติที่ต่างกัน คือ สำนักวัดปากน้ำเน้นการบรรลุธรรมกาย ส่วนสำนักหลวงพ่อดาชีสิงดำ เน้นมโนมยิทธิ ผลที่ได้จากการฝึกกัมมัฏฐานของทั้ง ๒ สำนัก เป็นการสอนสมาธิซึ่งให้ผลเพียงระดับต้น ๆ มิได้ทำให้หลุดพ้น การตัดกิเลสให้ขาดต้องใช้วิปัสสนากัมมัฏฐาน เพราะทำให้เกิดปัญญาในการรู้แจ้งสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง อย่างไรก็ตาม การสอนกัมมัฏฐานทั้ง ๒ สำนัก ได้ผลทางความเป็นระเบียบเรียบร้อยมีการจัดองค์ประกอบอย่างเป็นระบบ ผู้ปฏิบัติรักใคร่กันเป็นผลดีทางสังคม ผู้ปฏิบัติมีศรัทธาในการให้ทาน^{๔๓}

อรทัย ท้าวสัน ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบวัดอโศการามกับวัดพระธรรมกาย” ผลการศึกษาพบว่า การปฏิบัติกัมมัฏฐานของวัดอโศการามมีการสอนและวิธีปฏิบัติขั้นสมถกัมมัฏฐาน ไม่เน้นวิธีใดวิธีหนึ่งยึดหลักกัมมัฏฐาน ๔๐ ส่วนใหญ่ใช้อานาปานสติ กายคตาสติ และพุทธานุสติ เน้นความเคร่งครัดในเรื่องศีล ให้มีความชำนาญในการเข้า-ออกสมาธิถึงขั้นนิวส์ ในเรื่องการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานใช้วิธีการพิจารณาสติปัฏฐาน ๔ ตามมหาสติปัฏฐานสูตร ส่วนการปฏิบัติกัมมัฏฐานของวัดธรรมกาย การสอนอ้างพระไตรปิฎก เน้นการปฏิบัติตามวิชาธรรมกาย

^{๔๒} เสนาะ ผดุงฉัตร, “การศึกษาเชิงวิเคราะห์อานาปานสติภาวนาในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๙), หน้า บทคัดย่อ.

^{๔๓} อัชฎา ศุวรรณมิตสระ, “การศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ : เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า บทคัดย่อ.

^{๔๓} ลดา แก้วกูร, “ศึกษาวิธีการสอนกัมมัฏฐานของพระเกจิอาจารย์ในสังคมไทย โดยเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานของสำนักหลวงพ่อดปากน้ำกับสำนักหลวงพ่อดาชีสิงดำ”, อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๓), หน้า ๑๕๙-๑๖๑.

ไชยณพล อภินัฐลีลา ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเปรียบเทียบวิธีพัฒนาภูมิปัญญาตามพระพุทธศาสนาและวิทยาศาสตร์” สรุปว่า หลักการพัฒนาภูมิปัญญา ตามแนวพระพุทธศาสนาว่าเป็นไปโดยลำดับ คือ สุตมยปัญญา จินตามยปัญญา จนถึงภาวนามยปัญญาพัฒนาระบบนามธรรมเพื่อความสุขใจเป็นลำดับ ด้วยการฝึกฝนศักยภาพในการล่วงรู้ (สติ) แห่งธาตุรู้ อาทิ อนุสติ ๑๐ มหาสติปัฏฐาน ๔ และวิธีการของวิปัสสนา การเรียนรู้ความจริงที่สมบูรณ์นั้นต้องเรียนรู้จากของจริง คือ จิตต้องไปสัมผัสสภาวะนั้นจริง ๆ ด้วยญาณทัสสนะจึงจะเป็นการเห็นความจริงทั้งหมด ทั้งโดยโครงสร้างและกฎเกณฑ์ ทำให้เข้าใจธรรมชาติทั้งหมดโดยภาพรวม เปรียบได้กับการเรียนรู้ แบบนก คือ เมื่อต้องการเรียนรู้โลกก็ออกไปอยู่เหนือโลกแล้วมองโลกที่เดียว โดยภาพรวมด้วยปัญญาที่ล้าลึกละเอียดกว้างขวาง มีข้อจำกัดตรงที่ว่าบุคคลที่จะสามารถ ฝึกฝนแบบนี้ได้นั้น ต้องมีพื้นฐานทางจิตใจและสติปัญญาดีพอสมควร และดำเนินชีวิตตามรูปแบบเฉพาะเพื่อบำเพ็ญเพียร จึงจะบรรลุผลสูงสุดสำหรับบุคคลธรรมดาที่อาจฝึกฝนสร้างสรรค์ปัญญาตามวิธีดังกล่าวได้ โดยได้ผลตามสมควรแก่การฝึกแต่อาจไม่บรรลุผลสูงสุด ส่วนการพัฒนาภูมิปัญญาตามแนววิทยาศาสตร์ใช้ระบบการคิดคำนึงหาเหตุผล และการทดลองเพื่อพัฒนาในสิ่งที่เป็รูปธรรมมากกว่า เพื่อความสะดวกกายเป็นสำคัญ ไม่นเน้นการเรียนรู้โดยองค์รวมของความเป็นจริง แต่เน้นการเรียนรู้เฉพาะเรื่องมุ่งเจาะให้แคบลึกลงไปเรื่องเดียว เปรียบได้กับการเรียนรู้แบบไส้เดือนที่ขุดคุ้ยอยู่เฉพาะรูที่ตนอยู่ เรียนรู้ทีละส่วน จึงใช้เวลานับไม่ถ้วนกว่าจะขุดคุ้ยแผ่นดินได้หมดทั้งโลก วิทยาศาสตร์จึงเป็นการเรียนรู้ที่ไม่มีวันจบสิ้น เป็นจุดหมายที่ไร้ปลายทาง ปรับเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ ตลอดเวลา^{๔๔}

สุเมธ โสพศ ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง “เครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน” ผลการศึกษาพบว่า สติปัฏฐานเป็นธรรมะที่มีความสำคัญสูงสุดหมวดหนึ่งในพระพุทธศาสนา ในฐานะทางเอกสายเดียวที่มุ่งตรงสู่นิพพาน สติปัฏฐานมี ๔ หมวดใหญ่ ๒๑ หมวดย่อย โดยได้รวบรวมแนวทางทั้งหมดในการเจริญสติที่เหมาะสมกับทุกจริต แม้สติปัฏฐานจะมีหลายหมวด แต่พบว่าการเจริญสติปัฏฐานเพียงหมวดเดียว หรือหมวดย่อยเดียวก็สามารถทำให้บรรลุธรรมได้เช่นกัน จึงไม่จำเป็นต้องทำให้ครบทุกหมวด และพบว่า สติปัฏฐาน ๔ แต่ละหมวดเหมาะสำหรับคน ๔ ประเภทคือ (๑) คนประเภทต้นหาจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๒) คนประเภทต้นหาจริตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญเวทananุปัสสนาสติปัฏฐาน (๓) คนประเภททูลิจจจริตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๔) คนประเภททูลิจจจริตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานการ

^{๔๔} อรทัย ท้าวสัน, “ศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบวัดโศการาม กับวัดพระธรรมกาย”, **อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๑), หน้า บทคัดย่อ.

^{๔๕} ไชยณพล อภินัฐลีลา, “ศึกษาเปรียบเทียบวิธีพัฒนาภูมิปัญญาตามพระพุทธศาสนาและวิทยาศาสตร์”, **อักษรศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, ๒๕๓๒), หน้า บทคัดย่อ.

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า เป็นการศึกษาประเด็นผลของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน, การเปรียบเทียบกันของกัมมัฏฐานสายต่าง ๆ รวมถึงการศึกษาข้อธรรมต่าง ๆ ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เช่น ศึกษาวิเคราะห์โพชฌงค์ในสติปัฏฐาน ๔, ศึกษาสภาพญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ หรือเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบวัดอโศการามกับวัดพระธรรมกาย และมีการศึกษาเกี่ยวกับเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน เป็นต้น ซึ่งยังไม่มีการศึกษาประเด็นเกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔ แต่อย่างใด ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงได้ตั้งคำถามเชิงวิชาการว่าวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทยนั้นมีรากฐานมาจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาหรือไม่ ขึ้นใดเป็นสมณะและขึ้นใดเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐาน และมีเกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ หรือไม่อย่างไร จึงได้นำมาตั้งเป็นประเด็นศึกษาเพื่อทำวิจัยครั้งนี้

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงบูรณาการ ประกอบไปด้วยงานวิจัยเอกสาร (Documentary Research) และทำการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิที่มีความรู้และเชี่ยวชาญ เกี่ยวกับเรื่องที่ศึกษาวิจัย เพื่อประกอบการวิเคราะห์หาความแม่นยำและสอดคล้องกับการวิจัยเอกสาร โดยแบ่งการศึกษาวิจัยออกเป็นขั้นตอนดังต่อไปนี้

๑.๗.๑ ศึกษาวิจัยเอกสารเรื่องกัมมัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

๑.๗.๒ ศึกษาวิจัยเอกสารเรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๕ สายในสังคมไทย คือ (๑) สายพุทโธ (๒) สายอานาปานสติ (๓) สายพอง-ยุบ (๔) สายสัมมาอะระหังหรือวิธีธรรมกาย และ (๕) สายเคลื่อนไหวหรือสายหลวงพ่อเทียน

๑.๗.๓ วิเคราะห์เพื่อหาเกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๕ สายในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔ และหาองค์ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้น

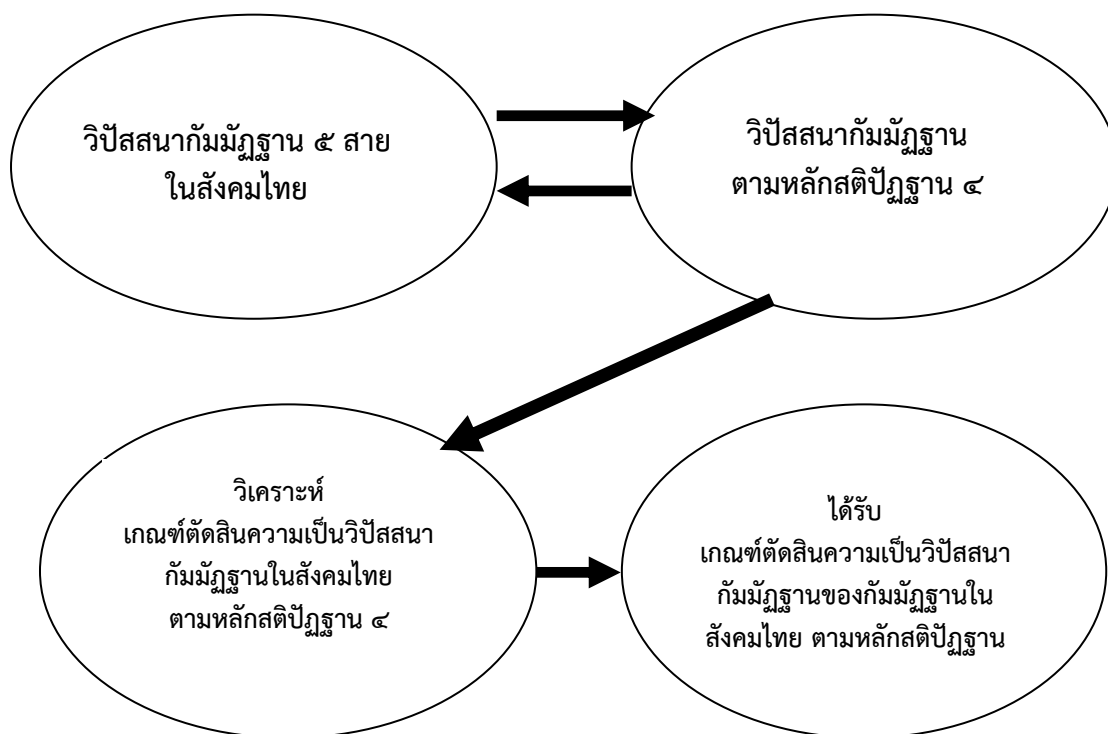
๑.๗.๔ ทำการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อประกอบการวิเคราะห์หาความแม่นยำและสอดคล้องกับงานวิจัย

๑.๗.๕ นำเสนอเกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔

^{๔๖} สุเมธ โสพต, เครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า บทคัดย่อ.

๑.๘ กรอบแนวคิดในการวิจัย

การทำวิจัยครั้งนี้ มีกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้



๑.๙ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

- ๑.๘.๑ ได้ทราบวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๕ สายในสังคมไทย
- ๑.๘.๒ ได้ทราบวิปัสสนากัมมัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
- ๑.๘.๓ ได้ทราบเกณฑ์ตัดสินความเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๕ สายในสังคมไทยตามหลักสติปัฏฐาน ๔ อันเป็นองค์ความรู้ใหม่