

ภาคผนวก จ.

ประวัติและแนวการปฏิบัติของสำนักปฏิบัติธรรมวัดท่าขนุน

ประวัติและแนวการปฏิบัติของสำนักปฏิบัติธรรมวัดท่าขนุน

วัดท่าขนุน เป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดกาญจนบุรี แห่งที่ ๒๓ ตั้งอยู่ที่ หมู่ที่ ๑ ตำบลท่าขนุน อำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี มีอดีตเจ้าอาวาสที่มีชื่อเสียงเกียรติคุณ เป็นที่เคารพนับถือของชาวบ้านอย่างมาก คือ พระครูสุวรรณเสลาภรณ์ (หลวงปู่สาย อคควโส) อดีตเจ้าคณะอำเภอทองผาภูมิ เป็นศิษย์หลวงพ่อดิม วัดหนองโพธิ์ มรณภาพไปเมื่อ พ.ศ. ๒๕๓๕ สังขารร่างกายไม่เน่าเปื่อย ยังเก็บรักษาเอาไว้ให้คณะศิษย์ได้กราบไหว้บูชา ได้รับรางวัลสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดดีเด่นเฉลิมพระเกียรติ พ.ศ. ๒๕๕๓

ด้านรูปแบบการปฏิบัติธรรม ปฏิบัติภาวนาแบบ “พอง - ยุบ” และ “อานาปานสติ” โดยจัดให้มีการปฏิบัติธรรมตามวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาและเทศกาลต่าง ๆ ตลอดจนวันเฉลิมพระชนมพรรษา เป็นรุ่น ใช้เวลารุ่น ๓ วัน ๕ วัน ๗ วัน มีการปฏิบัติธรรมวันเสาร์ – อาทิตย์ รุ่นละ ๒ วันด้วย มีกำหนดการในการปฏิบัติธรรมที่ชัดเจน มีการทำวัตรเช้าเย็นทุกวัน แบ่งการปฏิบัติธรรมเป็น ช่วง ๐๔.๐๐ – ๐๖.๐๐ น. ช่วง ๐๘.๓๐ – ๑๐.๓๐ น. และ ช่วง ๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น. ตรงต่อเวลามาก

ด้านบุคลากร (Man) มีพระวิปัสสนาจารย์ ๑๒ รูป/คน ที่จบปริญญาโทสาขาวิปัสสนาภาวนา รุ่นที่ ๕ จำนวน ๒ รูป (เป็นพระ ๑ รูป แม่ชี ๑ รูป) รุ่นที่ ๖ เป็นแม่ชี ๑ รูป มีพระกำลังเรียนปริญญาโท สาขาวิปัสสนาภาวนา รุ่นที่ ๘ จำนวน ๑ รูป รุ่นที่ ๙ จำนวน ๑ รูป รุ่นที่ ๑๐ จำนวน ๒ รูป

มีพระวิปัสสนาจารย์ที่จบประกาศนียบัตรวิปัสสนาภาวนา (ป.ว.ภ.) จำนวน ๑ รูป จบหลักสูตรพระวิปัสสนาจารย์ (๔๕ วัน) ๓ รูป จบหลักสูตรพระวิปัสสนาจารย์ (๑๕ วัน) ๕ รูป (เป็นแม่ชี ๑ รูป) เจ้าสำนักเป็นพระนักปฏิบัติที่มีชื่อเสียง มีความสามารถในการแสดงธรรมให้เข้าใจได้ง่าย

ด้านงบประมาณ (Money) มีกองทุนสำหรับบริหารวัด เช่น กองทุนพระครูสุวรรณเสลาภรณ์ กองทุนรักษาพยาบาลพระภิกษุสามเณร กองทุนการศึกษาพระภิกษุสามเณร กองทุนศึกษาสงเคราะห์สำหรับนักเรียน ได้รับการสนับสนุนเรื่องขนมจากบริษัทซีพีค้าปลีกและการตลาด และรับบริจาคจากญาติโยมตามศรัทธา

ด้านอาคารสถานที่ (Materials) มีพื้นที่วัดทั้งสิ้น ๕๒ ไร่ ส่วนใหญ่เป็นป่าธรรมชาติ สิ่งปลูกสร้างต่าง ๆ แทรกอยู่ท่ามกลางหมื่นต้นไม้ มีความสงบ ร่มรื่น ร่มเย็นมาก มีลานธรรมกว้างใหญ่ ปลูกไม้ใบไม้ดอกไว้มากมาย มีอาคารที่พักสำหรับพระภิกษุสามเณร ๔๗ ห้อง (เป็นอาคารเดี่ยว ๗ หลัง) อาคารที่พักสำหรับแม่ชี ๒๑ ห้อง (เป็นอาคารเดี่ยว ๑๑ หลัง) อาคารที่พักสำหรับฆราวาสผู้ชาย คือ โรงเรียนปริยัติธรรม ที่พักได้ประมาณ ๑๕๐ คน อาคารที่พักสำหรับฆราวาสผู้หญิง คือ ชั้นบนของหอฉันและตึกแม่ชี ที่พักได้ประมาณ ๑๕๐ คน แต่ละแห่งมีห้องน้ำห้องส้วมอย่างพอเพียง มีการระดมพระภิกษุสามเณรและญาติโยม ทำความสะอาดสถานที่และห้องน้ำวันละ ๒ รอบ (เช้า - เย็น)

ด้านรูปแบบการจัดการ (Management) อำนวยการบริหารรวมศูนย์อยู่ที่เจ้าอาวาส มีรองเจ้าอาวาส ๑ รูป ผู้ช่วยเจ้าอาวาส ๔ รูป ช่วยกันรับผิดชอบงานด้านต่าง ๆ มีหัวหน้าแม่ชีคอยควบคุมดูแลแม่ชีและฆราวาสผู้หญิง มีฝ่ายต้อนรับ ฝ่ายลงทะเบียน ฝ่ายทำความสะอาด ฝ่ายโรงครัว ฝ่ายดูแลจัดการทั่วไป รับผู้ปฏิบัติธรรมจำกัดจำนวนที่รุ่นละ ๓๐๐ รูป/คน แบ่งการปฏิบัติธรรมออกเป็น ๒ ส่วน สำหรับผู้ใหม่และชาวต่างชาติ กับผู้ที่เคยปฏิบัติธรรมมาแล้ว มีการมอบวุฒิบัตรเมื่อจบการปฏิบัติธรรมแต่ละรุ่น มีการประชาสัมพันธ์งานปฏิบัติธรรมผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่าง ๆ และเสียงตามสายของเทศบาลตำบลทองผาภูมิ มีหนังสือรายเดือนของวัดชื่อ “กระโถนข้างธรรมาสน์” แจกฟรี

มีการจัดงานที่เป็นแรงดึงดูดพุทธศาสนิกชนให้เข้าวัด เช่น งานอุ้มพระสร่งน้ำในวันสงกรานต์ งานตักบาตรเทโวที่มีพระจำนวนมากเดินลงจากภูเขามารับบิณฑบาต งานตามประทีป ๑๐,๐๐๐ ดวงเป็นพุทธบูชาในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา เป็นต้น

แนวทางการสอบอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยการสัมภาษณ์ พระครูวิลาศกาญจนธรรม, ดร.^๑ โดยมีเนื้อหาสรุปได้ดังนี้

คำถามข้อ ๑ : กราบเรียนถามว่า ชีวิตและผลงานของหลวงพ่อบ้างเป็นอย่างไรบ้างคะ?

พระครูวิลาศกาญจนธรรม, ดร. : ไม่ทราบว่าอยากทราบด้านไหน ถ้าหากเรื่องเกี่ยวกับการปฏิบัติ ก็เคยฝึกปฏิบัติมาหลายสายด้วยกัน แต่ช่วงที่ไปปฏิบัติธรรม เพื่ออบรมเป็นพระธรรมทูตสายวิปัสสนารุ่นที่ ๑ ของพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ ซึ่งในตอนนั้นยังเป็นที่ท่านเจ้าคุณพระธรรมโมสถ้อยู่ ก็ได้รับการฝึกอบรมแบบพองหนอ-ยุบหนอมา ก็ช่วยให้เป็นพื้นฐาน ในการฝึกในสายนี้มา เป็นต้น ในส่วนของผลงานที่เป็นหนังสือ ในส่วนที่เป็นผลของการปฏิบัติจริงๆ ก็จะมีหนังสือกรรมฐาน ๔๐, ปกิณกรรมเล่มที่ ๑ เล่มที่ ๒ เล่มที่ ๓ และส่วนอื่นนั้น ตัวอย่างเช่น หนังสือจากอดีตที่ผ่านมา เล่มที่ ๑, เล่มที่ ๒, ใต้ฟ้าอิรวดี และเส้นทางพระโพธิสัตว์ จะเป็นบันทึกธรรมที่เคยพบเห็นในระหว่างการปฏิบัติธรรมมากกว่า

คำถามข้อ ๒ : กราบเรียนถามว่า หลวงพ่อบ้างมีวิธีการสอนในแบบ พองหนอ-ยุบหนอ อย่างเป็นอย่างไรบ้างคะ?

พระครูวิลาศกาญจนธรรม, ดร. : ถ้าหากสายพองหนอ-ยุบหนอ เท่าที่สรุปได้ง่ายที่สุด ก็คือว่าถ้านั่งให้ดูที่ท้อง ถ้าเดินให้ดูที่เท้า คือจากที่ทำมาลงแค่นี้จริงๆ เพราะว่าอะไรไปแล้ว กาย เวทนา จิต ธรรม ไม่ว่าจะอยู่ที่พองยุบก็ดี หรือจะอยู่ที่การเคลื่อนไหวก็ตาม เราก็จะเห็นนามและรูปเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป และ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ตลอดเวลา เราสามารถกำหนดรู้เท่าทัน เป็นปัจจุบัน

^๑ สัมภาษณ์ พระครูวิลาศกาญจนธรรม, ดร. เจ้าอาวาสสำนักปฏิบัติธรรมวัดท่าขนุน, เรื่องแนวทางการสอบอารมณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา, ๙ สิงหาคม ๒๕๕๘.

ธรรมได้ ก็เกิดวิปัสสนา ก็คือการรู้แจ้งขึ้นมาในช่วงนั้น อย่างเช่น เรากำหนดว่าอยากเดินหนอ พอสิ้นสุดลง ตัวนามก็หายไป แต่เรากำหนดยกหนอ การเคลื่อนไหวของรูปก็ปรากฏขึ้น พอสิ้นสุดลงตรง คำว่าหนอรูปนั้นก็ดับไป ก็กลายเป็นอยากอย่างหนอ ตัวนามธรรมก็ปรากฏขึ้น พอสิ้นสุดคำว่าหนอ แล้วก็ยกไป กลายเป็นยกหนอ ตัวรูปก็ปรากฏขึ้น จะเป็นลักษณะอย่างนี้ว่า เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป และเกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป สลับกันไป สลับกันมา ระหว่างนามกับรูป

คำถามข้อ ๓ : กราบเรียนถามว่า หลวงพ่อมีวิธีการสอบอารมณ์ในการปฏิบัติแบบพองหนอ-ยุบหนอ อย่างไรบ้างคะ?

พระครูวิลาสกาญจนธรรม, ดร. : หลักๆ เลยก็คือ สอบถามเกี่ยวกับพอง-ยุบ แล้วก็การเดินจงกรม โดยเฉพาะเน้นของเรื่องอิริยาบถย่อยเพราะอิริยาบถย่อยจะสร้างสติได้ดีที่สุดและที่แน่ ๆ ก็คือถ้าหากนักปฏิบัติไม่ได้ปฏิบัติจริงๆ จะอธิบายไม่ถูก ดังนั้นในเรื่องของอิริยาบถย่อยต่างๆ จะเป็นส่วนสำคัญของการสอบอารมณ์ และส่วนที่หึงไม่ได้เลยก็คือ เวลาเรานั่งอยู่สามารถกำหนดพอง - ยุบได้ชัดหรือไม่ แล้วขณะเดียวกัน เวทนาเมื่อเกิดขึ้นแล้ว เราใช้วิธีการต่อสู้แบบไหน ถ้าไม่ใช่คนที่ปฏิบัติจริงๆ จะบอกอาการทั้งหลายเหล่านี้ไม่ถูก เราสามารถตรวจสอบได้อย่างชัดเจนเลยว่า เขาทั้งหลายเหล่านั้นปฏิบัติถูกต้องหรือเปล่า

คำถามข้อ ๔ : ในกรณีที่นักปฏิบัติมีสภาวะธรรมที่แปลกไป กราบเรียนถามว่า หลวงพ่อมีวิธีการแก้สภาวะธรรมที่แปลกนั้น มีประเด็นหลัก ๆ ใดบ้างคะ?

พระครูวิลาสกาญจนธรรม, ดร. : แก้ตามสภาพตรงหน้าของเขา โดยเฉพาะการกำหนดรู้หนอ ตามสภาพนั้น ถ้าหากว่า มีการกำหนดรู้หนอ รู้หนออยู่ การกำหนดสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าสภาวะธรรมต่าง ๆ ไม่ว่าที่เกิดขึ้นถึงแม้จะแปลก ประหลาดขนาดไหนก็ตาม ก็ต่อเมื่อสติของเรา ตั้งมั่นคงขึ้น สภาวะเหล่านี้ ก็จะอยู่ในลักษณะ เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป ตามแบบของไตรลักษณ์จริงๆ เพราะฉะนั้นการกำหนดรู้ให้เท่าทันตามความเป็นจริง ตามอารมณ์ปัจจุบันจึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด ในการทำงานที่แก้กรรมที่เราปฏิบัติให้ดีขึ้น

คำถามข้อ ๕ : การที่เราอยากจะทราบว่าการปฏิบัติแต่ละท่าน ผ่านสภาวะญาณในระดับใดบ้าง กราบเรียนถามว่า เราจะมีการตรวจสอบอย่างไรคะ?

พระครูวิลาสกาญจนธรรม, ดร. : คำถามต่างๆ ที่เรากำหนดอยู่ พอเรากำหนดถามไปนี้ เราก็จะสามารถบ่งบอกได้อย่างชัดเจนเลยว่าเขาผ่านในสภาวะ ธรรมนั้นจริงหรือไม่ แล้วในขณะเดียวกันเวลาที่เราสอบถาม สิ่งที่เขานิยามมาตรงกับสภาวะในญาณ ๑๖ ตรงจุดไหนบ้าง สิ่งทั้งหลายเหล่านี้จะว่าไปแล้ว บางส่วนก็จะเป็นเพียงแค่ผิวเผินเท่านั้น แต่บางคนก็เข้าถึงอย่างจริงจัง และตรงกับสภาพญาณเหล่านั้นจริงๆ ในตอนนั้นจริงๆ ถ้าหากว่าใครก็ตามถ้าหากว่าเข้าถึงเพียงผิวเผินเราก็จะเน้นการปฏิบัติเพิ่มเติม ให้กำหนดเพิ่มเติม อย่างเช่นว่าดูอิริยาบถย่อย หรือว่ากำหนดดูพอง - ยุบให้ละเอียดขึ้น มีการกำหนดคำภาวนาเพิ่มขึ้น อย่างเช่นว่าคำภาวนาเร็วขึ้น แต่การ

เคลื่อนไหวยังช้าลง หรือการเคลื่อนไหวเร็วขึ้นแต่ก็ภาวนาช้าลง เหล่านี้เป็นต้น เราสามารถแยกแยะได้ว่าเขาอยู่ในสภาวะของญาณไหนบ้าง

คำถามข้อ ๖ : กราบเรียนถามว่า หลวงพ่อมีกลวิธีการสอนและการสอบอารมณ์ที่แตกต่างหรือมีลักษณะเด่น กว่าพระวิปัสสนาจารย์รูปอื่นๆ อย่างไรบ้างคะ?

พระครูวิลาศกาญจนธรรม, ดร. : คือในส่วนของคำว่าเด่นคงจะพูดได้ไม่ชัดเจน แต่ว่าอาศัยที่ว่าเคยปฏิบัติในรูปแบบอื่นด้วย และปฏิบัติแบบพองหนอ - ยุบหนอ มาด้วยเป็นระยะเวลาที่ยาวนาน คนที่เคยปฏิบัติตามมา เมื่อทำแล้วเห็นว่าทำแล้วเห็นผลดี เกิดการบอกต่อกันปากต่อปากขึ้น ทำให้มีคนเข้ามาปฏิบัติเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ตามลำดับ ซึ่งในส่วนนี้ว่าไปแล้วน่าจะเป็นแรงโฆษณาในลักษณะที่พูดกันปากต่อปากมากกว่าที่จะเป็นจุดเด่นของตนเอง

คำถามข้อ ๗ : กราบเรียนถามว่า เส้นทางการบรรลุธรรมในการปฏิบัติแบบพองหนอ - ยุบหนอ เป็นอย่างไรบ้างคะ?

พระครูวิลาศกาญจนธรรม, ดร. : ถ้าจะกล่าวอย่างนั้น ก็จะกล่าวว่า เส้นทางการบรรลุธรรมตามแบบของญาณ ๑๖ นั้นเป็นสิ่งที่ไม่สามารถจะทิ้งจากวิสุทธิ ๗ ประการได้ เพราะว่าวิสุทธิทั้ง ๗ ประการก็ดี มรรค ๘ กิติ จะเป็นเครื่องตีกรอบให้เราก้าวไปสู่ญาณ ๑๖ ได้โดยอัตโนมัติ อย่างเช่นว่า พันทีที่เรามีจิตจดจ่อวัน ก็แปลว่าเราสามารถรักษาศีล สิกขาบทต่างๆ ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ได้ ก็เกิดเป็นสโลวิสุทธิขึ้นมา เมื่อเกิดสโลวิสุทธิขึ้นมา ความปลื้มใจ ความปิติ ที่เราเป็นผู้ที่มีศีลบริสุทธิ์ควรแก่งาน ควรแก่การปฏิบัติธรรม ทำให้สมาธิของเราตั้งมั่นทรงตัวได้ง่าย จิตวิสุทธิก็จะปรากฏขึ้น เมื่อจิตวิสุทธิปรากฏขึ้น ความนิ่ง ความสงบของใจ ก็ย่อมทำให้เราเห็นสภาพตามความเป็นจริง เกิดขึ้น ตั้งอยู่ดับไป ตามแบบของไตรลักษณ์ เมื่อเป็นเช่นนั้น ทิฐิวินิจก็จะปรากฏขึ้น ดังนั้นในการส่วนของการปฏิบัติธรรมญาณ ๑๖ จะโดนตีกรอบด้วย วิสุทธิทั้ง ๗ และมรรคมรรค ๘ เป็นปกติอยู่แล้ว เพราะว่าในมรรค ๘ นั้น สัมมาทิฐิ คือ ปัญญาเห็นถูกต้องว่าเป็น หรือไม่เป็นอารมณ์กัมมัฏฐาน เห็นถูกต้องว่าเป็นนาม-รูปปรมาณูหรือนาม-รูปบัญญัติ และสัมมาสังกัปปะ ดำริถูกต้องที่จะกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐาน สองตัวนี้เป็นตัวปัญญาอย่างชัดเจน และในส่วนของสัมมาวาจา คือ วาจาถูกต้องคือใช้กำหนดที่ตรงกับอาการของรูป-นามนั้น สัมมากัมมันตะ คือ การงานถูกต้องคือกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐานตามอาการ และสัมมาอาชีวะ คือ ดำรงชีวิตอยู่ในความถูกต้องคือใช้ความรู้สึกให้จิตจับอยู่ที่อารมณ์กัมมัฏฐานในขณะนั้น สามตัวนี้เป็นศีลจัดอยู่ในสโลวิสุทธิแล้วในส่วนของสัมมาวายามะ คือ เพียรชอบคืออารมณ์กัมมัฏฐานอยู่ที่ใดก็ใส่ใจเพียรกำหนดในที่นั้นโดยไม่ทอดทิ้ง สัมมาสติ คือ ตั้งสติไว้ที่อารมณ์กัมมัฏฐานที่ปรากฏอยู่ เมื่อกำหนดอารมณ์ใดก็ประหามิเลสที่อารมณ์นั้น และสัมมาสมาธิ คือ มีสมาธิที่ถูกต้องมุ่งกำหนดอารมณ์กัมมัฏฐานจนเห็นพระไตรลักษณ์ได้อย่างชัดเจน สามตัวนี้เป็นสมาธิ จัดเป็นจิตตวิสุทธิแน่นอน ถ้าเราจะก้าวล่วงในแต่ละลำดับญาณนั้น ในระยะแรกคือจะก้าวล่วงในญาณ ๑ ๒ ๓ ๔ นั้นจะเกิดขึ้นเร็วมาก พอไปอยู่ช่วงของอุทยัพพญาณ นั้นการก้าวล่วง

จะเข้าอยู่จุดหนึ่ง แต่พอผ่านญาณที่ ๕ รั้งญาณ และญาณที่ ๖ ภยญาณ และอาภินวญาณ สิ่งทั้งหลายเหล่านี้จะเกิดขึ้นรวดเร็วอีกครั้งหนึ่ง เพราะในเมื่อเกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด จิตก็จะหาทางหลีกหนี ทำยที่สุดคือจะปล่อยวางในสภาพของสังขารของเรา จนกระทั่งการก้าวล่วงเข้าสู่ในส่วนของโคตรภูญาณ กลายเป็นมรรคญาณ ผลญาณ จนในที่สุดได้

คำถามข้อ ๘ : กราบเรียนถามว่า หลวงพ่อมีวิธีการปรับอินทรีย์ที่สำคัญในการปฏิบัติแบบพองหนอ-ยุบหนอ เป็นอย่างไรบ้างคะ?

พระครูวิลาสกาญจนธรรม, ดร. : ควรจะมีการเดินและการนั่ง สลับกันในเวลาที่ใกล้เคียงกัน เช่น เราเดิน ๓๐ นาที เราก็ต้องนั่ง ๓๐ นาที แล้วค่อย ๆ ขยายเวลาเพิ่มมากขึ้น ตามสภาพจิตที่ละเอียดขึ้นไป อย่างเช่นว่าอาจจะเดิน ๔๐ นาที ๕๐ นาที หรือ ๑ ชั่วโมง เป็นต้น เมื่อยืนพื้น แล้วไม่ควรจะต่ำกว่า ๑ ชั่วโมงต่อการนั่ง ๑ บัลลังก์ และการเดินจงกรม ๑ บัลลังก์ ถ้าหากสามารถทำอย่างนี้ได้ อินทรีย์ของเราที่ได้รับการปรับอย่างสม่ำเสมอ ตัวสติสัมปชัญญะ ก็จะมีคามั่นคงเข้มแข็งสามารถที่จะกำหนดจนกระทั่งสภาพจิตของเราก้าวล่วงเข้าไปสู่วิปัสสนาที่เข้มข้นขึ้นไปเรื่อยๆ ตามลำดับ

ภาพประกอบ





ภาพการนั่งสมาธิ ณ วัดท่าขนุน วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ถึง ๒ สิงหาคม ๒๕๕๘



ภาพการเดินจงกรม ณ วัดท่าขนุน วันที่ ๓๐ กรกฎาคม ถึง ๒ สิงหาคม ๒๕๕๘