

การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา: กรณีศึกษา กรณีฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

ทรงพล บุญสุข

ดุขฎีนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปรัชญาดุขฎีบัณฑิต

สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

มีนาคม 2561

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

คณะกรรมการควบคุมคุณวุฒิบัณฑิตและคณะกรรมการสอบคุณวุฒิบัณฑิต ได้พิจารณา
คุณวุฒิบัณฑิตของ ทรงพล บุญสุข ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

คณะกรรมการควบคุมคุณวุฒิบัณฑิต

..... อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

(รองศาสตราจารย์ ดร.ศรिवรรณ ยอดนิล)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุวิชัย โกศัยยะวัฒน์)


คณะกรรมการสอบคุณวุฒิบัณฑิต

..... ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.มนตรี แอ้มกลีกร)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ศรिवรรณ ยอดนิล)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุวิชัย โกศัยยะวัฒน์)


..... กรรมการ

(ศาสตราจารย์ ดร.รัตนา ศิริพานิช)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุริพร อนุศาสนนันท์)

คณะศึกษาศาสตร์ อนุมัติให้รับคุณวุฒิบัณฑิตฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม ของมหาวิทยาลัยบูรพา

..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร.วิจิต สุรัตน์เรืองชัย)

วันที่ 20 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2561

กิตติกรรมประกาศ

คุษฎีนิพนธ์นี้ประสบความสำเร็จได้ก็ด้วยความกรุณาของคณะที่ปรึกษาคุษฎีนิพนธ์
ขอขอบคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. ศรีวรรณ ยอดนิล อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
รองศาสตราจารย์ ดร. สุวิชัย โกศัยยะวัฒน์ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม และศาสตราจารย์ ดร. รัตนา ศิริพานิช
อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุรีย์พร อนุศาสนนันท์ กรรมการ และ ขอขอบพระคุณ
รองศาสตราจารย์ ดร. มนตรี แยมกสิกร ที่กรุณาให้เกียรติเป็น ประธานกรรมการสอบปากเปล่า
คุษฎีนิพนธ์ และขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พิทยา สุวคันธ์ ผู้สนับสนุนเสมอมา
ขอขอบคุณ ดร. พระอธิการปริยงค์ เมธิโน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พระเมธาวิเชียร
(สุเทพ ปสิวิโก) และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ อเนกสุข ที่มีความกรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ
ตรวจสอบเครื่องมือ

ขอขอบคุณ พระสาสน โสภณ (พิจิตร ฐิตวัฒน์ โณ) พระครูสมุห์ (สุชิน ปริปัญโญ)
พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโน พระครูสิทธิสังวร (วีระ ฐานวิโร) และพระครูวิลาศกาญจนธรรม
(เล็ก สุขัมมปัญญา) ที่มีความกรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญให้คำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติกรรมฐาน
ขอขอบคุณ หลวงปู่สมหมาย จิตตปาโล และผู้ให้ข้อมูลสำคัญทุกรูปที่มีความกรุณาให้สัมภาษณ์

ขอขอบคุณ หลวงตาทอง วัดโสมนัสราชวรวิหาร ที่กรุณาบอกกรรมฐานแก่ข้าพเจ้า
โดยเฉพาะวิธีเจริญมรรคมืองค์ 8 ให้ข้าพเจ้ามีความกระจ่างมากขึ้น และ อาจารย์สุวรรณ วิสุทธิชัย
ศิษย์ในพระครูใบฎีกาพยากรณ์ (ท้วม) วัดแสนสุข และศิษย์วัดเนินสุทธาวาส ที่กรุณารับข้าพเจ้า
เป็นศิษย์พร้อมบอกวิธีการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน และวิธีแก้ไขแก่ข้าพเจ้า

ขอขอบคุณ ศาสตราจารย์ ดร. สมบัติ ชำรงชัยวงศ์ รองศาสตราจารย์ วิทยากร เชียงกุล
และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เกษมสานต์ โชติชาครพันธ์ ที่กรุณาเขียน Letters of Recommendation
แก่ข้าพเจ้าทำให้ข้าพเจ้ามีโอกาสได้ศึกษา ณ มหาวิทยาลัยบูรพา ขอขอบคุณคณาจารย์
มหาวิทยาลัยบูรพาทุกท่านผู้มอบความรู้ และขอขอบคุณบิดา มารดา ผู้สนับสนุนเสมอมา

ทรงพล บุญสุข

58810189: สาขาวิชา: การศึกษาและการพัฒนาสังคม; ป.ร.ด. (การศึกษาและการพัฒนาสังคม)

คำสำคัญ: ความรู้/ ภาวนา/ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

ทรงพล บุญสุข: การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา: กรณีศึกษา ธรรมเนียม
 สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต (METHODS OF KNOWLEDGE ACQUIRING UNDER SPIRITUAL
 CULTIVATION: A CASE STUDY ON PHRA AJAHAN MUN BHURIDATTA THERA
 MEDITATION) คณะกรรมการควบคุมคุรุวิชาชีพ: ศรีวรรณ ยอดนิล, Ph.D., สุวิชัย โกศัยยะวัฒน์,
 Ph.D., รัตนา ศิริพานิช, Ph.D. 181 หน้า ปี พ.ศ. 2561.

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้
 การภาวนา ธรรมเนียมศึกษา ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต 2) ศึกษาวิธีการแสวงหาความรู้
 ภายใต้การภาวนา ธรรมเนียมศึกษา ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัย
 เชิงคุณภาพ จากการศึกษาเอกสาร และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 30 รูป
 ร่วมกับการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม

ผลการวิจัย พบว่า

1. สภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา มี 3 ประการ คือ 1) การเจริญ
 ธรรมเนียมไม่ถูกต้อง 2) การเจริญธรรมเนียมไม่ถูกวิธี เพราะเจริญวิปัสสนาล้วนโดยไม่มีสมาธิ และ
 3) หลักระรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญธรรมเนียม คือ อากาธสมาธิเสื่อม และวิปัสสนูปกิเลส

2. วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา ของธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
 ใช้การปฏิบัติแบบสมถปุพพังคัมวิปัสสนาเป็นส่วนใหญ่ หรือสมถยานิก โดยใช้สมถกรรมฐาน คือ
 อานาปานสติกรรมฐานเป็นกองหลัก ร่วมกับกรรมฐานกองอื่น ๆ เช่น อสุภกรรมฐาน กายคตานุสติ
 กรรมฐาน เป็นต้น และใช้วิธีมั่งกายในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยส่วนใหญ่ยกกำลัง
 จากอัปปนาสมาธิมาที่ระดับอุปปจารสมาธิเพื่อพิจารณาภายใน เป็นการเจริญภาวนาวิปัสสนาปฏิบัติ

3. ข้อเสนอแนะต่อการนำไปปฏิบัติ คือ ทำสมาธิถึงระดับฌาน หลังจากนั้นเจริญ
 วิปัสสนา

58810189: MAJOR: EDUCATION AND SOCIAL DEVELOPMENT; Ph.D.
(EDUCATION AND SOCIAL DEVELOPMENT)

KEYWORDS: KNOWLEDGE/ SPIRITUAL CULTIVATION/ PHRA AJAHAN MUN
BHURIDATTA THERA

SHONGPON BOONSOOK: METHODS OF KNOWLEDGE ACQUIRING UNDER
SPIRITUAL CULTIVATION: A CASE STUDY ON PHRA AJAHAN MUN BHURIDATTA
THERA MEDITATION. DISSERTATION ADVISORS: SRIWAN YODNIL, Ph.D.,
SUWICHAI KOSAIYAWAT, Ph.D., RATANA SIRIPHANICH, Ph.D. 181 P. 2017.

The purposes of this research were to 1) study the problems in methods of knowledge acquiring under spiritual cultivation a case study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta. Thera meditation 2) study the methods of knowledge acquiring under spiritual cultivation: a case study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera meditation. A qualitative researched methodology was used in terms of documentary research, in-depth Interview and non-participant observation.

The results found that:

1. The problems in methods of knowledge acquiring under spiritual cultivation: a case study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera meditation were 3 issues 1) The spiritual cultivation was not sense. 2) The spiritual cultivation was incorrect because of doing pure vipassana without samadhi meditation. 3) The principles that did not support the progress were decline of meditation and dementia.

2. The methods of knowledge acquiring under spiritual cultivation: a case study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera meditation used samathayanik by samatha karmasthana were anapanasati karmasthana (mindfulness of breathing) is essentially including asupa and kaikathanussathi karmasthana (consider of body to un beauty deep skin or mindfulness with regard to the body) etc. and used vipassana karmasthana by manghkai (divided of body). Mostly retreated from attainment concentration samathi to access concentration samathi for regard the body to be a kayanupassana satipatthana (mindfulness of the body).

3. Recommendations for implementation was should do Samadhi meditation to meditative absorption level (appana samathi or contemplation) after that do vipassana meditation.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ซ
สารบัญภาพ.....	ณ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	8
คำถามการวิจัย.....	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	9
ขอบเขตการวิจัย.....	9
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	10
กรอบแนวคิดการวิจัย.....	10
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	13
ทฤษฎีความรู้ (ญาณวิทยา)	13
พัฒนาการญาณวิทยาตะวันตก.....	14
ประเภทของญาณวิทยาตะวันตก.....	15
ญาณวิทยาแนวพุทธ.....	25
ประวัติพระกรรมฐานธรรมยุติกนิกาย.....	56
ประวัติพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต.....	59
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	62
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	66
กระบวนการวิจัย.....	66
เครื่องมือและสร้างเครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	67
การหาคุณภาพเครื่องมือ.....	67
ผู้เชี่ยวชาญ.....	68

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ.....	69
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	72
การตรวจสอบข้อมูล.....	72
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
4 ผลการวิจัย.....	74
สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา.....	74
วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา.....	90
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	141
สรุปผล.....	141
อภิปรายผล.....	142
ข้อเสนอแนะ.....	154
บรรณานุกรม.....	155
ภาคผนวก.....	167
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	181

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 แสดงผู้ให้ข้อมูลสำคัญ.....	69
2 แสดงสภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา: การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต.....	75
3 แสดงสภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา: การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี.....	81
4 แสดงสภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา: หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน.....	84
5 วิธีการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน.....	91
6 วิธีการเจริญอาหารแปปฏิบัติสัญญา.....	102
7 วิธีการเจริญอุสุก.....	104
8 วิธีการเจริญกายคตานุสติกรรมฐาน.....	106
9 วิธีการเจริญกสิณ.....	110
10 วิธีเจริญวิปัสสนากรรมฐาน.....	113

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	12
2 นิรนัย.....	20
3 อุปนัย.....	20
4 คาดการณ์.....	20
5 โมเดลการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา.....	134

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การแสวงหาความรู้ หรือ ญาณวิทยา เป็นวิธีการซึ่งต้องการศึกษาบ่อเกิดของความรู้ หรือ ขอบเขตของความรู้ โดยการแสวงหาความรู้ที่แตกต่างย่อมนำมาซึ่งคำตอบที่ต่างกันอย่างชัดเจน โดยเฉพาะความรู้ในยุคปัจจุบัน จะได้รับอิทธิพลอย่างมากจากกระบวนการค้นคว้าทางวิทยาศาสตร์ จึงมีวิธีการแสวงหาความรู้ทางวิทยาศาสตร์ เป็นการผสมผสานกันระหว่าง วิธีแบบอุปนัยและนิรนัย โดยสามารถทำการจำแนกได้ 6 ประเภท ดังนี้ (พิศัญญ์ โคตรสุโพธิ์, 2543, หน้า 217-218)

1) ข้อเท็จจริงเชิงเดี่ยว หมายถึง ข้อมูลดิบที่ยังไม่ได้จัดระเบียบ เป็นสิ่งที่ได้มาจากการสังเกตเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นแต่ละครั้ง 2) ความคิดรวบยอด หมายถึง ความคิดเข้าใจที่สรุปเกี่ยวกับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เกิดจากการสังเกต หรือได้รับประสบการณ์เกี่ยวกับสิ่งนั้น 3) หลักการ หมายถึง ความจริงที่สามารถใช้เป็นหลักอ้างอิงได้ หลักการต้องเป็นความจริงที่สามารถตรวจสอบได้ และได้ผลเหมือนกัน 4) กฎ หมายถึง ข้อความที่ระบุความสัมพันธ์ระหว่างเหตุกับผลโดยการทดสอบที่เชื่อถือได้มาแล้ว 5) สมมติฐานทางวิทยาศาสตร์ หมายถึง ข้อความที่คาดคะเนคำตอบโดยอาศัยข้อมูลเดิมเป็นฐาน สมมติฐานจะจริงหรือเท็จต้องอาศัยการหาหลักฐานมาคัดค้านหรือสนับสนุน และ 6) ทฤษฎี หมายถึง ข้อความที่เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปในการอธิบายกฎ หลักการ หรือข้อเท็จจริง

อย่างไรก็ตาม การแสวงหาความรู้ทางวิทยาศาสตร์ก็ไม่สามารถจะแสวงหาความรู้ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับจิตได้ ดังจะเห็นได้จาก สุวัฒน์ นิยมคำ (2531, หน้า 136) ที่ให้ทัศนะว่า การศึกษาตามแนวทางของวิทยาศาสตร์มีข้อจำกัด 5 ประการ ได้แก่ 1) ความรู้วิทยาศาสตร์จำกัดตัวเองอยู่ที่ปรัชญาวิทยาศาสตร์ 2) ความรู้วิทยาศาสตร์จำกัดตัวเองอยู่ที่วิธีการศึกษาค้นคว้า 3) ความรู้วิทยาศาสตร์จำกัดตัวเองอยู่ที่เครื่องมือและเทคโนโลยีที่มีอยู่ 4) ความไม่สมบูรณ์ของความรู้จำกัดตัวเองอยู่ที่วิธีการสรุปรวมเป็นตัวความรู้ และ 5) การศึกษาเรื่องจริยศาสตร์ ศุนทรียศาสตร์ เทววิทยา และศาสนา เป็นต้น ซึ่งอยู่นอกเหนือขอบเขตของวิทยาศาสตร์ ทั้งนี้ก็ด้วยปรัชญาของศาสตร์ที่เน้นความเป็นวัตถุนิยมตรวจสอบได้ แต่เรื่องของจิตนั้นเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อนยากแก่การเข้าถึง จึงต้องมีวิธีการศึกษาต่างหากจากการแสวงหาความรู้ตามแนวทางของวิทยาศาสตร์

ในทรรศนะของพุทธศาสนานั้นการบ่มเพาะในด้านของจริยธรรม การสั่งสมคุณงามความดี โดยความหมายระหว่างโลกตะวันตกกับพุทธศาสนานั้นไม่เหมือนกัน โดยพระพรหมคุณาภรณ์

(ป.อ. ปยุตโต) (2554, หน้า 8) ให้ทัศนะว่า จริยธรรมในความหมายของตะวันตกนั้นมีศีลเพียงเท่านั้น แต่ความหมายของพุทธศาสนา หมายรวมถึง ศีล สมาธิ และปัญญา เรียกว่า พรหมจริยะ หรือ จริยะอันประเสริฐ ซึ่งในส่วนของสมาธิ และปัญญานี้เองโดยรวมเรียกว่า การภาวนา

ในส่วนของภาวนานั้นเป็นวิธีการฝึกทางจิตเพื่อให้พ้นทุกข์ สอดคล้องกับแนวคิดของ พระครูธรรมธร (ครรชิต คุณวโร) (2556, หน้า 143) อธิบายว่า การฝึกจิตมีเป้าหมายสูงสุดเพื่อเป็น บาทฐานในการละซึ่งกิเลส ทั้งยังส่งผลดี อาทิ จิตที่ฝึกดีแล้วนำความสุขมาให้ เป็นความสุขที่ไม่ ต้องการสิ่งอื่นมาปรนเปรอ จิตที่ฝึกดีแล้ว ส่งผลต่อความคิด ร่างกาย และจิตใจ ทำให้มีความเมตตา กรุณาต่อกัน ไม่เบียดเบียนกัน เกื้อกูลกัน การเจริญภาวนายังส่งผลดีอีกหลายประการ ดังจะเห็นได้ ดังนี้

นักโทษชาย จำนวน 259 คน ในทัณฑสถานแคลิฟอร์เนีย ใช้การทำสมาธิแบบ Transcendental meditation ซึ่งคล้ายกับสมถกรรมฐาน โดยเมื่อนักโทษได้รับการปล่อยตัวแล้ว มีแนวโน้มจะไม่ทำผิดใหม่สูงกว่านักโทษที่ไม่ได้ทำการศึกษาสมาธิ (Bleicks & Ablams, 1987)

เมื่อผู้ป่วยจิตเภท จำนวน 18 คน ได้ทำสมาธิแล้วอาการของโรคจิตเภทลดลง และมี อารมณ์เชิงบวกเพิ่มขึ้น (Johnson et al., 2011)

การทดลองตรวจวัดตัวชี้วัดทางสุขภาพในอาสาสมัคร 36 คน ก่อนและหลังปฏิบัติ วิปัสสนา พบว่า หลังจากปฏิบัติวิปัสสนา อาสาสมัครมีความกินคืออยู่ดีเพิ่มขึ้น มีความเจ็บป่วยลดลง และมีค่าแปรผันของอัตราการเต้นของหัวใจ (HRV, heart rate variability) ลดลงในส่วนที่เป็นคลื่น Traube-Hering-Mayer (THM) ค่ำย (Krygier et al., 2013)

โดยปัจจุบันชาวต่างประเทศนิยมการทำภาวนามากขึ้น โดย Ashley (2559, 9 มีนาคม) อธิบายว่า การทำสมาธิมีมาตั้งแต่ก่อนคริสตศักราช 5,000 ปี และมักเกี่ยวข้องกับการปฏิบัติทาง ศาสนา โดยเฉพาะพุทธศาสนา ซึ่งชาวพุทธรู้จักการทำสมาธิมากกว่า 2,600 ปีแล้ว โดยปัจจัยสำคัญ ที่ทำให้การทำสมาธิแพร่หลายในตะวันตกมากขึ้น คือ เมื่อปี ค.ศ. 1967 Prof. Herbert Benson แห่ง Harvard University ได้ทำการวิจัยเรื่องสมาธิและพบว่า คนที่ฝึกสมาธิจะใช้ออกซิเจนน้อยกว่า คนปกติ ร้อยละ 17 มีอัตราการเต้นของหัวใจที่ต่ำ และผลิตคลื่นสมองเพิ่มมากขึ้น ในปัจจุบัน จากผลการวิจัยต่าง ๆ ทำให้มีการคาดการณ์กันว่าสมาธิอาจกลายเป็นสิ่งที่เป็นกระแสหลักของโลกได้ ส่วนชาวไทยเองก็มีความสนใจในการปฏิบัติสมาธิเช่นกัน ดังจะเห็นได้ ดังนี้

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2557) รายงาน จำนวนพุทธศาสนิกชนอายุ 13 ปีขึ้นไป ในการปฏิบัติสมาธิว่า ความถี่ของจำนวนพุทธศาสนิกชนที่ปฏิบัติสมาธิทุกวัน มีจำนวน 1,531,412 คน บางวัน จำนวน 1,621,371 คน ในวันพระ จำนวน 2,911,632 คน และนาน ๆ ครั้ง จำนวนทั้งสิ้น 14,568,043 คน

นอกจากนี้ สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2557) ยังรายงานว่า พุทธศาสนิกชนอายุ 13 ปีขึ้นไป ที่เข้าไปปฏิบัติธรรมด้วยการบวชชีพรหมณ์ ในวันเข้าพรรษามีจำนวน 412,638 คน ในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา จำนวน 607,098 คน และนาน ๆ ครั้ง จำนวนทั้งสิ้น 1,585,187 คน

จะเห็นได้ว่า มีพุทธศาสนิกชนเป็นจำนวนมากที่สนใจการปฏิบัติ ด้วยการเจริญสมถกรรมฐาน หรือการทำสมาธิ คือมีการทำทุกวันอย่างปกติถึงวันละกว่า 1,531,412 คน ในขณะที่เดียวกัน เนื่องจากการปฏิบัติกิจวัตรของแต่ละบุคคลไม่เหมือนกัน จึงมีผู้ปฏิบัติแบบนาน ๆ ครั้งอยู่ถึง 14,568,043 คน ซึ่งนับว่าสูงมากโดยการปฏิบัติเช่นนี้อาจทำได้ทุกสถานที่ และทุกโอกาส ส่วนผู้ที่ต้องการปฏิบัติธรรม โดยศึกษาจากพระอาจารย์เพิ่มเติมก็จะไปทำการศึกษายังวัดและสถานปฏิบัติธรรมต่าง ๆ โดยเฉพาะช่วงวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา แคลิฟอร์เนียว่า มีผู้เข้าปฏิบัติธรรมผ่านการบวชชีพรหมณ์ ถึง 607,098 คน และนาน ๆ ครั้งถึง 1,585,187 คน นับว่าชาวไทยจำนวนไม่น้อยสนใจในการปฏิบัติธรรมเป็นอย่างมาก สอดคล้องกับผลการศึกษาของตะวันตก ที่ปรากฏว่าการภาวนาเริ่มมีการเผยแพร่อย่างกว้างขวาง และได้รับความสนใจอย่างต่อเนื่อง

ดังจะเห็นได้จากชาวต่างประเทศที่มีชื่อเสียงจำนวนมากนิยมทำสมาธิมากยิ่งขึ้น อาทิ Madonna, Hugh Jackman, Nicole Kidman, Gwyneth Paltrow, Lady Gaga, Paul McCartney, Heather Graham, Naomi Watts, Kat Dennings, John Lennon, Jenifer Aniston, Cameron Diaz, Tom Hanks, Lindsay Rohan, Jenifer Lopez, Rupert Murdoch, Katy Perry แม้กระทั่ง Ray Dalio นักลงทุน, Julie Weiss นักวิ่งมาราธอน และ Yukio Hatoyama (อดีตนายกรัฐมนตรีของประเทศญี่ปุ่น) เป็นต้น โดยแต่ละคนให้เหตุผลคล้ายกัน เช่น Pual MaCarthy “การทำสมาธิช่วยทำให้เกิดความสงบ”, Katy Perry “การทำสมาธิทำให้อารมณ์ดี” และ Hugh Jackman “การทำสมาธิทำให้มีความสุข ดีสงบและเจียบ” (Tmhome, 2017; Ranker, 2017)

ขณะเดียวกันผู้ที่นำหลักการภาวนา อย่างสมาธิไปประยุกต์ใช้ก็ประสบผลสำเร็จเป็นจำนวนมาก อาทิ อางอง ชุมสาย ณ อยุธยา (โสภิตร แก้วบุญชู, 2557, หน้า 1-2) ที่อธิบายประสบการณ์จากการทำสมาธิว่า จากการปลีกตัวทำสมาธิบนยอดเขา Big Bear ในรัฐแคลิฟอร์เนีย เกิดความรู้สึกขึ้นมาในวันที่ 5 ของการทำสมาธิ นั่นคือ ค้นพบวิธีใช้คลื่นไมโครเวฟควบคุมการร่อนจอดของยานไวคิง จะเห็นได้ว่า ประโยชน์ของการทำสมาธิซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการทำภาวนาส่งประโยชน์ให้แก่ผู้ปฏิบัติอย่างอเนกอนันต์

นอกจากนี้การปฏิบัติสมาธิเป็นการพัฒนาจิตใจแล้ว ยังเป็นการพัฒนาสังคมให้เกิดสันติภาพและมีความสุขมากยิ่งขึ้นด้วย ที่เห็นได้ชัด เช่น แนวการปฏิบัติสมาธิด้วยวิธีโยคะในอัฟกานิสถานเพื่อสร้างสันติภาพ ซึ่งวิธีการนี้ผู้ก่อตั้ง คือ Amandine Roche โดยเป็นผลสืบเนื่องจาก

ภาวะสงครามในอัฟกานิสถาน ประชาชนต้องต่อสู้และมีความกังวลมาก การทำสมาธิเป็นเครื่องมือที่ทำให้ประชาชนคลายความกังวลลงไปได้ (Jones, 2517)

ในการจะพัฒนาสังคมให้เต็มไปด้วยสันติภาพ และมีสันติสุขนั้นเป็นสิ่งที่คาดหวังในทุกสังคม โดยการจะบรรลุเป้าหมายได้จำเป็นต้องมีกระบวนการในการพัฒนาจิตใจของแต่ละคนให้มีอุดมการณ์ และการเปิดรับทัศนคติที่แตกต่างของแต่ละบุคคลได้ ซึ่งการปฏิบัติด้วยวิธีการภาวนาสามารถที่จะขับเคลื่อนสังคมไปสู่เป้าหมายดังกล่าวได้ เนื่องจากการบ่มเพาะจิตใจของสมาชิกในสังคมให้เป็นผู้ที่มีความสุข เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ส่งผลต่อการพัฒนาสังคมในระยะยาว และมีความยั่งยืน

สอดคล้องกับทัศนะ ของพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2556, หน้า 82-86) อธิบายว่าในการพัฒนาคนนั้นสิ่งที่สำคัญที่สุด คือ การพัฒนาจิตใจ ดังนั้น งานในยุคปัจจุบันงานพัฒนาจึงหันมาสนใจการพัฒนาจิตใจมากขึ้น โดยการพัฒนาจิตใจนั้นต้องพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม สุขภาพจิตจนถึงขั้นปัญญาจึงจะพัฒนาคนครบเต็มที่ การพัฒนาจิตใจเป็นงานหลักของพุทธศาสนา

บทบาทของพุทธศาสนาในการสร้างสันติสุข โดยเฉพาะการพัฒนาจิตใจนั้นมีมานานแล้ว นับแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเผยแผ่พุทธศาสนาในประเทศอินเดีย และเป็นที่ยึดมั่นอย่างกว้างขวางมากยิ่งขึ้นในปัจจุบัน โดยมีผู้สนใจวิธีการศึกษาของพุทธศาสนาจำนวนมาก อาทิ จากงานเขียนเรื่อง *The Light of Asia* (1879) ของ Edwin Arnold ซึ่งเป็นการกล่าวถึงพุทธประวัติ และการเผยแผ่ศาสนา และที่นิยมศึกษากันอย่างกว้างขวางมากขึ้นในปัจจุบัน คือ หลักการภาวนาในพุทธศาสนา

ทั้งนี้หลักการภาวนา อันประกอบด้วย สมาธิ หรือสมถกรรมฐาน และ ปัญญา หรือวิปัสสนากรรมฐาน มีความสำคัญอย่างมากในพุทธศาสนา เพราะเป็นกระบวนการปฏิบัติเพื่อขจัดกิเลส ซึ่งพระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (2551, หน้า 41-85) อธิบายว่า กรรมฐานเป็นสถานแห่งการอุบัติขึ้นของท่านผู้วิเศษ เนื่องจาก ก่อนจะถ่ายพระรูปพระนามและรูปนามจากปัจเจกชนขึ้นมาเป็นพระอรหันต์ ต้องมีการเจริญกรรมฐานเป็นเครื่องชักฟอกกิเลส พระพุทธเจ้าทั้งหลาย และพระอรหันต์ทั้งหลายล้วนเจริญกรรมฐานทั้งสิ้น ไม่มีแม่แต่องค์เดียวที่ผ่านการรู้ธรรมโดยมิได้ผ่านกรรมฐานเลย โดยการเจริญกรรมฐานนั้น พระอรหันต์จะมีวิธีการปฏิบัติต่าง ๆ กันไปตามจริตนิสัย โดยมากจะเป็นวิธีการที่เคยได้รับผลมาแล้วจึงจำเป็นต้องใช้วิธีการนั้นมากกว่าวิธีอื่น ๆ เช่น บางรายพอเกิดความกลัวจิตไม่มีสติ กลายเป็นคนหมดสติ จิตชนิดนี้ไม่สมควรทรมาณด้วยสิ่งน่ากลัว เพราะอาจเป็นบ้าเสียคนไปได้

อาจกล่าวได้ว่า ผู้ฝึกกรรมฐานหากขาดครูบาอาจารย์ หรือแบบแผนในการปฏิบัติกรรมฐานที่ถูกต้องก็อาจกลายเป็นบ้าเสียสติได้สำหรับผู้ที่มีสติไม่มั่นคง อ่อนไหวง่าย ดังเช่น

การเจริญกรรมฐานด้วยสิ่งน่ากลัว ดังที่ พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) ได้อธิบายไว้ ซึ่งกรรมฐานแนวนี้ได้แก่สุภกรรมฐานนั่นเอง

อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาเกิดสภาพปัญหาหลายประการ จนส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของพุทธศาสนา เพราะตามหลักไตรสิกขานั้น มุ่งเอาข้อควรปฏิบัติ 3 ลักษณะด้วยกัน คือ สีล สมาธิ และปัญญา จึงจะสามารถขัดเกลากิเลสได้ ซึ่งในส่วนของ การภาวนานั้น ยังมีการปฏิบัติที่ประสบผลสำเร็จไม่มากนัก เนื่องจากสาเหตุสำคัญ อาทิ การปฏิบัติกรรมฐานไม่ถูกต้องกับจริตของนักปฏิบัติ

นอกจากนี้ พุทธทาสภิกขุ (ม.ป.ป., หน้า 6-8) อธิบายว่า ความเห็นผิดใหม่ ๆ ทำให้ห่างจากพุทธศาสนาตัวแท้ออกไปจนกระทั่งหวาดกลัวต่อการบรรลุมรรคผล มีการห้ามพูดเรื่องมรรคผล จะกลายเป็นอวดอุตริมนุสสรรมจึงพูดแต่เรื่องจริยธรรมสากลที่ศาสนาอื่น ๆ ก็สอนอยู่แล้ว บางทีด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็เอาพุทธศาสนาไปปนกับความเชื่อลัทธิอื่น ๆ การเข้าใจหลักของพุทธศาสนา อย่างผิด ๆ ย่อมทำให้ไม่เข้าใจแก่นแท้ นำไปสู่ความมกมายในการปฏิบัติแบบเถรสองบาตร คือ ปฏิบัติมาอย่างไรก็ทำอย่างนั้น เช่น อยู่ในสำนักวิปัสสนาบางแห่งจบมาก็ยังมีมัว จากการที่ ทำวิปัสสนาแบบนั้นก็เกิด “การยึดมั่นต้องนั่งวิปัสสนา” วิปัสสนาจึงกลายเป็นเรื่องของพิธีไปหมด โดยไม่ทราบความมุ่งหมาย เป็นเหตุให้เกิดกรรมฐานขึ้นอย่างมากมายซึ่งไม่เคยมีในสมัยพุทธกาล

จะเห็นได้ว่าการเข้าใจผิดถึงเรื่องการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน กล่าวคือ ไปยึดติดรูปแบบพิธีกรรม มากกว่าการเจริญวิปัสสนากรรมฐานจริง ๆ และไม่ทราบถึงความมุ่งหมายที่แท้จริงในการปฏิบัติ นอกจากนี้บางส่วนยังยึดติดอยู่ในอริยาบถนั่งเพียงอริยาบถเดียวว่าเป็น การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จะเห็นได้ว่าเป็นความเข้าใจในการปฏิบัติกรรมฐานที่คลาดเคลื่อนอย่างมาก

ในขณะที่ พระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโร) (สัมภาษณ์, 11 มิถุนายน 2559) ได้ให้ทัศนะ การปฏิบัติกรรมฐานของวัดพระธรรมกายว่า สมัยก่อตั้งวัดพระธรรมกาย พระองค์นี้อยากเป็น เจ้าอาวาส อีกองค์ก็มีความอยากเป็นรองเจ้าอาวาสซึ่งพระควรจะมีคามละอาย อาการลักษณะนี้ พระในพุทธศาสนาไม่ปฏิบัติกัน ขณะเดียวกันพุทธศาสนิกชนก็อยู่ ณ ตรงนั้นเป็นจำนวนมาก ท่านจึงกล่าวว่า “ท่านเจริญพระกรรมฐานกันยังไงทำไมถึงแบกกิเลสต้องการลาภต้องการยศกัน”

ที่เห็นได้ชัดคือ ผลการวิจัยของ พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (2546) ได้ให้ทัศนะว่า การปฏิบัติของวัดพระธรรมกายสรุปแล้วมี 2 ลักษณะคือ การทำให้พระวินัยวิปริต และ การประพฤติวิปริตจากพระธรรมวินัย โดยการทำให้ความน่าเชื่อถือของพระไตรปิฎกและพยายาม คัดแปลงบิดเบือนคำสอนในลัทธิของตนเข้าไป โดยเฉพาะการพยายามสร้างบุญให้มีฐานะเป็น เสมือนสินค้า โดยนำหลักทุนนิยมมาผสมกับระบบตลาดเป็นพฤติการณ์ที่สวนทางกับพุทธนิกาย

เถรวาท การกระทำเช่นนี้ส่งผลให้พุทธศาสนาเสื่อมความนิยมลง และอาจอันตรายกันไปจากสังคมไทย

กล่าวโดยสรุป การประพาศิทธิธรรมวินัยก็ดี การทำให้พระวินัยวิปริตก็ดี หรือแม้กระทั่งความเข้าใจผิดในเรื่องการเจริญกรรมฐานก็ดี สิ่งเหล่านี้ทำให้การเจริญพระกรรมฐานอันเป็นเป้าหมายสูงสุดในศาสนาพุทธกำลังประสบกับปัญหา เป็นต้นว่า ประชาชนเสื่อมความศรัทธาในพุทธศาสนาลง ในขณะที่เดียวกันยังส่งผลให้การเจริญกรรมฐานไม่ประสบความสำเร็จอีกด้วย

เมื่อผลลัพท์จากการภาวนาไม่เกิดขึ้นกับตนเองทำให้ต้องละทิ้งการภาวนาอันเป็นผลมาจากมิจฉาทิฐิ หรือบางส่วนก็สละเสียดจากเพศบรรพชิตแล้ว การปฏิบัติในบางครั้งก็มีความย่อหย่อน ทำให้ผลจากการปฏิบัตินั้นไม่เกิดขึ้น โดยพระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภาษณ์, 29 มีนาคม 2560) ให้ทัศนะว่า “กิเลสหนา ปัญญาหายบ ไม่มีสมาธิ พวกนี้บรรลุมรรคไม่ได้ เหมือน ปทปรมะ โดยรวมแล้วไม่ศรัทธาในคำสอนของพระพุทธเจ้า ไม่มีศรัทธาในความเชื่อว่ายังมีพระอรหันต์ในโลก”

สภาพเช่นนี้ย่อมทำให้พุทธศาสนาเสื่อมลง และเป็นบ่อเกิดของ อันตรายทั้ง 5 ได้แก่

- 1) ปริยัตติอันตราย คือ ขาดการศึกษาหลักธรรมในพุทธศาสนา
- 2) ปฏิบัติอันตราย คือ ไม่มีการปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้น
- 3) ปฏิเวธอันตราย คือ เริ่มไม่มีผู้บรรลุมรรคและผลอีกต่อไป
- 4) เพศหรือลึงอันตราย คือ เหลือเพียงการห่มเหลือง แต่ไม่รักษาพระธรรมวินัย และ
- 5) ธาตุอันตราย คือ พระธาตุต่าง ๆ จะหายไป โดยสถานการณ์ปัญจอันตรายของไทย คือ ปริยัตติอันตราย ปฏิบัติอันตราย ลึงอันตราย (พระเกรียงไกร สุทรมโน, 2553)

อย่างไรก็ตาม สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน) (2543, หน้า 28) พระราชวิจารณ์แนวคิดปัญจอันตรายว่า การเชื่อคตินี้เชื่อมไปเป็นธรรมดาพื้นวิสัยที่จะแก้ไขได้ จนเกิดคำพูดว่า ทำพอเป็นกิริยาบุญ แม้ปรากฏการฟื้นฟูศาสนาเป็นครั้งคราว เช่น การทำสังคายนา พระไตรปิฎกในรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราชนั้น เป็นแต่เพียงพื้นความรู้ หาได้ฟื้นฟูการปฏิบัติไม่

จึงอาจกล่าวได้ว่า ส่วนใหญ่แล้วมีแต่เพียงการศึกษาปริยัติ คือการเล่าเรียนเป็นส่วนมาก แต่ขาดการปฏิบัติอย่างจริงจัง เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องศึกษาแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาที่ถูกต้องเพื่อชำระไว้ซึ่งการปฏิบัติให้เป็นแบบแผน และให้ปฏิเวธยังคงอยู่ต่อไปทั้งนี้ กรรมฐานสายของ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีบทบาทสำคัญเป็นอย่างมากต่อสังคมไทย ดังจะเห็นได้ดังนี้

ชกจ วรรณไพบูลย์ (2557) อธิบายว่า พระสงฆ์สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เป็นพระสงฆ์ฝ่ายวิปัสสนาธุระ หรือที่นิยมเรียกว่าพระป่าจะมุ่งปลื้กวิเวกหาความสงบ มุ่งการแก้กิเลสเพื่อความสำเร็จในมรรคและผล โดยปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานภายใต้หลักไตรสิกขา

อย่างเคร่งครัด เคารพหลักอาวุโสกันแต่ สนใจในการทำวัตร อาริยวัตร อุปัชฌายวัตร ถือสันโดษ และ
มักน้อย เป็นต้น พุทธศาสนิกชนทั่วไปจึงให้ความเคารพและศรัทธาในพระป่าเป็นอย่างมาก

ส่วน พระครูสมุห์ (สุจิน ปริบูรณ์) (สัมภรณ์, 29 มีนาคม 2560) ให้ทัศนะว่า
“พระอาจารย์มั่นเปรียบดังพระอรหันต์สมัยพุทธกาล มุ่งทำความเพียรเป็นแม่พิมพ์ของพระป่า
สายอีสานเพราะฉะนั้นลูกศิษย์พระอาจารย์มั่นที่บรรลุนิพพาน คือ ได้บรรลุนิพพานจึงมีมาก”

พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปั่นทิโต (2560, หน้า 14-16) ให้ทัศนะว่า การปฏิบัติกรรมฐาน
หยุดมาตั้งแต่สมัยพระพุทธเจ้าล่วงลงไปได้ 600 ปี โดยหลังการสังคายนาครั้งที่ 4 ในลังกาสนใจ
เรียนแต่ตัวหนังสือ การปฏิบัติภาวนาเลยไม่มีเพราะเชื่อว่าคนในสมัยนี้ไม่มีบุญเสียแล้วเลยไม่คิดจะ
ทำกัน กระทั่งรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เป็นต้นมาถึงรัชสมัยของ
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต รักษาศีล สมาธิ
ปัญญาจึงสำเร็จได้ ในขณะที่ทางพม่ามีมหาเถรสมาคม พระสงฆ์ 2 องค์นี้มาค้าจันศาสนาไว้ ถึงได้มีการ
ตื่นภาวนากันขึ้นมา เฉพาะในประเทศไทยมีพระป่ามากมาย ไม่ต่ำกว่า 40,000 รูปที่

พระพุทธรูปในวัดก็เพราะพระเหล่านี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระอาจารย์ชา สุภัทโท
โดยลูกศิษย์ของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ที่มีบทบาทต่อสังคมไทยและวงการสงฆ์นั้น
มีหลายรูป เช่น พระอาจารย์สิงห์ ขันตยาคโม, พระอาจารย์แหวน สุจิณฺโณ, พระราชินีโรธรังสีคัมภีร์
ปัญญาวินิจฉัย (เทศก์ เทศรังสี), พระอาจารย์ขาว อนาลโย, พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร, พระราชวุฒาจารย์
(คุณ อตุโล), พระอาจารย์ชอ ฐานสโม, พระอาจารย์บุดดา ถาวโร, พระญาณสิทธาจารย์
(สิม พุทธาจาโร), พระอุดมญาณโมลี (จันทร์ศรี จันททีโป), พระธรรมวิสุทธิมงคล (พระมหาบัว
ญาณสัมปันโน), พระโพธิญาณเถร (ชา สุภัทโท), พระธรรมมงคลญาณ (วิริยงค์ สิรินธโร) หรือ
แม้กระทั่งหลานศิษย์ที่มีชื่อเสียง อาทิ พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปั่นทิโต และสมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (อัมพร อัมพโร) ก็ล้วนเป็นพระกรรมฐาน
สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ทั้งสิ้น

อย่างไรก็ตาม สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติกรรมฐานขณะนี้ ได้แก่ 1. การปฏิบัติ
กรรมฐานมีความผิดเพี้ยนไปจากเดิม กระทั่งทำให้ไม่สามารถได้รับปฏิเวธ คือผลจากการปฏิบัติ
กรรมฐาน 2. เริ่มขาดองค์ความรู้ในการปฏิบัติจากประสบการณ์ เพราะมีเพียงแบบแผนแบบคร่าว ๆ
ในปริยัติ เท่านั้น ทำให้การส่งผ่านความรู้ และการจัดการความรู้ (Knowledge management)
เกิดภาวะขาดช่วง หากไม่มีการศึกษาแนวทางการปฏิบัติ องค์ความรู้ย่อมสูญหายไป ซึ่งองค์ความรู้
ในการปฏิบัติกรรมฐานมีความสำคัญอย่างมาก และเริ่มแพร่กระจายไปทั่วโลก ดังจะเห็นได้ ดังนี้

ปิยะดี ประเสริฐสม และคณะ (2559) เสนอผลการวิจัยจากการปฏิบัติสมาธิ แนวสติปัฏฐานว่า หลังจากฝึกสมาธิพร้อมที่จะทำงานในการแก้ปัญหาซับซ้อน การทำงานของสมองมีความคิดลึกซึ้ง ทั้งยังส่งผลดีอื่น ๆ อาทิ ลดความเครียด เกิดความสงบ จากผลการวิจัยนี้ สอดคล้องกับคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ในเรื่องทางสายเอกเพื่อบรรลุถึงพระนิพพาน จึงควรส่งเสริมให้ประชาชนทั่วไปนำวิธีปฏิบัติกรรมฐานไปใช้ให้เกิดประโยชน์

นอกจากนี้ ตำรวจแห่งเมือง Tempe, Arizona State United States of America ยังหมั่นทำสมาธิ และศึกษาเกี่ยวกับพุทธศาสนา อีกด้วย ทำให้เกิดความปรารถนาดีมองเห็นทัศนคติของอีกฝ่าย นอกจากนี้ยังทำให้มีทักษะในการแก้ไขปัญหาอีกด้วย ขณะเดียวกัน ตำรวจบางส่วนของแคนาดา ก็มีความสนใจในการทำสมาธิเช่นกัน โดยมักไปทำสมาธิในวัดพุทธของประเทศแคนาดา (Omar, 2017)

จะเห็นได้ว่า การเจริญกรรมฐานผ่านสมถวิปัสสนากรรมฐาน น่าจะเป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ที่ประชาชนควรปฏิบัติ ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม จะส่งผลดีต่อตัวเองคือสุขภาพจิต และส่งผลดีต่อสังคม คือ ทำให้สังคมเกิดสันติสุขมีความเป็นมิตรแก่กัน จึงจำเป็นยิ่งที่จะต้องหาแนวทางการปฏิบัติ เพื่อการจัดเก็บแนวทางการปฏิบัติ อันเป็นการจัดการความรู้รูปแบบหนึ่งมิให้สูญหายไป

การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนามีความสำคัญยิ่งในฐานะองค์ความรู้ชั้นสูงของพระพุทธศาสนาที่ควรจัดเก็บองค์ความรู้ไว้ และเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติให้เป็นไปตามแบบแผนที่ถูกต้อง จึงสมควรศึกษาให้เป็นแบบแผนในการปฏิบัติที่ถูกต้องต่อไป

กล่าวโดยสรุป เนื่องจากการเจริญพระกรรมฐานในยุคปัจจุบันเริ่มเกิดสถานะเสื่อมถอยตามแนวคิดปัญญอันตรธาน โดยเฉพาะในส่วนของ “ปฏิบัติอันตรธาน” เริ่มมีความผิดเพี้ยนมากยิ่งขึ้น เพื่อธำรงไว้ซึ่งวิธีการปฏิบัติและแบบแผนที่ถูกต้อง จึงจำเป็นต้องทำการศึกษาการภาวนา โดยกำหนดกรณีศึกษา “กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต” เพราะเป็นแบบอย่างของวงการพระกรรมฐาน โดยเฉพาะ “พระป่า” โดยในการศึกษาครั้งนี้จะมีการนำข้อมูลจากพระสหธรรมิก ร่วมอธิบายปรากฏการณ์ด้วยเพื่อให้ข้อมูลมีความชัดเจนมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
2. เพื่อศึกษาวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

คำถามการวิจัย

1. การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา กรณีฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีสภาพปัญหาอย่างไร
2. วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา กรณีฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีวิธีการอย่างไร

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ได้รับองค์ความรู้ด้านการภาวนา อันจะนำไปสู่การพัฒนาระบบกรรมฐานตามสถานปฏิบัติธรรมต่าง ๆ
2. ได้แนวทางหรือวิธีการที่นำไปสู่การปฏิรูปการภาวนาให้ถูกต้องตามหลักการที่แท้จริง ผ่านการตีพิมพ์ผลงานในวารสาร หรือเสนอในที่ประชุมวิชาการต่าง ๆ
3. ได้รับประโยชน์หรือคุณค่าของการภาวนาเพื่อเป็นแนวทางให้มีการศึกษา ค้นคว้า และวิจัยอย่างกว้างขวางและลึกซึ้งขยายองค์ความรู้ระดับสูงขึ้นไป

ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านเนื้อหา

การศึกษานี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ หรือ Key Informants ด้านเนื้อหา ได้แก่ 1. สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา 2. วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา โดยเนื้อหาดังกล่าวประกอบด้วย 3 ส่วน คือ 1) สมถกรรมฐาน 2) วิปัสสนากรรมฐาน และ 3) ปกิณกกรรม

ขอบเขตด้านระยะเวลา

ทำการศึกษาตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม พ.ศ. 2560-30 มีนาคม พ.ศ. 2561

ขอบเขตด้านพื้นที่

การศึกษานี้เก็บข้อมูลจากวัด และสถานปฏิบัติธรรมซึ่งผู้ให้ข้อมูลสำคัญได้อนุญาตให้สัมภาษณ์ได้ จึงสามารถกำหนดขอบเขตด้านพื้นที่ได้จากอวาตาสที่ผู้ให้ข้อมูลสำคัญนั้นพักประจำ หรือจำพรรษา เป็นต้น

นियามศัพท์เฉพาะ

การภาวนา หมายถึง การทำจิตใจให้แน่วแน่ต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งขณะเวลานั้น ได้แก่ การเจริญสมถกรรมฐาน และการไคร่ครวญอารมณ์ในขั้นที่ 5 ได้แก่ วิปัสสนากรรมฐาน

สมถกรรมฐาน หมายถึง วิธีการทำจิตใจให้สงบ โดยการทำสมาธิมี 40 ประเภท อาทิ อานาปานสติกรรมฐาน เป็นต้น

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การไคร่ครวญอารมณ์ ซึ่งพิจารณาตามหลักสติปัฏฐาน 4 ได้แก่ กาย เวทนา จิต และธรรม

ปณิธาน หมายถึง ธรรมเล็กน้อย ๆ เช่น การเปลี่ยนอริยาบถ

ความรู้ หมายถึง ความเข้าใจโดยพิสดารในการภาวนาของพระพุทธศาสนา

วิชา 3 หมายถึง 1) ปุพเพนิวาสานุสติญาณ คือ ระลึกชาติได้ 2) จุตูปาตญาณ คือ มีตาทิพย์และรู้การจุดิของสรรพสัตว์ 3) อาสวักขยญาณ คือ ความรู้ที่ทำให้กิเลสสิ้นไป

วิชา 8 หมายถึง 1) วิปัสสนาญาณ คือ ญาณในวิปัสสนา 2) มโนยทิ คือ ฤทธิ์ทางใจ 3) อิทธิวิชา คือ แสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้ 4) ทิพยโสต คือ มีหูทิพย์ 5) เจโตปริยญาณ คือ ทายใจ 6) ปุพเพนิวาสานุสติญาณ คือ ระลึกชาติได้ 7) จุตูปาตญาณ คือ มีตาทิพย์และรู้การจุดิของสรรพสัตว์ 8) อาสวักขยญาณ คือ ความรู้ที่ทำให้กิเลสสิ้นไป

พระกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต หมายถึง พระกรรมฐานที่เป็นลูกศิษย์สายของเจ้าคุณอุบาลีคุณูปมาจารย์ (จันทร์ สิริจันโท) ลูกศิษย์สายของพระอาจารย์เสาร์ กนตสีโล ซึ่งเป็นสายพระอาจารย์ของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต กับสายลูกศิษย์โดยตรงของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ทั้งที่เป็นพระธรรมยุติกนิกาย อาทิ ลูกศิษย์ในพระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) และพระมหานิกาย เช่น พระโพธิญาณเถร (ชา สุภักโท)

พระสหธรรมิก หมายถึง พระที่มีธรรมร่วมกัน คือ พระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโร) และพระครูธรรมธร (เล็ก สุขัมมปัญญา) มีลักษณะเด่น คือ เป็นผู้สอนกรรมฐานสมถกรรมฐาน 40 กองครบถ้วน

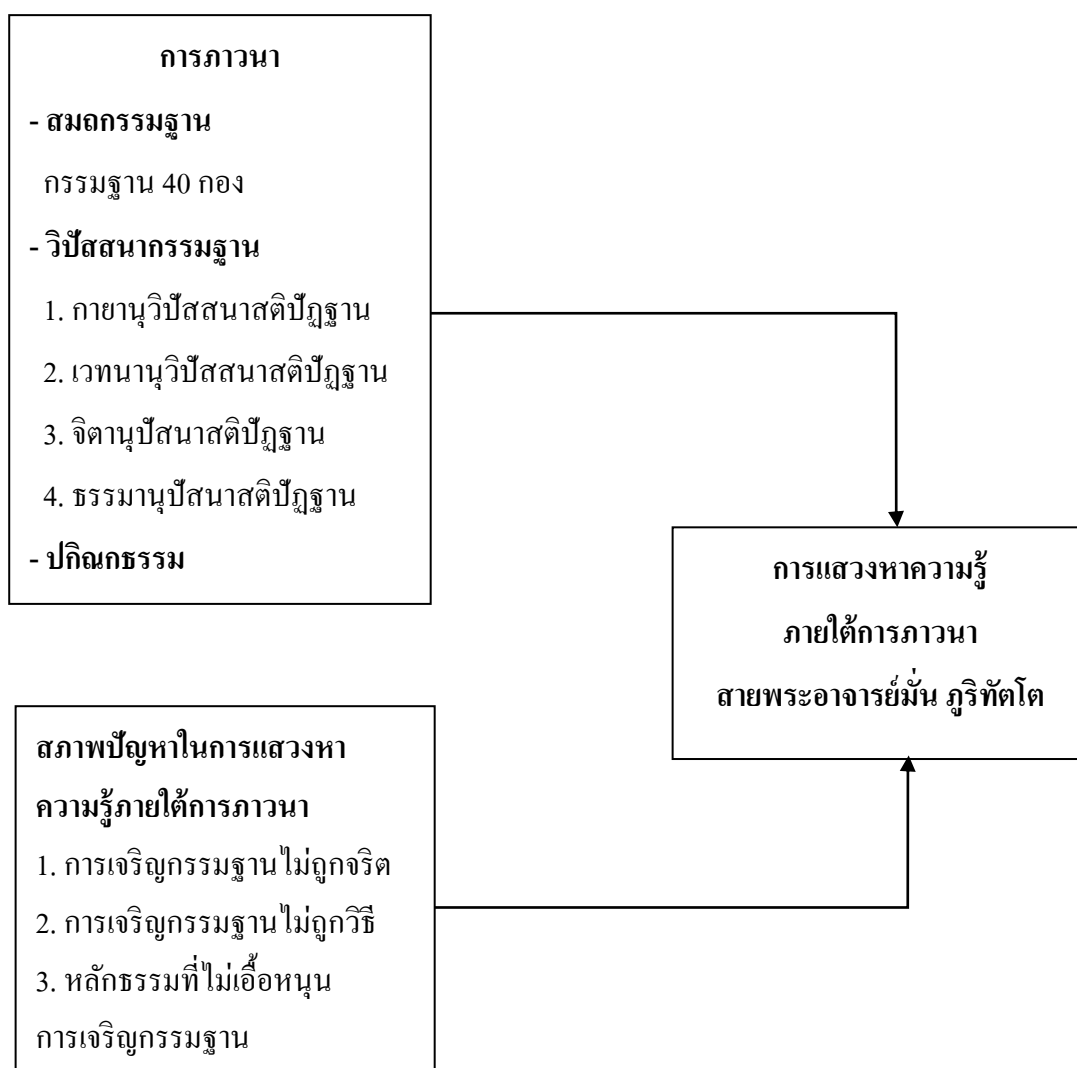
กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดในการวิจัย จากการศึกษาสามารถนำเสนอผลใน 2 ประเด็น ได้แก่

1. การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต โดยผู้วิจัยทำการศึกษา 3 ส่วน ได้แก่ 1) สมถกรรมฐาน ทั้งนี้จากการทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนการลงภาคสนามเบื้องต้น ทำให้ทราบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นหนักไปที่การเจริญอานาปานสติเป็นหลัก ในขณะที่กรรมฐานกองอื่นจะอยู่ในฐานะบริวาร

สนับสนุนอานาปานสติ อาทิ พุทธานุสติกรรมฐาน มรณานุสติกรรมฐาน เป็นต้น การศึกษาครั้งนี้ จึงเน้นไปที่วิธีการเจริญอานาปานสติเป็นหลัก และ2) วิปัสสนากรรมฐาน มีทั้งสิ้น 4 ประเภท อาทิ กายานุปัสนาสติปัฏฐาน เป็นต้น และ3) ปกิณกกรรม ซึ่งเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับวิธีการแสวงหาความรู้ ภายใต้การภาวนา

2. สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา โดยจากการทบทวนเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น การศึกษาของพระวงศ์แก้ว วราโก (เกษร) (2556) ศึกษาเปรียบเทียบ การปฏิบัติกรรมฐานของพระโพธิญาณเถร กับ พระธรรมวิสุทธิมงคล (บัว ญาณสัมปันโน) ซึ่งสรุปได้ว่าส่วนใหญ่ปฏิบัติแบบสมถยานิก ตลอดจนการเก็บข้อมูลภาคสนามเบื้องต้น ทำให้สามารถกำหนดประเด็นในการศึกษาได้ 3 ประเด็น ได้แก่ 1) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต สภาพปัญหานี้คือ บุคคลมีหลายจริต ควรใช้ชีวิตในการเลือกกรรมฐานให้เหมาะแก่จริตของตน มิฉะนั้นจะไม่ประสบความสำเร็จในการเจริญกรรมฐาน อาทิ บุคคลผู้มีราคะจริต หากจะเจริญ อานาปานสติกรรมฐานเพียงอย่างเดียว ย่อมประสบผลล่าช้าควรเจริญกรรมฐานกองอื่นที่เหมาะสมแก่ จริตของตนอาจส่งผลดีที่เร็วกว่า 2) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี ซึ่งจากการลงภาคสนาม เบื้องต้น พบว่า ประเด็นสำคัญ ได้แก่ พระสุกขวิปัสสโกสามารถเจริญวิปัสสนาล้วนโดยไม่ต้องมี สมาธิได้หรือไม่ พบว่าเป็นประเด็นที่ยังมีข้อโต้แย้งกันในประเด็นนี้สูง และ 3) หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุน การเจริญกรรมฐาน ประกอบไปด้วยสมาธิเสถียรและวิปัสสนูปกิเลส เป็นต้น หลักธรรมเหล่านี้ มีสภาพการเกิดที่แตกต่างกัน ผู้วิจัยจึงเสนอกรณีศึกษาที่เกิดขึ้นพร้อมแนวทางการแก้ไขเพื่อนำไปสู่ วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาที่ถูกต้อง



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษา เอกสารและงานวิจัย พบว่า มีแนวคิดและประวัติของพระกรรมฐานที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย ประกอบด้วย รายละเอียด ดังนี้

1. ทฤษฎีความรู้ (ญาณวิทยา)
2. พัฒนาการญาณวิทยาตะวันตก
3. ประเภทของญาณวิทยาตะวันตก
4. ญาณวิทยาแนวพุทธ
5. ประวัติธรรมยุติกนิกาย
6. ประวัติพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ทฤษฎีความรู้ (ญาณวิทยา)

ความรู้ เป็นสิ่งที่สามารถพิสูจน์ได้ นำมาซึ่งประสิทธิภาพที่ดี เน้นความสัมพันธ์และความเข้าใจ โดยมาจากข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ และการผสมผสานกันระหว่าง คำนิยาม ตลอดจน เจตคติต่าง ๆ เป็นการบ่มเพาะกันของประสบการณ์และคำนิยาม (Maryam and Leinder, 2001, p. 109; Sharrat and Usoro, 2003, p. 188)

ในการที่จะได้รับความรู้นั้นจำเป็นต้องมีวิธีการศึกษา โดยทั่วไปแล้ว ทฤษฎีความรู้ เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับญาณวิทยา หรือวิธีการแสวงหาความรู้ มีพัฒนาการศึกษายาวนานแล้วเพียงแต่ยังไม่เป็นระบบนัก โดยหนึ่งในผู้ที่ทำให้การศึกษาด้านญาณวิทยาเป็นที่รู้จักมากยิ่งขึ้น ได้แก่ James Frederick Ferrier เป็นนักเขียนชาวสก็อต (Chisholm, 1911)

การศึกษาของญาณวิทยา เน้นขอบเขตการศึกษาเกี่ยวกับวิธีการหาความรู้ ในบางครั้งอาจเรียกว่า ทฤษฎีความรู้ โดยมีมิติการศึกษา 4 ด้าน ได้แก่ 1) วิธีการเพื่อกำหนดขอบเขตปรัชญา เช่น ความจริง ความเชื่อ รวมไปถึงวิธีการให้เหตุผล เป็นต้น 2) ความสงสัยในปัญหาต่าง ๆ 3) เน้นการให้เหตุผลขององค์ความรู้ และ 4) สร้างเกณฑ์ขององค์ความรู้ที่ศึกษาและการให้เหตุผล (Porter, 1913; Borchert, 1967; Steup and Salta, 2014)

ลักษณะวัด ปาละรัตน์ (2558, หน้า 3-4) อธิบายว่า ในการศึกษาปรัชญาสามารถจำแนกได้ 3 สาขาที่สำคัญ ได้แก่ 1) อภิปรัชญา (Metaphysics) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับความจริงสูงสุด

ธรรมชาติของความจริง และยังแบ่งเป็น ภาววิทยา (Ontology) ศึกษาเกี่ยวกับธรรมชาติสิ่งที่เป็นจริง กับจักรวาลวิทยา (Cosmology) คือเกี่ยวกับกับจักรวาลและพัฒนาการของจักรวาล 2) ญาณวิทยา (Epistemology) คือ การศึกษาเกี่ยวกับความรู้และทุกประเด็นของความรู้ และ 3) คุณวิทยา (Axiology) เป็นการศึกษาเกี่ยวกับคุณค่าต่าง ๆ อาทิ จริยศาสตร์ สุนทรียศาสตร์ และตรรกวิทยา สำหรับญาณวิทยา จะเน้นการศึกษาขอบเขตของความรู้ การสมเหตุสมผลของความรู้ การให้คำอธิบาย ทำให้เกิดเป็นแนวคิดและทฤษฎี

สมศักดิ์ สามัคคีธรรม (2553, หน้า 3) สรุปว่า ในทางตรรกะแล้ว ถือว่า ภาววิทยาจะมาก่อนญาณวิทยา ทั้งภาววิทยาและญาณวิทยามีความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกันมากจนอาจแยกจากกันไม่ได้ เว้นแต่ในการศึกษาที่แยกสองส่วนดังกล่าวออกจากกัน ในเชิงตรรกะเพื่อประโยชน์ในการวิเคราะห์ กล่าวโดยสรุป ในการศึกษาญาณวิทยามีความสัมพันธ์กับภาววิทยาเป็นอย่างมาก เพียงแต่นำไปที่วิธีการแสวงหาความรู้อันนำไปสู่การตอบในส่วนของภาววิทยา เช่น อะไรคือความจริง หรือความจริงขั้นสูงสุด เป็นต้น ซึ่งในการศึกษาของญาณวิทยานั้นมีวิธีการศึกษาหลายประเภท สามารถพิจารณาได้จากพัฒนาการญาณวิทยาตะวันตก ดังนี้

พัฒนาการญาณวิทยาตะวันตก

จากการศึกษา พบว่า วิธีการแสวงหาความรู้มีพัฒนาการใน 4 ช่วง เวลา ดังนี้ (Johnson, 1999, pp. 110-130); (Strenberge, 2009, p. 578)

1. ยุคโบราณ ใช้วิธีการง่าย ๆ เช่น พบโดยบังเอิญ โดยวิธีการลองผิดลองถูก การสอบถามจากผู้เชี่ยวชาญหรือผู้มีอำนาจ อาทิ ผู้ปกครอง นักบวช จากประเพณีที่ปฏิบัติกันสืบ ๆ มา และประสบการณ์ส่วนตัว

2. ยุคของ Aristotle ใช้วิธีการที่เรียกว่า นิรนัย ซึ่งเป็นการสรุปจากข้อเท็จจริงใหญ่ ไปยังข้อเท็จจริงย่อย

3. ยุคของ Francis Bacon ใช้วิธีการที่เรียกว่า อุปนัย ซึ่งเป็นการสรุปจากข้อเท็จจริงย่อย ไปยังข้อเท็จจริงใหญ่เป็นการสลับข้อเท็จจริงใหญ่กับข้อสรุปที่ต่างกับวิธีการแบบอุปนัย

4. ยุควิธีการทางวิทยาศาสตร์

อย่างไรก็ตาม แม้วิธีการของทั้ง Aristotle และ Francis Bacon จะเป็นวิธีการแสวงหาความรู้ที่ดีทั้ง 2 แบบ แต่เนื่องจากข้อจำกัดของวิธีการแสวงหาความรู้ เช่น ความถูกต้องแบบนิรนัย คือ ถ้าข้อเท็จจริงมีความน่าจะเป็นสูงข้อสรุปก็มีแนวโน้มจะเป็นจริงสูงตามไปด้วย นอกจากนี้ หากปริมาณในการอ้างหลักฐานมีน้อยเกินไป หรือเก็บข้อมูลอย่างไม่เป็นกลาง การสรุปข้อมูลย่อมไม่สอดคล้องกับความเป็นจริงด้วย ส่วนข้อบกพร่องของอุปนัย คือ ยังคลุมเครือในการตีความ

เช่น เรื่องของภาษา อาทิ คำว่า ทุกสิ่ง ดังจะเห็นได้จากวิธีการแบบนิรนัย ดังนี้

ข้อเท็จจริงใหญ่-ปลาทุกชนิดมีเกล็ด → ข้อเท็จจริงย่อย-ปลาทุกเป็นปลา
ชนิดหนึ่ง → ข้อสรุป-ปลาทุกมีเกล็ด

จะเห็นได้ว่าเป็นการสรุปที่ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง จึงได้มีผู้นำวิธีการทางวิทยาศาสตร์มาใช้นับว่าเป็นยุคที่ 4 โดยเกิดจากการผสมผสานข้อดีของทั้ง 2 แบบ นิยมเรียกกันว่า ปฏิฐานนิยม พัฒนามาจาก Saint-Simon คู่ Auguste Comte โดยพัฒนามาจากวิธีการทางสังคมวิทยา และสังคมศาสตร์สายอื่น ๆ ก็นำระเบียบวิธีดังกล่าวมาประยุกต์ใช้กันในรูปแบบต่าง ๆ ออกไป

ประเภทของญาณวิทยาตะวันตก

การจำแนกวิธีการแสวงหาความรู้โดยพิศดารนั้น ผู้วิจัยได้ทำการจำแนก 7 รูปแบบ ดังนี้ รูปแบบที่ 1 ญาณวิทยาสมัยกรีกโบราณมีนักปรัชญาที่สำคัญได้แก่ Socrates, Plato และ Aristotle มีรายละเอียดดังนี้

Socrates จะมีวิธีการแสวงหาความรู้ที่นิยม เรียกว่า Dialectic หรือวิภาษวิธี โดยบทบาทของ Socrates คล้ายกับ Intellectual Midwifery โดยหลักการสำคัญ คือ การนำข้อเสนอที่มีเหตุผล หรือที่เรียกว่า Thesis และข้อคัดค้านหรือที่เรียกว่า Anti Thesis มาหักล้างกันด้วยเหตุผล สำหรับประเด็นที่ไม่ใช่เหตุผลย่อมตกไปคงเหลือแต่ส่วนที่เป็นประเด็นเท่านั้น จนได้ความจริงที่ถูกต้อง หรือที่เรียกว่า Syn Thesis ซึ่งสามารถอธิบายโดยนัยได้ว่า Socrates มักแสวงว่าตนไม่มีความรู้จึงไปขอความรู้ จากนั้นจึงตั้งปัญหา เช่น อะไรคือความยุติธรรม นำไปสู่การสร้างคำจำกัดความ โดยใช้วิธีการตั้งอุปนัยคือจากคำจำกัดความเฉพาะที่ไปสู่สิ่งที่เป็นสากล และนิรนัย เพื่อสังเกตว่าสิ่งที่เป็นสากลจากการจำกัดความนั้นสามารถนำไปใช้ได้ในกรณีอื่น ๆ หรือไม่ เป็นต้น (Stumpf, 1975, p. 42; พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธรรมจิตโต), 2532, หน้า 99-100)

ส่วน Plato ซึ่งเป็นลูกศิษย์โดยตรงของ Socrates และการที่แนวคิดทั้งหลายของ Socrates เป็นที่รู้จักกันอย่างกว้างขวางนั้นก็ล้วนเป็นผลงานของ Plato เสียมาก จึงมักมีการนำวิธีการแสวงหาความรู้ของทั้ง 2 คนนี้ให้อยู่กลุ่มเดียวกันเสมอ อย่างไรก็ตาม Plato ทำให้วิธีการมีแบบแผนมากขึ้น ผ่านการแสวงหาความรู้ที่เด่นชัด 3 ประการ ได้แก่ 1) งานภาพฝาผนังในถ้ำ ซึ่งเป็นการไม่ยอมรับแนวความคิดของ Sophist ที่ว่าความรู้ทั้งหมดเป็นแบบสัมพัทธ์ โดยใช้คำสอนแบบอุปมาอุปไมย โดยสมมุติว่ามีนักโทษอยู่ในถ้ำโดยหันหน้าเขาไปยังถ้ำนั้น โดยสภาพด้านหน้าของถ้ำมีกองไฟลุกโชนอยู่ เมื่อมีภาชนะใดก็ตามผ่านเข้ามา นักโทษเหล่านั้นก็ให้เห็นแค่เพียงเงาของภาชนะนั้นเท่านั้น ไม่สามารถที่จะเห็นความเป็นจริงของภาชนะนั้นได้แต่อย่างใด บุคคลโดยทั่วไปมักนิยมชมชอบเพียงเงายัง ไม่เข้าถึงความรู้ที่อยู่ข้างใน คือไม่ได้เห็นความเป็นจริงของสิ่งนั้น โดยเชื่อว่ามีจิตที่เป็น

ตัวบ่งเกิดของความรู้ (Plato, 1963, pp. 747-752; Meslar, 2011, pp. 13-16) และ 2) ทฤษฎีเส้นแบ่ง เป็นวิธีการแสวงหาความรู้แบบมีขั้นตอน 4 ขั้น ได้แก่ การจินตนาการ จากนั้นพัฒนาไปสู่ความเชื่อ กระทั่งการเป็นการคิด และท้ายที่สุดจะเป็นความรู้ และ 3) แนวคิดเรื่องแบบ โดย Plato มีสมมติฐานอยู่ 2 ประการ คือ ประการแรก โลกของแบบที่สามารถเข้าถึงได้ด้วยเหตุและผล ประการที่สอง โลกแห่งผัสสะที่เข้าถึงด้วยประสบการณ์ ทั้งนี้วิธีการเข้าถึงมี 3 ประการ ได้แก่ ใช้วิธีการระลึกลึกลง ใช้ภาษาวิธีซึ่งลักษณะนี้คล้ายกับวิธีของ Socrates และข้อสุดท้ายโดยพลั้งจากความรักและความปรารถนา คือ จากวัตถุไปสู่ความคิด และกลายเป็นแบบแผน อาทิ จากแนวคิดเรื่องความสวยงาม นำไปสู่แนวคิดเรื่อง คุณวิทยา (Axiology) หรือแม้กระทั่งแบบอื่น ๆ เช่น แบบทางศีลธรรม อย่างความดี หรือแบบของคุณสมบัติ อย่างความขาว เป็นต้น (Rescher, 2010, pp. 133-164; Macintosh, 2012, pp. 6-7)

Aristotle มีวิธีการแสวงหาความรู้ที่ต่างออกไปจากแนวทางของ Socrates และ Plato โดยเขาใช้วิธีการแสวงหาความรู้ที่เรียกว่านิรนัย ทั้งยังเชื่อว่าความรู้มาจากผัสสะ มนุษย์ใช้ตรรกะในการวิเคราะห์ความเป็นเหตุผล วิธีการ คือ เอาสิ่งสากลมาอ้างเป็นเหตุผลทำให้เกิดความเข้าใจเป็นแบบแผนชุดเดียวกัน มุ่งสรุปข้อเท็จจริงในภาพใหญ่ และนำไปสู่การสรุปปรากฏการณ์ในภาพย่อย (Corcoran, 2009, pp. 1-18)

กล่าวโดยสรุป วิธีการของ Socrates และ Plato ค่อนข้างเป็นแบบแผนอย่างเดียวกัน โดยเฉพาะ Plato ยืนยันว่า ยังมีลักษณะของจิตที่เป็นบ่งเกิดของความรู้ แต่ในภาพรวมยังคงใช้ Dialectic ในการวิเคราะห์ข้อมูลอยู่ ส่วน Aristotle สร้างสรรค์วิธีการแสวงหาข้อมูลผ่านนิรนัย ซึ่งได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง เพราะพยายามสร้างองค์ความรู้ที่เป็นสากลผ่านผัสสะที่สามารถสัมผัสได้

รูปแบบที่ 2 ญาณวิทยาของกลุ่มเหตุผลนิยม มีนักปรัชญาที่สำคัญได้แก่ Descartes, Spinoza และ Leibniz มีรายละเอียด ดังนี้

กลุ่มเหตุผลนิยม มีทัศนะร่วมกัน ได้แก่ เชื่อว่าความรู้มีลักษณะเป็นเหตุและผล โดยเชื่อว่าความรู้เกิดจากเหตุผล โดยบุคคลที่ทำให้กลุ่มเหตุผลนิยมเป็นที่รู้จักมากขึ้น คือ Descartes ซึ่งได้รับการยกย่องว่าเป็น บิดาแห่งปรัชญาสมัยใหม่ งานเขียนต่าง ๆ ของเขา อาทิ Discourse on Method (1637) เป็นต้น Descartes มีวิธีการแสวงหาความรู้โดยใช้วิธีการนิรนัยในการแสวงหาความรู้ และมักตั้งข้อสงสัยกับทุกสิ่ง Descartes ใช้วิธีการทางเรขาคณิตมาอธิบายปรากฏการณ์ทางปรัชญา โดย มีกฎอยู่ 4 ประการ ในการเป็นมาตรวัดสำหรับการหาเหตุผล ได้แก่ 1) ต้องไม่ยอมรับว่าสิ่งใดจริง สิ่งที่ยอมรับต้องเป็นสิ่งที่รู้แจ้งและชัดเจน 2) ปัญหาต้องสามารถแยกย่อยออกมาได้มากที่สุด 3) การสร้างวิธีคิดนั้นต้องเริ่มปฏิบัติจากขั้นพื้นฐาน ไปสู่ขั้นที่มีความซับซ้อนมากยิ่งขึ้น และ

4) ต้องวิเคราะห์อย่างสมบูรณ์ไม่ละเลยสิ่งใด (Descartes, 1998, pp. 1-58)

สำหรับ Descartes พระเจ้ายังดำรงอยู่อย่างจำเป็น อย่างไรก็ตาม Pascal ได้วิจารณ์ Descartes อย่างรุนแรงในฐานะตัวการที่ทำให้ปรัชญาสมัยใหม่ แยกตัวออกจากปรัชญายุคกลางที่เชื่อมโยงกับศาสนาคริสต์ พระเจ้าถูกลดบทบาทลงกลายเป็นส่วนเติมเต็มช่องว่างของทฤษฎีที่สร้างขึ้นเท่านั้น (Pascal, 2008)

Spinoza ได้จำแนกความรู้ออกเป็น 3 ระดับ ได้แก่ 1) ความเห็น ความรู้ในลักษณะนี้เป็นความรู้แบบผิวเผินไม่ใช่สิ่งสำคัญสำหรับมนุษย์แต่อย่างใด 2) เหตุผล โดยวิธีการของเขาเหมือนกับ Descartes คือ ใช้วิธีการทางคณิตศาสตร์มาอธิบายปรากฏการณ์ อาทิ การพิสูจน์ประพจน์ด้วยวิธีการทางเลขาคณิต หรือใช้วิธีการแบบนิรนัยในการวิเคราะห์ข้อมูล และถือว่าความจริงสามารถรู้ได้ด้วยเหตุผล เพราะสิ่งที่จริงต้องมีเหตุและผลรองรับ 3) ปัญญาญาณ หรือการรู้เอง (Intuition) เป็นความรู้ระดับสูงสุด ซึ่งเป็นความเข้าใจในธรรมชาติและพระเจ้า (Spinoza, 1955, pp. 2-39)

ส่วน Leibniz ทำการแบ่งความจริงออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่ 1) ความจริงจากเหตุผล และ 2) ความจริงจากข้อเท็จจริง โดยความจริงจากเหตุผลนั้น เป็นความจริงแท้ที่สามารถอธิบายได้ด้วยวิธีการตรรกวิทยา เช่น กฎแห่งเอกลักษณ์ ที่มีใจความว่า สิ่งทั้งหลายย่อมเท่ากับตัวของมันเอง เป็นต้น ส่วนความจริงประเภทข้อเท็จจริงนั้น เป็นความจริงที่ไม่สากล รู้ได้โดยบังเอิญ ประสบการณ์ไม่ได้เป็นสิ่งที่สร้างความรู้แต่ทว่าช่วยให้ความคิดนั้นกระจ่างขึ้น โดย Leibniz ปฏิเสธวิธีคิดของ Descartes ที่อธิบายว่า มีสิ่งที่เป็นสาร (Substance) 2 อย่าง คือ ความคิดกับการกิน และ Spinoza ที่อธิบายว่า ความจริงแล้วมีเพียงสารเดียวแต่แสดง 2 ลักษณะเพื่อตอบปัญหาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างกายกับจิต ซึ่ง Leibniz ได้เสนอแนวคิดเรื่อง Monad มาแทนที่ เป็นการอธิบายเรื่องสสารทั้งหลายที่มีลักษณะแยกไม่ได้อีก มีพลังในตัว แต่ละตัวมีลักษณะเป็นจิตและนามธรรม โดยพระเจ้ากำหนดการทำงานของ Monad ต่าง ๆ (Rescher, 1991; Muhit, 2011, pp. 117-134)

กล่าวโดยสรุป นักปรัชญากลุ่มเหตุผลนิยม มักใช้วิธีการศึกษาด้วยวิธีแบบนิรนัย โดยใช้วิธีการทางคณิตศาสตร์ เช่น เรขาคณิต มาอธิบายปรากฏการณ์ทางสังคมที่เกิดขึ้น โดยเชื่อว่าเหตุผลที่ถูกต้องจะนำไปสู่ความรู้ที่แท้จริงได้ ประสบการณ์ไม่ใช่ความรู้ที่ชัดเจน เพียงแต่เป็นส่วนประกอบให้เกิดองค์ความรู้ก็ต่อเมื่อใช้เหตุผลแล้วเท่านั้น และนักปรัชญาในกลุ่มนี้ยังไม่ปฏิเสธการมีอยู่ของพระเจ้าอีกด้วย เพียงแต่อาจมีการตีความในเรื่องของพระเจ้า และการเข้าถึงต่างกัน ซึ่งพระเจ้าในที่นี้คือ GOD ของศาสนาคริสต์ อย่างไรก็ตาม นักปรัชญากลุ่มนี้ได้รับความสนใจตรงที่พยายามเอาองค์ความรู้ทางคณิตศาสตร์ และเลขาคณิตมาอธิบายปรากฏการณ์ทางสังคม ผสมกับแนวคิดในการเข้าถึง และการมีอยู่ของพระเจ้า

รูปแบบที่ 3 ญาณวิทยาของกลุ่มประสบการณ์นิยม มีนักปรัชญาที่สำคัญได้แก่ Bacon, Locke, Berkley และ Hume มีรายละเอียด ดังนี้

กลุ่มประสบการณ์นิยมเกิดขึ้นหลังนักปรัชญาเหตุผลนิยม โดยมีทัศนะพ้องกันว่าความรู้เป็นผลสืบเนื่องจากประสบการณ์ นักปรัชญาในกลุ่มนี้ นำโดย Bacon ที่มีงานเขียนที่สำคัญ อาทิ The Advancement learning 1605 และ Locke มีงานเขียนที่สำคัญ อาทิ Thoughts on education (1693) เป็นต้น

Bacon มักวิจารณ์การแสวงหาความรู้ที่นิยมสมัยนั้น เพราะยังมีค่านิยมของนักปรัชญาในสมัยกรีกอยู่มาก เช่น Aristotle ซึ่งควรมีแนวทางการแสวงหาความรู้ในรูปแบบใหม่ขึ้น เพื่อทดแทนการศึกษาแบบนิรนัย โดยเสนอวิธีการแบบอุปนัย (Inductive) มีวิธีการคือ แสวงหาความรู้จากประสบการณ์ที่สัมผัสก่อน (ตา หู จมูก ปาก กาย) จากนั้นจึงสังเกตและตั้งสมมติฐานโดยทำการรวบรวมองค์ความรู้ต่าง ๆ ที่เป็นบริบทย่อย ๆ หลาย ๆ เหตุการณ์ไปสู่การสร้างข้อสรุปในบริบทใหญ่ อาทิ สุนัขต้องตาย มนุษย์ต้องตาย แมวต้องตาย จึงสรุปได้ว่า สิ่งมีชีวิตต้องตาย เป็นต้น (Farington, 1962, pp. 3-22)

สำหรับ Locke ปฏิเสธความรู้ที่ไม่ได้มาโดยกำเนิดแต่ความรู้เกิดขึ้นหลังจากประสบการณ์ โดยความรู้เกิดขึ้นได้ 3 รูปแบบ ได้แก่ 1) การตระหนักด้วยตนเอง อาทิ การรู้ด้วยตนเองไม่ต้องพิสูจน์ เช่น สิ่งที่กลมและไม่กลม เป็นต้น 2) การใช้เหตุผล เช่น เปรียบเทียบ 2 ชุดความคิดว่ามี ความคล้ายกันหรือไม่ จากนั้นจึงมีความคิดที่ 3 เข้าไปเป็นตัวกลางในการเปรียบเทียบอีกทีหนึ่ง (คล้ายกับวิธีการวิเคราะห์ข้อมูลแบบสามเส้า) และ 3) ประสบาสัมผัส เป็นความรู้ที่แน่นอนแต่อยู่ระดับต่ำ คือเป็นความรู้ขณะนั้น แต่เมื่อผ่านไปมีอาจทราบได้ว่าจะเป็นความรู้จริงหรือไม่ โดยอาจกล่าวได้ว่า การแสวงหาความรู้ของ Locke นั้นมีนิยาม คือ เราสามารถรู้จักสิ่งต่าง ๆ ในโลกภายนอกผ่านชุดของความคิดที่เป็นตัวแทนของสิ่งนั้น ๆ ผ่านผัสสะ อาจสรุปได้ว่า ความรู้ของมนุษย์มีขอบเขตจำกัด การจะรู้เรื่องของความคิดได้นั้น ต้องมาจากประสบการณ์ (Chappel, 1994, pp. 89-114; Jaja and Badey, 2013, pp. 1-12)

Berkley เป็นอีกผู้หนึ่งที่เป็นนักปรัชญาในกลุ่มประสบการณ์นิยม แต่ก็คัดค้านกับนักปรัชญาในกลุ่มประสบการณ์นิยมด้วยกัน เช่น เขาปฏิเสธแนวคิดของ Locke เรื่องสสาร โดยอธิบายว่าทุกสิ่งคือจิตและความคิด โดยสสารแล้วแท้จริง คือ ความคิดนั่นเอง วิธีการของ Berkley ก็เหมือนนักประสบการณ์นิยมคนอื่น ๆ คือ การใช้ประสบการณ์เป็นตัวมูลฐานของการสร้างความรู้ โดยอธิบายว่าการมีอยู่คือการถูกรับรู้ โดยการรับรู้ของมนุษย์นั้นเป็นไปตามประสงค์ของพระเจ้า ไม่ใช่เกิดขึ้นจากวัตถุที่สัมผัสเหมือนกับแนวคิดของ Locke โดยพระเจ้าเป็นความจริงขั้นสูงสุด จึงอาจกล่าวได้ว่า

ในขั้นแรก Berkley เป็นนักประสบการณ์นิยม แต่ช่วงหลังมีส่วนผสมของจิตนิยมเข้ามาแฝงด้วย (Berkley, 1710; Ghosh, 1998, pp. 241-250; Dicker et al., 2013, pp. 75-100)

Hume เป็นนักประสบการณ์นิยมคนสำคัญอีกผู้หนึ่ง ทศนะของเขาต่อความจริงนั้นมีลักษณะเต็มไปด้วยการสงสัยและยากแก่การเข้าถึง โดยความเป็นจริงแท้นั้นเป็นสิ่งที่มนุษย์ไม่อาจรู้ได้ อาทิ ความเป็นจริงในการมีอยู่ของวัตถุ โดยความคิดของมนุษย์นั้นไร้ขอบเขต แต่สิ่งที่ถูกรู้มีอยู่จำกัด กล่าวคือ การรับรู้ที่รู้ได้เฉพาะประสบการณ์ที่สัมผัสจากจิตผ่านผัสสะจึงเกิดความตรึงตรา และความคิด และกลายเป็นความรู้ แต่เป็นเพียงความรู้ที่อาจเป็นไปได้ มิใช่แน่นอน เช่น การเห็นดวงอาทิตย์ขึ้นทุกเช้า และสรุปว่าพรุ่งนี้ดวงอาทิตย์จะขึ้นเช่นกัน อย่างไรก็ตามการค้นคว้าก่อนประสบการณ์จะเกิดขึ้น ขณะเดียวกัน Hume ปฏิเสธการมีอยู่ของพระเจ้า เพราะนอกเหนือประสบการณ์ที่สัมผัสได้ และให้ทศนะว่ามนุษย์ไม่สามารถกำหนดความถูกต้องแน่นอน มีเพียงความน่าจะเป็น เท่านั้น (Hume, 1777, pp. 25-26; Oliver, 1991, pp. 403-410; Aristotelis, 1995, pp. 1-9)

อย่างไรก็ตาม ข้อสรุปแบบอุปนัยมีข้อจำกัดอยู่ อาทิ การสรุปอาจเกินกว่าหลักฐานที่ปรากฏ หรือการสรุปอาจเก็บข้อมูลได้ไม่ครบทุกกลุ่มและค้นสรุปซึ่งอาจไม่เป็นจริงเสมอไป ในขณะเดียวกัน ความเป็นเอกภาพของวิธีการแสวงหาความรู้ของนักปรัชญาหลายครั้งก็ขัดแย้งกันเอง เช่น Hume ที่ปฏิเสธพระเจ้าโดยตรงเลย แต่ก็ยังเห็นพ้องต้องกัน คือ ความรู้ต้องมาจากประสบการณ์ แม้ประสบการณ์ที่ได้นั้นอาจเป็นความรู้ที่ไม่ชัดเจนเพราะยากแก่การเข้าถึงดังแนวคิดของ Hume ก็ตาม

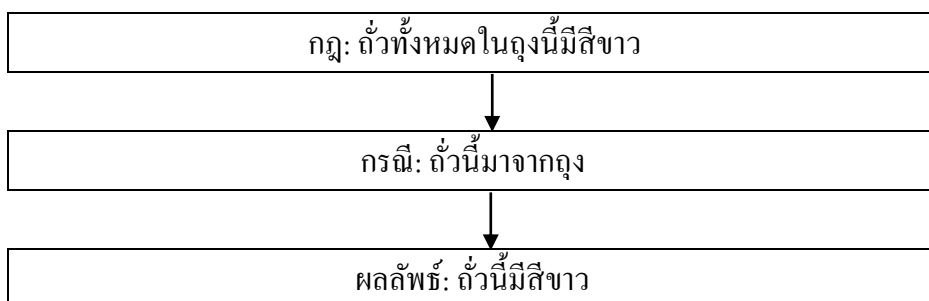
รูปแบบที่ 4 ญาณวิทยาของกลุ่มประสบการณ์นิยมใหม่ มีนักปรัชญาที่สำคัญได้แก่ Pierce James และ Dewey มีรายละเอียด ดังนี้

กลุ่มประสบการณ์นิยมใหม่ หรือที่นิยมเรียกว่า ปรัชญาแนวปฏิบัตินิยม (Pragmatism) นั้น จะเน้นผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติมากกว่าที่จะเป็นอภิปรัชญา โดยมีจุดยึดร่วมกันกับกลุ่มประสบการณ์นิยมเดิม คือ ถือว่าประสบการณ์ของแต่ละคนนำไปสู่การเกิดขึ้นของความรู้ โดยมีลักษณะไม่หยุดนิ่ง และนิยมใช้วิธีอุปนัยในการแสวงหาความรู้ โดยบุคคลที่ทำให้แนวคิดปฏิบัตินิยมเป็นที่รู้จักกันอย่างกว้าง คือ Pierce ผลงานที่สำคัญของ Pierce อาทิ The Monist Metaphysical Series (1891-1893) เป็นต้น

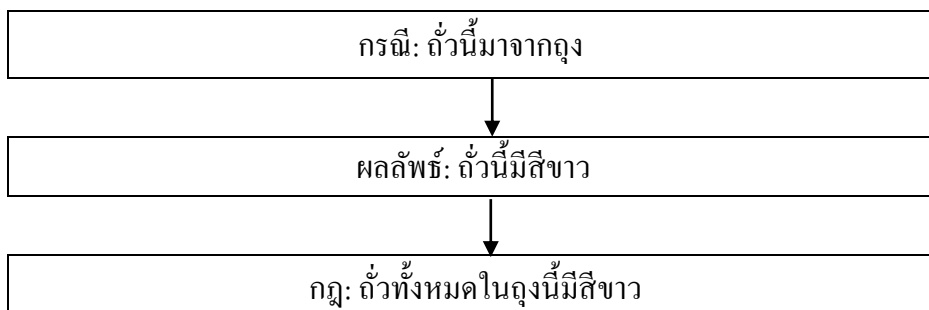
Pierce ให้ทศนะว่าความจริงที่ควรสนใจนั้นต้องเป็นความจริงที่รู้ได้ ความจริงที่ไม่สามารถรู้ได้ก็ไร้ซึ่งความหมาย โดยวิธีการแสวงหาความรู้ของ Pierce นั้นใช้ทฤษฎีที่เขาสร้างเอง เรียกว่า ทฤษฎีความสงสัยและความเชื่อ (The Doubt-Belief Theory) โดยมีสมมติฐานว่าความเชื่อของแต่ละบุคคลจะนำไปสู่กระบวนการแสวงหาความรู้ ทั้งนี้การแสวงหาความรู้ที่แท้จริงแล้ว คือการทำให้ความเชื่อมีเสถียรภาพมั่นคง โดยมีวิธีการ 4 แบบ ได้แก่ 1) การยึดมั่นในหลักการหนึ่งอย่างแน่วแน่

ทำซ้ำและปฏิเสธความเชื่ออื่นไม่ควรถือปฏิบัติ 2) วิธีการของผู้มีอำนาจ โดยรักษาคำสอน ความเชื่อ ตามแบบแผนที่ถูกต้อง ซึ่งก็ไม่ควรปฏิบัติเช่นกัน เพราะเวลาและสถานที่ที่ต่างกันความเชื่อย่อม ต่างกัน 3) วิธีการทางประสบการณ์เป็นความรู้ขั้นพื้นฐานยังไม่ใช่เหตุผล และ 4) วิธีการ ทางวิทยาศาสตร์ดีที่สุด (Taylor, 2002, pp. 141-147; Misak, 2004, pp. 1-20)

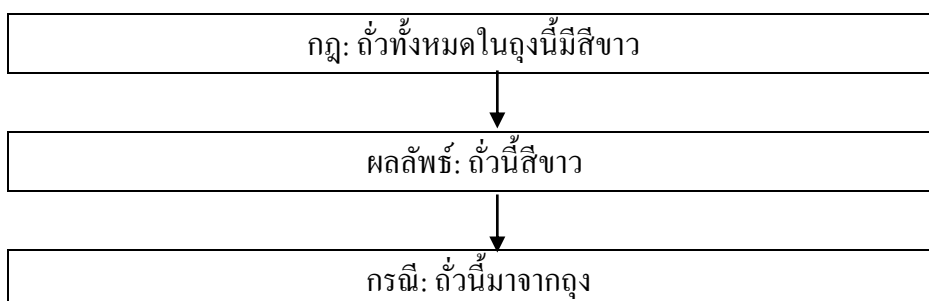
อย่างไรก็ตาม เป็นที่ทราบกันว่า Pierce ยังเป็นผู้เสนอวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้ แนวคิด ที่เรียกว่า Abductive reasoning โดยเป็นลักษณะของการคาดเดาถึงความเป็นไปได้จากองค์ ความรู้ที่มีมาก่อน เช่น จากประสบการณ์ โดยสามารถเปรียบเทียบวิธีการ ระหว่างอุปนัย นิรนัย และ Abductive อาจเรียก คาดการณ์ ดังนี้ (Svnevig, 1997, pp. 1-3)



ภาพที่ 2 นิรนัย



ภาพที่ 3 อุปนัย



ภาพที่ 4 คาดการณ์

จะเห็นได้ว่า การให้เหตุผลของ Abductive จะเป็นการคาดเดาที่เสี่ยงมากกว่า อาจเป็นจริงหรือไม่เป็นจริงก็ได้ เราจะพบว่าวิธีการให้เหตุผลแบบนี้ปรากฏทั่วไปอยู่แล้วเพียงแต่ไม่มีใครนึกถึงหรือเสนอเป็นแบบแผนโดยตรง อาชีพที่มักใช้วิธีการนี้ อาทิ ตำรวจ อัยการ นักอาชญาวิทยา เป็นต้น อย่างไรก็ตามวิธีการนี้หากเป็นการแสวงหาความรู้ก็นับว่า เป็นวิธีที่ Weak มาก เพราะไม่มีแบบแผนชัดเจน ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของผู้วิเคราะห์ เมื่อพิจารณาแล้วการวิเคราะห์ด้วยวิธีแบบอุปนัย และนิรนัยมีแบบแผนปฏิบัติมากกว่า

สำหรับ James เป็นนักปฏิบัตินิยม ที่เน้นแสวงหาวิธีการ โดยถือว่าความรู้เป็นผลจากประสบการณ์ที่สัมผัส เขาเห็นด้วยกับแนวทางของ Pierce หลายประการ โดยความจริงต้องเป็นสิ่งที่สามารถพิสูจน์ได้ อย่างไรก็ตามความจริงแล้วมนุษย์คือผู้สร้างความจริง ผ่านการตีความและให้ความหมาย เพราะความจริงเกิดขึ้นจากการคิด ดังนั้นความจริงเป็นส่วนหนึ่งของประสบการณ์ ดังนั้นมนุษย์ควรยึดถือแบบแผนการปฏิบัติของตนเอง จะก่อให้เกิดประสิทธิภาพในทางปฏิบัติมากที่สุด (William, 1948)

Dewey เป็นผู้ให้ทัศนะว่า มนุษย์มีศักยภาพมากขึ้นด้วยก็ โดยการลงมือปฏิบัติ อาจเรียกว่าเรียน โดยปฏิบัติ (Learning by doing) จึงอาจกล่าวได้ว่า ความรู้มาจากประสบการณ์ในการลงมือปฏิบัติ โดย Dewey ได้พัฒนาทฤษฎีอุปกรณนิยม (Instrumentalism) โดยอธิบายว่าความคิดไม่สามารถแยกจากการปฏิบัติได้ การคิดเป็นเสมือนอุปกรณ์ในการแก้ปัญหาเสมอ นอกจากนี้ต้องตระหนักในเรื่องการปรับตัวให้เข้ากับสภาพของแวดล้อมทางการศึกษา รวมไปถึงการเข้าใจในการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยจะต้องพัฒนาประสบการณ์ 2 ด้านได้แก่ 1) Primary experience ที่จะพื้นฐานของความรู้ต่อ Secondary experience ได้แก่ ประสบการณ์จากสภาพแวดล้อมต่าง ๆ 2) Secondary experience คือ การตระหนัก ไตร่ตรอง และใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ในการแก้ปัญหา เช่น นิยามปัญหา ตั้งสมมติฐาน รวบรวมข้อมูล วิเคราะห์ และสรุปผล (Hermanowize, 1961, pp. 25-30; Bhattacharyya, 1968, pp. 60-72; Miettinen, 2000, pp. 60-70)

กล่าวโดยสรุป กลุ่มปฏิบัตินิยมได้รับอิทธิพลมาจากกลุ่มประสบการณ์เดิม เพียงแต่เปลี่ยนจากปรัชญาให้มีแบบแผนในการปฏิบัติมากยิ่งขึ้น รวมไปถึงการประยุกต์ใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์เข้ามาช่วยบ่มเพาะการสร้างองค์ความรู้จากประสบการณ์ด้วย

รูปแบบที่ 5 ญาณวิทยาแบบ Kant มีรายละเอียด ดังนี้

Kant เป็นผู้มองเห็นจุดพร่องของกลุ่มเหตุผลนิยม และประสบการณ์นิยม จึงได้สร้างทฤษฎีของตนเองขึ้นมาแทนที่บูรณาการสองแนวคิดด้วยกัน โดยอธิบายว่า ความรู้เกิดจากประสบการณ์ด้วยวิธีอุปนัย และการหาเหตุผล ผ่านกลไกความคิด ทั้งนี้ความรู้เริ่มต้นต้องมาจากประสบการณ์ผ่านผัสสะเท่านั้น แต่ไม่ใช่ความรู้ทั้งหมดมาจากประสบการณ์ โดยระดับของความรู้สามารถจำแนก

ได้ 3 ระดับ ได้แก่ 1) ระดับประสบการณ์ผ่านผัสสะ 2) ระดับประสบการณ์ทางจิต และ 3) ระดับเหนือประสบการณ์ (Speculative knowledge) ซึ่งค่อนข้างเกี่ยวข้องกับความคิดมากกว่า และเมื่อความศรัทธาอยู่เหนือประสบการณ์ทั้งหมดแล้ว จึงใช้เหตุผลในการปฏิบัติ อาจเรียกว่า Idea of reason โดยเป้าหมายเพื่อจริยศาสตร์ และพิสูจนการณ์อยู่ของพระเจ้า (Norman, 1918, pp. 358-381; Stumpf, 1975, pp. 304-308; Kleingeld, 1999, pp. 62-76)

Kant ค่อนข้างได้รับการยกย่องในฐานะนักปรัชญาที่พยายามลบล้างข้อสงสัยของทั้งประสบการณ์นิยม ที่มีอีกอ้างว่าความรู้ทุกอย่างเกิดขึ้นจากผัสสะ และเหตุผลนิยมที่ให้น้ำหนักไปที่วิธีการแบบนิรนัยมากเกินไป เป็นต้น ความน่าสนใจต่อ Kant ก็คือวิธีการแสวงหาความรู้แบบ Kant ไม่เป็นทั้งแบบเหตุผลนิยมและประสบการณ์นิยมโดยตรง แต่ยอมรับว่าในเบื้องต้นเราต้องใช้ผัสสะเป็นเบื้องต้นในการได้มาซึ่งความรู้ และแน่นอนว่าในทัศนะของ Kant ไม่ใช่ความรู้ทั้งหมดมาจากประสบการณ์ วิธีการจะได้ความรู้มาต้อง มี 2 ส่วนประกอบกัน คือ ประสบการณ์และการคิดหาเหตุผล ขาดอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ไม่แยกจากกัน ดังคำกล่าวของเขา “ความคิดที่ไม่ได้จากประสบการณ์นั้นว่างเปล่า และการรู้โดยไม่มีมีความเข้าใจนั้นก็มืดบอด” (Reese, 1980, p. 278)

รูปแบบที่ 6 ญาณวิทยาของ Bergson มีรายละเอียด ดังนี้

Bergson เป็นนักปรัชญาที่แสดงให้เห็นถึงทัศนะ ญาณวิทยาแบบ Intuitionism โดย Bergson ได้อธิบายการรู้ว่ามี 2 แบบ ได้แก่ 1) การรู้แบบวิเคราะห์ เป็นการรู้จากภายนอก เป็นผลสืบเนื่องจากการสังเกตสิ่งที่อยู่รอบ ๆ ตัวเราต่อสิ่งที่ถูกรู้ เป็นการรู้แบบที่วิทยาศาสตร์นิยมใช้ กล่าวคือแบ่งแยกความจริงหรือข้อมูลออกเป็นส่วน ๆ ใช้การวิเคราะห์ด้วยเหตุผลและปัญญาในการอธิบายปรากฏการณ์ 2) การรู้เอง (Intuition) เป็นการรู้จากภายใน เป็นวิธีการที่ผู้รู้เอาตัวเองเข้าไปอยู่ในสิ่งที่ถูกรู้ เป็นการรู้อยู่นอกเหนือเหตุผลเป็นอิสระกับตัวเองไม่ขึ้นแก่สิ่งใด อาจเรียกว่า อัจฉตติญาณ หรือการรู้แจ้งก็ได้ เป็นการเข้าใจในธรรมชาติโดยไม่ต้องอาศัยประสบการณ์มาก่อน มีความสมบูรณ์ในตัวเอง (Taritmooy, 2005, pp. 4-10; Coleman, 2008, pp. 8-15)

รูปแบบที่ 7 ญาณวิทยาของกลุ่มหลังสมัยใหม่

กลุ่มหลังสมัยใหม่ หรือที่เรียกว่า Post Modernism กลุ่มนี้มีเจตคติร่วมกัน ได้แก่ การไม่เชื่อถือในวิธีการของสมัยใหม่ ที่ใช้วิธีการแสวงหาความรู้ทางวิทยาศาสตร์และแยกความจริงออกเป็นส่วน ๆ การต่อต้านแนวคิดอภิปรัชญา รวมไปถึงการต่อต้านสร้างกฎระเบียบที่ตายตัวของกลุ่มสมัยใหม่ และแน่นอนว่ากลุ่มนี้ล้วนปฏิเสธความเชื่อในพระเจ้าทั้งสิ้น นักคิดในกลุ่มนี้ที่โดดเด่น อาทิ Nietzsche

Nietzsche (1966) อธิบายว่า แท้จริงแล้วความจริงชั้นสูงสุดนั้นไม่มี สิ่งที่เราเรียกว่าความจริงนั้น โดยแท้จริงแล้วก็เพียงสิ่งที่มนุษย์คิดเอาเองผ่านภาษา เป็นต้น ดังนั้นโดยแท้จริงแล้วมนุษย์อาจต้อง

อยู่อย่างไรความหมาย จึงต้องแทนที่ด้วยการแสวงหาอำนาจเป็นเครื่องมือ ทั้งนี้สังเกตได้ว่า Nietzsche ยังสนับสนุนให้มนุษย์ทำตัวเทียมพระเจ้าหรือเหนือกว่าพระองค์ด้วยซ้ำ เพราะเจตจำนงแท้จริงของมนุษย์ก็คือ ต้องการอำนาจ ความรู้กลายเป็นเรื่องของวิธีการให้ได้มาซึ่งอำนาจ โดยงานเขียนที่แสดงให้เห็นถึงความทะเยอทะยานของมนุษย์ในการต้องการอำนาจ อาทิ Thus Spoke of Zarathustra (1883-1891) ทั้งนี้ เขายืนยันว่า “พระเจ้าตายแล้ว” และบรรดาศิลลธรรมทั้งปวงมนุษย์ต่างสร้างขึ้นเองเนื่องจากความอ่อนแอของตัวเองเพื่อบังคับผู้อื่น (Nietzsche, 2010)

ทั้งนี้อาจพิจารณาได้ว่าแนวคิดของกลุ่มนี้ อย่าง Nietzsche ไม่เชื่อในความสมบูรณ์แบบ เพราะความสมบูรณ์แบบอาจไม่มีแต่แรกก็ได้ วิธีการของนักคิดกลุ่มนี้จึงอยู่ที่การตีความ และเล่นกับสัญญาวิทยาเสียสิ้น เช่น จากนักคิดอย่าง Saussure อย่างไรก็ตาม นักคิดคนสำคัญของกลุ่มนี้ที่สามารถอธิบายถึงวิธีญาณวิทยาของหลังสมัยใหม่ได้อย่างน่าสนใจ ได้แก่ Derrida และ Foucault

Derrida พัฒนาแนวคิดที่ต่อมากลายเป็นฐานสำคัญของกลุ่มหลังสมัยใหม่ ได้แก่ แนวคิดการรื้อสร้าง (Deconstruction) ซึ่งการรื้อสร้างนั้นมี 2 แบบ ได้แก่ การรื้อสร้างตัวบท (Text) และการรื้อสร้างระเบียบทางสังคม (Social order) โดยในส่วนของญาณวิทยาจะเน้นไปที่การรื้อสร้างตัวบท อันเป็นการแสดงให้เห็นถึงการตีความ โดยเฉพาะในเรื่องของภาษาให้เห็นความไม่แน่นอน มีการเลื่อนไหลตลอดเวลา การเบี่ยงเบนผันแปร เช่น คำหนึ่ง ๆ อาจมีความหมายเป็นอย่างอื่นกันได้หากมีการเห็นพ้องกัน สิ่งต่าง ๆ ล้วนมีภาษาเป็นตัวกำกับ ที่จริงแล้วความเป็นจริง คือ ภาษา ไม่มีความจริงใดอยู่นอกเหนือเรื่องของภาษา ความเป็นจริงต่าง ๆ ถูกประดิษฐ์จากถ้อยคำที่มนุษย์ใช้ ดังนั้นจึงต้องใช้การวิพากษ์แบบถอนรากถอนโคนเพื่อรื้อถอนความรู้เก่าให้ความรู้อื่นแทนที่ (Slombrouck, 2003, pp. 1-5; Rasinski, 2011, pp. 10-13)

ส่วน Foucault ให้ทัศนะว่า ความรู้ อำนาจ ความจริงล้วนเป็นเรื่องเดียวกัน โดยได้รับอิทธิพลจาก Nietzsche ความจริงไม่ได้เป็นสิ่งที่มียอยู่แล้ว แต่เป็นสิ่งที่มนุษย์สร้างขึ้น ไม่สามารถแยกความจริง ความรู้และอำนาจออกจากกันได้ เพราะ โดยแท้จริงแล้ว อำนาจเป็นตัวผลิตความรู้ และผลิตความจริง การที่จะพิจารณาเรื่องเกี่ยวกับความรู้ต้องพิจารณาเรื่องอำนาจด้วยเสมอ โดยอำนาจตามทัศนะของ Foucault มีคติ 5 ประการ ได้แก่ 1) มีการเคลื่อนย้ายเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา 2) โครงสร้างทางอำนาจนั้นไม่มีแบบตายตัว เพราะสัมพันธ์กับความสัมพันธ์อื่น ๆ อาทิ ความรู้ 3) การครอบงำเชิงอำนาจเป็นผลสืบเนื่องจากโครงข่ายอำนาจ อำนาจมีอยู่ทุกแห่งและซับซ้อน 4) ความสัมพันธ์เชิงอำนาจเกิดขึ้นโดยเจตนา ไม่ใช่อัตโนมัติแต่มีเป้าหมาย และ 5) ที่ใดมีอำนาจที่นั่นต้องมีการขัดกัน อาทิ การต่อต้านอำนาจที่พยายามแสดงความเหนือกว่า(Foucault, 1990, pp. 93-96; Rasinski, 2011, pp. 17-21)

สังเกตได้ว่า แนวคิดหลังสมัยใหม่ จัดอยู่ประเภท Critical Theory เน้นการวิพากษ์ จุดบกพร่องของสำนักต่าง ๆ แต่ก็มิได้เสนออะไรใหม่ ๆ ที่เป็นไปได้นัก อาทิ แม้จะโจมตีว่าแนวคิดของสมัยใหม่นั้นไม่ดี เรื่องศีลธรรมจรรยาเป็นสิ่งที่อุปโลกน์ขึ้นมาโดยมนุษย์ คำถามกลับมาก็คือ แล้วสิ่งนี้ยังจำเป็นต่อสังคมใหม่ หรือว่าในชีวิตนี้ขอเพียงมีอำนาจ ตามความคิดของ Nietzsche ก็สามารถบันดาลสิ่งต่าง ๆ ให้ตามประสงค์ของตนเองได้ สิ่งนี้ทำให้เป้าหมาย และคุณค่าความเป็นมนุษย์ถูกเลื่อนไป ขณะเดียวกันการบอกว่าแนวคิดสมัยโบราณ และสมัยใหม่ใช้ไม่ได้เกือบทั้งหมด โดยเฉพาะอภิปรัชญานั้น แม้อาจเป็นความคิดที่ถูกต้องและความจริงสำหรับกลุ่มนี้ แต่เป็นความคิดที่สังคมส่วนใหญ่ไม่ต้องการ เพราะการมีชีวิตที่ดี การมีศีลธรรมจรรยา ตลอดจนความยุติธรรม เพื่อความเรียบร้อยในสังคมเป็นสิ่งที่ดีที่สังคมใด ๆ ก็ต้องการ ไม่ใช่หรือ

กล่าวโดยสรุป การแสวงหาความรู้ หรือญาณวิทยาสามารถจัดกลุ่มใหญ่ ๆ ได้ประมาณ 4 ประเภท คือ 1) นิรนัย 2) อุปนัย 3) วิธีการทางวิทยาศาสตร์ และ 4) การรู้ด้วยตนเอง ซึ่งในยุคปัจจุบัน ดูเหมือนว่าวิธีการทางวิทยาศาสตร์จะเป็นที่นิยมมากกว่าวิธีอื่น ๆ เพราะมีระเบียบแบบแผน และวิธีการวัดที่ค่อนข้างชัดเจนเชื่อถือได้ รวมไปถึงความสามารถในการพิสูจน์ซ้ำแล้วผลลัพธ์เหมือนเดิมได้ ซึ่งวิธีการแบบนิรนัยและอุปนัยทำแบบนี้ไม่ได้ ขณะเดียวกันการรู้ด้วยตนเอง เป็นความรู้เฉพาะส่วนตัวจึงมีอุปสรรคในการถ่ายทอดความรู้ และการพิสูจน์ให้เห็นถึงความจริง โดยวิธีการทั้ง 4 รูปแบบนี้เป็นวิธีการแสวงหาความรู้ของโลกตะวันตก ในโลกตะวันออกก็มีวิธีการแสวงหาความรู้หลายรูปแบบเช่นกัน โดยวิธีการที่ได้รับความนิยมมาก คือ การรู้ด้วยตนเอง โดยเฉพาะญาณวิทยาแนวพุทธ ผ่านการเจริญสมถวิปัสสนากรรมฐาน แต่มีส่วนที่ต่างกัน ในรายละเอียดระหว่างญาณวิทยาแนวพุทธกับการรู้ด้วยตนเองของ Bergson อยู่ กล่าวคือ Bergson ยังจำกัดการประจักษ์ด้วยตนเองเฉพาะการไตร่ตรอง และการคิดเท่านั้น ในพุทธศาสนาเรียกว่า จินตามยปัญญา หรือปัญญาจากการคิด ยังไม่ใช่ ภาวนามยปัญญา คือ ปัญญาจากการภาวนาเจริญกรรมฐาน ซึ่งมีความละเอียดในการปฏิบัติกว่ามาก

อย่างไรก็ตามแม้วิธีการแสวงหาความรู้ทางวิทยาศาสตร์จะได้รับการยอมรับว่าเป็นญาณวิทยาที่ดีเมื่อเปรียบเทียบกับญาณวิทยารูปแบบอื่น ๆ แต่ก็ยังมีข้อจำกัดเช่นกัน โดยเรวัตติ แสงสุริยงค์ (2552, หน้า 10) ได้ทำการอธิบายว่า จุดอ่อนของปฏิฐานนิยม มี 5 ประการ ได้แก่ 1) ถูกจำกัดขอบเขตให้ศึกษาเฉพาะเรื่องที่มาจากระสับการณ สิ่งนอกเหนือกายภาพไม่สามารถอธิบายได้ เช่น โครงสร้างทางสังคม 2) ยอมรับเฉพาะความเชื่อที่ตนเชื่อถือ ไม่ยอมรับสิ่งที่ไม่สามารถสังเกตได้ 3) การศึกษาอยู่ภายใต้เงื่อนไขเวลา ไม่เหมาะไปอ้างอิงปรากฏการณ์อื่น ๆ อันต่างสถานที่และเวลา 4) บอกได้แต่เพียงว่าปรากฏการณ์มีความสัมพันธ์อย่างไร แต่ไม่สามารถบอกได้ว่าทำไม และ

5) การสร้างกฎที่เกิดจากความสัมพันธ์แบบตายตัว ทำให้ง่ายต่อการโต้แย้งและถูกกลบฝังโดยข้อมูลใหม่ แม้มีรายละเอียดแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย

ทั้งนี้จะเห็นได้ว่า พัฒนาการการศึกษานับแต่อดีตนั้นเป็นการศึกษา ด้วยญาณวิทยาแบบ ตะวันตก ที่พยายามจำกัดชุดขององค์ความรู้ตามเกณฑ์และการวัดแบบวัตถุวิสัยเป็นส่วนใหญ่ โดยเฉพาะการศึกษาทางวิทยาศาสตร์ทำให้การศึกษาและการทำความเข้าใจโครงสร้างทางสังคม ผิดเพี้ยนไปยิ่งขึ้น ที่เห็นได้เด่นชัดที่สุด คือ แนวคิด Postmodern ได้วิจารณ์การศึกษาวิธีการแสวงหา ความรู้ของสมัยใหม่ไว้ ดังนี้ “ข้าพเจ้านิยามหลังสมัยใหม่ในฐานะไม่เชื่อถือในเรื่องเล่าหลัก ความไม่เชื่อถือนี้มิได้เป็นผลจากการศึกษาแบบวิทยาศาสตร์ แต่คาดว่าเกิดจากการทำให้เรื่องเล่า หลักชอบธรรมเป็นที่ยอมรับ คือ ความล้มเหลวของหลักอภิปรัชญา และการศึกษาในมหาวิทยาลัย ทำให้เรื่องเล่าอื่น ๆ ได้สูญเสียหน้าที่ของมันไป...” (Lyotard, 1984, p. 79)

ดังนั้น การจำกัดวิธีการแสวงหาความรู้เฉพาะวิธีการทางวิทยาศาสตร์ อาจทำให้ องค์ความรู้อื่น ๆ พร่องไป เพราะยังมีองค์ความรู้อื่น ๆ ที่ไม่สามารถใช้วิธีการทางวิทยาศาสตร์ศึกษา ได้ เช่น การศึกษาเกี่ยวกับจิตวิญญาณ จึงจำเป็นต้องมีวิธีการศึกษาอันเป็นแบบแผนที่เฉพาะ ซึ่งการศึกษาแบบนี้ พุทธศาสนาจะมีองค์ความรู้ที่แตกต่างกับวิธีการของตะวันตก ดังนี้

ญาณวิทยาแนวพุทธ

จากการศึกษา พบว่า วิธีการแสวงหาความรู้ในพระพุทธศาสนาเป็นความรู้ ที่เน้น การปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นจากกิเลส โดยในการปฏิบัติให้พ้นทุกข์นั้น พระพุทธศาสนาจะมีวิธีการ ได้แก่ การเจริญสมถวิปัสสนา

ความหมายของความรู้ในพระพุทธศาสนา

จากการศึกษาพบว่า มีผู้นิยามความรู้ในทางพระพุทธศาสนาแตกต่างกันออกไป ดังนี้ พุทธทาสภิกขุ (2534 ก, หน้า 80) อธิบายว่า ความรู้ เรียกว่า วิชชา ก็ได้ ญาณก็ได้ ปัญญาก็ได้ ตามแต่จะมุ่งอะไรเป็นหลัก โดยเป็นที่สังเกตว่า วิชชาทุกหมวด มีการรู้หรือสัมผัสเป็นตัวสำคัญเสมอ คือ อาสวักขยญาณ

วสิน อินทสระ (2534, หน้า 44) อธิบายว่า ปัญญา แปลว่าความรู้ทั่วไป แบ่งได้อีกหนึ่ง คือ โลกียปัญญา อันเป็นปัญญาทางโลก และ โลกุตระปัญญาอันเป็นปัญญาทางธรรม

เสฐียรพงษ์ วรรณปก (2547, หน้า 53-54) อธิบายว่า ปัญญา มี 2 ประการ คือ 1) ปัญญา ระดับโลกียะ หมายถึง การศึกษาของทางโลก เช่น ประวัติศาสตร์ ภูมิศาสตร์ เป็นต้น ความรู้เช่นนี้ ถ้าใช้ไม่เป็นที่สร้างอึดตา มานะ หรือทิฐิให้มากยิ่งขึ้นไป 2) ปัญญา ระดับโลกุตระ หมายถึง

ความรู้ที่ทำให้ลัดคิเลส ลดมานะ ลดตัณหาหลง เพราะรู้แจ่มแจ้ง เช่น รู้ปัจจัยมีการพึ่งพากัน ไม่ได้ อาศัยใดค ๑ ทุกอย่างเป็น “อิทัปปัจจยตา”

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 221) อธิบายว่า ญาณ หมายถึง ความรู้ บ้างเรียกวิชา อาทิ ความรู้จากการระลึกชาติได้ ความรู้ในการจุดและอุบัติขึ้นของสัตว์โลก และ ความรู้ในการกำจัดกิเลสให้สิ้นไป

พระอาจารย์สงบ มนต์สันโต (2551, 9 มิถุนายน) อธิบายว่า ปัญญาของทางโลกกับทาง ธรรมแตกต่างกัน โดยปัญญาของทางโลก เป็นปัญญาที่มีเล่ห์เหลี่ยม เห็นแก่ตัว มักเอาเปรียบกัน ส่วนปัญญาทางธรรม เป็นปัญญาที่ใช้ในการชำระกิเลส หรือ “ภาวนามยปัญญา”

กล่าวโดยสรุป ปัญญาแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ ปัญญาที่เป็น โลภิยะ จะเป็นความรู้ที่ เกี่ยวข้องกับทางโลกไม่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้นจากกิเลส และปัญญาที่เป็น โลกุตระ คือ การหลุดพ้น จากกิเลส ซึ่งวิชชาที่ดี ความรู้ที่ดี ฌานที่ดี หรือแม้กระทั่งปัญญา เป็นความหมายที่ใช้แทนกันได้ อยู่ แต่เมื่อมุ่งหมายถึง “ภาวนามยปัญญา” แล้ว จะมีความหมายจำเพาะลงใน ปัญญาเพื่อความหลุดพ้น โดยเฉพาะอัสวักขยญาณหรือความรู้ที่ทำให้กิเลสสิ้นไป เท่านั้น ซึ่งจะบริบูรณ์ได้ก็ต่อเมื่อมีไตรสิกขา หรือศีล สมาธิ และปัญญา

ในการเจริญสมาธิ และปัญญาให้เกิดขึ้นนั้น ศีลเป็นส่วนที่มีความสำคัญมาก ดังจะเห็นได้ จากพระอาจารย์พุทธ ฐานิโย (2544, หน้า 33) อธิบายว่า ในการปฏิบัติธรรมต้องมีศีล เมื่อกาย วาจา เป็นศีล ใจก็จะเริ่มเป็นศีลไปด้วย นักภาวนาที่ปฏิบัติไม่ค่อยได้ผล เพราะศีลไม่บริสุทธิ์ สมาธิที่มีศีล จะเป็นหลักประกันความปลอดภัย มีจิตสมาธิเข้ามาแทรกไม่ได้ มีแต่จิตสงบ

ทั้งนี้ ปัญญายังสามารถจำแนกได้เป็น 3 ประเภท โดย พระจุลนาถ (สุชาติ อภิชาโต) (2546, หน้า 104-106); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 574) อธิบายว่า ปัญญามี 3 ประเภท ได้แก่ 1) สุตมยปัญญา หมายถึง ปัญญาที่ได้จากการฟัง การอ่าน 2) จินตามยปัญญา หมายถึง ปัญญาที่ได้จากการฟังที่ดีการอ่านที่ดี มาทำการพิจารณาต่อด้วยการใช้เหตุผล และ 3) ภาวนามยปัญญา หมายถึง ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติทำให้รู้แจ้งเห็นจริง ซึ่งภาวนามยปัญญานี้ ก็คือ การเจริญสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐานนั่นเอง

ในส่วนของ ความรู้ที่เป็นระดับการภาวนา เป็นปัญญาอย่างสูง และอยู่ในไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิและปัญญา ซึ่งวิธีการที่จะได้องค์ความรู้จนกระทั่งถึงขั้นภาวนามยปัญญานั้น จะมีวิธีการ ปฏิบัติที่เรียกว่า “ปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ” โดยพระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 496, หน้า 504, หน้า 541); พระอาจารย์วิชชัย กัมมสุทโธ (2553, 12 เมษายน); เขมรังสีภิกขุ (2557, หน้า 10-13) อธิบายว่า ปริยัติ หมายถึง การศึกษาเล่าเรียน เช่น การจดจำพุทธวจนะ

ส่วนปฏิบัติ หมายถึง การปฏิบัติธรรม ได้แก่ การเจริญภาวนา มีสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน และปฏิเวธ หมายถึง ผลจากการปฏิบัติ คือ ได้บรรลุมรรคและผล

ความรู้ภายใต้การภาวนา

จากการศึกษาพบว่า องค์ความรู้จากการภาวนามีรายละเอียด ดังนี้

พุทธทาสภิกขุ (2534, หน้า 104) อธิบายถึง การภาวนา คือ การกระทำทางใจให้สงบบริสุทธิ์ในขั้นสมาธิ แล้วกระทำต่อจนกระทั่งเกิดปัญญารู้แจ้งในสิ่งทั้งปวง เกิดความบริสุทธิ์ขั้นสูงสุดเพราะการหมดกิเลส

พระธรรมปิฎก (ประยูร ปยุตโต) (2540, หน้า 3-4); พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2546, หน้า 20) อธิบายว่า ภาวนาหากแปลภาษาไทยโดยปกติ คือ เจริญ เช่น สมถภาวนา แปลว่า เจริญสมถ หรือสมาธิภาวนา ส่วนวิปัสสนาภาวนา คือ เจริญวิปัสสนา ความหมายโดยรวมแล้ว แปลว่า การทำให้เป็นในให้มี โดยภาวนา 4 คือ 1) กายภาวนา หมายถึง การพัฒนาศักยภาพทางกาย 2) สติภาวนา หมายถึง พัฒนาความประพฤติ การพัฒนาความสัมพันธ์ทางสังคม 3) จิตภาวนา หมายถึง การเจริญจิต และ 4) ปัญญาภาวนา หมายถึง การเจริญปัญญาให้รู้แจ้ง โดยความมุ่งหมายของการวิจัยนี้คือ จิตภาวนา และปัญญาภาวนา

ส่วนพระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2548, หน้า 723) อธิบายว่า ภาวนา หมายถึง การเจริญ การอบรม การทำให้มีการทำให้เป็นขึ้น ด้วยการฝึกอบรมจิต เช่น การบำเพ็ญกรรมฐาน ซึ่งการทำภาวนาสามารถจำแนก 2 แบบใหญ่ ๆ ได้แก่ 1) สมถภาวนา คือ การอบรมจิตใจให้สงบหรือสมถกรรมฐานนั่นเอง เรียกว่า จิตภาวนาก็ได้ 2) วิปัสสนาภาวนา คือ การอบรมปัญญาให้เกิดขึ้น ได้แก่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เรียกว่า ปัญญาภาวนาก็ได้ ภาวนายังเป็นบุญอย่างหนึ่ง เรียกว่า ภาวนามัยอีกด้วย คือ บุญที่มาจากภาวนา พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 17) ยังให้ทัศนะเพิ่มว่า กรรมฐาน หมายถึง ที่ตั้งแห่งกรรม คืองานของใจ เป็นสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจไม่ให้ฟุ้งซ่าน มี 2 แบบ คือ 1) สมถกรรมฐาน คือ แบบมีวัตถุประสงค์ให้จิตใจสงบ 2) วิปัสสนากรรมฐาน แบบมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามสภาวะธรรมต่าง ๆ ตามความจริง โดยรวมแล้ว การภาวนากับกรรมฐานก็เป็นเรื่องเดียวกันนั่นเอง

กล่าวโดยสรุป การภาวนา หมายถึง การกระทำใจให้บริสุทธิ์ มีวิธีปฏิบัติอยู่ 2 ประเภท คือ 1) จิตภาวนา เป็นการเจริญจิต หรืออาจเรียกว่าสมถกรรมฐานก็ได้ และ 2) ปัญญาภาวนา เป็นการเจริญปัญญาโดยมีความมุ่งหมายเพื่อกำจัดกิเลสอย่างถาวร อาจเรียกว่าวิปัสสนาก็ได้ โดยการภาวนานั้น จะก่อให้เกิดสิ่งที่เรียกว่า วิชชา หมายถึง ความรู้แจ้ง ซึ่งในพระพุทธศาสนา จะเรียกว่า วิชชา 3 และวิชชา 8 โดยมีรายละเอียดดังนี้

พระมหาโชติปัญญา (ใจ โสธรรัตน์) (2479, หน้า 161); พุทธทาสภิกขุ (2534 ก, หน้า 80-81); พระวิสุทธิวงศาจารย์ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 47); เชมรังสีภิกขุ (2559, หน้า 23-24); พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 100) ให้ทัศนะว่า วิชา 3 คือความรู้แจ้ง ความรู้วิเศษ ได้แก่ 1) ปุพเพนิวาสานุสติญาณ ระลึกชาติได้ 2) จุตูปปาตญาณ มีตาทิพย์และรู้การเกิดและการตายของสัตว์โลกว่าเกิดจากเหตุอะไร และ 3) อาสวักขยญาณ วิชาทำอาสวะกิเลสให้สิ้นจากกายใจ

พุทธทาสภิกขุ (2534 ก, หน้า 80-81); วสิน อินทสระ (2537, หน้า 85-86); พระวิสุทธิวงศาจารย์ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 47-48); เชมรังสีภิกขุ (2559, หน้า 23-24); พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 100) ให้ทัศนะว่า วิชา 8 คือ ความรู้แจ้ง ความรู้วิเศษ ได้แก่ 1) วิปัสสนาญาณ คือ ญาณในวิปัสสนา 2) มโนมยิทธิ คือฤทธิ์ทางใจ 3) อิทธิวิชา คือ แสดงฤทธิ์ต่างๆ ได้ 4) ทิพย์โสต คือ หูทิพย์ 5) เจโตปริยญาณ คือ กำหนดรู้ใจผู้อื่น 6) ปุพเพนิวาสานุสติญาณ คือ ระลึกชาติได้ 7) ทิพยจักขุญาณ คือ ตาทิพย์ และ 8) อาสวักขยญาณ คือ ความรู้ที่ทำให้สิ้นอาสวะ

ทั้งนี้ พุทธทาสภิกขุ (2534 ก, หน้า 80) ตั้งข้อสังเกตว่า พระอรหันต์ที่เป็นสาวกของพระพุทธเจ้า ได้บรรลุวิชา 3 มีไม่น้อย แต่ส่วนมากมักได้แต่วิชา 3 เสียมาก เพราะไม่อาจเจริญสมาธิให้บริบูรณ์ ได้แก่ อรหันต์สุกขวิปัสสก ส่วน วสิน อินทสระ (2537, หน้า 86-87) อธิบายว่า วิชาทั้งหมด เว้นแต่อาสวักขยญาณเป็น โลกียอภิญา ปุณชนก็มีได้ โดยอาสวักขยญาณมีได้เฉพาะพระอรหันต์เท่านั้น ความรู้อย่างนี้บางทีเรียก อภิญา หรือความรู้ยิ่ง โดยผู้สำเร็จต้องมีบารมีมาก โดยอาจบำเพ็ญมานับแต่อดีตชาติ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นไปเพื่อมรรคและผลตลอดจนวิมุตติ หรือความหลุดพ้น เป็นลักษณะของบุคคลผู้ที่เรียกว่า “ทักษิณบุคคล”

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 286) ให้ทัศนะว่า ทักษิณบุคคล หรือพระอริยบุคคล 8 นั้น ถ้าถึงขั้นตอนใหญ่แล้ว จะเหลือเพียง 4 ซึ่งสัมพันธ์กับสังโยชน์ ดังนี้

1. พระเสขะ (ผู้ยังต้องศึกษา) หรือ สอุปาทิเสสนบุคคล (ผู้ยังมีเชื้อคืออุปทานเหลืออยู่) ได้แก่

พระโสดาบัน หมายถึง ผู้ถึงกระแสเข้าสู่มรรคเดินทางถูกต้องตามอริยมรรค เป็นผู้ทำได้บริบูรณ์ในขั้นศีล พอประมาณในสมาธิ และพอประมาณทางปัญญา ละสังโยชน์ได้ 3 ประการ คือ 1) สักกายทิฏฐิ 2) วิจิกิจฉา และ 3) สีลัพตปรามาส

พระสกทาคามี หมายถึง ผู้กลับมาสู่โลกนี้อีกครั้งเดียวก็จะพ้นทุกข์ เป็นผู้บริบูรณ์ในศีล พอประมาณในสมาธิ และปัญญา นอกจากละสังโยชน์ 3 ประการข้างต้นได้แล้ว ยังทำ ราคะ โทสะ และโมหะเบาบางลงอีกด้วย

พระอนาคามี หมายถึง ผู้จะปรินิพพานในที่สุดเกิดขึ้น ไม่เวียนกลับมาอีก เป็นผู้บริบูรณ์ในศีล
บริบูรณ์ในสมาธิ และพอประมาณในปัญญา ละสังโยชน์ได้อีก 2 ข้อ คือ กามราคะ และภิกขะ

2. พระอเสขะ (ผู้ไม่ต้องศึกษา) หรือ อนุปาทิสเสนบุคคล (ผู้ไม่มีเชื้อคืออุปทานเหลืออยู่)

พระอรหันต์ ผู้ควรแก่ทักษิณา หรือผู้สิ้นอาสวะ เป็นผู้บริบูรณ์ใน ศีล สมาธิและปัญญา
ละสังโยชน์ได้ทั้งหมด 10 ประการ

สอดคล้องกับทัศนะของ พุทธทาสภิกขุ (2534 ข, หน้า 107) สรุปว่า ศีล สมาธิและปัญญา
เรียกว่า ไตรสิกขา ท่านมีหลักใหญ่ คือ ผู้ที่ทำได้เต็มที่ในส่วนของศีลสิกขา แต่ทำได้เพียงเอกเทศใน
ส่วนของสมาธิสิกขาและปัญญาสิกขา จัดเป็นพระโสดาบัน ผู้ที่ทำได้เต็มที่ในศีลสิกขา แต่ได้เพียง
เอกเทศในปัญญาสิกขา จัดเป็นพระสกิทาคามี หรืออนาคามี ผู้ที่ทำได้เต็มทั้ง 3 บริบูรณ์จัดเป็น
พระอรหันต์ ซึ่งในการปฏิบัติเพื่อที่จะเป็นพระอรหันต์ของทักษิณบุคคลนั้น จะมีวิธีปฏิบัติที่
แตกต่างกันออกไป เพราะพระอรหันต์แต่ละประเภทต่างมีวิชา และคุณวิเศษต่างกัน ซึ่งมี
รายละเอียด ดังนี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 293-297) ให้ทัศนะว่า ประเภทแห่ง
พระอรหันต์สามารถจำแนกได้ 2 ประเภท คือ 1) พระปัญญาวิมุตติ และ 2) พระอุกโตภาควิมุตติ
สอดคล้องกับพระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 919) ที่อธิบายว่า วิมุตติ คือ
ความหลุดพ้น มี 2 ประการ ได้แก่ 1) หลุดพ้นด้วยอำนาจแห่งใจ หมายถึง พระอรหันต์ผู้บำเพ็ญ
วิปัสสนาอันมีสมถเป็นพื้นฐานมาก่อน และ 2) หลุดพ้นด้วยอำนาจแห่งปัญญา หมายถึง วิมุตติของ
พระอรหันต์ที่บำเพ็ญวิปัสสนาล้วน ๆ ทั้งนี้ ลักษณะของพระอรหันต์ยังสามารถจำแนกอย่าง
ละเอียด ได้ดังนี้

1. พระปัญญาวิมุตติ คือ ผู้หลุดพ้นด้วยปัญญา ได้แก่ผู้บำเพ็ญวิปัสสนาโดยอาศัยสมถ
ไม่เกินรูปฌาน 4 ไม่มีความสามารถพิเศษ เช่น เข้านิโรธสมาบัติไม่ได้ แสดงฤทธิ์ไม่ได้ เป็นต้น
โดยสามารถจำแนกได้อีก 3 ประเภทได้แก่ 1) พระสุกขวิปัสสก คือ ผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ได้สมาธิ
ระดับฌานต่อเมื่อขณะแห่งมรรค 2) พระปัญญาวิมุตติ ผู้ได้ฌาน 4 คือ เป็นผู้ได้รูปฌาน อย่างน้อย
ขึ้นใดขั้นหนึ่งก่อนค่อยเจริญวิปัสสนาในภายหลัง และ 3) ปฏิสัมภีทปปัตตะ คือ ผู้บรรลุปฏิสัมภีทา
ได้ปัญญาแตกฉาน 4 ประการ ได้แก่ 1) อตถปฏิสัมภีทา คือ ปัญญาแตกฉานในอรรถ แจ่มใน
ความหมาย 2) ธัมปฏิสัมภีทา คือ ปัญญาแตกฉานในธรรม แจ่มเจนในหลัก 3) นิรุตติปฏิสัมภีทา
คือ แตกฉานในนิรুক্তิ แจ่มเจนในภาษา และ 4) ปฏิภาณปฏิสัมภีทา คือ แตกฉานในปฏิภาณ

2. พระอุกโตภาควิมุตติ คือ ผู้หลุดพ้นทั้ง 2 ส่วน คือ หลุดพ้นจากรูปกายด้วยอรุปรสมาบัติ
และหลุดพ้นจากนามกายด้วยอริยมรรค ในบางครั้งอาจเรียกพระเจโตวิมุตติซึ่งเป็นการเรียก
โดยปริยาย พระอุกโตภาควิมุตติจะข่มกิเลสได้ด้วยอำนาจแห่งฌาน และตัดกิเลสด้วยปัญญา

ทั้งนี้ สามารถจำแนกได้ 4 ประเภท ดังนี้ 1) พระอุกโตภาควิมุตติ คือ พระอรหันต์ผู้ได้สมถถึง อรูปฌานอย่างน้อยหนึ่งชั้น แต่ไม่ได้โลกียอภิญา 2) พระเตวิชชะ คือ พระอรหันต์ผู้ได้วิชา 3) พระฉฬภิญโญ คือ พระอรหันต์ผู้ได้ อภิญา 6 (วิชา 8) และ 4) พระปฏิสัมภิตปัตตะ หมายถึง ผู้ปฏิบัติสมาธิ 4 อย่างดังที่กล่าวแล้วในส่วนของพระสุกขวิปัสสกา โดยพระอรหันต์องค์ใดเป็นทั้ง พระฉฬภิญโญและปฏิสัมภิตปัตตะ คือ พระอรหันต์ผู้ทรงคุณวิเศษสูงสุด

สำหรับ วิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุผลที่จะเป็นพระปัญญาวิมุตติ หรือพระอุกโตภาควิมุตตินั้น พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 326-329) ให้ทัศนะว่า การปฏิบัติเพื่อบรรลุผลมี 4 วิธี เป็นแบบฉบับที่พระอานนท์แสดงไว้ มีรายละเอียด ดังนี้

1. สมถปุพพังคัมวิปัสสนา คือ วิปัสสนาโดยมีการเจริญสมถนำหน้า โดยวิธีนี้คือ เบื้องแรกจิตไม่ฟุ้งซ่านมีอารมณ์เดียว มีญาณ มีความปรามิทย เป็นต้น ด้วยอำนาจแห่งปฐมฌาน ทุตติฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ด้วยอำนาจจากอรูปฌาน คือ อากาสาณัญจายตนสมาบัติ วิญญานัญจายตนสมาบัติ อากิญจัญญายตนสมาบัติ เนวสัณญานาสัญญายตนสมาบัติ ซึ่งเป็นผลมาจาก กสิณ 10 อนุสสติ 10 อสุก 10 หรือวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับอานาปานสติ 32 ประการ เป็นต้น เกิดปัญญามองเห็น ธรรมในสมาธิ ตามหลักไตรลักษณ์ โดยต้อง “ทำสมถ คือ สมาธิให้เกิดขึ้นก่อนจะเป็นอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิก็ได้ จากนั้นจึงพิจารณาสมาธินั้นกับธรรมอื่น ๆ จนอริยมรรคเกิดขึ้น”

2. วิปัสสนาปุพพังคัมสมถ คือ สมถมีวิปัสสนานำหน้า คือ ใช้วิปัสสนาพิจารณาเห็น สิ่งตาม ๆ ว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จิตเกิดความปล่อยวางจนอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว โดยพอ วิปัสสนาเต็มเปี่ยมจิตจะเกิดภาวะอารมณ์เดียวเป็นสมาธิขึ้น ทั้งนี้เป็นข้อสังเกตว่า ไม่ว่าจะเจริญ สมถนำหน้า หรือวิปัสสนานำหน้า เมื่ออริยมรรคเกิดขึ้น ทั้งสมถและวิปัสสนาจะเกิดขึ้นพร้อมกัน คู่เสมอไป

3. ยุคันทสมถวิปัสสนา คือ เจริญวิปัสสนาและสมถคู่กัน โดยขยายความได้ว่า มิใช่ หมายความว่าทำ 2 อย่างพร้อมกันในทีเดียว คำว่าคู่กัน คือ เข้าสมาบัติถึงไหน ก็พิจารณาสังขารถึงนั้น ครั้นพิจารณาสังขารแล้วจึงเข้าทุตติฌาน ออกจากทุตติฌานแล้วพิจารณาสังขารอีก ครั้นพิจารณาแล้ว เข้าตติยฌานเรื่อย ๆ จนถึงเนวสัณญานาสัญญายตนะแล้วก็พิจารณาสังขารอีก ผู้เป็นตัวอย่าง ได้แก่ พระสารีบุตร ซึ่งเจริญสมถคู่วิปัสสนาดังแต่ปฐมฌานจนบรรลุผล

4. ธัมมุททจจวิคคหิตมานัส คือ วิธีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมุจัน คือ ความฟุ้งซ่านแห่งธรรม หรือตื่นธรรม (ความเข้าใจผิดที่ยึดเอาผลที่ประสบในระหว่างว่าเป็นมรรค ผลนิพพาน) กล่าวคือ เมื่อผู้ปฏิบัติกำลังมกการจัน 5 อย่างใดอย่างหนึ่งด้วย ไตรลักษณ์ เกิดโอภาส ญาณ ปิติ เป็นต้น ผู้ปฏิบัตินี้ถือว่าโอภาสเป็นต้นธรรม โดยเข้าใจว่าเป็นมรรคผลเขวไป

เพราะอุทัจจะ ไม่รู้ตามความเป็นจริง แต่เมื่อเวลาเหมาะสมจิตสงบแน่วแน่ขึ้น เป็นสมาธิ เกิดมรรค จากนั้นจึงกำหนดปัญญารู้เท่าทันฐานะทั้ง 10 มีโอกาส เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป ทั้ง 4 วิธีนี้เมื่อพิจารณาแล้วจะเห็นว่า มี 2 วิธีสำคัญ คือ 1) สมถนำหน้า และ 2) วิปัสสนาหน้า ส่วนวิธีที่ 3 และ 4 นั้นมาขยายในรายละเอียดเพิ่มเติมเท่านั้น กลายเป็นแบบแผนในการปฏิบัติต่อมาที่เรียกว่า สมถยานิกและวิปัสสนายานิก มีรายละเอียด ดังนี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 333) ให้ทัศนะว่า สมถยานิก คือ ผู้มีสมถเป็นยาน หมายถึง ผู้เจริญสมถมาก่อนและมาเจริญวิปัสสนาในภายหลัง ส่วนวิปัสสนายานิก คือ ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน โดยอาจเจริญวิปัสสนาโดยไม่เคยเจริญสมาธิมาก่อนเลย แต่เมื่อเจริญวิปัสสนาคือปัญญาอย่างถูกต้อง จิตเกิดสงบลงเกิดสมาธิขึ้นมาเอง ในขั้นแรกอาจเกิดเป็นขณิกสมาธิ ซึ่งเป็นวิปัสสนาอย่างน้อยที่สุดให้วิปัสสนาเดินไปได้ เมื่อเจริญวิปัสสนาไปเรื่อย ๆ สมาธิพลอยได้รับการอบรมไปด้วย ขั้นต่อไปอาจใช้อุปจารสมาธิก็ได้ จนในที่สุดเมื่อบรรลุมรรคผลก็จะเป็นอัปนาสมาธิ โดยได้อย่างน้อยระดับปฐมฌานหรือฌาน 1

ทั้งนี้ พระสมถยานิกเมื่อสำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้วอาจจำแนกได้ 2 ประเภท คือ

1) พระอุกโตภาควิมุตติ และ 2) พระปัญญาวิมุตติ โดยท่านที่ได้สมบัติเพียงรูปฌาน คือไม่เกินฌาน 4 เป็นพระปัญญาวิมุตติ ท่านที่ได้รูปฌานขึ้นใดขั้นหนึ่งจึงเรียก พระอุกโตภาควิมุตติ ส่วนพระวิปัสสนายานิก มีเฉพาะพระปัญญาวิมุตติเท่านั้น

อย่างไรก็ตาม เสฐียรพงษ์ วรรณปก (2547, หน้า 23) อธิบายว่า ไม่มีการตรัสรู้ใด หรือ การบรรลุใดที่ไม่ได้ผ่านสมถ ต้องมีสมาธิอย่างน้อย “ขณิกสมาธิ” จึงเข้าสู่วิปัสสนาได้ วิปัสสนาล้วน ไม่มี โดยในทางหลักวิชานั้นพระอรหันต์ประเภทสุกขวิปัสสก หรือพระอรหันต์ผู้บรรลุธรรม โดยผ่านวิปัสสนาเท่านั้น ความจริงไม่เท่านั้น เพราะมาก่อนจะถึงวิปัสสนาต้องผ่านสมถก่อนอยู่แล้ว จะเห็นได้ว่ามีทัศนะที่ต่างกันในการบรรลุผล ของพระสุกขวิปัสสก ระหว่าง พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) และ เสฐียรพงษ์ วรรณปก ในเรื่องการบรรลุผลของพระสุกขวิปัสสก ซึ่งพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 333) ให้ทัศนะว่า การเจริญวิปัสสนาล้วนได้สมาธิระดับฌานต่อเมื่อขณะแห่งมรรค ส่วนเสฐียรพงษ์ วรรณปก มองว่าพระสุกขวิปัสสกเป็นผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ใช้เพียงขณิกสมาธิในการช่วยเจริญปัญญา เท่านั้น

กล่าวโดยสรุป องค์ความรู้ภายใต้การภาวนาจะเกิดได้ ต้องมีศีล สมาธิและปัญญาบริบูรณ์ โดยการภาวนาประกอบไปด้วย 2 ส่วน คือ สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน หากกล่าวโดยย่อแล้วมีวิธีการภาวนาอยู่ 2 วิธี คือ สมถบุพพังควิปัสสนา และวิปัสสนาบุพพังคสมถ

โดยพระอรหันต์สามารถจัดเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ 2 ประเภท คือ พระปัญญาวิมุตติ ที่เน้นการเจริญปัญญานำหน้าสมถ และพระอุกโตภาควิมุตติที่เป็นผู้เจริญสมาธิจนได้รูปฌานก่อน

จึงมาทำการเจริญปัญญาในภายหลัง สำหรับประเด็นที่ว่า พระอรหันต์ประเภทสุกขวิปัสสก ต้องได้ ฌาน 1 (ปฐมฌาน) ขึ้นไป หรือเพียงขณิกสมาธิ เท่านั้น จึงเจริญวิปัสสนาจนกระทั่งบรรลุมรรคผลได้ยังเป็นข้อถกเถียงอยู่ ซึ่งผู้วิจัยจะนำประเด็นนี้ไปทำการอภิปรายต่อไป

ส่วนประเด็นที่ว่า พระปัญญาวิมุตติสามารถเจริญสมาธิ เพื่อพัฒนาวิชาของตนให้สูงขึ้นไปอีกจะทำได้หรือไม่ นั้น พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 341) ให้ทัศนะว่า ตามมติอรรถกถาแล้ว พระอรหันต์ที่บรรลุมรรคผลแล้ว หากเจริญสมถต่อไปได้ฌานสมาบัติสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไปได้ เพราะมีภาวะจิตที่ช่วยให้สมาธิประณีตยิ่งกว่าก่อน เพียงแต่ว่าพระอรหันต์มักไม่ชวนขวยที่จะทำอภิญญาต่อเนื่องจากไม่ปรารถนาคุณวิเศษเพื่อประโยชน์แก่ตนเอง ประกอบกับพระอรหันต์ย่อมนำเวลาที่จะเพ็ญสมาบัติไปสั่งสอนประชาชนดีกว่าจะมานั่งขวยกับอภิญญา

สมถกรรมฐาน

ในการเจริญกรรมฐานนั้น สมถกรรมฐาน หรือการทำสมาธินั้นมีความสำคัญอย่างมาก ในฐานะที่จะเป็นบาทต่อไปสู่การเจริญวิปัสสนา ซึ่งจากการศึกษาพบว่า มีผู้ให้ความหมายและวิธีการปฏิบัติ ดังนี้

พุทธทาสภิกขุ (2534 ข, หน้า 106) อธิบายว่า สมาธิ หมายถึง ความตั้งมั่นการกำหนดจิตใจไม่ให้ไหวตามอารมณ์ต่าง ๆ ให้คงความสงบด้วยวิธีกำหนดอารมณ์เข้าไปโดยเฉพาะ หรือแม้ในที่สุดจิตมั่นคงแน่วแน่ ไม่มีอะไรแทรกแซง ที่เป็นโดยตรง ได้แก่ การเจริญฌาน ทั้ง 4 หรือที่เรียกว่าสัมมาสมาธิที่เป็นโดยอ้อม คือ ความเพียรหรือการรำลึกที่เรียกว่า สัมมาวายามะและสัมมาสติซึ่งล้วนเป็นองค์แห่งมรรค กล่าวโดยสรุป สมาธิ คือ การเจริญความสงบ หรือสมถภาวนานั้นเอง

วศิน อินทสระ (2537, หน้า 8-9) อธิบายว่า สมถกรรมฐาน คือ วิธีทำใจให้สงบ มี 40 วิธี ความสงบเรียกสมาธิ ส่วนวิธีการ เรียก สมถ เช่น การภาวนาพุทโธ เมื่อจิตสงบแล้วจึงเป็นสมาธิ โดยรวมหมายถึง อุบายที่ทำให้จิตใจสงบโดยคุณกิลเลสไว้ขณะหนึ่ง แต่ละไม่ได้

พระอาจารย์พุทธ ฐานิโย (2544, หน้า 9-11) ให้ทัศนะว่า การฝึกสมาธิมีเพื่อให้จิตสติสงบนิ่ง และทำให้เกิดสติสัมปชัญญะรู้เท่าทันเหตุการณ์นั้น ๆ หรือแม้กระทั่งสิ่งมหัศจรรย์ต่าง ๆ เช่น การรู้อดีต การรู้อนาคต โดยมีวิธีการ คือ ทำจิตให้มีอารมณ์สิ่งรู้ สติให้มีสิ่งระลึก จิตมีสติตลอดเวลา

พระจูลนนายก (สุชาติ อภิชาโต) (2550, หน้า 16) ให้ทัศนะว่า ก่อนที่จะพิจารณาจิตใจให้เป็นกลางต้องอาศัยการเจริญสมถภาวนาก่อนในเบื้องต้นจึงต้องพยายามรวมจิตให้เป็นสมาธิก่อน ให้เป็นเอกัคตารมณ์จิตรวมลงเป็นหนึ่ง เหลือสักแต่ความรู้สึกเท่านั้น โดยต้องอาศัยสติเป็นเครื่องมือคอยประคับประคอง

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 1001) อธิบายว่า สมถกรรมฐาน คือ อุบายสงบใจ ได้แก่ การปฏิบัติธรรมด้วยการบริกรรมบำเพ็ญโดยใช้จิตเป็นหลักไม่เกี่ยวกับการใช้ปัญญา มุ่งระงับนิวรณ์ เป็นกรรมฐานที่คู่กับวิปัสสนากรรมฐาน

กล่าวโดยสรุป สมถกรรมฐาน คือ วิธีการ 40 วิธี ที่เป็นอุบายทำให้จิตสงบ ซึ่งการเจริญสมาธิโดยตรง คือ การเจริญสมาธิให้ถึงระดับของ ฉาน โดยพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2546, หน้า 65) ให้ทัศนะว่า “สัมมาสมาธิ ตั้งจิตมั่นชอบ ได้แก่ การมีสมาธิที่เจริญขึ้นตามหลัก ฉาน 4”

สำหรับประเด็นที่ว่าเหตุใดสมาธิจึงมีความสำคัญต่อการเจริญกรรมฐานนั้นก็ด้วยเหตุปัจจัย ดังนี้

พุทธทาสภิกขุ (2501, หน้า 65-67) อธิบายว่า วิปัสสนาธุระต้องกินความรวมหมด ทั้งสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา คือหมายถึงทั้งสมาธิและปัญญานั้นเอง ยิ่งไปกว่านั้นยังรวมเอาศีล ซึ่งไม่ใช่ตัวภาวนาเข้าไปด้วยในฐานะบริวารเป็นบาทของสมาธิ เพื่อให้เข้าใจวิปัสสนา ดังนั้น ศีลกับสมาธิเป็นที่ตั้งอาศัยของวิปัสสนา เพราะวิปัสสนาหมายถึงการรู้แจ้งเห็นจริงจะเกิดขึ้นได้เมื่อมีจิตที่ปราโมทย์ ไม่เศร้าหมอง กล่าวคือ เมื่อศีลบริสุทธ์จะมีความปราโมทย์ ดังนั้น จึงต้องมีศีลเป็นบาทก่อน

พระอาจารย์พุทธ ฐานิโย (2544, หน้า 51) อธิบายว่า ถ้าสมาธิหรือสมถกรรมฐานไม่เกิดขึ้น จะไม่สามารถเจริญวิปัสสนากรรมฐานได้ เพราะวิปัสสนามีมูลฐานจากสมถ ถ้าสมถยังไม่เกิดขึ้น จะได้เพียงแต่การนึกคิดเองเพียงเท่านั้น

พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาโต) (2550, หน้า 70-71) ให้ทัศนะว่า การตัดตัณหา 2 วิธี คือ 1) สมาธิ ซึ่งจะดับได้ในช่วงสั้น ๆ หากมีความอยากเกิดขึ้น ก็จะร้อนวูบขึ้นมา สมาธิจึงดับได้เพียงชั่วคราวเท่านั้น และ 2) วิปัสสนา หรือปัญญาที่จะสามารถดับได้อย่างถาวร ถ้าใช้ปัญญาพิจารณาเรื่อย ๆ ความรู้จะติดอยู่กับใจ เมื่อความรู้ที่ได้พิจารณาขึ้นมาความอยากก็ดับไป ในที่สุดความอยากก็จะไม่โผล่ขึ้นมาอีก

พระอาจารย์สงบ มนัสสันโต (2551, หน้า 4-5) อธิบายว่า ความสงบเมื่อเกิดขึ้นบ่อย ๆ จะกลายเป็นสมาธิ โดยลักษณะของจิตจะคือตามกิเลส จึงจำเป็นต้องมีศีลให้กายสงบก่อน เมื่อสงบแล้ว จิตจึงสงบได้ด้วยการเจริญสมาธิ

กล่าวโดยสรุป สมาธิมีความสำคัญเป็นอย่างมากต่อการเจริญวิปัสสนา ทั้งนี้ รากฐานของสมาธิมาจากการเจริญสติอยู่บ่อย ๆ นั่นเอง โดยศีลและสมาธิจะมีฐานะเป็นบริวารของวิปัสสนา ซึ่งพุทธทาสภิกขุ (2501, หน้า 61) ได้สรุปว่า ปัญญา กับสมาธิจะเกี่ยวข้องกันตลอดไป โดยต้องมีสมาธิจึงจะมีปัญญา ต้องมีปัญญาจึงจะมีสมาธิ ข้อนี้เพราะ ในการที่จะทำให้เกิดสมาธิยิ่งไปกว่าสมาธิตามธรรมชาติ นั้นมันต้องอาศัยอาการต่าง ๆ ของจิตว่าจะบังคับอย่างไรจึงเป็นสมาธิได้ ฉะนั้น ผู้มีปัญญาจึงสามารถมีสมาธิมากขึ้นได้ตามลำดับเมื่อสมาธิมากขึ้น ปัญญา ก็ยิ่งมีกำลังมากขึ้นด้วยมัน

ส่งเสริมซึ่งกันและกัน สอดคล้องกับทัศนะของพระอาจารย์สงบ มนัสสันโต (2551, หน้า 13) อธิบายว่า “ถ้าไม่มีสมถมันยกขึ้นวิปัสสนาไม่ได้ มันเป็น โลภียะ การยกขึ้นวิปัสสนาเป็น โลภุตระ” จะเห็นได้ว่า สมถต้องอยู่กับวิปัสสนาเสมอมีความเกี่ยวข้องกันมาก เพราะหากไม่มีสมถ จะไม่สามารถเจริญปัญญาจนบรรลุผลได้เลย

ทั้งนี้ พุทธทาสภิกขุ (2517, หน้า 87-88) ยังให้ทัศนะอีกว่า สมาธิในพระพุทธศาสนาต้องมีองค์ประกอบ 3 ประการ ได้แก่ 1) จิตบริสุทธิ์สะอาดดี คือ ไม่มีอะไรเจือ สะอาดบริสุทธิ์ 2) จิตมั่นคง ตั้งมั่นดี 3) จิตว่องไวในหน้าที่อย่างที่สุด ต้องมีทั้ง 3 องค์ประกอบนี้จึงจะเรียกว่ามีกำลัง

อย่างไรก็ตาม การเจริญสมาธิยังมีสภาพปัญหาอยู่ อาทิ พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาโต) (2550, หน้า 121-122) ให้ทัศนะว่า หากภาวนาได้เป็นสมาธิแล้ว อาจคิดในสมาธิ ไม่อยากพิจารณา เรื่องนั้นเรื่องนี้ คิดแล้วฟุ้งซ่าน ไม่สงบปัญญาจะไม่เกิด โดยทาน ศีล ภาวนาเป็นสิ่งที่สนับสนุนกัน เมื่อทำทานแล้วก็ควรก้าวสู่ศีล โดยศีล 8 จะช่วยให้ภาวนาได้ดีกว่าศีล 5 เมื่อได้ความสงบแล้ว จึงเจริญปัญญา พิจารณาไตรลักษณ์ ชั้น 5 พิจารณา รูป เวทนา สังขาร วิญญาณ ให้เห็นว่าเป็น สภาวะธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งหมายความว่า การติดสุขจากสมาธิมากเกินไปก็ยากที่จะทำให้สามารถเจริญ วิปัสสนาต่อไปได้นั่นเอง

ส่วนสมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (2536, หน้า 30-32) อธิบายว่า แม้ผู้ปฏิบัติจนได้ญาณสามารถแสดงฤทธิ์ได้ ถ้าได้สมาธิเพียงเท่านั้นก็ยังไม่จำเป็น มรรคสังขาร หรือสภาพที่แท้จริงของมรรค อันเป็นทางปฏิบัติเพื่อให้เกิดความหลุดพ้นในพุทธศาสนา ในพุทธศาสนานั้นสัมมาสมาธิ หรือสมาธิที่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้น คือ สมาธิที่ทำให้เกิดปัญญา เกิดศีล และเกื้อกูลกับมรรคอื่น ๆ มีสัมมาทิฐิ หรือ ความเห็นชอบ เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป หากสมาธิแม้จะเจริญได้ถึงอรุณนิมิต จนสามารถแสดงฤทธิ์ต่าง ๆ ได้ หรือ เกิดสุขมากมายจากสมาธิก็ตาม แต่หากไม่มีการเจริญสมาธิเพื่อเป็นบาทในการเจริญวิปัสสนาต่อ ก็ไม่มีประโยชน์ เพราะยังไม่เป็นไปเพื่อความหลุดพ้น ไม่เป็นสัมมาสมาธิที่จะเกื้อกูลกับมรรคอื่น ๆ ในบางครั้งก็เกิดความเข้าใจผิดว่า “ต้องนั่งสมาธิเท่านั้น” จึงเกิดสมาธิซึ่งความเห็นเช่นนั้นไม่ถูกต้อง โดย พระอาจารย์พุทธ ฐานิโย (2544, หน้า 65) ให้ทัศนะว่า สมาธิเป็นกิริยาของจิต เมื่อนั่งอยู่เรียกว่า สมาธิในทำนอง เมื่อยืนอยู่ เรียกว่าสมาธิในทำยืน เมื่อเดินเรียกว่า ปฏิบัติเดินจงกรม ยืน เดิน นั่ง และนอนเป็นแต่เพียงการเปลี่ยนอิริยาบถมิให้ร่างกายส่วนใดส่วนหนึ่งทรมาณเกินไป สมาธิจึงไม่ใช่แต่เพียงการนั่งหากดื่มทำ พุด คิดแต่มีสติรู้ตัวตลอดเวลา ก็ปฏิบัติสมาธิได้

โดยสรุป สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (2536, หน้า 23) ทรงสรุปถึงการเจริญสมถกรรมฐานว่า หากปฏิบัติกรรมฐานอยู่เนื่อง ๆ ใจก็จะตั้งมั่นสงบได้

ชั่วขณะหนึ่ง ในช่วงขณะนั้นหากทำไปเนื่อง ๆ ก็จะตั้งมั่นดีขึ้น แต่ยังไม่แนบแน่น และหากปฏิบัติต่อไปอีกจะส่งผลให้เกิด ฌาน มีปฐมฌาน เป็นต้น ซึ่งจะนำไปสู่การเจริญวิปัสสนากรรมฐานในที่สุด

ทั้งนี้ ระดับของสมาธิ อาจทำการจำแนกออกได้ 3 ระดับ คือ 1) ขณิกสมาธิ 2) อุปจารสมาธิ และ 3) อปปนาสมาธิ มีรายละเอียด ดังนี้ (พระมหาวิระ ถาวโร) (ม.ป.ป., หน้า 36-39); คุณ โทจันทร์ (2548, หน้า 12-13); พระครูสังฆรักษ์ (วิระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 70); พระวิสุทธรังษี (ธรรมรัตน์ กิตติภัทโท) (2556, หน้า 8)

ระดับสมาธิ

1. ขณิกสมาธิ คือ สมาธิเพียงเล็กน้อย ตั้งอยู่ชั่วขณะหนึ่งไม่นานนักก็มียารมณ์อื่นเข้ามา สอดแทรกมาทำให้จิตคิดอ่านไปตามกระแส

2. อุปจารสมาธิ คือ สมาธิที่ยาวขึ้นกว่าขณิกสมาธิ จิตมีอารมณ์ตั้งมั่นในระดับพอดี ๆ แต่ยังไม่เป็นฌาน อุปจารสมาธินี้ยังถือเป็นสมาธิขั้นต่ำเบื้องต้นแต่ก็มีความสำคัญมากสำหรับนักเจริญกรรมฐานเพราะเป็นกรรมฐานที่ทำให้สงบจากนิวรณ์ 5 เช่น ความพยาบาท ความพอใจในกาม ความง่วง ความฟุ้งซ่าน และความสงสัย เป็นต้น โดย อุปจารสมาธิ จะมีลักษณะสำคัญ อีก 4 อย่าง ดังนี้

1) วิตก คือ ความกำหนดจิตนึกคิดองค์ภาวนาหรือกำหนดรูปกสิณ จิตกำหนด อยู่ได้ ไม่คลาดเคลื่อน ในเวลานานพอสมควร

2) วิจารณ์ คือ การใคร่ครวญในรูป เช่น กสิณนิมิต ที่จิตถือเอาเป็นนิมิตที่กำหนด มีอาการเคลื่อนไหวหรือคงที่ มีสีสังวรณะเป็นอย่างไร เล็กหรือใหญ่ สูงหรือต่ำ จิตกำหนดรู้ไว้ได้ เช่น กำหนดรู้เสมอ ถ้ากำหนดลมหายใจ ก็กำหนดรู้ว่า หายใจเข้าออกยาวหรือสั้น เบาหรือแรง รู้อยู่ตลอดเวลา

3) ปีติ คือ ความปลาบปลื้มเอิบอิ่มใจ มีจิตใจชุ่มชื้นเบิกบาน ไม่อึดไม่เบื่อในการเจริญภาวนา อารมณ์ผ่องใส หลับตาภาวนานั้นไม่มีดเหมือนเดิม มีความสว่างปรากฏคล้ายไครนำแสงสว่างมาวางไว้ใกล้ ๆ บางคราวก็เห็นภาพและแสงสีปรากฏเป็นครั้งคราว แต่ปรากฏอยู่ไม่นานก็หายไป อาการของปีติมีห้าอย่างคือ 1) มีการขนลุกขนชัน ท่านเรียกว่าขนพองสยองเกล้า 2) มีน้ำตาไหลจากตาโดยไม่มีอะไรไปทำให้ตาระคายเคือง 3) ร่างกายโยกโคลง คล้ายเรือกระทบคลื่น 4) ร่างกายลอยขึ้นเหนือพื้นที่นั่ง บางรายลอยไปได้ไกล ๆ และลอยสูงมาก และ 5) อาการกายชูช่า คล้ายร่างกายโปร่ง และใหญ่โตสูงชันอย่างผิดปกติ อาการทั้งห้าอย่างนี้ แม้อย่างใดอย่างหนึ่ง เป็นอาการของปีติ บางรายตัวหมุนเหมือนลูกข่างแต่จิตใจ ก็เป็นสมาธิแนบแน่นไม่หวั่นไหว

4) สุข ความสุขชื่นบาน เป็นความสุขที่ละเอียดอ่อน ไม่เคยปรากฏการณ์มาก่อน เลยในชีวิต จะนั่งสมาธินานแสนนานก็ไม่รู้สึกปวดเมื่อย อาการปวดเมื่อยจะมีก็ต่อเมื่อคลายสมาธิแล้ว

ส่วนจิตใจมีความสุขสำราญตลอดเวลา สมาธิที่ตั้งมั่นมากขึ้น อารมณ์วิตก คือ การกำหนดภาวนา ก็ภาวนาได้ตลอดเวลา การกำหนดรู้ความภาวนาว่าจะถูกต้องครบถ้วนหรือไม่ เป็นต้น อาการทั้งหมดนี้ คือ อุปจารสมาธิ หรือเรียกว่า อุปจารฌาน คือเฉียด ๆ จะถึงปฐมฌานอยู่แล้ว ห่างปฐมฌาน เพียงเส้นยาแดงผ่า 32 เท่านั้นเอง

3. อัปปนาสมาธิ (ฌาน) คือ สมาธิที่ตั้งมั่น เป็นจิตที่เข้าสู่ระดับฌาน มี 8 ระดับ (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 218))

ทั้งนี้ในส่วนของ อัปปนาสมาธิ จะมี 8 ระดับ แบ่งเป็น รูปฌาน 4 และอรุปรฌาน 4 มีรายละเอียด ดังนี้ (พระมหาวิระ ถาวโร) (ม.ป.ป., หน้า 39-48); พุทธทาสภิกขุ (2533, หน้า 147-150); พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวีโร) (2550, หน้า 68-70); พระวิสุทธิวงศาจารย์ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 10-11))

รูปฌาน คือการเพ่งรูปเป็นอารมณ์

1. ปฐมฌาน มีอาการของจิต 5 อย่างคือ

1) วิตก คือ จิตกำหนดนึกคิด โดยกำหนดรู้ลมหายใจเข้าออก ว่าหายใจเข้าหรือออก ถ้าใช้คำภาวนา ก็รู้ว่าเราภาวนาอยู่ คือภาวนาไว้มิให้ขาดสาย เช่น ถ้าเพ่งกสิณ ก็กำหนดจับภาพ กสิณอยู่ตลอดเวลา

2) วิจารณ์ คือมีความรู้สึกไตร่ตรองถึงคำภาวนาหรือบริกรรมนั้นอยู่ เช่น ถ้ากำหนดลมหายใจ ก็ใคร่ครวญกำหนดรู้ไว้เสมอว่า เราหายใจเข้าหรือหายใจออก หายใจเข้าออกยาวหรือสั้น หายใจเบา หรือแรง ในวิสุทธิมรรคท่านให้รู้กำหนด ลมสามฐาน คือ หายใจเข้าลมกระทบจมูก กระทบออก กระทบศูนย์เหนือสะดือนิดหน่อย หายใจออกลมกระทบศูนย์ กระทบออก กระทบจมูก หรือริมฝีปาก ถ้าภาวนาก็กำหนดรู้ไว้เสมอว่าเราภาวนาถูกต้องครบถ้วนหรือไม่ประการใด ถ้าเพ่งภาพกสิณ ก็กำหนดหมายภาพกสิณว่า เราเพ่งกสิณอะไร มีสีสั้น วรรณะเป็นอย่างไร ภาพกสิณ เคลื่อนหรือคงสภาพ สีของกสิณเปลี่ยนแปลงไปหรือคงเดิม ภาพที่เห็นอยู่นั้นเป็นภาพกสิณที่เรา ต้องการ หรือภาพหลอนสอดแทรกเข้ามา ภาพกสิณเล็กหรือใหญ่ สูงหรือต่ำ ดังนี้ เป็นต้น

3) ปีติ คือมีความชุ่มชื้นปลาบปลื้มใจ

4) สุข คือมีความอิ่มใจ มีความสุขเกิดขึ้นจากสภาวะนั้น

5) เอกัคคตา มีอารมณ์จิตเป็นหนึ่งเดียวคือจดจ่ออยู่กับอารมณ์จิตที่เป็นสมาธินั้น ไม่มีอย่างอื่นเข้ามาสอดแทรกจิตมีลักษณะของความละเอียดเป็นเบื้องต้นมีคำภาวนา และการไตร่ตรอง คำภาวนานั้นอยู่ตลอดเวลา ขณะเดียวกันก็มีความชุ่มชื้นปลาบปลื้มใจ มีความสุข มีอารมณ์จดจ่อ เป็นหนึ่งเดียว ตั้งมั่นอยู่ในองค์ทั้ง 4 ประการนั้น ไม่คลาดเคลื่อน

2. ทุติยฌาน มีอาการของจิต 3 อย่างคือ

1) ปีติ คือมีความชุ่มชื้นปลาบปลื้มใจ

2) สุข คือมีความอิ่มใจ มีความสุขเกิดขึ้นจากสภาวะนั้น

3) เอกัคคตา มีอารมณ์จิตเป็นหนึ่งเดียวคือจดจ่ออยู่กับอารมณ์จิตที่เป็นสมาธินั้น ไม่มีอย่างอื่นเข้ามาสอดแทรก วิตก และวิจาร หายไป คือค่าบริการกรรมและการไตร่ตรองคำภวานานั้น หายไปโดยอัตโนมัติ ลมหายใจจะช้าลง จิตมีลักษณะชุ่มชื้นมีความสุขละเอียดมากกว่าปฐมฌาน จิตมีลักษณะเป็นหนึ่งเดียว

โดยอารมณ์ของทุติยฌาน คือ ขณะที่ภวานาอยู่จิตคิดถึงคำภวานานั้น เรียกว่า “วิตก” จิตที่คอยประทับประคองคำภวานา คิดตามว่า เราภวานาถูกต้องตามอาจารย์สอนหรือไม่ครบถ้วนหรือไม่ อย่างนี้ เรียกว่า “วิจาร” การตัดวิตกวิจาร ก็ภวานาไปอย่างนั้น จนเกิด ปีติ สุข และเอกัคคตา คือมีอารมณ์คงที่ จิตไม่สนใจกับอารมณ์ภายนอก รักษาอารมณ์ ภวานาและอาการเอิบอิ่ม สุขสันต์อยู่ตลอดเวลา ลมหายใจจะอ่อนลงทุกที รู้สึกว่าหายใจเบา อารมณ์จิตโปร่งแจ่มใส หลับตาแล้ว แต่คล้ายกับมีใครเอาประทีปมาวางไว้ใกล้ ๆ ในระยะนี้เองจิตจะหยุดภวานาเอาเลย ๆ มีอารมณ์นิ่งดังสบายกว่าขณะที่ภวานามาก รู้สึกว่าลมหายใจอ่อนระววยลง หูได้ยินเสียงภายนอก แต่เบาลงกว่าเดิม จิตไม่สนใจกับอะไร มีอารมณ์เงียบสงบดังอยู่

3. ตติยฌาน มีอาการของจิต 2 อย่างคือ

1) สุข คือมีความอิ่มใจ มีความสุขเกิดขึ้นจากสภาวะนั้น

2) เอกัคคตา มีอารมณ์จิตเป็นหนึ่งเดียวคือจดจ่ออยู่กับอารมณ์จิตที่เป็นสมาธินั้น ไม่มีอย่างอื่นเข้ามาสอดแทรก จิตมีลักษณะที่ละเอียดขึ้นไปอีกจากทุติยฌาน ปีติคือความชุ่มชื้นปลาบปลื้มใจหายไปอัตโนมัติ จิตมีลักษณะเคร่งตึงเป็งนิ่งสนิทเหมือนมีอะไรมัดไว้ ในสภาวะที่เคร่งตึงนั้นก็มีความสุขละเอียดมากขึ้นยิ่งกว่าทุติยฌาน และจิตมีสภาวะหนึ่งเดียวไม่ไหวเอน

อาการของฌานที่ 3 นี้เป็นอาการที่จิตตัดปีติความเอิบอิ่มใจในฌานที่ 2 ออกเสียได้ เมื่ออารมณ์จิตเข้าถึงฌานที่ 3 นี้ จะรู้สึกว่า อาการขนพองสยองเกล้าที่ดี น้ำตา ไหลก็ดี กายโยกโคลงก็ดี อาการชุ่มซ่าทางกาย คล้ายกายเบา กายใหญ่ กายสูงจะไม่ปรากฏ เลยมีอาการทางกายเครียดคล้ายกับใครมาจับมัดไว้จนแน่น หรือคล้ายหลักที่ปักจนแน่น ไม่มีการโยกโคลงได้ฉนั้นนั้น โดยตั้งแต่ฌานที่ 2 เป็นต้นมา ไม่มีการภวานาเลย ถ้ายังภวานาอยู่ และหูได้ยินเสียงชัด แต่ไม่รำคาญในเสียง เป็นฌานที่ 1 ตั้งแต่ฌานที่ 2 มา ไม่มีการภวานาและเรื่องเสียงเกือบไม่มีความหมาย คือไม่มีความสนใจในเสียงเลย เสียงมีอยู่ก็เหมือนไม่มีเพราะจิตไม่รับเสียง ลมหายใจจะค่อย ๆ น้อยอ่อนระววยลง ทุกขณะใน ฌานที่ 3 นี้ลมหายใจยังปรากฏ แต่ก็รู้สึกเบาเต็มที่มีอาการคล้ายจะไม่หายใจ แต่ก็พอ

รู้สึกน้อย ๆ ว่าหายใจ จิตสังคไม่มีการหวั่นไหว ไม่มีดี มีความโพล่งอยู่มีอารมณ์แน่นในสมาธิมาก จนรู้ตัวว่า อารมณ์แนบแน่นกว่าปฐมฌานและทุติยฌานที่ผ่านมา

4. จตุตถฌาน มีอาการของจิตเพียงอย่างเดียว คือ เอกัคคตา มีอารมณ์จิตเป็นหนึ่งเดียวคือ จดจ่ออยู่กับอารมณ์จิตที่เป็นสมาธินั้น ไม่มีอย่างอื่นเข้ามาสอดแทรก จิตที่เข้าถึงฌานที่ 4 นี้จะมี อาการของจิตเพิ่มขึ้นมาอีกอย่างหนึ่งคือ อุเบกขา มีอารมณ์วางเฉยไม่สนใจกับสิ่งทั้งปวงอย่าง เต็มขนาด จิตจะมีลักษณะเป็นหนึ่งเดียวหนึ่งสนิท อารมณ์สุขละเอียดที่เกิดจากตติยฌานจะหายไป โดยอัตโนมัติ โดยเมื่อปฏิบัติจนถึงระดับนี้แล้ว จะมีอาการ 2 อย่างที่สำคัญ ดังนี้

1) จะไม่ปรากฏลมหายใจเหมือนสภาพฌานอื่น ๆ เพราะลมละเอียดจน ไม่ปรากฏว่ามีลมหายใจ ในวิสุทธิมรรค อธิบายว่า ลมหายใจไม่มีเลย แต่บางอาจารย์ ให้ทัศนะว่า ลมหายใจนั้นมี แต่ลมหายใจละเอียดจนไม่มีความรู้สึกว่ามีลมหายใจ ตามนัยวิสุทธิมรรค กล่าวถึงคนที่ไม่มีลมหายใจไว้ 4 จำพวกด้วยกัน คือ 1) คนตาย 2) คนดำน้ำ 3) เด็กในครรภ์มารดา 4) ท่านที่เข้าฌาน 4 รวมความว่า ข้อสังเกตที่สังเกตได้ชัดเจน ในฌาน 4 ที่เข้าถึงก็คือ ไม่ปรากฏว่ามีลมหายใจ การที่ฌาน 4 เมื่อเข้าถึงแล้ว และขณะที่ทรงอยู่ในระดับของฌาน 4 จะไม่ปรากฏว่ามีลมหายใจนี้เป็นความจริง มีนักปฏิบัติ บางรายที่อารมณ์สติสมบูรณ์ ก็จะค้นคว้าความหาลมหายใจ เมื่ออารมณ์จิตตกลงระดับต่ำกว่าฌานที่ 4 ในที่สุดก็พบลมหายใจที่ปรากฏอยู่กับปลายจมูกนั่นเอง

2) อารมณ์จิตเมื่อเข้าสู่ระดับฌาน 4 จะมีอารมณ์สังคเจียบจากอารมณ์ ภายนอกจริง ๆ ดับเสียง คือ ไม่ได้ยินเสียง ดับสุข ดับทุกข์ทางกายเสียดจนหมดสิ้น มีอารมณ์โพล่งสว่างไสวเกินกว่า ฌานอื่นใด มีอารมณ์สังคเจียบ ไม่เกี่ยวข้องกับด้วยร่างกายเลย กายจะสุขจะทุกข์ มดจะกิน รินจะกัด อันตรายใด ๆ จะเกิด จิตในระหว่างตั้งอยู่สมาธิ ที่มีกำลังระดับฌาน 4 จะไม่รับรู้อะไรทั้งสิ้น เพราะฌานนี้กายกับจิตแยกกันเด็ดขาดจริง ๆ ไม่สนใจของแวกกันเลย ดังจะเห็นได้จาก ในเรื่องของ ลมหายใจ ความจริงร่างกายนี้จำเป็นมาก ในเรื่องหายใจเพราะลมหายใจเป็นพลังสำคัญของร่างกาย พลังอื่นได้หมดไป แต่อัสสาสะ ปัสสาสะ คือลมหายใจยังปรากฏ ฉะนั้น ผลการปฏิบัติที่เข้าถึงระดับ ฌาน 4 จึงจัดว่าลมหายใจยังคงมี ตามปกติที่ไม่รู้ว่าหายใจก็เพราะว่าจิตแยกออกจากกายอย่างเด็ดขาด โดยไม่รับรู้อาการของร่างกายเลย

ส่วนพระอาจารย์พุทธ ฐานิโย (2544, หน้า 51-53) ให้ทัศนะว่า เมื่อจิตอยู่ในฌาน 4 กายหายไป และลมหายใจก็เริ่มหายไปด้วย เหลือเพียงจิตมีความนิ่งสว่างอย่างเดียวอาการนี้ก็คิดต่าง ๆ ไม่เกิดขึ้น จิตรู้เพียงความสงบปัญญายังไม่เกิดขึ้นแต่เมื่อจิตสงบอยู่ในสมาธินาน ๆ บ่อยครั้งจะส่งผล ให้สมาธิเริ่มมีความมั่นคง สติสัมปชัญญะจะค่อย ๆ ดีขึ้น โดยเมื่อจิตถอนออกจากสมาธิ จิตรู้ว่ามียาก ก็จะมีมานึกคิดขึ้นมาทันที ให้กำหนดจิตตามรู้ความคิดนั้น ๆ ไปจะก้าวสู่ภูมิแห่งวิปัสสนาได้เร็ว ผลคือจะทำให้ผู้ปฏิบัติรู้ตามกฎไตรลักษณ์อันได้แก่ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

กล่าวโดยสรุป การเจริญสมาธิจนได้รูปฌาน จะส่งผลให้ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย สามารถเจริญวิปัสสนาได้ง่ายขึ้น มีอาการทรงตัวดี ในบางครั้งก็อาจได้คุณวิเศษจากการเจริญสมาธิจนถึง ฌาน 4 ด้วย ซึ่งนับว่าสูงสุดในรูปฌาน และขั้นต่อไปจะเป็นอรุปรฌานขึ้นอยู่กับว่า ผู้ปฏิบัติต้องการจะเป็นพระปัญญาวิมุตติ หรือพระอุกโตภาควิมุตติ หากอยากเจริญกรรมฐานจนกระทั่งเป็นพระอรหันต์ ประเภทอุกโตภาควิมุตติจึงเจริญกรรมฐานต่อถึงอรุปรฌานโดยพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 337) ให้ทัศนะว่า สมาธิในจุดตถฌาน หรือ ฌาน 4 เป็นสมาธิระดับสูงสุด เพราะแม้สมาธิในอรุปรฌานก็จัดเป็นสมาธิระดับ ฌาน 4 ทั้งสิ้น เพราะอรุปรฌานทั้งหลายมีองค์ฌานเพียง 2 คือ อุเบกขา กับเอกัคคตา ประโยชน์ของฌานระดับนี้ คือ ใช้เป็นบาทแห่งวิปัสสนาได้ นอกจากนี้เมื่อต้องการใช้อภิญญา ก็เข้าฌาน 4 แล้วน้อมจิตใช้อภิญญาตามต้องการ

ทั้งนี้ การเจริญสมาธิ 3 ระดับนั้นจะมีความสัมพันธ์กับนิมิต 3 ระดับด้วยเช่นกัน โดยพุทธทาสภิกขุ (2533, หน้า 108-110); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 417) อธิบายว่า นิมิต หมายถึง เครื่องหมายสำหรับให้จิตกำหนดเป็นอารมณ์ มี 3 อย่าง คือ 1) บริกรรมนิมิต หมายถึง เครื่องหมายสำหรับกำหนดเป็นอารมณ์หรือสำหรับบริกรรม เช่น กสิณ อสุภ 2) อุกหนิมิต หมายถึง อารมณ์ที่เจตนาดำเนินใจ เช่น หลังเพ่งกสิณแล้วนิมิตนั้นชัดเหมือนลิ้มตาอยู่ เรียกว่านิมิตติดตาก็ได้ และ 3) ปฏิภาคนิมิต คือ เกิดจากอุกหนิมิตจนเจตนาดำเนินจิตวิสุทธิ และสามารถย่อขยายได้ตามต้องการ โดยขณิกสมาธิจะจับคู่กับบริกรรมนิมิต เพราะยังอาศัยคำบริกรรมเป็นนิมิตอยู่ เป็นขณะ ๆ ไม่ตลอด ส่วนอุปจารสมาธิจะจับคู่กับอุกหนิมิต คือ เริ่มมีภาพติดตาชัดเจน อาจมีอาการต่าง ๆ เช่น เห็นโอภาส (แสงสว่าง) เป็นต้น และ 3) อัปปนาสมาธิจะจับคู่กับปฏิภาคนิมิต (คือ เมื่อได้ปฏิภาคนิมิตซึ่งอยู่ระดับอุปจารสมาธิสมบูรณ์แล้ว จึงเลื่อนเข้าสู่องค์ฌาน) คือ สมาธิที่เริ่มตั้งมั่นเป็นฌานแล้ว จะมีความละเอียดของสมาธิมากขึ้นโดยสามารถย่อขยายได้

สำหรับ อรุปรฌาน คือ การเพ่งในสิ่งที่เป็นนามธรรม ทั้งนี้ อารมณ์ในอรุปรฌานและอารมณ์ในวิปัสสนาญาณ มีส่วนคล้ายคลึงกันมาก ต่างแต่อรุปรฌานเป็นสมถภาวนา มุ่งดำรงฌานเป็นสำคัญสำหรับวิปัสสนาภาวนามุ่งรู้แจ้งเห็นจริง ตามอำนาจของกฎกรรมดาเป็นสำคัญ แต่ทว่าอรุปรฌานนี้ก็มีลักษณะเป็นฌานปล่อยอารมณ์ คือ ไม่ยึดถืออะไรเป็นสำคัญ ปล่อยหมดทั้งรูปและนาม ถือความว่างเป็นสำคัญ ได้แก่ ฌานที่ไม่มีรูป 4 อย่าง คือ อากาสนัญญาตนญาณ วิญญาณัญญาตนญาณ อากิญจัญญาตนญาณ เนวสัญญานาสัญญาตนญาณรวม 4 อย่าง ซึ่ง พระมหาวิระ ถาวโร (ม.ป.ป., หน้า 2518; 159-162); คุณ โทจันทร์ (2548, หน้า 35); พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 157) ได้ทำการอภิปรายไว้ดังนี้

1) อากาสาณัญญาตนญาณ คือ ในวิสุทธิมรรคอธิบายว่า ก่อนที่จะเจริญ อรูปอากาสาณัญญาตนณะนี้ ท่านจะเข้าจตุตถฌานในกสิณกองใดกองหนึ่งแล้วให้เพิก คือไม่สนใจใน กสิณนิมิตนั้นเสีย ใคร่ครวญว่า กสิณนิมิตนี้เป็นอารมณ์ที่มีรูปเป็นสำคัญ ความสุข ความทุกข์ ที่เป็น ปัจจัยของภยันตราย มีรูปเป็นต้นเหตุ เราไม่มีความต้องการในรูปแล้วละรูปนิมิตกสิณ นั่นคืออากาสา เป็นอารมณ์จนวนอากาสาเกิดเป็นนิมิตที่มีขอบเขตกว้างใหญ่ แล้วย่อให้สั้นลงมาอริยฐานให้เล็กใหญ่ ได้ตามประสงค์ ทรงจิตรักษาอากาสาไว้โดยกำหนดใจว่า อากาสาที่สุดมิได้คั้งนี้จงจิตเป็นอุเบกขา รมณ์ เป็นฉาน 4 ในอรูปฌาน

2) วิญญาณัญญาตนฉาน คือ กำหนดวิญญาณเป็นอารมณ์ โดยจับอากาสาณัญญาตนณะ คือกำหนด อากาสาจากรูปเดิมเป็นปัจจัย ถือนิมิตอากาสนั้นเป็นฐานที่ตั้งของอารมณ์ แล้วกำหนดว่า อากาสนี้ยังเป็นนิมิตที่อาศัยรูปอยู่ ถึงแม้จะเป็นอรูปก็ตามแต่ยังมีความหยابอยู่มาก เราจะทิ้งอากาสา เสีย ถือเฉพาะวิญญาณเป็นอารมณ์ แล้วกำหนดจิตว่า วิญญาณหาที่สุด มิได้ ทิ้งอากาสาและ รูปทั้งหมดเด็ดขาด กำหนดวิญญาณ คือถือนิมนิต ตัวรู้เป็นเสมือนจิต โดยคิดว่าเราต้องการจิต เท่านั้นรูปกายอย่างอื่นไม่ต้องการจงจิตตั้งอยู่เป็นอุเบกขารมณ์

3) อากัญญาณัญญาตนฉาน คือ กำหนดความ ไม่มีอะไรเลยเป็นสำคัญ โดยเข้าฉาน 4 ใน วิญญาณ แล้วเพิกวิญญาณ คือไม่ต้องการวิญญาณนั้น คิดว่าไม่มีอะไรเลยเป็นสำคัญ อากาสา ก็ไม่มี วิญญาณก็ไม่มี ถ้ายังมีอะไรสักอย่างหนึ่งแม้แต่น้อยหนึ่ง ก็เป็นเหตุของภยันตราย ฉะนั้นการไม่มี อะไรเลยเป็นการปลอดภัยที่สุดแล้วก็กำหนดจิต ไม่ยึดถืออะไร ทั้งหมดจงจิตตั้งเป็นอุเบกขารมณ์

4) เนวสัญญานาสัญญาตนฉาน คือ กำหนดว่ามีสัญญาที่ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาก็ไม่ใช่ คือ ทำความรู้สึกตัวเสมอว่า ทั้งมีสัญญาอยู่นี้ก็ทำความรู้สึกเหมือน ไม่มีสัญญา คือไม่ยอมรับรู้จดจำ อะไรหมด ทำตัวเหมือนหุ่นที่ไร้วิญญาณ ไม่รับรู้ ไม่รับอารมณ์ใด ๆ ทั้งสิ้น หนวาก็รู้ว่าหนวแต่ไม่ เอาเรื่อง ร้อนก็รู้ว่าร้อนแต่ไม่คั่นรนกระวนกระวาย มีชีวิตทำเสมือนคนตาย คือไม่ปรารถนาสัญญา คำจดจำใด ๆ ปล่อยตามเรื่องเปลื้องความสนใจใด ๆ ออกจกนสิน จงจิตเป็นเอกัคคตาและอุเบกขารมณ์

กล่าวโดยสรุป ทั้งหมดรวมเรียกว่า ฉาน 8 ซึ่งเป็นสมาธิระดับอัปนาสมาธิ โดยมี การกำหนดรูปเป็นนิมิต เรียกรูปฉาน มี 4 ชั้น กับ อรูปฉานซึ่งกับหนดนามธรรมเป็นนิมิต อีก 4 ชั้น อย่างไรก็ตามอรูปฉานนั้นต้องไม่ลืมว่าก็เป็นอารมณ์ระดับฉาน 4 นั้นเอง เพียงแต่มีความประณีต ของฉานยิ่งขึ้นไปอีก

ทั้งนี้ พุทธทาสภิกขุ (2533, หน้า 157-158) สรุปความแตกต่างระหว่างอุปจารสมาธิ กับอัปนาสมาธิอีก คือ อุปจารสมาธิเกิดขณะพอสักว่านิรณมไม่ปรากฏ หรือจิตละนิรณม ส่วนอัปนาสมาธิจะเกิดต่อเมื่อองค์แห่งฉานครบถ้วน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเอกัคคตา โดยถ้าปฏิบัติกนิมิต ปรากฏแล้วจะเป็นอุปจารสมาธิอย่างสมบูรณ์ โดยขณะเกิดปฏิบัติกนิมิต องค์ฉานอาจยังไม่ครบ

จิตก็ยังไม่เลื่อนจากปฏิภาณนิมิตสู่องค์ฌานได้ คือ ยังไม่แน่วแน่ถึงอัปนาสมาธิ อย่างไรก็ตามสมาธิตามความมุ่งหมาย ที่อาจเรียกได้ว่าสมาธิจริง ๆ คงมีเพียง อุปจารสมาธิ และอัปนาสมาธิ เท่านั้น ส่วนบริกรรมสมาธิ หรือ ฌณิกสมาธิ เป็นสมาธิเพียงช่วงบริกรรมยังไม่ให้ผลอันใดสำหรับวิธีที่จะเจริญจนได้ อุปจารสมาธิ และฌานนั้น จะต้องใช้วิธีที่เรียกว่า สมถกรรมฐาน ซึ่งในพุทธศาสนามี 40 อย่าง ดังนี้

พระกรรมฐาน 40 กอง แบ่งออกเป็น 7 หมวด ประกอบด้วย

1. กสิณกรรมฐาน 10 อย่าง ซึ่ง พระมหาโชติปาณฺโญ (ใจ ยโสธรรัตน์) (2479, หน้า 153); คุณ โทจันทร์ (2548, หน้า 22-25); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 30); พระวิสุทฐิวารการณ์ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 27-28); พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 229-230) อภิปรายไว้ ดังนี้

1) ปฐวีกสิณ พง์ดิน โดยพง์นัยในดินที่เป็นวงกลม ขนาดอาจเท่ากระดิ่งเล็กหรือตามรูปใบหน้าของผู้ฝึก ทั้งนี้ดินที่ใช้ควรเป็นดินที่มีสีรุ่งอรุณ หรือที่เรียกว่า ดินรุ่งอรุณ แล้วจึงทำการภาวนา ปฐวีไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะเกิดนิมิต คือไม่ว่าลิ้มตาหรือหลับตาก็มองเห็นกสิณชัดเจน เสมือนลิ้มตา ที่เรียกว่า อุกหนิมิต ซึ่งกสิณกองอื่น ๆ จะมีลักษณะการปรากฏนิมิตที่คล้าย ๆ กัน

2) เตโชกสิณ พง์ไฟ โดยอาจพง์จากไฟ หรือเทียน จากนั้นจึงบริกรรม เตโช ไปเรื่อย ๆ จนกว่าอุคหนิมิตจะปรากฏ

3) วาโยกสิณ พง์ลม ให้พง์ไปที่ยอดของต้นไม้ เช่น ยอดอ้อย ยอดไผ่ ที่ลมเอนไหวมาให้ปรากฏ จากนั้นจึงภาวนา วาโย ไปเรื่อย ๆ จนกว่าอุคหนิมิตจะปรากฏ

4) อากาสกสิณ พง์อากาศ ให้พง์ไปที่ความว่างของช่อง หรือรูที่พบ (อาจใช้วิธีการสร้างก็ได้ เช่น ประมาณ 1 นิ้ว 4 คืบ) จากนั้นจึงภาวนา อากาโส ไปเรื่อย ๆ จนเกิดอุคหนิมิต

5) อาโลกสิณ พง์แสงสว่าง โดยพง์แสงที่ลอดมาจากช่องฝา เป็นต้นแล้วจึงภาวนา อาโลโก ไปเรื่อย ๆ จนเกิดอุคหนิมิต

6) อาโปกสิณ พง์น้ำ โดยพง์ไปที่ภาชนะบรรจุน้ำ อาทิ ชันน้ำ ที่มีลักษณะพอเหมาะ เช่น ปากกว้าง 1 คืบ 4-5 นิ้ว มีน้ำเต็มขอบปาก จากนั้นจึงบริกรรม ว่าอาโป ไปเรื่อย ๆ จนเกิดอุคหนิมิต

7) โลหิตกสิณ พง์สีแดง ให้ใช้ผ้าสีแดง หรือกระดาษสีแดง ทำเป็นรูปกลม จากนั้นจึงกับสะตั้ง แขนงไว้ในระดับสายตา จากนั้นจึงภาวนา โลหิตัง ไปเรื่อย ๆ จนกว่าอุคหนิมิตจะปรากฏ

8) นีลกสิณ พง์สีเขียว ให้ใช้ผ้าสีเขียว หรือกระดาษสีเขียว ทำเป็นรูปกลม จากนั้นจึงกับสะตั้ง แขนงไว้ในระดับสายตา จากนั้นจึงภาวนา นีลัง ไปเรื่อย ๆ จนกว่าอุคหนิมิตจะปรากฏ

9) ปัดกลืน เฟ่งสีเหลือง ให้ใช้ผ้าสีเหลือง หรือกระดาษสีเหลือง ทำเป็นรูปกลมจากนั้น
 จีงกับสะดึง แขนงไว้ในระดับสายตา จากนั้นจึงภาวนา ปัดัง ไปเรื่อย ๆ จนกว่าอุคหนิมิตจะปรากฏ

10) โอทากลืน เฟ่งสีขาว ให้ใช้ผ้าสีขาว หรือกระดาษสีขาว ทำเป็นรูปกลมจากนั้นจีงกับ
 สะดิง แขนงไว้ในระดับสายตา จากนั้นจึงภาวนา โอทาดังดั่ง ไปเรื่อย ๆ จนกว่าอุคหนิมิตจะปรากฏ

กลืนเป็นกรรมฐานที่ส่งผลให้เกิดฌานสมาบัติโดยตรง คือ สามารถทำให้เกิดฤทธิ์ต่าง ๆ
 ได้ เพราะฉะนั้น พระอุกโตภาควิมุตติจึงล้วนเจริญกถิติน ทั้งสิ้น ยกตัวอย่างเช่น เตโชกถิติน ทำให้เกิด
 ทิพยจักขุได้ ปฐวีกถิตินทำให้ของอ่อนกลายเป็นของแข็ง อาโปทำให้ของแข็งกลายเป็นของอ่อน
 วาโยกถิติน สามารถเหาะไปตามสถานที่ต่าง ๆ ได้ และวรรณกถิติน (กถิตินสี) สามารถทำให้เกิด
 สีต่าง ๆ ได้ โดยเฉพาะกถิตินสีขาว นอกจากสร้างสีได้แล้ว ยังเป็นบ่อเกิดทิพยจักขุญาณ โดยตรง
 เหมือนเตโชกถิติน และอาโลกกถิตินด้วย ส่วนอากาศกถิตินสามารถทำให้เห็นของที่ปกปิดไว้ได้ เป็นต้น
 หึ่งนี้กถิติน เป็นกรรมฐานที่ส่งผลถึง ฌาน 4

2. อสุกกรรมฐาน 10 อย่าง (หมวดการใช้ซากศพเป็นการทำสมาธิ) โดยพระมหาโชติปัญโญ
 (ใจ โสธรรัตน์) (2479, หน้า 154); คุณ โทษันท์ (2548, หน้า 25-26); พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวีโร)
 (2550, หน้า 66); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 1288-1289); พระวิสุทธรวราภรณ์
 (ธรรมรัตน์ กิตติภัทโท) (2556, หน้า 36-40) ได้ทำการอภิปรายไว้ มีรายละเอียด ดังนี้

1) อุทฐมาตกอสุก คือ ร่างกายของคนและสัตว์ที่ตายไปแล้ว นับแต่วันตายเป็นต้นไป
 มีร่างกายขึ้นบวมพอง ที่เรียกกันว่า ผิดายขึ้นอืดนั่นเอง

2) วินิลกอสุก เป็นร่างกายที่มีสีเขียว สีแดง สีขาว ปะปนคน สีแดงในที่นี้เนื้อมาก
 สีขาวในที่นี้เนื้อเหลืองน้ำหนองมาก สีเขียวที่มีผ้าสีเขียวคลุมร่างของผู้ตายส่วนใหญ่ปกคลุมด้วย
 ผ้าสีเขียวจึงมากกว่า ดังนั้นจึงเรียกว่า วินิลกะ แปลว่าสีเขียว

3) วิบุพพกอสุก เป็นซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลอยู่เป็นปกติ

4) วิททกอสุก คือ ซากศพที่มีร่างกายขาดเป็นสองท่อนในท่ามกลาง มีกษายาดออกจากกัน

5) วิกขยิตกอสุก เป็นร่างกายของซากศพที่ถูกสัตว์ขี้อแยงกัดกิน

6) วิชิตกอสุก เป็นซากศพที่ถูกทอดทิ้งไว้จนส่วนต่าง ๆ กระจัดกระจาย

7) หตวิกชิตกอสุก คือ ซากศพที่ถูกสับฟันเป็นท่อนน้อยและท่อนใหญ่

8) โลหิตกอสุก คือ ซากศพที่มีเลือดไหลออกเป็นปกติ

9) ปุพุกอสุก คือ ซากศพที่เต็มไปด้วยตัวหนอนคลานกินอยู่

10) อัญญุกอสุก คือ ซากศพที่มีแต่กระดูก

การพิจารณาอสุกกรรมฐาน คือ ให้พิจารณาถึงความไม่สวยไม่งามของร่างกาย ว่าเป็น
 สิ่งปฏิกูล น่าเหม็น วิธีการพิจารณาคือให้ทำการเพ่งให้เห็นความไม่สวยงาม แต่ถ้าหากไปเพ่งสี เช่น

สีแดงก็จะกลายเป็นกลืนแทน ไม่ใช่การเจริญอสุภกรรมฐาน กรรมฐานกองนี้มีประโยชน์มาก เพราะเป็นกรรมฐานที่ทำหน้าที่กำจัดราคะ คือการรักใคร่ในความสวย ความงามโดยตรง ทั้งนี้ อสุภเป็นกรรมฐานที่ส่งผลถึงฉาน 1

3. อนุสสติกรรมฐาน 10 อย่าง เป็นหมวดที่ว่าด้วยกันใช้การระลึกถึงสิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยในการทำสมาธิ โดยพระมหาโชติปัญโญ (ใจ โยโสธรรัตน์) (2479, หน้า 155); ญาณ โทจันทร์ (2548, หน้า 28-30); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 59, หน้า 1242); พระวิสุทธิวารการณ์ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 45-46) อภิปรายไว้ ดังนี้

1) พุทธานุสสติ นึกถึงพระพุทธเจ้าในการทำสมาธิ โดยมีวิธีปฏิบัติคือ ให้ระลึก ดังนี้
1) ทรงเป็นพระอรหันต์ 2) ทรงเป็นผู้ตรัสรู้ชอบโดยพระองค์เอง 3) ทรงสมบูรณ์ด้วยวิชา และ
จารณะ 4) ทรงเสด็จไปดี 5) ทรงรู้แจ้งแทงตลอด 6) ทรงสามารถฝึกผู้อื่นได้อย่างไม่มีใครยิ่งกว่า
7) ทรงเป็นศาสดาของเทวดา และมนุษย์ทั้งหลาย 8) ทรงเป็นผู้ตื่นผู้เบิกบาน 9) ทรงเป็นผู้มีโชค
หรือจะภาวนาบทพุทธานุสสติก็ได้

2) ธรรมานุสสติ นึกถึงพระธรรมในการทำสมาธิ โดยมีวิธีการปฏิบัติในการระลึก ดังนี้
1) พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดีแล้ว 2) พระธรรมอันบุคคลสามารถถึงเห็น
ผลได้ในปัจจุบัน 3) พระธรรมเป็นของไม่มีกาล 4) พระธรรมเป็นของแท้ต่อการพิสูจน์ 5) พระธรรม
เป็นสิ่งที่ควรน้อมเข้ามา และ 6) พระธรรมเป็นสิ่งที่รู้ได้เฉพาะตน

3) สังฆานุสสติ นึกถึงพระสงฆ์พระอริยสาวกในการทำสมาธิ โดยมีการระลึก 9 อย่าง
ดังนี้ 1) พระสงฆ์เป็นสาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ปฏิบัติดี 2) เป็นผู้ปฏิบัติตรง 3) เป็นผู้ปฏิบัติ
เพื่อพระนิพพาน 4) เป็นผู้ปฏิบัติชอบ 5) เป็นผู้ควรรับของบูชา 6) เป็นผู้ควรแก่ของที่เขาเตรียมไว้
ต้อนรับ 7) เป็นผู้ควรแก่ทักษิณาทาน 8) เป็นผู้ควรแก่การทำอัญชลี 9) เป็นเนื่อนานุญของโลก
ไม่มีเนื่อนานุญอื่นยิ่งกว่า

4) สีลานุสสติ นึกถึงศีลในการทำสมาธิ เช่น ศีล 5 ศีล 8 ศีล 10 และศีล 227 ข้อ
ที่ตนรักษาไว้อย่างบริสุทธิ์ ไม่ค้างพร้อย ไม่ขาด ไม่ทะลุ เป็นไปเพื่อสมาธิ

5) จาคานุสสติ นึกถึงการบริจาคให้ทานเป็นอารมณ์ในการทำสมาธิ เช่น การถวายผ้าป่า
สังฆทาน เป็นต้นที่กระทำไว้ดีแล้ว เป็นการละเสียซึ่งความตระหนี่

6) เทวดานุสสติ นึกถึงเทวดาหรือคุณธรรม ที่เป็นปัจจัยให้ไปเกิดเป็นเทวดา ในการทำ
สมาธิ อันเป็นผู้มีเทวธรรม คือ หิริ และ โอตตัปปะ เป็นผู้มึคุณธรรมอยู่เสมอ ๆ

7) มรณานุสสติ นึกถึงความตายเป็นอารมณ์ในการทำสมาธิ ไม่เป็นผู้ประมาท
โดยประกอบไปด้วย 3 ประการ ได้แก่ 1) มีสติ คือ ระลึกถึงความตายว่าเป็นของธรรมดา 2) มีสังเวช
คือ เกิดความสลดสังเวชในความตายบ่อย ๆ และ 3) มีญาณ คือ รู้แจ่มแจ้งว่าต้องตายไม่มีการต่อรอง

8) อุปสมานุสสติกรรมฐานนึกถึงนิพพานเป็นอารมณ์ในการทำสมาธิ โดยพิจารณาว่าทุกสิ่งในโลกย่อมแปรปรวน และเสื่อมสลายในที่สุด ต้องเข้าถึงนิพพานจึงจะพ้นทุกข์นี้ได้

9) อานาปานานุสสติ นึกถึงลมหายใจเข้าออกเป็นอารมณ์ในการทำสมาธิ

10) กายคตานุสสติ นึกถึงร่างกายและอวัยวะภายในร่างกายเป็นอารมณ์ในการทำสมาธิ โดยพิจารณา เช่น ผม ฟัน หนัง ให้เห็นว่าเป็นของไม่สวยงาม น่าเกลียด เมื่อเจริญเนื่อง ๆ จะคลายความกำหนัด ชุ่มความยินดียินดีร้าย อดทนต่อทุกขเวทนา บรรเทาโรคได้ โดยพิจารณาอาการ 32 ดังนี้ 1) หมวดตจปัญจะ ได้แก่ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง 2) หมวดวิกปัญจะ ได้แก่ เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม 3) หมวดปีฬาสปัญจะ ได้แก่ หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด 4) หมวดมัตถกปัญจะ ได้แก่ ไข้อย่าง ไข่น้ำย่อย อาหารเก่า อาหารใหม่ มันสมอง 5) หมวดเมทหนักะ ได้แก่ ดี เสลด หนอง เลือด เหงื่อ มันข้น และ 6) หมวดมุตถักกะ ได้แก่ น้ำตา เปรตมัน น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ มูล

4. พรหมวิหารกรรมฐาน 4 อย่าง (อภัยมัญญา) เป็นการเจริญสมาธิโดยใช้พรหมวิหารธรรมในแต่ละข้อเป็นอารมณ์ในการทำสมาธิ ซึ่ง พระมหาโชติปัญโญ (ใจ ยโสธรรัตน์) (2479, หน้า 155-156); คุณ โทษันท์ (2548, หน้า 31-32); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 1318); พระวิสุทธิวารกรรม (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 116) ได้ทำการอภิปรายไว้ ดังนี้

1) เมตตา มีจิตรัก ความปรารถนาดีต่อคนและสัตว์ที่เป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย โดยแผ่ความเมตตาอันไม่มีประมาณไปยังสัตว์ทั้งหลาย โดยอาจกล่าวได้ว่า สัพเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น อะเวรา จงเป็นสุขเถิด อย่าได้มีเวรแก่กันและกันเลย อหิงสา จงเป็นสุขเถิด อย่าได้เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย อนินิชา จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้ทุกข์กายทุกข์ใจเลย สุขี อัตตานัง ปะริหะรันตุ จงสุขกายสุขใจรักษาตนให้พ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

2) กรุณา มีจิตคิดช่วยเหลือ สงเคราะห์ให้พ้นจากความทุกข์ยาก ลำบากกาย ใจ ช่วยตามที่จะช่วยได้ โดยแผ่ความสงสารไปยังสัตว์ทั้งหลาย เช่น สัพเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น สัพพะทุกขา ปะมุญจันตุ จงพ้นจากทุกข์กายทุกข์ใจ ทั้งปวงเถิด

3) มุทิตาจิตพลอยยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดี มีความสุข ไม่อิจฉาริษยา มีจิตอ่อนโยน โดยอาจกล่าวได้ว่า สัพเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น ลัทธะ สัมปัตติโต มา วิคัจฉันตุ ของจงอย่าได้พลัดพรากจากทรัพย์สมบัติที่ได้แล้วมีแล้วเถิด

4) วางเฉยเมื่อทุกอย่างไม่เป็นไปดังที่ต้องการหรือเมื่อช่วยเหลือใครไม่ได้ ไม่ดีใจเมื่อได้ลาภยศสรรเสริญเจริญสุข ไม่เสียใจเมื่อเสื่อมลาภ ยศสรรเสริญเจริญสุข โดยอาจภาวนาว่า สัพเพ สัตตา สัตว์ทั้งหลายที่เป็นเพื่อนทุกข์ เกิดแก่เจ็บตายด้วยกันทั้งหมดทั้งสิ้น กัมมัสะกา มีกรรมเป็น

ของตน กัมมะทายาทา มีกรรมเป็นมรดก มีกรรมเป็นกำเนิด กัมมะพันธู มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์ กัมมะปะฏิสะระณา มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย ยัง กัมมังกะริสันติ ใครทำกรรมใดไว้ กัลป์ยามงา ปาปะกังวา ไม่ว่าจะกรรมดีหรือกรรมชั่ว ตัสมะทายาทา ภาวิสันติ จักเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น ๆ

ทั้งนี้ พระมหาวิระ ถาวโร (2518, หน้า 305-306) ให้ทัศนะว่า การที่ไม่สามารถเจริญสมาธิ หรือวิปัสสนากาวนาได้ เริ่มตั้งแต่การรักษาศีลยังไม่บริสุทธิ์ก็แสดงว่าขาดพรหมวิหาร 4 ถ้าจิตตั้งมั่นอยู่ในพรหมวิหาร 4 ตลอดเวลาเรื่องฉานสมาบัติจะกลายเป็นเรื่องเล็กน้อย เพราะฉานสมาบัติจะเกิดขึ้นได้จิตต้องมีความเยือกเย็น ไม่กระวนกระวาย มีจิตเป็นกุศล เป็นต้น โดยพรหมวิหาร 4 เป็นกรรมฐานที่ส่งผลถึงฉาน 4

5. อรูปกรรมฐาน 4 อย่างกรรมฐานหมวดนี้เป็นพระกรรมฐานที่ต้องปฏิบัติในหมวดของกสิณในกองใดกองหนึ่งให้สำเร็จถึงจุดฉานหรือฉาน 4 เสียก่อนจึงจะฝึกในหมวดนี้ได้ ซึ่งประกาศรีลีหำไพ (2535, หน้า 125); พระวิสุทธิวารการณ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 126); พระพรหมคุณาการณ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 157) ได้ทำการอภิปราย ไว้ดังนี้

1) อากาสาณัญญาตนะ-กำหนดช่องว่างหาที่สุดไม่ได้ (ซึ่งเกิดจากการเพิกกสิณออกไป) เป็นอารมณ

2) วิญญาณัญญาตนะ-กำหนดวิญญาณหาที่สุดมิได้ (คือเลิกกำหนดที่ว่างเลยไปกำหนดวิญญาณแผ่ไปสู่ที่ว่างแทน) เป็นอารมณ

3) อากัญญาตนะ-(เลิกกำหนดวิญญาณเป็นอารมณ เลขไป) กำหนดภาวะไม่มีอะไรเลยเป็นอารมณ

4) เนวสัญญาตนะ-(เลิกกำหนดแม้แต่ภาวะที่ไม่มีอะไรเลย) เข้าสู่ภาวะมีสัญญาที่ไม่ใช่ ไม่มีสัญญาที่ไม่ใช่

อรูปกรรมฐาน 4 อย่างนี้เป็นพระกรรมฐานขั้นสูงมีขั้นตอนละเอียดที่เป็นเฉพาะคือผู้ที่ฝึกได้รู้ได้ด้วยตัวเอง

6. อาหารเรปฏิกุลสัญญา และจตุธาตวัญญา ที่เป็นกรรมฐานอันมีลักษณะพิเศษต่างจากกรรมฐานกองอื่น โดยพระมหาวิระ ถาวโร (2518, หน้า 298-299); คุณ โทจันทร์ (2548, หน้า 32-34); พระวิสุทธิวารการณ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 119-125) อภิปรายไว้ ดังนี้

1) อาหารเรปฏิกุลสัญญา 1 อย่าง คือการ กำหนดหมายความเป็นปฏิกุลในอาหารที่บริโภคเข้าไป โดยพิจารณาให้เห็นโทษของอาหาร ได้แก่ 1) ปริสันโต คือ โดยการแสวงหา เช่น ต้องเหยียบหลุมโสโคลก 2) บริโภคโต เมื่อกลืนเข้าไปเหมือนอาเซียนที่สำรอกออกมา เป็นปฏิกุล

3) นิพานโต คือ โดยการหมักหมม มีทั้งอาการเก่าอาหารใหม่ทับถมกันเหมือนคูด 4) อริปักกโต

โดยยังไม่ย่อย คือ ปุคเป็นฟองมีกลิ่นคุดซากศพ 5) บริปักกโต คือ อาการที่ย่อยแล้ว ถูกอัดเป็นแท่ง

รอขับถ่ายนำเกลียด 6) นิสสทนโต คือ โดยอาการไหลออก เช่น ตอนไหลออกมีอาการรังเกียจ ไม่อยากมอง 7) สัมมกขนโต คือ อาการแปดเปื้อน อาทิ เสื้อผ้า เช่น อุจจาระ ปัสสาวะ อาเจียน เป็นต้น

2) จตุรธาตุวัญฐาน 1 อย่าง คือการกำหนดพิจารณาธาตุ 4 (ดิน น้ำ ลม ไฟ) คือ พิจารณาเห็นร่างกายของตน โดยสักว่าเป็นธาตุ 4 แต่ละอย่าง ๆ เช่น ธาตุใดมีลักษณะแข็งเป็นธาตุดิน เช่น เนื้อ หนัง ฟัน กระดูก เป็นต้น ธาตุใดมีลักษณะเอิบอาบเป็นธาตุน้ำ ได้แก่ น้ำตา น้ำมูก น้ำลาย เป็นต้น ธาตุใดมีลักษณะร้อนเป็นธาตุไฟ เช่น ไฟที่เผาอาหารให้ย่อย เป็นต้น และธาตุใดมีลักษณะพัดไปมาเป็นธาตุลม อาทิ ลมหายใจ เป็นต้น โดยพิจารณาว่า ประชุมกันเข้าแล้ว ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ของของเรา

รวมทั้งสิ้นเป็นสมถกรรมฐาน 40 วิธี อย่างไรก็ตาม กรรมฐานแต่ละกองให้กำลังสมาธิไม่เท่ากัน กล่าวคือ กสิณ 10 ให้กำลังถึงอัปนาสมาธิ คือ ฌาน 4, อสุภ 10 ให้กำลังถึงอัปนาสมาธิ คือ ฌาน 1, พรหมวิหาร 4 ให้กำลังถึงอัปนาสมาธิ คือ ฌาน 3 และ 4 สำหรับอุเบกขา ส่วน อนุสติทั้ง 10 นั้น เฉพาะ อานาปานสติ เท่านั้น ที่ให้กำลังถึงถึงอัปนาสมาธิ คือ ฌาน 4 ส่วน กายคตาสติ ให้กำลังถึงอัปนาสมาธิ เพียงฌาน 1 หรือปฐมฌาน เพียงเท่านั้น ในขณะที่อนุสติกองอื่น ๆ อีก 8 กอง เป็นต้นว่า พุทธานุสติกรรมฐาน ตลอดจนอาหารแปฏิกุลสัญญา และจตุรธาตุวัญฐานนั้น ให้กำลังเพียงระดับอุจารสมาธิ เท่านั้นไม่ถึงระดับฌาน จะเห็นได้ว่าแม้เป็นสมถกรรมฐานเหมือนกันแต่มีกำลังไม่เท่ากัน สอดคล้องกับ ทศนะของ พุทธทาสภิกขุ (2533, หน้า 114) ที่อธิบายว่า กรรมฐานบางอย่างไม่สามารถทำให้เกิดปฏิภาณนิมิตได้ คือ กรรมฐานจำพวกนามธรรมมาเป็นอารมณ์เสียแต่ต้น เช่น อนุสติ มี พุทธานุสติ เป็นต้น เพราะสิ่งที่เรียกว่าพุทธคุณเป็นนามธรรม ไม่เป็นวัตถุธาตุและไม่เนื่องด้วยวัตถุธาตุโดยตรง เหมือนกสิณ อสุภ หรืออานาปานสติ

วิปัสสนากรรมฐาน

จากการศึกษา พบว่า วิปัสสนากรรมฐาน หรือการเจริญปัญญานั้น มีความหมาย และมีวิธีการ ดังนี้

พุทธทาสภิกขุ (2534 ข, หน้า 106-107) อธิบายว่า ปัญญา แปลว่า ความรอบรู้ โดยเฉพาะรู้ในเรื่องการดับทุกข์ ในขั้นต้น คือ ได้ยินหรือได้ฟัง ในขั้นกลาง คือ การคิดค้น หรือการใช้เหตุผล ในขั้นปลาย คือ รู้เฉพาะว่าผ่านสิ่งนั้น ๆ ไปแล้ว ซึ่งเป็นความรู้ขั้นสูงสุด บางทีอาจเรียก วิปัสสนาภาวนาหรือการเจริญความเห็นแจ้งของสิ่งทั้งปวงไม่หลงอีกต่อไป

วชิณ อินทสระ (2537, หน้า 9) ให้ทัศนะ วิปัสสนากรรมฐาน ว่าอุบายหรือวิธีที่จะทำให้จิตสว่างด้วยปัญญา เช่น พิจารณาสິงทั้งหลายทั้งปวงที่ให้เห็น ได้ยิน ว่าไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน เมื่อมีอารมณ์กระทบเข้ามา ก็หยิบมาพิจารณา

พระธรรมปิฎก (ประยูร ปยุตโต) (2540, หน้า 20) อธิบายว่า วิปัสสนาภาวนา คือ การเจริญวิปัสสนามุ่งให้รู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง เกิดญาณภูตญาณทัศนะ กล่าวคือ รู้สภาวะของโลกและชีวิตตามความจริงทำให้จิตหลุดพ้น ซึ่งอยู่ภายใต้ไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ต่ำลงมาคือ รู้ตามเป็นจริงจากการพิจารณา คือพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริง

คุณ โทจันทร์ (2548, หน้า 16) อธิบายว่า วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง กรรมฐานที่เป็น อุบายเรื่องปัญญา อันเป็นไปเพื่อกำจัดกิเลสทั้งปวงในที่สุด โดยจะต้องเห็นแจ้ง ใน รูป นาม ไตรลักษณ์ มรรค ผล และนิพพาน

พระจุลนาค (สุชาติ อภิชาโต) (2550, หน้า 15) อธิบายว่า หลักของวิปัสสนา คือ การทำความเข้าใจเกี่ยวกับสภาวะธรรมทั้งหลายที่จิตไปเกี่ยวข้องด้วย เช่น รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์ ที่เราต้องสัมผัสผ่านอายตนะ 6 หรือ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 911) ให้ทัศนะว่า วิปัสสนา หมายถึง การเห็นแจ้งตามสภาวะธรรมที่เป็นจริงว่าสังขารทั้งปวงตกอยู่ภายใต้กฎไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โดยสามารถทำให้เกิดโดยการอบรมกรรมฐาน

พระอาจารย์สงบ มนต์สันโต (2551, 9 มิถุนายน, หน้า 16) อธิบายว่า วิปัสสนากรรมฐาน เกิดขึ้นจากวิปัสสนา คือปัญญาในการชำระกิเลส ส่วนสมาธิจะให้พลังงาน ดังนั้นวิปัสสนา เปรียบเสมือนผู้บังคับบัญชา ส่วนสมาธิเสมือนกับแรงงาน

เขมรังสีภิกขุ (2557, หน้า 19) วิปัสสนา หมายถึง ปัญญาที่รู้แจ้ง เห็นจริง ซึ่งต้องอาศัย การเจริญสติปัฏฐาน 4 อยู่เนื่อง ๆ โดยเขมรังสีภิกขุ (2559, หน้า 61-62) ยังให้ทัศนะเพิ่มว่า วิปัสสนา ต้องระลึกรู้เห็นปัจจุบัน กล่าวคือ กำลังสัมผัส ผัสสะขึ้น เย็นกระทบกายรู้สึก เมื่อมีการรู้สึก ก็ระลึกรู้ในส่วนนั้นทันที จะเห็นจริงต้องระลึกรู้ในอาการที่กำลังปรากฏ ไม่ควรไปนึกเอง เช่น จะได้ยินเสียง เกิด ดับ สลายตัว ต้องรู้ในขณะที่เกิดผัสสะขึ้นทางหูจริง ๆ วิปัสสนาจึงไม่ใช่การนึกคิด แต่มี สติรู้อยู่กับสิ่งที่ปรากฏอยู่ตรงหน้า ฉะนั้นหากเฝ้าคอยระลึกรู้ผ่านอายตนะ 6 ก็จะเห็นความจริง คือ ความเกิดขึ้น ความเสื่อมไป ความดับไป อาทิ สีกระทบตาเมื่อเห็น มันก็ต้องดับไป

ทั้งนี้ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยรวมแล้วก็หมายถึงการเจริญสติปัฏฐาน 4 นั่นเอง มีวิธีการ ดังนี้

พระมหาโชติปัญโญ (ใจ โสธรรัตน์) (2479, หน้า 158) ให้ทัศนะว่า สติปัฏฐาน 4 ได้แก่

- 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ สติกำหนดพิจารณากายเป็นอารมณ์ ว่ากายนี้ก็สักแต่ว่ากาย ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่เขา ไม่ใช่เรา
- 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ สติกำหนดพิจารณา เวทนา คือ สุข ทุกข์ และอุเบกขา ว่าเวทนานี้ก็สักแต่ว่าเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลเราหรือเขา
- 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ สติกำหนดพิจารณาใจที่เศร้าหมองหรือฟุ้งแว่วว่า ใจสักแต่ว่าใจ ไม่ใช่สัตว์บุคคล เราหรือเขา

และ 4) ธรรมานุปัสนาสติปัญญา คือ สติกำหนดพิจารณาธรรมที่เป็นกุศล และอกุศลที่บังเกิดกับใจ ว่าธรรมนี้สักแต่ว่าธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคล เขาหรือเรา

เสฐียรพงษ์ วรรณปก (2547, หน้า 27) ให้ทัศนะว่า วิธีที่จะทำให้มีสติกำกับรู้ตัวอยู่ตลอดเวลา มีหลักปฏิบัติ เรียกว่า สติปัญญา คือตั้งสติอย่างจริงจังทุกการเคลื่อนไหว คือ ยืน เดิน นั่ง นอน กิน เป็นต้น ฝึกควบคุมสติอยู่กับที่ เรียกว่า สติปัญญา 4 คือ การพิจารณา กาย เวทนา จิต ธรรม

พระธรรมสังฆนุราชจารย์ (จรัญ ฐิตธัมโม) (2548, หน้า 52-57) ให้ทัศนะว่า สติปัญญา 4 อันเป็นทางสายเอก ประกอบไปด้วย 1) กายานุสติปัญญา กำหนดสติ เช่น ยืน เดิน นั่ง และนอน (พิจารณาภายในกาย คือ สักแต่ว่ากาย ไม่มีเขาไม่มีเรา) 2) เวทนานุสติปัญญา ดูเวทนา 3 อย่าง ได้แก่ สุข ทุกข์ อุเบกขา (ใช้สติพิจารณาเวทนา) 3) จิตตานุสติปัญญา คือ ตั้งจิตตามรู้ เพราะเป็นนามธรรม ซึ่งจะเกิดผ่านอายตนะ 6 4) ธรรมานุสติปัญญา คือ มีสติรู้แยกจิต (มีสติปัญญา รู้จิตว่า เป็นกุศลหรืออกุศล)

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 981) อธิบายว่า สติปัญญา หมายถึง สติเป็นที่ตั้งเป็นวิธีบำเพ็ญกรรมฐานเพื่อการพ้นทุกข์ มี 4 อย่าง คือ กาย เวทนา จิตและธรรม โดยให้สติจดจ่อกับอารมณ์นั้นมิให้พลั้งเผลอ เช่น ระลึกลงในอิริยาบถ 4 โดยต้องมืองค์ประกอบ 3 ประการ คือ 1) มีความเพียรจะละกิเลส 2) มีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้เสมอ และ 3) มีสติระลึกรู้ทุกเมื่อ

เขมรังสีภิกขุ (2557, หน้า 20-21) ให้ทัศนะว่า การเจริญสติปัญญา 4 ประกอบไปด้วย การเจริญ กาย เวทนา จิต ธรรม ได้แก่ 1) กายานุสติปัญญา คือ การมีสติตามระลึกรู้กาย อยู่เนื่อง ๆ 2) เวทนานุสติปัญญา คือ การมีสติระลึกรู้ตามดูเวทนาอยู่เนื่อง ๆ 3) จิตตานุสติปัญญา คือ การมีสติตามระลึกรู้จิตอยู่เนื่อง ๆ และ 4) ธรรมานุสติปัญญา คือ มีสติตามระลึกรู้ธรรมในธรรมอยู่เนื่อง ๆ

กล่าวโดยสรุป การเจริญวิปัสสนาก็เพื่อกำจัดกิเลส โดยมีวิธีการเรียกว่าสติปัญญา 4 คือ การพิจารณา กาย เวทนา จิต และธรรม เช่น หากพิจารณากายก็ให้มีสติรู้ลมหายใจเข้าออก ไม่ต้องเอาจิตไปปรุงแต่ง ซึ่งการเจริญวิปัสสนาไม่สามารถเจริญได้ตลอดต้องสลับกับสมถกรรมฐาน เนื่องจาก วิปัสสนาอาจมีนิวรณ์เกิดขึ้นได้ จึงจำเป็นต้องใช้สมถกรรมฐานระงับนิวรณ์ไว้ สอดคล้องกับทัศนะของ พระอาจารย์สงบบ มนัสสันโต (2551, 9 มิถุนายน, หน้า 15) อธิบายว่า การเจริญวิปัสสนาหากใช้บ่อยครั้งอาจเมื่อยล้า จึงสลับกับการเจริญสมถกรรมฐาน โดยเปรียบเทียบเช่นขา 2 ขา ต้องเดินด้วยกัน เมื่อวิปัสสนากรรมฐาน และสมถกรรมฐานอยู่ด้วยกันจะรวมลงเป็นอริยะสังขาร ทั้งนี้การเจริญสติปัญญา 4 ใหม่เหมาะแก่จริตก็มีความสำคัญเช่นกัน เพราะหากปฏิบัติไม่เหมาะสม แก่นแล้วปฏิบัติก็ไม่เกิดขึ้น

โดยพระวิสุทธิวงศาจารย์ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 128-129) ให้ทัศนะว่า สติปัฏฐาน 4 นี้พระพุทธองค์ทรงเกื้อกูลไว้ในยัสต์ที่มีจริตต่างกัน จำแนกได้ 4 อย่าง ได้แก่

- 1) ตัณหาจริตอย่างอ่อน เป็นอารมณ์หยาบปฏิบัติแล้วเกิดผลได้ ควรเจริญกายนุสสนาสติปัฏฐาน มีนิมิตเกิดขึ้นไม่ยากเหมาะแก่สมถยานิกอย่างอ่อน
- 2) ตัณหาจริตอย่างกล้าเหมาะแก่เวทนาบุปฺสนาสติปัฏฐาน เป็นอารมณ์ที่เริ่มละเอียดปฏิบัติแล้วจึงเกิดผล เหมาะแก่สมถยานิกประเภทแก่กล้า
- 3) ทิฐิจริตอย่างอ่อน เหมาะแก่ จิตตานุสสนาสติปัฏฐาน อารมณ์ละเอียดแต่แยกออกไปไม่มาก ปฏิบัติแล้วจะเกิดผล เหมาะแก่วิปัสสนาญาณิกบุคคลอย่างอ่อน และ
- 4) ทิฐิจริตอย่างแรงกล้า ควรเจริญธรรมานุสสนาสติปัฏฐาน มีอารมณ์ที่ละเอียดลึกซึ่งมากปฏิบัติแล้วจึงเกิดผลเหมาะแก่วิปัสสนาญาณิกบุคคลประเภทแก่กล้า

ทั้งนี้ วชิร อินทสระ (2537, หน้า 9-12) อธิบายว่า ในการดับกิเลสชั้นสามสามารถจำแนกได้ 3 ประเภท คือ 1) ตทังคปหาน ตทังควิมุตติ ตทังคนิโรธ คือ การดับชั่วคราว เช่น พอเกิดกิเลสขึ้นก็ไม่สามารถดับได้อีกต่อไป อาทิ ความโกรธ 2) วิกขัมภณะ คือ การข่มกิเลสไว้ด้วยอำนาจของฌาน ซึ่งเป็นอำนาจที่มาจากเจริณสมถ และ 3) สมุจเจทนิโรธ หรือ สมุจเจทวิมุตติ คือ ดับโดยเด็ดขาด คือ การดับโดยอริยมรรค และเกิดสัมมาญาณ คือ ความรู้ชอบซึ่งเป็นผลรวมของมรรคมืองค์ 8 และสัมมาวิมุตติ คือ หลุดพ้นชอบ

สำหรับการเจริญวิปัสสนากรรมฐานก็คือ สมุจเจทนิโรธ เป็นการดับโดยเด็ดขาด คือ การดับโดยมรรคและผล ส่วนการเจริญสมาธิเป็นการดับโดย วิกขัมภณะ เป็นการดับชั่วคราวด้วยอำนาจแห่งฌาน ทั้งนี้สติปัฏฐาน 4 หมวดนี้ (กาย เวทนา จิต และธรรม) ยังสามารถจำแนกได้อย่างพิสดาร เป็น 21 แบบ (บรรพ) มีรายละเอียดดังนี้ (สุรพล ไกรสรารุณี, 2554, หน้า 20-44; ดังตฤณ, 2555, หน้า 33-417)

1. กายานุสสนาสติปัฏฐาน อธิบายวิธีคิดเกี่ยวกับร่างกายไว้ 14 แบบ ดังนี้

1) อานาปานบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่องอานาปานสติคือลมหายใจเข้าออก ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

2) อิริยาปถบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่อง ท่าทางของมนุษย์ ใน 4 อิริยาปถ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

3) สัมปชัญญะบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่อง โจรสัมปชัญญะ คือ การเคลื่อนไหวของมนุษย์ เช่น อิริยาปถย่อยทั้ง 7 คือ เดินหน้า ถอยหลัง แล เหลียว เหยียด กู้ ใช้สอยข้าวของ เครื่องใช้ต่าง ๆ ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

4) ธาตุมนสิการบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่อง ธาตุ 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

5) ปฏิภูมมนสิการบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่อง กายคตาสติ คือ องค์ประกอบของร่างกายมนุษย์ 32 อย่าง หรือที่เรียกว่า อากาโร 32 ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

6) นวสีวธิกบรรพพะ-อธิบายแนวพิจารณาคิดเรื่องนวสีหรือ ซากศพ 9 วาระ ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

2. เวทนานุปัสสนาสติปฏิฐาน อธิบายวิธีคิดเกี่ยวกับอารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการได้สัมผัสรับรู้ไว้ 1 แบบ คือ เวทนาบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่องเวทนา คือ ความรู้สึกสุขทุกข์ เศษ ๆ ที่เกิดจากการสัมผัสรับรู้ ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

3. จิตตานุปัสสนาสติปฏิฐาน อธิบายวิธีคิดเกี่ยวกับการรับรู้ไว้ 1 แบบ คือ จิตตบรรพพะ อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่องจิตคือ การรับรู้-ความคิดคำนึงมี กิริยาจิต ทั้ง 11 เป็นต้น ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

4. ธรรมานุปัสสนาสติปฏิฐาน อธิบายวิธีคิดเกี่ยวกับการรับรู้ไว้ 5 แบบ ดังนี้

1) ชั้นบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่องร่างกายและจิตใจทั้งหมด ตามการจัดหมวดแบบชั้น 5 ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

2) อายุคนบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่อง การรับรู้ทางประสาทสัมผัสทั้ง 6 ตามการจัดหมวดแบบอายตนะ 12 โดยพิจารณาตามการยึดติดที่ผูกมัดจิตของเหล่าสัตว์ของสังโยชน์ 10 ที่ผูกจิตในทุกปัจจุบันขณะ ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

3) นีวรณบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่อง จิตใจฝ่ายอกุศล 5 กลุ่ม ตามการจัดหมวดแบบนivrณ 5 อันส่งเสริมสมาธิ ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

4) โพชนังคบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่อง จิตใจฝ่ายดีงามพร้อมจะตรัสรู้ 7 อย่าง อันส่งเสริมศีล ตามการจัดหมวดแบบโพชนังค 7 ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

5) สัจจะบรรพพะ-อธิบายแนวคิดพิจารณาเรื่อง สภาวะอันเป็นปรมัตต์ ตามการจัดหมวดแบบอริยสัจ 4 อันส่งเสริมปัญญา ที่เมื่อคิดตามให้มากแล้วจะสามารถละลายอนุสัยกิเลสได้

ทั้งนี้จะเห็นได้ว่า จากสติปฏิฐานที่จำแนกโดยพิสดารนี้ ในหมวดของกายนุปัสสนาสติปฏิฐาน จะมีวิธีพิจารณาเกี่ยวกับกายมากที่สุด กล่าวคือ มีถึง 14 วิธี ทั้งนี้ก็ด้วยข้อที่ว่า การพิจารณาภายในเป็นการพิจารณาในส่วนที่เป็นของหยาบ ส่วนการพิจารณา เวทนา จิต ธรรมมีความประณีตมากยิ่งขึ้นนั่นเอง ทั้งนี้การเจริญสติปฏิฐาน 4 ต้องตั้งอยู่บนไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เสมอ ซึ่ง พุทธทาสภิกขุ (2501, หน้า 72) สรุปว่า พุทธศาสนาได้ปฏิเสธเวทนา และสัญญาว่าไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ในขณะที่เดียวกันยังปฏิเสธความคิด หรือตัวจิตว่าใช่ตัวไม่ใช่ตนเช่นกัน เพราะอาการที่

คิดขึ้นมาเป็นอาการของธรรมชาติ เป็นผลจากการปรุงแต่งหลายประการ สิ่งสำเร็จรูปที่คิดขึ้นมา อยู่ในกลุ่มของส่วนประกอบต่าง ๆ ที่ประกอบกันเป็นคน ดังนั้น ข้าพเจ้า หรือที่เป็นตัวตนเป็นสังขารหรือความคิดนี้ จึงถูกยืนยันว่าเป็นอนัตตา กล่าวคือ ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนเช่นเดียวกับขั้นอื่น ๆ

หลักธรรมที่เกื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน

จากการศึกษา พบว่า หลักธรรมที่เอื้อต่อการเจริญกรรมฐาน ได้แก่ โภธิปักขิยธรรม 37 ประการ โดย พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 151); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (255, หน้า 709); พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 273) ให้ทัศนะว่า โภธิปักขิยธรรม คือ ธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งการตรัสรู้ธรรม เกื้อกูลให้บรรลุโลกุตระธรรม มีทั้งหมด 37 ประการ ได้แก่ สติปัฏฐาน 4, สัมมัปปทาน 4, อธิธัมม 4, อินทรีย์ 5, พละ 5, โพชฌงค์ 7 และมรรคมงคล 8 รวม 7 อย่าง มีรายละเอียด ดังนี้

1. สติปัฏฐาน หมายถึง สติเป็นที่ตั้งเป็นวิธปฏิบัติกรรมฐานเพื่อการพ้นทุกข์ มี 4 อย่าง คือ กาย เวทนา จิตและธรรม โดยให้สติจดจ่อกับอารมณ์นั้นมีให้พลั้งเผลอ เช่น ระลึกละเมอในอิริยาบถ 4 โดยต้องมียกประกอบ 3 ประการ คือ 1) มีความเพียรจะละกิเลส 2) มีสติสัมปชัญญะ กำหนดรู้เสมอ 3) มีสติระลึกรู้ทุกเมื่อ (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 981))

2. สัมมัปปทาน 4 คือ การมุ่งมั่นทำความชอบ มี 4 ประการ ได้แก่ 1) สังวรปทาน คือ เพียรระงับการกระทำอกุศล ไม่ให้เกิดขึ้น (เพียรระวัง) 2) ปหานปทาน คือ เพียรละเลิกอกุศลที่กำลังกระทำอยู่ (เพียรละ) 3) อนุรักษนาปทาน คือ เพียรรักษา กุศลธรรม ที่เกิดขึ้นแล้ว (เพียรรักษา) และ 4) ภาวนापทาน คือ เพียรฝึกฝนบำรุงกุศลธรรม ให้เจริญยิ่งขึ้น (เพียรเจริญ) (พระมหาโชติปัญญา (ใจ ยโสธรรัตน์) (2479, หน้า 159); พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 152))

3. อธิธัมม 4 ได้แก่ 1) ความชอบใจทำพอใจรักใคร่ในสิ่งนั้น (จันทะ) 2) ความตั้งใจเพียรหมั่นประกอบในสิ่งนั้น (วิริยะ) 3) ความตั้งใจทำ เอาใจฝักใฝ่ในสิ่งนั้น ไม่ทอดทิ้งธุระ (จิตตะ) 4) ความเข้าใจทำ การใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรองหาเหตุผลในสิ่งนั้น (วิมังสา) (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 160))

4. อินทรีย์ 5 คือ คือ ความสามารถหลักทางจิต ห้า ประการ ได้แก่ 1) สัทธินทรีย์ คือ ความศรัทธา ในโภธิปักขิยธรรม 2) วิริยินทรีย์ คือ ความเพียร ในสัมมัปปทาน 4 3) สตินทรีย์ คือ ความระลึกได้ ในสติปัฏฐาน 4 4) สมาธินทรีย์ คือ ความตั้งมั่น ในฌานทั้ง 4 และ 5) ปัญญินทรีย์ คือ ความเข้าใจ ในอริยสัจ 4 (พระมหาโชติปัญญา (ใจ ยโสธรรัตน์) (2479, หน้า 159); พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 152-153); พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 187)

5. พละ 5 คือ กำลัง ห้า ประการ ได้แก่ 1) ศรัทธาพละ ความเชื่อ กำลังการควบคุม ความสงสัย 2) วิริยะพละ ความเพียร กำลังการควบคุมความเกียจคร้าน 3) สติพละ ความระลึกได้

กำลังการควบคุมความประมาท การไม่ใส่ใจ ใจลอย ไร้สติ 4) สมาธิพละ ความตั้งใจมั่น กำลังการควบคุมการวอกแวก ฟุ้งซ่าน และ 5) ปัญญาพละ ความรอบรู้ กำลังการควบคุมเพิกเฉย ไม่สนใจ หลงมงาย (พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 153))

6. โภชฌงค์ 7 คือ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้ หรือองค์ของผู้ตรัสรู้ มีเจ็ดอย่างคือ

1) สติ (สติสัมโพชฌงค์) ความระลึกได้ สำนึกพร้อมอยู่ ใจอยู่กับกิจ จิตอยู่กับเรื่อง 2) ชัมมวิจยะ (ชัมมวิจยสัมโพชฌงค์) ความเพียรธรรม ความสอดคล้องสืบค้นธรรม 3) วิริยะ (วิริยสัมโพชฌงค์) ความเพียร 4) ปีติ (ปีติสัมโพชฌงค์) ความอิ่มใจ 5) ปัสสัทธา (ปัสสัทธินสัมโพชฌงค์) ความสงบกายใจ 6) สมาธิ (สมาธิสัมโพชฌงค์) ความมีใจตั้งมั่น จิตแน่วในอารมณ์ 7) อุเบกขา (อุเบกขาสัมโพชฌงค์) ความมีใจเป็นกลาง เพราะเห็นตามเป็นจริง (พระมหาโชติปัญญา (ใจ ยโสธรรัตน์) (2479, หน้า 160); พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 153-154); พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 205-206))

7. มรรคมืองค์ 8 คือ หนทางดับทุกข์ โดยมรรค แปลว่า การปฏิบัติที่ถูกต้องหรือหนทางอันประเสริฐโดยในพระพุทธศาสนา ประกอบด้วย 8 ประการ หรือที่เรียกว่า มัชฌิมาปฏิปทา มีรายละเอียด ดังนี้ (พระมหาโชติปัญญา (ใจ ยโสธรรัตน์) (2479, หน้า 158); พุทธทาสภิกขุ (2534 ข, หน้า 116-117); เสฐียรพงษ์ วรรณปก (2547, หน้า 10-30); พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 154-155))

- | | | | |
|------------------|-----|-------------------|---------------|
| 1) สัมมาทิฐิ | คือ | ความเห็นชอบ | เป็นปัญญาขั้น |
| 2) สัมมาสังกัปป | คือ | ความดำริชอบ | เป็นปัญญาขั้น |
| 3) สัมมาวาจา | คือ | การพูดจาชอบ | เป็นศีลขั้น |
| 4) สัมมากัมมันโต | คือ | การทำงานชอบ | เป็นศีลขั้น |
| 5) สัมมาอาชีโว | คือ | การเลี้ยงชีพชอบ | เป็นศีลขั้น |
| 6) สัมมาวาจาโม | คือ | ความเพียรชอบ | เป็นสมาธิขั้น |
| 7) สัมมาสติ | คือ | ความระลึกชอบ | เป็นสมาธิขั้น |
| 8) สัมมาสมาธิ | คือ | ความตั้งใจมั่นชอบ | เป็นสมาธิขั้น |

ทั้งนี้ พุทธทาสภิกขุ (2534 ข, หน้า 116-117) สรุปว่า สองส่วนแรกเป็นปัญญา สามข้อถัดมาเป็นศีล สามข้อถัดมาเป็นสมาธิ ทำให้เห็นได้ว่า พระพุทธองค์ทรงแสดงปัญญาไว้เป็นเครื่องนำทางของการปฏิบัติพระองค์จึงแสดงปัญญาไว้ลำดับแรก กลายเป็น ปัญญา ศีล สมาธิ

กล่าวโดยสรุป สำหรับหลักธรรมที่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐานนั้น ก็คือโพธิปักขิยธรรม ทั้ง 37 ประการนั่นเอง โดยหลักสำคัญนั้นจะอยู่ที่ มรรคมืองค์ 8 กับสติปัฏฐาน 4 เนื่องจากว่า มรรคมืองค์ 8 เป็นวิธีการปฏิบัติโดยตรงซึ่งจะนำไปสู่การหลุดพ้น อันได้แก่ ศีล สมาธิ และปัญญานั่นเอง

ส่วนสติปัญญา 4 เป็นวิธีการเจริญปัญญาอันนำไปสู่วิมุตติจึงถือว่าเป็นหลักธรรมที่มีความเกี่ยวเนื่องกันโดยตรง โดยในส่วนนี้จะเป็นหลักธรรมที่นำไปสู่วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาที่ถูกต้อง

หลักธรรมที่ไม่เกื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน

จากการศึกษา พบว่า มีหลักธรรมที่ไม่เอื้อต่อการเจริญกรรมฐาน ได้แก่ นิวรรณ์ 5, ชั้นช 5, สังโยชน์ 10, จริต 6, ตัณหา 3, กามคุณ 5 และวิปัสสนากิเลส 10 รวม 7 ประการ มีรายละเอียด ดังนี้

1. นิวรรณ์ 5 คือ ตัวขัดขวางการเจริญสมาธิ ซึ่ง พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต) (2540, หน้า 16-18); พระครูสังฆรักษ์ (วิระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 66); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 425); พระวิสุทธิวารการณ์ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 9) ได้ทำการอภิปรายถึงนิวรรณ์ 5 ว่าเป็นตัวขวางกั้นการปฏิบัติสมาธิ โดยต้องใช้สมถกัจฉานิวรรณ์หากจัจฉานิวรรณ์ไม่ได้ จะไม่มีทางได้สมาธิ ทั้งนี้ นิวรรณ์ 5 อย่างมีดังนี้

1) กามฉันทะ คือความยินดี พอใจ เพลิดเพลินในกามคุณอารมณ์ ได้แก่ ความยินดี พอใจ ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (สิ่งสัมผัสทางกาย) อันนำยินดี นำรักใคร่พอใจ รวมทั้งความคิดอันเกี่ยวเนื่องด้วยรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะนั้น (คำว่ากามในทางธรรมนั้น ไม่ได้หมายถึงเรื่องเพศเท่านั้นแต่ยังหมายถึงความถึง ความใคร่ในความงามทั้งปวงด้วย)

2) พยาบาทะ คือ ความโกรธ ความพยาบาท ความไม่พอใจ ขัดเคืองใจ

3) ถีนมิทธะ แยกเป็นถีนะคือความหดหู่ท้อถอย และมีทธะคือความง่วงเหงาหาวนอน ถีนะและมีทธะนั้นมีอาการแสดงออกที่คล้ายกันมาก คือทำให้เกิดอาการเซื่องซึมเหมือนกัน แต่มีสาเหตุที่ต่างกันคือถีนะเป็นกิเลสชนิดหนึ่ง เกิดจากการปรุงแต่งของจิต ทำให้เกิดความย่อท้อ เบื่อหน่าย ไม่มีกำลังที่จะทำความเพียรต่อไป ส่วนมีทธะนั้นเกิดจากความเมื่อยล้าอ่อนเพลียของร่างกาย หรือจิตใจจริง ๆ เนื่องจากตรากตรำมาก หรือขาดการพักผ่อนที่เพียงพอ หรือการรับประทานอาหารที่มากเกินไป มีทธะนี้ไม่จัดเป็นกิเลส

4) อุทธัจจกุกกุจจะ แยกเป็นอุทธัจจะคือความฟุ้งซ่านของจิต และกุกกุจจะคือ ความรำคาญใจอุทธัจจะนั้นคือการที่จิตไม่สามารถยึดอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้เป็นเวลานาน จึงเกิดอาการฟุ้งซ่าน เลื่อนลอยไปเรื่องนั้นที่ เรื่องนี้ที่ ส่วนกุกกุจจะนั้นเกิดจากความกังวลใจ หรือไม่สบายใจถึงอกุศลที่ได้ทำไปแล้วในอดีต ว่าไม่น่าทำไปอย่างนั้นเลย หรือบุญกุศลต่าง ๆ ที่ควรทำแต่ยังไม่ทำได้ทำ ว่าน่าจะได้ทำอย่างนั้นอย่างนี้

5) วิจิกิจฉา คือความลังเลสงสัย ไม่แน่ใจ หรือไม่ปักใจเชื่อว่าสิ่งใดถูกสิ่งใดผิด หรือควรทำแบบไหนดี จิตจึงไม่อาจมุ่งมั่นในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งได้อย่างเต็มที่ สมาธิจึงไม่เกิดขึ้น

กล่าวโดยสรุป นิเวศทั้ง 5 ตัวนี้ มีเฉพาะอุทกจะเท่านั้นที่เกิดขึ้นตัวเดียวได้ ส่วนนิเวศตัวอื่น ๆ เมื่อเกิดจะเกิดขึ้นร่วมกับอุทกจะเสมอ นิเวศทั้ง 5 เป็นอุปสรรคสำคัญในการทำสมาธิ ถ้านิเวศตัวใดตัวหนึ่ง หรือหลายตัวเกิดขึ้น สมาธิก็ไม่อาจเกิดขึ้นได้เลย แต่นิเวศทั้ง 5 นี้ไม่เป็นตัวขวางกั้นวิปัสสนา ทั้งยังเป็นประโยชน์แก่วิปัสสนาอีกด้วย เพราะวิปัสสนานั้นเป็นการเรียนรู้ความจริงตามธรรมชาติ

2. ชั้น 5 คือ ตัวทุกข์ ซึ่ง พุทธทาสภิกขุ (2501, หน้า 65-67); พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2546, หน้า 53) อภิปรายว่า ชั้น 5 คือ ส่วนประกอบกันขึ้นเป็นโลก คือเป็นเป็นสัตว์เป็นคน เป็นกองแห่งรูปธรรมและนามธรรมรวมกัน มีดังนี้ 1) เวทนา หมายถึง ความรู้สึก 3 ประการ คือ สุขหรือพอใจอย่างหนึ่ง ทุกข์หรือไม่พอใจอย่างหนึ่งและเฉย ๆ แต่เป็นความรู้สึกเหมือนกัน 2) สัญญา หมายถึง การรู้ตัว เป็นความรู้สึกตัวเหมือนตื่นอยู่ เช่น ไม่สลบ ไม่หลับ ไม่ตาย 3) สังขาร คือ การปรุงแต่งประกอบกันขึ้นมาของจิต 4) วิญญาณ คือ จิตที่ทำหน้าที่รู้สึกซึ่งชั้นทั้ง 4 เป็นนามธรรม และ 5) รูปชั้น เป็นส่วนที่เป็นรูปธรรม คือเป็นรูป เช่นร่างกายเป็นวัตถุที่เป็นรูป ชั้น 5 นี้ เป็นที่ยึดเกาะของอุปาทานทั้ง 4 กล่าวโดยย่อ คือ รูป กับ นาม สอดคล้องกับทัศนะของ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 99) ให้ทัศนะว่า ชั้น 5 การแยกร่างกายออกเป็น ส่วนตามสภาพ 5 ส่วน ได้แก่ 1) รูป ได้แก่ ส่วนที่ผสมกันของธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ เช่น เส้นผม 2) เวทนา คือ ระบบรับรู้ ผ่านอายตนะ 6 3) สัญญา คือ ความจำได้ 4) สังขาร คือ การปรุงแต่งของจิต และ 5) วิญญาณ คือ ระบบรับรู้สิ่งนั้น ๆ

3. สังโยชน์ คือ ธรรมที่มัดสัตว์ไว้กับทุกข์ โดยประกาศรี สิทอำไพ (2535, หน้า 122); พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 284-285); พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวีโร) (2550, หน้า 156-158) ได้อภิปรายว่า สังโยชน์ คือ เครื่องผูกกิเลสที่ผูกมัดสัตว์ไว้ในสังสารวัฏ มี 10 ประการ (สังโยชน์ข้อ 1-5 จัดเป็นสังโยชน์เบื้องต้น และข้อ 1-10 จัดเป็นสังโยชน์เบื้องสูง) ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1) สักกายทิฏฐิ คือ ความเห็นว่าเป็นตัวตน เป็นเราเป็นเขา มองไม่เห็นสภาพความเป็นจริงว่าเป็นเพียงองค์ประกอบต่าง ๆ มาประสมกันเข้า

2) วิจิกิจฉา คือ ความลังเลสงสัย เช่น สงสัยในพระศาสนา สงสัยในพระธรรม สงสัยในพระสงฆ์ ในสิกขา ในปฏิจัมมูปบาท เป็นต้น

3) สัตถพตปรามาส คือ ความยึดถือถือศีลพรต อาทิ จะบริสุทธิ์ได้ด้วยศีลและพรตระเบียบปฏิบัติโดยสักแต่ทำตาม ๆ กันมา ไม่เข้าสู่อริยมรรค

4) กามราคะ คือ ความกำหนัดในกาม คิดใจในกามคุณ

5) ปฏิคะ คือ ความกระทบกระทั่งในใจ หรืองุ่นง่านใจ

6) รูปราคะ คือ ความคิดใจในรูปธรรมอันประณีต เช่น คิดใจในรูปฌาน ความสงบของสมาธิในรูปฌาน คิดใจปรารถนารูปภพ เป็นต้น

7) อรูปราคะ คือ ความคิดใจในอรูปธรรม คือ คิดใจในอารมณ์แห่งอรูปฌาน เป็นต้น

8) มานะ คือ ความถือตัว เช่น สูงกว่าเขา

9) อุทัจจะ คือ ความฟุ้งซ่าน ว้าวุ่น

10) อวิชชา คือ ความไม่รู้จริง ไม่รู้เท่าทันสภาวธรรม เช่น ไม่รู้ในอริยสัจจ์

4. จริต 6 หมายถึง 1) ราคะจริต หนักไปทางรักสวयรักงาม 2) โทสจริต หนักไปทางเจ้าอารมณ์ 3) โมหจริต หนักไปทาง หลงงมงาย 4) สัทธาจริต หนักไปทางเชื่อถือจริงใจ 5) พุทธิจริต หนักไปทางใช้ปัญญา และ 6) วิตกจริต หนักไปทางวิตกกังวล มีความฟุ้งซ่าน (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, 148); พระวิสุทธิวารการณ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (2556, หน้า 23-26))

5. ตัณหา 3 คือ ความทะยานอยาก มี 3 ประการ ได้แก่ 1) กามตัณหา คือ ความอยากได้ในกามคุณ 2) ภวตัณหา คือ ความอยากในภพ เช่น อยากเป็น อยากอยู่ตลอดไป และ 3) วิภวตัณหา คือ ความอยากดับสูญ อยากพราดไปจากตัวตนที่เป็นอยู่ (ประภาศรี สีหอำไพ, 2535, หน้า 100); วคิน อินทสระ, (2550, หน้า 132-133))

6. กามคุณ 5 คือ ความพอใจยินดีใน รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส (พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, 48); พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต) (2559, หน้า 60))

7. วิปัสสนูปกิเลส คือ เครื่องทำให้วิปัสสนาเศร้าหมอง มี 10 ประการ ได้แก่ 1) โอภาส คือ แสงสว่าง 2) ญาณ คือ ความรู้ 3) ปีติ คือ ความอิมใจ 4) บัณฑิติ คือ ความสงบ 5) สุข คือ ความสบาย 6) อธิโมกษ์ คือ การปักใจเชื่อ 7) ปักคาหะ คือ ความเพียร 8) อุปฏิฐาน คือ สติ 9) อุเบกขา คือ ความวางจิตเป็นกลาง 10) นิกันติ คือ ความพอใจ (พระครูสังฆรักษ์ (วิระ ฐานวิโร) (2550, หน้า 143); พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 914))

กล่าวโดยสรุปหลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐานนั้น ส่งผลให้เกิดสภาพติดขัดในการภาวนา เช่น อาจทำให้การภาวนาไม่ต่อเนื่องหรือไม่ประสบความสำเร็จได้ โดยสามารถจำแนกออกได้ ดังนี้ ในส่วนของนิ वर्ณ 5 จะเป็นตัวขัดขวางการเจริญสมาธิ อาทิ ความง่วงนอน เป็นต้น สำหรับชั้น 5 โดยย่อคือรูปกับนาม กับสังโยชน์ 10 ถือเป็นตัวการสำคัญที่เป็นอุปสรรคของการภาวนา เพราะหากสามารถทำลายชั้น 5 และสังโยชน์ 10 ได้เป็นอันว่าจบกิจพรหมจรรย์ไม่มีกิจอื่นต้องทำอีก หน้าที่ของผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลาย คือ ทำลายชั้น 5 และสังโยชน์ 10 นั้นนั่นเอง ในส่วนของหลักธรรมอื่น ๆ ที่ไม่เอื้อหนุนต่อการเจริญกรรมฐาน รองลงมา อาทิ วิปัสสนูปกิเลส เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นอุปสรรคอย่างรุนแรงสำหรับนักปฏิบัติ ในบางรายถึงขั้นอาการเป็นบ้า เพราะฉะนั้นนักปฏิบัติพึงระมัดระวัง ซึ่งจะนำหลักธรรมในส่วนนี้ไปอธิบายสภาพปัญหาจากการภาวนาต่อไป

ประวัติพระกรรมฐานธรรมยุติกนิกาย

ธรรมยุติกนิกายเป็นผลจากการฟื้นฟูพระพุทธศาสนาของพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว แต่ครั้งนั้นออกผนวชมีพระนามว่า “วชิรญาณ” อุปสมบทในนิกายสีมังกัลยาณีในรามัญประเทศ อันสืบมาแต่ลังกาเดิม โดยได้ทรงปฏิบัติและวางระเบียบอย่างเคร่งครัดตามพระวินัย จนเกิดพระสงฆ์นิกายหนึ่ง คือ ธรรมยุติกนิกาย หรือธรรมยุติ แปลว่า ผู้ประกอบด้วยธรรม, ชอบด้วยธรรม, ยุติโดยธรรม (ทรงผนวชครั้งแรก ณ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร) (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) (2543, หน้า 6))

ในระหว่างที่กำลังทรงพระปริวิตกถึงเรื่องความเสื่อมสูญแห่งวงศ์บรรพชาอุปสมบทอยู่นั้นเอง ก็ได้ทรงพบพระเถระชาวรามัญรูปหนึ่งชื่อ ชาย พุทฺธวโส โดยอุปสมบทมาแต่เมืองมอญ มาอยู่วัดบวรเมณฑลได้เป็นพระราชกณะที่ พระสุเมธมุนี เป็นผู้ชำนาญพระวินัยปิฎกประพจน์วัตรปฏิบัติอย่างเคร่งครัด สามารถทูลอธิบายเรื่องวัตรปฏิบัติของพระสงฆ์รามัญกัลยาณีที่ท่านได้รับอุปสมบทมาให้ทรงทราบอย่างพิสดาร ท่านพิจารณาเห็นว่าสอดคล้องต้องกันกับพระพุทธพจน์ที่ได้ทรงศึกษามาจากพระบาลีไตรปิฎก ก็ทรงเลื่อมใสและทรงรับเอาวินัยวงศ์นั้นเป็นแบบอย่างสำหรับปฏิบัติสืบมา ด้วยการทำทัฬหีกรรมคือทรงอุปสมบทซ้ำในคณะสงฆ์รามัญอีกครั้งหนึ่ง โดยมี พระสุเมธมุนี (ชาย พุทฺธวโส) เป็นพระอุปัชฌาย์ เมื่อ พ.ศ. 2368 อันเป็นปีที่ทรงผนวชได้ 2 พรรษา การทรงทำทัฬหีกรรมครั้งนี้นับเป็นครั้งที่ 1 (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน) (2543, หน้า 24-25); (สำนักงานคณะธรรมยุติ วัดบวรนิเวศวิหาร, 2561, 10 ตุลาคม))

พ.ศ. 2372 ทรงผนวชได้ 6 พรรษา เสด็จจากวัดมหาธาตุกลับไปประทับที่วัดสมอรายอีกครั้ง เพราะการประทับอยู่ที่วัดมหาธาตุอันเป็นที่สถิตของสมเด็จพระสังฆราชนั้น ทำให้ทรงรู้สึกไม่สะดวกพระราชหฤทัยในอันที่จะเปลี่ยนแปลงแก้ไขวัตรปฏิบัติทางพระวินัยทั้งในส่วนพระองค์และเพื่อนสหธรรมิกที่มาร่วมศึกษาปฏิบัติตามแนวพระราชดำริซึ่งเริ่มมีจำนวนเพิ่มขึ้นเพื่อความสะดวกพระราชหฤทัยและเพื่อไม่ให้เกิดครหา จึงเสด็จไปประทับที่วัดสมอราย (กระจำนันทโพธิ์, 2528, หน้า 38; สำนักงานคณะธรรมยุติ วัดบวรนิเวศวิหาร, 2561, 10 ตุลาคม)

ต่อมาทรงปรารภถึงเรื่องสีมา เพราะเป็นหลักฐานอย่างหนึ่งในสังฆกรรมตามพระพุทธบัญญัติจึงโปรดให้ขุนนิมิตสีมาวัดสมอรายขึ้นทูลพระเนตร ปรากฏว่านิมิตที่เป็นสีมานั้นเล็กไม่ได้ขนาด เป็นเหตุให้ทรงสงสัยถึงวิธีสมมติสีมาว่าน่าจะวิบัติไม่ถูกต้องโดยประการต่าง ๆ เมื่อทูลพระเนตรเห็นสีมาวิบัติแห่งหนึ่งแล้ว ทรงสงสัยถึงสีมาที่อื่น ๆ และทรงสงสัยว่าการอุปสมบทกรรมที่ทำในสีมานั้น ๆ น่าจะไม่บริสุทธิ์ จึงได้โปรดให้หาเหมาะสมมติเป็นโบสถ์น้ำขึ้นเรียกว่า โบสถ์แพ หน้าวัดสมอราย จากนั้นทรงแสวงหาพระสงฆ์รามัญที่อุปสมบทมาแต่กัลยาณีสีมาที่เชื่อกันว่าพระอรหันต์ผูกไว้ ณ รามัญประเทศ ได้ 18 รูป จากนั้นทรงทำทัฬหีกรรม คือ

อุปสมบทซ้ำในคณะสงฆ์รามัญอีกครั้งหนึ่ง ณ โบสถ์แพหน้าวัดสมอรายนั้น นับเป็นครั้งที่ 2 ด้วย
 ญัตติจตุตถกรรมวาจาทั้งทำนองมคธและทำนองรามัญกล่าวกันว่าเพื่อความมั่นพระราชหฤทัย
 ได้โปรดให้พระสงฆ์รามัญใน 18 รูปนั้น ผลัดเปลี่ยนกันเป็นอุปัชฌาย์ทำทัฬหีกรรมถวายถึง 6 ผลัด
 ที่โบสถ์แพหน้าวัดสมอรายนั้น ครั้งนี้ได้มีพระที่เป็นศิษย์ของพระองค์ร่วมทำทัฬหีกรรมด้วย
 อีกหลายรูป มีสมเด็จพระวันรัต (ทับ) เป็นต้น ต่อมาทรงย้ายมาเป็นอธิบดีสงฆ์ ณ วัดบวรนิเวศวิหาร
 ตามคำอาราธนาของพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว ตรงกับวันที่ 11 มกราคม พ.ศ. 2479
 (ปวเรศวริยาลงกรณ์, 2440, หน้า 3546; สำนักงานคณะกรรมการมรดก วัฒนธรรมมรดก วัฒนธรรมมรดก, 2561, 10 ตุลาคม)

สำหรับพระสงฆ์ภิกษุสงฆ์สยามกาลยาณี หมายถึงพระภิกษุสงฆ์ผู้อุปสมบทในสยามชื่อว่า
 กัลยาณี รามัญประเทศ สยามกาลยาณีนี้ พระเจ้าหงสาวดี นามว่า รามาธิบดี มหาปิฎกธร (ธรรมเจดีย์)
 (ระหว่าง ปี พ.ศ. 2015-2035) ทรงจัดการให้ผู้คน มีศิลาจารึกไว้ด้วยภาษามคธและภาษามอญ
 ตัวศิลาจารึกเดิมอยู่ที่ บ้านโชนโคโย นอกเมืองหงสาวดีด้านตะวันตก กว้าง 2 คืบ หนา 18 นิ้ว
 ปักเรียงกันไว้ 10 แห่ง มีอักษรรามัญจารึกทั้ง 2 ด้าน คำจารึกเป็นภาษามคธ 2 แห่ง แปลเป็นภาษา
 รามัญ 8 แห่ง จารึกนี้อธิบายว่า นับแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรินิพพานได้ 208 ปี พระเจ้าอโศกมหาราช
 ทรงศรัทธาแรงกล้าบำรุงพระศาสนาเป็นอันมาก มีพวกเดียรถีย์เข้ามาบวชบ้างประพฤติดลัทธิตาม
 ลัทธิเดิมของตน พระเจ้าอโศกมหาราช พร้อมทั้งพระโมคคัลลบุตรตีสระเถระ จึงได้ชำระศาสนาวงศ์ให้
 บริสุทธิ์ ด้วยการสังคายนาครั้งที่ 3 จากนั้นจึงส่งภิกษุไปสถานที่ต่าง ๆ เป็นต้นว่า พระมหินทเถระ
 ไปยังลังกา พระโสณะเถระ พระอุตรเถระ มายังสุวรรณภูมิ พระสงฆ์ทั้ง 2 ประเทศจึงเป็น
 วงศ์เดียวกัน เพราะรับอุปสมบทสืบแต่พระสงฆ์ที่พระเจ้าอโศกมหาราชส่งมาแต่กรุงปาฏลีบุตร
 (จารึกกาลยาณี, 2468, หน้า 108-114; สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก
 (เจริญ สุวฑฺฒโน) (2543, หน้า 37-38))

ปี พ.ศ. 1601 พระเจ้านุรุทธ แห่งปุกามนคร ได้นำพระสงฆ์และพระไตรปิฎกมายัง
 ปุกามนคร ต่อมาอีก 107 ปี พระเจ้าศิริสังฆโพธิปริกกรมพาทู ได้ทรงชำระพุทธศาสนาให้บริสุทธิ์
 อีกครั้ง ต่อมาพระเถระผู้เป็นบุตรชาวรามัญประเทศ ผู้เป็นอาจารย์ของพระเจ้าปุกามกับภิกษุ
 และสามเณรผู้หนึ่งออกไปลังกาทวีป เกิดการสนทนากันใหม่หมู่ภิกษุว่า ฝ่ายหนึ่งเป็นเชื้อสาย
 พระมหินทเถระ และอีกฝ่ายเป็นเชื้อสายพระโสณะเถระ และพระอุตรเถระ จึงสมานสังวาสทำสังฆกรรม
 ร่วมกัน ส่วนภิกษุผู้อุปสมบทใหม่จากสามเณร เมื่อพรรษาผ่าน 10 จึงชวนพระเถระลังกาได้ 4 รูป
 รวมเป็น 5 รูปมาตั้งอยู่ในปุกาม ทำสังฆกรรมของตนต่างหากไม่ร่วมกับภิกษุชาวปุกาม พระเถระ
 ทั้ง 5 เจริญขึ้นเป็นพหูเถระ ต่อมาพระสงฆ์สายลังกาวงศ์แตกออกมาเป็น 5 คณะ รวมเป็น 6 คณะ
 เป็นผู้มิสังวาสต่างกัน มีนิกายต่างกัน ไม่ทำสังฆกรรมร่วมกัน เมื่อจะทำสังฆกรรมก็ไม่มีความ

ผู้ทรงพระไตรปิฎกมาตัดสินว่าสิ่งนี้ควรสิ่งนี้ไม่ควร (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) (2543, หน้า 38-40))

ครั้งพุทธศาสนาว่างได้ 2002 ปี พระเจ้ารามาทิเบตี แห่งหงสาวดี ทรงโปรดเกล้าให้ชำระพระไตรปิฎก ให้ตรวจดูบาลีกับอรรถกถาฎีกา แล้วตัดสินพระวินัยเรื่องสีมา ทราบว่าเป็นสีมาวิบัติ และปริสวิบัติ จึงทรงตั้งปณิธานเพื่อชำระพุทธศาสนาให้บริสุทธิ์ โดยในลังกานั้นมีภิกษุสงฆ์อยู่คณะหนึ่งที่บริสุทธิ์ เรียกว่า มหาวิหารวาสิณิกาย ต่อมาแตกเป็น 2 นิกาย คือ มหาวิหารคณะหนึ่ง และอภัยคีรีวิหารคณะหนึ่ง ซึ่งทรงพิจารณาแล้วว่าคณะมหาวิหารเป็นคณะบริสุทธิ์ไม่ประกอบด้วยโทษ และประพฤติตัวคลุกคลีด้วยวงศ์ตระกูลเหมือนคณะอื่น พระองค์จึงอาราธนาให้พระภิกษุทั้งหลายไปยังเกาะสิฬส เลือกคณะอันบริสุทธิ์สืบมาแต่วงศ์คณะมหาวิหาร เว้นคณะอันน่าดิเสียนพระเถระทั้งหลายเห็นชอบ จึงเลือกพระเถระ 22 รูป พระภิกษุอนุจรอีก 22 รูป รวม 44 รูปไปยังลังการับการอุปสมบทใหม่ (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) (2543, หน้า 42-43))

เมื่อคณะสงฆ์บริสุทธิ์แล้วจากคณะสงฆ์รามัญลังกาวงศ์ พระเจ้ารามาทิเบตีจึงเลือกคามเขตน้อย ๆ เพื่อผูกพัทธสีมาให้ถูกต้อง จึงได้คามเขตบริเวณชายป่าตะวันตกแห่งพระมหาเจดีย์มูเตา จึงแผ้วถางสถานที่นั้น และพระราชทานนามว่า กัลยาณีสีมา เพราะภิกษุทั้งหลายอุปสมบทในอุทกทุกเขปสีมาในแม่น้ำกัลยาณีเป็นผู้สมมติสีมานี้ขึ้น ในเวลาต่อมาจึงเชิญภิกษุผู้อยู่ในวงศ์คณะมหาวิหาร นามว่า สุวฑฺฒน โสภณ เป็นอุปัชฌาย์ เพราะพระเถระที่บวชนี้ยังพรรษาไม่พ้น 10 ไม่สามารถเป็นอุปัชฌาย์ได้ โดยในเวลาต่อมาได้มีการบวชแปลงกันในสีมากัลยาณีจำนวนมาก ในปี ค.ศ. 2019-2022 มีจำนวนถึง 15,666 รูป (สมเด็จพระญาณสังวร พระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน) (2543, หน้า 43-44))

กล่าวโดยสรุป ธรรมยุตินิกายมีต้นกำเนิดจากสีมากัลยาณี แห่งรามัญประเทศปัจจุบัน คือประเทศพม่า มูลเหตุแห่งการเกิดสงฆ์คณะนี้ก็เนื่องจาก เกิดการวิบัติ มีสีมาวิบัติ เป็นต้น (สิ่งที่กระทำมาใช้ไม่ได้ เป็นโมฆะ อาทิ สมมติไม่มีนิมิตขนาดเล็กเกินไป หรือไม่สามารถบรรจุภิกษุได้ 21 รูป ให้นั่งเข้าหัดบาสกัน เป็นต้น) สิ่งเหล่านี้ทำให้สังฆกรรมในหมู่สงฆ์เสียใช้ไม่ได้ จึงจำเป็นต้องได้รับการอุปสมบทใหม่อย่างเป็นแบบแผนตามพระวินัยเดิม โดยเกิดการอุปสมบทใหม่ ณ ลังกา เพราะวงศ์นี้อยู่วงศ์เดียวกับรามัญประเทศ อันสืบมาแต่การสังคายนาพระไตรปิฎกครั้งที่ 3 สมัยพระเจ้าอโศกมหาราช โดยวงศ์นี้มีความบริสุทธิ์และประพฤติตามพระวินัย

พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ครั้นยังผนวชอยู่ นามว่า วชิรญาณ เล็งเห็นความวิบัติแห่งสีมา เป็นต้นว่า ลูกนิมิตของวัดสมอราย ไม่ได้มาตรฐาน จึงทรงทำทัฬหีกรรมใหม่โดยใช้เพมาสร้างเป็นสีมาน้ำแทน ซึ่งก่อนหน้านั้นทรงเคยยุติเป็นภิกษุในรามัญนิกายมาก่อนหน้านั้นแล้ว

กับ พระอาจารย์ชาย พุทธวังโส เนื่องจากทรงเห็นการกระทำของภิกษุในขณะนั้นประพฤติดิวินัยอาทิ การจับเงิน เป็นต้น การกระทำของพระองค์ก่อให้เกิดคณะสงฆ์ภิกษุใหม่ เรียกว่า ธรรมยุติกนิกาย หรือ ยุติโดยธรรม ขึ้น โดยสถานที่แห่งแรกอย่างเป็นทางการที่ทรงเผยแผ่คำสอนคือ วัดบวรนิเวศวิหาร จากนั้นจึงกระจายไปยังสถานที่ต่าง ๆ อาทิ วัดบรมนิวาสราชวรวิหาร เป็นต้น

ประวัติพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต กำเนิดในสกุลแก่นแก้วโดยนายคำด้วงเป็นบิดา นางจันทร์เป็นมารดา นับถือพระพุทธศาสนาประจำสกุลตลอดมา เกิดวันพฤหัสบดี เดือนยี่ ปีมะแมวันที่ 20 มกราคม พ.ศ. 2413 ที่บ้านคำบง ตำบลโขงเจียม จังหวัดอุบลราชธานี มรณภาพ 11 พฤศจิกายน พ.ศ. 2492 ณ วัดป่าสุทธาวาส จังหวัดสกลนคร อายุ 79 ปี 56 พรรษา มีพี่น้องร่วมท้องกัน 9 คน แต่เวลาท่านมรณภาพปรากฏว่า ยังเหลือเพียง 2 คน ท่านเป็นคนหัวปี มีร่างเล็ก ผิวขาวแดง มีความเข้มแข็ง ว่องไวประจำนิสัย มีสติปัญญาเฉลียวฉลาดมาแต่เล็ก พออายุได้ 15 ปี ได้บรรพชาเป็นสามเณรอยู่ในสำนักวัดบ้านคำบง มีความสนใจและรักชอบในการศึกษาธรรมะ เรียนสูตรต่าง ๆ ในสำนักอาจารย์ ได้อย่างรวดเร็ว มีความประพฤติกุศลและอหิงสาเรียบร้อย ไม่เป็นที่หนักใจหมู่คณะและครูอาจารย์ที่ให้ความอนุเคราะห์ (พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ม.ป.ป., หน้า 2); อ.อิทธิเวช, 2554, หน้า 20-21)

เมื่อบวชได้ 2 ปี ท่านจำต้องสึกออกไปตามคำขอร้องของบิดาที่มีความจำเป็นต่อท่าน แม้สึกออกไปแล้ว ท่านก็ยังมีความมั่นใจที่จะบวชอีก เพราะมีความรักในเพศนักบวชมาประจำนิตยเวลาสึกออกไปเป็นฆราวาสแล้ว ใจท่านยังประหวัดถึงเพศนักบวชมิได้หลงลืมและจิตใจ ทั้งยังปักใจว่าจะกลับมาบวชอีกในไม่ช้า ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะอำนาจศรัทธาที่มีกำลังแรงกล้าประจำนิตยมาดั้งเดิมก็เป็นได้ (พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ม.ป.ป., หน้า 2); อ.อิทธิเวช, 2554, หน้า 21)

พออายุได้ 22 ปี ท่านมีศรัทธาอยากบวชเป็นกำลังจึงได้ลาบิดามารดา ท่านทั้งสองก็อนุญาติตามใจไม่ขัดศรัทธา เพราะมีความประสงค์จะให้ลูกของตนบวชอยู่แล้ว พร้อมทั้งมีศรัทธาจัดแจงบริวารในการบวชให้ลูกอย่างสมบูรณ์ ท่านได้เข้าอุปสมบทเป็นพระภิกษุที่วัดศรีทองในตัวเมืองอุบล มีท่านพระอริยกวีเป็นพระอุปัชฌาย์ ท่านพระครูสีทาเป็นพระกรรมวาจาจารย์ ท่านพระครูประจักษ์อุบลคุณเป็นพระอนุสาวนาจารย์ เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน พ.ศ. 2436 พระอุปัชฌาย์ให้นามฉายาว่า ภูริทัตโต เมื่ออุปสมบทแล้วได้มาอยู่ในสำนักวิปัสสนากับท่านพระอาจารย์เสาร์ กนตสีโล วัดเลียบ เมืองอุบล (ปฐม นิคมานนท์และภัทธา นิคมานนท์, 2552, หน้า 21)

พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เริ่มปฏิบัติวิปัสสนาใหม่ ๆ ในสำนักพระอาจารย์เสาร์ กนตสีโล วัดเลียบ อุบลราชธานี ท่านบริหารภิกษุด้วยบท พุทโธ ประจำนิสสัยที่ชอบกว่าบรรดาบทธรรมอื่น ๆ ในขั้นเริ่มแรกยังไม่ปรากฏเป็นความสงบสุขมากเท่าที่ควร ทำให้มีความสงสัยในปฏิปทาว่าจะถูกหรือผิดประการใด แต่มิได้ลดละความเพียรพยายาม ในระยะต่อมาผลปรากฏเป็นความสงบพอให้ใจเย็นบ้าง ในคืนวันหนึ่งเกิดสุบินนิมิตว่า ท่านออกเดินทางจากหมู่บ้านเข้าสู่ป่าใหญ่อันรกชัฏที่เต็มไปด้วยขวากหนามจนจะหาที่คั่นคั่นผ่าน ไปแทบไม่ได้ ท่านพยายามชอกชอน ไปตามป่านั้นจนฟันไปได้โดยพลอดกัย พอพ้นจากป่าไปถึงทุ่งกว้างจนสุดสายตา เดินตามทุ่งไปโดยลำดับไม่ลดละความพยายาม ขณะที่เดินตามทุ่งไปได้พบไม้ต้นหนึ่งชื่อต้นชาติ ซึ่งเขาตัดล้มเอง ขอนจมนดินอยู่เป็นเวลานานปี เปลือกและกระพี้ผุพังไปบ้างแล้ว ไม้ต้นนั้นรู้สึกใหญ่โตมาก ท่านเองก็ปีนขึ้นและไต่ไปตามขอนชาติที่ล้มนอนอยู่นั้น พร้อมทั้งพิจารณาอยู่ภายใน และรู้ขึ้นมาว่า ไม้นี้จะไม่มีการงอกขึ้นได้อีก โดยเทียบกับชาติของท่านว่าจะไม่กำเริบให้เป็นภพ-ชาติสืบต่อไปอีกแน่นอน (พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ม.ป.ป., หน้า 2-3); อ.อิทธิเวช, 2554, หน้า 35-36)

คำว่าขอนชาติท่านพิจารณาเทียบกับชาติความเกิดของท่านที่เคยเป็นมา ที่ขอนชาติผุพังไปไม่กลับงอกขึ้นได้อีก เทียบกับชาติของท่านว่าจะมีทางสิ้นสุดในอัตภาพนี้แน่ ถ้าไม่ลดละความพยายามเสีย ทุ่งนี้เว้งกว้างขวางเทียบกับความไม่มีสิ้นสุดแห่งวิภวณของมวลสัตว์ ขณะที่กำลังขยิบพิจารณาอยู่ ปรากฏว่ามีม้าสีขาวตัวหนึ่งรูปร่างใหญ่และสูงเดินเข้ามาเทียบที่ขอนชาตินั้น ท่านนึกอยากรจะขี่ม้าขึ้นมาในขณะนั้น เลยปีนขึ้นบนหลังม้าตัวแปลกประหลาดนั้น ขณะนั้นปรากฏว่าม้าได้พาท่านวิ่งไปอย่างเต็มกำลังฝีเท้า ท่านเองก็มีได้นึกว่าจะไปเพื่อประโยชน์อะไร ณ ที่ใด แต่ม้าก็พาท่านวิ่งไปอย่างไม่ลดละฝีเท้า โดยไม่กำหนดทิศทางและสิ่งทีตนพึงประสงค์ใด ๆ (พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ม.ป.ป., หน้า 3); อ.อิทธิเวช, 2554, หน้า 36)

ในขณะนั้น ระยะเวลาที่ม้าพาวิ่งไปตามทุ่งอันกว้างขวางนั้น รู้สึกว่าไกลแสนไกล โดยไม่อาจจะคาดได้ ขณะที่ม้ากำลังวิ่งไปนั้น ได้แลเห็นตู้ใบหนึ่ง ในความรู้สึกว่าเป็นตู้พระไตรปิฎก ซึ่งวิจิตรด้วยเงินสีขาวงดงามมาก ม้าได้พาท่านตรงเข้าไปสู่ตู้นั้นโดยมิได้บังคับ พอถึงตู้พระไตรปิฎก ม้าก็หยุด ท่านก็รีบลงจากหลังม้าทันทีด้วยความหวังจะเปิดดูตู้พระไตรปิฎกที่ตั้งอยู่เฉพาะหน้า ส่วนม้าก็ได้หายตัวไปในขณะนั้น โดยมิได้กำหนดว่าได้หายไปทิศทางใด ท่านได้เดินตรงเข้าไปหาตู้พระไตรปิฎกที่ตั้งอยู่ที่สุดของทุ่งอันกว้างนั้น ซึ่งมองจากนั้นไปเห็นมีแต่ป่ารกชัฏที่เต็มไปด้วยขวากหนามต่าง ๆ ไม่มีช่องทางพอจะเดินต่อไปอีกได้ แต่มิทันจะเปิดดูตู้พระไตรปิฎกว่ามีอะไรอยู่ข้างในบ้าง เลยรู้สึกตัวตื่นขึ้น (พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ม.ป.ป., หน้า 3); อ.อิทธิเวช, 2554, หน้า 36-37)

สุบินนิมิตนั้นเป็นเครื่องแสดงความมั่นใจว่า จะมีทางสำเร็จตามใจหวังอย่างแน่นอน ไม่เป็นอย่างอื่น ถ้าไม่ลดละความเพียรพยายามเสียเท่านั้น จากนั้นท่านได้ตั้งหน้าประกอบความเพียรอย่างเข้มแข็ง มีบทพุทโธเป็นคำบริกรรมประจำใจในอิริยาบถต่าง ๆ อย่างมั่นใจ ส่วนธรรมคือ รูดวงควัตรที่ท่านศึกษาเป็นประจำด้วยความรักสรวงอย่างยิ่งตลอดมา นับแต่เริ่มอุปสมบทจนถึง วันสุดท้ายปลายแดนแห่งชีวิต ได้แก่ ถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร ไม่รับคหปติจิ๋วที่เขาถวายเป็นมือ 1 บิณฑบาตเป็นวัตรประจำวันไม่ลดละ เว้นเฉพาะวันที่ไม่ฉันเลยก็ไม่ไป 1 ไม่รับอาหารที่ตามส่ง ทีหลัง คือรับเฉพาะที่ได้มาในบาตร 1 ฉันมือเดียว คือฉันวันละหน ไม่มีอาหารว่างใด ๆ ที่เป็นอามิส เข้ามาปะปนในวันนั้น ๆ 1 ฉันในบาตร คือมีกาชนะใบเดียวเป็นวัตร 1 อยู่ในป่าเป็นวัตร คือเที่ยวอยู่ตามร่มไม้บ้าง ในป่าธรรมคา ในภูเขาบ้าง หุบเขาบ้าง ในถ้ำ ในเงื้อมผาบ้าง 1 ถือผ้าไตรจิ๋วเป็นวัตร คือมีผ้า 3 ผืน ได้แก่ สังฆาฏิ จีวร สบง (เว้นผ้าอาบน้ำฝนซึ่งจำเป็นต้องมีในสมัยนี้) (พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ม.ป.ป., หน้า 3-4); ปฐม นิคมานนธ์และภัทรา นิคมานนธ์, 2552, หน้า 40)

ในระยะต่อมาที่แน่ใจว่าจิตมีหลักฐานมั่นคงพอจะพิจารณาได้แล้ว ท่านจึงย้อนมาพิจารณาสุบินนิมิตจนได้ความโดยลำดับว่า การออกบวชปฏิบัติตนสมควรแก่ธรรมก็เท่ากับ การยกระดับจิตใจให้พ้นจากความผิดมีประเภทต่าง ๆ เปรียบเหมือนบ้านเรือนอันเป็นที่รวมแห่ง สรรพทุกข์ และป่าอันรกชัฏทั้งหลายอันเป็นที่ชุ่มชื้นแห่งภัยทั้งปวง ให้ถึงที่เวียงวังไม่มีจุดหมาย ทั้งนี้ เมื่อเข้าถึงแล้ว เป็นคุณธรรมที่แสนสบายหายกังวลโดยประการทั้งปวง ด้วยปฏิบัติทาส้อปฏิบัติ ที่เปรียบเหมือนม้าตัวอาจเป็นพาหนะขับขีไปถึงที่อันเกษม และพาไปพบตู้พระไตรปิฎกอันวิจิตร สวยงาม แต่ว่าสนาไม่อำนวยความสะดวก จึงเป็นเพียงได้เห็น แต่มิได้เปิดตู้พระไตรปิฎกออกชม อย่างสมใจเต็มภูมิแห่งจุดปฏิสัมภิทาญาณทั้งสิ้น... จึงเป็นเพียงได้ชมตู้พระไตรปิฎก และตกลออกมา เป็นผลให้ท่านได้รับเพียงชั้นปฏิสัมภิทานุศาสน์ (ไม่ถึงปฏิสัมภิทาญาณ) (พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ม.ป.ป., หน้า 4); ปฐม นิคมานนธ์และภัทรา นิคมานนธ์, 2552, หน้า 29)

กล่าวโดยสรุป พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เป็นพระผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ โดยเป็นแบบอย่างในการเป็นผู้มีกน็อย ถือสัน โดษ รวมไปถึงการเป็นตัวอย่างของพระป่าในการถือ รูดวงควัตร แม้ว่าพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต จะไม่ได้เป็นพระอรหันต์ระดับปฏิสัมภิทาญาณ แต่ความเป็นพระปฏิสัมภิทานุศาสน์ ซึ่งระดับลดลงมาจากปฏิสัมภิทาญาณเล็กน้อย ส่งผลให้ท่านมีวิชา สามารถนำไปสู่การอบรมศิษย์จำนวนมากมายให้บรรลุมรรคผล เพราะทำที่สุดแล้ววิมุตติ คือ อสวัภกขญาณย่อมเป็นแบบเดียวกันไม่เป็นอื่น เพียงแต่คุณวิเศษอาจต่างกันบ้างเท่านั้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

ประภาศรี สีหอำไพ (2526) ได้ทำการศึกษา เรื่อง การใช้ภาษาในธรรมกถาของ พระกรรมฐาน สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต พบว่า ประเด็นสำคัญของ ธรรมกถา คือ การหมั่น พิจารณาธรรมเพื่อให้จิตรวมลงในแห่งเดียวกัน ซึ่งอาจเรียกว่า สถิติภูตังก็ได้ เป็นลักษณะจิตดั้งเดิม ของสังสารวัฏ อบรมให้รู้เท่าทันความเป็นจริง โดยเฉพาะการอบรมใน ไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิและ ปัญญา โดยใช้คำบริกรรม “พุทโธ” ในการเจริญอานาปานสติเพื่อนำไปสู่การหลุดพ้นด้วยวิปัสสนา ภาวนา

อรทัย ท้าวสัน (2531) ได้ทำการศึกษา การศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานแบบ วัดอโศการามและวัดพระธรรมกาย พบว่า การปฏิบัติกรรมฐานในส่วนสมถกรรมฐาน ของวัดอโศการาม ส่วนใหญ่ใช้วิธี คือ อานาปานสติกรรมฐาน และกายคตานุสติกรรมฐาน เป็นต้น ส่วนการปฏิบัติ กรรมฐานของวัดพระธรรมกาย จะใช้วิธีการเพ่งลูกแก้วจนได้นิมิต และกำหนดไว้ที่ศูนย์กลาง ของกาย เป็นต้นว่า กาย 18 กาย ตั้งแต่กายหยาบ ไปจนถึงกายละเอียด นอกจากนี้ผลการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่ของการเจริญอานาปานสติแล้วเสื่อม เพราะโทสจริต ควรเจริญพรหมวิหาร 4 ให้มาก หรือ การเจริญอสุภซึ่งกำจัดราคะ โดยตรงนอกจากนี้ยังตั้งข้อสังเกตว่าการภาวนาเน้นทำสมาธิเป็นบาท สำหรับเจริญวิปัสสนา หากไม่สำเร็จมาก่อนจะเจริญวิปัสสนาไม่ได้

สุเชาว์ พลอยชุม (2549) ได้ทำการศึกษา เรื่อง สำนักวิปัสสนา สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต พบว่า ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ทั้งที่เป็นธรรมยุคและมหานิกายมีวัตรปฏิบัติ เหมือนกัน 5 ประการ คือ 1) รักษาพระวินัยอย่างเคร่งครัด 2) การปฏิบัติชุกตวัตร อาทิ บิณฑบาต เป็นวัตร ฉนในบาตร อยู่ป่าเป็นวัตร เป็นต้น 3) ทำวินัยกรรมตามพระวินัย ได้แก่ การใช้ผ้าสีทนะ (ผ้าปูนั่ง) เป็นต้น 4) การทำวัตรประจำวันเสมอ เช่น การทำวัตรเช้า-ค่ำ และ 5) การเจริญภาวนาในที่ สงบ ตำรวมในอิริยาบถ อย่างไรก็ตามพบว่า ส่วนใหญ่กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ยังไม่ทำ สังฆกรรมร่วมกัน อาทิ รับกฐิน อปสมบพ เป็นต้น ซึ่งเป็นการปฏิบัติตามประเพณีนิยมแต่ไม่ได้ รังเกียดด้วยว่าต่างนิกายกัน

พระวงศ์แก้ว วราโภ (เกษร) (2556) ได้ทำการศึกษา เรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบ การปฏิบัติกรรมฐานของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) กับ พระธรรมวิสุทธิมงคล (บัว ญาณสัมปันโน) ผลการศึกษาพบว่า ธรรมเนียมปฏิบัติตามแบบกรรมฐาน สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต โดย เน้นการเจริญอานาปานสติกรรมฐานเป็นหลัก สำหรับวิธีปฏิบัติ กรรมฐานก็มีความคล้ายคลึงกัน นอกจากนี้ผลการศึกษาบ่งชี้ว่า กรรมฐานทั้ง 2 ฝ่ายนี้มีภปฏิบัติใน

อิริยาบถ 3 คือ ยืน เดิน นั่ง เว้นนอน และส่วนใหญ่นิยมปฏิบัติแบบสมถยานิก (เจริญสมาธิก่อน
ค่อยเจริญวิปัสสนากรรมฐานในภายหลัง)

ชกาจ วรรณไพบูลย์ (2557) ได้ทำการศึกษา เรื่อง งานด้านวิปัสสนาธุระของพระสงฆ์
สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต พบว่า คุณลักษณะของกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
เน้นปฏิบัติกรรมฐานภายใต้หลักไตรสิกขาอย่างเคร่งครัด และมีคุณลักษณะดังต่อไปนี้ คือ เคารพ
หลักอวสุโทกันเต หมายถึง เคารพผู้มีพรรษามากกว่า สนใจในการทำวัตรเช้าและค่ำ มีอาจริยาวัตรที่
คือ ปฏิบัติกิจอันเหมาะสมแก่พรหมจรรย์ ประพฤติอุปัชฌายวัตร หมายถึง กิจที่ปฏิบัติต่ออุปัชฌาย์ของ
ตน อาทิ อุปัฏฐาก เป็นต้น รวมไปถึงการเป็นผู้มักน้อย เพราะนิยมถือคติธุดงค์วัตร อันทำให้เกิด
ความสันโดษอันเป็นคุณสมบัติที่เหมาะสมกับผู้ประพฤติธรรมอีกด้วย

พระพรศักดิ์ ฐานวโร (วิจิตรธรรมรส) (2558) ได้ทำการศึกษา เรื่อง ศึกษาวิเคราะห์ปฏิบัติ
กรรมฐานของสมเด็จพระอริยวงษญาณ สมเด็จพระสังฆราช (สุก ญาณสังวร) ตามแนวทาง
พระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องจากการปฏิรูปกรรมฐานในสมัยรัชกาลที่ 2 พบว่า
วิธีปฏิบัติกรรมฐานตามคัมภีร์ของพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น มีวิธีการปฏิบัติแบบลำดับ คือ
ศีล สมาธิและปัญญา เน้นการสำรวมในศีลและอินทรีย์ รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร เป็นต้น
จากนั้นจึงเพียรฝึกจิต ด้วยการเดินจงกรมและการทำสมาธิ โดยวิธีการปฏิบัติ คือ หลังจากขึ้น
พระกรรมฐาน และขอมาพระรัตนตรัยแล้วจึงนั่งกรรมฐาน กำหนดจิตไว้ที่ได้สะดวกประมาณ 2 นิ้ว
ภวานา “พุทโธ” ประมาณ 15-20 นาที โดยนั่งจนปิติทั้ง 5 เกิดขึ้นแล้วจึงเจริญอานาปานสติ กำหนด
ลมหายใจ 9 จุด จากนั้นเจริญสมถกรรมฐานกองอื่นๆ คือ กายคตาสติ กสิณ 10 อสุภ 10 เป็นต้น
จนครบ 40 กอง จึงเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อ บรรลุเป็นพระเจโตวิมุตติ โดยจะมีอาจารย์คอยสอบ
อารมณ์เสมอ

Charoensukmongkol (2013) ได้ทำการศึกษาเรื่อง The Contributions of Mindfulness
Meditation on Burnout, Coping Strategy, and Job Satisfaction พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้ง 147 คน
ซึ่งเป็นกลุ่มคนทำงาน และผู้ประกอบการ โดยวิเคราะห์ผลทางสถิติโดยใช้สมการโครงสร้าง บ่งชี้ว่า
ผู้ที่ปฏิบัติกรรมฐานแนวการเจริญสติปัฏฐานจะมุ่งการแก้ไขปัญหามากกว่าการใช้อารมณ์ ส่วนกลุ่ม
ที่ขาดประสบการณ์จะมุ่งใช้อารมณ์มากกว่า โดยพบว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้กลุ่มผู้ปฏิบัติกรรมฐาน
มุ่งแสวงหาวิธีแก้ปัญหามากกว่า เพราะเกิดเชื่อมั่นในศักยภาพของตนว่าทำได้ ซึ่งเป็นผลสืบเนื่อง
จากความฉลาดทางอารมณ์นั่นเอง อารมณ์ที่สงบและจิตใจที่สงบทำให้สติและศักยภาพใน
การไตร่ตรองไม่ถูกรบกวนงำโดยอารมณ์ด้านลบมากเกินไป ปัจจัยนี้ทำให้ผู้ปฏิบัติกรรมฐานสามารถ
จัดการกับสภาพปัญหาที่เข้ามาในชีวิตได้ ผิดกับกลุ่มที่ขาดประสบการณ์มักเลือกที่จะหนีปัญหา
มากกว่า

Charoensukmongkol (2014) ได้ทำการศึกษาเรื่อง Benefits of Mindfulness Meditation on Emotional Intelligence, General Self-Efficacy, and Perceived Stress: Evidence from Thailand พบว่า จากการเก็บกลุ่มตัวอย่าง 317 คน ซึ่งประกอบไปด้วยบุคคลที่เคยปฏิบัติกรรมฐานแนวสติปัฏฐาน และไม่เคยปฏิบัติกรรมฐาน โดยผลการวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้สมการ โครงสร้าง แสดงให้เห็นว่า ผู้ปฏิบัติกรรมฐานมีความฉลาดทางอารมณ์สูงกว่าผู้ที่ไม่เคยปฏิบัติเลย โดยการปฏิบัติสมาธิจะส่งผลทางอ้อมต่อความฉลาดทางอารมณ์ โดยความฉลาดทางอารมณ์จะสะท้อนออกมาจากศักยภาพในการรับรู้ของตนเอง โดยการฝึกกรรมฐานช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เช่น การที่จิตเรายึดกับความโกรธเมื่อเรากำแก้วน้ำที่ร้อนไว้ในมือ ในทางตรงกันข้ามการเจริญสติปัฏฐาน คือ การเฝ้าดูไม่เอาจิตไปปรุงแต่ง ท้ายที่สุดอารมณ์นั้นก็จะดับไป

งานวิจัยต่างประเทศ

Rahi (2002) ได้ทำการศึกษาเรื่อง A study of vipassana meditation on adolescent behavior pattern โดยทำการศึกษานักเรียนในโรงเรียนหลังจากปฏิบัติสมาธิ พบว่า นักเรียนที่มีพฤติกรรมชอบก่อวุ่นขณะอยู่ในห้องเรียน มีอาการสมาธิสั้น เมื่อได้ทำการปฏิบัติสมาธิอย่างต่อเนื่องในระยะเวลา 6 เดือนปรากฏว่า นักเรียนที่ได้ทำการปฏิบัติสมาธิมีภาวะแยกตัวออกจากสังคมน้อยลง สามารถเข้าสังคมในกลุ่มเพื่อน ๆ ได้ดีขึ้น ซึ่งส่งผลในทางบวกต่อระดับและผลการศึกษสามารถสรุปได้ว่า การทำสมาธิช่วยทำให้นักเรียนรับมือกับการใช้ชีวิตได้ดีขึ้น มีอาการสมาธิสั้นลดลง เข้าสังคมได้ดีขึ้น รวมไปถึงเป็นผู้ไม่ใช้ความรุนแรงอีกด้วย

Hsieh (2010) ทำการศึกษาเรื่อง Buddhist Meditation as Art Practice: Art Practice as Buddhist Meditation พบว่า ได้ทำการศึกษาเปรียบเทียบ ระหว่าง ผู้ปฏิบัติสมาธิและสร้างผลงานศิลปะ กับผู้สร้างผลงานโดยตรงแต่ไม่ได้ปฏิบัติสมาธิ โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างเชิงเปรียบเทียบหลายประเทศอีกด้วย ได้แก่ สหราชอาณาจักร อินเดีย และไต้หวัน เป็นต้น พบการศึกษาสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกันว่า การทำสมาธิมีส่วนทำให้ร่างกาย รวมไปถึงความรู้สึกความนึกคิด และจิตใจมีประสิทธิภาพในการทำงานมากยิ่งขึ้น เพราะในการปฏิบัติสมาธิก่อนที่จะผลิตผลงานศิลปะ นั้น จะเกิดความรู้สึกว่าว่างเปล่า และความสงบซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกปลอดโปร่งอย่างมากทำให้สามารถผลิตผลงานศิลปะได้ดียิ่งขึ้นมากกว่าตอนที่ไม่ได้ปฏิบัติ ในขณะที่การลงมือสร้างผลงานเลยแต่ไม่ได้ทำสมาธิก่อนจะส่งผลให้มักเปลืองง่าย ล้าง่าย และมีข้อจำกัดในการทำผลงาน

Denninger et al. (2016, pp. 6-8) ได้ทำการศึกษา เรื่อง Now and Zen: How mindfulness can change your brain and improve your health อธิบายว่า ในการภาวนาควรใช้วิธีการเจริญสติอย่างน้อยวันละ 10-15 นาที ต่อวัน โดยอาจมีวิธีปฏิบัติ เช่น เมื่อเริ่มวันใหม่ให้ทำโยคะแบบง่าย ๆ จากนั้นช่วงเวลาต่อไป คือ ในช่วงกลางวันพักทานอาหารว่างพร้อมกับสำรวจลมหายใจ เมื่อถึง

ช่วงเย็นให้ทำการพักผ่อนและทำสมาธิ จากนั้นจึงเริ่มทำการสำรวจความตึงเครียดของตนเอง

จากผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมดสรุปได้ว่า ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการใช้คำภาวนาแบบ “พุทโธ” ซึ่งเป็นคำภาวนาภายใต้การเจริญสมถกรรมฐานแบบอานาปานุสติ และนิยมการเจริญสมาธิให้ถึงระดับฌานก่อนที่จะทำการเจริญวิปัสสนาภาวนาต่อไป ทั้งนี้ คำภาวนาแบบพุทโธนี้เป็นที่นิยมอย่างกว้างขวาง จะหาจำเพาะเฉพาะกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ก็หาไม่ ดังเช่น กรรมฐานมัชฌิมาแบบลำดับก็มีการใช้คำภาวนาแบบพุทโธเช่นกัน เป็นผลมาจากการปฏิรูปการเจริญกรรมฐานในสมัยรัชกาลที่ 2 ที่มีการสังคายนากรรมฐาน โดยมีวัดราชสิทธิาราม ภายใต้สมเด็จพระอริยวงษญาณ สมเด็จพระสังฆราช (สุก ญาณสังวร) เป็นต้นแบบกรรมฐาน จากนั้นกรรมฐานนี้จึงเกิดการแพร่หลายขึ้น ซึ่งผลลัพธ์จากการเจริญกรรมฐาน คือ การเป็นผู้มีสติ และมีความฉลาดทางอารมณ์

โดยในส่วนของกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต นอกจากจะใช้คำบริกรรมพุทโธ เหมือนกันแล้วยังพบว่า ส่งเสริมหลักการธุดงค์วัตร 13 อันเป็นข้อปฏิบัติมาแต่พระมหากัสสปะด้วย ในการขัดเกลาจิตใจ สิ่งเหล่านี้กระตุ้นให้เกิดผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติมากยิ่งขึ้น โดยผู้วิจัยจะนำผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องนี้ไปทำการอภิปรายข้อมูลเพิ่มเติมซึ่งจะทำให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์แบบมากยิ่งขึ้น

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษา เรื่อง การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา ธรรมเนียม
สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพในการศึกษา เนื่องจากจำเป็นต้อง
ศึกษาเชิงลึกเพื่อค้นหาข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ โดยใช้วิธีการ 2 รูปแบบ คือ 1) การวิจัยเอกสาร
และ 2) การสัมภาษณ์เชิงลึก จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ โดยการรวบรวมข้อมูลและเอกสารที่เกี่ยวข้อง
อาทิ หนังสือ วิทยานิพนธ์ เป็นต้น ในการช่วยพรรณนาปรากฏการณ์ให้มีความละเอียดมากยิ่งขึ้น

กระบวนการวิจัย

กระบวนการการวิจัยมี 3 ขั้นตอนได้แก่ 1) ศึกษาเอกสาร ได้แก่ ตำรา หนังสือ ที่เกี่ยวข้องกับ
กับธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2) การสัมภาษณ์ และ
3) การสังเกต โดยเริ่มจากทบทวนแนวคิด ทฤษฎีและระเบียบวิธีวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผู้วิจัยใช้ระเบียบ
วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ และใช้การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก เพื่อให้ได้รับข้อมูลเชิงลึกและเหมาะสมกับ
ระเบียบวิธีวิจัย ซึ่งใช้การเก็บข้อมูลตามแนวทางของ สุกงศ์ จันทวานิช (2553, หน้า 77-79)
มีรายละเอียด ดังนี้

1) การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (เน้นการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ) ซึ่งสร้างแบบ
สัมภาษณ์จากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง จากนั้นจึงนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิทำการตรวจสอบคุณภาพของ
เครื่องมือ จนกระทั่งได้แบบสัมภาษณ์ที่มีความเหมาะสม และสัมภาษณ์แบบเจาะลึกผู้ให้ข้อมูล
สำคัญด้วยบัญชีรายชื่อที่ได้รับการเสนอจากผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง
กล่าวคือ สามารถถามนอกประเด็นได้ คำถามมีความยืดหยุ่นปรับให้เหมาะสมตามสถานการณ์
แต่ให้เป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย อาทิ วิธีการเจริญสมถกรรมกรรมฐาน วิธีเจริญวิปัสสนา
กรรมฐาน เป็นต้น โดยใช้วิธีการตะล่อมกล่อมเกลา (Probe) เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูล และมีการบันทึก
ข้อมูล และบันทึกเทปไว้

2) การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม ผู้วิจัยใช้วิธีการสังเกต ร่วมกับการสัมภาษณ์เชิงลึก
โดยวิธีการนี้ไม่ต้องสร้างแบบสังเกต แต่ใช้วิธีการตะล่อมกล่อมเกลา (Probe) เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูล

เครื่องมือและสร้างเครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้วิจัยเป็นเครื่องมือหลัก ส่วนเครื่องมือที่ช่วยในการสัมภาษณ์เชิงลึก ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ โดยจะทำการร่างแบบสัมภาษณ์จากการศึกษาเอกสาร โดยทบทวนแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง โดยเลือกเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวข้องกับงาน และตัดประเด็นที่ไม่เกี่ยวข้องออกไป โดยทำการตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจเครื่องมือ เพื่อหาคุณภาพของเครื่องมือ และทำการแก้ไข (รายละเอียดตามภาคผนวก แบบสัมภาษณ์ หน้า 171) ซึ่งมีประเด็น ดังต่อไปนี้

1. การปฏิบัติกรรมฐานให้เหมาะสมแก่จริต
2. วิธีเจริญสมถกรรมฐาน เช่น วิธีการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน นิमित्तต่างที่ปรากฏออกมา การทรงฌาน วิธีทำให้สมาธิเป็นบาทต่อการเจริญวิปัสสนา จนกระทั่งถึงการแยกธาตุแยกขันธ์ เป็นต้น
3. วิธีเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เช่น วิธีการกำหนดกรรมฐานบรรพชาในสติปัฏฐาน 4 รวมไปถึงมีวิธีการเจริญอย่างไร เป็นต้น
4. สภาพปัญหาจากการปฏิบัติกรรมฐาน และอุบายกำจัดกิเลส มินิวัตร 5 สัญญาวิปัสสนา เป็นต้น
5. ปกิณกะธรรม ว่าด้วยบริบทที่เกี่ยวข้องอันส่งเสริมการเจริญพระกรรมฐาน และหลักกรรมต่าง ๆ เช่น การเปลี่ยนอริยาบถ การสมาทานธุดงค์วัตร เป็นต้น

การหาคุณภาพเครื่องมือ

นำแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล มีวิธีการไปหาคุณภาพของเครื่องมือจากการแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งประกอบไปด้วย พระภิกษุ 2 รูป และ ฆราวาส 1 คน ดังนี้

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. พระเมธาวิเชียร (สุเทพ ปสิวิโก) รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย
 2. ดร. พระอธิการปริยงค์ เมธีโน เจ้าอาวาสวัดป่าปลิวาราม อำเภอบ้านค่าย จังหวัดระยอง
 3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สมโภชน์ อเนกสุข คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
- โดยผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ คือแบบสัมภาษณ์แล้วปรากฏว่าเห็นพ้องกันในคำถามทั้งสิ้น 12 คำถามเพื่อตอบประเด็นสัมภาษณ์ทั้ง 5 ประเด็น สามารถดูแบบสัมภาษณ์ได้ในส่วนของภาคผนวก (รายละเอียดตามภาคผนวก แบบสัมภาษณ์ หน้า 171)

ผู้เชี่ยวชาญ

ในการวิจัยนี้มีผู้เชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติกรรมฐาน จำนวน 5 รูปเป็นผู้เชี่ยวชาญให้คำแนะนำเกี่ยวกับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ตลอดจนเสนอแนะวิธีการปฏิบัติกรรมฐาน ซึ่งเป็นพระมหาเถระที่มีพรรษามากกว่า 20 พรรษาขึ้นไป และมีประสบการณ์ในการบอกระกรรมฐาน ดังนี้

1. พระศาสนโสภณ (พิจิตร ฐิตวัฒน์ โณ) เจ้าอาวาสวัดโสมนัส กรุงเทพมหานคร ศิษย์ใน พระราชกวี (อ่ำ ธรรมธัต โธ)
2. พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์ โณ) เจ้าอาวาสวัดธรรมสถิต อำเภอเมือง จังหวัดระยอง ศิษย์ใน พระอาจารย์เฟื่อง โชติโก และพระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน)
3. พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโน เจ้าอาวาสวัดมาบจันทร์ อำเภอเมือง จังหวัดระยอง ศิษย์ลำดับที่ 73 ของ พระโพธิญาณเถร (ชา สุภทโท)
4. พระครูสิทธิสังวร (วีระ ฐานวิโร) เจ้าคณะ 5 คณะกรรมฐาน วัดราชสิทธาราม (วัดพลับ) เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร ศิษย์ผู้สืบทอดกรรมฐานมัชฌิมาแบบลำดับ ซึ่งเป็นกรรมฐานที่เรียนสมถกรรมฐานครบถ้วน 40 กอง และชำระความถูกต้องในฐานะกรรมฐานต้นแบบ โดยในรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย โปรดเกล้าให้ทำการสังคายนาพระกรรมฐาน ณ วัดราชสิทธารามเป็นเวลา 3 วัน โดยสมเด็จพระสังฆราช (สุก ใก่เถื่อน) (พระอาจารย์ในสมเด็จพระพุฒาจารย์ (โต พรหมรังสี)) แห่งวัดราชสิทธาราม เป็นองค์ประธาน
5. พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญญา) เจ้าอาวาสวัดท่าขนุน อำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี ศิษย์ใน พระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโร) ซึ่งเป็นพระสหธรรมิก กับพระกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

ผู้เชี่ยวชาญมีส่วนช่วยในการให้คำแนะนำในการปฏิบัติกรรมฐานที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัยนี้ เช่น หากข้อมูลมีความขัดแย้งกันสูงผู้วิจัยจะนำข้อมูลทำการเปรียบเทียบกัน และหากตัดสินใจไม่ได้ อาจขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญในการตัดสินใจ นอกจากนี้ผู้เชี่ยวชาญยังมีส่วนช่วยในการเสนอรายชื่อผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เพื่อยืนยันว่ามีส่วนเกี่ยวข้องกับปรากฏการณ์ที่ศึกษาอีกด้วย

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ผู้วิจัยมีวิธีการเลือกผู้ให้ข้อมูลสำคัญดังนี้

ขั้นแรก ศึกษาจากเอกสาร และบัญชีรายชื่อ จาก ชมรมพุทธกรรมฐานรามคำแหง, ชมรมพุทธกรรมฐานมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, ชมรมพุทธกรรมฐานจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และบัญชีรายชื่อนิมนต์ฉันภัตตาหารและเจริญพุทธมนต์ครบรอบ 60 ปีธนาคารแห่งประเทศไทย ปี พ.ศ. 2545

ขั้นที่สอง ขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญในการเลือกแบบเจาะจงเพื่อเป็นตัวแทนของปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น รวมไปถึงการตรวจสอบข้อมูลโดยการเปรียบเทียบกับตำรา และเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อยืนยันด้านความถูกต้องของข้อมูล จากนั้นจึงสัมภาษณ์จนกว่าข้อมูลมีความอิ่มตัว โดยมีรายนาม ดังนี้

ตารางที่ 1 ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ลำดับ	รายนาม	วัด/ ศิษย์ใน
1	พระครูโสภิตธรรมานุศาสน์ (มหาอำนาจ อินทสาโร)	ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร ศิษย์ใน พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต, พระอาจารย์ลี ธัมมธโร
2	พระญาณวิศาลเถร (หา สุภโร)	เจ้าอาวาสวัดสักกะวัน จังหวัดกาฬสินธุ์ ศิษย์ใน พระสุธรรมคณาจารย์ (แดง ธรรมรักจิโต), พระอาจารย์ลี ธัมมธโร, พระธรรมมงคลญาณ (วิริยังค์ สิรินทรโร) เป็นต้น
3	พระครูสุมนสารคุณ (ประสาร สุขโน)	เจ้าอาวาสวัดป่าหนองไคร้ จังหวัดยโสธร ศิษย์ใน พระอาจารย์ฝั้น ปาเรสโก
4	พระราชวรคุณ (สมศักดิ์ ปั่นทีโต)	เจ้าอาวาสวัดบูรพาาราม จังหวัดสุรินทร์ ศิษย์ใน พระราชวุฒาจารย์ (คุณย์ อตุโล)
5	พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ)	สำนักสงฆ์ดอยเทพนิมิต จังหวัดภูเก็ต ศิษย์ใน พระอาจารย์ขาว อนาลโย, พระอาจารย์อ่อน ญาณศิริ เป็นต้น
6	พระอาจารย์ทิวา อากาศโร	สถานปฏิบัติธรรมเสริมรังสี จังหวัดนครราชสีมา ศิษย์ใน พระอาจารย์หลุยส์ จันทสาโร

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลำดับ	รายนาม	วัด/ ศิษย์ใน
7	พระอาจารย์เสน ปัญญาธโร	เจ้าอาวาสวัดป่าหนองแขง จังหวัดอุดรธานี, ศิษย์ใน พระอาจารย์บัว สิริปุณฺโณ
8	พระภิกษุปัญญาวิสุทธิ์ (มหาเข้ม จิตธัมโม)	เจ้าอาวาสวัดป่าคลองกุ้ง จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์ตี๋ ชัมมธโร
9	พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร)	เจ้าอาวาสวัดอ่าวหมู จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์ขาว อนาลโย
10	พระอาจารย์อ่อง ถาวโร	เจ้าอาวาสสำนักสงฆ์ถ้ำเขาวงกต จังหวัด จันทบุรี ศิษย์สาย พระอาจารย์มี ญาณมุนี
11	พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล)	เจ้าอาวาสวัดป่าอนาลโย จังหวัดนครปฐม ศิษย์ใน พระอาจารย์ชอบ ฐานสโม, พระอาจารย์จวน กุลเชษโฐ และพระอาจารย์สิงห์ทอง ปภาโกโร
12	พระครูอุดมญาณโสภณ (หล่อ นาถโกโร)	เจ้าอาวาสวัดถ้ำพวง ศิษย์ใน พระอาจารย์วัน อุตตโม
13	พระครูพันธสมณวัฒน์ (ทองสุข ฐิตปัญโญ)	เจ้าอาวาสวัดป่าวุฒาราม จังหวัดหนองบัวลำภู ศิษย์ใน พระอาจารย์บุญ ปัญญาวุฑโฒ, พระอาจารย์ขาว อนาลโย, พระอาจารย์คำดี ปภาโส, พระอาจารย์อ่อน ญาณสิริ เป็นต้น
14	พระครูเกษมวารกิจ (วิชัย เขมิโย)	เจ้าอาวาสวัดถ้ำผาจม จังหวัดเชียงราย ศิษย์ใน พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ), พระอาจารย์บุคคา ถาวโร เป็นต้น
15	พระวิมลศีลาจารย์ (อานวย ฐิริสุนทรโร)	วัดบรมนิวาส กรุงเทพมหานคร ศิษย์ใน พระอาจารย์พุทธ ฐานิโย, พระอาจารย์ศรี มหาวิโร, พระอาจารย์หล้า เขมปัตโต เป็นต้น
16	พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาธโร)	เจ้าอาวาสวัดป่าโป่งจันทร์ จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์แหวน สุจิณฺโณ

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลำดับ	รายนาม	วัด/ ศิษย์ใน
17	พระอาจารย์บุญส่ง ฐิตสาโร	เจ้าอาวาสวัดสันติวนาราม จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์แหวน สุจิณฺโณ
18	พระมหาสามเรือน ปุณฺณเสโก	เจ้าอาวาสวัดอโศการาม จังหวัดสมุทรปราการ ศิษย์สาย พระอาจารย์ลี ชัมมโร
19	พระครูสุวรรณโพธิเขต (คุณ อัครชัมโม)	เจ้าอาวาสวัดป่าโพธิ์สุวรรณ จังหวัด อุบลราชธานี ศิษย์ใน พระอาจารย์ชา สุภัทโท
20	พระครูโอภาสวุฒิกร (โสภณ โอภาโส)	เจ้าอาวาสวัดบึงลัญจิว จังหวัดอยุธยา ศิษย์ใน พระอาจารย์ชา สุภัทโท
21	พระอาจารย์มนัส มั่นชชาโต	เจ้าอาวาสสำนักกรรมฐานฟื้นฟูจิตเขาแหลม จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโร), พระอาจารย์สมชาย ฐิตวิริโย เป็นต้น
22	พระครูกัณฑ์ศีลสัมปัน (สมบุรณ์ กัณฑ์โล)	เจ้าอาวาสวัดป่าสมบุรณ์ธรรม จังหวัดพิษณุโลก ศิษย์ใน พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร
23	พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์)	เจ้าอาวาสวัดธรรมสถิต จังหวัดระยอง ศิษย์ใน พระอาจารย์เฟื่อง โชติโก และพระมหาบัว ญาณสัมปันโน
24	พระอาจารย์จิรวัดน์ อัครรักโก	เจ้าอาวาสวัดป่าไชยชุมพล จังหวัดเพชรบูรณ์ ศิษย์ใน พระอาจารย์สุวจน์ สุวโจ พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร และพระมหาบัว ญาณสัมปันโน เป็นต้น
25	พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโน	เจ้าอาวาสวัดมาบจันทร์ จังหวัดระยอง ศิษย์ใน พระอาจารย์ชา สุภัทโท
26	พระอาจารย์เฉลิม ชัมมโร	เจ้าอาวาสวัดป่าภูแปก จังหวัดเลย ศิษย์ใน พระมหาบัว ญาณสัมปันโน
27	พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา	เจ้าอาวาสวัดป่าหนองเกาะแก้ว จังหวัดบุรีรัมย์ ศิษย์ใน พระอาจารย์หล้า เขมปัตโต

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ลำดับ	รายนาม	วัด/ศิษย์ใน
28	พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต	เจ้าอาวาสวัดบุญญาวาส จังหวัดชลบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์ชา สุภัทโท
29	พระอาจารย์วันชัย วิจิตโต	เจ้าอาวาสวัดป่าภูสังโฆ จังหวัดอุดรธานี ศิษย์ใน พระมหาบัว ญาณสัมปันโน
30	พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญญา)	เจ้าอาวาสวัดท่าขนุน จังหวัดกาญจนบุรี ศิษย์ใน พระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโร)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. เก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร (Documentary research) จากเอกสารทางวิชาการ เช่น หนังสือ ตำรา บทความ วิทยานิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมไปถึงข้อมูลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

2. เก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ผ่านแบบสัมภาษณ์ (กึ่งมีโครงสร้าง) ซึ่งใช้คำถามแบบปลายเปิด โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth interview) โดยทำจดหมายแนะนำตัวเพื่อชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ในการสัมภาษณ์ และขออนุญาตสัมภาษณ์พร้อมบันทึกเทป อันเป็นการสัมภาษณ์รายบุคคล และเน้นการสัมภาษณ์ด้วยตนเองพร้อมใช้วิธีการตะล่อมกล่อมเกลา (Probe) ในการสร้างความคุ้นเคยกับผู้ถูกสัมภาษณ์

3. การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสังเกตพฤติกรรมของผู้ถูกสัมภาษณ์

การตรวจสอบข้อมูล

การตรวจสอบข้อมูลก็เพื่อยืนยันความเที่ยงตรง และความเชื่อถือได้ โดยผู้วิจัยใช้การตรวจสอบข้อมูลโดยวิธีสามเส้า ตามแนวคิด ของ สุภางค์ จันทวานิช (2553, หน้า 128-130) ซึ่งมีวิธีการตรวจสอบ ดังนี้

1. การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data triangulation) คือ การพิสูจน์ว่าข้อมูลที่ผู้วิจัยได้มานั้นถูกต้องหรือไม่ วิธีการตรวจสอบ คือ การตรวจสอบแหล่งของข้อมูล แหล่งที่พิจารณาในการตรวจสอบ โดยใช้วิธีการตรวจสอบจากแหล่งบุคคล เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างผู้ให้ข้อมูลสำคัญว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่ ถ้าความเห็นส่วนมากไปในทิศทางเดียวกันจึงเลือกเชื่อข้อมูลนั้นในการตัดสินใจ

2. การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล (Methodological triangulation) คือ การใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ กันเพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่องเดียวกัน เช่น โดยอาจใช้วิธีการสังเกต ควบคู่กับการสัมภาษณ์เชิงลึก พร้อมกันนั้นก็ศึกษาข้อมูลจากแหล่งเอกสารประกอบด้วย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงข้อมูลอย่างเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่ การสร้างองค์ความรู้และการตอบคำถามในการวิจัย โดยผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์เนื้อหาตามแนวคิด ของ Miles and Huberman (1994) โดยมีวิธีการ 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. จำแนกข้อมูลตามประเด็นที่ค้นพบ
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างประเด็นต่าง ๆ
3. แปลผลสรุป

สำหรับประเด็นที่นำไปสู่การวิเคราะห์เนื้อหาประกอบไปด้วย 3 ส่วน ได้แก่ 1) สภาพ ปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวณา 2) วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวณา ซึ่งประกอบไปด้วยสองส่วน คือ วิธีการเจริญสมถกรรมฐาน และวิธีการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน และ 3) ประเด็นที่เกี่ยวข้อง อาทิ ปกิณกรรม อันเป็นหมวดหัวข้อธรรมเล็ก ๆ

โดยนำข้อมูลที่ค้นพบ มาทำการจำแนกประเด็นออกเป็นประเด็นย่อย ๆ ให้ครบ จากนั้น จึงวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของประเด็นต่าง ๆ อันทำให้ทราบถึงความเชื่อมโยงกัน จากนั้นจึงนำไปสู่ การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อแปลผลสรุป

บทที่ 4

ผลการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก ร่วมกับการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม โดยมีแบบสัมภาษณ์เป็นเครื่องมือเพื่อศึกษาถึงปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น โดยสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญจำนวน 30 รูป เกี่ยวกับ สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ ภายใต้การภวนา และวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา

ผลการวิจัยสามารถเสนอตามวัตถุประสงค์ได้ใน 2 ประเด็น ได้แก่ 1) สภาพปัญหา การแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา ซึ่งจากการศึกษา พบว่า มี 3 ประเด็น คือ 1) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต 2) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี และ 3) หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน สำหรับประเด็นที่ 2) ได้แก่ วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา สามารถแสดงผลการศึกษา ดังต่อไปนี้

สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา

จากการศึกษา พบว่า สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภวนา มี 3 ประการ คือ 1) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต 2) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี และ 3) หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐานมีรายละเอียด ดังนี้

การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต

การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต คือ การเจริญกรรมฐานไม่เหมาะกับผู้ปฏิบัติ ซึ่งทำให้ ประสบกับสภาพปัญหาอย่างน้อยที่สุด 2 ประการ คือ 1) เกิดความล่าช้าในการปฏิบัติ 2) ไม่ประสบกับผลสำเร็จในการปฏิบัติกรรมฐาน

จากการศึกษาพบว่า การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริตสามารถสรุปทัศนะส่วนใหญ่ของ กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ด้วยตารางที่ 2 ดังนี้

ตารางที่ 2 สภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา: การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต

สภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ ภายใต้การภาวนา	สาเหตุ	วิธีแก้
การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต	- เลือกปฏิบัติกรรมฐานไม่เหมาะสมกับจริตทำให้กรรมฐานมีความล่าช้า หรือไม่ประสบความสำเร็จ	- เลือกกรรมฐานให้เหมาะสมกับจริตของตนตามหลักจริต 6 และพิจารณาด้วยตนเองจากการสังเกตกุศลที่เกิดขึ้น

การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริตส่งผลต่อการปฏิบัติกรรมฐานอย่างมาก เพราะจะทำให้สิ่งที่ปฏิบัติมา ไม่สามารถก่อให้เกิดความสำเร็จจากการปฏิบัติหรือปฏิบัติได้แต่มีความล่าช้ามาก สอดคล้องกับทัศนะของ พระอาจารย์อนันต์ อภิญา โน (สัมภาษณ์, 27 มกราคม 2560) ให้ทัศนะว่า “การปฏิบัติกรรมฐานไม่ถูกจริตจะทำให้การปฏิบัติไม่ประสบผลสำเร็จ หรือทำให้เกิดความล่าช้า จึงจำเป็นยิ่งที่จะต้องหาแนวทางการปฏิบัติกรรมฐานให้สอดคล้องกับผู้ปฏิบัติ”

ในครั้งพุทธกาลก็เคยเกิดสภาพปัญหาเช่นนี้มาก่อนแล้ว ดังเช่น กรณีของบุตรนายช่างทอง ซึ่งพระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า ยกตัวอย่างลูกศิษย์ของพระสารีบุตรเป็นนายช่างทอง (มีลักษณะรูปร่าง) นิ่งที่ไรก็เห็นแต่ตนเองดีทองเห็นแต่ nimid จึงไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าทรงให้กรรมฐานมาพิจารณาด้วยดอกบัวแดง ภาวนาแดง ๆ (วรรณกสิณ) จึงรู้ว่าสีแดงก็สมมุติทั้งนั้น รู้แจ้ง

จะเห็นได้ว่า ในครั้งแรกพระสารีบุตรได้ให้กรรมฐานแก่บุตรนายช่างทอง ด้วยคิดว่ามีรูปร่างเหมาะแก่ที่จะปฏิบัติกรรมฐาน มีอสุภกรรมฐาน เป็นต้น แต่ปรากฏว่ากรรมฐานไม่มีความก้าวหน้าเลย พระสารีบุตรจึงทราบด้วยญาณว่า พันวิสัยที่จะสอนได้แล้ว พระพุทธเจ้าทรงประทานกรรมฐานด้วยวิธีการฝึกกสิณสีแดง หรือโลหิตกสิณแทน (วรรณกสิณ) เนื่องจากเป็นผู้มีจริตทางโทสจริต ทำให้การเจริญกรรมฐานของบุตรนายช่างทองประสบความสำเร็จในที่สุด

อีกกรณีหนึ่ง ได้แก่ กรณีของพระจูฬปันถก พระภิกษุปัญญาวีรสุทธี (มหาเขม จิตตัมโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า พระพุทธเจ้าก่อนเทศน์จะทรงตรวจดูจริตของผู้ฟัง เช่น พระจูฬปันถก บวชได้ 3 เดือนไม่ได้อะไรเลย ให้ท่อง 1 คาถากว่าไม่ได้ พระพุทธเจ้าทรงทราบจึงประทานผ้าขาว และบริกรรมด้วยคาถา “ร โฆหรณัง” ลูบไปเรื่อยไปกระทั่งผ้าดำ “หมองขึ้น” สิ่งที่เคยสั่งสมไว้เลยเกิดขึ้นตอนนี้ (หากพิจารณาแล้ว ผ้าขาว คือ โอทาทกสิณ เป็นวรรณกสิณ)

การปฏิบัติกรรมฐานให้ถูกจริตมีความยากเป็นอย่างมากสิ่งนี้เป็นพุทธวิสัย คือ รู้ได้เฉพาะ พระพุทธเจ้า แม้กระทั่งพระสารีบุตรยังเคยให้กรรมฐานไม่ถูกจริตกับบุตรนายช่างทองมาก่อนแล้ว

สรุปปัญหาได้ว่า การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริตส่งผลให้การปฏิบัติกรรมฐานเกิดความล่าช้า หรือไม่ประสบความสำเร็จ

สอดคล้องกับสภาพปัญหา ดังนี้

พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโน (สัมภาษณ์, 27 มกราคม 2560) ให้ทัศนะว่า “การปฏิบัติกรรมฐานไม่ถูกจริตจะทำให้การปฏิบัติไม่ประสบผลสำเร็จ หรือทำให้เกิดความล่าช้า”

ส่วน พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภาษณ์, 29 มีนาคม 2560) ให้ทัศนะว่า “การปฏิบัติกรรมฐานไม่ถูกจริตส่งผลให้การบรรลุธรรมนั้นยาก และนำไปสู่การไม่ประสบความสำเร็จ มันจะเกิดความเบื่อหน่ายก่อนที่จะเข้าใจธรรมขั้นสูงและคลายความเพียร”

ดังนั้นการจะปฏิบัติกรรมฐานให้เหมาะสมกับตนเองจึงหาได้ยาก แต่มีเชื่อว่าไม่มีแนวทางเลยซึ่งจากการศึกษาและการสังเกต พบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่จะเจริญอานาปานสติกรรมฐานเป็นหลักก่อน แล้วค่อยเจริญกรรมฐานกองอื่น ๆ สันนิษฐาน เป็นต้นว่า พุทธานุสติกรรมฐาน หรือมรณานุสติกรรมฐาน สำหรับบางองค์จะปฏิบัติโดยวิธีการเจริญกสิณแทน โดยผู้ปฏิบัติอาจหาแนวทางหาย ๆ ในการปฏิบัติได้ จากการสังเกตจริต 6 โดยพิจารณาได้จากการรวบรวมเอกสาร ของพระสูตรในพระไตรปิฎก (พอสังเขป) ดังนี้

1. สัมมาปริพพาชนียสูตร (พระสูตรเกี่ยวกับราคะจริต) มีใจความว่า โดยการออกจากกามทั้งหลาย กำจัดความกำหนัดในกาม กำจัดความต่อเสียด ละอันเป็นที่รักและสิ่งอันไม่เป็นที่รัก กำจัดราคะที่ยึดถือทั้งหลาย ภิกษุซึ่งไม่ผิพลาตทางกาย วาจา ใจ ไม่ถือตัว ละความโลภและกามภพ เป็นต้น รู้ข้อปฏิบัติอันเหมาะสมกับตน ไม่มีอนุสัยกิเลสใด ๆ ถอนรากอกุศลธรรม สิ้นอาสวะ ละมานะได้ขาด ถ่วงพันทางแห่งราคะ ภิกษุผู้มีศรัทธามั่นปฏิบัติถูกต้อง ไม่เคลื่อนในมิจฉาทิฎฐิ ขจัด โลภะ โทสะ โมหะ ชนะกิเลสด้วยอรหัตตมรรคถ่วงพันความกำหนัดว่าเป็นเรา ในเบญจขันธ์ (ขันธ์ 5) ทั้งอดีตและอนาคตมีปัญญาวริสุทธิ์ หลุดพ้นจากอายตนะทั้งปวง ละเวไนยอยู่โลกโดยชอบ แจ่มสภาวะที่ควรเข้าถึงจนบรรลุธรรม เห็นอาสวะเป็นวิวิฎฐะ ไม่ข้องในภพไหน ๆ อุปธิทั้งหมดสิ้นไป ชื่อว่าละเวไนยอยู่โลกได้โดยชอบ เป็นต้น (พระสูตรตันตปิฎก ขุนทกนิกาย สุตตนปิฎก, สัมมาปริพพาชนียสูตร, 2539, หน้า 584-587)

2. กลหวิวาทสูตร (พระสูตรเกี่ยวกับโทสะจริต) มีใจความว่า การทะเลาะ การวิวาท ความคร่ำครวญ ความเศร้าโศก ความตระหนี่ ความถือตัวความดูหมิ่น และวาจาต่อเสียด มีมาจากสิ่งเป็นที่รัก การทะเลาะ การวิวาท ประกอบในความตระหนี่ มีมาจากสิ่งเป็นที่รัก เมื่อการวิวาทเกิดขึ้นแล้ว ก็มีวาจาต่อเสียดเกิดขึ้น สิ่งเป็นที่รักในโลกมีความพอใจเป็นต้นเหตุ ชนทั้งหลายในโลก

พูดถึงสิ่งใดว่า น่าดีใจ น่าเสียใจอันที่จะมีขึ้นเพราะอาศัยสิ่งนั้นชนในโลกมองเห็นความเลื่อมและความเจริญในรูปทั้งหลายแล้วย่อมทำการตัดสินใจ ความดีใจและความเสียใจมีต้นเหตุมาจากผัสสะ เมื่อผัสสะไม่มี ความดีใจและความเสียใจเหล่านี้จึงไม่มี เพราะอาศัยนามและรูป ผัสสะจึงเกิดขึ้น ความยึดถือมีต้นเหตุมาจากความปรารถนาเมื่อความปรารถนาไม่มี ความยึดถือว่าเป็นของเราจึงไม่มี เมื่อรูปไม่มี ผัสสะจึงไม่ถูกต้อง เป็นต้น (พระสุตตันตปิฎก ขุนทกนิกาย สุตตนิบาต, กลหวิวาทสูตร, 2539, หน้า 708-712)

3. มหาวิสุทธิสูตร (พระสูตรเกี่ยวกับโมหจริต) ใจความว่า มุนิสลัดกิเลสเครื่องร้อยรัดในโลกนี้แล้วเมื่อคนทั้งหลายเกิดวิวาทกันแล้วก็ไม่เข้าไปเป็นฝักเป็นฝ่าย เมื่อคนทั้งหลายไม่สงบ มุนินั้นเป็นผู้สงบ วางเฉย ไม่ถือมั่น ละอาสวะเก่าใหม่ (ขันธ 5) ไม่ดำเนินไปตามความพอใจทั้งไม่มีปกติก้าวด้วยความเชื่อมั่น มุนินั้นเป็นนักปราชญ์ พ้นขาดแล้วจากทิวฏฐิตทั้งหลายที่เคยตนเองไม่ได้ ไม่ติดอยู่ในโลก เป็นผู้กำจัดเสนา (กายทุจริต วิจิทุจริต มโนทุจริต) ปลงภาระ (เช่น ขันธภาระ ได้แก่ ขันธ 5, กิเลสภาระ คือ ราคะ โทสะ และโมหะ) พ้นขาดแล้ว ไม่มีความกำหนด ไม่เข้าไปยินดี ไม่มีความปรารถนา เป็นต้น (พระสุตตันตปิฎก ขุนทกนิกาย สุตตนิบาต, มหาวิสุทธิสูตร, 2539, หน้า 720)

4. จุฬวิสุทธิสูตร (พระสูตรเกี่ยวกับวิตกจริต) ใจความว่า คนพาลไม่ยอมรับธรรมของผู้อื่นเลยเป็นคนต่ำทราม มีปัญญาทราม สมณพราหมณ์ทั้งหมดนั้นเป็นคนพาล มีปัญญาทรามสมณพราหมณ์เหล่านี้ทั้งหมดนั้นยึดถือทิฐิอยู่ ตรึกในทิฐิของตนว่าของเราจริงของท่านเท็จ กล่าวว่าเป็นคนอื่นเป็นคนพาล ไม่นฉลาด โดยอาศัยธรรม คือ รูปที่เห็น เสียงที่ได้ยิน สิล วัตร อารมณ์ที่รับรู้ แล้วแสดงอาการคูหมิ่น เจ้าลัทธิที่เพียบพร้อมด้วยอติสารทิฐิมีความถือตัว เจ้าลัทธิยึดแนวทางของตน และกล่าวถึงผู้อื่นว่าเป็นคนพาล เจ้าลัทธิที่ตั้งอยู่ในทิฐิที่ตกลงใจและนับถือเองแล้วย่อมถึงการวิวาทในข้างหน้าโลก คนที่ละทิฐิได้ย่อมไม่มีการมุ่งร้ายในโลก เป็นต้น (พระสุตตันตปิฎก ขุนทกนิกาย สุตตนิบาต, จุฬวิสุทธิสูตร, 2539, หน้า 713-716)

5. ตวฏกสูตร (พระสูตรเกี่ยวกับสัทธาจริต) ใจความว่า ภิกษุพึงขจัดบาปทั้งปวงที่เป็นรากเหง้าแห่งกิเลสเครื่องเนิ่นช้า และอัสมีมานะด้วยมันตา ตัณหาอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดในภายใน ภิกษุมีสติทุกเมื่อ พึงศึกษาเพื่อกำจัดตัณหาเหล่านั้น พึงรู้คุณธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งในภายในหรือในภายนอก ไม่พึงสำคัญตนว่า เราเลิศกว่าเขา เราดียกกว่าเขา หรือว่าเราเสมอเขา พึงสงบกิเลสภายในนั่นเอง ไม่พึงแสวงหาความสงบโดยทางอื่น พึงเป็นผู้มั่นคง ไม่หวั่นไหว นับถือพระรัตนตรัย ไม่เป็นผู้ประมาท โลกทั้งหมดไม่มีแก่นสารสังขารทุกทิศก็หวั่นไหว เราเมื่อต้องการภพสำหรับตน ก็มองไม่เห็นฐานะอะไรที่ไม่ถูกรอบงำ เป็นต้น (พระสุตตันตปิฎก ขุนทกนิกาย สุตตนิบาต, ตวฏกสูตร, 2539, หน้า 722-726)

6. ปุราเภทสูตร (พระสูตรเกี่ยวกับพุทธิจริต) ใจความว่า พระอรหันต์เป็นผู้คลายตัณหา ไม่ติดอยู่กับความเพลิดเพลินที่มีอยู่ในส่วนเบื้องต้นใคร ๆ กำหนดไม่ได้ในส่วนท่ามกลาง พระอรหันต์นั้นมิได้มุ่งหวังถึงตัณหาและทิฏฐิ บุคคลไม่โกรธ ไม่สะอึ้ง ไม่โอ้อวด ไม่คะนอง พุดด้วยปัญญา ไม่ฟุ้งซ่าน สรรวมวาจาชื่อว่ามุนี เป็นผู้วางเฉย มีสติทุกเมื่อ บุคคลผู้เป็นมุนี เป็นผู้คลายความยินดี ไม่ตระหนี่ ย่อมไม่กล่าวในเรื่องเลศกว่าเขา ไม่กล่าวในเรื่องเสมอเขา ไม่กล่าวในเรื่องค้อยกว่าเขา เป็นผู้ไม่มีความกำหนด ย่อมไม่ถึงความกำหนด (ความกำหนดมี 2 อย่าง คือ กำหนดด้วยอำนาจของตัณหา และกำหนดด้วยอำนาจของทิฏฐิ) เป็นต้น (พระสูตรคัมภีร์ปิฎก ขุนทกนิกาย สุตตนิบาต, ปุราเภทสูตร, 2539, หน้า 705-707)

จากพระสูตรทั้งหมดทำให้ทราบได้ว่า บุคคลมีจริตอยู่ทั้งสิ้น 6 จริต ได้แก่ รากจริต หมายถึง ความหนักไปทางสวยงาม รักสวยรักงาม โทสจริต หมายถึง ความเป็นคนเจ้าอารมณ์ มักโกรธง่าย โมหจริต คือ ความลุ่มหลงต่าง ๆ อาทิ หลงรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส สำหรับสัทธาจริต คือ เชื่อง่ายโดยไร้เหตุผล ขาดการพิจารณาอย่างแยบคาย พุทธิจริต คือ เป็นผู้มีปัญหา มีความเฉลียวฉลาด และวิตกจริต คือ มักกังวลง่าย ฟุ้งซ่านบ่อย เป็นต้น จริตเหล่านี้ส่งผลให้ผู้ที่ปฏิบัติกรรมฐาน ควรปฏิบัติกรรมฐานในกองที่ต่างกันเพื่อจะทำให้การเจริญกรรมฐานประสบความสำเร็จ

จริตต่าง ๆ นี้ แต่ละคนมีมากบ้างน้อยบ้างต่างกัน บางคนมีไม่ครบ แต่ความเข้มรุนแรงมีต่างกันออกไปตามจริตของตนที่บ่มเพาะมา ไม่ได้หมายความว่าทุกคนจะต้องมีจริตทั้งหมด 6 อย่างเลยทีเดียว ดังคำให้สัมภาษณ์ต่อไปนี้

โดยพระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภาษณ์, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า จริตมี 6 อย่าง ให้พิจารณาหนักในจริตใด ซึ่งคนจะมีในทุกจริต แต่จะหนักในจริตใดจริตหนึ่งให้สังเกตดู เช่น อนุสสติ 10 ให้เลือกเหมาะแก่จริตตนเอง อาทิ รากจริต ให้พิจารณากาย

ขณะที่ พระครูอุดมญาณ โสภณ (หล่อ นาคโร) (สัมภาษณ์, 17 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า เรื่องนี้มีคนเป็นบางคนไม่เหมือนกัน บางคนมีบางคนก็ไม่มีแล้วแต่จริตนิสัยของแต่ละบุคคล เพราะนิสัยของคนต่างกัน มีจริตถึง 6 อย่าง เช่น คนที่มีรากจริตเกิดขึ้น เกี่ยวกับความรักความชอบ ถ้ากรรมฐานก็มีปัญตจกรรมฐานเข้าไปปราบ สำหรับ โทสจริต เป็นคนชอบโกรธ ให้ใช้ความเมตตาเข้าไปปราบ เป็นต้น แต่ละอย่างจะมีคู่อยู่คอยปราบกัน

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภาษณ์, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า อสุกกรรมฐานสามารถทำให้ปล่อยวางรากจริตได้ คนที่มีรากจริตมาก ๆ ให้พิจารณาอสุกกรรมฐานแก่ ในผู้ที่โลกให้เจริญทาน (จาคานุสสติกรรมฐาน) และผู้มีโทสะให้เจริญเมตตา (พรหมวิหาร 4)

นอกจากนี้ เมื่อพิจารณาจากเอกสาร คือ พระไตรปิฎก จะพบว่า **กรรม 3 ประการ (อาจเรียก**
ทุกข์ 3 อย่างก็ได้) ได้แก่ 1) รากะ 2) โทสะ และ 3) โมหะมีความแตกต่างกัน รากะมีโทษน้อยแต่
คลายช้า โทสะมีโทษมากแต่คลายเร็ว โมหะมีโทษมากและคลายช้า ปัจจัยที่ทำให้รากะคลาย คือ
อสุภณमित ปัจจัยที่ทำให้โทสะคลาย คือ **เมตตาเจโตวิมุตติ** ปัจจัยที่ทำให้โมหะคลาย คือ **โยนิโส**
มนสิการ (พระสุตตันตปิฎก อังคุตรนิกาย เอก-ทุก-ติกนิบาต, อัญญตติยสูตร, 2539, หน้า 273)

อธิบายได้ว่า วิธีกำจัดรากะจิต คือ ให้พิจารณาด้วยอสุภกรรมฐาน วิธีกำจัดโทสะจิต คือ
การเจริญพรหมวิหาร 4 สองส่วนนี้อาจนับเนื่องเข้าสู่กองกรรมฐานได้ ส่วนโมหะจิตมีลักษณะพิเศษ
คือ **การเจริญโยนิโสมนสิการ** หรือการพิจารณาอย่างแยกคาย

สำหรับโยนิโสมนสิการ นั้นพระไตรปิฎกอธิบายได้ว่า ผู้ถึงพร้อมด้วยโยนิโสมนสิการ
พึงหวังข้อนี้ได้ว่า จักเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ทำอริยมรรคมีองค์ 8 ให้มาก ผู้ถึงพร้อมด้วยโยนิโส
มนสิการเจริญอริยมรรคมีองค์ 8 ทำอริยมรรคมีองค์ 8 ให้มาก คือ ภิภุในธรรมวินัยนี้
เจริญสัมมาทิฐิอันเป็นธรรมมีการกำจัดรากะ โทสะ และ โมหะเป็นที่สุด ฯลฯ **เจริญสัมมาสมาธิ**
อันเป็นธรรมมีการกำจัดรากะ โทสะ และ โมหะเป็นที่สุด (พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวาร
วรรค, โยนิโสมนสิการสัมปทาสูตร, 2539, หน้า 47) กล่าวได้ว่าการกำจัดโมหะก่อนข้างกำจัดได้
ยากกว่าจิต อีก 2 ประเภท คือ รากะ และ โทสะ เพราะมีลักษณะคลายช้า วิธีกำจัดโมหะจิตต้องเจริญ
มรรคมีองค์ 8 โดยทำสัมมาทิฐิ กับสัมมาสมาธิให้เกิดขึ้น

ส่วนอกุศลมูล 3 จัด โลกะ โทสะ โมหะ เป็นรากเหง้าของอกุศล (พระสุตตันตปิฎก
อังคุตรนิกาย เอก-ทุก-ติกนิบาต, อกุศลมูลสูตร, 2539, หน้า 275) สำหรับรากะนับเนื่องเข้าไปใน โลกะ
เพราะมีอาการอยากได้เป็นของตนมาเสพสม เป็นต้น 3 ตัวนี้จัดเป็นแก้มูลของอกุศลธรรมทั้งหลาย

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภาษณ์, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า โมหะ เป็นกิเลส
ตัวใหญ่ตัวแม่ โลกก็ยังดีพอหาย โลกก็จบ ยังสามารถพ้นทุกข์ได้ สำหรับผู้ที่โลกเมื่อได้เสียดสะกลับ
ดีกว่า โลกะกลับดีได้เร็วขึ้น โทสะพออารมณ์ไม่พอใจก็หายไปไปด้วย หรือเจริญเมตตาโทสะ
ก็หายไปได้ แต่โมหะนี้ใครก็พูดไม่ได้ เพราะมีความหลงอยู่ในตัวของมัน เหมือนคนตาบอด หู
หนวก เป็นใบ้ เอาออกยากมาก แม้พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรม จิตไม่รับก็ไม่เกิดประ โยชน์ พวกนี้
คือ ทพพีที่คนอยู่ในหม้อแกงไม่รู้รสชาติของแกง เพราะจิตไม่เปิด

ทั้งนี้ กรรมฐานต่าง ๆ ที่เหมาะแก่จิตนั้น ยังมีองค์ประกอบอีกหลายอย่างซึ่งไม่สามารถ
พินิจได้เฉพาะว่าตัวของเรายู่ในจิตประเภทใด อาจทำได้เพียงการคาดเดาจากอกุศลที่เกิดขึ้นเป็น
ครั้งคราว เช่น อารมณ์โกรธหากมีแนวโน้ม โกรธบ่อย ๆ อาจเจริญพรหมวิหาร 4 มีเมตตา เป็นต้น
แต่ไม่ได้ถึงการเจริญอานาปานสติกรรมฐานอันเป็นกรรมฐานกองหลัก และจะเห็นได้ว่า จิตจะมีคู่

ตรงข้ามกับกรรมฐานทั้งสี่ ดังนั้นจึงควรใช้กรรมฐานคู่ตรงข้ามกับจริตของตน อาทิ หากมีความรัก
สวรั้งามให้เจริญกายนุสติกรรมฐาน เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุทธิมปัญญา) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม
2560) สรุปว่า “เรื่องของฌานสมาบัติจะถึงอานาปานสติกรรมฐานไม่ได้” ดังนั้นไม่ว่าจะเจริญ
กรรมฐานกองใดก็ตามไม่สามารถถึงอานาปานสติกรรมฐานได้

นอกจากนี้ พระมหาสามเรือน ปุณฺณเสโก (สัมภาษณ์, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า
ที่ภาวนา 40 อย่างเพื่อให้จิตใจสงบอย่างเดียว ฌนต่ออย่างใดก็ทำอย่างนั้น เหมือนอาชีพนิกาย
สุดท้ายเพื่อได้เงินอย่างเดียว บางครั้งครูบาอาจารย์สอนแต่ไม่ถูกจริตกับเราก็ต้องเปลี่ยนวิธีใหม่
(อาจดูเพิ่มเติมในจรต 6) เช่น คนโทสจริตให้เจริญเมตตา (เมตตามีความสำคัญในการภาวนา
ถ้าคนใจร้ายภาวนาไม่ได้) ถ้าตระหนี่ให้เจริญทาน (หากคู่ตรงข้ามของจริตตนเอง) เป็นต้น

ตั้งข้อสังเกตได้ว่า กรรมฐานที่เหมาะสมแต่ละจริต เช่น รากจริต ให้พิจารณาอสุภ หรือ
เจริญกายนุสติกรรมฐาน โทสจริต ให้เจริญพรหมวิหาร 4 และวรรณกสิณ ส่วนผู้ที่มีความโลภ
อาจเจริญกายนุสติกรรมฐาน หรือการให้ทาน กล่าวโดยย่อ คือ ให้ใช้กรรมฐานที่เป็นคู่ตรงข้ามกับ
นิสัยของตนเอง โดยสังเกตจากกุศลที่เกิดขึ้น นอกจากนี้ในบางครั้งหากครูบาอาจารย์บอก
กรรมฐานไม่ถูกจริต โดยสังเกตได้ว่า ไม่มีความก้าวหน้าเลย ก็ต้องคิดแปลงเองให้เหมาะแก่จริต
และยึดกรรมฐานกองนั้นโดยตลอด นอกจากนี้ จะเห็นได้ว่า ในการเจริญกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น
ภูริทัตโต ส่วนใหญ่เจริญอานาปานสติกรรมฐานเป็นหลัก แต่หากผู้ปฏิบัติได้ปฏิบัติแล้วไม่ประสบผล
กับความสำเร็จเลย อาจต้องสังเกตตนเองแล้วพิจารณากรรมฐานที่เหมาะสมแก่จริตของตนเองจาก
กรรมฐานกองอื่น ๆ ร่วมด้วย การภาวนาจึงส่งผล

ดังนั้น ในการเจริญกรรมฐานทั้ง 40 กองนั้น เป็นไปเพื่อให้จิตใจสงบนิ่ง เพื่อที่จะ
สามารถเจริญวิปัสณากรรมฐานได้ต่อเท่านั้น อย่ายึดติดกับการเจริญกรรมฐานกองใดกองเดียวจน
มากเกินไป จะไม่ประสบกับความสำเร็จในการภาวนาให้เจริญกรรมฐานกองอื่น ๆ ร่วมด้วยโดยมี
อานาปานสติกรรมฐานเป็นหลัก อาจมีส่วนช่วยให้เจริญกรรมฐานสำเร็จได้

การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี

จากการศึกษา พบว่า สภาพปัญหาโดยตรง คือ การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี โดยสภาพ
ปัญหานี้เกิดขึ้นจากการเจริญวิปัสณาล้วนโดยไม่มีสมาธิ เป็นผลมาจากความเข้าใจผิด เพราะเข้าใจว่า
พระปัญญาวิมุตติ หมายถึง เจริญปัญญาล้วนโดยไม่ต้องมีสมาธิเลยทำให้ผู้ปฏิบัติตามแนวทางของ
พระปัญญาวิมุตติ หรือพระสุกขวิปัสโก เกิดสภาพปัญหาในการปฏิบัติเป็นอย่างมาก ทั้งนี้สามารถ
นำเสนอทัศนะส่วนใหญ่ของกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ได้ด้วยตารางที่ 3 มีรายละเอียด
ดังนี้

ตารางที่ 3 สภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา: การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี

สภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ ภายใต้การภาวนา	สาเหตุ	วิธีแก้
การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี	- การเจริญวิปัสสนาล้วนของ พระสุกขวิปัสสโกโดยไม่มีสมาธิ	- แม้พระสุกขวิปัสสโกก็ ต้องเจริญสมาธิให้ถึงระดับ อัปปนาสมาธิจึงจะมีกำลัง ในการตัดกิเลสได้

สภาพปัญหาสำคัญอย่างยิ่งในปัจจุบัน คือ การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี โดยปัญหาที่สำคัญได้แก่ ปัญหาที่ว่า “พระสุกขวิปัสสโกสามารถเจริญวิปัสสนาล้วนโดยไม่ต้องมีสมาธิได้หรือไม่” ซึ่งกรรมฐานในสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่มีทัศนะ ดังนี้

พระครูโสภิตธรรมานุศาสตร์ (มหาอำนาจ อินทสาโร) (สัมภาษณ์, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า ฌานมีความสำคัญ เพราะทำให้เรารู้แจ้งเห็นจริง เช่น รู้ทางมืดทางสว่างเราก็รู้ การเจริญวิปัสสนาล้วนโดยไม่มีสมาธิเป็นไปได้ มีดีไม่มีสว่าง ไม่มีสมาธิจะเห็นความจริงได้อย่างไร

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ตามพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตที่ท่านสอน จะเจริญวิปัสสนาล้วนยังไม่ได้ เพราะจิตยังไม่เป็นสมาธิ จิตไม่มีกำลัง พิจารณาไปล้วน ๆ คือ พิจารณาไปเรื่อยเรื่อยไม่ได้ประโยชน์ จิตก็ฟุ้งซ่าน โดยถ้าจิตเป็นสมาธิแน่นอน จะมีพลังของจิตพิจารณาได้ เรื่องสมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญา ถ้าพื้นฐานไม่มี ปัญญาก็ไม่รู้ชัดไม่รู้แจ้งเห็นจริง โดย ศีล สมาธิ ปัญญา ศีลเป็นพื้นฐาน อย่างต่ำต้องมีศีล 5 ศีลเป็นเครื่องชำระกิเลสอย่างหยาบออกจากใจ ส่วนสมาธิเป็นเครื่องชำระกิเลสอย่างกลางออกจากใจ ปัญญาเป็นเครื่องชำระกิเลสอย่างละเอียดออกจากใจ

พระภิกษุปัญญาวิสุทธิ์ (มหาเข้ม จิตตขัมโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า คนต้องมีความสงบ แต่อาจไม่ได้ฌาน วิปัสสนาล้วนจิตก็ต้องสงบด้วย เช่น เมื่อได้ฟัง ได้ยิน ได้เห็นอะไรก็นำสิ่งนั้นมาพิจารณา พิจารณาจนเห็นความเป็นจริงว่าสิ่งนี้ไม่เที่ยง เป็นอนัตตา ความสงบเกิดขึ้น ไม่มีความสงบพิจารณาไม่ได้

สอดคล้องกับ ทัศนะของ พระอาจารย์วันชัย วิจิตโต (สัมภาษณ์, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า การเจริญวิปัสสนาล้วนโดยไม่มีสมาธิปฏิบัติไม่ได้

ส่วน พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า พระสุกขวิปัสสโกมีสมาธิแบบวิปัสสนา เช่น สถิตอยู่ในองค์สมาธิ ความเพียรชอบก็อยู่ในองค์สมาธิ

ความตั้งใจอยู่ในองค์สมาธิ เหมือนเรากับเงาทั้งกัน ไม่ได้ไปด้วยกัน ทำยที่สุดพระสุกขวิปัสสโก ต้องมีสมาธิ (อาศัยสติ ความเพียร ความตั้งใจ) เห็นความเกิดดับจึงเป็นวิปัสสนา โดยการสงบแบบ วิปัสสนาคือรู้แล้วปล่อยวาง เป็นสมาธิในตัว เป็นสมาธิแบบวิปัสสนาคือความรู้สึกเคลื่อนไหวเกิดดับ ๆ

นอกจากนี้ พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโน (สัมภาษณ์, 27 มกราคม 2560) สรุปรว่า “การเจริญปัญญาล้วน ๆ อย่างเดียวจะไม่ครบมรรคองค์ 8 ต้องพร้อมด้วย สติ สมาธิ ปัญญา การเจริญปัญญาล้วน ๆ หมายถึง พวกที่มีสมาธิที่ทรงตัวแล้วก็สามารถทำปัญญาขั้นสูงให้เกิดขึ้นได้ แต่ถ้าเกิดว่าไม่มีสมาธิปัญญานั้นจะกลายเป็นความฟุ้งซ่านไปมันต้องมีสมาธิเป็นองค์ประกอบ”

ส่วน พระอาจารย์ทิวา อาภากร (สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560) สรุปรว่า ธรรมเนียมสาย พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่จะปฏิบัติแบบสมถยานิก โดยทำสมาธิ ระดับอุปจารสมาธิ ถึงอัปปนาสมาธิ แล้วจึงเจริญปัญญา ข้อดีต้องเจริญได้อัปปนาสมาธิก่อน เมื่อจะเจริญปัญญาแล้วไม่ยาก (อาจจะหมดกิเลสเลย) ส่วนที่ยากที่สุด คือ การทำให้เป็นอัปปนาสมาธิ “หลวงปู่ทุกองค์บอก เหมือนกันไม่ได้อัปปนาสมาธิไม่ได้อะไรเลย...ถ้าไม่มีบารมีเป็นฤทธิมาก่อน... เป็นฤทธิ 20 ปี 30 ปี ยังไม่ได้เลย หลวงปู่ที่ได้ท่านมีบารมีเก่า...สมาธิท่านเก่งแล้วแต่ละองค์ท่าน”

จะเห็นได้ว่า มรรคมีองค์ 8 ประกอบไปด้วย สติ สมาธิ และปัญญา โดยมีสัมมาทิฐิเป็น เบื้องต้น คือ ต้องมีความเห็นถูกต้องก่อน พระพุทธเจ้าจึงทรงกำหนดปัญญาเป็นต้นามรรค อีก 7 ประการ โดยพระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า สติ สมาธิ ปัญญาเป็นหัวใจของพุทธศาสนา ถ้าได้ สติ สมาธิ ปัญญา บริบูรณ์เป็นผู้บรรล

ส่วนพระอาจารย์เฉลิม ชัมมโร (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า “หากพิจารณา โดยไม่มีกำลังสมาธิหนุนจะเป็นเพียงสัญญา เรียกว่าวิปัสสนิกก็ได้ นึกเอาปรุงแต่ง”

พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญโญ (สัมภาษณ์, 3 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “จิตเป็นฉาน เป็นสัมมาสมาธิ”

พระญาณวิศาลเถร (หา สุภโร) (สัมภาษณ์, 14 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “ถ้าไม่ได้ฉาน ไม่ได้มรรคผลหรอก ก่อนที่จะได้ตัวปัญญาต้องได้ฉานมาก่อน”

พระมหาสามเรือน ปุณฺณเสโก (สัมภาษณ์, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “ในขั้นตอนที่จะได้มรรคผลแม้พระสุกขวิปัสสโกจะต้องได้ฉาน”

พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญโญ) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า พระสุกขวิปัสสโกไม่สามารถเจริญวิปัสสนาแล้วโดยไม่มีสมาธิจนสำเร็จมรรคผลได้ เพราะว่า ในการปฏิบัติ สติ สมาธิ ปัญญา จะเป็นสิ่งที่ทั้งไม่ได้เลย โดยเฉพาะในส่วนของสมาธิที่จะเป็นกำลังในการตัดกิเลส ถ้าเราเจริญวิปัสสนาอย่างเดียว อุปมาเหมือนบุคคลที่มีอาวุธซึ่งคมกล้ามาก แต่ไม่มีซึ่งกำลังในการยกอาวุธนั้นมาตัดฟันอะไรไม่ได้

สรุปได้ว่า แม้แต่พระสุกขวิปัสสโกก็ต้องเจริญสมาธิให้ถึงระดับฌานเช่นกัน จึงจะสำเร็จมรรคผลได้ มิฉะนั้นจะเป็นการนึกคาดเดาเอาเองทั้งสิ้นปรากฏแต่ความฟุ้งซ่าน ทำให้การปฏิบัติกรรมฐานไม่ประสบกับผลสำเร็จ เพราะฉะนั้นหากบุคคลจะเจริญวิปัสสนาล้วนโดยใช้ขณิกสมาธิอย่างเดียว ไม่พยายามทำให้จิตสงบ จนท้ายที่สุดเป็นอุปปนาสมาธิก็ไม่เกิดประโยชน์ในการปฏิบัติกรรมฐานเลย สอดคล้องกับ พระครูวิลาสกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญญา) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) สรุปว่า “ในการจะได้มรรคผลโดยต่ำสุดต้องได้ปฐมฌานทั้งสิ้นไม่อย่างนั้นกำลังไม่เพียงพอในการตัดกิเลส”

ส่วนพระภิกษุญาณวิสุทธิ (มหาเข้ม จิตตธัมโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า คนที่เกิดในสมัยของพระพุทธเจ้า คือ บุคคลที่สะสมบารมีมามากแล้ว เพียงแต่ได้ฟังพระพุทธเจ้าเพียงกัณฑ์เดียว 1 คาถา (4 บาท) เช่นพระพาหิยะสำเร็จเป็นพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าจึงเปรียบบุคคลด้วยบัว 4 เหล่า (อรรคถาขยายเป็น 4 จากพระไตรปิฎกที่มีอยู่ 3 เท่านั้น)

จะเห็นได้ว่า บุคคลที่ได้มีโอกาสฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าแล้วบรรลุมรรคผลมีอยู่ไม่น้อย แต่เป็นผู้ที่สั่งสมบารมีมาก่อนแล้ว จำนวนไม่น้อยก็เป็นฤาษีหรือพรหมณ์ที่ตั้งมั่นอยู่ในสมาธิมาก่อน เช่น ปัญจวัคคีย์ ดังนั้น เมื่อมีโอกาสได้ฟังธรรมจากพระพุทธเจ้าจึงสำเร็จมรรคผลได้อย่างไม่ยากนัก สมกับเป็นบุคคลประเภทที่ 1 และ 2 คือ อุกคฤกษ์ัญญ (เจตียวลลาด) และวิปจิตตัญญ (สติปัญญาดีเข้าใจในเวลาไม่ช้านาน) โดยมีอยู่มากในสมัยพุทธกาล สำหรับในปัจจุบันบุคคลประเภทที่ 1 และ 2 เหลือน้อย จำนวนไม่น้อยเป็นบุคคลประเภทที่ 3 เสียมาก คือเนยยะจึงต้องใช้ความเพียรในการปฏิบัติหนักขึ้น ซึ่งจะเห็นได้ว่า คนในปัจจุบันก็ฟังเทศน์ฟังธรรมกันมากมาย แต่จำนวนไม่น้อยก็ไม่บรรลุธรรมเหมือนสมัยพุทธกาล ข้อนี้ก็คือปัจจัยสำคัญ 3 ประการ คือ 1) ไม่มีบารมีพอ 2) ไม่ได้ฟังธรรมที่เหมาะสมแก่จริตของตนเฉพาะพระพักตร์จากพระพุทธเจ้า 3) ยังไม่สามารถทำให้จิตนิ่งเป็นสมาธิได้ เพราะเมื่อจิตฟุ้งซ่านต่อให้ฟังธรรมก็ไม่เกิดมรรคผลอยู่ดี

สอดคล้องกับ พระอาจารย์เฉลิม ธรรมโร (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ในครั้งพุทธกาล (พุทธบริษัท) ได้ฟังธรรมจากพระสัมมาสัมพุทธเจ้า และได้ดวงตาเห็นธรรม หมายถึงผู้ที่มีความพร้อมเต็มที่อยู่แล้ว เหมือนกับผลไม้ที่สุกแล้วพอลมมาเขย่ากิ่งนิดเดียวก็ล่วงทันที แต่สำหรับผู้ปฏิบัติทั่วไปจะต้องอาศัยสมาธิเป็นตัวหนุนปัญญาก่อน สาเหตุที่ต้องอาศัยสมาธิเป็นตัวหนุนปัญญา เพราะสมาธิจะทำให้อารมณ์ของเรานิ่ง และมีความแน่วแน่ เหมือนแสงเลเซอร์ที่จ่อลงจุดใดจุดหนึ่ง เมื่อมีความแน่วแน่ จะมีความแหลมคม พอมีความแหลมคมจะไม่มีอารมณ์อื่นเข้ามาแทรก พอไม่มีอารมณ์อื่นเข้ามาแทรก ถ้าหากเราจะพิจารณาด้วยปัญญาของเราด้วย ส่วนใดส่วนหนึ่งก็ตาม จะเหมือนหม้อที่ผ้าตัดมีมิดที่กมกริดลงไปก็จะขาด เมื่อปัญญาเป็นสมาธิหนุนจะตัดกิเลสได้

หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน

จากการศึกษาพบว่า มีสภาพปัญหาจากหลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน ประกอบไปด้วย 2 ส่วน ได้แก่ 1) สภาพปัญหาจากสมาธิเสื่อม 2) วิปัสสนูปกิเลส ซึ่งมีสภาพปัญหา และแนวทางการแก้ไข สามารถสรุปทัศนะส่วนใหญ่ของกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ตามตารางที่ 4 ดังนี้

ตารางที่ 4 สภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ภายใต้ภายใต้การภาวนา: หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุน การเจริญกรรมฐาน

สภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ ภายใต้การภาวนา	สาเหตุ	วิธีแก้
หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุน การเจริญกรรมฐาน	- สมาธิเสื่อม เนื่องจากถูกสัญญา กับสังขารปรุงแต่งอารมณ์ และการปฏิบัติย่อหย่อน	- เน้นทำความเพียรภาวนา บ่อย ๆ อากาจรจิตเสื่อมจะ หายไปเอง
	- วิปัสสนูปกิเลส โดยเฉพาะ อธิโมกข์ คือ ปักใจเชื่อในนิมิตนั้น	- อย่าสนใจนิมิตนั้น - อย่าส่งจิตออกนอก

ปัจจัย 2 ประการที่ไม่เอื้อหนุนต่อการเจริญกรรมฐาน คือ สมาธิเสื่อม และวิปัสสนูปกิเลส นั้นสามารถแสดงรายละเอียดของทัศนะส่วนใหญ่ของกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ได้ดังนี้

สมาธิเสื่อม

จากการศึกษา พบว่า สภาพปัญหาในการปฏิบัติจำนวนไม่น้อยเป็นผลมาจากอาการ ที่สมาธิเสื่อมเป็นอาการของนักปฏิบัติที่ปกติต้องมีกัมบังอยู่แล้ว ซึ่งกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตส่วนใหญ่ มีทัศนะ ดังนี้

พระอาจารย์เฉลิม ชัมมชโร (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า นิเวศน์ 5 ไม่ได้ จะเกิดขึ้นหมดทุกคน เช่น เอาอารมณ์ของตนเองมากวนใจตนเอง ซึ่งอารมณ์ที่เกิดขึ้นมาจากตัวหลัก คือ สังขาร(ตัวจำ) กับสัญญา(ตัวปรุงแต่ง) โดยสัญญากับสังขารจะทำงานร่วมกัน

พระครูโสภิตธรรมานุศาสตร์ (มหาอำนาจ อินทสาโร) (สัมภาษณ์, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า “บางที่เข้าสมาธิยาก เพราะวิตกกังวล ที่วิตกเนื่องจากนินทาไปคิดเลยเป็น”

พระอาจารย์เสน ปญฺญาโร (สัมภษณ, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า กลับไปหาหลวงปู่บุญจันทร์ (ไม่ทราบฉายา) และกล่าวว่า “เมื่อก่อนใครพูดนี้รู้เลย แต่เดี๋ยวนี้ไม่รู้เลย เสียความรู้อ่านจึงเตือนว่า “ท่านยังเป็นเด็กอยู่นั้นหรือ” จึงได้สติกลับแล้วมาพิจารณา คือนักภวานาไม่ต้องพูดมากพูดแค่นี้รู้เรื่อง เรื่องเหาะที่เหาะเก่งท่านก็เตือนว่าอย่าไปเสียเวลา”

พระมหาสามเรือน ปุญฺญโสโก (สัมภษณ, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะ ประมาณปี พ.ศ. 2532 จำพรรษาที่ อำเภอเถิน จังหวัดลำปาง ตอนนั้นเที่ยงคืนจึงพักผ่อน ประมาณตี 5 จะลุกจึงพูดไปอย่างนั้นและจำวัด พอถึงตี 5 ไม่นอน ปรากฏว่ามีผู้หญิง (เทวดา) มาเรียก เมื่อเปิดดูไม่มีคน โดยเสียงนั้นมีลักษณะที่เพราะมาก ไม่เคยได้ยินที่ไหนมาก่อน จิตเกิดอาการตกอยากเห็นตัว ภวานาไม่ได้เลย เสียงเข้าไปในใจ เข้าไปในกระดูกเยื่อกระดูก ประมาณ 3-4 เดือนจึงหาย (มีอาการกินไม่ได้ นอนไม่หลับ คิดถึงเจ้าของเสียงอย่างเดียว สมาธิเสื่อม จึงรู้ว่าเสียงของสตรีเข้าไปในหัวใจแล้วชานไปในเยื่อในกระดูก)

พระภวานาปัญญาวิสุทธิ์ (มหาเข้ม จิตตัมโม) (สัมภษณ, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่าในการภวานาเกิดสมาธิเสื่อม เช่น สมาธิย่อหย่อน ทำ 2 อย่างไม่แน่วแน่เท่าทำอย่างเดียว (การปฏิบัติไม่ได้ทำต่อเนื่องความชำนาญลดลง)

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภษณ, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า “คำว่าสมาธิเสื่อม คือ เราห่างจากสมาธิการทำสมาธิเพียรห่างไป (การปฏิบัติย่อหย่อน) เคยทำความเพียรอย่างอุกฤษฺมา โดยสาเหตุใดก็ตามเลยทำให้เราห่างจากตรงนี้ไป เมื่อห่างไปเรื่อย ๆ สมาธิก็หายไป แต่คำว่าสมาธิไม่มีคำว่าเสื่อมหรือเหมือนกับว่าหายไปจากเรา”

จะเห็นได้ว่า อาการสมาธิเสื่อม เป็นผลมาจากปัจจัยสำคัญ 2 ประการ คือ สังขารกับสติปัญญาปรุงแต่งอารมณ์ และการปฏิบัติย่อหย่อน ซึ่งอาการสมาธิเสื่อมส่งผลอย่างมากต่อผู้ปฏิบัติกรรมฐาน คือ ส่งผลทำให้ความมั่นใจในการปฏิบัติลดลง นอกจากนี้หากมีอาการเสื่อมมากอาจทำให้กรรมฐานแตกเลยทีเดียว อย่างไรก็ตามสมาธิที่อยู่ภายใต้ไตรลักษณ์ คือ เสื่อมไปเป็นธรรมดา

วิธีแก้ปัญหามาจากสมาธิเสื่อม

จากการศึกษาพบว่าวิธีแก้ปัญหามาจากสมาธิเสื่อม มีดังนี้

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภษณ, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่าวิธีการแก้จิตเสื่อม ให้ใช้วิธี “หนามขอกเอาหนามบ่ง” เช่น หากขาดสติเหมือนรถที่ไม่มีเบรคแต่ไปเรื่อย แต่ถ้าจิตมีสมาธิตั้งมั่นเมื่อนั่งสมาธิจิตจะรวมทันที เห็นแต่ลมหายใจเข้าออก ไม่ปรุงอะไรเพราะชำนาญ ถ้าจิตเสื่อมนั่งเป็นชั่วโมงก็ไม่สงบ จึงต้องฝึกให้ชำนาญ “นั่งสมาธิที่ 3 นาที 4 นาทีจะไปสงบได้ไง นั่งเป็นชั่วโมงนั้นหนะก็ยังไม่สงบ นั่งทับมันอยู่นั้น เพราะว่าจิตนี้มันเร็วแล้วจะหาแต่เครื่องหลอกมาหลอกเรา ถ้าเราไม่ขาดสติหนะหลอกเราไม่ได้หลอก ”

พระมหาสามเรือน ปุณฺณเสโก (สัมภษณ, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า วิธีแก้สมาธิเสื่อม คือ ภาวนาไปเรื่อย ๆ อาการสมาธิเสื่อมจะหายไปเอง

พระภิกษุปัญญาวิสุทธิ์ (มหาเขม จิตตัมโม) (สัมภษณ, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า ในการแก้สภาพปัญหาจากสมาธิเสื่อม คือ การทำบ่อย ๆ อย่าไปสนใจอย่างอื่นต้องทิ้ง

ส่วน พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญญา) (สัมภษณ, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า เมื่อสมาธิเสื่อมให้เริ่มต้นนับ 1 ใหม่ด้วยการกลับหาลมหายใจเข้าออก

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภษณ, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า วิธีแก้ คือ การที่เราจะให้สมาธิกลับคืนมาเราก็ทำความเข้าใจใหม่ แต่ว่าความหมายว่าสมาธิเสื่อมหรือเกี่ยวกับเรื่องเราเคยมีนิมิต เราเคยรู้ต่าง ๆ ที่เรียกว่า ฌาน ญาณ ถึงแม้ว่าสมาธิเราอ่อนลง ฌาน ญาณก็อ่อนลงไปด้วย บางทีสมาธิเราไม่ได้อ่อนทำอยู่ตลอด แต่ความรู้ที่เคยรู้ เคยสัมผัส นิมิตเกิดขึ้นหายไป ตรงนั้นเราก็ไม่ควรตกใจ ธรรมทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สมาธิก็ไม่เที่ยง ฌาน ญาณก็ไม่เที่ยง เคยรู้ได้อยู่ได้ หายไปได้ เดียวก็รู้ใหม่ได้ แต่อาจจะไม่รู้ของเก่า แต่ไปรู้มากกว่าเก่า ดีไปกว่าเก่า

กล่าวโดยสรุป อาการสมาธิเสื่อมเป็นเรื่องปกติของนักปฏิบัติที่ยังไม่เป็นโลกุตระบุคคล จึงต้องมีความเพียรในการรักษาสมาธิระคองไว้อยู่เสมอ วิธีแก้จากอาการสมาธิเสื่อม คือ เน้นการทำความเข้าใจ ไม่สนใจสิ่งอื่นที่เกี่ยวข้องกับการภาวนา สมาธิที่เคยปฏิบัติมาจะฟื้นกลับมาเอง

สภาพปัญหาจากวิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลส เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมทั้งหลายประสบกับสภาพปัญหาในการภาวนา เช่นกัน ต่างกับตรงสมาธิเสื่อมที่อาการสมาธิเสื่อม คือ เข้าสมาธิไม่ได้หรือเข้าได้ลำบาก ไม่เหมือนเดิม ไม่สามารถลงได้ถึงอุจจารสมาธิและอัปนาสมาธิ ส่วนวิปัสสนูปกิเลสอาจเข้าสมาธิได้ แต่เป็นโทษไม่เป็นคุณต่อการเจริญกรรมฐาน อาทิ ดิณนิมิตต่าง ๆ ในบางรายรุนแรงถึงขั้นอาการบ้า มีรายละเอียดดังนี้

พระอาจารย์อ่อง ถาวโร (สัมภษณ, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า โดยมากสายสมาธิ (เจโตวิมุตติ) จะไปติดนิมิต เช่น พระชอง (นามสมมุติ) ท่านกล่าวว่าท่านสำเร็จแล้ว เกิดแสงสว่างไปทั่ว เป็นต้น ในเวลาต่อมา มีคนเอารถตู้เก่า ๆ มาถวาย และจะให้ลูกไปสอบใบขับขี่ เกิดปัญหา เช่น บอกอย่างหนึ่งทำอย่างหนึ่ง เกิดความโกรธขึ้นเลยรู้ว่าตนเองยังไม่สำเร็จ (วิปัสสนูปกิเลสคิดว่าตนเองสำเร็จแล้ว)

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภษณ, 22 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า วิปัสสนูปกิเลส แก่ยากเพราะคนหลง เช่น เวลาภาวนาแล้วจิตมี ฌานสมาบัติ หรือนิมิตปรากฏขึ้นมา เป็นภาพที่ดี เสียงที่ดี ไปหลงนิมิตนั้น ทำให้จิตวิปลาส เพราะ สติ สมาธิ ปัญญา ไม่พอ

พระอาจารย์จรัสวัฒน์ อัครรักโข (สัมภาษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า วิปัสสนูปกิเลส อาทิ ความอยาก เช่นคนยังไม่ถึงเวลา บารมียังไม่ถึง

พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา (สัมภาษณ์, 3 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า พวกที่ติดอาการวิปัสสนูปกิเลส เช่น บางรูปอยากเหาะเหินเดินอากาศได้ หลงนิมิตตัวเอง หรือนั่งภาวนาจิตสงบนึกเดียวสำคัญตนเองว่าเหาะเหินเดินอากาศได้ จิตออกไปข้างนอก สังขารปรุงแต่ง

พระอาจารย์เสน ปัญญาโร (สัมภาษณ์, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า วิปัสสนูปกิเลส เกิดขึ้นกับพระที่ปฏิบัติธรรมถึง 4-5 รูป เช่น กรณีของพระอาจารย์เลิศ ถึงตี 4 ก็ยังไม่ขึ้นไปจำวัด พอถึงช่วงฉันเช้า ไม่ฉันแต่มน้ำ น้ำไหลออกจากตา พอไปศาลาอดฉันเต็มเลยท่านก็ยั้งนั่งนิ่ง และบอกว่าจะให้แสงจากนิ้วเท้าขึ้นไปศีรษะ เป็นต้น จึงกราบเรียนหลวงปู่บัว สิริปุณโณ ท่านจึงกล่าวว่า “ให้กลับคืนเอาไปหาอาจารย์ พอถึงอาจารย์จะหายเอง” จึงพาพระอาจารย์เลิศ ไปหาพระอาจารย์ยอด (ไม่ทราบฉายา) ซึ่งพื้นเพมาจากขอนแก่น ปรากฏว่าพระอาจารย์เลิศบอกใส่พระอาจารย์เสน ปัญญาโร และเมื่อไปถึงขอนแก่นหายทันที เพราะอาจารย์ยอดท่านเพ่งอยู่ นี่คือสัญญาวิปลาส (ทฤษฎีวิปลาส)

พระมหาสามเรือน ปุณฺณเสโก (สัมภาษณ์, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ครูบาอาจารย์ เคยเล่าให้ฟัง เช่นในการภาวนาก็เห็นทุกอย่าง จะพูดอะไรก็รู้ คิดอะไรก็รู้ หายออกอะไรก็รู้ บางทีก็คิดว่าตนเองนี้สำเร็จแล้ว (ถ้าเราเชื่อ 100% จะเริ่มเปลี่ยน อาทิ เห็นว่ามีคนนี้จะมาฆ่าอีกคนหนึ่ง เราต้องไปบอกคนนี้ให้หนีไป ถ้าไปบอกให้หนีไปความจริงไม่ใช่ ถ้าไม่เชื่อจะไม่เป็น) นิมิตถ้าไม่ชำนาญอย่าเข้าไปยุ่งเกี่ยวกับ อย่างคนภาวนาเห็นเทวดา เห็นนั้นเขาเห็นจริง แต่สิ่งที่เขาเห็นเป็นของไม่จริง เพราะถ้าของจริงลืมตามาดูอยู่

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญฺโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า วิปัสสนูปกิเลส คือ เกี่ยวกับความสำคัญของจิต เช่น สำคัญว่าตนได้บรรลุธรรม พูดไปเรื่อยเปื่อย ถูกบ้างไม่ถูกบ้าง สำคัญว่าตัวถูก คนอื่นพูดไม่เชื่อฟัง ทำไปมาก ๆ ไม่ยอมเชื่อ ไม่ยอมแก้เลยเป็นบ้า

พระอาจารย์เฉลิม ชัมมโร (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า เรื่องของนิมิต ปรากฏขึ้นอาจด้วยสัญญา สังขาร เป็นต้น ซึ่งเกิดขึ้นในขณะที่จิตของเรากำลังทำสมาธิอยู่ จิตของเรา กำลังดับนิเวศต่าง ๆ เหลือจิตกับผู้รู้ บางรูปก็เกิดบางรูปก็ไม่เกิด เหมือนการฝันบางคนฝันบางคนไม่ฝัน เพราะฉะนั้นผู้ทำสมาธิอาจจะไม่เห็นนิมิตเหมือนกันทั้งหมด บางรูปท่านก็ไม่เคยนิมิต บางทีในขณะที่ทำสมาธิสัญญาของตนเองออกมาหลอก เป็นภาพออกมาหลอก บางรูปนั่งสมาธิวางอารมณ์ มีหญิงสาวเดินมีเสียงมาก่อน และเป็นรูป เป็นนางฟ้า เมื่อเห็นสิ่งที่สวย ดิใจเวลานั่งสมาธิ วันต่อไปจึงอยากเห็นอีกคิดนิมิตแล้ว

พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า อาการ สัญญาวิปลาสที่เคยพบเห็น เช่น นิพพานไม่ยากอะไร คือ ตาย บางคนไปแช่ในน้ำเป็นวันเป็นวัน ส่วนคนอื่นเห็นเป็นภาพต่าง ๆ หลงละเมอเพื่อฝันไปเรื่อยอย่างนี้ก็มี

จะเห็นได้ว่าปัญหาสำคัญที่มาจากวิปัสสนูปกิเลสก็คือ อาการคิดนิมิต (โดยเฉพาะ อธิโมกข์ คือ ปักใจเชื่อ) เป็นผลมาจากการเจริญสมาธิถึงระดับที่เรียกว่า อุปจารสมาธิ จิตที่ไม่เคยปฏิบัติมาก่อนเพิ่งเคยได้ ยังอบรม สมาธิ และปัญญายังไม่พอ ก็อาจส่งจิตออกข้างนอก (โดยการส่งจิตไปตามแสงสว่าง แทนที่จะน้อมมาพั่งในกาย) เช่น อยากไปเห็นเทวดา เห็นไปเรื่อย ๆ และเมื่อเห็นแล้วเกิดอาการน้อมจิตเป็นจริงเป็นจังว่าเป็นเรื่องจริงขึ้นมา

วิธีแก้ปัญหากจากวิปัสสนูปกิเลส

วิธีแก้อาการจากวิปัสสนูปกิเลสมียหลายวิธีด้วยกัน แล้วแต่ครูบาอาจารย์จะมีอุปบายในการภาวนาเพื่อแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างไร แต่ที่สำคัญคือ ในการภาวนาหากนักปฏิบัติยังไม่มีความเชี่ยวชาญอย่าส่งจิตออกไปปรับอารมณ์ข้างนอก ไม่สนใจ เป็นต้น มีรายละเอียด ดังนี้

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภาษณ์, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า นิมิตไม่ควรเอามาเป็นเครื่องยึดถือ เช่น “นิมิตนี้มันหลอก 10 เอา 1 มันก็ยาก ส่วนมากคนไปคิดเรียน นิมิตนุ่น เห็นนี้ครูบาอาจารย์ท่านไม่ให้เอานิมิตมาเป็นเครื่องถ่วง เพราะนิมิตเป็นเครื่องล่อหลอก โดยมากนิมิตเป็นจริงเป็นจังคล้าย ๆ ความฝัน ไป ๆ มา ๆ มันไม่ใช่ของจริง เชื่อไม่ได้ 10 เอา 1 มันก็ไม่ได้”

พระอาจารย์มนัส มนต์ชาโต (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า “วิธีแก้วิปัสสนูปกิเลส ดูสังขารที่มาปรุงแต่ง สังขารภายในที่ปรุงแต่งจะเป็นตัวสัญญาเล็ก ๆ ... ให้รู้พอรู้ก็จะหายไป จิตก็จะไปอีกชั้นหนึ่ง”

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า วิธีแก้อาการจากวิปัสสนูปกิเลส คือ ให้เห็นสภาวะนี้ไม่เที่ยง ไม่ใช่ของจริง เกิดขึ้นก็ดับไป ให้อยู่ที่จิต อย่าส่งจิตออกไป (อย่าส่งจิตออกนอก)

พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา (สัมภาษณ์, 3 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า วิธีแก้อาการจากวิปัสสนูปกิเลส คือ อย่าไปคิดว่าตนเองจะเหาะเหินเดินอากาศได้ ให้นั่งดูจิตใจตัวเอง ครูบาอาจารย์ท่านจึงกล่าวว่า ถ้าเอาจิตออกนอกนี้เป็นบ้า ถ้าจิตอยู่ภายในจะไม่เป็นบ้า ส่วนมากพวกนี้ส่งจิตออกนอกพั่งไปคู โนนคูนี้ อยากมีฤทธิ์ หลงนิมิตตัวเอง วิธีที่ดีที่สุด พระอาจารย์หล้า เขมปัตโต แนะนำให้ดูขั้น 5 ของเราอย่าไปดูอย่างอื่น (ให้พิจารณาร่างกายตนเอง ดูใจตนเอง เป็นต้น)

พระครูสุวรรณโพธิเขต (คุณ อัครชัย โม) (สัมภาษณ์, 1 กันยายน 2560) อธิบายว่า อาการวิปัสสนูปกิเลส จากที่ครูบาอาจารย์เล่าให้ฟัง เช่น เห็นเทวดา เห็นสี เห็นแสง และปล่อยตามนิมิตนั้นไป ถ้าเจอนิมิตให้ถือว่าไม่จริง มาหา บางคนไปยึดติดอยู่ตรงนั้นเลยไม่ไปไหน

พระภิกษุปัญญาวิสุทธิ์ (มหาเข้ม จิตตัม โม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า เมื่อภาวนาแล้วมีอาการคิดในนิมิต อย่าสนใจในนิมิตนั้น เรื่องนิมิตที่เกิดขึ้นเป็นภาพลวงตาไม่ใช่ภาพที่แท้จริง เพราะฉะนั้นเมื่อเกิดนิมิตขึ้นมาอย่าไปยินดีในนิมิตนั้น

พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า วิธีแก้อาการจากสัญญาวิปลาส ได้แก่ ให้ตั้งสติใหม่ เช่น หายใจเข้าลึก ๆ ให้ตั้งสติให้สงบ (กลับมาอยู่กับพุทโธ) ให้กลับมาดูตนเองด้วยการดูกายดูใจ เฉพาะอย่างยิ่งให้รู้จักความรู้สึกนึกคิดตนเองตอนนั้น อย่าไปคิดตาม เมื่อรู้แล้วก็หยุดเมื่อไม่คิดตามก็แก้ได้

สำหรับการแก้ปัญหาจากวิปัสสนูปกิเลส 1) ตั้งสติใหม่อยู่กับพุทโธ เช่น หายใจเข้าลึก ๆ 2) อย่าส่งจิตออกนอกหากยังไม่ชำนาญซึ่งเป็นการแก้ไขในระยะยาว หรือไม่สนใจนั่นเอง

สรุป วิธีแก้ปัญหากจากวิปัสสนูปกิเลสหัวใจสำคัญ คือ อย่าส่งจิตออกนอก โดยพระราชวรคุณ (สมศักดิ์ ปัทมทิโต) (สัมภาษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ประกิติจิตของเราส่งออกนอก ถ้าปฏิบัติต้องไม่ส่งจิตออกนอก ให้จิตอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา แบบคนทั่วไปคืออยู่ในหลักศีลธรรม การส่งออกจิตออกนอก เช่น เจอคำตักเตือนินทาไม่สามารถทำให้เปลี่ยนแปลงได้สำหรับนักปฏิบัติส่งไปเกิดโทษอยู่อย่างนี้แต่ถ้าแท้จริงต้องส่งออกนอก คือ ออกไปดูไปเห็น ไปสัมผัสกับอะไรทุกอย่าง แต่สำหรับนักปฏิบัติแล้วเพียงแค่สัมผัสรู้ได้ แต่ไม่กระพือไปตามนั้น อาทิ ไม่เพ็ดเพลินกับคำชมนั้น ไม่ทุกข์กับการถูกตำหนิ สักแต่ว่าได้ยินได้เห็น เท่านั้น

นอกจากนี้ในบางครั้ง นักปฏิบัติกรรมฐานจำนวนมากนั่งสมาธิแล้วอยากเห็นสิ่งต่าง ๆ ทำให้การปฏิบัติกรรมฐานไม่ก้าวหน้า เพราะไปสนใจในนิมิตมากเกินไป ซึ่งพระวิมลศีลาจารย์ (อานวย ฐิริสุนทรโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า บางคนทำสมาธิเห็นนิมิต บางคนนั่งสมาธิไม่เคยเห็นอะไรเลย แต่ไม่ได้ฝึดอะไร ไม่เห็นนั่นดีแล้วจิตจะได้ไม่ไปปรุงไปแต่ง ดังนั้นนิมิตจึงไม่ใช่ทุกคนจะเห็นได้ หลายท่านปฏิบัติธรรมก็ไม่เกิดนิมิตขึ้นเลย และนิมิตก็ไม่ใช่ว่าควรยึดเหนี่ยว สอดคล้องกับ พระครูพันธสมณวัฒน์ (ทองสุข ฐิตปัญโญ) (สัมภาษณ์, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า การเกิดนิมิต เช่น นอนลงไปฝันก็เป็นนิมิต นั่งอยู่ปรากฏอันใดขึ้นก็เป็นนิมิต นอนหลับตาลงไปนิมิตเกิดขึ้นเป็นอุคหนิมิต (หลับตาลงไปยังเห็นภาพนั้นอยู่) นิมิตนี้เกิดได้ก็หายได้

อย่างไรก็ตาม พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุธรรมปัญโญ) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ปกติแล้วนิมิตมี 2 อย่าง อย่างแรก คือ นิมิตตามกองกรรมฐาน อาทิ กสิณ 10 ถ้าลักษณะอย่างนี้เมื่อนิมิตเกิดขึ้นต้องรักษาไว้เพื่อประโยชน์ในการภาวนาเพื่อก้าวหน้ายิ่งขึ้นไป

แต่ถ้าเป็นนิมิตทั่ว ๆ ไปที่เกิดขึ้น เช่น เป็นภาพ แสง และสี อย่าไปสนใจให้จดจ่ออยู่ที่คำภานาและ
ลมหายใจเข้าออกแทน

กล่าวโดยสรุป นิมิตที่ดีควรพึงรักษาต่อไปให้การเจริญกรรมฐานมีความก้าวหน้าขึ้นไป
ส่วนนิมิตใดทำให้เกิดความฟุ้งซ่าน ถือเป็นเรื่องเป็นจังเป็นนิมิตที่ควรละเสีย

วิธีการแสวงหาความรู้ภายในภาวนา

จากการศึกษา พบว่า วิธีการแสวงหาความรู้ภายในภาวนาอาจจำแนกออกได้เป็น 3
ประการ คือ 1) สมถกรรมฐาน 2) วิปัสสนากรรมฐาน 3) ปกณกกรรม มีรายละเอียด ดังนี้

สมถกรรมฐาน

ทั้งนี้ในการเจริญสมถกรรมฐานของกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต นั้นเน้น
การปฏิบัติแบบสมถยานิก โดยมีอานาปานสติกรรมฐานเป็นกรรมฐานกองหลัก ข้อค้นพบสำคัญ
จากการศึกษา ทำให้ทราบว่า ผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่สามารถทำให้สมาธิจิตสงบ ถึงระดับอุปจารสมาธิ
เท่านั้น แต่ไม่สามารถทำให้ถึงระดับอัปนาสมาธิอันเป็นสมาธิขั้นสูงได้ เนื่องจากผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่
กำหนดลมหายใจเข้า-ออกก็จริง แต่เป็นการเข้า และออกเฉย ๆ ไม่มีการเอาลมแนบกับกาย จึงรู้
ลมแต่ไม่ไปไหนวิธีการที่ถูกต้อง ต้องเอาลมแนบกับกายเสมอ โดยอานาปานสติกรรมฐานมักนิยม
เจริญร่วมกับ อสุภและกายคตานุสติกรรมฐาน

นอกจากนี้ ข้อค้นพบสำคัญอีกประการหนึ่ง คือ กสิณ ในความเป็นจริงแล้วอาจไม่ต้อง
เจริญกสิณโดยตรงเหมือนดังตำราก็ได้ โดยเฉพาะการพิจารณากสิณในกาย อันเป็นผลสืบ
เนื่องมาจากการเจริญกายคตานุสติกรรมฐาน โดยเมื่อทำภาวนานิมนต์และอัปนาสมาธิได้แล้ว
ก็กำหนดเปลี่ยนอารมณ์เป็นกสิณแทน วิธีการนี้ทำให้ประหยัดเวลาในการที่ผู้ไม่เคยปฏิบัติกสิณมา
ก่อน ต้องไปตั้งต้นใหม่ทั้งหมดเพื่อที่จะฝึกกสิณ และการเจริญกรรมฐานกองอื่น ๆ ก็ไม่ยากแล้ว
เพราะกสิณมีอารมณ์ถึงจุดถุณาน นับว่าสูงสุดในรูปแบบแล้ว หากจะทำรูปถุณานต่อไปก็ไม่ยาก

จากการศึกษา พบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตจะเน้น การเจริญกรรมฐาน
กองหลัก ได้แก่ การเจริญอานาปานสติกรรมฐาน โดยมีกรรมฐานกองอื่น ๆ สนับสนุน ได้แก่
พุทธานุสติกรรมฐาน และมรณานุสติกรรมฐาน เป็นต้น โดยจากการศึกษา พบว่า การเจริญ
อานาปานสติกรรมฐาน มีรายละเอียด ดังนี้

อานาปานสติกรรมฐาน

จากการศึกษา พบว่า ครูบาอาจารย์ได้ทำการเจริญอานาปานสติเป็นกรรมฐานกองเอก
โดยมีหลักการภาวนาที่หลากหลาย ซึ่งสามารถสรุปทัศนคติส่วนใหญ่ของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ได้ดังนี้

ตารางที่ 5 วิธีการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน

วิธีการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน	
อานาปานสติกรรมฐาน (พุทธานุสติกรรมฐาน และมรณานุสติกรรมฐานในฐานะบริวารของอานาปานสติกรรมฐาน)	- ใช้คำบริกรรมพุทโธ ไว้ที่ปลายจมูกหรือฐานที่ขอบ เมื่อจิตรวมจะปล่อยวางคำบริกรรมโดยอัตโนมัติ ในบางท่านที่ชำนาญอาจใช้มรณานุสติกรรมฐานร่วมด้วยก็ได้ โดยระลึกถึงลมหายใจเข้าออกว่า หมดลมก็ตายเมื่อนั้น เป็นต้น โดยต้องใช้กายแนบไปกับลม จึงจะสามารถทำให้ถึงระดับอัปนาสมาธิได้ หากกายไม่แนบไปกับลมจะไม่สามารถทำสมาธิถึงระดับอัปนาสมาธิได้เลย เพราะจะหายใจเข้า-ออกแต่ไม่ไปไหน

นอกจากนี้ผลการศึกษายังบ่งชี้ว่า การเจริญอานาปานสติกรรมฐานในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่มีความเห็นพ้องกันในการกำหนดลมหายใจ ด้วยคำภาวนาพุทโธ และกำหนดฐานของลมในระดับเดียวกัน คือ เน้น ปลายจมูกกับ หน้าอก มีบางท่านที่กำหนดไว้ฐานอื่นบ้าง อาทิ ริมฝีปากบน หรือลิ้นไก่ ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภาษณ์, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า อานาปานสติ คือ การระลึกถึงลมหายใจเข้าออก หายใจเข้าพุท หายใจออก โธ ตั้งสติอยู่ที่ลมหายใจเข้าออก จิตตัวนี้จะค่อยละเอียดไปเรื่อย ๆ

พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาธโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า สัมมาสมาธิ คือ ตั้งใจมั่น ตั้งใจเจริญภาวนา เช่น ให้เพ่งดูลม เรียกว่าอานาปา ซึ่งกำหนดไว้ที่บริเวณปลายจมูก อย่างไรก็ตามกำหนดไว้ที่ใดก็ได้ที่ทำให้จิตสงบ โดยมีสติกำกับ

พระอาจารย์จิรวัดน์ อัครรัก โข (สัมภาษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า วิธีการเจริญอานาปานสติ คือ การหายใจเข้า เรียก อานะ ส่วนปานะ คือ การหายใจออก ที่สำคัญ คือ ระลึกรู้ให้มีสติเปรียบหมูป่านเหมือนตั้งด่าน ใครเข้าก็รู้ ใครออกก็รู้ โดยกำหนดคำภาวนา เช่น พุทโธ เพื่อเป็นที่สังเกต เพราะเป็นนามธรรม ละเอียด และการเจริญพุทโธ ถือว่าเป็นการเจริญพุทธานุสติกรรมฐานด้วย

พระอาจารย์บุญสูง จิตสาโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า สติสำคัญที่สุดก่อนนั่งคุกก่อนทำไคสบาย นั่งขัดสมาธิก็ได้พับเพียบก็ได้เป็นท่าเฉย ๆ แต่ท่าจะนั่งให้สบายจริง ๆ

คือ ทำนั้งสมาธิโดยเอาเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายตรง จากนั้นเอาจิตมาตรวจลมหายใจ หายใจเข้ายาวสบายออกยาวสบาย เดี่ยวเข้ายาวออกสั้น เดี่ยวเข้าสั้นออกยาว เดี่ยวเข้ายาวออกยาว ลมหายใจของคนเราจะไม่เท่ากัน เพราะอวัยวะไม่เท่ากัน โดยมากกำหนดไว้ที่ฐานปลายจมูก เพราะว่าเป็นที่สัมผัสง่าย แล้วสติกับสงบอยู่ตรงนั้น ไม่สงบก็อยู่ตรงนั้น ทำให้จิตสงบพักครู่หนึ่งแล้วหายใจเข้าพุทหนึ่งไม่ให้มีการคิด ให้จิตอยู่กับพุทโธจริง ๆ ทั้งลมเข้าและออก ไม่ต้องตามออกไปข้างนอก ไม่ต้องตามเข้าไปข้างในตั้งสติไว้ตรงปลายจมูก จิตละเอียดขึ้น ลมจะละเอียดขึ้น

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การเจริญอานาปานสติกรรมฐาน นิยมกำหนดลมที่ปลายจมูก เพราะเป็นส่วนที่กำหนดได้ง่าย การกำหนดลมถ้านั้งสมาธิใหม่ลมหายใจไม่สะดวกให้ตั้งธาตุลมก่อน โดยสูบลมหายใจเข้าไปในปอด แล้วปล่อยออกมา จากนั้นตั้งสติไว้ที่ปลายจมูก กำหนดอยู่จุดเดียวแล้วอย่างนี้จิตจะสงบ และรวมเป็นหนึ่งเรียกว่า “เอกัคคตารมณ์” ถ้าส่งจิตไปตามลมจิตจะไม่สงบ เพราะตามลมเข้าลมออกจะมีลักษณะยืดยาวไป ยึดมา “เมื่อจิตรวมเป็นสมาธิจริงลมหาย” เพราะวางลมวางกาย เมื่อจิตสงบแล้วจะวางพุทโธ

พระวิมลศีลาจารย์ (อำนวยการ ฐิริสุนทร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การเจริญอานาปานสติกรรมฐาน เช่น ใช้วิธีกำหนดนั้งสมาธิภาวนา พ่อแม่ครูบาอาจารย์ใช้คำบริกรรมพุทโธ หายใจเข้ากำหนดว่า พุท หายใจออกกำหนดว่า โธ เป็นการทำให้จิตมีที่พึ่ง ไม่งั้นก็จะไม่รู้ว่าจะกำหนดอะไรในการนั่ง เมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้วคำบริกรรมจะหายไปเอง

จะเห็นได้ว่า ในการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน ส่วนใหญ่จะใช้คำบริกรรม พุทโธ ทั้งสิ้น โดยมากมักกำหนดลมหายใจบริเวณปลายจมูก ทั้งนี้ในบางครั้งการกำหนดพุทโธอาจไม่เหมาะสมกับผู้ปฏิบัติบางท่าน ก็อาจใช้วิธีการนับแทนก็ได้ เช่นกัน โดยมีวิธีการดังนี้

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภาษณ์, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า พระอาจารย์ลี ชัมมชโร สอนวิธีการนับ เช่น (1,2,3,4,5) (1,2,3,4,5,6) ขึ้นไปเรื่อย ๆ (1,2,3,4,5,6,7) (1,2,3,4,5,6,7,8) (1,2,3,4,5,6,7,8,9) (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10) นับอีกกลับไปกลับมาขึ้นไปเรื่อย (1,2,3,4,5) (1,2,3,4,5,6) (1,2,3,4,5,6,7) มาถึง 10 แล้วนับใหม่กลับไปกลับมา เป็นการทำให้จิตอยู่ในอารมณ์นั่นเอง (บริกรรมอยู่ในอารมณ์นับ) อย่างไรก็ตาม พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) ตั้งข้อสังเกตว่า ใช้วิธีการนับก็ได้ วิธีใดก็ได้ที่ทำให้จิตสงบ แต่การนับ 1,2,3 จะสงบละเอียดได้ยาก อาจสงบพื้นฐานได้ในระดับขณิกสมาธิหรืออุปจารสมาธิดังนั้น การเจริญอานาปานสติกรรมฐาน ในสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต อาจมี 2 ลักษณะสำคัญ ได้แก่ 1) การภาวนาพุทโธ และ 2) การใช้วิธีนับ

นอกจากนี้ จากการศึกษาพระไตรปิฎก หมวด กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน พบว่ามีรายละเอียด ดังนี้ (พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค, 2514, หน้า 216-217)

ภิกษุในธรรมวินัยนี้ นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า เขมมีสติหายใจ ออก มีสติหายใจเข้า

- เมื่อหายใจออกยาว ก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกยาว
- เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้ายาว
- เมื่อหายใจออกสั้น ก็รู้ชัดว่า เราหายใจออกสั้น
- เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้าสั้น
- ย่อมสำเนียงกว่าเรจักเป็นผู้กำหนดรู้ตลอดกองลมหายใจทั้งปวง หายใจออก
- ย่อมสำเนียงกว่า เรจักเป็นผู้กำหนดรู้ตลอดกองลมหายใจทั้งปวง หายใจเข้า
- ย่อมสำเนียงกว่า เรจักระงับกายสังขาร หายใจออก
- ย่อมสำเนียงกว่า เรจักระงับกายสังขาร หายใจเข้า

ทั้งนี้ พระอาจารย์ทิวา อากาศโร (สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า มีการแปลผิด ทำให้ผู้เจริญกรรมฐานด้วยอานาปานสติกรรมฐานไม่สามารถปฏิบัติได้ ในสติปัฏฐานของ อานาปานสติกรรมฐาน เรื่องกายนุสสนา ข้อ ที่ 1 หายใจยาวก็รู้ว่าหายใจยาว หายใจสั้นก็รู้ว่าหายใจสั้น เข้าออกรู้ ข้อ 2 สั้นเข้าออกรู้ ข้อ 3 แปลผิดโดยให้ รู้ลม คุณมอย่างเดียว ขาดกายที่จริงต้อง ใ้กายผสม โดยคุณมชักพักจะเป็นกวางค์ รู้แล้วแต่ไม่ไปไหนถ้าจะให้ลึกลงไปอีกต้อง “เอากายซ้อนแนบไปกับลม ไม่เอากายซ้อนไม่ได้เลย” ถึงจะลงลึกไปได้อีก (นอกจากนี้พระอาจารย์ทิวา อากาศโร ยังตั้งข้อสังเกตว่า ฤาษีที่ใช้จักระเอาจิตไล่ไปตามกาย ทำสมาธิ อานาปานสติไปได้ไกลกว่านักปฏิบัติในไทยที่ไม่เอากายแนบไปกับลม) ดังนั้น คุณมอย่างเดียวไม่ได้ต้องเอากายซ้อนแนบไปกับลมด้วย จึงเป็นวิธีการที่ถูกต้อง (อาจไม่ได้แปลผิดเสียทีเดียว แต่ไม่เข้าใจความหมายโดยนัยของการคุณม)

จะเห็นได้ว่า กายเป็นสิ่งสำคัญอย่างมากในการภาวนา นอกจากรู้เรื่องของลมแล้ว ยังต้องเอาลมไปแนบกับกายด้วย เพื่อเกิดฐานที่ตั้งอันเป็นที่รองรับของจิตจะทำให้สามารถพัฒนาสมาธิในระดับขั้นต่อไป คือ อปัณนาสมาธิได้

พุทธานุสติกรรมฐาน และมรณานุสติกรรมฐาน

สำหรับพุทธานุสติกรรมฐาน และมรณานุสติกรรมฐาน ในที่นี้ถือว่าเป็นบริวารของ อานาปานสติกรรมฐานจึงจัดไว้ให้อยู่ในกลุ่มเดียวกัน มีรายละเอียด ดังนี้

พระอาจารย์บุญตั่ง จิตสาโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า มรณานุสติเรา จะเห็นว่าเป็นของไม่ยั่งยืน มีสิทธิ์อยู่ชั่วระยะเวลาไม่นาน เห็นได้ว่าเมื่อเราไปเราไม่ได้เอาอะไรไปเลย ทั้งนี้ความที่เรามีสติตรงนั้นเป็นพุทธานุสติ หมายความว่าเรามีความรู้ขณะนั้น พุทฺธะแปลว่า ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน รู้ในเหตุและผล (อานาปานสติกรรมฐาน พุทฺธานุสติกรรมฐาน และมรณานุสติกรรมฐานอาจเจริญรวมกันได้)

พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร) (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า สำหรับ
มรณานุสติกรรมฐาน หรือระลึกความตาย ระลึกทุกวัน

พระอาจารย์เฉลิม ชัมมธโร (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ถ้าไม่สามารถ
บังคับลม คือปานาปานสติ คูลมหายใจเข้าออกจุดใดจุดหนึ่งที่ลมไปสัมผัส ไม่สามารถประคอง
อารมณ์ให้นิ่งได้ หรือมีสติอยู่กับจุดสัมผัสนั้นได้ จึงให้เพิ่มเป็นคำบริกรรมเป็นพุทธานุสติกรรมฐาน
เมื่อพุทธานุสติอยู่กับลมหายใจเข้าออกยังไม่ทัน ไม่ต้องไปสนใจลม ให้สนใจพุทธโธอย่างเดียว
(ใช้คำบริกรรมกำหนดแทนลมหายใจ) เพราะจะดึงสังขารให้มาเกาะอยู่กับตัวนี้ ซึ่งสัญญากับสังขาร
จะทำงานคู่กัน

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภาษณ์, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า ในการภาวนา
อานาปานสติกรรมฐาน การใช้คำบริกรรม พุทโธเป็นพุทธานุสติกรรมฐาน เป็นการระลึกถึงคุณของ
พระพุทธรูป พุทธะแปลว่า ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน

กล่าวโดยสรุป พุทธานุสติกรรมฐานก็ดี มรณานุสติกรรมฐานก็ดี กรรมฐาน 2 กองนี้เป็น
กรรมฐานที่สามารถรวมเข้าไปในอานาปานสติกรรมฐานได้ ไม่ใช่กรรมฐานกองหลัก เพราะทั้ง 2 กอง
ให้กำลังเพียงระดับอุปจารสมาธิเท่านั้น ไม่ส่งผลถึงระดับของอัปปนาสมาธิ สำหรับวิธีการเจริญ
กรรมฐาน 2 กองนี้ก็อาจเจริญ เมื่อเจริญอานาปานสติ โดยคำบริกรรมพุทโธนั้นเป็นการน้อมจิตระลึก
ถึงพระพุทธรูปเป็นพุทธานุสติกรรมฐานในตัวอยู่แล้ว ส่วนมรณานุสติกรรมฐานนั้นก็รู้ว่าลมหายใจ
อยู่ที่ปลายจมูก หากไม่ได้ลมมาแทนที่ก็ต้องตายเป็นแน่แท้ ระลึกเท่านี้ก็ทราบได้ว่า
“ความตายเป็นของใกล้ตัว” บางท่านอาจเจริญรวมทั้ง 3 กองเลยก็ได้ ส่วนท่านที่ยังไม่เชี่ยวชาญอาจ
เจริญอานาปานสติกรรมฐาน กับพุทธานุสติกรรมฐานด้วยคำบริกรรมพุทโธไปก่อน

การตรึกและการตรองลม

ในการเจริญอานาปานสติกรรมฐานนั้นส่วนสำคัญ คือ การตรึกและการตรองลม โดยเมื่อ
ทราบแล้วจะทำให้ทราบถึงการประคองลมโดยการเอาสติตั้งอยู่กำหนดลมหายใจ มีรายละเอียด
ดังนี้

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า
ในการเจริญกรรมฐาน นั้น วิตก คือ การตรึกในการภาวนา ตรึกภายในนี้ภายในใจ วิจาร์ณ หมายถึง
การพิจารณาพิเคราะห์ ปิติ หมายถึง ความเฝอ้อมในใจ เฝอ้อมในธรรม สุข หมายถึง สุขเกิดขึ้นที่ใจ
สุขกายสบายใจ เอกัคตา หมายถึงจิตเป็นหนึ่ง นิ่ง นี้คือลักษณะขององค์ฌาน โดยปฐมฌานมีองค์ 5

พระภิกษุปัญญาวิสุทธิ์ (มหาเข้ม จิตตชัยโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า
ในการนั่งสมาธิ ให้รู้วิตก หมายถึง ความตรึก คือความนึกคิดอันเป็นตัวสมาธิ ส่วนวิจาร์ คือ
ความตรอง เป็นตัวปัญญา เมื่อมี 2 ส่วนนี้แล้วมาอยู่ที่จิตของตนเวลานั่งสมาธิแล้วเป็นอย่างไร

พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญโญ) (สัมภาษณ์, 5 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การที่จะเกิดวิตกวิจารณ์นั้น ปกติแล้วเป็นอารมณ์ในการปฏิบัติแรกเริ่ม วิตก คือ คิดอยู่ว่าเราจะภาวนาวิจารณ์ คือ ตอนนี้เราภาวนาลมหายใจเข้าออกยาวหรือสั้นกำหนดรู้อยู่

กล่าวโดยสรุป การจะเป็นสมาธิได้นั้นต้องรู้ว่า วิตก วิจารณ์ อันเป็นอารมณ์กรรมฐานจะได้ปฏิบัติเป็นแนวทางต่อไปให้ถูกต้อง ซึ่งวิตกในที่นี้คือ การตรีกอยู่ในลม การรู้ลม ส่วนวิจารณ์ คือ การตรอง การพิจารณาในที่นี้คือ การตรองลักษณะของลม การทำเช่นนี้จะทำให้สามารถประคองจิตใจให้เป็นสมาธิได้

ฐานของลม

จากการศึกษาพบว่าการกำหนดฐานของลมสำหรับการเจริญอานาปานสติ ดังนี้

พระอาจารย์อ่อง ถาวโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า กำหนดลมหายใจไว้ที่ปลายจมูก หายใจเข้าก็รู้ หายใจออกก็รู้ รู้สึกว่าได้ผลอารมณ์ภายนอกไม่เข้ามา รู้สึกว่าเย็น

พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร) (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า กำหนดลมหายใจโดย พุทฺธเข้า โธออก ลมหายใจอยู่ตั้งจมูกเนื่องจากรู้ได้ง่าย สัมผัสได้ โดยเคยกำหนดที่บริเวณอก กับบริเวณสะดือปรากฏว่ากำหนดไว้ที่ตั้งจมูกดีกว่า

พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า **บางคนอยู่ที่ปลายจมูก บางคนอยู่ที่ลิ้นไก่** โดยส่วนตัวของพระครูเกษมวรกิจ กำหนดที่บริเวณลิ้นไก่ (อาจกำหนดที่อื่น ๆ ได้อีก เช่น อุณาโลมหรือกระหม่อม ส่วนอื่นเช่น หทัย 3 จุดนี้สำคัญ) ส่วนรอบสะดือไม่กำหนด นอกจากเหนือบ (เหนือบสะดือขึ้นมา 2 นิ้ว)

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า อาการที่ภาวนาแล้วปรากฏว่ามีลมแน่นอยู่ในท้องจืดไม่รวม เพราะเอาจิตไปเพ่งเกินไปทำให้แน่นในท้อง ให้ย้ายฐานขึ้นมาท่ามกลางอกจะโล่งกว่า สูงสุดคือปลายจมูก กำหนดลมหายใจเข้าออก ถ้ามดต่ำเกินไปบางคนมีอาการปวดท้อง จุดสำคัญคือ **หน้าอกกับปลายจมูก**

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภาษณ์, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า สติของเราเราจับไว้ที่ริมฝีปากด้านบน เพราะเอาสติจับไว้ตรงนี้คอยเฝ้าดูลม ลมที่เข้า เอาสติจับไว้ตรงนี้ เฝ้าไว้ตรงนี้ คอยเฝ้าดูลม ลมเข้าก็รู้ ลมออกก็รู้ และให้รู้ชัดไปอีกว่า ลมเข้า ลมออก ให้มีสติกำหนดรู้อยู่ที่ลมเข้าและออก (การตั้งไว้ฐานที่เดียวเหมือนกับว่ามีฐานที่ตั้งตลอดไป เหมือนกับว่าตั้งไว้หลายที่ต้องไปหาหลายที่) เมื่อลมเข้าสบาย ลมออกสบายภาวนาก็ดี ถ้ามดไม่สบายต้องปรับใหม่ คือ จริตของแต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนหายใจเข้าสั้นออกยาว บางคนหายใจเข้ายาวออกสั้น เป็นต้น ลองทำดูจริตชอบแบบนี้รู้สึกสบายก็ต้องจับลมตรงนั้นไว้ เหมือนกินกล้วยเดี่ยว เขาเลยทำรสชาติกลาง ๆ แล้วมีเครื่องปรุงให้ (สังเกตลม ดูลม จับลม)

กล่าวโดยสรุป จะเห็นได้ว่าครูบาอาจารย์แต่ละรูปจะกำหนดฐานของลมที่ไม่เหมือนกัน แต่ส่วนใหญ่ในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต นิยมกำหนดที่บริเวณปลายจมูก อาจด้วยว่าเป็นส่วนที่กำหนดได้ง่าย (บางส่วนก็อาจเจริญกรรมฐานร่วมด้วย โดยการระลึกว่า ขาดลมเมื่อใดก็ตายเมื่อนั้น) ส่วนผู้ที่ปฏิบัติแล้วรู้สึกว่าการกำหนดฐานนี้ไม่สงบก็อาจกำหนดฐานอื่นได้เช่นกัน เป็นต้นว่า บริเวณลิ้นไก่ หรือในส่วนของหน้าผาก แม้กระทั่งเหนือสะดือก็ได้ ที่กำหนดเช่นนี้ก็เพื่อให้สติมีฐานที่ระลึกที่ตั้งแน่นอน จิตจะได้ไม่ออกแวกหรือสัดสายไปในอารมณ์อื่น เกิดความนิ่งของจิตจนเป็นสมาธิขึ้นมานั่นเอง

ลักษณะจิตรวมเป็นสมาธิ

จากการศึกษาพบว่า ลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิ จะมีลักษณะดังต่อไปนี้

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภาษณ์, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า ฌานะ คือ การเพ่ง ทานที่ได้ฌานได้ฌานนั้นทำงานชำนาญ โดยมากอยู่ในแต่ตัวหนังสือ ความนิ่งและความละเอียดนี้คือฌาน

พระอาจารย์บุญส่ง จิตสาโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า เมื่อจิตละเอียดเข้าไปเรื่อยจากขณิกสมาธิเป็นอุปจารสมาธิจะเริ่มปรากฏ เข้าสู่มิติใหม่ในมิติใหม่เราจะเห็นสรรพสิ่งทั้งหลายซึ่งนอกเหนือจากตาเนื้อ เป็นเรื่องของจิตใจ อภิสมาณกายต่าง ๆ จะปรากฏได้ จึงรู้ว่าโลกนี้ไม่ได้มีแต่เฉพาะเรายังมีสิ่งอีกเยอะแยะที่ตามองไม่เห็นหูไม่ได้ยิน เพราะยังจิตมนุษย์ (บุุชชน) สัมผัสหาย ขณะนั้นเราปล่อยกายไปแล้ว รู้แล้วก็ต้องดับไม่ใช่รู้แล้วเอามาพรรณนาหวังผลต่อการกอบโกยผลประโยชน์

พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า ในเวลาที่จิตจะสงบ บางทีเกิดความเสียวซ่า เหมือนฟ้าร้องฟ้าผ่า บางทีร่างกายก็ขยายใหญ่ขึ้นปิดก็เรียก นิमित्तก็เรียกเป็นลักษณะเฉย ๆ ให้รู้ตัว การรู้ตัวในเวลาปฏิบัตินั้นคือนิमित เครื่องหมายที่ปรากฏออกมานิमितเป็นเครื่องหมายที่แสดงมาจากกายของเรา จิตเป็นตัวรู้โดยจิตเป็นเพียงประตุแต่ใจเป็นห้อง ส่วนตัวรู้คือความว่าง แต่รับรู้ทุกสิ่งทุกอย่างได้เหมือนคนเข้ามาในห้อง ตัวรู้คือตัวไม่ตาย ส่วนตัวจิตตัวใจเป็นของธรรมดาเสื่อมสูญไปได้

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตบุญโย) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า อุปจารสมาธิรวมเข้าไปมากบ้างจะเกิดนิमितต่าง ๆ แต่ไม่ต้องตามนิमित สิ่งเหล่านั้นเป็นเครื่องหลอกลวงให้หลง เหมือนดูภาพยนตร์ เรื่องนี้จบไปเรื่องใหม่เกิดขึ้น ส่วนอัปปนาสมาธิเรียกว่า จิตรวมอย่างแน่น แน่นหนาไม่มีนิमितมีแต่แสงสว่าง จิตเป็นหนึ่ง เป็นเอกัคคาจิต

พระภวานาปัญญาวิสุทธิ (มหาขัม จิตตัมโม) (สัมภษณ, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า จิตที่สงบจริง จะสว่างไสว เช่น ไม่ต้องลืมตา แต่สามารถเห็นได้ทั้งหมดเลย รอบทิศ เห็นดีกว่าที่เราลืมตา เป็นความเย็นรุ่มรื่นสบาย เป็นสุข

พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภษณ, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า อาการแห่ง อธิปนาสมาธิ คือ เงียบ เช่น ไฟเทียนจะดับ มีลักษณะหรือลง ๆ จนเงียบ พอเงียบก็ไม่มีอะไรก็ว่าง นอกจากนั้นบางท่านที่วิถิจิตมีความพิเศษมากอาจต้องระวังในการปฏิบัติเป็นพิเศษ โดยเฉพาะเรื่องของการมีสติ เช่น พระอาจารย์เสน ปัญญาโร (สัมภษณ, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “หลวงปู่นี้ออกจากร่างนี้เหาะเลย... วัดที่หลวงปู่ไปสร้างหลวงปู่เหาะไปก่อน ออกจากร่างนี้ไปเลยที่นี้มันเหาะมากเลย เลยเล่าเรื่องให้หลวงปู่พื้นวิถิจิตของผมออกจากร่าง... ท่านว่าไม่ได้นะ เสียเวลาตั้งต้นใหม่มันขาดสติ”

จะเห็นได้ว่าอาการจิตรวมจะมีหลายลักษณะผู้ปฏิบัติแต่ละท่านอาจมีอาการจิตรวมไม่เหมือนกันก็ได้ แต่พอตั้งเป็นข้อสังเกต โดยการเปรียบเทียบตัวอย่างระหว่างอุปจารสมาธิ และอธิปนาสมาธิได้ ดังนี้

ตัวอย่างจิตรวมเป็นอุปจารสมาธิ

จากการศึกษา พบว่า ตัวอย่างของอาการจิตรวมเป็นอุปจารสมาธิ มีดังนี้

พระครูสุวรรณโพธิเขต (คุณ อัครชัยโม) (สัมภษณ, 1 กันยายน 2560) อธิบายว่า นิमित เห็นขณะนั่งสมาธิ เรียกว่า นิमित ส่วนตอนนอนหลับเรียกว่า ผัน ครั้งหนึ่งนั่งสมาธิ มีคนนิมนต์ไปงานศพ ตอนเช้าประมาณ ติ 3 ลูกนั่งสมาธิจนสว่างติ 4-ติ 5 ว่างมองอากาศโล่งหมด ถ้าจะว่าหลับก็ไม่หลับ จากนั้น พอตอนเช้าออกบิณฑบาตชาวบ้านตาย (นิमितเห็นล่วงหน้า)

พระญาณวิศาลเถร (หา สุภโร) (สัมภษณ, 14 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า เมื่อจิตรวมเป็นสมาธิ เห็นวิญญาณสัตว์ตัวใหญ่ ๆ คอยาว ๆ เดินบริเวณวัดเห็นแต่ไม่ได้สนใจ กระทั่งปี พ.ศ. 2535-2537 นั่งภาวนาจิตรวมเกิดโอกาสขึ้นเห็นวิญญาณสัตว์ตัวใหญ่ ปีละ 2 ครั้งรวมเป็น 6 ครั้ง โดยครั้งที่ 6 แสงสว่างไม่ดับนานเท่าไรยิ่งจำ วิญญาณของไดโนเสาร์ก็ปรากฏขึ้นแสงสว่างนานกว่าทุกคราวราวชั่วโมงจึงค่อย ๆ ดับ เมื่อแสงสว่างจะดับเหมือนภาพยนตร์จะหมดม้วน จากนั้นจึงทำวัตรสวดมนต์และเดินลงจากเขาไปตรวจดูสถานที่สัตว์เดิน พบเห็นกระดูกปนอยู่กับหิน เก็บมาได้ประมาณ 60 ชิ้น (มีลักษณะคล้ายกระดูกช้าง) ในที่สุดทางกรมธรณีวิทยาจึงนำกระดูกไปตรวจสอบจึงทราบว่าเป็นกระดูกไดโนเสาร์

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตบุญโญ) (สัมภษณ, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า เคยมีนิมิตในช่วงม้างกาย เช่น “เห็นกระดูกแขนมันร้อนออก ผิวหนัง เนื้ออ่อนออกเหลือแต่กระดูก

เห็นได้บางส่วน ถ้าได้นิมิตเห็นหมดทั้งกายทุกส่วน... เหลือแต่โครงกระดูกอันนั้นเรียกว่ามังกาย
ได้ชัดเจน ถ้ามังกายได้แบบนี้จิตใจจะไม่หลง ความสว ความงามทั้งหลายจะหายไปหมด”

พระครูคันตีสลัมป็น (สมบุรณ์ กันตสีโล) (สัมภาษณ์, 6 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า
ประมาณปี 2522 นั่งภาวนาตอนกลางวัน อยู่กุฏิพระอาจารย์ชอบ ฐานสโม เกิดนิมิตขึ้น ปีนั้น
น้องสาวป่วยเห็นโยมแม่เอาผ้าขาวเชยียงบำเหมือนคนแต่นั่งยิ้มอยู่ ตื่นเข้าไปบิณฑบาตได้รับ
จดหมาย อ่านได้ใจความสำคัญว่า “หลวงลุงนิมนต์กลับบ้านหนอยป่าดวป่วยหนัก” (นิมิตจะเห็น
หมดบ้านก็เห็น บ้านที่กำลังสร้างอยู่ก็เหลือเพียงประมาณแค่ร้อยละ 10 จะเสร็จแล้ว จะเห็นได้ว่าจิต
ของคนไม่มีที่ปิดบังจะใกล้ไกลก็แล้วแต่ จึงเดินทางกลับบ้านไปปรากฏว่าปลงศพแล้ว โดยลักษณะ
ของนิมิตเห็นชัดเจน)

พระครูโสภิตธรรมานุศาสตร์ (มหาอำนาจ อินทสาโร) (สัมภาษณ์, 30 กันยายน 2560)
อธิบายว่า เคยภาวนามีนิมิตปรากฏ เช่น มีเสียงคนช่วยด้วย ช่วยหนูด้วยแต่ไม่เห็นตัว

อาการจิตรวมของอุปัจารสมาธิ มักจะมีนิมิตปรากฏขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติ บางส่วนไม่มีเลยก็
ไม่ใช่เรื่องผิดปกติแต่อย่างใด ทั้งนี้ถ้าสามารถย่อยยได้จะเป็นอุปัจารสมาธิอย่างสมบูรณ์
เรียก ปฏิภาคนิมิต จิตในขั้นนี้จะมีนิมิตต่าง ๆ ปรากฏ อาการที่เรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส ก็เป็นผลมาจาก
การฝึกจิตวิธีของสมาธิในขั้นนี้

ตัวอย่างจิตรวมเป็นอัปนาสมาธิ

จากการรวบรวมข้อมูลด้วยการศึกษาจากเอกสาร และการสัมภาษณ์ พบว่า ตัวอย่างของ
อาการจิตรวมเป็นอัปนาสมาธิ มีดังนี้

พระอาจารย์จันทา ถาวโร (วัดป่าเขาน้อย, 2555, หน้า 42-44) อธิบายว่า เมื่อจิตรวมแน่น
มีอารมณ์เดียว ดวงวิญญาณออกจากศีรษะ ไปอยู่บนฝ่ามือ มีสีขาวเหลืองขนาดเท่าหัวแม่มือแล้ว
จิตจึงพูดว่า ทำความเพียรมากทุกข์มากไม่ไหว จากนั้นจิตก็หายเข้าไปในตัวลงถึงฐานใหญ่ จิตพูดอีกว่า
นี่แหละรสชาติของพระนิพพาน ได้แก่ จิตสงบ ความสุขเยือกเย็นเกิดขึ้น ซึ่งพระอาจารย์บัว สิริบุญ โณ
ได้ให้ทัศนะว่า จิตรวมครั้งนั้นลงถึงอัปนาสมาธิ มีอารมณ์เดียวจะพิจารณาอะไรไม่ได้มันขาดปัญญา
เมื่อจิตมันถอนขึ้นมาระหว่างอุปัจารสมาธินั้น ถ้ามันจะรวมอีกก็กำหนดไว้อย่าให้รวมให้เดิน
วิปัสสนาค้นคว้าในภพชาติ

พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต (พระวิมลศีลาจาร (อำนวยการ ภูริสุนทโร), 2556, หน้า 37-38)
ให้ทัศนะว่า เมื่อพิจารณาหญิงนั้นก็แก่ลงจนเหลือแต่กระดูก จิตก็ถอนออกเป็นจิตรวมตาแต่
ทุกขเวทนายังมีอยู่ เมื่อกำหนดจิตพิจารณาลงไปอีก ปรากฏเป็นแสงสว่างไปข้างหน้าเห็นยักษ์ถือ
กระบองจะตีหัวจึงตั้งสติระลึกถึงพุทธานุภาพ ภาพนั้นหายไปและเมื่อจิตถอนมาอีก เวทนา วิดก
จางลงมาก จึงกำหนดพิจารณาอีก จิตรวมลงไปอีกเหมือนฝนน้ำนองชุ่มชื้นขึ้น ปิติซาบซ่าน

จิตเข้าถึงเอกัคตา เมื่อพักอยู่จุดถุคถุคตาม พอสมควรจิตถอนออกมาเป็น จุดถุคถุคตาม ตติยถุคถุคตาม, ทุติยถุคถุคตาม, ปฐมถุคถุคตาม ตามลำดับ เกิดความรู้ที่เรียกว่า ปุพเพนิวาสานุสติญาณ รู้เห็นชาติพบในกาลก่อน

โดย พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย) (2538, หน้า 88) สรุปรว่า จิตในอัปปนาสมาธิ จะไม่มีความรู้เกิดขึ้นในขณะนั้น แต่เมื่อถอนลงมาระดับอุปปจารสมาธิ จิตย่อมมีความคิด ก็กำหนดรู้ตามความคิดนั้นไปเรื่อย ๆ คิดเรื่องดีเรื่องไม่ดีก็กำหนดทำสติรู้ตามความคิดนั้นไปเรื่อย ๆ ขณะที่บางคน พอจิตออกจากอัปปนาสมาธิ ไม่มีความรู้อะไร เพราะจิตถอนออกจากสมาธิเลย แต่เมื่อจิตเป็นอัปปนาสมาธิบ่อยเข้า จิตมีกำลัง มีสติ มีสัมปชัญญะเพิ่มขึ้น เมื่อถอนออกจากอัปปนาสมาธิอีกก็เกิดความรู้พุ่งพรูออกมา จนไม่สามารถกำหนดทันความรู้ได้ก็มี ที่นี้ถ้าสติกับจิตตามกันทันตามทันความรู้เมื่อเกิดขึ้นมาในจิต จะกลายเป็นวิปัสสนาภูมิปัญญาที่เกิดขึ้นในจิต

จะเห็นได้ว่า จิตที่เป็นสมาธิจะมี 2 ส่วน คือ 1) อุปปจารสมาธิในขั้นนี้อาจเห็นนิมิตต่าง ๆ อันเป็นความมหัศจรรย์แก่จิต เป็นต้นว่า พวกอาทิสมาณกาย เช่น เทวดา เป็นต้น บางส่วนอาจมีอาการอย่างอื่น เช่น มีอาการเสียวเหมือน ฟ้ายแลบฟ้าร้อง รู้สึกเหมือนตัวขยาย เป็นต้น ซึ่งเป็นอาการของปีติ (โดยส่วนมากจะพิจารณาปัญญา เป็นอุปปจารสมาธิที่ถอนออกมาจากอัปปนาสมาธิ เพราะได้รับกำลังจากอัปปนาสมาธิอยู่ทำให้มีความแน่วแน่มาก เมื่อมาอยู่ระดับอุปปจารสมาธิจึงเกิดปัญญาต่าง ๆ ขึ้นมา เช่น กรณีของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ได้ปุพเพนิวาสานุสติญาณ จากการถอนออกมาจากอัปปนาสมาธิ) 2) อัปปนาสมาธิในขั้นนี้จะมีอาการจิตที่นิ่ง บางท่านว่า อาจมีลักษณะหรี ๆ ลงจนเสียบ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับว่าอยู่ในอารมณ์ฌานระดับใด ในบางครั้งเป็นการยากที่จะแยกได้ว่าได้ฌานระดับใด

พระมหาวิระ ถาวโร (ม.ป.ป., หน้า 40) ให้ทัศนะว่า ศัตรูของปฐมฌาน คือเสียง ถ้านักปฏิบัติทรงสมาธิอยู่ได้ โดยไม่รำคาญเสียงที่รบกวนได้ ไม่หวั่นไหวในเสียงแสดงว่าถึงระดับปฐมฌาน สำหรับศัตรูของทุติยฌาน คือ วิตก วิจารณ์ เพราะคาถาภาวนาเป็นวิตก วิจารณ์ ถ้าหากยังมีอยู่แสดงว่าอาจอยู่ระดับปฐมฌานเมื่อละเสียได้จึงเป็นทุติยฌาน ส่วนตติยฌาน คือ ตัณปีติได้ ถ้ายังมีปีติอยู่เป็นอารมณ์ในทุติยฌาน และสุดท้ายตติยฌาน คือ ลมหายใจ ถ้ามีลมหายใจปรากฏก็แสดงว่าจิตต่ำกว่าฌาน 4 สำหรับบางท่านก็ปฏิบัติทราบว่าเป็นอัปปนาสมาธิแต่ไม่รู้ว่าจะอยู่ระดับใด แต่มุ่งทำให้จิตเป็นเอกัคตารมณ์ก็ได้ เพราะมิใช่ว่าทุกท่านที่ปฏิบัติจะสามารถเข้าฌานออกฌานได้ตลอดเวลา

ส่วน พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย) (2560, 9 พฤศจิกายน) อธิบายว่า อัปปนาสมาธิกับอัปปนาฌานต่างกันคือ โดยลักษณะความสัมพันธ์ทางจิตแล้วเหมือนกัน โดยอัปปนาสมาธิเป็นลักษณะการสงบของจิตที่ไม่ไม่ได้เดินตามลักษณะองค์ฌาน เช่น ภาวนาจิตสงบวูบลงไป จิตข้ามขึ้นเป็นฌาน ข้ามขึ้นไม่ได้เดินไปตามลำดับ ส่วนอัปปนาฌาน คือ อัปปนาสมาธิที่ผ่านองค์

ฉานมาโดยลำดับ ตั้งแต่ ปฐมฉาน มีวิตก วิจารณ์ ปิติ สุข เอกัคคตา จนถึงจตุตถฉาน มี อุเบกขา กับ เอกัคคตา
 ธรรม ส่วนอัปนาสมาธิที่ไม่ได้ผ่านองค์ฉานเรียกอัปนาสมาธิเฉย ๆ

จากนั้นบางท่านที่สามารถทรงฉานได้ อาจฝึกจิตให้เข้าออกสมาธิบ่อย ๆ ซึ่ง พระอาจารย์
 มนัส มั่นตชาโต (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า วิธีการทรงฉานหากฝึกนานบ่อยครั้ง
 จะเข้าสู่อารมณ์ฉานได้เร็วขึ้น แต่ผู้ทำใหม่ไม่เคยทำเกิดไม่ได้ อารมณ์ฉานจะเกิดขึ้นได้ใช้เวลานาน
 จะทรงไว้ได้ก็ใช้เวลานานเช่นกัน ต้องคอยมีตัววิปัสสนาไว้ประกอบ ถ้าตัววิปัสสนาไม่มีตัวอารมณ์
 ฉานนั้นก็ไม่มีอยู่ วิปัสสนาคือตัวจิต (จิตตานุปัสสนา) เป็นตัวคุม เมื่อจิตรู้แล้วจึงคุมอยู่

ส่วน พระครูวิลาสกาญจนธรรม (เล็ก สุทธิมมปัญญา) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560)
 ให้ทัศนะว่า วิธีการทรงฉาน อย่างเช่นว่า ถ้าหากว่าเราไม่มีความชำนาญอยู่ก็อาจจะเปลี่ยนอิริยาบถ
 เพื่อไม่ให้เกิดความเบื่อหน่าย หรือหาวิธีอื่น เช่น การสวดมนต์แทน หรือถ้าหากทำงานอาทิ กวาด
 บ้านถูบ้านก็เอาสติตามดูตามรู้ด้วยถึงจะรักษาอารมณ์ไว้ได้ ถ้าหากสภาพจิตเข้าไปถึงอารมณ์เต็มที่
 ของสมาธิตัวเองเต็มที่แล้ว โดยธรรมชาติจะคลายออกมาเองโดยอัตโนมัติ ซึ่งเท่ากับว่าเราออกจาก
 สภาพทรงสมาธิไป

ดังนั้นในบางท่านที่ไม่สามารถทรงฉานได้ตลอด อาจใช้วิธีการเปลี่ยนอิริยาบถเพื่อเลี่ยง
 ความเบื่อหน่ายจากการปฏิบัติในอิริยาบถเดียว ให้สามารถทำสมาธิในอิริยาบถอื่นได้นานขึ้นก็ได้
 กล่าวโดยสรุป การจะทำให้จิตรวมถึงระดับอัปนาสมาธิจริง ๆ คือ จะต้องน้อมจิตไปสู่
 ลมหายใจ โดยการกำหนดลมหายใจเข้าออก โดยอาจกำหนด ปัญจกรรมฐาน อสุภ ชาติกรรมฐาน
 เป็นต้นจึงจะทำให้จิตพัฒนาจากอุปจารสมาธิเข้าสู่อัปนาสมาธิ และเข้าสู่ภูมิวิปัสสนาได้สำเร็จ

วิธีแก้อาการจิตไม่รวมจากการภาวนา

จากการศึกษาพบว่าวิธีแก้อาการจิตไม่รวมจากการภาวนา ดังนี้

พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา (สัมภาษณ์, 3 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า
 อย่างพระอาจารย์หล้า เขมปัตโต ท่านพูดให้ฟังว่า ท่านเป็นพระสุกขวิปัสโก และบอกว่าสมาธิเรา
 เล่นกับพุทโธยาก จึงพิจารณาทุกข์ เมื่อจิตเห็นทุกข์ไม่ออกไปข้างนอกก็เป็นสมาธิ สมาธิก็แปลว่า
 ตั้งมั่น ไม่คิดปรุงแต่งข้างนอกเลย สมาธิท่านประกอบด้วยปัญญาด้วยเหตุด้วยผล

พระครูโอภาสวุฒิจร (โสภณ โอภาโส) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า เมื่อเกิด
 ลมแน่นในท้องภาวนาคิดซัด บางทีแล้วอาจจะไม่มีอะไรเป็นเพียงแต่ความรู้สึกว่าแน่นสักพักอาการนี้
 จะหายเอง

พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า หากมีสติ
 ไม่รวมเหมือนมีลมแน่นในท้อง ให้ตั้งสติไว้บริเวณกระหม่อมหรืออุณาโลม

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า อาการที่ภาวณาแล้วปรากฏว่ามีลมแน่นอยู่ในท้องจืดไม่รวม เพราะเอาจิตไปเพ่งเกินไปทำให้แน่นในท้อง ให้ย้ายฐานขึ้นมาท่ามกลางอกจะโล่งกว่า สูงสุดคือปลายจมูก กำหนดลมหายใจเข้าออก ถ้ามืดเกินไปบางคนจะมีอาการปวดท้อง จุดสำคัญคือ หน้าอกกับปลายจมูก

พระภวานาปัญญาวิสุทธิ (มหาเข้ม จิตตธัมโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า หากมีลมแน่นอยู่ที่ท้องจืดไม่รวม ให้ใช้วิธีหายใจเข้าลึก-ออกลึก สักพักจะหายแน่น ส่วนวิธีการระบายลมหายบในท้องก็เช่นเดียวกัน ใช้วิธีการหายใจเข้าและออกยาว ๆ

พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุธรรมปัญโญ) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า วิธีการระบายลมหายบในท้องให้ใช้วิธีหายใจเข้าออกยาว ๆ สัก 2-3 ครั้งก่อนแล้วค่อยปล่อยให้ลมหายใจเราเป็นไปตามปกติที่ร่างกายต้องการ เมื่อลมหายใจเป็นไปตามปกติที่ร่างกายต้องการ จากนั้นค่อยเอาสติตามดูตามรู้ไป

โดยสรุป สำหรับวิธีแก้อาการจืดไม่รวมจากการภวานา อาจมีวิธีการดังนี้ 1) สำหรับบางท่านที่ภวานาพุทโธแล้วปรากฏจืดยังไม่รวมอาจใช้แนวทางของพระสุกขวิปัสสโก เหมือนอย่างพระอาจารย์หล้า เขมปัตโต คือ ใช้ปัญญาพิจารณาทุกข์ เมื่อพิจารณาไปเรื่อย ๆ ความสงบเกิดขึ้นเอง 2) หากมีอาการลมแน่นที่ท้องจืดไม่รวม ให้ปรับฐานของลมใหม่ เป็นต้นว่า หน้าอกกับปลายจมูก เพราะบางคนไปเพ่งลมที่ท้องมากเกินไป 3) ใช้วิธีหายใจเข้าลึก-ออกลึกเพื่อระบายลมหายบ อย่างไรก็ตาม อาการจืดไม่รวมอาจเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุที่แสดงนี้เพียงแต่ยกตัวอย่าง เท่านั้น สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ พระอาจารย์เสน ปัญญาโร (สัมภาษณ์, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ปฏิบัติใหม่อย่าห่างจากครูบาอาจารย์ จึงควรปรึกษากับครูบาอาจารย์จะเป็นการดีที่สุด

กล่าวโดยสรุป อาการจืดไม่รวมจากการภวานาในที่นี้เป็นผลมาจากการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน ต้องใช้วิธีการปรับลมหายใจให้มีความเหมาะสม โดยต้องตัดเหล่านิวรณ์ 5 ที่ขวางกั้นออกไปเสีย โดยพระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) สรุปว่ากรรมฐาน (สมถกรรมฐาน) ที่จะเจริญอยู่ภายในนี้เอง ไม่ใช่ภายนอก ความสงบคือปล่อยอารมณ์ต่าง ๆ คือไม่ให้มีเกิดขึ้น ถ้ายังมีคิดมีปรุงแต่งยังไม่สงบอยู่เหมือนเดิม เพราะสัญญาอารมณ์ของมนุษย์นั้นฟุ้งซ่าน เมื่อเป็นเอกัคคตารมณ์ก็เป็นกรรมฐาน ดังนั้นการทำให้จิตสงบเป็นกรรมฐานควรมุ่งทำให้เป็นฌาน ซึ่งจะทำได้เป็นเอกัคคตารมณ์

อาหารแปดกัณฐกัญญา

จากการศึกษาพบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ให้ทัศนะในการพิจารณาอาหารแปดกัณฐกัญญา ซึ่งอาจพิจารณาได้จากตารางที่ 6 ดังนี้

ตารางที่ 6 วิธีการเจริญอาหารเรปฏิกูลสัญญา

วิธีการเจริญอาหารเรปฏิกูลสัญญา	
อาหารเรปฏิกูลสัญญา (การพิจารณาอาหาร)	<p>- วิธีการพิจารณาอาหารนั้น ใช้การน้อมจิตเข้ามา โดยให้พิจารณาว่าสิ่งนี้เป็นของปฏิกลไม่สวยงาม</p> <p>- ในบางท่านที่ถูกจริตกับการอดอาหาร อาจใช้การอดอาหารแล้วปรากฏว่าจิตรวมดี ควรปฏิบัติวิธีนี้ต่อไป แต่สำหรับบางท่านปฏิบัติแล้วไม่ส่งผลให้กลับมาฉันอาหารเหมือนเดิม แต่อาจหามาตรการอื่น ๆ แทน</p>

จากการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีวิธีการเจริญอาหารเรปฏิกูลสัญญาในรูปแบบที่เหมือนกัน เพียงแต่อาจปรับวิธีให้เหมาะกับจริตของตนเท่านั้น อาทิ บางท่านอดอาหารแล้วภาวนาคี ส่วนในบางท่านภาวนาไม่ดี ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภาษณ์, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า อาหารเรปฏิกูลสัญญา เช่น ให้พิจารณาการกินว่าเป็นยา หากกินมากทำให้ภาวนาอึดอัด ทำให้ไม่สบาย ภาวนาก็นิ่งไม่ได้ หรืออาหารมีแต่ของดี ๆ แต่เวลาออกไปไม่อยากจะจับ เหม็น แต่จิตคิดว่าสิ่งเหล่านี้โสกาเพราะไม่ได้ฝึกไม่ได้พิจารณา

พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร) (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า วิธีพิจารณาอาหาร ให้พิจารณาว่าอาหารเหล่านี้เป็นของไม่สะอาด เป็นของปฏิกล ไม่ควรติดอยู่ ใช้การพิจารณาโดยน้อมจิตเข้ามา

พระอาจารย์มนัส มันทชาโต (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะ วิธีเจริญอาหารเรปฏิกูลสัญญา ให้น้อมเข้ามาในกาย เช่น ฉันเพื่ออะไร ฉันให้ร่างกายอยู่ไปวันหนึ่ง ๆ ไม่ได้ ฉันให้ร่างกายเรามีความอ่อนพิสมบูรณ์ ไม่ได้ฉันเพื่อมีความสุข ฉันเพื่อระงับทุกข์เวทนาที่เกิดทางกาย มีความหิว เป็นต้น พิจารณาให้สิ่งเหล่านี้เป็นปฏิกล อาทิ อาหารเมื่อกินเข้าไปแล้วก็ไม่น่ากิน โดยธาตุทั้ง 4 ต้องอาศัยอาหารเพื่อให้ตั้งอยู่ได้ ไม่ต้องไปนั่งท่องน้อมจิตเข้ามาหาตัวเราเอง

พระอาจารย์เฉลิม ธรรมโร (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การพิจารณาอาหาร เช่น เราฉันเพื่อกันเวทนาคือ ความหิว ไม่ได้ฉันเพื่อความสวยงาม ในขณะที่ฉันก็ไม่ได้มองว่าเป็นสิ่งน่ายินดี ให้พิจารณาว่าเป็นสิ่งปฏิกล เช่น ข้าวมาจากไหน ต้นข้าวเกิดจากตรงไหน แล้วดิน

เป็นสิ่งที่ทั้งปฏิภูลหรืออะไร (ต้นข้าวคูดเอาสิ่งปฏิภูลมาจากดินแล้วมาเลี้ยงเมล็ดข้าว) ถ้ายังเห็นว่า เป็นของที่เอรีดอรรอยอยู่ให้พิจารณาว่า เมื่อข้าวที่หุงสุกอยู่ในหม้อนี้ข้าว อาหารที่อยู่ในถ้วยมีกลิ่น หอม เมื่อเข้ามาอยู่ในปากเรากลุกเคล้าด้วยน้ำลาย เป็นสิ่งปฏิภูล หรือผมสีดำก็เอาสิ่งปฏิภูลเป็น อาหาร (ถ้าจะหาความจริงต้องหาให้ถึงที่สุดคือสมุฏฐาน หรือที่เกิด)

พระอาจารย์จรรย์วัฒน์ อัครรัก โข (สัมภษณ, 24 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า วิธีเจริญอา หารปฏิภูลสัญญา จะมี 2 อาหาร คือ อาหารกาย กับ อาหารใจ โดยอาหารใจ คือ อารมณ์ กินที่ลมให้ เป็นประโยชน์ เช่น พุทโธ ๆ ให้จิตสงบ หากกินไม่ดีอารมณ์เป็นโทษ โมหะ มีทั้งคุณและโทษอยู่ใน นั้น พิจารณาโดยน้อมเข้ามาในกาย ของในโลกมีทั้งคุณและโทษ บุญและบาปมีใจเป็นใหญ่

พระครูพันธสมณวัฒน์ (ทองสุข ฐิตปุญโญ) (สัมภษณ, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า การพิจารณาอาหาร เช่น การบริโภคอาหาร ะปนอยู่ในกระเพาะ อาหารเก่าอยู่ดำไล้ อาหารใหม่อยู่ ในพุงในกระเพาะ ให้พิจารณาลงไปหมกมุ่นอยู่กับคุณ

พระครูกันตสิลสัมป็น (สมบุรณ์ กันตสิโล) (สัมภษณ, 6 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า พิจารณาอาหารให้เป็นของปฏิภูล ของทุกอย่างเมื่อถูกต้องกายแล้วเป็นของนำเกลียดทั้งนั้น เช่น ส่วนกากส่วนน้ำออกจากร่างกาย อาทิเหงื่อ น้ำมูตร น้ำคูล ฉันทไปแล้วไปอยู่ที่ใดก็แล้วแต่ ไม่ได้ฉัน เพื่อความสวยความงาม ฉันทไม่ให้เวทนาใหม่เกิดขึ้นไม่หลงกับอาหาร เช่น ของอรรอย ปัจจัย 4 ทุกอย่างไม่บริโภคด้วยความสวยงาม หากบริโภคด้วยความสวยงามเป็นโทษ

พระครูโสภิตธรรมานุศาสตร์ (มหาอำนาจ อินทสาโร) (สัมภษณ, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า วิธีพิจารณาอาหาร ปฏิสังขาโยนิโส ปิณฑะปาตัง ท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตบอกว่า ยาว ให้ใช้สั้น ๆ เช่น จิ ปิ เส ทิ โดย จิ คือ พิจารณาจิวรที่เขาดวย ปิ คือปิณฑะปาต เส คือ เสนาสนะ ที่อยู่อาศัย ทิ คือ คิลานเภสัช กินแล้วเป็นยา ท่านบอกสั้น ๆ

กล่าวโดยสรุป อาหารปฏิภูลสัญญาเป็นกรรมฐานที่พระทุกรูปต้องเจริญเสมอเมื่อเวลา ฉันท เพื่อไม่ให้ยึดติดในรสของอาหาร อย่างไรก็ตามกรรมฐานกองนี้อยู่เพียงระดับอุปจารสมาธิ เท่านั้น ไม่สามารถทำให้เกิดฉันทได้ แต่เป็นกรรมฐานที่ต้องเจริญเสมอขาดไม่ได้ โดยพิจารณาให้ เป็นปฏิภูลมีอาการน้อมเข้ามา โดยเฉพาะการพิจารณาให้เห็นถึง สมุฏฐาน หรือที่เกิด ของอาหาร เป็นต้นว่า แท้จริงแล้วอาหารก็สกปรก เพราะมาจากดินต่าง ๆ ซึ่งสิ่งสมสิ่งปฏิภูลจะเห็นความจริงใน ข้อนี้ สำหรับบางท่านที่การภาวนาไม่ดีก็ใช้วิธีการอดอาหารแล้วจิตรวมก็มี ดังนี้

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภษณ, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า “เป็นอุบาย คือว่า จิตตัวนี้ท่านว่าท่านเข็มน ทั้งดี... ถ้าคิดจะนองขึ้นมอดอาหาร ถ้าไม่ อดอาหารมันภาวนายากท่านก็เลยอดอาหารหลาย ๆ วันพอมันเหนียวเข้ามาจิตมันก็กลัวตาย มันก็ ภาวนานี้อุบาย เพราะให้อาหารแล้วมันก็คิกะนอง”

อย่างไรก็ตามไม่ได้หมายความว่าการใช้วิธีการอดอาหารจะเหมาะแก่จิตทุกคน เพราะ บางส่วนใช้วิธีการอดอาหารแล้วภาวนาไม่ได้ก็มีอยู่ โดย พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต (2552, หน้า 24) ให้ทัศนะว่า การทรมานโดยวิธีอดอาหาร วันเว้นวันนั้น ผู้วิเศษอดอาหารนั้นวันละน้อยคำไม่ได้ เพราะจะทำให้ขาดสุขภาพ การภาวนาตัวหนักที่อ ๆ ก็เกี่ยวข้องกัน

ดังนั้น การจะอดอาหารหรือไม่ขึ้นอยู่กับผู้ปฏิบัติกรรมฐานว่าถูกกับจริตของตนหรือไม่ หากเห็นว่าอดอาหารแล้วสามารถทำให้การภาวนาก้าวหน้าก็ให้อดอาหารเสียเป็นครั้งคราวไป แต่ถ้า ลองแล้วปรากฏว่าไม่ได้ผลก็ให้ใช้วิธีการอย่างอื่นแทน

อสุภกรรมฐาน

จากการศึกษา พบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่มีแนวทาง พิจารณาอสุภกรรมฐาน ซึ่งอาจพิจารณาได้จาก ตารางที่ 7 ดังนี้

ตารางที่ 7 วิธีการเจริญอสุภ

วิธีการเจริญอสุภ	
อสุภ	<ul style="list-style-type: none"> - อสุภภายนอก ให้ใช้วิธีการพิจารณาจากซากศพต่าง ๆ ตามจริตของตน หากมีโรคจิตหนักมากอาจไม่ใช่ศพที่เป็นกระดูกแล้ว แต่ให้ใช้ศพที่กำลังเน่าเปื่อยจะเหมาะสมกว่า เพราะในบางท่านเมื่อเจริญอสุภจากกระดูกกลับไปปรุงแต่งจนปรากฏว่าราคะกำเริบก็มี - อสุภภายใน เป็นผลสืบเนื่องจากการเจริญกายคตานุสติกรรมฐานจนเห็นอวัยวะภายใน

จากการศึกษาพบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่มีวิธีปฏิบัติอสุภในรูปแบบเดียวกัน เพียงแต่วัสดุที่ปฏิบัติต่างกันบ้าง เท่านั้น อาทิ บางท่านพิจารณาซากศพที่กำลังเน่าเหม็น ส่วนบางท่านอาจพิจารณาโครงกระดูก แต่ผลลัพธ์ไม่ต่างกัน ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร) (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่าการพิจารณาอสุภกรรมฐานพิจารณาถึงที่อยู่ของสรรพสัตว์ทั้งหลาย โดยเคยฟังคู่มือที่เป็นศพภายนอก และพิจารณาภายในซึ่งปรากฏว่าร่างกายแห้งไป เห็นโครงกระดูก โดยเป็นนิมิตแบบเดียวกับศพภายนอกที่เคยฟัง

พระอาจารย์บุญส่ง ฐิตสาโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า อสุภเราก็คือพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงว่าต้องเป็นอย่างนี้ไม่ว่าคนและสัตว์ ซึ่งเคยพิจารณาศพจริง ๆ มีความอันตรายสูงถ้าสติไม่เพียงพอ ที่ว่ามีอานาปาณิกนิหารจริงถ้าสติไม่มั่นคงอาจทำให้เสียสติ (กรรมฐานแตก) ต้องให้พิจารณาให้เห็นทั้งตานอกตาในลึบตาก็เห็น ถ้าสติไม่เพียงพอ ซึ่งลักษณะนิมิตมีทั้งกริรื้ออง บางทีก็ไม่รื้ออง แต่มีลักษณะของความน่า เหมือน เป็นสิ่งปฏิญกุล ขยะแขยง เมื่อเห็นของจริงอย่างนั้นแล้ว มาเห็นของที่ไม่จริง (ยังไม่ตาย) ก็มาลดคตคตต่าง ๆ ได้ (อสุภกรรมฐานเป็นอารมณ์รุนแรงของนักปฏิบัติถ้าสติไม่มั่นคงจริงปฏิบัติไม่ได้อาจทำให้กรรมฐานแตก)

พระครูสุวรรณโพธิเขต (คุณ อัครชัย โม) (สัมภาษณ์, 1 กันยายน 2560) อธิบายว่า ไปดูศพป่าช้า กองฟอน ไปนอนป่าช้ามีสัญญาเกิดขึ้น จึงพิจารณาเทียบเคียงกับคนอื่นศพภายนอก ส่วนศพภายในคือตัวเราเอง ตัวเราเองก็เป็นป่าช้า พิจารณาเพื่อให้ลด อตตมา มานะ ทิฏฐิ ความสำคัญมั่นหมายว่าตัวว่าตน

พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา โขติปัญญา (สัมภาษณ์, 3 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า หากเกิดนิมิตให้พิจารณา เช่น พิจารณาร่างกายอยู่เกิดนิมิตขึ้นเห็นซากศพเป็นอสุภ ก็น้อมเอามาสอนตนเองว่าของจริงเป็นอย่างนี้ พิจารณานิมิตบางทีนักภาวนาสมาธิอ่อน หลงนิมิตภาวนาไม่ได้

พระครูกันตศีลสัมปัน (สมบุรณ์ กันตศีโล) (สัมภาษณ์, 6 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ในการเจริญอสุภกรรมฐานช่วงแรกใช้สัญญาก่อน โดยการสมมุติขึ้น จะเอาอะไรมาเป็นเครื่องสมมุติก็ได้เพื่อจิตใจจะยอมรับความเป็นจริง อย่างแก่ เจ็บ ตาย นำความตายมาพิจารณาก็ได้ เพื่อให้ใจเรามีความสงบ เอาปัญญาอบรมสมาธิให้จิตใจสงบก่อน บางท่านว่าเอาปัญญาอบรมสมาธิให้ปัญญาเกิดขึ้น ถ้าใจไม่สงบจะพิจารณาไม่ได้ แต่นิสัยของครูบาอาจารย์แต่ละรูปไม่เหมือนกัน บางท่านทำง่ายบางท่านทำยาก คนทำยากต้องหาอุบายหลายอย่าง

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภาษณ์, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า ซากโครงกระดูกเอาไว้ให้พิจารณา ดู เหมือนกับว่า โครงสร้างที่เรียกว่ากระดูก เราก็พิจารณากระดูกว่าเป็นกระดูกแบบใด จากที่เคยเห็นของจำลองขึ้นมาเป็นอันเดียวกันหรือเปล่า แต่ที่เราเห็นเป็นโครงกระดูกเราเห็นจากจิตของเรา ที่เห็นว่าเนื้อหนังกระดูก หลุดลู่ลงไป เกิดขึ้นที่กาย อาจะเกิดขึ้นที่นิ้ว ดูข้างนอกเห็นอย่างนั้น ข้างในเราเห็นนี่เห็นของจริงละเอียดกว่าเยอะ เรียกว่า พิจารณาภายในกาย พิจารณาไปแล้วจะเกิดนิพพิทาญาณ คือ ความเบื่อหน่าย เพราะพิจารณาลงไป อสุภกรรมฐาน พิจารณาข้างนอกก็น้อมมาพิจารณาตัวเราสักวันหนึ่งตัวเราก็จะเป็นเช่นนั้นเหมือนกัน สามารถปล่อยวางจิตที่ว่างสบาย ลงไปได้

ทั้งนี้ในการพิจารณา อสุภกรรมฐาน จะมี 2 ลักษณะ คือ กายนอก กับภายในของผู้ปฏิบัติ โดยในส่วนของพิจารณาภายนอก เช่น พิจารณาจากศพที่ตายแล้วพองอยู่อย่างนั้นจนนิมิตเกิดขึ้น

อย่างนี้เป็นต้น ซึ่งผู้พิจารณาแบบนี้ อาทิ พระอาจารย์สวาท ถาวโร, พระอาจารย์บุญส่ง จิตสาโร เป็นต้น ทั้งนี้การเจริญกรรมฐานกอนี้จิตต้องแน่วแน่พอควรแล้ว เพราะเป็นกรรมฐานที่อารมณ์รุนแรงต่อนักปฏิบัติ เพราะมีนิมิต เป็น เสียงกริ่งร้องบั้ง การนำเหม็นบั้ง ขึ้นอืดบั้ง เหมาะแก่ผู้ที่มีราคะจริต เห็นว่าร่างกายนี้เป็นของสวยของงาม บางส่วนอาจใช้สติปัญญาในการปฏิบัติช่วงแรกก็ได้ เมื่อจิตเป็นสมาธิเนื่องจากความสงบเกิดขึ้นเป็นผลจากการใช้ปัญญาในการอบรมสมาธิจิตก็จะรับความจริง

ส่วนภายในนั้นเป็นกรรมฐานที่มีความเชื่อมโยงกับการเจริญกายคตานุสติกรรมฐาน คือ พิจารณากายไปเรื่อย ๆ บางส่วนปรากฏเห็นนิมิตต่าง ๆ อาทิ พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า บางครั้งไปเดินอยู่ในท่อที่โหน รู้สึกสกปรก จึงรู้ว่าป็นลำไส้ของเรา บางทีก็เห็นเป็นน้ำเหลือง บางครั้งก็เห็นเป็นกระดูก แล้วแต่จะแสดงออกไม่เหมือนกันในแต่ละครั้ง (ชัดกว่านิมิต) บางทีมองคนทะเลถึงกระดูกไปเลยก็ได้ (มองให้เป็นธาตุดินไปเลยไม่เป็นหญิงเป็นชาย) คือแทนที่จะพิจารณากายของคนอื่นว่าเป็นอสุภาก็มาทำการพิจารณาของตน แทนว่าเป็นอสุภเช่นกันไม่ต่างจากศพ

โดยสรุป การพิจารณาอสุภเป็นกรรมฐานที่เหมาะสมแก่ผู้มีราคะจริต จะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย ซึ่งส่งผลดีต่อการเจริญกรรมฐาน อย่างไรก็ตามการพิจารณาอสุภในบางครั้ง หากผู้ปฏิบัติยังมีการปรุงแต่งอยู่จิตไม่สงบอาจเกิดผลในทางตรงข้ามได้ โดย พระมหาสามเรือน ปุญญเสโก (สัมภาษณ์, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ประมาณ 40 ปีที่แล้ว มีพระรูปหนึ่งมาจากเชียงใหม่ พิจารณาโครงกระดูกของนางงาม (เป็นกระดูกของนางงามที่ตายแล้วบรรจุในตู้ และนำมาไว้ที่วัดอโศการาม) ปรากฏว่าท่านพิจารณาแล้วมีราคะกำเริบขึ้นมาก เพราะไปคิดปรุงแต่งว่าส่วนนั้นเป็นเนื้อ และปรุงแต่งไปเรื่อย เป็นต้น ดังนั้นกระดูกถ้าพิจารณาไม่ดีก็มีโทษ (อาจพิจารณาในขณะที่ศพกำลังนำเหม็นเพราะยังไม่น่าเกลียดเท่า)

กายคตานุสติกรรมฐาน

กายคตานุสติกรรมฐานเป็นกรรมฐานที่มีความสำคัญสำหรับนักปฏิบัติมาก เพราะเป็นกรรมฐานที่กำจัดราคะโดยตรงเหมือนอสุภ ซึ่งกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่มีทัศนะในการปฏิบัติกรรมฐานกอนี้คล้ายกัน ซึ่งพิจารณาได้จาก ตารางที่ 8 ดังนี้

ตารางที่ 8 วิธีการเจริญกายคตานุสติกรรมฐาน

วิธีการเจริญกายคตานุสติกรรมฐาน	
กายคตานุสติกรรมฐาน	- ใช้การพิจารณาปัญญากรรมฐาน คือ เอกา โลมานขา ทันตา ตโจ เป็นอนุโลม-ปฏิโลม กลับไปกลับมามจนเห็นสภาพความเป็นจริงของร่างกาย

จากการศึกษา พบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่มีวิธีการเจริญ กายคตานุสติกรรมฐานที่เหมือนกัน คือ เน้น การพิจารณาภายในได้ ปัญจกรรมฐาน (ส่วนหนึ่งของ อากาโร 32) หรือกรรมฐาน 5 คือ พิจารณา เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภาษณ์, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า การพิจารณาอากาโร 32 ใช้การบริกรรมก็ได้ เช่น เกศา คือผมทั้งหลาย บริกรรมกลับไป กลับมา ไม่ให้จิตฟุ้งไปอย่างอื่น อากาโร 32 เต็มไปด้วยของไม่สะอาดอยู่ในกายเรา เช่น ทั้งเท้าทั้งหัว มีแต่สิ่งปฏิกูลทั้งสิ้น(ตอนแรกเป็นการพิจารณากายคตาสติ ตอนหลังจะเป็นการพิจารณาอสุภ)

พระอาจารย์บุญส่ง จิตสาโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า กายคตาคติ คือ การพิจารณาภายใน เช่น เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ พิจารณาไปโดยอนุโลมปฏิโลม พิจารณาให้เห็นความเป็นจริงของสรรพสิ่ง มีวัตถุประสงค์เพื่อตัดกระแสแห่งความรักใคร่ เพื่อให้เห็นสภาวะความเป็นจริง และคลายความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งเหล่านั้น หากสติไม่คลาดเคลื่อนจดจ่อกับสิ่งใด สิ่งหนึ่งก็จะปรากฏนิมิตชั่วระยะเวลาหนึ่งให้มีสติรู้ได้ เช่น ลักขณะสี กลิ่นต่าง ๆ จะปรากฏขึ้นได้ แต่ดูแล้วผ่านไปไม่ได้ยึดติดในสิ่งเหล่านั้น

พระอาจารย์มนัส มันทชาโต (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า เมื่อเจริญ กายคตานุสติกรรมฐาน จะเห็นร่างกายปรากฏเป็นตัวละคร เห็นร่างกาย เป็นกระดูก พิจารณาเรื่อยไป ตับไต ไส้ พุง แขนข้อมือ ขันคันทันตเรียวกวีปัสสนิกขันตันใช้วีปัสสนิกเรื่อยไป เมื่อรู้ชัดเจนเรื่อยไป ประกอบด้วยปัญญาต่อมาตัววีปัสสนิกจะหายไป ตัวปัญญาเกิดเข้ามาแทน เมื่อปัญญาเกิดขึ้นมาแทน พิจารณาเรื่อย ๆ ไป จนกระทั่งความชัดเจนยิ่งขึ้นและปล่อยวางได้ เรียกว่า ตัวญาณ (ตัวรู้) เกิดขึ้น

พระราชวรคุณ (สมศักดิ์ ปัทมโชโต) (สัมภาษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การพิจารณาปัญจกรรมฐาน ให้พิจารณาเป็นของไม่เที่ยง เป็นของกลาง ๆ ไม่ใช่เราไม่ใช่เขา พออุปสมบทอุปัชฌาย์จะสอนกรรมฐานนี้ก่อน เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ ทั้งหมดนี้สิ่งที่มีอยู่เป็น ทุกข์ ไม่เที่ยง มีความแปรปรวนไปเป็นธรรมดา ไม่ใช่ของงาม (เกิดขึ้น ตั้งอยู่ สลายไป) การปฏิบัติ นั้นเพื่อให้เกิดความเป็นกลาง (ในปุถุชนถ้าสิ่งสวยงามจะชอบ ไม่สวยงามจะไม่ชอบ) ในทางปฏิบัติ คือความสงบสุข เพราะไม่กระเพื่อมทางใจว่างามหรือไม่งาม ชอบหรือไม่ชอบ เพราะฉะนั้นเมื่อจิต เข้าใจสิ่งเหล่านี้ ผลคือไม่ทำให้เกิดทุกข์ และจิตย่อมหน่าย เมื่อหน่ายย่อมไม่ยึดมั่นถือมั่นกับ สิ่งเหล่านั้น

พระอาจารย์จิรวัดณ์ อัครรักโข (สัมภาษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า วิธีการเจริญ กายคตานุสติกรรมฐาน ตามที่อุปัชฌาย์สอน คือ ขน ผม เล็บ ฟัน หนัง (ปัญจกรรมฐาน) ตรงนี้ที่เรา มาหลงว่าเป็นสัตว์เป็นบุคคล เป็นเราเป็นเขา ว่าเป็นหญิง เป็นชาย รักชัง โกรธเกลียด ก็เพราะจิตไม่ แจ่มแจ้งในสังขารความเป็นจริง เลยต้องมาเดินปัญญาพิจารณาภายใน

พระครูสุมนสารคุณ (ประสาร สุมโน) (สัมภษณ์, 1 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า อาการ 32 ร่างกายของเราเนี่ย เช่น เบื้องต่ำแต่ปลายผมนี้ลงไป เบื้องบนแต่พื้นเท้าขึ้นมา เป็นกรรมฐาน 5 (ปัญจกรรมฐาน) เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ, ตโจ ทันตา นขา โลมา เกศา กลับไปกลับว่า โดยอนุโลมปฏิโลม พิจารณาให้เป็นกรรมฐาน ถ้ารักใคร่ยินดีอย่างนี้ไม่เป็นกรรมฐาน (พิจารณาให้เป็นปฏิถุค)

พระครูพันธสมณวัฒน์ (ทองสุข ฐิตปุญโญ) (สัมภษณ์, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นมาแล้วมีการเปลี่ยนแปลง เช่น ผมสวนงาม เมื่อหลุดออก พิจารณาให้ไม่เที่ยง ผลสุดท้ายกลายเป็นของโสโครก

พระครูอุดมญาณโสภณ (หล่อ นาคโร) (สัมภษณ์, 17 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ปัญจกรรมฐาน ให้ทุกคนพิจารณาหาหลักความจริง เช่น เกศารูปลักษณะเป็นอย่างไร อยู่บนศีรษะ อาหารคือเลือดคือเนื้อ ขนก็ลักษณะเดียวกันขนตามที่แตกต่างกัน สภาพเหมือนกันกับผม นขาคือเล็บ บางทีจิกเอาของสกปรก ทันตาคือฟัน มีเศษอาหารเกาะเกี่ยวข้องทำความสะอาด ตโจคือหนัง เป็นสิ่งที่ทำให้คนทั้งหลายหลงใหล แท้จริงแล้วหนังก็มีความสกปรก เช่น วันสองวันไม่อาบน้ำ ก็เกิดกลิ่นเหม็นขึ้นมา เกิดหลงใหลว่าเป็นสิ่งสวยงามถ้าพิจารณาตามความเป็นจริงจะไม่หลงใหลกับอาการเหล่านี้ ของเราเสมือนหนังมีของสกปรกอยู่ในนั้น ส่วนอาการ 32 ก็เหมือนกัน แต่พระอุปัชฌาย์ท่านให้เฉพาะปัญจกรรมฐาน

พระภิกษุปัญญาวินัย (มหาเข้ม จิตตัมโม) (สัมภษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า การพิจารณากายสอนตั้งแต่อุปสมบทแล้ว คือ เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ, ตโจ ทันตา นขา โลมา เกศา (ปัญจกรรมฐานท่ง โดยอนุโลม และปฏิโลม คือ กลับไปกลับมา) พิจารณาให้เกิดความเบื่อหน่าย ให้พิจารณาตามความเป็นจริง เช่น เกศา รูปร่างลักษณะเป็นอย่างไร สวยงามหรือเป็นของโสโครก การพิจารณาแบบนี้ถือว่าการเจริญปัญญา ซึ่งแท้จริงแล้ว เราติดหนัง ติดผม ติดนิ้ว อันเป็นของไม่สวยไม่งาม อาทิ คนรักกันมากพอตายแล้วกลัวด้วย กลียดด้วย

พระครูกันตศีลสัมปัน (สมบุญ กันตศีโล) (สัมภษณ์, 6 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ปัญจกรรมฐานเกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ พิจารณาที่ละอย่างอย่าไปรวมกัน เช่น เกศาผมเป็นของสวยของงามใหม่ ถ้าสวยงามจะไปล้างทำไม ตัดออกมาแล้วทานได้ใหม่ (ของไม่สวยงามแต่คนมองไม่เห็น) อย่างอุจาระ ปัสสาวะถ่ายทุกวันแต่ยังมองไม่เห็น

พระครูโสภิตธรรมานุศาสน์ (มหาอำนาจ อินทสาโร) (สัมภษณ์, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า “คนเรามันมีทุกอย่างกาย อาการ 32 มีดวงก็อยู่ที่ตัวของเรา ติดกับชัอยู่ที่ตัวของเรา การพิจารณากายช่วยละสักกายทิฏฐิ อย่าคิดสมมุติอย่าติดรูปอย่าติดนามติดเสียงติดกลิ่นติดรส พิจารณาให้รู้แจ้งเห็นจริง”

พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า การเจริญกายคตาสติเริ่มต้นคือลมหายใจเป็นตัวแทนรูป ส่วนร่างกายประกอบด้วยมหาภูตรูป (ดิน น้ำ ลม ไฟ) กำหนดชัดเจนตรงส่วนใดคือกายเราทั้งสิ้น ถ้าลมหายใจแสดงว่ากายหายใจ **ถ้าสติระเี่ยดจะละเอียดลงไปจนเห็นลมเป็นนิมิตเท่ากับเส้นด้ายขาว ๆ พอละเอียดจริง ๆ จะดับเป็นระดับของอุคคินิมิต ส่วนปฏิภาณนิมิตจะขยาย เช่น เราเห็นภาพอะไรก็ขยาย อย่างขยายตัวของเราเต็มห้องก็ได้ (ยังอยู่ระดับอุปจารสมาธิ)**

จะเห็นได้ว่า ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการพิจารณากายมาก โดยปัญตจกรรมฐานนั้นเป็นกรรมฐานที่ผู้ได้รับการอุปสมบททุกรูปได้รับจากอุปัชฌาย์ มีวิธีการพิจารณา คือ เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ, ตโจ ทันตา นขา โลมา เกศา พิจารณาโดยเป็นอนุโลม ปฏิโลม คือกลับไปกลับมาจนจิตเกิดความสงบ บางท่านอาจใช้สัญญาในการเทียบเคียงก่อนก็ได้ แต่ถ้าจะให้ถึงที่สุดแล้ว ต้องเป็นการพิจารณากายในกาย ดังเช่น การภาวนาจนสามารถที่จะเห็นอวัยวะภายในของร่างกายอย่างนี้เป็นต้น กรรมฐานกองนี้มีความสำคัญเพราะเป็นกรรมฐานที่ส่งผลถึงระดับปฐมฌาน ส่งผลให้เป็นอัปนาสมาธิได้ และเหมาะแก่ผู้ที่มีโรคจิต จะทำให้เกิดคลายความกำหนัด และรู้สึกร่างกายนี้เป็นสิ่งปฏิญูล

จะเห็นได้ว่า ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต นิยมเจริญกายคตานุสติกรรมฐาน ร่วมกับการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน เพราะลมก็คือว่าเป็นกายเช่นกัน ดังจะเห็นได้ว่า เมื่อลมเข้าไปอยู่ในร่างกายแล้วก็เป็นส่วนหนึ่งของร่างกาย อาทิ ลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ลมในท้อง เป็นต้น ดังนั้น ลมในฐานะธาตุ 4 (ดิน น้ำ ลม ไฟ) ย่อมเป็นส่วนหนึ่งของกายด้วยประการฉะนี้

กสิณ

กสิณเป็นกรรมฐานกองสำคัญอีกกองหนึ่ง ในธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีผู้ปฏิบัติกสิณน้อยมาก เพราะปฏิบัติอานาปานสติกรรมฐานมากกว่า อย่างไรก็ตามจากการศึกษาพบว่า ผู้ปฏิบัติกสิณส่วนใหญ่ ให้ทัศนะการปฏิบัติ ดังตารางที่ 9 ดังนี้

ตารางที่ 9 วิธีการเจริญกสิณ

วิธีการเจริญกสิณ	
กสิณ	<p>- กสิณภายนอก ให้ยกกสิณกองหนึ่งที่เหมาะสมกับจิตของตนมาพิจารณาโดยการเพ่ง สำหรับกรรมฐานสายพระอาจารย์ ภูริทัตโต เท่าที่ปรากฏ อาทิ การเพ่งกสิณแสงสว่าง โดยทำการประยุกต์เพ่งแสงจากพระจันทร์ในคืนวันเพ็ญ ผู้ที่ปฏิบัติแบบนี้ เช่น พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปั่นจิโต เป็นต้น</p> <p>- กสิณภายใน เป็นการพิจารณากสิณในกาย ผู้ที่จะทำเช่นนี้ได้ต้องมีความเชี่ยวชาญในอานาปานสติกรรมฐานแล้ว โดยให้ทำกายคตานุสติกรรมฐานให้เป็นปฏิภาคนิมิต และถึงที่สุดแห่งอัปนาสมาธิ จากนั้นเปลี่ยนอารมณ์เป็นกสิณแทน เช่น พิจารณากระดูกในกาย ก็เพ่งให้เป็นสีขาว หรือโอทากสิณ</p>

จากการศึกษา พบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีทัศนะส่วนใหญ่ต่อการปฏิบัติกสิณ ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร (บุญมาก พรหมพ่วย, 2534, หน้า 175) ให้ทัศนะว่า โลหิตัง แปลว่า น้ำเลือด ให้เพ่งกสิณสีแดง ดูเลือดของคนของตนเองและบุคคลอื่น เมื่อเห็นเลือดเป็นอย่างนั้นเราจะไม่มีความสงสัย สามารถละสักกายทิฐิได้

พระราชวุฒาจารย์ (ดูลย์ อตุโล) (ปฐม นิคมานนทีและคณะ, 2539, หน้า 184) อธิบายว่าการฝึกสมาธิ ที่ใช้วิธีการเพ่งกสิณ เพื่อให้เกิดสมาธิ เช่นนี้เรียกอารมณ์นั้นว่า ปฏิภาคนิมิต และเมื่อเพิกอารมณ์นั้นออกโดยการย้อนกลับไปสู่ผู้เห็นนิมิตนั้น คือ ย้อนสู่ต้นตอของจิตเอง กระทั่งบรรลุถึงขั้น อัปนาสมาธิ

พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปั่นจิโต (2546, หน้า 31) ให้ทัศนะว่า พอดีเป็นคืนพระจันทร์เต็มดวง ก็เลยคิดว่า “จะเพ่งพระจันทร์” จ้องดูพระจันทร์ไม่ยอมหลับตาเด็ดขาด นานเท่าใดก็แล้วแต่เมื่อน้ำตาจะไหลแสบตาแคไหนก็ไม่ยอมหลับตา เพ่งเข้าไปราว 5 วันวงกสิณก็เกิดขึ้น เมื่อมองดู

พระจันทร์แล้วก็มองดูเงามืดที่ก่อไฟปรากฏดวงสว่างคงที่แล้ว พร้อมกันนั้นจิตใจที่ไม่เคยนิ่งเลยแต่ก่อนก็เกิดนิ่งพร้อมกันทันทีที่นิ่งอยู่พร้อมกับนิมิต บังคับให้สว่าง บังคับให้ดับ ให้เกิดได้ทุกที่เป็นอันใช้ได้ กสณินิมิตภาวานา และเมื่อเพ่งลงไปใ้ในกายก็เกิดเป็นแสงสว่างจรัสกับแสงไฟฉาย กระบอกใหม่ปรากฏขึ้นภายใน และเมื่อดูเส้นผม พบว่า เห็นนิมิตเส้นผมทันที ขนาดใหญ่ราวสายไฟฟ้า เป็นอัตโนมัติเลย

พระอาจารย์บุญส่ง ฐิตสาโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า กสณินิมิตไป ในที่สุดก็รู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างที่นำมาใช้เป็นอุปกรรมเป็นอุบายที่ทำให้จิตสงบ เท่านั้น แต่กสณินิมิตจากปฏิภาณนิมิตเป็นอะไร ๆ นั้นเป็นวิชาส่วนหนึ่ง ไม่สามารถเอาภินิหารมาสั่งสอนพุทธบริษัทได้ (ของลึกลับที่ละเอียดอ่อนจะเป็นฌานสมาบัติเป็นวิชานี้เป็นส่วนตัวพูดไม่ได้ พูดไปคนทำอาจจะทำไม่ได้)

พระครูโสภิตธรรมานุสาสก์ (มหาอำนาจ อินทสาโร) (สัมภาษณ์, 30 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า สมัยปี พ.ศ. 2488 ลูกสาวเจ้าของโรงสีดำเนินสะดวก เป็นผีแล้วมีอาการปวด จึงเข้าสมาธิ และขอพรจากสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้เป็นสมาธิ แล้วเพ่งไปที่ผี ปรากฏว่าผีแตกหัวออก และหายในที่สุด (เป็นอำนาจที่มาจากกสณินิมิต) โดยถ้าจิตไม่เป็นสมาธิจะไม่ได้ผล ต้องจิตเป็นสมาธิ

ทั้งนี้ กสณินิมิตมีความสำคัญมากในฐานะกรรมฐานที่มีหน้าที่ปราบผู้มีโทสะจริต ให้กำลังได้ถึงจุดตกฉาน และเป็นบาทของอภิญญา (พระอริยเจ้าทั้งหลายที่ได้วิชา 3 และวิชา 8 เพื่อเป็นพระอภิวุฒิกวิมุตติส่วนใหญ่ล้วนแต่เคยฝึกกสณินิมิตมาทั้งสิ้น) ทั้งนี้กสณินิมิต 3 กองที่ถือว่าเป็นบาทสำคัญ ทำให้ได้ ทิพยจักขุ ได้แก่ เตโชกสณินิมิต หรือกสณินิมิตไฟ โอทากสณินิมิต หรือ กสณินิมิตสีขาว และอาโลกกสณินิมิต หรือ กสณินิมิตแสงสว่าง ผู้ปฏิบัติจะได้อัชฌาสัยเป็นพระเตวิชโช หรือวิชา 3 ทำให้ ได้ญาณ คือ บุปเพนิวาสานุสติญาณ สามารถระลึกชาติได้ และ จุตูปตตญาณ คือรู้การจุติของสัตว์ ถ้าวินัยได้ ทิพยจักขุ และอัสวักขยญาณ การทำกิเลสให้สิ้นไป ส่วนพระปฏิสัมภิทาญาณนั้น เจริญสมถกรรมฐานครบ 40

ส่วนนิมิตต่าง ๆ ตลอดจนบรรดาฤทธิ์ที่มาจากกสณินิมิตแต่ละประเภทจะไม่เหมือนกัน แต่สามารถน้อมไปสู่การพิจารณาให้เกิดปัญญาได้ เช่น พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปันจิติโต (2546, หน้า 35) ให้ทัศนะว่า รวมกำลังเพ่งไปเป็นวงกลม อาศัยวงเก่าคือกสณินิมิตแสงสว่าง เป็นพื้นฐานปัญญานี้ก็ให้เกิดดวงสว่างเพ่งมุ่งตรงไปจุดเดียว ที่ใจกลางวงสว่างนั้น นิมิตกสณินิมิตปรากฏเป็นภาพทันที เป็นภาพขาวดำเหมือนภาพยนตร์ T.V. เห็นภาพคนกายเรือออกทะเลตอนย่ำค่ำ เกิดสงสัยคลื่นเป็นอย่างไร ก็เอามือจุ่มลง เกิดความรู้ขึ้นมาทันที น้ำไม่ใช่คลื่น คลื่นไม่ใช่ น้ำ มหาสมุทรแท้จริง คือ H₂O ส่วนคลื่นเป็นอาการ คือ เป็นอวิชชา

ปัจจัยสำคัญประการหนึ่งที่ทำให้ผู้ปฏิบัติกลืนน้อย คือ ในการภาวนานั้นกรรมฐาน คือ อานาปานสติกรรมฐานเป็นกรรมฐานที่คลุมกรรมฐานกองอื่นเสียสิ้น เพราะเกี่ยวข้องกับลมทั้งนั้น ส่วนใหญ่จึงเน้นปฏิบัติที่อานาปานสติกรรมฐาน ขณะเดียวกันบางท่านฝึกกสิณก็ปรากฏว่าติดฤทธิ์บ้าง จึงทำให้เสียเวลาในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไป นอกจากนี้การปฏิบัติกลืนยังเป็นการยาก อาจต้องมีบารมีเก่าคอยสนับสนุน ขณะเดียวกันการนั่งเพ่งกสิณจำเป็นต้องมีการจัดตั้งฉากกัน หรืออุปกรณ์ต่าง ๆ ในการภาวนา อาทิ กสิณดินต้องใช้ดินรุ่มขุบๆ เพื่อไม่ให้เกิดโทษในการภาวนา กสิณสี หรือวรรณกสิณ ต้องตั้งวางกสิณให้เหมาะสมพอดีแก่หน้าผู้ปฏิบัติ โดยเป็นการลำบากของ ผู้ปฏิบัติในการต้องเตรียมอุปกรณ์เพิ่มเติม แต่อานาปานสติกรรมฐาน พิจารณาลมซึ่งมีอยู่กับกาย อยู่แล้วจึงเป็นการสะดวกกว่ามาก อย่างไรก็ตามการพิจารณากสิณแบบนี้ยังเป็นกสิณนอกกาย คือ เพ่งวัตถุข้างนอกเป็นอารมณ์ บางท่านจึงมีวิธีการที่ดีกว่านั้น ดังจะเห็นได้ ดังต่อไปนี้

พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต (สัมภาษณ์, 9 พฤศจิกายน 2560) ให้ทัศนะว่า กสิณของ พระพุทธเจ้าให้เพ่งมาในกายนี้ เช่น เพ่งไฟก็ไฟในธาตุของตน เพ่งน้ำ ก็น้ำเลือด ดี เสลด หนอง เพ่งดินก็คูดม ขน เล็บ ฟัน หนัง เพ่งลมก็ลมหายใจเข้าหายใจออก เป็นต้น ส่วนการเพ่งสีนั้น เช่น สีแดงก็คือเลือด สีเหลืองคือหนอง สีขาวก็กระดูก สีเขียวก็น้ำดี เพ่งให้เป็นที่ปฏิภูม ความเพียรไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตนเราเขา

โดยสามารถแปลงวิธีการฝึกจากกายคตานุสติกรรมฐานไปสู่การฝึกกสิณ โดยการเจริญ กายคตานุสติกรรมฐานจนถึงระดับปฏิภาคนิมิต (โดยต้องถึงระดับสูงสุดแห่งกายคตานุสติ กรรมฐาน คือ อัปปนาสมาธิ) และเปลี่ยนอารมณ์เป็นกสิณสามารถทำได้ แต่ต้องมีความชำนาญใน อานาปานสติกรรมฐานเป็นเบื้องต้นก่อน เพราะเรื่องของฌานสมบัติจะทิ้งอานาปานสติกรรมฐาน ไม่ได้ เมื่อเราพิจารณาส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายจนกระทั่งปรากฏภาพชัดเจนขึ้นมา เราก็ควบกับ อารมณ์ลมหายใจเข้าออกต่อไป จนกระทั่งภาพที่ปรากฏเปลี่ยนแปลงเป็นปฏิภาคนิมิต ถ้าหากจะทำ เป็นกสิณอยู่ในลักษณะที่ใช้กำลังใกล้เคียงกันเพียงแต่เปลี่ยนวัสดุ หรือเปลี่ยนกองในการปฏิบัติ ของเราเท่านั้น เช่น กสิณกองใดกองหนึ่งที่เราต้องการหาวัสดุในการเพ่งก่อน หลังจากนั้นกำหนด ภาพกสิณนั้น ๆ พร้อมกับลมหายใจเข้าออกและคำภาวนาจนเกิดเป็นอุคหนิมิต และรักษาต่อไปจน เป็นปฏิภาคนิมิตได้ (พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญญา โฉม) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560))

จะเห็นได้ว่า วิธีการพิจารณากสิณในกาย ไม่ต้องเสียเวลาไปเจริญกสิณใหม่แต่ต้น แต่ใช้ อานาจอของสมาธิที่มีพื้นฐานจากการเจริญกายคตานุสติกรรมฐานอยู่แล้ว มาทำการเจริญกสิณ ต่อเนื่องไปเลย เพราะกายคตานุสติกรรมฐานส่งผลถึงอัปปนาสมาธิ ในที่นี้คือ (ปฐมฌาน) สิ่งที่จับ คือตัวอารมณ์ ให้ยึดอารมณ์เป็นกสิณแทน ก็จะได้จุดถกฉาน หรือฉาน 4 ในเวลาไม่ช้านานนัก เป็นการสะดวกและประหยัดเวลามาก เพราะไม่ต้องเจริญอะไรหลายอย่าง เน้นการเจริญอานาปานสติ

กรรมฐาน กับ กายคตานุสติกรรมฐาน เมื่อเป็นอัปนาสมาธิแล้ว กรรมฐานกองอื่นก็ไม่ยาก เพราะอยู่ในอารมณ์ฉานเหมือนกัน เพียงแต่ไปยึดอารมณ์กรรมฐานอีกกองเป็นอารมณ์ เท่านั้น

สำหรับผู้ที่จะใช้อำนาจของกตินั้น พระครูวิเทศกัญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญญา) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า **ลองอธิษฐานใช้ผลจากกติน** โดย ถ้าหากว่าสามารถใช้ผลได้จึงถือว่าสำเร็จกตินในกองนั้น สำหรับวิธีการอธิษฐาน เช่น เราทำกตินสีแดง เราต้องการให้วัตถุสิ่งนี้เป็นสีแดง ให้ตั้งใจว่าต้องการให้วัตถุนี้เป็นสีแดง เสร็จแล้วก็เข้าสมาธิจนถึงระดับสูงสุด เมื่อคลายออกมาอธิษฐานซ้ำจะเป็นไปตามนั้น (**เข้าไปที่ระดับจตุตถฌานแล้วถอยกำลังมาที่ระดับอุปจารสมาธิ**)

วิปัสสนากรรมฐาน

ในส่วนของ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จะเน้นเฉพาะการแยกธาตุแยกขันธ์ (ม้างกาย) มีรายละเอียด ดังนี้

วิธีการแยกธาตุแยกขันธ์ (ม้างกาย)

จากการศึกษาเอกสาร และการสัมภาษณ์ พบว่า อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานนั้นจะต่างกับอารมณ์ของสมถกรรมฐาน เพราะสมถกรรมฐานจะเน้นการทำจิตให้สงบจนถึงระดับฌาน แต่อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานเน้นการใคร่ครวญ ซึ่งสามารถนำเสนอการเจริญวิปัสสนากรรมฐานได้ ด้วยตารางที่ 10 ดังนี้

ตารางที่ 10 การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน (เฉพาะวิธีการแยกธาตุแยกขันธ์ หรือม้างกาย)

- ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานมีอารมณ์ที่แตกต่างจากสมถกรรมฐาน คือ สมถกรรมฐานเน้นการเพ่งให้เป็นอารมณ์เดียว ส่วนวิปัสสนากรรมฐานเน้นการใคร่ครวญ พิจารณาด้วยปัญญาภายใต้หลักไตรลักษณ์ ในการจะเจริญวิปัสสนากรรมฐานตามกรรมฐาน สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต นั้น ต้องได้อัปนาสมาธิมาก่อน และถอยกำลังมาที่ระดับอุปจารสมาธิ เพื่อพิจารณาขันธ์ 5 ว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เรียกวิธีการนี้ว่า ม้างกาย สำหรับการม้างกายนั้นสามารถทำได้ 2 ลักษณะ

- ม้างกายวิธีที่ 1 เป็นการม้างกายจากสัญญา ในบางท่านอาจพิจารณาจนจิตสงบเป็นพื้นฐานไปก่อน แต่ก็ยังไม่ใช้ความมุ่งหมายตามการปฏิบัติกรรมฐาน เว้นแต่สายพระสุกขวิปัสสโก ซึ่งอาจเจริญมรรคมีองค์ 8 เลยตั้งแต่แรก โดยเจริญปัญญา

- ม้างกายวิธีที่ 2 วิธีนี้เป็นวิธีที่นิยมปฏิบัติในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต และเป็นวิธีการปฏิบัติของพระสมณยานิก คือ เมื่อทำการเจริญสมถกรรมฐานจนถึงระดับอัปนาสมาธิ และถอยกำลังมาที่ระดับ

ตารางที่ 10 (ต่อ)

การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน (เฉพาะวิธีการแยกธาตุแยกชั้น หรือมังกาย)	
โดยเจริญปัญญา และคุณสมบัติเรื่อยไปตั้งแต่ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ และอัปนาสมาธิ เมื่อถึงอัปนาสมาธิจึงเริ่มมีกำลังในการตัดกิเลส ซึ่งการจะพิจารณาแบบนี้ได้ ต้องเป็นผู้มีของเก่าคือ เคยทำมาแล้วในอดีตชาติ หรือเป็นผู้ที่ปฏิบัติเหมาะ กับจริตของพระสุกขวิปัสสโก คือ พิจารณา สภาวะธรรมแล้วจิตสงบ เช่น ม้างโดยสมมุติว่า กรีดแขน ลอกหนัง จนเห็นความเป็นจริงตามหลัก ไตรลักษณ์ แต่หากพิจารณาแล้วไม่สงบ ให้ใช้วิธี ที่ 2	อุปจารสมาธิ จิตจะค้นคว้าสิ่งที่ยังไม่เข้าใจ เอง ไม่ต้องคิดหรือไปปรุงแต่งแบบวิปัสสนิก แต่ใช้การใคร่ครวญอารมณ์ โดยมังกายที่ เห็นได้ชัดสุด คือ ม้างกายภายใน เห็นอวัยวะ ภายในชัดเจน แม้เป็นนิมิตก็จริง แต่ไม่ใช่ นิมิตปรุงแต่ง เสมือนการชুমกล้อง X-Ray เข้าไปดูอวัยวะภายในมากกว่า ในบางท่าน อาจมีนิมิตเช่น การล่อนของหนังก็เป็นไป ตามของเก่าที่อาจปฏิบัติมา เป็นการไม่เห็น ด้วยตาแต่เห็นด้วยจิตแทน

ทั้งนี้ ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน นอกจากการมังกายโดยการถอยกำลังแล้ว ในเวลา
ปกติท่านที่เคยมังกายและเห็นความจริงของชั้นมาแล้ว ก็สามารถเจริญปัญญาโดยใช้ขณิกสมาธิ
ก็ได้ เพราะอารมณ์ตั้งมั่นดีแล้ว ในส่วนของผู้ที่ยังมีอารมณ์ไม่สงบ ความฟุ้งซ่านปรากฏบ่อย ต้องตั้ง
สมาธิก่อนทุกครั้งไป มิฉะนั้นจะเป็นเพียงวิปัสสนิกซึ่งเป็นการใช้สัญญา หรือความจำนึกเอาเอง
ปรุงแต่งเองไม่เกิดประโยชน์แต่อย่างใดในการปฏิบัติเลย

สมเด็จพระญาณสังวรสมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน)
(2546, หน้า 47) ทรงอธิบายว่า อารมณ์ของวิปัสสนานั้นแตกต่างไปจากอารมณ์ของสมาธิ
เพราะสมาธิมุ่งตั้งจิตมั่นในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง แต่วิปัสสนาเป็นสิ่งที่ใคร่ครวญหาเหตุผล
และสิ่งที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนามีเพียงอย่างเดียว คือ ชั้น 5 นิยมเรียกว่า รูปกัมมาม ซึ่งเป็นเพียง
อุปาทานชั้น โดยอวิชาทำให้เกิดความยึดมั่นด้วย ซึ่งการเจริญวิปัสสนาให้เห็นจริงล้วนมีแต่
อาการเป็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ได้แก่ ความไม่เที่ยง เกิดแล้วเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ทุกขัง
คือ สภาพที่ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ ไม่อาจทรงตัวได้ตลอดไป และอนัตตา คือ ความไม่ใช่ตัว
ไม่ใช่ตน ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่สิ่งของ ดังนั้นในการจะเจริญวิปัสสนาต้องพิจารณาชั้น 5
อาจเรียกว่า แยกธาตุแยกชั้นก็ได้ โดยจากการศึกษา พบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
ส่วนใหญ่มีวิธีการแยกธาตุแยกชั้น (มังกาย) ที่ลักษณะคล้ายกัน มีรายละเอียด ดังนี้

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า วิธีการแยกธาตุ แยกชั้น ก็เหมือนกับการพิจารณากาย โดยแยกธาตุเช่น หายใจออก ไม่หายใจเข้า หายใจอยู่ตรง กลาง ธาตุชั้นจะแยกเอง ไม่นานธาตุไฟในร่างกายจะเหมือนกัน คือ พอร่างกายหายไปความเย็น ปรากฏขึ้น คนที่หมดลม 3-5 วันร่างกายจะพองขึ้นมา ส่วนธาตุน้ำในร่างกาย อาทิ น้ำเหลือง น้ำหนอง พองขึ้นจะแตกเป็นลูกโป่ง ส่วนที่ขุ่นแข็ง คือ ธาตุดิน ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง กระดูกจะเน่า สลายไป

พระอาจารย์มนัส มันทชาโต (สัมภษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การแยกธาตุ แยกชั้น เช่น ธาตุมีทั้งสิ้น 4 ธาตุ เรียกว่าต้นธาตุต้นธรรม อาทิ แยกธาตุดิน ยกธาตุดินขึ้นมาก่อน ตั้งแต่ผมลงไปเรื่อย จรดปลายเท้าทั้งหมดในร่างกาย ส่วนใดเป็นธาตุดินเรียก ปฐวีธาตุ เช่น ผมหลุด ออกไปเป็นธาตุดิน หนังก็น่าเป็นธาตุดินในภายนอก เมื่อพังสลายไปแล้วจะเป็นธาตุดินในภายนอก ธาตุน้ำเหมือนกันเมื่อแตกสลายไปเป็นธาตุน้ำภายนอก ธาตุไฟเมื่อออกจากกายไปก็รวมกับภายนอก ส่วนธาตุลม เช่น ในพุง ถ้าร่างกายพังสลายจะไปรวมกันหมด เหมือนกันหมดต่างกันเพียงภายในกับ ภายนอก เท่านั้น โดยธาตุทั้ง 4 ตั้งอยู่ ชั้น 5 ก็ตั้งอยู่ และเมื่อธาตุทั้ง 4 ดับไป รูปชั้นก็อยู่ไม่ได้

พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาโร) (สัมภษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า การแยกธาตุแยกชั้น โดย กายเป็นรูป ส่วนจิตเป็นนาม ทั้งนี้ธาตุคือ มหาภูติ 4 (ดิน น้ำ ลม ไฟ รวมเป็นรูปชั้น) ส่วนชั้น (เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) คือ องค์สมมุติ เป็นนาม ส่วนธาตุยังเป็นรูป มีรูปกับนามเท่านั้น สำหรับวิธีมังกายบวงอาจารย์ใช้วิธีการสมมุติขึ้นมา เช่น สมมุติใช้มีด กรีดดูจะเป็นแผลไหม เมื่อเห็นข้างนอกให้ดูข้างใน พิจารณาโดยน้อมเข้ามา สิ่งนี้เป็นปัจจัยตั้งเป็น กุศลโลบายอันหนึ่งเท่านั้น พระวิมลศีลาจารย์ (อำนวยการ สุริสุนทรโร) (สัมภษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การมังกายให้ยกสิ่งใดสิ่งหนึ่งในกายของเรามาพิจารณาธาตุ 4 ชั้น 5 อาการ 32 ยกตัวอย่าง สมมุติว่าเกศา พิจารณาเส้นผมของเราเป็นอย่างไร เปลี่ยนแปลงไหม อยู่ในสภาพเดิมไหม

พระอาจารย์จิรวัดน์ อัครรักโข (สัมภษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า “มังกายก็คือ พิจารณากาย แยกออกเป็นส่วน เป็นภาษาโบราณ พระอาจารย์หลุยส์ จันทสาโร เป็นผู้ใช้ คือ ภควา จำแนกแจกออกมา”

พระครูอุดมญาณโสภณ (หล่อ นาคโร) (สัมภษณ์, 17 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า มังกาย คือ แยกแยะออกไป กายเป็นอย่างไร แยกออกเป็นส่วน ๆ แขน ขา แยกออกไป หัวแยก ออกไป สมมุติกำหนดตาย คนตายแล้วเป็นอย่างไร พองอืด น้ำเหลืองน้ำหนองไหลที่สุดเปียขน่า แขนขาก็หลุดลงไป กระดูกก็หลุดไป ในที่สุดเหลือกระดูกกองเดียว พิจารณาแบบนี้บ่อย ๆ จะทำให้ เกิดความเบื่อหน่าย

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ม้างกาย คือ การพิจารณากาย วิธีพิจารณาโดยดูกาย อาการ 32 เช่น เกศา คือ ผมทั้งหลาย ให้พิจารณา เส้นผม เป็นของปฏิกุศล ไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลง เบื้องต้นเป็นสีดำ แก่มาเป็นสีขาว ไม่สละ จะเหม็นสาบเหม็นสาง หรือหนังในกายทุกส่วนเป็นของปฏิกุศลทั้งหมด คนจะหลงอยู่ในผม ในหนัง กายนอกเป็นของกุศลได้ง่าย เห็นผมสวยงามแต่ตามกรรมฐานจะไม่สวยไม่งาม เมื่อดูข้างนอก ชัดเจนแล้วม้างเข้าไปข้างใน โดยถ้าจิตเป็นสมาธิเกิดนิมิตเห็นกายจริง ๆ อาทิ เนื้อ หนัง กระดูก เส้นเอ็น ทุกส่วนภายในกาย เรียกว่าม้างกาย

พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโณ (สัมภาษณ์, 14 พฤศจิกายน 2560) ให้ทัศนะว่า “แยกกาย แยกจิต คือ แยกรูปแยกนาม ก็คือธาตุขันธ์ ม้างกายก็คือแยกกาย รื้อกาย เหมือนรื้อบ้าน มีเสา มีหลังคามือแยกออกหมดทุกส่วนแล้วจะไม่เห็นตัวตน”

พระครูวิลาสกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญโญ) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า วิธีการแยกธาตุแยกขันธ์ให้พิจารณาร่างกาย ประกอบไปด้วยธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ไฟ ลม ถ้าจะพิจารณา ให้ละเอียดแยกไปว่า ส่วนที่เป็นแท่ง เป็นก้อน คือ ธาตุดินประกอบด้วย ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เป็นต้น ส่วนที่เหลวไปไหลมา คือ ธาตุน้ำ ได้แก่ เลือด น้ำเหลือง น้ำหนอง เป็นต้น ส่วนที่พัดไปมา ในร่างกาย อย่างเช่นลมที่ค้ำในท้องจัดเป็นธาตุลม ความอบอุ่นในร่างกายจัดเป็นธาตุไฟ พิจารณา ให้ละเอียดใช้เวลานานโดยพิจารณาแล้วสภาพจิตต้องยอมรับว่าร่างกายเป็นอย่างนี้จริง ๆ ถ้าหาก ไม่ยอมรับสักแต่ว่าเป็นสัญญาคือจำได้ เท่านั้น ถ้าร่างกายเกิดความเบื่อหน่ายขึ้นมาจึงถือว่าประสบความสำเร็จในการแยกธาตุ

สำหรับการม้างกายที่เห็นชัดเจนที่สุด คือ การม้างกายภายใน เช่น พิจารณาแล้วหนังลอก มาเป็นแผ่น ๆ อย่งไรก็ตาม พระครูวิลาสกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญโญ) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การที่บุคคลเมื่อพิจารณากายแล้วมีลักษณะของเนื้อหนังร้อนออกมา ในส่วนนั้น ต้องบอกว่าบุคคลเหล่านี้มีของเก่าในอดีตชาติ ลักษณะรูปเพกตปุญญา คือ เคยทำมาก่อน ในเมื่อเคย ทำมาก่อนสามารถพิจารณาไปเกิดนิมิตของกรรมฐานที่ตนเองเคยทำมาในอดีตก็เห็นชัดเข้า ถ้าลอก หนังออกไปจะเหลืออะไร สำหรับบุคคลที่ไม่มีของเก่าให้ใช้วิธีค่อย ๆ กำหนดดูไปแต่ละส่วน เมื่อแยกออกมาแล้วประกอบด้วยอะไรบ้าง เมื่อแยกออกมาจนหมดแล้วตัวเราของเราก็ไม่มี

นอกจากนี้ พระอาจารย์ทิวา อาภากร (สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560) สรุปการม้างกายว่า เช่น พิจารณาอาการ 32 วัตถุประสงค์ของการม้างกายคือให้เห็นภาพ ภาพนั้นก็ป็นตัวกรรมฐาน พังถึงอุปปนาสมาธิก็ได้เป็นม้างกายของวัดป่าทั่วไป ส่วนของที่ปฏิบัติเพื่อให้ สติ สมาธิ ปัญญา รวมได้เร็ว โดยใช้ลมหายใจเป็นกรรมฐาน

สรุป การม้างกายเป็นวิธีการปฏิบัติของพระกรรมฐาน โดยเฉพาะพระป่า คือ พิจารณาให้เห็นว่าร่างกายเป็นของปฏิภูลเนาเหม็น โดยกรรมฐานกองสำคัญที่ช่วยทำให้การพิจารณากายประสบความสำเร็จ คือ **กายคตานุสติกรรมฐาน** ซึ่งเป็นสมถกรรมฐานที่เจือด้วยวิปัสสนา เพราะมีอารมณ์ใคร่ครวญเป็นลักษณะแห่งวิปัสสนาญาณ

จะเห็นได้ว่า การม้างกาย (การพิจารณากายโดยแยกออกมาเป็นส่วน ๆ ถือเป็น กายานุปัตสนาสติปฏิฐาน) ช่วยทำให้เข้าใจสภาพความเป็นจริง ที่ว่ากายนี้ไม่ใช่ตัวตน ไม่เที่ยง ไม่ใช่ของของเราที่ควรยึดถือ สำหรับการม้างกายนั้นทำได้ 2 ลักษณะสำคัญ ได้แก่ 1) การม้างกายโดยใช้สติปัญญาเป็นพื้นฐานในการพิจารณาก่อน เป็นการม้างกายภายนอกให้เห็นว่าสิ่งนี้ไม่เที่ยง อาจม้างจนจิตสงบขึ้นมา เช่น เป็นอุปจารสมาธิ ก็เป็นการเจริญปัญญาของปัญญาวิมุตติ 2) **การม้างกายภายใน** โดยทำสมาธิจากอัปนาสมาธิแล้วถอยลงมาระดับอุปจารสมาธิ (เน้นวิธีนี้) จะมีนิมิตเกิดขึ้น น้อมเพ่งพิจารณาในกายนี้ อย่าตามแสงเพ่งออกไปข้างนอกจะเป็นการส่งจิตออกนอก กายจะแตกออกไปเรื่อย ๆ นี่ถือว่าเป็นการม้างกายโดยแท้ ทำให้จิตเห็นเลยว่ากายนี้เสื่อมสลายไปจริง ๆ

สอดคล้องกับ พระอาจารย์เฉลิม ธรรมโร (สัมภษณ, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า เมื่อจิตถอยออกจากอัปนาสมาธิ แล้วจะออกมาเรื่อย ๆ เพราะอยู่ในฌานจะพิจารณาไม่ได้ ตอนพิจารณา เช่น ให้อยู่ในระดับอุปจารสมาธิด้วยเป็นฐานะที่เหมาะสมที่จะทำงาน (บางรูปท่านเข้าฌานไม่ได้ ไม่ใช่สามารถเข้าฌานได้ทุกรูป) โดยมากท่านจะผ่าน ๆ เข้าไปถึงอัปนาสมาธิและสงบนิ่งเลย คือ **ไม่มีความชำนาญที่จะอยู่ในฌานใดฌานหนึ่ง**

อย่างไรก็ตาม จะเห็นได้ว่าความจริงแล้ววิปัสสนากรรมฐาน สามารถปฏิบัติได้ทั้ง 3 ระดับ ได้แก่

1) ระดับขณิกสมาธิ เป็นผู้ที่อาจใช้สติปัญญาปฏิบัติในช่วงเริ่มแรก เมื่อจิตสงบเป็นอุปจารสมาธิขึ้นไปก็พิจารณาเห็นตามความเป็นจริงยิ่งขึ้น ไม่ต้องใช้สติปัญญาต่อไป นอกจากนี้ พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภษณ, 1 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า “วิปัสสนาจริง ๆ เป็นขณิกสมาธิ เพราะเห็นการเกิดดับขณะหนึ่ง ๆ” ซึ่งสามารถทำได้หากมีจิตสงบ แต่ถ้าผู้ปฏิบัติโดยอาศัยขณิกสมาธิไปเรื่อย ๆ ไม่พยายามทำให้จิตสงบขึ้นไป ระดับ อุปจารสมาธิ ถึงอัปนาสมาธิเลย คงมีแต่เพียงความฟุ้งซ่าน เท่านั้น โดยอาจพิจารณาได้จาก พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ((พระอาจารย์อินทร์ถวาย สันตุสโก) (2560, หน้า 63-64)) ให้ทัศนะว่า **วิธีสังเกตอาการที่สิ้นไปของขันธ ไม่ใช่การหมายเอาที่เป็นสัญญา และไม่การคิดเอาเพราะเป็นเจตนา แต่เป็นการเห็นความจริงเฉพาะหน้า เพราะฉะนั้น ถ้าจะดูความเสื่อมไปของขันธ 5 สำหรับคนที่ยังไม่เคยเห็นความจริง ต้องทำใจให้เป็นสมาธิไปทุกราว แต่ถ้าเคยเห็นความจริงมาแล้วไม่ต้องตั้งพิธีทำใจ**

เป็นสมาธิทุกราวก็ได้ แต่พอมีสติขึ้นความจริงก็ปรากฏ เพราะเคยเห็น เมื่อมีสติรู้ตัวขึ้นมาเวลาใด ก็เป็นสมถวิปัสสนากำกับกันไปทุกราว

2) อุปจารสมาธิ เป็นการถอยลงมาจากระดับอัปนาสมาธิ ในขั้นนี้จะมีนิมิตต่าง ๆ ให้พิจารณาสภาวะธรรม ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความเบื่อหน่ายในสังขารของตน โดยใช้วิธีการเพ่งแสงเข้ามาในกายให้แตกละเอียด ไม่เพ่งออกไปข้างนอก ซึ่งกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต นิยมปฏิบัติแบบนี้

3) ปฐมฌาน (บางท่านว่าเป็นบาทของวิปัสสนาญาณเช่นกัน) เป็นการถอยลงมาจาก จตุตถฌาน โดยลำดับจนถึงปฐมฌานนั่นเอง โดยยังมีวิตก วิจารณ์อยู่ ไม่เหมือนฌานขั้นอื่น ๆ คือ ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน ที่ไม่มีวิตก วิจารณ์แล้ว จึงไม่สามารถใช้อารมณ์ในการใคร่ครวญ สภาวะธรรมให้เกิดขึ้นได้ ในขั้นนี้ไม่มีนิมิตแล้ว แต่อารมณ์นิ่งมาก กำลังมาก เพราะเป็นอารมณ์ ระดับฌาน ดังเช่น กรณีของ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต (พระวิมลศีลาจาร (อำนวยการ ภูริสุนทรโร), 2556, หน้า 39-40) อธิบายว่า การพิจารณาวิปัสสนาญาณเปรียบด้วยการทำงานแล้วพักผ่อน กล่าวคือ พอจิตพักอยู่ในจตุตถฌานมีกำลังแล้วจึงถอนออกมาโดยลำดับกระทั่งถึงปฐมฌาน จึงเกิดวิปัสสนา ญาณเห็นภพเห็นชาติ ธาตุชั้นของสัตว์โลก และเมื่อจิตออกสู่ปฐมฌานอันเป็นบาทแห่งวิปัสสนา ญาณ จิตก็พิจารณาปัจจัยการ คือ ฐิติภูตัง (ซึ่งหมายถึงสภาวะจิตเดิมที่ยังไม่ได้ขัดเกลา ศิล สมาธิ และ ปัญญา) จะเห็นได้ว่า ปฐมฌานก็เป็นบาทของวิปัสสนาได้เช่นกัน เพราะยังมีวิตก วิจารณ์อยู่นั่นเอง ทั้งนี้ การพิจารณาในขั้นนี้ของ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ใช้ปฏิบัติจนรูปบาทเป็นกรรมฐานเป็นตัว ปัญญา

ในส่วนของแบบที่ 3 นี้ไม่มีนิมิตแล้ว ในขั้นนี้เป็นการเจริญวิปัสสนาญาณเฉพาะผู้ที่ สามารถทรงฌานได้ โดยสามารถทำจิตให้เป็นอัปนาฌาน กล่าวคือ จิตเป็นสมาธิเรื่อย ๆ ตามลำดับ ขององค์ฌาน จากปฐมฌาน กระทั่งถึง จตุตถฌาน แล้วถอยลงมาระดับปฐมฌาน ก็สามารถทำ วิปัสสนาได้ ผู้ที่ปฏิบัติเช่นนี้ อาทิ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนผู้ที่ไม่สามารถทำจิตให้เป็น อัปนาฌาน จะได้เป็นอัปนาสมาธิ กล่าวคือ เข้าฌานข้ามขั้นขององค์ฌานไม่เป็นลำดับบางครั้ง เป็นการบอกโดยยากว่าอยู่ในฌานระดับใด ก็อาจถอนจากอัปนาสมาธิลงมาสู่อุปจารสมาธิแทน ในการเจริญวิปัสสนา อันเป็นแบบแผนในขั้นที่ 2 ซึ่งเป็นที่ปฏิบัติกันอย่างแพร่หลาย

โดย พระภิกษุวิปัสสนาจารย์ (มหาเขม จิตตัมโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า “ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน การปฏิบัติไม่ได้คำนึงถึงว่าจะเป็นอะไรไม่ได้คำนึงถึง คือ พอจิตสงบจึงพิจารณา” ฉะนั้นหากจิตสงบเมื่อใดก็พิจารณาความสงบตามนั้น

กล่าวโดยสรุป หากจิตสงบจากนิเวศก็สามารถที่จะเจริญปัญญาได้ โดยหากเป็น พระสุกขวิปัสสโก อาจเจริญปัญญาและควบคุมสมาธิไปเรื่อย ๆ ตั้งแต่ขณิกสมาธิ เมื่อถึงอัปนาสมาธิ

ก็เริ่มมีกำลังในการตัดกิเลส ส่วนพระเจโตวิมุตตินั้นเน้นการทำสมาธิเพื่อให้จิตสงบก่อนเป็นบาทของวิปัสสนา เมื่อจิตสงบดีแล้วการเจริญปัญญาย่อมไม่ยากโดยเฉพาะการถอยกำลังจากระดับอุปนาสมาธิมาที่ระดับอุปจารสมาธิจะทำให้มีกำลังในการพิจารณามาก อย่างไรก็ตามในเวลาปกติอยู่ในระดับฌณิกสมาธิก็สามารถพิจารณาเห็นความจริงได้ตลอด คือ อาการเกิดดับของขั้นที่ซึ่งผู้จะพิจารณาแบบนี้ได้จิตต้องสงบจากนิเวรณเช่นกัน

ตัวอย่างของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

จากการศึกษาพบว่าตัวอย่างของวิธีการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ดังนี้

พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร) (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่าการภาวนาของปัญญาวิมุตติ เริ่มตั้งแต่การเจริญอาปานสติพิจารณาลงสงบจนเป็นสมาธิ (อุปนาสมาธิ) และเมื่อจะพิจารณาปัญญาจึงถอยลงมาอยู่ที่ระดับอุปจารสมาธิ

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานนั้น เช่น สมมุติ ฌาน 1-4 ไม่ต้องกล่าวถึง เมื่อจิตสงบแล้วจะถอยมาเอง ปกติจิตจะถอยเองในระดับอุปจารสมาธิ พิจารณาตรงนี้ตัดกิเลสตรงนั้น แต่ว่าสงบละเอียดพิจารณาไม่ได้ จิตไม่คิดไม่นึกจะนิ่งเหมือนนอนหลับ ยิ่งจิตที่เข้าฌานสมาธิ จิตพักผ่อน จะทำงานจิตถอยมาเองในระดับอุปจารสมาธิ

พระราชวรคุณ (สมศักดิ์ ปันทิโต) (สัมภาษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า วิปัสสนาคือเห็นอย่างแจ่มแจ้งชัดเจน ไม่ขึ้นกับเจตจำนงของท่านผู้ใด สิ่งใดเกิดขึ้นตั้งอยู่สลายไปเมื่อยอมรับตรงนี้ก็เป็วิปัสสนาอะไรก็แล้วแต่เมื่อพิจารณาให้ลึกอย่างนี้เป็นวิปัสสนา

พระครูสุวรรณโพธิเขต (คุณ อัครชัย โม) (สัมภาษณ์, 1 กันยายน 2560) อธิบาย วิธีการเจริญปัญญา ใช้กำลังของอุปจารสมาธิแล้วพิจารณา (ถอยกำลังจากระดับฌานมาที่ระดับอุปจารสมาธิ เพราะไม่สามารถพิจารณาธรรมได้)

พระครูกันตสีลสัมป็น (สมบูรณ์ กันตสีโล) (สัมภาษณ์, 6 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “ในการเจริญปัญญาใช้การพิจารณาจนจิตสงบจนเห็นความเป็นจริง”

พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุทธิมปัญญาโญ) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ในเรื่องของเจโตวิมุตตินั้นเราเริ่มเข้าอุปนาสมาธิตั้งแต่ปฐมฌานขึ้นไป ผลของสมาธิจะทำให้บรรลุเป็นขั้น ๆ ไป อย่างเช่นว่า เข้าถึงระดับปฐมฌานสามารถบรรลุในระดับของพระโสดาบัน หรือ สกิทาคามีได้ แต่ถ้าหากต้องการสูงกว่านั้นต้องเข้าถึงจตุตถฌาน ส่วนเรื่องของอรุปฌานนั้นเป็นการใช้กำลังของจตุตถฌานเป็นพื้นฐาน แล้วไปจับภคิณกองใดกองหนึ่งที่ไม่ใช่อากาศภคิณขึ้นมา เมื่อถึงเวลาทำงานระดับปฏิภาคนิมิตอธิษฐานใช้ผลได้แล้ว ก็ตั้งภาพภคิณขึ้นมาแล้วพิจารณาเป็น

อรุณ สำหรับพระสุกขวิปัสโกจะมาเล่นเรื่องกลืนย้อมไม่ใช่วิสัย ท่านจะอยู่กับลมหายใจเข้าออก
พิจารณาในส่วนของวิปัสสนาญาณเท่านั้น

กล่าวโดยสรุป พระอาจารย์จิววัฒน์ อัครโก (สัมภาษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า
วิปัสสนากรรมฐาน พิจารณากายมาก ๆ เพื่อให้จิตเห็นความเป็นจริง จิตจะได้ไม่หลง ไม่ปรุง ถ้าปรุง
จะเป็นสังขาร เช่น ว่าสวย ว่างาม ที่จริงธรรมะเป็น “อภัยกถา” คือ เป็นกลาง ๆ ไม่มีไม่ชั่ว แต่จิต
เป็นผู้ให้ความสำคัญมันหมาย และไปหลง โดยสังขารไม่รู้เรื่องด้วยตั้งอยู่แล้วก็ดับไป โดยเวลา
ปฏิบัติจะรวมไปเลย ไม่แยกเป็นข้อ ๆ

นอกจากนี้ พระอาจารย์ทิว อาภาโร (สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560) สรุปว่า “หลวงปู่
ทุกองค์บอกเหมือนกันไม่ได้อุปนาสมาธิไม่ได้อะไรเลย” (ในส่วนของผู้ปฏิบัติแบบสุกขวิปัสโก
แม้จิตยังไม่เป็นสมาธิระดับอุปนาสมาธิ ก็เจริญไปเรื่อย ๆ จากฌณสมาธิ มาที่ระดับอุจารสมาธิก็
สามารถเจริญวิปัสสนากรรมฐานได้ พอจิตเป็นอุปนาสมาธิก็มีความแน่วแน่ของจิตมากยิ่งขึ้นอาจ
ได้มรรคผลเลย หรือเมื่อถอยออกจากอุปนาสมาธิสู่ระดับอุจารสมาธิบ่อย ๆ เข้า ทั้งสมาธิและ
ปัญญา ก็ได้รับการบ่มเพาะ ไปพร้อมกันจนในที่สุดก็ได้มรรคผล)

ทั้งนี้ อารมณ์ของการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเน้นที่การใคร่ครวญ โดยเฉพาะ
การไตร่ตรองอันเป็นสัมมาสังกัปปไปในมหาสติปัฏฐาน หมายถึงการใช้อารมณ์ในการใคร่ครวญ
ขั้น 5 ซึ่งเป็นอารมณ์ของวิปัสสนาญาณ เนื่องจากพอจิตเข้าสมาธิได้รับการขัดเกลาบ่อย ๆ แล้ว
นิเวศน์ 5 ก็เริ่มสงบไปด้วย ทำให้จิตสามารถใคร่ครวญถึงสภาวะธรรมได้ ตรงนี้จิตอาจจะทราบเอง
เหมือนอัตโนมัติ ไม่ใช่จินตามยปัญญา หรือปัญญาที่มาจากคิด แต่เป็นภาวนามยปัญญา คือ ปัญญา
จากการภาวนา คือจิตรู้อย่างไม่ต้องใช้สังขาร หรือสัญญามาปรุงแต่ง

สาเหตุที่ต้องพิจารณากาย

จะเห็นได้ว่า ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตเน้นการ
พิจารณากายเป็นส่วนใหญ่ โดยจากการศึกษาพบว่า สาเหตุที่ต้องพิจารณากายในการเจริญกรรมฐาน
มีดังนี้

พระอาจารย์เฉลิม ธรรมโร (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การพิจารณ
กายจะช่วยให้ละเอียดแจ่มแจ้งได้ต้องอาศัยวิปัสสนากรรมฐาน เช่น การพิจารณาเทศา เรื่องของม
บางท่านพิจารณาต่างกันไป อาทิ ขน เล็บ ฟัน หนัง เรื่องใดเรื่องหนึ่ง

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า ในการพิจารณา
กายในกาย ถ้าอินทรีย์ บารมีแก่กล้า รู้ในเรื่องการพิจารณากาย ปล่อยวางความยึดมั่นได้ละกิเลสได้
ส่วนหนึ่งจะเป็น พระโศคานัน ถ้าพิจารณากาย ละได้สองส่วนจะเป็นพระสัทธาคามิ เป็นสมมุติ
ถ้าพิจารณากายในกายละเอียดส่วนสุดท้ายจะเป็นพระอนาคามีผล จิตไม่คิดในกาย จิตเห็นว่าร่างกาย

ไม่ใช่จิตนี้จิตนี้ไม่ใช่ร่างกาย แยกจากกัน ที่นี้จิตกับกายติดกันเสมือนน้ำผสมน้ำมันติดกัน **วิธีการแยกโดยใช้สมาธิแล้วพิจารณาภายในกาย**

พระครูสุวรรณ โปธิเขต (คุณ อัครชัย โม) (สัมภาษณ์, 1 กันยายน 2560) อธิบายว่า คนเรามีกายกับใจ ชั้น 5 เท่านั้น อย่านำไปภาวนาอย่างอื่นนอกกาย ท่านว่ารู้อะไรข้างนอกไม่ใช่ธรรมะ รู้กายรู้ใจตนเองคือธรรมะ เห็นตัวเราเอง เห็น กาย เวทนา จิต ธรรม พิจารณาภายในให้เห็นว่าเป็นธาตุ โดยแยกออก คือ แยกรูปกับนาม ส่วนหนึ่งเรียกว่าเป็นกายเป็นรูป ส่วนหนึ่งเป็นนามคือใจ เช่น ดาเห็นรูปเป็นทางผ่าน ใจเป็นผู้รู้ต่างหาก ถ้าหลงคือหลงกาย ถ้ารู้คือรู้กายเป็นแค่ธาตุ ไม่ใช่ตัวสัตว์บุคคล เราเขา ทั้งนี้วิธีทำลายอึดตา เช่น แยกผมออก อากา 32 เป็นต้น ตัดผ้า หัวใจ ออกสิ่งใดเป็นคน

พระญาณวิศาลเถร (หา สุภโร) (สัมภาษณ์, 14 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “กายนี้เป็นสิ่งสำคัญ มีทั้งคุณและโทษ ต้องพิจารณาภายใน ถ้าไม่พิจารณาภายในไม่เห็นธรรมเป็นกรรมฐานลอย ถ้าขาดกายแล้วพิจารณาไม่ได้เลย”

พระอาจารย์เสน ปัญญาโร (สัมภาษณ์, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “ต้นเหตุมันอยู่ที่กายที่ใจ ไม่ได้อยู่ที่อื่น หลวงปู่บัว สิริปฺณ โณ ท่านพูดพระนิพพานอยู่ได้คาง ๆ ท่านยังพูด ไม่ได้อยู่ที่อื่นเลย ย่นมาเหลือแค่พุทโธตัวเดียว”

พระอาจารย์วันชัย วิจิตโต (สัมภาษณ์, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า การพิจารณาต้องพิจารณาภายใน เพราะไม่รู้จักกาย

พระมหาสามเริ่น ปุญฺญเสโก (สัมภาษณ์, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า การพิจารณาภายในไม่ต้องหาที่อื่น อย่างเกศา ของไม้เพียงเหมือนกันหมด อยู่กับกายไม่ต้องหาที่อื่น โดยคนมักติดอยู่ เกศา โลมา เป็นต้นว่าเป็นของสวยงาม

พระอาจารย์อนันต์ อภิภูจโน (สัมภาษณ์, 14 พฤศจิกายน 2560) ให้ทัศนะว่า “สิ่งที่ยึดติดอยู่ก็คือกาย ติดอยู่ตรงนี้เลยพิจารณาตรงนี้”

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริปฺณ โณ) (สัมภาษณ์, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า “คนเราปัญหาทั้งปวงเกิดจากกายทั้งสิ้น... พ่อแม่ครูบาอาจารย์ต่าง ๆ เน้นให้มาดูกาย พิจารณาภายในกาย”

กล่าวโดยสรุป มนุษย์จำนวนไม่น้อยต้องอยู่ในวัฏสงสารก็ด้วยยังหลงอยู่ในรูปกับนาม โดยไม่เห็นว่าเป็นสิ่งนี้ทุกข จึงจำเป็นที่จะต้องวิธีพิจารณา ผ่านสมถเพื่อให้จิตนิ่งและวิปัสสนากรรมฐานให้รู้แจ้งเห็นจริงว่าสิ่งนี้เป็นโทษ ตามหลักไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โดยทุกขจากรูปและนาม ซึ่ง พระอาจารย์อ่อง ถาวโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า แม้แต่เสียงก็เป็นรูป เรียก สัททวารูป กลิ่นก็เป็นรูป คันธวารูป สัมผัสก็เป็นรูป เรียก โผฏฐัพพะรูป เป็นต้น รูปเหล่านี้ไม่ว่าดีหรือว่าไม่ดี หยาบหรือระเียบค โดยรวมเรียกรูปขั้น ส่วนเวทนาารู้สึกทาง ตา หู ลิ้น จมูก กาย ใจ สัญญาคือจำอารมณ์ สังขารคือ เอาอารมณ์ที่ผ่านมาแล้วมานึกคิด ส่วนวิญญาณ

มี 2 ประเภท คือ ญาณที่เกิดจากอายตนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เช่น ตาเห็นรูปเรียก จักขุญาณ อารมณ์เกิดที่ใจ คือ มโนญาณ เป็นต้น ญาณอีกประเภทคือ อารมณ์ถ้าผ่านไปแล้วเอามานึกคิด ภายหลัง คือ ตั้งขาร พระพุทธเจ้าทรงสรุปว่า สิ่งนี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา (สัมภาษณ์, 3 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ตาสัมผัสเห็นรูป จะเข้าใจทันทีเลยกิเลสนี้ผู้หญิง นี้ผู้ชาย นี้หล่อนี้สวย รากะต้นหากี่เกิดทันที ความอยากได้ออกมีเต็มไปหมด ถ้าเราแยกแยะรูปได้กิเลสไม่เกิดขึ้น สักแต่เราเห็นผู้หญิงเป็นสมมุติ ผู้ชายเป็นสมมุติทุกอย่างเมื่อสลายไปแล้ว รูปร่างเป็นดิน น้ำลม ไฟ รูปมีอยู่แต่สักแต่เรามีแต่หาตัวตนบุคคลเราก่อนไม่ได้ พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรัสว่า รูปนี้ประกอบด้วยอนิจจังความไม่เที่ยงแท้แน่นอน เป็นทุกข์ (เป็นทุกข์) อนัตตา (ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่บุคคล) ผู้ที่ทำความดีแล้วเจริญวิปัสสนาจะแยกแยะธาตุขั้นให้จิตเข้าใจความยึดมั่นถือมั่น เช่น ความเป็นหญิงเป็นชายก็สลายไปได้ สักแต่เห็น สักแต่รู้ว่า จิตขั้นนี้เป็นจิตขั้นสูง จะว่าเป็นพระอนาคามีก็ได้ แต่ยังไม่หมดจบกิเลสต้องพิจารณาเรื่องจิตต่อ

นอกจากนี้ ในพุทธศาสนายังปฏิเสธแม้กระทั่งญาณ ด้วยว่าไม่ใช่ตัวไม่ตนที่ควรยึดถือ โดยพระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า “ญาณคือตัวรู้แต่รู้แบบหยาบ ยังมีตัวรู้ที่อยู่ข้างหลัง ท่านจึงว่ารู้แล้วให้ทิ้งรู้ไป”

ดังนั้นจึงต้องทำลายขั้น 5 ทิ้งเสียโดยพิจารณาให้เห็นว่าเป็นโทษ เป็นทุกข์ เพื่อไม่ให้เกิดความยึดมั่นถือมั่น ซึ่งพระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร) (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) สรุปว่า “กายนี้สักแต่ร่างกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา ไม่ควรยึดมั่นถือมั่นเหมือนหม้อดินแตกง่าย”

ปฏิจสุมุปปาท

หลังจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐานในเบื้องต้นแล้ว จะพบว่ามีหลักธรรม คือ ปฏิจสุมุปปาท ซึ่งเกี่ยวข้องกับ การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ดังนี้

พระญาณวิศาลเถร (หา สุภโร) (สัมภาษณ์, 14 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ผู้จะเข้าสู่ นิพพาน ปฏิจสุมุปปาทนี้เป็นสิ่งขวางกั้น เป็นอวิชชา เป็นนิรันดรธรรมอันกั้นจิตไม่ให้บรรลุความดี

พระครูโสภาสุตฺติกร (โสภณ โสภาโต) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า เมื่อตาเห็นรูป จะเกิดขึ้นทันที อาทิ ชอบไม่ชอบ รักไม่รัก เมื่อเกิด 1, 2 จึงมี 3 และ 4 ตามมาเรื่อย ๆ เพราะเหตุนี้เป็นปัจจัยเหตุนี้จึงเกิดขึ้นมา ก็เป็นทุกข์เท่านั้นเอง อย่างคนนี้สวยจึงไปมาหาสู่กัน ผลสุดท้ายเป็นคู่สามีภรรยาถัดไปก็มีบุตรเป็นลักษณะของปฏิจสุมุปปาท

พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโน (สัมภาษณ์, 14 พฤศจิกายน 2560) ให้ทัศนะว่า “ปฏิจสุมุปปาท เป็นเรื่องของอวิชชาคล้ำใจให้เกิด ธาตุ ขั้น ญาณเป็นเหตุให้เกิดทุกข์อันหนึ่ง ให้เราละอวิชชาได้ เป็นวิชชา ก็เป็นการเดินมรรค ก็ละความทุกข์ได้ ก็อยู่ในอริยสัจ 4”

ส่วน พระครูวิเทศกัญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญญา) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ปฏิจสมุปบาทจริง ๆ แล้วจะว่าไปเป็นหลักธรรมขั้นสูงมาก เพราะความเกี่ยวเนื่อง ทุกสิ่งทุกอย่างคือ ความเกิด ดับนั้นเอง ปฏิจสมุปบาทมีทั้งสายเกิดและสายดับ ก็คือตั้งแต่วิชา เกิดขึ้นมาทำให้เกิดอะไร ไต่มาจนถึงความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย และไปสายดับคือ ย้อนกลับหลังไป

สำหรับ พระภิกษุญาณวิสุทธิ (มหาขัม จิตตัมโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า ปฏิจสมุปบาท คือ การให้พิจารณาย้อนไปย้อนมา เช่น อวิชชาปัจจัยสังขาราสังขารปัจจัยวิญญาณัง วิญญาณปัจจัยนามะรูปัง... คือ มีสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น และย้อนจะดับด้วยการไล่ทวนกระแสดับมาที่อวิชชา ทั้งนี้คนเราเกิดจากความไม่รู้ (อวิชชา) พักเอกปิ่น (ไม่ทราบนามสกุล) อธิบายว่า รากเหง้าใหญ่ ๆ 3 ตัว คือ รากะ โทสะ และโมหะจากนั้นสามตัวนี้ ก็แยกออกไปเรื่อย โมหะคืออวิชชาต้นความหลง ซึ่งเมื่อเกิดอวิชชาความรู้แจ้งแล้วจะดับทั้งหมด

โดยในส่วนของความหลงนี้ พระครูกัณฑ์ศีลสัมปัน (สมบุญ กัณฑ์โล) (สัมภาษณ์, 6 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า คนหลง รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมอารมณ์ หลงกาย เช่น หนึ่งห่มนิตเดียวแต่มองไม่เห็นว่าเป็นของสกปรกโสโครก จึงเกิดความหลงขึ้น

สอดคล้องกับ พระครูอุดมญาณโสภณ (หล่อ นาดกโร) (สัมภาษณ์, 17 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า เมื่อเข้าใจก็ไม่หลง เมื่อไม่เข้าใจจึงหลง ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดความสกปรกโสภณ ไม่รู้ความจริงจึงหลง โลกจึงหลงอยู่กับสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ไปไหนไม่ได้ หลงอยู่กับรูป นาม, รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ธรรมอารมณ์ ถ้าเบื่อดีตรงนี้ไปสวรรค์ ไปนิพพานได้

ทั้งนี้ พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) สรุปว่า “ปฏิจสมุปบาทรวมแล้วอยู่ใน คีล สมาธิ ปัญญา ถ้าได้ คีล สมาธิ ปัญญาแล้ว ปฏิจสมุปบาท จะอยู่ในนั้น... การดับอวิชชาอยู่ในปัญญา คือ อวิชชาเป็นความไม่รู้เท่าสังขารทั้งหลาย ถ้ามีปัญญา จะดับอวิชชาออกจากใจความไม่รู้เท่า”

จะเห็นได้ว่า ปัจจัยที่จะทำให้ปฏิจสมุปบาทดับลงไปไม่ให้เหลือการเกิดขึ้นอีกนั้น ต้องอาศัย **วิชาในการดับ** ซึ่งพระญาณวิศาลเถร (หา สุภโร) (สัมภาษณ์, 14 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า พระพุทธเจ้าทรงได้ บุปเพนิวาสานุสติญาณ ญาณนี้ได้ก่อนอย่างอื่น ในวันเพ็ญเดือน 6 (บุพเพนิวาสานุสติญาณเป็นตัวกำจัดนิวรณ์) รู้จักอวิชชา อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป ไล่ไปและไล่กลับ (อนุ โลมปฏิโลม) จากนั้นจิตของพระพุทธเจ้าเหนือธรรมะอันเศร้าหมอง โดยสรุป “วิชากำจัดอวิชชา”

การที่จะรู้วิชาได้นั้น ก็ต้องอาศัยการเจริญสมถกรรมฐานเพื่อทำให้จิตสงบ และเจริญวิปัสสนากรรมฐานให้เห็นอริยสัจนั่นเอง จึงจะทราบได้ว่าขั้น 5 นี้เป็นทุกข์ โดยเมื่อทำการเจริญวิปัสสนาอย่างเต็มที่แล้วจะเห็นอริยสัจ 4

นอกจากนี้ พระอาจารย์ทิวา อาภากร (สัมภษณ, 13 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “พระอนาคามี พระอรหันต์ต้องใช้ปฏิจจสมุปบาทเป็นกรรมฐานให้เป็นตัวปัญญา เป็นสุดยอดของปัญญา ครั้งสุดท้ายจึงจะเป็นพระอรหันต์ได้... ในสติปัฏฐาน... ภายนี้เริ่มต้นก่อน ธรรมะคือปฏิจจสมุปบาท”

กล่าวโดยสรุป คือ จิตดวงเดิมที่ไม่ได้ บมพะาะ คีล สมาธิ ปัญญา หรือสติถูกตั้ง จึงเกิดเป็นอวิชชาห่อหุ้มในที่สุดก็เข้าลักษณะของปฏิจจสมุปบาท คือ มีการเกิดขึ้นเรื่อย ๆ จากสิ่งนี้จึงมีสิ่งนี้เกิดขึ้น ดังนั้น ผู้ที่จะเป็นพระอรหันต์จึงต้องใช้ปฏิจจสมุปบาทให้เป็นตัวปัญญา คือเมื่อรู้จักอวิชชา ก็รู้จักวิธีการดับอวิชชา ด้วยอวิชชา ในที่นี้ก็คือ อาสวกขณญาณซึ่งมีเฉพาะพระอรหันต์ อันหมายถึงการสลัดไม่เหลือซึ่งกิเลส รู้วิธีการทำกิเลสให้หมดสิ้นไป

ตัวอย่างการบรรลุธรรม

จากการศึกษาเอกสาร จะพบว่า ตัวอย่างการบรรลุธรรมนั้นเป็นกรณีศึกษาให้ทราบว่า เมื่อเจริญสมาธิและวิปัสสนาไปถึงระดับหนึ่งแล้วมีปฏิเวธหรือผลอันเกิดจากการปฏิบัติกรรมฐานอย่างไรบ้าง โดยในที่นี้จะทำการอธิบายเฉพาะในส่วนของพระโศดาบันเนื่องจากเป็นขั้นแรก หากได้ในขั้นนี้แล้ว ขั้นพระสกิทาคามี และอนาคามีจะได้เป็นอย่างแน่นอนขั้นที่ยากจึงอยู่ที่พระโศดาบัน ส่วนอีกขั้นที่จะทำการยกตัวอย่างคือ พระอรหันต์เพราะมีลักษณะเป็นขั้นสูงสุด มีรายละเอียด ดังนี้

พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต (2552, หน้า 12) ให้ทัศนะว่า ท่านว่า โคตรกณญาณนั้น คือ การก้าวพ้นจากความเป็นปุถุชนไปสู่การเป็นพระอริยะหน่วงเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ ไม่มีทณเลื่อม เป็นคติเที่ยงแท้ นับแต่ขั้น โศดาปัตติผลเป็นต้นไป จะเห็นได้ว่าโคตรกณญาณ คือ การพ้นจากความเป็นปุถุชน เข้าสู่การเป็นพระอริยเจ้า มีลักษณะของไม่เลื่อม ซึ่งอาจสามารถกรณีศึกษาการบรรลุธรรมได้ ดังนี้

พระอาจารย์ขาว อนาลโย (คณะศิษย์ยานุศิษย์, 2532, หน้า 70) อธิบายว่า ขณะภavana ปรากฏมีเสียงดังพูดว่า เสรแต่่าได้บรรลุ โศดา จึงลองจำวันเวลาที่ได้ และไปตรวจสอบซึ่งเระแต่่าเป็นเณรที่มีอายุมากกว่า 20 ปี อยู่วัดป่าบ้านหนองบัวโพนสว่าง เณรจึงเล่าว่า กูรู้ว่ฝนตกตลอดตัวเปียกหมด แต่จิตไม่เคยมีความสุขอย่างนั้นเลย น้ำตาไหลออกมาผมไม่ตกรกแล้ว โดยรู้ได้ที่ใจตัวเอง มีสติประจําใจ มีพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์เตือนอยู่เสมอ ไม่ปกปิดความชั่วเหมือนเมื่อก่อน (เป็นการบรรลุธรรมขั้น โศดาบัน คือ เป็นผู้ไม่ปกปิด)

ส่วน พระอาจารย์จันทา ถาวโร (วัดป่าเขาน้อย, 2555, หน้า 88) อธิบายว่า พระอาจารย์ขาว อนาลโย พุทธถึงการบรรลุธรรมของ เจ้าคุณมหาไช อำเภอนองบัวลำภูเมื่อปี 2501 ว่า เมื่อจิตรวมใหญ่ ลงถึงอุปจารสมาธิ จึงเดินวิปัสสนาค้นคว้าในกาย คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เมื่อเพ่งแล้ว ศพอืด พุพองจน ตัดสังโยชน์ 3 เป็นโสดาบันเอกพิชฌิกขุ โดยเป็นปัจฉิมตัด

พระอาจารย์หล้า เขมปัตโต และพระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปัทมทิโต (2560, 13 พฤศจิกายน) ให้ทัศนะว่า สังโยชน์ 3 ได้แก่ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพตปรามาส ถ้ำขาด 3 อันแล้วสังโยชน์ อันอื่น ๆ จะขาดไปเอง ถ้ำขาด 3 อันแล้ว พุทโธ ฌัมโม สังโฆ นิพพาน ไม่มีสงสัย (สักกายทิฏฐิ คือ การเห็นร่างกายนี้เป็นของเรา วิจิกิจฉา คือ ความลังเลสงสัยในพระรัตนตรัย และสีลัพตปรามาส คือ การยึดมั่นในพรตของตนเองอย่างมกมาย เป็นต้นว่า อตตกิลมณานุโยค คือ ทรมานกาย และ กามสุขัลลิกานุโยค คือ อยู่เสพสุข ติดสุข ไม่ดำเนินตามมัชฌิมาปฏิปทา หรือทางสายกลางภายใต้ มรรค 8) ดังนั้นยังไม่ต้องตัดสังโยชน์ที่เดียว 10 ตัว แค่ตัดให้ได้เพียง 3 ตัวก่อนที่เหลือจะขาดไปเอง (อย่างไรก็ตามไม่ได้หมายความว่าต้องเป็นพระโสดาบันก่อน จึงค่อย ๆ เป็นพระสกิทาคามี จนถึง พระอรหันต์ ในการปฏิบัติอาจไม่เป็นเช่นนั้น ดังกรณีของพระพาหิยะพึงธรรมจากพระพุทธเจ้า จบเดียวก็เป็นพระอรหันต์ได้ อย่างนี้เป็นต้น)

พระอาจารย์อ่อง ถาวโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้สรุปว่า “เห็นขั้น 5 ตามความเป็นจริง ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ อย่างพระโสดาบัน รู้ว่าไม่เที่ยงแต่ยังละความยึดมั่นไม่ได้ มีบุตรมีภรรยาได้ แต่ไม่ผิดศีล 5”

ดังนั้น จึงทราบได้ว่าคุณลักษณะของพระโสดาบัน คือ เป็นผู้ไม่ปกปิด เห็นทุกข์ ตามความเป็นจริง ภายใต้อิตรลักษณ์ แต่ยังคงความยึดมั่นถือมั่น ไม่ได้ ส่วนการบรรลุธรรมของ พระอริยบุคคลขั้นอรหันต์ มีดังนี้

พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ((พระธรรมวิสุทธิมงคล) (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ม.ป.ป. 115-119)) ให้ทัศนะว่า ขณะนั้นโลกธาตุหวั่นไหว เทวบุตรเทวดาสาธุการทั่วพิภพ เกิดความแปลก ประหลาดอัศจรรย์ตัวเองมากมาย จนไม่สามารถจะบอกกับใครได้ ราพึงถึงคุณของพระพุทธเจ้าทรง รู้แจ้งเห็นจริง จิตที่เป็นวิมุตติพ้นพัวพันในขั้น ๓ ตลอดคืนปลงความสังเวชน้ำตาไหลตลอดคืน (ท่านไม่ได้หลั่งน้ำตาเพราะเป็นทุกข์ แต่ถึง พุทธะ ธรรมมะ สังฆะ ประจักษ์กับคำว่า “ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเราตถาคต”)

พระอาจารย์ขาว อนาลโย (คณะศิษย์ยานุศิษย์, 2532, หน้า 57-58) อธิบายว่า วันหนึ่งขณะ ลงไปสรงน้ำเห็นนางสาวงามจึงตั้งปัญหากับตนเอง ปรากฏว่าอารมณ์กับจิตขาดออกจากกันบังเกิด เป็นแสงสว่างจ้า ปัญญาหลังไหลเหมือนน้ำตกเป็นปัญญาที่เกิดจากสมาธิ ซึ่งไม่สามารถรู้เห็นได้ นอกจากพระอริยเจ้าเท่านั้น อวิชชาขาดกระเด็นจากใจ โดยการพิจารณาข่าวก็มายุติกันที่ข้าวสุก

มันหมดการงอกการเจริญอีกต่อไป จิตที่พิจารณาจิตที่อวิชชากิเลสตัดขาดดับสิ้น กลายเป็นจิตสุก
 สิ่งที่เหลือ คือ ความบริสุทธิ์ของจิตล้วน ๆ (บรรลุปะระอรหัตต์ เพราะอวิชชาขาดกระเด็นไปแล้ว)

พระอาจารย์จันทา ถาวโร (วัดป่าเขาน้อย, 2555, หน้า 89) อธิบายว่า พระอาจารย์ชาว
 อนาคตโย อธิบายเรื่อง การบรรลุพระอรหัตต์ของเจ้าคุณมหาไชว่า เมื่อจะสิ้นลมปัญญาเกิดขึ้นเห็น
 พร้อมว่า เรามายู่กับกองทุกข์ ดับขันธไปก็ทุกข์ ไปโลกหน้าก็ทุกข์ มาแต่ก่อนก็ทุกข์ จึงปล่อยวาง
 สังโยชน์ 10 เมื่อสิ้นกิเลสก็พอดีกับสิ้นลม (เป็นพระอรหัตต์และดับขันธเข้าสู่นิพพานเลย)

ทั้งนี้ การบรรลุธรรมของแต่ละองค์นั้น ไม่เหมือนกัน เพราะฉะนั้นไม่ควรยึดเป็นแบบ
 ยึดถือโดยปริยายว่าจะต้องเป็นเช่นนี้ อย่างกรณีของพระสุกขวิปัสสโกนั้น เมื่อบรรลุพระอรหัตต์
 จิตท่านก็ว่างจากกิเลส แต่จะไม่สามารถอธิบายสิ่งที่อยู่นอกเหนือจากนั้นได้ เพราะท่าน ได้เพียง
 อาสวักขณญาณ คือ สามารถทำให้กิเลสสิ้นไปเท่านั้น ส่วนใหญ่ไม่ได้ญาณอื่น ๆ ในส่วนของวิชา 8
 อาทิ จตุปาดญาณ ทำให้ไม่สามารถบอกการจุดิจของการกำเนิดสัตว์ต่าง ๆ ได้ เป็นต้น

อย่างไรก็ตามอาจสามารถอธิบายคุณลักษณะของพระอรหัตต์ได้ ดังนี้

พระอาจารย์อ่อง ถาวโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า “โดยมากพระอรหัตต์
 ท่านมีพลังอุเบกขาญาณ วางเฉยในอารมณ์ ทั้ง 6 ไม่ยินดี ไม่ยินร้าย อารมณ์ที่ไม่พอใจก็ไม่ยินร้าย
 อารมณ์ที่พอใจก็ไม่ยินดี พระอรหัตต์มีสติทุกเมื่อ (สติชาคโร มีสติเท่าทันอารมณ์)”

พระอาจารย์เสน ปัญญาธโร (สัมภาษณ์, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า พระอริยะเจ้า
 ท่านไม่มีความประมาท โดยพระอรหัตต์แล้วแต่นิสัย เช่น พระอาจารย์เจี๊ยะ จุนโท ท่านติชวาน คือ
 นิสัยไม่เหมือนกัน

พระอาจารย์หล้า เขมปัตโต (2560, 13 พฤศจิกายน) สรุปรว่า พระอรหัตต์เป็นผู้มีสติเต็มที่
 เพื่อจะไม่ให้ใคร โกรธท่านด้วยอาบัติ ด้วยสติวินัย สติในไตร โลกธาตุไม่เท่าสติพระอรหัตต์ สติ
 พระอรหัตต์จะมีญาณสัมปยุตอยู่ด้วยความเคยชิน ไม่ต้องลำบากรักษาสติ แต่ก็สอนให้รักษาสติ
 เหมือนกัน เช่น อธิกรบางอย่างก็บอกว่า สติวินัย พระอรหัตต์ทำผิดไม่มี พระอรหัตต์ไม่ได้ทำผิด
 เพราะไม่มีเจตนา พระอรหัตต์ลืมสติไหม ลืมเป็นบางครั้งคราว เช่น ลืมเก็บเศษชอล์กไว้เจ็ดวัน เป็นต้น
 หรือลืมอธิฐาน หรือปราศจากจิ๋ว เป็นต้น แต่ไม่มีเจตนาในองค์ท่าน

สรุปได้ว่า พระอรหัตต์จะมีญาณสัมปยุตอยู่ด้วยความเคยชิน โดยมากท่านจะมีอุเบกขา
 ญาณ คือวางเฉยทั้งส่วนที่พอใจ และไม่พอใจ อย่างไรก็ตามจริตของพระอรหัตต์แต่ละรูปไม่
 เหมือนกัน ด้วยว่าวาสนานั้นต่างกัน เช่น กรณีของพระอาจารย์เจี๊ยะ จุนโท ที่ยังติชวานอยู่ (มีผู้พูดถึง
 ท่านว่าการติชวานไม่ใช่กิจของสงฆ์ ท่านจึงกล่าวว่าท่านเป็นสงฆ์จะไม่ใช่กิจของสงฆ์ได้อย่างไร
 คำว่าสงฆ์ในที่นี้คือ ท่านจบกิจพรหมจรรย์เป็นพระอริยบุคคลแล้วท่านจึงกล่าวว่าท่านเป็นสงฆ์)

ทั้งนี้การยกตัวอย่างนี้ให้ทราบก็เพียงแต่พอให้รู้โดยสังเขปเท่านั้น ผู้ที่จะทราบว่าใครเป็นพระอรหันต์แล้วไม่ใช่อื่นมีแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งถึงพร้อมด้วยทศพลญาณเท่านั้น

วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้มรรคมืองค์ 8

จากการศึกษาพบว่า ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต สามารถสรุปตามพระอาจารย์ทิว อากาศโร (สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560) ว่า “ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ส่วนใหญ่จะปฏิบัติแบบสมถยานิก โดยทำสมาธิ ระดับอุปปจารสมาธิ ถึงอัปปนาสมาธิ แล้วจึงเจริญปัญญา ข้อดีต้องเจริญได้อัปปนาสมาธิก่อน เมื่อจะเจริญปัญญาแล้วไม่ยาก (อาจจะหมดกิเลสเลย) ส่วนที่ยากที่สุด คือ การทำให้เป็นอัปปนาสมาธิ” สอดคล้องกับผลการศึกษาของ พระวงศ์แก้ว วราโภ (เกษร) (2556) ได้ทำการศึกษา เรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) กับ พระธรรมวิสุทธิมงคล (บัว ญาณสมฺปนฺโน) พบว่า ทั้ง 2 ท่านใช้การปฏิบัติแบบสมถยานิก จึงจะเน้นการปฏิบัติแบบสมถยานิก มีรายละเอียด ดังนี้

พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปันทิโต (2560, 13 พฤศจิกายน) อธิบายว่า “พระพุทธรูปเจ้าเทศก์ มรรคก่อน ถึงเทศก์อริยสัจ 4 ทีหลัง ก็เหมือนว่ามาทางนี้ถึงจะมาพบท่านอาจารย์ (พระอาจารย์หล้า เขมปัตโต)...ตัวที่สำคัญที่สุดคือตัวมรรค” (ทรงแสดงแนวทางในการปฏิบัติก่อนจึงแสดงสังขารมในภายหลัง ดังนั้นการจะเข้าใจในอริยสัจ 4 ต้องเดินตามมรรคมืองค์ 8)

ส่วน พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโน (สัมภาษณ์, 27 มกราคม 2560) อธิบายว่า “การปฏิบัติกรรมฐาน ถ้าปฏิบัติตามสติปัฏฐาน มรรคมืองค์ 8 ก็จะไม่ฝืดเคืองอย่างไร ในกรรมฐานบทใดก็ตามต้องมีสติอยู่ที่ กาย เวทนา จิต ธรรมเป็นหลัก” ซึ่งวิธีการปฏิบัติตามมรรคมืองค์ 8 อาจปฏิบัติ ดังนี้

จากการศึกษาเอกสารจากพระไตรปิฎก พบว่า มรรคองค์ 8 มีรายละเอียด ดังนี้ (พระอภิธรรมปิฎก วิกังคปกรณ์, อภิธรรมภาชนีย์, 2539, หน้า 373-374)

1. สัมมาทิฐิ หมายถึง เจริญญาณที่เป็น โลกุตระเป็นเหตุให้ออกจากวัฏฏทุกข์ ละทิฐิสังัดจากกาม บรรลุปฐมฌาน ที่เป็นทุกขาปฏิบัติทาทันทาปัญญา ชื่อว่า สัมมาทิฐิ ฯลฯ สัมมาสมาธิก็เกิดขึ้น สัมมาทิฐิเป็นปัญญาฐัฒ ความไม่หลงงมงาย เลือกพ้นธรรมอันเป็นองค์มรรค เป็นต้น
2. สัมมาสังกัปป หมายถึง ความตริก ความตรงในอาการต่าง ๆ ความดำริ จิตแนบแน่นในอารมณ์ ความยกจิตขึ้นสู่อารมณ์
3. สัมมาวาจา หมายถึง เว้นขาดจากวจีทุจริต โดย ไม่ทำ เลิกทำ ไม่ล่วงละเมิด ไม่ล้ำเขต การกำจัดต้นเหตุวจีทุจริต 4 (ไม่พูดเท็จ คำหยาบ ส่อเสียดและเพื่อเจ้า)
4. สัมมากัมมันโต หมายถึง เว้นขาดจากกายทุจริต คือ โดย ไม่ทำ เลิกทำ ไม่ล่วงละเมิด ไม่ล้ำเขต การกำจัดต้นเหตุกายทุจริต 3 (ไม่ฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ และประพฤติดิฉินกาม)

5. สัมมาอาชีโว หมายถึง เว้นขาดจากการเป็นมิจฉาอาชีพ โดย ไม่ทำ เลิกทำ ไม่ล่วงละเมิด ไม่ล้ำเขต การกำจัดต้นเหตุแห่งมิจฉาอาชีพะ (ขายอาวุธ ขายมนุษย์ ขายสัตว์โดยเฉพาะเพื่อฆ่าขายน้ำมา และยาพิษ ในที่นี้หมายความว่ารวมถึงสารเสพติดให้โทษต่าง ๆ ด้วย)

6. สัมมาวายาโม หมายถึง การปรารถนาคือเพียรทางใจ (วิริยสัมโพชฌงค์) เป็นต้นว่า เพียรขยับยั้งอกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้น เพียรละอกุศลที่เกิดแล้ว เพียรทำกุศลที่ยังไม่เกิดให้มี และเพียรรักษา กุศลที่เกิดแล้วให้ไฟบุญลี่ยิ่งขึ้น อันเป็นหลักธรรม คือ สัมมัตถะ 4

7. สัมมาสติ หมายถึง สติสัมโพชฌงค์ หรือธรรมที่ส่งเสริมการตรัสรู้ (โดยเฉพาะ การเจริญในสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม)

8. สัมมาสมาธิ หมายถึง ความตั้งมั่นอยู่แห่งจิต (ปฐมฌาน ทุคตฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน) ซึ่งเมื่อทำการจำแนกแล้วจะพบว่า สัมมาทิลุ และสัมมาสังกัปปो จัดอยู่ในปัญญา ส่วน สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว จัดอยู่ในศีล ลำดับสุดท้าย คือ สัมมาวายาโม สัมมาสติและสัมมาสมาธิ จัดอยู่ในสมาธิ

สำหรับวิธีการปฏิบัตินั้น พระอาจารย์วันชัย วิจิตโต (สัมภานันท์, 15 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า สัมมาทิลุมีความดีด้วยตลอด เป็นแก่นนำของมรรค

ในเวลาปฏิบัติจัดเรียงใหม่เป็น ศีล สมาธิ ปัญญา โดยเริ่มจากการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ อันสมฐานะของตน ในส่วนของฆราวาส เช่น ศีล 5 สำหรับบรรพชิต เช่น ศีล 8 ศีล 10 และศีล พระปาฏิโมกข์ซึ่งเป็นศีลของพระภิกษุ เมื่อรักษาไว้ได้เป็นอย่างดี เรียกร้อยไม่ค้างไม่พร้อมแล้ว ก็ถือว่าได้ว่าเป็นการรักษา กายกับวาจา พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภานันท์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า เรื่องสมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญา ถ้าพื้นฐาน ไม่มี ปัญญาไม่รู้ชัด ไม่รู้แจ้งเห็นจริง โดย ศีล สมาธิ ปัญญา ศีลเป็นพื้นฐาน อย่างต่ำต้องมีศีล 5 ศีลเป็นเครื่องชำระกิเลส อย่างหยาบออกจากใจ ส่วนสมาธิเป็นเครื่องชำระกิเลสอย่างกลางออกจากใจ ปัญญาเป็นเครื่องชำระ กิเลสอย่างละเอียดออกจากใจ เมื่อศีลบริสุทธิ์ดีแล้วก็ผ่องใส มีความปราโมทย์ (ถือว่า เจริญมรรค คือ สัมมาวาจา, สัมมากัมมันโต และสัมมาอาชีโว)

สอดคล้องกับทัศนะของ พุทธทาสภิกขุ (2501, หน้า 65-67) อธิบายว่า วิปัสสนาธุระต้อง ก็นความรวมหมัดทั้งสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนา คือหมายถึงทั้งสมาธิ และปัญญานั้นเอง ยิ่งไป กว่านั้นยังรวมเอาศีลซึ่งไม่ใช่ตัวภาวนาเข้าไปด้วยในฐานะบริวารเป็นบาทของสมาธิ เพื่อให้เข้าใจวิปัสสนา ดังนั้น ศีลกับสมาธิเป็นที่ตั้งอาศัยของวิปัสสนา เพราะวิปัสสนาหมายถึงการรู้แจ้ง เห็นจริงซึ่งจะเกิดได้เมื่อมีจิตที่ปราโมทย์ ไม่เศร้าหมอง กล่าวคือ เมื่อศีลบริสุทธิ์จะมีความปราโมทย์ ดังนั้นจึงต้องมีศีลเป็นบาทก่อน

ดังนั้น เมื่อสำรวจในศีลคิแล้ว ขึ้นต่อไปเป็นด้านของสมาธิ ตัวสำคัญในส่วนนี้ ได้แก่ สัมมาวายาโม (ความเพียรชอบ) สัมมาสติ (ระลึกรชอบ) สัมมาสมาธิ (สมาธิชอบ) ตัวปัจจัยสำคัญใน 3 ส่วนนี้ คือ สัมมาสติ เพราะเป็นการระลึกรถึงสติปัฏฐาน 4 อันได้แก่ กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งถือว่าเป็นวิธีการเจริญวิปัสสนากรรมฐานนั่นเองจึงจะเห็นอริยสัจ 4 ได้

ประเด็นต่อไปคือ ทำอย่างไรจึงเรียกว่าการเจริญสติปัฏฐาน 4 สำหรับในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ใช้วิธีการปฏิบัติตามแบบฉบับของ “กายนุปัสสนาสติปัฏฐาน” เน้นการพิจารณากายเป็นหลักในการพิจารณาขั้น 5 ตามหลักไตรลักษณ์ โดยใช้วิธีที่เรียกว่า “ม้างกาย” อย่างไม่รู้ว่าจะสามารถม้างกายได้เลย ต้องเจริญสัมมาสมาธิด้วย จึงจะเห็นการม้างกายได้ชัดเจน โดย พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา (สัมภาษณ์, 3 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “จิตเป็นฌานเป็นสัมมาสมาธิ” โดยมีแนวทางปฏิบัติ ดังนี้

ในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการปฏิบัติแบบอานาปานสติกรรมฐาน เป็นกองหลัก โดยมีพุทธานุสติกรรมฐานและมรณานุสติกรรมฐานในฐานะบริวารร่วมด้วย สำหรับกรรมฐานกองอื่น ๆ ที่นิยมเจริญร่วมด้วยได้แก่ กายคตานุสติกรรมฐาน และอสุภกรรมฐาน ในบางท่านอาจเจริญกสิณด้วย อันนี้เป็นกรรมฐานกองหลัก สำหรับสมถกรรมฐานที่จะส่งผลถึงอัปนาสมาธิอันเป็นสัมมาสมาธิตามความมุ่งหมายในทางการปฏิบัติ ได้แก่ อานาปานสติกรรมฐาน อสุภกรรมฐาน กายคตานุสติกรรมฐาน และกสิณ แต่กองหลัก ได้แก่ อานาปานสติกรรมฐาน

ความสำคัญของ อานาปานสติ อาจจะพิจารณาได้จาก พระสูตรอานาปานัสสติสูตร โดยมีใจความว่า ภิกษุทั้งหลาย ในภิกษุสงฆ์นี้มีภิกษุผู้บำเพ็ญความเพียรในการเจริญอานาปานสติอยู่ อานาปานสติที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมมีผลมากมีอานิสงส์มาก อานาปานสติที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำสติปัฏฐาน 4 ให้บริบูรณ์ สติปัฏฐาน 4 ที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำโพชฌงค์ 7 ให้บริบูรณ์ โพชฌงค์ 7 ที่ภิกษุเจริญ ทำให้มากแล้ว ย่อมทำวิชชา และวิมุตติให้บริบูรณ์ (พระสูตรตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปันณาสก, อานาปานัสสติสูตร, 2539, หน้า 187)

ในส่วนของการเจริญอานาปานสติกรรมฐานนั้น พระอาจารย์ทิวา อาภากร (สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า มีการแปลผิดทำให้ผู้เจริญกรรมฐานด้วยอานาปานสติกรรมฐานไม่สามารถปฏิบัติได้ ในสติปัฏฐานของอานาปานสติกรรมฐาน เรื่องกายนุปัสสนา ข้อ ที่ 1 หายใจยาวก็รู้ว่าหายใจยาว หายใจสั้นก็รู้ว่าหายใจสั้น เข้าออกรู้ ข้อ 2 สั้นเข้าออกรู้ ข้อ 3 แปลผิดโดยให้รู้ลม ลมอย่างเดี๋ยว ขาดกายที่จริงต้องใช้กายผสม โดยคลุมซักพักจะเป็นภวังค์ รู้แล้วแต่ไม่ไปไหน ถ้าจะให้ลึกลงไปอีกต้อง “เอากายซ้อนแนบไปกับลม ไม่เอากายซ้อนไม่ได้เลย” ถึงจะลงลึกไปได้อีก (นอกจากนี้พระอาจารย์ทิวา อาภากร ยังตั้งข้อสังเกตว่า ภาณีย์ที่ใช้จักรเอาจิตไล่ไปตามกาย ทำสมาธิ อานาปานสติไปได้ไกลกว่านักปฏิบัติในไทยที่ไม่เอากายแนบไปกับลม)

ดังนั้น ในการเจริญอานาปานสติกรรมฐาน ต้องเอากายซ้อนแนบไปกับลมทำเช่นนี้บ่อยครั้งแล้วจนจิตเป็นสมาธิ คือ อัมปนาสมาธิ ตั้งมั่นดี ถือว่าทำสัมมาสมาธิให้เกิดขึ้นแล้ว จากนั้นจึงถึงขั้นพิจารณาสภาวธรรมด้วยวิธีการที่เรียกว่า “มั่งกาย” ซึ่งมีแนวทางในการปฏิบัติ ดังนี้

พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่าการแยกธาตุแยกขันธ์ โดย กายเป็นรูป ส่วนจิตเป็นนาม ทั้งนี้ธาตุคือ มหาภูติ 4 (ดิน น้ำ ลม ไฟ รวมเป็นรูปขันธ์) ส่วนขันธ์ (เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ)คือ องค์สมมุติ เป็นนาม ส่วนธาตุยังเป็นรูป มีรูปกับนามเท่านั้น สำหรับวิธีมั่งกายบางอาจารย์ใช้วิธีการสมมุติขึ้นมา เช่น สมมุติใช้มิดกรี๊ดจะเป็นแผลไหม เมื่อเห็นข้างนอกให้ดูข้างใน พิจารณาโดยน้อมเข้ามา สิ่งนี้เป็นปัจจัยตั้งเป็นกุศโลบายอันหนึ่งเท่านั้น

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่ามั่งกาย คือ การพิจารณากาย วิธีพิจารณาโดยดูกาย อาการ 32 เช่น เกศา คือ ผมทั้งหลาย ให้พิจารณาเส้นผม เป็นของปฏิกุศล ไม่เที่ยง มีการเปลี่ยนแปลง เบื้องต้นเป็นสีดำ แก่มาเป็นสีขาว ไม่สะอาด จะเหม็นสาบเหม็นสาง หรือหนังในกายทุกส่วนเป็นของปฏิกุศลทั้งหมด คนจะหลงอยู่ในผม ในหนัง กายนอกเป็นของคุณแลได้ง่าย เห็นผมสวยงามแต่ตามกรรมฐานจะไม่สวยไม่งาม เมื่อดูข้างนอกชัดเจนแล้วมั่งเข้าไปข้างใน โดยถ้าจิตเป็นสมาธิเกิดนิมิตเห็นกายจริง ๆ อาทิ เนื้อ หนัง กระดูก เส้นเอ็น ทุกส่วนภายในกาย เรียกว่ามั่งกาย

นอกจากนี้ พระอาจารย์ทิวา อากาโร (สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560) สรุปการมั่งกาย เช่น พิจารณาอาการ 32 วัตถุประสงค์ของการมั่งกายคือให้เห็นภาพ ภาพนั้นก็เป็นตัวกรรมฐาน ฟังถึงอัมปนาสมาธิก็ได้เป็นมั่งกายของวัดป่าทั่วไป ส่วนของที่ปฏิบัติเพื่อให้ สติ สมาธิ ปัญญา รวมได้เร็ว โดยใช้ลมหายใจเป็นกรรมฐาน

สรุป การมั่งกายเป็นวิธีการปฏิบัติของพระกรรมฐาน โดยเฉพาะพระป่า คือ พิจารณาให้เห็นว่าร่างกายเป็นของปฏิกุศลนำเหม็น โดยกรรมฐานกองสำคัญที่ช่วยทำให้การพิจารณากาย ประสบความสำเร็จ คือ **กายคตานุสติสติกรรมฐาน** ซึ่งเป็นสมถกรรมฐานที่เจ็ดด้วยวิปัสสนา

จะเห็นได้ว่า การมั่งกาย (การพิจารณากายโดยแยกออกมาเป็นส่วน ๆ ถือเป็นกายานุปัสสนาสติปัญญา) ช่วยทำให้เข้าใจสภาพความเป็นจริง ที่ว่ากายนี้ไม่ใช่ตัวตน ไม่เที่ยง ไม่ใช่ของของเรา ที่ควรยึดถือ สำหรับการมั่งกายนั้นทำได้ 2 ลักษณะ ได้แก่ 1) การมั่งกายโดยใช้สัญญาเป็นพื้นฐานในการพิจารณาก่อน เป็นการมั่งกายภายนอกให้เห็นว่าสิ่งนี้ไม่เที่ยง อาจมั่งจนจิตสงบขึ้นมา เช่น เป็นอุปจารสมาธิ (ในบางครั้งอาจเป็นอัมปนาสมาธิ และถอยกำลังมาที่ระดับอุปจารสมาธิเอง) ก็เป็นการเจริญปัญญาของปัญญาวิมุตติ 2) การมั่งกายภายในโดยทำสมาธิจากอัมปนาสมาธิแล้ว ถอยลงมาระดับอุปจารสมาธิ (เน้นวิธีนี้) จะมีนิมิตเกิดขึ้นน้อมฟังพิจารณาในกายนี้ อย่าตามแสงฟัง

ออกไปข้างนอกจะเป็นการส่งจิตออกนอก กายจะแตกออกไปเรื่อย ๆ นี่ถือว่าเป็นการม้างกายโดยแท้ ทำให้จิตเห็นเลยว่ากายนี้เสื่อมสลายไปจริง ๆ

สอดคล้องกับ พระอาจารย์เฉลิม ชัมมโร (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า เมื่อจิตลอยออกจากอัปนาสมาธิ แล้วจะออกมาเรื่อย ๆ เพราะอยู่ในฌานจะพิจารณาไม่ได้ ตอนพิจารณา เช่น ให้อยู่ในระดับอุปจารสมาธิด้วยเป็นฐานะที่เหมาะสมที่จะทำงาน (บางรูปท่าน ฌานไม่ได้ ไม่ใช่สามารถเข้าฌานได้ทุกรูป) โดยมากท่านจะผ่าน ๆ เข้าไปถึงอัปนาสมาธิและสงบนิ่งเลย คือ ไม่มีความชำนาญที่จะอยู่ในฌานใดฌานหนึ่ง

โดยสรุป สำหรับผู้ปฏิบัติกรรมฐานแบบสมถยานิก ให้ทำกำลังฌานเข้าไปถึงระดับ อัปนาสมาธิ อันเป็นสัมมาสมาธิ จากนั้นจึงถอยกำลังมาอยู่ที่ระดับอุปจารสมาธิ น้อมจิตเข้าเพ่ง ที่ร่างกายอย่าส่งจิตออกนอก จะสามารถพิจารณากายได้เห็นว่าเป็นปฏิรูป เน่าเหม็นไม่ควรยึดถือ

เมื่อเป็นดังนี้แล้วก็ให้มีสัมมาวาจาโม คือ เพียรทำอยู่อย่างนั้น ซึ่งตัวมรรคสำหรับการปฏิบัติสมาธิจะมี 3 ส่วน ได้แก่ สัมมาวาจาโม สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เมื่อได้ดังนี้พร้อมแล้ว ในส่วนต่อไปเป็นส่วนของปัญญา คือ สัมมาสังกัปปไปให้ไตรตรองกายได้หลักมหาสติปัญญาอัน เป็นอารมณ์แห่งวิปัสสนาญาณ โดยเมื่อปฏิบัติตามมรรคมืองค์ 8 ดีแล้วจะทราบในอริยสัจ 4 (ครบทั้งสี่ 8 ประการ)

ทั้งนี้ พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) (2551, หน้า 1127) ให้ทัศนะว่า อริยสัจ 4 แปลว่าความจริงอันประเสริฐ มี 4 อย่าง ได้แก่ 1) ทุกข์ คือ ความไม่สบายกายไม่สบายใจ 2) สมุทัย คือ สาเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ 3) นิโรธ คือ การดับทุกข์ และ 4) มรรค คือ หนทางดับทุกข์ จะเห็นได้ว่ามรรคเปรียบเสมือนแผนที่ เมื่อปฏิบัติแล้วจะพบอริยสัจ 4

โดยเมื่อพิจารณา ทุกข์ ซึ่งเป็นผลมาจากการพิจารณาวิปัสสนาญาณ ด้วยวิธีการแยกธาตุ แยกชั้น ทำให้เห็นว่าชั้น 5 นี้มีสภาพเป็นทุกข์ เช่น พระอาจารย์อ่อง ถาวโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า แม้แต่เสียงก็เป็นรูป เรียก สัททารูป กลิ่นก็เป็นรูป คันธารูป สัมผัสก็เป็นรูป เรียก โผฏฐัพพะรูป เป็นต้น รูปเหล่านี้ไม่ว่าดีหรือไม่ดี หยาบหรือระเียบค โดยรวมเรียก รูปชั้น ส่วนเวทนา รู้สึกทาง ตา หู ลิ้น จมูก กาย ใจ สัญญาคือจำอารมณ์ สังขารคือ เอาอารมณ์ที่ผ่าน มาแล้วมานึกคิด ส่วนวิญญาน มี 2 ประเภท คือ วิญญานที่เกิดจากอายตนะ ตา หู จมูก ลิ้น กาย เช่น ตาเห็นรูปเรียก จักขุวิญญาน อารมณ์เกิดที่ใจ คือ มโนวิญญาน เป็นต้น วิญญานอีกประเภท คือ อารมณ์ถ้าผ่านไปแล้วเอามานึกคิดภายหลัง คือ สังขาร พระพุทธเจ้าทรงสรุปว่า สิ่งนี้ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

เมื่อรู้จักทุกข์แล้วสมุทัยและตัณหาย่อมเบาบางลงไป สมุทัยนั้นจัดเป็นสาเหตุแห่งทุกข์ เป็นต้นว่า ตัณหา 3 มี กามตัณหา เป็นต้น ซึ่งเป็นความอยากในกามคุณ 5 อันได้แก่ รูป รส กลิ่น

เสียง สัมผัส ในส่วนของปฏิจสมุปปาทก็ถือเป็นรากเหง้าแห่งอวิชา เช่นกัน โดยมีความหลงเป็นสาเหตุโดย พระภิกษุปัญญาวิสุทธิ (มหาเขม จิตตัมโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า ปฏิจสมุปปาท คือ การให้พิจารณาย้อนไปย้อนมา เช่น อวิชาปัจจัยสังขาร สังขารปัจจัยวิญญาณัง วิญญาณังปัจจัยนามะรูปัง... คือ มีสิ่งนี้ สิ่งนี้จึงเกิดขึ้น และย้อนจะดับด้วยการไล่ทวน กระแสดับมาก็มาจบที่อวิชา ทั้งนี้คนเราเกิดจากความไม่รู้ (อวิชา) พักเอกปิ่น (ไม่ทราบนามสกุล) อธิบายว่า รากเหง้าใหญ่ ๆ 3 ตัว คือ รากะ โทสะ และโมหะ จากนั้นสามตัวนี้ก็แยกออกไปเรื่อย โมหะคืออวิชาต้นความหลง ซึ่งเมื่อเกิดอวิชาความรู้แจ้งแล้วจะดับทั้งหมด

สอดคล้องกับ พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตบุญโญ) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) ให้ทัศนะว่า “ปฏิจสมุปปาทรวมแล้วอยู่ใน สัต สมภา ปัญญา ถ้าได้ สัต สมภา ปัญญาแล้ว ปฏิจสมุปปาทจะอยู่ในนั้น...การดับอวิชาอยู่ในปัญญา คือ อวิชาเป็นความไม่รู้เท่าสังขารทั้งหลาย ถ้ามีปัญญาจะดับอวิชาออกจากใจความไม่รู้เท่า”

ดังนั้น เมื่อรู้ว่าสิ่งนี้เป็นปัจจัยให้เกิดทุกข์ มีอวิชาเป็นมูลเหตุ ก็จำเป็นต้องหามาตรการเพื่อดับทุกข์นั้นเสีย ผ่านการเจริญมรรคมีองค์ 8 ซึ่งพระอาจารย์อ่อง ถาวโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า วิปัสสนาคือเห็นแจ้งตามความเป็นจริง คือ อารมณ์ที่เกิดปัจจุบัน อย่างที่พระพุทธเจ้าทรงสอนพระพาหิยะ “ดูก่อนพาหิยะ ถ้าท่านเห็นสักแต่ว่าเห็น ได้ยินสักแต่ว่าได้ยิน รู้ก็สักว่ารู้ ทราบก็สักว่าทราบถ้าทำแบบนี้แล้วจะไม่เกิดในโลก...พระพาหิยะได้ฟังเท่านั้นสำเร็จอรหัตต์ คืออารมณ์ถ้าคนเราไม่สนใจมันมันก็ไม่เกิด ถ้าเราไปสนใจมันก็เกิด”

กล่าวโดยสรุป ทุกข์เป็นผลสืบเนื่องจากสมุทัย โดยสมุทัยเป็นเหตุแห่งทุกข์นั้น ส่วนมรรคเป็นหนทางที่จะไปสู่ นิโรธ นิโรธจึงเป็นผลของมรรค โดยเมื่อพิจารณาทุกข์ลงไปแล้วจะพบว่า สาเหตุแท้จริงมาจากสมุทัย ในที่นี้ คือ อวิชาอันเป็นรากเหง้าแห่งอกุศลธรรมทั้งปวงนั่นเอง เมื่อรู้ว่าสิ่งนี้เป็นทุกข์ สมุทัยและตัณหาทยอยมลายลงไป ทำให้มรรคเจริญไปในตัว และนิโรธก็เจริญไปในตัวด้วยเช่นกัน

สิ่งสุดท้ายที่จะได้ คือ นิโรธ หรือการดับทุกข์ ทั้งนี้ ตามความมุ่งหมายในพุทธศาสนา คือ อากาสลักขมิฬะซึ่งกิเลสนั้น ได้แก่ วิมุตติ การหลุดพ้นทั้ง 2 ส่วน คือ ทั้งจิต และปัญญาอันเป็นคุณสมบัติของพระอรหัตต์ หรือนิพพานตามความมุ่งหมายในพุทธศาสนานั้นเอง สำหรับ พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) (สัมภาษณ์, 1 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า “นิพพานคือกิเลสตายจากเรา”

พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (วิดี โอ, 2542, 23 กุมภาพันธ์) วินิจฉัยปัญหาที่ถามว่าพระนิพพานเป็นอตตะหรืออนัตตาว่า นิพพานคือนิพพาน โดยท่านแสดงไว้ในมรรค 4 ผล 4 นิพพาน 1 นิพพานคือพ้นจาก 8 ภูมินี้ไปแล้ว อตตะ อนัตตาเป็นทางเดินเพื่อพระนิพพานล้วน ๆ ผู้ที่จะไปถึงนิพพานได้ต้องเดินบนไตรลักษณ์ พิจารณาไปกับเรื่อง ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา และอตตะ

ซึ่งเป็นกองแห่งกิเลส นิพพานจึงเป็นนิพพานเท่านั้น เช่น เราเดินก้าวผ่านบันไดไปสู่บ้าน บ้านคือบ้าน จะให้บ้านเป็นบันไดอย่างเดียวกันไม่ได้ นิพพานก็เหมือนบ้านของเราหมดปัญหาที่บันได โดยอาจจะเห็นได้ชัดว่านิพพานไม่สูญ แต่ที่สูญคือกิเลส

ทั้งหมดทั้งหมดในการปฏิบัติกรรมฐานตามมรรคมืองค์ 8 นี้สรุปโดยย่อ ตามพระครูโศภิตธรรมานุสาสก์ (มหาอำนาจ อินทสาโร) (สัมภาษณ์, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า “สำคัญที่สุดคือสติ ถ้ามีสติก็เกิดปัญญา ถ้าไม่มีสติก็ไม่เกิดปัญญา”

จะเห็นได้ว่าสติสำคัญที่สุด ซึ่งเป็นไปเพื่อหลักธรรมสำคัญประการเดียวเท่านั้น คือ “ความไม่ยึดมั่นถือมั่น” โดยพระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล) (สัมภาษณ์, 6 มิถุนายน 2560) อธิบายว่า อุปาทาน คือ ความยึดมั่นถือมั่น เช่น ตนเองคิดพูดว่าเป็นของจริง คนอื่นพูดผิดเพี้ยน เพราะว่าอุปาทานตัวนี้วางไม่ได้ วางอุปาทานได้ก็ไม่ทำอะไร อย่างที่ฆ่ากันก็เพราะความถือมั่น สอดคล้องกับบาลี สัพเพ ธมมา นาลิ อภินิเวสยา “ธรรมทั้งปวงไม่ควรยึดมั่น ถือมั่น” (จูฬัตถมหาสังขยสูตร, 2560, 16 พฤศจิกายน) (ธรรมในที่นี้ หมายถึง ชั้น 5 อายุตนเอง 12 ชาติ 18 ไม่ได้หมายความว่า ธรรมทุกอย่างของพระพุทธเจ้าอามาเป็นสรณะไม่ได้)

กล่าวโดยสรุป ญาณวิทยาแนวพุทธเป็นการแสวงหาความรู้ เพื่อสลัดซึ่งกิเลสไม่ให้เหลือ โดยมีวิธีการปฏิบัติภายใต้มรรคมืองค์ 8 ผู้ใดปฏิบัติภายใต้มรรคองค์ 8 ผู้นั้นก็ชื่อว่าใกล้เข้าสู่พระนิพพาน โดยส่วนที่สำคัญที่สุดในการจะเป็น สิล สมาธิ ปัญญา คือ ต้องมีสติ เพื่อจะนำไปสู่ความไม่ยึดมั่นถือมั่น การจะรู้สิ่งเหล่านี้เป็นวิสัยเฉพาะบุคคล เป็นปัจเจกตั้งอันหมายความว่า จะรู้ได้เฉพาะคนผู้ปฏิบัติเท่านั้น อยากได้ต้องทำเอง เสมือนการทานอาหาร เราอยากอ้ม เราไม่สามารถแบ่งความอ้มให้แก่กันได้ ต้องทานด้วยตนเองฉันนั้น

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาของพระกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต จะเน้นการปฏิบัติแบบสมถยานิก ซึ่งจากการสัมภาษณ์และการรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ สามารถสรุปผลการวิจัยวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาพอสังเขป ด้วยโมเดลดังนี้

สมถยานิก

เจริญสมถกรรมฐาน โดยใช้อานาปานสติกรรมฐานเป็นกรรมฐานกองหลัก ในท่านที่มีความชำนาญเพิ่มขึ้นอาจมีกรรมฐานอื่นร่วมด้วย เช่น อสุภ และกายคตานุสติกรรมฐาน โดยเจริญสมาธิถึงระดับอัปปนาสมาธิในกองอานาปานสติกรรมฐาน และถอยกำลังมาที่ระดับอุปจารสมาธิเพื่อพิจารณาสภาวธรรม ซึ่งเป็นแบบที่นิยมปฏิบัติในสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต และนำไปสู่การตัดกิเลสได้ สำหรับผู้ที่ต้องการอภิญญา อาจใช้วิธีการพิจารณากสิณในกาย (ต้องเชี่ยวชาญอานาปานสติกรรมฐานแล้ว) โดยทำให้ถึงระดับสูงสุดแห่งอัปปนาสมาธิของกายคตานุสติกรรมฐาน และเปลี่ยนอารมณ์เป็นกสิณแทน เช่น กระจุก เสมือนโอทากสิณ (เป็น 1 ใน 3 กองที่ทำให้เกิดทิพจักขุโดยตรง อีก 2 กอง คือ กสิณไฟ แลกสิณแสงสว่าง เหมาะสำหรับผู้ปรารถนาพระเตวิชโช) ให้เพ่งกระจุกในกาย เป็นต้น อย่างนี้ก็จะสำเร็จกรรมฐานในกองกสิณอย่างไม่ยาก และหากมีความต้องการจะสำเร็จกรรมฐานอื่นอีกจนครบ 40 กองก็ไม่ยากแล้ว เพราะอารมณ์กสิณได้ถึงระดับจตุตถฌาน เมื่อทำกองอื่นที่อารมณ์ระดับเดียวกันหรือต่ำกว่าจึงไม่ใช่เรื่องยาก

วิมุตติ

(ไม่ว่าจะเป็นเจโตวิมุตติ หรือ ปัญญาวิมุตติ เมื่อถึงอรหัตผลแล้วย่อมต้องหลุดพ้นทั้ง 2 ส่วน)

*หมายเหตุ - ในการเจริญกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการเจริญอานาปานสติกรรมฐานเป็นกองหลักเสมอ ร่วมกับกายคตาสติกรรมฐาน เป็นต้น และใช้วิธีมีงายกาย คือ ทำจิตถึงอัปปนาสมาธิ และถอยกำลังมาที่ระดับอุปจารสมาธิ เพ่งแสงเข้ามาที่กายเพื่อทำการแยกธาตุ แยกชั้นธ้อออกจากกันจะเป็นการเจริญปัญญานำไปสู่วิมุตติ (ทั้งนี้ เป็นเพียงการยกตัวอย่างรูปแบบหนึ่งให้ง่ายต่อการปฏิบัติ เท่านั้น ยังสามารถปฏิบัติแบบอื่นได้ แต่หลักสำคัญต้องได้อัปปนาสมาธิไม่อย่างนั้นจะไม่เกิดมรรคผลเลยแม้กระทั่งพระสุกขวิปัสสโกก็ตาม

ภาพที่ 5 โมเดลการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาที่ปฏิบัติในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต แบบสมถยานิก

ปกิณกรรม

จากการศึกษาพบว่า สามารถจัดปกิณกรรม หรือธรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ ระคนกันออกเป็นหมวด ได้ 4 ประการ ได้แก่ 1) การเปลี่ยนอิริยาบถ 2) ความแตกต่างระหว่างจิตตกวัฏก์กับจิตเป็นฉาน 3) ความแตกต่างระหว่างเจวิมุตติกับปัญญาวิมุตติ และ 4) การสมาทานชุดงควัตร มีรายละเอียดดังนี้

การเปลี่ยนอิริยาบถ

จากการศึกษา พบว่า การเปลี่ยนอิริยาบถมีความสำคัญ ดังนี้

การเปลี่ยนอิริยาบถมีความสำคัญในการภาวนา เช่นกัน เพราะผู้ปฏิบัติจะไม่สามารถทำสมาธิโดยทำท่าหนึ่งได้ตลอดไปจึงจำเป็นต้องไปอยู่ในอิริยาบถอื่นบ้าง เพื่อเป็นการผ่อนคลายในการปฏิบัติภาวนา โดยมีรายละเอียด ดังนี้

พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร) (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า เคยปฏิบัติกรรมฐานแล้วปรากฏว่ามีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ บางวันทำได้ดี แต่บางวันทำไม่ได้ แก้ปัญหาสุขภาพโดยการเปลี่ยนอิริยาบถจากการนั่งเป็นการเดินจงกรม การเดินจงกรมทำให้เดินได้นานมากขึ้น โดยวางอารมณ์อานาปานสติกรรมฐานทำได้ดีกว่านั่ง ประมาณ 2 ชั่วโมง ไม่ปวดเมื่อย

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การเปลี่ยนอิริยาบถ หมายถึงว่า คนที่จะฝึกภาวนาจะอยู่ในอิริยาบถเดียวไปตลอดไม่ได้ เช่น บางที่นั่งสมาธินานจะเมื่อย จึงเปลี่ยนอิริยาบถไปเดินจงกรม เมื่อเดินจงกรมเมื่อนั่งสมาธิสลับกัน เพื่อที่จะทำสติทำสมาธิต่อเท่านั้น

พระครูโสภาสวุตติกร (โสภณ โสภาโส) (สัมภาษณ์, 11 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า คนต้องเปลี่ยนอิริยาบถ แต่ต้องมีสติ สติดีก็เกิดมาจากสมาธิ ส่วนสมาธิดีก็เกิดมาจากสติ สติดีก็เกิดมาจากตัวรู้ที่เกิดขึ้นใหม่ (สรูปพระไตรปิฎก 84,000 พระธรรมขันธ์เหลือที่กายกับใจ) การฝึกให้มีสติ คือ การยืน การเดิน เป็นต้น ผู้ปฏิบัติทั้งหลายจึงต้องสำรวจในตนเอง

พระราชวรคุณ (สมศักดิ์ ปันขีโต) (สัมภาษณ์, 24 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การเปลี่ยนอิริยาบถมีความสำคัญ คือ เป็นการเปลี่ยนเพื่อทรงตัวอยู่ คนเราจะอยู่ในอิริยาบถเดียวนั้นไม่ได้ โดยอิริยาบถ มี 4 อย่าง คือ ยืน เดิน นั่ง นอน เป็นอิริยาบถสำคัญในชีวิตของแต่ละคน แต่ว่าอิริยาบถละเอียดมีถึง 8 อย่าง คือ ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม พุด คิด เป็นอิริยาบถทางกายด้วย ทางใจด้วย ในอิริยาบถใหญ่ที่นักปฏิบัตินำมาปฏิบัติ คือ การนั่งภาวนาเมื่อนั่งภาวนานานไปจึงเปลี่ยนเป็นยืนบ้าง (ยืนพิจารณากรรมฐาน) และเดินจงกรม เดินภาวนา นั่งก็เหมือนกัน ส่วนนอนให้นอนแบบมีสติสัมปชัญญะเมื่อดิ้นขึ้นให้ภาวนาต่อไม่ใช่นอนหลับไหล (นอนแต่กายแต่จิตใจนั้นรู้อยู่)

พระมหาสามเริ่น ปุณฺณเสโก (สัมภษณ, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “เป็นผู้ปฏิบัติใหม่ต้องเปลี่ยนอิริยาบถ ถ้าคนภวานาเป็นแล้วจะสามารถแยกกายกับจิตออกจากกันได้ถ้าจิตสงบทำได้ ถ้าจิตไม่สงบต้องเปลี่ยนอิริยาบถ เหมือนกับนักวิ่งให้วิ่งที่เดียวไม่ไหว เพราะไม่เคยวิ่งต้องค่อย ๆ ฝึกไปเรื่อย ๆ ต้องพัก ต่อไปจึงไม่ต้องพักแล้ว”

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (สัมภษณ, 17 ธันวาคม 2560) อธิบายว่า คนที่เขาเปลี่ยนอิริยาบถ หมายถึงว่า นั่งสมาธิภวานาแล้วปวดเมื่อยมากก็คือนั่งอย่างนั้นต่อไปจิตอยู่กับเวทนาตลอด ไม่มีโอกาสเกิดสมาธิ เพราะเวทนาแรง และคนที่ทำอย่างนั้นยังไม่รู้วิธีแก้ก็จะกลายเป็นทุกข์มากกว่าสุข ถ้าเราเป็นสำหรับคนที่มีปัญญาก็ดูเวทนาไปเลย ใช้ปัญญาดูเวทนาเข้าไป การนั่งมาก ๆ ก็ให้เดินสำหรับปฏิบัติใหม่ให้เปลี่ยนอิริยาบถ เดินให้มีสติกับการเดิน พอเราเห็นเวทนาเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาก็เป็นปัญญาขึ้น ซึ่งพระอาจารย์จันทร์เรียน คุณวโร ให้นั่งสมาธิไม่ต่ำกว่า 6 ชั่วโมง สำหรับการนอนให้นอนด้วยท่าสี่หาไสยาสน์ (นอนตะแคงขวา) ทำนี้นอนเพื่อไม่ให้สบาย พอรู้สึกตัวลุกขึ้นมาทำความเพียรเลย

กล่าวโดยสรุป อิริยาบถสำคัญคือ การอยู่ในอิริยาบถ 4 หมายถึง การยืน เดิน นั่ง และนอน โดยพระกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต จะเน้นการปฏิบัติให้อยู่ในอิริยาบถ 3 คือ ยืน เดิน นั่งเป็นหลัก การเปลี่ยนอิริยาบถมีความสำคัญ คือ สามารถแก้ปัญหาสุขภาพได้ ทำให้เกิดสมาธิได้ง่ายขึ้น และเป็นการผ่อนคลายจากการปฏิบัติในท่าใดท่าหนึ่งอย่างยาวนานเป็นท่าอื่นบ้าง เพราะคนเราไม่สามารถอยู่ในท่าใดท่าหนึ่งได้ตลอดไป โดยในการปฏิบัตินั้น เน้นอิริยาบถนั่งมาก ซึ่งจะต้องสู้กับเวทนาหรือความเจ็บปวด เช่น อาการเหน็บชา ทำให้หลายรายเลิกปฏิบัติ เพราะทนไม่ไหว ในผู้ที่ปฏิบัติชำนาญแล้วอาจใช้ปัญญาพิจารณาเวทนาได้ ซึ่งเป็นสติปัญญา 4 คือ การพิจารณาเวทนา แต่สำหรับปฏิบัติใหม่ต้องเปลี่ยนอิริยาบถเพราะไม่เป็นสมาธิแล้ว

ส่วนผู้ที่สู้กับเวทนานั้น พระมหาสามเริ่น ปุณฺณเสโก (สัมภษณ, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า “การต่อสู้กับเวทนาให้ใช้วิธีการตั้งสัจจะ เช่น ถ้านั่งไม่ได้จะไม่ยอมกินข้าว 4 วัน เป็นต้น”

สำหรับ การนอนให้นอนอย่างมีสติ เช่น การนอนด้วยท่าสี่หาไสยาสน์ หรือการนอนตะแคงขวานั้นเอง ทั้งนี้ การนอนด้วยท่านี้มีปรากฏโดยทั่วไป เช่น พระพุทธรูปประจำวันอังคาร อันเป็นปางการดับขันธปรินิพพานของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นต้น สำหรับผู้ปฏิบัติกรรมฐานนั้น เน้นทำนั้งก็จริงอยู่แต่ไม่ควรละเลยการเจริญสติในอิริยาบถอื่น ๆ

ความแตกต่างระหว่างจิตตภวังค์กับจิตเป็นฌาน

จากการศึกษา พบว่า จิตตภวังค์กับจิตเป็นฌานมีความแตกต่างกัน ดังนี้

พระอาจารย์บุญส่ง จิตสาโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า จิตตภวังค์เมื่อจิตละเอียดเราตามความละเอียดของจิต (บางทีถอนออกมาแล้วก็ทำไปอีก) โดยเมื่อจิตนิ่งแน่วอยู่กับสิ่งใดก็จะวูบเหมือนตกมาจากที่สูง ถ้าสติดีประครองไว้ไม่ให้ตื่นตื่น ถดถอยนิ่งก็จะรู้ความลอยขึ้นมา ปัญญาจะเกิดขึ้น เกิดขึ้นโดยธรรมชาติเองไม่ต้องคิดจะปรากฏสิ่งใดที่จิตยังอยากรู้ แลกลับไปนึกเดียวจะปรากฏขึ้นมาทันที ความสงสัยในสิ่งต่าง ๆ จะหายไปความหลงลืมจะไม่มี เพราะไม่ได้ใช้สัญญาจำใช้ปัญญาที่เกิดจากการปฏิบัติ

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า จิตตภวังค์กับจิตเป็นฌานต่างกัน คือ จิตตภวังค์คือ ไม่มีสติ สติขาด ส่วนจิตเป็นฌานมีสติอยู่ในนั้น จิตสงบก็รู้มีความสุขก็รู้ มีอุเบกขาที่รู้รู้ทุกขณะ

พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า จิตที่ตกหรือขาดไปแล้วคือจิตตภวังค์ ส่วนจิตที่เป็นฌาน คือ พังอยู่เป็นอารมณ์เดียว

พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา (สัมภาษณ์, 3 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า ความแตกต่างระหว่างจิตตภวังค์ กับจิตเป็นฌาน ดังนี้ จิตตภวังค์คือจิตที่ขาดสติ เมื่อสิบกว่าปีก่อนมีเด็กน้อยจิตตภวังค์นั่งแข็งทื่อ ออกจากสมาธิไม่ได้ เขาก็ออกไม่ได้ ส่วนจิตเป็นฌานเป็นสัมมาสมาธิ ครูบาอาจารย์ท่านห้ามเรื่องจิตตภวังค์ เหมือนคนนอนหลับ แต่จิตตภวังค์มีอานิสงส์อยู่ครูบาอาจารย์เล่าให้ฟังว่า จิตตภวังค์ถ้าเป็นฌานเป็นพระ จุฑรูปเป็นกำเอาไปจีตัวของคนนั่งที่ตภวังค์ไม่พอง ลักษณะเหมือนจิตหลับในไม่มีประโยชน์อะไร แต่ถ้าจิตเป็นสมาธิ เช่น ปฐมฌานเมื่อออกมาแล้วจิตจะมีกำลังวังชามีสติปัญญาเฉียบแหลม

พระวิมลศีลาจารย์ (อำนวยการ ฐิริสุนทรโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า จิตตภวังค์ คือ คับวูบลงไปเฉย ๆ ไม่มีสติ

พระอาจารย์ทิวา อากาศโร (สัมภาษณ์, 13 กันยายน 2560) สรุปรว่า “จิตตภวังค์ คือจิตไม่ทำงาน...จิตเป็นฌาน ฌานคือสุดยอดของภวังค์ แปลว่าเป็นอัปนาสมาธิ”

กล่าวโดยสรุป ภวังค์จะมี 2 ลักษณะ ภวังค์ตามความหมายอย่างแรก คือ ไม่ใช่สมาธิ กล่าวโดยย่อคือเป็นช่องว่างระหว่างวิถีจิตกับสมาธิ อย่างที่สอง คือ คับวูบลงไปเฉย ๆ ไม่มีสติ ซึ่งมักอยู่ในความหมายนี้ ส่วนจิตเป็นฌาน คือ เป็นอัปนาสมาธิและสัมมาสมาธิ เป็นต้นว่า จิตสงบเป็นเอกัคคตารมณ์ เป็นต้น (โดยอาจพัฒนาจากเมื่อตภวังค์แล้วจิตมีสติแล้วเข้าสู่สมาธิ) สำหรับการออกจากสมาธิ เช่น ปฐมฌานจิตจะมีกำลัง ในส่วนนี้เมื่อถอยมาที่ระดับอุปจารสมาธิ โดยปกติจิตจะถอยเองขึ้นตอนนี้ คือ ให้พิจารณาวิปัสสนากรรมฐาน อาทิ การม้างกาย จะเห็นได้ว่า

ตามความมุ่งหมายเอากำลัງคือสมาธิในการพิจารณาปัญญานั้น เน้นการพิจารณาปัญญาที่ออกจากสมาธิระดับฌาน

ความแตกต่างระหว่างเจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติ

จากการศึกษาพบว่า ความแตกต่างระหว่างเจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติ มี ดังนี้

พระอาจารย์มนัส มันทชาโต (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า เจโตวิมุตติ หมายถึงว่า หยั่งรู้จิตผู้อื่น ถ้ารู้ได้ต้องเกิดปัญญา ถ้าปัญญาไม่มีเจโตจะไม่ค่อยปรากฏ ส่วนปัญญา คือ กำหนดใจ จะว่าแตกต่างกันก็ได้ จะว่าอันเดียวกันก็ได้ทำหน้าที่คนละอย่างกัน

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) อธิบายความแตกต่างระหว่าง พระเจโตวิมุตติ กับ พระปัญญาวิมุตติ คือ พระเจโตวิมุตติจะเริ่มปฏิบัติสมาธิก่อนเพื่อให้จิตสงบ ได้รูปฌาน อรูปฌานก็แล้วแต่ เมื่อจิตสงบแล้วจึงเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ส่วนปัญญาวิมุตติพิจารณาไปก่อน พิจารณาเพื่อให้จิตสงบ อย่างไรก็ตาม เจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติต้องใช้ทั้ง 2 อย่าง แล้วแต่คนชอบพิจารณาก่อนแล้วจิตสงบ บางคนทำสมาธิก่อนค่อยพิจารณา แต่สุดท้ายแล้วต้องมีปัญญาในการปล่อยวาง

พระครูสุวรรณโพธิเขต (คุณ อัครชัย โม) (สัมภาษณ์, 1 กันยายน 2560) อธิบาย ที่จริงสมถวิปัสสนาจะคู่กันไป จะไม่ทิ้งกัน จะมากน้อยต้องมีสมถเป็นพื้น บางคนทำสมถเป็นพื้นให้จิตสงบก่อนแล้วจึงพิจารณา ยกขึ้นสู่วิปัสสนากรรมฐาน (สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตเน้นวิธีนี้ คือ สมถยานิก) บางคนเจริญวิปัสสนาพิจารณารูปพิจารณานามไปเลย ในที่สุดวิปัสสนาก็เข้ามาหาความสงบอีก (เข้าใจแล้ว แก้ปัญหาได้หมด เป็นวิปัสสนายานิก) สงบกับวิปัสสนาไปด้วยกัน เหมือนนักรบ คือ รบกับตัวเอง โดยสมถคือหลบ ส่วนวิปัสสนาคือยิง

พระครูวิลาสกาญจนธรรม (เล็ก สุทธิมปัญญา โย) (สัมภาษณ์, 5 ธันวาคม 2560) สรุปว่าในเรื่องของ เจโตวิมุตตินั้นเราเริ่มเข้าอุปนาสมาธิตั้งแต่ปฐมฌานขึ้นไป ผลของสมาธิจะทำให้บรรลุเป็นขั้น ๆ ไป อย่างเช่นว่า เข้าถึงระดับปฐมฌานสามารถบรรลุในระดับของพระโสดาบัน หรือ สกิทาคามีได้ แต่ถ้าหากต้องการสูงกว่านั้นต้องเข้าถึงจตุตถฌาน ส่วนเรื่องของอรูปฌานนั้น (เจโตวิมุตติ) เป็นการใช้กำลังของจตุตถฌานเป็นพื้นฐาน แล้วไปจับภคินทรวงใดกองหนึ่งที่ไม่ใช่ อากาศสถินขึ้นมา เมื่อถึงเวลาทำจนระดับปฏิภาณนิมิตอธิษฐานใช้ผลได้แล้ว ก็ตั้งภาพสถินขึ้นมาแล้วพิจารณาเป็นอรูป สำหรับพระสุกขวิปัสสโกจะมาเล่นเรื่องสถินยอมไม่ใช้วิสัย ท่านจะอยู่กับลมหายใจเข้าออกพิจารณาในส่วนของวิปัสสนาญาณเท่านั้น

ข้อแตกต่างที่เห็นชัด เช่น วิธีการแยกกายแยกจิตนั้น พระอาจารย์ต้น ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) สรุปว่า วิธีการแยกกายแยกจิตระหว่างฝ่ายเจโตวิมุตติ (สมาธินำ) กับฝ่ายปัญญาวิมุตติ (ปัญญานำ) ว่ามีวิธีปฏิบัติต่างกัน ดังนี้ โดยฝ่ายสมาธิ ทำจิตให้สงบ เมื่อจิตสงบ

ก็วางกาย ส่วนฝ่ายปัญญาแยกด้วยปัญญา เมื่อจิตสงบแล้วพิจารณาร่างกาย จะพิจารณาอาการ 32 ก็ได้ อสุภกรรมฐานให้เห็นความเสื่อม ชาติกรรมฐาน โดยแยกธาตุดิน ธาตุอะไรก็แล้วแต่ เป็นต้น ให้เห็นว่าร่างกายไม่เที่ยง ไม่ใช่ตัวตน เมื่อจิตสงบเป็นสมาธิต่อแยกกายมาพิจารณา โดยให้เห็นเป็นปฏิถลุงความไม่เที่ยง จะปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่น เมื่อพิจารณาภายในกายเห็นชัดจะปล่อยวางไปเรื่อย

อย่างไรก็ตาม พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า “ที่สุดของพรหมจรรย์เราตถาคตกล่าวไว้ คือ เจโตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ...เมื่อ ไม่มีสมมุติแล้วถึงเป็นวิมุตติ”

กล่าวโดยสรุป ที่สุดแห่งพรหมจรรย์ ย่อมต้องบริบูรณ์ด้วย สมาธิและปัญญา จึงเป็นวิมุตติพระอรหันต์ย่อมบริบูรณ์ทั้งสมาธิ (ตามความมุ่งหมาย หมายถึง อปปนาสมาธิ) และปัญญา โดยเฉพาะในส่วนของปฏิสัมภิทาญาณนั้นมีในทุกระดับ ดังจะเห็นได้จาก “อันธรรมชาติว่า การเรียนพระพุทธรูปแม้มากมาย แล้วบรรลุปฏิสัมภิทาย่อมไม่มีแก่ ปุถุชน แต่พระอรหันต์จะได้ชื่อว่าไม่บรรลุปฏิสัมภิทานั้นย่อมไม่มีเลย” (พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค, 2527, หน้า 20)

การสมาทานชุกฉวัตถ

จากการศึกษา พบว่า การสมาทานชุกฉวัตถมีส่วนช่วยในการเจริญกรรมฐาน ดังนี้ พระอาจารย์บุญส่ง ฐิตสาโร (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การสมาทานชุกฉวัตถช่วยสกัดความมักมาก เป็นผู้มักน้อยสันโดษ โดย ง่ายต่อการอยู่และง่ายต่อการกิน ง่ายต่อการพักอาศัย หมายถึงเราไม่เลือกจู้จี้ เช่น ต้องอยู่กุฏิอยู่อะไร โคนไม้ก็สามารถอยู่ได้ การสมาทานชุกฉวัตถต้องมีสัจจะที่ไฉ่่งาย อาทิ ฉันทครั้งเดียวเป็นวัตร (สมัยก่อนพระอาจารย์บุญส่ง ฐิตสาโรสมาทานเกือบทุกข้อ)

พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร) (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า การสมาทานชุกฉวัตถมีส่วนช่วยในการเจริญกรรมฐาน ทำให้มักน้อยสันโดษ

พระอาจารย์มนัส มนต์ชาโต (สัมภาษณ์, 20 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า การสมาทานชุกฉวัตถส่งผลให้จิตตัดนิเวรณได้ง่ายขึ้น

พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต (สัมภาษณ์, 22 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า การสมาทานชุกฉวัตถมีส่วนช่วยในการเจริญกรรมฐานทั้งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน เพราะชุกฉวัตถเป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจ พระภิกษุโดยมากบรรลุธรรมจากการปฏิบัติชุกฉวัตถ เช่น ตั้งแต่สมัยพระพุทธเจ้า พระมหากัสสปะเป็นผู้เลิศทางชุกฉวัตถ ส่วนองค์อื่นไม่ใช่ไม่ถือ อาทิ อยู่ป่าเป็นวัตร อยู่โคนไม้เป็นวัตร ป่าช้าเป็นวัตร ที่โล่งแจ้งเป็นวัตร ชุกฉวัตถมี 13 ข้อเป็นเครื่องขัดเกลา พระปฏิบัติกรรมฐานจะอยู่ป่าอยู่เขา อยู่ถ้ำ ถ้าพระรูปใดปฏิบัติชุกฉวัตถเป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจจะทำให้จิตสงบเป็นสมาธิ ทำให้มีปัญญาที่จะพิจารณาปล่อยวางความยึดมั่นถือมั่นในสิ่งทั้งหลายทั้งปวง

พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) อธิบายว่า การสมาทานชุกฉัตร์เพื่อชำระ ราคะ โทสะ โมหะ ให้เบาบางให้ทำเรื่อย ๆ อย่าถอย โดยชุกฉัตร์ข้างนอกคือสะพานขาดสะพานกลด จะถืออย่างใดขึ้นอยู่กับจริตของเรา ส่วนชุกฉัตร์ข้างใน คือ เดินข้างใน ตั้งแต่เกศาจนถึงฝ่าเท้า ชุกฉัตร์ข้างในดีกว่าจะเห็นหมด

พระวิมลศีลาจารย์ (อำนวยการ ฐิริสุนทรโร) (สัมภาษณ์, 23 กรกฎาคม 2560) ให้ทัศนะว่า ชุกฉัตร์มีส่วนในการเจริญกรรมฐาน อาทิ แสวงหาที่อันสงบ ปลีกวิเวกออกไปปฏิบัติผู้เดียว เพราะถ้าอยู่กับคณะก็ต้องพูดคุยกัน

พระมหาสามเรือน ปุญญเสโก (สัมภาษณ์, 27 กันยายน 2560) ให้ทัศนะว่า การสมาทานชุกฉัตร์มีส่วนช่วยในการภาวนา เช่น การจับมือเดียว การอยู่ในป่าช้า (ครูบาอาจารย์บางท่านกลัวผี เมื่อภาวนาปรากฏจิตสงบ)

พระครูโสภิตธรรมานุศาสตร์ (มหาอำนาจ อินทสาโร) (สัมภาษณ์, 30 กันยายน 2560) อธิบายว่า “ไปป่าไปดงถ้ากลัวผีกลัวสงที่ไหนเขาว่ามีคนตายท่าน (พระอาจารย์มั่น ฐิริทัตโต) บอกให้... จะกะกะสะแค่นั้น หัวใจกรณี”

พระภิกษุปัญญาวิสุทธิ์ (มหาเข้ม จิตตัมโม) (สัมภาษณ์, 21 ตุลาคม 2560) อธิบายว่า ในการภาวนาถ้าที่ไหนกลัวจิตจะรวมเร็วหมด เพราะว่าใจไม่ออกไปไหนอยู่กับตัวอย่างเดียว เช่น กลัวผี กลัวโน่น กลัวนี่ เพราะฉะนั้นป่าเป็นสิ่งสำคัญสำหรับนักภาวนา

ดังนั้น สรุปได้ว่า หากมีผู้ออกปฏิบัติเพื่อหลุดพ้นควรอาศัยชุกฉัตร์เป็นส่วนช่วยในการชำระกิเลสออกจากใจอย่างหายาบ โดยเฉพาะการภาวนาในป่าทำให้จิตมีนิสัยรักสันโดษไม่ข้องแวะด้วยหมู่คณะ บางท่านมีอาการกลัวผี เป็นต้น ปรากฏว่าภาวนาแล้วมีอาการจิตรวม อย่างไรก็ตาม ชุกฉัตร์นั้น มี 13 ข้อ แต่ไม่ต้องถือมากถือมายหมดทุกข้อก็ได้ สมควรถือข้อที่เป็นจริตของเรา

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จากวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา
กรณีศึกษา กรรมการสาขพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต และ 2) เพื่อศึกษาวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้
การภาวนา กรณีศึกษา กรรมการสาขพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ดังนี้

สรุปผล

ผลการวิจัยสรุปได้ ดังนี้

1. สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา ที่พบจากปรากฏการณ์ที่ศึกษา
ประกอบไปด้วย 3 ประการ มีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนแรก คือ การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องจากการปฏิบัติกรรมฐาน
ไม่เหมาะกับจริตของตนทำให้เกิดความล่าช้า หรือไม่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติกรรมฐาน
ซึ่งต้องพิจารณาจาก จริต 6 ด้วยการพิจารณาของตนเองจากการคาดเดากุศลที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว

ส่วนที่สอง คือ การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี ซึ่งพบสภาพปัญหาดังกล่าวจากการลงพื้นที่
ในการศึกษาปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในภาคสนาม พบว่า การปฏิบัติผิดวิธีนี้ พบในผู้ปฏิบัติกรรมฐาน
แบบวิปัสสนาญาณิก กล่าวคือ ปฏิบัติกรรมฐานด้วยวิธีวิปัสสนากรรมฐานเลย (ขาดการปฏิบัติสมาธิ)
ไม่ปฏิบัติสมถกรรมฐานให้จิตเกิดความสงบจากนิเวศก่อน

ส่วนที่สาม คือ หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน พบว่า สมาธิเสื่อม และ
วิปัสสนูปกิเลส ส่งผลให้การปฏิบัติกรรมฐานประสบกับสภาพปัญหา โดยสมาธิเสื่อม ส่งผลให้
ความรู้ที่เคยได้จากการปฏิบัติสูญหายไป ส่วนวิปัสสนูปกิเลส ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติติดนิมิตนั้น
โดยเฉพาะแสง สี ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติเมื่ออยู่ในระดับอุปจารสมาธิ และไม่ปล่อยวางจนอาจทำ
ให้เป็นบ้าได้

2. วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา ของกรรมการสาขพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
พบว่า มีวิธีการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ 8 เน้นการปฏิบัติแบบสมถญาณิก กล่าวคือ ใช้กรรมฐานที่
สำคัญ ได้แก่ อานาปานสติกรรมฐานเป็นกองหลัก ปฏิบัติจนถึงระดับฌาน จากนั้นจึงค่อยเจริญ
วิปัสสนากรรมฐาน โดยข้อค้นพบสำคัญ อาทิ วิธีเจริญกสิณในกาย ซึ่งผู้ฝึกต้องมีความชำนาญใน
อานาปานสติกรรมฐานมาก่อน วิธีการนี้ส่งผลให้สามารถตัดแปลง อานาปานสติกรรมฐาน
สู่กรรมฐานกองอื่น ๆ ได้รวดเร็ว

อภิปรายผล

จากการศึกษาสามารถอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัยได้ 2 ประเด็น ดังนี้

1. สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา

สภาพปัญหา ประกอบไปด้วย 3 ส่วน ได้แก่ 1) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต 2) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี 3) หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต เป็นผลสืบเนื่องมาจากผู้ปฏิบัติเจริญกรรมฐานที่ไม่เหมาะกับจริตของตน ทำให้ได้รับผลซ้ำในการปฏิบัติหรือไม่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติ ซึ่งจากการศึกษา พบว่า ในอภิสถมมูล 3 ซึ่งเป็นรากเหง้าของอภิสถมมูลทั้งปวง จะมีอยู่ 3 ประการ ได้แก่ โลกะ โทสะ โมหะ ในส่วนของราคะนั้นจัดอยู่ในส่วนหนึ่งของโลกะ เพราะมีลักษณะอาการเอาของภายนอกไปสู่ตน

สำหรับวิธีการขจัดกิเลสใหญ่ ๆ 3 ตัวนี้ คือ โลก ให้ใช้วิธีเจริญภาวนานุสติกรรมฐาน หรือ การให้ทาน ส่วนราคะให้ใช้วิธีการพิจารณาภายใน โดยเฉพาะอย่างยิ่งอสุภกรรมฐาน ส่วนกายคตานุสติกรรมฐานก็นับเนื่องในกรรมฐานที่ปราบราคะโดยตรง เพราะเป็นกรรมฐานที่พิจารณาความไม่สวยงามของร่างกายเพื่อให้เกิดความเบื่อหน่าย ส่วน โทสะให้ใช้วิธีการเจริญพรหมวิหาร 4 มีเมตตา เป็นต้น จะทำให้ความโกรธระงับไปได้ และจากการศึกษากรณีของบุตรนายช่างทอง ทำให้ทราบว่า พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้บุตรนายช่างทอง เจริญกุศลสี่แดง ซึ่งเป็นบรรณกุศลด้วย การเจริญบรรณกุศลจึงอาจเหมาะแก่ผู้มีอารมณ์โทสจริตด้วยเช่นกัน

สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อรทัย ท้าวสัน (2531) ได้ทำการศึกษาวิธีปฏิบัติกรรมฐานของวัดอโศการาม พบว่า หากเจริญอานาปานสติแล้วเสื่อม เพราะโทสจริต ควรเจริญพรหมวิหาร 4 ให้มาก หรือการเจริญอสุภซึ่งกำจัดราคะโดยตรง

สำหรับ โมหะนั้น จากการศึกษาศาสนาพระไตรปิฎกทำให้ทราบว่า ทรงแนะนำให้เจริญโยนิโสมนสิการ หรือการพิจารณาอย่างแยกคาง โดยเฉพาะการเจริญมรรค ให้สัมมาทิฐิ และสัมมาสมาธิเกิดขึ้น ตัว โมหะนั้นถ้ามองให้ดีแล้วก็คือรากเหง้าของอวิชชาทั้งปวง เป็นความหลง โดยเฉพาะความหลงที่ไม่รู้จักอริยสัจ 4 ทำให้ไม่รู้จักทุกข์ และวิธีการดับทุกข์ ตัว โมหะนั้นคลายยากกว่ากิเลสตัวอื่นจึงต้องมีการพิจารณากรรมฐานที่เหมาะสมอย่างแยกคาง

วิธีการพิจารณากรรมฐานให้เหมาะกับแต่ละบุคคลนั้น อาจพิจารณาได้จากการคาดเดา อภิสถมที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว หรือเมื่อพระอาจารย์มอบกรรมฐานให้ปฏิบัติแล้วไม่เหมาะกับตน สังเกตได้ว่า ไม่สงบ ไม่เกิดผลในการปฏิบัติเลย ให้เปลี่ยนกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของตนไปเรื่อย ๆ แต่ไม่ทิ้งอานาปานสติกรรมฐาน เพราะกรรมฐานนี้เป็นกรรมฐานกองหลัก กรรมฐานต่าง ๆ มีความเกี่ยวเนื่องกับอานาปานสติกรรมฐานทั้งสิ้น

2) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี เป็นผลสืบเนื่องมาจากประเด็นที่ว่า พระสุกขวิปัสสโก สามารถเจริญวิปัสสนาล้วนโดยไม่มีสมาธิ ได้หรือไม่ ซึ่งจากการศึกษา พบว่า แม้จะเจริญกรรมฐานแบบพระสุกขวิปัสสโกแต่ก็สามารถเจริญปัญญาล้วนได้ เพราะจะปรากฏแต่ความฟุ้งซ่าน จิตไม่มีกำลังในการตัดกิเลส

โดยเมื่อพิจารณาตามข้อสังเกตของ เสฐียรพงษ์ วรรณปก (2547, หน้า 23) อธิบายว่า ไม่มีการตรัสรู้ใด หรือการบรรลุใดที่ไม่ได้ผ่านสมถ ต้องมีสมาธิอย่างน้อย “ขณิกสมาธิ” จึงเข้าสู่วิปัสสนาได้ วิปัสสนาล้วนไม่มี โดยในทางหลักวิชานั้นพระอรหันต์ประเภทสุกขวิปัสสก หรือพระอรหันต์ผู้บรรลุธรรมโดยผ่านวิปัสสนา เท่านั้น ความจริงไม่เท่านั้น เพราะว่าก่อนจะถึงวิปัสสนาต้องผ่านสมถก่อนอยู่แล้ว จะเห็นได้ว่า เสฐียรพงษ์ วรรณปก เห็นว่าสมถที่จะเป็นบาทของวิปัสสนานั้นใช้เพียงขณิกสมาธิ เท่านั้น ซึ่งขัดแย้งกับพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 333) ให้ทัศนะว่า ได้สมาธิระดับฌานต่อเมื่อขณะแห่งมรรค

จะเห็นได้ว่า สมาธิตามความมุ่งหมายในการปฏิบัติหาหมายเอาขณิกสมาธิไม่ แต่หมายถึงอุปจารสมาธิ(อุปจารสมาธิแม้ยังไม่ใช้สัมมาสมาธิ แต่ถือเป็นบาทของอัปนาสมาธิ) กับอัปนาสมาธิต่างหาก โดยเฉพาะอัปนาสมาธิซึ่งเป็นสมาธิระดับฌาน มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเป็นอันมาก เพราะหากเจริญวิปัสสนาล้วน โดยไม่ทำสมาธิให้มีการพัฒนาขึ้นระดับอัปนาสมาธิสิ่งที่เจริญวิปัสสนามีแต่ความฟุ้งซ่าน และเป็นปัจจัยไม่ให้ได้มรรคผลอีกด้วย ผู้ปฏิบัติใหม่จึงควรเจริญสมาธิในเบื้องต้นก่อนค่อยเจริญวิปัสสนาในภายหลัง

พิจารณาได้จากข้อสังเกตในพระอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์ (อภิธรรมภาชนีย์) (2539, หน้า 373-374) ที่อธิบายว่า “สัมมาทิวฺหิ หมายถึง เจริญฌานที่เป็นโลกุตระเป็นเหตุให้ออกจากวิภูฏทุกขํ ละทิวฺหิ สัจจจากกาม บรรลุปฐมฌาน ที่เป็นทุกขาปฏิบัติพาพันทาภิญญา ชื่อว่า สัมมาทิวฺหิ ฯลฯ สัมมาสมาธิก็เกิดขึ้น สัมมาทิวฺหิเป็นปัญญารู้ชัด ความไม่หลงงมงาย เลือกเฟิ่นธรรมอันเป็นองค์มรรค”

สอดคล้องกับผลการศึกษาของ พระวงศ์แก้ว วราโภ (เกษร) (2556) ศึกษา เรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานของพระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท) กับ พระธรรมวิสุทธิมงคล (บัว ญาณสัมปันโน) ผลการศึกษาพบว่า กรรมฐานของทั้ง 2 ท่านล้วนปฏิบัติตามแบบกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต โดย เน้นการเจริญอาปานสติกรรมฐานเป็นหลัก สำหรับวิธีปฏิบัติกรรมฐานมีความคล้ายคลึงกัน นอกจากนี้ผลการศึกษาบ่งชี้ว่า กรรมฐานทั้ง 2 ฝ่ายนี้มักปฏิบัติในอิริยาบถ 3 คือ ยืน เดิน นั่ง เว้นนอน และส่วนใหญ่นิยมปฏิบัติแบบสมถยานิก (เจริญสมาธิก่อนค่อยเจริญวิปัสสนากรรมฐานในภายหลัง)

วิธีการปฏิบัติโดยยึดสมาธิเป็นฐานของการภาวนานี้ ยังสอดคล้องกับผลของการศึกษาของ พระพรศักดิ์ ฐิตนโร (วิจิตรธรรมรส) (2558) ศึกษาเรื่อง ศึกษาวิเคราะห์ปฏิบัติกรรมฐานของ

สมเด็จพระอริยวงษญาณ สมเด็จพระสังฆราช (สุก ญาณสังวร) ตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องจากการปฏิรูปกรรมฐานในสมัยรัชกาลที่ 2 พบว่า วิธีปฏิบัติกรรมฐานตามคัมภีร์ของพระพุทธศาสนาเถรวาทนั้น มีวิธีการปฏิบัติแบบลำดับ คือ สีล สมาธิและปัญญา เน้นการสำรวมในศีลและอินทรีย์ รู้จักประมาณ ในการบริโภคอาหาร เป็นต้น จากนั้นจึงเพียรฝึกจิต ด้วยการเดินจงกรมและการทำสมาธิ โดยวิธีการปฏิบัติ คือ หลังจากขึ้นพระกรรมฐาน และขอมาพระรัตนตรัยแล้วจึงนั่งกรรมฐาน กำหนดจิตไว้ที่ได้สะคือประมาณ 2 นิ้ว ภาวนา “พุทโธ” ประมาณ 15-20 นาที โดยนั่งจนปิติทั้ง 5 เกิดขึ้นแล้วจึงเจริญอานาปานสติ กำหนดลมหายใจ 9 จุด จากนั้นเจริญสมถกรรมฐานกองอื่น ๆ คือ กายคตาสติ กสิณ 10 อสุภ 10 เป็นต้น จนครบ 40 กอง จึงเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อบรรลุเป็นพระเจโตวิมุตติ โดยจะมีอาจารย์คอยสอบอารมณ์เสมอ

สรุปได้ว่า การเจริญกรรมฐานที่ดีสำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ต้องเริ่มจากสมถกรรมฐานก่อนเสมอ จึงค่อยเจริญวิปัสสนาในภายหลัง สำหรับความแตกต่างระหว่าง กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต กับกรรมฐานมัชฌิมาแบบลำดับตามแบบอย่างของสมเด็จพระอริยวงษญาณ สมเด็จพระสังฆราช (สุก ญาณสังวร) นั้นจุดที่แตกต่างกัน คือ กรรมฐานมัชฌิมาแบบลำดับมีการฝึกอย่างเป็นขั้นตอน และต้องฝึกสมถกรรมฐานครบถ้วน 40 ประเภทแล้วจึงเจริญวิปัสสนากรรมฐานในภายหลังเป็นพระอรหันต์ประเภทจฬภิกขุโณ และปฏิสัมภิทาญาณอันเป็นพระอรหันต์ผู้ทรงคุณวิเศษขั้นสูงสุด ส่วนกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ยึดอานาปานสติกรรมฐานเป็นกองหลัก หากไม่ปฏิบัติสมถกรรมฐานกองอื่น ๆ ร่วมด้วย เคนวิปัสสนากรรมฐานโดยตรงจะสำเร็จเป็นพระสุกขวิปัสสโกเป็นส่วนใหญ่ คือ เป็นพระอรหันต์เหมือนกันแต่ไม่สามารถแสดงคุณวิเศษเหมือนอย่างพระอรหันต์ที่เป็นพระจฬภิกขุโณ และปฏิสัมภิทาญาณได้ อาทิ ไม่มีจุฬปาตญาณ ทำให้ไม่สามารถทราบถึงที่เกิดของสัตว์ต่าง ๆ ได้ เป็นต้น ดังนั้นความแตกต่างในด้าน โลกียอภิญาอาจมีบ้าง แต่ด้านวิมุตติไม่ต่างกัน

การเจริญกรรมฐานต้องทำให้ครบทั้ง 3 ประการ คือ สีล สมาธิ และปัญญา สอดคล้องกับทัศนะของ ประภาสรี สีหอำไพ (2526) ศึกษา เรื่อง การใช้ภาษาในธรรมกถาของพระกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต พบว่า ประเด็นสำคัญของ ธรรมกถา คือ การหมั่นพิจารณาธรรม เพื่อให้จิตรวมลงในแห่งเดียวกัน ซึ่งอาจเรียกว่า สติภูตังก็ได้ เป็นลักษณะจิตตั้งเดิมของสังสารวัฏอบรมให้รู้เท่าทันความเป็นจริง โดยเฉพาะการอบรมใน ไตรสิกขา คือ สีล สมาธิและปัญญา โดยใช้คำบริกรรม “พุทโธ” ในการเจริญอานาปานสติเพื่อนำไปสู่การหลุดพ้นด้วยวิปัสสนาภาวนา

ศีล สมาธิ และปัญญาจึงควรปฏิบัติให้ครบทั้ง 3 ประการ โดยเฉพาะฉานซึ่งเป็นเป้าหมายของสมาธินั้น เป็นบาทสำหรับการเจริญปัญญา ไม่ว่าจะได้ฉานมาก่อนแล้วค่อยเจริญปัญญา หรือการเจริญปัญญาล้วนแล้วฉานเกิดขึ้นร่วมด้วยต่อเมื่อขณะแห่งมรรคก็ตาม เป็นการยืนยันว่าก่อนจะได้

ญาณต้องได้มานานมาก่อน ดังนั้น การเจริญปัญญาล้วนโดยไม่มีสมาธิ ปรากฏแต่ความฟุ้งซ่าน โดยสมาธิที่เป็นสมาธิจริง ๆ นั้น คือ ฌาน หรืออัปปนาสมาธิ สำหรับผู้ปฏิบัติตามแนวทางของ พระสุกขวิปัสสโก หากเริ่มพิจารณาโดยใช้ปัญญาแล้วจิตสงบก็ควรอยู่ แต่ต้องพัฒนาระดับสมาธิ ของตนเองขึ้นยิ่ง ๆ ไปด้วย จนเมื่อเป็นอัปปนาสมาธิแล้ว จึงมีกำลังในการตัดกิเลสได้ ซึ่งมีข้อสังเกตสำหรับพระวิปัสสนาญาณิกว่า วิปัสสนากำกับสมถคู่กันไปตลอด

กล่าวโดยสรุป พระสุกขวิปัสสโก ก็เหมือนกับพระเจโตวิมุตติ ซึ่งต้องปฏิบัติศีล สมาธิ และปัญญาให้ครบ 3 อย่าง โดยเฉพาะในส่วนของสมาธิต้องได้ระดับอัปปนาสมาธิ จึงเป็นปัจจัยที่ทำให้ได้มรรคผลและมีกำลังในการตัดกิเลส ต่างกันแต่เพียงว่าพระสุกขวิปัสสโกท่านพิจารณาด้วย ปัญญาแล้วจิตสงบ จากนั้นปัญญาก็เริ่มเข้าหาความสงบเช่นกัน ส่วนพระเจโตวิมุตตินั้นทำสมาธิ ถึงระดับฌานก่อนค่อยเจริญปัญญา แต่ผลลัพธ์ของทั้ง 2 ประเภท คือ วิมุตติไม่ต่างกัน

3) หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน พบว่า ประกอบไปด้วย 2 ส่วน ส่วนแรก คือ อาการสมาธิเสื่อม ส่วนที่สองได้แก่ วิปัสสนูปกิเลส เน้นอาการติดนิมิต ซึ่งจากการศึกษาพบว่า อาการสมาธิเสื่อมเป็นผลจากการปฏิบัติไม่ต่อเนื่องมีความย่อหย่อนในการปฏิบัติ ทำให้สิ่งที่มีอยู่ เช่น ฌาน หรือฌานเสื่อมไปชั่วขณะหนึ่ง ซึ่งมีวิธีแก้คือ ให้ปฏิบัติโดยเร่งความเพียรบ่อย ๆ สิ่งที่เคย ปฏิบัติมาจะกลับมาได้ หรืออาจได้รับผลลัพธ์ที่ดีขึ้นกว่าเดิมก็ได้

ส่วนวิปัสสนูปกิเลสนั้น ต่างจากสมาธิเสื่อมตรงที่ สมาธิเสื่อมนั้นจิตไม่เป็นสมาธิ องค์ความรู้ที่เคยมีหายไป แต่วิปัสสนูปกิเลสเกิดจากการเข้าสมาธิ และไปหลงในองค์ความรู้ ที่เกิดขึ้น เช่น โอภาส (แสงสว่าง) หรือนิมิตต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น และมีความปักใจเชื่ออย่างรุนแรง สิ่งเหล่านี้ทำให้ในบางรายผู้ปฏิบัติมีอาการคล้ายเป็นคนบ้า เพราะหลงในนิมิตนั้น มีวิธีแก้ คือ อย่าไปสนใจนิมิตนั้นเป็นวิธีการอย่างง่าย ส่วนการปฏิบัติระยะยาว ได้แก่ อย่าส่งจิตออกนอก คือ อย่าส่งจิตไปดูไปรู้เรื่องราวข้างนอก เช่น ตามแสงสว่างที่เกิดขึ้นแล้วไปยังข้างนอกทำให้เกิด ความรู้ต่าง ๆ ขึ้นมาซึ่งไม่เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติ บางรายก็เป็นทุกข์ เพราะอยากเห็นอีก สำหรับความหมายที่แท้จริงของการอย่าส่งจิตออกนอกนั้น ถ้าจะส่งจิตออกนอกก็ส่งได้ แต่เมื่อรู้แล้ว จิตไม่กระเพื่อมไปตามนั้น กล่าวโดยย่อ คือ วางอุเบกขา ไม่เอาไปปรุงแต่งอีกเพราะจะทำให้เกิด สภาพปัญหาต่าง ๆ ได้ อาทิ ความเครียด

สอดคล้องกับผลการศึกษาของ Denninger et al. (2016, pp. 6-8) ศึกษาเรื่อง Now and Zen: How mindfulness can change your brain and improve your health อธิบายว่า ในการภาวนา ควรใช้วิธีการเจริญสติอย่างน้อยวันละ 10-15 นาที ต่อวัน โดยอาจมีวิธีปฏิบัติ เช่น เมื่อเริ่มวันใหม่ ให้ทำโยคะแบบง่าย ๆ จากนั้นช่วงเวลาต่อไป คือ ในช่วงกลางวันพักทานอาหารว่างพร้อมกับสำรวจ ลมหายใจ เมื่อถึงช่วงเย็นให้ทำการพักผ่อนและทำสมาธิ จากนั้นจึงเริ่มทำการสำรวจความตึงเครียด

ของตนเอง โดยความเครียดส่งผลต่อการปฏิบัติกรรมฐานเป็นอย่างมาก การหาวิธีการต่าง ๆ ด้วยการผ่อนคลายความเครียด และความฟุ้งซ่านต่าง ๆ เช่น การสังเกตลมหายใจตนเอง (ให้กลับมากอยู่กับ พุทโธ ไม่ฟุ้งซ่าน) อันเป็นการปฏิบัติอานาปานสติกรรมฐานย่อมมีส่วนช่วยให้แก้ไขสภาพปัญหาบางส่วนที่มาจากสมาธิเสื่อม และวิปัสสนูปกิเลสได้

2. วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา

จากการศึกษาพบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา สามารถจำแนก ได้ 3 ส่วน ได้แก่ 1) สมถกรรมฐาน 2) วิปัสสนากรรมฐาน และ 3) ปกิณกธรรม มีรายละเอียด ดังนี้

1) สมถกรรมฐาน จากการศึกษพบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการเจริญกรรมฐาน คือ อานาปานสติกรรมฐานเป็นกรรมฐานกองหลัก โดยนิยามกำหนดฐานของลมไว้ที่ปลายจมูก และบริเวณหน้าอก อย่างไรก็ตามขึ้นอยู่กับจริตของผู้ปฏิบัติต้องปฏิบัติเองจึงทราบได้ว่า คนเหมาะที่จะกำหนดฐานของลมไว้ส่วนใด เพราะอาการหายใจของแต่ละคนไม่เหมือนกัน อาทิ บางคนหายใจเข้าสั้นออกยาว บางคนหายใจยาวออกสั้น เป็นต้น โดยใช้คาบิกรรม คือ พุทโธ ซึ่งเป็นการเจริญพุทธานุสติกรรมฐาน คือ ระลึกรถึงคุณของพระพุทธเจ้าด้วย ยิ่งไปกว่านั้นในบางท่านที่ชำนาญแล้ว ก็จะกำหนดมรณานุสติกรรมฐานร่วมด้วย เพราะความตายอยู่ปลายจมูก เมื่อหมดลมก็ตายเมื่อนั้น กลายเป็นว่า สามารถเจริญกรรมฐานที่เดียว 3 กองพร้อมกันได้

นอกจากนี้พบว่า กรรมฐานกองอื่น ๆ ที่กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตนิยมนำมาปฏิบัติด้วย คือ อสุภกรรมฐานกับกายคตานุสติกรรมฐาน โดยในส่วนของกรรมฐาน 2 กองนี้มีความเกี่ยวเนื่องกันอยู่ บางท่านอาจพิจารณาอสุภกรรมฐานจากซากศพก่อน เมื่อพิจารณาชัดแล้ว จึงน้อมเข้ามาพิจารณาในกายตนว่าเป็นซากศพเช่นกัน โดยใช้การเทียบเคียง สำหรับผู้ที่มีสมาธิก็จะเป็นการเจริญกายคตานุสติกรรมฐาน คือ เกศา โลมา นขา ทัน ตโจ เจริญไปเรื่อย ๆ จนร่างกายเห็นเข้าไป คือเห็นร่างกายภายในของตนเองชัดเจน อาทิ กระดูก เป็นต้น ในบางท่านที่สามารถเจริญสมาธิถึงระดับปฏิบัติภาวนิมิตได้ สามารถย่อขยายได้ทำให้ละเอียดมากยิ่งขึ้น จะเห็นได้ว่า แท้จริงแล้วอสุภกรรมฐานกับกายคตานุสติกรรมฐานมีความเกี่ยวพันกันมาก เพราะแม้จะพิจารณากายตนด้วยกายคตานุสติกรรมฐานท้ายที่สุดแล้วก็เป็นพิจารณาอสุภกรรมฐานด้วยนั่นเอง ส่วนที่เหมือนกัน คือ กรรมฐานสองกองนี้ล้วนมีกำลังถึงระดับอัปนาสมาธิทั้งคู่ ส่วนต่างก็ต่างแต่เพียงว่า กายนอกกับกายภายใน กล่าวคือ อสุภกรรมฐาน เริ่มพิจารณาจากซากศพภายนอก ท้ายที่สุดก็น้อมเข้ามาเทียบกับตนเอง ส่วนกายคตานุสติกรรมฐาน เป็นการพิจารณาร่างกายของตน อาทิ ออการ 32 ปัญตจกรรมฐาน เป็นต้น แต่ท้ายที่สุด 2 อย่างนี้ก็เป็นการพิจารณากายทั้งสิ้น ให้เป็นปฏิภูม ผลลัพธ์จึงไม่ต่างกัน

ขณะเดียวกันพบว่า มีการฝึกกสิณในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตด้วย ทำให้เห็นได้ว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ไม่ได้มีแค่พระสุกขวิปัสสโก เท่านั้น แต่ยังมีพระเจโตวิมุตติอื่นด้วย เช่น พระเทวโฆ เป็นต้น แต่จากการศึกษาพบว่า มีผู้ปฏิบัติน้อยมาก จะพบแต่ระดับพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต และเพียงในบางรูป เท่านั้น เนื่องจากการเจริญกสิณส่วนใหญ่ ต้องเคยมีของเก่าจากอดีตชาติ และหากฝึกไม่ถูกวิธีก็มีอันตรายต่อผู้ปฏิบัติ เช่น การมองไฟ ถ้ามองไม่ถูกต้องก็เสี่ยงกับการตาบอดได้ นอกจากนี้ ส่วนใหญ่ปฏิบัติอานาปานสติกรรมฐานเป็นหลักอยู่แล้ว เมื่อได้อัปนาสมาธิ ก็พิจารณาวิปัสสนาญาณทันที หลายท่านมุ่งปฏิบัติเพื่อดับกิเลสไปเลย จึงไม่ได้ทำสมาธิในส่วนกองกสิณเพิ่มเติม

สำหรับกสิณ เท่าที่ปรากฏจากการศึกษา พบว่า กสิณแสงสว่าง ผู้ที่ปฏิบัตินี้ได้แก่ พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปันขิโต ใช้วิธีการเพ่งพระจันทร์ในคืนวันเพ็ญ เป็นต้น การปฏิบัติแบบนี้เป็นการปฏิบัติโดยการมองกสิณจากภายนอก อาจเรียกว่ากสิณภายนอกก็ได้ ปฏิบัติกันแพร่หลายอยู่แล้ว แต่พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปันขิโต ดัดแปลงจากการที่จะต้องไปเพ่งแสงสว่าง ซึ่งต้องหาอุปกรณ์ทำไต้ยาก ในบางครั้งเพ่งไฟ หรือเตโชกสิณก็อาจทำให้ตาบอดได้ เป็นเพ่งพระจันทร์ดีกว่า เพราะทำให้แสงไม่เป็นอันตรายต่อนัยน์ตาดำ

ส่วนวิธีปฏิบัติกสิณในกายนั้น ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ อาทิ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต คือ แทนที่จะเพ่งวัตถุภายนอก ก็เพ่งมาในกายนี้แทน จากการศึกษ พบว่า มีวิธีการปฏิบัติ คือ ให้เจริญกรรมฐานในส่วนของกายคานาสติกรรมฐาน จนได้ระดับปฏิภาคนิมิต และอัปนาสมาธิอันสูงสุด คือ ปฐมฌาน และเมื่อจะทำเป็นกสิณก็ไม่ยากแล้วเพียงแต่ว่าเปลี่ยนอารมณ์มาเป็นกสิณแทน โดยเพ่งภายในร่างกาย อาทิ กระดูก เป็น โอทาทกสิณ อย่างนี้เป็นต้น

วิธีการเพ่งกสิณในกายประหัดเวลา คือ ไม่ต้องเสียเวลาไปค้นหาหรือเตรียมอุปกรณ์ในการปฏิบัติแต่อย่างใดอีก แต่ผู้ที่จะทำแบบนี้ได้ต้องมีความเชี่ยวชาญในอานาปานสติกรรมฐานแล้ว ข้อดีของการเพ่งกสิณแบบนี้ คือ สามารถทำให้เป็นพระเทวโฆได้ไม่ยาก เพราะกสิณ 3 กองที่ทำให้เกิดทิพยจักขุโดยตรง ได้แก่ กสิณไฟ กสิณแสงสว่าง และกสิณสีขาว กสิณเหล่านี้เป็นบาทแห่งอภิญาโดยตรง ทำให้ได้รับวิชา 3 สำหรับผู้ที่มีความเพียรมากกว่านี้ อาจฝึกกสิณจบครบ 10 ประเภทก็ได้ เพราะอารมณ์กสิณนั้น เป็นอารมณ์ระดับจตุตถฌาน คือสูงสุดของรูปฌานแล้ว หากจะพัฒนาไปสู่อรุปรมาณก็ไม่ยาก มีวิธีการคือ ตั้งภาพกสิณขึ้นมาของหนึ่งที่ไม่ใช่อากาศกสิณ จากนั้นจึงพิจารณาเป็นอรุปรมาณ ซึ่งต้องไม่ลืมว่า แท้จริงอรุปรมาณก็คือจตุตถฌานที่ประณีตยิ่งขึ้น เพราะมีเพียงอุเบกขาเหมือนจตุตถฌาน หากปฏิบัติจนได้สมาบัติ 8 แล้วก็จะกลายเป็นพระฉัพภิญโญ ที่มีความรู้ยิ่งขึ้นไปอีก คือ อภิญา 6 ทำให้ได้รับความรู้แม้แต่พระเทวโฆไม่มี เช่น แสงดฤทธิได้ เป็นต้น

นอกจากนี้การฝึกกสิณยังเหมาะแก่ผู้มีโทสะจริตโดยตรง โดยเฉพาะวรรณกสิณ คือ กสิณสีต่าง อาทิ สีขาว สีแดง สีเหลือง สีเขียว ใน 4 สี เฉพาะสีขาวถือเป็นบาทโดยตรงที่ทำให้เกิดทิพยจักขุ

กล่าวโดยสรุป ธรรมเนียมสาวยพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการปฏิบัติแบบสมถยานิก หรือที่เรียกว่า สมถปุพพังคมวิปัสสนานั่นเอง กล่าวคือ การทำสมาธิถึงระดับอัปปนาสมาธิก่อน ค่อยเจริญปัญญาในภายหลัง วิธีการนี้ข้อดีคือ เมื่อพิจารณาปัญญาแล้วไม่ยาก เพราะมีฐานคือสมาธิ ทำให้สามารถตัดกิเลสได้ ที่ยากคือการทำให้เป็นอัปปนาสมาธิ ผู้ที่ต้องการดับกิเลสจริง ๆ ต้องฝึกเพียรมาก โดยเฉพาะการทำสมาธิก่อน โดยกรรมฐานที่สนับสนุนให้ถึงระดับอัปปนาสมาธิ คือ อานาปานสติกรรมฐาน โดยมีพุทธานุสติกรรมฐาน และมรณานุสติกรรมฐานในฐานะบริวารแห่ง อานาปานสติกรรมฐานร่วมด้วย โดยจะเจริญกรรมฐานอื่น ๆ อีก ที่สำคัญ คือ อสุภกรรมฐานกับ กายคตานุสติกรรมฐาน และในบางท่านอาจมีกสิณร่วมด้วย

สอดคล้องกับผลศึกษาของ พระวงศ์แก้ว วราโก (เกษร) (2556) ได้ทำการศึกษา เรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) กับ พระธรรมวิสุทธิมงคล (บัว ญาณสัมปันโน) พบว่า ทั้ง 2 ท่านปฏิบัติตามแนวพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต สรุปได้ว่า ทั้งสองท่านใช้วิธีแบบสมถยานิก

อย่างไรก็ตามบรรดากรรมฐานทั้งหลาย นอกจากกสิณที่ต้องระวังแล้ว เช่น สายตาในการเพ่ง อสุภกรรมฐานจัดเป็นกรรมฐานที่ค่อนข้างอารมณ์รุนแรงกว่ากรรมฐานกองอื่น บางครั้งอาจมีเสียงกรีดร้อง เป็นต้น ผู้ปฏิบัติจึงต้องตั้งสติให้ดีไม่ออกแวก และถ้าเป็นไปได้ควรพิจารณาสิ่งที่กำลังเฝ้าหมั่น อาจคลายความกำหนดได้เร็วมาก เพราะเห็นสภาพเปลี่ยนแปลงชัดเจน ถ้าพิจารณาเป็นกระตุก อาจยังคลายได้ไม่เร็วนัก เพราะยังขาดกลิ่นของซากศพ และยังไม่สะอิดสะเอียนเท่ากำลังเฝ้าหรือหนอนกำลังขึ้น นอกจากนี้บางท่านปรุงแต่งกระตุก ทำให้เกิดระคะขึ้นก็มี จึงควรปรึกษากับพระอาจารย์ผู้สอนกรรมฐานอย่างใกล้ชิดหากเจริญกรรมฐานกองนี้

2) **วิปัสสนากรรมฐาน** ในส่วนของวิปัสสนากรรมฐานนั้นจะมีอารมณ์ในการพิจารณาต่างจากการทำสมถกรรมฐานที่เน้นเพ่งเป็นอารมณ์เดียว แต่วิปัสสนากรรมฐานเน้นการใคร่ครวญการไตร่ตรอง โดยเฉพาะในการพิจารณาขั้น 5 จากการศึกษาพบว่า กรรมฐานสาวยพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาญาณด้วยวิธีมังกาย

สำหรับวิธีมังกาย หรือการแยกกายออกเป็นส่วน ๆ นั้นแบ่งเป็น 2 ส่วนสำคัญได้แก่ ส่วนแรกสำหรับผู้ปฏิบัติแนวสุขขวิปัสสโก โดยเริ่มพิจารณาด้วยขณิกสมาธิใช้ปัญญาแล้วจิตสงบให้ใช้การเทียบเคียงโดยใช้สัญญา หรือความจำเป็นพื้นฐานก่อน (จิตเริ่มเชื่อมั่นว่าจริงจนเกิดความสงบ) จากนั้นเมื่อทำสมาธิก้าวหน้าไปเรื่อย ๆ คือ อุปจารสมาธิ และอัปปนาสมาธิ จิตจะเริ่มเห็นความจริงมากขึ้น (จิตสงบจากนิรณมเมื่อใดพิจารณาได้ตลอดเวลา) ส่วนที่สองสำหรับ

พระสุกขวิปัสสโก เช่นกัน และพระเจโตวิมุตติ คือ ให้ทำสมาธิถึงระดับอัปนาสมาธิ แล้วค่อยถอยกำลังลงมา ที่ระดับอุปจารสมาธิจึงพิจารณาภายใต้ไตรลักษณ์ สังเกตได้ว่าการเจริญวิปัสสนาญาณรายระเอียดไม่มากนัก เพราะตัวที่ทำให้การปฏิบัติยากจริง ๆ อยู่ที่ฐานของสมถกรรมฐาน หรือตัวสมาธิมากกว่า เพราะถ้ากำลังสมาธิไม่พอก็ไม่มีกำลังในการตัดกิเลสได้

จะเห็นได้ว่าพระสุกขวิปัสสโกสามารถปฏิบัติได้ทั้ง 2 แบบ ส่วนพระเจโตวิมุตติปฏิบัติแบบเฉพาะที่ 2 เท่านั้น คือต้องทำสมาธิให้จิตสงบก่อนค่อยเจริญวิปัสสนาญาณ ส่วนที่ต่างกัน คือพระสุกขวิปัสสโกได้บำเพ็ญวิปัสสนาโดยใช้กำลังสมถไม่เกินจุดตกฉาน สำหรับพระเจโตวิมุตติเป็นการเรียกโดยปริยายของพระอุทกภาควิมุตติ คือ เป็นผู้ได้อรูปฌานขั้นใดขั้นหนึ่ง (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 293-297)) ดังนั้น เมื่อพิจารณาดังนี้พระเจโตวิมุตติคือ ได้อรูปฌานอย่างน้อย 1 ขั้นแล้วเจริญวิปัสสนาญาณ ส่วนพระปัญญาวิมุตติได้เพียงรูปฌานแล้วเจริญวิปัสสนาญาณทันที ถึงต่างกันในการทำสมาธิ แต่ไม่ต่างกันในปฏิบัติวิปัสสนาญาณ

ส่วนในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานขั้นสูงแล้ว อาจใช้ปฏิจักษมุขุปบาทเป็นตัวปัญญา เพราะจะสามารถดับอวิชชาโดยการทวนกระแสกลับมาได้ โดยเฉพาะพระอรหันต์ใช้ปฏิจักษมุขุปบาทเป็นตัวกรรมฐานเป็นตัวยุทธ อวิชชาจึงขาด อวิชชาในที่นี้ก็คือ โมหะหรือตัวหลง ซึ่งไม่รู้จักอริยสัจ 4 นั้นเอง

จะเห็นได้ว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยวิธีแบบ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั่นเอง คือ การพิจารณากาย เพราะกายเป็นต้นเหตุของความทุกข์ ในการพิจารณาแยกธาตุแยกชิ้นก็ใช้กายเป็นตัวพิจารณามีความเชื่อมโยงอย่างมากกับสมถกรรมฐาน อาทิ กายคตานุสติกรรมฐาน เพราะกรรมฐานกองนี้เป็นสมถกรรมฐานที่เจือด้วยวิปัสสนา เพราะมีอารมณ์ใคร่ครวญเหมือนวิปัสสนาญาณนั่นเอง ดังนั้นเมื่อปฏิบัติในส่วนของกายคตานุสติกรรมฐานได้ เช่น อัปนาสมาธิแล้ว หากเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไปจึงทำได้ไม่ยาก ส่วนอานาปานสติกรรมฐานนั้น ลมก็ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของกาย การพิจารณาลมก็ถือว่าเป็นการพิจารณากาย เช่นกัน

สำหรับวิธีการเจริญมรรคมีองค์ 8 จากการศึกษาพระอภิธรรมปิฎก (พระอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์, อภิธรรมภาชนีย์, 2539, หน้า 373-374) สามารถจัด มรรคมีองค์ 8 เข้าเป็นหมวดของไตรสิกขาได้ 3 กลุ่มคือ สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปปो เป็นปัญญา สำหรับ สัมมาวาจา สัมมากรรมันโต สัมมาอาชีโว เป็น ศีล และสัมมาวาจาโม สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เป็นสมาธิ โดยพบว่า การจะทำให้สัมมาทิฐิเกิดขึ้นได้ ต้องเจริญฌาน เช่น บรรลุปฐมฌาน ทำให้สัมมาสมาธิเกิดขึ้น สัมมาทิฐิเป็นปัญญารู้ชัด สำหรับสมาธิ หมายถึง ฌาน

ส่วนวิธีการปฏิบัติเป็นผลจากการสัมผัสและการรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ มีพระอภิธรรมปิฎก เป็นต้น ทำให้ทราบว่า การเจริญมรรคมีองค์ 8 เริ่มจากสัมมาทิฐิในฐานะแกนนำของมรรคทั้งหมด เพราะต้องมีความเห็นถูกต้องก่อน นับว่าปัญญาเป็นแกนนำของมรรคตัวอื่น ๆ

ส่วนที่สองเป็นของศีล คือ การรักษาศีล เป็นต้นว่าศีล 5 โดยเว้นจาก กายทุจริต วจีทุจริต และเว้นขาดจากการเป็นมิชฉาชีพ ซึ่งเป็นการเจริญมรรค ได้แก่ สัมมาวาจา คือ ไม่พูดเท็จ คำหยาบ ส่อเสียด เพื่อเจ้า สัมมาคันถ์มนโต คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์และประพฤติดินกาม และสัมมาอาชีโว คือ เว้นจากการขายอาวุธ ขายมนุษย์ ขายสัตว์โดยเฉพาะเพื่อฆ่า ขายน้ำเมา และยาพิษ ในที่นี้ หมายความว่ารวมถึงสารเสพติดให้โทษต่าง ๆ ด้วย หากทำครบถ้วน 3 ประการถือว่าเจริญมรรคในส่วนศีลครบแล้ว

ส่วนที่สามเป็นของสมาธิ คือ สัมมาวาจาโม สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ในส่วนนี้ ตัวสำคัญ คือ สัมมาสติ เพราะเป็นการเจริญสติปัฏฐาน 4 ในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการปฏิบัติหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ พิจารณากายเป็นหลัก

สำหรับการปฏิบัติแบบสมถยานิกก่อนจะพิจารณากายนั้น ต้องทำสมาธิถึงระดับฌานก่อน ดังนั้นต้องเจริญสัมมาสมาธิก่อน คือ ฌาน โดยมีกองกรรมฐาน อาทิ อานาปานสติกรรมฐาน จากนั้นจึงพิจารณากายด้วยวิธีมังกาย คือ น้อมเพ่งแสงเข้ามาเพ่งที่กาย หลังจากการออกจากอัปนาสมาธิสู่ระดับอุปจารสมาธิ หรือที่เรียกว่า สมาธิขาออกนั่นเอง เพราะการออกจากฌานจิตมีกำลังดีในการพิจารณาด้วยปัญญา จากนั้นก็มีสัมมาวาโย คือ เพียรทำอยู่อย่างนั้น

มรรคตัวสุดท้าย คือ สัมมาสังกัปป เป็นตัวปัญญา ปกติจะใช้ร่วมกับการพิจารณา สติปัฏฐาน 4 คือ การใคร่ครวญอันเป็นแนวทางการพิจารณาของวิปัสสนาญาณนั่นเอง ไม่ใช่ วิปัสสนิก หรือนึกคิดเองจากสัญญา เพราะเป็นแนวทางของจิตตามขันธ์ปัญญา ไม่ใช่กาวนามขันธ์ปัญญา เมื่อทำได้ดังนี้แล้วก็จะรู้จักอริยสัจ 4 ในที่สุด

3) ปกิณกะธรรม อันหมายถึง เรื่องเล็ก ๆ น้อยระคนกันทำให้ทราบได้ว่า มีประเด็นที่เกี่ยวข้องกับวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาใน 4 ประเด็นได้แก่ 1) การเปลี่ยนอริยาบถ 2) ความแตกต่างระหว่างจิตตภาวกับจิตเป็นฌาน 3) ความแตกต่างระหว่างเจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติ และ 4) การสมาทานชุกตควัตร มีรายละเอียด ดังนี้

1. การเปลี่ยนอริยาบถมีความสำคัญในการปฏิบัติ เพราะเราไม่สามารถที่จะอยู่ในอริยาบถเดียวโดยตลอด จึงจำเป็นต้องเปลี่ยนอริยาบถ โดยเฉพาะ การ ยืน เดิน นั่ง สำหรับการนอน พึงละเว้น แต่ถ้าให้นอนก็นอนอย่างมีสติ อาทิ ให้หลับด้วยการนอนตะแคงขวา หรือสี่เหลี่ยมยัน สำหรับการนั่งถือเป็นอริยาบถใหญ่ในการปฏิบัติ ในผู้ที่เชี่ยวชาญแล้วหากมีเวทนาเกิดขึ้น ให้ใช้ปัญญาพิจารณาเวทนาจะเป็นเวทนานุสติปัฏฐาน ในผู้ปฏิบัติใหม่ให้เปลี่ยนอริยาบถเพราะจิตไม่รวม

เป็นสมาธิ เกิดแต่ผลเสียในการปฏิบัติ สำหรับผู้ที่ปฏิบัติดีแล้วและต้องการต่อสู้กับเวทนาที่เกิดขึ้น อาจใช้การตั้งสัจจะก็ได้ เช่น ถ้าหากทำสมาธิระยะเวลาเท่านี้ไม่ได้จะไม่รับประทานอาหาร เป็นต้น ถือเป็นการฝึกจิตรูปแบบหนึ่ง

2. ความแตกต่างระหว่างจิตตกวิงว่งกับจิตเป็นฌาน จิตตกวิงว่งจะมีอยู่ใน 2 ลักษณะ โดยลักษณะตามความหมายทั่วไปของแบบแรก คือ เป็นจิตที่ยังไม่ใช่สมาธิ เสมือนเป็นรอยต่อของจิต ถ้าจิตไม่เป็นสมาธิ หากตกวิงว่งก็คือดับไปเฉย ๆ ขาดสตินั่นเอง ส่วนวิงว่งในความหมายที่สอง คือ คล้ายกับแบบแรกเป็นรอยต่อที่จะเข้าสมาธิ คือ เมื่อมีสติในวิงว่งก็ก็จะเข้าสมาธิเป็นลำดับต่อไปนั่นเอง ที่ต้องแยกให้ออกเพราะในบางรายมีการปฏิบัติแล้วเหมือนตกจากที่สูง คือ ตกวิงว่งคุมสติไม่ได้ และเลิกการปฏิบัติไปเสียก็มาก จึงต้องวางอุเบกขาเสีย ตั้งสติมั่นเมื่อตั้งสติดีแล้วต่อไปก็จะ เป็นสมาธินั่นเอง

3. สำหรับความแตกต่างระหว่างเจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติ ในเบื้องต้นอาจเป็นผลมาจากแบบแผนในการปฏิบัติแต่โบราณที่เป็นนิยมสมัยก่อน จึงกลายเป็นแบบแผนการปฏิบัติ ระหว่างสมถยานิก กับวิปัสสนายานิก คือ สมถยานิกเน้นทำสมาธิระดับอัปนาสมาธิก่อน ในท่านที่ต้องการเป็นพระเจโตวิมุตติอาจทำถึงระดับอรุปรมาณขึ้นใดขั้นหนึ่ง เป็นต้น ส่วนวิปัสสนายานิก คือ พิจารณาโดยใช้ปัญญาแต่แรกใช้ขณิกสมาธิเป็นเบื้องต้น เพราะใช้ปัญญาพิจารณาแล้วปรากฏว่าจิตสงบรวมดี แต่ไม่ได้หมายความว่าท่านจะปฏิบัติวิปัสสนาล้วนอยู่อย่างนั้น โดยไม่ทำระดับสมาธิของท่านให้สูงขึ้นเป็น อุปจารสมาธิ จนถึงอัปนาสมาธิซึ่งเป็นสัมมาสมาธิด้วย

สำหรับความแตกต่างที่สำคัญ อาทิ พระเจโตวิมุตติใช้การพิจารณาปัญญาหลังจากอบรมสมาธิมาอย่างเต็มที่ทำให้เมื่อออกจากอัปนาสมาธิและเข้าอุปจารสมาธิแล้ว มีรูปซึ่งสามารถทำปฏิภาณนิมิตได้ ทำให้เกิดนิพพิทาญาณได้ง่าย เพราะเห็นของจริงก็ไม่ต่างจากของข้างนอก ส่วนพระสุกขวิปัสสโกจะใช้สัญญาเป็นเบื้องต้น และพิจารณาในการเทียบเคียงไปเรื่อย ๆ ใช้อาการไคร่ครวญในขั้นต้นจนจิตสงบ เป็นต้น ในบางครั้งอาจเป็นอัปนาสมาธิ และจะถอยสู่อุปจารสมาธิ ท่านก็สามารถม้างกายได้เห็นชัดเหมือนพระเจโตวิมุตติเหมือนกัน ในขั้นนี้หากท่านบ่มเพาะปัญญา มาดีแล้วก็มีกำลังในการตัดกิเลส เพราะได้สมาธิระดับอัปนาสมาธิมาแล้ว จะเห็นได้ว่ามีความแตกต่างกันบ้างอันเป็นจริตและวาสนาของแต่ละท่าน

อย่างไรก็ตามความแตกต่างของทั้ง 2 ฝ่ายคงต่างกันเฉพาะอภิปัญญา เท่านั้น ในส่วนที่เป็นวิมุตติ คือ อาสวักขยญาณย่อมได้เหมือนกันไม่มีความแตกต่างกันแต่อย่างใด ขึ้นอยู่กับจริตของผู้ปฏิบัติว่าปฏิบัติแบบใด แต่ทั้งนี้หลักสำคัญไม่ว่าจะเจโตวิมุตติหรือปัญญาวิมุตติต้องได้อัปนาสมาธิทั้งสิ้น มิฉะนั้นจะไม่สามารถบรรลุมรรคผลได้เลย

4. การสมาทานธุดงค์วัตร เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้พระป่าได้รับการขัดเกลาจากการเจริญกรรมฐานทำให้กรรมฐานก้าวหน้า เพราะเป็นตัวกำจัดนิเวศน์โดยตรง โดยธุดงค์วัตรมี 13 ข้อให้เลือกปฏิบัติเหมาะกับจริตของตน ไม่ต้องถือมากมายเสียทีเดียวก็ได้ อาทิ มีความอยากในการฉันมาก ก็ให้ใช้ธุดงค์วัตรที่อยู่ในหมวดการฉัน เช่น ฉันครั้งเดียว ฉันในบาตร ฉันแล้วไม่รับเพิ่ม เป็นต้น

สอดคล้องกับผลศึกษาของ ชกาจ วรณไพบุลย์ (2557) ได้ทำการศึกษา เรื่อง งานด้านวิปัสสนาธุระของพระสงฆ์สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต พบว่า พระสงฆ์สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ซึ่งเป็นพระสงฆ์ฝ่ายวิปัสสนาธุระ หรือ ที่นิยมเรียกว่าพระป่าจะมุ่งปลีกวิเวกหาความสงบ มุ่งการแก้กิเลสเพื่อความสำเร็จในมรรคและผล โดยปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานภายใต้หลักไตรสิกขาอย่างเคร่งครัด เคารพหลักอาวุโสกันเฒ่า สนใจในการทำวัตร อาจริยวัตร อุปัชฌายวัตร ถือส้น โดยและมักน้อย เป็นต้น พุทธศาสนิกชนทั่วไปจึงให้ความเคารพและศรัทธาในพระป่าเป็นอย่างมาก

กล่าวโดยสรุป วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา เป็นการศึกษาที่เน้นการประจักษ์ด้วยตนเอง เสมือนหิวอาหาร จะหิวหิวได้ต้องรับประทานด้วยตนเอง การภาวนาก็เช่นกันจะประสบกับผลสำเร็จได้ต้องปฏิบัติด้วยตนเอง การภาวนาตามความมุ่งหมายของพุทธศาสนานั้น เพื่อหยุดการเกิด เพราะเกิดคราใดเป็นทุกข์รำไป (มองว่า โลกนี้เป็นทุกข์ แม้กายนี้ก็เป็นที่ตั้งแห่งทุกข์ เช่น โรคภัยไข้เจ็บ ไม่สามารถบังคับให้ไม่เจ็บ ไม่ป่วยได้ตามประสงค์ของเรา จึงเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์อย่างแท้จริง) วิธีที่จะทำให้พ้นจากทุกข์นี้ได้มีแต่การภาวนา ซึ่งประกอบไปด้วย 2 ส่วนสำคัญเท่านั้น คือ การเจริญสมถกรรมฐาน (สมาธิ) และวิปัสสนากรรมฐาน (การไตร่ตรองในขั้น 5) มีปณิธานกรรมคอยขยายความให้มีความชัดเจน และทราบถึงแนวทางในการปฏิบัติให้ได้รับมรรคผลมากยิ่งขึ้น สังเกตได้ว่า ญาณวิทยาแนวพุทธ เน้นการประจักษ์ด้วยตนเอง ไม่สามารถทำแทนกันได้ ทั้งนี้ การศึกษาตามแนวทางของปริยัติธรรม อาจมีความแตกต่างกับการปฏิบัติอยู่บ้างจึงควรเลือกให้เหมาะสมกับตนเอง

การประจักษ์ด้วยตนเอง (Intuition) ของพุทธศาสนา มีความแตกต่างกับญาณวิทยาของ Bergson กล่าวคือ Bergson ยังมีข้อจำกัดในการให้เหตุผลเพียงการใช้เหตุผลทางตรรกะ ด้วยวิธีคิด ซึ่งเป็นข้อจำกัดในการที่จะแสวงหาคำตอบสิ่งที่อยู่เหนือกายภาพขึ้นไป ซึ่งพุทธศาสนามีวิธีการแบบเฉพาะอันเป็นเอกลักษณ์ของญาณวิทยาตะวันออกซึ่งให้ความสำคัญเกี่ยวกับเรื่องของจิตวิญญาณ และการหาความหมายของการมีชีวิต การรู้ว่าสิ่งใดเป็นทุกข์และวิธีการขจัดทุกข์นั้นออกไปเสีย ซึ่งญาณวิทยาตะวันตกส่วนใหญ่อยู่ภายใต้ปรัชญาแบบวัตถุนิยม จึงเน้นการตรวจสอบหรือเข้าใจความจริงเฉพาะหน้า เพียงสิ่งที่สัมผัสได้ทางกายภาพ เท่านั้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง เพราะยังมีสิ่งที่ไม่สามารถพิสูจน์ได้เชิงประจักษ์อีกมาก เช่น เรื่องของจิต การภาวนาจึงเป็นความรู้เฉพาะตนการจะเข้าใจสิ่งนั้นต้องปฏิบัติด้วยตนเอง ให้แก่กันไม่ได้ เปรียบดังความอึดแบ่งกันไม่ได้

ต้องรับประทานด้วยตนเอง พุทธศาสนาจึงไม่ใช่เรื่องของปรัชญาที่มุ่งตอบวิธีการแสวงหาชีวิตที่ดี แต่เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ คือปฏิบัติแล้วไม่มีข้อสงสัย

ญาณวิทยาแนวพุทธยังส่งเสริมให้เกิดสันติภาพและทำให้สังคมสงบสุขด้วย

โดยการศึกษาของ Rahi (2002); Hsieh (2010) อธิบายว่า การปฏิบัติสมาธิช่วยให้ชีวิตดีขึ้น อารมณ์สมาธิสั้นลดลง มีแนวโน้มไม่ใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหามากขึ้น และยังช่วยสร้างผลงานต่าง ๆ ให้มีความคิดสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้น เพราะมีส่วนในการช่วยขจัดความเครียดได้

สอดคล้องกับผลการศึกษาของ Charoensukmongkol (2013); Charoensukmongkol (2014) ที่อธิบายว่า การทำสมาธิทำให้เกิดความฉลาดทางอารมณ์ ทำให้เกิดความสงบ ปฏิบัติกรรมฐานสามารถจัดการกับสภาพปัญหาที่เข้ามาในชีวิตได้ ผิดกับกลุ่มที่ขาดประสบการณ์มักเลือกที่จะหนีปัญหามากกว่าเลย โดยการทำสมาธิจะส่งผลทางอ้อมต่อความฉลาดทางอารมณ์ โดยความฉลาดทางอารมณ์จะสะท้อนออกมาจากศักยภาพในการรับรู้ของตนเอง โดยการฝึกกรรมฐานช่วยพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ เช่น การที่จิตเรายึดกับความโกรธเมื่อเรากำแก้วน้ำที่ร้อนไว้ในมือ ในทางตรงกันข้ามการเจริญสติปัญญาฐาน คือ การเฝ้าดูไม่เอาจิตไปปรุงแต่ง ทำที่สุดอารมณ์นั้นก็จะดับไป

จึงสรุปได้ว่า ญาณวิทยาแนวพุทธมีหัวใจสำคัญอยู่ที่การปฏิบัติกรรมฐานนั่นเอง ซึ่งจะ เป็นทางออกของสันติภาพ และการสร้างความสงบสุขของสังคมให้เกิดขึ้นได้โดยตรง ซึ่งญาณวิทยารูปแบบอื่น ๆ ไม่มีเหมือนญาณวิทยาแนวพุทธ

ญาณวิทยารูปแบบอื่น ๆ คงมีแต่เพียงความสนใจทางโลกอยู่เท่านั้น แต่ไม่ได้ตอบสนองสภาพปัญหาวิธีการพันทุกข์อย่างยั่งยืนว่าควรทำอย่างไร การภาวนาเป็นการตอบ โจทย์ทำให้สังคมประสบกับความสุข เป็นการเข้าหาธรรมชาติ เพื่อการหลุดพ้นสังสารวัฏ (ภูมิต่าง ๆ ที่มีการหมุนเวียน เมื่อเกิดการตายเป็นสภาพอื่น ๆ ภพอื่น)

ญาณวิทยาแนวพุทธจึงไม่ใช่เรื่องการแสวงหาความรู้อะไรเลย นอกจากการแสวงหาวิธีการพ้นทุกข์ ให้พ้นจากสภาพที่เป็นอยู่โดยเฉพาะทุกข์ทางกาย เพราะร่างกายนี้เปรียบเสมือนเป็นที่ตั้งแห่งโรค รวมไปถึงทุกข์ทางใจต่าง ๆ อาทิ ความพลัดพรากในสิ่งที่รัก เป็นต้น ดังนั้น การแสวงหาความรู้ชั้นนี้ นับเป็นการพัฒนาสังคมขั้นสูงสุด เพราะแก้ที่ต้นเหตุ คือ ทุกข์ของมนุษย์ จึงเป็นทางออกของสังคมในการสร้างสันติภาพอย่างถาวร

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะต่อการนำไปปฏิบัติ

ในการปฏิบัติกรรมฐาน ควรเจริญสมถกรรมฐาน (สมาธิ) ให้จิตมีความสงบนิ่ง สงบจากนิวรณ์อันเป็นอกุศลธรรมทั้งหลายก่อน เมื่อจิตมีความสงบนิ่งดีแล้วจากการทำสมาธิ จนถึงระดับอัปนาสมาธิ (จิตมีความแน่วแน่มาก นิ่งมาก ไม่มีนิมิตปรากฏอีก) จึงเจริญวิปัสณากรรมฐานจะประสบกับผลสำเร็จในการปฏิบัติได้ไม่ยาก นอกจากนี้อาจทำการศึกษาเปรียบเทียบวิธีการปฏิบัติกรรมฐาน ระหว่างพระอาจารย์ผู้บอกรรมฐานด้วยจะทำให้ทราบว่า พระอาจารย์แต่ละรูปมีวิธีการปฏิบัติกรรมฐานต่างกันอย่างไร และการสอนกรรมฐานกองใดที่เหมาะสมกับจริตของผู้ปฏิบัติกรรมฐาน หากพบพระอาจารย์ที่บอกรรมฐานเหมาะสมกับจริตของตน และทำให้กรรมฐานของตนมีความก้าวหน้าแล้ว เช่น เกิดความสงบเป็นอุปจารสมาธิขึ้นมา ก็ให้ยึดแนวทางการปฏิบัติกรรมฐานของพระอาจารย์รูปนั้นเป็นแนวทางสำคัญในการปฏิบัติต่อไป

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนานั้น เน้นการศึกษาของสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตเป็นหลัก นิยมการปฏิบัติด้วยวิธีแบบสมถยานิก คือ เจริญสมาธิถึงระดับอัปนาสมาธิก่อนจึงเจริญวิปัสณาในภายหลัง โดยพบว่า ข้อมูลด้านสมถยานิกค่อนข้างมาก แต่มีบางส่วนในสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตที่เจริญแบบวิปัสสนายานิก ซึ่งยังพบว่ามีข้อมูลเป็นส่วนน้อยอยู่มาก หากผู้ที่ทำการศึกษาจากงานวิจัยนี้เพิ่มเติม ควรลงลึกในส่วนของวิปัสสนายานิกให้มากขึ้น อาทิ แบบแผนการปฏิบัติประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติ โดยอาจลงลึกแบบการวิจัยเชิงชีวประวัติเลยก็ได้ (Biography research) จะสามารถเห็นปรากฏการณ์รอบด้านของการปฏิบัติกรรมฐานด้วย

บรรณานุกรม

- กรมการศาสนา. (2514). *พระสุตตันตปิฎก ทีมนิกาย มหาวรรค*. พระไตรปิฎก เล่มที่ 10
พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ 2. กรุงเทพฯ: กรมการศาสนา.
- กระจำจ นันทโพธิ์. (2528). *มหานิกาย-ธรรมยุติ ความขัดแย้งภายในของคณะสงฆ์ไทย
กับการสื่อสารอำนาจปกครองระหว่างอาณาจักรและศาสนจักร*. กรุงเทพฯ: สันติธรรม.
- กฤษณ์มันต์ วัฒนาณรงค์. (2549). *เทคโนโลยีการศึกษาวิชาชีพ*. กรุงเทพฯ: สันติการพิมพ์.
- เขมรังสีภิกขุ. (2557). *ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ*. กรุงเทพฯ: บุญศิริการพิมพ์.
- เขมรังสีภิกขุ. (2559). *กรอบวิปัสสนา*. กรุงเทพฯ: บุญศิริการพิมพ์.
- คณะศึกษานิเทศย์. (2532). *ได้จิตสำนึก หลวงปู่ขาว อนาลโย*. ชมรมพุทธศาสน์การไฟฟ้าฝ่ายผลิต
แห่งประเทศไทย.
- คณะศึกษานิเทศย์. (2552). *เวลาโกผู้ให้ธรรมเป็นพรอันประเสริฐ*. ม.ป.ท.
- คุณ โทจันทร์. (2548). *การพัฒนาจิต*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- จารึกกัลยาณี. (2468). กรุงเทพฯ: หอพระสมุดวชิรญาณ.
- จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2560). เข้าถึงได้จาก <http://84000.org/tipitaka//attha/attha.php?b=12&i=433>
- ชกาจ วรรณไพบลย์. (2557). *งานด้านวิปัสสนาธุระของ พระสงฆ์สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต*.
ปริญญาานิพนธ์การศึกษาคณะศึกษาศาสตร์, สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์, คณะวัฒนธรรมศาสตร์,
มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ดั่งตฤณ (นามแฝง). (2555). *มหาสติปัฏฐานสูตร*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ฮาวฟาร์.
- เชียรนันท์. (2552). *วินาทีบรรลุมรรค พระอรหันต์มีจริง 3 (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์
กรีน-ปัญญาชน.
- บุญมาก พรหมพ่าย. (เรียบเรียง). (2534). *พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ มัชฌนา
สถาปัตย์.
- ปฐม นิคมานนท์ และภัทธา นิคมานนท์. (2552). *หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต ประวัติ ข้อวัตรและปฏิบัติ
โครงการหนังสือบูรพาจารย์เล่ม 1 (พิมพ์ครั้งที่ 8)*. กรุงเทพฯ: พี. เอ. ลีฟวิง จำกัด.
- ปฐม นิคมานนท์ และคณะ. (รวบรวมและเรียบเรียง). (2539). *อดุลโตไม่มีใครเทียม ประวัติ ปฏิบัติ
และคำสอน พระราชครูอาจารย์ (คุลย์ อดุลโต)*. อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- ประกาศรี สีอำไพ. (2526). *การใช้ภาษาในธรรมกถาของพระกรรมฐานสาย พระอาจารย์มั่น
ภูริทัตโต*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ประกาศรี สี่ห้าไฟ. (2535). *พื้นฐานการศึกษา ทางศาสนาและจริยธรรม*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์
แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ปวเรศวิยาตกรณ, สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยา. (2440). *เรื่องอภินิหารการประจักษ์*. ม.ป.ท.
ปิยะดี ประเสริฐสม, ยศชนัน วงศ์สวัสดิ์, พระราชสิทธิมนี (วิ), พงศักดิ์ หมั่นศักดิ์, จิตพร สิวันทา,
เบญจวรรณ นิลคง. (2559). *การประชุมเพื่อเสนอผลการวิจัย เรื่อง “วิเคราะห์ผล
การศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัญฐานด้วยสัญญาณคลั่นสมอง
ระบบวิทยาศาสตร์”*. ณ ห้องประชุมน้ำทอง วิทยาลัยศาสนศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล.
วันที่ 13 พฤษภาคม 2559.

พระเกรียงไกร สุทรมโน. (2553). *การศึกษาวิเคราะห์ปัญจอันตรธานในพระพุทธศาสนาเถรวาท*.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระครูกันตสีลสัมปัน (สมบูรณ์ กันตสีโล). (2560, 6 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดป่าสมบูรณธรรม.
สัมภาษณ์.

พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาโร). (2560, 23 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสวัดป่าโป่งจันทร์.
สัมภาษณ์.

พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย). (2560, 1 ตุลาคม). เจ้าอาวาสวัดถ้ำผาจอม. สัมภาษณ์.

พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตปาโล). (2560, 6 มิถุนายน). เจ้าอาวาสวัดป่าอนาลโย.
สัมภาษณ์.

พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร). (2560, 20 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสวัดอ่าวหมู. สัมภาษณ์.

พระครูธรรมชรรณจิต คุณวโร. (2556). *จิตภาวนากับการเปลี่ยนแปลงในพระพุทธศาสนา*.
วารสารศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, 15(2), 143-152.

พระครูพันธสมณวัฒน์ (ทองสุข ฐิตบุญโญ). (2560, 30 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดป่าภูผาราม.
สัมภาษณ์.

พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุขัมมปัญญาโญ). (2560, 5 ธันวาคม). เจ้าอาวาสวัดท่าขนุน.
สัมภาษณ์.

พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์). (2560, 29 มีนาคม, 17 ธันวาคม). เจ้าอาวาสวัดธรรมสถิตย์.
สัมภาษณ์.

พระครูสังฆรักษ์ (วีระ ฐานวีโร). (2550). *คู่มือ สมณะ-วิปัสสนากรรมฐาน มัชฌิมา แบบลำดับ
ของสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวรมหาเถรเจ้า (สุก ไร่เถื่อน)* (พิมพ์ครั้งที่ 3). ม.ป.พ.

พระครูสุนทรคุณ (ประสาร สุนโน). (2560, 1 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดป่าหนองไผ่. สัมภาษณ์.

พระครูสุวรรณโพธิเขต (คุณ อัครธัมโม). (2560, 1 ตุลาคม). เจ้าอาวาสวัดป่าโพธิ์สุวรรณ.
สัมภาษณ์.

พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ). (2560, 11 ตุลาคม). สัมภาษณ์.

พระครูโสภิตธรรมมานุศาสตร์ (มหาอำนาจ อินทสาโร). (2560, 30 กันยายน). ผู้ช่วยเจ้าอาวาส
วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์. สัมภาษณ์.

พระครูอุดมญาณโสภณ (หล่อ นาคโร). (2560, 17 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดถ้ำพวง. สัมภาษณ์.

พระครูโอภาสวุฒิกร (โสภณ โอภาโส). (2560, 11 ตุลาคม). เจ้าอาวาสวัดบึงลัญจิวัน. สัมภาษณ์.

พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาติ). (2546). *กำลังใจ* 8. กรุงเทพฯ: สุทธิกราฟฟิค.

พระจุลนายก (สุชาติ อภิชาติ). (2550). *กำลังใจ* 16. สุทธิกุลสวัสดิ์ การพิมพ์.

พระญาณวิศาลเถร (หา สุภโร). (2560, 14 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดสักกะวัน. สัมภาษณ์.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). (2551). *พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์* (พิมพ์ครั้งที่ 3).

กรุงเทพฯ: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2538). *พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ* (พิมพ์ครั้งที่ 6).

กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2546). *ภูมิธรรมชาวพุทธ* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ:

มูลนิธิพุทธธรรม.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2556). *ความสำคัญของพระพุทธศาสนาในฐานะเป็นศาสนา*

ประจำชาติ (พิมพ์ครั้งที่ 19). กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2540). *พุทธธรรมกับการพัฒนาชีวิต*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (ผู้บรรยาย). (2542). *ตอบปัญหาธรรม*.

[วีดิทัศน์]. กรุงเทพฯ: ธวัชยนต์.

พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน). (2548). *จิตเสื่อมเพราะขาดสติ. เทศก์อบรม*

ณ วัดป่าบ้านตาด. วันที่ 6 กุมภาพันธ์ 2548.

พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน). (2551). *ปฏิปทาของ พระครูดงคักรมฐานสาย*

พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สุภา.

พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน). ม.ป.ป. *ประวัติท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทัตตะเถระ*.

กรุงเทพฯ: ชนวิพิมพ์ 50.

พระธรรมสิงหนุราจารย์. (2548). *กรรมฐานแก้กรรมลำดับที่ 6*. กรุงเทพฯ: เพชรประกาย.

- พระพรศักดิ์ ฐานาโว. (2558). *ศึกษาวิเคราะห์วิธีปฏิบัติกัมมัญฐานของสมเด็จพระอริยวงศญาณ สมเด็จพระสังฆราช (สุก ญาณสังวร)* ตามแนวทางพระพุทธศาสนาเถรวาท. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2554). *ถึงเวลามารื้อปรับระบบพัฒนาคนกันใหม่* (พิมพ์ครั้งที่ 8). นครปฐม: ทูนพิมพ์หนังสือวัดญาณเวศกวัน.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). (2559). *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลธรรม* (พิมพ์ครั้งที่ 34). กรุงเทพฯ: มูลนิธิการศึกษาเพื่อสันติภาพ.
- พระภาวนาปัญญาวิสุทธิ (มหาเข้ม จิตธัมโม). (2560, 21 ตุลาคม). สัมภาษณ์.
- พระมหาโชติปัญโญ (ใจ โสธรรัตน์) (ผู้รวบรวม). (2475). *หนังสือพุทธรังษีชยฎีกา* ว่าด้วยสมถแลวิปัสสนากัมมัญฐาน 4 ยุค. ม.ป.พ.
- พระมหาวิระ ถาวโร. (ม.ป.ป.). *คู่มือปฏิบัติพระกรรมฐาน*. ม.ป.พ.
- พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี. (2546). *บทบาทในการรักษาพระธรรมวินัยของพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) ศึกษาเฉพาะกรณีธรรมกาย*. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาสามเรือน ปุณฺณเสโก. (2560, 27 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดอโศการาม. สัมภาษณ์.
- พระเมธีธรรมภรณ์ (ประยูร ชัมมจิตโต). (2532). *ชุดปรัชญาตะวันตกตอนที่ 1-2: ปรัชญากรีกโบราณ*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์ พรินต์ติ้ง กรุ๊ป.
- พระราชพรหมยาน (มหาวิระ ถาวโร). (2553). *ธรรมปฏิบัติ 22*. กรุงเทพฯ: สปีดเพลส.
- พระราชพรหมยาน (วิระ ถาวโร). (2559). *โปรดอ่านอีกครั้ง... พระคัมภีร์ “เจ้าคุณชัมม” หลวงพ่อฤาษีลิงดำ-ป.อ.ปยุตโต-ว. วชิรเมธี.-พระไพศาล*. ผู้จัดการรายวัน. เข้าถึงได้จาก <http://www.manager.co.th/AstvWeekend/ViewNews.aspx?NewsID=9590000058414>.
- พระราชวรคุณ (สมศักดิ์ อุปสโม). (2560, 24 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสวัดบูรพาราม. สัมภาษณ์.
- พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย). (2538). *ธรรมปฏิบัติและตอบปัญหาการปฏิบัติธรรม*. กรุงเทพฯ: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- พระราชสังวรญาณ (พุทธ ฐานิโย). (2560). *อัปนาสมาธิกับอัปนาสมาธิต่างกันอย่างไร*. เข้าถึงได้จาก <http://group.wunjun.com/truthoflife/topic/173703->

- พระวงศ์แก้ว วราโก (เกษร). (2556). *การศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) กับ พระธรรมวิสุทธิมงคล (บัว ญาณสมฺปนฺโน).*
 วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย,
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระวิมลศีลาจารย์ (อำนวยการ ฐิริสุนทรโร). (2560, 23 กรกฎาคม). ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดบรมนิวาส.
 สัมภาษณ์.
- พระวิมลศีลาจารย์. (2556). *รำลึกวันวาน เกียรติประวัติปกิณกรรม และพระธรรมเทศนา
 ท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถร.* กรุงเทพฯ: ศูนย์อบรมภavana สิริจันโท
 วัดบรมนิวาสราชวรวิหาร.
- พระวิสุทธิวารกรณ์ (ธรรมรัตน์ กิตติภทฺโท). (เรียบเรียง). (2556). *คู่มือการปฏิบัติสมถวิปัสสนา
 กรรมฐาน.* ม.ป.พ.
- พระอาจารย์จิรวัดน์ อัครรักโข. (2560, 24 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสวัดป่าไชยชุมพล. สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์เฉลิม ชัมมโร. (2560, 23 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสวัดป่าภูแปก. สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์ทิว อาภากรโร. (2560, 13 กันยายน). สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปั่นชิตโต. (2546). *เสียงจากปากเกร็ด* (พิมพ์ครั้งที่ 7). กรุงเทพฯ: ศิลป์สยาม
 บรรจุกัณฑ์และการพิมพ์.
- พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปั่นชิตโต. (2560). *เสียงธรรมจากหลวงปู่บุญฤทธิ์ ปั่นชิตโต (จันทรมบูรณ)*
 (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: พลีมา พิมพ์ลิขซึ่ง.
- พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา. (2560, 3 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดป่าหนองเกาะแก้ว สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์บุญส่ง ฐิตสาโร. (2560, 20 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสวัดสันติวนาราม. สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์พุทธ ฐานิโย. (2544). *ฐานิโยบูชา 2544 80 ปีหลวงปู่พุทธ* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ:
 โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.
- พระอาจารย์มนัส มนต์ชาโต. (2560, 20 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสสำนักสงฆ์พื้นฟูจิตเขาแหลม.
 สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต. (2552). *โอวาทหลวงปู่มั่น ภูริทัตโต อบรม ชุติงควัตร ปฏิบัติ คติธรรมคำสอน.*
 กรุงเทพฯ: รุ่งเรืองวิริยะพัฒนาโรงพิมพ์.
- พระอาจารย์วันชัย วิจิตโต. (2560, 15 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดป่าภูสังโฆ. สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์วิชช กัมมสุทฺโธ. (2553). *ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ.* เทศก์ ณ สถานปฏิบัติธรรม
 ป่าเวกสิขาราม อำเภอลพ จังหวัดขอนแก่น วันที่ 12 เมษายน 2553.

- พระอาจารย์สงบ มนัสสันโต. (2551). *สมถกรรมฐาน-วิปัสสนากรรมฐาน*. เทศกับนศาลา
ณ วัดสันติธรรมมาราม. 9 มิถุนายน 2551.
- พระอาจารย์เสน ปัญญาโร. (2560, 15 กันยายน). เจ้าอาวาสวัดป่าหนองแขง. สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์หล้า เขมปัตโต และพระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปิณฑิโต. (2560).
หลวงปู่หล้าสนทนาธรรมกับหลวงปู่ฤทธิ์. เข้าถึงได้จาก
http://www.trueplookpanya.com/true/ethic_detail.php?cms_id=17577.
- พระอาจารย์อนันต์ อภิญาโน. (2560, 27 มกราคม, 14 พฤศจิกายน). เจ้าอาวาสวัดมาบจันทร์.
สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์อ่อง ฉาวโร. (2560, 20 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสสำนักสงฆ์ถ้ำเขาวงกต. สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์อัครเดช (ต้น) ถิรจิตโต. (2560, 22 กรกฎาคม). เจ้าอาวาสวัดบุญญาวาส. สัมภาษณ์.
- พระอาจารย์อินทร์ถวาย สันตุสโก (รวบรวม). (2559). *รวมธรรมเลิศกำเนิดมรรคผล วิสุทธิธรรมอาจารย์
อนุสรณ์*. กรุงเทพฯ: ศิลป์สยามการพิมพ์และบรรจุกัณฑ์.
- พระอาจารย์อินทร์ถวาย สันตุสโก (รวบรวม). (2560). *ทางแห่งปัญญาจากปัญหาธรรม วิสุทธิธรรมอาจารย์
อนุสรณ์*. กรุงเทพฯ: ศิลป์สยามการพิมพ์และบรรจุกัณฑ์.
- พิศิษฐ์ โคตรสุโพธิ์. (2543). *ทฤษฎีความรู้*. เชียงใหม่. โครงการสนับสนุนการวิจัย
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พุทธทาสภิกขุ. (2501). *คู่มือมนุษย*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.
- พุทธทาสภิกขุ. (2517). *การศึกษาคืออะไร*. กรุงเทพฯ: สมชายการพิมพ์.
- พุทธทาสภิกขุ. (2533). *อานาปานสติภาวนา* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: ธรรมทานมูลนิธิ.
- พุทธทาสภิกขุ. (2534 ก). *ตามรอยพระอรหันต์* (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สุภาพใจ.
- พุทธทาสภิกขุ. (2534 ข). *ศึกษาธรรมอย่างถูกวิธี* (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สุภาพใจ.
- พุทธทาสภิกขุ. (ม.ป.ป.). *ตัวกู-ของกูฉบับย่อ*, ปุ่น จงประเสริฐ (ผู้ย่อ), เรียงเรียงจาก คำบรรยาย
เรื่อง ตัวกู-ของกู (ฉบับสมบูรณ์), ม.ป.พ.
- มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย. (2539). *พระสูตรตันตปิฎก ขุณทกนิกาย สุตตนิบาต*. พระไตรปิฎก
เล่มที่ 25 พระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ 17. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย. (2539). *พระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค*. พระไตรปิฎก
เล่มที่ 10 พระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ 12. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย. (2539). *พระสูตรตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค*. พระไตรปิฎก
เล่มที่ 10 พระสูตรตันตปิฎก เล่มที่ 12. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.

- มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย. (2539). *พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์*. พระไตรปิฎก เล่มที่ 14 พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ 6. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย. (2539). *พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค*. พระไตรปิฎก เล่มที่ 19 พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ 11. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย. (2539). *พระสุตตันตปิฎก อังคุตรนิกาย เอก-ทูก-ติกนิบาต*. พระไตรปิฎก เล่มที่ 20 พระสุตตันตปิฎก เล่มที่ 22. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.
- มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย. (2539). *พระอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์*. พระไตรปิฎก เล่มที่ 35 พระอภิธรรมปิฎก เล่มที่ 2. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.
- มหามกุฏราชวิทยาลัย. (2527). *พระสุตตันตปิฎก ขุนทกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค*. เล่มที่ 7. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2527.
- เรวัตติ แสงสุริยงค์. (2552). ไตรภูมิวิธีวิจัยทางสังคมศาสตร์. *วารสารวิชาการ มนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 17(27), 5-28.
- เรื่อง อติเปรมานนท์, พระยาพนสุนทร. (ผู้แปล). (2468). *จารึกกัลยาณี เรื่องพงสาวดารสมณวงศ์ นิกายฝ่ายใต้ คำจารึกภาษามคธ ทั้งคำแปลเป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ*. พระนคร: ไสภณพิพัฒน์นาร.
- ลักษณะวัตติ ปาละรัตน์. (2558). *ญาณวิทยา Epistemology: PHI 2304 (PY 234)* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- วศิน อินทสระ. (2534). *การช่วยเหลือตนเอง* (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: สภาการศึกษา มหามกุฏราชวิทยาลัย มหาวิทยาลัยพระพุทธศาสนาแห่งประเทศไทย.
- วศิน อินทสระ. (2550). *108 คำถามกับอาจารย์ วศิน อินทสระ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ธรรมธาดา.
- วศิน อินทสระ. (2558). *ความเข้าใจเกี่ยวกับชีวิต* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ปัญญา.
- วัดป่าเขาน้อย. (2555). *ชีวประวัติ หลวงปู่จันทา ถาวโร*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์เลี้ยงเสียงเพียรเพื่อพุทธศาสน์.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน). (2546). *วิธีสร้างบุญบารมี*. กรุงเทพฯ: รุ่งเรืองวิริยะพัฒนาโรงพิมพ์.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก (เจริญ สุวฑฺฒโน). (2543). *พุทธศาสนวงศ์* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: มหามกุฏราชวิทยาลัย.
- สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก. (2536). *หัวใจพุทธศาสนา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชวนพิมพ์.

- สมศักดิ์ สามัคคีธรรม. (2553). การแสวงหาความรู้ทางสังคมศาสตร์: การเปรียบเทียบระหว่าง
แนวปฏิบัตินิยม แนวปรากฏการณ์นิยม และแนวสัญนิยม. *วารสารการเมือง การบริหาร
และกฎหมาย*, 2, 1-70.
- สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกา. (2560). *ประวัติคณะกรรมกฤษฎีกา*. เข้าถึงได้จาก
<http://www.thammayut.com>.
- สุเชาว์ พลอยชุม. (2549). *สำนักวิปัสสนาสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต*. กรุงเทพฯ: ศูนย์พุทธศาสน์
ศึกษาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุภาวดี จันทวานิช. (2553). *วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 18). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่ง
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุรพล ไกรสรารุฒิ. (2554). *สติปัญญา 4 ฉบับวิเคราะห์-สังเคราะห์*. กรุงเทพฯ: ธรรมสถาน
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุวัฒน์ นิยมคำ. (2531). *ทฤษฎีและทางปฏิบัติในการสอนวิทยาศาสตร์แบบสืบเสาะหาความรู้*.
กรุงเทพฯ: เจเนอรัลบุ๊คเซ็นเตอร์.
- เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2547). *มัชฌิมาปฏิปทา สายกลางสองมิติ สัมปรัสนธรรม 7 นัยที่สอง*.
กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ พี.อาร์. คัลเลอร์พริ้นท์.
- โสภิตกร แก้วบุญชู. (2557). *ดร. อางอง ชุมสาย ณ อยุธยา อัจฉริยะผู้หยั่งรู้จากภายใน*.
ข้อมูลสนับสนุนการประชาสัมพันธ์ โครงการมายไอดอลคนต้นแบบของจังหวัด
ชายแดนภาคใต้ 57. สำนักแผนงานและพัฒนาประชาสัมพันธ์ สำนักประชาสัมพันธ์ เขต 5
กรมประชาสัมพันธ์ สำนักนายกรัฐมนตรี.
- อ.อิทธิเวช (นามแฝง). (2554). *อรหันต์แห่งที่ราบสูง หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต*. กรุงเทพฯ: ไพลินบุ๊คเน็ต.
- อรทัย ท้าวสัน. (2531). *การศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานแบบวัดอโศการามกับวัด
พระธรรมกาย*. วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- Aristotelis, S. (1995). The consequences of hume's epistemology. *International Journal of
Applied Philosophy*, 10, 1-9.
- Ashley, R. (2016). *How meditation went mainstream*. time. Retrieved from
<http://time.com/4246928/meditation-history-buddhism/>.
- Berkeley, G. (1710). *A treatise concerning the principles of human knowledge*. Project
Gutenberg.

- Bhattacharyya, N. C. (1968). John Dewy' instrumentalism, democratic ideal, education. *Education Theory*, 18, 60-72.
- Bleick, C. R. & Abrams, A. I. (1987). The transcendental meditation program and criminal recidivism in California. *Journal of Criminal Justice*, 15(3), 211-230.
- Borchert, D. M. (Ed.). (1967). *Epistemology*. Encyclopedia of Philosophy Supplement. Macmillan.
- Chappel, V. (Ed.). (1994). *The Cambridge companion to locke*. Cambridge University Press.
- Charoensukmongkol, P. (2013). The contributions of mindfulness meditation on burnout, coping strategy, and job satisfaction: evidence from Thailand, *Journal of Management and Organization*, 19(5), 544-558.
- Charoensukmongkol, P. (2014). Benefits of mindfulness meditation on emotional intelligence, general self-efficacy, and perceived stress: evidence from Thailand. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 16(3), 171-192.
- Chisholm, H. (Ed.). (1911). *Ferrier, James Frederick*. *Encyclopaedia Britannica* (11th ed.). Cambridge University Press.
- Coleman, R. (2008). *A method of intuition: becoming, rationality, ethics*. Research Papers. Department of Media, Film and Cultural Studies. Lancaster University.
- Corcoran, J. (2009). Aristotle's Demonstrative Logic. *History and philosophy of logic*, 30, 1-18.
- Denninger, et al. (2016). *Now and Zen: How mindfulness can change your brain and improve your health*. Harvard Medical School.
- Descartes, R. (1988). *Discourse. On Method*. Cress, A. Donald. (trans) 1998. Hackett Publishing Company, Inc. (3rd ed.).
- Dicker, et al. (2013). *Berkley's Idealism*. Berkley Studies. No. 24.
- Farington, B. (1962). *Impact of science on society*. Paris. Berger-Levrault. XII(1).
- Foucault, M. (1990). *The history of sexuality volume I: An introduction*. Hurley, Robert (trans.) Harmondsworth: Penguin Books.
- Grosz, E. (2005). Bergson, Deleuze and the Becoming of Unbecoming. *Parallax*, 11(2), 4-13.
- Hermanowize, H. J. (1961). Problem solving as teaching method. *Education Digest*, 26(9), 25-30.

- Hsieh, S. (2010). *Buddhist meditation as art practice: Art practice as Buddhist meditation*. Thesis. University of Northumbria at Newcastle.
- Hume, D. (1777). *Philosophical essays concerning understanding by the author of the essays moral and political*. London: A. Millar. MDCCXLVIII. (Ed.).
- Jaja, J. M. & Badey, P. B. (2013). John Locke's Epistemology and Teachings. *African Research Review*, 7(1), 2-10.
- Johnson, D. P., Penn, D. L., Fredrickson, B. L., Kring, A. M., Meyer, P. S., Catalino, L. I., Brantley, M. (2011). A pilot study of loving-kindness meditation for the negative symptoms of schizophrenia. *Schizophrenia Research*, 129, 137-140.
- Johnson, L. P. N. (1999). Deductive reasoning. *Annu. Rev. Psychol*, 50, 109-135.
- Jones, S. (2015). *Yoga program brings peace and healing to afghanistan*. Retrieved from <http://www.sonima.com/yoga/amanuddinfoundation/>.
- Kleingeld, P. (1999). Kant, History, and the idea of moral development. *History of Philosopher Quarterly*, 16, 59-80.
- Krygier, J. R., Heathers, J. A. J., Shahrestani, S. A. M., Gross, J. J. & Kemp, A. H. (2013). Mindfulness meditation, well-being, and heart rate variability, A preliminary investigation into the impact of intensive Vipassana meditation. *International Journal of Psychophysiology*, 89, 305-313.
- Lyotard, Jean-François. (1984). *The Postmodern condition: A report on knowledge*. Geoff Bennington & Brian Massumi (trans.) Minneapolis: The University of Minnesota Press, xxiv, 79-81.
- Macintosh, D. (2012). Plato: A Theory of forms. *Philosophy Now*, 90, 6-7.
- Maryam, A. & Leinder, D. E. (2001). Knowledge management and knowledge management systems: conceptual foundations and research issues. *MIS Quarterly*, 25, 107-136.
- Meslar, S. (2011). Plato's Epistemology as empiricism. *Journal of Philosophy*, 3, 13-18.
- Miettinen, R. (2000). The concepts of experiential learning and John Dewey's theory of reflective thought and action. *International Journal of LifeLong Education*, 19, 54-72.
- Mile, M. B. & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis*. An Expanded Sourcebook. (2nd ed.). Thousand Oakes: Sage.
- Misak, C. (Ed.). (2004). *The Cambridge companion to pierce*. USA: Cambridge University Press.

- Muhit, A. (2011). Leibniz on necessary and contingent truths. *The Arts Faculty Journal*, 117-135.
- Nietzsche, F. (2010). Thus spoke zarathustra. (Ed.), *Nietzsche existentialism buddhism*. Chapko, bill Zen philosophy.
- Nietzsche, F. (1966). *Beyond good and evil*. Walter Kaufmann (trans.). New York: Random House.
- Norman, S. (1918). *A Commentary to Kant's 'Critique of Pure Reason'*. London: Mcmillan and co.
- Oliver, J. A. (1991). Hume's 'True' Skepticism. *PPQ*, 72, 403-410.
- Omar, M. (2017). *Meanwhile In Canada, Peel regional officers meditate In a temple*. Retrieved from http://www.huffingtonpost.ca/2016/04/13/peel-police-meditation_n_9684274.html.
- Pascal, B. (2008). *Pensees and other writings*. Honor Levi (Trans). Oxford University Press.
- Plato. (1963). *The Allegory of the cave*. Shory, Paul. (trans). From Plato: Collected dialogues, ed. Hamilton & Cairns. Random House.
- Porter, N. (Ed.) (1913). *Epistemology. Webster's revised unabridged dictionary*. G & C. Merriam Co.
- Rahi, R. (2002). *A study of vipassana meditation on adolescent behavior pattern*. Thesis. University of Madras.
- Ranker. *60+ Famous People Who Meditate*. (2016). Retrieved from <https://www.ranker.com/list/celebrities-who-meditate/celebrity-lists>.
- Rasinski, L. (2011). The Idea of discourse in poststructuralism: Derrida, Lacan, and Foucault. *Terazniejszosc-Czlowiek- Edukacja, 1: A quarterly of social and educational ideas*, 7-22.
- Reese, W. L. (1980). *Dictionary of philosophy and religion*. New Jersey: Humanities Press.
- Rescher, N. (2010). On the Epistemology of Plato's Divided Line. *Logos & Episteme I, 1*, 133-164.
- Rescher, N. (1991). G. W. *Leibniz monadology an edition for student*. University of Pittsburgh Press.
- Sharrat, M., & Usoro, A. (2003). Understanding knowledge-sharing in online communications of practice. *European Journal of Knowledge Management, 1*, 187-196.
- Slembrouck, S. (2003). *What is meant by "Discourse analysis"*. Papers. department of english. University of Gent.

- Spinoza, B. (1955). *The chief works of benedict de spinoza*. (Ewles, R.H.M.) (trans), 1(II).
New York: Dover.
- Sternberg, R. J. (2009). *Cognitive psychology*. Belmont, CA: Wadsworth.
- Steup, Ms. & Zalta, E. N., (Ed.). (2014). *Epistemology*. Stanford Encyclopedia of Philosophy.
- Stumpf, S. E. (1975). *Socrates to sartre: A history of philosophy*. New York: McGrill-Hill.
- Svnevig, J. (1997). Abduction as a methodological approach to the study of spoken interaction.
Originally Presented at University of Oslo in October 1997.
- Taritmoy, G. (1998). Berkley's Idealism-Internal realism and the incommensurability
Thesis. *Indian Philosophical*, 241-252.
- Taylor, S. (2002). Right reasoning: S.I. Hayakawa, Charles sanders pierce and the scientific
method. *A Review of General Semantics*, 141-147.
- Tmhome. (2017). *Famous People who meditate, from A to Z*. Retrieved from
<https://tmhome.com/experiences/famous-people-who-meditate/>.
- William, J. (1964). *Essays in pragmatism*. New York: A Division of Macmillan Publishing.

ภาคผนวก

ดัชนีอธิบายคำศัพท์ (เฉพาะผลการศึกษาในงานวิจัยเล่มนี้)

1. ความรู้ หมายถึง ฐึ้นในเรื่องหนทางที่จะพ้นทุกข์ มีวิธีการคือ ปฏิบัติตามมรรคมีองค์ 8
2. ความจริงขั้นสูงสุด หมายถึง นิพพาน (ภาวะที่กิเลสสูญ) ซึ่งเป็นสภาวะที่ไม่ใช่ทั้งอนัตตา (ไม่มีตัวตน) และไม่ใช่อัตตา (มีตัวตน) นิพพาน คือ นิพพาน ไม่เป็นทั้ง 2 อย่าง สาเหตุที่นิพพานไม่ใช่ทั้งอนัตตา และอัตตานั้น เพราะ 2 อย่างนี้ใช้ใน โลกสมมุติ เมื่อพ้นสมมุติทั้ง 2 อย่างแล้วจึงเข้าใจในสภาวะนิพพานได้
3. ญาณวิทยา หมายถึง วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาของพระพุทธศาสนา โดยใช้การภาวนา ซึ่งมี 2 วิธี ได้แก่ สมถกรรมฐาน อันเป็นอุบายในการทำจิตใจให้สงบ เช่น อานาปานสติกรรมฐาน อสุภ กสิณ กายคตานุสติกรรมฐาน อาหารเรปิกุลสัญญา อีกวิธี คือ วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การใคร่ครวญในอารมณ์โดยการพิจารณาขั้น 5 ซึ่งมีความแตกต่างกับสมถกรรมฐานที่เน้นการทำให้จิตสงบ แต่วิปัสสนากรรมฐานมุ่งพิจารณาโดยให้เห็นความเป็นจริงว่าขั้น 5 โดยย่อ คือ รูป (ร่างกาย) กับ นาม เช่น สัญญา หมายถึงความจำได้ สิ่งเหล่านี้ล้วนอยู่ภายใต้ไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง (ไม่เที่ยง) ทุกขัง (เป็นทุกข์) อนัตตา (ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่ใช่ของเรา)
4. ม้ากาย หมายถึง การพิจารณาร่างกาย กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ใช้วิธีการพิจารณาร่างกายจนท้ายที่สุดกระทำให้เป็นการเจริญวิปัสสนาญาณ วิธีที่นิยม คือ ทำสมถกรรมฐานในกองอานาปานสติกรรมฐานจนถึงอัปปนาสมาธิ (นิยมพิจารณาร่วมกับกายคตานุสติกรรมฐาน) และเมื่อถอยกำลังลงมาสู่อุปจารสมาธิ จึงทำการพิจารณาวิปัสสนาญาณ เพราะไม่สามารถพิจารณาในฌานได้ เนื่องจากมีแต่ความนิ่งจึงไม่สามารถใคร่ครวญด้วยปัญญาได้
5. อานาปานสติกรรมฐาน หมายถึง การพิจารณาลมหายใจ กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการเจริญกรรมฐานกองนี้ เพราะส่งผลถึงจุดถกถน และสามารถตัดแปลงสู่กรรมฐานกองอื่น ๆ ได้ อาทิ กสิณ เป็นต้น โดยในการกำหนดลมหายใจมักใช้คำภาวนา คือ พุทโธ เพื่อเจริญพุทธานุสติกรรมฐาน และเมื่อระลึกถึงความตายทุกลมหายใจเข้าออกย่อมเป็นการเจริญมรณานุสติกรรมฐาน ด้วย นั้นหมายความว่าสามารถเจริญกรรมฐานทีเดียว 3 กองพร้อมกันได้ โดยเมื่อได้ฌานจากกรรมฐานกองนี้แล้ว หากจะเจริญวิปัสสนาญาณ ให้พิจารณาลม เพราะลมถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของกายเช่นกัน จัดอยู่ในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน (มีสติระลึกูร่างกาย) นั่นเอง
6. ฌณิกสมาธิ หมายถึง สมาธิชั่วขณะหนึ่ง ในบางท่านใช้ฌณิกสมาธิเป็นบาทแห่งวิปัสสนาญาณ ด้วยว่า ฌณิกสมาธิเห็นการเกิดดับขณะหนึ่ง ๆ โดยตลอด

7. อุปจารสมาธิ หมายถึง สมาธิจวนจะแนบแน่น ในขั้นนี้อาจมี สี แสง นิมิตต่างๆ คอยปรากฏ ผู้ปฏิบัติใหม่ควรระวังให้ดี เพราะอาจติดความรู้ใหม่และเชื่อเป็นจริงเป็นจังได้ อาจไม่ใช่ความจริงแต่อย่างใดเป็นแต่เพียงจิตปรุงแต่ง ดังนั้นนิมิตไม่ใช่สิ่งควรยึดถือ ในขั้นนี้หากสามารถทำภาพที่ปรากฏในนิมิต ย่อหรือขยายได้ แสดงว่าสามารถทำ ปฏิภาคนิมิตได้ อันเป็นขั้นสูงสุดของอุปจารสมาธิ และพร้อมที่จะเลื่อนขั้นเข้าสู่อัปนาสมาธิ นอกจากนี้สมาธิในขั้นนี้ยังเหมาะแก่การพิจารณาในวิปัสสนาญาณ โดยการถอยกำลังจากอัปนาสมาธิอีกด้วย

8. อัปนาสมาธิ หมายถึง สมาธิที่ตั้งมั่นแนบแน่น ในที่นี้ก็คือ ฌาน นั่นเอง อัปนาสมาธิ เป็นคำเรียกแบบรวมๆของ รูปฌาน ได้แก่ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ขึ้นอยู่กับว่าผู้เรียกจะให้จุดมุ่งหมายเป็นแบบใด สาเหตุที่เรียก อัปนาสมาธิ แทนที่จะเรียกฌานขั้นใดขั้นหนึ่งโดยตรง เพราะ แม้แต่ผู้ปฏิบัติเองก็ยากที่จะทราบว่าคุณอยู่ในฌานขั้นใดขั้นหนึ่ง เพราะ โดยมากเมื่อเข้าฌานแล้วจะนิ่งเลย จึงยากเป็นการที่จะบอกโดยตรงว่าคุณอยู่ในฌานขั้นใด

9. อัปนาฌาน หมายถึง การเข้าฌานตามลำดับขั้น คือ ตั้งแต่ปฐมฌาน จนถึงจตุตถฌาน เป็นไปตามลำดับ และมีถอยไปตามลำดับด้วย ซึ่งผู้ที่ปฏิบัติแบบนี้ได้ อาทิ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ซึ่งพิจารณาวิปัสสนาญาณ ใน ปฐมฌาน ได้ สาเหตุที่สามารถใช้ปฐมฌานพิจารณาวิปัสสนาญาณได้นั้นเนื่องมาจากว่า ปฐมฌาน ยังมีอารมณ์ฌาน คือ วิตก กับวิจาร์อยู่นั่นเอง หากเลยถึงขั้นทุติยฌานขึ้นไปแล้วจะไม่สามารถพิจารณาได้อีก ทั้งนี้เมื่อพิจารณาโดยละเอียดแล้ว พบว่า อัปนาสมาธิกับอัปนาฌานมีความคล้ายกัน เพียงแต่ว่า อัปนาสมาธิเข้าฌานยังไม่เป็นระบบ คือ อาจจะเป็นขั้นใดขั้นหนึ่งในรูปฌานเลย ส่วนอัปนาฌานนั้น จะเริ่มเป็นลำดับขององค์ฌานไปเรื่อยๆจนถึงจตุตถฌาน ซึ่งจะมีเพียงอุเบกขา (ความวางเฉย) กับเอกัคคารมณ์ (จิตมีอารมณ์เดียว อิมในอารมณ์) เท่านั้น

10. สมถยานิก หมายถึง การเจริญสมถกรรมฐานให้ถึงระดับฌานก่อน จากนั้นจึงเจริญวิปัสสนาญาณในภายหลัง ข้อดี คือ จิตสงบจึงพิจารณา เมื่อเจริญวิปัสสนาแล้วทำไม่ยาก เปรียบดังมีฐานที่มั่นอันแข็งแกร่ง เมื่อขึ้นสู่ยอดย่อมไม่เป็นปัญหา

11. วิปัสสนายานิก หมายถึง การเจริญวิปัสสนานำ ในบางตำรานิยมแปลว่าเจริญวิปัสสนาล้วน ในความเป็นจริงไม่ได้ล้วน โดยไม่มีสมถเจือปนเลย นับเป็นความเข้าใจผิด และหากจะบอกว่าใช้แต่เพียงขณิกสมาธิอย่างเดียวก็เป็นการกล่าวที่ไม่ถูกต้องนัก สำหรับวิปัสสนายานิก เริ่มเจริญวิปัสสนาญาณโดยใช้การพิจารณาไปเรื่อยๆจนจิตสงบ ในส่วนที่พิจารณาเริ่มแรกเป็นขณิกสมาธิ และเมื่อพิจารณาไปเรื่อยๆ ความสงบเริ่มเกิดขึ้นด้วย เป็นอุปจารสมาธิบ้าง เป็นอัปนาสมาธิบ้าง เมื่อได้

ฉาน และประกอบกับปัญญาที่บ่มเพาะมาอึดตัวแล้ว ก็จะได้มรรคผลเมื่อนั้น หากยังไม่ได้ฉานก็ไม่
มีประโยชน์เลย สาเหตุเพราะการจะได้วิมุตตินั้น จำเป็นต้องบริบูรณ์ด้วย ศีล สมาธิ และปัญญา
จึงจะเรียกว่า ครอบมรรคมีองค์ 8 หากไม่ได้ฉาน แสดงว่าขาดสัมมาสมาธิ ซึ่งทำให้สัมมาทิวาชา
ความรู้ชัดซึ่งพิจารณาได้จากพระอภิธรรมปิฎก และการสัมภาษณ์ข้อมูลผู้ให้สำคัญซึ่งส่วนใหญ่ให้
ทัศนะว่าก่อนจะได้ฉาน (ความรู้ในวิชา 3 วิชา 8) ต้องได้ฉานมาก่อน หรือแม้แต่การเข้าสู่
มรรคผล เช่น พระโศคาน้อยที่สุดต้องได้ปฐมฉาน เป็นต้น นอกจากนี้การพิจารณาโดยจิต
ยังไม่สงบก็มีแต่เพียงความฟุ้งซ่านเท่านั้น ไม่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติแต่อย่างใดเลย ดังนั้น
สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ควรทำสมาธิให้ถึงฉานก่อนจึงค่อยเจริญวิปัสสนาญาณ ในบางท่านที่ใช้ปัญญา
แล้วจิตสงบแสดงว่าเหมาะกับวิปัสสนาญาณ ให้พิจารณาไปเรื่อยๆจนจิตรวมลงไปถึงอัปนาสมาธิ
เมื่อถอยกำลังลงมาก็พิจารณาวิปัสสนาญาณด้วยการมำกาย และเมื่อออกจากอุปจารสมาธิ สุขณิกสมาธิ
ก็อาจสามารถพิจารณาวิปัสสนาญาณได้ตลอดเช่นกัน จึงนับเป็นแบบแผนการปฏิบัติที่ถูกต้อง

12. เจโตวิมุตติ หมายถึง ผู้ปฏิบัติแบบสมถยานิก เป็นคำเรียกโดยปริยายของ พระอุกโตภาควิมุตติ
(ในความหมายอย่างพิสดาร หมายถึง ผู้ปฏิบัติจนได้รูปฌานชั้นใดชั้นหนึ่ง) ซึ่งเป็นพระอรหันต์ที่มี
คุณพิเศษ ในวิชา 3 วิชา 8 เช่นพระเตวิชโช ผู้เป็นเลิศในวิชา 3 หรือพระฉฬภิญโญ ผู้เป็นเลิศใน
อภิญาญา 6 หากเป็นทั้งพระฉฬภิญโญ และ ปฏิสัมภิทาญาณ นับเป็นพระอรหันต์ชั้นสูงสุดที่สามารถ
เข้านิโรธสมาบัติได้

13. ปัญญาวิมุตติ หมายถึง ผู้ปฏิบัติแบบวิปัสสนาญาณิก ในที่นี้คือ พระสุกขวิปัสโกนั่นเองเป็น
ผู้มีฉานแห่งแล้ง แต่เข้าถึงความบริสุทธิ์แห่งอัสวักขญาณ (การทำกิเลสสิ้นไป)

14. นิโรธสมาบัติ หมายถึง การดับเช่น ดับสัญญา ดับเวทนา เป็นต้น ตามจำนวนวันที่อธิษฐาน

15. ผลสมาบัติ หมายถึง การเข้าฉานของพระอริยบุคคล

แบบสัมภาษณ์

1. พระอาจารย์เคยประสบปัญหาจากสิ่งใดบ้างในการเจริญสมถกรรมฐาน (นิเวศน์ 5 เป็นต้น) และพระอาจารย์แก้ปัญหาจากอุปสรรคที่เป็นปัญหานั้นอย่างไร
 2. พระอาจารย์เคยประสบปัญหาจากสิ่งใดบ้างในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน และพระอาจารย์แก้ปัญหาจากอุปสรรคที่เป็นปัญหานั้นอย่างไร
 3. พระอาจารย์เจริญอาปานสติกรรมฐานอย่างไร
 4. พระอาจารย์เจริญสมถกรรมฐานกองอื่นหรือไม่ อย่างไร
 5. ความแตกต่างระหว่างเจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติคืออะไร (ปัญญาวิมุตติสามารถเจริญวิปัสสนาส่วน โดยไม่ต้องมีสมาธิได้หรือไม่)
 6. จิตตกวิงว่งกับจิตเป็นฌานต่างกันอย่างไร
 7. พระอาจารย์มีวิธีการทรงฌาน หรือประคองฌานให้อยู่นานได้อย่างไร
 8. ลักษณะของอุปจารสมาธิมีลักษณะอย่างไร
 9. ลักษณะของอัปนาสมาธิมีลักษณะอย่างไร
 10. เหตุใดจึงต้องพิจารณากาย และการแบ่งกายออกเป็นส่วนๆ (มังกาย) ปฏิบัติอย่างไร
 11. การสมาทานธุดงค์ควรมีส่วนช่วยในการเจริญกรรมฐานหรือไม่ อย่างไร
 12. ปฏิกิจสมุปปาทเกี่ยวข้องกับการภาวนาอย่างไร
- *หมายเหตุ ผู้วิจัยจะปรับบริบทคำถามให้เหมาะสมแก่สถานการณ์นั้นๆ และอาจถามนอกเหนือจากประเด็นที่อยู่ในแบบสัมภาษณ์ แต่ยังคงเป็นประเด็นที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

**รายชื่อครูบาอาจารย์ที่รับนิมนต์ไปฉันภัตตาหารและเจริญพุทธมนต์
ในงานครบรอบ 60 ปี ธนาคารแห่งประเทศไทย 10 ธันวาคม 2545
(จัดเรียงลำดับตามอายุพรรษา)**

1. พระธรรมวิสุทธิมงคล (หลวงตามหาบัว ญาณสัมปันโน) วัดเกษรศีลคุณ (วัดป่าบ้านตาด) ต.บ้านตาด อ.เมือง จ.อุดรธานี
2. สมเด็จพระมหาธีรราชย์ วัดชนะสงคราม เขตพระนคร กรุงเทพฯ
3. พระพุทธพจนวราภรณ์ วัดเจดีย์หลวงวรวิหาร อ.เมือง จ.เชียงใหม่
4. พระเทพวิสุทธิมงคล (หลวงปู่ศรี มหาวิโร) วัดป่าประชาคมวนาราม(ป่ากุง) ต.ศรีสมเด็จ อ.ศรีสมเด็จ จ.ร้อยเอ็ด
5. พระอาจารย์ บุญมี ปริบุญโญ วัดป่าบ้านนาคุณ อ.บ้านฝ้อ จ.อุดรธานี
6. พระอาจารย์ เพ็ชร วิริโย วัดป่าหนองกอง ต.บ้านค้อ อ.บ้านฝ้อ จ.อุดรธานี
7. พระอาจารย์ บุญเพ็ง เขมาภริโต วัดถ้ำกลองเพล ต.โนนทัน อ.เมือง จ.หนองบัวลำภู
8. พระอาจารย์ ธี กุสธโร วัดภูผาแดง อ.หนองวัวซอ จ.อุดรธานี
9. พระครูกรุณย์ธรรมนิवास (หลวงปู่หลวง กตปุญโญ) วัดป่าสำราญนิवास ต.ศาลา อ.เกาะคา จ.ลำปาง
10. พระญาณวิศิษฎ์ (ทอง จนุทสิริ) วัดอโศการาม ต.ท้ายบ้าน อ.เมือง จ.สมุทรปราการ
11. พระเทพเมธาภรณ์ (เอี่ยม ชุตินฺธโร) วัดสนามพราหมณ์ อ.เมือง จ.เพชรบุรี
12. พระอาจารย์ ปรีดา(ทวย) ฉนุทกโร วัดป่าदानวิเวก อ.ปากคาด จ.หนองคาย
13. พระอาจารย์ บัวเกตุ ปทุมสีโล วัดแม่ปาง ต.สันติคีรี อ.แม่ลาน้อย จ.แม่ฮ่องสอน
14. พระอาจารย์ เศษ วิริโย วัดถ้ำผาปู่ ต.นาอ้อ อ.เมือง จ.เลย
15. พระอาจารย์ อุทัย สิริธโร วัดถ้ำพระภู่วัว ต.โศกกำม อ.เซกา จ.หนองคาย
16. พระอาจารย์ พัก สุนทรโม วัดเขาน้อยสามผาน ต.สองพี่น้อง อ.ท่าใหม่ จ.จันทบุรี
17. พระอาจารย์ อัม สุขกาโม วัดป่าภูผาผึ้ง ต.กกตูม อ.ดงหลวง จ.มุกดาหาร
18. พระอาจารย์ อุณห้า สุนทรโม วัดป่าแก้วชุมพล ต.ค้อใต้ อ.สว่างแดนดิน จ.สกลนคร
19. พระอาจารย์ ทองอินทร์ กตปุญโญ วัดผาน้ำทิพย์ ต.ผาน้ำย้อย อ.หนองพอก จ.ร้อยเอ็ด
20. พระอาจารย์ บุญฤทธิ์ อนุชาตโน วัดพระศรีมหาธาตุ เขตบางเขน กรุงเทพฯ
21. พระครูถาวรธรรมโกศล (พระอาจารย์ด้วง) วัดโยธานิมิตร อ.เมือง จ.อุดรธานี
22. พระครูวิทิศาศนกิจ(ไพโรจน์ วิโรจโน) วัดคอดอยปู่ย ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่
23. พระวิสุทธิสังวรเถร (เถี่ยม สุนทรโม) วัดหนองป่าพง ต.บึงหวาย อ.วารินฯ จ.อุบลราชธานี

24. พระอาจารย์ ประสิทธิ์ ปุณฺณมากโร วัดป่าหมูใหม่ ต.แม่แตง อ.แม่แตง จ.เชียงใหม่
25. พระอาจารย์ สอนอง กตปุญฺโญ วัดสังฆทาน ต.บางไผ่ อ.เมือง จ.นนทบุรี
26. พระอาจารย์ อินทร์ถวาย สันตุสฺสโก วัดป่านาคำน้อย ต.บ้านก้อง อ.นาขาง จ.อุตรธานี
27. พระครูสมณกิจจาทร (สว่าง โอภาโส) วัดป่าศรีอุดมรัตนาราม อ.โนนสะอาด จ.อุตรธานี
- 28. พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมิโย) วัดถ้ำผาจอม อ.แม่สาย จ.เชียงราย**
29. พระอาจารย์ คุณ สุเมธ วัดป่าภูทอง บ.ภูดิน อ.บ้านฝ่อ จ.อุตรธานี
30. พระอาจารย์ เมือง พลวฑูโธ วัดป่ามัชฌิมวาส ต.ลำพาน อ.เมือง จ.กาฬสินธุ์
31. พระอาจารย์ อำ ชมุกาโม วัดป่าเขาเขียว ต.วังโพรง อ.เนินมะปราง จ.พิษณุโลก
32. พระอาจารย์ สำรวม สิริภทฺโท วัดไกลกังวล ต.บ้านเข็ญ อ.หันคา จ.ชัยนาท
33. พระอาจารย์ กลาด คุรุชฺโม วัดบางเตย ต.บางเตย อ.เมือง จ.พังงา
34. พระอาจารย์ สุธรรม สุขุมโม วัดป่าหนองไผ่ ต.ดงมะไฟ อ.เมือง จ.สกลนคร
35. พระอาจารย์ บุญทัน ฐิตสีโล วัดเขาเจริญธรรม อ.บึงสามพัน จ.เพชรบูรณ์
36. พระอาจารย์ กัณหา สุขกาโม วัดแพร่ธรรมาราม ต.เด่นชัย อ.เด่นชัย จ.แพร่
37. พระอาจารย์ ณรงค์์ อาจาโร วัดป่ากกระทอน ต.บ้านตาด อ.เมือง จ.อุตรธานี
38. พระอาจารย์ สมหมาย อุดมโน วัดป่าสันติกาวาส อ.ไชยวาน จ.อุตรธานี
- 39. พระอาจารย์ สุชิน ปริบูรณ์ วัดธรรมสถิต ต.สำนักทอง อ.เมือง จ.ระยอง**
40. พระครูสมุห์ พิชิต(โอ) ฐิตวีโร วัดจันทาราม(ท่าซุง) ต.น้ำซึม อ.เมือง จ.อุทัยธานี
41. พระอาจารย์ อุทัย(ดี) ฌานุตฺตโม วัดป่าบ้านห้วยลาด ต.सानตม อ.ภูเรือ จ.เลย
- 42. พระอาจารย์ จีรวัดน์ อุตฺตรกุโฆ วัดป่าไชยชุมพล ต.สะเดาะพง อ.เขาค้อ จ.เพชรบูรณ์**
43. พระอาจารย์ บุญช่วย ปุณฺณวฑูโต วัดป่าภูริทัตตปฏิปทาราม อ.สามโลก จ.ปทุมธานี
44. พระอาจารย์ บุญมี ชมฺมรโต วัดป่าศรีทธาถวาย อ.หนองวัวซอ จ.อุตรธานี
- 45. พระอาจารย์ อนันต์ อภิณฺจโน วัดมาบจันทร์ ต.แก่ง อ.เมือง จ.ระยอง**
46. พระอาจารย์ นิพนธ์ อภิปสนฺโน วัดป่าบ้านใหม่เมืองพาน อ.บ้านฝ่อ จ.อุตรธานี
47. พระอาจารย์ วิสิทธิ์(ตาย) สันติงฺโกโร วัดป่าภูสังฆารามฯ อ.หนองวัวซอ จ.อุตรธานี
48. พระอาจารย์ สวัสดิ์ ปิยชฺโม วัดป่าภูขาด ต.นาเชือก อ.นาเชือก จ.มหาสารคาม
- 49. พระอาจารย์ เฉลิม ชมฺมชโร วัดป่าภูแปก ต.หนองจิว อ.วังสะพุง จ.เลย**
50. พระอาจารย์ สงบ มนฺตฺสนฺโต วัดป่าสันติธรรม ต.คลองตาด อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
51. พระอาจารย์ ชิต ฐิตจิตฺโต วัดป่าดงคล้อ ต.วังวาง อ.น้ำหนาว จ.เพชรบูรณ์
- 52. พระอาจารย์ อักรเดช(ต้น) ฐิริจิตฺโต สำนักสงฆ์บุญญาวาส ต.บ่อทอง อ.บ่อทอง จ.ชลบุรี**
53. พระอาจารย์ นพคณ นนฺทโน วัดป่าดอยลับงา อ.เมือง จ.กำแพงเพชร

54. พระอาจารย์ ถาวร ฐานวโร วัดป่าแหวไฮ ต.หัวนาคำ อ.ศรีธาตุ จ.อุดรธานี
55. พระอาจารย์ ภูสิต(จันทร์) ขนุติชโร วัดป่าหลวงตาบัว อ.ไทรโยค จ.กาญจนบุรี
56. พระอาจารย์ สมเดช สิริจันโท วัดเขาถ้ำโบสถ์ ต.สองพี่น้อง อ.ท่าใหม่ จ.จันทบุรี
57. พระอาจารย์ มานะ(หุม) ฉนุทสาโร วัดป่าเทอดพระเกียรติสิริธร อ.นาแก จ.เลย
58. พระอาจารย์ สุนทร ฐิติโก วัดป่าหลวงตามหาบัวธรรมเจดีย์ (ร้อยก้อน) อ.หนองแสง จ.อุดรธานี
59. พระอาจารย์ ทวีศักดิ์(เล็ก) สุจิตโต วัดถ้ำค้อยลาน ต.สามเงา อ.สามเงา จ.ตาก
60. พระอาจารย์ กุศล ฐิตกุสโล วัดหนองบัว อ.เมือง จ.ประจวบคีรีขันธ์
61. พระอาจารย์ พุกภัย สุทธิญาโณ วัดป่าเขาเขียว ต.บางพระ อ.ศรีราชา จ.ชลบุรี

หมายเหตุ: ครูบาอาจารย์ที่นิมนต์แล้ว ติดปัญหาเรื่องสุขภาพธาตุขันธ์ไม่อำนวย จึงไม่สามารถไปร่วมงานได้

1. ท่านพระอาจารย์แบน ธนากโร วัดคอยธรรมเจดีย์ อ.โคกศรีสุพรรณ จ.สกลนคร
2. ท่านพระอาจารย์จันทา ถาวโร วัดป่าเขาน้อย อ.วังทรายพูน จ.พิจิตร
3. ท่านพระอาจารย์สังวาลย์ เขมโก วัดทุ่งสามัคคีธรรม อ.สามชุก จ.สุพรรณบุรี
4. ท่านพระอาจารย์จันทร์เรียม คุณวโร วัดถ้ำสหายธรรมนิมิตร อ.หนองวัวซอ จ.อุดรธานี
5. ท่านพระอาจารย์วันชัย วิจิตโต วัดภูถ้ำฆาราม(ภูถ้ำโง) อ.หนองวัวซอ จ.อุดรธานี

ที่มา: http://www.luangta.com/thamma_forum/forum_detail.php?cgiForumID=122

(รายชื่อที่มีตัวหนา คือ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ)

๑๖-๑๖

Ethic 04



ใบยินยอมให้ใช้ชื่อสถาบันและเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

อนุญาตให้ นายทรงพล บุญสุข
 นิสิตหลักสูตร ปรัชญาศึกษาบัณฑิต สาขาวิชา การศึกษาและการพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัย
 บูรพา
 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ขณะนี้อยู่ระหว่างการทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง การแสวงหาความรู้ภายใต้การ
 ภาวนา : กรณีศึกษา กรณีฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
 โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.ศรัทธา ยอดนิล เป็นประธานกรรมการควบคุม วิทยานิพนธ์ เพื่อให้การวิจัยดังกล่าว
 เป็นไปด้วยความเรียบร้อยและมีประสิทธิภาพ คณะศึกษาศาสตร์ จึงมีความประสงค์ขออนุญาตใช้ชื่อสถาบันและ
 เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัยกับบุคลากรในสถาบันของท่าน

- อนุญาต
 ไม่อนุญาต

.....
 ลงนาม

(พระศาสนโสภณ (พิจิตร ชูตวณโณ))

ตำแหน่ง เจ้าคณะรองฝ่ายธรรมยุติกนิกาย

วันที่ ๒๖ ตุลาคม ๒๕๖๐

ประทับตราสถาบัน (ถ้ามี)

๑๗-๑๖

Ethic 03



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การวิจัย เรื่อง การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา : กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่นภูริทัตโต
วันให้คำยินยอม วันที่ ๒๖ เดือน กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วม
โครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้
และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้า
พอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความ
ความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม
(พระศาสนโสภณ (พิจิตร ฐิตวณฺโณ))

ลงนาม.....พยาน
(.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย
(.....)

๒๓-๒๔

Ethic 03



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การวิจัย เรื่อง การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา : กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่นภูริทัตโต
 วันให้คำยินยอม วันที่ ๒๐ เดือน ๗ ค.ศ. ๒๕๖๐ พ.ศ. ๒๕๖๐

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
 วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วม
 โครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้
 และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้า
 พอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความ
 ความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม
 (พระครูสมุห์สุชิน ปริบูรณ์)

ลงนาม.....พยาน
 (.....)

ลงนาม.....ผู้ทำวิจัย
 (.....)

๑๑-๑๒

Ethic 03



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การวิจัย เรื่อง การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา : กรรมฐานสายพระอรหันต์มณเฑียรที่วัดโต
วันให้คำยินยอม วันที่ ๑๕ เดือน ๗ ค.ศ. ๒๕๖๐

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย
วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วม
โครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้
และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบต่อ ข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้า
พอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความ
ความเต็มใจ

ลงนาม..... ผู้ยินยอม

(พระอาจารย์อนันต์ กิณนโท)



ลงนาม..... วัฒนาขันธ์

(.....)

ลงนาม..... ผู้ทำวิจัย

(.....)

Ethic 03



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การวิจัย เรื่อง การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา: กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

วันที่ให้คำยินยอม วันที่ 9 เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบต่อ ข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม..... พระครูสิทธิสังวรผู้ยินยอม
(พระครูสิทธิสังวร (วีระ ฐานวิโร))

ลงนาม..... พยาน
(.....)

ลงนาม..... นาง พก นาย พกผู้ทำวิจัย
(..... นาง พก นาย พก))



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

การวิจัย เรื่อง การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา : กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

วันที่ให้คำยินยอม วันที่ ๕ เดือน ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๐

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัยถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบต่อ ข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม..... พช. วิไลลักษณ์ จรรยาธรรม, อ.พ. ผู้ยินยอม
(พระครูวิไลศกาศญาณธรรม (เล็ก สุริยมปัญญา))

ลงนาม..... พยาน
(.....)

ลงนาม..... ทพ. ทน มนระ ผู้ทำวิจัย
(..... ทพ. ทน มนระ)