

การศึกษารูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของ
วัดเนินพระเนาวนาราม ตำบลโพธิ์ชัย อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย

A STUDY OF MEDITATION PRACTICE PATTERN OF
NOEN PHRA NA WANARAM TEMPLE, PHO CHAI SUBDISTRICT,
MUEANG DISTRICT, NONG KHAI PROVINCE

พระมหาประหยัด ปัญญาโร

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์คือ เพื่อศึกษารูปแบบการสอนกรรมฐานของพระพุทธเจ้าในสมัยพุทธกาล เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาของวัดเนินพระเนาวนารามและรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดเนินพระเนาวนาราม อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย และเพื่อศึกษาการเผยแผ่แนวปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดเนินพระเนาวนาราม อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย

รูปแบบการสอนกรรมฐานของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏในพระไตรปิฎก พบว่าพระพุทธเจ้ามีรูปแบบในการสอนกรรมฐาน 11 รูปแบบ

รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดเนินพระเนาวนาราม อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย พบว่า สำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดเนินพระเนาวนาราม มีแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ รูปแบบการปฏิบัติเน้นการกำหนดการเคลื่อนไหวอริยาบถทั้งสิ้น มีขั้นตอนในการเจริญสติเรียกว่า การเจริญสติด้วยการ “สร้างจังหวะ” มีคำบริกรรมว่า “ไหว-นิ่ง”

การเผยแผ่แนวปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดเนินพระเนาวนาราม พบว่า วัดเนินพระเนาวนาราม มีสำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่เป็นสาขา จำนวน 14 สาขา

สาเหตุของความสนใจแนวปฏิบัติวัดเนินพระเนาวนาราม พบว่า แนวคำสอนมีความสอดคล้องกับพระไตรปิฎก เป็นสำนักปฏิบัติที่อยู่ใกล้บ้านและมีความสัปปายะ และมีความศรัทธาในปฏิปทาของเจ้าสำนัก

แนวการสอนที่ทำให้เกิดความสนใจ พบว่า เป็นแนวการสอนที่สามารถพิจารณา
สภาวะธรรมได้โดยตรง โดยเน้นการเจริญสติและการพิจารณารูปนาม

การเปลี่ยนแปลงและผลที่ได้รับหลังจากการปฏิบัติ พบว่า ด้านจิตใจ ทำให้มีสติ
มากขึ้น ไม่ว้าวามโกรธง่าย สามารถควบคุมใจตนเองได้เมื่อพบกับการสูญเสีย หรือได้รับสิ่งที่ไม่
พึงพอใจ ด้านร่างกาย ตัวเบาสบาย ไม่อึดอัด บุคลิกภาพดีขึ้น ไม่ลุ่มลุ่มกรุ่น มีสติในการดำเนิน
ชีวิตประจำวันมากขึ้น

Abstract

The purpose of this research is to study the teaching of meditation in
Buddha period, to study the history of Wat Noen phra noun and Vipassana
practice model of Wat Noen phra noun and to study the propagation of
Vipassana practice of Wat Noen phra noun Amphoe Muang, Nong Khai province.

The meditation teaching model of Lord Buddha appeared in Tripitaka
were found The Buddha taught a form of meditation 11 format.

The model of Vipassana practice Wat Noen phra noun were found
institute Vipassana practice of Wat Noen phra noun along the way of
Satipatthana 4. The model focuses on four bodily movement fixations. The
process of mindfulness by set in mind that “Wai-Ting”

The propagation of Vipassana practice of Wat Noen phra noun were
found institute Vipassana practice of Wat Noen phra noun has 14 sect.

Cause of satisfaction in Vipassana practice of Wat Noen phra noun were
found the teachings is consistent with Tripitaka. Office is close to home and
Sappaya, and have faith in Owner of institute.

The teaching approaches that lead to satisfaction were found that can
be considered directly in Dhamma condition. By focus on mindfulness and
considered a Rupa- nom.

Changes and results were found the Mind is to concentrate more than early, not easily angered, can control the mind themselves on the losses or get something that is not satisfied.

บทนำ

กรรมฐานในพระพุทธศาสนามี 2 ประการคือ สมถกรรมฐานกับวิปัสสนากรรมฐาน แต่กรรมฐานที่แท้จริงในพระพุทธศาสนา มีเพียงวิปัสสนากรรมฐานเท่านั้น ส่วนสมถกรรมฐานเป็นกรรมฐานมีมาก่อนพระพุทธศาสนา เช่น อาฬารดาบสกาลามโคตร บำเพ็ญสมณะจนได้ถึงระดับอรุณานิยามที่ 3 อุททกดาบสราโมบุตร บำเพ็ญสมณะได้ถึงอรุณานิยามที่ 4 แต่พระพุทธเจ้านำสมถกรรมฐานมาเป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนา เพราะทรงเห็นว่าสมถกรรมฐานสามารถเป็นบาทฐานไปสู่วิปัสสนาได้ ผลที่ต้องการจากสมณะตามหลักพระพุทธศาสนา ก็คือการสร้างสมาธิ เพื่อใช้เป็นบาทฐานของวิปัสสนา จุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาสำเร็จได้ด้วยวิปัสสนา คือ การฝึกอบรมปัญญาที่มีสมาธินั้นเป็นบาทฐาน (**พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), 2551**) นั่นเอง ดังนั้น การสอนกรรมฐานของพระพุทธเจ้าจึงมีทั้งส่วนที่เป็นสมถกรรมฐาน และส่วนที่เป็นวิปัสสนากรรมฐาน พระสูตรที่พระพุทธองค์ทรงสอนสมถกรรมฐาน เพื่อเป็นบาทฐานของวิปัสสนากรรมฐาน คือ อานาปานสติสูตร ซึ่งเบื้องต้นเป็นแนวปฏิบัติแบบสมณะ เบื้องปลายเป็นแนวปฏิบัติแบบวิปัสสนา ในยุคอรุณกถา พระอรุณกถาจารย์ได้จำแนกวิธีปฏิบัติกรรมฐานทั้ง 2 ประเภท เพื่อให้เห็นความแตกต่าง เรียกว่าอารมณ์กรรมฐาน คือ สมถกรรมฐานมีอารมณ์ 40 และท่านเรียกอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานว่า วิปัสสนาภูมิ 6 (**มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539**)

ปัจจุบัน มีสำนักปฏิบัติกรรมฐานเกิดขึ้นมากมายในประเทศไทย มีอาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิและประสบการณ์ ที่เรียกว่า เจ้าสำนัก มากมายหลายท่าน แนวคิด การตีความคำสอน ตลอดจนถึงเทคนิคและวิธีปฏิบัติต่าง ๆ ก็แตกต่างกันไป ทั้งนี้เพื่อให้ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุผลสำเร็จในการปฏิบัติได้ตามเป้าหมายที่กำหนด ซึ่งสามารถจำแนกสายปฏิบัติกรรมฐานในประเทศไทยออกเป็น 5 สาย คือ สายอานาปานสติ สายอรัญญกรรมฐานอีสาน สายธรรมกาย สายวัดมหาธาตุฯ และสายประยุกต์ (**วิริยา ชินวรณ์ และคณะ, 2543**)

สำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน วัดเนินพระเนาวนาราม อ.เมือง จ.หนองคาย จัดอยู่ในสายประยุกต์ โดยมีรูปแบบการปฏิบัติที่คล้ายคลึงกับสายวัดมหาธาตุฯ แตกต่างเพียงคำบริกรรม โดยใช้คำบริกรรมว่า “ไหว-นึ่ง” และมีรูปแบบการกำหนดการเคลื่อนไหวคล้ายกับสายของหลวงปู่เทียน จิตตสุโภ ทั้งนี้ เนื่องจากบูรพาจารย์ของสำนักปฏิบัติวัดเนินพระเนาวนาราม คือ พระมหาปาล อานนโท เคยศึกษาวิปัสสนากรรมฐานสายวัดมหาธาตุฯ มาก่อน จึงนำรูปแบบของวัดมหาธาตุฯ มาประยุกต์ตามแนวทางของตน จนมีความแพร่หลายในจังหวัดหนองคาย และสาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว ปัจจุบัน การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสายวัดเนินพระเนาวนาราม มีจำนวน 14 สาขา จึงเป็นที่น่าศึกษาว่า รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสายวัดเนินพระเนาวนาราม มีความเป็นมาและมีวิธีปฏิบัติอย่างไร อะไรคือปัจจัยที่ทำให้การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสายวัดเนินพระเนาวนาราม มีความแพร่หลายในจังหวัดหนองคายและประเทศลาว

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษารูปแบบการสอนกรรมฐานของพระพุทธรเจ้าในสมัยพุทธกาล
2. เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาของวัดเนินพระเนาวนารามและรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดเนินพระเนาวนาราม อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย
3. เพื่อศึกษาการเผยแผ่แนวปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดเนินพระเนาวนาราม อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ศึกษารูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดเนินพระเนาวนาราม อำเภอเมือง จังหวัดหนองคาย พบว่า สำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดเนินพระเนาวนาราม มีแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ โดยเน้นการพิจารณา รูปนาม ส่วนรูปแบบการปฏิบัติเน้นการกำหนดการเคลื่อนไหวอริยาบถทั้งสี่ ทั้งอริยาบถหลักและอริยาบถย่อย มีขั้นตอนในการปฏิบัติที่เรียกว่า การเจริญสติด้วยการ “สร้างจังหวะ” ในการลุก ยืน เดิน นั่ง นอน โดยกำหนดรู้การเคลื่อนไหวแต่ละจังหวะว่า ส่วนไหนเป็นรูป ส่วนไหนเป็นนาม

การเผยแพร่แนวปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดเนินพระเนาวนาราม พบว่า วัดเนินพระเนาวนาราม มีสำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่เป็นสาขาของวัดเนินพระเนาวนาราม จำนวน 14 สาขา

สาเหตุของความสนใจแนวปฏิบัติวัดเนินพระเนาวนาราม จากการสัมภาษณ์ศิษยานุศิษย์ที่เป็นเจ้าสำนักสาขาต่าง ๆ และผู้เข้าปฏิบัติในวัดเนินพระเนาวนาราม สรุปได้ว่าเป็นสำนักปฏิบัติที่อยู่ใกล้บ้านและมีความสบายะ การคมนาคมไปมาสะดวก ตลอดทั้งมีความศรัทธาในปฏิบัติของเจ้าสำนัก และแนวคำสอนสอดคล้องกับพระไตรปิฎก

แนวการสอนที่ทำให้เกิดความสนใจ สรุปได้ว่าเป็นแนวการสอนที่สามารถพิจารณาสภาวะธรรมได้โดยตรง เพราะเน้นการเจริญสติ เมื่อมีสติมั่นคง ทำให้พิจารณาสภาวะธรรมได้โดยง่าย ยังมีการเจริญสติมากขึ้น สามารถพิจารณาตามสติปัฏฐาน 4 ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

การเปลี่ยนแปลงและผลที่ได้รับหลังจากการปฏิบัติ สรุปได้ว่าการเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ ทำให้มีสติมากขึ้น ไม่วุ่นวายโกรธง่าย สามารถควบคุมใจตนเองได้เมื่อพบกับการสูญเสียหรือได้รับสิ่งที่ไม่ได้คาดหวัง การเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย ทำให้นอนหลับได้ง่ายขึ้น อาการปวดศีรษะได้หายไป ตัวเบาสบาย ไม่อึดอัด บุคลิกภาพดีขึ้น ไม่ลุ่มลุ่มกรุ่น

เอกสารอ้างอิง

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต). (2551). พุทธธรรม (ฉบับเดิม) พิมพ์ครั้งที่ 25.

กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วิริยา ชินวรรณ และคณะ. (2543). สมานในพระไตรปิฎก. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่ง

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.