

ศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรม

วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

A Study of the Insight Meditation Teaching Method of

Wat Yaichaimongkol, Ayutthaya Province

พระใบฎีกาณรงค์ฤทธิ์ จานวฑูโต, Phrabaideka Narongrit Thānavuddho¹

E-mail: nipa_016@hotmail.com

พระมหาบุญศรี ญาณวฑูโต, Phramaha Boonsri Nyanavuddho²

E-mail: nipa_016@hotmail.com

Received: March 6, 2021 Revised: March 12, 2021

Accepted: May 12, 2021

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของสารนิพนธ์เรื่อง “ศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา 2 เพื่อศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรม วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการสอนวิปัสสนาภาวนาของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคล ตำบลคลองสวนพลู อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา มีรูปแบบการสอนกัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ พิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม โดยบริกรรมยูนหนอ-พองหนอที่เข้าคณะใหญ่หนกลาง คือ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ) มีนโยบายให้สอนกัมมัฏฐานตามรูปแบบที่มีพระไปอบรมเป็นพระวิปัสสนาจารย์จากศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมโมลี อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมาเป็นต้นแบบ ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรม การมีสติโดยการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันได้อย่างมีความสุข

¹ สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย/Palissueksabuddhaghosa Nakronprathum compus Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

² สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหามกุฏราช / Mahamakut Buddhist University.

คำสำคัญ: (การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน), (สำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคล)

Abstract

This article was a part of research paper entitled ‘A Study of the insight meditation teaching Method of Wat Yaichaimongkol, Ayutthaya Province’ aiming at study the form of insight meditation teaching and to study the form of insight meditation teaching conducted by Meditation Center of Wat Yaichaimongkol, Ayutthaya Province. The findings showed that the form of insight meditation teaching conducted by Meditation Center of Wat Yaichaimongkol, Ayudhya province. was consistent with *Mahāsatipaṭṭhāna* or Four Foundations of Mindfulness. i.e. an observing body. feeling. mind and mental formations applying the word ‘Yup nor. Pong nor’ which was guided by Somdet Phra Buddhachinawong (Upasamamahather) recognized by the Insight Master Training course held at Dhammoli Meditation Center, Pakchong district, Nakhon Ratchasima province as its original model. This model implies both of worldly and Dhammic knowledge for righteous living with being mindful in all activities while living applying the teaching of *Mahāsatipaṭṭhāna* in everyday life for the sake of happily life in present society.

Keywords: (Insight Meditation Teaching), (Meditation Center of Wat Yaichaimongkol)



1. บทนำ

วัดใหญ่ชัยมงคลมีความผูกพันกับประวัติศาสตร์สมัยสมเด็จพระนเรศวรมหาราช ด้วย กล่าวคือ ในปี พ.ศ. 2135 เมื่อสมเด็จพระนเรศวรมหาราชทรงทำศึกยุทธหัตถีชนะพระมหาอุปราชแห่งพม่าที่ตำบลหนองสาหร่าย เมืองสุพรรณบุรี ทรงสร้างพระเจดีย์ใหญ่ขึ้นที่วัดนี้เป็นอนุสรณ์แห่งชัยชนะ การสร้างพระเจดีย์อาจสร้างเสริมพระเจดีย์เดิมที่มีอยู่หรืออาจสร้างใหม่ทั้งองค์ก็ได้ ไม่มีหลักฐานแน่นอนขนานนามว่า “พระเจดีย์ชัยมงคล” แต่ส่วนใหญ่เรียกว่า “พระเจดีย์ใหญ่” ฉะนั้นนานวันเข้าวัดนี้จึงเรียกชื่อเป็น “วัดใหญ่ชัยมงคล”³ และเมื่อคราวเสียกรุงศรีอยุธยาครั้งที่ 2 บ้านเมืองถูกกองทัพพม่าเผาทำลาย วัดใหญ่ชัยมงคลจึงถูกทิ้งร้างไปในที่สุด ต่อมาในสมัยรัตนโกสินทร์จึงมีการบูรณปฏิสังขรณ์และมีภิกษุสงฆ์จำพรรษาดังเช่นในปัจจุบัน

ในปี พ.ศ. 2500 มีเปิดสอนการปฏิบัติธรรมแบบอานาปานสติ บริกรรมภาวนาแบบพุทฺ-โธ ต่อมาภายหลังประมาณปี พ.ศ. 2536 พระครูอาทรบุญญวิสุทธ์ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสในขณะนั้นเป็นอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนา ได้นำการสอนแบบยุบหนอ – พองหนอ เข้ามาอบรมสอนโยคีที่เข้ามาปฏิบัติธรรมเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน โดยมีศาลาปฏิบัติธรรม 2 หลัง อาคารที่พักชาย 1 หลัง (หลังใหญ่) อาคารที่พักหญิง 12 หลัง และอาคารที่พักขนาดใหญ่ 1 หลัง มีห้องน้ำอย่างเพียงพอ สามารถรับรองผู้มาปฏิบัติธรรมได้คราวละ 200-500 คน มีเสนาสนะที่พัก มีที่นั่งอยู่เดี่ยว และอยู่รวม โดยจัดแยกไม่ปะปนกัน ระหว่างชายหญิง เสนาสนะบางส่วน จัดสร้างเป็นรูปแบบไทย เพื่อให้กลมกลืนกับโบราณสถาน และให้เหมาะสมกับแผ่นดินกรุงศรีอยุธยา มีถนนเข้าออกสะดวก

การอบรมวิปัสสนากัมมัฏฐาน ณ วัดใหญ่ชัยมงคล⁴ ยังมีกิจกรรมส่งเสริมคุณธรรมจริยธรรมแก่ทุกกลุ่มเป้าหมาย ที่จะนำหลักธรรมของศาสนาไปปรับใช้ในวิถีชีวิต เสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของประชาชน โดยการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจ มีกระบวนการขั้นตอนเพื่อให้เกิดสมาธิ สติ และปัญญา จัดปฏิบัติธรรมเป็นประจำทุกวัน และในช่วงวันหยุดตามเทศกาลต่าง ๆ และการปฏิบัติระยะสั้นคราวละ 3 วัน 2 คืน ให้ผู้ปฏิบัติธรรมเจริญกัมมัฏฐาน ดูลมหายใจเข้าออก ให้สงบเป็นสมาธิ และปัญญาพิจารณา ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจในเรื่อง รูป-นาม คือ กาย

³ กรมศิลปากร, พระราชพงศาวดารกรุงศรีอยุธยา ฉบับพันจันทนุมาศ (เจิม), (กรุงเทพมหานคร: กรมศิลปากร, 2545), หน้า 255.

⁴ ภูธร ภูมะธนะ, กลุ่ณสามัคคี วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท กู๊ดเฮด พรินท์ติ้ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง กรุ๊ป จำกัด, 2560), หน้า 23.

และใจ มีสติมีปัญญามากขึ้น สามารถนำสิ่งที่เรียนรู้จากวิปัสสนากัมมัฏฐานไปใช้ให้สอดคล้องกับชีวิตประจำวัน เพื่อจะได้ทำให้ไม่ต้องอยู่อย่างทุกข์กายทุกข์ใจในโลกภายนอก โดยยึดหลักมหาสติปัฏฐานสูตร⁵ เป็นหลักปฏิบัติในการสอนตามแนวทางพระพุทธศาสนา

ในปีที่ผ่านมา วัดใหญ่ชัยมงคลได้รับปฏิบัติธรรมมาแล้วไม่ต่ำกว่า 400 คน นับได้ว่าสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลเป็นที่นิยมและมีชื่อเสียงแก่ผู้ปฏิบัติธรรมโดยทั่วไป จึงมีประเด็นที่น่าสนใจว่า สำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลมีวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน มีการสอน การอบรมระยะสั้น เป็นอย่างไรบ้าง ผู้วิจัยมองเห็นสภาพปัญหาและต้องการแสวงหาคำตอบในเรื่องการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก หรือในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาเฉพาะการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งมีประเด็นที่สัมพันธ์กับการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานว่ามีรายละเอียดอย่างไรบ้าง

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงทำการวิจัยเรื่อง รูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรม วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อแก้ไขความเคลือบแคลงสงสัยในประการต่าง ๆ ให้มีความกระจ่างชัด อีกทั้งยังเป็นการเสริมสร้าง องค์ความรู้ใหม่ที่จะเป็นข้อมูลในเชิงวิชาการ เกื้อกูลและเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน อันจะเป็นประโยชน์ต่อความก้าวหน้าในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของพุทธศาสนิกชนสืบต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของสารนิพนธ์เรื่อง “รูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรม วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” สำหรับวัตถุประสงค์ที่ต้องการนำเสนอในบทความนี้มี 2 ข้อ คือ

2.1 เพื่อศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา

2.2 เพื่อศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรม วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

ในการศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรม วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ณ บัจุบันนี้ ผู้วิจัยกำหนดขั้นตอนการวิจัยต่าง ๆ ดังนี้

⁵ ที.ม. (ไทย) 10/372/301.

3.1 รวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ (Primary source) จากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค และข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary source) จากหนังสือ ตำรา บทความทางวิชาการ รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.2 เรียบเรียง ตรวจสอบความถูกต้อง และความน่าเชื่อถือของข้อมูล ตลอดจนจัดลำดับความสำคัญของแหล่งที่มา โดยเปรียบเทียบกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

3.3 กำหนดประเด็นเพิ่มเติม หรือรายละเอียดอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยการขอคำแนะนำจากผู้ทรงคุณวุฒิ และคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทาง

3.4 วิเคราะห์ สังเคราะห์ ข้อมูล และสรุปคำตอบปัญหาการวิจัย

3.5 ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ โดยการเข้าพบกับอาจารย์ที่ปรึกษา และคณาจารย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะทางเป็นระยะ ๆ

3.6 ปรับปรุง แก้ไขเนื้อหา ตามคำแนะนำของคณะกรรมการสอบสวนนิพนธ์ และดำเนินการตามขั้นตอนของบัณฑิตวิทยาลัย

4. ผลการวิจัย

4.1 รูปแบบการสนธิวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึง การเพียรภาวนาประพฤติกปฏิบัติ ในบุคคลที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น และเพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญงอกงามยิ่ง ๆ ขึ้นไป โดยการกำหนดรู้ในความเป็นไปของรูปนามกายใจนี้ ที่มีอยู่ปรากฏอยู่ตามธรรมชาติที่เกิดขึ้นมา โดยไม่มีการตัดแปลงแก้ไขใด ๆ ทั้งสิ้น ด้วยความเพียรพยายามจนกระทั่งวิปัสสนาญาณเกิดขึ้น เห็นอาการเกิดขึ้น และดับไปของอาการนั้น ๆ ความรู้เห็นเช่นนี้ คือ การเห็นความเป็นจริงของสภาวะธรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น โดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจังความไม่เที่ยง ทุกขังความเป็นทุกข์ อนัตตา ความไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน⁶ อันเป็นเหตุให้สิ้นอาสวะกิเลสทั้งหลาย หมายถึงพระนิพพาน อันเป็นหลักธรรมคำสั่งสอนขององค์ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เช่นนี้ เรียกว่า วิปัสสนากัมมัฏฐาน

หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานสติปัฏฐาน 4 คือ การมีสติรับรู้ความเป็นไปของรูปนามกายใจ ตามธรรมชาติที่มีอยู่ เป็นอยู่ในปัจจุบันขณะนั้น แยกได้เป็น 4 หมวด ดังนี้ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการมีสติรับรู้ตั้งมั่นในกายที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การมีสติรับรู้ตั้งมั่นในเวทนาที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การมี

⁶ ที.ม. (ไทย) 10/329/214,402/266

สตรียุติธรรม ในจิตที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน และธัมมานุสัสสนาสติปัญญา⁷ คือ การมีสตรียุติธรรม ในธรรมที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

รูปแบบการสอนและความมุ่งหมายที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาททำให้ทราบว่าการสอนและรูปแบบที่เป็นพุทธวิธีการสอนนั้น พระพุทธองค์ทรงเน้นสอนตาม จริต อุปนิสัย และอินทรีย์ ของแต่ละบุคคลที่ได้สร้างและสะสมมาเป็นหลักในการสอนเช่น พระพุทธองค์ได้อุปุพพิกถามีผลทำให้มารดาและภรรยาเก่าของพระยสะได้ธรรมจักขุ เป็นเตวาจิกอุบาสิกาผู้แรกในโลก⁸ พระพุทธองค์ทรงประยุกต์ตามเหตุการณ์ในปัจจุบันเลย เลยนำมาเป็นรูปแบบแนวทางหลักการปฏิบัติ และจัดเป็นรูปแบบการสอนขึ้นในปัจจุบัน ซึ่งมีความแตกต่างกันไปในแต่ละสำนัก

รูปแบบการสอนอบรมของพระพุทธเจ้า ก็มีความแตกต่างกันไปของแต่ละบุคคล อย่างเช่น พระมหาโมคคัลลานะ เมื่อครั้งปฏิบัติก็มีแต่ความง่วงเข้าครอบงำ พระพุทธองค์ก็ตรัสสอนอุบายแก้ง่วงด้วยวิธีแตกต่างกันไป เมื่อกำหนดแล้วเกิดความง่วง ให้กำหนดนึกให้มาก หากยังไม่หายง่วง ก็ตรีกตรองพิจารณาถึงธรรมต่าง ๆ ที่ได้ศึกษาจนขึ้นใจ หากยังไม่หายง่วง ก็ท่องสาธยายธรรมตามที่ได้ศึกษามา หากยังไม่หายง่วงก็แยงหูทั้ง 2 ข้างและเอาฝ่ามือลูบตัว เป็นต้น จนกระทั่งวิธีสุดท้าย หากยังไม่หายง่วง ก็ให้นอนอย่างมีสติสัมปชัญญะและตั้งใจไว้ว่าจะลุกขึ้น พอตื่นก็ให้รีบลุกขึ้นทันที⁹ ด้วยความตั้งใจจะไม่หาความสุขจากการนอนจากการเอนอิง พระพุทธองค์ทรงใช้พุทธวิธีไปตามลำดับขั้นตอนเพื่อแก้อาการง่วงที่เกิดขึ้น ซึ่งมีเทคนิคต่าง ๆ เป็นสิ่งใกล้ตัวมองเห็นได้ง่าย ใช้ใน การเป็นอุบายแก้ง่วง

อานิสงส์ของการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมเจริญสติปัญญา 4 อย่างต่อเนื่องทุกคืนวัน เต็มที่ทุกเวลา ทุกวินาทีที่ผ่านไปด้วยสติที่มีการกำหนดรับรู้อารมณ์ชาติที่มีอยู่ที่เป็นอยู่ได้ ย่อมได้รับอานิสงส์ทั้ง 7 ดังที่กล่าวมานี้ และดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัญญาทั้ง 4 ตลอด 7 ปี พึงหวังผล 2 ประการอย่างใดอย่าง

⁷ ที.ม. (ไทย) 10/382/316.

⁸ พระครูปริยัติธรรมวงศ์, วิเคราะห์พุทธปนิธานกับการพัฒนารูปแบบการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเชิงพุทธบูรณาการของคณะสงฆ์ไทยปัจจุบัน, **วารสารมหาจุฬาริชาการ**, ปีที่ 2 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม – ธันวาคม 2558) หน้า 19.

⁹ บรรณจบ บรรณรุจิ, **อสีติมหาสาวก**, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2544) หน้า 311-313.

หนึ่ง คือ พระอรหันต์ตถาคตในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ ก็จักเป็นอนาคามี ในปัจจุบันชาตินี้อย่าง แน่นนอน¹⁰

4.2 รูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ประวัติโดยสังเขปของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลทำให้รู้ว่า เป็นสำนักปฏิบัติธรรมที่มีการสอนมานานกว่า 20 ปี เป็นการยืนยันได้ว่าสำนักแห่งนี้มีประสบการณ์ ในการสอนธรรมนำ ปฏิบัติให้แก่ผู้ที่ต้องการประพฤติปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ได้เป็นอย่างดี และมีขั้นตอนรูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานที่ชัดเจน เป็นไปตามลำดับไป

รูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคล ก็มีการสอน การกำหนดรู้ในสติปัฏฐานภาวนา มีรูปแบบการสอนการกำหนดที่ละเอียดลึกซึ้งมาก ให้ผู้ปฏิบัติธรรม ได้รู้หลักการกำหนดและเข้าใจการกำหนดมากยิ่งขึ้นตลอดเวลาที่อยู่ประพฤติปฏิบัติธรรมอยู่ในสำนัก ปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลแห่งนี้ โดยทุก ๆ อาการความเป็นไปของกายและใจหรือจิตนี้ไม่ว่าจะดีหรือไม่ดี ต้องให้มีสติในการรับรู้และกำหนดติดตามดูอาการที่เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องไปไม่ให้ขาดสายเลย เปรียบเสมือนไซ้ตรวนที่ห้วงไซ้ทุกห้วงคล้องติดกัน เกิดเป็นไซ้ตรวนที่ยาว ไม่หลุดขาดออกจากกันเป็นข้อ ๆ การกำหนดก็เช่นเดียวกันต้องกำหนดติดต่อกันไปไม่ให้ขาดสายเลย เพื่อส่งให้อินทรีย์มีกำลังมากขึ้นก็ส่งให้วิปัสสนาญาณพัฒนาขึ้นไปตามลำดับ ไม่ช้าไม่นานก็จะก้าวข้ามจากปุถุชนไปสู่อริยะชน ได้ และพัฒนาอื่น ๆ ขึ้นไปตรากจนเข้าสู่มรรค ผล นิพพาน อันเป็นที่สิ้นไปแห่งกิเลสทั้งหลาย แต่ก่อนที่ผู้ปฏิบัติทุกท่านจะก้าวข้ามไปถึงจุดนั้น

โยคีผู้ปฏิบัติธรรมที่วัดใหญ่ชัยมงคลทุกท่าน ถ้าเป็นพระภิกษุสามเณร จะต้องมีหนังสือส่งตัวจากพระผู้ใหญ่ ระดับเจ้าอาวาส เจ้าคณะตำบลขึ้นไปมาด้วย เพื่อเป็นสิ่งย้ำเตือนให้ตั้งใจประพฤติปฏิบัติ ไม่ให้เสียชื่อเสียงของครูบาอาจารย์ผู้ฝากมา¹¹ ถ้าอุบาสก อุบาสิกา ต้องประพฤติปฏิบัติตามกฎตามระเบียบต่าง ๆ ที่ทางสำนักวัดใหญ่ชัยมงคลได้ให้ไว้ โดยไม่มีข้อยกเว้น ไม่มีสิทธิ์พิเศษ ทุกรูปทุกคนเหมือนกันหมดในข้อตกลงที่จะอยู่ประพฤติปฏิบัติ แรกเริ่มผู้ปฏิบัติอาจจะรู้สึกอึดอัด กัดดัน แต่ขอให้ทำใจยอมรับและอดทนกำหนดไป เมื่อเราอยู่

¹⁰ ที.ม. (ไทย) 10/405/340.

¹¹ คณะอุบาสก-อุบาสิกาวัดใหญ่ชัยมงคล, *คู่มือสวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็นวัดใหญ่ชัยมงคล*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท กู๊ดเฮด พรินท์ติ้ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง กรุ๊ป จำกัด, 2561), หน้า 15.

ประพจน์ ปฏิบัตินานวันนานเดือนมากขึ้นเราก็จะชินกับกฎระเบียบข้อตกลงเหล่านี้ แต่ถ้าผู้ปฏิบัติธรรมมีความ ต้องการที่จะปฏิบัติอยู่แล้ว กฎระเบียบพวกนี้ก็ไม่มีผลต่อผู้ปฏิบัติธรรมเลย แต่จะทำให้ผู้ปฏิบัติมี ความก้าวหน้าในการประพฤติปฏิบัติได้อย่างรวดเร็ว เพราะระเบียบข้อบังคับต่าง ๆ เป็นการส่งเสริม การปฏิบัติของผู้ปฏิบัติธรรมเอง

รูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลนั้น มีข้อสังเกตอย่างหนึ่ง คือ การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานที่วิปัสสนาจารย์ หรือบุคคลที่ได้รับมอบหมายแต่งตั้ง ให้ทำหน้าที่สอนอบรม เพื่อช่วยให้คำแนะนำ ช่วยวินิจฉัย และประเมินผลการปฏิบัติ ให้ปฏิบัติถูกต้อง และตรงกับสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น¹² ฉะนั้นผู้เป็นพระวิปัสสนาจารย์ มีความสำคัญและ มีส่วนช่วยในการสอนเป็นอย่างมากในการสอน สิ่งที่พระอาจารย์สอนมาดัดแปลงยกตัวอย่างในการเปรียบเทียบที่ช่วยทำให้เกิดความเข้าใจชัดเจน ต้องผ่านการปฏิบัติวิปัสสนามาจนเกิดความรู้ความเข้าใจอย่างซึ้งของทุกคน และมีคนประพฤติปฏิบัติมีความกระจำใจในการปฏิบัติมากมานำเป็นแบบอย่างที่ดี แม้กระทั่งผู้ที่ช่วยงานอยู่ในวัดรวมทั้งคนงาน ก็ต้องผ่านการปฏิบัติวิปัสสนามาบ้างทุกคน

ขั้นตอนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลนั้นนั้นพบว่ามีการสอนที่เป็นขั้นตอนที่ชัดเจน ว่า การรับกัมมัฏฐาน คือ การรับรู้หลักวิธีการประพฤติปฏิบัติธรรมวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักที่สำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลนี้สอน การรับกัมมัฏฐานด้วยการอ่านหนังสือวิธีเจริญมหารัตนวิปัสสนา ซึ่งเป็นการให้กัมมัฏฐาน โดยพระวิปัสสนาจารย์ผู้ทำหน้าที่สอนและสอบอารมณ์ รับกัมมัฏฐานด้วยการอ่านหรือว่าตามที่วิปัสสนาจารย์กล่าวนำศึกษาทำความเข้าใจ จดจำหลักและวิธีการปฏิบัติทั้งหมดที่ ท่านได้ให้ไว้ในหนังสือแล้วลงมือปฏิบัติตาม หลังจากนั้น ให้หมั่นอ่านทบทวน หมั่นตรวจสอบดูว่า เรา ได้ปฏิบัติตามหลักการและวิธีการปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง ตรงกันกับที่พระอาจารย์ได้ให้ไว้ในหนังสือเล่มนี้ หรือไม่ การรับกัมมัฏฐานด้วยการดูวิธีสาธิตการปฏิบัติ ซึ่งเป็นการให้กัมมัฏฐานโดยพระวิปัสสนาจารย์¹³ และก่อนเข้ารับการปฏิบัติต้องทำอะไรปฏิบัติอย่างไร ผู้ปฏิบัติธรรมที่เพิ่งมาใหม่ก็จะเข้าใจได้งายและปฏิบัติตามได้ทันที ส่วนผู้ปฏิบัติธรรมที่เคยมาแล้วก็สามารถปฏิบัติต่อเนื่องได้เลย

¹² คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **ธรรมะภาคปฏิบัติ 1**, (กรุงเทพมหานคร:มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551), หน้า 158.

¹³ พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมจารย์ (นิรันดร์ อภิปัญโญ), **คู่มือพระวิปัสสนาจารย์**, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, 2561), หน้า 20.

การกำหนดในการปฏิบัติ คือ การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 ได้แก่ ฐานกาย ฐานเวทนา ฐานจิต และฐานธรรม¹⁴ ในขณะที่นั่งสมาธิก็ให้ลำตัวนั้นมีความตั้งตรงเป็นแนวเดียวกัน เมื่อนั่งสมาธิตั้งกายตรงเป็นอันดีแล้ว ให้กำหนดเอามือทั้งสองข้างวางซ้อนทับกันไว้บนตัก โดยหงายมือข้างซ้ายวางไว้ด้านล่าง เอามือข้างขวาวางซ้อนทับไว้ด้านบน ให้นิ้วหัวแม่มือทั้งสองซ้อนเหลื่อมกันเพียงเล็กน้อย ตามความสมควรแก่กายภาพของแต่ละคน¹⁵ ไม่ว่าจะทำอะไรทุกอย่างที่ยังอยู่ในวัดใหญ่ชัยมงคลต้องมีสติในการกำหนดทุกอย่าง ห้ามปล่อยกาย ปล่อยใจ ปฏิบัติตามใจตนเองไม่ได้เลย ต้องมีสติให้ได้มากที่สุด เช่น ในระหว่างที่กำหนดรู้อาการของอาการยุบ หรืออาการนั้ง อาการถูก อารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งอยู่นั้น หากมีอาการอื่นใดเกิดขึ้นทางทวารทั้ง 6 กล่าวคือ ทุกครั้งที่เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น รุส รุสสัมผัส หรือทุกครั้งที่เกิดนึก จิตคิด ไม่ว่าจะสภาวะอารมณ์นั้นจะเป็นรูป หรือนามก็ตาม ต้องจดจ่อกำหนดรู้ให้หมดทุกสภาวะ ทุกอารมณ์ที่เกิดขึ้นตามที่จิตรับรู้ในขณะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมจะต้องกำหนดรู้สภาวะทุกอย่างที่เป็นอารมณ์ของสติปัฏฐาน 4 ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ ได้แก่อาการเคลื่อนไหวทางกายต่าง ๆ ความรู้สึกในอารมณ์ หรือเวทนาต่าง ๆ จิตนึกคิด และสภาวะของจิตต่าง ๆ ตลอดจนสภาวะธรรมของรูปนามที่เกิดขึ้นทั้งหมดอย่างต่อเนื่อง ขณะอยู่ในอิริยาบถทั้ง 4 คือ ยืน เดิน นั่ง และนอน ต้องกำหนดรู้ทุก ๆ สภาวะของทั้งรูปและนามที่เกิดขึ้นในทุก ๆ อิริยาบถด้วยเช่นกัน พระพุทธองค์ทรงแสดงการกำหนดรู้อิริยาบถย่อยไว้โดยละเอียด ไม่ว่าจะเป็นการก้าวไปข้างหน้า การถอยไปข้างหลัง การมองไปด้านหน้า การเหลียวไปด้านหลัง การคู้ การเหยียด การหยิบจับสิ่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ การทำความสะอาด การอาบน้ำ การซักเสื้อผ้า การถ่ายหนัก การถ่ายเบา เป็นต้น เพื่อไม่ให้กิเลสเกิดแทรกขึ้นมาได้ ต้องตามกำหนดรู้สภาวะให้ละเอียด ต่อเนื่องกัน ไปทุก ๆ อาการความเคลื่อนไหวในทุก ๆ อิริยาบถ พยายามเฝ้าตามกำหนดรู้สภาวะให้หมด ไม่ให้เหลือ ไม่มีเว้น ภายในเวลาไม่นาน ก็จะสามารรู้แจ้งพระไตรลักษณ์ บรรลุถึงมรรคญาณ ผลญาณ และ พระนิพพานได้อย่างแน่นอน

5. บทสรุป

รูปแบบการสอนวิปัสสนาภาวนา คือ การสอนให้เพียรภาวนาประพฤติปฏิบัติในกุศลที่ยังไม่เกิดขึ้นให้เกิดขึ้น และเพียรรักษากุศลที่เกิดขึ้นแล้วให้เจริญงอกงามยิ่ง ๆ ขึ้นไป โดยการกำหนดรู้ในความเป็นไปของรูป-นาม ตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ การมีสติรับรู้ความเป็นไป

¹⁴ ที.ม. (ไทย) 10/382/316.

¹⁵ พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **มหาสติปัฏฐาน ทางสู่พระนิพพาน**, แปลโดย พระคันธสา-ราภิวังศ์, พิมพ์ครั้งที่ 3, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วน จำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์, 2551), หน้า 43.

ของรูป-นาม ตามธรรมชาติที่มีอยู่ เป็นอยู่ในปัจจุบันขณะนั้น ซึ่งมี 4 ฐาน คือ ฐานกาย ฐานเวทนา ฐานจิต และฐานธรรม พระพุทธองค์ทรงเน้นสอนตามจริต อุปนิสัย และอินทรีย์ของแต่ละบุคคลที่ได้สร้างและสะสมมาเป็นหลักในการสอน ส่วนรูปแบบการสอนวิปัสสนาภาวนาของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคล ตำบลคลองสวนพลู อำเภอพระนครศรีอยุธยา จังหวัดพระนครศรีอยุธยา มีรูปแบบการสอนกัมมัฏฐานตามหลัก สติปัฏฐาน 4 คือ พิจารณากาย เวทนา จิต และธรรม โดยปริกรรมยุบหนอ-พองหนอที่ใจคณเฑาะใหญ่หนกลาง คือ สมเด็จพระพุทธิชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) มีนโยบายให้สอนกัมมัฏฐานตามรูปแบบที่มีพระไปอบรมเป็นพระวิปัสสนาจารย์จากศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมโมลี อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมาเป็นต้นแบบ ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตทั้งทางโลกและทางธรรม การมีสติโดยการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน 4 สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตในสังคมปัจจุบันได้อย่างมีความสุข

6. องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาเรื่อง ศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ทำให้สามารถสรุปผลการศึกษาวิจัยได้เป็นองค์ความรู้เพื่อเป็นแนวทางการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อเป็นผลสำเร็จอย่างเป็นรูปธรรมเพื่อสร้างภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่สำนักปฏิบัติธรรมโดยส่วนรวม ดังนั้น องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ คือ

(1) การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลนั้น มีข้อสังเกตอย่างหนึ่ง คือ การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานที่วิปัสสนาจารย์ หรือบุคคลที่ได้รับมอบหมายแต่งตั้ง ให้ทำหน้าที่สอบอารมณ์ เพื่อช่วยให้คำแนะนำ ช่วยวินิจฉัย และประเมินผลการปฏิบัติ ให้ปฏิบัติถูกต้อง และตรงกับสภาวะธรรมที่เกิดขึ้น

(2) ขั้นตอนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลนั้น มี รูปแบบการสอนที่เป็นขั้นตอนที่ชัดเจนว่า การรับกัมมัฏฐาน คือ การรับรู้หลักวิธีการประพาสปฏิบัติธรรมวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักที่สำนักปฏิบัติธรรมวัดใหญ่ชัยมงคลนี้สอน การรับกัมมัฏฐานด้วยการอ่านหนังสือวิธีเจริญมहाสติปัฏฐานซึ่งเป็นการให้กัมมัฏฐาน โดยพระวิปัสสนาจารย์ผู้ทำหน้าที่สอนและสอบอารมณ์

(3) การรับกัมมัฏฐานด้วยการดูวิธีสาธิตการปฏิบัติ ซึ่งเป็นการให้กัมมัฏฐานโดยพระวิปัสสนาจารย์และก่อนเข้ารับการปฏิบัติต้องทำอะไรปฏิบัติอย่างไร ผู้ปฏิบัติธรรมที่เพิ่งมา

ใหม่ก็จะเข้าได้ง่ายและปฏิบัติตามได้ทันที ส่วนผู้ปฏิบัติธรรมที่เคยมาแล้วก็สามารถปฏิบัติต่อเนื่องได้เลย

(4) การกำหนดในการปฏิบัติ คือ การปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 ได้แก่ ฐานกาย ฐานเวทนา ฐานจิต และฐานธรรม ในขณะที่นั่งสมาธิก็ให้ลำตัวนั้นมีความตั้งตรงเป็นแนวเดียวกัน เมื่อนั่งสมาธิตั้งกายตรงเป็นอันดีแล้ว ให้กำหนดเอามือทั้งสองข้างวางซ้อนทับกันไว้บนตัก โดยหงายมือข้างซ้ายวางไว้ด้านล่าง เอามือข้างขวาวางซ้อนทับไว้ด้านบน ให้นิ้วหัวแม่มือทั้งสอง ซ้อนเหลื่อมกันเพียงเล็กน้อย ตามความสมควรแก่กายภาพของแต่ละคน ไม่ว่าจะทำอะไรทุกอย่างที่ยังอยู่ในวัดใหญ่ชัยมงคลต้องมีสติในการกำหนดทุกอย่าง ห้ามปล่อยกาย ปล่อยใจปฏิบัติตามใจตนเองไม่ได้เลย ต้องมีสติให้ได้มากที่สุด



เอกสารอ้างอิง

กรมศิลปากร. พระราชพงศาวดารกรุงศรีอยุธยา ฉบับพันจันทนุมาศ (เจิม).

กรุงเทพมหานคร: กรมศิลปากร.2545.

คณะอุบาสก-อุบาสิกาวัดใหญ่ชัยมงคล. คู่มือสวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็นวัดใหญ่ชัยมงคล.

กรุงเทพมหานคร: บริษัท กู๊ดเฮด พรินท์ติ้ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง กรุ๊ป จำกัด. 2561.

คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ธรรมะภาคปฏิบัติ 1.

กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2551.

ภูธร ภูมะธน. กลินสามัคคี วัดใหญ่ชัยมงคล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. กรุงเทพมหานคร:

บริษัท กู๊ดเฮด พรินท์ติ้ง แอนด์ แพคเกจจิ้ง กรุ๊ป จำกัด. 2560.

บรรณจบ บรรณรุจิ. อลิติมหาสาวก. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราช

วิทยาลัย. 2544.

พระครูปลัดสัมพิพัฒน์ธรรมมาจารย์ (นิรันดร์ อภิปุญโญ). คู่มือพระวิปัสสนาจารย์.

กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์. 2561.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). มหาสติปัฏฐาน ทางสู่พระนิพพาน. แปลโดย

พระคันธสาราภิวังศ์. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วน จำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์.

2551.

พระครูปริยัติธรรมวงศ์. วิเคราะห์พุทธปรัชญานิกายกับการพัฒนารูปแบบการเผยแผ่พระพุทธศาสนา

เชิงพุทธบูรณาการของคณะสงฆ์ไทยปัจจุบัน. วารสารมหาจุฬาริชาการ. ปีที่ 2 ฉบับ

ที่ 2 กรกฎาคม – ธันวาคม 2558.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. 2539.

