



# วิวัฒนาการการตีความคำสอนเรื่องสมาธิ ในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทในประเทศไทย

วริยา ชินวรรณ  
สุภัทร ปัญญาทีป  
บุรณ์ เกตุทัตสา  
พระสมศักดิ์ จันทสิโล

## บทนำ

พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่สำคัญมากศาสนาหนึ่งในทวีปเอเชีย และได้รับการเผยแผ่ยืนนานมั่นคงมากกว่า ๒,๕๐๐ ปี มีการปรับเปลี่ยนเพื่อให้สอดคล้องกับวัฒนธรรม ความเชื่อดั้งเดิมของแต่ละชนชาติ

พระพุทธศาสนาไทยเป็นพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท ซึ่งมีอุดมคติที่จะอนุรักษ์พระวินัย และหลักปฏิบัติต่างๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงบัญญัติไว้ตั้งแต่สมัยพุทธกาลมิให้มีความคลาดเคลื่อนเปลี่ยนแปลงจากพุทธบัญญัติในพระไตรปิฎก อันเป็นธรรมนูญการปกครองของสถาบันพระพุทธศาสนาสำหรับพุทธบริษัททั้งหลาย อย่างไรก็ตาม ได้มีการตีความคำสอนทางพระพุทธศาสนาขึ้นหลายครั้ง ตั้งแต่สมัยหลังพุทธกาลจนถึงสมัยปัจจุบัน ความขัดแย้งต่างๆ เกิดตามมาหลังจากมีการตีความแล้ว จึงมีการดำเนินการประชุมใหญ่ของพระเถระานุเถระผู้ทรงคุณวุฒิ



เพื่อพิจารณาตัดสินแก้ไขการตีความ ลักษณะการประชุมดังกล่าวเรียกว่า “การสังคายนา”

การตีความพระพุทธพจน์เป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงมิได้ เพราะหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนานั้นเป็นนามธรรม ส่วนผู้ประพฤติปฏิบัติตามคำสอนล้วนมีพื้นฐานทางวัฒนธรรมประเพณี ความรู้ หรือศักยภาพแตกต่างกัน ด้วยเหตุนี้จึงมีเหตุการณ์ตัดสินการตีความในประวัติศาสตร์ของพระพุทธศาสนาไม่น้อยกว่า

๗ ครั้ง และพระพุทธองค์คงจะทรงทราบว่า ในอนาคตจะต้องมีการตีความคำสอนของพระองค์อย่างแน่นอน ดังนั้นพระพุทธองค์จึงทรงแสดงหลักตัดสินการตีความในพระธรรมวินัยไว้เป็นแนวทางซึ่งเรียกว่า “มหาประเทศ ๔” คือ “หลักตัดสินพระธรรมวินัย” ซึ่งปรากฏชัดในพระไตรปิฎก

การตีความคำสอนทางพระพุทธศาสนานั้น อาจแบ่งได้เป็น ๓ ประเภทดังต่อไปนี้

๑) การตีความคำสอนระดับศีลธรรม ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวันของชาวพุทธ เช่น การตีความเรื่องศีล ๕ ที่ว่าการฆ่าสัตว์นั้นเป็นบาป แต่มีบางทรรคนะเห็นว่า การฆ่าสัตว์เป็นอาหารนั้นไม่บาป เป็นต้น สำนักการปฏิบัติที่ให้ความสนใจในการตีความด้านศีลวินัยคงจะเป็นสำนักสันตอโคก ซึ่งเน้นว่าการรักษาศีล โดยการไม่รับประทานเนื้อสัตว์เป็นการรักษาศีลโดยเคร่งครัด

๒) การตีความเรื่องการปฏิบัติสมาธิ มีสำนักต่าง ๆ ซึ่งมีแนวทางการสอนการปฏิบัติและเป้าหมายในการปฏิบัติแตกต่างกัน สำนักที่เน้นการตีความเรื่องการฝึกสมาธิอย่างมากก็คือ วัดพระธรรมกาย และสำนักฤทธิลังคัมภีร์

๓) การตีความเรื่อง “ปัญญา” สำนักพุทธทาสภิกขุให้ความสนใจการตีความคำสอน ซึ่งเน้นประเด็นทางปัญญา มาก เช่น ประเด็นเกี่ยวกับอนัตตา บุญ-บาป การตายแล้วเกิด เป็นต้น

การตีความคำสอนพระพุทธานุชาสนาในประเด็นต่าง ๆ เป็นเรื่องที่น่าสนใจ และยังไม่ได้มีผู้ศึกษากันมากนัก ด้วยเหตุนี้งานวิจัยนี้จึงมีความประสงค์ที่จะศึกษาเฉพาะการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธานุชาสนาฝ่ายเถรวาทในประเทศไทย สมัยกรุงรัตนโกสินทร์ พ.ศ. ๒๕๐๐ เป็นต้นไป ทั้งธรรมยุติกนิกาย และมหานิกาย ในกลุ่มประชากรทั้งฝ่ายสงฆ์และฆราวาส ที่สังกัดสำนักนั้น ๆ

### วิธีการศึกษา

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาในแนวลึก (in-depth study) เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงความคิดทางด้านการตีความพระพุทธานุชาสนาเน้นด้านสมาธิ โดยการออกแบบสอบถามเกี่ยวกับการปฏิบัติสมาธิ และการสอนสมาธิของพระสงฆ์ แม่ชี อุบาสก อุบาสิกาของสำนักสงฆ์ต่าง ๆ ทั่วประเทศโดยเลือกจากสำนักสงฆ์ที่มีชื่อเสียงในการปฏิบัติและการสอนสมาธิ ประมาณ ๕๐ แห่ง ๆ ละ ๑๕-๒๐ ชุด รวมทั้งสิ้นประมาณ ๘๐๐

ชุด นอกจากนี้มีการสังเกตการณ์ทางมานุษยวิทยาสำหรับผู้บริหารกิจการคณะสงฆ์ ตั้งแต่ระดับเจ้าคณะตำบลขึ้นไปจนถึงกรรมการมหาเถรสมาคม รวมทั้งคณะสงฆ์ผู้สอนในสำนักสงฆ์ต่าง ๆ จำนวนประมาณ ๑๐๐ รูป

การดำเนินการวิจัย จึงแบ่งออกเป็น ๒ ประการดังต่อไปนี้

๑. การวิจัยภาคเอกสาร คือ การศึกษาคำสอนจากพระไตรปิฎกและประวัติศาสตร์ การเปลี่ยนแปลงทางพระพุทธานุชาสนาในงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สถิติทางศาสนาจากกรมการศาสนา มหาเถรสมาคม ตำรางานวิจัย ฯลฯ

๒. การวิจัยภาคสนาม ใช้กระบวนการวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงคุณภาพทางมานุษยศาสตร์ จิตวิทยาศาสนาและกระบวนการวิจัยทางมานุษยวิทยา เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูลประกอบด้วย ก). แบบสัมภาษณ์และสังเกตการณ์เรื่อง “วิวัฒนาการการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธานุชาสนาฝ่ายเถรวาทในประเทศไทย” จำนวน ๘๐๐ ชุด ข). การบันทึกเทป นอกจากนี้ ยังมีการสังเกตการณ์ทางมานุษยวิทยาสำหรับบุคคลระดับผู้นำทางศาสนา การพูดคุยสัมภาษณ์เกี่ยวกับโลกทัศน์ส่วนตัวของพระสงฆ์ที่ปฏิบัติและสอนสมาธิ แม่ชี อุบาสก อุบาสิกา ตลอดจนการสังเกตพฤติกรรมและสัมพันธภาพของท่านเหล่านั้นกับสาธารณชน

การเก็บข้อมูลใช้เวลารวมทั้งสิ้น ๓ ปี ตั้งแต่เดือนกรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๓๔ ถึงเดือนสิงหาคม พ.ศ. ๒๕๓๗ เป็นการสัมภาษณ์บุคคลในสำนักสงฆ์หรือบุคคลสำคัญที่มีอิทธิพลต่อความคิดทางพระพุทธานุชาสนา และข้อปฏิบัติต่อคนไทย รวมทั้งสิ้น ๕ ภาคในประเทศไทย ได้แก่ ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคกลาง ภาคใต้ และภาคตะวันตก

### ผลการศึกษา

การสอนและการฝึกอบรมสมาธิ นับว่าเป็นเรื่องที่สำคัญมาก เพราะสมาธิเป็นหนึ่งในคำสอนหลักของ

พระพุทธศาสนา แยกจากศีลและปัญญา ซึ่งจัดว่าเป็น ศูนย์กลางแห่งคำสอนของพระพุทธศาสนา และเป็น หนึ่งในมรรคมีองค์แปดที่เรียกว่า “สัมมาสมาธิ” ซึ่งเป็น มัชฌิมาปฏิปทาหรือทางสายกลางของพระพุทธศาสนา อันมีจุดมุ่งหมายเพื่อแก้ปัญหา กำจัดทุกข์ให้แก่มนุษย์ สมาธิยังเป็นหนึ่งในไตรสิกขา ซึ่งเป็นหลักการศึกษา อบรมของพระพุทธศาสนา และยังมีบทบาทอีกมากใน คำสอนของพระพุทธศาสนา

คำว่า “สมาธิ” มีความหมายว่าความตั้งมั่นของ จิตหรือภาวะที่จิตแน่วแน่ต่อสิ่งที่กำหนด ดังมีคำจำกัด ความของคำว่าสมาธิว่า “เอกัคคตา” ซึ่งแปลว่า ภาวะที่ จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่งหรือการมีจิตกำหนดแน่วแน่อยู่กับ สิ่งใดสิ่งหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่าน ๑) จิตที่เป็นสมาธินั้นต้องมีลักษณะ ๓ ประการคือ ๑) ลักษณะบริสุทธิ์ ๒) ลักษณะตั้งมั่น ๓) ลักษณะควรแก่การงาน ดังนั้น เมื่อเราทำสมาธิได้ สำเร็จ จิตจะมีคุณสมบัติ ๓ ประการนี้คือ จิตจะบริสุทธิ์ จิตจะตั้งมั่น จิตจะควรแก่การงาน ๒) เมื่อกล่าวโดยสรุป สมาธิคือ การอบรมจิตใจให้สามารถทำงานได้อย่างมี ประสิทธิภาพ

ในความเป็นจริง มนุษย์ต้องฝึกสมาธิโดยธรรมชาติ อยู่แล้วเช่น การอ่าน หรือการเขียนหนังสือ ก็ต้องใช้ สมาธิ จึงจะเขียนและอ่านได้ ดังนั้นในประเด็นนี้ อาจ จะกล่าวได้ว่า สมาธิก็คือ การฝึกอบรมจิต เพื่อให้มีความ สามารถในการทำงาน รวมทั้งให้เข้าใจและเห็นแจ้งใน ธรรมชาติของจิต รวมไปถึงธรรมชาติของสรรพสิ่งและ สรรพสัตว์ สมาธิจึงเป็นทางปฏิบัติเพื่อให้บรรลุความดี ะดับต่างๆ จนถึงระดับสูงสุดที่เรียกว่า “นิพพาน” ๓) แต่กระบวนการเข้าถึงนิพพาน รวมทั้งการตีความหมาย ของนิพพานของแต่ละสำนักอาจจะมีความแตกต่างกัน ซึ่งอาจสรุปได้ว่ามีลักษณะของการตีความ ๒ ประการคือ นิพพานในลักษณะนามธรรมล้วน และนิพพานในลักษณะ รูปธรรม

ผลการศึกษาวิจัยพบว่า ทุกสำนักฝึกอบรมสมาธิ ต่างให้ความสำคัญต่อการฝึกอบรมสมาธิว่า เป็นการ

ปฏิบัติใน ๒ ลักษณะคือ ในทางหลักการและในทางวิธี การ หลักการคือ สมาธิเป็นคำสอนหลักของพระพุทธ ศาสนาที่ปรากฏในพระไตรปิฎก และคัมภีร์อื่นๆ ที่ระบุ อย่างแน่ชัดว่าการฝึกสมาธิเป็นการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงธรรม ส่วนวิธีการนั้นคือการคิดค้นหาเทคนิคและวิธีปฏิบัติต่างๆ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุผลสำเร็จในการปฏิบัติได้ ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยเทคนิคและวิธีปฏิบัติของ แต่ละสำนักนั้นพอจะจำแนกออกเป็นสายสำคัญๆ ได้ดัง ต่อไปนี้

๑. สายอานาปานสติ บางครั้งมีผู้นิยมเรียกว่า “สายพุทโธ” เพราะมีการพิจารณาลมหายใจเข้าออก และบริกรรมภาวนา “พุทโธ” การสอนสมาธิในสายนี้มี ผู้นิยมมากโดยทั่วไป โดยเฉพาะครูอาจารย์ผู้สอนที่มี ชื่อเสียงเป็นที่เชื่อถือคือ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ซึ่งเป็น ที่เคารพนับถือของชาวพุทธทั้งหลายมาช้านาน นอกจากนี้ รัชนีศยานุศิษย์ของพระอาจารย์มั่น ก็ยังปรากฏเป็นผู้มี คุณธรรมและมีชื่อเสียงหลายท่าน เช่น หลวงปู่แหวน สุจิณฺโณ หลวงปู่ขาวอนาลโย หลวงปู่ฝั้น อาจาโร หลวงปู่ เทศก์ เทสรังสี หลวงพ่อพุธ ฐานิโย พระอาจารย์มหาบัว ญาณสัมปันโน และหลวงพ่อดวงษ์ ฐิตธัมโม เป็นต้น อีกกลุ่มหนึ่งในแนวปฏิบัติเดียวกันของสายนี้ คือ กลุ่ม หลวงพ่อชา สุภทฺโท มีศิษยานุศิษย์ทั้งที่เป็นชาวไทยและ ชาวต่างประเทศที่มีบทบาทในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา อย่างกว้างขวาง

ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งที่มีการสอนให้ทำสมาธิตามแนว อานาปานสติก็คือกลุ่มท่านพุทธทาสภิกขุ ซึ่งท่านได้ เคยย้ำว่า อานาปานสติเป็นวิธีตัดลงไปสู่ความว่างเปล่า การที่บุคคลสามารถดำเนินหรือปฏิบัติสมาธิภาวนาอย่าง ถูกต้องและสมบูรณ์แล้ว ย่อมสามารถเข้าถึงความ เป็นอันเดียวกับจุดหมายปลายทาง ทั้งนี้ท่านพุทธ ทาสได้เปรียบเทียบเป็นสำนวนน่าฟังว่า สมาธิภาวนา นั้นเปรียบเสมือน “ทาง ๗ เดียวสำหรับบุคคลผู้เดียว เดิน ไปสุด ๗ เดียว แล้วก็โดยไม่ต้องก้าวขา สักก้าวเดียว” ๔

๒. สายธุดงค์กรรมฐานอีสาน เป็นสายใหญ่ที่ยึด

แนวการสอนของพระอาจารย์มั่น โดยพื้นฐานแล้วเป็นสายอานาปานสติ พิจารณาลมหายใจเข้าออกนั่นเอง แต่มีลักษณะเป็นพระป่าออกธุดงค์ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จึงสมควรจำแนกสายการปฏิบัติของการทำสมาธิสายนี้ตามลักษณะเด่นออกเป็นสายธุดงค์กรรมฐานอีสาน บูรพาจารย์ผู้มืบทบาทสำคัญในการบุกเบิกแนวทางการปฏิบัติสมาธิสายธุดงค์กรรมฐานอีสานคือ พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (จันทร์ สิริจันโท) ท่านได้สร้างลูกศิษย์เด่น ๆ ทั้งฝ่ายปริยัติธรรม และฝ่ายวิปัสสนาธุระเริ่มจาก หลวงปู่เสาร์ กันตสีโล ต่อมาหลวงปู่เสาร์ได้ลูกศิษย์เอกคือ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต หลวงพ่อพุทธฐานีโย หลวงปู่ดุลย์ อตุโล พระอาจารย์หลุย จันทสาโร ศิษย์ต่อมาเป็นสายพระอาจารย์มั่นทั้งสิ้น ได้แก่ หลวงปู่ฝั้น อาจาโร หลวงปู่ชอบ ฐานสโม หลวงพ่อชา สุภทฺโท หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี พระมหาบัว ญาณสัมปันโน และ หลวงปู่เหรียญ วรลาโภ เป็นต้น

คุณลักษณะสำคัญของพระธุดงค์กรรมฐานอีสานมีดังต่อไปนี้

๑. เป็นพระนักปฏิบัติกรรมฐานอย่างแน่วแน่มกกว่านักวิชาการปริยัติ
๒. อยู่เสนาสนะแบบ “วัดป่า” อยู่ตามป่าเขาลำเนาไพร เข้าหาความวิเวกของธรรมชาติ ชาวไทยจึงเรียกพระธุดงค์ อีกชื่อหนึ่งว่า “พระป่า”
๓. สายธรรมกาย ได้แก่ แนวการสอนตามแบบอย่างของหลวงพ่อวัดปากน้ำภาษีเจริญ (พระมงคลเทพมุนี) ซึ่งวัดและสำนักต่าง ๆ ยึดแนวการสอนมาถ่ายทอดในปัจจุบัน เช่น วัดพระธรรมกาย ปทุมธานี วัดหลวงพ่อสดธรรมกายาราม ราชบุรี เป็นต้น

วิชาธรรมกายเป็นแนวการปฏิบัติเพื่อให้เข้าถึงธรรมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า วิธีปฏิบัติแนวนี้เชื่อกันว่าเป็นวิธีที่มีมาแต่โบราณแต่ได้สูญหายไปหลังจากพุทธปรินิพพานแล้วประมาณ ๕๐๐ ปี<sup>๕</sup> การ

ทำสมาธิตามแนวธรรมกายนั้นไม่กังวลกับการกำหนดลมหายใจเข้าออกเหมือนสายอานาปานสติ เพราะการฝึกเจริญภาวนาตามแนวธรรมกาย อาศัยการเพ่งอาโลกกสิณคือ กสิณแห่งความสว่างเป็นเบื้องต้น เมื่อเกิดนิมิตเป็นทางสว่างแล้วจึงค่อยเจริญวิปัสสนาในภายหลัง

หลังจากที่หลวงพ่อวัดปากน้ำได้มรณภาพไปแล้ว ในยุคปัจจุบันยังมีคณะศิษยานุศิษย์ได้ดำเนินการเผยแผ่แนวปฏิบัติอยู่ เช่น คณะศิษยานุศิษย์วัดพระธรรมกาย จังหวัดปทุมธานี ซึ่งได้ดำเนินงานเผยแผ่ที่วัดปากน้ำแต่ต่อมาได้สร้างสำนักขึ้นใหม่ที่อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี อันเป็นที่ตั้งของวัดพระธรรมกายในปัจจุบันนี้

๕. สายวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ การสอนสมาธิสายวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ หรือที่เรียกสั้น ๆ ว่า “วัดมหาธาตุฯ” นี้ บางครั้งนิยมเรียกว่า “สายยุบ-พอง” ซึ่งในประเทศไทยมีศูนย์กลางอยู่ที่วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ ทำพระจันทร์ กรุงเทพมหานคร การสอนสมาธิสายนี้เป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลายนับตั้งแต่ พ.ศ. ๒๔๙๖ เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน ทั้งนี้โดยมีพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) เป็นอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ ท่านได้ชื่อว่าเป็นผู้มืบทบาทสำคัญในการสอนแนววิธีปฏิบัติตามที่ท่านได้เคยไปศึกษามาจากประเทศพม่า

การปฏิบัติสมาธิสายวัดมหาธาตุฯ ที่มีการปฏิบัติตามนัยมหาสติปัฏฐานสูตรให้มีสติติดต่อกัน มีสติทุก ๆ อิริยาบถ ทุกอารมณ์ ผลอาจจะเกิดขึ้นเร็วหรือช้า ขึ้นอยู่กับวาสนาบารมีของแต่ละคน แต่หากมีวิริยะอุตสาหะมากก็จะพบสังขารธรรมมากยิ่งขึ้นเท่านั้น โดยในการฝึกปฏิบัติจะมีการเปลี่ยนอิริยาบถเป็นระยะ ๆ เช่น เดินจงกรม นั่ง ลุก ในทุก ๆ อิริยาบถจะมีการภาวนา โดยใช้คำว่า “หนอ” ประกอบคำภาวนา เช่น “ลุกหนอ” “เดินหนอ” “ยืนหนอ” เป็นต้น คำว่า “หนอ” นี้หมายถึง “สักแต่ว่า” เช่น “เห็นหนอ” ก็หมายถึง “สักแต่ว่าเห็น” หมายถึงว่าสิ่งที่เห็นนั้นเป็นเพียงรูป ส่วนการรู้ขึ้นในใจนั้นเป็นนาม

เมื่อเห็นแล้วก็ไม่ได้มีจิตใจผูกพันเกาะเกี่ยวติดยึด และมีสติระลึกรู้ตลอดเวลา การปฏิบัติดังกล่าวเป็นการเอาสติไปกำหนดทุกอาการที่กระทำ หรืออยากจะทำ ๖

๕. สายประยุกต์ การปฏิบัติสมาธิด้วยแนวคำสอนแบบประยุกต์นั้น ได้จัดแยกไว้ต่างหาก เพราะว่า ผู้ปฏิบัติและสอนสมาธิแบบประยุกต์แต่ละกลุ่มนี้ มีการประยุกต์แนวการปฏิบัติแบบเก่ามาใช้จนเกิดการสังเคราะห์รูปแบบเป็นแนวใหม่ขึ้น ซึ่งมีลักษณะเด่นของแต่ละกลุ่มดังต่อไปนี้

๕.๑ การปฏิบัติสมาธิแนวสันตือโคก ซึ่งในที่นี้หมายถึง คณะปฏิบัติธรรมที่มีสมณะโพธิรักษ์ เป็นผู้นำ และเป็นผู้ถ่ายทอดแนวคำสอน แต่เดิมนั้น สำนักสันตือโคกเป็นสำนักที่ก่อตั้งขึ้นโดยสมณะโพธิรักษ์ ซึ่งขณะนั้นยังเป็น “พระโพธิรักษ์” ซึ่งในหมู่ศิษยานุศิษย์ หรือกลุ่มญาติธรรม เรียกว่า “พ่อท่าน” เพราะนอกจากท่านเป็นผู้ถ่ายทอดแนวการสอนแล้ว ยังเป็นผู้นำในการปฏิบัติเป็นแบบอย่างอีกด้วย แนวการสอนการปฏิบัติสมาธิสายสันตือโคกนั้นยึดตามแนวใน “จิตตารัสกสูตร” ซึ่งเน้นความสำคัญของสัมมาสมาธิว่า เป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์อย่างแท้จริง และในการสร้างให้เกิดสัมมาสมาธิ ซึ่งเป็นขั้นตอนสูงสุดตามแนวอธิบายของสำนักสันตือโคกนั้น จะต้องมึศีลเป็นพื้นฐาน ๗ และการปฏิบัติศีลจะต้องดำเนินไปทั้งกายวาจาใจ พร้อมกันทั้งหมด

๕.๒ การปฏิบัติสมาธิแนวอาจารย์พร รัตนสุวรรณ ซึ่งมีอาจารย์พร รัตนสุวรรณ แห่งศูนย์พัฒนาศาสนาจังหวัดเพชรบูรณ์เป็นผู้นำ ท่านเป็นอีกผู้หนึ่ง ซึ่งมีการสอนและการปฏิบัติสมาธิในแนวประยุกต์ ท่านผู้นี้มีผลงานการศึกษาค้นคว้าพระพุทธศาสนาจากพระไตรปิฎก และได้พิมพ์เผยแพร่ผลงานของท่านอย่างกว้างขวางในหนังสือชื่อ คู่มือการฝึกอานาปานสติ และพุทธวิทยา เล่ม ๑ และเล่ม ๒ แนวทางการสอนสมาธิของอาจารย์พร รัตนสุวรรณนั้น ยึดหลักอานาปานสติ เป็นพื้นฐาน คือการใช้สติกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ท่านได้อธิบายไว้

ในหนังสือ คู่มือการฝึกอานาปานสมาธิว่า อานาปาน-สติสมาธิ แปลว่า สมาธิที่ประกอบด้วยสติกำหนดลมหายใจเข้า-ออก ทั้งนี้สมาธิทุกอย่างจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยสติเป็นปัจจัยสำคัญ ถ้าขาดสติแล้ว สมาธิจะเกิดขึ้นไม่ได้เลย และสตินั้นกำหนดอารมณ์ได้หลายอย่าง เช่น จะกำหนดที่กาย ที่เวทนา ที่จิต หรือที่ธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ทั้งสิ้น ๘

๕.๓ การปฏิบัติสมาธิแนวหลวงพ่อกุศล จิตตสุโข หลวงพ่อกุศล จิตตสุโข แห่งสำนักปฏิบัติธรรมทับมิ่งขวัญ อำเภอเมือง จังหวัดเลย ได้คิดค้นและเผยแพร่แนวการทำสมาธิที่มีการกำหนดสติอยู่ที่อาการเคลื่อนไหวของร่างกาย ซึ่งมีการเปลี่ยนไปเป็นจังหวะ ไม่ต้องกำหนดอาการเข้าออกของลมหายใจ หรือใช้กลิ่นนิมิต วิธีทำสมาธิแนวนี้เริ่มได้รับความนิยมกันอย่างแพร่หลายในยุคหลังพุทธศตวรรษที่ ๒๕ นี้

แนวการสอนของหลวงพ่อกุศลมีหลักการโดยอ้างพระพุทธธรรมที่ว่า ให้มีสติรู้จักรการทำการ การพูด การคิด และให้มีสติรู้ในอิริยาบถต่างๆ ไม่ว่าจะยืน เดิน นั่ง นอน ฯลฯ การมีสติรู้ในอาการต่างๆ จะทำให้เกิดปัญญา สามารถพัฒนาปัญญาให้มีมากขึ้นได้ ซึ่งการรู้สึกตัวตามอาการเคลื่อนไหวนั้นถือว่าเป็นการเจริญสติ อันเป็นฐานของการเจริญสมาธิ เจริญปัญญา และจะทำให้ธาตุพุทธะในตัวบุคคลแตกตัวและแบ่งบานขึ้นพุทธะหรือโพธิจิตตามความหมายของหลวงพ่อกุศลนี้ เมื่อได้รับการกระตุ้นในระดับหนึ่ง จะตื่นขึ้นและผลิบาน จึงเรียกบุคคลนี้ว่า เป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ซึ่งมนุษย์ทุกคนสามารถกระทำได้ ๙

การสอนสมาธิสายหลวงพ่อกุศล จิตตสุโขนั้นเป็นแนวทางประยุกต์หลักการปฏิบัติมาจากแบบอานาปานสติ ส่วนการเดินจงกรม การเคลื่อนไหวกายให้มีสตินั้นคล้ายกับแนวการสอนสายวัดมหาธาตุฯ ซึ่งวิธีการดังกล่าวนี้ หลวงพ่อกุศลได้เคยศึกษาปฏิบัติมาก่อนแล้ว จึงได้คิดแนวของตนเอง เป็นการสังเคราะห์แนวปฏิบัติ

เพื่อให้เข้าถึงธรรม ซึ่งหลวงพ่อบุญนาคกล่าวว่า เข้าถึงได้เร็วขึ้น

ถึงแม้ว่าปัจจุบันหลวงพ่อบุญนาคได้มรณภาพไปแล้ว เมื่อ พ.ศ. ๒๕๓๑ แต่วิธีปฏิบัติโดยการเจริญสติแบบเคลื่อนไหวของท่านนับเป็นวิธีหนึ่ง ซึ่งยังคงมีการเผยแผ่กันอย่างกว้างขวางในประเทศไทย

๕.๔ การปฏิบัติสมาธิแนวอาจารย์แนบ มหา-นිරานนที โดยมีอาจารย์แนบ มหา-นिरานนที แห่งสำนักปฏิบัติธรรมบุญญกัญจนาราม เมืองพัททยา จังหวัดชลบุรี เป็นผู้คิดค้นแนวการปฏิบัติสมาธิแบบประยุกต์ ซึ่งเน้นมหาสติปัฏฐานสูตร อันเป็นพระสูตรที่ยิ่งใหญ่ที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงปัญญาเบื้องสูง อันนำไปสู่ความพ้นทุกข์ แบ่งออกเป็น ๔ หมวดได้แก่ ๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาเห็นกายในกายเนื่องๆ ๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาเนื่องๆ ๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาเห็นจิตในจิตเนื่องๆ และ ๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ การพิจารณาเห็นธรรมในธรรมเนื่องๆ<sup>๑๑</sup>

มหาสติปัฏฐาน ๔ นี้ เป็นธรรมที่สำคัญยิ่งในพระพุทธศาสนา แต่โดยทั่วไปเป็นปัจจุบันนี้ คนเราหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องของวัตถุ ซึ่งเป็นการเพิ่มพูนกิเลส และเป็นเหตุให้ปัญหาที่จะเห็นธรรมอ่อนลง ด้วยเหตุนี้เองอาจารย์จึงเน้นเฉพาะหมวดที่ ๑ เท่านั้นคือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ท่านแนะนำให้ผู้ปฏิบัติใหม่ใช้การกำหนดรูป (กาย) เฉพาะอิริยาบถ ๕ และอิริยาบถย่อย ซึ่งเป็นการง่าย ในการปฏิบัติของผู้เริ่มฝึกปฏิบัติ เพราะรูปเป็นของหยาบเห็นได้ง่าย กายนั้นเรียกว่ารูป ส่วนใจนั้นเรียกว่านาม นามคือ ธรรมชาติที่รู้อารมณ์ ส่วนรูปคือสิ่งที่ถูกรู้ ผู้ปฏิบัติจะต้องมีความรู้สึกตัวอยู่ในรูปหรือนามที่เป็นอารมณ์ปัจจุบันอยู่ตลอดเวลา

๕.๕ การปฏิบัติสมาธิแนวดร.สิริ กรินชัย ยังมี การสอนการทำสมาธิในแนวประยุกต์ที่กำลังได้รับความนิยมกันมากอีกแห่งหนึ่งคือ การสอนโดยนางสิริ กรินชัย

หรือที่มีผู้นิยมเรียกท่านว่า “คุณแม่สิริ กรินชัย” หรือ “ดร.สิริ กรินชัย” เนื่องจากท่านได้รับพระราชทานปริญญา ดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาจิตวิทยาจากมหาวิทยาลัยรามคำแหง เมื่อ พ.ศ. ๒๕๓๑

แนวทางการสอนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ ดร.สิริ กรินชัยใช้คือ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ได้แก่ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐานและธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐานซึ่งได้กล่าวแล้วในแนวการปฏิบัติของอาจารย์แนบ มหา-นिरานนที ทั้งสองสำนักนี้จึงต่างเน้นการเจริญสติปัฏฐาน ๔ แต่ดร.สิริ กรินชัยเน้นสติปัฏฐาน ๔ ทั้ง ๔ หมวด ในขณะที่แนวทางการปฏิบัติของอาจารย์แนบ มหา-นिरานนทีเน้น เฉพาะหมวดที่ ๑ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐานคือ การพิจารณาอิริยาบถ ๕ ยืน เดิน นั่ง นอน และอิริยาบถย่อยเท่านั้น<sup>๑๒</sup>

### บทสรุปและวิเคราะห์

งานวิจัยนี้ได้เสนอวิวัฒนาการการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท ในประเทศไทยในสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๐๐ เป็นต้นไป เริ่มต้นแต่คำสอนเรื่องสมาธิสายพระอาจารย์มั่น จนถึงสายของดร.สิริ กรินชัย และได้จำแนกสายการปฏิบัติสมาธิสำคัญๆ ออกเป็น ๕ สาย ได้แก่ ๑) สายอานาปานสติ ๒) สายจุดศูนย์กลางอีสาน ๓) สายธรรมกาย ๔) สายวัดมหาธาตุและ ๕) สายประยุกต์ แนวการตีความการสอนและการปฏิบัติสมาธิของแต่ละสำนักนั้น มีทั้งลักษณะคล้ายคลึง และแตกต่างกันออกไป พอจะสรุปเป็นประเด็นเปรียบเทียบสำคัญๆ ได้ดังต่อไปนี้

๑. อารมณ์ของสมาธิ หมายถึงสิ่งที่จิตพิจารณา ในขณะเจริญสมาธิ ซึ่งแต่ละสำนักมีลักษณะแตกต่างกันออกไป ดังเช่น สายอานาปานสติ หรือ สายพุทโธ เริ่มด้วยการตั้งจิตให้ตรง พังจิตไปที่ลมหายใจเข้า-ออกเป็นอารมณ์ ส่วนสายวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ หรือสายยุบพอง นั้น เป็นการเอาสติมากำกับจิต พร้อมกับ

พิจารณาอาการเคลื่อนไหวของร่างกาย สายสันตือโคก เน้นเรื่องศีล เพราะเห็นว่าศีลเป็นพื้นฐานของสภาพสมาธิ และสายธรรมกายเป็นการเพ่งอาโลกกสิณ เมื่อเกิดนิมิต เป็นดวงสว่างแล้ว จึงค่อยเจริญวิปัสสนาในภายหลัง ฯลฯ เป็นต้น

๒. บทบาทของสมาธิในการปฏิบัติศาสนธรรม การศึกษาวิจัยพบว่า แม้จะมีการตีความ และเสนอแนวปฏิบัติที่ว่าด้วย “สมาธิ” โดยครูอาจารย์หลากหลายแนวทาง แต่การกระทำดังกล่าว ถือว่าเป็นสิ่งที่ควรศึกษา ผู้ปฏิบัติตามจะต้องเลือกเองว่า จะปฏิบัติสมาธิในแนวใดโดยพิจารณาให้ต้องแท้ถึงจุดมุ่งหมาย วิธีการตลอดจนแนวการปฏิบัติที่จะสามารถทำให้บรรลุเป้าหมายของแต่ละสำนักได้โดยสมบูรณ์ ทั้งนี้หากกล่าวโดยรวมแล้วจะเห็นได้ว่า แต่ละสำนักต่างเห็นความสำคัญของสมาธิด้วยกันทั้งสิ้น ต่างก็เห็นว่าการปฏิบัติสมาธินั้นก่อให้เกิดประโยชน์สุขทั้งแก่ผู้ประพฤติปฏิบัติ บุคคลอื่น ตลอดจนถึงสังคมทั่วไป และยังมุ่งก่อให้เกิดประโยชน์ในภพชาติต่อไปอีกด้วย

๓. ผลของการปฏิบัติสมาธิ จากการวิจัยพบว่า ทุกสำนักต่างมีความคิดเห็นตรงกัน ผู้ปฏิบัติสมาธิจะ

ได้รับประโยชน์จากการปฏิบัติแม้เพียงระยะสั้นได้แก่ ประโยชน์ต่อตนเองทำให้สุขภาพร่างกายของผู้ปฏิบัติดีขึ้น อาการโรคร้ายไข้เจ็บ เช่น ปวดศีรษะ อาการเครียด ฯลฯ ลดลงเพราะการทำสมาธิทำให้ร่างกายผ่อนคลาย ปรับสมดุลในการทำหน้าที่ของอวัยวะต่างๆ การทำสมาธิยังส่งผลดีในระดับครอบครัว ทำให้สมาชิกในครอบครัวเป็นผู้มีจิตใจเยือกเย็นหนักแน่น ไม่ถือเอาอารมณ์เป็นใหญ่ และสามารถควบคุมตนเองได้ ทำให้ครอบครัวมีความสงบสุข นอกจากนี้ ยังเป็นผลดีต่อประเทศชาติอีกด้วย เพราะเมื่อคนแต่ละคนในสังคมเป็นคนดีแล้ว ย่อมส่งผลดี แก่ประเทศชาติโดยส่วนรวมด้วย ปัญหาสังคมที่ร้ายแรงในระดับต่างๆ เช่น ปัญหาอาชญากรรม อบายมุข ปัญหายาเสพติด ฯลฯ ย่อมลดลงอย่างแน่นอน เพราะสมาชิกของสังคมเป็นผู้ประกอบด้วยศีลธรรมจรรยาที่ดี

ดังนั้นจึงอาจกล่าวได้ว่า การทำสมาธิก่อให้เกิดผลดีหลายประการแก่ตนเองและสังคม รวมทั้งยังก่อให้เกิดประโยชน์เป็นจุดหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาคือนิพพานอีกด้วย จึงสมควรที่จะส่งเสริมการปฏิบัติสมาธิให้แพร่หลายในสังคมไทยต่อไป

### การอ้างอิง

๑. พระเทพเวที (ประยุทธ ปยุตโต), พุทธธรรม (กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๒), หน้า ๘๒๕.
๒. พุทธทาสภิกขุ, การทำสมาธิและวิปัสสนาที่แท้จริง (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๓๖).
๓. พระเทพเวที, อ้างแล้ว, หน้า ๘๓๓.
๔. พุทธทาสภิกขุ, สมาธิภาวนา (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เสียงเชียงใหม่, ๒๕๐๓), หน้า ๑.
๕. เมตตาธรรมบัณฑิต, ความรู้เรื่องธรรมกาย (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วิภาณคดี, ๒๕๓๑), หน้า ๒.
๖. พระธรรมธีรราชมหามุนี, หลักปฏิบัติสมณะ-วิปัสสนา (กรุงเทพมหานคร: กองทุนมูลนิธิพระธรรมธีรราชมหามุนี, ๒๕๓๑), หน้า ๑-๓ และ ๙๙.
๗. อารมณ์ พุกกะมาน, สมาธิพุทธ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มูลนิธิธรรมสันติ, ๒๕๐๓), หน้า ๑๓.
๘. พระรัตนสุวรรณ, ชีวิตและผลงานของอาจารย์พร รัตนสุวรรณ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูญาณ, ๒๕๓๖), หน้า ๔-๗.
๙. หลวงพ่อเทียน จิตตสุโข, ปกติ (กรุงเทพมหานคร: กลุ่มเทียนสว่างธรรม, ๒๕๓๒), หน้า ๑๓๗.
๑๐. คณะศิษย์ สำนักปฏิบัติธรรมบุญกัญจนารามมูลนิธิ, การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เล่มหนึ่ง (กรุงเทพมหานคร: ไทยเจริญการพิมพ์, ๒๕๑๗), หน้า ๑๖-๑๘.
๑๑. การสัมภาษณ์นางสาววิฑูรย์ วรวิเศษ ณ สำนักปฏิบัติธรรมบุญกัญจนารามมูลนิธิ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๓๗.