

ระบบการเรียนรู้การสอน
กัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

The System of Learning and Teaching
Kammathāna in *Visuddhimagga*

พระมหาวุฒิชัย วุฑฺฒิชโย

Phramaha Wutthichai WUTTHICHAYO

คณบดีคณะพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมกายแคลิฟอร์เนีย

Dean of Buddhist studies Faculty, Dhammakaya Open University, California

ตอบรับบทความ (Received) : 28 เม.ย. 2564

รับบทความตีพิมพ์ (Accepted) : 17 พ.ค. 2564

เริ่มแก้ไขบทความ (Revised) : 30 เม.ย. 2564

เผยแพร่ออนไลน์ (Available Online) : 24 ก.ค. 2564

ระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐาน ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

พระมหาวุฒิชัย วุฑฺฒิชโย

บทคัดย่อ

คัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นคัมภีร์ที่อธิบายหลักการปฏิบัติที่นำไปสู่มรรคผลนิพพาน โดยอาศัยหลักศีล สมาธิและปัญญา ซึ่งหากนำรายละเอียดที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมาจัดองค์ประกอบและสร้างเป็นระบบขึ้น จะพบความเป็นระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐาน กล่าวคือ มีองค์ประกอบของผู้เรียน ได้แก่พระภิกษุผู้มีศีล ผู้สอน ได้แก่พระพุทเจ้า พระอริยสาวกหรือภิกษุพหูสูต วิธีการเรียนการสอน ได้แก่สมถะและวิปัสสนา สภาพแวดล้อม ได้แก่ สัปปายะ 7 และผลผลิตที่เกิดจากการปฏิบัติ ได้แก่ การบรรลุมรรคผลนิพพาน ซึ่งเมื่อได้พิจารณาจากองค์ประกอบและความสัมพันธ์ในระบบดังกล่าวพบว่า ระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นลักษณะของการปฏิบัติแบบสมถะนำหน้าวิปัสสนา ซึ่งมีคุณสมบัติของผู้เรียนในลักษณะของการปฏิบัติแบบพระอุคคกัมมัฏฐาน โดยในระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐานจะเป็นแบบเน้นผู้สอนเป็นศูนย์กลาง และการนำระบบการ

เรียนการสอนกัมมัฏฐานในวิสุทธิมรรคมาใช้ในยุคปัจจุบัน อาจมีข้อจำกัดบางประการที่ไม่สามารถทำได้อย่างเต็มรูปแบบตามคุณสมบัติดังที่ปรากฏในคัมภีร์ อันจะส่งผลกระทบต่อระบบการเรียนการสอนและการบรรลุเป้าหมายของระบบคือการบรรลุมรรคผลนิพพานได้

คำสำคัญ : ระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐาน คัมภีร์วิสุทธิมรรค

The System of Learning and Teaching Kammathāna in *Visuddhimagga*

Phramaha Wutthichai WUTTHICHAYO

Abstract

Visuddhimagga (The Path of Purification) is a scripture that explains the practice leading to Nibbāna through the principles of Sīla (Virtue), Samādhī (Concentration) and Paññā (Wisdom). When the details present in *Visuddhimagga* are organized and systemized, they reveal a learning and teaching system in the text. The system's factors are the learner, who is the monk, the instructor, who is Lord Buddha, a noble follower or a scholar monk, the method of learning and teaching, which is Samatha and Vipassanā meditation, contexts, which are the seven suitable things for mental development, and the result of the practice, which is attainment of Nibbāna. When taking the factors and the relations found in this system into consideration, it shows that the learning and teaching system used to teach meditation

practice in *Visuddhimagga* is one that puts Samatha meditation before Vipassanā meditation. The learner characteristics reflect the meditation practice of monks on pilgrimage, which is teacher-centered. To employ the learning and teaching method of meditation in *Visuddhimagga* in today's world may face some limitations that do not allow the full implementation suggested in the text. Therefore, the learning and teaching system and its goal of reaching Nibbāna could be impeded at present.

Keywords : The System of Learning and Teaching Kammathāna,
Visuddhimagga

1. บทนำ

คัมภีร์วิสุทธิมรรคที่รจนาโดยพระพุทธโฆसाจารย์ภิกษุชาวอินเดีย ตั้งแต่ปี พ.ศ. 956 ที่ประเทศศรีลังกา เป็นคัมภีร์ที่ได้รับการยกย่องจาก นักวิชาการทั่วโลก ว่าเป็นวรรณกรรมชิ้นเอกของพระพุทธศาสนาเทียบเท่าชั้นอรรถกถาถือได้ว่าเป็นสารานุกรมแห่งคำสอนทางพระพุทธศาสนา¹ ที่สามารถอธิบายระบบแห่งพระพุทธศาสนาทั้งหมดไว้เป็นอย่างดี ในคัมภีร์มหาวงศ์กล่าวไว้ว่า คัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นสังเขปความแห่งพระไตรปิฎก รวมทั้งอรรถกถาโดยแท้² รวมทั้งได้รับการรับรองในยุโรปว่า คัมภีร์วิสุทธิมรรคอยู่ในฐานะเป็นหลักฐานสำคัญประเภทที่มีใช้พระไตรปิฎก แต่ได้สร้างศูนย์กลางแห่งวิธีอธิบายความแบบวิจารณ์พระไตรปิฎกไว้อย่างสมบูรณ์แบบและต่อเนื่องกัน โดยใช้วิธีการตามที่เราเรียกว่าแบบพระอภิธรรม คัมภีร์นี้กล่าวคำแนะนำเกี่ยวกับการปฏิบัติอย่างพิสดารเพื่อให้วิสุทธิเกิดขึ้น³ อาจกล่าวได้ว่าคัมภีร์วิสุทธิมรรค ซึ่งจัดเป็นปกรณ์พิเศษนี้สามารถสรุปใจความสำคัญในพระไตรปิฎกมาบรรจุไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคที่มี 23 ปริเฉท โดยสามารถเป็นแผนที่นำทางผู้ปฏิบัติให้บรรลุถึงเป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ การบรรลุ มรรคผลนิพพานได้

¹ R.C. Childers ได้กล่าวไว้ในคำนำ Pali-English Dictionary อ้างใน พระพุทธโฆสะเถระ, *วิสุทธิมรรค แปล ภาค 1 ตอน 1 ฉบับของมหาวิทยาลัย*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย, 2538), ฌ.

² พระพุทธโฆสะเถระ, *วิสุทธิมรรค แปล ภาค 1 ตอน 1 ฉบับของมหาวิทยาลัย*, ฌ.

³ Bhadantācariya Buddhaghosa, *The Path of Purification (Visuddhimagga)*, trans. Bhikkhu Nyanamoli (Buddhist Publication Society: Kandy, 2011), 27.

เมื่อกล่าวจากแนวคิดหลักในคัมภีร์วิสุทธิมรรคจะพบว่า คัมภีร์วิสุทธิมรรค คือ คัมภีร์ที่ให้แนวทางในการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนาอย่างเป็นระบบ ตามหลักศีล สมาธิ ปัญญา โดยเฉพาะในการปฏิบัติสมาธิและปัญญาที่เรียกว่าสมถะและวิปัสสนา ซึ่งหากจะกล่าวถึงวิธีการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนาในพระไตรปิฎก เราอาจจะพบเพียงสิ่งเรียกว่าอารมณ์หรือภูมิของสมถะและวิปัสสนา แต่ไม่อาจบอกได้ถึงรายละเอียดในวิธีการปฏิบัตินั้นว่าเป็นเช่นไร ในขณะที่คัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้นได้อธิบายให้รายละเอียดของวิธีการปฏิบัติของทั้งสมถะและวิปัสสนาไว้อย่างกว้างขวางและชัดเจน⁴ รวมถึงอธิบายถึงองค์ประกอบและกระบวนการที่มีผลต่อการปฏิบัติ อันนำไปสู่การบรรลุมรรคผลนิพพานไว้ด้วย ทำให้วิสุทธิมรรคกลายเป็นคัมภีร์ที่มีอิทธิพลในด้านการปฏิบัติของบรรดานักปฏิบัติและนักวิชาการที่ถูกอ้างอิงถึงเสมอ ดังนั้นผู้เขียนจึงได้ทำการศึกษาวิเคราะห์ระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเพื่อให้เห็นแนวคิดในการนำเสนอหลักปฏิบัติอันจะนำไปสู่การใช้เป็นแนวทางในการสอนหรือการนำไปใช้ในการปฏิบัติ เพื่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติแก่นักปฏิบัติธรรมสืบต่อไป

2. แนวคิดหลักในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

พระพุทธโฆสาจารย์ได้รจนาคัมภีร์วิสุทธิมรรค จากการยกพุทธพจน์ในสังยุตตนิกาย สคาถวรรค ความว่า

⁴ พระมหากษัตริย์เจ้าจันทร, “สมถวิปัสสนาในคัมภีร์อภิธรรมนิกายสรวาสติวาท”, *วารสารธรรมธारा* ปีที่ 3, ฉบับที่ 1 (ฉบับรวมที่ 4) (มกราคม-มิถุนายน 2560): 199.

สีเล ปติฏฺฐาย นโร สປญโญ
อาตapi นิปโก ภิกขุ

จิตฺตํ ปญฺญนุจ ภาวยํ
โส อิมํ วิชฺฌเย ชฏฺโผ⁵

โดยได้นำพุทธพจน์ดังกล่าวนั้นมาอธิบายขยายความโดยสรุปคือ หนทางที่จะถาวรรักษัว้นได้แก่ตณหานั้นจะมีได้ก็ด้วยการเจริญไตรสิกขา คือ สีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งจากหลักไตรสิกขานี้ พระพุทธโฆสจารย์ได้นำมาอธิบายไว้ดังนี้ว่า

หลักสีล พระพุทธโฆสจารย์อธิบายสีลในแง่ประเภทต่างๆ โดยจะเน้นปาริสุทธิสีล 4 ซึ่งถือเป็นสีลสำคัญที่ภิกษุพึงรักษา แล้วจึงอธิบายถึงลักษณะที่แสดงถึงความหมดจดและความเศร้าหมองของสีล อานิสงส์ของการรักษาสีล และโทษของสีลวิบัติ จากนั้นจึงอธิบายถึงการนำอรรถ 13 ประการมาเป็นข้อปฏิบัติขุดเกลากิเลสเพื่อชำระสีลให้บริสุทธิ์ยิ่งขึ้น

หลักสมาธิ พระพุทธโฆสจารย์ได้อธิบายในแง่ของความหมาย ประเภทของสมาธิแบบต่างๆ ความผ่องแผ้วและความเศร้าหมองของสมาธิ โดยจะเน้นถึงวิธีการเจริญสมาธิภาวนา 40 วิธี อันได้แก่ กสิณ 10 อสุภะ 10 อนุสติ 10 พรหมวิหาร 4 อาหาเรปฏิกูลสัญญา จตุธาตุวัตถาน และอรุปกัมมัฏฐาน 4 อันเป็นไปตามจริตอัธยาศัยของผู้ปฏิบัติ โดยอธิบายทั้งคุณสมบัติของผู้ปฏิบัติ คุณสมบัติของผู้สอน วิธีการเรียน กัมมัฏฐาน รวมถึงขั้นตอนในการปฏิบัติแต่ละวิธีอย่างละเอียด อันนำไปสู่ผลคือการบรรลุฌานขั้นต่างๆ ทำยที่สุดได้อธิบายถึงอานิสงส์ของการเจริญสมาธิ คือการได้อภิญญา 5

หลักปัญญา พระพุทธโฆสจารย์อธิบายถึงลักษณะของปัญญา ประเภทของปัญญา และวิธีการเจริญปัญญา โดยมีภูมิอารมณ์ที่ใช้ 6 ประการ คือ ชนฺธ อายตนะ ธาตุ อินทริย อริยสัจ และปัจจุสมุปบาท

⁵ ส.ส. 20/61/15 (บาลี.มมร)

และได้อธิบายถึงทางแห่งความหลุดพ้น คือ วิสุทธิ 5 อันเป็นความบริสุทธิ์ที่เกิดจากการปฏิบัติตามแนวทางของการเจริญปัญญา โดยได้อธิบายถึงวิธีการที่จะนำไปสู่ความบริสุทธิ์ในแต่ละขั้นตั้งแต่ทิวฐิวิสุทธิ กังขาวิตรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ และญาณทัสสนวิสุทธิ อันเป็นความบริสุทธิ์ที่ทำให้เป็นพระอริยบุคคล และท้ายที่สุดได้อธิบายถึงอานิสงส์ของการเจริญปัญญา

แนวคิดหลักที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นการนำเสนอแนวทางการปฏิบัติที่ปรากฏเป็นระบบชัดเจน ดังจะได้อธิบายเรื่องของทฤษฎีระบบต่อไป

3. แนวคิดเรื่องระบบ

ระบบ หมายถึงสิ่งต่างๆ ที่อยู่ร่วมกันและต่างทำหน้าที่ของตนอย่างมีระเบียบ เพื่อให้บรรลุจุดหมายปลายทางที่กำหนดไว้ หรืออาจหมายถึงผลรวมของหน่วยย่อยซึ่งทำงานเป็นอิสระจากกัน แต่มีปฏิริยาสัมพันธ์กัน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้⁶

ในสิ่งแวดล้อมของเรามีระบบอยู่ทั่วไป อาทิ ระบบจราจร ระบบขนส่ง ระบบโทรศัพท์ ระบบธนาคาร ระบบสังคม ระบบโรงเรียน ระบบการเก็บข้อมูล ระบบการย่อยอาหาร ระบบการหายใจ และสิ่งต่างๆ อีกนับไม่ถ้วน⁷ Ludwig Von Bertalanfy นักชีววิทยาได้เสนอทฤษฎี

⁶ ทศนา แหมมณี, ศาสตราจารย์การสอน องค์ความรู้เพื่อการจัดการกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ, พิมพ์ครั้งที่ 5, (กรุงเทพมหานคร: ด้านสุภาการพิมพ์, 2550), 198.

⁷ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช บัณฑิตศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์, ประมวลสาระชุดวิชา การจัดระบบทางการศึกษา หน่วยที่ 1-2 (กรุงเทพมหานคร:

ระบบทั่วไปว่า ไม่ว่าจะเป็นระบบกายภาพ ชีวภาพ หรือแม้กระทั่งระบบสังคมก็จะประกอบด้วยองค์ประกอบต่างๆ ที่เรียกว่าระบบย่อย (Subsystems)⁸ เป็นการชี้ให้เห็นว่าทุกสิ่งทุกอย่างในโลกใบนี้ที่ดำเนินไปได้ได้อย่างเรียบร้อยล้วนต่างก็มีระบบอยู่ทั้งสิ้น ซึ่งบางอย่างเป็นระบบที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ และระบบบางอย่างก็เกิดขึ้นจากความตั้งใจในการทำให้เกิดมีขึ้น

ตามหลักการของทฤษฎีระบบ ซึ่งทศนา แหมมณี ได้กล่าวไว้ว่า ระบบจะต้องประกอบไปด้วยสิ่งสำคัญอย่างน้อย 3 สิ่งด้วยกัน⁹ คือ

- 1) องค์ประกอบสำคัญของระบบ
- 2) ความสัมพันธ์ขององค์ประกอบต่างๆ ของระบบนั้น
- 3) เป้าหมาย หรือจุดหมายของระบบนั้น

ซึ่งผู้ศึกษาพบว่า รายละเอียดต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในเนื้อหาของคัมภีร์วิสุทธิมรรค แม้จะมีการกล่าวอธิบายแยกไว้อยู่ในปริจเฉทต่างๆ แต่ก็สามารถนำมาแยกแยะและจัดเป็นองค์ประกอบ พร้อมทั้งสามารถอธิบายความสัมพันธ์และระบุจุดมุ่งหมายของระบบได้ ซึ่งระบบดังกล่าวนี้อาจเรียกได้ว่าเป็นระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐาน เพราะครอบคลุมตัวแปรเกี่ยวกับผู้เรียน ผู้สอน บริบทของการเรียนการสอน กระบวนการเรียนการสอน และผลผลิตของการเรียนการสอน¹⁰ ซึ่งระบบ

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2536), 7.

⁸ พระมหาพิศิษฐ์ ธีรปญโญ, "การบริหารจัดการสำนักกรรมฐาน: ศึกษาเฉพาะกรณีสัตยา นารายณ์ โกเอ็นก้า," (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2541), 19.

⁹ ทศนา แหมมณี, *ศาสตร์การสอน องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ*, 198.

¹⁰ เรืองदैยวกัน, 479.

การเรียนการสอนกัมมัฏฐานนี้มีเป้าหมายคือการนำผู้ปฏิบัติบรรลุมรรคแห่งความบริสุทธิ์ คือ พระนิพพาน อันเป็นเป้าหมายหลักของพระพุทธศาสนา โดยมีรายละเอียดขององค์ประกอบสำคัญของระบบและความสัมพันธ์ของระบบดังต่อไปนี้

4. องค์ประกอบของระบบการเรียนการสอน กัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

เมื่อพิจารณาถึงองค์ประกอบที่มีส่วนสำคัญในการปฏิบัติกัมมัฏฐานเพื่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน ตามที่ได้กล่าวถึงในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้น หากทำการแยกแยะและจำแนกเป็นองค์ประกอบหลักในระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐานจะประกอบด้วยองค์ประกอบดังต่อไปนี้

- 1) อาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน
- 2) ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน
- 3) สภาพแวดล้อมในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน
- 4) วิธีการเรียนการสอนและการปฏิบัติกัมมัฏฐาน
- 5) ผลผลิตของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน

ซึ่งองค์ประกอบแต่ละประการ มีรายละเอียดของคุณสมบัติและลักษณะดังต่อไปนี้

1) อาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน

อาจารย์ถือเป็นผู้มีบทบาทสำคัญในการให้แนวทางในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ซึ่งคุณสมบัติที่สำคัญของอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐานต้องมีคุณสมบัติ คือ

1.1) มีกัลยาณมิตตธรรม

ในกัมมัฏฐานคณณินเทต ปริจเฉทที่ 3 วิสุทธิมรรค ได้พูดถึงคุณสมบัติของผู้สอนกัมมัฏฐานที่ว่าต้องมีลักษณะเป็นกัลยาณมิตร โดยมีคุณธรรม 7 ประการคือ

ปิโย ครุ ภาวนียो वदता ज वजनखिमो
 कम्वीरवज गतं गतता नो जगुजाने नियोगो¹¹

โดยได้อธิบายถึงที่มาลักษณะของกัลยาณมิตรแต่ละอย่างว่า

(1) ปิโย เป็นที่รัก ครุ เป็นที่เคารพ ภาวนียะ เป็นที่น่าสรรเสริญ จะเกิดได้เพราะความเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยศรัทธาต่อปัญญาตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า และเชื่อในเรื่องกรรมและการให้ผลของกรรม

(2) วดตะตา เป็นผู้สามารถว่ากล่าวศิษย์ และ วจนกฺขโม อดทนต่อถ้อยคำล่วงเกิน จะเกิดได้เพราะความเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยศีล

(3) คมฺภีรํ กถํ กตตะตา เป็นผู้สามารถชี้แจงถ้อยคำอันลุ่มลึก จะเกิดได้เพราะความเป็นผู้บริบูรณ์ด้วย สุตะ คือ ได้ยิน ได้ฟัง ได้ศึกษามาก มักน้อย สันโดษ ไม่คลุกคลีด้วยหมู่อันเกิดจากจาคะ

(4) โน จานะ นิโยชโก ไม่เป็นผู้แนะนำในทางที่ไม่ควร จะเกิดได้เพราะเพียรพยายามในการทำประโยชน์ตนและคนอื่น และมี

¹¹ อัง.สตตก. 33/34/23 (บาลี.มมร)

สติตั้งมั่นในทางดี พร้อมทั้งมีสมาธิและปัญญา

1.2) เป็นพหูสูตร

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้อธิบายถึงลักษณะของผู้สอนกัมมัฏฐานที่สามารถสอนได้ดีที่สุดคือ พระพุทธเจ้า หากไม่มีก็ให้เข้าหาพระอสีตสาวก พระอริยบุคคลชั้นต่าง ๆ เมื่อไม่มีก็แสวงหาปุถุชนผู้ได้ฌาน ผู้ทรงพระไตรปิฎก ผู้ทรงทวิปิฎก ผู้ทรงเอกปิฎก ผู้ชำนาญพระสูตร แม้นิกายหนึ่ง พร้อมทั้งอรรถกถา และเป็นลัทธิ การเป็นพหูสูตรและเป็นลัทธิคือมีความละเอียดเป็นคุณสมบัติที่สำคัญของการเป็นผู้สอนกัมมัฏฐาน โดยให้เหตุผลว่า ภิกษุผู้เป็นพหูสูตร ย่อมเป็นผู้ทรงไว้ซึ่งแบบแผน ตามรักษาวงศ์ รักษาประเพณี เป็นอาจารย์ผู้ถือตามอาจารย์มัตติ ไม่ถือแต่อัตโนมัตติ โดยท่านกล่าวให้เห็นความสำคัญว่า พระชีนาสพยอมบอกได้แต่ทางที่ตนได้บรรลุ แต่ภิกษุพหูสูตรนั้น สามารถบอกกัมมัฏฐานให้กว้างขวาง เพราะว่าท่านได้ไปหาอาจารย์เรียนและสอบถามมาอย่างดีแล้ว ดังนั้น เมื่อจะมาสอนกัมมัฏฐานศิษย์ ก็จะกำหนดพระสูตร และเลือกมาสอนให้เป็นสัปปายะแก่ศิษย์¹² อาจกล่าวได้ว่าในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้ให้ความสำคัญของผู้สอนกัมมัฏฐานที่เป็นพหูสูตร ในฐานะที่เป็นคุณสมบัติที่จะทำให้การเรียนการสอนเกิดผลสัมฤทธิ์แก่ผู้ปฏิบัติ

1.3) รู้จิตอัธยาศัยของศิษย์

ในคัมภีร์กล่าวถึงเรื่องของจิต โดยได้อธิบายลักษณะและ

¹² พระพุทธโฆสเถระ, *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*, แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) (กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พันธ์ตั้งจำกัด, 2547), 163.

วิธีการสังเกตดูคนแต่ละจริต และกัมมัญฐานที่เหมาะสมกับแต่ละจริต เพื่อให้สามารถเลือกกัมมัญฐานที่เหมาะสม ดังนี้

ตารางที่ 1 แสดงจริตกับกัมมัญฐานที่เหมาะสมกัน

จริต	กัมมัญฐานที่เหมาะสม
ราคจริต	อสุภะ 10, กายคตาสติ, ญตกสิน, อาโลกกสิน, อากาสกสิน
โทสจริต	วัณณกสิน, พรหมวิหาร 4, ญตกสิน, อาโลกกสิน, อากาสกสิน
โมหจริต	อานาปานสติ, ญตกสิน, อาโลกกสิน, อากาสกสิน
วิตกจริต	อานาปานสติ, ญตกสิน, อาโลกกสิน, อากาสกสิน
สัทธาจริต	อนุสสติ 6, ญตกสิน, อาโลกกสิน, อากาสกสิน
พุทธิจริต	มรณานุสสติ, อุปสมานุสสติ, อาหาเรปฏิกูลสัญญา, จตุธาตววัตถาน, ญตกสิน, อาโลกกสิน, อากาสกสิน

การเลือกกัมมัญฐานให้เหมาะสมกับจริตถือเป็นการ
ให้แนวทางแก่พระอาจารย์ผู้สอนกัมมัญฐานเพื่อจะได้มีหลักในการ
พิจารณาเลือกกัมมัญฐานให้เหมาะสมกับจริตของศิษย์แต่ละคน ซึ่งใน
คัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวว่าการเลือกกัมมัญฐานนั้น เป็นหน้าที่ของ
พระอาจารย์ผู้ได้เจโตปริยญาณ จึงจะทราบถึงกัมมัญฐานที่เหมาะสมกับจริต
แต่หากไม่มีคุณวิเศษดังกล่าว ก็เป็นหน้าที่ของอาจารย์ที่ควรถามศิษย์ว่า
มีจริตอะไร มีความถนัดในการทำกัมมัญฐานเช่นไร และเลือกกัมมัญฐาน
ให้เหมาะสมกับจริตของศิษย์นั้น

2) ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวถึงคุณสมบัติของผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐานไว้หลายประการ ซึ่งเมื่อพิจารณาแล้วพบว่า ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐานที่คัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้นกล่าวถึง คือ พระภิกษุในพระพุทธศาสนา ทำให้เห็นได้ว่าผู้บรรลุสู่ความบริสุทธิ์คือมรรคผลนิพพานนี้เป็นหนทางของพระภิกษุ ซึ่งคุณสมบัติของพระภิกษุที่ต้องมีในการฝึกปฏิบัติ มีดังนี้

2.1) ศีล

คุณสมบัติข้อนี้เป็นคุณสมบัติที่สำคัญมากสำหรับผู้ปฏิบัติที่ปฏิบัติเพื่อบรรลุสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน ศีลนับได้ว่าเป็นรากเหง้าเป็นทางแห่งการชำระกายและวาจาให้สะอาด อันเป็นพื้นฐานที่จะนำผู้ปฏิบัติให้ดำเนินไปสู่การเจริญสมาธิได้ สำหรับศีลที่ปรากฏเป็นข้อหลักในคัมภีร์วิสุทธิมรรค คือ ปาฏิสาธิตศีล 4 อันได้แก่ ปาฏิโมกขสังวรศีล อินทริยสังวรศีล ปัจจยสันนิสิตศีล อาชีวปาฏิสาธิตศีล ซึ่งถือเป็นหลักปฏิบัติที่มีใช้เพียงศีล 227 ที่ควบคุมเพศภาวะของการเป็นพระภิกษุ แต่ครอบคลุมถึงวิถีชีวิตของพระภิกษุทั้งหมดเพื่อการรักษาจิตให้ผ่องใสอย่างแท้จริง

2.2) ญัตติ 13

คุณสมบัตินี้เป็นไปเพื่อการขุดเกลากิเลส เป็นองค์คุณของผู้มุ่งความบริสุทธิ์ในการดำเนินชีวิต เพราะครอบคลุมเรื่องการใช้ปัจจัย 4 ตามมีตามได้ เพื่อขุดเกลาคความทะยานอยาก และป้องกันความฟุ้งเฟ้อจากการใช้ปัจจัย 4 ซึ่งจะนำไปสู่การทอดถอนในการทำสมาธิเพียรในระหว่างการปฏิบัติ และทำให้ไม่เสียเวลาในการปฏิบัติ

2.3) อธิยาศัย 6

คุณสมบัติของผู้ที่จะสามารถบรรลุโลกุตตรธรรมได้ คือ
อโลภชฌาสัย (มีอติยาศัยไม่โลภ) อโทสชฌาสัย (มีอติยาศัยไม่มักโกรธ)
อโมหชฌาสัย (มีอติยาศัยไม่หลง) เนกขัมมชฌาสัย (มีอติยาศัยในการ
ประพฤติพรหมจรรย์) วิเวกชฌาสัย (มีอติยาศัยในการปลีกวิเวก) นิสสร-
ณชฌาสัย (มีอติยาศัยในการออกจากภพ) อาจกล่าวได้ว่า คุณสมบัติ
ข้อนี้เป็นทัศนคติที่มีอยู่ในตัวผู้ปฏิบัติ ที่จะส่งผลให้เกิดความมุ่งมั่นและ
ความก้าวหน้าในการปฏิบัติ

2.4) อธิมุตติ

การเป็นผู้ไม่มัวจิตไปในสมาธิ นักในการทำสมาธิ เป็น
คุณสมบัติที่ทำให้เกิดความหนักแน่นมั่นคงในการปฏิบัติสมาธิ

2.5) จริต 6

คุณสมบัติประจำตัวของแต่ละคนที่ฝึกปฏิบัติ โดยจริตนี้
แบ่งตามพื้นเดิมของจิต คือ ราคจริต โทสจริต โมหจริต วิตกจริต สัทธา-
จริต และพุทธิจริต หรือเป็นจริตที่ผสมผสานกัน ซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรค
ได้ให้หลักการในการตรวจสอบจริตของตนเอง โดยพิจารณาจาก
อิริยาบถ การทำงาน อาหารที่บริโภค การเห็น และความเป็นไป
แห่งธรรมที่ประพฤติ โดยคุณสมบัติเรื่องของจริตนี้ เป็นเรื่องที่อาจารย์
ผู้สอนจะต้องรู้ หรือตัวผู้ปฏิบัติจะต้องรู้ตนเอง เพราะจะเกี่ยวข้องกับวิ
การที่จะต้องเลือกให้เหมาะสมกับจริตของตนเอง อันจะนำไปสู่ความ
ก้าวหน้าในการปฏิบัติ

3) สภาพแวดล้อมในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวถึงสภาพแวดล้อมซึ่งมีผลต่อการปฏิบัติกัมมัฏฐาน โดยให้หลักในการพิจารณา ดังนี้

3.1) เลือกสถานที่ที่เหมาะสมในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน โดยควรอยู่ในที่เดียวกับอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน แต่ถ้าอยู่แล้วไม่มีความสุข ก็ให้ไปอยู่วัดไกลๆ มีปัญหาที่มาสอบถาม แต่ถ้าหากไม่ได้ที่เช่นนั้น ต้องไปในที่ไกลๆ ก็ควรเรียนกัมมัฏฐานโดยถามข้อสงสัยให้หมด แล้วจึงแสวงหาสถานที่ ซึ่งมีลักษณะดังนี้

3.1.1) เว้นสถานที่ที่ไม่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ 18 ประการ โดยสรุป คือ สภาพวัดไม่ใหญ่ไม่ชำรุด ไม่กำลังสร้างใหม่ หรือมีคนเข้ามาวัดมาก สถานที่ที่ตั้งต้องไม่ติดทางหลวง ติดป่า ติดไร่ ติดท่า ติดชายแดน ในวัดต้องไม่มีต้นไม้ดอกไม้ ผล มีสระน้ำที่ทำให้คนเข้ามาพลุกพล่าน และเว้นสถานที่ที่ไปอยู่แล้ว ไม่มีความสุข หรือหาอาจารย์คอยช่วยแนะนำไม่ได้

3.1.2) สถานที่ที่เหมาะสมกับการปฏิบัติ มีลักษณะ 5 ประการ คือ

- (1) เป็นสถานที่ไม่ไกล ไม่ใกล้ เดินทางไปมาสะดวก
- (2) กลางวันไม่พลุกพล่าน กลางคืนเงียบสงัด
- (3) ไม่มียุ่ง ไม่มีสัตว์เลื้อยคลาน ไม่มีลมแดดรบกวน
- (4) หาปัจจัย 4 คือ จีวร อาหาร เสนาสนะ และยารักษาโรคได้ไม่ยาก

(5) มีพระเถระพหูสูต ทรงธรรม ทรงวินัย แก้ไข ปัญหาให้ได้

โดยสรุปลักษณะสถานที่ที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ คือ เป็นสถานที่ที่เดินทางไปมาสะดวก ไม่มีสิ่งรบกวนการปฏิบัติทั้งคน และสัตว์หาปัจจัย 4 ได้ง่าย และที่สำคัญคือ มีพระผู้เป็นพหูสูตที่จะแนะนำการปฏิบัติให้ได้ ซึ่งลักษณะดังกล่าวเป็นการแสดงลักษณะของสถานที่ในแง่ของการเป็นวัดหรือสำนักปฏิบัติธรรม มากกว่าการปฏิบัติแบบอยู่จุดดั่งคในป่า

3.2) ทำสภาพแวดล้อมให้มีสัปปายะ 7 อันจะทำให้สมาธิก้าวหน้า ซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวถึงไว้ในตอนอธิบายการรักษาอัปนาสมาธิ ว่าต้องสร้างสภาพแวดล้อมให้เหมาะแก่การทำสมาธิ โดยใช้หลักสัปปายะ 7 คือ

(1) อาวาสสัปปายะ เลือกสถานที่ที่อยู่แล้วนิมิตที่ไม่เกิด เกิดขึ้น หรือที่เกิดแล้ว ไม่หายไป

(2) โคจรสัปปายะ เลือกสถานที่ที่ไม่ไกลเกิน 2 กิโลเมตรจากหมู่บ้านที่สามารถบิณฑบาตเลี้ยงชีพได้อย่างบริบูรณ์

(3) ภัตตสัปปายะ คือ เว้นจากติรัจฉานกถา 32 อันได้แก่ คุญเรื่องการเมือง ปัญหาเรื่องกำเนิดโลก เป็นต้น ซึ่งขัดขวางการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ทำให้ใจฟุ้งซ่าน และให้พูดถ้อยคำที่เกี่ยวกับความมักน้อย สันโดษ ในกถาวัตถุ 10 และเมื่อพูดก็พูดแต่พอประมาณ

(4) บุคคลสัปปายะ คือ เว้นจากบุคคลที่ชอบแต่งตัวหรือพูดติรัจฉานกถา

(5) โภชนะสัปปายะ คือ เลือกอาหารที่บริโภคแล้ว

ทำให้ทำสมาธิได้ดี ซึ่งแต่ละคนไม่เหมือนกัน บางคนชอบบรสเปรี้ยว บางคนชอบรสหวาน บางคนชอบรสเค็ม ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล

(6) อากาศสัปปายะ คือ เลือกอากาศที่ไม่อบอ้าว อยู่แล้วสมาธิก้าวหน้า

(7) อิริยาบถสัปปายะ คือ ในอิริยาบถยืน เดิน นั่ง นอน ถ้าอยู่ในอิริยาบถไหนมากแล้วสมาธิดี ให้เลือกอยู่ในอิริยาบถนั้น ซึ่งควรใช้วิธีการทดลองอยู่ในอิริยาบถแต่ละอย่างนั้น อย่างละ 3 วัน

โดยสรุปแล้วในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแสดงให้เห็นว่า สภาพแวดล้อม ทั้งสถานที่ คนที่อยู่รอบข้าง อากาศ อาหาร รวมถึงอิริยาบถ ล้วนมีผลต่อการทำสมาธิให้ก้าวหน้าทั้งสิ้น และเป็นสิ่งสำคัญที่จะต้องให้ความใส่ใจในการเลือก หรือสร้างให้เกิดขึ้นอย่างเหมาะสม

4) วิธีการเรียนการสอน

4.1) วิธีการเรียนกัมมัฏฐาน ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวถึง สิ่งที่ต้องทำก่อนการเรียนกัมมัฏฐาน คือ

4.1.1) การถวายตัวเป็นศิษย์แก่พระพุทธเจ้าและอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน ถือเป็นกิจที่ต้องทำ เพราะเป็นการแสดงความตั้งใจในการที่จะศึกษาเล่าเรียนกัมมัฏฐานของผู้ปฏิบัติ อันจะส่งผลให้ผู้เรียนเป็นผู้ว่าง่ายพร้อมจะรองรับคำแนะนำในการปฏิบัติ ทำให้ได้รับการสงเคราะห์ทั้งอามิสและธรรมะคือการสั่งสอนจากอาจารย์ หากไม่ได้ถวายตัวไว้ ผู้ปฏิบัติก็จะประพฤติดำใจตนเอง หรือขาดที่พึ่ง ท้ายที่สุดอาจลาสิกขาไปได้ โดยในการถวายตัวเป็นศิษย์ ศิษย์ที่อาจารย์จะบอกกัมมัฏฐานให้ จะต้องแสดงความตั้งใจในการเรียนกัมมัฏฐาน ถึงขนาดยอมสละแม้ชีวิตตัวเองให้แก่อาจารย์ได้ จึงจะใช้ได้

4.1.2) การตัดปลิโพธ ซึ่งมี 2 ลักษณะ คือ

(1) มหาปลิโพธ เป็นเครื่องกังวลที่จะขัดขวาง ทำให้ไม่สามารถปฏิบัติกัมมัฏฐานได้ 10 อย่าง คือ อาวาส ตระกูล หมู่คณะ การงาน การเดินทาง ญาติพี่น้อง ความเจ็บป่วย การศึกษา และฤทธิ์

(2) ขุททกปลิโพธ เป็นเครื่องกังวลเล็กๆ น้อยๆ ที่อาจทำให้เกิดความรำคาญใจในการปฏิบัติ คือ ตัณห์ ขน เล็บที่ยาว ซ่อมแซมเครื่องนุ่งห่มที่ขาด ทำความสะอาดเตียง ตั้ง เสนาสนะให้สะอาด

การตัดปลิโพธนี้ เป็นสิ่งที่ผู้ปฏิบัติไม่ควรละเลย เป็นการทำให้เบาใจ และปล่อยวางพอที่จะให้ใจตั้งมั่นในการปฏิบัติ ไม่มีสิ่งที่เป็นอุปสรรคมาคอยขัดขวางได้

4.1.3) การเข้าหาอาจารย์ผู้ให้กัมมัฏฐาน โดยมีแนวปฏิบัติคือ ถ้าสามารถหาอาจารย์ผู้ให้กัมมัฏฐานที่อยู่ในวัดเดียวกันได้ดีที่สุด แต่ถ้าไม่ได้ก็ต้องเดินทางไปหาอาจารย์ โดยในคัมภีร์ได้นำเอา อาคันตุกวัตร คมิกวัตร มาเป็นวิธีการในการเข้าหาผู้สอนกัมมัฏฐาน รวมกับนำอันเตवासิกวัตร มาเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติต่ออาจารย์ โดยการทำความดีจนกระทั่งอาจารย์ยอมรับเข้าเป็นศิษย์

4.2) วิธีการสอนกัมมัฏฐาน อาจารย์ผู้สอนสามารถใช้วิธีการสอนได้ 3 วิธี คือ

(1) สำหรับผู้ที่เรียนกัมมัฏฐานเป็นปกติ อาจารย์สาธยายต่อหน้าศิษย์ 1-2 ครั้ง แล้วจึงให้ไปปฏิบัติ

(2) สำหรับอาจารย์ผู้สอนที่อยู่ประจำสำนัก ลูกศิษย์

ไม่ได้อยู่ด้วย ให้สอนให้ทุก ๆ ครั้งที่ศิษย์มาหา

(3) สำหรับลูกศิษย์ที่เรียนแล้วต้องการไปที่อื่น อาจารย์จะสอนให้โดยพอดี ไม่ให้ยาวเกินไป หรือไม่ให้สั้นเกินไป และให้ศิษย์ไปปฏิบัติเอง

ในการสอนกัมมัฏฐานนั้น คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้ยกตัวอย่าง การสอนปฐมวิกาสินว่า ต้องสอนให้ผู้เรียนได้รู้หลัก 9 ประการ คือ โทษของ กสิน วิธีการทำกสิน วิธีการบริกรรมในกสิน ประเภทนิมิตที่เกิดขึ้น ประเภทของสมาธิที่ได้ สิ่งที่เป็นที่สบายและไม่สบายต่อการปฏิบัติ สิ่งที่ทำให้อุปนาสมาธิเกิดขึ้นได้คือความเพียรในการปฏิบัติ และสิ่งที่เกิดขึ้นเมื่อสมาธิเป็นอุปนา (วิธึแห่งอุปนา) และในการสอนกัมมัฏฐาน ผู้สอนควรสอนให้ตรงจริตของผู้เรียนสมาธิจึงจะก้าวหน้า

5) วิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานและผลผลิตจากการปฏิบัติ

วิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานนี้ถือเป็นแนวคิดหลักของคัมภีร์วิสุทธิมรรค ที่ได้ให้รายละเอียดของการปฏิบัติไว้อย่างเป็นขั้นตอน ทั้งในระดับ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน และสามารถจัดเป็นระบบการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ซึ่งมีรายละเอียดโดยสรุปดังต่อไปนี้

5.1) ระบบการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวถึงวิธีการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน ซึ่งแยกเป็นทั้งหมด 40 วิธี โดยได้อธิบายรายละเอียดวิธีการปฏิบัติของแต่ละวิธี พร้อมทั้งแยกแยะถึงลักษณะของการปฏิบัติทั้ง 40 วิธีนั้น ในแง่ความแตกต่างของอารมณ์ วิธีการ และผลที่จะเกิดขึ้นจากการปฏิบัติ โดยสามารถจัดแบ่งหมวดหมู่ตามอารมณ์ที่ใช้ และผลของการ

ปฏิบัติได้ดังนี้

อารมณ์ที่ใช้ในกัมมัฏฐาน 40 วิธี

(1) อารมณ์ที่เป็นนิมิต คือ มีรูปร่างปรากฏสัมผัสได้ชัดเจนทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ กลิ่น 10 อสฺสุกะ 10 อานาปานสติ กายคตาสติ

โดยกลิ่น และอสุกะ 20 วิธีนี้ จะใช้นิมิตอันเป็นสิ่งที่มิอยู่ภายนอกตัวมาเป็นอารมณ์ เป็นนิมิตหยาบ จับต้องได้อย่างเป็นรูปธรรม ในการทำกัมมัฏฐานจึงต้องมีการอธิบายขั้นตอนวิธีการทำ วิธีการพิจารณา เช่นวิธีการทำองค์กลิ่น หลักการตั้งองค์กลิ่น การกำหนดนึกกลิ่น และการหาอสุกะ วิธีการกำหนดและเพ่งพิจารณาอสุกะ ส่วนอานาปานสติ และกายคตาสติ ใช้นิมิตเป็นสิ่งที่เนื่องอยู่ในร่างกายนี้เป็นอารมณ์ จึงไม่ต้องมีพิธีรีตองในการทำหรือหานิมิต แต่จะมีขั้นตอนในการเรียนรู้และฝึกทำ ที่ต้องพัฒนาเป็นไปตามลำดับขั้น เนื่องจากอารมณ์นั้นเป็นของละเอียดอ่อน แม้เป็นของที่มีอยู่ในตัว แต่ก็ต้องอาศัยการสังเกต หรือจดจำ

(2) อารมณ์ที่เป็นสภาวะธรรม ได้แก่ พุทธานุสติ ธัมมานุสติ สังฆานุสติ สีลานุสติ จาคานุสติ เทวตานุสติ อุปสมมานุสติ มรณานุสติ อาหาเรปฏิกูลสติญญา จตุธาตuvwxyz วิญญูณญายตนะ และเนว-
สัญญานาสัญญายตนะ

โดยอารมณ์ตั้งแต่พุทธานุสติจนถึงจตุธาตuvwxyz เป็นอารมณ์ที่เกิดจากการใช้ปัญญาพิจารณาไตร่ตรอง เป็นอารมณ์ที่เป็นนามธรรมล้วนๆ ไม่สามารถสัมผัสอารมณ์ได้ง่าย ดังนั้น ในวิธีการปฏิบัติจึงต้องใช้ปริยัติในการอธิบายขยายความ ทำนองบอกเล่าให้นึกตาม

จึงจะสามารถทำกัมมัฏฐานได้ ส่วนวิญญูณัญญาตนะ และเนวสัณญานาสนัญญาตนะเกิดจากการใช้สภาวะธรรมอันเกิดสืบเนื่องจากผลแห่งการปฏิบัติ คือ วิญญูณัญญาตนะ ต้องอาศัยอาภาสานัญญาตนะ มาเป็นอารมณ์ และเนวสัณญานาสนัญญาตนะ ต้องอาศัย อากิญจัญญาตนะมาเป็นอารมณ์ ดังนั้น หากไม่สามารถปฏิบัติจนเกิดผลอันเป็นธรรมข้างต้น ก็จะไม่สามารถที่จะปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้ง 2 นี้ได้

(3) อารมณ์ที่เป็นทั้งนิमितและสภาวะธรรม (ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคกล่าวว่า เป็นอารมณ์ที่บอกไม่ถูก) คือ พรหมวิหาร 4 อาภาสานัญญาตนะ และอากิญจัญญาตนะ ซึ่งพรหมวิหาร 4 เป็นอารมณ์ที่มีนิमितที่ต้องเป็นบุคคล ที่เป็นฐานอันจะทำให้เกิดอารมณ์ที่เป็นสังขารขันธ์ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาให้เกิดขึ้น มีลักษณะเป็นอารมณ์เฉพาะ ดังนั้น จึงเป็นทั้ง 2 ประการ ส่วนอาภาสานัญญาตนะ และอากิญจัญญาตนะ มีลักษณะเป็นสภาวะธรรมที่เกิดจากการอาศัยสัณญาขันธ์ เข้ามาทำให้เกิดกัมมัฏฐานขึ้น

ในแง่ผลที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติสมาธิ 40 วิธี

1) ได้ผลคือ อุปจารสมาธิ ได้แก่ พุทธานุสติ ธัมมานุสติ สังฆานุสติ สีลานุสติ จาคานุสติ เทวตานุสติ อุปสมานุสติ มรณานุสติ อาหาระปฏิกุศลสัญญา และจตุราตุวัตถาน

2) ได้ผลคือ อัปนาสมาธิ แบ่งเป็นระดับ ดังนี้

- ฌาน 4 ได้แก่ กสิณ 10 และอานาปานสติ
- ฌาน 3 ได้แก่ พรหมวิหาร 3
- เฉพาะปฐมฌาน ได้แก่ อสุภะ 10 และกายคตาสติ
- เฉพาะจตุตถฌาน ได้แก่ อุเบกขาพรหมวิหาร และ
อรุปกัมมัฏฐาน

ซึ่งสามารถอธิบายอารมณ์ที่ใช้กับผลที่เกิดขึ้นได้ว่า อารมณ์ที่เป็นสภาวะธรรมอันเกิดจากการพิจารณาไตร่ตรองนั้น สามารถทำให้เกิดความสงบเพียงแค่เบื้องต้นไม่ถึงฉาน แต่เมื่ออารมณ์เป็นนิमित สามารถน้อมนำจิตให้สงบนิ่งได้ถึงขั้นฉาน

ในแง่ผลของการปฏิบัติที่นำไปสู่อัปปนาสมาธินี้ ในคัมภีร์ได้ให้วิธีการในการรักษาอารมณ์จนเกิดอัปปนาสมาธิ เรียกว่า อัปปนาโกศล 10 หรือวิธีการเพื่อนำไปสู่อัปปนาสมาธิ ดังนี้

1) การทำวัตรอุให้สะอาด คือ การทำร่างกายให้สะอาด การทำข้าวเครื่องใช้ เสนาสนะให้สะอาด จะส่งผลต่อความก้าวหน้าในการปฏิบัติสมาธิ

2) การทำอินทริยให้สม่ำเสมอ คือ ทำศรัทธาให้เสมอกับปัญญา ทำวิริยะให้เสมอกับสมาธิ และทำสติให้มาก จะทำให้การปฏิบัติก้าวหน้า

3) ความฉลาดในการรักษานิमितที่ได้แล้ว

4) ยกจิตในสมัยที่ควรยก คือ เมื่อทำสมาธิแล้ว จิตหดหู่ เจริญธัมมวิจยะ วิริยะ และปีติ

5) ข่มจิตในสมัยที่ควรข่ม คือ เมื่อทำสมาธิแล้ว จิตฟุ้งซ่าน เจริญปัสสัทธิ สมาธิ และอุเบกขา

6) พยุงจิตให้ร่าเริงในสมัยที่ควรทำให้ร่าเริง คือ เมื่อจิตไม่เบิกบาน ก็พิจารณาสังเวควัตถุ 8 และนึกถึงพุทธคุณ ธัมมคุณ สังฆคุณ

7) พังดูจิตเฉยในสมัยที่ควรพังดูเฉย คือ เมื่อจิตไม่หดหู่ ไม่ฟุ้งซ่าน เบิกบานอยู่ ก็ประคองรักษาอารมณ์นี้ไว้

8) หลีกเว้นบุคคลที่ไม่มีสมาธิ

9) คบหาบุคคลที่มีสมาธิ

10) น้อมจิตไปในสมาธิ

5.2) ระบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวถึงแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนาไว้เป็นระบบ โดยมีขั้นตอน คือ อาศัยการเล่าเรียนและสอบถามในธรรมที่เป็นภูมิของวิปัสสนา อยู่ 6 ประการ คือ ชั้น 5 อายุตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 และปัจจุสมุปบาท เมื่อได้ศึกษาโดยทางปริยัติจนแตกฉาน และอาศัยการทำศีล และสมาธิให้เกิดขึ้นเป็นฐานรากแล้วก็นำไปสู่ตัวปัญญา ซึ่งเป็นไปตามหลักการที่กล่าวไว้ในวิสุทธิ 7 ในพระไตรปิฎกตามลำดับ คือ ศีลวิสุทธิ จิตตวิสุทธิ ทิณฺณวิสุทธิ กังขา-วิตรณวิสุทธิ มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ และญาณทัสสนวิสุทธิ การบังเกิดขึ้นของวิปัสสนา จะเกิดตั้งแต่ทิณฺณ-วิสุทธิ จนถึงญาณทัสสนวิสุทธิ

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวถึงขั้นตอนของการเกิดทิณฺณ-วิสุทธิ ใน 2 เส้นทาง คือ สมถยานิก และวิปัสสนายานิก

(1) สมถยานิก เกิดจากการออกจากฌาน แล้วพิจารณาองค์ฌาน ให้ปรากฏโดยความเป็นรูปนาม ให้เห็นสามัญญลักษณะ

(2) วิปัสสนายานิก ใช้การกำหนดธาตุ 4 ในอาการ 32 ในร่างกายมาเป็นฐาน แล้วพิจารณาแยกแต่ละอาการนั้น ให้เห็นสักแต่ว่าเป็นธาตุอันเกิดขึ้นจากองค์ประกอบหลาย ๆ ประการมารวมกัน และให้เป็นปรากฏโดยความเป็นรูปนาม หรือใช้การกำหนดธาตุ 18 หรือชั้น 5 ให้เห็นโดยความเป็นนามรูป เมื่อเห็นสิ่งที่ปรากฏในร่างกายนี้ตามความเป็นจริงโดยการเป็นนามรูป (ยถาภูตญาณทัสสนะ) ก็จะทำให้

เกิดความไม่ลุ่มหลงในนามและรูป ครอบงำสัตตัตถปัญญา (ความรู้ว่าเป็นสัตว์) เสีย เป็นทวิสุตวิสุทธิ

เมื่อกำหนดรู้เหตุปัจจัยของนามรูป จนละความสงสัยทั้งในอดีตกาล อนาคตกาล และปัจจุบันกาล เกิดยถาภูตญาณทัสสนะ สัมมาทัสสนะ กังขาวิตรณะ จึงเป็นกังขาวิตรณวิสุทธิ

เมื่อทำความเพียรในกลาปสัมมสนะ จนเกิดกลาปสัมมสนญาณอันเป็นปัญญากำหนดรู้แน่นอนในธรรมทั้งหลายขึ้นสู่ไตรลักษณ์ จนเพิกถอนทวิสุติ มานะ ความใคร่ได้แล้ว ก็อย่างเข้าสู่ตรุณวิปัสสนาญาณ คือ อุทยัพพญาณ อันเป็นปัญญาเห็นเนื่องๆ ถึงความผันแปรของปัจจุบันธรรมทั้งหลาย ซึ่งจะมีวิปัสสนูปกิเลสเกิดขึ้น เมื่อกำหนดรู้วิปัสสนากิเลสได้ และรู้ว่าทางใดเป็นทางมรรค ทางใดมิใช่ ก็เกิดมัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ

วิปัสสนาที่บรรลุด้วยญาณ 8 ตั้งแต่อุทยัพพญาณ อย่างแก่ ภังคานุปัสสนาญาณ ภายตุปฏฐานญาณ อาทิณานุปัสสนาญาณ นิพพิทานุปัสสนาญาณ มุญจิตุกัมยตาญาณ ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ สังขารุเปกขาญาณ และสัจจานุโลมิกญาณ เกิดปฏิบัติญาณทัสสนวิสุทธิ

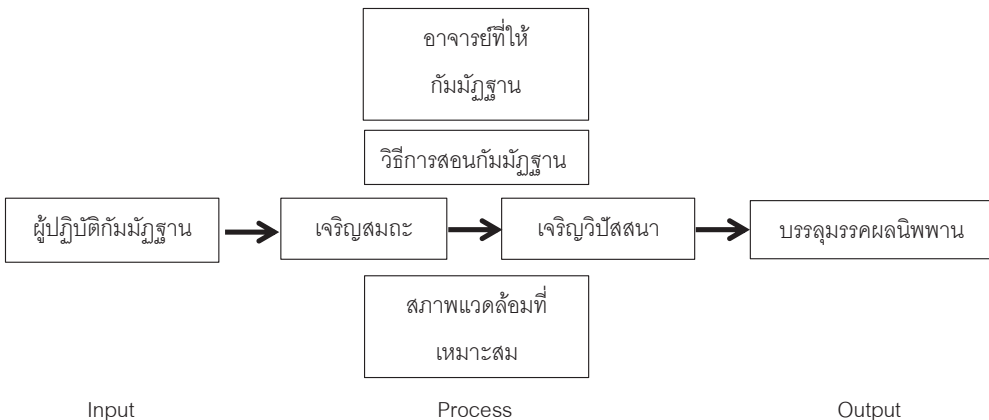
ต่อจากอนุลोมนญาณ จะเกิดโคตรภูญาณ อันเป็นระหว่างกลางของโคตรปฏุชนกับพระอริยบุคคล เมื่อหยั่งจิตลงสู่निพพานเป็นอารมณ์ ก็จะก้าวเข้าสู่มัคคญาณ และผลญาณตามลำดับ กลายเป็นพระอริยบุคคล ทั้งโสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี และอรหัตต ละสังโยชน์เข้าสู่พระนิพพาน นี่เป็นญาณทัสสนวิสุทธิ

ทั้งหมดนี้เป็นขั้นตอนการเกิดขึ้นของความรู้ที่เป็นไปตาม

ลำดับ เรียกว่า “โศฬสญาณ”

5. วิเคราะห์ระบบการเรียนรู้การสอน กัมมัฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

ในองค์ประกอบสำคัญของระบบการเรียนรู้การสอนกัมมัฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้น กระบวนการสำคัญในการทำให้ผู้ปฏิบัติกัมมัฐานบรรลุมรรคผลนิพพาน ซึ่งถือเป็นเป้าหมายของระบบ คือ ผู้ปฏิบัติกัมมัฐานจะต้องผ่านกระบวนการฝึกปฏิบัติสมณะและวิปัสสนา จึงจะนำไปสู่ผลคือการบรรลุทางหลุดพ้น โดยมีวิธีการเรียนรู้การสอนสภาพแวดล้อม และอาจารย์ผู้สอนกัมมัฐาน เป็นองค์ประกอบแวดล้อมในการช่วยผู้ปฏิบัติกัมมัฐานให้บรรลุผลแห่งการปฏิบัติ ซึ่งเขียนเป็นแผนภาพแสดงความสัมพันธ์ของระบบได้ดังนี้



แผนภาพที่ 1 แสดงระบบการเรียนรู้การสอนกัมมัฐาน
ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค

1) คุณสมบัติของตัวแปรนำเข้ากับกระบวนการและเป้าหมาย
คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้นำเสนอขั้นตอนการบรรลุมรรคผลนิพพาน
ในพระพุทธศาสนา ซึ่งต้องปฏิบัติตามหลักไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ และ
ปัญญา โดยอาจมอง ศีล สมาธิ ปัญญา ได้ 2 แง่มุม คือ

1.1) ศีล สมาธิ ปัญญา ในแง่ของวิธีการปฏิบัติเพื่อนำไปสู่
ความหลุดพ้น

1.2) ศีล สมาธิ ปัญญา ในแง่ผลที่ต้องการทำให้เกิดขึ้น อัน
จะนำไปสู่การหลุดพ้น

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้กล่าวถึงทั้ง 2 แง่มุม ดังนี้ คือ

(1) ในแง่วิธีการ การอธิบายศีล ได้อธิบายถึงวิธีการรักษา
ศีลที่เป็นปาริสุทธิศีล 4 สมาธิ ได้อธิบายวิธีการและขั้นตอนในการปฏิบัติ
สมาธิทั้ง 40 วิธีอย่างละเอียด รวมถึงการพัฒนาให้ก้าวหน้าโดยอาศัย
อัปปนาโกศล 10 ปัญญาได้อธิบายวิธีการเจริญวิปัสสนา โดยภูมิคือขั้น
5 आयตนะ 12 ธาตุ 18 อินทรีย์ 22 อริยสัจ 4 ปฏิจจสมุปบาท โดย
อาศัยญาณ 16

(2) ในแง่ผล การอธิบายศีลได้อธิบายถึงศีลในสถานะเป็น
คุณสมบัติพื้นฐานของผู้ปฏิบัติ ที่ทำให้สะอาดกาย วาจา และเป็นราก
เหง้าของการปฏิบัติสมาธิต่อไป สมาธิได้อธิบายในแง่ผล คือ ฌาน 4
และอรุพฌาน 4 และการทำอภิญญา 5 ให้เกิดขึ้น ในส่วนของปัญญา
ได้อธิบายถึงผลแห่งปัญญา คือ วิสุทธิ 5 อันเป็นความบริสุทธิ์ที่มากขึ้น
ไปจนถึงระดับของการเป็นพระอริยบุคคล และหมดกิเลสไปในที่สุด

การอธิบายในแง่วิธีการนั้น เป็นการชี้ให้เห็นขั้นตอนของการ
ปฏิบัติไปในตัว นั่นคือต้องเริ่มจากการปฏิบัติศีลก่อน แล้วจึงจะนำไปสู่

การปฏิบัติสมาธิ และปัญญาเป็นลำดับไป ในขณะเดียวกัน การอธิบายในแง่ผล ก็เป็นการชี้ให้เห็นว่า หากผู้ปฏิบัติยังมีศีลไม่บริบูรณ์ ก็ยากที่จะได้สมาธิ และเมื่อยังไม่ได้สมาธิ ก็ยากที่จะเข้าถึงปัญญาได้ ซึ่งหากพิจารณาจากคุณสมบัติของผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐานจะพบว่าระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้น เป็นระบบการฝึกปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระภิกษุที่มีเป้าหมายอย่างแน่วแน่ต่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน และในการฝึกนั้นก็ต้องรักษาศีล ถืออุคฺคควัตร และฝึกปฏิบัติอย่างมกัณ้อย สันโดษ หลีกออกจากเมืองหรือชุมชน มุ่งปฏิบัติอย่างเดียว จึงจะเกิดผลคือการบรรลุมรรคผลนิพพาน ซึ่งแนวทางการปฏิบัติเช่นนี้ หากเทียบในปัจจุบันก็จะสอดคล้องกับวิธีการสอน การปฏิบัติตนของพระภิกษุสายอุคฺคควัตรกัมมัฏฐานอีสาน ซึ่งเน้นการปฏิบัติอุคฺคควัตรแสวงหาที่วิเวก เพื่อมุ่งสู่ความหลุดพ้นเป็นพระอรหันต์¹³

การอธิบายศีล สมาธิ ปัญญา ในแง่ของผลการปฏิบัตินั้นเป็นการชี้คุณสมบัติในตัวบุคคลผู้ที่ปฏิบัติว่า จะต้องเริ่มจากการมีศีลอันบริสุทธิ์ก่อน ซึ่งในที่นี้หมายถึงเอาอาชีวนิพาสสิก 4 โดยอาศัยอุคฺคควัตรเป็นเครื่องชำระให้สะอาดบริสุทธิ์ยิ่งขึ้น แล้วจึงจะสามารถพัฒนาไปสู่การปฏิบัติสมาธิ โดยการปฏิบัติให้เหมาะสมกับจริต ซึ่งได้อธิบายอย่างละเอียดในขั้นตอนของการปฏิบัติสมถะ 40 วิธีก่อน และพัฒนาด้วยอัปปนาโกศลจนบังเกิดฌานขึ้น และอาศัยผลแห่งสมาธิที่เกิดขึ้นนั้น พัฒนาความก้าวหน้าแห่งสมาธิเป็นลำดับขั้นขึ้นไป จนนำไปสู่การเจริญวิปัสสนา ดังที่ได้กล่าวไว้ในช่วงของการอธิบายการเจริญวิปัสสนาว่า

¹³ วริยา ชินวรรโณ และคณะ, *สมาธิในพระไตรปิฎก วิวัฒนาการการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทประเทศไทย* (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 193),(2543.

ปัญญาจะพึงเจริญอย่างไร นี้ มีพรรณนาว่าเพราะเหตุที่ธรรมทั้งหลาย อันแยกประเภทเป็นชั้นๆ อายตนะธาตุ อินทรีย์ สัจจะ และปฏิจาสมุปบาทเป็นต้น เป็นภูมิของปัญญานี้ วิสุทธิ 2 คือ สีลวิสุทธิและจิตตวิสุทธิเป็นมูลของปัญญานี้ วิสุทธิ 5 คือ ทิฏฐิวิสุทธิ 1 กังขาวิตรณวิสุทธิ 1 มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ 1 ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ 1 และญาณทัสสนวิสุทธิ 1 เป็นสรณะของปัญญานี้ เพราะเหตุนั้น ปัญญาอันภิกษุผู้ทำความสังสมความรู้โดยการเล่าเรียนและได้ตามในธรรมที่เป็นภูมิเหล่านั้นแล้ว ยังวิสุทธิ 2 ที่เป็นมูลให้ถึงพร้อมแล้ว ทำวิสุทธิ 5 ที่เป็นสรณะให้ถึงพร้อมอยู่ จะถึงบ่าเพ็ญได้¹⁴

และเมื่อเจริญวิปัสสนา ย่อมนำไปสู่ผลคือการบรรลุมรรคผลนิพพานอันเป็นเป้าหมายของระบบนี้ ซึ่งหากพิจารณาในแง่หนทางแห่งการบรรลุอรหัตต์ ดังที่กล่าวไว้ในคัมภีร์อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต ได้กล่าวถึงลักษณะการบรรลุอรหัตต์ 4 ลักษณะไว้ว่า

ผู้ใดก็ตามจะเป็นภิกษุหรือภิกษุณีเปิดเผยการบรรลุอรหัตตผลในสำนักของเราด้วยมรรค 4 ประการ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้า เมื่อเธอเจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้า มรรคย่อมเกิด เธอเสพเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ ย่อมละสังโยชน์ได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป ภิกษุเจริญสมณะอันมีวิปัสสนา นำหน้า ... ภิกษุเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไป ...

¹⁴ พระพุทธโฆสเถระ, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, 720.

ภิกษุมีใจถูกอุทธรณ์จะในธรรมกันไว้ในเวลาที่จิตตั้งมั่น สงบภายใน มีภาวะที่จิตเป็นหนึ่งผุดขึ้น ตั้งมั่นอยู่ มรรคก็เกิด แก่เธอ เธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้น เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มาก ซึ่งมรรคนั้น ย่อมละสังโยชนได้ อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป¹⁵

จึงอาจกล่าวได้ว่า การอธิบายระบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นการอธิบายในแบบมรรควิธีที่มีสมณะนำหน้าวิปัสสนา

2) ความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน วิธีการเรียนการสอนกับผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน

ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวถึงความสัมพันธ์ระหว่างอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน วิธีการเรียนการสอน กับผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน เป็นไปในลักษณะของการบอกแนวทาง โดยให้ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐานนำไปปฏิบัติเองในสภาพแวดล้อมที่เป็นสปปายะ โดยบทบาทของอาจารย์ที่สอนกัมมัฏฐานนี้จะไปสัมพันธ์กับระดับของการปฏิบัติ กล่าวคือ

บทบาทของอาจารย์ผู้สอนจะมีความสำคัญในการปฏิบัติขั้นสมณะ ในแง่ของการเลือกสอนวิธีการปฏิบัติในสมณะที่หลากหลายให้เหมาะสมกับจริตของศิษย์ ซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวให้มีความสำคัญกับอาจารย์ที่เป็นพหูสูตมากกว่าพระอรหันต์ เพราะอาจารย์แม้จะปฏิบัติยังไม่ได้ผลคือการหมดกิเลส แต่ก็สามารถแนะแนวทางให้ศิษย์ที่กำลังเริ่มปฏิบัติได้

ในส่วนของวิปัสสนา อาจารย์ผู้สอนจะมีบทบาทในการสอนภูมิของวิปัสสนา ในแง่ของปริยัติให้แตกฉาน เพื่อเป็นบาทฐานนำไปสู่การ

¹⁵ อก.จตุกก. 238/170/21 (ไทย.มจร)

ทำวิปัสสนา บทบาทของอาจารย์จึงมีความสำคัญในการเป็นผู้ชี้ทางที่ถูกต้องให้ศิษย์ โดยตัวผู้ปฏิบัติซึ่งผ่านกระบวนการฝึกขั้นสมถะมาแล้ว คือบุคคลสำคัญที่จะเรียนรู้และบรรลุผลแห่งการปฏิบัติในขั้นนี้ได้อย่างถ่องแท้ด้วยตนเอง ซึ่งในคัมภีร์ได้มีการยกตัวอย่างของศิษย์ซึ่งหมดกิเลสแล้วพิจารณาตรวจดูด้วยญาณทัสสนะ พบว่าอาจารย์ที่สอนกัมมัฏฐานยังเป็นปุถุชนอยู่แต่เข้าใจว่าหมดกิเลส ลูกศิษย์จึงได้ไปแนะนำการปฏิบัติให้กับอาจารย์¹⁶ อันเป็นเครื่องยืนยันว่า ในการเจริญวิปัสสนา ตัวผู้ฝึกปฏิบัติจะต้องฝึกฝนด้วยตนเองเป็นสำคัญ

แม้ว่ากระบวนการเรียนการสอนกัมมัฏฐาน จะมุ่งเน้นไปที่ตัวผู้เรียนที่จะได้ผลแห่งการปฏิบัติด้วยตนเอง ซึ่งอาจจะทำให้เข้าใจได้ว่า แนวคิดของการจัดการเรียนการสอนในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นแบบเน้นผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง แต่หากพิจารณาดูให้ดี จะเห็นว่าการเรียนการสอนในคัมภีร์วิสุทธิมรรค โดยเฉพาะในการปฏิบัติขั้นสมถะนั้น อาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐานจะต้องคำนึงถึงความแตกต่างของจริตของผู้เรียน แล้วจึงกำหนดกัมมัฏฐานให้สอดคล้องกับจริต โดยผู้เรียนอาจจะยังอยู่ภายใต้การดูแลของอาจารย์ หรือจะไปปฏิบัติด้วยตนเอง แต่ถ้าอาจารย์ไม่สามารถแนะนำกัมมัฏฐานให้เหมาะสมกับจริต ก็จะมีผลต่อการปฏิบัติที่ทำให้ไม่สามารถบรรลุธรรมได้ อีกทั้งในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ยังเน้นถึงความสำคัญของการเป็นพหูสูตของผู้สอนที่จะต้องมีความสามารถในการแนะนำการทำสมาธิที่มีหลากหลายวิธีให้แก่ผู้เรียน จึงอาจกล่าวได้ว่าระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นระบบการสอนที่ยึดครูเป็นศูนย์กลาง ความสำเร็จของการปฏิบัติจะมากน้อยเพียงไรมีปัจจัยที่เกี่ยวเนื่องด้วยอาจารย์ผู้สอน ครูบาอาจารย์ยังมีความรู้ความสามารถ และมีประสบการณ์ในการปฏิบัติหรือการศึกษามาก

¹⁶ พระพุทธโฆสเถระ, *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*, 1033.

เพียงใด ก็จะมีผลต่อการสร้างคุณสมบัติที่ต้องการให้เกิดขึ้นในผู้เรียน
ยังสามารถสร้างคุณสมบัตินั้นได้มากเท่าไร การบรรลุผลของการปฏิบัติ
ก็จะเกิดขึ้นได้มากและเร็วเท่านั้น ครูจึงเป็นผู้มีส่วนสำคัญในการนำศิษย์
ไปสู่เป้าหมายคือการบรรลุธรรม ดังนั้นศิษย์จึงต้องทุ่มเทกายใจโดยการ
มอบตนเป็นศิษย์ให้กับครูบาอาจารย์ อันเป็นประเพณีในการปฏิบัติ
กัมมัฏฐานที่สืบทอดกันมาว่า ก่อนปฏิบัติกัมมัฏฐานจะต้องกล่าวคำ
แสดงตนเป็นศิษย์เพื่อรับความรู้จากครูบาอาจารย์ได้ทั้งหมด ดังที่มีการ
กล่าวคำถวายตนในการปฏิบัติกัมมัฏฐานในหลายสำนักปฏิบัติธรรมใน
ปัจจุบัน และสอดคล้องกับที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสถึงความสำคัญ
ของกัลยาณมิตรไว้ในอุปัชฌายสูตรว่า “อานนท์ ที่จริงความเป็นผู้มีมิตรดี
มีสหยาดี มีเพื่อนดี เป็นพรหมจรรย์ทั้งหมด”¹⁷ เพราะมิตรดีจะทำให้
นำไปสู่การหลุดพ้น ดังที่กล่าวในสูตรเดียวกันนั้นว่า “ความเป็นผู้มี
มิตรดี มีสหยาดี มีเพื่อนดีเป็นพรหมจรรย์ทั้งหมดทีเดียวนั้นพึงทราบโดย
ปริยายนี้ ด้วยว่าเพราะอาศัยเราผู้เป็นมิตรดี เหล่าสัตว์ผู้มีชาติ (ความ
เกิด) เป็นธรรมด่าย่อมพ้นจากชาติ ผู้มีชรา (ความแก่) เป็นธรรมด่าย่อม
พ้นจากชรา ผู้มีมรณะ (ความตาย) เป็นธรรมด่าย่อมพ้นจากมรณะ ผู้มี
โสกะ (ความเศร้าโศก) ปริเทวะ (ความคร่ำครวญ) ทุกข์ (ความทุกข์กาย)
โทมนัส (ความทุกข์ใจ) และอุปายาส (ความคับแค้นใจ) เป็นธรรมด่าย่อม
พ้นจากโสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัสและอุปายาส”¹⁸

3) ลักษณะระบบการเรียนรู้การสอนกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค
จะเห็นได้ว่าในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้นำเสนอวิธีการเรียนการ
สอนกัมมัฏฐานในลักษณะแบบที่ให้รายละเอียดทั้งคุณสมบัติและ

¹⁷ ส.ม. 4/2/19 (ไทย.มจร)

¹⁸ ส.ม. 4/2/19 (ไทย.มจร)

ลักษณะของอาจารย์ นักเรียน วิธีการเรียน รวมทั้งเป้าหมายที่พึงประสงค์แต่ละประการไว้อย่างครบถ้วน เป็นการให้รายละเอียดที่ขยายเพิ่มเติมจากพระไตรปิฎกที่นำไปสู่ภาคปฏิบัติได้จริง ซึ่งหากปฏิบัติตามได้ทั้งระบบ ย่อมนำไปสู่การบรรลุผลนิพพาน และส่งผลดีแก่ผู้ปฏิบัติได้อย่างแน่นอน แต่ทว่าเมื่อยุคสมัยเปลี่ยนไป เราจะพบว่าทั้งสภาพสังคม วิถีชีวิต สภาพแวดล้อมต่างๆ รวมถึงระบบการจัดการในสังคมก็เปลี่ยนแปลงไปด้วย ซึ่งในความเปลี่ยนแปลงเหล่านั้น ย่อมมีบริบทบางอย่างที่ทำให้นักปฏิบัติธรรมไม่สามารถที่จะสร้างคุณสมบัติในแต่ละองค์ประกอบให้ตรงกับรายละเอียดและขั้นตอนตามที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้ ซึ่งย่อมจะมีผลต่อเป้าหมายของการปฏิบัติ ทั้งนี้ผู้เขียนขอยกตัวอย่างปัจจุบัน เช่น การที่พระภิกษุสงฆ์จะหลีกเลี่ยงการปฏิบัติในอาวาสที่เป็นสัปปายะเป็นเวลาแรมปี หรือการปฏิบัติอุตงค์ซึ่งเป็นข้อปฏิบัติประการหนึ่งในคุณสมบัติของผู้เรียนกัมมัฏฐานที่จะขัดเกลากิเลสให้ไปสู่เป้าหมาย อาจจะไม่สามารถทำได้อย่างเป็นอิสระอย่างที่ผู้ปฏิบัติตั้งใจ ด้วยข้อจำกัดทางด้านกฎหมาย กฎคณะสงฆ์ หรือวิธีการปฏิบัติบางประการที่มีขั้นตอน และรายละเอียดของการปฏิบัติที่มาก เช่น กายคตาสติที่จะต้องใช้เวลาในการศึกษาและท่องจำอาการ 32 ให้ได้ครบทั้งลักษณะอาการ สี่ สัตฐาน ที่ตั้งอยู่ใช้เวลาอย่างน้อย 4 เดือน¹⁹ จึงจะจบขั้นตอน อาจจะเป็นการยุ่งยากที่จะปฏิบัติตามให้ครบทุกขั้นตอน ซึ่งไม่ตอบสนองของลักษณะของคนที่ต้องการเรียนรู้และปฏิบัติแบบไม่ซับซ้อนในยุคปัจจุบัน ดังนั้นลักษณะของการปฏิบัติในคัมภีร์วิสุทธิมรรคจึงถือเป็นต้นแบบในระบบการเรียนการสอนกัมมัฏฐานสำหรับผู้ที่จะหลีกเลี่ยง ปลีกออกจากสังคมและมีความตั้งใจจริงในการศึกษาและมุ่งปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นอย่างแท้จริง

¹⁹ พระพุทธโฆสเถระ, *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*, 413.

สำหรับการประยุกต์แนวทางการปฏิบัติตามหลักที่กล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคให้เข้ากับสภาพสังคมในปัจจุบันควรมีแนวทางอย่างไรจะได้วิเคราะห์นำมาเสนอในโอกาสต่อไป

6. บทสรุป

คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นคัมภีร์ในพระพุทธศาสนาที่อธิบายหลักไตรสิกขาอันเป็นกระบวนการสำคัญที่นำผู้ปฏิบัติเพื่อการบรรลุมรรคผลนิพพาน ในขณะเดียวกันในคัมภีร์ยังได้อธิบายถึงคุณสมบัติขององค์ประกอบต่างๆ ที่แสดงถึงความเป็นระบบการเรียนรู้การสอนกัมมัฏฐานที่สมบูรณ์แบบ ทั้งคุณสมบัติของผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน คุณสมบัติของอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน วิธีการเรียนการสอนกัมมัฏฐาน รวมถึงขั้นตอนการปฏิบัติ อันนำไปสู่การบรรลุมรรคผลนิพพาน ซึ่งระบบดังกล่าวนี้เป็นระบบการฝึกปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระภิกษุในพระพุทธศาสนาที่มีความตั้งใจจริงที่จะบรรลุมรรคผลนิพพาน และระบบการปฏิบัติแบบนี้เป็นระบบการปฏิบัติประเภททำสมณะนำหน้าวิปัสสนา ซึ่งผู้ปฏิบัติต้องใช้ระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติอันเป็นไปตามขั้นตอนจำเป็นที่จะต้องรู้จิตอัธยาศัยของตนเอง รวมถึงต้องหลีกเลี่ยงการแสวงหาสถานที่สัปปายะ ผู้ปฏิบัติควรมีความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจที่จะอุทิศตนออกบวชและบำเพ็ญอุทกวัตรตามอย่างปฏิบัติของพระเถระในอดีต จึงจะมีโอกาสบรรลุธรรมตามขั้นตอนดังกล่าวได้ กล่าวไว้ในคัมภีร์ได้ อย่างไรก็ตาม หากนำระบบการเรียนรู้การสอนกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมาเป็นแม่บทในการฝึกปฏิบัติ ในยุคปัจจุบันอาจจะหาผู้ที่มีคุณสมบัติตามที่คัมภีร์กล่าวไว้ได้ไม่มากนัก

ด้วยสภาพความเปลี่ยนแปลงของบริบทสังคม สภาพแวดล้อมต่างๆ รวมถึงการหาอาจารย์ที่จะมีความสามารถในการแนะนำกัมมัฏฐานได้ หลากหลายก็อาจเป็นข้อจำกัด เพราะโดยส่วนใหญ่ ผู้สอนกัมมัฏฐานที่เรียกว่าวิปัสสนาจารย์จะสอนโดยการยึดแนวปฏิบัติที่ตนเองได้ผล แต่กระนั้นในปัจจุบันก็เริ่มมีการเปิดหลักสูตรการอบรมกัมมัฏฐานอย่างเป็นระบบเกิดขึ้นมากมาย แม้ระบบเหล่านี้ บางระบบอาจจะไม่มุ่งเน้นเป้าหมายนำผู้ปฏิบัติไปถึงฝั่งแห่งการบรรลุมรรคผลนิพพาน เพราะผู้ปฏิบัติอาจจะมีวัตถุประสงค์ในการปฏิบัติเพียงเพื่อต้องการความสุข หรือแก้ปัญหาชีวิตบางประการ แต่อย่างน้อย หลักการปฏิบัติที่ได้ รับสั่งสอนก็ทำให้ผู้ปฏิบัติได้เห็นคุณค่าของธรรมะในพระพุทธศาสนา ที่นำประโยชน์และความสุขมาให้แก่ผู้ปฏิบัติได้อย่างดี ผู้ศึกษาเห็นว่า คัมภีร์วิสุทธิมรรคนี้เป็นคัมภีร์ที่ยืนยันวิถีแห่งความเอจจิงเอจจิงในการ ปฏิบัติในพระพุทธศาสนา ที่ชี้ให้เห็นว่า กว่าจะได้บรรลุผลในพระพุทธ- ศาสนาต้องมีขั้นตอนอย่างไร และยืนยันว่าทางบรรลุมรรคผลนิพพานใน พระพุทธศาสนานั้นมีจริง ปฏิบัติได้จริง ไม่ใช่คำสอนที่เลื่อนลอยมีหลัก การแต่ไร้วิธีการ เป็นการแสดงลักษณะของศาสนาพุทธที่เป็นศาสนาของ การปฏิบัติ ที่เมื่อผู้ใดปฏิบัติตามคำสอนแล้ว ย่อมบรรลุผลตามสมควร แก่การปฏิบัติ และรู้ผลแห่งการปฏิบัติอย่างถ่องแท้ด้วยตนเอง อย่างไรก็ตาม ผู้ศึกษามีความเชื่อมั่นว่า บุคคลผู้มีธุลีคือกิเลสในดวงตาน้อย ที่พร้อมจะปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธองค์ยังมีอยู่ หนทางแห่ง การปฏิบัติในคัมภีร์วิสุทธิมรรคก็กำลังรอการพิสูจน์จากท่านเหล่านั้น ที่จะปฏิบัติตามเพื่อเป็นพยานการตรัสรู้ธรรมของพระพุทธองค์ว่า ธรรมะของพระพุทธองค์นั้นเป็นอกาลิก ไม่จำกัดด้วยกาล เอหิปัสสิโก ควรเรียกให้มาดูมาชม โอปนยิโก ควรน้อมเข้ามาในตน ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญญูหิ อันวิญญูชนพึงรู้ได้เฉพาะตน

บรรณานุกรม

• ภาษาไทย

1. คัมภีร์

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. *พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับสยามรัฐ*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2525.

พระพุทฺธโสมเถระ. *คัมภีร์วิสุทธิมรรค*. แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พรินท์ติ้ง จำกัด, 2547.

พระพุทฺธโสมเถระ. *วิสุทธิมรรค แปล ภาค 1 ตอน 1 ฉบับของมหามกุฏราชวิทยาลัย*. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2538.

2. หนังสือ

ทัศนา แหมมณี. *ศาสตร์การสอน องค์ความรู้เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร: ด้านสุทธาการพิมพ์, 2550.

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช บัณฑิตศึกษา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์. *ประมวลสาระชุดวิชา การจัดระบบทางการศึกษา หน่วยที่ 1-2*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2536.

วริยา ชินวรโรณ, วาริญา ภสฏฏตานนท์ ณ มหาสารคาม, พระมหาสมศักดิ์ จันทสิโล, สุภัทร ปัญญาทีป และบุรณ เกตุทัตสา. *สมาธิในพระไตรปิฎก วิวัฒนาการการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทประเทศไทย*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2543.

3. วารสาร

พระมหาพงศ์ศักดิ์ จาโนโย. “สมถวิปัสสนาในคัมภีร์อภิธรรมนิกายสรวาสติวาท”, *วารสารธรรมธารา* ปีที่ 3, ฉบับที่ 1 (ฉบับรวมที่ 4) (มกราคม-มิถุนายน 2560): 193-230. 1-2

พระมหาวุฒิชัย วุฑฒิชโย. “การศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบการพัฒนาจิตของกรรมฐาน 5 สาย ในสังคมไทย.” *วารสารธรรมธารา* ปีที่ 6, ฉบับที่ 1 (ฉบับรวมที่ 10) (มกราคม-มิถุนายน 2563): 3-50.

4. วิทยานิพนธ์

พระมหาพิศิษฐ์ ธีรปณฺโญ (กัฏฏวานวณิชย์). “การบริหารจัดการสำนักกรรมฐาน: ศึกษาเฉพาะกรณีสัตตยา นารายณ์ โกเอ็นก้า.” วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2551.

พระมหาวุฒิชัย วุฑฒิชโย (ธีระเผ่าพงษ์). “รูปแบบการพัฒนาจิตของสำนักกรรมฐานในสังคมไทย.” วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2561.

• ภาษาต่างประเทศ

Bhadantácariya Buddhaghosa. *The Path of Purification (Visuddhimagga)*. translated by Bhikkhu Nyanamoli. Buddhist Publication Society: Kandy, 2011.