



ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

**AN ANALITICAL STUDY OF MEDITATION PRACTICE
IN LINE OF PHRA SUBROMMAYANTHERA
(KRUBA BROMMA BRAHMMACAKKO)**

พระครูกลยาณปริยัติกิจ (อำนาจ กลยาณธโร)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑



ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจุกโก)

พระครูกัลยาณปริยัติกิจ (อำนาจ กุลยานธโร)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาพระพุทธศาสนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๑

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**An Analytical Study of Meditation Practice
in line of Phra Subrommayanthera
(Kruba Bromma Brahmacakko)**

Phrakru Kallayanapariyattikit (Amnach Kanlayanatharo)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
the Requirements for the Degree of

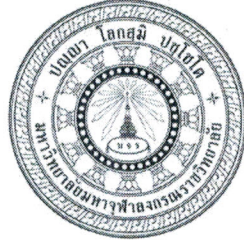
Master of Arts
Buddhist Studies

Graduate School

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

C.E. 2018

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัย
เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา
พรหมจกโก)” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบบัณฑิตวิทยาลัย

ประธานกรรมการ

(พระมหาพรชัย สิริวโร, ผศ. ดร.)

กรรมการ

(รศ. ดร.วิโรจน์ อินทนนท์)

กรรมการ

(พระครูสิริสุตานุยุต, ผศ. ดร.)

กรรมการ

(ผศ. (พิเศษ) ดร.ปกรณ์ มหากันธา)

กรรมการ

(พระอธิการสมนึก จรโณ, ดร.)

คณะกรรมการควบคุมบัณฑิตวิทยาลัย

ผศ. (พิเศษ) ดร.ปกรณ์ มหากันธา ประธานกรรมการ

พระอธิการสมนึก จรโณ, ดร. กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูกล้าญาณปริยัติกิจ)

- ชื่อวิทยานิพนธ์** : ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)
- ผู้วิจัย** : พระครูกล้วยาณปริยัติกิจ (อำนาจ กลยาณธโร)
- ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)
- คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์**
- : ผศ. (พิเศษ) ดร.ปกรณ มหากันธา, ศศ.บ. (รัฐศาสตร์), รป.ม. (การปกครองท้องถิ่น), พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)
 - : พระอธิการสมนึก จรโณ, ดร., พธ.บ. (พระพุทธศาสนา), ศน.ม. (พุทธศาสตรศึกษา, ศน.ด. (พุทธศาสตรศึกษา)
- วันสำเร็จการศึกษา** : ๘ มีนาคม ๒๕๖๒

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์เรื่อง ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ ดังนี้ ๑) เพื่อศึกษาประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร ๒) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร ๓) เพื่อศึกษาอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยการวิเคราะห์เอกสาร และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth interview) จากผู้ทรงคุณวุฒิฝ่ายบรรพชิต คฤหัสถ์ จำนวน ๑๒ รูป/คน

ผลการศึกษาพบว่า พระสุพรหมยานเถร เป็นพระนักปฏิบัติธรรม ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบเคร่งครัดในพระธรรมวินัย มีความมัคน้อยสันโดษ มีความเมตตากรุณา เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีจริยวัตรสำรวมเรียบร้อยสงบเสงี่ยม ถืออุตงศ์เป็นวัตร ได้แก่ ๑) ฉันทมือเดียวเป็นวัตร ๒) อยู่ป่าเป็นวัตร ๓) ปิณฑบาทเป็นวัตร และ ๔) นอนในที่มุงบังเป็นวัตร

ผลการวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร พบว่า ใช้วิธีการสอนแบบสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ด้านสมถกรรมฐานใช้วิธีการเจริญพุทธานุสติ โดยการกำหนดลมหายใจเข้าออกภาวนาพุท โธ พอง ยุบ และการนับลูกประคำ ด้านวิปัสสนากรรมฐานกำหนดอภินิหารปัจเจกขณะเป็นอารมณ์กรรมฐาน และพิจารณาสังขารรูปนามให้เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ยึดแนวสติปัฏฐาน ๔ เฟงรูปนามเฉพาะหน้าเป็นอารมณ์ปัจจุบัน

อิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร พบว่า ด้านการศึกษาของสงฆ์ พระสุพรหมยานเถร เปิดสอนธรรมศึกษา พุทธศาสนาวินายกัตถ์ จัดตั้งสำนักเรียนนักเรียนธรรมจัดตั้งสำนักเรียนบาลี จัดตั้งโรงเรียนพระปริยัติธรรมพรหมจักรสังวรกิตติขจรประชาสรรค์ เพื่อส่งเสริมการศึกษาสงเคราะห์ทั้งพระภิกษุ สามเณร และนักเรียน มีลูกศิษย์ที่จบจากสำนักเรียนวัดพระบาทตากผ้าเป็นเจ้าของคณะพระสังฆาธิการ ช่วยงานคณะสงฆ์หลายรูป ส่วนคฤหัสถ์รับราชการ เป็นคนดีของสังคมช่วยทำอุปัถม์บำรุงพระพุทธศาสนา

ด้านการเพิ่มศักยภาพวัดเป็นแหล่งปฏิบัติธรรม มีการแสดงพระธรรมเทศนาทุกวันพระ แต่งหนังสือธรรม บรรยายธรรม เขียนบทความ ปกิณกะเทศนา ส่งเสริมให้พระภิกษุสามเณรที่มีความรู้ความสามารถออกเผยแผ่ธรรมตามวัด โรงเรียน หมู่บ้าน และสถานีวิทย์ พัฒนาวัดให้โดดเด่นด้วยการส่งเสริมและสนับสนุนการปฏิบัติธรรมด้วยการบรรพชา อุปสมบท บวชชีพรามณ์

ด้านการส่งเสริมงานสาธารณะสงเคราะห์ ภายในวัดสร้างกุฏิ วิหาร อุโบสถ ศาลาการเปรียญ และสงเคราะห์จัดหาทุนทรัพย์ช่วยเหลือในการก่อสร้างสาธารณวัตถุได้แก่ วัด กุฏิ วิหาร ศาลาการเปรียญ และโรงเรียนต่างๆ ที่มาขอความช่วยเหลือ จัดทำน้ำประปา บาดาล และไฟฟ้า หมู่บ้านพระบาทตากผ้า

ด้านการดำเนินชีวิต สอนให้ดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท มีความเมตตากรุณาต่อกัน มีความเคร่งครัดในศีลวัตร มีความสันโดษ อนุเคราะห์ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ทั้งด้านความเป็นอยู่และการศึกษาของพระภิกษุ สามเณร ตลอดจนการสงเคราะห์คนยากจน และงานสาธารณกุศล สงเคราะห์

- Thesis Title** : An Analytical Study of Meditation Practice in Line of Phrasubrommayanthera (Kruba Bromma Brahmacakko)
- Researcher** : Phrakru Kallayanapariyattikit (Amnach Kanlayanatharo)
- Degree** : Master of Arts (Buddhist Studies)
- Thesis Supervisory Committee**
- : Adj. Asst. Prof. Dr.Prakorn Mahakanta, B.A. (Political Science), M.A. (Local Government), Ph.D. (Buddhist Studies)
 - : Phra Athikan Somnuk Jarano, Dr., B.A. (Buddhism), M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)
- Date of Graduation** : March 8, 2019

Abstract

The thesis entitled ‘An Analytical Study of Meditation Practice in Line of Phrasubrommayanthera (Kruba Bromma Brahmacakko)’ is of three objectives: 1) to investigate the historical background of Phrasubrommayanthera’s meditation practice, 2) to analyze the meditation practice in line with Phrasubrommayanthera and 3) to explore the influence of meditation practice in line with Phrasubrommayanthera. The study was conducted by the qualitative research method by analyzing the documents and in-depth interview from 12 experts of Buddhist monk and laypeople.

The results revealed that Venerable Phrasubrommayanthera was a meditator who practiced in accord with the Doctrine and Discipline viz., contentment in living a simple life, having loving-kindness and compassion and generosity. He had a sense of modesty and observed the austere practices as 1) one-session’s practice, 2) forest-dweller’s practice and 3) any-bed-user’s practice.

Regarding the influence of mediation practicing in line with Phrasubrommayanthera, it found that he taught the Samathabhàvanà: concentration development and Vipassanà-bhàvanà: insight development. On the Samathabhàvanà: concentration development, he conducted the practitioner by the method called Buddhànussati or contemplation on the virtues of the Buddha with focusing on breathing in and out, and counting beads. On the Vipassanà-bhàvanà: insight development, he conducted practitioners by Abhiõhapaccavekkhaõa or ideas to be

constantly reviewed and considering on Mind and Matter as the Three Characteristics viz.; Aniccatà: impermanence, Dukkhatà: state of suffering and Anattatà: state of being not self or in line with the Satipaññhàna or the four Foundations of Mindfulness;

Regarding the influence of mediation practicing in line with Phrasubrommayanthera, it found that he provided schools for ecclesiastical education viz., Buddhist Sunday School and Pariyattidhamma School for Dhamma and Pali education. In addition, he was a founder of a school named ‘Pariyattidhamma Prommacaksangvornkittikhachonprachasan’ to promote education for monks, novices and students. There were students who graduated from this school become the ecclesiastical officials. Many of the laymen who graduated from this school were government officials and were good examples of society and helped to foster the maintenance of Buddhism.

In terms of increasing the potential of the temple as a meditation center, it was found the sermons preaching on every Buddhist Holy Days, Compose Dhamma Books, Dhamma Lecture, Dhamma Article, and Miscellaneous Dhamma. In addition, the learned monks and novices were promoted to spread the Dhamma in temples, schools, villages and radio stations. The temple was developed by promoting and supporting the practice of Dhamma and ordinations.

On the promotion of public welfare, all facilities such as monk cells, assembly hall, ordination hall, sermon hall were built inside the temple. In addition, The Monastery Committee also provided financial support to the publics and in Phra Bat Tak Pha village, such as water supply, groundwater and electricity.

In term lifestyle, the people were conducted to live with precaution, having compassion to each other and strict in precepts. They have contentment in living a simple life and help to support each other, with helping the education of monks and novices, poor people and public charity work

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” สำเร็จลุล่วงด้วยดีด้วยอนุเคราะห์ช่วยเหลือคำแนะนำที่เป็นประโยชน์จากอาจารย์ ผศ. (พิเศษ) ดร.ปกรณ์ มหากันธา ประธานควบคุมวิทยานิพนธ์ และพระอธิการสมนึก จรโน,ดร. กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ในการแก้ไขวิทยานิพนธ์ทำให้งานสำเร็จลุล่วงด้วยดี ผู้วิจัยจึงขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ ที่นี้

ในการศึกษาครั้งนี้ ต้องขอกราบขอบพระคุณ พระมหาพรชัย สิริวิโร, ผศ.ดร. ประธานกรรมการ กรรมการในการสอบวิทยานิพนธ์ คณะกรรมการสอบทุกท่าน ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะ และให้แนวทางในการทำวิจัย เพื่อให้มีเนื้อหาสมบูรณ์ชัดเจนมากยิ่งขึ้น รวมถึงคณาจารย์สาขาวิชาพระพุทธศาสนาทุกท่าน ที่ได้ให้ความรู้ทางวิชาการแก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณผู้ให้ข้อมูลหลักสำคัญทุกท่านที่เสียสละเวลาในการให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษาวิจัย และสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ประกอบในการวิจัยจนสำเร็จลงด้วยดีในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณบิดา มารดา และญาติมิตร ผู้สนับสนุนให้กำลังใจในการศึกษาเล่าเรียน และขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ในบัณฑิตวิทยาลัยทุกท่าน ที่มีส่วนช่วยให้งานวิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า การศึกษาวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง และผู้ที่สนใจจะศึกษาเรื่องเดียวกันนี้ต่อไป

พระครูกัลยาณปริยัติกิจ

๒๐ มกราคม ๒๕๖๒

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญแผนภาพ	ช
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ณ
บทที่ ๑ บทนำ	
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ คำถามวิจัย	๔
๑.๓ วัตถุประสงค์การวิจัย	๔
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๔
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๖
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๖
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๒๑
๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	๒๒
บทที่ ๒ ประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พุรหมจกโก)	
๒.๑ ประวัติพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พุรหมจกโก)	๒๓
๒.๒ ปฏิปทาจริยาวัตรของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พุรหมจกโก)	๒๔
๒.๓ การปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พุรหมจกโก)	๓๐
๒.๔ สมณศักดิ์และผลงานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พุรหมจกโก)	๓๔
๒.๕ คำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พุรหมจกโก)	๓๕
บทที่ ๓ วิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พุรหมจกโก)	
๓.๑ ความหมายและประเภทของกรรมฐาน	๔๐
๓.๒ การเจริญกรรมฐาน	๔๘
๓.๓ การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร	๔๙
๓.๔ วิเคราะห์เปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางของพระสุพรหมยานเถร กับแนวทางปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๗๔

บทที่ ๔	อิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)	
๔.๑	ด้านการศึกษาของสงฆ์	๗๗
๔.๒	ด้านการเพิ่มศักยภาพวัดเป็นแหล่งปฏิบัติธรรม	๘๑
๔.๓	ด้านสังคมสงเคราะห์	๘๒
๔.๔	ด้านการดำเนินชีวิต	๘๓
บทที่ ๕	สรุปและข้อเสนอแนะ	
๕.๑	สรุปผลการวิจัย	๘๙
๕.๒	ข้อเสนอแนะ	๙๑
บรรณานุกรม		๙๓
ภาคผนวก		๙๔
ภาคผนวก ก	หนังสือสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย	๙๗
ภาคผนวก ข	แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย	๑๑๑
ภาคผนวก ค	ประมวลภาพสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย	๑๑๓
ประวัติผู้วิจัย		๑๑๙

สารบัญแผนภาพ

แผนภาพที่	หน้า
แผนภาพที่ ๓.๑ วิเคราะห์เปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางของพระสุพรหมยาน เถร กับแนวทางปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท	๗๔

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาทศปิฎก และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ม.มฺว. (ไทย) ๗/๒/๓๔ หมายถึง สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๗ ข้อที่ ๒ หน้า ๓๔

พระสุตตันตปิฎก

ขุ.ป. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฎิสัมภิทากวรรคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (บาลี)	=	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎีกวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.จตุกก.(ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
อง.เอก. (ไทย)	=	สุตตันตปิฎก	อังคุตตรนิกาย	เอกาทสกนิบาต	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาถือกำเนิดในประเทศอินเดียและได้เผยแผ่เข้ามาในดินแดนสุวรรณภูมิซึ่งรวมทั้งที่เป็นดินแดนของไทยในปัจจุบัน และดินแดนของประเทศเพื่อนบ้าน ซึ่งอยู่ในราวประมาณ ๓,๐๐๐ กว่าปี พระมหากษัตริย์ไทยทุกพระองค์ทรงนับถือพระพุทธศาสนาทรงเป็นพุทธมามกะ และได้ให้ความอุปถัมภ์ค้ำชูพระพุทธศาสนาโดยตลอด คนไทยส่วนใหญ่ นับถือพระพุทธศาสนาจึงได้นำหลักคำสอนของพระพุทธเจ้ามาเป็นหลักสำคัญในการดำรงชีวิต ทำให้อยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขและคนไทยผูกพันอยู่กับพระพุทธศาสนา จะเห็นได้ว่าทุกหมู่บ้านจะมีพระสงฆ์เป็นศูนย์รวมทางจิตใจคอยช่วยแนะแนวทางเพื่อแก้ไขปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น และมีวัดเป็นศูนย์กลางในการจัดงานต่างๆ ทั้งทางด้านสังคม ศิลปวัฒนธรรม ประเพณีและอื่นๆ ดังนั้น พระพุทธศาสนาจึงเป็นศูนย์รวมจิตใจของชาวพุทธทุกคน จึงมีอิทธิพลและความสำคัญต่อวิถีชีวิตของคนไทยหลายประการ คือ

ด้านอุปนิสัย หลักธรรมคำสอนในพระพุทธศาสนาทำให้คนไทยมีอุปนิสัย เช่น ความกตัญญูกตเวที เคารพเชื่อฟังผู้ใหญ่ อ่อนน้อมถ่อมตน ให้อภัยซึ่งกันและกัน มีความเมตตา กรุณา เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนได้รับจากการอบรมสั่งสอนตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนาทั้งสิ้น

ด้านสังคม วัดเป็นศูนย์รวมของการดำเนินชีวิตของสังคมไทย ไม่ว่าจะเป็งานเทศกาลต่างๆ มักจะจัดที่วัด ทำให้ประชาชนในท้องถิ่นนั้นๆ ได้รับความสนุกสนาน ได้พักผ่อนหย่อนใจ วัดยังเป็นศูนย์รวมความสามัคคี เป็นสมบัติส่วนรวมที่ประชาชนจะมาพบปะสังสรรค์และมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เป็นต้น

ด้านการศึกษา ในสมัยโบราณ ชาวบ้านมักจะพาลูกหลานไปฝากไว้กับพระสงฆ์ที่วัด เพื่อให้เรียนหนังสือ และได้รับการอบรมสั่งสอนเกี่ยวกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา วัดจึงเป็นสถานที่ศึกษาเล่าเรียน และในปัจจุบันได้มีการจัดสร้างโรงเรียนขึ้นในวัด หรืออาศัยที่ดินของวัดปลูกสร้างโรงเรียนอีกด้วย

ด้านประเพณีและวัฒนธรรม ประเพณีและวัฒนธรรมของไทยส่วนใหญ่มีรากฐานมาจากพระพุทธศาสนา เช่น ประเพณีการทอดกฐิน การอุปสมบท การทำบุญเลี้ยงพระ และบางประเพณีก็นำพระพุทธศาสนาเข้าไปผสมผสาน เช่น งานแต่งงาน งานสงกรานต์ งานศพ เป็นต้น ตลอดจนวัฒนธรรมการกราบไหว้ ที่คนไทยได้สืบทอดกันมาจนเป็นวัฒนธรรมไทยที่เป็นเอกลักษณ์ของชาติ

การศึกษาของพระสงฆ์ก็เป็นอีกทางหนึ่งที่สามารถทำให้พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรือง และยังเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ศึกษา อันจะนำไปสู่การเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้

เป็นอย่างดี การศึกษาของสงฆ์แต่เดิมนั้น เริ่มต้นมาแต่สมัยพุทธกาลแล้ว บุคคลผู้ที่เข้ามาสู่สังฆมณฑลในครั้งพุทธกาล ตามประวัติความเป็นมาส่วนมากมักจะได้รับการศึกษาทั้งคฤหัสถ์และคฤหัสถ์มาเป็นอย่างดี ตามลัทธิความเชื่อศาสนาของตน พอเข้ามาบวชเป็นพระภิกษุในพระพุทธศาสนา ก็ได้รับการศึกษาตามแนวทางแห่งวิสุทธิธรรมในสมัยนั้น

การศึกษาของสงฆ์ในสมัยพุทธกาลมี ๒ ประการ คือ

๑. คันถธุระ ได้แก่ การศึกษาพระธรรมวินัยอันเป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
๒. วิปัสสนาธุระ ได้แก่ การเรียนกรรมฐานอันเป็นเครื่องมือหรืออุบายฝึกหัดจิตใจของตนเองให้สะอาดผ่องแผ้ว ปราศจากกิเลสอาสวะทั้งปวง^๑

พระสงฆ์นอกจากจะมีการอบรมฝึกฝนพัฒนาตนตามพระธรรมวินัยแล้ว ยังมีหน้าที่ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาตั้งแต่ครั้งพุทธกาลมาจนกระทั่งปัจจุบัน หน้าที่นี้เป็นหน้าที่หลักของพระสงฆ์ที่แสดงให้เห็นถึงอุดมการณ์อันเป็นไปเพื่อความผาสุกของชาวโลก ตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงประทานพุทธโอวาทแก่เหล่าพระอริยสาวกในคราวส่งไปประกาศพระพุทธศาสนารุ่นแรก มีใจความสำคัญตอนหนึ่งว่า

“อนุชานามิ ภิกขเว จรณ จาริกัม พุชชนหิตาย พุชชนสุขาย
โลกานุกมปาย อตถาย หิตาย สุขาย”^๒

“ดูกรภิกษุทั้งหลายเราอนุญาต พวกเธอจงเที่ยวจาริกไปเพื่อประโยชน์แก่ชนเป็นอันมาก เพื่อความสุขแก่ชนเป็นอันมาก เพื่ออนุเคราะห์สัตว์โลก เพื่อประโยชน์ เพื่อเกื้อกูล เพื่อความสุข”

ข้อความที่ยกมานี้ แสดงให้เห็นถึงหลักการเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่เป็นนโยบายที่พระภิกษุสงฆ์ทุกรูปต้องถือปฏิบัติ ทั้งนี้เพื่อให้เกิดเป็นประโยชน์และความสุขแก่ชาวโลกอย่างแท้จริง การเผยแผ่พระพุทธศาสนาโดยยึดหลักประโยชน์และความสุขของมหาชนเป็นจุดหมายโดยมีการกำหนดวิธีการนำเสนอแนวทางสัมมาปฏิบัติที่พระภิกษุสงฆ์เองได้ปฏิบัติตามจนเกิดผล แล้วสอนให้ประชาชนรู้ตาม การเผยแผ่หลักธรรมต้องอยู่ในครองแห่งสัมมาปฏิบัติเพื่อให้ผู้ฟังรู้แจ้งเห็นจริงในธรรมที่ควรเห็น เป็นการชี้แนะให้ผู้ฟังเกิดศรัทธาอันอ่อนน้อมนำเอาหลักธรรมนั้นไปปฏิบัติ และในขณะเดียวกันก็จำเป็นต้องให้ผู้ฟังเกิดการยอมรับในตัวผู้เผยแผ่หลักธรรมด้วย^๓

การเผยแผ่พระพุทธศาสนา มีกุศโลบายในการเผยแผ่ได้หลายวิธี อาทิ การปฏิบัติตนให้น่าเลื่อมใสของพระสงฆ์ การเป็นผู้รอบรู้ในหลักธรรมะ การแสดงธรรมได้ลึกซึ้งการพัฒนาชุมชน

^๑ กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ, คู่มือการจัดการศึกษาของสงฆ์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๙), หน้า ๒.

^๒ ที.ม. (บาลี) ๔/๓๒/๓๘.

^๓ พระมหาศรีธัญญ ญาณธโร, “การศึกษาหลักการและวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระสุธรรมยานเถร (ครูบาอินทจักรรักษา)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖).

การสนับสนุนด้านการศึกษา การสงเคราะห์ประชาชนในด้านต่างๆ การจัดกิจกรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา การจัดบรรพชาสามเณร การจัดบวชชีพราหมณ์ถือศีล ๘ การจัดอบรมค่ายคุณธรรมจริยธรรม การจัดแสดงนิทรรศการทางพระพุทธศาสนาต่างๆ ซึ่งทั้งหมดนี้ล้วนเป็นกระบวนการประชาสัมพันธ์ชักชวนให้ประชาชนหันมาเข้าวัด ใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนา ได้มาเรียนรู้หลักธรรมจูงใจให้พุทธศาสนิกชนน้อมนำหลักธรรมไปประพฤติปฏิบัติขัดเกลาจิตใจให้สูงขึ้นเป็นลำดับไป เพื่อให้เข้าถึงแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาในที่สุด^๕ การเผยแผ่จึงมีขอบข่ายที่กว้างตามวิธีการหรือกุศโลบายที่ใช้ในการเผยแผ่ การนำพุทธวิธีการสื่อสารเพื่อการเผยแผ่และการสื่อสารตามหลักนิเทศศาสตร์มาปรับประยุกต์กับศาสตร์แขนงอื่นๆ จึงเป็นเรื่องที่ทำหายนต่อพระสงฆ์ในปัจจุบันในการเจาะกลุ่มเป้าหมายผู้รับสารทางพระพุทธศาสนาอันมีหลากหลายกลุ่มและหลากหลายวัฒนธรรม

ด้วยเหตุนี้ การศึกษาองค์ความรู้แนวปฏิบัติในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระสงฆ์ที่ประสบผลสำเร็จในอดีต จึงเป็นสิ่งสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะเป็นการนำตัวอย่างที่ดีและข้อวัตรปฏิบัติบางประการที่เป็นเอกลักษณ์ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของท่านเหล่านั้นออกแสดงให้ประจักษ์พระสงฆ์ สามเณรและประชาชนทั่วไป ในบรรดาพระภิกษุผู้มีผลงานเป็นที่ประจักษ์และประสบความสำเร็จในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) นับเป็นพระภิกษุรูปหนึ่งทีประสบผลสำเร็จในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา

พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เป็นพระมหาเถระรูปหนึ่ง ซึ่งยึดมั่นอยู่ในหลักการดังกล่าวนี้ ท่านเป็นผู้มีปฏิปทาจริยาวัตรที่งดงาม มีความรู้ความสามารถทั้งด้านปริยัติและการปฏิบัติ สามารถเผยแผ่พระพุทธศาสนา ตามแนวสติปัญญา ๔ อีกทั้งยังได้ส่งเสริมการศึกษาทั้งด้านคันถะธุระ คือ การศึกษานักธรรมและบาลี ตลอดจนวิปัสสนาธุระ คือ การศึกษาด้านการปฏิบัติ จนเป็นที่ยอมรับทั้งวงการคณะสงฆ์และประชาชนทั่วไป การเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) มีปรากฏให้เห็นมากมาย อาทิเช่น งานบริหารกิจการพระศาสนา กล่าวคือ งานด้านการศึกษา งานด้านการปกครอง งานด้านการเผยแผ่ งานด้านสาธารณูปการ งานด้านศึกษาสงเคราะห์ และงานด้านสังคมสงเคราะห์ โดยเฉพาะงานด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่ได้รับการยอมรับและเป็นที่ยอมรับโดยทั่วไป ชีวิตและผลงานดังกล่าวมานั้น กระจัดกระจายอยู่ในเอกสารต่างๆ เทปบันทึกการเทศนาธรรมและการสอนกรรมฐาน จึงเป็นการยากและเป็นอุปสรรคสำหรับบุคคลทั่วไปที่ต้องการศึกษา ผู้วิจัยจึงพยายามอย่างยิ่งที่จะทำการศึกษาเรื่องราวของท่านโดยละเอียด เพื่อจักเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจศึกษาทั้งหลายโดยเฉพาะด้านการปฏิบัติกรรมฐาน ซึ่งถือเป็นกลไกสำคัญที่จะทำให้พระพุทธศาสนามีความเจริญรุ่งเรืองมั่นคง การปฏิบัติธรรมเป็นความมุ่งหมายสำคัญของพระพุทธศาสนา เพราะการเรียนรู้เป็นส่วนปริยัติ จะได้ผลก็ต้องมีการปฏิบัติ การปฏิบัติสำหรับบรรพชิต คือผู้บวชในพระพุทธศาสนาเบื้องต้น คือการปฏิบัติพระวินัย ซึ่งเป็นส่วนศีล แต่การปฏิบัติพระวินัยยังมีข้อที่จะต้องปฏิบัติ

^๕ พระปลัดสามารถ ธมฺมธโร (ชีวะพุกฤษ์), “บทบาทการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (ปัญญา อินทปญฺโญ)”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรมนิเทศ*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๓.

ซึ่งเป็นส่วนศีลนั้น เป็นสิกขาที่หนึ่ง สืบขึ้นไปอีก คือสมาธิและปัญญา เมื่อมุ่งผลของการปฏิบัติที่สูงขึ้น ก็ต้องปฏิบัติในสมาธิและในปัญญาตามหลักพระพุทธศาสนา^๕

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) มีประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถรเป็นอย่างไร ผลการวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถรเป็นอย่างไร และอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร เป็นอย่างไร เพื่อเป็นแนวทางในการประกอบศาสนกิจ การดำเนินชีวิต และเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่ด้วยการปฏิบัติกรรมฐานสืบต่อไป

๑.๒ คำถามวิจัย

๑.๒.๑ ประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เป็นอย่างไร

๑.๒.๒ ผลการศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เป็นอย่างไร

๑.๒.๓ ผลการศึกษาคอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เป็นอย่างไร

๑.๓ วัตถุประสงค์การวิจัย

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๑.๓.๒ เพื่อศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๑.๓.๓ เพื่อศึกษาคอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ผู้วิจัยมุ่งศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เป็นหลัก โดยได้แบ่งประเด็นเนื้อหาที่จะศึกษาเป็น ๓ ประเด็น คือ

^๕ สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, **บันทึกกรรมฐาน**, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๖), หน้า ๑๓.

๑) ศึกษาประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๒) ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหม พรหมจกโก)

๓) ศึกษาอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านผู้ให้ข้อมูลหลัก

ศึกษาโดยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-depth interview) กับบุคคลผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ผู้ใกล้ชิด ลูกศิษย์ทั้งคฤหัสถ์ และบรรพชิต ของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เพื่อเสริมข้อมูลในด้านเอกสาร ดังนี้

๑) กลุ่มศิษย์ฝ่ายบรรพชิต จำนวน ๘ รูป ได้แก่

๑. พระเทพรัตนนายก เจ้าอาวาสวัดพระธาตุหริภุญชัยวรมหาวิหาร, เจ้าคณะจังหวัดลำพูน
๒. พระราชปัญญารมณ เจ้าอาวาสวัดนางชี, รองเจ้าคณะภาค ๖
๓. พระพุทธบาทพิทักษ์ เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า, คณะอำเภอป่าซาง
๔. พระครูสัทธาภิรมณ์ เจ้าอาวาสวัดมะกอก, รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง
๕. พระครูวิมลธรรมจารี เจ้าอาวาสวัดสะปุ่นหลวง, รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง
๖. พระครูปริยัติกิจพัฒนา เจ้าอาวาสวัดท่าตันจี่ว, เจ้าคณะตำบลปากบ่อง
๗. พระครูวิมลธรรมานุศาสน์ เจ้าคณะอำเภอพร้าว จังหวัดเชียงใหม่
๘. พระครูวิบูลย์ภาวนานุศาสน์ เจ้าอาวาสวัดห้วยบง

๒) กลุ่มศิษย์ฝ่ายคฤหัสถ์ จำนวน ๔ คน ได้แก่

- | | |
|--------------------------|------------------------------|
| ๑. นายมนัส หน่อตุ้ย | ข้าราชการบำนาญ |
| ๒. นายทองคำ จอมขันเงิน | ไวยาวัจกรวัดพระพุทธบาทตากผ้า |
| ๓. นายสุรภัทร กำแพงทิพย์ | ศิษย์เก่าวัดพระพุทธบาทตากผ้า |
| ๔. นายสาคร สมคำหล้า | ศิษย์เก่าวัดพระพุทธบาทตากผ้า |

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านพื้นที่

พื้นที่ในการทำการวิจัยในครั้งนี้ ได้แก่ บุคคลผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ผู้ใกล้ชิด ลูกศิษย์ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิตของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ในวัดพระพุทธบาทตากผ้า

ตำบลมะกอก อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน ชุมชนในเขตจังหวัดลำพูน และจังหวัดใกล้เคียงเป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านระยะเวลา

ผู้วิจัยทำการศึกษา ตั้งแต่เดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๑ ถึง เดือน กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๖๒ รวม ๖ เดือน

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

๑.๕.๑ พระสุพรรณมยานเถร หมายถึง พระพรหมา พรหมจกโก (พิมสาร) หรือที่รู้จักกันในนาม “ครูบาพรหมา” อดีตเจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า ตำบลมะกอก อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน

๑.๕.๒ การปฏิบัติกรรมฐาน หมายถึง การนำคำสอนของพุทธเจ้าถ่ายทอดให้ประชาชน ได้รับการเรียนรู้และน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติตามในรูปของการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ตอบปัญหาธรรมแก่พุทธบริษัทและบุคคลทั่วไปของพระสุพรรณมยานเถร (ครูบาพรหมาพรหมจกโก)

๑.๕.๓ สมถกรรมฐาน คือ กรรมฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งความสงบทางใจ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ ที่ใช้ทั่วไปหมายถึงวิธีทำใจให้สงบ จนตั้งมั่นเป็นสมาธิถึงขั้นได้ฌานระดับต่างๆ ซึ่งหมายเอาสมาธิขั้นสูงที่ทำให้เกิดฌาน หลักการของสมถะ คือ กำหนดใจไว้กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้แน่วแน่งจนจิตน้อมตั้งอยู่ในสิ่งนั้นสิ่งเดียว ความแน่วแน่งหรือตั้งมั่นของจิตนี้เรียกว่า สมาธิ เมื่อสมาธิแนบสนิทเต็มที่แล้ว ก็จะเกิดภาวะจิตที่เรียกว่า ฌาน (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), ๒๕๓๘)

๑.๕.๔ วิปัสสนากรรมฐาน คือ กรรมฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญ ทางปัญญา การฝึกฝนปัญญาให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ หรือการรู้เท่าทันโลกแห่งชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ บริสุทธิ์จากกิเลสเครื่องผูกมัดและหลุดพ้น จากความทุกข์ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), ๒๕๕๓)

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรรณมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ได้ทำการศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอพอสังเขป ต่อไปนี้

๑.๖.๑ หลักกรรมฐาน

๑) ความหมายของกรรมฐาน

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวว่า กรรมฐาน คือ ที่ตั้งแห่งการงาน อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ อุบายทางใจ วิธีฝึกอบรมใจและเจริญปัญญา^๖

พระราชสุทธานมมงคล ได้ให้คานิยามกรรมฐานว่า

- ๑) กรรมฐาน แปลว่า การงานและหน้าที่
- ๒) กรรมฐาน แปลว่า เราต้องรับผิดชอบตัวเองให้ได้
- ๓) กรรมฐาน แปลว่า เราต้องช่วยตัวเองให้ได้
- ๔) กรรมฐาน แปลว่า เราต้องพึ่งตัวเองได้
- ๕) กรรมฐาน แปลว่า เราตั้งสติปัญญาสั่งสอนจิตของเราได้^๗

วรเดช ปญฺจรงค์ กล่าวว่า คำว่า “กรรมฐาน” นี้ใช้แทนคำดั้งเดิมว่า “ภาวนา” ซึ่งหมายถึง “การเจริญ” หรือ “การ พัฒนา” ไตแก การเจริญหรือการพัฒนาทางจิตใจ เมื่อกล่าวให้ถูกต้องตรงตามความหมายจริง ๆ ของศัพท์ แล้ว “การภาวนา” ทางพระพุทธศาสนาคือการเจริญจิต การภาวนามีจุดมุ่งหมายเพื่อชำระจิตใจให้สะอาด บริสุทธิ์ปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมอง และสิ่งรบกวนทั้งหลาย เช่น ราคะ โทสะ พยาบาท ความอาฆาต ความฟุ้งซ่าน ราคาคือ (อุทธัจจะกุกกุจจะ) ความลึกลับสงสัย (วิจิกิจฉา) และเพื่อปลูกฝังคุณสมบัติต่าง ๆ เช่น สมาธิสติปัญญา ความมุ่งมั่นพลังและความสามารถในการวิเคราะห์ความเชื่อมั่น ปติความสุขสงบ ซึ่ง จะนำไปสู่การได้ปัญญาอดเยี่ยม อันจะสามารถเห็นสภาวะของสรรพสิ่งตามความเป็นจริงและรูแจ่มแจ้งแห่งตลอด ปรมัตถสัจจคือพระนิพพานในที่สุด^๘

๒) ประเภทกรรมฐาน

กรรมฐานมี ๒ ประเภท คือ การพัฒนาความแน่วแนของจิต (สมถะหรือสมาธิ) เป็นการพัฒนาจิตให้ แน่วแนเป็นหนึ่งเดียว (บาลีว่า จิตเตกคคตา สันสกฤตว่า จิตโตกาครตา) โดยการใช่วิธีการต่าง ๆ ตามที่ กำหนดไว้ในพระคัมภีร์อันจะนำไปสู่สภาวะลึกลับสูงสุด เช่น อากิญจัญญายตนะ (ภพอันกำหนดภาวะที่ไม่มี อะไรเป็นอารมณ์) หรือ เนวสัณญานาสัณญายตนะ (ภพอันเข้าถึงภาวะมี สัณญาก็ไม่ใช่ไม่มีสัณญาก็ไม่ใช่) ในทางพระพุทธศาสนา สภาวะลึกลับทั้งหลายเหล่านี้เกิดขึ้นมาจากจิต มีจิตเป็นผู้สร้าง มีเหตุและปัจจัยปรุง แต่ง (สังขาร) หาได้เกี่ยวข้องกับอะไรกับความจริงแท้สัจธรรมคือ พระนิพพานไม่ กรรมฐานแบบนี้มาก่อน พระพุทธเจ้า จึงมีใช่เป็นของพระพุทธศาสนาแท้ๆ แต่ก็มี ได้อยู่นอกขอบข่ายกรรมฐานแบบพุทธศาสนา อย่างไรก็ตามกรรมฐานแบบนี้ไม่จำเป็นเพื่อการรู้แจ้งเห็น

^๖พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: ผลิติมม์, ๒๕๕๘), หน้า ๑๓.

^๗พระราชสุทธานมมงคล (จรัญ จิตฺตโม), **กรรมสนอง ความเป็นไปของชีวิตตามกฎแห่งกรรม**, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๓), หน้า ๖.

^๘วรเดช ปญฺจรงค์, **การเจริญสติ ด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๙.

จริงในพระนิพพาน ก่อนที่พระพุทธเจ้าจะตรัสรู้นั้น พระองค์เองได้ทรงศึกษาแนวปฏิบัติโยคะเหล่านี้ กับอาจารย์ต่าง ๆ จนบรรลุสภาวะทางจิตที่สูงที่สุด แต่พระองค์ ก็ยังไม่พึงพอใจเพราะแนวปฏิบัติโยคะเหล่านั้นไม่ได้ให้ความหลุดพ้นโดยสิ้นเชิง ไม่ได้ให้ปัญญาแจ่มแจ้ง ทางตลอดในปรมาตถสัจจะพระองค์ ทรงพิจารณาว่า สภาวะลึกลับทางจิตเหล่านี้เป็น “ธรรมเครื่องอยู่เป็นสุขใน โลกนี้ (ทิฐฐมมสุขวิหาร)” หรือเป็น “ธรรมเครื่องอยู่สงบ” (สนตวิหาร) ไม่มีอะไรยิ่งไปกว่านี้

ดังนั้น พระพุทธองค์จึงได้ค้นพบ “กรรมฐาน” อีกรูปแบบหนึ่ง เรียกว่า วิปัสสนา (สันสกฤตว่า วิปศยนา หรือ วทศนา) คือ “การเห็นแจ้ง” ในธรรมชาติของสิ่งทั้งหลายซึ่งจะนำไปสู่การหลุดพ้นทางจิต โดยสิ้นเชิง นำไปสู่การรู้อรรถแห่งตลอดปรมาตถสัจจะ คือพระนิพพาน นี้แหละคือ “กรรมฐาน” ของ พระพุทธศาสนาอันเป็นการเจริญทางจิตแบบพุทธชัฏญะคือการระมัดระวังและการเฝ้าสังเกต มันเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ที่จะแสดงคุณค่าที่แท้จริงของเรื่องที่มีขอบข่ายกว้างขวาง เช่น “กรรมฐาน” นี้ในเนื้อที่ไม่กี่หน้านี้อย่างไรก็ตาม ในที่นี้จะพยายามอธิบายแนวความคิดในเชิงปฏิบัติของ “กรรมฐาน” คือการเจริญจิต หรือการพัฒนาจิตในทางพุทธศาสนาที่แท้ๆ แต่เพียงย่อและหยาบ ๆ เท่านั้น^๙

๓) หลักกรรมฐาน

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก กล่าวว่า คำว่า กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งของการทำงาน หมายความว่า เป็นที่ตั้งของการทำงานทางจิตใจ โดยปกติจิตใจของทุกๆ คน ย่อมคิดไปต่างๆ คิดไปเรื่องโน้นบ้างในเรื่องนี้บ้าง และเรื่องที่คิดนั้นก็เป็นเรื่องที่จะชักนำไปเกิดราคะ (ความติด ความยินดี) หรือโลภะ (ความอยากได้) บ้าง ให้เกิดโทสะ (ความโกรธแค้นขัดเคือง) บ้าง ให้เกิดโมหะ (ความลุ่มหลง) บ้าง ฉะนั้นจิตใจจึงประกอบด้วยราคะ หรือโลภะบ้าง โทสะบ้าง โมหะบ้าง ตามเรื่องที่เกิดไปนั้นๆ จิตใจจึงผูกพันหุ้มห่ออยู่ด้วยเรื่องต่างๆ และผูกพันหุ้มอยู่ด้วยราคะ โลภะ โทสะโมหะเป็นอาภิน จึงเป็นจิตใจที่ไม่สงบ ไม่ตั้งมั่นเหมือนอย่างน้ำในทะเลที่เป็นคลื่นอยู่เสมอ หากเวลาที่จะสงบได้ยาก อีกประการหนึ่ง เมื่อจิตใจของบุคคลประกอบด้วยราคะ หรือ โทสะโมหะ ดังกล่าวนั้น ก็เป็นจิตใจที่ระเบียงไม่รู้อะไรตามความเป็นจริง จะสันนิษฐานอะไรให้ถูกต้องตามความเป็นจริงก็ไม่ได้ กล่าวคือเมื่อจิตใจมีราคะหรือ โมหะ อันเป็นกิเลส ช่างให้ติดให้ยินดีให้อยากได้ เป็นไปในฝ่ายที่ชอบ เมื่อชอบใน สิ่งใดแล้ว ก็ย่อมลำเอียงไปในสิ่งนั้น เห็นสิ่งนั้นว่าเป็นสิ่งที่ดีทั้งนั้น หรือว่าดีโดยมาก สุดว่าจะชอบมากหรือชอบน้อย ถ้าชอบที่สุดก็ต้องเห็นว่าสิ่งนั้นดีที่สุด ถ้าชอบมากก็จะต้องเห็นสิ่งนั้นดีมาก ถ้าชอบน้อยก็จะเห็นสิ่งนั้นว่าดีน้อยตามแต่ชอบ เมื่อจิตใจเรายังเป็นเช่นนี้ ความสันนิษฐานของใจจะต้องสันนิษฐานว่า สิ่งนั้นเป็นของที่ดีสิ่งนั้นจะเป็นของที่ไม่ดีแต่ก็เห็นว่าดี เพราะจิตใจมีความลำเอียงไปข้างชอบเสียแล้ว อีกทางหนึ่งถ้าจิตใจประกอบด้วยโทสะ อันเป็นข้าไม่ชอบหรือว่าข้างทาง ก็ย่อมระเบียงไปทางนั้น ถ้าข้างที่สุดก็ต้องเห็นว่าสิ่งนั้นไม่ดีที่สุด ถ้าข้างมากก็จะเห็นสิ่งนั้น ไม่ดีมาก ถ้าข้างน้อยก็ต้องเห็นว่าสิ่งนั้นไม่ดีน้อย ตามแต่จะลำเอียงไปเลยทางข้างอย่างไร ถ้าจิตใจประกอบไปด้วยโมหะความลุ่มหลง ก็ยิ่งจะไม่เห็นความจริงในสิ่งนั้น เหมือนอย่างมีตาอันมืดมัวมองไม่ชัด ไม่อาจสันนิษฐานลงไปให้ถูกต้องได้ ถ้าจะสันนิษฐานลงไปก็จะสันนิษฐานผิดจากความ

^๙ วรเดช ปญจรงค์, การเจริญสติ ด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔, หน้า ๙ - ๑๐.

เป็นจริง เพราะว่าจิตใจมีตัวอยู่ด้วยอำนาจของโมหะความหลงเสียแล้ว เพราะฉะนั้นราคะ หรือโลภะ โทสะ โมหะ นอกจากจะทำจิตใจให้ไม่สงบไม่ตั้งมั่นแล้วยังบังปัญญา ทำให้ไม่เกิดปัญญา คือความรู้ ความเห็นตามความเป็นจริง

ฉะนั้นในทางพระพุทธศาสนาท่านจึงแสดงกรรมฐาน คือที่ตั้งของการทำงานทางใจไว้ ๒ อย่างคือ ๑) สมถกรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งของการทำงานทางใจ ซึ่งจะ ทำใจให้เป็นสมถะคือให้สงบ ๒) วิปัสสนากรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งของการทำงานทางใจ อันจะทำให้เกิดเป็นวิปัสสนา คือความรู้แจ้ง เห็นจริง

สมถกัมมัฏฐานนั้น เป็นประการแรก เพราะจะต้องทำใจให้สงบจากราคะหรือโลภะ โทสะ โมหะ ที่หุ้มห่อจิตใจอยู่เสียก่อน เพื่อให้จิตใจปลอดโปร่งหลุดพ้นจากเครื่องหุ้มห่อ ที่มีอยู่อย่างหนาแน่น ต่อจากนั้นจึงดำเนินในวิปัสสนากรรมฐาน คือเมื่อจิตใจปลอดโปร่งหลุดพ้นจากกิเลส ที่เป็นเครื่องหุ้มห่ออยู่อย่างมากมาย ก็จะเป็น จิตใจที่สิ้นความลำเอียง ดังที่กล่าวมาแล้ว เมื่อจิตใจสิ้นความลำเอียงจะพิจารณาพิจารณาอะไร ก็ให้เห็นแจ่มแจ้งตามเหตุผลตามความเป็นจริงซึ่งเป็นขั้นวิปัสสนาต่อไป^{๑๐}

สุภีร์ ทุมทอง กล่าวว่า สติปัฏฐาน ๔ เป็นทางเอก เป็นเอกายนมรรค เป็นต้นทางที่จะทำให้ถึงความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์ และโทมนัส เพื่อให้บรรลุอุบายธรรม คือ ธรรมะที่ถูกต้อง เป็นสัมมาครบทั้ง ๘ รวมเป็นอริยมรรค และเพื่อกระทำให้แจ้ง พระนิพพาน ในตอนนี้ จะพูดถึงเทคนิค วิธีการฝึกโดยกรรมฐานอย่างหนึ่ง เพื่อ ทำให้ได้ทั้งสติปัฏฐานทั้ง ๔ หมายความว่า ทำแค่กรรมฐานกรรมฐานเดียวขึ้นมา ก่อน ก็สามารถทำให้มีสติปัฏฐาน ๔ บริบูรณ์ได้ ทำให้สมถะและวิปัสสนา บริบูรณ์ได้ จนถึงวิชาและวิมุตติ เป็น เทคนิคที่พระพุทธเจ้าตรัสเอาไว้ เราฟังแล้ว ก็เอาไปปรับใช้กับกรรมฐานของเราได้ เราสามารถทำกรรมฐานอย่างใด อย่างหนึ่ง เป็นหลักขึ้นมาก่อน แล้วก็ อาศัยกรรมฐานนั้นแหละทำให้ได้สติปัฏฐาน ๔ ต้นทางอยู่ที่สติปัฏฐาน ๔ ไม่ได้อยู่ที่ กรรมฐาน กรรมฐานเป็นเครื่องฝึกหัด ถ้าเราฝึกหัดแล้ว ทำถูกต้อง แล้วได้ สติปัฏฐาน ๔ นี้ เป็นจุดเริ่มต้นที่ดี นับว่า การทำกรรมฐานประสบผลสำเร็จ พอได้ สติปัฏฐาน ๔ แล้ว ต้องเอามาฝึกให้ได้ สมถะและวิปัสสนา มีคุณสมบัติของผู้จะได้ ตรัสรู้ ตามหลักโพชฌงค์ ๗ จนกระทั่งสมบูรณ์ ถึงวิชาและวิมุตติต่อไป^{๑๑}

สิริ กรินชัย และ พ.อ.(พิเศษ) ทองคำ ศรีโยธิน กล่าวว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน หรือการเจริญสติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นหัวใจของการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงแก่นแท้ในคำสอนของสมเด็จพระบรมศาสดา ในมหาสติปัฏฐานสูตรมีข้อความกล่าวว่า “ภิกษุทั้งหลายนี้เป็นทางเดียวที่จะทำให้สัตว์บริสุทธิ์ เพื่อระงับความโศกความคร่ำครวญ เพื่อดับทุกข์ดับโทมนัส เพื่อบรรลุอุบายมรรค และเพื่อเห็นแจ้งพระนิพพาน ทางเส้น นั้น คือการเจริญสติปัฏฐาน ๔” นอกจากนี้ ประโยชน์สูงสุดดังข้อความในมหาสติปัฏฐานสูตรแล้ว ในเบื้องต้นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ทำให้เกิดผลที่น่าอัศจรรย์ หลายอย่าง อย่างเช่น คือการเปลี่ยนแปลงทาง

^{๑๐} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, แนวปฏิบัติในสติปัฏฐาน, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๗).

^{๑๑} สุภีร์ ทุมทอง, อาณาปानสติ, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๕), หน้า ๕-๗.

พฤติกรรมของมนุษย์ ซึ่งเกิดขึ้นได้รวดเร็วอย่างน่าอัศจรรย์ ไม่มีวิชาใดที่จะทำให้พฤติกรรมของมนุษย์เปลี่ยนแปลงได้ในทางที่ดี ได้อย่างรวดเร็วถ้าวิปัสสนากรรมฐาน การเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมที่สำคัญได้แก่ ๑) เกิดความสำนึกในบาปบุญคุณโทษ และสะดุ้งกลัวต่อบาป ๒) มีจิตใจที่อ่อนโยนไม่หยาบกระด้าง ๓) มีจิตใจเมตตากรุณาต่อมนุษย์และสัตว์ ๔) อยากจะกระทำความดี ๕) เกิดความกตัญญูตเวที ระลึกถึงคุณความดีของผู้อื่น และอยากตอบแทนความดีนั้น ความกตัญญูตเวทีเป็นเครื่องหมายของคนดี วิปัสสนากรรมฐานจึงเป็นวิชาที่เปลี่ยนแปลงคนให้เป็นคนดี^{๑๖}

พระญาณโพนิกะ รจนา และ พลตรี นายแพทย์ชาญ สุวรรณวิรัช ได้แปลหนังสือ หัวใจกรรมฐาน ซึ่งสรุปสาระสำคัญได้ว่า ๑) มีความมุ่งหมายเพื่อสร้างความสนใจในคุณค่าของวิถีเจริญสติที่พระพุทธเจ้าทรงสอน อันมีชื่อว่าสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นวิธีปฏิบัติที่มีความลึกซึ้ง และครอบคลุมการปฏิบัติกรรมฐานอย่างกว้างขวาง เพื่อช่วยแนะแนวทางขั้นต้นให้ผู้อ่านเข้าใจ คำสอนเกี่ยวกับสติปัฏฐานได้ง่ายขึ้น และสามารถนำไปปฏิบัติได้ถูกต้อง ๒) การเจริญสติ อย่างเป็นระบบตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้ ในสติปัฏฐานสูตร เป็นวิธีง่ายๆ และเป็นทางตรง เป็นวิธีการฝึกที่ละเอียดสมบูรณ์ ให้ผลดีที่สุดในการฝึก และพัฒนาจิตเพื่อใช้ในกิจวัตรประจำวัน และในการแก้ปัญหาต่างๆ ตลอดจนสามารถนำไปสู่ผลที่สูงที่สุด คือความหลุดพ้นจากจิตอย่างเด็ดขาด สิ้นเชิงจากความโลภโกรธและหลงได้จริง ๓) คำสอนของพระพุทธเจ้า เป็นวิธีการฝึกจิตและอารมณ์ของกรรมฐานแบบต่างๆ ไว้มากมาย เพื่อให้เหมาะสมกับความต้องการของแต่ละบุคคล เหมาะสมกับจริต อุปนิสัยและความสามารถที่แต่ละคนแตกต่างกัน แต่กระนั้นวิธีการต่างๆ เหล่านี้ ก็รวมลงทั้งหมดในสติปัฏฐาน ซึ่งพระพุทธองค์พระบรมศาสดาตรัสเรียกว่า ทางสายเดียว (เอกายโน มคโค-เอกายนมรรค) ดังนั้นจึงเป็นการสมควรอย่างยิ่งที่จะให้ชื่อสติปัฏฐานว่า หัวใจของกรรมฐานในพระพุทธศาสนาหรือยิ่งกว่านั้นว่า หัวใจของพระธรรมทั้งหมด (ธรรมหทัย) หัวใจที่ยิ่งใหญ่นี้ แท้จริงก็คือศูนย์กลางที่สูบฉีดโลหิตไปหล่อเลี้ยงทั่วร่างกายของธรรมกาย^{๑๗}

๑.๖.๒ แนวคิดเกี่ยวกับการเผยแผ่

๑) ความหมายของการเผยแผ่

การเผยแผ่ คือ การทำให้พระพุทธศาสนาขยายวงกว้างออกไปให้แพร่หลาย ได้แก่ การดำเนินการเพื่อให้หลักคำสอนในพระพุทธศาสนาเผยแพร่ออกไป ทำให้มีผู้เคารพเลื่อมใสศรัทธาในพระรัตนตรัย น้อมนำเอาหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาไปประพฤติปฏิบัติเพื่อให้เกิดแก่ผู้ปฏิบัติเหล่านั้น เพราะพระพุทธศาสนาบังเกิดขึ้นเพื่อประโยชน์สุขแก่ชาวโลกหัวใจสำคัญของการเผยแผ่คำสอนของพระพุทธศาสนา ก็เพื่อประโยชน์สุขแก่ชาวโลก โดยให้เกิดประโยชน์สุข ตามที่พระพุทธองค์ทรงประสงค์ ๓ ประการ คือ ทิฏฐธัมมิกัตถประโยชน์ (ประโยชน์ในชาตินี้) สัมปรายิกัตถประโยชน์ (ประโยชน์ในชาติหน้า) และปรมัตถประโยชน์ (ประโยชน์อย่างยิ่ง คือพระนิพพาน) พระภิกษุผู้เป็นเจ้าของ

^{๑๖} สิริ กรินชัย และ พ.อ.(พิเศษ) ทองคำ ศรีโยธิน, **พระในบ้าน**, (กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์, มปป.), หน้า คำนำ.

^{๑๗} พระญาณโพนิกะ รจนา และ พลตรี นายแพทย์ชาญ สุวรรณวิรัช แปล, **หัวใจกรรมฐาน**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศยาม, ๒๕๓๘).

อวาาส และเจ้าคณะทุกชั้น มีหน้าที่จะต้องรับผิดชอบ ด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ตามบทบัญญัติ มาตรา ๓ (๓) แห่งพระราชบัญญัติคณะสงฆ์ พ.ศ. ๒๕๐๕ แก้ไขเพิ่มเติมโดยพระราชบัญญัติคณะ สงฆ์ฉบับที่ ๒ พ.ศ.๒๕๓๕^{๑๔} ดังต่อไปนี้

ตามบทบัญญัตินี้ ได้จำแนกการเผยแผ่พระพุทธศาสนาอันเป็นหน้าที่ของเจ้าอวาาส หรือผู้รักษาการแทนเจ้าอวาาสจะต้องปฏิบัติรับผิดชอบ ด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนาจะต้องจัดทำ อันเป็นภารกิจประจำตลอดเวลาที่ดำรงตำแหน่งเจ้าอวาาส หรือตำแหน่งที่สูงขึ้นไป แยกออกเป็น ๒ ประเภท คือ

- ๑) เป็นธุระในการจัดการศึกษา อบรมสั่งสอนพระธรรมวินัยแก่บรรพชิต
- ๒) เป็นธุระในการอบรม และสั่งสอนธรรมแก่คฤหัสถ์

การเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระสงฆ์มีหลายรูปแบบ ดังจะเห็นได้จากการมีหน่วย พระธรรมทูต ธรรมจาริก ธรรมพัฒนา และหน่วยอบรมทางจิต มีทั้งหน่วยอบรม อ.ป.ต. (หน่วยอบรม ประชาชนประจำตำบล) ทั้งนี้การเผยแผ่จะได้ผลก็ต่อเมื่อ

- ๑) พระสงฆ์จะต้องศึกษา ให้มีความรู้ความเข้าใจในเรื่องพระธรรมวินัย และปฏิบัติ ตามอย่างจริงจัง สอนอย่างไร ปฏิบัติอย่างนั้น
- ๒) ไม่สอนให้คลาดเคลื่อนจากความจริง เพื่อประโยชน์ของตน
- ๓) ไม่ยึดติดในแง่ใดแง่หนึ่งของหลักธรรม
- ๔) ไม่เห็นแก่ความง่าย ดีความพระธรรมวินัยตามความชอบใจ หรือความต้องการ ของประชาชน
- ๕) ไม่สนองความต้องการของผู้มีอำนาจ
- ๖) ประสานความเข้าใจ ความเชื่อหรือลัทธิศาสนาอื่นๆ

พุทธศาสนิกชนทุกคนมีหน้าที่เผยแผ่พระพุทธศาสนาให้กว้างไกลออกไปเพื่อประโยชน์ สุขของชาวโลก ความวัฒนาสถาพรของพระพุทธศาสนาและความมั่นคงของชาติไทย ผู้ที่ทำหน้าที่เผย แผ่พระพุทธศาสนาได้ดีต้องเป็นผู้รู้ศาสนา และปฏิบัติตามคำสอนของศาสนาได้โดยสมบูรณ์เป็นนิจ การเผยแผ่พระพุทธศาสนามีอยู่ ๒ คำที่ใช้อยู่ คือ คำว่า “เผยแผ่” และ “เผยแผร์” คำว่า “เผยแผร์” เป็นลักษณะของมิชชันนารี คือ มุ่งมั่นจะให้ผู้อื่นยอมรับในศาสนาของตน ซึ่งเป็นลักษณะ ของการจงใจให้อีกฝ่ายหนึ่งหันมานับถือศาสนาของตนนั้นๆ คำว่า “เผยแผ่” หมายถึง การประกาศให้ทราบ หากทราบแล้วสนใจก็ไม่เป็นที่รังเกียจ การเผยแผ่เป็นศัพท์ที่มีลักษณะอะลุ่มอล่วย และแสดงถึงมี ความใจกว้าง และไม่ผูกมัดผู้อื่นด้วยด้วยความคิดของตนเองหรือศาสนาของตน^{๑๕}

องค์การ สมาคมต่างๆ ที่ตั้งขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เกี่ยวกับพระพุทธศาสนา จะใช้คำ ว่าเผยแผ่พระพุทธศาสนา แต่ถ้าเป็นหน้าที่ของพระภิกษุสามเณรหรือพระสงฆ์จะใช้คำว่า “เผยแผร์”

^{๑๔} กรมการศาสนา, กระทรวงศึกษาธิการ, **คู่มือพระสังฆาธิการ ว่าด้วยเรื่องการคณะสงฆ์และการ พระศาสนา**, หน้า ๑๓๔-๑๓๕.

^{๑๕} สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (ช่วง วรปุณฺโณ), **การเผยแผ่พระพุทธศาสนา, คู่มือพระสังฆาธิการ ว่าด้วยเรื่องการคณะสงฆ์และการศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๐), หน้า ๑๔๔.

เช่น “พระพุทธศาสนาแพร่หลายมาจนถึงทุกวันนี้ ก็เพราะพระสาวกได้ช่วยกันเผยแผ่พระพุทธศาสนา ถ้าขาดการเผยแผ่แล้ว พระพุทธศาสนาจักไม่แพร่หลายมาจนถึงทุกวันนี้”

หน้าที่ในการเผยแผ่หลักธรรมของวัดหรือพระสงฆ์ ส่วนมากเป็นการจัดการเทศนา อบรมสั่งสอนประชาชนให้เกิดศรัทธาเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา แล้วตั้งอยู่ในสัมมาปฏิบัติเพื่อเป็น พลเมืองดีของประเทศชาติ ซึ่งเป็นหน้าที่ของเจ้าอาวาส เจ้าคณะตำบล เจ้าคณะอำเภอ และเจ้าคณะ จังหวัด จะต้องทำหน้าที่เผยแผ่พระพุทธศาสนา ดังนี้

๑) อบรมพระภิกษุสามเณร ให้เป็นสมณะสัญญา และอบรมเรื่องจรรยา มารยาท ตลอดจนจนถึงการปฏิบัติอันเกี่ยวกับพิธีหรือแบบอย่างต่างๆ

๒) อบรมการทำวัตรสวดมนต์ให้เป็นไปโดยมีระเบียบเรียบร้อย

๓) หาอุบายวิธีให้ได้ยินได้ฟังโอวาท คำสั่งสอนหรือคำแนะนำที่เป็นประโยชน์

๔) แนะนำสั่งสอนธรรมประชาชนให้เข้าใจศาสนพิธี และการปฏิบัติ

๕) เทศนาสั่งสอนประชาชนให้ตั้งอยู่ในศีลธรรม และได้ยินได้ฟังเรื่องที่เกี่ยวข้อง พระพุทธศาสนาโดยถูกต้อง

๖) หาอุบายวิธีสกัดกั้นสัทธรรมปฏิรูปมิให้เกิดขึ้น หรือบำบัดที่เกิดขึ้นแล้วให้หมดไป โดยที่ชอบ

๗) ขวนขวายเพื่อให้ศิษย์วัดมีความรู้ในเรื่องพระศาสนา และอบรมในทางศีลธรรม มีการไหว้พระสวดมนต์ เป็นต้น

๘) ขวนขวายจัดตั้งห้องสมุด เพื่อประโยชน์แก่การศึกษาธรรมบาลี เพื่อประโยชน์แก่ ประชาชน หรือขวนขวายจัดหาหนังสือเกี่ยวกับความรู้ทั่วไปบ้าง ที่เกี่ยวกับการไหว้พระสวดมนต์บ้าง ที่เกี่ยวกับศีลธรรมบ้าง ที่เกี่ยวกับประวัติพระบ้าง เพื่อให้ผู้รักาศิลปวัฒนธรรมตามวัดต่างๆ ได้ท่อง ได้อ่านได้ ได้ฟังตามสมควรแก่สถานที่ และโอกาส

๙) ขวนขวายจัดหาอุปกรณ์การเรียนภาษาไทยบางประเภทสำหรับชั้นประถมขึ้นไว้ เพื่อให้เด็กที่ขาดสนได้ใช้เรียน^{๑๖}

๒) รูปแบบและวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนา

พระราชวรมุนี (ประยูรค์ ปยุตโต) ได้กล่าวถึง ภาพรวมของผู้สอนซึ่งหมายถึงนักเผยแผ่พุทธธรรมทุกรูปและก็รวมไปถึงการสอนของพระพุทธเจ้าด้วย ในการสอนหรือการเผยแผ่พุทธธรรมทุกครั้งนั้นผู้สอนจะต้องคำนึงถึงผู้สอนในฐานะผู้นำเสนอและผู้เรียนตามหลัก ๕ ประการดังนี้ คือ

๑) ในการสอนนั้น การเริ่มต้นเป็นจุดสำคัญมากอย่างหนึ่งที่มีส่วนช่วยให้การสอนสำเร็จผลดีเป็นอย่างมาก อย่างน้อยก็เป็นเครื่องดึงความสนใจและนำเข้าสู่เนื้อหาได้

^{๑๖} สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้ามิ่งมงคลาจารย์ (ช่วง วรปญฺโญ), การเผยแผ่พระพุทธศาสนา, หน้า ๑๔๕.

๒) สร้างบรรยากาศในการสอนให้ปลอดภัย เปิดเพลินไม่ให้เกิดเครียดไม่ให้เกิดความอึดอัดใจและให้เกียรติแก่ผู้เรียนให้เขามีความภูมิใจในตัว

๓) สอนมุ่งเนื้อหา มุ่งให้เกิดความรู้ความเข้าใจในสิ่งที่สอนเป็นสำคัญ ไม่กระทบตนและผู้อื่น ไม่มุ่งยกตน ไม่มุ่งเสียดีใครๆ

๔) สอนโดยเคารพ คือ ตั้งใจสอน ทำจริง ด้วยความรู้สึกรู้ว่าเป็นสิ่งมีคุณค่ามองเห็นความสำคัญของผู้เรียน และงานสั่งสอนนั้นไม่ใช่สักว่าทำ หรือเห็นผู้เรียนโง่เขลา หรือเห็นเป็นคนชั้นต่ำๆ

๕) ใช้ภาษาสุภาพ นุ่มนวล ไม่หยาบคาย ชวนให้สบายใจ สละสลวย เข้าใจง่าย^{๑๗}

พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตตมาโณ) ได้กล่าวถึง พุทธวิธีในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาว่า พระพุทธเจ้าทรงอาศัยหลักการวิธีการของพระพุทธเจ้าในสมัยอดีตเป็นหลัก พระอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าจะยึดพระพุทธเจ้าเป็นหลัก พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้อย่างไรท่านจะแสดงอย่างนั้น คือ การแสดงแบบครู ดังนั้น นักเผยแผ่ศาสนาจะต้องตระหนักว่า การนำเสนอธรรมะนั้นนั้นอาจจะแตกต่างกันได้ในเชิงรูปแบบของการนำเสนอ แต่เนื้อหาสาระจะต้องยึดด้วยหลักธรรมตามที่พระพุทธเจ้าแสดงไว้ เพราะนักเผยแผ่ คือ ราชทูต ทำหน้าที่ส่งราชสาสน์ ราชสาสน์ว่าไว้อย่างไรแสดงอ่านไปตามนั้น ราชทูตที่ดีจึงต้องไม่แปลงราชสาสน์ให้คลาดเคลื่อนไป หรือเรียกว่าอย่าให้คลาดเคลื่อนจากทำนองคลองธรรม เพราะการอธิบายหลักธรรมให้คลาดเคลื่อนด้านเนื้อหาสาระเหมือนกับการทำลายพระปฏิมาหนึ่งองค์ อย่างไรก็ตามคนที่ทำหน้าที่เผยแผ่พระพุทธศาสนาตามเสด็จรอยพระบาทพระพุทธเจ้า รอยเท้าพระอรหันต์ พระอรหันตบุรพจารย์ สมควรอย่างยิ่งที่จะต้องเข้าถึงหลักธรรมคนฟัง เบื้องหลังของคนตามโครงสร้างของสัพปุริสธรรม ๗ ด้วยปัญญา^{๑๘}

สมเด็จพระสังฆราช (สา ปุสฺสเทโว) ได้ประทานข้อคิดว่า การเผยแผ่มีหลักการดำเนินที่ควรคำนึง ดังนี้

๑) อย่าดูหมิ่นศาสนาอื่น ไม่ว่าจะทางตรงหรือทางอ้อมศาสนาอื่นเป็นที่สักการบูชาสูงสุดของ ศาสนิกชน อย่าแสดงด้วยวาจาหรือการกระทำใดๆ ที่ลบหลู่สิ่งที่คนอื่นเห็นว่าศักดิ์สิทธิ์ เราพูดได้ว่าของเรามีดีบ้างแต่ไม่ควรพูดว่าของเขาไม่ดี

๒) อย่าเผยแผ่ด้วยวิธีล่อลวงการล่อลวงในบางกรณีอาจได้ผล แต่ผลนั้นจะไม่ยั่งยืนเพราะเขามีได้เห็นคุณค่าหรือคุณประโยชน์ของพุทธศาสนาด้วยความจริงใจแท้ๆ และการล่อลวงนั้นยังเป็นการไม่เคารพความเป็นคนของเขาด้วยซึ่งผิดหลักมนุษยธรรมของพระพุทธศาสนา

๓) อย่าเผยแผ่ไม่จำกัดอยู่เฉพาะการพูดเท่านั้น การปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามหลักของพระพุทธศาสนาก็เป็นการเผยแผ่ได้ และเป็นการเผยแผ่ที่ดีกว่าการปฏิบัติตน พระพุทธองค์ทรง

^{๑๗} พระราชวรมณี (ประยูรค์ ปยุตโต), เทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๓๑), หน้า ๓๙.

^{๑๘} พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตตมาโณ, **พุทธวิธีในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร: พรศิวการพิมพ์, ๒๕๔๒), หน้า ๑๑๖.

สรรเสริญวิธีดังกล่าวว่า เป็นการบูชาที่ดีที่สุดในบรรดาการบูชาทั้งหลาย การรักษาและการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาให้มีความมั่นคง เป็นปัจจัยที่สำคัญประการหนึ่งในการรักษาพระสัทธรรม เพราะว่าเมื่อพุทธศาสนามีรากฐานแน่นหนาแล้ว ถือว่าเป็นการป้องกันโดยทางอ้อมทางหนึ่ง ซึ่งจะรักษาและบำรุงอาจทำได้ ดังนี้

(๑) เราชาวพุทธต้องมีศรัทธาในพระพุทธศาสนาอย่างจริงใจ หากชาวพุทธเองไม่เชื่อว่าศาสนาของตนมีคุณประโยชน์ต่อชีวิตและต่อสังคมอย่างจริงใจแล้ว ก็คงไม่เต็มใจและยินดีในการปกป้องพระศาสนา หากมีความสงสัยอะไรในใจ ก็ต้องพยายามศึกษา อ่าน สนทนาแลกเปลี่ยนความคิดกับผู้อื่นเพื่อให้เกิดความมั่นใจ

(๒) ชาวพุทธที่ดีต้องปฏิบัติตามคำสอนอย่างถูกต้อง เพียงแต่เชื่อและเข้าใจไม่เป็นการเพียงพอ เพราะความเชื่อความเข้าใจมีอยู่ในความคิด เช่นบางคน นั่งอมมือ งอเท้า ไม่ทำอะไร โดยอ้างว่าพระพุทธศาสนาสอนให้หมกมุ่น เป็นต้น

(๓) เข้าใจเชื่อ และทำตนเป็นคนดีตามคำสอน เรียกว่ารักษาและทำนุบำรุงพระพุทธศาสนาในระดับหนึ่ง ถ้าจะให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้นต้องต้องประกอบพิธีกรรมทางพุทธศาสนาด้วย พิธีกรรมนั้น เป็นส่วนหนึ่งทำให้ศาสนธรรมเป็นตัวเป็นตนมีชีวิตชีวามองเห็นได้ มีส่วนชักจูงให้คนเข้าหาศาสนธรรมได้ เป็นการเสริมให้พระศาสนามั่นคงขึ้น

(๔) ทำนุบำรุงศาสนวัตถุ และศาสนสถาน เช่น วัดวาอาราม โบสถ์ และพระพุทธรูป เป็นต้น จริงอยู่ สิ่งนี้เป็นเปลือกนอกมิใช่แก่นพุทธศาสนาเหมือนศาสนธรรม แต่สิ่งนี้ก็มิใช่บทบาทเป็นศูนย์กลางรวมหัวใจของชาวพุทธ ให้มีความสมัครสมานสามัคคีอันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ทำให้เกิดความรักความหวงแหนพระศาสนาแต่สิ่งที่สำคัญอย่าหลงติดกับเปลือกจนลืมนศาสนธรรมแก่นแท้^{๑๙}

สรุปได้ว่า รูปแบบและวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของนักเผยแผ่ มีรูปแบบที่หลากหลาย ที่ใช้กลวิธีในการนำเสนอธรรมและใช้พุทธวิธีในการเผยแผ่ โดยอาศัยพระบรมครู คือพระพุทธเจ้าที่เป็นต้นแบบในการสอน นักเผยแผ่จึงนำมาประยุกต์ให้เข้ากับอุปนิสัยของคนในปัจจุบัน ซึ่งการเผยแผ่นั้นจะใช้เทคนิคอันเป็นเฉพาะของแต่ละบุคคล โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อนำหลักธรรมที่แท้จริงเป็นเครื่องรองรับ ให้ผู้ฟังได้รับผลจากการฟังธรรมในแต่ละครั้ง เมื่อการเผยแผ่ธรรมะประสบความสำเร็จมากขึ้น ผู้ที่ได้รับความรู้ความเข้าใจจะทำหน้าที่ในการเผยแผ่หลักธรรมที่ได้ฟังมา จึงทำให้เกิดความสุขขึ้นในผู้ที่ได้รับฟังธรรมของแต่ละระดับ ดังนั้น การเผยแผ่ธรรมของนักเผยแผ่จึงช่วยรักษาความเป็นธรรมให้กับคนทุกชนชั้น

^{๑๙} พระใบฎีกาณัฐพร จานุกุโธม, “บทบาทพระสงฆ์กับการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในจังหวัดนครปฐม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

สมาบัติข่มนิวรณ์ธรรมพร้อมนำไปใช้งานการปัญญาและวิปัสสนากรรมฐาน ทำให้การฝึกอบรมปัญญา เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในไตรลักษณ์และอริยสัจสามารถตัดกิเลสตัณหาได้สิ้นเชิง ๓) ฐานะในพุทธ ปรัชญาเถรวาทมีการศึกษาปฏิบัติมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลจนถึงปัจจุบัน ๒๐ อย่างเป็น ๑) คันถฐานะ การศึกษาจาก คัมภีร์ตำรา หรือใน ศิล สมาธิปัญญา เพื่อฝึกฝนอบรม กาย วาจา ใจ เพื่อให้ ปัญญา เจริญขึ้นมาตามลำดับความรู้ความสามารถแห่งตน แล้วท่องจำไว้สืบทอดสั่งสอนแก่ผู้อื่น ๒) วิปัสสนา ฐานะ คือฐานะด้านการปฏิบัติกรรมฐาน มี ๒ คือ สมถกรรมฐาน การฝึกฝนอบรมจิตให้เกิดสมาธิตั้งมั่น ควรแก่การงาน ๒) วิปัสสนากรรมฐาน คือการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดขึ้นเพื่อตัดอวิชชาออกไป สามารถเห็น ไตรลักษณ์และอริยสัจ ได้แจ่มแจ้งแก่ปัญญาของตน ตัดภพชาติอันเป็นแดนเกิดของทุกข์ ทั้งปวงได้เข้าถึง บรมสุข คือ พระนิพพานอันเป็นที่สุดแห่งกองทุกข์^{๒๑}

พระมหาวิชัย ยติชโย (ฤทธิวีรุพห์) ได้ศึกษาเรื่อง “พัฒนาการการสอบอารมณ์การ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน” พบว่า พัฒนาการการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แต่ครั้ง พุทธกาลโดยพระศาสดาและ พระสาวกจนถึงปัจจุบัน ถึงในแนวพองยุบ มีการใช้คำว่า “ปริปุจจา” คือ การไต่ถาม การสอบถาม หรือ คำว่า “กาเลน ธมมสากัจฉา” คือ การสนทนาธรรมตามกาล ในความหมายการสอบอารมณ์ และมี องค์ประกอบสิ่งที่เกี่ยวข้อง ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านบุคคล ๒) ด้านหลักธรรม ๓) ด้านหลักการวิธีการ และ ๔) สถานที่ ปัจจุบันมีการส่งอารมณ์ในการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐานแนวพองยุบ มีแบบประกอบด้วย การนั่ง การเดิน การยืน การนอน อิริยาบถย่อย และปัญหาจากการปฏิบัติ ตามล าดับ ส่วนแบบการสอบ อารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแนว พองยุบ ประกอบด้วย ๑) ข้อมูลทั่วไปของผู้ปฏิบัติ ๒) การ บันทึกรการสอบอารมณ์สภาวะธรรมตามสติ ปฏฐาน ๔ และ ๓) การบันทึกการสอบอารมณ์สภาวะธรรม องค์ คุณ ๓ อินทรีย์ ๕ และอารมณ์การ ปฏิบัติ ในขณะที่ผู้ปฏิบัติธรรมส่งอารมณ์พระวิปัสสนาจารย์ควรสอบถาม ข้อมูลที่ไม่ชัดเจนเพิ่มเติมและ ตรวจสอบก่อนแล้วจึงทำการบันทึก ในการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ควรจัดให้มีการ จัดหลักสูตรฝึกอบรมเผยแพร่ ประชุม สัมมนา สนทนาแลกเปลี่ยนความรู้และความคิดเห็นเพื่อความ เข้าใจและพัฒนาไปในแนวทาง เดียวกัน^{๒๒}

ศิริศักดิ์ อภิกคติมณฑรี พระครูธีรสุตพจน์ และธณิกานต์ วรธรรมานนท์ ได้ศึกษา เรื่อง “กัมมัฏฐานโบราณล้านนา หรือกัมมัฏฐานลูกประคำ เป็นกัมมัฏฐานที่มี การปฏิบัติในสังคัม ล้านนา” พบว่า อย่างช้าตั้งแต่ปลายพุทธศตวรรษที่ ๒๓ พบที่มาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคซึ่งแต่งใน พ.ศ. ๙๕๖ พระสงฆ์ล้านนนำหลักการจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคมาปรับให้เข้ากับบริบทวัฒนธรรมดั้งเดิม ได้แก่ การใช้ลูกประคำและ การบริกรรมคาถา เดิมเน้นการพิจารณาธรรมระหว่างปฏิบัติสมาธิเช่นเดียวกับ หลักการในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ภายหลังเน้นคำบริกรรมและสร้างรูปแบบเฉพาะใน การประกอบ พิธีกรรมที่ดูลึกลับ ประกอบกับการมรดกภาพของพระสงฆ์รูปสำคัญ ที่เป็นหลักในการปฏิบัติ และการ

^{๒๑} พระสุนัน อาสยสุโภ (สำลีงาม), “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิดเรื่องฐานะในพุทธปรัชญาเถรวาท”, วารสารมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๕๘): ๒๙๐.

^{๒๒} พระมหาวิชัย ยติชโย (ฤทธิวีรุพห์) พัฒนาการการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน, วารสารมนุษยสังคมปริทัศน์, ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – มิถุนายน ๒๕๕๘): ๓๑.

ขาดผู้สืบสานที่ได้ รับการยอมรับ ทำให้ กัมมัฏฐานลูกประจำไม่ได้รับความนิยมในสังคมล้านนาตั้งแต่ พุทธศตวรรษที่ ๒๖ เป็นต้นไป ในขณะที่การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวทางพองหนอยุบหนอ ซึ่งเริ่มเป็นที่รู้จักกันในปลายพุทธศตวรรษที่ ๒๕ ค่อยๆ พัฒนาขึ้นมาแทนที่ ภายใต้การนำของพระพรหม มงคล วิ. วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร จังหวัดเชียงใหม่^{๒๓}

พระครูโสภาธรรมพิทักษ์ (เสียม เตชธมโม) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักและวิธีการเผยแผ่ธรรมของพระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุโท)” ผลจากการศึกษาพบว่า วิธีการเผยแผ่พุทธธรรมในครั้งพุทธกาล พระพุทธเจ้าทรงใช้วิธีการเผยแผ่แบบประยุกต์เข้ากับสภาพแวดล้อมทาง ภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ทางสังคม จารีต ประเพณีในแต่ละท้องถิ่นที่มีความแตกต่างกันมากมาย เช่น ทรงใช้อุบายในการเลือกบุคคล รอจังหวะหรือโอกาส เป็นต้น เพื่อความสุขแก่สิ่งมีชีวิตทั้งหลาย เพื่อความสุขแก่คนเป็นอันมาก เพื่ออนุเคราะห์ต่อชาวโลก พระพุทธเจ้าทรงมีพระสงฆ์สาวกเป็นกำลังหลักในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา พระสงฆ์สาวกส่วนใหญ่เป็นผู้ปฏิบัติดี ปฏิบัติสมควร และยึดมั่นในคุณธรรมของผู้แสดงธรรม จึงสามารถเผยแผ่พระพุทธศาสนาได้อย่างมีประสิทธิภาพทำให้พระพุทธศาสนาแพร่หลายจนถึงยุคสมัยปัจจุบัน^{๒๔}

พระมหาจำเนียร จิรปญโญ (บุญมา) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ บทบาทความเป็นผู้นำของพระสงฆ์ : กรณีศึกษาพระพรหมวชิรญาณ (ประสิทธิ์ เขมงโกโร)” ผลจากการศึกษาพบว่า ท่านเป็นนักบริหาร นักคิดนักวางแผน ท่านเริ่มจากการพัฒนาตนเองให้มีความรู้ความสามารถในศาสตร์ต่างๆ แล้วนำศาสตร์นั้นๆ มาประยุกต์ใช้ในการเผยแผ่ ส่งเสริมให้บุคลากรให้พัฒนาตนเอง ฝึกประสบการณ์ให้ผู้ใต้บังคับบัญชาให้มีเวทีในการแสดงออกซึ่งความสามารถ มีความเสียสละประโยชน์ส่วนตัวเพื่อบำเพ็ญประโยชน์ส่วนรวม รู้จักการวางแผน ถึงพร้อมด้วยอิทธิบาทธรรม เต็มใจพอใจใฝ่เรียนรู้เพียรสู้ไม่ท้อถอย เอาใจใส่พิจารณาไตร่ตรองในการบริหารงาน รู้จักประยุกต์สถานการณ์กับสื่อต่างๆ ของท่านที่เกี่ยวข้องกับการเผยแผ่ได้อย่างเหมาะสม ใช้ในการเผยแผ่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นการเผยแผ่แบบบูรณาการ ที่ใช้ได้ทั้งเชิงรุกและเชิงรับนี่คือลักษณะโดดเด่นของท่าน^{๒๕}

พระมหาบุญเลิศ ธมมทสสี (โธฐสุ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระราชวิยาคม (หลวงพ่อกุณ ปริสุโท)” ผลจากการศึกษาพบว่า หลวงพ่อกุณ ท่านเป็นพระที่ประชาชนศรัทธาเคารพนับถือเป็นอย่างมาก เพราะท่านประสบความสำเร็จใน

^{๒๓} ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี พระครูธีรสุตพจน์ และธณิกานต์ วรธรรมานนท์, “กัมมัฏฐานโบราณล้านนา หรือกัมมัฏฐานลูกประจำ เป็นกัมมัฏฐานที่มี การปฏิบัติในสังคมล้านนา”, วารสารพื้นถิ่น โขง ชี มูล, ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๖๐): ๑๕๓ - ๑๕๔.

^{๒๔} พระครูโสภาธรรมพิทักษ์ (เสียม เตชธมโม), “ศึกษาหลักและวิธีการเผยแผ่ธรรมของพระธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุโท)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), หน้า ก-ข.

^{๒๕} พระมหาจำเนียร จิรปญโญ (บุญมา), “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทความเป็นผู้นำของพระสงฆ์ : กรณีศึกษาพระพรหมวชิรญาณ (ประสิทธิ์ เขมงโกโร)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕).

การสื่อสาร จะเป็นการสนทนา หรือตอบปัญหา หรือว่าการใช้สื่อสัญลักษณ์ คือ การเคาะหัวแทน การประพรมน้ำพุทธรณ์ และวัตถุมงคล การฝังตะกรุดจะมีคนทุกระดับเข้าไปหาท่านมิได้ขาด โดยเฉพาะนักข่าว หรือสื่อสารมวลชนจะติดตามเสนอข่าวสารของท่านอยู่เสมอ ไม่ว่าท่านจะพูดอะไร คำพูดนั้นมักเป็นที่สนใจกันเป็นอย่างมาก มีเรื่องที่จะต้องศึกษาเกี่ยวกับการทำงานของท่านได้ทุกแขนงทุกสาขาวิชา แต่ที่น่าสนใจคือการศึกษาเปรียบเทียบวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของท่านกับพระเถระทั้งหลายที่มีลักษณะเด่นแตกต่างกันและเหมือนกัน เรื่องอิทธิพลของการใช้สื่อสัญลักษณ์คือ วัตถุมงคล คาถาอาคม ตะกรุด และการเคาะศีรษะแทนการประพรมน้ำพุทธรณ์ในสังคมปัจจุบันและการสงเคราะห์ประชาชนโดยการบริจาคสร้างสาธารณประโยชน์ ซึ่งเป็นงานที่ท่านอุทิศชีวิตทำเพื่อประโยชน์แก่ประเทศชาติ บ้านเมือง และพระพุทธศาสนามาเป็นเวลานาน^{๒๖}

พระมหาจรรยา ปณณวโร (อินทร์ยงค์) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษาบทบาทของพระมหากัสสปเถระในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา” ผลจากการศึกษาพบว่า บทบาทของพระมหากัสสปเถระในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาเถรวาท ตั้งแต่ชีวิตเริ่มต้นจนถึงวาระสุดท้ายของท่าน มีความโดดเด่นในด้านความเป็นผู้มักน้อยสันโดษ เป็นแบบอย่างของผู้สันโดษที่ก่อให้เกิดความเลื่อมใสของผู้มีความเป็นอยู่อย่างเรียบง่าย อันเป็นธรรมเนียมของนักบวชที่ควรใช้เป็นตัวอย่างของการปฏิบัติ ด้านนี้ ความเป็นผู้คนแก่เรียน แม้บวชเมื่ออายุมาก ท่านก็ไม่ทอดธุระในพระศาสนา มุ่งประพฤติปฏิบัติจนเกิดความสมบูรณ์ในไตรสิกขา ไปถึงที่จุดหมาย คือ พระอรหันต์ผล เป็นผู้แตกฉานในองค์ธรรม อบรมสั่งสอนนิกายทั้งทางตรงและทางอ้อม จนเป็นที่เคารพของหมู่ภิกษุ เป็นผู้ประพฤติปฏิบัติชอบได้เป็นแบบอย่างของผู้ประพฤติปฏิบัติชอบจนเป็นที่เคารพยำเกรงของเพื่อนภิกษุ ถือเป็น การสั่งสอนด้วยการปฏิบัติ ซึ่งมีผลมากกว่าการพูดอบรมสั่งสอน เป็นมหาสังฆปาโมกข์ ได้รับมอบหมายให้เป็นประธานทำสังคายนาพระธรรมวินัยครั้งแรกในปีพุทธปรินิพพาน อันเป็นการรักษาหลักการและข้อปฏิบัติที่ถูกต้อง ใช้เป็นแนวทางการศึกษาและปฏิบัติสืบมา ซึ่งเป็นต้นแบบของพระพุทธศาสนาเถรวาทสืบมาจนถึงปัจจุบัน^{๒๗}

พระมหานันท ชยเสโน (บรรจบพุดชา) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การศึกษางานการเผยแผ่ของสมเด็จพระธีรญาณมุนี (ธีร์ ปุณณมมหาเถร)” ผลจากการศึกษาพบว่า งานการเผยแผ่ของเจ้าประคุณสมเด็จพระธีรญาณมุนี เกิดจากจิตสำนึกที่จะสร้างบ้านเกิดให้มีความสุขความเจริญ และขยายไปสู่ความคิดหาทางช่วยเหลือปลดเปลื้องความทุกข์ยากและความยากจนของพลเมืองในชาติ งานการเผยแผ่ของท่านโดยเนื้อหา มี ๓ ด้าน คือการพัฒนา วิชาการ และการอนุรักษ์ ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อสมเด็จพระธีรญาณมุนีผู้สังสาร มี ๒ ประการ คือปัจจัยภายใน ได้แก่ คุณธรรมและความรู้, ปัจจัยภายนอก ได้แก่ บุคลิกภาพหรือปฏิปทาและคุณประโยชน์ต่อผู้อื่น, เนื้อหาส่วนใหญ่เป็นการนำหลักพุทธธรรมมาพัฒนา

^{๒๖} พระมหาบุญเลิศ ธมมทสสี (โธสุ), “ศึกษาวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระราชาวิทยาลัย (หลวงพ่อคุณ ปรีสุทโธ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรมนิเทศ, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓).

^{๒๗} พระมหาจรรยา ปณณวโร (อินทร์ยงค์), “การศึกษาบทบาทของพระมหากัสสปเถระในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐).

บุคคลทั้งสองส่วน คือ ส่วนร่างกายและจิตใจ, ส่วนร่างกายเน้นพัฒนาความสัมพันธ์กับปัจจัยสี่ ส่วนจิตใจเน้นพัฒนาให้มีความรู้ มีศีลธรรม, การนำเสนอจะมี ๔ แบบ คือแบบอุปมาอุปไมย แบบใช้ขันทานสาธก แบบยกพระบาลีและแบบกวีนิพนธ์, สื่อที่ใช้เผยแพร่ จัดตามการเข้ารหัสและถอดรหัสมี ๒ ประการ คือสื่ออวัจนะ (Verbal) ได้แก่ คำพูดและตัวหนังสือ, และสื่ออวัจนะ (Non-Verbal) ได้แก่ ปฏิบัติและจริยวัตร, ผู้รับสารของสมเด็จพระเจ้าอยู่อยู่หลายระดับตั้งแต่เยาวชนจนถึงผู้นำระดับประเทศ^{๒๘}

พระมหาสุริยันต์ จันทนาโม (จันทะนาม) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาบทบาทและผลงานในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระอาจารย์สมภพ โชติปญโญ” ผลจากการศึกษาพบว่า การเผยแผ่พระพุทธศาสนาโดยมีพระสงฆ์เป็นกำลังสำคัญนั้น ในอดีตพระสงฆ์เป็นผู้มีบทบาทสำคัญต่อวิถีชีวิตของประชาชนในสังคมเป็นอย่างมาก พระสงฆ์เป็นสถาบันหลักของชาติ จัดการศึกษาสั่งสอนกุลบุตรกุลธิดา นำพาพุทธศาสนิกชนปฏิบัติธรรม พัฒนาสังคมให้ร่มเย็น แต่ในปัจจุบันภารกิจที่พระสงฆ์เคยทำมาถูกลดบทบาทลง องค์กรและสถาบันทางสังคมต่างๆ ได้เข้ามาทำหน้าที่แทนพระสงฆ์ เช่นการจัดการศึกษา เป็นต้น เมื่อบทบาทในการเผยแผ่พุทธธรรมลดลง พระสงฆ์ส่วนใหญ่ทำหน้าที่เพียงเป็นผู้นำทางพิธีกรรมทำวัตร สวดมนต์ รับกิจนิมนต์ในงานต่างๆ เป็นต้น การเผยแผ่พุทธธรรมอันเป็นหน้าที่ของพระสงฆ์^{๒๙}

พระมหาศรีบุญ บุญธโร ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง “การศึกษาหลักการและวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระสุธรรมยานเถระ (ครูบาอินทจักรรักษา)” ผลจากการศึกษาพบว่า ครูบาอินทจักรรักษา เป็นพระสงฆ์ที่ถือหลักการเผยแผ่พระพุทธศาสนา คือ หลักการวิปัสสนากรรมฐาน ทุกอิริยาบถที่ท่านแสดงออกมาเป็นเสมือนท่านกำลังสื่อวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานสู่พุทธบริษัท โดยท่านครูบาขึ้นอยู่กับหลักการนี้ จะเห็นได้ว่า ถ้าคำสอนใดผิดไปจากหลักการที่ว่ามา ท่านครูบาจะออกมาชี้แจง แก้ไข ตอบโต้ คำสอนที่ผิดเหล่านั้น โดยมีหลักสำคัญที่ยึดถือสรุปเป็นประเด็นสำคัญได้ ๕ ประการ ได้แก่ (๑) หลักสติปัญญา (๒)หลักไตรสิกขา (๓) หลักตระหนักถึงศักยภาพของผู้ฟัง (๔) หลักธรรมปฏิบัติ (๕) หลักสร้างปัญญา หลักสำคัญที่ครูบายึดถือ ๕ ประการนี้ อยู่ในกรอบของหลักการทางพระพุทธศาสนาที่แสดงไว้ในงานวิจัย หลักทางพระพุทธศาสนาที่ท่านครูบายึดถือ จึงสงเคราะห์เข้าในหลักที่สำคัญคือ หลักให้เกิดประโยชน์แก่มหาชนเป็นสำคัญ การเผยแผ่พระพุทธศาสนาของครูบาอินทจักรรักษาประสบความสำเร็จ เพราะท่านเป็นพระภิกษุที่ยึดมั่นในหลักการและวิธีการที่ถูกต้อง^{๓๐}

^{๒๘} พระมหานันท ชยเสโน (บรรพชบพุดชา), “การศึกษาการเผยแผ่ของสมเด็จพระธีรญาณมุนี (ธีร์ ปุณณมมหาเถร)”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรมนิเทศ*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖).

^{๒๙} พระมหาสุริยันต์ จันทนาโม (จันทะนาม), “ศึกษาบทบาทและผลงานในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระอาจารย์สมภพ โชติปญโญ”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙).

^{๓๐} พระมหาศรีบุญ บุญธโร, “การศึกษาหลักการและวิธีการในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระสุธรรมยานเถระ(ครูบาอินทจักรรักษา)”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖).

พระปลัดสามารถ ธมฺมธโร (ชีวะพุกฤษ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “บทบาทการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (ปัญญา อินทปญฺโณ)” ผลจากการศึกษาพบว่า พระภิกษุสงฆ์ในพุทธศาสนาอยู่ในฐานะเป็นผู้นำทางจิตวิญญาณ เป็นที่พึ่งเป็นผู้อบรมสั่งสอนหลักธรรมทางศาสนาแก่พุทธศาสนิกชน เพื่อให้สังคมอยู่อย่างสงบสุข และในบางโอกาสก็ให้การสนับสนุนช่วยเหลือสงเคราะห์ชุมชนในด้านต่างๆ ด้วย โดยอยู่ภายใต้กรอบอันดีงามของศาสนาจากบทบาทหน้าที่ที่กล่าวมาข้างต้นนี้ พระภิกษุสงฆ์ในพุทธศาสนาต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงในด้านต่างๆ ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง การศึกษาและคุณภาพชีวิต จึงจำเป็นต้องปรับตัวให้สอดคล้องและเท่าทันต่อการเปลี่ยนแปลงของสังคมสมัยใหม่อยู่เสมอซึ่งความสามารถในการดำเนินการกิจต่างๆ ของพระภิกษุสงฆ์ดังกล่าวข้างต้นจัดได้ว่าเป็นภารกิจตามคุณลักษณะของงานประชาสัมพันธ์ที่สำคัญ ทั้งนี้ ในสมัยปัจจุบัน การเผยแผ่พระพุทธศาสนามีกลยุทธ์หลายวิธี เช่น การปฏิบัติตนให้น่าเลื่อมใสของพระสงฆ์ การเป็นผู้รอบรู้ในหลักธรรม การแสดงธรรม ได้ลึกซึ้งการพัฒนาชุมชน การสนับสนุนด้านการศึกษา การสงเคราะห์ประชาชนในด้านต่างๆ การจัดกิจกรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา การจัดบรรพชาสามเณร การจัดบวชชีพรามณ์ถือศีล ๘ การจัดอบรมค่ายคุณธรรมจริยธรรม การจัดแสดงนิทรรศการทางพระพุทธศาสนาต่างๆ ซึ่งทั้งหมดนี้ล้วนเป็นกระบวนการประชาสัมพันธ์ชักชวนให้ประชาชนหันมาเข้าวัด ใกล้ชิดกับพระพุทธศาสนาได้มาเรียนรู้หลักธรรม จูงใจให้พุทธศาสนิกชนน้อมนำหลักธรรมไปประพฤติปฏิบัติขัดเกลาจิตใจให้สูงขึ้นเป็นลำดับไป เพื่อให้เข้าถึงแก่นแท้ของพระพุทธศาสนาในที่สุด^{๓๑}

พระมหาณรงค์ศักดิ์ โสภณสิทธิ (โสภา) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาบทบาทการเผยแผ่พุทธธรรมของพระธรรมปริยัติเวที (สุเทพ ผุสฺสธมฺโม)” ผลการวิจัยได้มีลักษณะที่สอดคล้องกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับบทบาทในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระพรหมวชิรญาณ (ปสฺสทฺธฺ ฆมฺมงฺกโร) สรุปได้ว่า บทบาทการเผยแผ่พุทธธรรมทั้งรูปแบบพระธรรมเทศนา บรรยายธรรม ปาฐกถาธรรม ได้มีการยกพุทธศาสนสุภาษิต ยกอุทาหรณ์ เล่านิทาน เปรียบเทียบด้วยข้ออุปมาอุปมัย ใช้วิธียกบุคคลเป็นตัวอย่าง ถือว่าเป็นเอกลักษณ์อันโดดเด่น และถือว่าเป็นรูปแบบและแนวทางที่ท่านได้นำเอาออกมาเผยแผ่พุทธธรรมมากที่สุด พุทธธรรมที่นำเสนอเป็นเรื่องง่ายๆ ใกล้ตัว ท่านได้อธิบายเนื้อหาสาระธรรมชัดเจน แจ่มแจ้ง ปราศจากความเคลือบแคลงสงสัย สามารถนำไปปฏิบัติให้เกิดผลจริงในชีวิตประจำวัน เพื่อให้เยาวชน ประชาชนได้นำมาปฏิบัติปรับปรุงแก้ไข ขัดเกลาจิตใจให้ตั้งมั่นอยู่ในจริยธรรม ศีลธรรม คุณธรรมอันดีงาม^{๓๒}

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แสดงให้เห็นว่า พระพุทธศาสนาได้รับการยอมรับและมีผู้นำเอาหลักคำสอนไปปฏิบัติ มีพระพุทธเจ้าเป็นตัวอย่างต้นแบบ มีพระสงฆ์

^{๓๑} พระปลัดสามารถ ธมฺมธโร (ชีวะพุกฤษ), “บทบาทการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระอุบาลีคุณูปมาจารย์(ปัญญา อินทปญฺโณ)”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรมนิเทศ*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙).

^{๓๒} พระมหาณรงค์ศักดิ์ โสภณสิทธิ (โสภา), “ศึกษาบทบาทการเผยแผ่พุทธธรรมของพระธรรมปริยัติเวที (สุเทพ ผุสฺสธมฺโม)”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า (๑)-(๒).

สาวกเป็นผู้รับสืบทอดวิธีการโดยเฉพาะการปฏิบัติธรรม การสื่อสารหรือการเผยแผ่เป็นเรื่องจำเป็นอย่างยิ่งที่จะช่วยให้พระพุทธศาสนาแผ่ขยายออกไปในวงกว้าง วิธีการเผยแผ่แต่ละบุคคลถึงจะมีความคล้ายกัน แต่จะแตกต่างกันในประเด็นปลีกย่อยและช่วงเวลาของแต่ละยุคสมัยมีความแตกต่างกันทางด้านความนิยม แต่ในงานวิจัยครั้งนี้จะเป็นการศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ที่ปรากฏทั้งทางตรงและทางอ้อม นำเสนอไปสู่สาธารณะให้รู้จัก จนเกิดความสนใจและการปฏิบัติกรรมฐาน เพื่อชำระจิตใจให้สะอาด สว่าง สงบซึ่งกิเลส

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

๑.๗.๑ รูปแบบการวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ดังนี้

๑) ศึกษาข้อมูลพระไตรปิฎก เอกสาร หนังสือ ตำรา ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เทียบบันทึกเสียงการเทศนากรรมฐาน ที่เกี่ยวกับศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๒) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เกี่ยวกับชีวประวัติ ภูมิหลังการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) วิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) และศึกษาอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๑.๗.๒ ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (key informants) ได้แก่ บุคคลผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง ผู้ใกล้ชิด ลูกศิษย์ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๑.๗.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแบบสัมภาษณ์เชิงลึก สำหรับใช้ในการวิจัยโดยศึกษาพระไตรปิฎก เอกสาร หนังสือ ตำรา ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เกี่ยวกับการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) โดยมีขั้นตอน ดังนี้

- ๑) ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ๒) กำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างแบบสัมภาษณ์
- ๓) สร้างแบบสัมภาษณ์ แบ่งออกเป็น ๓ ตอน ต่อไปนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลพื้นฐานของผู้ให้สัมภาษณ์

ตอนที่ ๒ ข้อมูลสำหรับสัมภาษณ์ประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

ตอนที่ ๓ ข้อมูลสำหรับสัมภาษณ์การปฏิบัติกรรฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) และศึกษาอิทธิพลการปฏิบัติกรรฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๔) เสนอร่างแบบสัมภาษณ์การวิจัยต่ออาจารย์ที่ปรึกษาและปรับปรุงแก้ไขตามที่อาจารย์ที่ปรึกษาแนะนำ

๑.๗.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ทั้งนี้ข้อมูลที่จัดเก็บรวบรวมในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น ๒ ประเภทประกอบด้วย

(๑) ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data)

การเก็บข้อมูลเอกสาร (Documentary) โดยการศึกษาข้อมูลจากพระไตรปิฎกเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เทปบันทึกเสียงเทศนา โดยศึกษาเฉพาะประเด็นที่เกี่ยวกับหลักคำสอนกรรฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

(๒) ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data)

การเก็บข้อมูลภาคสนามหรือจากพื้นที่ ที่ทำการศึกษาวิจัย ซึ่งเป็นข้อมูลหลักในการวิจัยครั้งนี้ เป็นข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่าง โดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In-Depth Interview) ทำการบันทึกข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ด้วยเทปบันทึกเสียง ทั้งนี้ใช้เวลาในการสัมภาษณ์ ประมาณ ๑-๒ ชั่วโมง

๑.๗.๕ การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดรูปแบบเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งข้อมูลที่รวบรวมเกิดจากการประมวลเอกสาร และการสัมภาษณ์เชิงลึก ดังนั้นการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการโดยจัดลำดับเนื้อหาตามวัตถุประสงค์ จากนั้นจึงทำการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) แล้วนำเสนอในรูปแบบการพรรณนา

๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๑.๘.๑ ทราบประวัติการปฏิบัติกรรฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๑.๘.๒ ทราบผลการศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๑.๘.๓ ทราบการศึกษาอิทธิพลการปฏิบัติกรรฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

บทที่ ๒

ประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจุกโก)

พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจุกโก) เป็นพระสุปฏิปันโน ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ แห่งวัดพระพุทธรูปท่าตอผ้า จังหวัดลำพูน ท่านเป็นพระสังฆาธิการมีภารกิจในการปกครองงานคณะสงฆ์ งานศาสนศึกษา งานศึกษาสงเคราะห์ งานด้านการเผยแผ่ งานด้านสาธารณูปการ งานด้านสาธารณสงเคราะห์ นอกจากนี้ท่านยังมุ่งเน้นการปฏิบัติธรรม เผยแผ่ธรรมด้วยกรรมฐานจนมีชื่อเสียงในด้านของการปฏิบัติธรรม การบูรณปฏิสังขรณ์วัด รวมทั้งการสร้างสาธารณะประโยชน์ต่างๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร ผู้วิจัยจึงศึกษาประวัติพระสุพรหมยานเถรดังต่อไปนี้

๒.๑ ประวัติพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจุกโก)

๒.๑.๑ กำเนิด

พระสุพรหมยานเถร มีนามเดิมว่า “พรหมา พิมสาร” เกิดวันอังคารที่ ๓๐ สิงหาคม พ.ศ. ๒๔๔๑ ขึ้น ๑๔ ค่ำ เดือน ๑๐ (เดือน ๑๒ เหนือ ปีจอ พ.ศ. ๒๔๔๑) ณ บ้านป่าแพ่ง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน (ป่าซางปัจจุบัน) บิดา คือ พ่อเป็ง พิมสาร และแม่บัวถา พิมสาร มีพี่น้องร่วมกัน ๑๓ คน ท่านเป็นคนที่ ๗ คือ ๑) พ่อน้อยเมือง พิมสาร ๒) เป็นเด็กหญิง ๓) แม่ฮ้อย หล้าดวงดี ๔) พ่อหนาน นวล พิมสาร ๕) พ่อหนานบุญ พิมสาร ๖) พระสุธรรมยานเถร (ครูบาอินทจักรรักษา) ๗) พรหมา พิมสาร หรือพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา) ๘) พระครูสุนทรคัมภีร์ญาณ (ครูบาคัมภีระ วัดดอยน้อย) ๙) พ่อหนานแสง พิมสาร ๑๐) แม่ธิดา สุทธิพงษ์ ๑๑) แม่นางหลวง ณ ลำพูน ๑๒) เด็กหญิง ตุมมา พิมสาร (ถึงแก่กรรมตั้งแต่เด็ก) ๑๓) นางแสนหล้า สุภายอง

บิดามารดาเป็นผู้มีฐานะพอมีอันจะกิน มีอาชีพทำนา ทำสวน ประกอบสัมมาอาชีพะ ไม่มีการยิงนกตกปลา ไม่เลี้ยงเบ็ดเลี้ยงไก่ และไม่มีการเลี้ยงหมูช่าย มีความขยันขันแข็งในการงาน ปกครองลูกหลานโดยยุติธรรม ไม่มีอคติ หนักแน่นในการกุศล ไปนอนวัดรักษาศีลอุโบสถเป็นประจำทุกวันพระบิดาท่านได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุ ได้ถึงแก่กรรมในสมณเพศเมื่อปี พ.ศ. ๒๔๘๔ อายุ ๘๐ ปี ส่วนมารดาของท่านได้บวชเณรอุโบสถศีลทุกวันพระตลอดอายุ ได้ถึงแก่กรรมเมื่อปี พ.ศ. ๒๔๗๗ อายุ ๗๐ ปี เมื่อเด็กชายพรหมาวัยพอสมควรได้ช่วยพ่อแม่ทำงาน ทำนา ทำสวน เลี้ยงวัว เลี้ยงควาย งานประจำคือตักน้ำ ต่ำข้าว ปัดกวาดทำความสะอาดบ้านเรือนเป็นการตอบแทนบุญคุณของบิดามารดาเท่าที่พอจะทำได้ตามวิสัยของเด็ก

๒.๑.๒ การศึกษา

ท่านครูบาพรหมมาได้เรียนหนังสืออักษรลานาและไทยกลางที่บ้านจากพี่ชายที่ได้บวชเรียนแล้วได้สึกออกไป เพราะสมัยนั้นตามชนบทยังไม่มีโรงเรียนสอนกันอย่างปัจจุบันแม้แต่กระดาษจะเขียนก็หายาก ผู้สอนคือพี่ชายก็มีงานมาก ไม่ค่อยได้อยู่สอนเป็นประจำ จึงเป็นการยากแก่การเล่าเรียน อาศัยความตั้งใจและความอดทนเป็นกำลังจึงพออ่านออกเขียนได้

๒.๑.๓ เหตุบรรพชา

การติดตามบิดามารดาไปวัดบ่อยๆ ได้เห็นพระภิกษุสามเณรอยู่ที่กินดี มีกิริยาเรียบร้อยก็เกิดความเลื่อมใส ยิ่งได้เห็นพระพี่ชายที่บวชอยู่หลายรูปพากันมาฉันข้าวที่บ้านยิ่งเพิ่มความเลื่อมใสยิ่งขึ้น

ต่อมาท่านก็จำได้ว่าปีนั้นเป็นปีชวด ปี พ.ศ. ๒๔๕๕ เป็นปีที่สงครามโลกครั้งที่ ๑ กำลังจะเกิด ปีนั้นดินฟ้าอากาศก็วิปริตผิดปกติ บ้านเรือนแห้งแล้ง ข้าวยากหมากแพง ผู้คนต่างถูกทุกข์ภัยเบียดเบียนระส่ำระสาย ทั้งทางราชการก็เร่งรัดเกณฑ์ผู้คนไปเป็นทหารกันถ้วนหน้า ท่านได้เห็นเหตุการณ์ดังนั้นก็รู้สึกไม่สบายใจ จึงน้อมใจไปในการบวชมากขึ้น ประกอบกับได้เห็นพวกเพื่อนๆ ที่อยู่บ้านใกล้เรือนเคียงหนีไปบวชกันแทบทุกวัน จะเป็นการบวชหนีทหารหรือบวชผลาญข้าวสุก หรือบวชเพื่อความพ้นทุกข์อย่างไรไม่ทราบ

๒.๒ ปฏิปทาจริยาวัตรของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจโก)

๒.๒.๑ บรรพชา

เมื่อวันจันทร์ที่ ๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๔๕๕ เวลา ๑๕.๐๐ น. อายุ ๑๕ ปี ท่านถือผ้าจีวรกับดอกไม้ธูปเทียนลงจากเรือนไปด้วยความอาลัยบิดามารดาเป็นที่สุด ขณะนั้นมีพี่ชายติดตามไปด้วย ครั้งไปถึงวัดป่าเหียง ตำบลแม่แรง อำเภอปากบ่อง (ป่าซางในปัจจุบัน) พระพี่ชายก็จัดการโกนหัวโกนคิ้วให้ แล้วบิดานำเด็กชายพรหมกราบขอบรรพชา ณ วัดป่าเหียง ตำบลแม่แรง อำเภอป่าซาง มีเจ้าอธิการแก้ว ชัดดีโย เป็นพระอุปัชฌาย์

ครั้งพระอุปัชฌาย์มอบผ้ากาสาวพัสตร์ให้แล้ว ก็มีพระพี่ชายกับใครอีกท่านหนึ่งได้มาช่วยกันนุ่งห่มให้ ในขณะที่ได้ก้มมองดูผ้ากาสาวพัสตร์อันเหลืองอร่าม อันเป็นธงชัยของพระอรหันต์ ก็เกิดความรู้สึกซาบซึ้ง นึกว่าเป็นบุญลาภอันประเสริฐ ที่ได้เกิดเป็นมนุษย์ พบพระพุทธศาสนา จะขอบวชอุทิศตนต่อพระพุทธศาสนาจนกว่าชีวิตจะหาไม่

เมื่อบวชแล้วพระอุปัชฌาย์ผู้เคร่งครัดในวินัยได้เมตตา แนะนำสั่งสอนศิลาจารวัตรพร้อมทั้งการปฏิบัติธรรม เมื่อเป็นสามเณรต้องท่องจำสวดมนต์ ๑๕ วาร ตั้งแต่ เยสันตา จนถึง มาติกา มหาสมัย โดยเขียนใส่กระดานชนวนกว้าง ๑ คืบ ยาว ๑ ศอก กำหนดต้องท่องจำวันละ ๑ แผ่นท่านว่าชั้นแรกรู้สึกหนักใจ เห็นตัวหนังสือเล็กขนาดอ่านจนไม่ถนัด นึกว่าเราจะจำได้หรือไม่หนอ แต่เมื่อตั้งใจท่องอย่างจริงจัง ก็ได้วันละ ๑ แผ่นจริง ๆ แผ่นนั้นท่านยังเก็บไว้เป็นอนุสรณ์ขณะที่กำลังเรียนอยู่ได้พยายามพลิกเร้นหลบหนีหน้าคนอื่นเสมอ แม้เดินทางไปฉันข้าวยังบ้าน ก็พยายามไปคน

เดียว เพื่อฉวยโอกาสสวดมนต์ไปตามทาง นอกจากนั้นสามเณรพรหมาได้เข้าโรงเรียนประชาบาล จนจบประถมศึกษาปีที่ ๓ ซึ่งเทียบกับประถมปีที่ ๔ สมัยนี้ เพราะเวลานั้นประถม ๔ ยังไม่มีสอนกัน

เมื่ออายุย่างเข้า ๑๗-๑๘ ก็ได้ศึกษานักธรรมตรีตามลำพัง เพราะเวลานั้นยังไม่มีโรงเรียน และครูสอน หนังสือเรียนก็หายาก มีเพียงนวโกวาทกับธรรมนิเทศและวินัยวินิจฉัย ๒-๓ เล่มเท่านั้น ครั้นรอบปีมา ทางจังหวัดก็จัดให้มีการสอบครั้งหนึ่ง เป็นการสอบเฉพาะจังหวัด เพราะทางคณะสงฆ์ ยังไม่ได้เปิดสนามสอบอย่างสมัยนี้ ใครสอบได้ก็ออกประกาศนียบัตรรับรองให้ ทำกันอย่างนี้เป็นเวลา ๒ ปี

ต่อมาประมาณปี พ.ศ. ๒๔๕๙ จึงมีสำนักเรียนและครูสอนเป็นหลักแหล่ง โดนคณะสงฆ์ ได้จัดตั้งสำนักเรียนที่วัดฉางข้าวน้อยเหนือ ซึ่งเป็นวัดเจ้าคณะอำเภอสมัยนั้น ท่านกับสามเณรมอน อิน กองงาม ได้พากันเดินไปศึกษาตลอดพรรษา ซึ่งมีระยะทางไกลประมาณ ๓ กิโลเมตร ต้องเดินผ่านทุ่ง นาการไปมาลำบากมาก ครั้นออกพรรษาแล้วก็ได้ย้ายไปอยู่วัดฉางข้าวน้อย เพื่อการศึกษาทั้งนักธรรม และวิชาสามัญ

๒.๒.๒ อุปสมบท

อุปสมบทเมื่ออายุได้ ๒๐ ปี ณ พัทธสีมาวัดป่าเหียง อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน เมื่อวันที่ ๑๖ ม.ค.พ.ศ. ๒๔๖๑ เจ้าอธิการแก้ว ชัดดีโย (ครูบาชัดดีโย) เป็นพระอุปัชฌาย์ พระอาจารย์ ฮอน โปธิโก เป็นพระกรรมวาจาจารย์ พระอาจารย์สม สุวินโท เป็นพระอนุสาวนาจารย์ ได้รับฉายาว่า “**พรหมจกโก**”

เมื่อเป็นพระภิกษุท่านได้หมั่นเล่าเรียนศึกษาปฏิบัติ จนปี พ.ศ. ๒๔๖๒ ทางการคณะสงฆ์ ได้ทำการเปิดสอบนักธรรมสนามหลวงขึ้น ท่านก็ได้เข้าสอบนักธรรมสนามหลวง มีนักเรียนใน ๗ จังหวัดภาคพายัพ จำนวน ๑๐๐ รูป ได้มาสอบรวมแห่งเดียว จังหวัดลำพูนมีเข้าสอบ ๑๑ รูป ทำการสอบ ณ วัดเชตุพน จังหวัดเชียงใหม่ พระมหานายกเป็นผู้นำข้อสอบมาเปิดสนามสอบ ในสมัยนั้นข้อสอบวิชาละ ๒๑ ข้อ ผลการสอบออกมามีผู้สอบได้ ๒ รูป คือ ครูบาพรหมา พรหมจกโก และพระทองคำ วัดเชตุพน นอกนั้นไม่ผ่าน สอบตกหมด นับว่าเป็นพระรูปแรกของจังหวัดลำพูนที่ สอบได้

พระมหานายก (พระมหานายก คือ พระปลัดขวาของ สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระ ยาวชิรญาณวโรรส) พร้อมคณะผู้นำข้อสอบมีความสนใจ ได้ติดตามมาถึงวัดป่าเหียง ซึ่งเป็นวัดเดิม ของท่านพระภิกษุพรหมา ท่านพระมหานายกได้มาขอต่อพระอุปัชฌาย์และพ่อแม่พี่น้อง เพื่อจะรับไป ศึกษาต่อที่กรุงเทพมหานคร แต่พระอุปัชฌาย์และพ่อแม่พี่น้อง ต่างก็เป็นห่วงเป็นใย ไม่อนุมัติให้ไป โดยอ้างเหตุผลไปต่างๆ นานา มีตอนหนึ่งพระอุปัชฌาย์ได้หันมากล่าวแก่ท่านครูบาพรหมาว่า “**ถ้ารัก ตัวก็จงตั้งใจปฏิบัติธรรม**” ท่านครูบาระลึกถึงคำพระอุปัชฌาย์ เรื่องก็ยุติลงไป

แต่ท่านก็รู้สึกเห็นใจ และขอบพระคุณพระมหานายกเป็นอย่างยิ่ง ที่ได้กรุณามาขอถึงที่อยู่ ด้วยความหวังดี แต่ท่านก็รู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจในตนเองที่มีบุญไม่ถึง จึงมีอุปสรรค ทำให้ไม่ได้ไปศึกษา ต่อ ให้มีความรู้ทางธรรมเท่าที่ควร

ต่อนั้นมาท่านก็ได้ระลึกถึงคำพูดของพระอุปัชฌาย์ที่ว่า "ถ้ารักตัวก็จงตั้งใจปฏิบัติธรรม" นั้นยังก้องอยู่ในหู ท่านจึงได้พยายามศึกษาหาความรู้ทางการปฏิบัติธรรม จากครูบาต่างๆ หลายๆ องค์ อาทิ ท่านพระครูพิทักษ์พลธรรม (ครูบาหวัน มหาวโน) และพระครูภาวนาภิรัต (ครูบาอินทจักโก) ซึ่งเป็นพระพี่ชายที่อยู่สำนักเดียวกัน ยิ่งกว่านั้นยังได้เดินทางไปศึกษาหาความรู้ ในข้อวัตรปฏิบัติธรรม จากครูบาอาจารย์อีกหลายท่านคือ ท่านครูบาแสน ญาณวุทธิ วัดหนองเงือก ท่านครูบาบุญมา ปารมี วัดกอม่วง และท่านครูบาอนุ ธัมมวุทธิ วัดพานิช เป็นต้น เพื่อนำมาประกอบการศึกษาหาทางปฏิบัติที่ถูกต้อง พร้อมกับเวลานั้น ก็รู้สึกสังเวชในชีวิตของตน เนื่องด้วยชีวิตเป็นของไม่แน่นอน ความตายเป็นของแน่นอน ก่อนที่ยังไม่ถึงแก่ความตายนี้ ขอให้ได้บำเพ็ญสมณธรรมไว้ให้เต็มความสามารถ จะเป็นที่ยู่งใจและพอใจในชีวิต จึงได้น้อมจิตไปในทางปฏิบัติธรรม^๑

อุปนิสัย^๒

ครูบาท่านเป็นคนมีนิสัยรักความ สะอาด มีความละเอียด สุขุม เยือกเย็น ไม่ หุนหันพลันแล่น เช่น ในบางครั้งมีลูกศิษย์ลูกหา ที่ไม่เรียบร้อยและไร้สติปัญญาทะเลาะหันต่อหน้า ต่อตา ท่านยังทำใจดียิ้มออกแล้วห้ามปราม แต่ พอล่วงไปสองวันสามวัน พวกนั้นหายโกรธกัน แล้ว ท่านจะเรียกมาอบรมสั่งสอนให้กลับตัว กลับใจเป็นคนดี นิสัยท่านเป็นผู้เมตตากรุณา

เป็นที่ตั้ง ดำเนินตามปฏิปทาในธรรมเป็นเครื่อง อยู่ของผู้ใหญ่อย่างแท้จริง ท่านเป็นห่วงลูกศิษย์ ลูกหาเรื่องการเป็นอยู่ การศึกษาเล่าเรียนตลอด ถึงการขบขัน เวลาค้นข่าวท่านจะมองมาทางลูก ศิษย์หรือให้เด็กที่นั่งอยู่ใกล้ๆ ไปดูพระเณรว่า อาหารขาดอะไร แล้วท่านจะหยิบเอาอาหารในสำรับของท่านส่งให้ไปให้ ท่านเป็นผู้มีใจหนัก แน่นไม่หวั่นไหวตามโลกธรรมง่าย ๆ ท่านมีสติ สัมปชัญญะ ยับยั้งไว้ทัน ไม่แสดงออกมาให้เห็น ภายนอกๆ

ดั่งมีคราวหนึ่ง มีผู้แต่งหนังสือกล่าวหาท่านว่าไป เรียนศาสนาจากพม่า โดยมีคนฆราวาสเป็นครู ผู้สอน มีคนมาบอกท่านให้ทราบแต่ท่านก็เฉย อยู่ไม่ตอบโต้ว่าอะไร ไม่แก้ตัว ภายหลังมีคนพูดถึงตัวบุคคลผู้ให้ข่าวดังกล่าว แต่ท่านก็เฉยไม่ ต่อความ ได้แต่นั่งฟังและไม่เคยตำหนิคนผู้นั้นแม้แต่คำเดียว ท่านเพียงแต่พูดว่า “ความจริงยังมีอยู่ในโลก หากจะปรากฏให้เห็นเป็นจริงในวันข้างหน้าเอง”

อีกครั้งหนึ่งท่านเดินธุดงค์ไป พบโครง กระดูกของคนเก่าแก่ที่ท่านเก็บไว้ ณ วัดศรีชุม จังหวัดลำปาง ท่านได้ขอกับเจ้าอาวาส และให้ โยมนำมาเก็บใส่ตู้ไว้ ณ ศาลาการเปรียญ เพื่อเอาไว้พิจารณาเป็นปฏิถัมภ์ฐานแก่ผู้สนใจใน การปฏิบัติธรรม บังเอิญปีนั้นเกิดฝนแล้ง คนไม่ได้ทำนา กัน จึงเป็นเหตุให้มีผู้รู้เท่าไม่ถึงการณ์ เข้าใจผิดและกล่าวตลิดนินทาว่ากันไปต่าง ๆ นานา “ว่าเป็น เพราะไอ้มันเอาโครงการดูกุมไว้” ว่ากันไปเป็นเวลาตั้งหลายอาทิตย์ ท่านก็ไม่ว่า อะไร ยิ้มแยมแจ่มใส อยู่เสมอ เรื่องดังกล่าวได้แผ่ ขยายวงกว้างออกไปร้อนถึงผู้ใหญ่หลายท่าน อาทิ ท่านอาจารย์เมธา วัด น้ำบ่อหลวง เป็นต้น ได้มาถามท่านครูบาว่า “ได้ยินเขาเล่ากันและติ ดินนินทาท่านเป็นอันมาก ท่าน

^๑ วัดพระพุทธรูปตากผ้า, เถระประวัติพระสุพรหมยานเถระ (หลวงปู่ครูบาพรหมมา พรหมจกโก, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๕), หน้า ๖ - ๙.

^๒ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๒๔-๒๖.

คิดและเคยว่า อะไรให้เขาบ้าง” ท่านตอบว่า “ไม่เคยว่าอะไร แต่ คิดว่าเป็นโชคดีที่เราเป็นพระมานานแล้ว เคยได้ ยินแต่เขาสรรเสริญเยินยอทั้งนั้น ซึ่งจะพาให้หลง ก็ได้ มาบัดนี้ได้ยินเขาตำว่าร้ายและติฉินนินทา ก็นึกกว่าให้เขาติเขาตำเสียบ้างก็ดีเหมือนกัน เรา มีขันติไม่ใช่ว่าจะเอาไว้มั้แกงเราเอาไว้อดไว้ทน ต่างหาก” ดังนี้ เมื่อเรื่องราวสงบลง เนื่องจากมี ฝนตกลงมาพวกชาวบ้านได้ทำอะไรทำนากันเสร็จเรียบร้อยแล้ว พอถึงเทศกาลงานกฐินท่านจึงได้ ปรับความเข้าใจแก่ญาติโยมทั้งหลาย ด้วยเรื่อง กระตุกว่า “เป็นอสุภกรรมฐาน อันผู้ปฏิบัติธรรม ควรใส่ใจ” ยิ่งกว่านี้ท่านยังได้กล่าวให้ศีลให้พร และโอหสิแก่ผู้ที่ติฉินนินทาท่านไว้ก่อนนั้นอีกด้วย

ท่านครูบาเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะ คอยควบคุมตัวเองอยู่เสมอ ท่านพยายามที่สุด เมื่อจะคิดจะพูด และจะทำไมให้มีผิดเป็นรอย ต่างพร้อมแม้แต่น้อยนิด หากจะมีบ้างก็โดย ความพลาดพลั้ง ซึ่งเป็นธรรมดาของสามัญชน และท่านยังเป็นผู้มีนิสัยใจคอละเอียดถี่ถ้วน ทำอะไรก็ต้องเป็นระเบียบ ต้องให้ได้สัดส่วน เช่น การปลูกต้นไม้ เป็นต้น หากปลูกแล้วไม่ได้แนว ท่านจะต้องให้เด็กขยับให้จนได้ ที่ ยิ่งเป็นโต๊ะหมู่ บูชาที่หน้าพระแล้ว ท่านต้องจัดให้เป็นระเบียบ อยู่เสมอ แจกกัน และเชิงเทียนต้องให้วางไว้ถูกที่ บางทีสวดมนต์ทำวัตรแล้ว ท่านเหลือบไปเห็น ไม่ตั้งที่เดิม ท่านจะลุกขึ้นจากที่ไปจัดใหม่จนได้ ที่ ท่านเป็นนักสังเกตผู้หนึ่ง เช่น ท่านไปวัดไหน ท่านย่อมจะสังเกตและจดจำไว้ได้อย่างแม่นยำว่า “วัดนั้นวิหารอยู่ตรงไหน กฎีมีลักษณะอย่างไร ตลอดจนบันไดมีกี่ขั้น” และสอนลูกศิษย์ลูกหาให้มีความสังเกตตามมาด้วย บางครั้งก็มักจะ สอบถามผู้ติดตามไปว่า “บันไดมีกี่ขั้น ?” ดังนี้ เป็นต้น

ยิ่งกว่านี้ ความเป็นนักช่างสังเกตที่สำคัญของท่านครูบา ซึ่งควรจะนำมาเล่าสู่กันฟัง ก็คือ มีครั้งหนึ่งเมื่อปี พ.ศ.๒๔๖๖ ท่านพร้อมด้วย คณะผู้ติดตามได้เดินทางจาก อำเภอสีมมาถึง บ้านป่าพลู อำเภอบ้านโฮ้ง ได้ทราบข่าวว่าครูบาสม สุรินโท และท่านครูบาอินทจักร์ มาพักอยู่ บนถ้ำบ้านห้วยหละ ท่านครูบาก็ได้แวะไป เยี่ยมฯ หลังจากได้นมัสการและสนทนากันพอ สมควรแล้ว ท่านได้สังเกตดู ภายในถ้ำ แล้วมอง ขึ้นไปข้างบนปากถ้ำ ได้เห็นหินก้อนหนึ่งใหญ่ ประมาณเท่ากระบุงซึ่งยื่นออกมา ทั้งมีรอย แตกร้าวรอบ ๆ ท่านจึงออกปากพูดว่า “หินก้อน

นั้นสำคัญมากลัวจะหล่นลงมาอาจทำให้เป็น อันตรายแก่ชีวิตก็ได้” พวกชาวบ้านหลายคน ที่ ๑ ในที่นั้นเขาไม่เชื่อ เขาว่า “มันอยู่มาหลายร้อย พันปีแล้ว มันยังไม่ตก ถ้าหากมาตกในเวลานี้ นับว่าเป็นกรรมของเราแท้ๆ” แต่ท่านครูบาไป " ยอมฟังจึงจะให้กะเหรี่ยงคนหนึ่งชื่อ ภา โมฮา ไปเอาไม้ไผ่เล่มหนึ่ง ยาวประมาณ ๓-๔ วา เพื่อ เอามาแห่หินก้อนนั้น ก้อนหินนั้นก็ล่องหล่นตาม ลงมาตกลง ที่ท่านครูบาทั้งสองเคยนั่งสวดมนต์ ทำวัตรกันนั้นจริง ๆ มีเศษหินกระเด็นไปประเกะ ระกะ ผู้ที่อยู่ ณ ที่ นั้นต่างก็มองหน้ากันด้วยความ ตกตะลึง คนแก่คนหนึ่งหัวเราะแล้วพูดขึ้นว่า “ชื่อ...ถูกท่านว่าแท้” (ถูกตามที่ท่านพูดไว้จริง ๆ) อีกคนหนึ่งพูดว่า “นี่คือเทวดาบ่วงปาก บ่ออันก็คง ตายกันหลายคน” (นี่คือเทวดาตกลงใจให้พูดแท้ ๆ มี ฉะนั้นก็คงตายกันหลายคน) ท่านครูบาสมยืนยิ้ม อยู่ข้างๆ แล้วพูดว่า “ตู้อยู่อยู่ทุกวันก็บ่เคยสังเกต ฮะ...ฮือ” (พวกเรามาอยู่ทุกวันก็ไม่เคยสังเกต เลย) เรื่องก็จบฯ

ท่านครูบาเป็นนักจดและจำก่อนนอน ทุกคืนท่านจะต้องเขียนจดบันทึกกิจประจำวัน ของท่านไว้ ตั้งแต่เช้าวันนั้นจนถึงค่ำว่าท่านทำ อะไรไปที่ไหน อย่างไร มีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น ท่านบันทึกไว้หมด ท่านได้ทำเช่นนี้ตลอดจน วาระสุดท้ายของท่าน (การจำยอมดีกว่าจด แต่ ถ้าจำไม่หมด การจดย่อมดีกว่าการจำ)

ปฏิบัติทางจริยาวัตร

หลังจากได้รับคำแนะนำจากพระอุปัชฌาย์และครูบาอาจารย์ว่า การศึกษาเท่าที่ได้เล่าเรียนมาก็พอสมควรแล้ว ถ้ารักตัวของเรา ก็ต้องปฏิบัติ ธรรมตามที่ได้ศึกษาเล่าเรียนมา ในที่สุดท่านก็ได้ตัดสินใจออกอยู่ป่าดั่งที่ กล่าวไว้ในภาคแรก สมัยเดินธุดงค์อยู่ตามป่าเขา ท่านได้จาริกไปแทบทุกจังหวัดในภาคเหนือ ถีธุดงค์อยู่ป่าเป็นวัตร ไม่เคยจำพรรษาในคามวาสี นับตั้งแต่อายุได้ ๒๔ ปี ๔ พรรษา จนถึงปัจจุบัน ปี พ.ศ. ๒๕๑๙ รวมอายุ ๓๘ ปี ๕๘ พรรษา จำพรรษาในเขตพม่า ๕ พรรษา แต่ไม่ได้อยู่กับพม่า อยู่ กับพวกกะเหรี่ยงตามป่าเขา จนสามารถพูดภาษากะเหรี่ยงได้ราวกับภาษาของตน

ท่านเข้าเขตพม่า ท่านสนทนา กับพวกกะเหรี่ยงระหว่างทางเป็นภาษากะเหรี่ยงตลอด จนพวกกะเหรี่ยง พูดว่า “ครูบาฯ เป็นกะเหรี่ยง ไม่ใช่คนไต” ได้สอนกะเหรี่ยงที่ไม่มีศาสนา ให้เป็นคนมีศาสนา ที่ถือต่างศาสนาก็หันมานับถือพุทธศาสนาและเพิ่มจำ นวนขึ้นเรื่อย ๆ ท่านเดินธุดงค์นอนกลางดินกินกลางทรายอยู่ในป่าเป็น เวลา ๒๖ พรรษา เมื่ออายุมากได้กลับมาพักจำพรรษาอยู่ประจำที่วัดพระ พุทธบาทตากผ้า จนถึงปัจจุบันรวม ๒๕ พรรษา

การเป็นอยู่

การเป็นอยู่ในปัจจุบัน ท่านอาจารย์ท่านเป็นพระที่มีความมกน้อย สันโดษด้วยปัจจัย ๔ ใช้และฉันตามมีตามเกิด ถีธุดงค์เป็นวัตรประจำอยู่ บางข้อ เช่นเอกาสะนิกังคะ อรัญญิกังคะ บิณฑิปาติ กังคะ และรุกขะมูล กังคะ เป็นต้น

เอกาสะนิกังคะ ฉันมือเดียวเป็นประจำ

การฉันภัตตาหารมือเดียวเป็นวัตรท่านถือเป็นประจำ ไม่ป่วยไข้ หรืออาพาธจะไม่ฉัน ๒ มือการปฏิบัติปกติเดินตามสายกลาง ถ้าไปในกิจ นิมนต์ หากเจ้าภาพน้ำผลไม้หรือน้ำปานะมาถวาย ตอนเพล จะฉันฉลอง ศรัทธานิดหน่อย ข้อนี้รู้สึกประทับใจข้าพเจ้ามาก นับว่าท่านเป็นผู้ปฏิบัติ ตามธุดงค์ชื่อว่า

“ผู้ถือธุดงค์ที่แท้จริง ไม่แสดงคลองวัตรให้ปรากฏแก่ผู้อื่น” แต่ เจ้าภาพและพระเถรานุเถระในภาคเหนือส่วนมากทราบดีว่า ท่านถือธุดงค์วัตร ข้อนี้อยู่ จึงไม่มีใครสร้างความอึดอัดใจแก่ท่าน ถ้านิมนต์ท่านไปในงานที่ มีเลี้ยงเพลด้วย ก็มักจะจัดที่ให้ท่านต่างหาก

อรัญญิกังคะ การอยู่ป่า

การอยู่ป่านั้น ปกติเมื่อไม่มีกิจนิมนต์ที่จำเป็นต้องไปค้างที่อื่น ท่าน ไม่เคยไปค้างที่ไหน นอกจากที่วัดพระพุทธรบาทตากผ้า เพราะเป็นสถานที่วิเวกห่างจากย่านชุมชน เมื่อ ปี พ.ศ. ๒๔๘๒ ขณะนั้นท่านพักอยู่ที่วัดป่า ษา หนองเจดีย์ พ่อเจ้าจักรคำ ขจรศักดิ์ เจ้าผู้ครองนครลำพูนองค์สุดท้าย ให้พ่อขุนสรรสารธรรณ หรือพ่อพญาอินตา โนนานนท์ พร้อมด้วยผู้มีเกียรติจำนวนมาก ทนา มานิมนต์ไปจำพรรษาที่วัดกุฎุด หรือวัดจามเทวี ท่านไปอยู่ฉลองศรัทธาเพียง รียง ๓ วัน แล้วเจริญพรลากลับวัด

ป่าหนองเจดีย์ที่อยู่เดิม นี่เป็นเครื่องชี้ให้เห็นว่าท่านไม่ชอบอยู่ในเมือง เป็นผู้ยินดีอยู่ในเสนาสนะอัน
สงบคือป่า

บิณฑิปาติกังคะ การบิณฑิปาต

ท่านถือบิณฑิปาตเป็นวัตร ออกรับบาตรเป็นประจำไม่เคยขาด ไม่ว่าจะไปกิจนิมนต์ที่ไหน
ถ้าไปค้างคืนแล้วเป็นต้องนำบาตรติดตัวไปด้วยแม้แต่คราวไปประเทศอินเดียไกลแสนไกล ก็สู้อุตสาห
นำบาตรข้ามน้ำข้ามทะเลไปด้วย ไม่ชอบใช้กระเป่าเดินทาง ท่านเคยพูดว่า “บาตรนี้แหละ คือกระเป่า
เดินทางของพระที่แท้จริง”

ทุกวันนี้ ท่านเดินออกมารับบิณฑิปาตเป็นประจำ จากหน้ากุฏิไปตาม ทางเท้าเข้าสู่ธรรม
ศาลาโดยมีญาติโยมและพระภิกษุสามเณร ที่ออกไป ไหว้ใช้ บิณฑิปาตข้างนอกแล้วกลับมารอรับบาตร
ท่านที่วัดทุกวันเวลา ๐๘.๐๐ น. บางวันท่านก็ออกเดินบิณฑิปาตเองตามหมู่บ้านสองสามหลัง แล้ว
กลับมา นฉลอง ฉันทเป็นกิจวัตร

รูกขมูลกังคะ การอยู่รูกขมูล

ส่วนรูกขมูลการอยู่โคนไม้ นั้น ทุกเช้าเวลา ๐๔.๐๐ น. ท่านจะลุกเคาะระฆังปลุกพระเณร
เพื่อให้ตื่นขึ้นทำกิจวัตรของตน ๆ ที่เป็นนักศึกษา ก็ลุกท่องตำรับตำรา ที่เป็นนักปฏิบัติธรรมก็เตรียม
ตัวไปนั่งปฏิบัติกรรมฐาน กับท่านใต้ต้นบุนนาค

หลังจากสร่งน้ำชำระร่างกายซึ่งเป็นกิจวัตรประจำวันเสร็จแล้ว ท่าน ก็จะไปนั่งบำเพ็ญ
สมณธรรมที่ใต้ต้นบุนนาค หน้ากุฏิของท่านเป็นประจำ ไม่เคยขาด เว้นเสียแต่อาพาธหรือมีกิจธุระไปที่
อื่น สถานที่บำเพ็ญเพียร นอกจากได้ร่มบุนนาคดังกล่าวแล้ว ท่านยังมีกระโทมมุงหญ้าคาอยู่ในป่า
หลังวัดอีกหลังหนึ่ง สำหรับเป็นที่บำเพ็ญสมณธรรมยามว่างเวลากลางวัน

การทำวัตรสวดมนต์

การสวดมนต์ทำวัตร ท่านถือเป็นกิจวัตรที่เข้มงวดมาก ไม่เคยขาด เลยตลอด ๓ ฤดู ถ้าไม่
อาพาธหรือไปกิจธุระนอกวัด และปรกติไปถึงธรรม ศาลาก่อนพระเณรลูกวัด ขณะกำลังรอพระภิกษุ
สามเณรทั้งหลาย ท่านก็จัด โต๊ะหมู่บูชาไปพลาง หรือไม่ก็ตรวจดูการปเส็จจัดอาสนะของเณรเวรแต่ละ
วันว่าเรียบร้อยหรือไม่ แล้วจัดให้เข้าที่จนดูสวยงามเป็นระเบียบ

ท่านตั้งกติกาทำวัตรสวดมนต์ไว้วันละ ๓ เวลา คือเวลา ๐๕.๓๐ น. เวลา ๑๘.๐๐ น. เวลา
๒๑.๐๐ น. สวดมนต์ไหว้พระก่อนนอน ช่วงพระเณร ปิดเทอมเพิ่มหลังฉันเช้าอีก ๑ เวลา

ทุกเย็นวันพระเวลา ๑๘.๐๐ น. ท่านจะนำพระภิกษุสามเณรสวด มนต์ทำวัตรพระ นัง
กรรมฐาน และเวียนเทียนทำประทักษิณรอบรอยพุทธบาท ในวิหารจตุรमुख วันอุโบสถลงฟังปาติโมกข์
ทุกวันและให้แสดงพิสดารทุก ครั้งตลอดปี

เยียมปราชน์

การเป็นอยู่ตามที่ข้าพเจ้าได้รู้ได้เห็น และอยู่กับท่านมา ท่านเป็นผู้ คงที่ปฏิบัติตนเสมอต้นเสมอปลาย เมื่อมาอยู่กับท่านตอนแรกเป็นอย่างไร ปัจจุบันก็เป็นอย่างนั้น อีกอย่างท่านเป็นผู้ใคร่ในการศึกษา ชอบแสวงหา

ความรู้ในแนวปฏิบัติที่ถูกต้องและวิธีพันทุกข้ออยู่ตลอดเวลา นอกจากศึกษา จากครูบาอาจารย์ในล้านนาไทยแล้ว ยังชวนช่วยหาความรู้ในแหล่งอื่น ๆ อีก

เมื่อ พ.ศ. ๒๔๘๓ ได้เดินทางไปพบปะสนทนาธรรมกับท่านอาจารย์ พุทธทาส ซึ่งเป็นผู้แตกฉานในปฏิปทาเครื่องดำเนินไปสู่ความพ้นทุกข์ เป็น เวลาหนึ่งสัปดาห์ ณ สวนโมกขพลาราม อำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี

เมื่อ พ.ศ. ๒๔๙๗ เดินทางไปวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพ มหานคร โดยการอาราธนาฉันท์และอุปถัมภ์ของท่านอัสภเถระ หรือพระ เดิมลธรรม เพื่ออบรมวิปัสสนากรรมฐาน กับ ท่านอาจารย์พระมหาโชดก ญาณ สิทธิ หรือพระราชสิทธิมนี อาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ เป็นเวลา ๕๗ วัน^๓

๒.๓ การปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถระ (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๒.๓.๑ แนวทางการปฏิบัติธรรม

แนวทางแห่งการปฏิบัติ ในสมัยเริ่มแรกแห่งการออกธุดงค์ได้ใช้วิธีปฏิบัติแบบง่ายๆ ด้วยการสมาทานอธิษฐานเอาธุดงค์วัตร และธุดงค์กรรม ตามกำลังที่จะปฏิบัติได้ ฝึกหัดเป็นคนสันโดษเล็กน้อย อยู่ง่าย ฉันทง่าย ปรับจิตใจให้เข้ากับธรรมชาติ พยายามฝึกใจให้อาจหาญเป็นสมาธิธรรม ด้วยสมถภาวนา มีพุทธานุสติ และอธิษทปัจเจกขณเป็นอารมณ์กรรมฐาน พิจารณาสังขารรูปนามให้เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตามระเบียบวิธีแห่งการปฏิบัติธรรม โดยมีได้มุ่งเป็นอย่างอื่น มุ่งปฏิบัติตามแนวพุทธดำรัสที่ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย พรหมจรรย์นี้ เราประพฤติมิใช่เพื่อความหลอกลวงมิใช่เพื่อเรียกร้องให้คนนับถือ มิใช่เพื่อลาภสักการะและความสรรเสริญ ที่แท้พรหมจรรย์นี้ เราประพฤติเพื่อสังวรคือความสำรวม เพื่อปหานะคือการละเว้น และเพื่อนิโรธคือความดับทุกข์” ดังนี้ เป็นต้น

สมัยหลังได้หันมายึดแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยการกำหนดลมหายใจเข้าออก เพ่งรูปนามเฉพาะหน้าคืออารมณ์ปัจจุบัน เป็นอารมณ์สมถกรรมฐานและเป็นบาทแห่งวิปัสสนากรรมฐานต่อเนื่องตามลำดับ แต่ยังคงใช้พุทธานุสติแนะนำนักปฏิบัติหน้าใหม่อยู่เสมอ^๔

^๓ พระครูเวฬุวันพิทักษ์ อ่างใน คณะศิษยานุศิษย์, เถระประวัติพระสุพรหมยานเถระ ฉบับเล่า, (ลำพูน: ลำพูนการพิมพ์, ๒๕๓๑), หน้า ๖๐-๖๓.

^๔ คณะศิษยานุศิษย์, เถระประวัติพระสุพรหมยานเถระ ฉบับเล่า, (ลำพูน: ลำพูนการพิมพ์, ๒๕๓๑), หน้า, หน้า ๑๕.

๒.๓.๒ ออกอยู่ป่าถึงจุดงค์

อาศัยความตั้งใจ และความนึกคิดเป็นแรงบันดาลใจ ลุถึงอายุ ๒๔ พรรษาที่ ๔ วันอังคารที่ ๒๙ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๔๖๔ เดือนเพ็ญ ๘ (เดือน ๑๐ ทางเหนือ) ซึ่งเป็นวันเข้าพรรษา ครุบาพรหมาได้ตัดสินใจกราบลาพระอุปัชฌาย์ โยมพ่อ โยมแม่ พร้อมทั้งญาติพี่น้อง เพื่อออกไปอยู่ป่าบำเพ็ญสมณธรรม เมื่อเดินทางออกจากวัด ท่านได้มุ่งตรงสู่ตอถอยน้อย ซึ่งตั้งอยู่ฝากแม่น้ำปิง เขตอำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ ระยะทางประมาณ ๑๒ กิโลเมตร มีสามเณรอุ้นเรื่อน (ต่อมาเป็นพระอธิการอุ้นเรื่อน โปธิโก วัดบ้านหวาย) ติดตามไปด้วย วันต่อมาก็มีท่านพระครูพิทักษ์พลธรรม (ครุบาทวัน วัดป่าเหยียง) ได้กรุณาติดตามไปอีกท่านหนึ่ง โดยได้พักจำพรรษาอยู่ในศาลาเก่าคนละหลัง บำเพ็ญสมณธรรมได้รับความอุปถัมภ์จากญาติโยมที่อยู่แถวนั้นเป็นอย่างดี

พอออกพรรษาท่านครุบาพร้อมคณะที่ติดตาม ได้พากันเดินทางกลับมาคารวะพระอุปัชฌาย์ พักอยู่ ๓ คืนก็ได้กราบลาท่านพระอุปัชฌาย์เพื่อเดินทางสู่ป่า พอได้เวลาประมาณตี ๓ ก็ถือเอาบาตร จีวรกับหนังสือ ๒-๓ เล่ม พร้อมทั้งกาน้ำและผ้ากรองน้ำและออกเดินทางเข้าสู่ป่าเพื่อแสวงหา ความสงบ บำเพ็ญสมณธรรมให้เต็มความสามารถ น้อมจิตไปในทางปฏิบัติ

๒.๓.๒ การอยู่ป่า และการเดินจุดงค์

การอยู่ป่าปีแรกรู้สึกว้าวกวามมาก เนื่องจากเวลานั้นในจังหวัดภาคเหนือ ยังไม่ปรากฏว่าจะมีพระรูปไหนออกอยู่ป่ามาก่อน จึงทำให้ประชาชนเกิดความสนใจแล้วพากันมาดู ถามนั้น ถามนี้ บางพวกก็พากันมานั่งจ้องมองดูเป็นเวลานานตั้งครึ่งวัน ทำให้เกิดความรำคาญไม่สงบ จึงต้องมีการโยกย้ายมาเพื่อหลีกเลี่ยงหน้าผู้คนอยู่เสมอ บางครั้งก็มีเพื่อนสหธรรมิกได้ติดตามไปหลายรูป

ในตอนแรกก็มีพระน้องชายกับโยมบิดาซึ่งได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุแล้ว ได้ติดตามไปด้วย ในตอนหลังบางครั้งก็มีครุบาอาจารย์หลายๆ ท่าน อาทิ ท่านครุบาคำ คันธิโย วัดดงหลวงสิบลี เป็นต้น ได้กรุณาให้ความอบอุ่นไปอยู่ด้วย บางครั้งก็ได้ติดตามท่านครุบาภวานาภิรัต (พี่ชาย) วัดวนาราม น้ำบ่อหลวงไปเป็นครั้งเป็นคราว ตอนกลางคืนจะได้ยินเสียงร้องของสัตว์ เช่น เสือ นกปูดัก (นกเถิดที่ือ) เป็นต้น พอถึงฤดูใบไม้ร่วงก็ร้อนจนเกือบจะไม่มีที่ที่จะกำบัง มีครั้งหนึ่งฝนตกพื้นดินชื้นแฉะนอนไม่ได้ ก็ขึ้นไปนอนตามขอนไม้ แต่แล้วพอตื่นขึ้นก็ปรากฏว่าลงไปนอนอยู่ตามพื้นดินกันหมด บางครั้งต้องนอนในน้ำเหมือนควายนอนปลัก

มีครั้งหนึ่งท่านครุบาพรหมาพร้อมด้วยคณะได้ไปอาศัยอยู่ป่า ไกลจากหมู่บ้านห้วยปันจ้อย อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน ประมาณ ๒ กิโลเมตร ก็เกิดมีฝนทำใหญ่หลังไหลตกลงมา พระทุกรูปไม่มีกลดไม่มีร่ม ต่างก็พากันลุกขึ้นไหว้พระ เอาผ้าคลุมศีรษะนั่งภาวนาอยู่ ในที่สุดก็นอนลง ทันใดนั้นก็มึนน้ำป่าไหลหลากลงมา ทั้งฝนก็กระหน่ำตกไม่ขาดสาย พวกท่านก็ปล่อยเลยตามเลย นอนกันอยู่อย่างนั้น ก็เพราะต่างก็ง่วงเต็มแก่ พอตื่นขึ้นมาก็เป็นเวลาสว่าง ท่านครุบาพรหมาได้เหลือบตามองดูจีวรที่ห่มอันเปียกชุ่มว่ามันเป็นอย่างไร ปรากฏว่าเป็นดินทรายไปหมด ยกเกือบไม่ขึ้น นำสังเวชใจในชีวิตของตนเป็นกำลัง นึกกลอบในตนเองว่าช่างมันเถอะ อะไรๆ ล้วนแต่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาทั้งนั้น

พอถึงเวลาภิกขาจารย์ก็มีพวกศรัทธาชาวบ้านมากันมาหลายเพื่อตักบาตร พวกท่านก็เอาจีวรที่เปียกแฉะเป็นดินเป็นทรายนั้นแหละห่มคลุมไปบิณฑบาต ขณะนั้นมีคนแก่คนหนึ่ง

ชื่อ พ่อพญาอักขระราชสาราจารย์ พอแกมองเห็นสภาพของพระจุดงค์เปี่ยมมอโลกเช่นนั้น ก็ร้องไห้โฮออกมาด้วยความสงสารสภาพของพระจุดงค์ พลอยทำให้คนอื่นพลอยหลังน้ำตาหลงด้วยเป็น แถว

ครูปาท่านออกจุดงค์ ไปตามป่าเขาเกือบทุกจังหวัดในภาคเหนือ เดินทางเข้าไปเขตพม่า และจำพรรษาอยู่ในเขตพม่าเป็นเวลานาน ๕ ปี หรือตามหมู่บ้านกระเหรี่ยงชาวเขา จนท่านครูปา สามารถพูดภาษากระเหรี่ยงได้เป็นอย่างดี

เมื่อคราวจำพรรษาอยู่ในที่ต่างๆ ท่านถือจุดงค์วัตร อยู่ป่าเป็นวัตร ออกบิณฑบาตเป็น กิจวัตร ฉันทตอาหารวันละ ๑ มื้อ นุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร ภายหลังจากที่ท่านครูปาพรหมาได้ออก จาริกจุดงค์ไปตามป่า ตามนิคมต่างๆ หลายแห่งเป็นเวลา ๒๐ พรรษา ท่านได้ต่อสู้ฟันฝ่าอุปสรรคได้รับความ สุข ความทุกข์ ความลำบาก บางครั้งไม่ได้ฉันทตอาหาร ๑-๒ วัน ท่านเพียรพยายามอดทนด้วย วัตรปฏิบัติอันเคร่งครัดที่สุด

๒.๓.๓ การบูรณะวัดพระพุทธรบาทตากผ้า

หลังจากที่ท่านได้เดินจุดงค์ไปตามป่าและตามนิคมหลายที่หลายแห่ง เป็นเวลานานหลายสิบปี ได้รับความ สุข ความทุกข์ทรมาน ได้ผ่านประสบการณ์มามากต่อมากแล้ว ท่านก็ได้มาพักอยู่วัด ป่าหนองเจดีย์ ตำบลท่าตุ้ม อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน ซึ่งเป็นวัดร้างมาหลายร้อยปี ตามคำนิมนต์ของครูปาอาจารย์ญาติโยม ได้มาประจำอยู่ที่นั่น ๔ พรรษา หลังจากนั้นก็ได้ย้ายมาอยู่วัด พระพุทธรบาทตากผ้า อันเป็นปูชนียสถานสำคัญแห่งหนึ่งในจังหวัดลำพูน ซึ่งเป็นวัดร้างมาตั้งพันกว่าปี ได้ อยู่ได้พรรษาเดียวก็ได้ย้ายไปอยู่ป่าม่อนมะหิน ประจำอยู่ที่นั่น ๒ พรรษาแล้วได้ย้ายไปอยู่วัดป่า หนองเจดีย์อีก ๒ พรรษา

พ.ศ. ๒๔๙๑ ท่านจึงได้กลับมาจำพรรษา ณ วัดพระพุทธรบาทตากผ้า และได้จำพรรษาอยู่ที่ วัดแห่งนี้ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา แม้ท่านจะชราภาพและได้จำพรรษาในวัดเป็นประจำแล้ว แต่ท่านยังถือ จุดงค์ศรัทธาเป็นประจำ ในฤดูแล้งปีไหนมีโอกาส ท่านก็อุทิศสำหรับพาภิกษุสามเณรไปเดินจุดงค์อยู่ตามป่า หรือป่าช้าเป็นครั้งคราว เพื่อให้ลูกศิษย์ลูกหาได้ทราบปฏิบัติทาในการเดินจุดงค์ แล้วกลับมาจำพรรษาที่ วัดพระพุทธรบาทตากผ้า บำเพ็ญสมณธรรมอยู่ยงวัด^๕

๒.๓.๔ หลักธรรมและหนังสือธรรมที่สำคัญ

ท่านได้อาศัยร่มไม้บุนนาคต้นหนึ่ง ซึ่งตั้งอยู่หน้ากุฏิเป็นที่นั่งบำเพ็ญสมณธรรม เป็นประจำ มาทุกเช้า ตลอดฤดูแล้งและกลางพรรษา ท่านปกครองลูกศิษย์เหมือนพ่อปกครองลูก ไม่มีอคติ ยกย่องบุคคลที่ควรยกย่อง ตีเตียนบุคคลที่ควรตีเตียน ท่านพร่ำสอนลูกศิษย์ สอนแล้วสอนอีก ท่านจะค่อยๆ พูดซ้ำๆ หนักแน่น ชักเรื่องราวมาประกอบ พยายามให้ศิษย์เข้าใจและเป็นคนดี

^๕ วัดพระพุทธรบาทตากผ้า, พระสุพรหมยานเถร (ครูปาพรหมมา พรหมจกโก, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๓๑), หน้า ๓๓ - ๓๗

ท่านไม่เคยตำราว่าลูกศิษย์ด้วยคำหยาบคายเลยแม้แต่ครั้งเดียว อย่างหนักก็พูดด้วยความท้อใจว่า “คนนี่มันจากที่ไหนมาเกิดหนอ” เท่านั้น การเขียนตีศิษย์ก็ไม่เคยมี ท่านมีความเมตตากรุณา มีความเคร่งครัดในศีลวัตร เป็นผู้ไม่สะสม มีความสันโดษ อนุเคราะห์ช่วยเหลือบำรุง ทั้งด้านความเป็นอยู่ และการศึกษาของพระภิกษุ สามเณร ตลอดจนถึงงานสาธารณกุศล สงเคราะห์คนยากจนโดยทั่วไป ได้ก่อสร้างถาวรวัตถุ เสนาสนะ สิ่งที่เป็นสาธารณประโยชน์ภายในวัดพระพุทธบาทตากผ้าและที่อื่นๆ รวมถึงงานเผยแพร่แสดงพระธรรมเทศนา งานเขียนหนังสือธรรมะและหนังสือสุขภาพจิตคำสอนหลายเล่ม ตัวอย่างหนังสือของท่านเพียงบางส่วน

๑. หนังสือคำถามคำตอบเรื่องหนานต้นกับหนานปัญญา
๒. หนังสือสุขภาพจิตคำสอน
๓. หนังสือทาน ศีล ภาวนา
๔. หนังสือคำถามคำตอบเรื่องศีล สมาธิ ปัญญา
๕. หนังสืออภินิหารปัจเจกชน
๖. หนังสือเขมสรณาคมน์

ท่านพร่ำสอนลูกศิษย์ลูกหาให้อยู่ในศีลธรรม จัดตั้งสำนักโรงเรียนพระปริยัติ นักรรรมบาลี จัดตั้งสำนักปฏิบัติธรรมวิปัสสนากัมมัฏฐาน พัฒนาวัดพระพุทธบาทตากผ้าให้เจริญรุ่งเรืองจนได้รับการยกย่องว่าเป็นวัดพัฒนาตัวอย่างที่มีความสำคัญทางศาสนาแห่งหนึ่งของจังหวัดลำพูน และด้วยการสั่งสมบุญบารมี คุณงามความดีของท่านนี้เองทำให้ ท่านได้รับความเคารพศรัทธาจากพระภิกษุสงฆ์ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ศรัทธาประชาชนทุกเพศทุกวัยทั้งในประเทศ และนานาชาติ ประเทศ พระครูบาเจ้าพรหมา พรหมจักโก ทรงไว้ซึ่งคุณแห่งพระสุปฏิปันโน พระอริยสงฆ์ ผู้มีความบริสุทธิ์ ปราศจากกิเลสโดยสิ้นเชิงมีจริยาวัตรอันงดงาม มีวัตรปฏิบัติเคร่งครัด มีปฏิบัติอันอุดมและมั่นคง บำเพ็ญสมณธรรมอยู่เนื่องนิจ คือผู้นำประโยชน์ความสุข ความสงบให้เกิดแก่หมู่คณะ ทรงไว้คือสังฆรัตนคุณควรบูชาสักการะแก่มนุษย์และเทวดาทั้งหลาย

๒.๓.๕ มรณภาพ

ครูบาเจ้าพรหมจักรได้บำเพ็ญสมณธรรมจนเข้าสู่วัยชราภาพ สังขารของท่านชำรุดทรุดโทรมไปตามกาลเวลา อาการเจ็บไข้ได้ป่วยจึงเกิดขึ้นเป็นธรรมดา ท่านครูบาเจ้าได้เข้ารับการรักษา ณ โรงพยาบาลนครเชียงใหม่ ก่อนที่ท่านครูบาท่านจะละสังขาร ท่านครูบาได้ตื่นจากจำวัด แต่เข้าปฏิบัติธรรมตามกิจวัตร เมื่อถึงเวลาท่านลุกนั่งสมาธิ สำรวมจิตตั้งมั่นสงบระงับ ครูบาเจ้าพรหมจักรได้ดับขันธ (มรณภาพ) ในท่านั่งสมาธิภาวนา เมื่อวันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๒๗ เวลา ๐๖.๐๐ น.อายุ ๘๗ ปี ๖๗ พรรษา คณะศิษยานุศิษย์ได้ตั้งศพบำเพ็ญกุศลเป็นเวลา ๓ ปี ได้รับพระราชทานเพลิงศพ วันที่ ๓๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๑ ในการนี้ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ ได้เสด็จมาพระราชดำเนนพระราชทานเพลิงศพครูบาเจ้าพรหมจักรด้วยพระองค์เอง^๖

^๖ เล็ก พลุโต, ขาดกาล ๑๒๐ ปี ครูบาพรหมจักร, (เชียงใหม่: T.K. การพิมพ์, ๒๕๖๐), หน้า ๗.

๒.๔ สมณศักดิ์และผลงานของพระสุพรหมยานเถระ (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

พระสุพรหมยานเถระ (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) มีหน้าที่ในการปกครองคณะสงฆ์ มีสมณศักดิ์ และผลงาน ดังต่อไปนี้

๒.๔.๑ สมณศักดิ์

๑) พ.ศ. ๒๔๙๑ เป็นประธานบูรณปฏิสังขรณ์วัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า พระวิหารจตุรมุขครอบรอยพระบาท พระอุโบสถ วิหาร ศาลา เสนาสนะต่างๆ ฯลฯ

๒) พ.ศ. ๒๔๙๖ เป็นผู้อำนวยการการศึกษาพระปริยัติธรรม สำนักเรียนวัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า แผนกธรรม เมื่อ พ.ศ. ๒๕๙๖ แผนกบาลี เมื่อ พ.ศ. ๒๕๙๗ แผนกวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อ พ.ศ. ๒๕๙๘

๓) พ.ศ. ๒๕๐๐ ได้รับพระราชทานสมณศักดิ์ เป็นพระครูสัญญาบัตรชั้นโทที่พระครูพรหมจักรสังวร ฝ่ายอรัญวาสี

๔) พ.ศ. ๒๕๐๒ ได้รับแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า

๕) พ.ศ. ๒๕๐๕ ได้รับแต่งตั้งให้เป็นพระอุปัชฌาย์

๖) พ.ศ. ๒๕๑๐ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระครูสัญญาบัตรชั้นเอก

๗) พ.ศ. ๒๕๑๑ ได้รับประกาศนียบัตรวัดพระพุทธรูปบาทตากผ้าเป็นวัดพัฒนาดีเด่น

๘) พ.ศ. ๒๕๑๖ ได้เลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระครูสัญญาบัตรชั้นเอกพิเศษ

๙) พ.ศ. ๒๕๑๙ ได้รับพระราชทานเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะชั้นสามัญที่ พระสุพรหมยานเถระ

๑๐) พ.ศ. ๒๕๒๒ ได้รับแต่งตั้งให้เป็นเจ้าอาวาสพระอารามหลวงวัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า เป็นเจ้าสำนักวิปัสสนากัมมัฏฐานวัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า เป็นประธานกรรมการมูลนิธิพระบาทตากผ้า เป็นกรรมการชำระ พระไตรปิฎก ฉบับลานนา ฯลฯ

๑๑) พ.ศ. ๒๕๒๒ รับการยกฐานะวัดพระพุทธรูปบาทตากผ้าให้เป็นพระอารามหลวงชั้นตรี ชนิดสามัญ

๑๒) พ.ศ. ๒๕๒๗ เป็นผู้อำนวยการโรงเรียนพุทธศาสนาวินอาทิตย วัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า^๗

๒.๔.๒ ผลงาน

๑) ก่อตั้งสำนักเรียนพระปริยัติธรรม นักรธรรมบาลีที่วัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า

๒) ก่อตั้งสำนักวิปัสสนากัมมัฏฐาน วัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า

๓) ก่อสร้างถาวรวัตถุ ตามวัดต่างๆ สถานที่ต่างๆ อีกมากมาย เช่นอุโบสถ ศาลาการเปรียญ กุฏิสงฆ์ และโรงเรียนพระปริยัติธรรม พรหมจักรสังวรกิตติขจรประชาสรรค์ เป็นต้น รวมทั้งงานซ่อมแซมสถานที่ต่างๆ

๔) เป็นประธานสร้างอุโบสถ ศาลาการเปรียญ และกุฏิวัดป่าหนองเจดีย์

^๗ คณะศิษยานุศิษย์, เถระประวัติพระสุพรหมยานเถระ ฉบับเล่า, หน้า ๕๕-๕๖.

- ๕) เป็นประธานสร้างกำแพง ซ่อมพระอุโบสถ วิหารและเจดีย์ วัดพระนอนม่อนช้าง
 ๖) เป็นประธานสร้างวิหารวัดม่อนมะหิน ขึ้น ๑ หลังและเป็นประธานสร้างพระวิหาร
 และโรงเรียนประถมปลาย "พรหมาประชาอุทิศ" บ้านมะกอก
 ๗) ได้ช่วยเหลือสร้างวิหารวัดบ้านหวาย ภูมิซางคำ^๕

๒.๕ คำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

๒.๕.๑ ธรรมเทศนาที่สำคัญ

ชีวิตของเราทั้งหลายนั้นมันไหลไปตามกระแสแห่งความอยาก คือ ตัณหา มันจึงดิ้นรน
 วุ่นวาย เป็นทุกข์ทรมาน เพราะว่าเรา ไม่มีสติมาทันกระแสแห่งตัณหา คือ ความอยาก
 เรามาปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐานจุดมุ่งหมายก็เพื่อที่จะชำระจิตใจของเรา ให้บริสุทธิ์ ให้สะอาด
 หรือมาปิดกั้นเสีย ซึ่งกระแสแห่งตัณหา คือ ความอยาก จำเป็นที่จะต้องปลุกสติ สร้างสติขึ้นให้แก่กล้า
 จึงจะสามารถปิดกั้นเสีย ซึ่งกระแสแห่งตัณหาได้

การปฏิบัติธรรม ท่านครูบาพรหมา (หลวงพ่อบุญบาทตากผ้า) ได้เทศนาไว้มาก
 พอจะสรุปได้ว่า ชั้นแรกท่านได้ตั้งใจสมาทานอธิษฐานเอาจุดประสงค์ธรรมตามกำลังที่จะปฏิบัติได้ แล้วได้
 ฝึกหัดเป็นคนสันโดษเล็กน้อย อยู่ง่าย ฉันทง่าย ปรับปรุงจิตใจให้เข้ากับธรรมชาติ

พยายามฝึกจิตใจให้อาจหาญเป็นสมถภาวนา มีพุทธานุสติและอธิษฐานจิตเป็นต้น
 แล้วพิจารณาสังขาร รูป นาม ให้เห็นเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตามระเบียบวิธีแห่งการปฏิบัติธรรม

ทั้งนี้มิใช่มุ่งหมายอย่างอื่นหากมุ่งหมายความที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “ภิกษุทั้งหลาย
 พรหมจรรย์นี้เราประพฤติมิใช่เพื่อหลอกลวงคน มิใช่เพื่อเรียกร้องให้คนนับถือ มิใช่เพื่อลาภสักการะ
 และความสรรเสริญเยินยอ ที่แท้พรหมจรรย์นี้เราประพฤติ เพื่อ สังวร คือความสำรวม เพื่อ ปหา
 นะ คือความละเว้น และ เพื่อ นิโรธะ คือ ความดับทุกข์”^๖

๒.๕.๒ แนวการปฏิบัติเพื่อสมาธิธรรม ๕ ประการ คือ^๗

๑) บวชจริง เธอทั้งหลายที่ตั้งจิตตั้งใจมาบวช จะให้เป็นคน ทำจริงทำจังไปทุกรูป
 นับตั้งแต่การบวชก็จะเป็นการบวชจริง คือ บวชด้วยความศรัทธา ความเชื่อ ความเลื่อมใส บวชด้วย
 ความ ตั้งจิตตั้งใจเพื่อบุญเพื่อกุศลจริง ๆ

๒) เรียนจริง เมื่อบวชแล้วให้พวกเธอทั้งหลายก็ได้ตั้งใจ ศึกษาเล่าเรียนพระธรรม
 วินัย การทำวัตรสวดมนต์ อันเป็นบูรพภาค ของพระนวกะมาก่อนได้ประมาณ ๙ วัน ๙๐ วัน

^๕ เล็ก พลุโต, ชาตกาล ๑๒๐ ปี ครูบาพรหมจักร, หน้า ๖-๗.

^๖ พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) วัดพระพุทธรูปตากผ้า ต.มะกอก อ.ป่าซาง จ.
 ลำพูน, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: www.dharma-gateway.com/monk/monk_biography/kb-bhroma/kb-bhroma_hist.htm [๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๑]

^๗ พระราชบัญญัติญาณ (สิงห์คำ ขยวโส), ครูบาสอนไว้ ๒, (กรุงเทพมหานคร: อาทรการพิมพ์,
 ๒๕๕๒), หน้า ๑๘-๒๑.

๓) ปฏิบัติจริง เที่ยวนี่ก็ถึงขั้นของการปฏิบัติ ทั้งนี้และทั้งนั้น ก็ต้องการจะให้เธอทั้งหลายที่มาบวชจริงเรียนจริงมาแล้ว ให้ได้เข้า ถึงขั้นแห่งการปฏิบัติธรรมที่เรียกกันว่าปฏิบัติจริง

๔) ได้รับผลจริง คือ การปฏิบัติก็คือการหมั่นไปแห่งจิต แห่งใจ หมั่นไปสู่สิ่งที่ดีให้เป็นใจที่บริสุทธิ์สะอาด ให้ได้รับผลแห่ง การปฏิบัติธรรม

ของการปฏิบัติธรรมเป็นอย่างไร ก็คือความดี ความชอบ ทั้งหลายเป็นต้นว่าเราทั้งหลายเป็นคนที่มีสติขั้น เรามีสัมปชัฏ มีธัมมวิจยะ มีความเพียร มีปีติความอ้อมใจ มีปัสสัทธิธรรมระงับ มีสมาธิความตั้งใจมั่นและมีอุเบกขา ความวางใจเฉยต่ออารมณ์จะเกิดขึ้นในจิตในใจของเรา จึงเรียกว่า เป็นบุญ เป็นกุศล บุญกุศล ได้เกิดขึ้นในจิตในใจของเรา เมื่อธรรมดังกล่าวแล้วเกิดอันเกิดจาก การปฏิบัติของเราก็จึงเป็นอันว่าได้รับผลจริง

เผยแผ่จริง เราจะได้นำเอาความรู้ที่มี ที่เกิดจากการปฏิบัติ ของเราไปแนะนำพร่ำสอนคนอื่น เผยแผ่ศาสนธรรมทั้งด้วยทางกาย ทางวาจา และทางจิตทางใจ เผยแผ่ทางกายนั้นเป็นอย่างไร เราแสดงตัวของเราเป็น ตัวอย่างว่าผู้ปฏิบัติเป็นอย่างไร ทางที่ดีทุกคนควรทำอย่างนี้ ๆ เอา ตัวเราเป็นตัวอย่าง เดินอย่างนี้ ยืนอย่างนี้ นั่งอย่างนี้ นอนอย่างนี้ เป็นการเดิน ยืน นั่ง และนอนที่ดี เราทำตัวของเราให้เป็นตัวอย่าง อย่างนี้ ชื่อว่าเราเผยแผ่ด้วยทางกาย

เผยแผ่ด้วยทางวาจา ก็คือ เราแนะนำพร่ำสอนเขา หรือ เราพูดจาที่ดีมีระเบียบเรียบร้อย เป็นการเผยแผ่ด้วยทางวาจา

เผยแผ่ด้วยทางจิตทางใจ ก็คือ เราแสดงจิตใจของเราให้ ปรากฏออกมาทางใบหน้า ใบตาของเรา หรือทางกิริยาท่าทางของเรา ทุกสิ่งทุกอย่างที่มันเป็นไปด้วยทางดี ด้วยความสงบเสงี่ยม ด้วย ความยิ้มแย้มแจ่มใส ด้วยความที่ไม่มีกิเลส ความโมโหโทสะอะไร มาแฝง อยู่ในจิตใจของเรา อันนี้เป็นการเผยแผ่ด้วยทางจิตทางใจเมื่อผู้บวชปฏิบัติตามแนวทางทั้ง ๕ ประการนี้ด้วยดีแล้ว ย่อมจะ ได้รับผล คือ คุณงามความดี จะไม่เสียที่ที่ได้มาบวช ถ้าเราไม่ทำอย่างนี้บวชแล้วอยู่เฉย ๆ ไม่ศึกษาเล่าเรียนหรือศึกษาเล่าเรียนแล้ว ไม่ประพฤติปฏิบัติก็จะเป็นผลดีอะไร

แม้การปฏิบัติอย่างทุกวันนี้ ถ้าเราไม่ยินดีต่อการปฏิบัติ ก็ เป็นการออกนอกกลุ่มออกทางไป ข้อนี้เป็นเรื่องการปฏิบัติจริง เมื่อ เราเข้ากัมมัฏฐานแล้วเราไม่ปฏิบัติจริงมาขอออกกันอย่างนี้ วุ่นวาย ทำให้ผู้ที่มีนิสัยใจจริง ปฏิบัติจริง เสื่อมคลายกันไปจึงเป็นการ ทำลายระเบียบการ อันนี้เป็นการที่ไม่เหมาะสมไม่สมแก่ที่เราบวชจริง เรียนจริงมาแล้ว มาถึงขั้นของการปฏิบัตินี้เราไม่เอาจริงเอาจึงที่จะได้รับผลจริง และเผยแผ่จริงก็เป็นอันหมดหวัง จึงขอเตือนเธอทั้งหลายว่าขอให้ตั้งจิตตั้งใจให้ดี กัมมัฐานทั้งหมดที่เราได้สมาทานมาแล้ว ได้มอขการถวายชีวิตแก่พระรัตนตรัยว่าจะขอเข้าปฏิบัติ เราไม่มีความอดทน ท้อถอย ไม่มีความเลื่อมใสต่อการปฏิบัติธรรมจึงเป็นอันผิดวัตถุประสงค์แห่งการปฏิบัติ

การประพฤติปฏิบัติธรรม เป็นการชำระกาย วาจา ใจ ให้ สะอาดบริสุทธิ์ เป็นสาระสำคัญในชีวิตประจำวัน เบื้องต้นต้องปลุก ศรัทธาปสาทะในพระรัตนตรัยให้เกิดมีขึ้นในจิตใจ เสียก่อน แล้วจึง ให้ทาน รักษาศีล และบำเพ็ญภาวนา ด้วยความจริงใจ ตั้งใจ และ บริสุทธิ์ใจ ปฏิบัติอย่างนี้ย่อมได้รับผลแห่งการปฏิบัติอย่างแท้จริง บางขณะจะเกิดอุปสรรคขึ้นบ้าง ก็ต้องใช้ความ

อดทนเพียรพยายาม อย่างสม่ำเสมอ ผู้ปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม ย่อมมี สติสัมปชัญญะ เป็นเกาะป้องกันนิวรณ์ธรรมทั้งหลาย จิตใจย่อมอยู่กับปัจจุบัน รู้ตัวอยู่เสมอว่ากำลังพูด คิด อะไรอยู่ บุคคลเช่นนี้ ย่อมทำให้เกิดความงามขึ้นทั้งแก่ตนเองและคณะ

ตั้งพระพุทธรองค์ศรีสว

บุคคลผู้เฉียบแหลม แก่กล้า เป็นพหูสูต ทรงธรรม และปฏิบัติ ธรรมสมควรแก่ธรรม เรียกว่า ผู้ทำหมู่ให้งาม ภิกษุผู้สมบูรณ์ด้วยศีล ภิกษุณีผู้เป็น พหูสูต อุบาสกผู้มีศรัทธา และอุบาสิกาผู้มีศรัทธา คนเหล่านี้ แลย่อมทำหมู่ให้งาม คนเหล่านี้แลชื่อว่า สังฆโสภณ ฯ

๒.๕.๔ โอวาทแก่พระกัมมัฏฐาน ณ ใต้ต้นบุนนาค

ท่านผู้สนใจในธรรมทั้งหลาย การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ การกระทำให้เกิดความรู้ แจ่มเห็นจริงในสภาวะธรรมคือรูปนาม ให้เห็นถึงความเป็นจริงว่า รูปนามเป็นสิ่งที่ไม่จริงยั่งยืน ไม่เที่ยง ไม่แน่นอน เป็นอนิจจัง เป็นทุกข์ ทนได้ยาก ไม่ตั้งอยู่ในสภาวะเดิม เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน ไม่อยู่ในอำนาจการบังคับบัญชาของใคร

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน อันดับแรกขอทุกท่าน จงตั้งใจปลุกศรัทธาความเชื่อความ เลื่อมใสของตนให้ตกลงใน พระรัตนตรัย ให้หนักแน่นอย่าให้หวั่นไหวแล้ว ตั้งใจสำรวมกาย ให้สงบระงับ ให้บริสุทธิ์สะอาด ให้เป็นตัวศีลขึ้นมา ต่อจากนั้น ก็จะเป็นการเจริญกัมมัฏฐานภาวนา

โยคีผู้ประกอบด้วยความเพียรในกัมมัฏฐานภาวนา ควรทำ ความเข้าใจไว้ว่า การเจริญ กัมมัฏฐานภาวนา ทั้งสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน มีจุดประสงค์ที่แท้จริงนั้นอยู่ที่จิตของเรา คือ เราจะอบรมบ่มนิสัยของเรา ให้บริสุทธิ์สะอาดปราศจากนิวรณ์ธรรม ทั้งนี้เพราะจิตของเราทุกคนยังไม่บริสุทธิ์สะอาด เกี่ยวเนื่องด้วย จิตของเรานี้ ท่านกล่าววว่า **ฝนหน** มีปกติกวัดแกว่ง **จปล** มีปกติ โยกโคลงหวั่นไหว **ทุรกข์** รักษาได้ยาก **ทุนนิวารย** ห้ามได้ยาก **สุทุททส** เห็นได้ยาก **สุนิบุณ** เป็นของละเอียด นี่เป็นหลักสั้น ๆ ของจิต จิตของคนเราเป็นอย่างนี้

เมื่อจิตของคนเราเป็นอย่างนี้ เราจะมาฝึกจิตของเรา อบรมจิตของเรา จะฝึกฝนจิตของเรา หรือจะพูดเกลาจิต จะชำระสะสางจิตของเรา ที่มันเคยนึกเคยคิด เคยกวัดแกว่ง เคยโยกโคลง สสารพัดอย่างให้เป็นจิตที่ดี ที่บริสุทธิ์สะอาด ให้เป็นจิตที่ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว จึงเป็นการทำที่ยาก สำหรับผู้ที่เข้ากัมมัฏฐานใหม่ๆ

ทุกคนคงจะรู้ว่าจิตนี้เมื่อเราอยู่ตามธรรมดาที่ไม่ทำอะไรสัก ไม่ฟังชาน ไม่เดือดร้อน แต่เมื่อ เรามาเข้ากัมมัฏฐานแรกเริ่มเดิมที ที่กระทำนั้น เราจะรู้สึกจิตฟุ้งชาน จิตดิ้นรนไปสู่อารมณ์ต่าง ๆ ก็เพราะตามธรรมดานั้นจิตมันอยู่ในอารมณ์ที่ชอบใจ เคยอยู่กับกิเลส ซึ่งเป็นสิ่งที่ถูกใจ ชอบใจ มันก็ นึกก็คิดไปตามเรื่องของมันอย่างนั้น บางทีก็รัก บางทีก็ชัง บางทีก็ง่วงเหงาเม้าหลับ บางทีก็ฟุ้งชาน รำคาญ ไปต่าง ๆ นานา แต่เมื่อเราจะอบรม เราจะสอนจิตใจของเราให้อยู่ ในอารมณ์กัมมัฏฐาน ตั้งใจจะผูกมัดจิตของเรา จิตของเรากลับ ฟุ้งชานอย่างนี้ ก็อย่าได้ท้อใจ จงตั้งใจระทำความเพียร พยายาม ต่อไป หนักเข้าจิตของเราก็จะอยู่ในอำนาจของสติ

ต่อจากนั้นก็คือเรื่องของความเพียร ที่เราจะต้องย้าถึง ความเพียรเสมอ ๆ ว่า ความเพียร คือ ความพยายามหรือความ บากบั่น ความไม่ย่อท้อ ความทำจริงทำจังทำแล้วทำอีก ๆ ตาม อากาการของความเพียร ๆ ในการละ เพียรในการระวังไม่ให้บาปเกิด ขึ้นในจิตใจของเราให้ระวัง เป็นที่สุด ในเวลานี้เราจะจับจิตของเรา จะผูกมัดจิตของเรา จงระวังอย่าให้จิตของเราไปนึกไปคิดในสิ่ง ที่ไม่ดี ให้ระวังตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นต้นไป ให้ใช้ความเพียร พยายามในการละหลายสิ่งหลาย อย่าง^{๑๑}

ถ้าเราเคยได้โลกเขาของใครมา เราเคยโกรธใครมา เคย อิจฉาพยาบาลใคร เคยอาฆาต จองเวรใครไว้ เคยทนแค้น เคยด่าว่าร้ายใคร อะไรอย่างใดที่ไหนก็ดี ทุกคนควรทำจิต ให้สะอาดบริสุทธิ์ ให้สละละเสียให้ปล่อยวางเสียให้หมด มันค้างอยู่ในจิตของเรา จงให้อภัยแก่เขา อภัยแก่ท่าน ได้ประมาทล่วงเกินไปแล้ว ต่อไปเราจะไม่ทำ เราจะกลับตัวให้เป็นคนที่ดีที่สุด

ถ้าเราไม่พยายามสละละบาปที่เกิดขึ้นแล้วทุกสิ่งทุกอย่าง ออกไปจากจิตจากใจของเรา แล้ว การประพฤติ ปฏิบัติของเราก็จะ ไม่ได้รับผล จิตของเราจะไม่ก้าวเดินไปข้างหน้าตามวิถีแห่งการ ปฏิบัติธรรม อุปมาดั่งเราจะจูงควายออกจากแหล่ง ถ้าเราไม่แก้เชือก จากแหล่งของมัน ควายมันก็ไป ไม่ได้ เพราะว่ามีเชือกผูกมัดคอมัน ติดไว้กับเสาอยู่อย่างนั้น เราจะไปดึงมันสักเท่าไรมันก็ไม่ไปไม่ได้ เพราะ ว่ายังมีเชือกผูกมัดคอมันอยู่ฉันใดก็ฉันนั้น

การปฏิบัติธรรมของเรา ถ้ามีเครื่องผูกมัดรัดตรึงจิตใจของเรา คือ กิเลสได้แก่ความไม่ดี ความเศร้าหมองที่เป็นบาป เป็นอกุศล ผูกมัด จิตใจของเราอยู่ เราจะพาจิตใจของเราขึ้นสู่วิถีสุภานา ให้มันนำออก ไปจากโลกที่กำลังวุ่นวายอยู่ที่นี่ไปสู่โลกอีกโลกหนึ่ง คือ โลกุตระธรรม ที่อยู่เหนือโลก ปัจจุบันนี้ไปไม่ได้ ทุกคนควรจะได้สละละในสิ่งที่ไม่ดี ที่เป็นภัย เป็นอันตราย เป็นเครื่องผูกมัดจิตใจ ของเรา

ต่อไปก็จงตั้งใจพยายามทำความเพียรของเรา นึกว่า เรื่องการเข้ากัมมัญฐานนี้เรียกกันว่า เป็นการเจริญบุญ เจริญกุศล ให้เกิดขึ้นในใจของเรา อะไรที่เป็นกุศล คือธรรมะ หรือธรรมชาติ อย่างหนึ่งที่เป็นธรรมชาติบริสุทธิ์ มีอำนาจสามารถตัดเสียซึ่ง บาปอกุศล ให้ห่างจากจิตใจของเรา จริง ๆ ถอนสิ่งที่ไม่ดีออก จากจิตใจโดยความพยายาม หมายความว่าทำบ่อย ๆ ด้วยน้ำใส ใจจริง อย่านำมันมาขัด อย่านำให้สติขาด

ขณะเมื่อนั่งภาวนาก็ให้กำหนดว่า พองหนอ ยุบหนอ นี้ชื่อว่า สติไม่ขาด นั่งภาวนาเสร็จ แล้วจะทำอะไรก็ให้มีสติ จะลุกขึ้น ลุกหนอ ๆ จะยืนขึ้นก็ยืนหนอ ๆ จะเดินก็ว่าเดินหนอ ๆ ย่างหนอ ขว้างหนอ เป็นอย่างนี้ไป จะหยุดก็ว่าหยุดหนอ ก็ว่านั่งหนอ ๆ จะนอนก็ให้กำหนดว่านอนหนอ ๆ อย่างนี้สติจะไม่ กระทั่งนอนลงก็ให้กำหนดว่า ยุบหนอ พองหนอ อยูอย่าง จนกว่ามันจะเคลิ้มหลับไปนี้ เรียกว่าสติไม่ขาด สติเป็นเครื่องการ จะทำกำหนดอะไรก็ตามเป็นเรื่องของสติทั้งนั้น

สำหรับผู้ที่เริ่มทำใหม่ ๆ อย่านำได้ทำหัดโหม เรื่องนี้ขอเตือนไว้ ถ้าหัดโหมเกินไป ก็จะไปไม่ถึงไหนแล้วก็จะท้อใจ จงทำไปให้พอดี ๆ กับกำลังของเรา ค่อยทำไป ค่อยให้เป็นไป แต่อย่าได้ขาด

^{๑๑}พระราชบัญญัติญาณ (สิงห์คำ ชยวิโส), **ครูบาสอนไว้ ๒**, หน้า ๔๙-๕๖.

ทีนี้เรา จะทำให้กุศล เกิดขึ้นเจริญขึ้นในจิตใจของเรา เราก็จงได้ค่อย ๆ ควบคุมประกอบไป
อย่างหุ่นหันปล้นแล่น ทำให้กระทบกระเทือนแล้ว กุศลจะไม่เกิดขึ้น จะไม่ได้ธรรมะที่บริสุทธิ์แจ่มใส
เปรียบเหมือนเรา ตักน้ำ บ่อน้ำของเรามันเล็กเหมือนตักน้ำบ่อขี้มทราย คนที่ตักน้ำ ในบ่อขี้มทรายเขา
จะค่อย ๆ ตัก ถ้าตักแรงก็จะได้น้ำอุ่น ถ้าค่อย ๆ ตัก ก็จะได้น้ำใสฉฉาดก็ฉนั้น

สอนให้รู้ว่า

การปฏิบัติศีลธรรมก็มีมาตรฐาน ต้องมีความพร้อมทั้ง ร่างกายและจิตใจ ชำระกาย วาจา
และใจ ให้สะอาดบริสุทธิ์ ให้ เป็นประดุจภาชนะทองคำพร้อมที่จะรองรับน้ำอบน้ำหอม ตัดปริโพธ
ความกังวลต่าง ๆ ให้หมดไป ตั้งใจปฏิบัติด้วยน้ำใสใจจริง แม้จะมี ความยากลำบากเพียงใด ก็ต้อง
อดทนอดกลั้น เพียรพยายาม เรื่อยไปเพื่อเป้าหมายสูงสุด คือ พระนิพพาน

ตั้งพระพุทธรูปค์ตรีสาว

ธรรม ๕ ประการ อันบุคคลเจริญแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อเป้าหมาย
คล้ายกำหนด ดับสนธิ เข้าไปสงบ รู้ยิ่ง ตรีสรู นิพพานโดยส่วนเดียว คือ
เห็นความไม่งามในกาย ความเป็นปฏิภูลในอาหา ความไม่น่ายินดีในโลก
ความไม่เที่ยงในสังขาร เข้าไป ตั้งมรณสัญญาไว้ภายใน ฯ^{๑๒}

^{๑๒} พระราชบัญญัติญาณ (สิงห์คำ ชยวิโส), ครูบาสอนไว้ ๒, หน้า ๔๙-๕๖.

บทที่ ๓

วิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

ในบทนี้เป็นการวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) โดยยึดตามคำสอนของพระบรมศาสดา ซึ่งเป็นคำสอนที่มุ่งเน้นให้ผู้ปฏิบัติได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน นำไปสู่วิมุตติ ซึ่งผู้วิจัยมุ่งศึกษาจากพระไตรปิฎก เอกสาร ตำรา วิทยานิพนธ์ และวิจัยงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติธรรมกรรมฐาน ทั้งนี้เพื่อวิเคราะห์ให้เห็นความชัดเจนในการปฏิบัติธรรมของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) มีประเด็นที่จะนำเสนอ ดังต่อไปนี้

๓.๑ ความหมายและประเภทของกรรมฐาน

การเผยแผ่พระพุทธศาสนา นอกจากศึกษาเล่าเรียนฝ่ายปริยัติแล้วนำมาเผยแผ่คำสอนต่อประชาชน การปฏิบัติกรรมฐานถือว่าเป็นลักษณะเด่นอีกวิธีการหนึ่งของพระพุทธศาสนาที่ทำให้ผู้ที่มีทุกข์ได้ลด ละ และปล่อยวางได้ในที่สุด เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการปฏิบัติกรรมฐานได้ละเอียดลึกซึ้ง ผู้วิจัยขอทบทวนหลักการปฏิบัติกรรมฐานซึ่งปรากฏในพระไตรปิฎก อันเป็นคำสอนของพระศาสดา ตลอดจนนักปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาที่ได้ศึกษาไว้ดังนี้

๓.๑.๑ ความหมาย

กรรมฐาน แปลว่า ที่ตั้งแห่งการทำงานของจิต หรือที่ให้จิตทำงาน มีความหมายเป็นทางการว่า สิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์ในการเจริญภาวนา หรืออุปกรณ์ในการฝึกอบรมจิต จิตจะได้มีงานทำ เป็นเรื่องเป็นราว สงบอยู่กับที่ ไม่เที่ยววิ่งเล่นเตลิดหรือเลื่อนลอยฟุ้งซ่านไปอย่างไร้จุดหมาย^๑

ก็มีกรรมฐาน อาจจำแนกตามขั้นตอนการปฏิบัติ และจำแนกตามวิธีฝึกอบรมจิต ดังนี้^๒

๑) ก็มีกรรมฐานจำแนกตามขั้นตอนการปฏิบัติ

๑.๑) สัพพัตถกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่ปรารภเป็นเบื้องต้น ในการบำเพ็ญ

กัมมัฏฐานทั้งปวง ได้แก่ ความมีเมตตาในหมู่ภิกษุ เทวดา ผู้เป็นใหญ่ในหมู่บ้าน ที่ภิกษุไปเที่ยวบิณฑบาต มนุษย์ และสัตว์ทั้งหลาย ที่อยู่ในหมู่บ้าน ด้วยการกำหนดแล้วเจริญเมตตา อันเป็นผลให้ภิกษุผู้บำเพ็ญกัมมัฏฐานได้รับการปกป้องรักษา ไม่ถูกข่มเหงเบียดเบียน และไปสู่ที่ใด ๆ ได้โดยไม่เดือดร้อน เป็นประการแรก มีมรณสติ เป็นประการที่สอง คือ การระลึกถึงความตายอยู่เสมอ

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุง, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมมิก, ๒๕๔๘), หน้า ๘๕๐.

^๒ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๕๐.

ทำให้ผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐานงตเวื่อนเนสนา มีความสังเวชสลดใจเพิ่มมากขึ้น เป็นผลให้เป็นผู้มีจิตไม่
 ท้อถอยในการปฏิบัติชอบ และการหมายเอาอสุภสังขยา คือ การไม่เห็นความสำคัญของความสวย
 ความงาม เป็นประการที่สาม ทำให้ไม่ถูกรอบงำด้วยวามโลภ สัพพัตถกัมมัฏฐานเป็นกัมมัฏฐานที่
 มีอุปการะมาก เพราะเป็นเหตุทำให้การภาวนาสำเร็จตามประสงค์

๑.๒) ปาริหาริกัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานที่จำต้องรักษาอยู่เป็นนิจ คือ กัมมัฏฐานที่ผู้
 ปฏิบัติเลือกปฏิบัติจากกัมมัฏฐาน ๔๐ ตามที่เหมาะสมกับจริตของตน

๒) กัมมัฏฐานจำแนกตามวิธีฝึกอบรมจิต ได้แก่

๒.๑) สมถกัมมัฏฐาน การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ หรือการฝึกสมาธิ

๒.๒) วิปัสสนากัมมัฏฐาน การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริงหรือการ
 เจริญปัญญา

๓.๑.๒ ประเภทกรรมฐาน

๑) สมถกรรมฐาน ๔๐ ประกอบด้วย

๑.๑) กสิณ ๑๐ คือ วัตถุสำหรับเพ่งเพื่อจูงจิตให้เป็นสมาธิ^๓

๑.๑.๑) เพ่งปฐวีกสิณ (ธาตุดิน/ของแข็ง ไม่ใช่เฉพาะดิน) จิตเพ่งดิน
 โดยกำหนดว่าสิ่งนี้เป็นดิน หายใจเข้าให้ภาวนาว่า “ปฐวี” หายใจออกให้ภาวนาว่า “กสิณัง”

๑.๑.๒) เพ่งเตโชกสิณ (ธาตุไฟ ธาตุร้อน) จิตเพ่งไฟ คือการเพ่งเปลวไฟ
 โดยกำหนดว่าสิ่งนี้เป็นไฟ หายใจเข้าให้ภาวนาว่า “เตโช” หายใจออกภาวนาว่า “กสิณัง”

๑.๑.๓) วาโยกสิณ (ธาตุลม) จิตเพ่งอยู่กับลม นึกถึงภาพลม โดยกำหนดว่า
 สิ่งนี้เป็นลม หายใจเข้าให้ภาวนาว่า “วาโย” หายใจออกภาวนาว่า “กสิณัง”

๑.๑.๔) อากาสกสิณ (ช่องว่าง) จิตเพ่งอยู่กับอากาศ นึกถึงอากาศ คือการ
 เพ่งช่องว่าง โดยกำหนดว่าสิ่งนี้เป็นช่องว่าง เวลาหายใจเข้าให้ภาวนาว่า “อากาศ” หายใจออกภาวนา
 ว่า “กสิณัง”

๑.๑.๕) อาโลกสิณ (กสิณแสงสว่าง) จิตเพ่งอยู่กับแสงสว่าง นึกถึงแสงสว่าง
 วิธีเจริญอาโลกสิณให้ผู้ปฏิบัติโดยทำความรู้สึกถึงความสว่าง ไม่ใช่เพ่งที่สีของแสงนั้น เวลาหายใจ
 เข้าให้ภาวนาว่า “อาโลก” หายใจออกให้ภาวนาว่า “กสิณัง”

๑.๑.๖) อาโปกสิณ (ธาตุน้ำ หรือ ของเหลว) จิตนึกถึงน้ำเพ่งน้ำไว้ คือการ
 เพ่งน้ำ โดยกำหนดว่าสิ่งนี้เป็นน้ำ หายใจเข้าให้ภาวนาว่า “อาโป” หายใจออกภาวนาว่า “กสิณัง”
 ให้เลือกภาวนากสิณใดกสิณหนึ่งให้ได้ถึงฌาน ๔ หรือฌาน ๕ กสิณอื่น ๆ ก็ทำได้ง่ายทั้งหมด

^๓พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม,
 (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วิไลธรรม, ๒๕๕๘), หน้า ๒๒๙-๓๑๐.

๑.๑.๗) โลहितกสิณ เฟ่งกสิณ หรือนิมิตสีแดงจะเป็นดอกไม้แดง เลือดแดง หรือผ้าสีแดงก็ได้ทั้งนั้นจิตนึกภาพสีแดงแล้วภาวนาว่า โลहित กสิณัง

๑.๑.๘) นีลกสิณ ตาคูสีเขียวใบไม้ หญ้า หรืออะไรก็ได้ที่เป็นสีเขียว แล้วหลับตาจิตนึกถึงภาพสีเขียว ภาวนาว่า นีล กสิณัง

๑.๑.๙) ปิตกสิณ จิตเฟ่งของอะไรก็ได้ที่เป็นสีเหลือง ภาวนาว่า ปิต กสิณัง

๑.๑.๑๐) โอทากสิณ ตาเฟ่งสีขาวอะไรก็ได้แล้วแต่สะดวก แล้วหลับตานึกถึงภาพสีขาว ภาวนาโอทาก กสิณัง^๕

๑.๒) อนุสสติ ๑๐^๕ หมายถึง กรรมฐานเป็นเครื่องระลึกถึง มี ๑๐ อย่าง ได้แก่

๑.๒.๑) พุทธานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระพุทธเจ้า

๑.๒.๒) ัมมานานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระธรรม

๑.๒.๓) สังฆานุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระสงฆ์

๑.๒.๔) สีลานานุสสติ การระลึกถึงศีลที่ตนรักษา

๑.๒.๕) จาคานุสสติ การระลึกถึงทาน ความดีที่ตนสร้างไว้

๑.๒.๖) เทวตานุสสติ การระลึกถึงคุณที่ทำให้คนเป็นเทวดา เช่น หิริ โอตตปปะ และพระคุณของพ่อแม่ที่เป็นเทวดาของบุตรธิดา เทวดาหรือบุคคลที่เคารพนับถือ

๑.๒.๗) อุปमानุสสติ การระลึกถึงพระคุณของพระนิพพาน

๑.๒.๘) มรณสติ การระลึกถึงความตายที่สัตว์โลกย่อมประสบ

๑.๒.๙) อาณาปานสติ การระลึกถึงลมหายใจเข้าออก

๑.๒.๑๐) กายคตาสติ การระลึกถึงความไม่งามปฏิภูลของอาการ ๓๒ มีผม ขน เล็บ ฟัน หนัง (ปัญญาจตกรรมฐาน)^๖

๑.๓) อสุภ ๑๐^๗ คือ ไม่สวย ไม่งาม ไม่ดี คือ ไม่น่าชื่นชม น่าเกลียด น่าระอา

๑.๓.๑) อุทฐุมตกะ ซากศพที่พองขึ้นอืด

๑.๓.๒) วินีลกะ ซากศพที่เขียวคล้ำ

๑.๓.๓) วิปุพพะกะ ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลเยิ้ม

๑.๓.๔) วิจฉิททกะ ซากศพที่ขาดกลางตัว

๑.๓.๕) วิกขายิตกะ ซากศพที่ถูกสัตว์กัดกิน

^๕บ้านจอมยุทธ, กสิณ ๑๐, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.baanjomyut.com/pratripidok/33.html> [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

^๖อง.เอก. (ไทย) ๒๐/๑๘๐/๓๒.

^๗บ้านจอมยุทธ, อนุสสติ ๑๐, <https://www.baanjomyut.com/pratripidok/26.html> [ออนไลน์], แหล่งที่มา: [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

^๘ช.ป. (บาลี) ๓๑/๒๑๓/๑๔๐.

- ๑.๓.๖) วิกขิตตะกะ ชากศพที่มีมือ เท้า ศีรษะขาดหายไป
- ๑.๓.๗) หตวิกขิตตะกะ ชากศพที่ถูกบั่นเป็นท่อนๆ
- ๑.๓.๘) โลหิตตะกะ ชากศพที่ถูกประหารมีเลือดไหลนอง
- ๑.๓.๙) ปุฬุวะกะ ชากศพที่เน่าเฟะคลาคล่ำด้วยตัวหนอน
- ๑.๓.๑๐) อัญญิกะ ชากศพที่เหลือแต่โครงกระดูก

๑.๔) พรหมวิหาร ๔^๘ แปลว่า ธรรมของพรหมหรือของท่านผู้เป็นใหญ่ พรหมวิหารหลักธรรมนี้ได้แก่

๑.๔.๑) เมตตา ความปรารถนาให้ผู้อื่นได้รับสุข ความสุขเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา ความสุขเกิดขึ้นได้ทั้งกายและใจ เช่น ความสุขเกิดจากการมีทรัพย์ ความสุขเกิดจากการใช้จ่ายทรัพย์เพื่อการบริโภค ความสุขเกิดจากการไม่เป็นหนี้ และความสุขเกิดจากการทำงานที่ปราศจากโทษ เป็นต้น

๑.๔.๒) กรุณา ความปรารถนาให้ผู้อื่นพ้นทุกข์ ความทุกข์ คือ สิ่งที่เข้ามาเบียดเบียนให้เกิดความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ และเกิดขึ้นจากปัจจัยหลายประการด้วยกัน พระพุทธองค์ทรงสรุปไว้ว่าความทุกข์มี ๒ กลุ่มใหญ่ๆ ดังนี้

(๑) ทุกข์โดยสภาวะ หรือเกิดจากเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติของร่างกาย เช่น การเกิด การเจ็บไข้ ความแก่และ ความตายสิ่งมีชีวิตทั้งหลายที่เกิดมาในโลกจะต้องประสบกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งรวมเรียกว่า กายิกทุกข์

(๒) ทุกข์จรหรือทุกข์ทางใจ อันเป็นความทุกข์ที่เกิดจากสาเหตุที่อยู่นอกตัวเรา เช่น เมื่อปรารถนาแล้วไม่สมหวังก็เป็นทุกข์ การประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์การพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ก็เป็นทุกข์ รวมเรียกว่า เจตสิกทุกข์

๑.๔.๓) มุทิตา ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี คำว่า "ดี" ในที่นี้ หมายถึง การมีความสุขหรือมีความเจริญก้าวหน้า ความยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดีจึงหมายถึง ความปรารถนาให้ผู้อื่นมีความสุขความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น ไม่มีจิตใริชชยา ความริชชยา คือ ความไม่สบายใจ ความโกรธ ความฟุ้งซ่านซึ่งมักเกิดขึ้นเมื่อเห็นผู้อื่นได้ดีกว่าตน เช่น เห็นเพื่อนแต่งตัวเรียบร้อยแล้วครุฑมเขยก็เกิดความริชชยาจึงแก้ง้อเอาเศษซอล์ก โคลน หรือหมึกไปป้ายตามเสื้อกางเกงของเพื่อนนักเรียนคนนั้นให้สกปรกเลอะเทอะ เราต้องหมั่นฝึกหัดตนให้เป็นคนที่มีมุทิตา เพราะจะสร้างไมตรีและผูกมิตรกับผู้อื่นได้ง่ายและลึกซึ้ง

๑.๔.๔) อุเบกขา การรู้จักวางเฉย หมายถึง การวางใจเป็นกลางเพราะพิจารณาเห็นว่า ใครทำดียอมได้ดี ใครทำชั่วยอมได้ชั่ว ตามกฎแห่งกรรม คือ ใครทำสิ่งใดไว้สิ่งนั้นย่อมตอบสนองคืนบุคคลผู้กระทำ เมื่อเราเห็นใครได้รับผลกรรมในทางที่เป็นโทษเราก็ไม่ควรดีใจหรือคิด

^๘ที่.ม.(ไทย) ๑๐/๑๘๔/๒๒๕.

ข้าแต่เมฆาในสิ่งที่เกิดขึ้น เราควรมีความปรารถนาดี คือพยายามช่วยเหลือผู้อื่นให้พ้นจากความทุกข์
ในลักษณะที่ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม^๕

๑.๕) อรูป ^{๑๐}

คำว่า อรูป นี้ ก็คือ สิ่งที่ไม่ใช่รูป ได้แก่ สิ่งที่เป็นนามธรรมที่มีความละเอียดละไมขึ้นไปโดยลำดับ เป็นชื่อของฌานที่เกิดแก่ผู้บำเพ็ญเพียรซึ่งเราเรียกว่า พระโยคาวจร พระโยคาวจร
ผู้บำเพ็ญเพียร เมื่อได้บรรลुरुูปฌาน ๔ แล้วพิจารณาถึงปฏิภาคนิมิตที่เกิดขึ้นจากการเจริญกสิณข้อใด
ข้อหนึ่งเป็นอารมณ์ จนมองเห็นกสิณนั้นเป็นเพียงช่องว่างในที่สุดแล้วละความสนใจในปฏิภาคนิมิต
ของกสิณนั้นใช้สำนวนบาลีว่า เพิกกสิณ จากนั้นก็มาเพ่งพินิจที่อากาศเป็นอารมณ์ก็จะเดินเข้าไปสู่อรูป
ฌาน ๔ คือ

๑.๕.๑) อากาสนัญญายตนะ อากาสนัญญายตนะนี้ ท่านกล่าวไว้ในวิสุทธิมรรคว่า
ก่อนที่จะเจริญอากาสนัญญายตนะนี้ ท่านจะเข้าจตุตถฌานในกสิณกองใดกองหนึ่งแล้วให้เพิก คือ
(ปล่อย)ไม่สนใจในกสิณนิมิตนั้นเสีย ใครครวญว่า กสิณนิมิตนี้เป็นอารมณ์ที่มีรูปเป็นสำคัญ (ได้แก่)
ความสุข ความทุกข์ (ซึ่ง) เป็นปัจจัยของภยันตราย มีรูปเป็นต้นเหตุ เราไม่มีความต้องการในรูปแล้วละ
รูปนิมิตกสิณนั้น ถืออากาศเป็นอารมณ์จนวงอากาศเกิดเป็นนิมิตที่มีขอบเขตกว้างใหญ่ แล้วย่อให้สั้น
ลงมา อธิษฐานให้เล็กใหญ่ได้ตามประสงค์ ทรงจิตรักษาอากาศไว้โดยกำหนดใจว่า อากาศหาที่สุดมิได้
ดังนี้ จนจิตเป็นอุเบกขารมณ์ อารมณ์ว่างเฉย จัดเป็นฌาน ๔ (แต่อยู่) ในอรูปฌาน

๑.๕.๒) วิญญาณัญญายตนะ อรูปฌานนี้กำหนดวิญญาณ (คือตัวรู้) เป็นอารมณ์
โดยจับอากาสนัญญายตนะ คือกำหนดอากาศจากอรูปฌาน (ที่หนึ่ง) เดิมเป็นปัจจัย แล้วถือนิมิต
อากาศนั้นเป็นฐานที่ตั้งของอารมณ์ แล้วกำหนดว่า อากาศนี้ยังเป็นนิมิตที่รูปอาศัยอยู่ ถึงแม้จะเป็น
อรูปก็ตามแต่ยังมีความหยาบอยู่มาก เราจะทิ้งอากาศเสีย ถือเฉพาะวิญญาณ (คือตัวรู้) เป็นอารมณ์
แล้วกำหนดจิตว่า วิญญาณหาที่สุดมิได้ (แล้วละ)ทิ้งอากาศและรูปทั้งหมดเด็ดขาด กำหนดวิญญาณคือ
ถือนิมนิต ตัวรู้ ซึ่งเป็นเสมือนจิต โดยคิดว่าเราต้องการจิตเท่านั้น รูปกายอย่างอื่นไม่ต้องการ
จนจิตตั้งอยู่เป็นอุเบกขารมณ์ (อารมณ์ว่างเฉย)

๑.๕.๓) อากิญจัญญายตนะ อรูปฌานนี้กำหนดความไม่มีอะไรเลยเป็นสำคัญ
โดยเข้าฌาน ๔ (ให้เป็นบาทฐานที่ตั้ง) ในวิญญาณัญญายตนะ แล้วเพิกวิญญาณคือ (ปล่อย) ไม่ต้องการ
วิญญาณ(ตัวรู้)นั้น คือคิดว่าไม่มีอะไรเลยเป็นสำคัญ อากาศก็ไม่มี วิญญาณก็ไม่มี ถ้ายังมีอะไรสักอย่าง
หนึ่งแม้แต่น้อยหนึ่ง ก็เป็นเหตุของภยันตราย ฉะนั้นการไม่มีอะไรเลยเป็นการปลอดภัยที่สุด

^๕บ้านจอมยุทธ, พรหมวิหาร ๔, [ออนไลน์], แหล่งที่มา :
<https://www.baanjommyut.com/pratridok/๑3.html> [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

^{๑๐}ที.ปา. (บาลี) ๑๑/๒๓๕/๒๓๕

แล้วก็กำหนดจิตไม่ยึดถืออะไรทั้งหมด จนจิตตั้งเป็นอุเบกขารมณ์ เป็นจอบอรูปมานนี้ ส่วนในความเห็นของข้าพเจ้า เห็นว่าในข้อนี้ยังไม่ชัดเจนสำหรับผู้ศึกษาใหม่ จึงขอเอาบทความของผู้ใช้นามปากกาว่า ศรีสารภี จากเว็บไซต์วิชาการตอทคอมมาอธิบายเพิ่มเติมไว้ ณ ตรงนี้กล่าวคือ เมื่อผู้ปฏิบัติได้เจริญวิญญูณญายตนะบ่อยๆ จนชำนาญจิตนิ่งอยู่ที่วิญญูณคือตัวรู้ ก็จะรู้สึกขึ้นมาว่า อากาศอันไม่มีที่สิ้นสุดก็ดี หรือวิญญูณคือตัวรู้ เช่นรู้ว่าอากาศนั้นไม่มีที่สิ้นสุดก็ดี จริงๆ แล้วก็คือความไม่มีอากาศอันญายตนะที่เป็นอารมณ์ของวิญญูณญายตนะ (เมื่ออากาศอันญายตนะไม่มี วิญญูณญายตนะคือตัวรู้ก็จึงไม่มีด้วย) ผู้ปฏิบัติจึงน้อมเอาสภาพที่ไม่มีอะไรเลยมาเป็นอารมณ์ ในการเจริญกรรมฐาน

๑.๕.๔) เนวสัญญานาสัญญายตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะนี้ กำหนดว่ามีสัญญา (ความจำได้) ก็ไม่ใช่ ไม่มีสัญญา (จำไม่ได้) ก็ไม่ใช่ คือ ทำความรู้สึกตัวเสมอว่า ทั้งมีสัญญาอยู่นี้ก็ทำความรู้สึกเหมือนไม่มีสัญญา คือไม่ยอมรับรู้จดจำอะไรหมด ทำตัวเสมือนหุ่นที่ไร้(ทั้ง)วิญญูณ (และหน่วยความจำ คือไม่มีการประมวลผล) ไม่รับรู้ ไม่รับอารมณ์ใดๆ ทั้งสิ้น หนวาก็รู้ว่าหนวแต่ไม่เอาเรื่อง ร้อนก็รู้ว่าร้อนแต่ไม่ตื่นร่นกระวนกระวาย มีชีวิตทำเสมือนคนตาย คือไม่ปรารถนาสัญญาความจดจำใดๆ ปล่อยตามเรื่องเปลือกความสนใจใดๆ ออกจนสิ้น จนจิตเป็นเอกัคคตาและอุเบกขารมณ์^{๑๑}

๑.๖) อหาเรปฏิกุลสัญญา^{๑๒} คือ ความสำคัญหมายว่า ไม่สะอาดในอาหาร อาหาร แปลว่า สภาพผู้นำมา อาหารมี ๔ อย่าง

- ๑.๖.๑) กพพิงการาหาร ย่อมนำมาซึ่งโอชาในรสอาหาร
- ๑.๖.๒) ผัสสาหาร ย่อมนำมาเวทนา มา มีสุขเป็นต้น
- ๑.๖.๓) มโนสัญเจตนาหาร ย่อมนำไปสู่สนธิ (เกิด) ในภพ ๓ มา
- ๑.๖.๔) วิญญูณาหาร ย่อมนำอายตนะภายนอก ๖ มา

๑.๗) จตุธาตुวัตถาน^{๑๓} การกำหนดธาตุ ๔ คือ พิจารณาร่างกายนี้ แยกแยกออกไปมองเห็นแต่ส่วนประกอบต่างๆ ที่จัดเข้าในธาตุ ๔ คือ ปฐวี (ดิน) อาโป (น้ำ) เตโช (ไฟ) วาโย (ลม) ทำให้รู้ภาวะความเป็นจริงของร่างกายว่าเป็นเพียงธาตุ ๔ ประชุมกันเข้าเท่านั้น ไม่เป็นตัวสัตว์บุคคลที่แท้จริง

- ๑.๗.๑) ปฐวี นั้นมีลักษณะแข็งแข็ง หยาบ กระด้าง

^{๑๑}บ้านจอมยุทธ, อรูป ๔, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <https://www.baanjomyut.com/pratridipod/๔๔.html> [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

^{๑๒}อง.เอก.(ไทย) ๒๐/๒๒๔/๕๔.

^{๑๓}พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์วิไลวัฒนา, ๒๕๕๗), หน้า ๕๕.

- ๑.๗.๒) อาโป นั้นมีลักษณะเอิบอาบ ไหลไป ความชุ่มซาบ
- ๑.๗.๓) เตโช ความเป็นเครื่องทำให้ร้อน ความเป็นของร้อน
- ๑.๗.๔) วาโย ความเป็นสิ่งทำให้ฟุ้งเฟ้อ การไหวตัวได้^{๑๔}

๒) วิปัสสนากรรมฐาน ในทางปฏิบัติ พระพุทธเจ้าทรงแสดงความสัมพันธ์ระหว่างสมาธิ(สมณะ)กับปัญญา(วิปัสสนา) เป็นแบบสองทิศทางและแบบคู่ขนาน ดังข้อความบางตอนที่พระอานนท์แสดงไว้ว่า^{๑๕} “(๑) สมณปุพฺพังคมวิปัสสนาภาวนา การเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณะนำหน้า (๒) วิปัสสนาปุพฺพังคมสมณภาวนา การเจริญสมณะ โดยมีวิปัสสนานำหน้า (๓) สมณวิปัสสนายุคันทธภาวนา การเจริญสมณะและวิปัสสนาคบคู่กันไป”^{๑๖}

๓.๑.๓ วิธีปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ดังนี้^{๑๗}

๑) กายานุปัสสนา การตั้งสติพิจารณากาย แบ่งย่อยออกไปเป็น ๖ ส่วน (การตั้งสติกำหนดพิจารณาทำให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงกายไม่ใช่สัตว์บุคคล ตัวตนเราเขา)

๑.๑) อานาปานสติ กำหนดลมหายใจเข้า – ออก

๑.๒) อิริยาบถกำหนดให้รู้เท่าทันอิริยาบถ

๑.๓) สัมผัสปัญญารู้ตัวในการเคลื่อนไหวทุกอย่าง

๑.๔) ปฏิกุศลนสิการพิจารณาส่วนประกอบของร่างกายว่าเป็นของไม่สะอาด

๑.๕) ธาตุมนสิการพิจารณาร่างกายของตนให้เห็นว่าเป็นสักแต่ว่าธาตุแต่ละอย่าง

๑.๖) นวสีวิภาพิจารณาซากศพในสภาพต่าง ๆ ตั้งแต่เริ่มตายใหม่ ๆ จนถึงกระดูกป่นเป็นผุยผง (ป่าช้า ๙) ให้เห็นว่าร่างกายของผู้อื่น (ซากศพที่กำลังพิจารณา) เป็นเช่นใดร่างกายของเราก็จักเป็นเช่นนั้น รวมเป็น ๖ ส่วน

๒) เวทนานุปัสสนาคือ การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ได้แก่ความรู้สึกรวมให้รู้เห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นเพียงเวทนาที่เป็นอยู่ในขณะนั้น ๆ

๒.๑) สุข

๒.๒) ทุกข์

^{๑๔} บ้านจอมยุทธ, จตุธาตุมหาวิทยาลัย, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: https://www.baanjommyut.com/library_7/vipassana/๑92.html [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

^{๑๕} อัง.จตุกก.(ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗-๒๓๘.

^{๑๖} พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร., “กรรมฐานในพระพุทธศาสนา: บทเรียนจากมหาสติปัฏฐานสูตรและคตินิยมในสังคมไทย”, วารสารมหาจุฬาริชาการ, ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๖๐): ๘.

^{๑๗} พระชัยพร จันทวิโส (จันทวงศ์), “ศึกษาศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา, ๒๕๕๔, หน้า ๖๐ – ๖๑.

ในโลกนี้อีก)คือ เป็นผู้จะได้บรรลุพระอรหัตตผล หรือพระอนาคามีผล ในชาตินี้เป็นแน่นอนภายใน ๗ปี หรือลดลงไปจนถึงเพียง ๗ วัน

๓.๒ การเจริญกรรมฐาน

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ได้ลิขิตไว้ในบันทึกกรรมฐานว่า^{๑๘} ในการปฏิบัติธรรมเป็นความมุ่งหมายสำคัญของพระพุทธศาสนา เพราะการเรียนเป็นส่วนปริยัติ จะได้ผลก็ต้องมีการ ปฏิบัติ การปฏิบัติสำหรับบรรพชิต คือผู้บวชในพระพุทธศาสนา เบื้องต้น คือการปฏิบัติพระวินัย ซึ่งเป็นส่วนศีล แต่การปฏิบัติ พระวินัยยังมีข้อที่จะต้องปฏิบัติ ซึ่งเป็นส่วนศีล นั้น เป็นสิกขาที่ หนึ่ง สืบขึ้นไปอีก คือสมาธิและปัญญา เมื่อมุ่งผลของการ ปฏิบัติที่สูงขึ้น ก็ต้องปฏิบัติ ในสมาธิและในปัญญาตามหลักพระพุทธศาสนา เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการปฏิบัติกรรมฐาน จึงขอนำเสนอประเด็นดังต่อไปนี้

๓.๒.๑ ประเภทของการเจริญกรรมฐาน

การเจริญกรรมฐานมี ๒ อย่าง มีวิธีปฏิบัติแตกต่างกัน และมีผลแตกต่างกัน ดังนี้

๑) ฝึกให้จิตนิ่งเป็นสมาธิเรียกว่า สมถกรรมฐาน

๒) ฝึกให้จิตเกิดปัญญารู้เท่าทัน หรือปัญญาเห็นแจ้ง เรียกว่า วิปัสสนากรรมฐาน^{๑๙}

แนวทางฝึกจิตให้นิ่งและฝึกจิตให้เกิดปัญญาเห็นแจ้ง ซึ่งดำเนินไปตามแนวทางของ สติปัฏฐาน ๔ เวลาท่านฝึกใช้“พองหนอ-ยุบหนอ” ท่านกำหนดรู้ที่หน้าท้อง หายใจเข้า...ท้องพอง หายใจออก...ท้องยุบ ท่านรู้ใหม่ว่า นั่นคือกายานุปัสสนาสติปัฏฐานเป็น ๑ ในกรรมฐานทั้ง ๔ ในขณะที่พิจารณากายพอง-ยุบ พอง-ยุบ ถ้าท่านมีอาการปวดเมื่อย ชา นั่นคือเวทนา ท่านต้องพิจารณา เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตที่เข้าไปรู้อารมณ์ต่างๆ นั่นคือจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ส่วนธรรมะที่เกิดในระหว่างฝึกโดยเฉพาะที่สำคัญมากคือ นิรวณธรรม เกิดความยินดีในกาม (กามฉันทะ), เกิดความรู้สึกแค้นเคืองขึ้นในดวงจิต (พยาบาท), เกิดอาการฟุ้งซ่านรำคาญ (อุทัจจกุกกัจจะ), เกิดความล่งเลสงสัย (วิจิกิจฉา), หรือรู้สึกง่วงเหงาหาวนอน หดหู่ซึมเซา (สินมิตตะ) เหล่านี้เป็นนิรวณ ทั้งสิ้น เกิดขึ้นในจิตขณะที่เรากำลังฝึกปฏิบัติก็คือ ัมมานุปัสสนาสติ-ปัฏฐาน ดังนั้น เมื่อกาย เวทนา จิต ธรรมเกิดขึ้น ท่านต้องพิจารณาว่าเป็นไปตามกฎธรรมชาติคือ เกิดขึ้นในเบื้องต้น แปรเปลี่ยนในท่ามกลาง แล้วดับสลายในที่สุด เราเรียกว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

^{๑๘} สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, **บันทึกกรรมฐาน**, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๖), หน้า ๑๓.

^{๑๙} สอนอง วรอุไร, **กระจกส่องกรรมฐาน**, (สมุทรปราการ: ชมรมกัลยาณธรรม, ๒๕๕๗), หน้า ๒๔-๒๗

ถ้าจิตมองตัวนี้ไม่ออก จะไม่เห็นการดับไป (คือ อนัตตา) ของกาย เวทนา จิต และธรรม แต่ถ้าจิตนิ่ง ท่านจะทราบ เมื่อเกิดอาการpong-ยุบที่ท้อง ท่านก็เอาจิตกำหนดให้เกิดสติระลึกได้ทันว่า ขณะนี้ท้องpongขณะนี้ท้องยุบ ถ้าระลึกรู้ได้ว่าท้องpong-ท้องยุบนั้นคือสติเมื่อใดท้องมีอาการpong-ยุบ อยู่ แต่ใจท่านไปคิดเรื่องอื่น แสดงว่าขาดสติหรือมีเรื่องอื่นเข้ามารบกวนขณะที่ท่านกำลังบริกรรม ปรากฏเป็นสัมผัสขึ้นในดวงจิต นั่นเป็นเพราะจิตขาดสติท่านต้องดึงจิตเข้ามาฝึกสติใหม่ ให้อยู่กับ อารมณ์ปัจจุบัน pongหนอยุบหนอ pongหนอ-ยุบหนอ ยังมีสติมากเท่าไรความตั้งมั่นของจิตก็ยิ่งมาก ที่เราเรียกว่าสมาธิเมื่อจิตตั้งมั่นเป็นสมาธิจะเกิดอาการปรากฏต่างๆ ครูฝึกจะสอบถาม (สอบอารมณ์) แล้วแนะนำแก้ไข ท่านมีหน้าที่อย่างเดียว คือ ทำตาม ไม่ต้องสงสัย เพราะความสงสัยเป็นนิเวศน์ ทำให้ การปฏิบัติเนิ่นช้า เหมือนน้ำชาที่อยู่ในถ้วย ต้องเททิ้งให้หมด รับสิ่งใหม่จากครูบาอาจารย์ แล้วทำตาม ให้ได้จะได้ผลก้าวหน้าเร็วที่สุด ถ้าเทน้ำชาออกไม่หมดถ้วย ยังมีของเก่าเจือปน ของใหม่ที่ใส่ลงไปก็ไม่ บริสุทธิ์ ทำให้เสียเวลาในการประพาดปฏิบัติท่านจึงมีหน้าที่รับฟังอย่างเดียวแล้วทำตาม อย่าคิดสงสัย นั่นเป็นกิเลส ทำให้มรรคผลล่าช้า”

๓.๒.๒ อานิสงค์ของการเจริญกรรมฐาน

ผลของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน^{๒๐}

- ๑) สดุดานัน วิสุทธินา เพื่อความบริสุทธิ์หมดจดของสัตว์ทั้งหลาย
 - ๒) โสภปริเทวานัน สมตักกมาย เพื่อก้าวล่วงความโศกเศร้า ปริเทวนาการทั้งหลาย
 - ๓) ทุกขโทมนสฺसानัน อตถกมมาย เพื่อดับทุกข์ทางกายและดับทุกข์ทางใจ
 - ๔) ญาณสฺส อธิคมาย เพื่อบรรลุมรรค ๔ ผล ๔
 - ๕) นิพพานสฺส สจฺฉิกิริยาย เพื่อกระทำพระนิพพานให้แจ้ง
- สรูป จิตเต สังฺกิลิฏฺฐเหตุ ปาฏิกงฺขาจิตฺเตร่าหมอง เหตุเป็นที่หมาย
จิตเต อสงฺกิลิฏฺฐเหตุ ปาฏิกงฺขา จิตฺตไม่เรร่าหมอง เหตุเป็นที่หมาย

๓.๓ การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร

การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ณ วัดพระพุทฺธบาทตากผ้า อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน มีแนวปฏิบัติดังนี้

๓.๓.๑ ความเป็นมาของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร

พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ท่านหาความรู้ด้านการปฏิบัติธรรมจาก ครูบาอาจารย์หลายรูป อาทิ พระครูพิทักษ์พลธรรม (ครูบาหวัน มหาวโน) พระสุธรรมยานเถร (ครูบา

^{๒๐} สอนอง วรอุไร, กระจกส่องกรรมฐาน, หน้า ๘๕.

อินทจักรรักษา) ผู้เป็นพระพี่ชาย ครุบาแสน ญาณวุฒติ วัดหนองเงือก ครุบาบุญมา ปารมี วัดกอม่วง เป็นต้น และท่านได้เข้ารับการอบรมวิปัสสนากรรมฐานกับพระมหาโชดก ญาณสิทธิ หรือ พระธรรมธีรราชฆาณนี อาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ จากสำนักวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ นอกจากนี้ท่านยังมีประสบการณ์ในการปฏิบัติธรรมจากการเดินธุดงค์ เมื่อครุบาพรหมาอายุได้ ๒๔ ปี บวชได้ ๔ พรรษา ท่านได้ออกธุดงค์ โดยครั้งแรกไปจำพรรษา ณ ดอยน้อย อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ หลังจากนั้นท่านได้ธุดงค์ไปในสถานที่ต่างๆ ทั่วภาคเหนือ และประเทศพม่า และได้จำพรรษาในเขตพม่าเป็นเวลาถึง ๕ ปี ท่านได้จาริกธุดงค์ถึง ๒๐ พรรษา โดยถือธุดงค์วัตร อยู่ป่าเป็นวัตร ออกบิณฑบาตเป็นกิจวัตร ฉันทัดอาหารมือเดียว นุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร ท่านเพียรพยายามอดทนด้วยวัตรปฏิบัติอันเคร่งครัดที่สุด^{๒๑}

ภายหลังจากธุดงค์เป็นเวลานาน ท่านจึงได้กลับมาจำพรรษาที่วัดหนองเจดีย์ อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน เป็นเวลา ๔ พรรษา หลังจากนั้นได้มาจำพรรษา ณ วัดพระพุทธรบาทตากผ้า ๑ พรรษา อยู่วัดม่อนมะหิน ๒ พรรษา ก่อนจะย้ายกลับไปจำพรรษาอยู่วัดป่าหนองเจดีย์อีก ๒ พรรษา ถึงแม้ว่าในช่วงปัจฉิมวัยครุบาพรหมาจะได้จำพรรษาเป็นประจำ ณ วัดพระพุทธรบาทตากผ้าแล้ว แต่ท่านก็ยังไม่ทิ้งธุดงค์วัตร หากโอกาสเหมาะท่านก็จะพาพระเณรออกธุดงค์เป็นประจำ^{๒๒}

๓.๓.๒ กิจวัตรประจำวัน

เวลา ๐๔.๐๐ น.	ตื่นนอน สรงน้ำชำระร่างกาย บำเพ็ญสมณธรรมใต้ต้นบุนนาค หน้ากุฏิที่พัก
เวลา ๐๕.๐๐ น.	นำพระภิกษุสามเณร ทำวัตรสวดมนต์เช้า
เวลา ๐๖.๐๐ น.	ตรวจตราดูแลพระเณรปิดกวาดทำความสะอาดบริเวณวัด
เวลา ๐๘.๐๐ น.	ออกรับบิณฑบาตภายในวัด
เวลา ๐๙.๐๐ น.	รับแขก อ่านหนังสือ ฯลฯ
เวลา ๑๑.๐๐ น.	ฉันทัดอาหารเพล (ฉันมือเดียว)
เวลา ๑๒.๐๐ น.	บำเพ็ญสมณธรรม รับแขก อ่านหนังสือ พักผ่อน ฯลฯ ถึงเวลา ๑๔.๐๐ น.
เวลา ๑๘.๐๐ น.	นำพระภิกษุสามเณร ทำวัตรสวดมนต์เย็น นั่งเจริญสมาธิภาวนา อบรมพระภิกษุสามเณร และผู้ที่มาปฏิบัติธรรม
เวลา ๒๒.๐๐ น.	นำพระภิกษุสามเณร ไหว้พระสวดมนต์ก่อนนอน จดบันทึกประจำวันเสร็จแล้วจำวัตร ^{๒๓}

^{๒๑} สัมภาษณ์ พระครูสุทธาภิรมย์, เจ้าอาวาสวัดมะกอก, รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๒๒} สัมภาษณ์ พระครูปริยัติกิจพิพัฒน, เจ้าอาวาสวัดท่าตันจิว, เจ้าคณะตำบลปากบ่อง, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๒๓} สัมภาษณ์ พระพุทธรบาทพิทักษ์, เจ้าอาวาสวัดพระพุทธรบาทตากผ้า, เจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

๓.๓.๓ การฝึกสมาธิเบื้องต้น^{๒๔}

สมาธิ คือ การที่มีใจตั้งมั่นในอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งอย่างแน่วแน่ กล่าวในภาษาชาวบ้านก็คือ การมีใจจดจ่ออยู่ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ไม่ฟุ้งซ่านนั่นเอง การทำสมาธิแบบนี้ไม่ได้เน้นการเข้าถึงนิพพาน หรือ ความสิ้นไปของอาสวะ แต่ก็ยังเป็นพื้นฐานที่ดีหากต้องการปฏิบัติต่อไป ในขั้นสูง หากแต่มีประโยชน์ที่เห็นได้ทันทีที่ได้จากในชีวิตประจำวัน ทำให้เรามีจิตใจผ่องใส ประกอบกิจการงานได้ราบรื่นและคิดอะไรก็ รวดเร็วทะลุปรุโปร่ง เพราะวาระดับจิตใจได้ถูกฝึกมาให้มีความนิ่งดีแล้ว เมื่อมีความนิ่งเป็นสมาธิดีแล้ว ย่อมมีพลังแรงกว่าใจที่ไม่มีสมาธิ ดังนี้ เมื่อจะคิดทำอะไรก็จะทำได้ดี และได้เร็วกว่าคนปกติ ที่ไม่ได้ผ่านการฝึก สมาธิมาก่อน วิธีการทำสมาธิที่ได้ผลและเป็นที่ยอมรับได้ถูกนำมากล่าว แนะนำไว้ในที่นี้แล้ว

๑) การทำสมาธิสามารถทำได้ทุกขณะอิริยาบถ

การยืน ทำโดยยืนให้ตรง วางมือขวาทับมือซ้าย คว่ำมือทั้งสอง หลังตาหรือลิ้มตาสุด แต่จะสะดอกในการทำ แล้วเพ่งไปที่คำว่า “พุทโธ” จนจิตตั้งมั่นได้

การเดิน เรียกว่าเดินจงกรม ให้กำหนดความสั้น ความยาว ของเส้นทางที่จะเดินสุดแท้แต่เราเอง ควรจะหาสถานที่ และเวลาที่ เหมาะสม ไม่อึกทึกครึกโครม และไม่มีสิ่งรบกวนจากรอบข้าง นอกจากนั้นที่ที่จะเดินไม่ควรสูง ๆ ต่ำ ๆ แต่ควรเรียบเสมอกัน เมื่อหาสถานที่ และเวลาที่เหมาะสมได้แล้วก็ตั้งสติ อย่าเงยหน้าหรือก้มหน้านัก ให้สำรวจสายตาให้ทอดลงพอดี วางมือทั้งสองลงข้างหน้าทับกัน เหมือนกับยืน การเดินแต่ละก้าวก็ให้จิตตั้งมั่นอยู่กับคำบริกรรมว่า “พุทโธ” โดยเดินอย่างสำรวจช้า ๆ ไม่เร่งรีบ กำหนดรู้ในใจ

การนั่ง คือนั่งให้สบาย แล้วเพ่งเอาจิตไปที่การบริกรรมคำว่า “พุทโธ” ท่องภาวนาไว้เป็นอารมณ์ให้กำหนดรู้ในใจ

การนอน คือให้นอนตะแคงข้างขวา เอามือขวาวางรองศีรษะ ยัดมือซ้ายไปตามตัว ไม่นอนขด นอนคว่ำ หรือนอนหงาย แล้วก็สำรวจ สติตั้งมั่นด้วยการภาวนาคำว่า “พุทโธ” ให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว เช่นเดียวกัน

๒) ข้อแนะนำและการเตรียมตัว

๑.๑) ก่อนการทำสมาธิ

การหาเวลาที่เหมาะสม เช่นไม่ใช่เวลาใกล้เที่ยงเป็นต้นจะทำให้ หิวข้าว หรือทำใกล้เวลาอาหาร และไม่ทานอิ่มเกินไปเพราะจะทำให้ ง่วงนอน หรือเวลาที่คนในบ้านยังมีกิจกรรมอยู่ยังไม่หลับเป็นต้น

การหาสถานที่ที่เหมาะสม ไม่ใช่ที่อึกทึก นอกจากได้สมาธิใน ขั้นต้นแล้ว และต้องการฝึกการเข้าสมาธิในที่อึกทึก

^{๒๔} พระราชบัญญัติญาณ, **ครูบาสอนไว้ ๒**, (กรุงเทพมหานคร: อาทรการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๑๐๓.

เสร็จจากธุระภารกิจต่าง ๆ และกิจวัตรประจำวันแล้ว เช่น หลังจากอาบน้ำแล้ว
ซบถ่ายเรียบร้อยแล้ว ไม่ได้มีนัดหมายกับใครแล้ว เป็นต้น

อยู่ในอาการที่สบาย คือการเลือกทำนองที่สบาย ทำที่จะทำให้อยู่นิ่งๆ ได้นานโดยไม่
ปวดเมื่อยและเกิดเหน็บชา อาจจะไม่ใช้การนั่ง ชัดสมาธิก็ได้ แต่การนั่งชัดสมาธิ ถ้าทำได้ถูกต้องและยืน
แล้ว จะเป็นท่าที่ ทำให้นิ่งได้นานที่สุด อย่างไรก็ตามไม่ควรอยู่ในท่าเอนหลังหรือนอน เพราะความง่วง
จะเป็นอุปสรรค เมื่อร่างกายได้ขนานกับพื้นโลกจะทำให้ ระบบของร่างกายพักการทำงานโดยอัตโนมัติ
ทำให้ต้องใช้กำลังใจ ในการทำสมาธิมากกว่าการนั่ง

ไม่ควรนึกถึงผล หรือปรารถนาในลำดับขั้นของการนั่งใน แต่ละครั้ง เช่น ว่าจะต้อง
เห็นเน่นเห็นนี้ให้ได้ในคืนนี้เป็นต้น เพราะจะเป็นการสร้างความกดดันทางใจโดยไม่รู้ตัว และเกิดความ
กระวนกระวายทำให้ใจไม่เกิดสมาธิ ใจไม่นิ่ง ต้องทำใจให้ว่างมากที่สุด

ตั้งเป้าหมายในการนั่งแต่ละครั้ง เช่นตั้งใจว่าจะต้องนั่งให้ครบ ๑๕ นาทีก็ควรทำให้
ได้เป็นต้น และพยายามขยายเวลาให้นานออกไป เมื่อเริ่มฝึกไปได้สักระยะหนึ่งแล้ว เพื่อให้สมาธิได้
สงบนิ่งได้นานยิ่งขึ้น

เมื่อได้เริ่มแล้วก็ให้ทำทุกวันจนเกิดความเคยชินเป็นนิสัย ติดตัว เพราะว่าการทำ
สมาธิต้องอาศัยความเพียรในการฝึกฝน เพื่อให้เกิดความเคยชินและชำนาญการที่นานๆทำสักครั้ง ก็
เหมือนกับ การมาเริ่มต้นนับหนึ่งใหม่^{๒๕}

๓) สิ่งที่ควรกระทำก่อนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

ผู้ที่จะปฏิบัติ คือพระโยคาวจรเจ้าทั้งหลาย หมายถึงเอวพระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา
ผู้ใคร่ต่อการปฏิบัติธรรมทั้งหลาย จะได้ นำไปเป็นแนวทางในการปฏิบัติ เป็นพื้นฐานเป็นอุปนิสัย เป็น
บุพพภาค เบื้องต้น เพื่อเป็นการพัฒนาทางจิตให้ก้าวหน้าไปสู่การปฏิบัติธรรม เบื้องสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไป

ก่อนที่จะปฏิบัติ จะต้องทำอะไรบ้างเป็นบุพพกิจเบื้องต้น ผู้ที่ จะปฏิบัติจะต้องชำระ
ปถิโพธิ คือ ความกังวล ๑๐ ประการ ซึ่งเป็นการ วางชั่วคราว ถ้าไม่วางจิตก็ไม่วาง ไม่สามารถจะรับ
การฝึกการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐานให้ได้ผลอย่างแท้จริง ก็จะต้องตัดความกังวลทั้ง ๑๐ อย่างให้ได้
ดังต่อไปนี้คือ

(๑) อวาสปถิโพธิ กังวลด้วยที่อยู่ ถ้าเป็นพระก็เป็นห้วงวัดวาอาราม ถ้าเป็นฆราวาสก็
เป็นห้วงบ้านเรือนของตน

(๒) กุลปถิโพธิ กังวลด้วยตระกูลที่มีอุปการะ

(๓) ลากปถิโพธิ กังวลด้วยลากสักการะต่าง ๆ

(๔) คณปถิโพธิ กังวลด้วยหมู่คณะที่อยู่ร่วมกันมา

^{๒๕} คณะผู้มีจิตศรัทธาและผู้ฟังสถานีวิทยุ พระพุทธศาสนาแห่งชาติและสังคม FM 106 MHz.
วัดพระพุทธบาทตากผ้า อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน และ FM 103.25 MHz. สถานีสาขาอำเภอเถลิง, การเดิน
จงกรมและการนั่งสมาธิตามหลักสติปัฏฐานสี่, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ม.ป.ป.)

- (๕) กัมมปถิโพธิ กังวลด้วยการก่อสร้าง
- (๖) ญาตปถิโพธิ กังวลด้วยญาติที่น้อง
- (๗) อาพาธปถิโพธิ กังวลด้วยตนเองเจ็บป่วย จงรีบรักษาจะหายหรือไม่หายก็อย่าได้กังวล
- (๘) คันถปถิโพธิ กังวลด้วยการศึกษา ต้องหยุดชั่วคราวแม้ว่าจวนจะถึงเวลาสอบแล้ว
- (๙) อธิปถิโพธิ กังวลด้วยเรื่องการแสดงฤทธิ์กลัวเสียความขลัง
- (๑๐) อัถธานปถิโพธิ กังวลด้วยการเดินทาง เราควรหยุดพักชั่วคราว ไม่ต้องไปไหนหยุดการเดินทางชั่วคราว

เมื่อตัดปถิโพธิแล้ว ก็เข้าไปหาสำนักวิปัสสนากรรมฐานแห่งหนึ่ง แห่งใด แล้วแต่ ชั้น ๕ โกฎากส์ ๑ ชั้น ๕ โกฎากส์ ๓ (พาน) ดังต่อไปนี้

- (๑) พานขอขมาแก้วห้าโกฎากส์ ดอกไม้ห้า รูปห้า เทียนห้า
- (๒) พานขอศีลแปด ดอกไม้สอง รูปสาม เทียนสอง
- (๓) พานขอกรรมฐาน ดอกไม้สอง รูปสอง เทียนสอง
- (๔) พานขอขมาพระอาจารย์ ดอกไม้สอง รูปสอง เทียนสอง

๓.๓.๔ ข้อแนะนำและการเตรียมตัวก่อนการทำสมาธิ

พานที่ ๑ ขอขมาแก้วห้าโกฎากส์

ตั้ง นะโม ๓ จบ

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ (๓ ครั้ง)

นะมามิ พุทธัง คุณะสาकะวันตัง, นะมามิ ธรรมัง มุนิราชะเทสตัง, นะมามิ สังขัง มุนิราชะสาอะกัง, นะมามิ กัมมัฏฐานัง นิพพานะ ธิระมุขปายัง, นะมามิ กัมมัฏฐานะทายะกา จาริยัง นิพานะมัคคหุ เทสะกัง, สัพพัง โทสัง ชะมันตุ เมฯ (ถ้าสองคนขึ้นไป เปลี่ยน เม เป็น โน) (เสร็จแล้วไหว้พระ)

อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ ภะคะวา,

พุทธีง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)

สวากขาโต ภะคะวะตา ธรรมัง ธรรมัง นะมัสสามิ (กราบ)

สุปฏิปันโน ภะคะวะโต สาอะกะสังโฆ, สังขัง นะมามิ (กราบ)

พานที่ ๒ ขอศีลแปด

อะหัง ภันเต ติสสะระณนะ สหะ อังคุละ สีลานิ ยาจามิ

พุทธิยัมปิ อะหัง ภันเต ติสสะระณนะ สหะ อังคุละ สีลานิ ยาจามิ

ตะตียมปี อะหัง ภัณฑะ ติสระระณณะ สะหะ อัญญะ สีลานิ ยาจามิ
(ถ้าสองคนขึ้นไปเปลี่ยน อะหัง เป็น มะยัง และ ยาจามิ เป็น ยาจามะ นอกนั้น
เหมือนกันหมด)

พุทธีง สะระณัง คัจฉามิ

ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

พุตียมปี พุทธีง สะระณัง คัจฉามิ

พุตียมปี ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

พุตียมปี สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะตียมปี พุทธีง สะระณัง คัจฉามิ

ตะตียมปี ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะตียมปี สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

พระสงฆ์กล่าวว่า “ติสระระณะคะมะนัง นิฏฐิตัง” จึงรับว่า “อามะภัณฑะ”

๑) ปาณาติปาตา เวรมะณี สิกขาประทั้ง สะมาธิยามิ

๒) อะทินนาทานา เวรมะณี สิกขาประทั้ง สะมาธิยามิ

๓) อะพรัหมะจะริยา เวรมะณี สิกขาประทั้ง สะมาธิยามิ

๔) มุสาวาทา เวรมะณี สิกขาประทั้ง สะมาธิยามิ

๕) สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวรมะณี สิกขาประทั้ง สะมาธิยามิ

๖) วิกาละโภชนา เวรมะณี สิกขาประทั้ง สะมาธิยามิ

๗) นจะคีตะวาทีตะวิสสุกะทัสสะนะ มาลาคัณธะวิเลปะนะธาระณะ มัณทะนะ วิภู
สะนีฏฐานา เวรมะณี สิกขาประทั้ง สะมาธิยามิ

๘) อุจจาสะยะนะ มะหาสะยะนา เวรมะณี สิกขาประทั้ง สะมาธิยามิ

พานที่ ๓ ขอกรรมฐาน

อิมาทัง ภาคะวา อัตตะภาวัง ตุมหากัง ปะริจจะขามิ

ข้าแต่สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าข้าพระองค์ ขอมอบถวายชีวิต ต่อพระรัตนตรัย คือ
พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ เพื่อจะเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

อิมาทัง อาจะริยะ อัตตะภาวัง ตุมหากัง ปะริจจะขามิ

ข้าแต่ท่านอาจารย์ผู้เจริญ ข้าขอมอบถวายตัว ต่อครูบาอาจารย์เพื่อจะเจริญวิปัสสนา
กรรมฐาน ณ โอกาสบัดนี้

นิพพานัสสะ เม ภันเต สัจฉิกะระนัตถายะ กัมมัฏฐานัง เทหิ

ข้าแต่ท่านอาจารย์ผู้เจริญ ขอท่านจงให้พระกรรมฐานแก่ข้าพเจ้าเพื่อจะทำได้ซึ่ง
มรรค ผล นิพพานต่อไป

อะหัง สุขิโต โหมิ

ขอให้ข้าพเจ้ามีความสุขปราศจากความทุกข์ ไม่มีเวร ไม่มีความลำบาก ไม่มี
ความเดือนร้อน ขอให้มีความสุข รักษาตนอยู่เถิด

สัพเพ สัตตา สุขิตา โหนตุ

ขอให้สัตว์ทั้งหลายทุกตัวตนตลอดถึงเทพบุตร เทพธิดาทุกพระองค์ พระภิกษุ
สามเณร และผู้ปฏิบัติธรรมทุก ๆ ท่าน จงเป็นผู้มีความสุข รักษาตนอยู่เถิด

อัทธวัง เม ชีวิตัง

ชีวิตของเราไม่แน่นอน ความตายแน่นอน ชีวิตไม่เที่ยง ความตาย เที่ยงที่สุด เพราะ
ชีวิตของคนเรามีความตายเป็นที่สุดเป็นโชค อันดีที่เราได้มาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ
โอกาสบัดนี้ไม่เสียที่ที่เกิดมาพบพระพุทธศาสนา

**เยเนวะ ยันติ นิพพานัง พุทธา เตสฺสยจะ สาวะกา เอกายะ มัคเคนะ สติปฺปฏิฐานะ
สฺสยญา**

พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ พระอัครสาวกชายชวา พระอรหันต์ สาวกทั้งหลายได้
ดำเนินไปแล้วสู่พระนิพพานด้วยทางสายใด ทางสายนั้นคือ สติปฺปฏิฐาน ๔ ข้าพเจ้าขอตั้งสัจจะอธิษฐาน
ปฏิบัติ จริง ๆ เพื่อให้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน เจริญรอยตามพระองค์ท่าน

อิมายะ ธัมมานุธัมมะปฏิบัติยา รัตตะนัตตะยัง ปุเชมิ

ข้าพเจ้าขอบูชาพระรัตนตรัยด้วยการปฏิบัติธรรมอันสมควร แก่ธรรม คือ มรรค ผล
นิพพาน นี้ ด้วยสัจจะวาจาที่กล่าวอ้างมานี้ ขอให้ข้าพเจ้าได้บรรลุ มรรคผล นิพพาน ด้วยเทอญฯ

พานที่ ๔

ขอขมาพระอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน อาจะริเย ปะมาเทนะ ทะวารัตตะเยนะ กะตัง,
สัพพัง อะปะราธัง ขะมะถะ เม ภันเต (ถ้าสองคนขึ้นไปกล่าววา **ชะมะตุ โน ภันเต**)

“จบพิธีการรับกรรมฐาน”

๓.๓.๕ การไหว้พระสวดมนต์^{๕๖}

ทุกครั้งก่อนที่จะมีการปฏิบัติธรรมพระสุพรหมยานเถร จะนำผู้ปฏิบัติธรรมไหว้พระสวดมนต์ ซึ่งในวันจะมีการไหว้พระสวดดังนี้

๑) บทสวดมนต์ประจำวันเช้า

ทำวัตรเช้า ตั้งขะณิกะปัจจะเวกขณะวิธี ธาตุปะฎิกุละปัจจัจจะเวกขณะวิธี ปัตติทานะคาถา ทำวัตรเย็น อะตีตะปัจจะเวกขณะวิธี ปัตติทานะคาถา ทำวัตรเย็น อะตีตะปัจจะเวกขณะวิธี กรวดน้ำอิมินา บทสวดสรรเสริญพระคุณ

ขึ้น/แรม ๑ คำ

สวดมนต์ชุมนุมเทวดา ปุพพะภาคะนะมะการะ สะระณะคะมะนะปาฐะ สัมพุทเธนะโมแปดบท บทขัตต่านาน ราชะโต บทขัตตมังคลสูตร มังคะละสุตัง आयुโท อิติปิโสมหาชัย อชชัมมยา พระเจ้าสิริราชาติ สุโข พุทธานัง บทวันทาหลวง บทวันทาน้อย

ขึ้น/แรม ๓ คำ

นะมะการะสิทธิคาถา นะโมแปดบท บทขัตตระระนะสูตร ระระนะสุตัง มงคลจักวาฬน้อย อคคัปปะสาทะสุตตะคาถา เกณียานุโมทะนาคาถา พระเจ้าสิริราชาติ อชชะมะยา สุโข พุทธานัง

ขึ้น/แรม ๕ คำ บทขัตตกะระณียะเมตตะสุตัง กะระณียะเมตตะสุตัง บทขัตตขันธะปะริตตะคาถา ขันธะปะริตตะคาถา บทขัตตโมระปะริตตัง โมระปะริตตัง บทขัตตวัฏฏะกะปะริตตัง วัฏฏะกะปะริตตัง มงคลจักวาฬใหญ่ วิหาระระทานะคาถา อชชะ มะยา สุโข พุทธานัง

ขึ้น/แรม ๗ คำ

บทขัตตระชัคคะปะริตตัง ระชัคคะปะริตตัง ระตะนัตตะยัปปะภาวะสิทธิคาถา เทวะตาทิสสะทักขินานุโมทะนาคาถา เทวะตาทิสสมันตะนะคาถา อชชะ มะยา สุโข พุทธานัง

ขึ้น/แรม ๘ คำ

นโม เม เมตเตยโย พุทธา วัปัสสะนาภูมิปาฐะ คำแม่เมตตา ๑๐ ทัก สุโข พุทธานัง พุทโธ สัพพัญญู พุทโธ มังคะละสัมภูโต

บทสวดมนต์ประจำวันพระตอนเย็น

คำสมมาแก้ว ๕ โกฎาก ทำวัตรพระ สวดกัมมัฏฐาน ปัญจะมหาปริจจาคะ คำสมมาแก้ว ๓ โกฎาก

ขึ้น/แรม ๙ คำ

บทขัตตอาฏานาฎียะปะริตตัง อาฏานาฎียะปะริตตัง บทขัตตอังคูลิมะปะริตตัง อังคูลิมะปะริตตัง บทขัตตโพชฌังคะปะริตตัง โพชฌังคะปะริตตัง บทขัตตอะภะยะปะริตตัง เอกาทะ

^{๕๖} วัดพระพุทธบาทตากผ้า, บทสวดมนต์วัดพระพุทธบาทตากผ้า, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๙).

สะมังอะภายะประริตตั้ง เทวะตาอุโยชณะคาถา บทขัดชะยะประริตตั้ง ชะยะประริตตั้ง หิริโออัปะ อธิปิโสมหาชัย อัจชะมะยา สุโข พุทธานัง ัมมะสังคิมมาตिका สวดแจง พระวินัย พระสูตร อภิธรรม พระสังคินี พระวิงค์ พระธาตูกะถา พระปุคคะละปัญญัตติ พระกะถาวัตถุ พระยะมะกะ พระมหา ปัญฐาน สัปปัจจยา บังสุกุลตาย คำพิจารณาตน บังสุกุลเป็น ตีโรกุทพะกันทะปัจฉิมภาค สุโข พุทธานัง อัจชะ มะยา

ขึ้น/แรม ๑๓ ค่ำ

ปีพพะโตปะมะคาถา อะริยะธนะคาถา บทขัดัมมะนิยามะสุดตั้ง ัมมะนิยามะสุดตั้ง ติลักขะณาติคาถา ปะฏิจจะสมมุปาทะปาฐะ บทอะเนกะชาติ พุทธะอุทานะคาถา ภัทเทกะรัตตะคาถา เทวะตาอุโยชณะคาถา อัจชะ มะยา สุโข พุทธา นัง

ขึ้น/แรม ๑๕ ค่ำ

ปะฏิจจะสมมุปาทะโรฐะ บทอะเนกะชาติ บทขัดัมมะจักกัปปะวัตตะนะสุดตั้ง ัมมะจักกัปปะวัตตะนะสุดตั้ง บทโย ธีโร บทโย โข อากาสัญญา พุทโธ สัพพะัญญู พุทโธ มังคะละสัมภูโต คำไหว้พระแปล อภินะปัจจเวกขณะปาฐะ คำไหว้พระก่อนนอนวันธรรมดา สามเณรสิกขา สีสุทเทสะปาฐะ ตายะนะคาถา ยังกัญจิ คำสวดสี่บาทา อุณหิสสะวิชะยะคาถา คำพินทุผ้า คำอธิษฐานเข้าพรรษา คำปวารณาออกพรรษา คำอนุโมทนาภิกษุ คำแสดงอาบัติ กิจที่ต้องลาพรรษา คำให้ศีลสะระณะคมน์ คำสรูปศีล คำสรูปศีลอุโบสถ วิธิตักขา อนุโมทนาวิธี มงคลจักวาฬาน้อย กาละทานะสุดตะคาถา อาทิสสุดตะคาถา ธาตุปัจจเวกขณะปาฐะ ตั้งขณิกปัจจเวกขณะปาฐะ อตีตะปัจจเวกขณะปาฐะ

๓.๓.๖ วิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐาน

๑) วิธีตกลูกประจำ^{๒๗}

วิธีการกำหนด หรือตกลูกประจำของพระสุพรหมยานเถร นั้น เป็นกุศโลบาย หรือเป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตใจที่สงบมากขึ้นโดยเฉพาะผู้ที่เริ่มปฏิบัติธรรมยังขาดความเข้าใจที่ถูกต้อง ยังขาดครูบาอาจารย์ผู้ชำนาญการดูแลสภาพจิตย่อมไม่สงบเท่าที่ควร จำต้องมีวิธีการยึดเหนี่ยวนำจิตให้เกิดความสงบเป็นเบื้องต้นก่อนจะได้มีจิตใจที่สงบไม่ฟุ้งซ่านอันเป็นสมถกรรมฐาน ก่อนที่จะพัฒนาจิตสู่ความละเอียดตามลำดับตามในการกำหนดอารมณ์ตามแนวทางแห่งสติปัญญา ๔ อันเป็นแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อนำไปสู่การบรรลุธรรมในที่สุด

วิธีตกลูกประจำ น้อมรำลึกถึงคุณพระรัตนตรัย คือ พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ โดยการไหว้พระ-สวดมนต์เสร็จแล้วถอดลูกประจำที่คล้องคออยู่ยกลูกประจำจบบใส่หัวแล้วตั้งจิตอธิษฐานว่า “อิมัง ปุสสะซีวัง อธิชฺฐามิ” (ว่า ๓ จบ) จากนั้นลดลูกประจำมาอยู่ระหว่างอกโดยใช้หัวแม่มือข้างที่ถนัดนับไปที่ละลูกจนครบ ๑๐๘ ลูก โดยแต่ละรอบจะบริกรรม ดังนี้

^{๒๗} วัดพระพุทธบาทตากผ้า, หนังสือสวดมนต์แปล, (คำพูน: หสม.ณัฐพลการพิมพ์, ๒๕๔๙).

ตก-นั้บ พุทโธ ๑ รอบ แล้วหยุดรำลึกว่า พุทโธ พระพุทธเจ้าเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน
โดยธรรม

ตก-นั้บ รั้มโม่ ๑ รอบ แล้วหยุดรำลึกว่า รั้มโม่ พระธรรมเป็นธรรมที่พระผู้มีพระภาค
เจ้าตรัสไว้ดีแล้ว

ตก-นั้บ สั้งโม่ ๑ รอบ แล้วหยุดรำลึกว่า สั้งโม่ พระสงฆ์สาวกของพระผู้มีพระภาคเจ้า
ปฏิบัติดีแล้ว

ตก-นั้บ อนิจจัง ๑ รอบ แล้วหยุดรำลึกว่า นามะรูปัง อะนิจจัง นามรูปนี้้เป็นของไม่
เที่ยง

ตก-นั้บ ทุกขัง ๑ รอบ แล้วหยุดรำลึกว่า นามะรูปัง ทุกขัง นามรูปนี้้เป็นทุกข์

ตก-นั้บ อนัตตา ๑ รอบ แล้วหยุดรำลึกว่า นามะรูปัง อนัตตา นามรูปนี้้เป็นของมิใช่
ตัวตน

เมื่อ ตก-นั้บ ลูกประจำทุกบทแล้ว ให้ยกลูกประจำบใส่หัวแล้วตั้งอธิษฐานว่า “อิมัง
ปุสสะชีวัง ปัจจุทธะรามิ” (ว่า ๓ จบ) เป็นเสร็จพิธีกำหนด หรือตกลูกประจำ

รวมเวลาในการบำเพ็ญธรรมประมาณหนึ่งชั่วโมงเศษ จากนั้น ท่านหลวงปู่ ฯ ได้นำ
แผ่เมตตา อุทิศกุศลธรรม ไปให้กว้างใหญ่ไพศาลต่อไป

การตกลูกประจำ เป็นการปรับอินทรีย์ให้เกิดความสงบ อาศัยสติ และจิต เพ่งเพียร
อยู่กับอาการนั้นๆ ไม่ให้จิตใจส่ายไปทางใดทางหนึ่ง เป็นวิธีการทำจิตให้สงบ

๒) การพิจารณาอภินหปัจจเวกขณ^{๒๘} ข้อที่พึงพิจารณาเนืองๆ ๕ ประการ ดังนี้

ชราธัมโมมหิ ชะรัง อะนะติโต

เรามีความแก่เป็นธรรมดา จะล่งพ้นความแก่ไปไม่ได้

พะยาธิธัมโมมหิ พะยาธิง อะนะติโต

เรามีความเจ็บไข้เป็นธรรมดา จะล่งพ้นความเจ็บไข้ไปไม่ได้

มะระณะธัมโมมหิ มะระณัง อะนะติโต

เรามีความตายเป็นธรรมดา จะล่งพ้นความตายไปไม่ได้

สัพเพหิ เม ปิเยหิ มะนาเปหิ นานาภาโว วินาภาโว

เราจักพลัดพรากจากของที่รัก ของชอบใจทั้งหลาย

กัมมัสสะโกมหิ กัมมะทายาโท

เรามีกรรมเป็นของๆ ตน เราจักเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น

^{๒๘} วัตพระพุทธบาทตากผ้า, หนังสือสวดมนต์แปล, หน้า ๒๕.

กัมมะโยนิ กัมมะพันธ
 เรามีกรรมเป็นแดนเกิด เรามีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์
 กัมมะประภูติสะระโน ยัง กัมมัง ภาวิสสามิ
 เรามีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย เราทำกรรมอันใดไว้
 ก็ลายฉิ่ง วา ปาปะกัง วา
 เป็นกรรมดีก็ตาม เป็นกรรมชั่วก็ตาม
 ตัสสะ ทายาโท ภาวิสสามิ
 เราจักต้องเป็นผู้รับผลแห่งกรรมนั้น
 เอวัง อัมहेติ อะภินันท์ ปัจจะเวกขิตัพพัง
 เราทั้งหลายพึงพิจารณาเรื่องๆ อย่างนี้แล.

๓.๓.๗ วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

๑) แบบฝึกหัดที่ ๑

การปฏิบัติในญาณที่ ๑ เรียกว่า “นามรูปปริจเฉทญาณ” เริ่มจาก การกราบสติปัฏฐานก่อน วิธีการกราบสติปัฏฐานคือ ผู้ปฏิบัติจะต้อง นั่งคุกเข่าทั้งสอง เอามือขวา ซ้าย วางคว่ำไว้ที่เข่าขวา - ซ้าย แล้วค่อยๆ พลิกฝ่ามือขึ้นทีละข้าง ขวาก่อน พร้อมทั้งกำหนดด้วยสติ ว่า “พลิกหนอๆๆ” โดยจะต้องเอาจิตเข้าไปรู้ด้วยว่ากำลังพลิกฝ่ามือ เสร็จแล้วให้ยกมือข้างขวาขึ้นช้า ๆ พร้อมกำหนดว่า “ขึ้นหนอๆ ๆ” เมื่อยกมาถึงอกก็ให้กำหนดว่า “ถูกหนอๆๆ” ต่อจากนั้นเริ่มพลิกมือ ซ้ายซ้ายทำเช่นเดียวกับข้างขวา ยกมือทั้งสองขึ้นพนมกันไว้ระหว่างอก แล้วยกมือขึ้นจรดที่หน้าผาก ระหว่างคิ้วทั้งสองข้าง พร้อมทั้งกำหนดว่า “ขึ้นหนอๆๆ” เวลายก และกำลัง “ถูกหนอๆๆ” เมื่อเวลาจรดระหว่างคิ้ว แล้วลดมือลงมาตั้งไว้ระหว่างอกโดยกำหนดว่า “ลงหนอๆๆ” เมื่อถูก ที่อกก็ให้กำหนดว่า “ถูกหนอๆๆ” ต่อจากนั้นก้มหลังลงเล็กน้อย พร้อมกับกำหนดว่า “ก้มหนอๆๆ” แล้วเอามือข้างขวาลงก่อนกำหนด ว่า “ลงหนอๆๆ” เมื่อถูกที่พื้น กำหนดว่า “ถูกหนอๆๆ” พลิกฝ่ามือ คลงกำหนดว่า “คว่ำหนอๆๆ” แล้วเอามือซ้ายตามกำหนดแบบ เดียวกัน ระดับมือห่างกัน ๔ นิ้ว แล้วก้มศีรษะลง กำหนดว่า “ก้มหนอๆๆ” เมื่อศีรษะจรดพื้นกำหนดว่า “ถูกหนอๆๆ” โดยมีนิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้างอยู่ระหว่างคิ้ว เวลาเงยขึ้นก็กำหนดว่า “เงยหนอๆๆ” ต่อจากนั้นก็กราบ แบบเดิมอีก ๒ ครั้ง โดยกำหนดไปด้วยเพื่อความเข้าใจให้ดูรายละเอียด ในภาพวิธีการกราบสติปัฏฐาน

การกราบครั้งที่ ๒ และครั้งที่ ๓ ทำแบบเดียวกันกับการกราบครั้งที่ ๑ หลังจากกราบครั้งที่ ๓ แล้ว

เมื่อยืนขึ้นแล้วให้กำหนดว่า “ยืนหนอๆๆ” เพื่อให้สติพิจารณา ดูรูปยืนให้ชัดเจนวางเท้าซ้ายและเท้าขวา ปลายเท้าชิดเสมอกันแต่ห่างกันเล็กน้อย มือทั้งสองไขว้หลังหรือกุมไว้ด้านหลัง ศีรษะ ตั้งตรง ทอดสายตาไปเบื้องหน้ามองลงต่ำประมาณ ๑ วา หรือ ๔ ศอก

วิธีการเดินจงกรม

ก่อนเดินให้กำหนดว่า “อยากเดินหนอๆ” แล้วค่อย ก้าวเท้า ไปข้างหน้าโดยเริ่มจากเท้าขวาก่อน โดยเอาหัวแม่เท้าออกก่อน ให้เอา สติเพ่งพิจารณาอยู่ที่เท้าขวากำหนดว่า “ขวาย่างหนอ” พอก้าวเท้าซ้าย กำหนดว่า “ซ้ายย่างหนอ” ให้กำหนดในใจตามไปพร้อมกับขณะยกเท้า

ขวาก้าวไปจนวางเท้าลงกับพื้น ตั้งสติกำหนดตั้งแต่เริ่มยกเท้าซ้าย ๆ ว่า “ขวาย่างหนอ” “ซ้ายย่างหนอ” พอเท้าเหยียบลงกับพื้นก็ลงคำว่า “หนอ” พอดี ทำอย่างนี้ทุกครั้งและทุกก้าว เรียกว่าเดินจงกรม ๑ ระยะ

การเดินจงกรมให้เดินไป – เดินกลับไปกลับอย่างช้า ๆ โดยจะต้อง เอาสติเพ่งพิจารณาอยู่ที่เท้าทั้ง ๒ ข้าง เมื่อเดินจงกรมไปสุดด้านใด ด้านหนึ่ง ให้หยุดยืนเท้าทั้ง ๒ ข้างชิดกัน พร้อมทั้งกำหนดว่า “หยุดหนอๆ” เมื่อรูปยืนปรากฏขึ้นก็ให้พิจารณาตุรุษยืน พร้อมทั้ง กำหนดว่า “ยืนหนอๆ” เมื่ออยากจะกลับก็ให้กำหนดว่า “อยากกลับ หนอๆ ๆ” แล้วค่อยๆ หุ่นตัวกลับมาทางขวาพิจารณาตุรุษียบถการ กลับตัวให้ชัดเจน ด้วยการยกเท้าขวาแยกมาตั้งมุมพอประมาณให้ได้เท้าขวาไปก่อนและเท้าซ้ายตามมาชิดอย่างละ ๓ หนอ พร้อมกำหนด ว่า “กลับหนอๆ” จนกระทั่งกลับมาอีกด้านหนึ่งได้สำเร็จ เมื่อรูปยืนปรากฏขึ้นอีกครั้งก็ให้พิจารณาตุรุษยืนให้ชัดเจนพร้อมทั้ง กำหนดว่า “ยืนหนอๆ” ก่อนจะเดินจงกรมต่อไปให้กำหนดว่า “อยากเดิน หนอๆ” จึงเริ่มเดินจงกรมต่อไป โดยก้าวเท้าขวาออกก่อน เอาสติ ไปเพ่งพิจารณาที่เท้าขวา พร้อมกับกำหนดว่า “ขวาย่างหนอ” เมื่อ ก้าวเท้าซ้ายก็เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่เท้าซ้าย พร้อมกับกำหนดว่า “ซ้ายย่างหนอ” ให้เดิน ประมาณ ๙๐ นาที แล้วเปลี่ยนอิริยาบถจาก เดินจงกรมเป็นนั่งสมาธิโดยกำหนดว่า “อยากนั่งหนอๆ” แล้วค่อย ๆ นั่งลง พร้อมกับกำหนดว่า “นั่งหนอๆ”

วิธีการนั่งสมาธิ

การนั่งสมาธิให้เอามือขวาวางไว้บนมือซ้ายให้ปลายนิ้วหัวแม่มือ ชนกัน เอาเท้าซ้าย ซุกเข้าไว้ในขาขวา เอาสันเท้าจรดหน้าแข้งเบื้องซ้าย หรือนั่งขัดสมาธิ ให้ขาขวาวางบนขาซ้ายนั่งตัวตรง หายใจช้า ๆ แล้ว ค่อยๆ หลับตา ตัดความกังวลทุกอย่างให้หมด แล้วเอาสติมาไว้ที่ท้องเหนือสะดือ ๒ นิ้ว เวลาหายใจเข้า ท้องพองออก ให้เอาสติเพ่งพิจารณา อยู่กับอาการพองเพียงอย่างเดียว พร้อมกับกำหนดว่า “พองหนอ” เวลาหายใจออกท้องยุบ ก็ให้เอาสติเพ่งพิจารณาอยู่กับอาการยุบเพียงอย่างเดียว พร้อมกับกำหนดว่า “ยุบหนอ” อาการที่ท้องพองและ ท้องยุบก็คือรูป ส่วนอาการที่เอาสติมาคุมจิตเข้าไปรู้อาการพองยุบ ก็คือนาม การเอาจิตเข้าไปรู้อาการพอง อาการยุบให้เป็นปัจจุบันอย่าง สม่าเสมอ ปฏิบัติไปเรื่อยๆ ก็จะเกิดปัญญาพิจารณาว่าร่างกายของ เรานั้น แท้จริงมีแต่รูปกับนามเท่านั้น ไม่มีอย่างอื่นเลย มองเห็น พระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ได้ชัดเจนขึ้นเมื่อเวลานั่งไปนาน ๆ ก็ปวดเมื่อยเป็นทุกขัง (ทุกขัง) ก็ต้องมีการเปลี่ยนอิริยาบถ รูปนั้นก็ไม่ใช่เป็นอนิจจัง และเห็นความเป็นอนัตตา คือร่างกายไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ไม่สามารถบังคับบัญชาได้ ห้ามไม่ให้ปวด ไม่ให้เมื่อย ห้ามไม่ได้ เพราะฉะนั้น การพิจารณารูป นาม เป็นอารมณ์นั้น เราสามารถยกจิตขึ้นสู่ปัญญาได้ตลอดเวลา ขอให้ปฏิบัติให้ได้ปัจจุบัน ธรรม จึงจะบังเกิดผลอย่างแท้จริง ให้กำหนดนั่งสมาธิ นานประมาณ ๑๐ นาที

๒) แบบฝึกหัดที่ ๒

ในขั้นแรกนี้ ผู้ปฏิบัติจะต้องเดินจงกรม สลับกันกับการนั่งสมาธิ กล่าวคือ เดินจงกรม ๑๐ นาที สลับกับการนั่งสมาธิ ๑๐ นาที โดยผู้ปฏิบัติควรมีเวลาในการเดินจงกรมและนั่งสมาธิรวมแล้ว ไม่น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง ใน ๑ วัน หลังจากนั้นก็มี การสอบอารมณ์ กรรณฐานกับวิปัสสนาจารย์ เพื่อแก้ไขข้อบกพร่องของการปฏิบัติและ แนะนำวิธีการปฏิบัติในขั้นที่สูงขึ้นไป

เมื่อผู้ปฏิบัติมีความเข้าใจและตั้งใจปฏิบัติในญาณที่ ๑ เป็น อย่างดีแล้ววิปัสสนาจารย์ก็จะแนะนำวิธีการปฏิบัติในญาณที่ ๒ คือ “ปัจฉยปริคคหญาณ” โดยเริ่มจากการกราบสติปัฏฐานก่อนแล้ว กำหนดเดินจงกรม ๒ ระยะ

ผู้ปฏิบัติควรยืนชิดเท้าทั้งสองข้าง ปลายเท้าเสมอกัน ห่างกัน เล็กน้อย ตัวและศีรษะ ตั้งตรงพิจารณาตรูปรูปร่างให้ชัดเจน กำหนดว่า

“ยืนหนอๆ” ก่อนจะเดินก็ให้กำหนดว่า “อยากเดินหนอๆ” เมื่อรู้ชัด ว่าอยากเดินแล้วจึงยกเท้าขึ้นช้า ๆ ควบไปกับการยื่นเท้าไปข้างหน้า พร้อมกับกำหนดว่า “ยกหนอ” พอวางเท้าลงกับพื้น ก็กำหนดว่า “เหยียบหนอ” ให้พร้อมกันทำเช่นนี้ทุกก้าว โดยเอาสติเพ่งพิจารณาอยู่ที่เท้าทั้ง ๒ ข้างตลอดเวลา ให้เดินจงกรมนานประมาณ ๒๐ นาที แล้วเปลี่ยนอิริยาบถเป็นนั่งสมาธิ โดยก่อนจะเปลี่ยนอิริยาบถจะต้อง กำหนดว่า “อยากนั่งหนอๆ” เพื่อให้รู้ชัดว่าอยากจะนั่ง แล้วจึงค่อย ๆ นั่งลง พร้อมกับกำหนดว่า “นั่งหนอๆ” ให้พร้อมกับอาการที่กำลังนั่ง

วิธีการนั่งสมาธิ ก็เหมือนกับการนั่งสมาธิในแบบฝึกหัดที่ ๑ พยายามดำรงสติให้มั่น โดยเอาสติมาไว้ที่ท้องเหนือสะดือ ๒ นิ้ว เวลาหายใจเข้า ท้องพองออกให้กำหนดว่า “พองหนอ” เวลาหายใจออก ท้องยุบ ให้กำหนดว่า “ยุบหนอ” พยายามกำหนดให้ได้ปัจจุบันธรรม คือให้ทำไปพร้อม ๆ กัน เวลาพองก็ให้กำหนดพองพร้อมกัน ถ้ามีอาการ พองก่อน แล้วกำหนดที่หลังหรือยังไม่มีอาการพอง แต่ไปกำหนดว่า พองหนอ ก็ไม่เป็นปัจจุบันธรรม กลายเป็นอดีตหรืออนาคตไป และ เมื่อมีอาการพองแล้ว มันจะมีการเปลี่ยนแปลงอย่างไร มันจะเร็วหรือ ช้าก็ต้องกำหนด เมื่อมันเร็วก็กำหนดว่า “เร็วหนอๆ” เมื่อมันช้า ก็กำหนดว่า “ช้าหนอๆ” เวลาพองก็เอาสติเพ่งพิจารณาที่อาการพองอย่างเดียว กำหนดว่า “พองหนอ” เวลายุบก็เอาสติเพ่งพิจารณาที่อาการ ยุบอย่างเดียว กำหนดว่า “ยุบหนอ”

ในขณะที่นั่งสมาธิอยู่นั้น ถ้ามีเวทนาเกิดขึ้น เช่น เจ็บ ปวด เมื่อย คัน ก็ให้ใช้สติ กำหนดอาการนั้น ๆ คือ ให้ทั้ง พอง ยุบ ก่อน แล้วเอาสติ ไปเพ่งพิจารณาตรงจุดที่มีอาการเจ็บปวด เมื่อย หรือคัน กำหนดว่า “เจ็บหนอๆ ปวดหนอๆ เมื่อยหนอๆ หรือ คันหนอๆ”

แล้วแต่ว่าจะมีเวทนาใดเกิดขึ้น เมื่อจิตรู้ชัดแล้วก็ บัดนี้ทุกขเวทนา ได้เกิดขึ้นแล้ว ให้ย้ายสติกลับมาเพ่งพิจารณาที่ท้อง กำหนด พองหนอ ยุบหนอ ต่อไป ถ้าเวลาคิดไปถึงเรื่องต่าง ๆ เช่น คิดถึงบ้าน คิดถึงการทำงาน คิดถึงลูกหลาน เป็นต้น ให้เราเอาสติกำหนดพิจารณาว่า “คิดหนอๆ” หลังจากหยุดคิดแล้ว ก็เอาสติมากำหนดที่ อาการ พอง ยุบ ต่อไป ถ้ามีนิรวณธรรม ๕ ประการ คือ ชอบใจ ไม่ชอบใจ ง่วง ฟุ้ง สงสัย อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติ ไม่ว่าจะ เป็นเวลากำลังนั่ง

สมาธิ หรือเดินจงกรมก็ตาม ต้องทิ้ง พอง ยุบ เสียก่อน แล้วเอาสติไปกำหนด ที่นิเวรณนั้น ๆ ว่า “ชอบหนอๆๆ ไม่ชอบหนอๆๆ ง่วงหนอๆๆ พังหนอๆๆ สงสัยหนอๆๆ” แล้วแต่ว่าจะมีนิเวรณอย่างไรใดเกิดขึ้น เมื่อจิตรู้เท่าทันสภาวะของนิเวรณนั้น ๆ อย่างชัดเจนแล้ว ก็ควรละทิ้ง นิเวรณนั้นๆ เสียแล้ว เอาสติกลับมากำหนด พองหนอ ยุบหนอ ต่อไป

ให้ผู้ปฏิบัตินั่งสมาธินานประมาณ ๒๐ นาที แล้วเปลี่ยนอิริยาบถ เป็นเดินจงกรม โดยกำหนดก่อนว่า “อยากลุกหนอๆๆ” เพื่อให้รู้ชัดว่า อยากลุกขึ้น แล้วค่อยๆ ลุกขึ้นยืนพร้อมทั้งกำหนดว่า “ลุกหนอๆๆ” เมื่อรูปยืนปรากฏขึ้น ก็เอาสติมาพิจารณารูปยืนให้ชัดเจน พร้อมทั้งกำหนดว่า “ยืนหนอๆๆ” ก่อนจะเดินกำหนดว่า “อยากเดินหนอๆๆ” ให้รู้ชัดว่าอยากจะเดิน แล้วจึงเริ่ม เดินจงกรมต่อไปประมาณ ๒๐ นาที สลับกับการนั่งสมาธิ ๒๐ นาที โดยพยายามให้มีเวลาในการเดิน จงกรมและการนั่งสมาธิรวมแล้ว ไม่น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง ใน ๑ วัน แล้วจึงไปสอบอารมณ์กับวิปัสสนาจารย์ เพื่อประโยชน์ของผู้ปฏิบัติ ที่จะขอคำแนะนำวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้อง และรายงานความก้าวหน้า ในการปฏิบัติของตนเอง

๓) แบบฝึกหัดที่ ๓

ในขั้นนี้ผู้ปฏิบัติจะได้รับคำแนะนำให้ปฏิบัติในญาณที่ ๓ เรียกว่า “สัมมสนญาณ” คือ กราบสติปฏิฐานก่อนแล้วเดินจงกรม ๒ ระยะ เหมือนแบบฝึกหัดที่ ๒ เป็นระยะประมาณ ๒๐ นาที แล้วเปลี่ยน อิริยาบถเป็นนั่งสมาธิ โดยมีการกำหนดทุกขั้นตอน ตั้งแต่ “อยากนั่ง หนอๆๆ” ให้รู้ชัดว่าอยากจะนั่ง แล้วค่อย ๆ นั่งลง พร้อมกับกำหนด ว่า “นั่งหนอๆๆ” ในการกำหนดขณะนั่งสมาธิให้กำหนด ดังนี้ คือ พองหนอ ยุบหนอ นั่งหนอ

วิธีการกำหนดขณะนั่งสมาธิให้เพ่งพิจารณาใช้สติไปกำหนดที่ท้อง เนื้อสะดือ ๒ นิ้ว เวลาหายใจเข้าท้องพอง ให้กำหนดว่า “พองหนอ” เวลาหายใจออก ท้องยุบให้กำหนดว่า “ยุบหนอ” หลังจากนั้นให้กำหนดไปที่ทำนอง พิจารณาจตุรปูที่นั่งให้ชัดเจน โดยผู้ปฏิบัติพึงระลึกว่าตนเอง กำลังนั่งอยู่มีได้อยู่ในอิริยาบถยืน พร้อมกำหนดว่า “นั่งหนอ” โดย ไม่ต้องไปใส่ใจกับอาการ พอง ยุบ หรือลมหายใจเข้า-ออก จะหายใจ เข้าออกกี่ครั้งก็ได้ และกำหนดกลับไปว่า “พองหนอ ยุบหนอ นั่งหนอ” เวียนกันไปเช่นนี้ตลอดการนั่งสมาธิ คือ ประมาณ ๒๐ นาที สลับกันไป จนกระทั่งมีเวลาปฏิบัติรวมแล้วไม่น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง จึงจะสอบ

๔) แบบฝึกหัดที่ ๔

หลังจากที่ผู้ปฏิบัติมีความก้าวหน้าในญาณที่ ๓ เรียบร้อยแล้ว ก็สามารถปฏิบัติในญาณที่ ๔ เรียกว่า “อุท্থัพพญาณ” ชั้นนี้ วิปัสสนา จารย์จะแนะนำให้ผู้ปฏิบัติกราบสติปฏิฐานแล้วเดินจงกรม ๓ ระยะ คือ ยกหนออย่างหนอ เหยียบหนอ (ดังภาพที่ ๖)

วิธีการเดินจงกรมในขั้นนี้ มีข้อที่ควรระวัง คือ เวลายกเท้าขึ้น ก็ให้ยกเท้าขึ้นตรง ๆ พร้อมทั้งกำหนดว่า “ยกหนอ” เมื่อย่างเท้าก็ให้ ยืนเท้าออกไปข้างหน้าตรง ๆ พร้อมกำหนดว่า “ย่างหนอ” เมื่อจะเหยียบ ก็ให้เหยียบลงตรง ๆ พร้อมกับกำหนดว่า “เหยียบหนอ” ต้องเอาสติไปเพ่งพิจารณาที่เท้าทั้ง ๒ ข้างตลอดเวลา ก้าวต่อไปก็กำหนดตาม อาการที่เดินว่า “ยกหนอ ย่าง

หนอ เหยียบหนอ” กำหนดเช่นนี้ เรื่อยไปตลอดการเดินจงกรม ให้เดินอย่างช้า ๆ ด้วยสติ กลับในกลับมา ประมาณ ๓๐ นาที การเดินจงกรมนี้ มีประโยชน์หลายอย่างพระพุทธองค์ทรงจำแนกประโยชน์ของการเดินจงกรมไว้ ๕ ประการ คือ วัด

๔.๑) อพาธน้อย

๔.๒) ย่อยอาหาร

๔.๓) นานในสมาธิ

๔.๔) ตรีความเพียร

๔.๕) เป็นเซียนในการเดิน

ดังนั้น นักปฏิบัติทั้งหลาย ขออย่าได้ละเลยการเดินจงกรม ก่อนจะนั่งสมาธิทุกครั้ง สำหรับในแบบฝึกหัดนี้ หลังจากเดินจงกรม ประมาณ ๑๐ นาที แล้วก็เปลี่ยนเป็นอิริยาบถนั่งสมาธิโดยมีการกำหนด ทุกขั้นตอนที่มีการเปลี่ยนอิริยาบถ วิธีการนั่งสมาธิก็เหมือนกับการ นั่งสมาธิในแบบฝึกหัดที่ ๓ คือใช้สติกำหนดว่า “พองหนอ ยุบหนอ” นั่งหนอ ใช้เวลานั่งสมาธิประมาณ ๓๐ นาที แล้วเปลี่ยนอิริยาบถ เป็นการเดินจงกรมอีก ๓๐ นาที สลับกันเช่นนี้ และพยายามให้มีเวลาปฏิบัติไม่น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง จึงไปสอบอารมณ์กับวิปัสสนาจารย์

๕) แบบฝึกหัดที่ ๕

ขั้นนี้ วิปัสสนาจารย์จะแนะนำให้ปฏิบัติในญาณที่ ๕ เรียกว่า “ภังคญาณ” คือหลังจากกราบสติปฏิฐานแล้ว ให้เดินจงกรม ๔ ระยะ กำหนดในใจว่า “ยกสันหนอ ยกหนอ อย่างหนอ เหยียบหนอ

การเดินจงกรม ๔ ระยะ ก็คล้ายกับการเดินจงกรม ๓ ระยะ เพียงแต่เพิ่มระยะ “ยกสันหนอ” ขึ้นอีก ๑ ระยะ เพื่อให้สติได้พิจารณา ความเป็นมาของการเดินจงกรมมากยิ่งขึ้น วิธีการกำหนดในการ เดินจงกรม ๔ ระยะ คือให้เริ่มจากเท้าขวา ยกขึ้นเล็กน้อย แต่ปลายเท้ายังแตะอยู่ที่พื้น พร้อมกับกำหนดว่า “ยกสันหนอ” แล้วยกเท้าขวา ขึ้นตรง ๆ ให้เหนือพื้นประมาณฝ่ามือตะแคง พร้อมกับกำหนดว่า “ยกหนอ” และเมื่อเท้าเหยียบลงกับพื้นกำหนดว่า “เหยียบหนอ” ทำเช่นนี้ทั้งเท้าขวาและเท้าซ้าย กำหนดให้พร้อมกับอาการที่เดินเบ ตามลำดับว่า “ยกสันหนอ ยกหนอ อย่างหนอ เหยียบหนอ” สติเพ่งพิจารณาอยู่ที่เท้าทั้ง ๒ ข้างตลอดเวลา ใช้เวลาเดินจงกรม ๔ - ประมาณ ๔๐ นาที แล้วเปลี่ยนอิริยาบถเป็นนั่งสมาธิ การนั่งสมาธิแบบฝึกหัดนี้ให้กำหนดว่า “พองหนอ ยุบหนอ นั่งหนอ ถูกหนอ”

วิธีการกำหนดเวลานั่งสมาธิ

ให้กำหนดไปตามลำดับ ดังนี้

๕.๑) หายใจเข้า ท้องพอง เอาสติไปกำหนดที่ท้องว่า “พองหนอ”

๕.๒) หายใจออก ท้องยุบ เอาสติไปกำหนดที่ท้องว่า “ยุบหนอ”

๕.๓) เอาสติพิจารณาดูรูปนั่งให้ชัดเจนกำหนดว่า “นั่งหนอ”

๕.๔) เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่บริเวณ สะโพกขวา โดยภาพกำหนด กษณะและขนาด ของจุดที่กำลังเพ่งพิจารณานั้น ให้เป็นวงกลมมีขนาด เท่าเหรียญสิบบาทพร้อมทั้งกำหนดว่า “ถูกหนอ”

๕.๕) หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๕.๖) หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๕.๗) พิจารณาดูรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๕.๘) เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่บริเวณ สะโพกซ้าย กำหนดว่า “ถูกหนอ”

ให้กำหนดตั้งแต่ข้อ ๑ ถึงข้อ ๘ แล้วเวียนกลับไปข้อ ๑ - ๔ ใหม่ ทำเช่นนี้เรื่อยไป จนกระทั่งครบ ๔๐ นาที โดยประมาณ จึงเปลี่ยน อิริยาบถเป็น เดินจงกรม ๔ ระยะ ประมาณ ๔๐ นาที สลับกัน ไปจนกระทั่งมีเวลาปฏิบัติไม่น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง จึงไปสอบอารมณ์กับ วิปัสสนาจารย์

๖) แบบฝึกหัดที่ ๖

เมื่อผู้ปฏิบัติมีความก้าวหน้าในญาณที่ ๕ เป็นอย่างดีแล้ว วิปัสสนาจารย์ จะแนะนำ วิธีปฏิบัติในญาณที่ ๕ เรียกว่า “ภยญาณ” ขึ้นนี้ผู้ปฏิบัติจะต้องกราบสติปัฏฐาน แล้วเดินจงกรม ๔ ระยะ เหมือนกับ การเดินจงกรมในแบบฝึกหัดที่ ๕ ทุกประการ ใช้เวลาในการเดินจงกรมนานประมาณ ๔๐ นาที แล้วเปลี่ยนอิริยาบถเป็นนั่งสมาธิ กำหนดตั้งแต่ ข้อ ๑ ถึง ๔ เหมือนกับในแบบฝึกหัดที่ ๕ แล้วกำหนดเพิ่มขึ้นตามลำดับ ขั้นตอน ดังนี้

๙. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๑๐. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๑๑. พิจารณาดูรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๑๒. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ ก้นย้อยขวา กำหนดว่า “ถูกหนอ”

๑๓. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๑๔. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๑๕. พิจารณาดูรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๑๖. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ ก้นย้อยซ้าย กำหนดว่า “ถูกหนอ”

๑๗. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๑๘. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๑๙. พิจารณาดูรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๒๐. ไปเพ่งพิจารณาที่ ขาพับด้านนอกขวา กำหนดว่า “ถูกหนอ”

๒๑. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๒๒. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๒๓. พิจารณาตุรุปนัง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๒๔. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ขาพับด้านนอกซ้ายกำหนดว่า “ถูกหนอ”

ให้กำหนดตั้งแต่ข้อ ๑ ถึงข้อ ๒๔ แล้วเวียนกลับไปข้อ ๑ - ๒๔ ใหม่ กำหนดเรียงมาตามลำดับ จนถึงข้อ ๒๔ กำหนดเวียนไปเช่นนี้เรื่อย ๆ จนกระทั่งครบ ๔๐ นาที สลับการนั่งสมาธิเรื่อยไป จนมีเวลาปฏิบัติ ไม่ต่ำกว่า ๑๐ ชั่วโมง จึงสอบอารมณ์กับวิปัสสนาจารย์

๗) แบบฝึกหัดที่ ๗

ญาณที่ ๗ เรียกว่า “อาที่นาญาณ” ขั้นนี้ผู้ปฏิบัติจะต้องกราบ - สติปัญญาฐานเสียก่อน แล้วเดินจงกรม ๕. ระยะ เหมือนแบบฝึกหัดที่ ๒ และที่ ๕ ให้เดินจงกรมประมาณ ๔๐ นาที แล้วเปลี่ยนอริยาบถเป็น นั่งสมาธิ กำหนดเรียงไปตามลำดับ ตั้งแต่ข้อ ๑ ถึง ๒๔ เหมือนกับในแบบฝึกหัดที่ ๕ และที่ ๖ และกำหนดเพิ่มเติม ดังนี้

๒๕. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๒๖. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๒๗. พิจารณาตุรุปนัง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๒๘. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ตาตุ่มด้านนอกขวากำหนดว่า “ถูกหนอ”

๒๙. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๓๐. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๓๑. พิจารณาตุรุปนัง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๓๒. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ ตาตุ่มด้านนอกซ้ายกำหนดว่า “ถูกหนอ”

ให้กำหนดตั้งแต่ข้อ ๑ ถึงข้อ ๓๒ แล้วเวียนกลับไป ๑ - ๓๒ อีกครั้ง เรื่อย ๆ ไปจนกระทั่งครบ ๔๐ นาที โดยประมาณ จึงเปลี่ยนอริยาบถเป็น เดินจงกรม ๔. ระยะ คือ ยกส้นหนอ ยกหนอ อย่างหนอ เขยิบหนอ อีก ๔๐ นาที สลับกับการนั่งสมาธิตามแบบฝึกหัดนี้อีก ๔๐ นาที สลับกันไป จนกระทั่งมีเวลาปฏิบัติ ไม่ต่ำกว่า ๖๐ ชั่วโมง จึงไปสอบอารมณ์กับวิปัสสนาจารย์

๘) แบบฝึกหัดที่ ๘

ญาณที่ ๘ เรียกว่า “นิพพิทาญาณ” การปฏิบัติในขั้นนี้ หลังจาก กราบสติปัญญาฐาน แล้วให้ผู้ปฏิบัติเดินจงกรม ๔ ระยะ คือ ยกส้นหนอ ยกหนอ อย่างหนอ เขยิบหนอ ประมาณ ๔๐ นาที แล้วเปลี่ยน อริยาบถ เป็นนั่งสมาธิ ๔๐ นาที โดยกำหนดตั้งแต่ข้อ ๑ ถึงข้อ ๓๒ เหมือนกับแบบฝึกหัดที่ ๕ - ๗ แล้วกำหนดเพิ่มเติม ดังต่อไปนี้

๓๓.หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๓๔.หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๓๕.พิจารณาคูรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๓๖.เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ หลังเท้าขวา กำหนดว่า “ถูกหนอ”

๓๗.หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๓๘.หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๓๙.พิจารณาคูรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๔๐.เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ หลังเท้าซ้าย กำหนดว่า “ถูกหนอ”

ให้กำหนดตั้งแต่ ๑ ถึงข้อ ๔๐ ตามลำดับ แล้วเริ่มกำหนดข้อ ๑ - ๔๐ อีกครั้งเรื่อย ๆ จนกระทั่งครบ ๔๐ นาที โดยประมาณ แล้วเปลี่ยนอิริยาบถ เป็นเดินจงกรม ๔ ระยะเวลา อีกประมาณ ๔๐ นาที สลับกันไปเช่นนี้ จนกระทั่งมี เวลาปฏิบัติไม่น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง จึงไปสอบอารมณ์กับวิปัสสนาจารย์

๙) แบบฝึกหัดที่ ๙

อาณัติ ๙ เรียกว่า “มฤจิตุมมยตาญาณ” การปฏิบัติในขั้นนี้ก็คล้ายกับแบบฝึกหัดก่อน ๆ คือ หลังจากกราบสติปัฏฐานแล้ว ระเบียบปฏิบัติเดินจงกรม ๔ ระยะเวลา กำหนดว่า “ยกสันหนอ ยกหนอ ย่างหนอ เขยิบหนอ” ประมาณ ๕๐ นาที แล้วเปลี่ยนอิริยาบถเป็น สงสมาธิ ให้กำหนดตั้งแต่ข้อ ๑ ถึงข้อ ๔๐ จากแบบฝึกหัดที่ ๕-๘ แล้วกำหนดเพิ่มเติม ดังต่อไปนี้

๔๑. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๔๒.หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๔๓.พิจารณาคูรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๔๔.เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ หัวเข่าขวา กำหนดว่า “ถูกหนอ”

๔๕.หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๔๖.หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๔๗.พิจารณาคูรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๔๘.เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ หัวเข่าซ้าย กำหนดว่า “ถูกหนอ”

ให้กำหนดตั้งแต่ข้อ ๑ ถึงข้อ ๕๘ แล้วเริ่มข้อ ๑ - ๕๘ เวียนกันไปเรื่อย ๆ จนครบ ๕๐ นาที แล้วเปลี่ยน อิริยาบถ เป็นเดินจงกรม ๔ ระยะเวลา อีกประมาณ ๔๐ นาที สลับกันไป เช่นนี้ จนกระทั่งมีเวลาปฏิบัติไม่ น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง จึงไปสอบอารมณ์ หัวเข่าขวา กับวิปัสสนาจารย์

๑๐) แบบฝึกหัดที่ ๑๐

ญาณที่ ๑๐ เรียกว่า “ปฏิสังขยาญาณ” ในขั้นนี้ผู้ปฏิบัติจะได้รับ มาแนะนำ ให้กราบ สติปฏิฐานแล้วเดินจงกรม ๕ ระยะ คือ ยกสั่นนอน ยกนอน ย่างนอน ลงนอน ถูกนอน

สำหรับรายละเอียดในการกำหนดว่า “ยกสั่นนอน ยกนอน ย่างนอน” ก็เหมือนกับ การเดินจงกรมในแบบฝึกหัดที่ ๕ คือให้เริ่มจาก เท้าขวาก่อน เอาสติเพ่งพิจารณาอยู่ที่เท้าขวา ยกสั่น เท้าขึ้นเล็กน้อย ปลายเท้าแตะอยู่ที่พื้น กำหนดว่า “ยกสั่นนอน” ยกเท้าขึ้นตรง ๆ ให้เหนือพื้น ประมาณฝ่ามือตะแคง กำหนดว่า “ยกนอน” ยื่นเท้าไป ข้างหน้า กำหนดว่า “ย่างนอน” ต่อไปลด ระดับเท้าต่ำลงเล็กน้อย แต่ยังไม่ถึงพื้น กำหนดว่า “ลงนอน” แล้วเหยียบลงไปกับพื้น กำหนดว่า “ถูกนอน” ต่อไปให้เอาเท้าซ้ายก้าวเดิน เอาสติเพ่งพิจารณาอยู่ที่ เท้าซ้าย กำหนดตามอาการที่เดิน ๕ ระยะ เหมือนกัน คือ ยกสั่นนอน ยกนอนย่างนอน ลงนอน ถูกนอน ให้เดินจงกรมประมาณ ๕๐ นาที โดยเอาสติเพ่งพิจารณาอยู่ที่เท้าทั้ง ๒ ข้างตลอดเวลา แล้วเปลี่ยน อิริยาบถเป็น นั่งสมาธิประมาณ ๕๐ นาที

วิธีการกำหนดในการนั่งสมาธิ ให้กำหนดตั้งแต่ข้อ ๑ ถึงข้อ ๔๘ - ในลำดับขั้นตอน แบบฝึกหัดที่ ๕ - ๕ แล้วกำหนดเพิ่มเติม ดังต่อไปนี้

๔๙. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองนอน”
๕๐. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบนอน”
๕๑. พิจารณารูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งนอน”
๕๒. เอาสติไปพิจารณาที่ หน้าขาขวา กำหนดว่า “ถูกนอน”
๕๓. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองนอน”
๕๔. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบนอน”
๕๕. พิจารณารูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งนอน”
๕๖. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ หน้าขาซ้าย กำหนดว่า “ถูกนอน”
๕๗. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองนอน”
๕๘. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบนอน”
๕๙. พิจารณาตุรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งนอน”
๖๐. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ โคนขาหนีบขวา กำหนดว่า “ถูกนอน”
๖๑. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองนอน”
๖๒. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบนอน”
๖๓. พิจารณาตุรูปนั่ง กำหนดว่า “นั่งนอน”

๖๔. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ โคนขาหนีบซ้ายกำหนดว่า “ถูกหนอ”

๑๑) แบบฝึกหัดที่ ๑๑

ให้กำหนดตั้งแต่ข้อ ๑ ถึงข้อ ๖๕ ตามลำดับ ข้อ ๑ - ๖๔ เวียนกัน ปเรื่อย ๆ จนกระทั่งครบ ๕๐ นาที จึงเปลี่ยนอิริยาบถเป็นเดินจงกรม - ระยะเวลา อีก ๕๐ นาที สลับกันไปเช่นนี้ จนกระทั่งมีเวลาปฏิบัติไม่ น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง จึงไปสอบอารมณ์กับวิปัสสนาจารย์

ญาณที่ ๑๑ เรียกว่า “สังขารุเปกขาญาณ” การปฏิบัติในขั้นนี้ จะมีความละเอียดมากขึ้น เมื่อกราบสติปัฏฐานแล้ว ผู้ปฏิบัติจะต้อง เดินจงกรม ๕ ระยะเวลาซึ่งจะทำให้จิตพิจารณาดูอาการเดินในแต่ละก้าว มีความละเอียดมากกว่าในแบบฝึกหัดก่อน ๆ คือจะต้องกำหนดไป ตามลำดับดังนี้ ยกสั่นหนอ ยกหนอ อย่างหนอ ลงหนอ ถูกหนอ กตหนอ

สำหรับรายละเอียดในการกำหนดว่า “ยกสั่นหนอ ยกหนอ อย่างหนอ ลงหนอ” เหมือนกับการเดินจงกรมตามแบบฝึกหัดที่ ๑๐ หลังจากนั้น ให้ปลายเท้าแตะพื้น โดยส้นเท้ายังไม่ถึงพื้น กำหนดว่า ถูกหนอ แล้ว ให้ส้นเท้ากดลงพื้น กำหนดว่า กตหนอ กำหนดเช่นนี้ ทุกก้าวทั้งเท้าขวา และเท้าซ้าย โดยเอาสติเพ่งพิจารณาอยู่ที่เท้าทั้ง ๒ ข้าง ตลอดเวลาให้ เดินจงกรมอย่างช้า ๆ ประมาณ ๖ ชั่วโมง และ เปลี่ยนอิริยาบถเป็นนั่งสมาธิ ๑ ชั่วโมง

วิธีการกำหนดการนั่งสมาธิ ให้กำหนดตั้งแต่ ข้อ ๑ ถึงข้อ ๖๔ ตามลำดับ จากแบบฝึกหัดที่ ๕ - ๑๐ และกำหนดเพิ่มเติม ดังต่อไปนี้

๖๕. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๖๖. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๖๗. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๖๘. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ โคนขาหนีบขวากำหนดว่า “ถูกหนอ”

๖๙. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๗๐. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๗๑. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๗๒. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ กลางอก กำหนดว่า “ถูกหนอ”

๗๓. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๗๔. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๗๕. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๗๖. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ ไหล่ซ้ายด้านหน้า กำหนดว่า “ถูกหนอ”

๗๗. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๗๘. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”
๗๙. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”
๘๐. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่โคนขาหนีบซ้าย กำหนดว่า “ถูกหนอ”
๘๑. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”
๘๒. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”
๘๓. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”
๘๔. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ กลางอก กำหนดว่า “ถูกหนอ”
๘๕. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”
๘๖. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”
๘๗. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”
๘๘. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ ไหล่ขวา ด้านหน้ากำหนดว่า “ถูกหนอ”
๘๙. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”
๙๐. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”
๙๑. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”
๙๒. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ สะโพกบนขวากำหนดว่า “ถูกหนอ”
๙๓. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”
๙๔. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”
๙๕. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”
๙๖. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ กลางหลัง กำหนดว่า “ถูกหนอ”
๙๗. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”
๙๘. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”
๙๙. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”
๑๐๐. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ ไหล่ซ้ายด้านหลังกำหนดว่า “ถูกหนอ”
๑๐๑. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”
๑๐๒. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”
๑๐๓. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”
๑๐๔. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ สะโพกบนซ้ายกำหนดว่า “ถูกหนอ”

๑๐๕. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๑๐๖. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๑๐๗. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๑๐๘. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ กลางหลัง กำหนดว่า “ถูกหนอ”

๑๐๙. หายใจเข้า ท้องพอง กำหนดว่า “พองหนอ”

๑๑๐. หายใจออก ท้องยุบ กำหนดว่า “ยุบหนอ”

๑๑๑. พิจารณาตุรุปนั่ง กำหนดว่า “นั่งหนอ”

๑๑๒. เอาสติไปเพ่งพิจารณาที่ ไหล่ขวาด้านหลังกำหนดว่า “ถูกหนอ”

สำหรับวันนี้มีการกำหนดสติไปที่จุดต่าง ๆ ของร่างกายที่สุด กำหนดตั้งแต่ ข้อ ๑ ถึงข้อ ๑๑๒ ตามลำดับ แล้วเวียนไปเริ่ม ๑ - ๑๑๒ อีก ทำเช่นนี้ตลอดเวลาที่นั่งสมาธิประมาณ ๑ ชั่วโมง จึงเปลี่ยนอิริยาบถเป็นเดินจงกรม ๖ ระยะ ประมาณ ๑ โมง สลับกันไปจนกระทั่งมีเวลาปฏิบัติ ทั้งนั่งสมาธิและเดินจงกรมไม่น้อยกว่า ๑๐ ชั่วโมง จึงไปสอบอารมณ์กับวิปัสสนาจารย์

การปฏิบัติตั้งแต่แบบฝึกหัดที่ ๑ - ๑๑ เป็นการค่อยๆ พัฒนา ความก้าวหน้าของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ อย่างมีขั้นตอนตามความเหมาะสมกับความสามารถของแต่ละบุคคล ผู้ปฏิบัติบางคนจะใช้เวลาไม่มากในการปฏิบัติ ตั้งแต่ญาณที่ ๙ ในขณะที่บางคนอาจต้องใช้เวลานาน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับพื้นฐานของบุญบารมีที่ได้สะสมมาเป็นเหตุปัจจัยให้การปฏิบัติมีความก้าวหน้าแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล เมื่อผู้ปฏิบัติมีความก้าวหน้าในการปฏิบัติ จนถึงญาณที่ ๑๑ คือ สังขารุเปกขาญาณ แล้วขั้นต่อไป ก็จะเข้าสู่ อนุโลมญาณ โคตรภูญาณ มัคคญาณ ผลญาณ และปัจเจกชนญาณ ตามลำดับ แต่ก่อนที่จะเข้าสู่อนุโลมญาณ ต้องให้สังขารุเปกขาญาณบริบูรณ์ก่อน ดังนี้

๑. ภยัญจ นนนิญจ วิปพหาย สพพสงขารส อุทาสินโน ฯ

ความกลัว ความยินดี วางเฉยในสังขารทั้งปวง

๒. เนวสุปนโน โหติ นทุมมโน อุเปกขโก วิหริติ สติสมปนโน

สุขทุกข์พิจารณาเสมอเหมือนกัน ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ เป็นผู้วางเฉย มีสติสมปชัญญอยู่

๓. สังขาราวิจินเน สงญตต์ หุตวา สงขารส วิย เตส วิจิณณยิ สฺ อุทาสินฺ หุตวา จํ ง่าย ๆ โดยไม่ต้องขม้มักเขม้น

๔. สนุกิณฺฐินา ปญญาญาณสุส สมมตानวเสน ปวติมาหา

แนวแน่ไปได้นาน

๕. สุปกเก ปิณฺฐุ วทตฺถิมานํ วิย

ยืนนาน ยิ่งละเอียด

๖. ปฏิสยติ ปฏิกฺกฺนิน สมปรายติ

พ้นจากความฟุ้งซ่าน คือ ไม่คิดมากไม่ฟุ้งซ่านนั่นเอง

ขอให้ผู้ปฏิบัติมีความตั้งใจทำความเพียรในการกำหนดทุก อริยาบถให้ต่อเนื่อง ตั้งแต่ กราบสติปัฏฐาน แล้วก็เริ่มเดินจงกรมและสมาธิ ติดต่อกันไปตามเวลาที่กำหนดในแต่ละแบบฝึกหัด โดยใช้สติเพ่งพัฒนานาอยู่ที่ฐานทั้ง ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม เผ่าติดตามให้รู้เท่าทันทุกสภาวะที่เกิดขึ้นให้เป็นปัจจุบันธรรม แม้ในขณะที่พักผ่อน หรือทำกิจวัตรประจำวัน ก็กำหนดทุกอริยาบถ สติต้องทำงานตลอดเวลา เวลานอน ก็กำหนดว่า “พองหนอ ยุบหนอ นอนหนอ ถูกหนอ” โดยเอาสติไปเพ่งพิจารณาที่จุดต่าง ๆ เช่นเดียวกับการนั่งสมาธิ จนกว่า จะหลับไป

การปฏิบัติที่แท้จริงนั้น ผู้ปฏิบัติจะต้องเจริญสติคุมจิตให้ทัน ระยะเวลา ทุก ๆ ลมหายใจ เข้า - ออก จะพักว่างไม่ได้เลย เพราะเรา ต้องต่อสู้กับกิเลสที่มาครอบงำอยู่ตลอดเวลา และโดยธรรมชาติแล้ว เล็ดจะไม่เคยพักว่างจากอารมณ์ที่มาครอบงำเลย ถ้าไม่มีกุศลธรรม คือ สติเข้าคุมจิตมาตลอดเวลา และเป็นเวลานานแล้ว ผู้ปฏิบัติจึงจำเป็น ต้องเจริญสติประครองจิตให้อยู่กับปัจจุบันธรรมอย่างต่อเนื่องตลอด เวลา โดยเจริญสติกำหนด ดังนี้

๑. การกำหนดดูกายส่วนย่อยในกายส่วนใหญ่

เช่น ในขณะที่กำลังสระผมอยู่ ก็กำหนดความรู้สึกทั้งหมด อยู่ที่เส้นผมเท่านั้น นี่คือ กายส่วนย่อยในกายใหญ่ (หมายถึงทั้งตัว) ที่ให้ดูส่วนย่อยนั้นก็เพื่อกำหนดให้ ชัดเจน เฉพาะส่วนนั้นให้ทันในปัจจุบัน

๒. การกำหนดเวทนาส่วนย่อยในเวทนาส่วนใหญ่

เช่น ในขณะที่มีทุกขเวทนาปวดขา ก็เจริญสติยกเอาความรู้สึกทั้งหมด เพ่งลงไปตรงที่ขาที่กำลังปวดอยู่นี้ ให้รู้จักว่า นี่คือ เวทนาส่วนย่อย ในเวทนาส่วนใหญ่ (หมายถึงปวดทั้งตัว)

๓. การกำหนดจิตส่วนย่อยในจิตส่วนใหญ่

คือ สมมติว่าขณะนี้จิตกำลังมีความโกรธ มีโทสะหรือเสียใจอยู่ ก็ต้องกำหนดรู้ชัดว่า นี่เป็นจิตส่วนย่อย ในจิตส่วนใหญ่นั้น เพราะจิตกำหนดให้รู้ชัดว่าจะรู้อารมณ์อย่างชัดเจนได้ครั้งละอย่างเดียวเท่านั้น ในขณะที่จิตกำลัง โสโทสะหรือเสียใจอยู่นี้ ความดีใจก็จะเกิดขึ้นมาไม่ได้ หรือขณะที่จิต มีความสงบอยู่ในสมาธิ ความฟุ้งซ่านก็ไม่มี ถ้าความฟุ้งซ่านเกิดขึ้น ความสงบก็จางหายไป อย่างนี้เป็นต้น จึงเปรียบให้เห็นได้อย่างชัดเจน ว่า นี่คือจิตส่วนย่อยในจิตส่วนใหญ่

๔. การกำหนดธรรมส่วนย่อยในธรรมส่วนใหญ่

หมายถึง นิเวรณธรรม ๕ ประการ คือ ชอบใจ ไม่ชอบใจ ง่วง ฟุ้ง สงสัย ความรู้สึกทั้ง ๕ อย่างนี้ไม่ได้เกิดพร้อมกัน มันจะผลัดกัน เกิดทีละอย่างเท่านั้น ฉะนั้น จึงต้องกำหนดดูด้วยสติว่า ขณะนี้มีตัวไหน ที่กำลังเกิดขึ้น เช่น ถ้ามีใครเอาของถูกใจมาให้ก็เกิดโลภะ คือ ชอบใจ ขึ้นมาทันที ต้องกำหนดว่า ชอบใจหนอ ๆ ๆ เพื่อเตือนจิตให้รู้ทันว่า กิเลส ตัวนี้กำลังเกิดขึ้นแล้ว เมื่อสติรู้ทันว่ามันเป็นเพียงกิเลสตัวหนึ่ง ที่จะก่อวนให้จิต ฟุ้ง แสบ ๆ เท่านั้น มันก็จะดับไป เพราะถูกสติ เข้ามาตัด

มันจึงหมดโอกาสที่จะสืบต่อไปได้อีกต่อไป นี่คือการดูธรรม ส่วนย่อยในธรรมส่วนใหญ่ (หมายถึง ๕ อย่างนี้จะไม่เกิดขึ้นพร้อมกัน)

เพราะฉะนั้น การเจริญสติคุมจิตให้ทันกับปัจจุบันธรรมตลอดเวลา จึงเป็นหนทางเดียวที่จะเอาชนะอกุศลธรรมหรือกิเลสทั้งหลายที่มา ครอบงำจิตของเรา ให้หลุดพ้นจากเครื่องพันธนาการอันเหนียวแน่น ให้ออกไปสู่ปัจจุบันอารมณ์ ยกขึ้นสู่ปัญญาในทุก ๆ ขณะให้ทันเพื่อ สะสมความชัดเจนให้เกิดขึ้นทีละเล็กทีละน้อย จนกว่าจะคมชัดขึ้นมา เป็นปัญญา ที่เรียกว่า **วิปัสสนาปัญญา** เข้าถึงความเห็นแจ้งได้ตาม ลำดับไป

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อความบริสุทธิ์แห่งจิตนี้ ไม่จำเป็น ว่าผู้ปฏิบัติจะต้องเป็นนักบวชเสมอไป ผู้ไม่ได้บวชก็สามารถปฏิบัติธรรม ได้ผล เช่นเดียวกัน เพราะการชำระจิตให้บริสุทธิ์เป็นเรื่องความจริงของ ชีวิต เป็นเรื่องของธรรมชาติ จึงไม่จำกัดเรื่องเพศ ผิพรรณ วรณะ เชื้อชาติ หรือศาสนา เมื่อเข้าปฏิบัติแล้วย่อมได้ผลเช่นเดียวกันหมด จะต่างกันก็แต่ว่าช้าหรือเร็วเท่านั้น

ผลของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอันแท้จริงนั้นคือ ความดับไป ของกิเลสซึ่งได้แก่ ความโลภ ความโกรธ ความหลง แต่กิเลสจะ สูญสิ้นไปหรือเบาบางลงมาน้อยเพียงใดนั้น ย่อมแล้วแต่ว่าผู้ปฏิบัติ ได้บรรลุมรรคผลขั้นไหน ตั้งแต่ พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี และพระอรหันต์ ซึ่งเป็นขั้นสูงสุด ผู้ที่บรรลุมรรคผลเหล่านี้ ได้ชื่อว่า พระอริยบุคคล คือ บุคคลผู้แรก คือ พระโสดาบันนั้นกิเลสที่สำคัญ ได้ดับลงอย่างเด็ดขาด ๕ ประการคือ

๑. ละเสียได้ซึ่งความยึดถือว่าเป็นเขา เป็นเรา
๒. หมดความสงสัยในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์
๓. ไม่ถือลัทธิหรือศาสนาอย่างผิดๆ
๔. ความริษยาสิ้นไป
๕. ความตระหนี่สิ้นไป

นอกจากนี้กิเลสย่อยยังดับไปอีก ๔ ประการ คือ การลบหลู่ คุณคน การยกตน การโอ้อวด และความมีเล่ห์กระเท่ห์ กิเลสอื่น ๆ เมว่าจะอยู่ในจำพวกโลก โกรธ หรือหลงก็บรรเทาเบาบางลง เพราะผู้ที่ เก็บบรรลุเป็นพระโสดาบันจะยึดมั่นอยู่ในศีล ๕ ตลอดชีวิต

ดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ นับเป็นการปฏิบัติที่สูงที่สุดในพระพุทธศาสนา เพราะเป็นการปฏิบัติ ที่ขจรหรือสัตว์โลกให้พ้นจากวิภวสังสาร ซึ่งมาเวียนว่ายตายเกิดเปรียบได้ กับมหาสมุทรอันกว้างใหญ่ไพศาล มองไม่เห็นฝั่ง สรรพสัตว์ทั้งหลาย ต่างหลงแหวกว่ายวนเวียนอยู่ในห้วงมหรณพนั้นอย่างปราศจาก จุดหมาย แต่ถ้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนบรรลุ มรรคผล แม้เพียง ขั้นต่ำเป็นพระอริยบุคคล ก็เท่ากับว่าได้ว่ายลัดตัดตรงไปสู่ฝั่ง มหาสมุทร มองเห็นฝั่งรำไรอยู่เบื้องหน้าแล้ว เมื่อว่ายต่อไป คือได้ ปฏิบัติวิปัสสนา อีกไม่ช้าไม่นานก็จะบรรลุถึงฝั่ง คือพระนิพพานได้ ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดในวิภวสังสารอีกต่อไปจนตลอด นิรันดรกาล

๓.๓.๘ วิธีการภาวนาพุทธคุณอย่างย่อ

สำหรับผู้ชายนั่งขัดสมาธิผู้หญิงนั่งพับเพียบวางท่าสงบเรียบร้อย แล้วประนมมือขึ้นระหว่างอก น้อมจิตระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัยว่า

กิริยาอันไหว้แห่งข้าพเจ้า จงมีแต่พระพุทธรเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้าเกิด พระพุทธรเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า มีพระคุณ หาประมาณมิได้, ขอพระพุทธรเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า พระกรรมฐาน และครูบาอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน จงเป็นสรณะที่พึ่ง แก่ข้าพเจ้า บัดนี้ ข้าพเจ้า ขอเจริญภาวนา พุทธานุสติ กรรมฐาน ขอเอาซึ่งปิติ และอุปจาระ สมาธิธรรม เจ้าดวงประเสริฐ มาบังเกิด ในจิตใจแห่งข้าพเจ้า ในอิริยาบถอันข้าพเจ้านั่งภาวนานี้แต่เทอญ.

จากนั้น วางมือลงหายใจอ่อนกันไว้บนตักมือขวาซ้อนทับมือซ้าย หลับตาจับปาก หายใจเข้า-ออกให้สบาย ๆ ตั้งกายตรงดำรงสติไว้ เฉพาะหน้าคอยกำหนดลมหายใจขณะเมื่อหายใจเข้าให้นึกว่า พุท ขณะเมื่อหายใจออกให้นึกว่า โธ ไปเรื่อย ๆ เอาสติผูกไว้ที่ปลายจมูก ให้ปักจิตปักใจตั้งลงตั้งลง แล้วหยุดนึกว่า พุทโธ พระพุทธรเจ้าเป็นผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบานโดยธรรม ไปเป็นระยะ ๆ จนกว่าปิติ คือความอิ่มใจ อุปจาระ สมาธิ คือความตั้งใจมั่นใกล้ต่ออุปมาญาณจะบังเกิดขึ้น อันจะ เป็นปทัฏฐานของวิปัสสนาภาวนาต่อไป นานประมาณ ๑๕ นาที เป็นอย่างน้อยเมื่อสมควรแก่เวลา ให้ประนมมือขึ้นจับใส่หัวเป็นเสร็จพิธี

ผู้เจริญภาวนาพุทธานุสติกรรมฐานนี้จึงปลูกศรัทธาความเชื่อ ปลูกความเลื่อมใสและสติความตามระลึกให้เป็นในพระคุณของ พระพุทธรเจ้าจริง ๆ จึงเป็นการดี

“จบวิธีภาวนาพุทธคุณโดยย่อ”

๓.๓.๙ วิธีภาวนาวิปัสสนาอย่างย่อ

สำหรับผู้ชายนั่งขัดสมาธิ ผู้หญิงนั่งพับเพียบวางท่าสงบเรียบร้อย แล้วประนมมือขึ้นระหว่างอก น้อมจิตระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัยว่า

กิริยาอันไหว้แห่งข้าพเจ้า จงมีแต่พระพุทธรเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้าเกิด, พระพุทธรเจ้า พระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า มีพระคุณ หาประมาณมิได้, ขอพระพุทธรเจ้าพระธรรมเจ้า พระสงฆ์เจ้า พระกรรมฐาน และครูบาอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน จงเป็นสรณะที่พึ่ง แก่ข้าพเจ้า บัดนี้ ข้าพเจ้าขอเจริญภาวนา วิปัสสนากรรมฐานขอเอา ซึ่งวิปัสสนาญาณ และอริยมรรคญาณ เจ้าดวงประเสริฐ มาบังเกิด ในจิตใจแห่งข้าพเจ้า ในอิริยาบถอันข้าพเจ้านั่งภาวนานี้แต่เทอญ.

จากนั้น วางมือลงหายใจอ่อนกันไว้บนตักมือขวาซ้อนทับมือซ้าย หลับตาจับปาก หายใจเข้า-ออกให้สบาย ๆ ตั้งกายตรงดำรงสติไว้ เฉพาะหน้ากำหนดลมหายใจเข้าออก ขณะเมื่อหายใจเข้าท้องพองขึ้น กำหนดว่า พองหนอ ขณะเมื่อหายใจออกท้องยุบลง กำหนดว่า ยุบหนอ โดยทำนองนี้ไปเรื่อย ๆ ให้เอาสติไปผูกไว้ที่ท้อง ปักจิตปักใจให้ตั้งลง จนกว่าจิตจะตั้งมั่นเป็นสมาธิธรรม ให้เกิด ยถาภูตญาณทัสสนะ คือรู้เห็นตามความเป็นจริงของรูปนามต่อไป นานประมาณ ๑๕ นาที เป็นอย่างน้อยเมื่อสมควรแก่เวลา ให้ประนมมือขึ้นจับใส่หัวเป็นเสร็จพิธี

ผู้เจริญภาวนาวิปัสสนานี้ พึงเข้าใจว่าพองยุบเป็นรูปหรือรูปธรรม สติหรือจิตที่ตามกำหนด เป็นนาม หรือนามธรรม รูปและนาม เป็นของไม่จีรังยั่งยืนเกิดขึ้นแล้วก็ดับหายไป เป็นอนิจจังไม่เที่ยง

เป็นทุกขัง ทนได้ยาก ไม่ตั้งอยู่ตามสภาพเดิมเป็นอนัตตาไม่ใช่ตน ไม่อยู่ในอำนาจบังคับบัญชาของใคร ผู้ปฏิบัติควรคิดพิจารณารำพึง คนเห็นความเป็นจริงของรูปนามว่าเป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตากล่าวแล้ว ให้แจ้งชัดขึ้นในใจจนเกิดความเบื่อหน่าย คลายความ กำหนด ความคัดเคืองและความลุ่มหลงเป็นที่สุดเป็นจุดมุ่งหมาย ของการเจริญภาวนาวิปัสสนา

“จบวิธีภาวนาวิปัสสนาโดยย่อ”

๓.๓.๑๐ คำปรารภและคำแผ่เมตตา

อิทัง ภาวนา กัมมัง นิพพานะปัจจะโย โหตุ เม นิจจัง, ขอผลานิสงส์แห่งการภาวนาที่ข้าพเจ้าได้จำเริญแล้วนี้ จงเป็นปัจจัยแต่ - พระนิพพานเที่ยงแท้แต่เกิด, ขอบุญกุศลอันเกิดจากการภาวนาที่ข้าพเจ้าได้จำเริญแล้วนี้ จงไปบรรลู่ถึงท่านผู้มีอุปการคุณทั้งหลาย - มีมารดาบิดา ผู้บังเกิดเกล้า ของข้าพเจ้าเป็นต้น ซึ่งได้รับและเสวย - หักปันจากทุกข์ ให้ได้ถึงสุขตามสมควรแก่ฐานะของตนทุก ๆ ท่านเทอญ.

ขอสัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงอยู่เป็นสุขอย่างได้มีเวร อย่าได้มีความเบียดเบียนซึ่งกันและกันอย่าได้มีความลำบาก จงรักษาตนให้เป็นสุข เป็นสุขเถิด ฯ

๓.๔ วิเคราะห์เปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางของพระสุพรหมยานเถระ กับแนวทางปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนา

ผู้วิจัยมุ่งเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางของพระสุพรหมยานเถระ กับแนวทางปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนา ดังนั้นผู้วิจัยจะนำมาเปรียบเทียบให้เห็นเฉพาะประเด็นที่เด่นชัดเท่านั้น ว่ามีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร โดยเปรียบเทียบตามตารางดังต่อไปนี้

แผนภาพที่ ๓.๑ วิเคราะห์เปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางของพระสุพรหมยานเถระ กับแนวทางปฏิบัติกรรมฐานในพระพุทธศาสนา

ข้อที่	หัวข้อเปรียบเทียบ	การปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถระ	ผลการเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวพระพุทธศาสนา
๑	การปฏิบัติกรรมฐาน	สมณะกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน	สมณะกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน
๒	การเลือกกรรมฐาน	ตามจริตของผู้ปฏิบัติ	ตามจริตของผู้ปฏิบัติ

๓	สถานที่	วัดพระพุทธรบาทตากผ้า	เรือนว่าง โคนต้นไม้ ป่า ภูเขา ถ้ำ ลอมฟาง ป่าช้า
๔	การเตรียมกาย	ชำระร่างกาย อยู่ในที่สัปปายะ ตัด ป्लीโพธ สวดมนต์	ชำระร่างกาย อยู่ในที่สัปป ายะ ตัดป्लीโพธ ทำปิติ และปราโมทย์ให้เกิด
๕	คำบริกรรม	พุทโธ ธัมโม สังโฆ, พอง ยุบ	ฝึกฝนจิตใจให้มีสมาธิ พิจารณาธรรมในธรรม เป็นวิธีปฏิบัติที่ได้รับ
๖	แนวทางการรณฐาน	ปฏิบัติกรรมฐานหลัก กรรมฐานรอง ตามแนวอริยมรรค	ปฏิบัติกรรมฐานหลัก กรรมฐานรองตามแนว อริยมรรค
๗	แนวทางการพัฒนาสู่ วิปัสสนา	เจริญสมถกรรมฐานก่อนด้วยการ กำหนดภาวนาพุทโธ ธัมโม สังโฆ และ ตกลูกประจำแล้วค่อยยกจิตขึ้นสู่ วิปัสสนาภายหลัง	-เจริญสมถกรรมฐานก่อน แล้ว ค่อย ยก จิต ขึ้น สู่ วิปัสสนา -เจริญวิปัสสนาก่อนแล้ว ค่อยเจริญสมถกรรมฐาน -เจริญทั้งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนาฐานำพร้อม กัน -เจริญวิปัสสนาเพียงอย่าง เดียว

การฝึกกรรมฐานตามแบบสมถกรรมฐาน ในขั้นแรกใช้การเจริญกรรมฐานแบบพุทโธ หายใจเข้าภาวนาว่าพุท หายใจออกภาวนาว่า โธ และการฝึกสมถกรรมฐานด้วยการตกลูกประจำตามแบบครูบาอาจารย์ทางภาคเหนือ ภาวนานับลูกประจำรอบแรกด้วยการกำหนดว่าพุทโธ รอบที่สองภาวนาว่าธัมโม รอบที่สามภาวนาว่าสังโฆ^{๒๙} น้อมจิตตั้งมั่นในอารมณ์เดียวไม่หวั่นไหวต่อสิ่งรอบข้าง^{๓๐} การฝึกวิปัสสนาแบบยุบหนอ พองหนอ ท่านได้เรียนมาจากพระมหาโชดก ญาณสิทธิ (พระธรรมธีรราชฆานมุนี) สำนักวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร ซึ่งท่านพระมหาโชดก ญาณสิทธิ

^{๒๙} สัมภาษณ์ นายมนัส หนองตุ้ย, ข้าราชการบำนาญ, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๓๐} สัมภาษณ์ พระครูสุทธาภิรมณ์, เจ้าอาวาสวัดมะกอก.รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๑ กุมภาพันธ์

ได้ศึกษามาจากประเทศพม่า ได้นำมาตั้งสำนักวิปัสสนากรรมฐาน ณ วัด พระพุทธบาทตากผ้าคู่กับ
คันธธูรในการเรียนปริยัติแก่พระภิกษุสามเณร

หลักการปฏิบัติสมถกรรมฐานของพระสุพรหมยาน ยึดตามพระไตรปิฎก เพียงแต่วิธีการ
หรืออุบายในการปฏิบัติเบื้องต้นเพื่อให้จิตใจสงบนั้นอาจจะไม่เหมือนกัน นั้นเป็นเพียงวิธีการเท่านั้น
แต่จุดหมายที่สำคัญคือการมุ่งทำจิตใจให้สงบเช่นกัน ส่วนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมีแนวปฏิบัติ
สอดคล้องกับพระไตรปิฎก มีการเจริญสมถกรรมฐานก่อนด้วยการกำหนดภาวนาพุทโธ อัมโม สังโฆ
และตกลูกประจำแล้วค่อยยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนาภายหลังตามแนวสติปัฏฐาน ๔

บทที่ ๔

อิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

พระพุทธศาสนามีหลักประพฤติปฏิบัติที่มีลักษณะเฉพาะ มุ่งแสวงหาสัจจะธรรมอย่างมีเหตุผล มีเป้าหมายสูงสุดคือวิมุตติ สามารถพิสูจน์ให้เห็นผลได้ตามหลักธรรมชาติ เน้นความสุขสงบสุขทางจิตใจ เพื่อให้ดำรงตนอย่างผู้สมาทานให้ชีวิตเรียบง่าย ในทางพระพุทธศาสนาการปฏิบัติธรรมถือว่าเป็นอีกแนวทางการสอนของพระพุทธเจ้าใช้เป็นแนวทางในการกำจัดความทุกข์ การปฏิบัติธรรมจึงมีอิทธิพลต่อผู้ปฏิบัติ สำหรับการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ผู้นำหลักธรรมของพระพุทธเจ้าออกมาเผยแผ่ ผู้วิจัยสำรวจข้อมูลและสรุปข้อมูลจากการสัมภาษณ์ประเด็นอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ดังนี้

๔.๑ ด้านการศึกษาของสงฆ์

คำว่า “การศึกษา” มาจากคำว่า “สิกขา” โดยทั่วไปหมายถึง “กระบวนการเรียน” “การฝึกอบรม” “การค้นคว้า” “การพัฒนาการ” และ “การรู้แจ้งเห็นจริงในสิ่งทั้งปวง” จะเห็นได้ว่าการศึกษาในพระพุทธศาสนามีหลายระดับ ตั้งแต่ระดับต่ำสุดถึงระดับสูงสุด เมื่อแบ่งระดับอย่างกว้าง ๆ มี ๒ ประการคือ

- ๑) การศึกษาระดับโลกิยะ มีความมุ่งหมายเพื่อดำรงชีวิตในโลก
- ๒) การศึกษาระดับโลกุตระ มีความมุ่งหมายเพื่อดำรงชีวิตเหนือกระแสโลก

ในการศึกษาหรือการพัฒนาตามหลักพระพุทธศาสนา นั้น พระพุทธเจ้าสอนให้คนได้พัฒนาอยู่ ๔ ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านศีล ด้านจิตใจ และด้านสติปัญญา โดยมีจุดมุ่งหมายให้มนุษย์เป็นทั้งคนดีและคนเก่ง มิใช่เป็นคนดีแต่โง่ หรือเป็นคนเก่งแต่โง่ การจะสอนให้มนุษย์เป็นคนดีและคนเก่งนั้น จะต้องมียุทธศาสตร์ในการศึกษาที่ถูกต้องเหมาะสม ซึ่งในการพัฒนามนุษย์นั้นพระพุทธศาสนา มุ่งสร้างมนุษย์ให้เป็นคนดีก่อน แล้วจึงค่อยสร้างความเก่งทีหลัง นั่นคือสอนให้คนเรามีคุณธรรม ความดีงามก่อนแล้วจึงให้มีความรู้ความเข้าใจหรือสติปัญญาภายหลัง

ดังนั้นหลักในการศึกษาของพระพุทธศาสนา นั้นจะมี ลำดับขั้นตอนการศึกษา โดยเริ่มจาก สีสสิกขา ต่อด้วยจิตตสิกขาและขั้นตอนสุดท้ายคือ ปัญญาสิกขา ซึ่งขั้นตอนการศึกษาทั้ง ๓ นี้ รวมเรียกว่า “ไตรสิกขา” ซึ่งมีความหมายดังนี้

- ๑) สีสสิกขา การฝึกศึกษาในด้านความประพฤติทางกาย วาจา และอาชีพ ให้มีชีวิตสุจริตและเกื้อกูล (Training in Higher Morality)

๒) จิตตสิกขา การฝึกศึกษาด้านสมาธิ หรือพัฒนาจิตใจให้เจริญได้ที่ (Training in Higher Mentality หรือ (Concentration)

๓) ปัญญาสิกขา การฝึกศึกษาในปัญญาสูงขึ้นไป ให้รู้คิดเข้าใจมองเห็นตามเป็นจริง (Training in Higher Wisdom)

ความสัมพันธ์ของไตรสิกขา ความสัมพันธ์แบบต่อเนื่องของไตรสิกขานี้ มองเห็นได้ง่ายแม้ในชีวิตประจำวัน กล่าวคือ

ศีล นำไปสู่ สมาธิ เมื่อประพฤติดี มีความสัมพันธ์งดงาม ได้ทำประโยชน์อย่างน้อย ดำเนินชีวิตโดยสุจริต มั่นใจในความบริสุทธิ์ของ ตน ไม่ต้องกลัวต่อการลงโทษ ไม่สะดุ้งระแวงต่อการประทุษร้ายของคู่เวร ไม่หวาดหวั่นเสียใจต่อเสียงตำหนิหรือความรู้สึก ไม่ยอมรับของสังคม และไม่มี ความฟุ้งซ่านวุ่นวายใจ เพราะความรู้สึกเดือดร้อนรังเกียจในความผิดของตนเอง จิตใจก็เอิบอิม ขึ้นบานเป็นสุข ปลอดโปร่ง สงบ และแน่วแน่ มุ่งไปกับสิ่งที่คิด คำที่พูดและการที่ทำ

สมาธิ นำไปสู่ ปัญญา ยิ่งจิตไม่ฟุ้งซ่าน สงบ อยู่กับตัว ไร้สิ่งขุ่นมัว สดใส มุ่งไป อย่างแน่วแน่เท่าใด การรับรู้ การคิดพิจารณา มอง เห็นและเข้าใจสิ่งต่างๆก็ยิ่งชัดเจน ตรงตามจริง แล่น คล่อง เป็นผลดีในทางปัญญามากขึ้นเท่านั้น

อุปมาในเรื่องนี้ เหมือนว่าตั้งภาชนะน้ำไว้ด้วยดีเรียบร้อย ไม่ไปแก่งสั่นหรือเขย่า มั่น (ศีล) เมื่อน้ำไม่ถูกรบกวน คน พัด หรือเขย่า สงบนิ่ง ผงฝุ่นต่างๆ ก็นอนกัน หายขุ่น น้ำก็ใส (สมาธิ) เมื่อน้ำใส ก็มองเห็นสิ่งต่างๆ ได้ชัดเจน (ปัญญา)

ในการปฏิบัติธรรมสูงขึ้นไป ที่ถึงขั้นจะให้เกิดญาณ อันรู้แจ้งเห็นจริงจนกำจัด อาสวกิเลสได้ ก็ยังต้องการจิตที่สงบนิ่ง ผ่องใส มีสมาธิแน่วแน่ยิ่งขึ้นไปอีก ถึงขนาดระงับการรับรู้ทาง อายตนะต่างๆ ได้หมด เหลืออารมณ์หรือสิ่งที่กำหนดไว้ใช้งาน แต่เพียงอย่างเดียว เพื่อทำการอย่าง ได้ผล จนสามารถกำจัดกวาดล้างตะกอนที่นอนกันได้หมดสิ้น ไม่ให้มีโอกาสขุ่นอีกต่อไป

ไตรสิกขานี้ เมื่อนำมาแสดงเป็นคำสอนในภาคปฏิบัติทั่วไป ได้ปรากฏในหลักที่ เรียกว่า โอวาทปาฏิโมกข์ (พุทธโอวาทที่เป็นหลักใหญ่ อย่าง) คือ

- ๑) สพพปาปสส อกรรม การไม่ทำความชั่วทั้งปวง (ศีล)
- ๒) กุสลสสุปสมปทา การบำเพ็ญความดีให้เพียงพร้อม (สมาธิ)
- ๓) สจจิตตปริโยทปนํ การทำจิตของตนให้ผ่องใส (ปัญญา)

นอกจากนี้ยังมีวิธีการเรียนรู้ตามหลักโดยทั่วไป ซึ่งพระพุทธเจ้าพระพุทธเจ้าตรัสไว้ ๕ ประการ คือ

- ๑) การฟัง หมายถึงการตั้งใจศึกษาเล่าเรียนในห้องเรียน
- ๒) การจำได้ หมายถึงการใช้วิธีการต่าง ๆ เพื่อให้จำได้
- ๓) การสาธยาย หมายถึงการท่อง การทบทวนความจำบ่อย ๆ
- ๔) การเพ่งพินิจด้วยใจ หมายถึงการตั้งใจจินตนาการถึงความรู้นั้นไว้เสมอ

๕) การแทงทะลุด้วยความเห็น หมายถึงการเข้าถึงความรู้อย่างถูกต้อง เป็น ความรู้ อย่างแท้จริง ไม่ใช่ติดอยู่แต่เพียงความจำเท่านั้น แต่เป็นความรู้ความจำที่สามารถนำมาประพฤติ ปฏิบัติได้

จะเห็นได้ว่า สीलสิกขา จิตตสิกขา และปัญญาสิกขา การศึกษาทั้ง ๓ ชั้นนี้ ต่างก็เป็น พื้นฐานกันและกัน ซึ่งในการศึกษา พุทธศาสนามุ่งสอนให้คนเป็นคนดี คนเก่งและสามารถอยู่ในสังคม ได้อย่างมีความสุข จากกระบวนการศึกษาที่กล่าวมาทั้ง ๓ ขั้นตอนของพุทธศาสนานี้ หากสามารถ นำไปปฏิบัติอย่างจริงจัง ก็จะเกิดผลดีกับผู้ปฏิบัติ ซึ่งหลักการทั้ง ๓ นั้น เป็นที่ยอมรับจากชาวโลก ทำให้พุทธศาสนาได้แพร่หลายไปในประเทศต่าง ๆ ทั่วโลก จึงนับได้ว่าพุทธศาสนาเป็นศาสตร์แห่ง การศึกษาอย่างแท้จริง^{๑)}

พุทธศาสนาเป็นสถาบันสังคมที่เอื้ออำนวยให้สังคมดำรงอยู่อย่างเป็นปึกแผ่นมั่นคงมา ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน ในทำนองเดียวกันสังคมได้อุปถัมภ์และส่งเสริมให้ศาสนามีความเจริญ และเป็น ที่ยอมรับนับถืออย่างกว้างขวาง มีวัดและพระสงฆ์ทำหน้าที่สนับสนุนการเมือง เศรษฐกิจ วัฒนธรรมและ ค่านิยม ให้ตอบสนองวัตถุประสงค์ของสังคมและให้เกิดประโยชน์ต่อประชาชน วัดซึ่งมีพระสงฆ์เป็นผู้ นานาทางจิตวิญญาณ มีความรู้ทางด้านคติธรรม และคติโลกได้ทำหน้าที่ต่อสังคมไทยในด้านต่างๆ สำหรับการปฏิบัติธรรมกรรมฐานแล้วมีอิทธิพลต่อการศึกษาของสังคมต่อไป^{๒)}

จากประวัติศาสตร์ชาติไทย จะเห็นได้ว่า การศึกษาเริ่มขึ้นที่วัดซึ่งเป็นศาสนสถานของ พระพุทธศาสนา มีพระสงฆ์เป็นครูสอน สอนหลักธรรมของพุทธศาสนา หลักปฏิบัติตนในการ ดำรงชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะหลักเบญจศีล ซึ่งถือว่าเป็นคุณธรรมเบื้องต้นที่ทำให้มนุษย์จะต้อง เบียดเบียนกัน อยู่กันอย่างสันติสุข สอนกิริยามารยาท การศึกษาในสมัยสุโขทัยจะเป็นการศึกษาที่มี วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาศาสนาเป็นส่วนใหญ่จะเห็นได้จากวรรณคดีที่สำคัญของไทย เช่น ไตรภูมิพระ ร่วง ลิลิตพระลอ สมุทรโฆษคำฉันท์ กำสรวลศรีปราชญ์ เป็นต้น ในสมัยอยุธยา ก็เรียนหนังสือเพื่อ การศึกษาพระพุทธศาสนาเช่นกัน จะเห็นได้จากการนำใบลานใช้สำหรับจารึกตำราทาง พระพุทธศาสนาทำให้การเรียนพระพุทธรักษาขยายตัวได้อย่างรวดเร็ว ทำให้คนไทยมีคุณธรรม จริยธรรม มีศีลธรรมอันดี เป็นเหตุให้สังคมอยู่เย็นเป็นสุข มีความรักสามัคคีกัน มีน้ำใจให้กันและกัน เพราะหลักธรรมแห่งพระพุทธศาสนาคอยหล่อหลอมจิตใจให้อ่อนน้อมถ่อมตน ยิ้มแย้มแจ่มใส จนประเทศไทยได้รับสมญานามว่า “สยามเมืองยิ้ม”^{๓)}

^{๑)} ระพีพัฒน์ จิตต์สุพรรณ, พระพุทธศาสนาเป็นศาสตร์แห่งการศึกษา, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://sites.google.com/site/petesweetty/content1> [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

^{๒)} บ้านจอมยุทธ, อิทธิพลพุทธศาสนา : วัฒนธรรมไทยด้านจิตใจ, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : https://www.baanjommyut.com/library_2/extension-1/buddhism_culture/03.html [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

^{๓)} บ้านจอมยุทธ, อิทธิพลพุทธศาสนา : วัฒนธรรมไทยด้านการศึกษา, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : https://www.baanjommyut.com/library_2 / extension-1 / buddhism_culture/0 5 . html [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

การศึกษาของไทยในอดีต มีวัดเป็นศูนย์กลางในการให้การศึกษา มีพระภิกษุเป็นครูสอน วิชาการความรู้ต่าง ๆ แก่ประชาชน ในสมัยรัชกาลที่ ๕ ทรงจัดการศึกษาแบบใหม่ขึ้นในหัวเมือง โปรดให้พระสงฆ์เป็นครูสอน และถือว่าคนที่ผ่านการบวชเรียนมาแล้วเป็นผู้ที่มีความรู้ จึงกำหนดให้คนที่ จะเข้ารับราชการต้องผ่านการบวชเรียนมาก่อน จึงเกิดประเพณีบวชเรียนขึ้น และเมื่อรัฐได้นำเอาระบบ การศึกษาแบบใหม่เข้ามา ทำให้บทบาทของวัดที่เคยเป็นศูนย์กลางลดน้อยลง แต่พระสงฆ์ก็ยังมีส่วน ในการจัดการศึกษาชุมชน เช่น เป็นผู้อุปถัมภ์โรงเรียน ยกที่วัดให้ตั้งเป็นโรงเรียน จึงมีโรงเรียนที่ตั้งขึ้น ในวัดมากมาย แม้โรงเรียนสำหรับประชาชนแห่งแรกก็ตั้งในวัด คือโรงเรียนวัดมหรณพาราม เป็นสถานศึกษา ซึ่งชาวบ้านส่งลูกหลานมารับการฝึกอบรมทางศิลปกรรมหรือมารับใช้พระ เป็นการเล่าเรียนวิชาความรู้ต่าง ๆ ทางอ้อมจากวัดได้ทุกเวลาและโอกาส

แม้ในยุคปัจจุบัน ก็ยังต้องให้ทุกสถานศึกษาจัดให้มีการเรียนการสอนวิชาพระพุทธศาสนา สัปดาห์ละ ๒ ชั่วโมง เพื่อให้เยาวชนได้มีคุณธรรม จริยธรรม เป็นบุคคลที่พึงประสงค์ของสังคม โดยพระเดชพระคุณพระเทพโสภณ (พระพรหมบัณฑิต) อดีตอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ ราชวิทยาลัย เป็นประธานในการจัดทำหลักสูตรรายวิชาพระพุทธศาสนาที่สอนในโรงเรียน (สถานศึกษา)

พระสุพรหมยานเถร เปิดสอนธรรมศึกษา-พุทธศาสนาวันอาทิตย์ เป็นการศึกษาพุทธ ศาสนาขั้นพื้นฐานสำหรับพุทธศาสนิกชนทั่วไป จัดตั้งสำนักเรียนนักรธรรม (ธรรมภาคปริยัติขั้นพื้นฐาน และระดับกลาง) เป็นวิชาพุทธศาสนาขั้นพื้นฐาน สำหรับศึกษาพุทธศาสนาภาคภาษาบาลี สำหรับ พระภิกษุ สามเณร จัดตั้งสำนักเรียนบาลี เป็นการศึกษาภาคปริยัติแผนกภาษาบาลี พระภิกษุ สามเณร เปรียญ มีผู้สอบผ่านเป็นเปรียญธรรม ๙ ประโยค นอกจากนี้ท่านตั้งโรงเรียนพระปริยัติธรรม พรหมจักรสังวรภิตติขจรประชาสรรค์ เพื่อส่งเสริมการศึกษาสงเคราะห์^๕ มีลูกศิษย์ที่จบจากสำนักเรียน วัดพระบาทตากผ้าเป็นเจ้าของคณะพระสังฆาธิการที่ช่วยงานคณะสงฆ์หลายรูป^๖ มีแหล่งการศึกษาทาง โลกและทางธรรม โดยเฉพาะศึกษาพระปริยัติธรรมทั้งนักรธรรมทั้งนักรธรรมและบาลี มีความ เจริญรุ่งเรืองเป็นอย่างยิ่ง ก็ด้วยการตามดูแลเอาใจใส่ของท่านครูบา ได้ผลิตบุคคลที่มีคุณภาพให้แก่ พระพุทธศาสนา และบ้านเมืองอย่างต่อเนื่องและยาวนานถึงปัจจุบัน^๖ การศึกษา ทำให้ศิษย์วัดพระ พุทธบาทตากผ้า เป็นบุคลากรที่มีคุณภาพ เป็นที่ยอมรับของสังคมทั้งฆราวาสและพระภิกษุที่ยังอยู่ เป็นภิกษุปฏิบัติหน้าที่สืบต่ออายุพระพุทธศาสนา^๗ เห็นได้จากศิษย์วัดพระพุทธรบาทตากผ้าได้รับพระ มหากรุณาธิคุณโปรดเกล้าฯ เป็นพระราชาคณะหลายรูป มีท่านครูบาพระสุพรหมยานเถร เป็นพระราชาคณะรูปแรกของวัดพระพุทธรบาทตากผ้า พระเมธีปริยัติยาภรณ์ (บุญชุ่ม อกคณมโหม ป.ธ.๙) วัดเบญจมบพิตรดุสิตวนาราม กรุงเทพมหานคร พระโสภณวชิรธรรม วัดวชิรธรรมสาธิต กรุงเทพมหานคร พระโสภณกิตติธาดา (สงคราม ปญญาวุธ ป.ธ.๗) วัดบ้านก้อง จังหวัดลำพูน

^๕ สัมภาษณ์ พระราชปัญญาภรณ์, เจ้าอาวาสวัดนางชี, รองเจ้าคณะภาค ๖, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^๖ สัมภาษณ์ นายจำรัส ปรีชญาวีโรจน์, อดีตผู้อำนวยการโรงเรียนธรรมสาธิตศึกษา, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^๖ สัมภาษณ์ พ่อกำนันทองคำ จอมขันเงิน, ไวยาวัจกรวัดพระพุทธรบาทตากผ้า, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^๗ สัมภาษณ์ นายสุรภัทร กำแพงทิพย์, ศิษย์เก่าวัดพระพุทธรบาทตากผ้า, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

พระราชปัญญาภรณ์ เจ้าอาวาสวัดนางชี รองเจ้าคณะภาค ๖ พระสุนทรปริยัติวิกรม (ทรัพย์ นรินทโท ป.ธ. ๔) วัดป่าจิว จังหวัดเชียงราย พระสุวิมลธรรมภรณ์ (สุรศักดิ์ ธรรมรสี ป.ธ. ๕) วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร กรุงเทพมหานคร พระพิพัฒน์กจิวิธาน (บุญศักดิ์ สิริปัญญา) วัดวชิรธรรมสาธิต กรุงเทพมหานคร พระสุวรรณเมธี (แสง ปณญาโชโต ป.ธ. ๗) วัดพระธาตุศรีจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ พระปริยัติธรรมธาดา (ทองคำ เถรานนโท ป.ธ. ๗) ญาณเบญจกิตติธรรมาราม กรุงเทพมหานคร พระพรหมมงคล เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ และพระภิกษุสามเณรที่สอบได้เป็นพระเปรียญตั้งแต่เปรียญธรรม ๓ ประโยค ถึงเปรียญธรรม ๙ ประโยคมีจำนวนมาก^๘

๔.๒ ด้านการเพิ่มศักยภาพวัดเป็นแหล่งปฏิบัติธรรม

พระสุพรหมยานเถระ มีการสอนกรรมฐานให้ประชาชนได้ปฏิบัติตามแนวทางแห่งสติปัญญา ๔ นอกจากเป็นการสร้างบารมีเฉพาะตัวแล้วยังเป็นการสร้างความมั่นคงแก่พระพุทธศาสนา และปลูกฝังคุณงามความดีให้เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติให้ตั้งมั่นอยู่ใน ศีล สมาธิ และปัญญา^๘ มีปฏิปทาเป็นไปตามคำสั่งสอนของพระอุปัชฌาย์ที่ว่า “ถ้ารักตัวจงตั้งใจปฏิบัติธรรม” อาจกล่าวได้ว่าตลอดชีวิตของท่านได้ปฏิบัติกรรมฐานอยู่ตลอดเวลา ท่านเป็นพระมหาเถระที่มีวิชาและจริยาที่น่าเลื่อมใสเป็นแบบอย่างแบบแผนและแบบฉบับให้แก่พระภิกษุ สามเณรได้เป็นอย่างดี^๙ การปฏิบัติตามสติปัญญาตามแนวทางแห่งการเจริญภาวนา ยุบหนอพองพองกำหนด ลมหายใจเข้าออกเพื่อกำหนดให้รู้ อะไรเป็นรูป อะไรเป็นนาม พิจารณาให้รู้ความจริงที่ว่า ๓ สิ่ง ล้วนตกอยู่ใน กฎแห่งไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา^{๑๐}

มีความเมตตาอนุเคราะห์ ปลูกฝังทัศนคติที่ถูกต้อง อบรมแนะนำพร่ำสอน เป็นแบบอย่างที่ดีในการประพฤติปฏิบัติ^{๑๑} มีหลักสูตรการสอนแบบภาคปริยัติผ่านระบบการศึกษาระบบการศึกษา-พุทธศาสนาวินิจฉัยภาคภาษาไทย และภาคภาษาบาลี ส่วนภาคปฏิบัติเป็นการปฏิบัติกรรมฐานทำให้ใจสงบ เย็น เข้าใจสภาวะธรรมปัจจุบัน เป็นศูนย์กลางของชุมชน ที่ชาวบ้านมาพบประสังสรรค์ทำกิจกรรมและพิธีกรรมต่าง ๆ รวมทั้งชาวบ้านจะหาความบันเทิงในงานเทศกาลและการมหรสพต่าง ๆ ที่วัดได้^{๑๒}

^๘พระราชปัญญาภรณ์ (สิงห์คำ ขยวีโส), **ครูบาสอนไว้ ๒**, (กรุงเทพมหานคร: อาทรการพิมพ์, ๒๕๕๒), หน้า ๑๐๙.

^๙สัมภาษณ์ พระราชปัญญาภรณ์, เจ้าอาวาสวัดนางชี, รองเจ้าคณะภาค ๖, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๑๐}สัมภาษณ์ พระเทพรัตนนายก, เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีบุญชัยวรมหาวิหาร, เจ้าคณะจังหวัดลำพูน, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๑๑}สัมภาษณ์ พระพุทธบาทพิทักษ์, เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า, เจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๑๒}สัมภาษณ์ พระครูสัทธาภิมณฑ์, เจ้าอาวาสวัดมะกอก.รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๑๓}สัมภาษณ์ พระครูวิมลธรรมจारी, เจ้าอาวาสวัดสะป่งหลวง, รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

มีการแสดงพระธรรมเทศนาทุกวันพระ แต่งหนังสือธรรม บรรยายธรรม บทความ ปกิณณกะเทศนา ส่งเสริมให้พระภิกษุสามเณรที่มีความรู้ความสามารถออกเผยแผ่ธรรมตามวัด โรงเรียน หมู่บ้าน และออกสถานีวิทยา ส่งเสริมและสนับสนุนการประพฤติปฏิบัติธรรมด้วยการ บรรพชาอุปสมบท และบวชชีพรหมณ์ พัฒนาวัดให้โดดเด่น ได้รับการยกฐานะเป็นพระอารามหลวง ชั้นตรี ชนิดสามัญ^{๑๔} ปัจจุบันวัดพระพุทธบาทตากผ้าเป็นสำนักปฏิบัติธรรมแห่งที่ ๑ ของจังหวัดลำพูน มีผู้เข้าปฏิบัติธรรมจำนวนมาก วัดจึงต้องมีรูปแบบการปฏิบัติธรรมเป็นเวลา และมีการรองรับผู้ ต้องการเข้ามาปฏิบัติธรรมทั้งในระดับตัวบุคคล และคณะ^{๑๕} วัดมีการสอนกรรมฐานแก่พระภิกษุ สามเณรภายในวัดเพื่อรองรับผู้เข้ามาปฏิบัติธรรม และพระภิกษุบางรูปที่มีความเข้าใจเรื่องกรรมฐาน เป็นอย่างดี ซึ่งเป็นลูกศิษย์สำนักเรียนวัดพระพุทธบาทตากผ้าก็ได้้นำแนวการสอนกรรมฐานออกเผยแผ่เพื่ออนุเคราะห์ผู้ที่ต้องการฝึกกรรมฐาน อาทิเช่น พระพรหมมงคล เจ้าอาวาสวัดพระธาตุ ศรีจอมทอง พระครูวิบูลย์ภาวนานุศาสตร์ เจ้าอาวาสวัดห้วยบง เป็นต้น^{๑๖}

๔.๓ ด้านสังคมสงเคราะห์

วัดเป็นสถานสงเคราะห์ประชาชนตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ดังจะเห็นว่า วัดเป็นศูนย์กลาง ชุมชน ให้การสงเคราะห์แก่ชุมชน เช่น เป็นที่ปรึกษาปัญหาชีวิตสำหรับคนมีปัญหาทางด้านจิตใจ มีพระเป็นจิตแพทย์ เป็นสถานพยาบาล แก่ผู้ป่วยไข้ แม้ปัจจุบัน วัดหลายแห่งกลายเป็นที่พึ่งพิงทั้งทาง กายและทางใจของคนผู้ติดเชื้อเอดส์ วัดเป็นศาลไกล่เกลี่ยข้อพิพาทของชาวบ้าน เป็นสถานสงเคราะห์ เป็นที่พักของคนที่เดินทางและสำหรับคนยากจนได้มาอยู่อาศัย เป็นที่ปรึกษาแก้ปัญหาชีวิตครอบครัว และความทุกข์ต่าง ๆ และช่วยไกล่เกลี่ยข้อพิพาทของชาวบ้าน รวมทั้งช่วยรักษาผู้เจ็บป่วยตามความรู้ ของพระ

วัดเป็นสถาบันบันเทิง รื่นเริงต่าง ๆ ของชุมชน เมื่อมีประเพณีต่าง ๆ และที่สำคัญวัดเป็น สถานสงเคราะห์ที่สำคัญทางด้านจิตใจแก่ประชาชน ทุกระดับ เพราะพระพุทธรูปเป็นประดุจ ชุมทรัพย์ที่ทรงคุณค่ามหาศาล เป็นที่พึ่งแก่คนตั้งแต่ระดับที่ต้องการความสุขใจสงบใจจากพิธีกรรม ความเชื่อ จนถึงผู้ที่ต้องการหลักธรรมแก่นแท้ของพระพุทธรูป^{๑๗} ภายในวัดสร้างกุฏิ ศาลาการ เปรียญ สำนักพระปริยัติธรรม หอสมุด สร้างหอสงฆ์พระบรมสารีริกธาตุ สร้างโรงกลองและหอ ระฆัง สร้างอุโบสถ ธรรมศาลา ศาลาตากผ้า บูรณะซ่อมแซมหลังคาและต่อเติมยอดปราสาทวิหาร จตุรมุข ภายในอำเภอป่าซาง อุโบสถ ศาลาการเปรียญ และกุฏิสงฆ์ วัดป่าหนองเจดีย์ วิหารและกุฏิ

^{๑๔} สัมภาษณ์ พระครูวิมลธรรมานุศาสตร์. เจ้าคณะอำเภอพร้าว จังหวัดเชียงใหม่. ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๑๕} สัมภาษณ์ พระพุทธบาทพิทักษ์, เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า, เจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

^{๑๖} สัมภาษณ์ พระพุทธบาทพิทักษ์, เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า, เจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

^{๑๗} อิทธิพลของพระพุทธรูปในประเทศไทย, DMC เป็นสุขใจตลอดเวลา, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <http://www.dmc.tv/forum/index.php?showtopic=1945> [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

สงฆ์ วัดม่อนมะหิน สร้างกำแพง ซ่อมอุโบสถ วิหาร และเจดีย์ วัดพระนอนม่อนช้าง สร้างวิหาร วัดมะกอก สร้างโรงเรียนประถมปลาย “พรหมาประชาอุทิศ” บ้านมะกอก จัดทำน้ำประปา บาดาล และไฟฟ้า หมู่บ้านพระบาท นอกจากนี้ยังจัดหาทุนทรัพย์ช่วยเหลือในการก่อสร้าง สิ่งสาธารณวัตถุให้แก่ วัดและโรงเรียนต่างๆ ที่มาขอความช่วยเหลือต่างๆ^{๑๘}

๔.๔ ด้านการดำเนินชีวิต

พระพุทธศาสนามีหลักคำสอนที่เกี่ยวกับกิจกรรมทางเศรษฐกิจอยู่มากมาย ได้ชี้แนะวิธีการการดำรงชีพอยู่อย่างถูกต้องและมีนำมาซึ่งความสุข แก่บุคคลและสังคมได้ พระพุทธศาสนาได้สอนเกี่ยวกับหลักการดำเนินชีวิตด้วยสัมมาอาชีวะ ได้แก่ การประกอบกิจการงานอาชีพที่สุจริตและประกอบด้วยหลักธรรมที่ทำให้ประสบความสำเร็จ เช่น

๑) การรู้ประมาณในการบริโภค ใช้จ่าย ไม่ฟุ่มเฟือยสุรุ่ยสุร่าย (โภชนะ มัตตัญญูตา) มีอิทธิพลต่อความคิดความเชื่อของประชาชนอยู่มาก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในภาวะเศรษฐกิจถดถอย เช่นปัจจุบัน

๒) หลักการทำงานที่จะทำให้ประสบความสำเร็จ ได้แก่ ทิฏฐธัมมิกัตถะประโยชน์ หรือ หัวใจเศรษฐกิจ ได้แก่

๒.๑) อุฏฐานสัมปทา ความขยันหมั่นเพียรในการทำงาน

๒.๒) อารักขสัมปทา การประหยัดอดออมทรัพย์ที่ได้มา โดยใช้จ่ายแต่จำเป็น

๒.๓) กัลยาณมิตตตา การรู้จักคบคนดี ไม่คบคนชั่วคนพาลอันจะนำพาให้ ทรัพย์สินฉิบหายวอดวาย

๒.๔) สมชีวิตา การรู้จักสภาพทางเศรษฐกิจ ฐานะทางการเงินของตน ใช้จ่ายแต่พอดี

อีกประการหนึ่ง พระพุทธศาสนาได้มีบทบาทอย่างสูง ในการแก้ไขปัญหาแก่ประชาชนในยามที่เกิดวิกฤตทางเศรษฐกิจ ดังจะเห็นว่าประเทศไทยของเราได้ประสบปัญหาเศรษฐกิจอย่างรุนแรง แต่ก็ยังอยู่กันอย่างสงบสุข คนที่เคยทำงานตำแหน่งหน้าที่ดี ๆ เมื่อตกงานก็ปลงใจได้ และพร้อมที่จะทำอาชีพอื่น แม้จะเป็นอาชีพที่มีรายได้ได้น้อย ไม่มีเกียรติก็ตาม ไม่มีการต่อต้านรัฐบาลไม่มีการปล้นสะดมภ์ หรือก่อความวุ่นวายเหมือนประเทศอื่น พร้อมกันนั้นก็พยายามหาทางออกอย่างถูกต้องที่เป็นเช่นนี้ก็เพราะว่า ประเทศไทยเรามีพื้นฐานดี อันได้แก่พื้นฐานทางสังคม และวัฒนธรรมดี หรือที่บางท่านเรียกว่าทุนทางสังคม อันได้แก่มีฐานทางเศรษฐกิจที่มั่นคง

โดยเฉพาะการเกษตร ฐานทางทรัพยากรธรรมชาติมั่นคง เรามีทรัพยากรของประเทศมากมาย มีดินดี น้ำดี เหมาะแก่การเพาะปลูก และฐานทางวัฒนธรรมแข็งแกร่ง คือเรามีพระพุทธศาสนาเป็นวัฒนธรรมทางด้านจิตใจ สามารถแก้ปัญหาในยามวิกฤตได้ วัฒนธรรมแบบพุทธได้โอบอุ้มสังคมไทยให้สงบร่มเย็นได้ ด้วยองค์ประกอบ ๒ ประการ คือ

^{๑๘} สัมภาษณ์ พระพุทธบาทพิทักษ์, เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า, เจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

ประการที่ ๑

องค์กรทางพุทธศาสนาเป็นที่พึ่งของสังคมในยามวิกฤต ดังเช่นปัจจุบันวัดหลายๆ แห่งกลายเป็นศูนย์กลางในการช่วยเหลือชาวบ้าน ด้วยการใช้วัดเป็นสถานสงเคราะห์ ฝึกอาชีพ และกิจกรรมต่าง ๆ แก่ผู้ด้อยงาน วัดในชนบทหลายแห่ง กลายเป็นที่พึ่งสำหรับผู้ด้อยงาน เป็นสนามกีฬาสำหรับเยาวชน (ในโครงการลานวัด ลานใจ ลานกีฬา) โดยมีพระสงฆ์เป็นผู้นำ ในการส่งเสริมอาชีพแก่ประชาชน

ประการที่ ๒

หลักธรรมทางพุทธศาสนาที่แทรกซึมอยู่ในจิตใจของผู้คนที่สามารถประยุกต์ใช้กับสถานการณ์ปัจจุบันได้อย่างเหมาะสม จะโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม แต่ก็มีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตของคนไทย ทำให้ไม่เกิดความวุ่นวายระส่ำระสายเกิดขึ้น หลักธรรมเหล่านั้น อันได้แก่

(๑) ความเมตตาปราณี เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน มีการช่วยเหลือคนตกงานด้วยวิธีการต่าง ๆ ไม่ดูถูกซ้ำเติม เช่นช่วยจัดหางานให้ จัดร้านอาหารฟรีให้ และให้กำลังใจในการต่อสู้ชีวิต ทั้งจากการแนะนำของผู้ใกล้ชิดและจากสื่อมวลชนต่าง ๆ

(๒) ให้อภัย และโอนอ่อนผ่อนตาม เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น เช่นปัญหาระหว่างลูกจ้างกับนายจ้าง หรือระหว่างหน่วยงานเอกชนกับรัฐที่ต้องปิดกิจการ ก็ไม่มีเหตุการณ์รุนแรงเกิดขึ้น ด้วยการให้อภัยที่ถ้อยอาศัย ผ่อนปรนต่อกันได้

(๓) ความสันโดษ แม้จะถูกออกจากงานที่ทำ ก็ยินดี เต็มใจที่จะทำงานอื่น แม้จะมีรายได้น้อยกว่าก็ยินดีทำ เคยเป็นผู้จัดการบริษัทมาก่อน แต่มาขับรถแท็กซี่ก็ทำได้ เคยเป็นพนักงานธนาคารแล้วมาขายกล้วยทอดก็ทำได้

อีกประการหนึ่งคือการรู้ประมาณในการบริโภคในการใช้จ่าย มุ่งให้ประหยัด ทำให้เกิดเศรษฐกิจแบบพอเพียง

(๔) ความสมานสามัคคี ความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของประชาชนในชาติในอันที่จะพร้อมใจกันกอบกู้เศรษฐกิจให้กลับมาอยู่ดีกินดี แม้จะเสียสละเงินทองบริจาคช่วยชาติก็เต็มใจที่จะบริจาค

ดังที่กล่าวมาจะเห็นว่าพุทธศาสนามีบทบาทต่อกิจกรรมทางเศรษฐกิจอย่างมากมาย ทั้งในอดีต และปัจจุบัน แม้ว่าพุทธศาสนาไม่ได้เข้าไปมีบทบาทในทางเศรษฐกิจโดยตรง แต่ก็มีบทบาทและอิทธิพลในทางอ้อม โดยเฉพาะทางด้านจิตใจ อันเป็นพื้นฐานสำคัญ

สังคมไทยมีความผูกพันกับพุทธศาสนาอย่างลึกซึ้ง จนไม่สามารถแยกออกจากวิถีชีวิตประจำวันได้ มีอิทธิพลต่อบุคคล สังคม และวัฒนธรรม ของไทยเป็นอย่างมาก พระพุทธศาสนาเป็นสถาบันหลัก ใน ๓ สถาบัน ของชาติ ควบคู่กับสถาบันชาติ และพระมหากษัตริย์ เป็นศาสนาประจำชาติ เป็นรากฐานของวัฒนธรรมไทยด้านต่าง ๆ เช่นด้านภาษา วรรณกรรม ศิลปกรรม จิตรกรรม การศึกษา การสงเคราะห์ และเป็นศูนย์รวมจิตใจของชาวไทยตั้งแต่อดีตกาลจนถึงปัจจุบัน

เนื่องจากเป้าหมายของชีวิตมนุษย์ในพระไตรปิฎก (ขุททกนิกาย จนนิเทศ ๓๐/๗๕๕/ ๓๘๘) กล่าวถึง เป้าหมายของชีวิตมนุษย์ ตั้งแต่เริ่มต้นจนถึงระดับ สุดท้ายไว้ ๓ ระดับคือ

(๑) ทัฏฐธัมมิกัตถะ “เป้าหมายปัจจุบัน” หมายถึง เป้าหมายในชีวิตประจำวันซึ่งเป็นขั้นต้นคือธรรมดาสามัญ ที่ มุ่งหมายกันในโลกรนี้ มีทรัพย์ ยศ เกียรติ ไฉฉวี ชีวิตคู่ครองที่ เป็นสุข เป็นต้น อันเกิดขึ้นด้วยกำลังความเพียร สติปัญญาของ ตนโดยชอบธรรมและรู้จักปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้น ในทางที่เป็นไปเพื่อประโยชน์สุขโดยชอบทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น^{๑๙}

(๒) สัมปรายิกัตถะ “เป้าหมายอนาคต” หมายถึง เป้าหมายด้านคุณค่าของชีวิตซึ่งเป็นขั้นล้าลึกสำหรับชีวิตด้าน ใน เป็นหลักประกันในอนาคตและภพหน้า คือความเจริญ งามงามแห่งชีวิตจิตใจที่ก้าวหน้าเติบโตใหญ่ขึ้นด้วยคุณธรรม มีศรัทธา ศีล จาคะ ปัญญา ดำรงตนอยู่ในศีลธรรม ใช้ทัฏฐธัมมิกัตถะในทางที่ชอบธรรม เป็นคุณประโยชน์จนเป็นผู้มีความ มั่นใจในความคิดของตน ไม่กังวลทรนทุรายหรือหวาดกลัวภัย ในโลกหน้า

(๓) ปรมัตถะ “เป้าหมายสูงสุด” หมายถึงเป้าหมายที่เป็นสาระแท้ของชีวิตซึ่งเป็นเป้าหมายขั้นสุดท้ายที่ชีวิต ควรเข้าถึง คือ การรู้แจ้งสภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง รู้เท่าทันคติธรรมดาสังขารธรรม ไม่ตกเป็นทาสของ โลกและชีวิต ไม่ถูกบีบคั้นด้วยอำนาจความยึดติดถือมั่น สามารถทำจิตให้เป็นอิสระ ปลอดโปร่งผ่องใสสะอาด สว่าง สงบ มีความสุข ประณีตภายในเรียกสั้นๆ ว่านิพพาน คือดับ กิเลสและกองทุกข์ได้^{๒๐}

ดังปรากฏเห็นได้เด่นชัดซึ่งวัดในปัจจุบันซึ่งได้ยึดแนวทางในการปฏิบัติธรรมของพระสุพรหมยานเถระ มาเป็นแนวทางในการปฏิบัติกรรมฐานได้แก่ วัดรำเปิง (วัดตะโปทาราม) ซึ่งปัจจุบันมีพระครู...เป็นลูกศิษย์ของพระสุพรหมยานเถระได้ยึดแนวทางการปฏิบัติจนได้ชื่อว่าเป็นวัดที่มีความเคร่งครัดในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔ “แบบ พองหนอ – ยุบหนอ” ของพระมหาสีสะยาตอ^{๒๑}

การดำรงชีวิตของพระสุพรหมยานเถระทุกขณะ ท่านถือว่าเป็นการปฏิบัติทุกอิริยาบถ คือ ยืน เดิน นั่ง นอน ท่านจะมีสติ กำกับหรือ กำหนดอยู่เสมอ ตั้งแต่ตื่นนอนถึงเข้านอนตามแนวสติปัฏฐานอยู่ตลอดเวลา^{๒๒} ในการสอนหลักธรรมทุกคำสอน ท่านจะกล่าวถึงหลักธรรมที่เกี่ยวเนื่องแก่การปฏิบัติตามทั้งนั้น^{๒๓} การสอนพระกรรมฐานของท่านเป็นวิธีที่สามารถโน้มน้าวชีวิตได้แก่ ผู้ปฏิบัติเป็นอย่างดี

^{๑๙} เสถียรพงษ์ วรรณปก, *ชีวิตและเป้าหมายของชีวิต*, (กรุงเทพฯ: ศิริศิลป์การพิมพ์, ๒๕๕๘), หน้า ๑๓๒.

^{๒๐} สุตตันตปิฎก ขุททกนิกายสุส จุฬนิกายโส เล่ม ๓๐ (สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย จุฬนิกาย) (กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๓) ข้อ ๖๗๓, หน้า ๓๓๓.

^{๒๑} ภัทรพร สิริกาญจน, “การปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาของชนชั้นกลางในสังคมไทยปัจจุบัน”, *วารสารพุทธศาสนศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – เมษายน ๒๕๕๑): ๑๙.

^{๒๒} สัมภาษณ์ พระราชปัญญารัตน์, เจ้าอาวาสวัดนางชี, รองเจ้าคณะภาค ๖, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๒๓} สัมภาษณ์ พระครูสุทธาภิรมณ์, เจ้าอาวาสวัดมะกอก, รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

ยิ่ง^{๒๔} การปฏิบัติกรรมฐานทำให้จิตใจประณีตอ่อนโยนเป็นการทำให้เกิดผลดี มีความปกติ บุคคลผู้มีใจ
ฝกฝึในการปฏิบัติตามย่อมจะทำให้จิตใจสงบ^{๒๕} การใช้ชีวิตประจำวันสำหรับผู้ปฏิบัติและแสวงย่อมมี
วิถีชีวิตกับบุคคลทั่วไปถืออยู่ด้วยความระมัดระวัง มีสติอยู่เสมอ ไม่มีความประมาททั้งทางโลกและทาง
ธรรม^{๒๖} เมื่อนำมาปฏิบัติตามย่อมแก้ไขปัญหาทางสังคมในด้านต่าง ๆ ได้ เช่น การปฏิบัติตามหลักของ
ศีล ๕ ก็ย่อมทำให้สังคมและความเบียดเบียนซึ่งกันและกันลดลง ลดปัญหาเรื่องลักขโมย การปล้น ซึ่ง
การก่ออาชญากรรมให้น้อยลงลด การหลอกลวงกันและกัน และลดการดื่มสุรา สิ่งเสพติดให้น้อยลง
ได้^{๒๗} การพัฒนาชีวิตให้มีคุณค่าทั้งทางโลกทางธรรมทางโลกย่อมทำให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองในหน้าที่
การงาน การรักษาศีลย่อมจะทำให้เกิดทรัพย์สมบัติมากมายดังคำกล่าวที่ว่า สีเสนะ สุขะตัง ยันติ
ศีลเป็นเหตุให้ถึงสุดติ สีเสนะ โภคะสัมปะทา ศีลเป็นเหตุให้ถึงพร้อมด้วยโภคะทรัพย์ สีเสนะ นิพพุตัง
ยันติ ศีลเป็นเหตุให้ถึงพระนิพพาน ตัสมา สีลัง วิโสทะเย เพราะเหตุนี้พึงชำระศีลให้หมดจด^{๒๘}

จึงกล่าวได้ว่า วัดเป็นศูนย์กลางซึ่งรวมจิตใจประชาชนในด้านความเคารพเชื่อถือ และ
การร่วมมือซึ่งกันและกัน โดยมีพระสงฆ์ทำหน้าที่และมีบทบาทสำคัญ นอกจากนี้พุทธศาสนาเป็น
เครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจทำให้มีความสามัคคี สามารถรวมตัวเป็นสังคมที่มีความมั่นคง เป็นระเบียบ
เรียบร้อยและมีความเป็นปึกแผ่นได้

นอกจากนี้การนำกรรมฐานมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น^{๒๙}

๑) ไซช่วยทำให้จิตใจผอนคลาย หายเครียด เกิดความสงบ หายกระวนกระวาย ยิ่งหยุด
จากความก่อกวนวิตกกังวล เป็นเครื่องพักผ่อนกาย ใจสบาย และมีความสุข เช่น บางท่านทำอา
นาปานสติ (กำหนดลมหายใจเข้าออก) ในเวลาที่จำเเนตงรอกอย และไม่มีอะไรที่จะทำ เหมือนดัง
เวลานั่งติด ในรถประจำทาง หรือปฏิบัติสลับแทรกในเวลาทำงานไซสมองหนัก เป็นต้น

ประโยชน์ข้อนี้อย่างสมบูรณ์แบบ ไต่แก ฌานสมาบัติที่พระพุทธเจ้าและพระอรหันต
ทั้งหลาย ไซเบนที่พักผ่อนกายใจ เป็นอยู่อย่างสุขสบายในโอกาสว่างจากการบำเพ็ญกิจ ซึ่งมีคำเรียก
เฉพาะว่า เพื่อบนทิกฐุธรรมสุขวิหาร ๒) เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน การเล่าเรียน
และการทำกิจทุกอย่าง เพราะจิตที่เปบน สมาธิแนวนนอยู่กับสิ่งที่กำลังกระทำ ไมฟุงซาน ไมวอกแวก
ไม่เลื่อนลอยเสีย ยอมช่วยใหเรียน ไซ คัด ไซทำงานใดผลดีการงานก็เปบนไปโดยรอบคอบ ไม่ผิดพลาด
และป้องกันอุบัติเหตุได้ดีเพราะ เมื่อมีสมาธิก็ยอมมีสติกำกับอยู่ด้วย ดังที่ทานเรียกวาจิตเปบนกัมมณีเย
หรือกรรมนียแปลวาควร แกงาน หรือเหมาะแก่การใช้งาน ยิ่งได้ประโยชน์ในข้อ ๑) มาช่วยเสริม

^{๒๔} สัมภาษณ์ พระครูวิมลธรรมจารี, เจ้าอาวาสวัดสะปุงหลวง, รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง,
๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๒๕} สัมภาษณ์ พระครูปริยัติกิจพิพัฒน, เจ้าอาวาสวัดท่าต้นจิว, เจ้าคณะตำบลปากบ่อง, ๑๐ กุมภาพันธ์
๒๕๖๒.

^{๒๖} สัมภาษณ์ พระครูวิบูลย์ภาวนานุศาสตร์, เจ้าอาวาสวัดห้วยบง อำเภอสี, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๒๗} สัมภาษณ์ พระครูวิมลธรรมานุศาสตร์, เจ้าคณะอำเภอพร้าว จังหวัดเชียงใหม่, ๑๐ กุมภาพันธ์
๒๕๖๒.

^{๒๘} สัมภาษณ์ พระราชปัญญาภรณ์, เจ้าอาวาสวัดนางชี, รองเจ้าคณะภาค ๖, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

^{๒๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงขยาย, หน้า, ๗๘๗ - ๗๘๙.

ก็ยิ่งได้ผลดีมากยิ่งขึ้นไปอีก ๓) ช่วยเสริมสุขภาพกาย และไขกระดูกได้ร่างกายกับจิตใจอาศัยกัน และมีอิทธิพลต่อกัน ปุณฺณ ทัวไป เมื่อกายไม่สบาย จิตใจก็พลอยอ่อนแอเศร้าหมองซุนมัว ครั้นเสียใจ ไม่มีกำลังใจ ก็ยิ่งซ้ำให้ โรคทางกายนั้นทรุดหนักลงไปอีก แม้ในเวลาที่เรากายเป็นปกติพอประสพ เรื่องราวให้เศร้าเสียใจ รุนแรง ก็ลมป่วยเจ็บไข้ไปได้ สวมผู้มีจิตใจเข้มแข็งสมบูรณ์ (โดยเฉพาะทานที่มีจิตหลุดพ้นเป็นอิสระแล้ว) เมื่อเจ็บป่วย กายก็ไม่สบายอยู่แคกายเท่านั้น จิตใจไม่พลอยป่วยไปด้วย ยิ่งกว่านั้นกลับใจที่สบายมีกำลังใจจิต เข้มแข็งนั้นหันกลับมาสงอิทธิพลบรรเทาหรือถอนเบาโรคทางกายได้อีกด้วยอาจทำให้โรคหายกาย และไวขึ้น หรือแม้แต่ไขกำลังใจสมาธิระงับทุกขเวทนาทางกายไว้ก็ได้ ในดานที่ผู้มีจิตใจผองใสเบิกบาน ยอมช่วยให้กายเอิบอิม ผิวพรรณผองใส สุขภาพกายดี เป็นภูมิต้านทานโรคไปในตัว ความสัมพันธ์นี้ มีผลต่ออัตราสวนของความต้องการ และการเผาผลาญใช้พลังงานของร่างกายด้วย เช่น จิตใจที่สบายผองใสสดชื่นเบิกบานนั้น ต้องการอาหาร นอยลง ในการที่จะทำร่างกายสมบูรณ์ผองใส เช่นคนธรรมดาที่มีเรื่องดีใจ ปลาบปลื้มอิมใจ ไมหิว ขาว หรือพระที่บรรลุธรรมแล้วมีปติเป็นภักษา ฉันอาหารวันละมื่อเดียว แต่ผิวพรรณผองใส เพราะ ไมหวนละห้อย ความหลัง ไมเพอหวังอนาคต ไมเฉพาะจิตใจดีช่วยเสริมให้สุขภาพกายดีเท่านั้น โรคกายหลายอยางเป็นเรื่องของกายจิต สัมพันธเกิดจากความแปรปรวนทางจิตใจ เช่น ความมักโกรธบาง ความกลุมกัวงลบาง ทำให้เกิด โรคปวดศีรษะบางอยางหรือโรคแผลในกระเพาะอาหารอาจเกิดได้เป็นต้น เมื่อทำจิตใจให้ดีด้วยวิธี อยางใดอยางหนึ่งก็ช่วยแก้ไขโรคเหล่านั้นได้ ประโยชนขอนี้จะสมบูรณ์ต่อเมื่อมีปัญญาที่รู้เท่าทันสภาวะธรรมประกอบอยู่ด้วย

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

การศึกษา เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” ผู้วิจัยได้ตั้งวัตถุประสงค์ไว้ ๓ ประการ ได้แก่ เพื่อศึกษาประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เพื่อศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) และ ศึกษาอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) โดยศึกษารวบรวมข้อมูลจากพระไตรปิฎก ตำรา เอกสาร วิทยานิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยสามารถสรุปผลจากการศึกษาวิจัย ดังนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” พบประเด็นคำตอบสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

๕.๑.๑ ศึกษาประวัติการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร พบว่า

ครูบาพรหมา หรือ พระสุพรหมยานเถร เกิดวันอังคารที่ ๓๐ สิงหาคม พ.ศ.๒๔๔๑ ขึ้น ๑๔ ค่ำ เดือน ๑๒ ปีกอ ฉ บ้านป่าแพ่ง ชีวิตวัยเด็กเรียนหนังสืออักษรลานนาและไทยที่บ้านจากพี่ชายที่บวชเรียน สมัยนั้นตามชนบทยังไม่มีโรงเรียนเปิดสอน อาศัยที่ได้ติดตามบิดามารดาไปวัดบ่อยๆ ได้เห็นพระพี่ชายที่บวชอยู่หลายรูป จึงเพิ่มความเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธศาสนา ก่อนเกิดสงครามโลกครั้งที่ ๑ บ้านเมืองแห้งแล้ง ข้าวยากหมากแพง ทางการสยามก็เร่งรัดเกณฑ์ผู้คนไปเป็นทหาร ท่านรู้สึกไม่สบายใจ ทั้งเห็นพวกชายหนุ่มเพื่อนบ้านใกล้เรือนเคียง หนีไปบวชกันแทบทุกวัน ขณะนั้นท่านอายุ ๑๕ ปี จึงตัดสินใจถือผ้าจีวรกับดอกไม้ธูปเทียน ไปขอบวชเรียนที่วัดป่าเหียง มีพระพี่ชายจัดการโกนหัวโกนคิ้วให้ ก่อนจะกราบขอบรรพชามีครูบาขันแก้ว เป็นพระอุปัชฌาย์^๑ เมื่อท่านได้บรรพชาแล้วจึงได้ท่องจำบทสวดมนต์ และเข้าโรงเรียนประชาบาลจนจบชั้นประถมศึกษาปีที่ ๓ เมื่ออุปสมบทแล้วจึงได้ศึกษานักธรรมด้วยตนเอง ในปี พ.ศ. ๒๔๖๒ ทางการคณะสงฆ์ได้จัดสอบนักธรรมสนามหลวงขึ้น ณ จังหวัดเชียงใหม่ โดยพระมหานายกเป็นผู้นำข้อสอบมาสอบยังวัดพระเชตุพน ในครั้งนั้นมีพระภิกษุเข้าสอบจำนวน ๑๐๐ รูป ผลการสอบปรากฏว่ามีพระภิกษุที่สอบผ่านจำนวน ๒ รูป คือ ครูบาพรหมา และพระทองคำ วัดเชตุพน จังหวัดเชียงใหม่ นับว่าครูบาพรหมาเป็นพระรูปแรกของจังหวัดลำพูนที่สอบนักธรรมได้

^๑ ผศ.ดร.วสันต์ ปัญญาแก้ว, “เจดีย์สี่ครูบา: ศาสนสถานและความทรงจำทางสังคมในล้านนา”, วารสารมานุษยวิทยา, ปีที่ ๑ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – มิถุนายน ๒๕๖๑): ๑๓๕ – ๑๓๖.

ภายหลังจากสอบนักธรรมได้แล้ว ท่านได้พยายามหาความรู้ด้านการปฏิบัติธรรมจากครูบาอาจารย์หลายรูป อาทิ พระครูพิทักษ์พลธรรม (ครูบาหวั่น มหาวโน) พระสุธรรมยานเถร (ครูบาอินทรจักรรักษา) ผู้เป็นพระพี่ชาย ครูบาแสน ญาณวุฒิ วัดหนองเงือก ครูบาบุญมา ปารมี วัดกอม่วง เป็นต้น

ออกธุดงค์ เมื่อครูบาพรหมาอายุได้ ๒๔ ปี บวชได้ ๔ พรรษา ท่านได้ออกธุดงค์ โดยครั้งแรกไปจำพรรษา ณ ดอยน้อย อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ หลังจากนั้นท่านได้ธุดงค์ไปในสถานที่ต่างๆ ทั่วภาคเหนือ และประเทศพม่า และได้จำพรรษาในเขตพม่าเป็นเวลาถึง ๕ ปี ท่านได้จาริกธุดงค์ถึง ๒๐ พรรษา โดยถือธุดงค์วัตร อยู่ป่าเป็นวัตร ออกบิณฑบาตเป็นกิจวัตร ฉันทตอาหารมื้อเดียว นุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร ท่านเพียรพยายามอดทนด้วยวัตรปฏิบัติอันเคร่งครัดที่สุด

ผลงานของท่าน บูรณะวัดพระพุทธรบาทตากผ้า ในปี พ.ศ. ๒๔๙๑ ครูบาพรหมาได้กลับมาจำพรรษา ณ วัดพระพุทธรบาทตากผ้า และได้จำพรรษาอยู่วัดนี้เรื่อยมาจนมรณภาพ ท่านได้เป็นประธานอำนวยการบูรณะวัดพระพุทธรบาทตากผ้า เช่น ต่อเติมยอดมณฑปวิหารครอบรอยพระพุทธรบาทที่ครูบาศรีวิชัยได้มาบูรณะไว้ สร้างพระอุโบสถ ศาลาการเปรียญ กุฏิสงฆ์ ศาลาพระปริยัติธรรม นอกจากนี้ท่านยังได้สร้างโรงเรียนพระปริยัติธรรม “พรหมจักรสังวรกิตติขจรประชาสรรค์” และเป็นประธานในการบูรณะวัดพระนอนม่อนช้าง วัดป่าหนองเจดีย์ วัดม่อนมะหิน วัดบ้านห้วย และวัดช้างค้ำ เป็นต้น

มรณภาพ ครูบาพรหมาได้บำเพ็ญสมณธรรมจนย่างเข้าสู่วัยชรา และได้เกิดอาการอาพาธ เข้ารับการรักษาตัวที่โรงพยาบาล ก่อนที่ท่านจะละสังขาร ในวันที่ ๑๗ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๒๗ ได้รับพระราชทานเพลิงศพในวันที่ ๓๐ มกราคม พ.ศ. ๒๕๓๑

๕.๑.๒ ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร พบว่า

ถึงแม้ว่าการปฏิบัติธรรมในประเทศไทยจะมีหลายสำนัก มีแนวปฏิบัติที่หลากหลายเพื่อให้ถูกจริตกับผู้ที่มุ่งปฏิบัติธรรมให้ถึงความสงบจิตสงบใจ การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจโก) เป็นแนวการปฏิบัติธรรมรูปแบบหนึ่ง ซึ่งเหมาะสมกับจริตของแต่ละบุคคล ผู้ทำวิทยานิพนธ์ได้วิเคราะห์ดังนี้

วิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร พบว่า พระสุพรหมยานเถร จัดตั้งสำนักวิปัสสนากรรมฐานขึ้น โดยรับพระภิกษุสามเณร อุบาสกอุบาสิกาเข้าปฏิบัติธรรม ใช้วิธีการสอนแบบสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน โดยส่วนตัวของท่าน สมัยเริ่มแรกแห่งการธุดงค์ใช้วิธีปฏิบัติแบบง่ายๆ ด้วยการสมาทานอธิษฐานเอาธุดงค์วัตรและธุดงค์กรรม ตามกำลังที่จะปฏิบัติได้ ผึกหัดเป็นคนสันโดษเล็กน้อย ง่ายๆ ประจืดใจให้เข้ากับธรรมชาติ พยายามฝึกใจให้อาจหาญเป็นสมาธิธรรม ด้วยสมถภาวนามีพุทธานุสติ โดยการกำหนดลมหายใจเข้าออกภาวนาพุท โธ พอง ยุบ และการนับลูกประคำ ด้านวิปัสสนากรรมฐาน กำหนดอภินิหารปัจเจกขณะเป็นอารมณ์กรรมฐาน และพิจารณาสังขารรูปนามให้เป็น อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ยึดแนวสติปัฏฐาน ๔ เฟ้งรูปนาม เฉพาะหน้าเป็นอารมณ์ปัจจุบัน เป็นอารมณ์สมถกรรมฐานและเป็นบาทแห่งวิปัสสนากรรมฐานต่อเนื่องตามลำดับ แต่ยังคงใช้พุทธานุสติแนะนำนักปฏิบัติธรรมผู้ใหม่อยู่เสมอ

๕.๑.๓ ศึกษาอิทธิพลการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวของพระสุพรหมยานเถร พบว่า

ด้านการศึกษาระดับมัธยมศึกษา พระสุพรหมยานเถร เปิดสอนธรรมศึกษา-พุทธศาสนาวันอาทิตย์ เป็นการศึกษาพุทธศาสนาขั้นพื้นฐานสำหรับพุทธศาสนิกชนทั่วไป จัดตั้งสำนักเรียนนักธรรม (ธรรมภาคปริยัติขั้นพื้นฐาน และระดับกลาง) เป็นวิชาพุทธศาสนาขั้นพื้นฐาน สำหรับศึกษาพุทธศาสนาภาคภาษาบาลี สำหรับพระภิกษุ สามเณร จัดตั้งสำนักเรียนบาลี เป็นการศึกษาภาคปริยัติ แผนกภาษาบาลี พระภิกษุ สามเณร เปรียญ ส่งผลอย่างไร พรหมจักรสังวรกิตติขจรประชาสรรค์ คำนึงถึงวัตถุประสงค์การศึกษา

ด้านการเพิ่มศักยภาพวัดเป็นแหล่งปฏิบัติธรรม มีความเมตตาอนุเคราะห์ ปลูกฝังทัศนคติที่ถูกต้อง อบรมแนะนำพร้าสอน เป็นแบบอย่างที่ดีในการประพฤติปฏิบัติ มีหลักสูตรการสอนแบบภาคปริยัติผ่านระบบการศึกษาระดับมัธยมศึกษา-พุทธศาสนาวันอาทิตย์ภาคภาษาไทย และภาคภาษาบาลี ส่วนภาคปฏิบัติเป็นการปฏิบัติกรรมฐาน ทำให้ใจเย็น มีการแสดงพระธรรมเทศนาทุกวันพระ แต่งหนังสือธรรม บรรยายธรรม บทความ ปกิณณกะเทศนา ส่งเสริมให้พระภิกษุสามเณรที่มีความรู้ความสามารถออกเผยแผ่ธรรมตามวัด โรงเรียน หมู่บ้าน และออกสถานีวิจัย ส่งเสริมและสนับสนุนการประพฤติปฏิบัติธรรมด้วยการบรรพชาอุปสมบท และบวชชีพรหมณ์ มีการพัฒนาวัดให้โดดเด่นได้รับการยกฐานะวัดพระพุทธบาทตากผ้าเป็นวัดพัฒนา ได้รับการยกฐานะวัดเป็นพระอารามหลวงชั้นตรี ชนิดสามัญ

ด้านการส่งเสริมงานสาธารณสงเคราะห์ ภายในวัดสร้างกุฏิ ศาลาการเปรียญ สำนักพระปริยัติธรรม หอสมุด สร้างหอสงฆ์พระบรมสารีริกธาตุ สร้างโรงกลองและหอรฆัง สร้างอุโบสถธรรมศาลา ศาลาดาดฟ้า บูรณะซ่อมแซมหลังคาและต่อเติมยอดปราสาทวิหารจตุรมุข ภายในอำเภอป่าซาง อุโบสถ ศาลาการเปรียญ และกุฏิสงฆ์ วัดป่าหนองเจดีย์ วิหารและกุฏิสงฆ์ วัดม่อนมะหิน สร้างกำแพง ซ่อมอุโบสถ วิหาร และเจดีย์ วัดพระนอนม่อนช้าง สร้างวิหาร วัดมะกอก สร้างโรงเรียนประถมปลาย “พรหมาประชาอุทิศ” บ้านมะกอก จัดทำน้ำประปา บาดาล และไฟฟ้า หมู่บ้านพระบาท นอกจากนี้ยังจัดหาทุนทรัพย์ช่วยเหลือในการก่อสร้าง สิ่งสาธารณวัตถุให้แก่วัดและโรงเรียนต่างๆ ที่มาขอความช่วยเหลือ

ด้านการดำเนินชีวิต สอนให้มีความเมตตากรุณา มีความเคร่งครัดในศีลวัตร เป็นผู้ไม่สะสม มีความสันโดษ อนุเคราะห์ช่วยเหลือบำรุง ทั้งด้านความเป็นอยู่ และการศึกษาของพระภิกษุ สามเณร ตลอดจนงานสาธารณกุศล สงเคราะห์คนยากจนโดยทั่วไป

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ผู้วิจัยนำเสนอหลักการปฏิบัติ และคำสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระสุพรหมยานเถร วัดพระพุทธบาทตากผ้า สำนักปฏิบัติธรรมแห่งที่ ๑ จังหวัดลำพูน ดังนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

๑) ควรนำหลักการปฏิบัติกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถรที่มีทั้งสมณะและวิปัสสนาเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตเพื่อปลูกฝัง กล่อมเกลาเยาวชนให้เป็นคนดีในสังคม รู้จักแก้ไขปัญหาด้วยตนเองอย่างมีสติ ดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามแนวพระพุทธศาสนา

๒) ควรจัดโครงการอบรมพระวิปัสสนาจารย์ให้พระสงฆ์เป็นนักเผยแผ่ด้านการปฏิบัติกรรมฐาน ด้วยการฝึกอบรมพระสงฆ์ให้มีความรู้ ความเข้าใจในวิธีการปฏิบัติที่ถูกต้อง สามารถนำไปสอน และปฏิบัติธรรม แก่อารมณ์ได้ถูกต้อง

๓) วัดควรจัดโครงการส่งเสริมให้หน่วยงานภาครัฐ หรือเอกชนเข้ามาปฏิบัติธรรมเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงาน การอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข และแก้ไขปัญหาในการทำงานด้วยกรปฏิบัติกรรมฐาน

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะการทำวิจัยครั้งต่อไป

๑) ควรศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติของพระสุพรหมยานเถร

๒) ควรนำเอาแนวปฏิบัติของกรรมฐานพระสุพรหมยานเถรไปประยุกต์ให้พุทธบริษัท ๔ ได้ปฏิบัติและวิเคราะห์ผลการปฏิบัติเพื่อสรุปให้เป็นแนวทางในการปฏิบัติต่อไป

๓) ควรศึกษาความมกน้อย สันโดษ ความเมตตากรุณา ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ อันเป็นปัจจัยสู่การมีจริยวัตรสำรวม เรียบร้อย สงบเสงี่ยมของพระสุพรหมยานเถร

๔) ควรศึกษาความเป็นครูบาที่มีผลต่อการพัฒนาศาสนสถาน และสาธารณประโยชน์

๕) ศึกษากระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตตามแนวกรรมฐานของกรรมฐานพระสุพรหมยานเถร

บรรณานุกรม

๑.ภาษาไทย

ก.ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

(๑) หนังสือ :

กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ. **คู่มือการจัดการศึกษาของสงฆ์.** กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
การศาสนา, ๒๕๓๙.

คณะศึกษานิเทศน์. **เถรประวัติพระสุพรหมยานเถระ ฉบับเล่า.** ลำพูน: ลำพูนการพิมพ์, ๒๕๓๑

คณะผู้มีจิตศรัทธาและผู้ฟังสถานีวิทยุ พระพุทธศาสนาแห่งชาติและสังคม FM 106 MHz. วัดพระ
พุทธบาทตากผ้า อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน และ FM 103.25 MHz. สถานีสาขาอำเภอเถิน,
การเดินจงกรมและการนั่งสมาธิตามหลักสติปัฏฐานสี่, (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ม.ป.ป.),
หน้า ๙๔-๙๖.

คณาจารย์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **ธรรมะภาคปฏิบัติ ๑.** กรุงเทพมหานคร:
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

พระญาณโพนิกะ รจนา และ พลตรีนายแพทย์ชาญ สุวรรณวิรัช แปล. **หัวใจกรรมฐาน.**

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ศยาม, ๒๕๓๘.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์.** พิมพ์ครั้งที่ ๙.

กรุงเทพมหานคร: ผลิติมม์, ๒๕๕๘.

พระพุทธโฆสเถระ. **วิสุทธิมคคปกรณ์.** กรุงเทพมหานคร: วิญญูชน, ๒๕๓๙.

พระราชธรรมนิเทศ (ระแบบ จิตภาโณ). **พุทธวิธีในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา.** กรุงเทพมหานคร:
พรศิวกการพิมพ์, ๒๕๔๒.

พระราชปัญญานุกรณ์. **ครูบาสอนไว้ ๒.** กรุงเทพมหานคร: อาทรการพิมพ์, ๒๕๕๒.

พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต). **เทคนิคการสอนของพระพุทธเจ้า.** กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธ
ธรรม, ๒๕๓๑.

พระราชสุทธิญาณมงคล (จรัญ ฐิตธมฺโม). **กรรมสนอง ความเป็นไปของชีวิตตามกฎแห่งกรรม.**

กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๓.

พิเชษฐ์ รุ่งนพคุณศรี และอำภา รุ่งนพคุณศรี. **ของดี.** พิมพ์ครั้งที่ ๓. ม.ป.ท., ๒๕๔๔”

วรเดช ปญฺจรงค์. **การเจริญสติ ด้วยวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน ๔.** กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๔๙.

วัดพระพุทธบาทตากผ้า. **เถรประวัติพระสุพรหมยานเถร (หลวงปู่ครูบาพรหมมา พรหมจกโก).**

ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๕.

_____ . **บทสวดมนต์วัดพระพุทธบาทตากผ้า.** ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๙.

_____ . **พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมมา พรหมจกโก).** ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๓๑.

วัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า. **สุภาชิต พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พุทฺหมจกโก)**. พิมพ์ครั้งที่ ๔.

ลำพูน: หสม. อนุรักษ์การพิมพ์, ๒๕๔๙.

วัดพระพุทธรูปบาทตากผ้า. **หนังสือสวดมนต์แปล**. ลำพูน: หสม. อนุรักษ์การพิมพ์, ๒๕๔๙.

สนอง วรอุไร. **กระจกส่องกรรมฐาน**. สมุทรปราการ: ชมรมกัลยาณธรรม, ๒๕๕๗.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. **แนวปฏิบัติในสติปัฏฐาน**. ม.ป.ท.

: ม.ป.พ., ๒๕๕๗.

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก. **บันทึกกรรมฐาน**. ม.ป.ท.:

ม.ป.พ., ๒๕๕๖.

สมเด็จพระมหาธีรราชมิ่งคณาจารย์ (ช่วง วรปุณฺโญ). การเผยแผ่พระพุทธศาสนา. **คู่มือพระสังฆาธิการว่า**

ด้วยเรื่องการคณะสงฆ์และการศาสนา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๔๐.

สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดลำพูน สภาวัฒนธรรมจังหวัดลำพูน และพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติหริภุญ

ไชย. **ธ.เสด็จแดนลำพูนในตามรอยตนบุญสายครูบา**.

สิริ กรินชัย และ พ.อ.(พิเศษ) ทองคำ ศรีโยธิน. **พระในบ้าน**. กรุงเทพมหานคร: หอรัตนชัยการพิมพ์.

มปป.

สุภีร์ ทุมทอง. **อาณาปานสติ**. (ม.ป.ท.: ม.ป.พ., ๒๕๕๕.

เสถียรพงษ์ วรรณปก. **ชีวิตและเป้าหมายของชีวิต**. กรุงเทพฯ: ศิริศิลป์การพิมพ์, ๒๕๕๘.

(๒) **คุษณีนิพนธ์/วิทยานิพนธ์/สารนิพนธ์:**

พระครูโสภาธรรมพิทักษ์ (เสียม เตชธมฺโม. เงามาม). “ศึกษาหลักและวิธีการเผยแผ่ธรรมของพระ

ธรรมโมลี (ทองอยู่ ญาณวิสุทฺโธ)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา**

พระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระใบฎีกาณัฐพร จานุกุโธ. “บทบาทพระสงฆ์กับการเผยแผ่พระพุทธศาสนาในจังหวัดนครปฐม”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ. บัณฑิตวิทยาลัย:

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระปลัดสามารถ ธมฺมธโร (ชีวะพุกษ์). “บทบาทการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระอุบาลีคุณูปมา

จารย์ (ปัญญา อินทปญฺโญ)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรม-**

นิเทศ. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.

พระชัยพร จันทวิโส (จันทวงศ์). “ศึกษาศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา, ๒๕๕๔.

พระมหาจรรุญ ปญฺญาวโร (อินทร์ยงค์). “การศึกษาบทบาทของพระมหากัสสปเถระในการเผยแผ่

พระพุทธศาสนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**.

บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐.

พระมหาจำเนียร จิรปญฺโญ (บุญมา). “การศึกษาวิเคราะห์บทบาทความเป็นผู้นำของพระสงฆ์ :

กรณีศึกษาพระพรหมวชิรญาณ (ประสิทธิ์ เขมงฺกโร)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร**

มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

- พระมหาดรณรงค์ศักดิ์ โสภณสิทธิ (โสภณ). “ศึกษาบทบาทการเผยแผ่พุทธธรรมของพระธรรมปริยัติเวที (สุเทพ ฝุสสธมโม)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรมนิเทศ**.
บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.
- พระมหาบุญเลิศ ธรรมทสสี (โอรุสสุ). “ศึกษาวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระราชาวิทยาคม (หลวงพ่อคุณ ปริสุทโธ)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรมนิเทศ**.
บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.
- พระมหาศรีบุญ ปญญารโธ. “การศึกษาหลักการและวิธีการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระสุธรรมยานเถร (ครูบาอินทจักรรักษา)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.
- พระมหาสุริยันต์ จันทนาโม (จันทะนาม). “ศึกษาบทบาทและผลงานในการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของพระอาจารย์สมภพ โชติปัญญา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙.
- พระมหานันต์ ชยเสโน (บรรพจบพุดชา). “การศึกษาการเผยแผ่ของสมเด็จพระธีรญาณมุนี (ธีร์ ปุณณกมหาเถร)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาธรรมนิเทศ**.
บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

(๓) บทความ:

- พระมหาวิชัย ยติชโย (ฤทธิวีรพท์). “พัฒนาการการสอบอารมณ์การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน”.
วารสารมนุษยสังคมปริทัศน์. ปีที่ ๑๗ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - มิถุนายน ๒๕๕๘): ๓๑.
- พระราชปริยัติกวี, ศ.ดร. “กรรมฐานในพระพุทธศาสนา: บทเรียนจากมหาสติปัญญาสูตรและคตินิยมในสังคมไทย”. **วารสารมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม-ธันวาคม ๒๕๖๐): ๘.
- พระสุนัน อาสยสุโธ (สำลีงาม). “การศึกษาเชิงวิเคราะห์แนวคิดเรื่องธรรมาภิบาลในพุทธปรัชญาเถรวาท”.
วารสารมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตร้อยเอ็ด. ปีที่ ๔ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๕๘): ๒๙๐.
- ภัทรพร สิริกาญจน. “การปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาของชนชั้นกลางในสังคมไทยปัจจุบัน”.
วารสารพุทธศาสนศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๑ (มกราคม - เมษายน ๒๕๕๑): ๑๙.
- ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี พระครูธีรสุตพจน์ และธณิกานต์ วรธรรมานนท์. “กัมมัฏฐานโบราณล้านนาหรือกัมมัฏฐานลูกประจำ เป็นกัมมัฏฐานที่มี การปฏิบัติในสังคมล้านนา”. **วารสารพื้นถิ่นโขง ซี มูล**. ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๖๐): ๑๕๓ -๑๕๔.

(๔) สัมภาษณ์ :

๑. สัมภาษณ์ พระเทพรัตนนายก. เจ้าอาวาสวัดพระธาตุหริภุญชัยวรมหาวิหาร. เจ้าคณะจังหวัดลำพูน, ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.
๒. สัมภาษณ์ พระราชปัญญาภรณ์. เจ้าอาวาสวัดนางชี. รองเจ้าคณะภาค ๖, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

๓. สัมภาษณ์ พระพุทธบาทพิทักษ์. เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า. เจ้าคณะอำเภอป่าซาง,
๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.
๔. สัมภาษณ์ พระครูสุทธาภิรมณ์. เจ้าอาวาสวัดมะกอก. รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๑ กุมภาพันธ์
๒๕๖๒.
๕. สัมภาษณ์ พระครูวิมลธรรมจารี. เจ้าอาวาสวัดสะป่งหลวง. รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง,
๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.
๖. สัมภาษณ์ พระครูปริยัติกิจพัฒน์. เจ้าอาวาสวัดท่าต้นงิ้ว. เจ้าคณะตำบลปากบ่อง,
๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.
๗. สัมภาษณ์ พระครูวิบูลย์ภาวนานุศาสตร์. เจ้าอาวาสวัดห้วยบง อำเภอเถลิง, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.
๘. สัมภาษณ์ พระครูวิมลธรรมานุศาสตร์. เจ้าคณะอำเภอพร้าว จังหวัดเชียงใหม่, ๑๐ กุมภาพันธ์
๒๕๖๒.
๙. สัมภาษณ์ นายมนัส หน่อตุ้ย. ข้าราชการบำนาญ, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.
๑๐. สัมภาษณ์ นายสาคร สมคำหล้า. ศิษย์เก่าวัดพระพุทธบาทตากผ้า, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.
๑๑. สัมภาษณ์ นายทองคำ จอมขันเงิน. ไวยาวัจกรวัดพระพุทธบาทตากผ้า, ๒ กุมภาพันธ์
๒๕๖๒.
๑๒. สัมภาษณ์ นายสุรภัทร กำแพงทิพย์. ศิษย์เก่าวัดพระพุทธบาทตากผ้า, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

(๕) สื่ออิเล็กทรอนิกส์:

บ้านจอมยุทธ, กสิณ ๑๐, [ออนไลน์], แหล่งที่มา:

<https://www.baanjomyut.com/pratripidok/33.html> [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

บ้านจอมยุทธ. จตุธาตุมหาวิทยาลัย. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา :

https://www.baanjomyut.com/library_7/vipassana/192.html [๒๐ ตุลาคม
๒๕๖๑].

บ้านจอมยุทธ. พรหมวิหาร 4. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา :

<https://www.baanjomyut.com/pratripidok/13.html> [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

บ้านจอมยุทธ, อนุสติ ๑๐, <https://www.baanjomyut.com/pratripidok/26.html> [ออนไลน์],

แหล่งที่มา: [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

บ้านจอมยุทธ. อรูป 4. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:

<https://www.baanjomyut.com/pratripidok/44.html> [๒๐ ตุลาคม ๒๕๖๑].

พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจักโก) วัดพระพุทธบาทตากผ้า ต.มะกอก อ.ป่าซาง จ.

ลำพูน. [ออนไลน์]. [แหล่งที่มา]: www.dharma-gateway.com/monk/monk_biography/kb-bhroma/kb-bhroma_hist.htm
[๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๑].

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
หนังสือสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

กราบเรียน พระเทพรัตนนายก เจ้าอาวาสวัดพระธาตุหริภุญชัยวรมหาวิหาร เจ้าคณะจังหวัดลำพูน

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากพระเดชพระคุณท่าน จึงขอความ
อนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็น
ประโยชน์ทางวิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬา
ลกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากพระเดชพระคุณท่าน
ด้วยดี และขอขอบพระคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงกราบเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

กราบเรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

(พระครูสิริสุตตันนุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

กราบเรียน พระราชบัญญัติเจ้าอาวาสวัดนางชี รองเจ้าคณะภาค ๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากพระเดชพระคุณท่าน จึงขอความ
อนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็น
ประโยชน์ทางวิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬา
ลกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากพระเดชพระคุณท่าน
ด้วยดี และขอขอบพระคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงกราบเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

กราบเรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

(พระครูสิริสุตานุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลตันธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

กราบเรียน พระพุทธบาทพิทักษ์ เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า เจ้าคณะอำเภอป่าซาง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้เป็นต้องเก็บข้อมูลจากพระเดชพระคุณท่าน จึงขอความ
อนุเคราะห์พิจารณาอนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็น
ประโยชน์ทางวิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬา
ลกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากพระเดชพระคุณท่าน
ด้วยดี และขอขอบพระคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงกราบเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

กราบเรียนมาด้วยความเคารพ

(พระครูสิริสุตานุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูสังฆรักษ์ เจ้าอาวาสวัดมะกอก รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระครูสิริสุตตานุกุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูวิมลธรรมจารี เจ้าอาวาสวัดสะป่งหลวง รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยเรื่องนี้เป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความเคารพ

(พระครูสิริสุตานุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูปริยัติกิจพิพัฒน เจ้าอาวาสวัดท่าตันนึ่ง เจ้าคณะตำบลปากบ่อง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระครูสิริสุตตานุกุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูวิบูลย์ภาวนานุศาสตร์ เจ้าอาวาสวัดห้วยบง

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อเพื่อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระครูสิริสุตตานุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เรียน พระครูวิมลธรรมานุศาสตร์ เจ้าคณะอำเภอพร้าว

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อเพื่อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

เรียนมาด้วยความเคารพ

(พระครูสิริสุตตานุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เจริญพร นายจรัส ปรัชญาวิโรจน์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรามาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

ขอเจริญพร

(พระครูสิริสุตานุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เจริญพร นายทองคำ จอมขันเงิน

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรามาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

ขอเจริญพร

(พระครูสิริสุตตานุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เจริญพร นายสุรภัทร กำแพงทิพย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนธรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรามาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

ขอเจริญพร

(พระครูสิริสุตานุยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ที่ ศธ ๖๑๒๕ /ว๐๔๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน ๑๙๒ หมู่ ๒ ตำบลต้นธง
อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน ๕๑๐๐๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓

๒๓ มกราคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์

เจริญพร นายสาคร สมคำหล้า

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูกัลยาณปริยัติกิจ รหัสประจำตัวนิสิต ๖๐๑๔๒๐๕๐๐๔ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร
(ครูบาพรหมา พรหมจกโก)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

การศึกษาวินิจฉัยวิทยานิพนธ์เรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์พิจารณา
อนุญาตให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล และสัมภาษณ์เพื่อทำวิทยานิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการ ทางหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบพระคุณ
ในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรามาเพื่อทราบ และโปรดพิจารณาอนุญาตเก็บข้อมูลและสัมภาษณ์ต่อไป

ขอเจริญพร

(พระครูสิริสุตตันยุต, ผศ.ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ลำพูน
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

บัณฑิตศึกษา วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน

โทรศัพท์ ๐-๕๓๕๖-๓๑๖๓ ภายใน ๑๐๗, ๐๙-๔๗๒๘-๗๓๗๕

ภาคผนวก ข
แบบสัมภาษณ์การวิจัย



แบบสัมภาษณ์การวิจัย

เรื่อง ศึกษาวิเคราะห์หลักคำสอนกรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก)

ส่วนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสัมภาษณ์

ชื่อ ฉายา/นามสกุล ผู้ให้สัมภาษณ์.....อายุ.....ปี ตำแหน่ง.....
วันที่สัมภาษณ์.....เวลา.....สถานที่.....
วิธีการสัมภาษณ์.....

ส่วนที่ ๒ ประเด็นคำถามในการสัมภาษณ์

- ๑.ประวัติพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เป็นอย่างไร
- ๒.ปฏิบัติทาจริยาวัตรของพระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) เป็นอย่างไร
- ๓.พระสุพรหมยานเถร (ครูบาพรหมา พรหมจกโก) ฝึกการปฏิบัติกรรมฐานแบบใด
- ๔.การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถรด้านสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานเป็นอย่างไร
- ๕.วิธีการสอนสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานของพระสุพรหมยานเถร เป็นอย่างไร
- ๖.การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวคำสอนของพระสุพรหมยานเถร มีอิทธิพลต่อผู้ปฏิบัติธรรมในด้านใดบ้าง
๗. ข้อคิดเห็น/ขอเสนอแนะอื่นๆ

ขอขอบคุณทุกท่านในความกรุณาสำหรับการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้
พระครูกัลยาณปริยัติกิจ (อำนาจ กุลยาณธโร)
นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

ภาคผนวก ก
รูปภาพสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย



สัมภาษณ์ พระเทพรัตนนายก, เจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีบุญชัยวรมหาวิหาร, เจ้าคณะจังหวัดลำพูน,
๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒



สัมภาษณ์ พระราชปัญญาภรณ์, เจ้าอาวาสวัดนางชี, รองเจ้าคณะภาค ๖, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.



สัมภาษณ์ พระพุทธบาทพิทักษ์, เจ้าอาวาสวัดพระพุทธบาทตากผ้า, เจ้าคณะอำเภอป่าซาง,
๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.



สัมภาษณ์ พระครูสังฆกิจวิมล, เจ้าอาวาสวัดมะกอก, รองเจ้าคณะอำเภอป่าซาง, ๑๑ กุมภาพันธ์
๒๕๖๒



สัมภาษณ์ พระครูปริยัติกิจพัฒนา, เจ้าอาวาสวัดท่าต้นจิว, เจ้าคณะตำบลปากบ่อง,
๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒



สัมภาษณ์ พระครูวิบูลย์ภาวนานุศาสตร์, เจ้าอาวาสวัดห้วยบง อำเภอลี้, ๑๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.



สัมภาษณ์ นายสาคร สมคำห่อ, ศิษย์เก่าวัดพระพุทธบาทตากผ้า, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒



สัมภาษณ์ นายมนัส หน่อต้อย, ข้าราชการบำนาญ, ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.



สัมภาษณ์ พ่อกำนันทองคำ จอมชั้นเงิน, ไวยาวัจกรวัดพระพุทธบาทตากผ้า, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒



สัมภาษณ์ นายสุรภัทร กำแพงทิพย์, ศิษย์เก่าวัดพระพุทธบาทตากผ้า, ๑๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒.

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	พระครูกล้วยาณปริยัติกิจ (อำนาจ หงส์กันธะ)
เกิด	วันที่ ๙ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๙
สถานที่เกิด	จังหวัดเชียงใหม่
ประวัติการศึกษา	มัธยมตอนต้น โรงเรียนพรหมจักรสังวร วัดพระพุทธบาทตากผ้า อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน มัธยมตอนปลาย โรงเรียนพรหมจักรสังวร วัดพระพุทธบาทตากผ้า อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน นักธรรมชั้นเอก สำนักเรียนคณะจังหวัดลำพูน เปรียญธรรม ๔ ประโยค สำนักเรียนคณะจังหวัดลำพูน ปริญญาตรี พุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ) คณะครุศาสตร์ สาขาวิชาสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ปัจจุบันดำรงตำแหน่ง	๑. เจ้าคณะตำบลมะกอก ๒. ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอาราม ๓. เลขานุการเจ้าคณะอำเภอป่าซาง
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	วัดพระพุทธบาทตากผ้า ตำบลมะกอก อำเภอป่าซาง จังหวัดลำพูน ๕๑๑๒๐
ติดต่อ	มือถือ ๐๖๒-๑๕๔๙๖๒๙