

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความสำคัญและที่มาของปัญหา

ผู้ที่สนใจฝึกปฏิบัติจิตภาวนา^๑ อันหมายถึงการเจริญจิต พัฒนาจิต การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคง เจริญงอกงาม ด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่นมีเมตตา กรุณา ขยัน หมั่นเพียร อดทน มีสมาธิ และสดชื่นเบิกบานเป็นสุขผ่องใส สมดังพุทธโฆวาทประทานไว้ว่า “สมาธิ ภิกขเว ภาเวถ สมาหิโต ยถาภูตํ ปชานาติ” แปลความว่า “ภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงยังสมาธิให้เกิด จนผู้มีจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมรู้ตามจริง” ดังมีข้อเปรียบเทียบว่า เพราะใจที่ได้รับการอบรมดีแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์อันใหญ่ คนเราจะทำอะไรจะพุดดีหรือเสีย ก็เพราะใจ ลำพังกายเหมือนรูปหุ่น ใจเหมือนคนชัก รูปหุ่นจะกระดิกพลิกแพลงไปเท่าไร ก็ส่อใจของคนชัก ฉะนั้นใด อาการกาย และวาจาจะเป็นอย่างไร ก็ส่ออาการของใจฉนั้นๆ

ดังนั้นบูรพวิปัสสนาจารย์ มักจะกล่าวอยู่เสมอว่าการศึกษาและปฏิบัติใน พระพุทธศาสนามี ๓ คือ พระปริยัติศาสนา พระปฏิบัติศาสนา และพระปฏิเวธศาสนา^๒ เรียกสั้นๆ ว่า ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ และได้อธิบายขยายความไว้อีกว่า ปริยัติ ได้แก่ การเรียนรู้ พระสูตร พระวินัย และพระอภิธรรมในพระไตรปิฎก เพื่อนำไปปฏิบัติ ปฏิบัติ ได้แก่ การลงมือประพฤติ ปฏิบัติตามความรู้ที่ตนได้ศึกษาเล่าเรียนมานั้น ปฏิเวธ ได้แก่ การเรียนเห็นซึ่งทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ซึ่งเป็นผล แห่งการปฏิบัติ ยังเปรียบอีกว่า ปริยัติเปรียบเสมือนการได้มะพร้าวทั้งลูก ปฏิบัติ เปรียบเสมือนการเปลือกมะพร้าวออกจนถึงกะลา ปฏิเวธเปรียบเสมือนการเจาะ กะลามะพร้าวจนถึงเนื้อแล้วบริโภคเนื้อในของมะพร้าว อีกนัยหนึ่ง ปริยัติ เปรียบเสมือนแผนที่ ปฏิบัติ เปรียบเสมือนการเดินทางตามแผนที่ ปฏิเวธ เปรียบเสมือนการถึงจุดหมายปลายทางตามที่

^๑ อกุ ปญจก.๒๒/๗๕/๑๒๑

^๒ พระพิมลธรรม อาสภมหาเถร , พระปฏิบัติศาสนา สมถทีปนิโกธ . กรุงเทพฯ : บริษัท ประชารวรงค์ จำกัด, ๒๕๒๖ ,หน้า ๕

แผนที่ชี้บอกทางไว้^๑ ยังมีคำที่นักปราชญ์ฝ่ายวิปัสสนากล่าวถึงอยู่บ่อยๆ ว่า ปริยัติธรรม มีคุณคือ ให้อริวิบาเพ็ญ สิล สมาธิ ปัญญา ปฏิบัติธรรม มีคุณคือ ทำกาย วาจา ใจ ให้บริสุทธิ์จนบรรลุมรรคผล นิพพาน ปฏิเวธธรรม คือ มรรคผล นิพพาน มรรคผลนั้นมีคุณคือ ละกิเลส เป็นสมุจเฉตปหาน ส่วนนิพพานมีคุณคือ ดับเพลิงกิเลส และกองทุกข์ได้ทั้งหมดฯ และนักปราชญ์ฝ่ายวิปัสสนาได้อธิบายถึงคุณของพระธรรม ทั้งปริยัติ ปฏิบัติและปฏิเวธ โดยย่อให้เห็นว่ามีคุณดังนี้ พระธรรมที่เป็นส่วนปริยัตินั้น ย่อมมีคุณ คือ ทำให้บริบูรณ์ในสิล สมาธิ ปัญญา และสิล สมาธิ ปัญญา นั้นย่อมมีคุณ คือ ทำกาย วาจา ใจ ให้บริสุทธิ์ จนได้มรรค ผล นิพพาน ก็มรรค ผล นั้น ย่อมมีคุณ คือละกิเลส เป็นสมุจเฉตปหาน ส่วนนิพพานนั้น ย่อมมีคุณ คือ ดับเพลิงกิเลสและกองทุกข์ได้ทั้งหมด ความเกิด แก่ เจ็บ ตายไม่มี เป็นสุขอย่างยิ่งฯ

ปัจจุบันนี้ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือที่เรียกอีกนัยหนึ่งว่า การเจริญวิปัสสนาภาวนา^๒ กำลังเป็นที่สนใจของพระพุทธศาสนิกชนชาวไทย และชาวต่างประเทศมีความสนใจมากขึ้น ยังมีผู้ที่เกิดข้อสงสัยว่า การเข้ามาฝึกอบรม ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานด้วยการเดินจงกรม นั่งสมาธิ สลับกันไปเป็นครั้งคราวตาม อปัณณกสูตร ^๓ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก นั้นจะมีการตรวจสอบอารมณ์อย่างไร ให้สามารถบ่งชี้ได้อย่างถูกต้องชัดเจนว่าได้ผล ตรงตามหลักพุทธธรรมอย่างแท้จริง ทั้งนี้เพราะยังไม่มีการวิจัยใดๆ ที่เคยศึกษาเกี่ยวกับ การตรวจสอบอารมณ์ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน อย่างมีการใช้เครื่องมือชี้วัดการตรวจสอบอารมณ์ที่ชัดเจนเป็นรูปธรรมมาก่อน

เนื่องจากการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในปัจจุบัน มีสำนักที่เปิดสอนการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐานสี่ อยู่หลายสำนัก ทั้งที่ดำเนินการโดยพระสงฆ์หรือคฤหัสถ์ ซึ่งแต่ละสำนักมีวิธีการวัดผลการปฏิบัติโดยการสอบอารมณ์ที่แตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับหลักการและความเชี่ยวชาญของอาจารย์ผู้สอนวิปัสสนากรรมฐาน โดยในการสอบอารมณ์ดังกล่าวจะมีทั้งการสอบโดยปากเปล่า และการสอบอารมณ์โดยมีการจดบันทึก ทำให้การสอบอารมณ์ในแต่ละครั้งของการปฏิบัติแตกต่างกันไปในแต่ละสถานที่ ซึ่งก่อให้เกิดความสับสนเปล่า หรือเสียเวลา และขาดมาตรฐานในการวัดอารมณ์ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างแท้จริง

การวัดอารมณ์ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน มีวิธีการวัดที่หลากหลาย แต่การสอบอารมณ์กัมมัฏฐานที่ได้รับความนิยมมากที่สุดคือ การสอบอารมณ์ตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ได้แก่

^๑ พระราชสิทธิมุนี (โชดก ป.ธ.) , เพชรในดวงใจ . พิมพ์ครั้งที่ ๒ , กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ อัมพปพิทยา, ๒๕๑๐, หน้า ๑-๒

^๒ ที.ปา. ๑๑/๓๓๕/๒๕๐; อญ.ทฎ.๒๐/๒๓๕/๓๓

^๓ อญ.ติก.๒๐/๑๔๒/๑๑๔

ด้านกายนุสสนาสติปัฏฐาน ด้านเวทนานุสสนาสติปัฏฐาน ด้านจิตตานุสสนาสติปัฏฐาน และด้านธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งการสอบอารมณ์ทั้งสี่ด้านดังกล่าวข้างต้นเป็นวิธีการสอบที่วัดโดยละเอียดก่อน ลึกซึ่งเป็นลำดับขั้น ทั้งด้านกาย เวทนา จิต ธรรม เพื่อวัดผลการปฏิบัติให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติอย่างแท้จริง หากแต่ในการสอบอารมณ์แต่ละครั้งต้องอาศัยภูมิรู้ภูมิธรรม รวมทั้งประสบการณ์และความเชี่ยวชาญของอาจารย์ผู้สอบอารมณ์อย่างแท้จริง ดังนั้นจึงก่อให้เกิดข้อบกพร่องในการสอบอารมณ์แต่ละครั้ง ขาดมาตรฐานในการสอบอารมณ์อย่างเป็นหลักวิชาการที่ถูกต้องและเป็นที่ยอมรับร่วมกัน และที่สำคัญในการสอบอารมณ์แต่ละครั้ง ผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานไม่มีโอกาสได้วัดพฤติกรรมของตนเองจากการปฏิบัติแต่ละครั้งเพราะขาดแบบในการประเมินผลด้วยตนเอง

จากการทบทวนเอกสารและการปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านพระไตรปิฎก ทั้งพระสูตร พระวินัย และพระอภิธรรม รวมทั้งอาจารย์สอนวิปัสสนากัมมัฏฐานจากสำนักปฏิบัติธรรมต่างๆ ทำให้เห็นความจำเป็นที่จะต้องทำการวิจัยเพื่อสร้างเครื่องมือวัดการสอบอารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ให้มีความเป็นวิชาการและสามารถนำไปปฏิบัติได้จริงในสำนักปฏิบัติต่าง ๆ และมีมาตรฐานอย่างเดียวกัน โดยการสร้างเครื่องมือดังกล่าวเริ่มจากการศึกษาอารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐานในพระไตรปิฎก อารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐานตามทัศนะของนักวิปัสสนาจารย์ การวัดอารมณ์ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน จากนั้นจึงร่างเครื่องมือการวิจัยให้ผู้เชี่ยวชาญด้านพระสูตร พระวินัย พระอภิธรรม และพระวิปัสสนาจารย์ได้ตรวจสอบความตรงเชิงโครงสร้างและเชิงเนื้อหา การตรวจสอบอำนาจจำแนก การตรวจสอบความเชื่อมั่น และนำแบบสอบอารมณ์มาปรับปรุงแก้ไขในแต่ละขั้นตอนให้ถูกต้อง จากนั้นจึงนำไปให้พระวิปัสสนาจารย์ใช้สอบอารมณ์ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน รวมทั้งให้ผู้ปฏิบัติใช้สำหรับการวัดอารมณ์ของตนเองในการปฏิบัติแต่ละครั้งด้วย เพื่อให้ได้แบบสอบอารมณ์ที่มีมาตรฐานตามหลักวิชาการ

ดังนั้น การวิจัยในครั้งนี้ จึงเป็นการวิจัยเพื่อสร้างแบบสอบอารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ คือ ด้านกายนุสสนาสติปัฏฐาน ด้านเวทนานุสสนาสติปัฏฐาน ด้านจิตตานุสสนาสติปัฏฐาน และด้านธัมมานุสสนาสติปัฏฐาน ที่มีความถูกต้องตามหลักวิชาการเพื่อใช้เป็นเครื่องมือสำหรับพระวิปัสสนาจารย์สำนักต่างๆ ที่มีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ ทั้งนี้เพื่อก่อให้เกิดมาตรฐานอย่างเดียวกันในการสอบอารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งจะประโยชน์ต่อการเผยแผ่พระสัทธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าในด้านปฏิบัติสมาธิปฏิบัติและก่อให้เกิดความเจริญรุ่งเรืองแก่พระพุทธศาสนาสืบไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. เพื่อพัฒนาเครื่องมือในการสอบอารมณ์กัมมัฏฐานของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔

๒ . เพื่อ ศึกษาเปรียบเทียบอารมณ์กัมมัฏฐานระหว่างก่อนและหลังปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔

๓. เพื่อ ศึกษาเปรียบเทียบอารมณ์กัมมัฏฐานจากการประเมินตนเองของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานกับอารมณ์กัมมัฏฐานจากการสอบอารมณ์ของพระวิปัสสนาจารย์

๑.๓ ขอบเขตการวิจัยและกรอบแนวคิด

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ได้แก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนานาชาติ สำนักวิปัสสนากัมมัฏฐานวัดมหาธาตุ กรุงเทพมหานคร และศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนายุวพุทธิกสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ จังหวัดปทุมธานี จำนวน ๑๑๒ คน อารมณ์กัมมัฏฐานที่ศึกษา ได้แก่ วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ ซึ่งประกอบด้วย กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

๑.๔ นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

อารมณ์วิปัสสนา หมายถึง การกำหนดรู้ทันอาการตามความรู้สึกอารมณ์ปัจจุบัน การสอบอารมณ์ วิปัสสนา หมายถึง การกำหนด การวัด โดยผู้ปฏิบัติเป็นผู้ประเมินตนเอง ตามอาการของความรู้สึกรู้สึกตามสภาวะที่เป็นจริง ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่

วิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึง ความเห็นแจ้ง คือเห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม, มีการพัฒนาจนเกิดปัญญาญาณ เห็นการเกิด-ดับ ของรูป นาม สังขาร

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึง ผู้เข้ารับการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ ด้านกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และ ธรรมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

แบบสอบอารมณ์ หมายถึง ชุดคำถามสำหรับสอบอารมณ์วิปัสสนากัมมัฏฐานของผู้เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ด้านกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ผู้ทรงคุณวุฒิ และผู้เชี่ยวชาญ หมายถึง พระวิปัสสนาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถด้านพระสูตร ด้านพระอภิธรรม และด้านสอบอารมณ์

ผู้เชี่ยวชาญ หมายถึง ผู้ประเมินวิเคราะห์หาคำดัชนี ความสอดคล้อง (IOC)

๑.๕ ประโยชน์ที่จะได้รับจากงานวิจัย

ประโยชน์ที่จะได้รับจากการศึกษาอารมณ์กัมมัฏฐานของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีดังนี้

๑. การพัฒนาเครื่องมือในการสอบอารมณ์กัมมัฏฐานของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ จะทำให้ได้เครื่องมือที่มีคุณภาพสำหรับการวิจัยเกี่ยวกับอารมณ์กัมมัฏฐานครั้งต่อไป

๒. การศึกษาเปรียบเทียบอารมณ์กัมมัฏฐานระหว่างก่อนและหลังปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ จะทำให้ทราบพัฒนาการของอารมณ์กัมมัฏฐานที่เกิดจากการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔

๓. การศึกษาเปรียบเทียบอารมณ์กัมมัฏฐานจากการประเมินตนเองของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานกับอารมณ์กัมมัฏฐานจากการสอบอารมณ์ของพระวิปัสสนาจารย์จะทำให้ทราบความสอดคล้องกันในการให้ข้อมูลและจริยธรรมในการให้ข้อมูลของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน