

การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา : กรณีศึกษากรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต*
Methods of Knowledge Acquiring under Spiritual Cultivation :
A Case Study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera Meditation

ทรงพล บุญสุข**
ศรীরรณ ยอดนิล***
สุวิชัย โภคัยยะวัฒน์****
รัตนา ศิริพานิช*****

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาสภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต 2) เพื่อศึกษาวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ จากการศึกษาเอกสาร และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก จากพระสงฆ์สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต จำนวน 30 รูปพร้อมกับ การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม

ผลการวิจัย พบว่า

1. สภาพปัญหาการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา มี 3 ประการ คือ 1) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต 2) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี เพราะเจริญวิปัสสนาล้วนโดยไม่มีสมาธิ และ 3) หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน คือ อากาสสมาธิเสื่อม และวิปัสสนูปกิเลส
2. วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา ของกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ใช้การปฏิบัติแบบสมถะพุทฺพังคมีวิปัสสนาเป็นส่วนใหญ่ หรือสมถยานิก โดยใช้สมถกรรมฐาน คือ อานาปานสติกรรมฐานเป็นกองหลัก ร่วมกับกรรมฐานกองอื่นๆ เช่น อสุภกรรมฐาน กายคตานุสติกรรมฐาน เป็นต้นและใช้วิธีมางกายในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยส่วนใหญ่ถอยกำลังจากอัปนาสมาธิมาที่ระดับอุปจารสมาธิเพื่อพิจารณากาย เป็นการเจริญกายนุปัสสนาสติปัญญา
3. ข้อเสนอแนะต่อการนำไปปฏิบัติ คือ ทำสมาธิถึงระดับฌาน หลังจากนั้นเจริญวิปัสสนา

คำสำคัญ : ความรู้/ การภาวนา/ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

Abstract

The purposes of this research were to

- 1) study the problems in methods of knowledge acquiring under spiritual cultivation:

A case study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera meditation.

*ดุชนิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

**ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

***อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก ภาควิชาการอาชีวศึกษาและพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

****อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ภาควิชาการอาชีวศึกษาและพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

*****อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

2) study the methods of knowledge acquiring under spiritual cultivation: a case study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera meditation. A qualitative research methodology was used by documentary research, in-depth Interview the monks who are Phra Ajhan Mun Bhuridatta Thera disciples and non-participant observation.

The results found that:

1. The problems in methods of knowledge acquiring under spiritual cultivation: a case study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera meditation were 3 issues 1) The spiritual cultivation was not sense. 2) The spiritual cultivation was incorrect because of doing pure vipassana without samadhi meditation. 3) The principles that did not support the progress were decline of meditation and dementia.

2. The methods of knowledge acquiring under spiritual cultivation: a case study on Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera meditation used samathayanik by samatha karmasthana were anapanasati karmasthana (mindfulness of breathing) is essentially including asupa and kaikathanussathi karmasthana (consider of body to unbody deep skin or mindfulness with regard to the body) etc. and used vipassana karmasthana by mangkhai (divided of body). Mostly retreated from attainment concentration samathi to access concentration samathi for regard the body to be a kayanupassana satipatthana (mindfulness of the body).

3. Recommendations for implementation was should do Samadhi meditation to meditative absorption level (appana samathi or contemplation) after that do vipassana meditation.

Keywords : Knowledge/ Spiritual Cultivation/ Phra Ajahan Mun Bhuridatta Thera

บทนำ

ในการจะพัฒนาสังคมให้เต็มไปด้วยสันติภาพ และมีสันติสุขนั้นเป็นสิ่งที่คาดหวังในทุกสังคม โดยการจะบรรลุเป้าหมายได้จำเป็นต้องมีกระบวนการในการพัฒนาจิตใจของแต่ละคนให้มียุทธธรรม และการเปิดรับทัศนคติที่แตกต่างของแต่ละบุคคลได้ ซึ่งการปฏิบัติด้วยวิธีการภาวนาสามารถที่จะขับเคลื่อนสังคมไปสู่เป้าหมายดังกล่าวได้ เนื่องจากการบ่มเพาะจิตใจของสมาชิกในสังคมให้เป็นผู้ที่มีความสุข เห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาสังคมในระยะยาว และมีความยั่งยืน

สอดคล้องกับทัศนะ ของ พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2556, หน้า 82-86) อธิบายว่า ในการพัฒนาคนนั้นสิ่งที่สำคัญที่สุด คือ การพัฒนาจิตใจ ดังนั้นงานในยุคปัจจุบันงานพัฒนาจึงหันมาสนใจแก่การพัฒนาจิตใจมากขึ้น โดยการพัฒนาจิตใจนั้นต้องพัฒนาคุณธรรม จริยธรรม สุขภาพจิตจนถึงขั้นปัญญาจึงจะพัฒนาคนครบเต็มที่ การพัฒนาจิตใจเป็นงานหลักของพุทธศาสนา

บทบาทของพุทธศาสนาในการสร้างสันติสุขโดยเฉพาะการพัฒนาจิตใจนั้นมีมานานแล้ว นับแต่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเผยแผ่พุทธศาสนาในประเทศอินเดีย และเป็นที่รู้จักกันอย่างกว้างขวางมากยิ่งขึ้นในปัจจุบัน โดยมีผู้สนใจวิธีการศึกษาของพุทธศาสนาจำนวนมาก อาทิ จากงานเขียน เรื่อง The Light of Asia (1879) ของ Edwin Arnold ซึ่งเป็นการกล่าวถึงพุทธประวัติและการเผยแผ่ศาสนา และที่นิยมศึกษากันอย่างกว้างขวางมากขึ้นในปัจจุบัน คือ หลักการภาวนาในพุทธศาสนา

ทั้งนี้หลักการภาวนา อันประกอบด้วย สมาธิ หรือสมถกรรมฐาน และ ปัญญา หรือวิปัสสนากรรมฐาน มีความสำคัญอย่างมากในพุทธศาสนา เพราะเป็นกระบวนการปฏิบัติเพื่อขจัดกิเลส ซึ่ง พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) (2551, หน้า 41-85) อธิบายว่า กรรมฐานเป็นสถานแห่งการปฏิบัติของท่านผู้วิเศษ เนื่องจาก ก่อนจะถ่ายพระรูปพระนามและรูปนามจากปัจเจกชนขึ้นมาเป็นพระอริยะบุคคล ต้องมีการเจริญกรรมฐานเป็นเครื่องชักพอกกิเลส พระพุทธเจ้าทั้งหลาย และพระอรหันต์ทั้งหลายล้วนเจริญกรรมฐานทั้งสิ้น ไม่มีแม้แต่องค์เดียวที่ผ่านการรู้ธรรมโดยมิได้ผ่านกรรมฐานเลย โดยการเจริญกรรมฐานนั้น พระชุตังค์จะมีวิธีการปฏิบัติต่างๆ กันไปตามจริตนิสัย โดยมากจะเป็นวิธีการที่เคยได้รับผลมาแล้วจึงจำเป็นต้องใช้วิธีการนั้นมากกว่าวิธีอื่นๆ เช่น บางรายพอเกิดความกลัวจิตไม่มีสติจริง กลายเป็นคนหมดสติ จริตชนิดนี้ไม่สมควรทรมาณด้วยสิ่งน่ากลัว เพราะอาจเป็นบ้าเสียคนไปได้

อาจกล่าวได้ว่า ผู้ฝึกกรรมฐานหากขาดครูบาอาจารย์ หรือแบบแผนในการปฏิบัติกรรมฐานที่ถูกต้อก็อาจกลายเป็นบ้าเสียสติได้สำหรับผู้ที่มีสติไม่มั่นคง อ่อนไหวง่าย ดังเช่น การเจริญกรรมฐานด้วยสิ่งน่ากลัวดังที่ พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน) ได้อธิบายไว้ กรรมฐานแนวนี้ได้แก่สุภกรรมฐานนั่นเอง

อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาเกิดสภาพปัญหาหลายประการ จนส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของพุทธศาสนา เพราะ ตามหลักไตรสิกขานั้น มุ่งเอาข้อควรปฏิบัติ 3 ลักษณะด้วยกัน คือ ศีล สมาธิ และปัญญาจึงจะสามารถขัดเกลากิเลสได้ ซึ่งในส่วนของภาวนานั้น ยังมีการปฏิบัติที่ประสบผลสำเร็จไม่มากนัก เนื่องจากสาเหตุสำคัญ อาทิ การปฏิบัติกรรมฐานไม่ถูกกับจริตของนักปฏิบัติ โดย พระครูสมุห์ (สุชิน ปริปัญโญ) (สัมภาษณ์, 29 มีนาคม 2560) ให้ทัศนะว่า “การปฏิบัติกรรมฐานไม่ถูกจริตส่งผลให้การบรรลุธรรมนั้นยาก และนำไปสู่ความไม่ประสบความสำเร็จ มันจะเกิดความเบื่อหน่ายก่อนที่จะเข้าใจธรรมขั้นสูงและคลายความเพียร” ส่วนพระอาจารย์อนันต์ อภิญาโณ (สัมภาษณ์, 27 มกราคม 2560) ให้ทัศนะว่า “การปฏิบัติกรรมฐานไม่ถูกจริตจะทำให้การปฏิบัติไม่ประสบผลสำเร็จ หรือทำให้เกิดความล่าช้า”

เมื่อเป็นเช่นนี้ จึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งที่จะศึกษาแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาที่ถูกต้องเพื่อธำรงไว้ซึ่งการปฏิบัติให้เป็นแบบแผน และให้ปฏิเวธยังคงอยู่ต่อไป โดยกรรมฐานสายของ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีบทบาทสำคัญเป็นอย่างมากต่อสังคมไทย ดังจะเห็นได้ ดังนี้

พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปณฺธิโต (2560, หน้า 14-16) ให้ทัศนะว่า การปฏิบัติกรรมฐานหยุดมาตั้งแต่สมัยพระพุทธเจ้าล่วงลงไปได้ 600 ปี โดยหลังการสังคายนาครั้งที่ 4 ในลังกาสนใจเรียนแต่ตัวหนังสือ การปฏิบัติภาวนาเลยไม่มีเพราะเชื่อว่าคนในสมัยนี้ไม่มีบุญเสียแล้วเลยไม่คิดจะทำกัน กระทั่งรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เป็นต้นมาถึงรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต รักษาศีล สมาธิ ปัญญาจึงสำเร็จได้ ในขณะที่ทางพม่ามีมหาสี่สยาตอ พระ 2 องค์นี้มาค้าจูนศาสนาไว้ถึงได้มีการตื่นภาวนากันขึ้นมา เฉพาะในประเทศไทยมีพระป่ามากมาย ไม่ต่ำกว่า 40,000 รูปที่พระพุทธศาสนาเจริญในตะวันตกก็เพราะพระเหล่านี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งพระอาจารย์ชา สุภัทโท

จะเห็นได้ว่า การเจริญกรรมฐานผ่านสมถวิปัสสนากรรมฐาน น่าจะเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ประชาชนควรปฏิบัติ ทั้งโดยตรงและโดยอ้อม เพราะจะส่งผลดีต่อตัวเองคือสุขภาพจิต และส่งผลดีต่อสังคม คือ ทำให้สังคมเกิดสันติสุขมีความเป็นมิตรแก่กัน จึงจำเป็นต้องหาแนวทางการปฏิบัติเพื่อการจัดเก็บแนวทางการปฏิบัติ อันเป็นการจัดการความรู้รูปแบบหนึ่งมิให้สูญหายไป ซึ่งจะมีข้อมูลของพระสภธรรมิกว่ร่วมด้วยอันจะทำให้ข้อมูลชัดเจนมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต
2. เพื่อศึกษาวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษาธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

สำหรับในส่วนของ การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา กรณีศึกษา: ธรรมเนียมสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต จะมีคำศัพท์สำคัญที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

1. ขณิกสมาธิ หมายถึง อาการสงบเพียงเล็กน้อย เป็นขณะๆ
2. อุปจารสมาธิ หมายถึง สภาวะก่อนที่จะเริ่มเป็นอัปนาสมาธิ อาจมีนิมิตปรากฏ เช่น แสง สีต่างๆ
3. อัปนาสมาธิ หมายถึง ฌาน ได้แก่ ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน มีอาการนิ่งต่างกันตามลำดับฌาน หากถึงที่สุดแห่งรูปฌาน คือ จตุตถฌาน แล้ว จะมีอารมณ์ฌาน คือ อุบกขากับเอกัตถารมณ์
4. พระปัญญาวิมุตติ หมายถึง พระสุขขวิปัสสโก คือ เป็นผู้ไม่ได้สมาธิในส่วนของอรุณฌาน
5. พระอุกโตภาควิมุตติ หมายถึง ผู้ปฏิบัติสมาธิจนได้ อรุณฌานขั้นใดขั้นหนึ่ง สำหรับการเรียกว่า พระเจโตวิมุตตินั้นเป็นการเรียกโดยปริยาย อาจสามารถจำแนกได้อีก 3 ประเภท ได้แก่ 1) พระเตวิชโช หรือผู้ได้วิชชาสาม 2) พระฉฬภิญโญ หรือผู้ได้ญาณ คือ มีความแตกฉานต่างๆ เช่น การอธิบายธรรมโดยพิสดาร สำหรับพระฉฬภิญโญ และเป็นปฏิสัมภิทาญาณด้วย นับเป็นพระอรหันต์ขั้นสูงสุด เพราะปัญญาวิมุตติไม่สามารถแสดงคุณวิเศษบางอย่างได้เหมือนพระอุกโตภาควิมุตติ เช่น อิทธิวิธี เป็นต้น

6. สมาธิเสื่อม หมายถึง อาการสมาธิที่ปฏิบัติมาหายไปชั่วขณะหนึ่ง เช่น องค์ความรู้ที่ได้จากการปฏิบัติสมาธิหายไปเนื่องจากสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง

7. วิปัสสนูปกิเลส หมายถึง ความเข้าใจผิดในการปฏิบัติธรรม เช่น คิดว่าตนเองบรรลุธรรมแล้ว เป็นต้น ญาณวิทยาแนวพุทธ เป็นการแสวงหาความรู้เพื่อสลัดซึ่งกิเลส โดยมีวิธีปฏิบัติเพื่อบรรลุผลที่จะเป็นพระปัญญาวิมุตติ หรือพระอุกโตภาควิมุตตินั้น พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 326-329) ให้ทัศนะว่าการปฏิบัติเพื่อบรรลุผลมี 4 วิธี เป็นแบบฉบับที่พระอานนท์แสดงไว้ มีรายละเอียด ดังนี้

1. สมถพุทฺพังคมวิปัสสนา คือ วิปัสสนาโดยมีการเจริญสมณานาหน้า โดยวิธีนี้คือ เบื้องแรกจิตไม่ฟุ้งซ่านมีอารมณ์เดียว มีญาณ มีความปราโมทย์ เป็นต้น ด้วยอำนาจแห่ง ปฐมฌาน ทุตติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน ด้วยอำนาจจากอรุณฌาน คือ อากาสนัญญายตนสมาบัติ วิญญานัญญายตนสมาบัติ อากิญจัญญายตนสมาบัติ เนวสัณญานาสนัญญายตนสมาบัติ ซึ่งเป็นผลมาจาก กสิณ 10 อนุสสติ 10 อสุภ 10 หรือวิธีปฏิบัติเกี่ยวกับอานาปานสติ 32 ประการ เป็นต้น เกิดปัญญามองเห็นธรรมในสมาธิ ตามหลักไตรลักษณ์ต้อง “ทำสมถคือสมาธิให้เกิดขึ้นก่อนจะเป็นอุปจารสมาธิ หรืออัปนาสมาธิก็ได้ จากนั้นจึงพิจารณาสมาธินั้นกับธรรมอื่นๆ จนอริยมรรคเกิดขึ้น”

2. วิปัสสนาพุทฺพังคมสมถ คือ สมถวิปัสสนานาหน้า คือ ใช้วิปัสสนาพิจารณาเห็นสิ่งตามๆ ว่า ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จิตเกิดความปล่อยวางจนอารมณ์เป็นหนึ่งเดียว โดยพอวิปัสสนาเต็มเปี่ยมจิตจะเกิดภาวะอารมณ์เดียวเป็นสมาธิขึ้น ทั้งนี้เป็นข้อสังเกตว่า ไม่ว่าจะเจริญสมณานาหน้า หรือวิปัสสนานาหน้า เมื่ออริยมรรคเกิดขึ้น ทั้งสมถและวิปัสสนาจะเกิดขึ้นพร้อมกันคู่เสมอไป

3. ยุคัณทสมถวิปัสสนา คือ เจริญวิปัสสนาและสมถคู่กัน โดยขยายความได้ว่า มีไข่หมายความว่าทำ 2 อย่างพร้อมกันในทีเดียว คำว่าคู่กัน คือ เข้าสมาบัติถึงไหน ก็พิจารณาสังขารถึงนั้น ครั้นพิจารณาสังขารแล้วจึงเข้าทุตติยฌาน ออกจากทุตติยฌานแล้วพิจารณาสังขารอีก ครั้นพิจารณาแล้วเข้า ตติยฌาน เรื่อยๆจนถึงเนวสัณญานา

สัญญาตนแล้วก็พิจารณาสังขารอีก ผู้เป็นตัวอย่างได้แก่ พระสารีบุตร ซึ่งเจริญสมถะวิปัสสนาตั้งแต่เป็นปฐมฌานจนบรรลุมรรคผล

4. ธรรมทัชจวิคคหิตมานัส คือ วิถีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมูรจัน คือความฟุ้งซ่านแห่งธรรมหรือตื่นธรรม (ความเข้าใจผิดที่ยึดเอาผลที่ประสบในระหว่างว่าเป็นมรรคผลนิพพาน) กล่าวคือ เมื่อผู้ปฏิบัติกำลังมโนมสิการขั้น 5 อย่างใดอย่างหนึ่งด้วย ไตรลักษณ์ เกิดโอกาส ญาณ ปีติ เป็นต้น ผู้ปฏิบัติถือว่าโอกาสเป็นต้นธรรมโดยเข้าใจว่าเป็นมรรคผลเขวไปเพราะอุทัจจะ ไม่รู้ตามความเป็นจริง แต่เมื่อเวลาเหมาะสมจิตสงบแน่วแน่ขึ้น เป็นสมาธิ เกิดมรรค จากนั้นจึงกำหนดปัญญารู้เท่าทันฐานะทั้ง 10 มีโอกาส เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป ทั้ง 4 วิธีนี้เมื่อพิจารณาแล้วจะเห็นว่ามี 2 วิธีสำคัญ คือ 1) สมถนำหน้า หรือสมถยานิก และ 2) วิปัสสนานำหน้า หรือวิปัสสนายานิก ส่วนวิธีที่ 3 และ 4 นั้นมาขยายในรายละเอียดเพิ่มเติมเท่านั้น ซึ่งกลายเป็นแบบแผนในการปฏิบัติต่อมาที่เรียกว่า สมถยานิกและวิปัสสนายานิก มีรายละเอียด ดังนี้

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 333) ให้ทัศนะว่า สมถยานิก คือ ผู้มีสมถเป็นยาน หมายถึงผู้เจริญสมถมาก่อนและมาเจริญวิปัสสนาในภายหลัง ส่วนวิปัสสนายานิก คือ ผู้มีวิปัสสนาเป็นยาน โดยอาจเจริญวิปัสสนาโดยไม่เคยเจริญสมาธิมาก่อนเลย แต่เมื่อเจริญวิปัสสนาคือปัญญาอย่างถูกทาง จิตเกิดสงบลงเกิดสมาธิขึ้นมาเอง ในขั้นแรกอาจเกิดเป็นขณิกสมาธิ ซึ่งเป็นวิปัสสนาอย่างน้อยที่สุดให้วิปัสสนาเดินไปได้ เมื่อเจริญวิปัสสนาไปเรื่อยๆ สมาธิพลอยได้รับการอบรมไปด้วย ขั้นต่อไปอาจใช้อุปจารสมาธิก็ได้ จนในที่สุดเมื่อบรรลุมรรคผลก็จะเป็นอัปนาสมาธิ (ได้สมาธิระดับฌานต่อเมื่อขณะแห่งมรรค)โดยได้อย่างน้อยระดับปฐมฌาน หรือ ฌาน 1

ทั้งนี้ พระสมถยานิกเมื่อสำเร็จเป็นพระอรหันต์แล้วอาจจำแนกได้ 2 ประเภท คือ 1) พระอุกโตภาควิมุตติ และ 2) พระปัญญาวิมุตติ โดยท่านที่ได้สมาบัติเพียงรูปฌาน คือไม่เกินฌาน 4 เป็นพระปัญญาวิมุตติ ท่านที่ได้อรุณฌานขั้นใดขั้นหนึ่งจึงเรียก พระอุกโตภาควิมุตติ ส่วนพระวิปัสสนายานิก มีเฉพาะพระปัญญาวิมุตติเท่านั้น

อย่างไรก็ตาม เสฐียรพงษ์ วรรณปก (2547, หน้า 23) อธิบายว่า ไม่มีการตรัสรู้ใด หรือการบรรลุใดที่ไม่ได้ผ่านสมถ ต้องมีสมาธิอย่างน้อย “ขณิกสมาธิ” จึงเข้าสู่วิปัสสนาได้ วิปัสสนาล้วนไม่มี โดยในทางหลักวิชานั้น พระอรหันต์ประเภทสุกขวิปัสสก หรือพระอรหันต์ผู้บรรลุธรรมโดยผ่านวิปัสสนา เท่านั้น ความจริงไม่เท่านั้น เพราะวาก่อนจะถึงวิปัสสนาต้องผ่านสมถก่อนอยู่แล้ว จะเห็นได้ว่ามีทัศนะที่ต่างกันในการบรรลุมรรคผล ของพระสุกขวิปัสสก ระหว่าง พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) และ เสฐียรพงษ์ วรรณปก ในเรื่องการบรรลุมรรคผลของพระสุกขวิปัสสก ซึ่งพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 333) ให้ทัศนะว่า จะได้มรรคผลเมื่อถึงปฐมฌานขึ้นไป ส่วนเสฐียรพงษ์ วรรณปก มองว่าพระสุกขวิปัสสกเป็นผู้เจริญวิปัสสนาล้วน ใช้เพียงขณิกสมาธิ ในการช่วยเจริญปัญญา เท่านั้น

กล่าวโดยสรุป พระอรหันต์สามารถจัดเป็นประเภทใหญ่ได้ 2 ประเภท คือ พระปัญญาวิมุตติ ที่เน้นการเจริญปัญญาหน้าสมถ และพระอุกโตภาควิมุตติที่เป็นผู้เจริญสมาธิจนได้อรุณฌานก่อน จึงมาทำการเจริญปัญญาในภายหลัง สำหรับประเด็นที่ว่า พระอรหันต์ประเภทสุกขวิปัสสก ต้องได้ฌาน 1 (ปฐมฌาน) ขึ้นไป หรือเพียงขณิกสมาธิ เท่านั้น จึงเจริญวิปัสสนาจนกระทั่งบรรลุมรรคผลได้ยังเป็นข้อถกเถียงอยู่ โดยผู้วิจัยจะนำประเด็นนี้ไปทำการอภิปรายต่อไป

ระเบียบวิธีวิจัย

ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยมีวิธีการ 3 รูปแบบ ได้แก่ 1) การวิจัยเอกสาร 2) การสัมภาษณ์เชิงลึก 3) การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1) เก็บรวบรวมข้อมูลจากเอกสาร (Documentary Research) จากเอกสารทางวิชาการ เช่น หนังสือ ตำรา บทความ วิทยานิพนธ์ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมไปถึงข้อมูลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

2) เก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ผ่านแบบสัมภาษณ์ (กึ่งมีโครงสร้าง) โดยจะนำแบบสัมภาษณ์ไปทำการตรวจสอบความเชื่อถือได้ (Reliability) และความแม่นยำ (Validity) ผ่านการให้คำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ ใช้คำถามแบบปลายเปิด โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) โดยจะทำจดหมายแนะนำตัวเพื่อชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ในการสัมภาษณ์ และขออนุญาตสัมภาษณ์พร้อมบันทึกเทป อันเป็นการสัมภาษณ์รายบุคคล โดยจะทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants) และเน้นการสัมภาษณ์ด้วยตนเอง 3) การเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสังเกตพฤติกรรมของผู้ถูกสัมภาษณ์ พร้อมใช้วิธีการตะล่อมกล่อมเกลา (Probe) ในการสร้างความคุ้นเคยกับผู้ถูกสัมภาษณ์

การตรวจสอบข้อมูล

การตรวจสอบข้อมูลก็เพื่อยืนยันในเรื่องของความเที่ยงตรง และความเชื่อถือได้ โดยผู้วิจัยจะใช้การตรวจสอบข้อมูลโดยวิธีสามเส้า ตามแนวคิด ของ สุธงศ์ จันทวานิช (2553, หน้า 128-130) ซึ่งมีวิธีการตรวจสอบดังนี้

1) การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) คือ การพิสูจน์ว่าข้อมูลที่ผู้วิจัยได้มานั้น ถูกต้องหรือไม่ วิธีการตรวจสอบ คือ การตรวจสอบแหล่งของข้อมูล แหล่งที่จะพิจารณาในการตรวจสอบ โดยใช้วิธีการตรวจสอบจากแหล่งบุคคล เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างผู้ให้ข้อมูลสำคัญว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่ ถ้าความเห็นส่วนมากไปในทิศทางเดียวกันจึงเลือกเชื่อข้อมูลนั้นในการตัดสินใจ

2) การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) คือ การใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลต่างๆ กันเพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่องเดียวกัน เช่น โดยอาจใช้วิธีการสังเกตควบคู่กับการซักถาม พร้อมกันนั้นก็ศึกษาข้อมูลจากแหล่งเอกสารประกอบด้วย

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลเป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงข้อมูลอย่างเป็นระบบ เพื่อนำไปสู่การสร้าองค์ความรู้ และการตอบคำถามในการวิจัย โดยผู้วิจัยจะใช้การวิเคราะห์เนื้อหาตามแนวคิดของ Miles and Huberman (1994) โดยมีวิธีการ 3 ขั้นตอน ดังนี้

- 1) จำแนกข้อมูลตามประเด็นที่ค้นพบ
- 2) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างประเด็นต่างๆ
- 3) แปลผลสรุป

สำหรับการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า ใช้วิธีการตรวจสอบสาม ดังนี้

1) การตรวจสอบสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) คือ การพิสูจน์ว่าข้อมูลที่ผู้วิจัยได้มานั้น ถูกต้องหรือไม่ วิธีการตรวจสอบ คือ การตรวจสอบแหล่งของข้อมูล แหล่งที่พิจารณาในการตรวจสอบ โดยใช้วิธีการตรวจสอบจากแหล่งบุคคล เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างผู้ให้ข้อมูลสำคัญว่ามีความแตกต่างกันหรือไม่ ถ้าความเห็นส่วนมากไปในทิศทางเดียวกันจึงเลือกเชื่อข้อมูลนั้นในการตัดสินใจ

2) การตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีการรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) คือ การใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลต่างๆ กันเพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่องเดียวกัน เช่น โดยอาจใช้วิธีการสังเกตควบคู่กับการสัมภาษณ์เชิงลึก พร้อมกันนั้นก็ศึกษาข้อมูลจากแหล่งเอกสารประกอบด้วย

รายชื่อผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (ไม่ได้เรียงตามพรรษา)

รายนาม	วัด/ศิษย์ใน
1. พระครูโสภิตธรรมานุศาสน์ (มหาอำนาจ อินทสาโร)	ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร ศิษย์ใน พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต, พระอาจารย์ลี ธัมมธโร
2. พระญาณวิศาลเถร (หา สุภโร)	เจ้าอาวาสวัดสักกะวัน จังหวัดกาฬสินธุ์ ศิษย์ใน พระสุธรรมคณาจารย์ (แดง ธัมมรักขิตโต), พระอาจารย์ลี ธัมมธโร, พระธรรมมงคลญาณ (วิริยงค์ สิริธโร) เป็นต้น
3. พระครูสุนทรสารคุณ (ประสาร สุนโน)	เจ้าอาวาสวัดป่าหนองไคร้ จังหวัดยโสธร ศิษย์ใน พระอาจารย์ฝั้น ปาเรสโก
4. พระราชวรคุณ (สมศักดิ์ ปันจิตโต)	เจ้าอาวาสวัดบูรพาราม จังหวัดสุรินทร์ ศิษย์ใน พระราชวุฒาจารย์ (ดูลย์ อดุล)
5. พระครูสุวิมลบุญญากร (บุญพิน กตปุญโญ)	สำนักสงฆ์ตอแยเทพนิมิต จังหวัดภูเก็ต ศิษย์ในพระอาจารย์ชาว อนาลโย, พระอาจารย์อ่อน ญาณศิริ เป็นต้น
6. พระอาจารย์ทิวา อากาศโร	สถานปฏิบัติธรรมเสริมรังสี จังหวัดนครราชสีมา ศิษย์ใน พระอาจารย์หลุยส์ จันทสาโร
7. พระอาจารย์เสน ปัญญาธโร	เจ้าอาวาสวัดป่าหนองแขง จังหวัดอุดรธานี ศิษย์ใน พระอาจารย์บัว สิริปุณโณ
8. พระภavanaปัญญาวิสุทธิ์ (มหาเข้ม จิตธัมโม)	เจ้าอาวาสวัดป่าคลองกึ่ง จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์ลี ธัมมธโร
9. พระครูธรรมกิตติคุณ (สวาท ถาวโร)	เจ้าอาวาสวัดอ่าวหมู จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์ชาว อนาลโย
10. พระอาจารย์อ่อง ถาวโร	เจ้าอาวาสสำนักสงฆ์ถ้ำเขาวงกต จังหวัดจันทบุรี ศิษย์สาย พระอาจารย์มี ญาณมุนี
11. พระครูจิตตภาวนานุสิฐ (สมหมาย จิตตปาโล)	เจ้าอาวาสวัดป่าอนาลโย จังหวัดนครปฐม ศิษย์ใน พระอาจารย์ชอบ ฐานสโม, พระอาจารย์จวน กุลเชษฐ์ และพระอาจารย์สิงห์ทอง ปภากรโ
12. พระครูอุดมญาณโสภณ (หล่อ นาถโร)	เจ้าอาวาสวัดถ้ำพวง ศิษย์ใน พระอาจารย์วัน อุตตโม
13. พระครูพันธสมณวัฒน์ (ทองสุข ฐิตปุญโญ)	เจ้าอาวาสวัดป่าวุฒาราม จังหวัดหนองบัวลำภู ศิษย์ใน พระอาจารย์บุญ ปัญญาวุฒโ, พระอาจารย์ชาว อนาล โย, พระอาจารย์คำดี ปภาโส, พระอาจารย์อ่อน ญาณสิริ เป็นต้น
14. พระครูเกษมวรกิจ (วิชัย เขมโย)	เจ้าอาวาสวัดถ้ำผาจม จังหวัดเชียงราย ศิษย์ใน พระธรรมโกศา จารย์ (พุทธทาส อินทปัญโญ), พระอาจารย์บุตดา ถาวโร เป็นต้น
15. พระวิมลศีลาจารย์ (อำนวยการ ภูริสุนทรโร)	วัดบรมนิวาส กรุงเทพมหานคร ศิษย์ใน พระอาจารย์พุทธ ฐานิโย, พระอาจารย์ศรี มหาวิโร, พระอาจารย์เหล่า เขมปัตโต เป็นต้น
16. พระครูกิตติปัญญาคุณ (สวาท ปัญญาธโร)	เจ้าอาวาสวัดป่าโป่งจันทร์ จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์แหวน สุจิณโณ

รายนาม	วัด/ศิษย์ใน
17. พระอาจารย์บุญส่ง ฐิตสาโร	เจ้าอาวาสวัดสันติวนาราม จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์แหวน สุจิณฺโณ
18. พระมหาสามเรือน ปุญฺญโสโก	เจ้าอาวาสวัดโศการาม จังหวัดสมุทรปราการ ศิษย์สาย พระอาจารย์สี ธัมมธโร
19. พระครูสุวรรณโพธิเขต (คุณ อัครธัมโม)	เจ้าอาวาสวัดป่าโพธิ์สุวรรณ จังหวัดอุบลราชธานี ศิษย์ใน พระอาจารย์ชา สุภัทโท
20. พระครูโอภาสวุฒิมกร (โสภณ โอภาโส)	เจ้าอาวาสวัดบึงสกุณฐิวัน จังหวัดอยุธยา ศิษย์ใน พระอาจารย์ชา สุภัทโท
21. พระอาจารย์มนัส มนต์ชาโต	เจ้าอาวาสสำนักกรรมฐานฟื้นฟูจิตเขาแหลม จังหวัดจันทบุรี ศิษย์ใน พระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโร), พระอาจารย์สมชาย ฐิตวิริโย เป็นต้น
22. พระครูกันตสีลสัมปัน (สมบุรณ์ กันตสีโล)	เจ้าอาวาสวัดป่าสมบุรณ์ธรรม จังหวัดพิษณุโลก ศิษย์ใน พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร
23. พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบุญโณ)	เจ้าอาวาสวัดธรรมสถิต จังหวัดระยอง ศิษย์ใน พระอาจารย์เฟื่อง โชติโก และพระมหาบัว ญาณสัมปันโน
24. พระอาจารย์จิววัฒน์ อุตตรกโข	เจ้าอาวาสวัดป่าไชยชุมพล จังหวัดเพชรบูรณ์ ศิษย์ใน พระ อาจารย์สุวัจน์ สุวโจ, พระอาจารย์ฝั้น อาจาโร และพระมหาบัว ญาณสัมปันโน เป็นต้น
25. พระอาจารย์อนันต์ อภิญาจโน	เจ้าอาวาสวัดมาบจันทร์ จังหวัดระยอง ศิษย์ใน พระอาจารย์ชา สุภัทโท
26. พระอาจารย์เฉลิม ธัมมธโร	เจ้าอาวาสวัดป่าภูแปง จังหวัดเลย ศิษย์ใน พระมหาบัว ญาณสัมปันโน
27. พระอาจารย์บุญส่ง โชติปัญญา	เจ้าอาวาสวัดป่าหนองเกาะแก้ว จังหวัดบุรีรัมย์ ศิษย์ใน พระอาจารย์หล้า เขมปัตโต
28. พระอาจารย์อัครเดช ธีรจิตโต	เจ้าอาวาสวัดบุญญาวาส จังหวัดชลบุรี ศิษย์ใน พระอาจารย์ชา สุภัทโท
29. พระอาจารย์วันชัย วิจิตโต	เจ้าอาวาสวัดป่าภูสังฆะ จังหวัดอุดรธานี ศิษย์ใน พระมหาบัว ญาณสัมปันโน
30. พระครูวิลาศกาญจนธรรม (เล็ก สุธัมปญฺโญ)	เจ้าอาวาสวัดท่าขนุน จังหวัดกาญจนบุรี ศิษย์ใน พระราชพรหมยาน (วีระ ถาวโร)

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาสามารถ สรุปผลจากข้อค้นพบได้ 2 ส่วนมีรายละเอียดดังนี้

1. สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา ที่พบจากปรากฏการณ์ที่ศึกษาประกอบไปด้วย 3 ประการ มีรายละเอียด ดังนี้

ส่วนแรก คือ การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องจากการปฏิบัติกรรมฐานไม่เหมาะกับจริตของตนทำให้เกิดความล่าช้า หรือไม่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติกรรมฐาน ซึ่งต้องพิจารณาจาก จริต 6 ด้วยการพิจารณาของตนเองจากการคาดเดากุศลที่เกิดขึ้นเป็นครั้งคราว

ส่วนที่สอง คือ การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี ซึ่งพบสภาพปัญหาดังกล่าวจากการลงพื้นที่ในการศึกษาปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในภาคสนาม พบว่า การปฏิบัติผิดวิธีนี้ พบในผู้ปฏิบัติกรรมฐานแบบวิปัสสนาญาณิก กล่าวคือ ปฏิบัติกรรมฐานด้วยวิธีวิปัสสนากรรมฐานเลย (ขาดการปฏิบัติสมาธิ) ไม่ปฏิบัติสมถกรรมฐานให้จิตเกิดความสงบจากนิเวศก่อน

ส่วนที่สาม คือ หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน พบว่า สมาธิเสื่อม และวิปัสสนูปกิเลส ส่งผลให้การปฏิบัติกรรมฐานประสบกับสภาพปัญหา โดยสมาธิเสื่อม ส่งผลให้ความรู้ที่เคยได้จากการปฏิบัติสูญหายไป ส่วนวิปัสสนูปกิเลส ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติติดนิมิตนั้น โดยเฉพาะแสง สี ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติเมื่ออยู่ในระดับอุปปจารสมาธิ และไม่ปล่อยวางจนอาจทำให้เป็นบ้าได้

2. วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา ของกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต พบว่า มีวิธีการปฏิบัติตามมรรคมีองค์ 8 เน้นการปฏิบัติแบบสมถญาณิก กล่าวคือ ใช้กรรมฐานที่สำคัญ ได้แก่ อานาปานสติกรรมฐานเป็นกองหลัก ปฏิบัติจนถึงระดับฌาน จากนั้นจึงค่อยเจริญวิปัสสนากรรมฐาน โดยข้อค้นพบสำคัญ อาทิ วิธีเจริญกสิณในกาย ซึ่งผู้ฝึกต้องมีความชำนาญในอานาปานสติกรรมฐานมาก่อน วิธีการนี้ส่งผลให้สามารถตัดแปลง อานาปานสติกรรมฐานสู่กรรมฐานกองอื่นๆได้รวดเร็ว

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาสามารถอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การวิจัยได้ 2 ประเด็น ดังนี้

1. สภาพปัญหาในการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา พบว่า สภาพปัญหา ประกอบไปด้วย 3 ส่วน ได้แก่ 1) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต 2) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี และ 3) หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน ซึ่งมีรายละเอียด ดังนี้

1) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกจริต เป็นผลสืบเนื่องมาจากผู้ปฏิบัติเจริญกรรมฐานที่ไม่เหมาะกับจริตของตน ทำให้ได้รับผลซ้ำในการปฏิบัติหรือไม่ประสบความสำเร็จในการปฏิบัติ ซึ่งจากการศึกษา พบว่า ในอกุศลมูล 3 ซึ่งเป็นรากเหง้าของอกุศลธรรมทั้งปวง จะมีอยู่ 3 ประการได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ ในส่วนของราคะนั้นจัดอยู่ในส่วนหนึ่งของโลภะ เพราะมีลักษณะอาการเอาของภายนอกไปสู่ตน

สำหรับวิธีการขจัดกิเลสใหญ่ๆ 3 ตัวนี้ คือ โลก ให้ใช้วิธีเจริญจากานุสติกรรมฐาน หรือการให้ทาน ส่วนราคะให้ใช้วิธีการพิจารณาภายใน โดยเฉพาะอย่างยิ่งอสุภกรรมฐาน ส่วนกายคตานุสติกรรมฐานก็นับเนื่องในกรรมฐานที่ปราบราคะโดยตรง เพราะเป็นกรรมฐานที่พิจารณาความไม่สวย ไม่งามของร่างกายเพื่อให้เกิดความเบื่อหน่าย ส่วนโทสะให้ใช้วิธีการเจริญพรหมวิหาร 4 มีเมตตาเป็นต้น จะทำให้ความโกรธระงับไปได้ และจากการศึกษากรณีของบุตรนายช่างทอง ทำให้ทราบว่า พระพุทธเจ้าทรงแนะนำให้บุตรนายช่างทอง เจริญกสิณสีแดง ซึ่งเป็นวรรณกสิณด้วยการเจริญวรรณ กสิณจึงอาจเหมาะแก่ผู้มีอารมณ์โทสะจริตด้วยเช่นกัน

สอดคล้องกับผลการศึกษาของ อรทัย ท้าวสัน (2531) ได้ทำการศึกษา การศึกษาวิธีปฏิบัติกรรมฐานของ วัดอโศการาม พบว่า หากเจริญอานาปานสติแล้วเสื่อม เพราะโทสะจริต ควรเจริญพรหมวิหาร 4 ให้มาก หรือการเจริญอสุภซึ่งกำจัดราคะโดยตรง

สำหรับโมहनัน จากการศึกษาพระไตรปิฎกทำให้ทราบว่า ทรงแนะนำให้เจริญโยนิโสมนสิการ หรือการพิจารณาอย่างแยกคาย โดยเฉพาะการเจริญมรรค ให้สัมมาทิฐิ และสัมมาสมาธิเกิดขึ้น ตัวโมहनันถ้ามองให้ดีแล้วก็คือรากเหง้าของอวิชชาทั้งปวง เป็นความหลง โดยเฉพาะความหลงที่ไม่รู้จักอริยสัจ 4 ทำให้ไม่รู้จักทุกข์ และวิธีการดับทุกข์ ตัวโมहनันคล้ายยากกว่ากิเลสตัวอื่นจึงต้องมีการพิจารณากรรมฐานที่เหมาะสมอย่างแยกคาย

วิธีการพิจารณากรรมฐานให้เหมาะกับแต่ละบุคคลนั้น อาจพิจารณาได้จากการคาดเดากุศลที่เกิดขึ้น เป็นครั้งคราว หรือเมื่อพระอาจารย์มอบกรรมฐานให้ปฏิบัติแล้วไม่เหมาะกับตนสังเกตได้ว่าไม่สงบ ไม่เกิดผลในการปฏิบัติเลย ให้เปลี่ยนกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของตนไปเรื่อยๆ แต่ไม่ทิ้งอานาปานสติกรรมฐาน เพราะกรรมฐานนี้เป็นกรรมฐานกองหลัก กรรมฐานต่างๆมีความเกี่ยวเนื่องกับอานาปานสติกรรมฐานทั้งสิ้น

2) การเจริญกรรมฐานไม่ถูกวิธี เป็นผลสืบเนื่องมาจากประเด็นที่ว่า พระสุกขวิปัสสกโกสามารถเจริญวิปัสสนาล้วนโดยไม่มีสมาธิ ได้หรือไม่ ซึ่งจากการศึกษา พบว่า แม้จะเจริญกรรมฐานแบบพระสุกขวิปัสสกโกแต่ก็สามารถเจริญปัญญาล้วนได้ เพราะจะปรากฏแต่ความฟุ้งซ่าน จิตไม่มีกำลังในการตัดกิเลส

โดยเมื่อพิจารณาตามข้อสังเกตของ เสฐียรพงษ์ วรรณปก (2547, หน้า 23) อธิบายว่า ไม่มีการตรัสรู้ได้ หรือการบรรลุใดที่ไม่ได้ผ่านสมถ ต้องมีสมาธิอย่างน้อย “ฌณิกสมาธิ” จึงเข้าสู่วิปัสสนาได้ วิปัสสนาล้วนไม่มี โดยในทางหลักวิชานั้นพระอรหันต์ประเภทสุกขวิปัสสกโก หรือพระอรหันต์ผู้บรรลุธรรมโดยผ่านวิปัสสนา เท่านั้น ความจริงไม่เท่านั้น เพราะว่าก่อนจะถึงวิปัสสนาต้องผ่านสมถก่อนอยู่แล้ว จะเห็นได้ว่า เสฐียรพงษ์ วรรณปก เห็นว่าสมถที่จะเป็นบาทของวิปัสสนานั้นใช้เพียงฌณิกสมาธิ เท่านั้น ซึ่งขัดแย้งกับพระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 333) ให้ทัศนะว่า ได้สมาธิระดับฌานต่อเมื่อขณะแห่งมรรค

จะเห็นได้ว่า สมาธิตามความมุ่งหมายในการปฏิบัติหาหมายเอาฌณิกสมาธิไม่ แต่หมายถึงอุปจารสมาธิ (อุปจารสมาธิแม้ยังไม่ใช้สัมมาสมาธิ แต่ถือเป็นบาทของอัปนาสมาธิ) กับ อัปนาสมาธิต่างหาก โดยเฉพาะอัปนาสมาธิซึ่งเป็นสมาธิระดับฌาน มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนากรรมฐานเป็นอันมาก เพราะหากเจริญวิปัสสนาล้วน โดยไม่ทำสมาธิให้มีการพัฒนาขึ้นระดับอัปนาสมาธิสิ่งที่เจริญวิปัสสนามีแต่ความฟุ้งซ่าน และเป็นปัจจัยไม่ให้ได้มรรคผลอีกด้วย

พิจารณาได้จากข้อสังเกตในพระอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์ (อภิธรรมภาชนีย์) (2539, หน้า 373-374) ที่อธิบายว่า “สัมมาทิสฺสึ หมายถึง เจริญฌานที่เป็นโลกุตรจะเป็นเหตุให้ออกจากวิภวทุกข์ ละทิสฺสึ สัจจจากาม บรรลุปฐมฌาน ที่เป็นทุกขาปฏิบัติทาหันทาปัญญา ชื่อว่า สัมมาทิสฺสึ ฯลฯ สัมมาสมาธิก็เกิดขึ้น สัมมาทิสฺสึเป็นปัญญารู้ชัดความไม่หลงงมงาย เลือกเฟ้นธรรมอันเป็นองค์มรรค”

สอดคล้องกับผลการศึกษาที่อธิบายว่า การเจริญกรรมฐานต้องทำให้ครบทั้ง 3 ประการ คือ ศิล สมาธิ และปัญญา โดยเฉพาะฌานซึ่งเป็นเป้าหมายของสมาธินั้น เป็นบาทสำหรับการเจริญปัญญา ไม่ว่าจะได้ฌานมาก่อนแล้วค่อยเจริญปัญญา หรือการเจริญปัญญาล้วนแล้วฌานเกิดขึ้นร่วมด้วยต่อเมื่อขณะแห่งมรรคก็ตาม เป็นการยืนยันว่าก่อนจะได้ญาณต้องได้ฌานมาก่อน ดังนั้นการเจริญปัญญาล้วนโดยไม่มีสมาธิ ปรากฏแต่ความฟุ้งซ่าน โดยสมาธิที่เป็นสมาธิจริงๆนั้น คือ ฌาน หรืออัปนาสมาธิ สำหรับผู้ปฏิบัติตามแนวทางของพระสุกขวิปัสสกโก หากเริ่มพิจารณาโดยใช้ปัญญาแล้วจิตสงบก็ควรอยู่ แต่ต้องพัฒนาระดับสมาธิของตนเองขึ้นยิ่งๆไปด้วย จนเมื่อเป็นอัปนาสมาธิแล้วจึงมีกำลังในการตัดกิเลสได้ ซึ่งมีข้อสังเกตสำหรับพระวิปัสสนายานิกว่า วิปัสสนากำกับสมถคู่กันไปตลอด

กล่าวโดยสรุป พระสุกขวิปัสสกโก ก็เหมือนกับพระเจโตวิมุตติ ซึ่งต้องปฏิบัติศีล สมาธิและปัญญาให้ครบ 3 อย่าง โดยเฉพาะในส่วนของสมาธิต้องได้ระดับอัปนาสมาธิ จึงเป็นปัจจัยที่ทำให้ได้มรรคผลและมีกำลังในการตัดกิเลส ต่างกันแต่เพียงว่าพระสุกขวิปัสสกโกท่านพิจารณาด้วยปัญญาแล้วจิตสงบ จากนั้นปัญญาก็เริ่มเข้าหาความสงบเช่นกัน ส่วนพระเจโตวิมุตติเน้นทำสมาธิถึงระดับฌานก่อนค่อยเจริญปัญญา แต่ผลลัพธ์ของทั้ง 2 ประเภท คือ วิมุตติไม่ต่างกัน

3) หลักธรรมที่ไม่เอื้อหนุนการเจริญกรรมฐาน พบว่า ประกอบไปด้วย 2 ส่วน ส่วนแรก คือ อากาธสมาธิเสื่อม ส่วนที่สองได้แก่ วิปัสสนูปกิเลส เน้นอากาธิตินิมิต ซึ่งจากการศึกษาพบว่า อากาธสมาธิเสื่อมเป็นผลจาก การ

ปฏิบัติไม่ต่อเนื่องมีความย่อหย่อนในการปฏิบัติ ทำให้สิ่งที่มีอยู่ เช่น ญาณ หรืออานาปานสมาธิเสื่อมไปชั่วขณะหนึ่ง ซึ่งมีวิธีแก้คือ ให้ปฏิบัติโดยเร่งความเพียรบ่อยๆ สิ่งที่เคยปฏิบัติมาจะกลับกันได้ หรืออาจได้รับผลลัพธ์ที่ดีขึ้นกว่าเดิมก็ได้

ส่วนวิปัสสนูปกิเลสนั้น ต่างจากสมาธิเสื่อมตรงที่ สมาธิเสื่อมนั้นจิตไม่เป็นสมาธิ องค์ความรู้ที่เคยมีหายไป แต่วิปัสสนูปกิเลสเกิดจากการเข้าสมาธิ และไปหลงในองค์ความรู้ที่เกิดขึ้น เช่น โอภาส (แสงสว่าง) หรือนิมิตต่างๆที่เกิดขึ้น และมีความปักใจเชื่ออย่างรุนแรง สิ่งเหล่านี้ทำให้ในบางรายผู้ปฏิบัติอาจมีอาการคล้ายเป็นคนบ้า เพราะหลงในนิมิตนั้น มีวิธีแก้ คือ อย่าไปสนใจนิมิตนั้นเป็นวิธีการอย่างง่าย ส่วนการปฏิบัติระยะยาว ได้แก่ อย่าส่งจิตออกนอก คือ อย่าส่งจิตไปดูไปรู้เรื่องราวข้างนอก เช่น ตามแสงสว่างที่เกิดขึ้นแล้วไปยังข้างนอกทำให้เกิดความรู้ต่างๆขึ้นมาซึ่งไม่เป็นประโยชน์ในการปฏิบัติ บางรายก็เป็นทุกข์ เพราะอยากเห็นอีก สำหรับความหมายที่แท้จริงของการอย่าส่งจิตออกนอกนั้น ถ้าจะส่งจิตออกนอกก็ส่งได้ แต่เมื่อรู้แล้วจิตไม่กระเพื่อมไปตามนั้น กล่าวโดยย่อ คือ วางอุเบกขา ไม่เอาไปปรุงแต่งอีก

1. วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา

จากการศึกษาพบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาสามารถจำแนก ได้ 3 ส่วน ได้แก่ 1) สมถกรรมฐาน 2) วิปัสสนากรรมฐาน 3) ปกิณกะธรรม มีรายละเอียด ดังนี้

1.1 สมถกรรมฐาน จากการศึกษาพบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการเจริญกรรมฐาน คือ อานาปานสติกรรมฐานเป็นกรรมฐานกองหลัก โดยนิยามกำหนดฐานของลมไว้ที่ปลายจมูก และบริเวณหน้าอก อย่างไรก็ตามขึ้นอยู่กับจริตของผู้ปฏิบัติต้องปฏิบัติเองจึงทราบได้ว่า ตนเหมาะที่จะกำหนดฐานของลมไว้ส่วนใด เพราะอาการหายใจของแต่ละคนไม่เหมือนกัน อาทิ บางคนหายใจเข้าสั้นออกยาว บางคนหายใจยาวออกสั้น เป็นต้น โดยใช้คาบิกรรม คือ พุทโธ ซึ่งเป็นการเจริญพุทธานุสติกรรมฐาน คือ ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าด้วย ยิ่งไปกว่านั้นในบางท่านที่ชำนาญแล้ว ก็จะกำหนดมรณานุสติกรรมฐานร่วมด้วย เพราะความตายอยู่ปลายจมูก เมื่อหมดลมก็ตายเมื่อนั้น กลายเป็นว่า สามารถเจริญกรรมฐานที่เดียว 3 กองพร้อมกันได้

นอกจากนี้พบว่า กรรมฐานกองอื่นๆที่กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตนิยมเจริญด้วย คือ อสุภกรรมฐานกับกายคตานุสติกรรมฐาน โดยในส่วนของกรรมฐาน 2 กองนี้มีความเกี่ยวเนื่องกันอยู่ บางท่านอาจพิจารณาอสุภกรรมฐานจากซากศพก่อน เมื่อพิจารณาชัดแล้ว จึงน้อมเข้ามาพิจารณาในกายตนว่าเป็นซากศพเช่นกัน โดยใช้การเทียบเคียง สำหรับผู้ที่มีสมาธิก็จะเป็นการเจริญกายคตานุสติกรรมฐาน คือ เกศา โลมา นขา ทัน ตโจ เจริญไปเรื่อยๆจนร่างกายเห็นเข้าไป คือเห็นร่างกายภายในของตนเองชัดเจน อาทิ กระดู เป็นต้น ในบางท่านที่สามารถเจริญสมาธิถึงระดับปฏิภาคนิมิตได้ สามารถย่อขยายได้ทำให้ละเอียดมากยิ่งขึ้น จะเห็นได้ว่า แท้จริงแล้วอสุภกรรมฐานกับกายคตานุสติกรรมฐานมีความเกี่ยวพันกันมาก เพราะแม้จะพิจารณากายตนด้วยกายคตานุสติกรรมฐานท้ายที่สุดแล้วก็เป็นพิจารณาอสุภกรรมฐานด้วยนั่นเอง ส่วนที่เหมือนกัน คือ กรรมฐาน 2 กองนี้ล้วนมีกำลังถึงระดับอัปปนาสมาธิทั้งคู่ ส่วนต่างก็ต่างแต่เพียงว่า กายนอกกับกายภายใน กล่าวคือ อสุภกรรมฐาน เริ่มพิจารณาจากซากศพภายนอก ท้ายที่สุดก็น้อมเข้ามาเทียบกับตนเอง ส่วนกายคตานุสติกรรมฐาน เป็นการพิจารณาร่างกายของตน อาทิ อาการ 32 ัญชวจกรรมฐาน เป็นต้น แต่ท้ายที่สุด 2 อย่างนี้ก็เป็นพิจารณากายทั้งสิ้น ให้เป็นปฏิภูล ผลลัพธ์จึงไม่ต่างกัน

ขณะเดียวกันพบว่า มีการฝึกกสิณในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตด้วย ทำให้เห็นได้ว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ไม่ได้มีแต่พระสุกขวิปัสสโก เท่านั้น แต่ยังมีพระเจโตวิมุตติ อื่นด้วย เช่น พระเตวิชโช เป็นต้น แต่จากการศึกษาพบว่ามีผู้ปฏิบัติไม่มากนัก จะพบแต่ระดับพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต และเพียงในบางรูป เท่านั้น เนื่องจากพิจารณาอสุภกรรมฐานส่วนใหญ่ต้องเคยมีของเก่าจากอดีตชาติ และหากฝึกไม่ถูกวิธีก็มีอันตรายต่อผู้ปฏิบัติ เช่น การมองไฟ ถ้ามองไม่ถูกต้องก็เสี่ยงกับการตาบอดได้ นอกจากนี้ ส่วนใหญ่ปฏิบัติอานาปานสติ

กรรมฐานเป็นหลักอยู่แล้ว เมื่อได้อัปนาสมาธิ ก็พิจารณาวิปัสสนาญาณทันที หลายท่านมุ่งปฏิบัติเพื่อดับกิเลสไปเลย จึงไม่ได้ทำสมาธิในส่วนกองกสิณเพิ่มเติม

สำหรับกสิณ เท่าที่ปรากฏจากการศึกษา พบว่า กสิณ แสงสว่าง ผู้ที่ปฏิบัตินี้ ได้แก่ พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปณฺธิโต ใช้วิธีการเพ่งพระจันทร์ในคืนวันเพ็ญ เป็นต้น การปฏิบัติแบบนี้เป็นการปฏิบัติโดยการมองกสิณจากภายนอก อาจเรียกว่ากสิณภายนอกก็ได้ ปฏิบัติกันแพร่หลายอยู่แล้ว แต่พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปณฺธิโต ดัดแปลงจากการที่จะต้องไปเพ่งแสงสว่าง ซึ่งต้องหาอุปกรณ์ทำไต่ยาก ในบางครั้งเพ่งไฟ หรือเตโชกสิณก็อาจทำให้ตาบอดได้ เป็นเพ่งพระจันทร์ดีกว่า เพราะทำให้แสงไม่เป็นอันตรายต่อนัยน์ตานัก

ส่วนวิธีปฏิบัติกสิณในกายนั้น ผู้ปฏิบัติเช่นนี้ อาทิ พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต คือ แทนที่จะเพ่งวัตถุภายนอก ก็เพ่งมาในกายนี้แทน จากการศึกษา พบว่า มีวิธีการปฏิบัติ คือ ให้เจริญกรรมฐานในส่วนของกายคตานุสติกรรมฐาน จนได้ระดับปฏิภาณนิมิต และอัปนาสมาธิอันสูงสุด คือ ปฐมฌาน และเมื่อจะทำการปฏิบัติก็ไม่ยากแล้ว เพียงแต่ปรับเปลี่ยนอารมณ์มาเป็นกสิณแทน โดยเพ่งภายในร่างกาย อาทิ กระดูก เป็นโอพาตกสิณ อย่างนี้เป็นต้น

วิธีการเพ่งกสิณในกายประหยัดเวลา คือ ไม่ต้องเสียเวลาไปค้นหาหรือเตรียมอุปกรณ์ในการปฏิบัติแต่อย่างใดอีก แต่ผู้ที่จะทำแบบนี้ได้ต้องมีสมาธิในอานาปานสติกรรมฐานแล้ว ข้อดีของการเพ่งกสิณแบบนี้คือ สามารถทำให้เป็นพระเทววิโชได้ไม่ยาก เพราะกสิณ 3 กองที่ทำให้เกิดทิพยจักขุโดยตรง ได้แก่ กสิณไฟ กสิณแสงสว่าง และกสิณสีขาว กสิณเหล่านี้เป็นบาทแห่งอภิญญาโดยตรง ทำให้ได้รับวิชา 3 สำหรับผู้ที่มีความเพียรมากกว่านี้ อาจฝึกกสิณจบครบ 10 ประเภทก็ได้ เพราะอารมณ์กสิณนั้น เป็นอารมณ์ระดับจตุตถฌาน คือสูงสุดของรูปฌานแล้ว หากจะพัฒนาไปสู่รูปฌานก็ไม่ยาก มีวิธีการคือ ตั้งภาพกสิณขึ้นมากองหนึ่งที่ไม่ใช่อากาศกสิณ จากนั้นจึงพิจารณาเป็นอรุณ ซึ่งต้องไม่ลืมว่า แท้จริงอรุณก็คือจตุตถฌานที่ประณีตยิ่งขึ้น เพราะมีเพียงอุเบกขา เหมือนจตุตถฌาน หากปฏิบัติจนได้สมาบัติ 8 แล้วก็จะกลายเป็นพระฉฬภิญโญ ที่มีความรู้ยิ่งขึ้นไปอีก คือ อภิญญา 6 ทำให้ได้รับความรู้แม้แต่พระเทววิโชไม่มี เช่น แสดงฤทธิ์ได้ เป็นต้น นอกจากนี้การฝึกกสิณยังเหมาะแก่ผู้มีโทสะจริตโดยตรง โดยเฉพาะวรรณกสิณ คือ กสิณสีต่าง อาทิ สีขาว สีแดง สีเหลือง สีเขียว ใน 4 สี เฉพาะสีขาวถือเป็นบาทโดยตรงที่ทำให้เกิดทิพยจักขุ

กล่าวโดยสรุป กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้นการปฏิบัติแบบสมถยานิก หรือที่เรียกว่า สมถปุพพังคัมวิปัสสนาตนเอง กล่าวคือ การทำสมาธิถึงระดับอัปนาสมาธิก่อน ค่อยเจริญปัญญาในภายหลัง วิธีการนี้ข้อดีคือ เมื่อพิจารณาปัญญาแล้วไม่ยาก เพราะมีฐานคือสมาธิทำให้สามารถตัดกิเลสได้ ที่ยากคือการทำให้อัปนาสมาธิ ผู้ที่ต้องการดับกิเลสจริงๆต้องฝึกเพียรมาก โดยเฉพาะการทำสมาธิก่อน โดยกรรมฐานที่สนับสนุนให้ถึงระดับอัปนาสมาธิ คือ อานาปานสติกรรมฐาน โดยมีพุทธานุสติกรรมฐาน และมรณานุสติกรรมฐานในฐานะบริวารแห่งอานาปานสติกรรมฐานร่วมด้วย โดยจะเจริญกรรมฐานอื่นๆอีก ที่สำคัญ คือ อสุภกรรมฐานกับกายคตานุสติกรรมฐาน และในบางท่านอาจมีกสิณ ร่วมด้วย

สอดคล้องกับผลศึกษาของ พระวงศ์แก้ว วราโภ (เกษร) (2556) ได้ทำการศึกษา เรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) กับ พระธรรมวิสุทธิมงคล (บัว ญาณสัมปันโน) พบว่า ทั้ง 2 ท่านปฏิบัติตามแนวพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต สรุปได้ว่า ทั้ง 2 ท่านใช้วิธีแบบ สมถยานิก

อย่างไรก็ตามบรรดากรรมฐานทั้งหลาย นอกจากกสิณที่ต้องระวังแล้ว เช่น สายตาในการเพ่ง อสุภกรรมฐานจัดเป็นกรรมฐานที่ค่อนข้างอารมณ์รุนแรงกว่ากรรมฐานกองอื่น บางครั้งอาจมีเสียงกรีดร้อง เป็นต้น ผู้ปฏิบัติจึงต้องตั้งสติให้ดีไม่วอกแวก และถ้าเป็นไปได้ควรพิจารณาศพที่กำลังเน่าเหม็น อาจคลายความกำหนดได้เร็วมาก เพราะเห็นสภาพเปลี่ยนแปลงชัดเจน ถ้าพิจารณาเป็นกระดูก อาจยังคลายได้ไม่เร็วนัก เพราะยังขาดกลิ่นของ

ชากศพ และยังไม่สะดวกเสียดสีเยียนเท่ากำลังเนาหรือหนอนกำลังขึ้น นอกจากนี้บางท่านปรุงแต่งกระดูก ทำให้เกิดโรคกระดูกขึ้นก็มี จึงควรปรึกษากับพระอาจารย์ผู้สอนกรรมฐานอย่างใกล้ชิดหากเจริญกรรมฐานดังนี้

1.2 วิปัสสนากรรมฐาน ในส่วนของวิปัสสนากรรมฐานนั้นจะมีอารมณ์ในการพิจารณาต่างจากการทำสมถกรรมฐานที่เน้นเพ่งเป็นอารมณ์เดียว แต่วิปัสสนากรรมฐานเน้นการใคร่ครวญการไตร่ตรอง โดยเฉพาะในการพิจารณาขั้น 5 จากการศึกษพบว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาญาณด้วยวิธีมังกาย

สำหรับวิธีมังกาย หรือการแยกกายออกเป็นส่วนๆ นั้นแบ่งเป็น 2 ส่วนสำคัญได้แก่ ส่วนแรกสำหรับผู้ปฏิบัติแนวสุขวิปัสสนา โดยเริ่มพิจารณาด้วยฌณิกสมาธิใช้ปัญญาแล้วจิตสงบ ให้ใช้การเทียบเคียงโดยใช้สัญญาหรือความจำเป็นพื้นฐานก่อน (จิตเริ่มเชื่อมั่นว่าจริงจนเกิดความสงบ) จากนั้นเมื่อทำสมาธิก้าวหน้าไปเรื่อยๆ คืออุปจารสมาธิ และอัปนาสมาธิ จิตจะเริ่มเห็นความจริงมากขึ้น (จิตสงบจากนิรวรณ์เมื่อใดพิจารณาได้ตลอดเวลา) ส่วนที่สองสำหรับพระสุขวิปัสสนา เช่นกัน และพระเจโตวิมุตติ คือ ให้ทำสมาธิถึงระดับอัปนาสมาธิ แล้วค่อยถอยกำลังลงมา ที่ระดับอุปจารสมาธิจึงพิจารณาภายใต้ไตรลักษณ์ สังเกตได้ว่าการเจริญวิปัสสนาญาณรายระเอียดไม่มากนัก เพราะตัวที่ทำให้การปฏิบัติยากจริงๆ อยู่ที่ฐานของสมถกรรมฐาน หรือตัวสมาธิมากกว่า เพราะถ้ากำลังสมาธิไม่พอก็ไม่มีกำลังในการตัดกิเลสได้

จะเห็นได้ว่าพระสุขวิปัสสนาสามารถปฏิบัติได้ทั้ง 2 แบบ ส่วนพระเจโตวิมุตติปฏิบัติแบบเฉพาะที่ 2 เท่านั้น คือต้องทำสมาธิให้จิตสงบก่อนค่อยเจริญวิปัสสนาญาณ ส่วนที่ต่างกัน คือ พระสุขวิปัสสนาได้บำเพ็ญวิปัสสนาโดยใช้กำลังสมถไม่เกินจุดอดทน สำหรับพระเจโตวิมุตติเป็นการเรียกโดยปริยายของพระอุกโกฏภาควิมุตติ คือ เป็นผู้ได้อรูปฌานขั้นใดขั้นหนึ่ง (พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต) (2538, หน้า 293-297)) ดังนั้นเมื่อพิจารณาดังนี้ พระเจโตวิมุตติคือ ได้อรูปฌานอย่างน้อย 1 ขั้นแล้วเจริญวิปัสสนาญาณ ส่วนพระปัญญาวิมุตติได้เพียงรูปฌานแล้วเจริญวิปัสสนาญาณทันที ถึงต่างกันในการทำสมาธิ แต่ไม่ต่างกันในการปฏิบัติวิปัสสนาญาณ

ส่วนในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานขั้นสูงแล้ว อาจใช้ปฏิจสงมุปบาทเป็นตัวปัญญา เพราะ จะสามารถดับอวิชชาโดยการทวนกระแสกลับไปได้ โดยเฉพาะพระอรหันต์ใช้ปฏิจสงมุปบาทเป็นตัวกรรมฐานเป็นตัวปัญญา อวิชชาจึงขาด อวิชชาในที่นี้ก็คือ โมหะหรือตัวหลง ซึ่งไม่รู้จักอริยสัจ 4 นั่นเอง

จะเห็นได้ว่า กรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้น การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยวิธีแบบกายานุปัสสนาสติปัฏฐานนั่นเอง คือ การพิจารณากาย เพราะกายเป็นต้นเหตุของความทุกข์ ในการพิจารณาแยกธาตุแยกขั้นก็ใช้กายเป็นตัวพิจารณาที่มีความเชื่อมโยงอย่างมากกับสมถกรรมฐาน อาทิ กายคตานุสติกรรมฐาน เพราะกรรมฐานของนี้เป็นสมถกรรมฐานที่เจือด้วยวิปัสสนา เพราะมีอารมณ์ใคร่ครวญเหมือนวิปัสสนาญาณนั่นเอง ดังนั้นเมื่อปฏิบัติในส่วนของกาย คตานุสติกรรมฐานได้ เช่นอัปนาสมาธิแล้ว หากเจริญวิปัสสนากรรมฐานต่อไปจึงทำได้ไม่ยาก ส่วนอานาปานสติกรรมฐานนั้น ลมก็ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของกาย การพิจารณาลมก็ถือว่าเป็นการพิจารณากาย เช่นกัน

สำหรับวิธีการเจริญมรรคมืองค์ 8 จากการศึกษาพระอภิธรรมปิฎก (พระอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์, อภิธรรมภาษินีย์, 2539, หน้า 373-374) สามารถจัด มรรคมืองค์ 8 เข้าเป็นหมวดของไตรสิกขา ได้ 3 กลุ่มคือ สัมมาทิฐิ และสัมมาสังกัปป เป็นปัญญา สำหรับ สัมมาวาจา สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว เป็น ศีล และสัมมาวาจา โม สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ เป็นสมาธิ โดยพบว่า การจะทำให้สัมมาทิฐิเกิดขึ้นได้ ต้องเจริญฌาน เช่น บรรลุปฐมฌาน ทำให้สัมมาสมาธิเกิดขึ้น สัมมาทิฐิเป็นปัญญารู้ชัด สำหรับสมาธิ หมายถึง ฌาน

ส่วนวิธีการปฏิบัติเป็นผลจากการสัมภาษณ์และการรวบรวมข้อมูลต่างๆ มีพระอภิธรรมปิฎก เป็นต้น ทำให้ทราบว่า การเจริญมรรคมีองค์ 8 เริ่มจากสัมมาทิฐิในฐานะแกนนำของมรรคทั้งหมด เพราะต้องมีความเห็นถูกต้องก่อน นับว่าปัญญาเป็นแกนนำของมรรคตัวอื่นๆ

ส่วนที่สองเป็นของศีล คือ การรักษาศีล เป็นต้นว่าศีล 5 โดยเว้นจาก กายทุจริต วาจทุจริต และเว้นขาดจากการเป็นมิถนาศีล ซึ่งเป็นการเจริญมรรคได้แก่ สัมมาวาจา คือ ไม่พูดเท็จ คำหยาบส่อเสียด เพื่อเจ้า สัมมากันมันโต คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์และประพฤติดินในกาม และสัมมาอาชีโว คือ เว้นจากการขายอาวุธ ขายนุษย์ ขายสัตว์โดยเฉพาะเพื่อฆ่า ขายน้ำเมา และยาพิษ ในที่นี้หมายความว่าความรวมถึงสารเสพติดให้โทษต่างๆด้วย หากทำครบถ้วน 3 ประการถือว่าเจริญมรรคในส่วนศีลครบแล้ว

ส่วนที่สามเป็นของสมาธิ คือ สัมมาวายามะ สัมมาสติ และสัมมาสมาธิ ในส่วนนี้ตัวสำคัญ คือ สัมมาสติ เพราะเป็นการเจริญสติปัฏฐาน 4 ในกรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เน้น การปฏิบัติหมวดกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน คือ พิจารณากายเป็นหลัก

สำหรับการปฏิบัติแบบสมถยานิกก่อนจะพิจารณากายนั้น ต้องทำสมาธิถึงระดับฌานก่อน ดังนั้นต้องเจริญสัมมาสมาธิก่อน คือ ฌาน โดยมีกองกรรมฐาน อาทิ อานาปานสติกรรมฐาน จากนั้นจึงพิจารณากายด้วยวิธีมีร่างกาย คือ น้อมเพ่งแสงเข้ามาเพ่งที่กาย หลังจากการออกจากอัปนาสมาธิสู่ระดับอุปปจารสมาธิ หรือที่เรียกว่า สมาธิขาออกนั่นเอง เพราะการออกจากฌานจิตมีกำลังดีในการพิจารณาด้วยปัญญา จากนั้นก็มีสัมมาวาโย คือ เพียรทำอยู่อย่างนั้น

มรรคตัวสุดท้าย คือ สัมมาสังกัปปะ เป็นตัวปัญญา ปกติจะใช้ร่วมกับการพิจารณาสติปัฏฐาน 4 คือ การใคร่ครวญอันเป็นแนวทางการพิจารณาของวิปัสสนาญาณนั่นเอง ไม่ใช่วิปัสสนิก หรือนึกคิดเองจากสัญญา เพราะเป็นแนวทางของจิตตามยปัญญา ไม่ใช่ภาวนามยปัญญา เมื่อทำได้ดังนี้แล้วก็จะรู้จักอริยสัจ 4 ในที่สุด

1.3 ปกิณกะธรรม อันหมายถึง เรื่องเล็กน้อยระคนกันทำให้ทราบได้ว่า มีประเด็นที่เกี่ยวข้องกับวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาใน 4 ประเด็นได้แก่ 1) การเปลี่ยนอริยาบถ 2.ความแตกต่างระหว่างจิตตก ภาวังกัปปจิตเป็นฌาน 3.ความแตกต่างระหว่างเจตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติ และ 4.การสมาทานอุตุงควัตร มีรายละเอียด ดังนี้

1.3.1 การเปลี่ยนอริยาบถมีความสำคัญในการปฏิบัติ เพราะเราไม่สามารถที่จะอยู่ในอริยาบถเดียวโดยตลอด จึงจำเป็นต้องเปลี่ยนอริยาบถ โดยเฉพาะ การ ยืน เดิน นั่ง สำหรับการนอนพึงละเว้น แต่ถ้าให้นอนก็นอนอย่างมีสติ อาทิ ให้หลับด้วยการนอนตะแคงขวา หรือสี่เหลี่ยมยาสน์ สำหรับการนั่งถือเป็นอริยาบถใหญ่ในการปฏิบัติ ในผู้ที่เชี่ยวชาญแล้วหากมีเวทนาเกิดขึ้น ให้ใช้ปัญญาพิจารณาเวทนาจะเป็นเวทนานุสติปัฏฐาน ในผู้ปฏิบัติใหม่ให้เปลี่ยนอริยาบถเพราะจิตไม่รวมเป็นสมาธิ เกิดแต่ผลเสียในการปฏิบัติ สำหรับผู้ที่ปฏิบัติดีแล้วและต้องการต่อสู้กับเวทนาที่เกิดขึ้น อาจใช้การตั้งสัจจะก็ได้ เช่น ถ้าหากทำสมาธิระยะเวลาเท่านี้ไม่ได้จะไม่ทานข้าว เป็นต้น ถือเป็น การฝึกจิตรูปแบบหนึ่ง

1.3.2 ความแตกต่างระหว่างจิตตกภาวังกัปปจิตเป็นฌาน จิตตกภาวังกัปปจิตจะมีอยู่ใน 2 ลักษณะโดยลักษณะตามความหมายทั่วไปของแบบแรก คือ เป็นจิตที่ยังไม่ใช่สมาธิ เสมือนเป็นรอยต่อของจิต ถ้าจิตไม่เป็นสมาธิ หากตกภาวังกัปปจิตคือดับไปเฉยๆ ขาดสตินั่นเอง ส่วนภาวังกัปปจิตในความหมายที่สอง คือ คล้ายกับแบบแรกเป็นรอยต่อที่จะเข้าสู่สมาธิ คือ เมื่อมีสติในภาวังกัปปจิตก็จะเข้าสู่สมาธิเป็นลำดับต่อไปนั่นเอง ที่ต้องแยกให้ออกเพราะในบางรายมีการปฏิบัติแล้วเหมือนตกจากที่สูง คือ ตกภาวังกัปปจิตไม่ได้ และเลิกการปฏิบัติไปเสียก็มาก จึงต้องวางอุเบกขาเสีย ตั้งสติมั่นเมื่อตั้งสติดีแล้วต่อไปก็จะเป็นสมาธินั่นเอง

1.3.3 สำหรับความแตกต่างระหว่างเจโตวิมุตติกับปัญญาวิมุตติ ในเบื้องต้น อาจเป็นผลมาจากแบบแผนในการปฏิบัติแต่โบราณที่เป็นนิยมสมัยก่อน จึงกลายเป็นแบบแผนการปฏิบัติ ระหว่างสมถยานิก กับ วิปัสสนายานิก คือ สมถยานิกเน้นทำสมาธิระดับอัปนาสมาธิก่อน ในท่านที่ต้องการเป็นพระเจโตวิมุตติอาจทำถึงระดับอรุปรมาณขั้นใดขั้นหนึ่ง เป็นต้น ส่วนวิปัสสนายานิก คือ พิจารณาโดยใช้ปัญญาแต่แรกใช้ฉกฉวยสมาธิเป็นเบื้องต้น เพราะใช้ปัญญาพิจารณาแล้วปรากฏว่าจิตสงบรวมดี แต่ไม่ได้หมายความว่าท่านจะปฏิบัติวิปัสสนาล้วนอยู่อย่างนั้น โดยไม่ทำระดับสมาธิของท่านให้สูงขึ้นเป็น อุจารสมาธิ จนถึงอัปนาสมาธิซึ่งเป็นสัมมาสมาธิด้วย

สำหรับความแตกต่างที่สำคัญอาทิ พระเจโตวิมุตติใช้การพิจารณาปัญญาหลังจากอบรมสมาธิมาอย่างเต็มที่ ทำให้เมื่อออกจากอัปนาสมาธิและเข้าอุจารสมาธิแล้ว มีรูปซึ่งสามารถทำปฏิภาณนิมิตได้ ทำให้เกิดนิพพิทาญาณได้ง่าย เพราะเห็นของจริงก็ไม่ต่างจากของข้างนอก ส่วนพระสุกขวิปัสสกจะใช้สัญญาเป็นเบื้องต้น และพิจารณาในการเทียบเคียงไปเรื่อยๆใช้อาการใคร่ครวญในชั้นธณจิตสงบ เป็นต้น ในบางครั้งอาจเป็นอัปนาสมาธิ และจะถอยสู่อุจารสมาธิท่านก็สามารถมั่งกายได้เห็นชัดเหมือนพระเจโตวิมุตติเหมือนกัน ในขั้นนี้หากท่านบ่มเพาะปัญญามาดีแล้วก็มีกำลังในการตัดกิเลส เพราะได้สมาธิระดับอัปนาสมาธิมาแล้ว จะเห็นได้ว่ามีความแตกต่างกันบ้างอันเป็นจริตและวาสนาของแต่ละท่าน

อย่างไรก็ตามความแตกต่างของทั้ง 2 ฝ่ายคงต่างกันเฉพาะอภิถุญญา เท่านั้น ในส่วนที่เป็นวิมุตติคือ อาสวัภยญาณย่อมได้เหมือนกันไม่มีความแตกต่างกันแต่อย่างใด ขึ้นอยู่กับจริตของผู้ปฏิบัติว่าปฏิบัติแบบใด แต่ทั้งนี้หลักสำคัญไม่ว่าจะเจโตวิมุตติหรือปัญญาวิมุตติต้องได้อัปนาสมาธิทั้งสิ้น มิฉะนั้นจะไม่สามารถบรรลุมรรคผลได้เลย

1.3.4 การสมาทานธุดงค์วัตร เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้พระป่าได้รับการขัดเกลาจากการเจริญกรรมฐานทำให้กรรมฐานก้าวหน้า เพราะเป็นตัวกำจัดนิรณโดยตรง โดยธุดงค์วัตรมี 13 ข้อให้เลือกปฏิบัติเหมาะกับจริตของตน ไม่ต้องถือมากมายเสียทีเดียวก็ได้ อาทิ มีความอยากในการฉันมาก ก็ให้ใช้ธุดงค์วัตรที่อยู่ในหมวดการฉัน เช่น ฉันครั้งเดียว ฉันในบาตร ฉันแล้วไม่รับเพิ่ม เป็นต้น สอดคล้องกับผลศึกษา ของ ชกาจ วรรณไพฑูลย์ (2557) ได้ทำการศึกษา เรื่อง งานด้านวิปัสสนาธุระของพระสงฆ์สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต พบว่า พระสงฆ์สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ซึ่งเป็นพระสงฆ์ฝ่ายวิปัสสนาธุระ หรือ ที่นิยมเรียกว่าพระป่าจะมุ่งปลีกวิเวกหาความสงบ มุ่งการแก้กิเลสเพื่อความสำเร็จในมรรคและผล โดยปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานภายใต้หลักไตรสิกขาอย่างเคร่งครัด เคารพหลักอาวุโสภันเต สนใจในการทำวัตร อาจริยวัตร อุปัชฌายวัตร ถือสันโดษ และมักน้อย เป็นต้น พุทธศาสนิกชนทั่วไปจึงให้ความเคารพและศรัทธาในพระป่าเป็นอย่างมาก

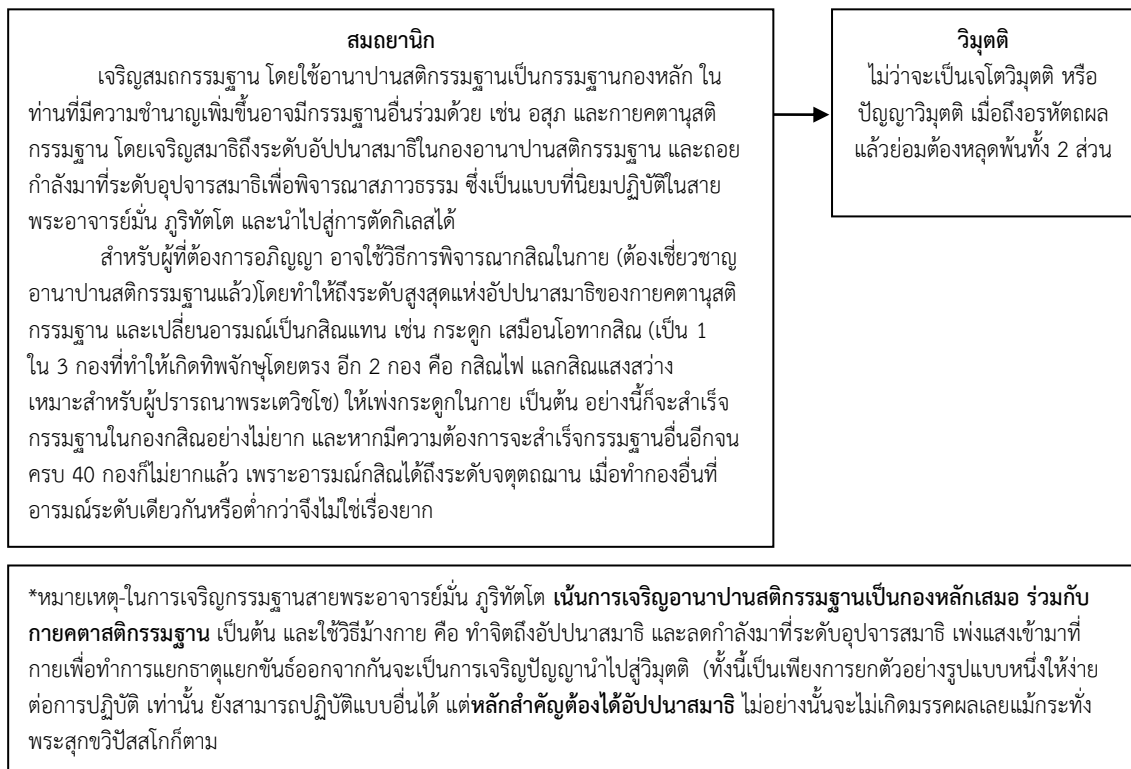
กล่าวโดยสรุป วิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนา เป็นการศึกษาที่เน้นการประจักษ์ด้วยตนเอง เสมือนหิวอาหาร จะหิวหิวได้ต้องรับประทานด้วยตนเอง การภาวนาก็เช่นกันจะประสบกับผลสำเร็จได้ต้องปฏิบัติด้วยตนเอง การภาวนาตามความมุ่งหมายของพุทธศาสนานั้น เพื่อหยุดการเกิด เพราะเกิดคราใดเป็นทุกข์รำไป (มองว่าโลกนี้เป็นทุกข์ แม้กายนี้ก็เป็นที่ตั้งแห่งทุกข์ เช่น โรคภัยไข้เจ็บ ไม่สามารถบังคับให้ไม่เจ็บ ไม่ป่วยได้ตามประสงค์ของเรา จึงเป็นที่ตั้งแห่งทุกข์อย่างแท้จริง) วิธีที่จะทำให้พ้นจากทุกข์นี้ได้มีแต่การภาวนา ซึ่งประกอบไปด้วย 2 ส่วนสำคัญ เท่านั้น คือ การเจริญสมถกรรมฐาน (สมาธิ) และวิปัสสนากรรมฐาน (การไตร่ตรองในขั้น 5) มี ปกิณกธรรม คอยขยายความให้มีความชัดเจน และทราบถึงแนวทางในการปฏิบัติให้ได้รับมรรคผลมากยิ่งขึ้น สังเกตได้ว่า ญาณวิทยาแนวพุทธ เน้นการประจักษ์ด้วยตนเอง ไม่สามารถทำแทนกันได้ ทั้งนี้ การศึกษาตามแนวทางของปริยัติธรรม อาจมีความแตกต่างกับการปฏิบัติอยู่บ้างจึงควรเลือกให้เหมาะสมกับตนเอง

นอกจากนี้ ญาณวิทยารูปแบบอื่นๆ คงมีแต่เพียงความสนใจทางโลกอยู่เท่านั้น แต่ไม่ได้ตอบสนองสภาพปัญหาวิธีการพ้นทุกข์อย่างยั่งยืนว่าควรทำอย่างไร การภาวนาเป็นการตอบโจทย์ทำให้สังคมประสบกับความสงบสุข

เป็นการเข้าหาธรรมะ เพื่อการหลุดพ้นสังสารวัฏ (ภูมิต่างๆที่มีการหมุนเวียนเมื่อเกิดการตายเป็นสภาพอื่นๆ ภาพอื่น) ญาณวิทยาแนวพุทธจึงไม่ใช่เรื่องการแสวงหาความรู้อะไรเลย นอกจากการแสวงหาวิธีการพ้นทุกข์ ให้พ้นจากสภาพที่เป็นอยู่โดยเฉพะทุกข์ทางกาย เพราะร่างกายนี้เปรียบเสมือนเป็นที่ตั้งแห่งโรค รวมไปถึงทุกข์ทางใจต่างๆ อาทิ ความพลัดพรากในสิ่งที่รัก เป็นต้น ดังนั้น การแสวงหาความรู้ชั้นนี้นับเป็นการพัฒนาสังคมขั้นสูงสุด เพราะแก้ที่ต้นเหตุ คือ ทุกข์ของมนุษย์จึงเป็นทางออกของสังคมในการสร้างสันติภาพอย่างถาวร

ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาของพระกรรมฐาน สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต จะเน้นการปฏิบัติแบบสมถยานิก ซึ่งจากการสัมภาษณ์และการรวบรวมข้อมูลต่างๆสามารถสรุปวิธีการแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาพอสังเขป ด้วยแผนภาพ ดังนี้

แบบสมถยานิก



ภาพที่ 1 การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนาที่ปฏิบัติในกรรมฐานสาย พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะต่อการนำไปปฏิบัติ

ในการปฏิบัติกรรมฐาน ควรเจริญสมถกรรมฐาน (สมาธิ) ให้จิตมีความสงบนิ่ง สงบจากนิรวณอันเป็นอกุศลธรรมทั้งหลายก่อน เมื่อจิตมีความสงบนิ่งดีแล้วจากการทำสมาธิ จนถึงระดับอัปปนาสมาธิ (จิตมีความแน่วแน่มาก นิ่งมาก ไม่มีนิมิตปรากฏอีก) จึงเจริญวิปัสสนากรรมฐานจะประสบกับผลสำเร็จในการปฏิบัติได้ไม่ยาก

ข้อเสนอนแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

การแสวงหาความรู้ภายใต้การภาวนานั้น เน้นการศึกษาของสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต เป็นหลัก

นิยมการปฏิบัติด้วยวิธีแบบสมถยานิก คือ เจริญสมาธิถึงระดับอัปนาสมาธิก่อนจึงเจริญวิปัสสนาในภายหลังโดยพบว่า ข้อมูลด้านสมถยานิกค่อนข้างมาก แต่มีบางส่วนในสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโตที่เจริญแบบวิปัสสนายานิก ซึ่งยังพบว่าข้อมูลเป็นส่วนน้อยอยู่มาก หากผู้ที่จะทำการศึกษาจากงานวิจัยนี้เพิ่มเติม ควรลงลึกในส่วนของ วิปัสสนายานิกให้มากขึ้น อาทิ แบบแผนการปฏิบัติ ประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติ โดยอาจลงลึกแบบการวิจัยเชิงชีวประวัติเลยก็ได้ (Biography Research) จะสามารถเห็นปรากฏการณ์รอบด้านของการปฏิบัติกรรมฐานด้วย เพราะสามารถแสดงให้เห็นถึงรายละเอียดชีวประวัติ แนวคิด และวิธีการปฏิบัติอย่าง รอบด้าน

เอกสารอ้างอิง

- ชกาจ วรณโพลย์. (2557). *งานด้านวิปัสสนาธุระของ พระสงฆ์สายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต*. ดุษฎีนิพนธ์ ปรียญาศษุภบัณฑิต, สาขาวิชาวัฒนธรรมศาสตร์, คณะวัฒนธรรมศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- พระครูสมุห์ (สุชิน ปริบูรณ์) (2560, 29 มีนาคม, 17 ธันวาคม). *เจ้าอาวาสวัดธรรมสถิตย์*. สัมภาษณ์.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2538). *พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ* (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- _____. (2556). *ความสำคัญของพระพุทธศาสนาในฐานะเป็นศาสนาประจำชาติ* (พิมพ์ครั้งที่ 19). กรุงเทพฯ: สหธรรมิก.
- พระธรรมวิสุทธิมงคล (มหาบัว ญาณสัมปันโน). (2551). *ปฏิบัติของ พระอริยสงฆ์ธรรมฐานสายพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สุภา.
- พระวงศ์แก้ว วรโภา (เกษร). (2556). *การศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) กับ พระธรรมวิสุทธิมงคล (บัว ญาณสัมปันโน)*, วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระวิสุทธิวารการณ (ธรรมรัตน์ กิตติภักโท) (ผู้เรียบเรียง). (2556). *คู่มือการปฏิบัติสมถวิปัสสนากรรมฐาน*. ม.ป.ท.
- พระอภิธรรมปิฎก วิภังคปกรณ์. 2539. *พระไตรปิฎกเล่มที่ 35 พระอภิธรรมปิฎก เล่มที่ 2*. กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณมหาวิทยาลัย.
- พระอาจารย์บุญฤทธิ์ ปั่นชิตโต. (2560). *เสียงธรรมจากหลวงปู่บุญฤทธิ์ ปั่นชิตโต (จันทร์สมบุญ)* (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: พลีมา พับลิชชิ่ง.
- พระอาจารย์อนันต์ อภิภูจโน (2560, 27 มกราคม, 14 พฤศจิกายน). *เจ้าอาวาสวัดมาบจันทร์*. สัมภาษณ์.
- พุทธทาสภิกขุ. (2533). *อานาปานสติภาวนา* (พิมพ์ครั้งที่ 10). ธรรมทานมูลนิธิ.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2553). *วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ* (พิมพ์ครั้งที่ 18). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- เสฐียรพงษ์ วรณปก. (2547). *มัชฌิมาปฏิปทา, สายกลางสองมิติ สัปปุริสธรรม ๗ นัยที่สอง*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ พี.อาร์. คัลเลอร์พริ้นท์.
- อรทัย ท้าวสัน. (2531). *การศึกษาเปรียบเทียบวิธีปฏิบัติกรรมฐานแบบวัดอโศการามกับวัดพระธรรมกาย*. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- Mile, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. (2nd ed.). Thousand Oakes: Sage.