

รูปแบบการเจริญอสุภกรรมฐาน : กรณีศึกษาวัดป่าศรีวิไลย์
อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร*

THE PATTERN OF ASUBHA MEDITATION DEVELOPMENT :
A CASE STUDY OF WAT PA SRIVILAI, BANGMOONNAK DISTRICT,
PICHIT PROVINCE

พระวินัยธรประสิทธิ์ สุจินโญ (คำมาก)¹, ชัยชาญ ศรีหามู² และ ธาณี สุวรรณประทีป³
Phravinaithorn Prasit Sucinno (Khammak)¹, Chaichan Srihanu² and Thanee Suwanprateep³

¹⁻³มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

¹⁻³Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

Corresponding Author's Email: littlelittleme1212@gmail.com

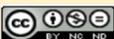
วันที่รับบทความ : 4 กันยายน 2568; วันแก้ไขบทความ 8 กันยายน 2568; วันตอบรับบทความ : 10 กันยายน 2568

Received 4 September 2025; Revised 8 September 2025; Accepted 10 September 2025

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ 3 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาการเจริญกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท 2) เพื่อศึกษาการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน 3) เพื่อนำเสนอรูปแบบการเจริญอสุภกรรมฐาน ของวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร ซึ่งใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ รวบรวมข้อมูลจากเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้เชี่ยวชาญที่เกี่ยวข้องกับหลักการ วิธีการเจริญอสุภกรรมฐาน แล้วนำข้อมูลมาเรียบเรียงวิเคราะห์ และอธิบายด้วยกระบวนการพรรณนา

Citation:



* พระวินัยธรประสิทธิ์ สุจินโญ (คำมาก), ชัยชาญ ศรีหามู และ ธาณี สุวรรณประทีป. (2568). รูปแบบการเจริญอสุภกรรมฐาน : กรณีศึกษาวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร. วารสารสหศาสตร์การพัฒนาสังคม, 3(5), 769-788.

Phravinaithorn Prasit Sucinno (Khammak), Chaichan Srihanu and Thanee Suwanprateep. (2025).

The Pattern Of Asubha Meditation Development : A Case Study Of Wat Pa Srivilai, Bangmoonnak District, Pichit Province. Journal of Interdisciplinary Social Development, 3(5), 769-788.;

DOI: <https://doi.org/10.>

Website: <https://so12.tci-thaijo.org/index.php/JISDIADP/>

ผลการวิจัยพบว่า

1) การศึกษาการเจริญกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท พบว่า กรรมฐาน หมายถึง อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญภาวนาเพื่อพัฒนาจิตใจ การปฏิบัติ กรรมฐาน หรือการเจริญกรรมฐานจัดเป็นคันถุระในธูระคือกิจที่ต้องทำของพระพุทธศาสนา 2 อย่าง คือ คันถุระ กับวิปัสสนาธูระ การฝึกหัดจิตใจให้สงบ สงัด และมีอารมณ์เป็นเอกัคคตาจิต ข่มกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ได้ กรรมฐานมี 40 ชนิด มี อนุสสติ 10 กสิณ 10 อสุภะ 10 เป็นต้น ซึ่งเหมาะสมกับคนจริตต่าง ๆ การปฏิบัติกรรมฐานจึงเป็นการบริหารจัดการจิตหรือการพัฒนาจิต เบื้องต้นให้สงบจากนิวรณ์ ทำให้จิตสงบและเกิดปีติ สุขสบายในชีวิตปัจจุบัน ไม่วุ่นวาย และลด ความเครียดที่เกิดกับร่างกายและจิต ทำให้จิตเกิดความเข้มแข็ง ไม่กลัวอารมณ์ที่มากกระทบใด ๆ มีความสงบสุขและเป็นฐานพัฒนาจิตให้เข้าสู่วิปัสสนาญาณชั้นสูงได้ง่าย

2) การเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน พบว่า อสุภกรรมฐาน หมายถึง การ พิจารณาซากศพเป็นอารมณ์ ซึ่งกำหนดไว้มีทั้งหมด 10 อย่าง ได้แก่ 1) ซากศพที่พองขึ้น 2) ศพ ที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง 3) ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหล 4) ซากศพที่ขาดเป็น 2 ท่อน 5) ซากศพที่มีสัตว์กัดกิน 6) ซากศพที่กระจายไปในทิศต่าง ๆ 7) ซากศพที่ถูกฟันเป็นท่อนเล็กท่อน น้อย 8) ศพที่ยังมีเลือดไหลออกอยู่ 9) ซากศพที่เต็มไปด้วยหนอน 10) ซากกระดูก หากผู้ปฏิบัติ พิจารณาจนให้เกิดเป็นนิมิตได้ก็สามารถที่จะยกนิมิตนั้นขึ้นเป็นอารมณ์เพื่อพิจารณาได้ ซึ่งนิมิต ดังกล่าวนั้นมี 2 ประเภท คือ อุกคหนิมิต และปฏิภาคนิมิต เมื่อเห็นได้ดังนี้แล้วแม้จะไม่มี ซากศพก็สามารถยกขึ้นเป็นอารมณ์พิจารณาได้

3) รูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูล นาก จังหวัดพิจิตร พบว่า เป็นการเจริญกรรมฐานทั้ง 2 อย่างไปด้วยกันคือ วิปัสสนากรรมฐาน ตามหลักมหาสติปัฏฐานโดยการรู้สภาวะธรรมสรุปลงใน 4 ฐาน คือกาย เวทนา จิตและธรรม ให้ เกิดเพียงการเกิด-ดับของขณะจิตและน้อมไปหาญาณชั้นสูง และการเจริญสมถกรรมฐานโดย การเจริญอสุภกรรมฐานเพื่อให้จิตไม่ฟุ้งซ่านกับอารมณ์เกาะเกี่ยวกับร่างกายของคน แบ่งเป็น 2 รูปแบบ ประกอบด้วย 1) รูปแบบการพิจารณาซากศพที่ตายและมีน้ำเหลืองไหลออกอยู่ มาเป็น อารมณ์ในการพิจารณาอสุภกรรมฐาน เพื่อให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาให้เห็นถึงความไม่สวย ไม่งาม ความน่ารังเกียจ ความเปลี่ยนแปลงของสังขารร่างกายของมนุษย์เรา เพื่อคลายความยึดมั่นถือ มั่นในร่างกายของตน 2) รูปแบบการพิจารณาซากศพที่เหลือแต่โครงกระดูก ซากศพที่ตายนาน แล้วและเหลือแต่โครงกระดูก ทั้งที่สมบูรณ์ และไม่สมบูรณ์มาเป็นอารมณ์ในการพิจารณา เพื่อให้โยคีผู้ปฏิบัติได้พิจารณาถึงความไม่เที่ยงของสังขาร ร่างกายมนุษย์ สุดท้ายแล้วแม้แต่

โครงการศึกษาก็ย่อมมุ่งไปตามกาลเวลา เมื่อปฏิบัติพิจารณาและฝึกฝนจนชำนาญติดจิตจะสามารถได้นิรมิตเรียกว่า อารมณ์สุภกรรมฐาน และสามารถยกระดับจิตของตนได้ตามลำดับต่อไป องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยคือรูปแบบ “VS-2A model” ซึ่งสามารถนำไปพัฒนาต่อยอดในการเจริญกรรมฐานให้สูงขึ้น

คำสำคัญ: รูปแบบการเจริญสุภกรรมฐาน, วัดป่าศรีวิไลย์, จังหวัดพิจิตร

Abstract

This dissertation comprises 3 objectives: 1) to investigate the practice of Kammatthāna as delineated in Theravāda Buddhist scriptures; 2) to examine the cultivation of meditation through Asubhakammattthāna; and 3) to present a model for the practice of Asubha Kammatthāna as implemented at Wat Pa Si Wilai, Bang Mun Nak District, Phichit Province. This study employs a qualitative methodology, collating data from documentary sources, pertinent prior research, and in-depth interviews with experts on the principles and methods of Asubha Kammatthāna. The collected data were subsequently synthesized, analyzed, and explicated through a descriptive process.

The research yields the following findings:

1) The practice of Kammatthāna within Theravāda Buddhism revealed that Kammatthāna refers to the object or basis for meditative cultivation aimed at mental development. The Kammatthāna practice is classified as one of the two principal duties in Buddhism, alongside Ganthadhura or study duty and Vipassanādhura or insight practice. It is a discipline for training the mind to attain tranquility, seclusion, and one-pointedness, which suppresses the defilements, the root cause of suffering. There are 40 types of Kammatthāna, including the ten recollections (anussati), ten kasiṇas (universal concepts), and ten contemplations of foulness (asubha), which are suited to various individual temperaments (carita). Consequently, the practice serves as a preliminary form of mental management or development to pacify the five hindrances (nīvaraṇa).

This pacification engenders tranquility, joy (pīti), and well-being in daily life, mitigating turmoil and reducing psychophysical stress. It fortifies the mind against disruptive sensory inputs, fosters serenity, and establishes a foundational state conducive to the facile attainment of higher levels of insight knowledge or Vipassanāñāṇa.

2) Meditation according to the method of Asubha Kammatṭhāna finds that it is defined as the contemplation of a corpse as a meditative object. There are ten prescribed stages of decomposition for contemplation: 1) a bloated corpse; 2) a discolored, livid corpse; 3) a festering corpse; 4) a corpse bisected; 5) a corpse gnawed by animals; 6) a dismembered corpse; 7) a hacked and mangled corpse; 8) a bleeding corpse; 9) a worm-infested corpse; and 10) a skeleton. Should the practitioner successfully develop a mental image (nimitta) through this contemplation, this image can then be used as the focus of meditation. There are two categories of such images: the learning sign (uggaha-nimitta) and the counterpart sign (paṭibhāga-nimitta). Once these are attained, the practitioner can evoke the meditative object for contemplation even in the physical absence of a corpse.

3) The model for practicing Asubhakammatṭhāna at Wat Pa Si Wilai was found to integrate two meditative forms concurrently: 1) Vipassanā-kammatṭhāna: Practiced in accordance with the Mahāsatipaṭṭhāna teaching, this involves knowing the true nature of phenomena (Sabhāva-dhamma) within the four bases of mindfulness—body, feelings, mind, and mental objects. This aims to perceive the mere arising and ceasing of momentary mental states and incline the mind to higher knowledge. 2) Samatha-kammatṭhāna: Practiced through the contemplation of foulness or Asubha to prevent mental distraction and attachment to the flesh body. This integrated approach is further articulated into two contemplative models: (1) Contemplation of a Festering Corpse: This model uses a corpse in a state of decay with effluence as the meditative object. It directs the practitioner to perceive the un-beautiful, loathsome, and mutable nature of the human form,

thereby loosening the practitioner's attachment to their own body, (2) Contemplation of a Skeleton: This model uses the skeletal remains of a long-deceased body, whether complete or incomplete, as the object of contemplation. This practice leads the yogi to reflect on the impermanence of all conditioned things, recognizing that in the end, even the skeleton will disintegrate over time. Through diligent practice and mastery, the meditator can establish a stable mental image known as the 'object of Asubha Kammatthāna' facilitating the progressive elevation of their mental state. The knowledge gained is "VS-2A model," which can be further refined for the cultivation of more advanced meditative practice.

Keywords: The Pattern Of Asubha Meditation Development, Wat Pa Srivilai, Pichit Province

บทนำ

พระพุทธศาสนาพยายามสอนให้มนุษย์ใช้ปัญญาหน้าหน้าในการกระทำทุกอย่าง ให้ใช้ปัญญาหน้าหน้าในการมองเห็นความจริงของสังขารทั้งหลายให้ครบถ้วนทั้งสองด้าน คือ ด้านที่ สวยงาม และด้านที่ไม่สวยงาม ถ้ามนุษย์เห็นร่างกายเพียงด้านเดียวก็จะมองเห็นแต่ความสวยงาม น่ารัก น่าดู น่าใคร่ อยากรที่จะเป็นเจ้าของ แต่พอความไม่งามปรากฏเราก็ทำใจยาก เพราะความหลงของมนุษย์ที่มากขึ้น ความหลงเป็นบ่อเกิดของอวิชชา คือความไม่รู้ เมื่อความไม่รู้เกิดขึ้นทำให้หลงยึดติดในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง สิ่งที่เป็นทุกข์ ว่าเป็นสุข ว่าเป็นปถัมภ์ ว่าเป็นหลงไหล น่ารัก น่าใคร่ และสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนว่ามีตัวตน พุทธศาสนามีหลักธรรมที่ต้องการให้ มนุษย์ละสิ่งยึดติดเหล่านี้เพื่อให้มองเห็นธรรมชาติดตามความเป็นจริง ให้เห็นสิ่งนั้นตามที่เป็น เป็น มองให้เป็นสังขารม หลักรมมนั้นชื่อว่า "อสุภกรรมฐาน"

อสุภกรรมฐาน เป็นหนึ่งในในกัมมัฏฐาน 40 ซึ่งเป็นหลักเจริญเพื่อให้เห็นร่างกายของคนเราตามความเป็นจริง ว่าที่จริงแล้วร่างกายว่าหน้าคืบนี้ ที่เราเห็นร่างกายว่าสวย ว่าหล่อ แต่งตัวงาม ๆ มีผิวเนียน ๆ มีตากลมโต รูปร่างสูงขามีเสน่ห์นี้ ที่จริงแล้วไม่มีอะไรเลย เมื่อพิจารณาให้ถ่องแท้แล้ว มีแต่หนังหุ้มกระดูกเป็นหนังกำพรว้า ที่ห่อหุ้มปกปิดไม่ให้เห็นอวัยวะภายในร่างกายอันเป็นของน่าเกลียด เป็นสิ่งที่โสโครก เช่น อุจจาระ ปัสสาวะ น้ำเหลือง เสลด

ไขมัน น้ำหนอง เป็นต้น อันเป็นของที่ไม่สวยไม่งาม น่ารังเกียจ แม้แต่หนังที่ห่อหุ้มเองเมื่อไม่ขัดถูทำความสะอาดแล้ว ก็จะเป็นของสกปรก สกปรกเหม็น แม้แต่ตัวเองดูแล้วยังรังเกียจสุดท้ายกระดูกเองก็ต้องย่อยสลายไปเป็นสิ่งที่ไม่น่าดูเลย หาอะไรที่เป็นสิ่งที่น่ารักน่าดูไม่มีเลย แต่มนุษย์ก็มักมีค่านิยมหลงใหลกับวัตถุนิยมนี้มาก เพราะมนุษย์นั้นตกอยู่ในความประมาทคือประมาทในชีวิต ด้วยเหตุนี้พระพุทธองค์ทรงตรัสยากับพระสาวกให้ตระหนักในเรื่องความไม่ประมาทในปัจจุบันโอวาทของพระพุทธองค์ก่อนจะปรินิพพานว่า “หนท ทานิ ภิกขเว อามนตยา มิโว วยธมมา สงขารา อปปมาเทน สมปาเทถ อยิ ตถาคตสส ปจฺฉิมาวาจา แปลว่า “ภิกษุทั้งหลาย บัดนี้เราขอเตือนเธอทั้งหลาย สังขารทั้งหลายมีความเสื่อมไปเป็นธรรมดา เธอทั้งหลายจงทำหน้าที่ให้สำเร็จด้วยความไม่ประมาทเถิด” นี่เป็นพระปัจฉิมวาจาของพระตถาคต (ที.ม. (ไทย) 10/218/166.) มนุษย์ในปัจจุบันไม่เคยพิจารณาเลยว่าสิ่งทั้งหลาย รวมถึงชีวิตของตนเองนั้นล้วนตกอยู่ในวังวนของไตรลักษณ์ คือ มนุษย์ทุกคนล้วนเกิดมาด้วยความทุกข์ สังขารของมนุษย์ทั้งหลายนั้นไม่เที่ยง และไม่มิอะไรเลยที่เป็นของเรา เราจะบังคับไม่ให้เสื่อม ไม่ให้แก่ง ไม่ให้เจ็บ ไม่ให้ตายไม่ได้ เพราะนี่คือกฎของธรรมชาติ

มนุษย์ในปัจจุบันถูกค่านิยมทางด้านวัตถุครอบงำ และให้ความสำคัญกับวัตถุมากกว่าเรื่อง ของจิตใจ ซึ่งเป็นสิ่งที่อยู่กับตัวเรามาตั้งแต่เกิดจนกระทั่งเสียชีวิต แต่เราก็ไม่ให้ความสนใจกับเรื่องของจิตใจมากนัก เพราะหลงใหลไปกับความสวยงามที่ลวงตา ไม่สนใจว่าจริง ๆ แล้วร่างกายของตัวเองนั้นประกอบมาจากอะไร มีอะไรบ้างที่รวมกันเข้าเป็นร่างกายหรือสังขารคนเราขาดการพิจารณาเกี่ยวกับร่างกายในหลายประเด็น ไม่รู้จักความจริง หลงในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส คิดว่าสิ่งเหล่านี้คือสุขแท้ เป็นความสุข ความงามที่ปรารถนาและพอแล้วสำหรับชีวิตนี้หลงยึดติดกับสังขารว่า สวยงาม โดยไม่คิดว่าในอนาคตนั้นความงามเหล่านี้จะเปลี่ยนไปอย่างไร จะแก่เฒ่าหนึ่งเดียวอย่างไรไม่สนใจ หลงอยู่กับสิ่งที่ไม่มีตัวตน เพราะไม่เข้าใจในสังขารว่า ทุกคนเกิดมาพร้อมกับความแก่ ความเจ็บ ดังหลักธรรมบทหนึ่งที่เราใช้สวดพิจารณาอยู่เป็นประจำว่า “ขราธมโมมหิ ชริ อนตฺโต” เรามีความแก่เป็นธรรมดา ไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้ (อง.ปญจก.(ไทย) 22/57/99.)

ค่านิยมของสังคมที่เปลี่ยนไปเช่นนี้ก็เพราะความเจริญของสังคม เมื่อสังคมเปลี่ยน วิถีชีวิตของคนในสังคมก็เปลี่ยน ลืมหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา ส่วนมากแล้วไปเน้นในทางวัตถุนิยมมากกว่าผลของการเจริญในหลักคำสอนที่เป็นแก่นแท้ของพระพุทธศาสนา ทำให้เป้าหมายของหลักธรรมที่พระพุทธองค์ได้ทรงตรัส และมุ่งสอนเพื่อให้เกิดประโยชน์นั้นผิด ผิดทั้งเป้าหมาย วัตถุประสงค์ และแนวทางในการเจริญ ทำให้สังคมเกิดความสับสนในเรื่องของ

การเจริญตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาว่าจริง ๆ แล้ว คือการหลุดพ้นวิญญูะสงสาร หรือ เรื่องของปาฏิหาริย์กันแน่ ทำให้มนุษย์ผู้ยังหูดามีบอดก็ยิ่งบอดสนิท ลุ่มหลงในสิ่งที่ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตนของตัวเอง เมื่อยิ่งหลงก็ยิ่งห่างจากความเป็นจริงมากยิ่งขึ้น ยิ่งนับวันก็ยิ่งมากขึ้น ยิ่ง นับวันก็ยิ่งเลวร้าย หากทางกลับไม่เจอ ช้ำร้ายยังแสวงหาสิ่งของต่าง ๆ มากมายเพื่อตอบสนอง ความต้องการอันไม่มีที่สิ้นสุด เข้ามาเพิ่มราคาให้กับตนเองอยู่ร่ำไป สุดท้ายแล้วเป็นการนำ ตนเองไปสู่ปากแห่งหุบเหว เมื่อตกลงไปแล้วหมดหนทางที่จะกลับขึ้นมาได้

วัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร ได้นำหลักการเจริญสุกกรรมฐานมาใช้ เป็นบาทฐานเพื่อพัฒนาจิตให้เข้าสู่อารมณ์กรรมฐานได้เร็วขึ้น มีวิธีการที่ยังสงสัยว่าเหมือนกัน กับที่ปรากฏในคัมภีร์ของพระพุทธศาสนาเถรวาทและที่ปฏิบัติกันทั่วไปหรือไม่ และมีลำดับของ การเจริญกรรมฐานอย่างไรซึ่งพอจะนำมาเป็นรูปแบบที่สามารถปฏิบัติได้อย่างเข้าใจแก่ สาธารณะทั่วไป โดยต้องการวิจัยเพื่อให้เห็นความสอดคล้องและเป็นองค์ความรู้ด้านวิชาการ เพื่อการปฏิบัติและการศึกษาค้นคว้าต่อไป

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาดังกล่าวข้างต้นนั้น ทำให้ผู้วิจัยมีความ สนใจที่ทำการศึกษารูปแบบการเจริญสุกกรรมฐาน: กรณีศึกษาวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูล นาก จังหวัดพิจิตร โดยกำหนดประเด็นในการศึกษาค้างนี้ คือ เพื่อศึกษาการเจริญกรรมฐานที่ ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท การเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐาน และวิเคราะห์ รูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร ที่สามารถนำไปเป็นแนวทางประยุกต์ใช้กับการเจริญกรรมฐานได้อย่างถูกต้อง มี ประสิทธิภาพ และเกิดประสิทธิผลแก่สำนักปฏิบัติธรรมต่าง ๆ ในจังหวัดพิจิตร และพื้นที่ ไกลเคียงต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการเจริญกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
2. เพื่อศึกษาการเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐาน
3. เพื่อเสนอรูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการดำเนินการวิจัยผู้วิจัยได้แบ่งประเด็นในการจัดลำดับการวิจัยเพื่อให้ได้คำตอบจากโจทย์ปัญหาที่ตั้งไว้ ดังนี้

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ โดยผู้วิจัยได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. การศึกษาในเชิงเอกสาร (Documentary Study)

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและรวบรวมข้อมูล จากพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อรรถกถาปกรณ์วิเสส เอกสารและหลักฐานที่เกี่ยวข้อง ทั้งหนังสือ รายงานการวิจัย บทความทางพระพุทธศาสนา ศึกษาความหมายแนวคิด และรูปแบบการเจริญกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และงานด้านข้อมูลเกี่ยวกับหลักการเจริญกรรมฐานของสำนักวัดป่าศิวิไลย์

2. การศึกษาในภาคสนาม (Field Study)

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ในส่วนของการศึกษาเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1) กำหนดกลุ่มเป้าหมายผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เกี่ยวกับการเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐาน และได้ทำการทดลองโดยเข้าร่วมปฏิบัติกรรมฐาน ณ วัดป่าศิวิไลย์ อ.บางมูลนาก จ.พิจิตรด้วยตนเอง

2) ทำหนังสือขออนุญาตสัมภาษณ์กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย เกี่ยวกับการเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐาน

3) ลงพื้นที่สัมภาษณ์กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ เกี่ยวกับการเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐาน ด้วยการบันทึกเทป จดบันทึกข้อมูลการสัมภาษณ์

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้วิจัยกำหนดผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการสัมภาษณ์ เกี่ยวกับการเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐาน ได้แก่พระวิปัสสนาจารย์ จำนวน 6 รูป พระโยคีผู้ปฏิบัติแนวสุกกรรมฐาน จำนวน 5 รูป และโยคีผู้ปฏิบัติ จำนวน 5 คน

เครื่องมือการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ได้กำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ดังนี้

แบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบมีโครงสร้างที่คณะผู้วิจัยใช้ในการสัมภาษณ์กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย ที่ได้กำหนดไว้ จำนวน 16 รูป/คน

การสร้างเครื่องมือการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ความหมาย หลักการ และรูปแบบเกี่ยวกับการเจริญกรรมฐานตามแนวสุภกรรมฐาน จากเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย

ขั้นตอนที่ 2 ผู้วิจัยได้ดำเนินการร่างแบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบมีโครงสร้าง กำหนดประเด็นคำถามที่จะสัมภาษณ์เชิงลึก เกี่ยวกับการเจริญกรรมฐานตามแนวสุภกรรมฐาน

ขั้นตอนที่ 3 นำร่างแบบสัมภาษณ์เชิงลึกที่คณะผู้วิจัยได้กำหนดคำถามการสัมภาษณ์ให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ แล้วนำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข

ขั้นตอนที่ 4 ปรับปรุงแก้ไขตามผู้เชี่ยวชาญแนะนำ และดำเนินการพิมพ์แบบสัมภาษณ์เชิงลึกฉบับจริง แล้วนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย

การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 รวบรวมข้อมูลแนวคิด ความหมาย ความสำคัญ และประโยชน์ของการเจริญกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท จากคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา หนังสือ ตำรา เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย

ขั้นตอนที่ 2 รวบรวมข้อมูลการวิจัยภาคสนาม ด้วยการลงพื้นที่สัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ที่ผู้วิจัยได้กำหนดไว้ ได้แก่ พระวิปัสสนาจารย์ในจังหวัดพิจิตร จำนวน 6 รูป และโยคีผู้เข้าร่วมปฏิบัติ จำนวน 10 รูป/คน

ขั้นตอนที่ 3 สรุปล วิเคราะห์ข้อมูล การเจริญกรรมฐานตามแนวสุภกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร เพื่อกำหนดเป็นแนวทางการเจริญกรรมฐานตามแนวสุภกรรมฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลจะใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content analysis) โดยการนำข้อมูลเบื้องต้นจากการสำรวจเอกสารและนำมาประกอบกับข้อมูลจากภาคสนามที่ได้มาจากการสัมภาษณ์แบบเชิงลึกและการสังเกตปฏิบัติการผู้ให้ข้อมูลสำคัญ จะถูกนำมาตรวจสอบความครบถ้วนและความถูกต้องของข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า (Methodological

Triangulation) โดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลที่แตกต่างกัน วิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) จัดหมวดหมู่ของข้อมูลตามประเด็นที่ศึกษาทำการวิเคราะห์เพื่อให้ได้ข้อมูลในภาพรวมภายใต้กรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ผลการวิจัย

การวิจัย เรื่อง รูปแบบการเจริญอสุภกรรมฐาน: กรณีศึกษาวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ ดังนี้

จากการศึกษาการเจริญกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท ธรรมฐาน หมายถึง อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญภาวนาเพื่อพัฒนาจิตใจ การปฏิบัติกรรมฐาน หรือ การเจริญกรรมฐานจัดเป็นฐานะในพระพุทธศาสนา โดยแบ่งออกเป็น 2 อย่าง คือ คັນถฐานะ กับ วิปัสสนาฐานะ การฝึกหัดจิตหรือการอบรมจิต ให้สงบ สงัด การปฏิบัติกรรมฐานเป็นการบริหารจัดการจิตหรือการพัฒนาจิต ซึ่งมีความหมายให้เรา รู้จักการรักษาคุ้มครองจิตด้วยวิธีการฝึกอบรมอย่างสม่ำเสมอ เพื่อลดละความวุ่นวาย และความเครียดที่เกิดกับร่างกายและจิต ให้เกิดความเข้มแข็งและเจริญสติปัญญาเพื่อดับทุกข์ ธรรมฐานในพระพุทธศาสนานั้นแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐานนี้มีกระบวนการ หลักการ และวิธีการปฏิบัติที่แตกต่างกันออกไป ผลที่เกิดจากการเจริญกรรมฐานทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานก็แตกต่างกันไป สมถะ หมายถึง ความสงบ ธรรมที่เป็นเครื่องระงับนิรวณ 5 การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบก็ได้ สมถภาวนาโดยรวมเป็นการอบรมจิตใจให้เกิดความสงบ การฝึกสมาธิการทำจิตใจให้ตั้งมั่นอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง เป็นอุบายวิธีที่หยุดความฟุ้งซ่านแห่งจิตซึ่งมักจะฟุ้งซ่านไป ตามอารมณ์ต่าง ๆ กล่าวคือ หยุดความคิดของจิตไว้ โดยใช้สมาธิยึดตั้งอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งในกรรมฐาน 40 กอง คือ หมวดที่ 1 กลสิน 10 หมวดที่ 2 อสุภะ 10 หมวดที่ 3 อนุสสติ 10 หมวดที่ 4 อัปปมัญญา 4 หมวดที่ 5 อรูป 4 หมวดที่ 6 อาหาเรปฏิกูลสัญญา 1 หมวดที่ 7 จตุธาตววัตถานะ 1 มาบริกรรมจนกระทั่งจิตแนบแน่นในอารมณ์นั้น และสงบระงับไม่ฟุ้งซ่านต่อไป หรือเป็นอุบายสงบใจ ได้แก่การปฏิบัติธรรมด้วยการบริกรรม เป็นการบำเพ็ญเพียรทางจิตโดยใช้สมาธิ เป็นหลักและมุ่งให้จิตสงบ ระงับจากนิรวณซึ่งเป็นตัวขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุความดีเป็นสำคัญ เพื่อให้จิตเกิดความสงบจากนิรวณธรรมจนสัมผัสสภาวะแห่งฌาน เป็นจิตที่ตั้งมั่น เป็นเอกัคคตาจิต มีอานิสงส์ให้สงบสุขและอิทธิทางจิต

วิปัสสนาแปลว่า การเห็นพิเศษ คือการเห็นไตรลักษณ์ของสภาวะธรรมทั้งหลาย โดยการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 นั้นมีจุดมุ่งหมายของเพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์สะอาดหมดจด จนกระทั่งถึงบรรลุมรรคผลนิพพานอันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา โดยมพิจารณาอารมณ์ปรมัตถ์ที่กำลังเกิดขึ้นตามหลักสติปัฏฐาน 4 คือ การใช้ความเพียร รู้เท่าทันและสติ กำหนดรู้ฐาน 4 อย่างคือ กายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา อัมมานุปัสสนา ให้บริบูรณ์ มี 7 หมวด 37 ประการ คือ สติปัฏฐาน 4 สัมมัปปธาน 4 อิทธิบาท 4 อินทรีย์ 5 พละ 5 โพชฌงค์ 7 และมรรค 8 มีอานิสงส์สูงสุดคือการบรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคลทำลายกิเลสได้อย่างเด็ดขาด ไม่เกิดทุกข์ในสังสารวัฏฏ์อีก

การปฏิบัติกรรมฐานจึงเป็นวิธีการที่ดีที่สุดที่จะขัดเกลาจิตใจของมนุษย์ ในระดับสมณะจะเป็นผู้ที่มีความสงบ มีจิตใจเยือกเย็น มีเมตตากรุณาต่อมนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลาย ในการปฏิบัติขั้นวิปัสสนาจนเกิดความรู้แจ้งสัจธรรมแล้วจะทำให้เกิดสันติภาพแก่ตนเองอย่างถาวร การปฏิบัติกรรมฐานจึงเป็นระบบฝึกหัดขัดเกลาจิตใจให้มีสัมมาทิฐิเป็นคนที่รู้เท่าทันโลกและชีวิต กำจัดกิเลสตัณหา อวิชชา ให้หมดไป เข้าสู่ จุดหมายสูงสุดของชีวิต คือ มรรค ผล นิพพาน ในที่สุด

จากการศึกษาการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน ของมนุษย์เราว่า ร่างกายนี้เป็นของไม่สวย ไม่งาม ไม่น่าหลงใหลแต่อย่างใดเลย ให้เห็นสิ่งที่เรากำลังว่าสวยว่างามอยู่นี้ แท้จริงแล้วเป็นแค่ธาตุ 4 ชั้น 5 รวมตัวกันก่อเกิดเป็นร่างกาย ตัวตนเท่านั้นเมื่อแยกเอามาพิจารณาเป็นอย่าง ๆ แล้ว ไม่มีอะไรที่เป็นของเรา เป็นตัวตนของเราเลย ท่านจึงให้พิจารณาให้เห็นร่างกายของตนเองและของผู้อื่นว่าเป็นสิ่งสกปรก ไม่สวยงาม ถ้าการพิจารณาร่างกายของคนที่ยังมีชีวิตจริง ๆ ไม่สามารถที่จะระงับกามราคะได้ ท่านจึงให้อาชาวกศพมาพิจารณาเป็นอารมณ์จึงจะสามารถเห็นสภาวะธรรมนั้นได้ ซึ่งกำหนดไว้มีทั้งหมดอยู่ 10 อย่าง ได้แก่ 1) ซากศพที่พองขึ้น 2) ศพที่มีสีเขียวคล้ำคละด้วยสีต่าง 3) ซากศพที่มีน้ำเหลืองไหล 4) ซากศพที่ขาดเป็น 2 ท่อน 5) ซากศพที่มีสัตว์กัดกิน 6) ซากศพที่กระจายไปในทิศต่าง ๆ 7) ซากศพที่ถูกพันเป็นท่อนเล็กท่อนน้อย 8) ศพที่ยังมีเลือดไหลออกอยู่ 9) ซากศพที่เต็มไปด้วยหนอน 10) ซากกระดูก หากผู้ปฏิบัติพิจารณาจนให้เกิดเป็นนิมิตได้ก็สามารถที่จะยกนิมิตนั้นขึ้นเป็นอารมณ์เพื่อพิจารณาได้ ซึ่งนิมิตดังกล่าวนี้มี 2 ประเภท คือ อุกคหนิมิต และปฏิภาคนิมิต เมื่อเห็นได้ดังนี้แล้วแม้จะไม่มีซากศพก็สามารถยกขึ้นเป็นอารมณ์พิจารณาได้ การพิจารณาศพให้เห็นเป็นอสุภะ คือ ไม่สวย ไม่งามแล้ว อาการ 32 ก็เป็นอารมณ์ในการพิจารณาที่สามารถทำให้เกิด

มรรค เกิดผลได้พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญและแสดงอานิสงส์ไว้โดยเฉพาะแก่พระภิกษุสงฆ์ในการช่วยระงับความตืดยึดในร่างกาย ความสวยงามของเพศตรงข้ามเพื่อให้การประพฤติพรหมจรรย์เป็นไปอย่างสบาย

วิธีการเจริญอสุภะอสุภกัมมัฏฐาน 10 อย่างที่เป็นอารมณ์ของสมถภาวนาคือ

1. อุทฺธมาตกอสุภะ ชากศพพองขึ้นน่าเกลียด
2. วินีลทกอสุภะ ชากศพขึ้นเป็นสีเขียวน่าเกลียด
3. วิปฺพทกอสุภะ ชากศพมีหนองไหลแตกพลักน่าเกลียด
4. วิจฉิททกอสุภะ ชากศพที่ถูกตัดเป็นท่อน ๆ น่าเกลียด
5. วิกขยิตกอสุภะ ชากศพที่ถูกสัตว์กัดกระจายกระจายน่าเกลียด
6. วิกขิตตกอสุภะ ชากศพที่ถูกทิ้งไว้เรียกราดน่าเกลียด
7. หตวิกขิตตกอสุภะ ชากศพที่ถูกสับพันแล้วทิ้งกระจัดกระจายน่าเกลียด
8. โลหิตกอสุภะ ชากศพที่มีโลหิตไหลออกมาน่าเกลียด
9. ปุพฺพทกอสุภะ ชากศพที่เต็มไปด้วยหนอนน่าเกลียด
10. อัญฺฐิกกอสุภะ ชากศพที่เป็นกระดูกน่าเกลียด

ทั้งหมดโดย เพ่งดูชากศพตามอาการนั้น ถือเอาอนิมิตโดยอาการ 6 อย่าง คือ (1) โดยสี (2) โดยเพศคือวัย (3) โดยสัณฐาน (4) โดยทิศ (5) โดยโอกาส (6) โดยกำหนด และการจดจำอีก 5 อย่างคือ (1) ที่ต่อแห่งร่างกายของชากศพ (2) ช่องว่างแห่งร่างกายของชากศพ (3) ที่ตำแหน่งชากศพ (4) ที่สูงแห่งชากศพ (5) ที่รอบ พอจำได้ดีแล้ว ให้นึกกลับไปมา จนเกิดนิมิตติดตา และนิมิตเทียบเคียง ได้แก่ ปรากฏเห็นเหมือนกระดูกกองอยู่ เป็นกอง ๆ เป็นต้น

ฉะนั้น อสุภกัมมัฏฐาน เป็นกัมมัฏฐานที่กำหนดอสุภะเป็นอารมณ์ เป็นกัมมัฏฐานที่พิจารณาให้เห็นว่าเป็นของไม่งาม หมายถึงการบำเพ็ญกัมมัฏฐาน โดยการพิจารณาอสุภะหรือพิจารณาร่างกายของตนหรือของผู้อื่นว่าเป็นของไม่งาม ไม่น่ายึดมั่นถือมั่น แต่เป็นของน่าเกลียด โสโครก เช่นพิจารณาชากศพที่นอนให้เขารดน้ำก่อนใส่โลง ก่อนเผาหรือฝัง มองดูจนกระทั่งเกิดนิมิตติดตาแล้วกลับมาตั้งนิจพิจารณา ภาวนาไปจนเกิด ปัญญาเห็นแจ้งถึง ไตรลักษณ์อสุภกัมมัฏฐานนั้นเป็นเครื่องกำจัดราคะ คลายความหลงรูป หลงสวय หลงงามหลงได้

การยกนิมิตแห่งอสุภกรรมฐานเป็นวิปัสสนา โดยการทำนิมิตของอสุภะจนเกิดเป็นอุคคหนิมิตแล้วยกขึ้นสู่ความไตรลักษณ์ เห็นสังขารทั้งหลายเป็นแดนของความทุกข์ เพราะกิเลสและตัณหาปกปิดความรู้ความคิด สังขารทั้งหลายเป็นอนัตตา ท่านไม่ยึดมั่นในสังขาร ท่านเบื่อในสังขาร โดยท่านถือว่าธรรมดาของการเกิดมามีสังขารต้องเป็นทุกขอย่างนี้ ท่านไม่ปรารถนาการเกิดอีก ท่านไม่ต้องการชาติภพใด ๆ อีก ท่านหวังนิพพานเป็นอารมณ์

จากการศึกษารูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร ผลการวิจัยพบว่า ความสำคัญของการเจริญกรรมฐานตามหลักพุทธศาสนา ผลจากการสัมภาษณ์พบว่า การเจริญกรรมฐานตามหลักพุทธศาสนามี

พัฒนาจิตโดยใช้การกำหนดรู้ “ยุบหนอ พองหนอ” เพื่อกำหนดให้จิตจดจ่ออยู่กับเวทนาที่เกิดขึ้นกับร่างกายในปัจจุบัน ก่อนจะเข้าสู่การพิจารณาสุกกรรมฐานด้วยการเพ่งซากศพ ซึ่งช่วยให้จิตสงบจากนิวรณ์ 5 และเข้าถึงสมาธิได้ง่ายขึ้น 3) ปัญญาคืออริปัญญาสิกขา ได้แก่ การพิจารณาสุกจะทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งในสังขารของชีวิต ว่าร่างกายเป็นของไม่เที่ยง ไม่สวยงาม และนำไปสู่การลดละกิเลสในที่สุด การปฏิบัติในลักษณะนี้อาจดูแปลกกว่าสำนักอื่นเนื่องจากใช้เทคนิคเฉพาะตัว แต่ก็เป็นไปเพื่อการบรรลุเป้าหมายสูงสุดคือความดับทุกข์ตามหลักพระพุทธศาสนา โดยมีครูอาจารย์คอยดูแลอย่างใกล้ชิดเพื่อให้ผู้ปฏิบัติไม่หลงไปกับนิมิตต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น

การเจริญกรรมฐานตามหลักวิปัสสนาภาวนาคือการกำหนดสติสัมปชัญญะตามเห็นความเกิดดับของอารมณ์ที่จิตรู้แต่ละขณะ โดยแบ่งเป็นอริยาบทใหญ่ทั้งสี่คือยืน เดินจงกรม นั่งสมาธิ และนอนกำหนดสติ เห็นการเกิดยุบ พอง นิ่งหนอ การถูกต้อง น้อมไปสู่การรู้แจ้งสภาวะธรรม โดยมีวิธีการสอบอารมณ์ วิปัสสนากรรมฐานของโยคีผู้เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ทางพระวิปัสสนาจารย์ก็จะตั้งข้อคำถามในการสอบอารมณ์ วิปัสสนากรรมฐานนั้น โดยให้อยู่ในกรอบของสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม ซึ่งใจความสำคัญคือการสอบอารมณ์ผู้ปฏิบัติว่าอยู่ในลักษณะถมาถึงความรู้สึกรู้สึกของผู้ปฏิบัติก่อนเข้ามาปฏิบัติและหลังจากการปฏิบัติครบวันที่เข้ามาว่ามีผลอย่างไร

รูปแบบการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวอสุกกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลยนั้น ทางสำนักวัดป่าศรีวิไลยได้นำเอาหลักอสุกกรรมฐาน 10 มาเป็นแนวทางในการปฏิบัติ โดยได้มีการนำเอาวิธีการปฏิบัติอสุกกรรมฐานมาใช้เป็นหลักในการพิจารณา 2 รูปแบบ ได้แก่ 1) รูปแบบการพิจารณาซากศพที่ตายและมีน้ำเหลืองไหลออกอยู่ มาเป็นอารมณ์ในการพิจารณาอสุกกรรมฐาน เพื่อให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาให้เห็นถึงความไม่สวย ไม่งาม ความน่ารังเกียจ ความเปลี่ยนแปลงของสังขารร่างกายของมนุษย์เรา เพื่อคลายความยึดมั่นถือมั่นในร่างกายของตน 2) รูปแบบการพิจารณาซากศพที่เหลือแต่โครงกระดูก ซากศพที่ตายนานแล้วและเหลือแต่โครงกระดูก ทั้งที่สมบูรณ์ และไม่สมบูรณ์มาเป็นอารมณ์ในการพิจารณา เพื่อให้โยคีผู้ปฏิบัติได้พิจารณาถึงความไม่เที่ยงของสังขาร ร่างกายมนุษย์คนเราว่าท้ายที่สุดเมื่อเราเสียชีวิตหรือตายไป สุดท้ายแล้วแม้แต่โครงกระดูกก็ย่อมผุพังไปตามกาลเวลา และหากผู้ปฏิบัติพิจารณาและฝึกฝนเป็นประจำก็จะสามารถทำให้ได้นิมิตที่เรียกว่า “อารมณ์อสุกกรรมฐาน” ได้และสามารถยกระดับจิตของตนได้ตามลำดับต่อไป

อภิปรายผล

จากการศึกษา รูปแบบการเจริญอสุภกรรมฐาน กรณีศึกษาวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก แล้วรวบรวม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการถอดบทสัมภาษณ์ ทำให้ผู้วิจัยสรุปรูปแบบการเจริญอสุภกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร โดยแบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ ประกอบด้วย

1) รูปแบบการพิจารณาซากศพที่ตายและมีน้ำเหลืองไหลออกอยู่ มาเป็นอารมณ์ในการพิจารณาอสุภกรรมฐาน เพื่อให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาให้เห็นถึงความไม่สวย ไม่งาม ความน่ารังเกียจ ความเปลี่ยนแปลงของสังขารร่างกายของมนุษย์เรา เพื่อคลายความยึดมั่นถือมั่นในร่างกายของตน ซึ่งมีความสอดคล้องกับ พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง) พบว่า การพิจารณาอสุภทั้ง 10 อย่างนี้ท่านให้พิจารณาเพื่อถือเอานิมิตโดยอาการ 6 อย่าง ต่อไปนี้ 1) พิจารณาโดยสีคือกำหนดว่า ซากศพนี้เป็นร่างกายของคนดำ หรือคนขาว หรือร่างกายผิวไม่เกลี้ยงเกลา 2) พิจารณาโดยเพศ อย่ากำหนดว่าร่างกายนี้ชายหรือหญิงพึงพิจารณาว่า ซากศพนี้เป็นร่างกายของคนที่มีอายุน้อย กลางคน หรือคนแก่ 3) พิจารณาโดยสัณฐาน คือพิจารณาว่านี้เป็นคอ เป็นศรีษะ เป็นท้อง เป็นขา เป็นเท้า เป็นแขน เป็นต้น 4) กำหนดโดยทิศ ทิศนี้หมายถึงเอาสองทิศ คือ ทิศเบื้องบน ได้แก่ทางด้านศรีษะ ทิศเบื้องต่ำได้แก่ทางด้านปลายเท้าของซากศพ มิได้หมายถึงทิศเหนือทิศใต้ 5) พิจารณาโดยที่ตั้ง ให้กำหนดว่าซากศพนี้ศรีษะวางอยู่ตรงนี้ มีอวัยวะตรงนี้ เท้าอยู่ตรงนี้ เวลาพิจารณาอสุภนี้ เรื่อยอยู่ตรงนี้ 6) พิจารณาโดยกำหนดรู้หมายถึง การกำหนดรูปร่างสัตว์และมนุษย์นี้มีอาการ 32 เป็นที่สุดไม่มีอะไรสวยสดงดงามจริง ความจริงแล้วเป็นของน่าเกลียด มีกลิ่นเหม็นคูล้ง มีสภาพขึ้นอืดพอง มีน้ำเลือด น้ำหนองเต็มร่างกาย หาท่านรักไม่มีเลย ที่มองเห็นว่าดีหนอยกัหนึ่งกำพร้าว้าที่ห่อหุ้มภายในอยู่ แต่หนังกี่ใช้ว่าจะสวยสด ถ้าไม่คอยขัดถู ไม่นานก็เหม็นสาบ น่ารังเกียจ ตอนมีชีวิตอยู่ก็เอาดีไม่ได้ พอตายแล้วยิ่งโสโครกใหญ่ กลายเป็นซากศพขึ้นอืดพอง น้ำเหลืองไหลกลิ่นเหม็น เมื่อกำหนดพิจารณาทราบว่ ร่างกายของซากศพทั้งหลายนี้แล้ว ก็น้อมนึกถึงสิ่งที่ตนรัก ที่เห็นว่าเขาสวย เอาความจริงจากซากอสุภเข้าไปเปรียบเทียบกับที่เห็นว่าเขาสวยสดงดงามนั้น มีอะไรต่างกับซากศพนี้บ้าง ปากที่ชมว่าสวย เต็มไปด้วยเลือดน้ำลายของตัวเอง พอกลิ่นได้แต่รังเกียจของคนอื่นไม่กล้าแม้แต่ที่จะแตะ (พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง), 2542) ที่ต่างกันคือ การเจริญอสุภกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลย์ ใช้เทคนิคในการจัดสถานที่ให้อยู่กับศพกลางคืนซึ่ง

ช่วยให้จิตเป็นสมาธิโดยธรรมชาติเพราะความกลัว จิตจึงจดจ่อได้เร็ว และยังต้องผ่านการเร่ง
ญาณเพื่อให้จิตติดอยู่กับเวทนาชั้นธออย่างแรง ทำให้จิตอยู่กับกายใจเร็วขึ้น และยังใช้เป็นฐานของ
การนั่งสมาธิ พิจารณาอาการ 32 และเพ่งกสินในชั้นสูง

2) รูปแบบการพิจารณาซากศพที่เหลือแต่โครงกระดูก หมายถึงซากศพที่ตายนานแล้ว
และเหลือแต่โครงกระดูก ทั้งที่สมบูรณ์ และไม่สมบูรณ์มาเป็นอารมณ์ในการพิจารณา เพื่อให้
โยคีผู้ปฏิบัติได้พิจารณาถึงความไม่เที่ยงของสังขาร ร่างกายมนุษย์คนเราว่าท้ายที่สุดเมื่อเรา
เสียชีวิตหรือตายไป สุดท้ายแล้วแม้แต่โครงกระดูกก็ย่อมผุพังไปตามกาลเวลา และหากผู้ปฏิบัติ
พิจารณาและฝึกฝนเป็นประจำก็จะสามารถทำให้ได้นิมิตที่เรียกว่า “อารมณ์อสุกกรรมฐาน” ได้
และสามารถยกระดับจิตของตนได้ตามลำดับต่อไป ซึ่งมีความสอดคล้องกับ พระมหาธีรยุทธ ธีร
ยุตโต (เกษตร สุนทร) พบว่า อสุกกรรมฐานคือแนวทางหนึ่งที่พระพุทธเจ้าได้นำมาสั่งสอนพระ
สาวก เพื่อการดับราคะจริต โดยพิจารณาความไม่สวย ไม่งาม ความสกปรก โสโครกจากกายที่
เรามักยึดมั่น ถูมั่นว่าเป็นของสวย ของงาม นามอง น่าจับต้อง จากการปรุ่แต่ง หรือจากการ
ขัดสีฉวีวรรณ ห่อหุ้มด้วยของสวยของงามและของหอม โดยใช้หลักอสุกกรรมฐาน 10 อย่าง 1)
อุทรมตกอสุก คือ ร่างกายของคนและสัตว์ที่ตายไปแล้ว นับแต่วันตายเป็นต้นไป มีร่างกายขึ้น
บวมพอง ที่เรียกกันว่าผีตายขึ้นอืดนั่นเอง 2) วินิลกอสุก เป็นร่างกายที่มีสีเขียว สีแดง สีขาว
ปะปนกัน สีแดงในที่นี้เนื้อมาก สีขาวในที่นี้ น้ำเหลืองน้ำหนองมาก สีเขียวที่มีผ้าสีเขียวคลุม ร่าง
ของผู้ตายส่วนใหญ่ปกคลุมด้วยผ้าสีเขียวจึงมากกว่า ดังนั้นจึงเรียกว่า วินิลกะ แปลว่าสีเขียว 3)
วิปฺพทกอสุก เป็นซากศพที่มีน้ำเหลืองไหลอยู่เป็นปกติ 4) วิฉิททกอสุก คือซากศพที่มีร่างกาย
ขาดเป็นสองท่อนในท่ามกลาง มีกายขาดออกจากกัน 5) วิชยิตกอสุก เป็นร่างกายของ
ซากศพที่ถูกสัตว์ย่อยแย่งกัดกิน 6) วิชิตตกอสุก เป็นซากศพที่ถูกทอดทิ้งไว้จนส่วนต่าง ๆ กระจาย
กระจาย 7) ทตวิกชิตตกอสุก คือซากศพที่ถูกสับฟันเป็นท่อนน้อยและท่อนใหญ่ 8) โลหิตกอสุก
คือซากศพที่มีเลือดไหลออกเป็นปกติ 9) ปุพฺพกอสุก คือซากศพที่เต็มไปด้วยตัวหนอนคลานกิน
อยู่ 10) อัญญกอสุก คือซากศพที่มีแต่กระดูก (พระมหาธีรยุทธ ธีรยุตโต (เกษตร สุนทร), 2547)
จากการศึกษาที่แตกต่างกัน การเจริญอสุกกรรมฐานของวัดป่าศรีวิไลย์ ได้มีการกำหนดรูปแบบ
ไว้ 2 รูปแบบ คือ 1) รูปแบบการเจริญอสุกกรรมฐานด้วยการพิจารณาซากศพที่ตายแล้วมี
น้ำเหลืองไหลอยู่ และ 2) รูปแบบการเจริญอสุกกรรมฐานด้วยการพิจารณาซากศพที่ตายนาน
แล้วและเหลือแค่โครงกระดูกทั้งนี้เพื่อใช้กำลังของสมถกรรมฐานมาเป็นฐานให้จิตเกิดการ
พัฒนาจดจ่อให้เกิดความมั่นคงไม่หลงไหลไปกับอารมณ์น่าพึงพอใจโดยเฉพาะการยึดติดในรูป
ร่างกายของมนุษย์ทั้งของตนเองและผู้อื่นจิตก็จะสามารถพัฒนาเข้าสู่ลำดับของญาณชั้นสูง

ต่อไปได้อย่างเร็วและยังเกิดอารมณ์ที่ประณีตเหนือปรากฏการณ์ธรรมดาทั่วไปซึ่งจะทำให้เกิดความมั่นใจศรัทธาในการปฏิบัติธรรมยิ่งขึ้น

องค์ความรู้ใหม่

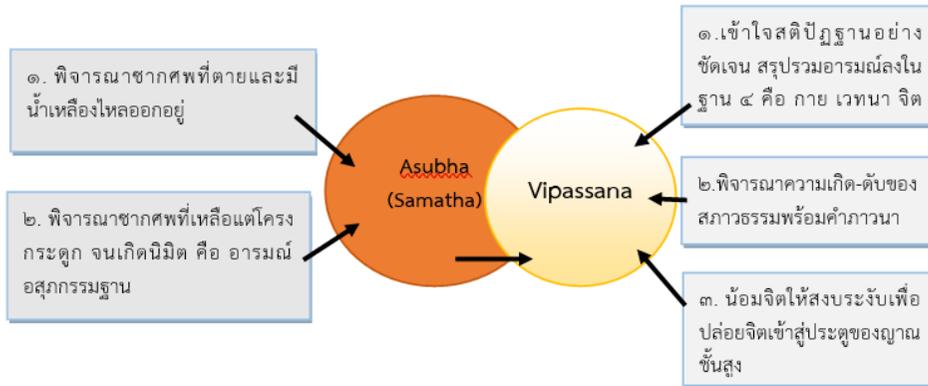
จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวสุกกรรมฐานกรณีศึกษาวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร” ทำให้สามารถสรุปผลการศึกษาวิจัยได้เป็นองค์ความรู้เพื่อการเจริญกรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของแต่ละบุคคล และเพื่อส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมีความเจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น จากการวิจัยสามารถสรุปองค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยในครั้งนี้ คือ รูปแบบ VS-2 Model โดยมีคำอธิบายการประยุกต์ใช้ดังนี้

V=Vipassanabhava Based on Satipatthana โดย 1) มีความเข้าใจหลักการเจริญวิปัสสนาภาวนาตามหลักมหาสติปัฏฐานโดยการสรุปรวมลงในกาย เวทนา จิตและธรรม 2) พิจารณาสภาวธรรมเห็นการเกิด-ดับของอารมณ์กับคำภาวนา 3) น้อมจิตให้สงบระงับในระดับต้น เพื่อให้จิตเข้าสู่ประตูของญาณขั้นสูงต่อไป

S=Strength of Samatha หมายถึงการพัฒนาจิตโดยใช้กำลังสมถกรรมฐานคือการเจริญสุกกรรมด้วยการพิจารณาซากศพที่ปรากฏอยู่เฉพาะหน้าของตนเป็นแรงผลักดันให้เกิดดวงญาณในระดับของวิปัสสนา

2A= Two Asubha Observing Pattern หมายถึง การเจริญสุกกรรมมี 2 อย่างคือ A= 1) รูปแบบการพิจารณาซากศพที่ตายและมีน้ำเหลืองไหลออกอยู่เพื่อระงับจิตติดกับอารมณ์สวยงามในโลก A= 2) รูปแบบการพิจารณาซากศพที่เหลือแต่โครงกระดูก ซากศพที่ตายนานแล้วและเหลือแต่โครงกระดูก เพื่อให้จิตปลงสังเวชซึ่งทำให้ได้นิमितที่เรียกว่า อารมณ์สุกกรรมฐาน

จากที่กล่าวมานี้ ผู้วิจัยสามารถแสดงรูปแบบ “VS-2A model” ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

สรุป/ข้อเสนอแนะ

ในการศึกษาเรื่อง รูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน กรณีศึกษาวัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาการเจริญกรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท พบว่า กรรมฐาน หมายถึง อารมณ์อันเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญภาวนาเพื่อพัฒนาจิตใจ การปฏิบัติกรรมฐาน หรือการเจริญกรรมฐานจัดเป็นคันถุระในฐะระคือกิจที่ต้องทำของพระพุทธศาสนา 2 อย่าง คือ คันถุระ กัปปัสสนา ฐะระ การฝึกหัดจิตให้สงบ สงัด และมีอารมณ์เป็นเอกัคคตาจิตข่มกิเลสที่เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ได้ กรรมฐานมี 40 ชนิด มี อนุสสติ 10 กสิณ 10 อสุภะ 10 เป็นต้น ซึ่งเหมาะสมกับคนจริตต่าง ๆ การปฏิบัติกรรมฐานจึงเป็นการบริหารจิตหรือการพัฒนาจิตเบื้องต้นให้สงบจากนิรวณ ทำให้จิตสงบและเกิดปิติ สุขสบายในชีวิตปัจจุบัน ไม่วุ่นวาย และลดความเครียดที่เกิดกับร่างกายและจิต ทำให้จิตเกิดความเข้มแข็ง ไม่กลัวอารมณ์ที่มากระทบใด ๆ มีความสงบสุขและเป็นฐานพัฒนาจิตให้เข้าสู่วิปัสสนาญาณชั้นสูงได้ง่าย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน กรณีศึกษา วัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร ผู้วิจัยได้พบว่า การเจริญกรรมฐานนั้นถือเป็น

หัวใจสำคัญและเป็นหลักสำคัญของพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงวางหลักการต่าง ๆ ไว้ เพื่อให้พุทธศาสนิกชนได้ยึดถือเป็นแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ธรรมเนียมในพุทธศาสนานั้นมี 2 รูปแบบคือ สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน หรือที่เรียกว่าอริยสัจธรรมในพุทธศาสนานั้นเอง เพราะฉะนั้นไม่ว่าจะเป็นการเจริญกรรมฐานในรูปแบบไหนหากนำไปประพฤติปฏิบัติแล้วก็ย่อมก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น ตลอดจนสังคมส่วนมาก ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย คือ

1) คณะสงฆ์หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการศึกษาหลักการและรูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน เพื่อเป็นแนวทางแก่สำนักปฏิบัติต่าง ๆ ที่ต้องการจัดให้มีการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน

2) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรมีการเปิดหลักสูตรจัดอบรมพระวิปัสสนาจารย์สำหรับสอนการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน เพื่อให้แต่ละสำนักได้มีแนวทางในการปฏิบัติเป็นไปในทิศทางเดียวกัน

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

ในส่วนของการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน ซึ่งหมายถึงการเจริญกรรมฐานโดยอาศัยซากศพทั้งที่เป็นศพมนุษย์ และศพของสัตว์อื่น มาเป็นอารมณ์ในการพิจารณาโดยมีเป้าหมายให้ผู้ปฏิบัตินั้นคลายความยึดมั่น ถือมั่น ในสังขารร่างกายพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริง ว่าร่างกายนี้ไม่สวย ไม่งาม สกปรก น่ารังเกียจ ไม่น่ามอง เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ไม่จีรังคงทน เมื่อเวลาผ่านไปร่างกายนี้ก็จะสลายหายไป แม้แต่กระดูกก็ต้องผุพังไปตามกาลเวลา หากผู้ปฏิบัติพิจารณาอย่างนี้อยู่สม่ำเสมอก็จะสามารถคลายความยึดมั่น ถือมั่นในตัวตนเราเขาได้ ซึ่งเป็นเหตุให้มนุษย์เกิดทุกข์นั่นเอง

1) ในส่วนของสำนักปฏิบัติที่มีการจัดการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน ควรมีพระวิปัสสนาจารย์ประจำสำนัก ที่มีความรู้ความสามารถ เข้าใจหลักการและวิธีการเจริญอสุภกรรมฐาน

2) สำนักที่มีการปฏิบัติหรือการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน จะต้องมีการปฏิบัติ วิธีการเจริญอสุภกรรมฐาน และพระวิปัสสนาจารย์ที่มีความรู้ความสามารถในการสอบอารมณ์ผู้ปฏิบัติอย่างจริงจัง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง รูปแบบการเจริญกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐาน กรณีศึกษา วัดป่าศรีวิไลย์ อำเภอบางมูลนาก จังหวัดพิจิตร ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไปดังนี้

- 1) การศึกษาเปรียบเทียบการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวอสุภกรรมฐานของสำนักอื่น ๆ ในสังคมไทย
- 2) การศึกษารูปแบบการนำอารมณ์ของอสุภกรรมฐานมาเป็นอารมณ์ในการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน
- 3) การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเจริญวิปัสสนากรรมฐานกับการเจริญอสุภกรรมฐาน
- 4) ศึกษาการพัฒนาจิตจากอสุภกรรมฐานให้เข้าสู่ลำดับของญาณชั้นสูงของวัดป่าศรีวิไลย์ อ.บางมูลนาก จ.พิจิตร

เอกสารอ้างอิง

- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2535). พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย 2500. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2532). อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2539). ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- _____. (2539). ปกรณ์วิเสสภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญูญาณ.
- พระมหาอำนาจ อานนโท (จันทร์เปล่ง). (2542). การพิจารณาซากศพโดยใช้หลักอสุภกรรมฐาน. ใน วิทยานิพนธ์พุทธศาสนมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาธีรยุทธ ธีรยุทธโต (เกษตร สุนทร). (2547). การศึกษาเชิงวิเคราะห์เรื่อง อารมณ์สมถกรรมฐานใน พุทธปรัชญาเถรวาท. ใน วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย.