

รูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ
TEACHING MODEL FOR VIPASSANA MEDITATION
IN BUENG KAN PROVINCE



¹พระครูอินันท์โสภิต อภินันโท (แถวสามารถ), ²สมเดช นามเกต,

³พระมหาไพฑูรย์ สิริธมโม และ ⁴อริย์ธัช เลิศรวมโชค

¹Phrakhru Aphinantasopit Abhinandho (Thaewsamart), ²Somdet Namket,

³Phramaha Paitoolchaikung Siridhammo and ⁴Arithat Loesruamchok

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University, Thailand

¹6402105003@mcu.ac.th

Received: October 26, 2024; **Revised:** November 8, 2024; **Accepted:** December 29, 2024

บทคัดย่อ

รูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ พบว่า 1. วัดสว่างมีชัย ตำบลสมสนุก อำเภอบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ แนวทางการปฏิบัติ ได้จัดอบรมปฏิบัติธรรม พระภิกษุสามเณร อุบาสก อุบาสิกา ญาติโยมทั่วไป อบรมนักเรียน ข้าราชการหน่วยงานต่าง ๆ และเนื่องในวันสำคัญ พระพุทธศาสนา ตลอดปี และรูปแบบการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ใช้ ยุบหนอ พองหนอ ตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 เป็นกรอบอบรม 5 วัน 7 วัน และปัจจุบันสอนแบบ อานาปานสติสมาธิ ที่ผู้สนใจเข้าปฏิบัติเก็บอารมณ์ได้ตลอดปี 2. วัดสุวรรณาราม ตำบลเหล่าทอง อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ มีรูปแบบการสอนโดยมีการจัดอบรมสอนกัมมัฏฐานตามโอกาสต่างๆ และในวันสำคัญ พระพุทธศาสนา ตลอดปี รูปแบบการสอน วิปัสสนากรรมฐาน ใช้ ยุบหนอ พองหนอ ตามแนวทาง

¹ นิสิต, หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์, ดร., สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย

³ อาจารย์, ดร., หลักสูตรพุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์, ดร., สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย

สติปัฏฐาน 4 และ 3. วัดบุพพาราชสโมสร ตำบลบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ รูปแบบการสอน สมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 ใช้ องค์กาวนา กำหนดพุทโธ และการปฏิบัติธรรม ตามวันสำคัญพระพุทธศาสนา และตามโอกาสงานบุญประเพณี การเสนอรูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ มีทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานหลักปฏิบัติกัมมัฏฐานที่สมบูรณ์ที่สุดปรากฏอยู่ใน “มหาสติปัฏฐานสูตร” เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะ และปริเทวะ เพื่อดับทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม ด้วยอริยมรรคเพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางสายนี้คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” ที่ประกอบด้วย (1) การพิจารณาเห็นภายในกาย (2) การพิจารณาเวทนาในเวทนา (3) การพิจารณาเห็นจิตในจิต (4) การพิจารณาธรรมเห็นในธรรม

คำสำคัญ: รูปแบบ, การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐาน, จังหวัดบึงกาฬ,

Abstract

The format for teaching Vipassana meditation in Bueng Kan province was found to be 1. Wat Sawang Meechai, Somsanuk Subdistrict, Pak Khat District, Bueng Kan Province. Guidelines for practice Has organized training in Dhamma practice Monks, novices, upasakas, upasikas, and lay people in general, training students, government officials in various agencies, and on important Buddhist days throughout the year, and the Vipassana meditation teaching format is used to dissolve and puff up the pus according to the 4 Satipatthana guidelines as cross-training for 5 days, 7 days, and currently Teaching style Anapanasati meditation that those interested can practice keeping their emotions throughout the year. 2. Suwanaram Temple, Lao Thong Subdistrict, So Phisai District Bueng Kan Province There is a teaching format by organizing meditation training on various occasions. And on important Buddhist days throughout the year, the teaching style is Vipassana meditation, using the method of easing and puffing the pond according to the guidelines of Satipatthana 4 and 3. Wat Buppharat Samoson, Bueng Kan Subdistrict, Mueang Bueng Kan District. Bueng Kan Province, teaching style: Samatha Kammattana and Vipassana Meditation according to the 4 Satipatthana

principles, using elements of meditation, Buddha, and Dhamma practice. according to important Buddhist days and according to the occasion of traditional merit-making events Proposing a model for teaching Vipassana meditation in Bueng Kan Province. There are both Samatha meditation and Vipassana meditation. The most complete principles of meditation appear in “Mahasatipatthana Sutta” for the purity of animals To overcome sorrow and parideva, to extinguish suffering and sorrow, to achieve wisdom through the Noble Path, to realize nirvana, this path is the four foundations of mindfulness” consisting of (1) contemplating the body in the body (2) contemplating feelings. in feeling (3) contemplating the mind in the mind (4) contemplating the Dhamma and seeing it in the Dhamma

Keywords: format, Vipassana meditation teaching, Bueng Kan Province,

บทนำ

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งที่ควบคู่กับคันถธุระ การศึกษาหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์หมดจดจนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดหมายสูงสุดทางศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงกล่าวถึงพุทธบริษัททั้ง 4 คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ว่าการที่พุทธบริษัทใดบริษัทหนึ่งบรรลุธรรมระดับใดก็ตามด้วยการเจริญพระกัมมัฏฐานก็ย่อมทำให้พุทธบริษัทเหล่านั้นเกิดความมั่นใจในการเจริญกัมมัฏฐาน เช่นกัน โดยเห็นว่าวิธีเจริญกัมมัฏฐานเป็นการปฏิบัติธรรม เพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ให้ บรรลุถึงนิพพานได้ วิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นศาสตร์และศิลป์แห่งการใช้ชีวิต ด้วยเหตุที่สามารถพัฒนา จิตใจของมนุษย์ให้เข้าถึงความสงบ และสร้างสติปัญญาแห่งตนได้ (Faculty of Mahachulalongkornrajavidyalaya University, 2008: 2) ในจำนวนวัดทั้งหมดเป็นวัดในทางพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท ให้ความสำคัญในธุระ 2 อย่าง คือ คันถธุระ คือการศึกษาเล่าเรียนท่องบ่นพระพุทธรพจน์และวิปัสสนาธุระ คือการปฏิบัติ ภาวนา หรือเรียกอีกอย่างคือ การปฏิบัติกัมมัฏฐานซึ่งแยกเป็น 2 ประการ คือ คันถธุระและวิปัสสนาธุระ (Phra Mahathitipong Uttamapanyo, 2018: 35) ซึ่งหลักปฏิบัติสมณะ และวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น ก็เพื่อให้พุทธบริษัทได้นำมาปฏิบัติตาม เพื่อ ยังประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน และประโยชน์สูงสุดให้เกิดมาก

ขึ้นภายในตน อันเป็นการแก้สาเหตุของปัญหาในระดับเบื้องต้นได้เป็นอย่างดี เนื่องจากว่ามนุษย์ทุกยุคทุกสมัยย่อมประสบกับ ปัญหานานาประการอยู่เสมอไม่สิ้นสุด พระพุทธศาสนาจึงสอนให้แก้ปัญหาด้านนอกด้านใน ไปพร้อมๆ กัน ทั้งทางสังคมและทางจิตใจของบุคคลกล่าวคือ ด้านนอกคือใช้ศีลแก้ปัญหาด้านกายและทางวาจา ส่วนด้านในที่เกี่ยวข้องกับจิตใจ และปัญญาก็ใช้หลักวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นหลักปฏิบัติตาม เพื่อได้ละความโลภ ความโกรธ ความหลง ความเห็นแก่ตัวเป็นต้น ให้เบาบางลงไป และสามารถเอาชนะจิตใจที่เป็นฝ่ายอกุศล เป็นบาป ก่อโทษด้วยการเจริญคุณธรรมตามลำดับ เพราะปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาที่ มนุษย์ต้องประสบกันมาทุกยุคทุกสมัย ก็เหมือนกัน คือ คนมีความเห็นแก่ตัว ขาดความเมตตา มีความริษยา รักสุขเกลียดทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น (Dhamma Pitaka (P.A. Payutto), 2000: 918)

จังหวัดบึงกาฬ เป็นจังหวัดที่มีสถานที่ปฏิบัติกัมมัฏฐานหลายแห่ง อาทิ 1. วัดสว่างมีชัย ตำบลสมสนุก อำเภอปากคาด จังหวัดบึงกาฬ 2. วัดสุวรรณาราม ตำบลเหล่าทอง อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ 3. วัดบุพพราชนสโมสร ตำบลบึงกาฬ อำเภอเมือง จังหวัดบึงกาฬ และ 4. วัดเชกาเจติยาราม ตำบลเชกา อำเภอเชกา จังหวัดบึงกาฬ สำนักปฏิบัติกัมมัฏฐานดังกล่าวนี้ มีผู้เข้าปฏิบัติกัมมัฏฐานอย่างต่อเนื่องตลอดทั้งปี ถึงจะมีผู้การสอนปฏิบัติตลอดทั้งปีก็จริงอยู่ แต่ก็ยังประสบปัญหา หลายประการ ทั้งปัญหาที่เกิดจากผู้ปฏิบัติโดยตรง เช่น ผู้ปฏิบัติบางกลุ่มที่ไม่ได้มีศรัทธาในการปฏิบัติ มาตั้งแต่ต้น แต่เข้ามาปฏิบัติเพื่อเหตุผลบางประการ เช่น เพื่อการแก้บน เป็นต้น ผู้ปฏิบัติกลุ่มนี้ก็จะไม่ค่อยให้ความสำคัญต่อการสอน หรือการปฏิบัติ แม้กระทั่งคำแนะนำของพระวิปัสสนาจารย์ นอกจากนั้น สิ่งหนึ่งซึ่งกล่าวได้ว่าเป็นปัญหาเช่นเดียวกัน คือ การที่มีกลุ่มผู้ปฏิบัติที่หลากหลายช่วงวัย หรือกลุ่มผู้ปฏิบัติที่เคยปฏิบัติในสำนักอื่นมาแล้ว กับกลุ่มผู้ปฏิบัติที่ไม่เคยผ่านการปฏิบัติมาก่อนกลุ่มผู้ที่เคยปฏิบัติมาแล้ว ก็มีการยึดติดในรูปแบบที่ตนเคยปฏิบัติ จะเป็นอุปสรรคต่อการสอนของพระวิปัสสนาจารย์ เพราะยังยึดติดในรูปแบบที่เคยปฏิบัติมา ปัญหาอีกประการหนึ่งเป็นปัญหาที่เกิดจาก พระวิปัสสนาจารย์เอง คือการที่พระวิปัสสนาจารย์ไม่คัดกรองกลุ่มผู้เข้าปฏิบัติให้ชัดเจน เช่น กลุ่มผู้ปฏิบัติที่เคยผ่านการปฏิบัติมาแล้ว กลุ่มผู้ปฏิบัติที่ไม่เคยมีประสบการณ์ทางการปฏิบัติมาก่อน กลุ่มผู้ปฏิบัติที่เป็นเยาวชน การสอนรวม ๆ กันโดยไม่คำนึงถึงความแตกต่างในหมู่ผู้เข้าปฏิบัติ ย่อมส่งผลให้เกิดความไม่เข้าใจ และเกิดความเบื่อหน่ายต่อการปฏิบัติในที่สุด ซึ่งเป็นปัญหาในการปฏิบัติ และไม่เกิดผลประโยชน์ต่อสำนักปฏิบัติ พระวิปัสสนาจารย์ และตัวผู้ปฏิบัติเอง

จากข้อมูลข้างต้น ผู้วิจัยเห็นประโยชน์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน และในขณะเดียวกันก็เห็นปัญหาที่เกิดขึ้นจากสถานที่ปฏิบัติ ในแต่ละประเด็นล้วนมีความสำคัญทั้งสิ้น จึงมีความสนใจที่จะศึกษา รูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ เพื่อที่จะเป็นการศึกษาการ

สอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และรูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ แล้ววิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเสนอรูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ ที่จะเป็นการสร้างแบบแผนปฏิบัติที่มีขั้นตอน ที่เป็นรูปแบบเดียวกันในการจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นในจังหวัดบึงกาฬ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษารูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ
3. เพื่อเสนอรูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยรูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ ดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสาร และการลงพื้นที่ภาคสนาม เพื่อสัมภาษณ์ แล้วนำข้อมูลจากการสัมภาษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

2. กลุ่มเป้าหมาย/ผู้ให้ข้อมูลหลัก ประกอบด้วย 1. พระสงฆ์ 2. บุคลากรหน่วยงานภาครัฐ 3. ผู้นำชุมชน 4. ประชาชนทั่วไป 5. ผู้ที่มาปฏิบัติธรรม และ 6. นักวิชาการศาสนา ในพื้นที่ 3 วัด ในจังหวัดบึงกาฬ คือ 1. วัดสว่างมีชัย ตำบลสมสนุก อำเภอปากคาด จังหวัดบึงกาฬ 2. วัดสุวรรณาราม ตำบลเหล่าทอง อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ และ 3. วัดบุพพราขสโมสร ตำบลบึงกาฬ อำเภอเมือง จังหวัดบึงกาฬ ผู้วิจัยจะใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกจากกลุ่มเป้าหมายจำนวน 50 รูป/คน

3. ขอบเขตด้านเนื้อหา มุ่งศึกษารูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ แบบสนทนากลุ่ม ซึ่งมีการสร้างเครื่องมือการวิจัยตามแบบของมหาวิทยาลัย โดยผ่านที่ปรึกษา ผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 5 ท่าน แล้วปรับปรุงแบบก่อนนำแบบสัมภาษณ์ในการเก็บข้อมูลพื้นที่ภาคสนามจริง

5. การวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย 1. การวิเคราะห์ข้อมูลด้านเอกสาร จากการศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2. การวิเคราะห์ข้อมูลภาคสนาม จากแบบสัมภาษณ์ และการสนทนากลุ่ม เพื่อตอบคำถาม วัตถุประสงค์ของการวิจัย

ผลการวิจัย

การวิจัยรูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ มีผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. รูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ

การวิเคราะห์รูปแบบและวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ นั้นพบว่า ทั้ง 3 วัด มีรูปแบบและวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ แบ่งออกเป็นสอง รูปแบบคือ รูปแบบที่เน้นสมณะ และรูปแบบที่เน้นวิปัสสนาโดยตรง ซึ่งก็ไม่ต่างจากสำนักปฏิบัติอื่น ๆ ในประเทศไทย จริง ๆ แล้วในการปฏิบัติในจังหวัดบึงกาฬ บางสำนักยังปฏิบัติรูปแบบของ สมณะ กัมมัฏฐาน เพราะบางสำนักให้ระลึกพุทธคุณ ธรรมคุณและสังฆคุณ ซึ่งจัดว่าเป็นอารมณ์ของ สมณะ กัมมัฏฐานในกัมมัฏฐาน 40 กอง แต่ที่ปฏิบัติเป็นวิปัสสนากัมมัฏฐานจริง ๆ ก็มีอยู่ คือเจริญสติ ตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 ดูกาย ดูเวทนา ดูจิต และดูธรรม เป็นต้น รูปแบบดังกล่าวนี้เมื่อว่ากันแล้วก็ไม่แตกต่างจากรูปแบบหลักๆ ที่ปรากฏในคัมภีร์ สำนักปฏิบัติต่างก็นำรูปแบบตามที่ปรากฏในคัมภีร์มา ประยุกต์เข้ากับวิธีการสอนของตน อีกทั้งในปัจจุบันสำนักปฏิบัติต่าง ๆ ในประเทศไทย รวมทั้งของ จังหวัดบึงกาฬด้วย มีการประกาศเป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด เพื่อรับรองการมี ตัวตนอยู่ของสำนักปฏิบัตินั้น ๆ รูปแบบหลัก ๆ ก็ยังคงไม่ต่างจากที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เถรวาท โดยลักษณะเด่น ๆ ของแต่ละสำนักมี ดังนี้

1.1 วัดสว่างมีชัย ตำบลสมสนุก อำเภอปากคาด จังหวัดบึงกาฬ ได้รับการจัดตั้งเป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด ขึ้นทะเบียน เมื่อปี พ.ศ. 2551 เมื่อครั้งขึ้นอยู่กับจังหวัดหนองคาย และเมื่อจังหวัดบึงกาฬได้จัดตั้งเป็นจังหวัดแล้ว จึงได้ขึ้นทะเบียนสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดบึงกาฬแห่งที่ 1 นับเป็นเวลาผ่านมาแล้ว 16 ปี แนวทางการปฏิบัติ สำนักปฏิบัติธรรมวัดสว่างมีชัย ได้จัดอบรมปฏิบัติธรรม พระภิกษุสามเณร อุบาสก อุบาสิกา ญาติโยมทั่วไป อบรมนักเรียน ข้าราชการหน่วยงานต่างๆ และเนื่องในวันสำคัญพระพุทธศาสนา ตลอดปี และรูปแบบการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ใช้ ยุบหนอ พองหนอ ตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 เป็นกรอบอบรม 5 วัน 7 วัน และปัจจุบันสอนแบบ อานาปานสติสมาธิ ที่ผู้ที่สนใจเข้าปฏิบัติเก็บอารมณ์ได้ตลอดปี

1.2 วัดสุวรรณาราม ตำบลเหล่าทอง อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ ได้รับการจัดตั้งขึ้นทะเบียน เป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดหนองคาย เมื่อปี พ.ศ. 2551 เมื่อครั้งขึ้นอยู่กับจังหวัดหนองคาย และเมื่อจังหวัดบึงกาฬได้จัดตั้งเป็นจังหวัดแล้วจึงได้ขึ้นทะเบียนสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดบึงกาฬแห่งที่ 2 เป็นต้นมา นับเป็นเวลาผ่านมาแล้ว 16 ปี มีจัดอบรมสอนกัมมัฏฐานตามโอกาสต่าง ๆ และในวันสำคัญพระพุทธศาสนาตลอดปี รูปแบบการสอน วิปัสสนากรรมฐาน ใช้ยุบหนอ พองหนอ ตามแนวทางสติปัฏฐาน 4

1.3 วัดบุพพาราชโมสร ตำบลบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ ได้รับการจัดตั้งเป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด ขึ้นทะเบียน เมื่อปี พ.ศ. 2551 เมื่อครั้งขึ้นอยู่กับจังหวัดหนองคาย และเมื่อจังหวัดบึงกาฬได้จัดตั้งเป็นจังหวัดแล้ว จึงได้ขึ้นทะเบียนสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดบึงกาฬแห่งที่ 3 เป็นต้นมา รูปแบบการสอน สมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 ใช้ องค์ภาวนา กำหนด พุทโธ และการปฏิบัติธรรม ตามวันสำคัญพระพุทธศาสนา และตามโอกาสงานบุญประเพณี จัดให้มีปฏิบัติธรรมสอนกัมมัฏฐานให้แก่ผู้สนใจปฏิบัติ ปัจจุบันได้รับรูปแบบการสอนกัมมัฏฐานตามแนวของหลวงพ่อดาวทอง มาบูรณาการและได้นำมาประยุกต์กับรูปแบบการสอนเดิมของวัดบุพพาราชโมสร ประวัติการสอนกัมมัฏฐานของวัดบุพพาราชโมสร

2. การเสนอรูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ

การเสนอรูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ มีทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักปฏิบัติกัมมัฏฐานที่สมบูรณ์ที่สุดปรากฏอยู่ใน “มหาสติปัฏฐานสูตร” หมายถึง พระสูตรว่าด้วย การเจริญสติปัฏฐานสูตรใหญ่ รูปแบบของมหาสติปัฏฐานสูตรเป็นบรรยายโวหารแบบถามเอง-ตอบเอง และมีอุปมาอุปไมยผสมด้วย นับเป็นกระบวนการบรรยายที่สมบูรณ์แบบมีทั้งภาคอุทเทส ภาคนิเทศ และภาคอานิสงส์ เป็นการบรรยายกัมมัฏฐานที่เข้าใจง่ายและปฏิบัติตามได้ถูก ใจความสำคัญของพระ สูตร พระพุทธเจ้าทรงยกหัวข้อบรรยายขึ้นเป็น อุทเทสซึ่งแสดงให้เห็นความสำคัญว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางสายนี้เป็นทางสายเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะ และปริเทวะ เพื่อดับทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุอุทยารมณ์ (อริยมรรค) เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางสายนี้คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” ที่ประกอบด้วย (1) การพิจารณาเห็นกายในกาย (2) การพิจารณาเวทนาในเวทนา (3) การพิจารณาเห็นจิตในจิต (4) การพิจารณาธรรมเห็นในธรรม

โดยการเจริญสติปัฏฐาน 4 ไว้ในตอนท้ายของ พระสูตรนี้ว่า ผู้เจริญสติปัฏฐาน 4 ประการนี้แม้เพียง 7 วันเป็นอย่างน้อยก็หวังได้ว่า จะมีผลปัจจุบัน อย่างใดอย่างหนึ่ง จำนวนผล 2 อย่าง คือ (1) จะได้บรรลุหัตถผล (2) ถ้ายังมีอุปธิเหลืออยู่จะบรรลุ อนาคามีผล จึงสรุปว่า สติปัฏฐาน 4 ประการ เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อ ล่วงโสกะ และปริเทวะ เพื่อดับทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุอุทยารมณ์ เพื่อให้แจ้งนิพพาน

ด้านการศึกษาสภาพปัญหาและอุปสรรคในการการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของทั้ง 3 สำนักปฏิบัติ คือ สำนักปฏิบัติวัดสว่างมีชัย สำนักปฏิบัติธรรมวัดบุพพาราชโมสร และสำนักปฏิบัติวัดสุวรรณาราม พบว่า

ปัญหาที่เกิดจากผู้ปฏิบัติบางส่วนมิได้มีศรัทธามาแต่เบื้องต้น เป็นปัญหาที่เกิดจากตัวผู้เข้าปฏิบัติเอง กล่าวคือมีผู้ปฏิบัติบางส่วน มิได้มาปฏิบัติด้วยความศรัทธาจริง ๆ บางส่วนใหญ่มิได้มาปฏิบัติด้วยความศรัทธาแต่มาเพราะต้องการแก้บน เช่น มีการบานศาลกล่าวเอาไว้ด้วยการบวชแก้บน ปัญหาด้านนี้ถึงแม้จะไม่ได้เกิดจากผู้สอน แต่ก็มีผลกระทบต่อการสอนและการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานไปด้วยกล่าวคือ เมื่อมีผู้ปฏิบัติที่มีได้มาด้วยความศรัทธาในเบื้องต้น กลุ่มผู้ปฏิบัติเหล่านี้ก็จะไม่ค่อยเต็มใจปฏิบัติเท่าที่ควร การควบคุมดูแลของสำนักปฏิบัติก็เป็นไปโดยความลำบาก ชอบหลบไม่ ค่อยสนใจในการปฏิบัติ ชอบแอบคุยโทรศัพท์ จึงเป็นอุปสรรคในการที่จะถ่ายทอดความรู้แนวทางการ ปฏิบัติ ปัญหาจึงเป็นปัญหาที่มักพบได้ทั่วไปในสำนักปฏิบัติหลายสำนัก จากคำสัมภาษณ์ข้างต้นย่อม แสดงให้เห็นแล้วว่า ผู้ปฏิบัติเหล่านั้นมิได้สนใจต่อการปฏิบัติแต่อย่างใด พวกเขาคิดแต่เพียงว่าอยู่ให้ ครบกำหนดแล้วก็ออกไปเท่านั้นเอง

ปัญหาที่เกิดจากความแตกต่างของช่วงวัย ความแตกต่างด้านช่วงชั้นอายุของผู้เข้า ปฏิบัติก็นับเป็นปัญหาอีกประการหนึ่งเช่นเดียวกัน เหตุผลอีกประการหนึ่ง ซึ่งพบว่าการคนหนุ่มสาว ซึ่งส่วนใหญ่เป็นนักศึกษา มักไม่ค่อยยอมรับฟังอะไรง่าย ๆ อาจเป็นเพราะการถือตัวว่าตนเองเป็นนักศึกษา เป็นคนมีความรู้ จึงไม่ค่อยยอมรับอะไรง่าย ๆ ในผู้ปฏิบัติที่มีช่วงอายุใกล้เคียงกัน คือมีทั้งผู้สูงอายุและเยาวชน จะเป็นปัญหาแก่พระวิปัสสนาจารย์ในการที่จะให้ธรรมะหรือจัดกิจกรรม ทั้งนี้เพราะทางสำนักปฏิบัติมิได้แยกกลุ่มผู้ปฏิบัติออกจากกัน การจัดผู้ปฏิบัติรวมกันระหว่างเยาวชนหรือ กลุ่มผู้สูงอายุก็จะประสบปัญหาในการให้หลักธรรม หรือในการจัดกิจกรรม วิธีแก้ปัญหานั้นกรณีที่มีกลุ่ม ผู้ปฏิบัติหลากหลายช่วงวัยคือ เยาวชนต้องเน้นกิจกรรมนำหน้าแล้วค่อยแทรกการปฏิบัติในช่วงท้ายๆ ของการปฏิบัติ ส่วนผู้สูงอายุที่มีประสบการณ์มาแล้ว ต้องเน้นการปฏิบัติโดยตรง

ปัญหาที่เกิดจากการยึดติดในรูปแบบที่เคยปฏิบัติ เป็นปัญหาที่เกิดจากผู้ปฏิบัติ โดยตรงคือการย้ายสำนักปฏิบัติ เมื่อเปลี่ยนสำนักปฏิบัติ ก็ต้องเปลี่ยนรูปแบบการปฏิบัติตามแนวทาง ของสำนักปฏิบัตินั้นๆ ด้วย จึงทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัวบ้างในระยะแรก และเป็นอุปสรรคต่อ การสอนของพระวิปัสสนาจารย์อยู่บ้าง เพราะในตอนแรกกลุ่มผู้ปฏิบัติเหล่านี้ไม่ทำตามคำแนะนำของพระวิปัสสนาจารย์ ยังคงปฏิบัติตามแนวทางเดิมที่เคยปฏิบัติมา แต่บางสำนักไม่ถือเป็นประเด็นสำคัญ คงปล่อยให้ผู้ปฏิบัติได้ปฏิบัติตามความถนัด พระวิปัสสนาจารย์เพียงแค่ที่เลี้ยง คอยควบคุมหรือคอยให้คำแนะนำโดยถือหลักว่า ผู้ที่เคยปฏิบัติแบบสมณะมา ก็ให้คำแนะนำแบบสมณะ ที่เคยปฏิบัติแบบ วิปัสสนามา ก็ให้คำแนะนำตามแนวของวิปัสสนา

ปัญหาที่เกิดจากการสอบอารมณ์กันเองในหมู่ผู้ปฏิบัติ การสอบอารมณ์ผู้ปฏิบัติเป็นขั้นตอนสำคัญอย่างหนึ่ง ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้งนี้เพื่อเป็นการแก้ปัญหา และเป็นการแนะนำแนวทางแก่ผู้ปฏิบัติไปสู่ความก้าวหน้าในการปฏิบัติต่อไป แต่ผู้ปฏิบัติบางส่วนไม่ค่อยให้

ความสำคัญต่อการสอบอารมณ์ เมื่อถึงเวลากำหนดสอบอารมณ์ ผู้ปฏิบัติบางคนไปส่งอารมณ์ตัวเอง แลกเปลี่ยนวิธีการปฏิบัติกันเองการไม่ส่งและสอบอารมณ์จึงมีผลเสียต่อผู้ปฏิบัติมากกว่า เพราะในการ ปฏิบัตินั้นหากเกิดสภาวะที่เรียกว่าวิปัสสนูปกิเลส ก็อาจทำให้หลงผิดว่าตนเองปฏิบัติมาถูกทางแล้ว และหากไม่ได้รับการสอบอารมณ์และชี้แนะแนวทางให้ ก็อาจส่งผลให้ผู้นั้นยิ่งหลงทางไปอีกมากขึ้น

นอกจากการศึกษาสภาพปัญหาและอุปสรรคในการสอนและปฏิบัติก็มีมาตรฐานของสำนักปฏิบัติ ทั้ง 3 สำนักแล้ว ผู้วิจัยยังได้ศึกษาสภาพสำนักปฏิบัติธรรมที่เอื้อต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งพบว่า

สำนักปฏิบัติธรรมวัดสว่างมีชัย มีพระวิปัสสนาจารย์ที่เพียงพอ มีเข้าผู้ปฏิบัติตลอดทั้งปี มีสถานที่ ที่เป็นสัปปายะ ปราศจากมลพิษทางเสียง มลพิษทางอากาศ งบประมาณมีเพียงพอต่อการบริหารจัดการภายใน ภาพดังกล่าวจึงเป็นสำนักปฏิบัติที่เอื้อต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

สำนักปฏิบัติธรรมวัดสุวรรณาราม ด้านพระวิปัสสนาจารย์ ด้านผู้ปฏิบัติ ด้านสถานที่ มลพิษทางเสียง มลพิษทางอากาศ ด้านงบประมาณ ไม่เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติกัมมัฏฐานของสำนัก ปฏิบัติธรรมวัดสว่างมีชัยแต่อย่างใด ด้านพระวิปัสสนาจารย์ก็มีเพียงพอกับจำนวนของผู้เข้าปฏิบัติ ด้าน สถานที่ก็มีความสงบร่มรื่นเหมาะแก่การการปฏิบัติธรรม ด้านงบประมาณวัดก็มีเพียงพอที่จะสนับสนุน กิจกรรมการปฏิบัติในแต่ละปี สภาพดังกล่าวจึงเป็นสภาพที่เอื้อต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

สำนักปฏิบัติธรรมวัดบุพพราศสโมสร มีปัญหาอุปสรรคด้านพระวิปัสสนาจารย์ ทั้งนี้ เพราะมีพระ วิปัสสนาจารย์เพียงรูปเดียว จึงไม่เพียงพอต่อจำนวนของผู้เข้าปฏิบัติ ซึ่งมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นทุกปี ส่วนด้านผู้เข้าปฏิบัติ ด้านสถานที่ ด้านมลพิษทางเสียง มลพิษทางอากาศ ด้านงบประมาณ ไม่เป็น อุปสรรคต่อการปฏิบัติกัมมัฏฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดบุพพราศสโมสรแต่อย่างใด ด้านสถานที่ก็มีความ เป็นสัปปายะ สงบร่มรื่นเหมาะแก่การการปฏิบัติธรรม ด้านงบประมาณวัดก็มีเพียงพอที่จะสนับสนุน กิจกรรมการปฏิบัติในแต่ละปี ปัญหาด้านพระวิปัสสนาจารย์ที่มีน้อยทางวัดแก้ไขโดยการนิมนต์พระ วิปัสนาจารย์มาจากอื่น

ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า สำนักปฏิบัติธรรมทั้ง 3 ไม่ประสบปัญหาและอุปสรรคในด้านเหล่านี้ คือ ด้านพระวิปัสนาจารย์ ด้านผู้เข้าปฏิบัติ ด้านสถานที่ ด้านมลพิษทางเสียง และทางอากาศ ด้านงบประมาณของวัดเอง ทั้งนี้เพราะสำนักปฏิบัติทั้ง 3 มีสถานที่เป็นเอกเทศต่างหาก อีกทั้งยังมีความสงบร่มรื่นเหมาะสม มีบรรยากาศ และสภาพที่เหมาะสมที่จะเป็นสถานที่ปฏิบัติธรรม

อภิปรายผล

การวิจัยรูปแบบการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ มีประเด็นที่สำคัญสามารถนำมาอภิปรายผลได้ดังนี้

1. การสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนา ในพระไตรปิฎกมี 2 อย่างคือ สมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน 1) การฝึกฝนอบรมจิตใจให้เกิด ความสงบ ให้แน่วแน่งน จิตตั้งมั่นแนบสนิทจนนุ่มดังลงไปสู่สิ่งนั้นสิ่งเดียวที่เรียกว่า เอกัคคตาจิต (จิตมีอารมณ์เป็นหนึ่ง) ไม่ ฟุ้งซ่านขัดส่ายไปหาสิ่งอื่นหรืออารมณ์อื่นเรียกว่า สมถกัมมัฏฐาน 2) การฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ตามความเป็นจริง ของสิ่งทั้งหลาย ตรงต่อสภาวะของจนถอนความหลงผิด รู้ ผิด และยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ เรียกว่า วิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งหลักใน การปฏิบัติกัมมัฏฐานตาม แนวทางพระพุทธศาสนาที่ได้มีการปฏิบัติสืบทอดกันต่อ มาโดยลำดับและ ให้ผลแก่ผู้ปฏิบัติได้จริง คือ มหาสติปัฏฐานสูตร พระสูตรว่าด้วยการเจริญสติปัฏฐาน 4 รูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานใน จังหวัดบึงกาฬ พบว่า 1. วัดสว่างมีชัย ตำบลสมสนุก อำเภอปากคาด จังหวัดบึงกาฬ แนวทางการ ปฏิบัติ ได้จัดอบรมปฏิบัติธรรม พระภิกษุสามเณร อุบาสก อุบาสิกา ญาติโยมทั่วไป อบรมนักเรียน ข้าราชการหน่วยงานต่าง ๆ และเนื่องในวันสำคัญพระพุทธศาสนา ตลอดปี และรูปแบบการสอน วิปัสสนากรรมฐาน ใช้ ยุบหนอ พองหนอ ตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 เป็นกรอบอบรม 5 วัน 7 วัน และปัจจุบันสอนแบบ อานาปานสติสมาธิ ที่ผู้ที่สนใจเข้าปฏิบัติเก็บอารมณ์ได้ตลอดปี 2. วัด สุวรรณาราม ตำบลเหล่าทอง อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ มีรูปแบบการสอนโดยมีการจัดอบรม สอนกัมมัฏฐานตามโอกาสต่าง ๆ และในวันสำคัญพระพุทธศาสนา ตลอดปี รูปแบบการสอน วิปัสสนากรรมฐาน ใช้ ยุบหนอ พองหนอ ตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 และ 3. วัดบุพพาราชสโมสร ตำบลบึงกาฬ อำเภอเมืองบึงกาฬ จังหวัดบึงกาฬ รูปแบบการสอน สมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนา กรรมฐานตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 ใช้ องค์ภวนา กำหนด พุทโธ และการปฏิบัติธรรม ตามวัน สำคัญพระพุทธศาสนา และตามโอกาสงานบุญประเพณี ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ Phrakru Wichitthammawiphat (Boonlert Panyawuttho) (2018: 2) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การ พัฒนาการส่งเสริมการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมประจำ จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ผลการวิจัยพบว่า 1. สภาพทั่วไปของการปฏิบัติธรรมของประชาชนจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พบว่า วัดมีส่วนสำคัญในการทำหน้าที่สืบทอดพระพุทธศาสนา ด้วยสภาพสังคมปัจจุบันพระพุทธศาสนามี ทั้งส่วนที่เจริญก้าวหน้าขึ้นและเสื่อมโทรมลงไป พระสงฆ์จึงเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการอบรมสั่ง สอนถ่ายทอดธรรมะและการปฏิบัติธรรม การปฏิบัติตนให้เป็นที่น่าเลื่อมใสศรัทธา และเป็นผู้ที่ ประพฤติดีปฏิบัติชอบจะทำให้ประชาชนยอมรับนับถือและยินดีปฏิบัติตามคำแนะนำจังหวัด

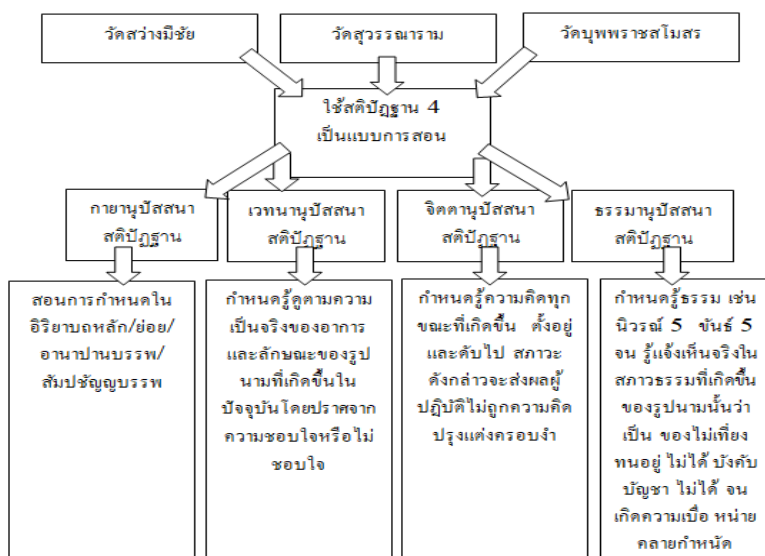
ประจวบคีรีขันธ์มีสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดในทุกอำเภอๆ ละ 3 หรือ 4 แห่ง จึงทำให้ประชาชนสามารถเข้าปฏิบัติธรรมได้ตลอดเวลา แต่ก็ยังมีประชาชนเข้าปฏิบัติธรรมในจำนวนที่น้อย รวมถึงพระวิปัสสนาจารย์ก็ยังไม่เพียงพอ สำนักปฏิบัติธรรมแต่ละแห่งไม่มีการประสานงานกันเป็นเครือข่าย ขาดความร่วมมือในการบริหารจัดการ ทำให้ไม่สามารถช่วยเหลือสนับสนุนซึ่งกันและกันได้ 2. องค์ประกอบของสำนักปฏิบัติธรรมจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พบว่า สิ่งที่เป็นปัจจัยสำคัญทำให้ประชาชนมีความสนใจเข้าปฏิบัติธรรมขึ้นอยู่กับ 3 ส่วน ได้แก่ ด้านสถานที่ วัดหรือสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดต้องมีความพร้อมสำหรับการให้บริการแก่ประชาชน มีความเหมาะสม สะอาด สงบเงียบและสะดวกสบาย ด้านบุคลากร เจ้าสำนักปฏิบัติธรรมหรือพระวิปัสสนาจารย์ต้องเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถ เป็นแบบอย่างของความดี มีจริยธรรม ที่ทำให้ประชาชนเห็นแล้วเกิดศรัทธา และปฏิบัติตามได้ ด้านการบริหารจัดการ มีการอบรมการฝึกสอนปฏิบัติธรรมที่มีความหลากหลายเพื่อให้ประชาชนได้เลือกปฏิบัติตามความต้องการ 3. การพัฒนาการส่งเสริมสำนักปฏิบัติธรรมจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ สำนักปฏิบัติธรรมต้องมีการปรับปรุงสถานที่ให้มีความพร้อมเพื่อการใช้งานตลอดเวลา คณะสงฆ์ควรกำหนดให้มีสร้างพระวิปัสสนาจารย์เพิ่มมากขึ้น และทำการพัฒนาพระวิปัสสนาจารย์ที่มีอยู่แล้วให้มีความสามารถเพิ่มขึ้น ให้ได้รับองค์ความรู้ใหม่ ๆ ที่ทันสมัย จัดให้มีโครงการปฏิบัติธรรมเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอ ทั้งโครงการที่เป็นแบบระยะสั้น แบบระยะยาวเพื่อให้สามารถรองรับความต้องการของประชาชนหลากหลายกลุ่ม บางโอกาสต้องให้มีการเปลี่ยนแปลงสถานที่ ด้วยการให้ออกไปปฏิบัติธรรมตามหน่วยงาน ต่าง ๆ เช่น สถานที่หน่วยงานราชการ บริษัทเอกชน สถานศึกษา เป็นต้น

2. การเสนอรูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ มีทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักปฏิบัติกัมมัฏฐานที่สมบูรณ์ที่สุดปรากฏอยู่ใน “มหาสติปัฏฐานสูตร” เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงโสกะ และปริเทวะ เพื่อดับทุกข์ และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพาน ด้วยอริยมรรค เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางสายนี้คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” ที่ประกอบด้วย (1) การพิจารณาเห็นกายในกาย (2) การพิจารณาเวทนาในเวทนา (3) การพิจารณาเห็นจิตในจิต (4) การพิจารณาธรรมเห็นในธรรม ซึ่งมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ Phrakru Palad Sampipattammachan (Nirand Sirirat) (2017: 2) ได้ทำการวิจัยเรื่อง รูปแบบสมรณะพระวิปัสสนาจารย์แนวพุทธจิตวิทยา ผลการวิจัยพบว่า 1. สมรณะพระวิปัสสนาจารย์แนวพุทธจิตวิทยา ที่อยู่ในหลักกัลยาณมิตร 7 ประการ ซึ่งเป็นคุณลักษณะส่วนบุคคลที่แสดงออกทางพฤติกรรมแล้วมีผลต่อความสำเร็จของงาน จากการศึกษาวิจัย พบว่า รูปแบบสมรณะพระวิปัสสนาจารย์แนวพุทธจิตวิทยา มี 9 องค์ประกอบ คือ 1) พระวิปัสสนาจารย์ต้องมีความรู้แตกฉาน ทั้งหลักการ ขั้นตอนและวิธีการปฏิบัติ ใส่ใจในกระบวนการเรียนการสอนด้วยจิตเมตตา ปรารัณา

ให้พ้นทุกข์ และปรับปรุงกระบวนการเรียนการสอนของตนเองเพื่อพัฒนา ผู้ปฏิบัติธรรมให้มุ่งไปสู่ มรรคผลพระนิพพานได้ 2) พระวิปัสสนาจารย์ต้องคอยกำกับดูแลช่วยเหลือหรือแนะนำผู้ปฏิบัติ ธรรมตลอดระยะเวลาของการปฏิบัติธรรม 3) พระวิปัสสนาจารย์ต้องเพิ่มเติมความรู้ด้วยการศึกษา หาความรู้ ฝึกฝนการปฏิบัติธรรมทุกครั้งที่มีโอกาส สอนธรรมนำปฏิบัติสั่งสมประสบการณ์ 4) พระ วิปัสสนาจารย์ต้องมีการแบ่งภาระงานให้กับทีมงานสอน โดยจัดให้เหมาะสมกับระดับสติปัญญา ความสามารถของแต่ละบุคคล มีการประชุมปรึกษาหารือกันเป็นประจำ 5) พระวิปัสสนาจารย์ต้อง ออกแบบการเรียนรู้พร้อมทั้งสามารถในการวัดผลประเมินผลในการปฏิบัติวิปัสสนาให้สอดคล้องกับ การพัฒนาสติปัญญาของผู้ปฏิบัติธรรม 6) พระวิปัสสนาจารย์ต้องตรวจสอบการพัฒนาการของผู้ ปฏิบัติธรรมโดยการสังเกตพฤติกรรมต่าง ๆ 7) พระวิปัสสนาจารย์ต้องมีการจัดการบริหารห้อง ปฏิบัติธรรมให้มีความเป็นสัปปายะกับการปฏิบัติ มีความสะอาด มีความสงบ 8) พระวิปัสสนาจารย์ ต้องอธิบายวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาพร้อมกับสาธิตการปฏิบัติตามขั้นตอนต่าง ๆ ให้เข้าใจใน กระบวนการปฏิบัติวิปัสสนา และ 9) พระวิปัสสนาจารย์ต้องมีการวัดผลประเมินผล และแนะนำผล ของการปฏิบัตินำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

การวิจัยเรื่อง “รูปแบบสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในจังหวัดบึงกาฬ” เป็นการวิจัยเชิง คุณภาพภาคสนาม ซึ่งจากการศึกษาข้อมูลที่เป็นเอกสาร และภาคสนาม ผู้วิจัยสามารถสรุปเป็นองค์ ความรู้ที่ได้จากการวิจัย ดังนี้ รูป 1) มีการใช้สติปัฏฐาน 4 เป็นแบบในการสอน 2) สอนการ กำหนดให้เกิดสติปัฏฐาน 3) สอนการกำหนดอริยาบถ ซึ่งแสดงได้ดังนี้



การสอนวิปัสสนาภาวนามีคุณค่า มีประโยชน์มากต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ปฏิบัติ ถึงแม้ว่าจะมีวิธีปฏิบัติที่แตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับความถนัด และประสบการณ์ของพระอาจารย์ผู้สอน ซึ่งต่างมีความถูกต้อง ตรงหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือหลักสติปัฏฐาน 4 เพราะหลักสติปัฏฐาน 4 ผลการปฏิบัติของผู้เข้าอบรม เริ่มจากจริยธรรมขั้นพื้นฐานเป็นหลักเบญจศีล เบญจธรรม ในการดำเนินชีวิตอยู่กับสังคมได้อย่างมีความสุข จึงเลื่อนมาสู่จริยธรรมชั้นกลาง การเว้นอกุศลกรรมบถ 10 และประพฤติดำเนินอกุศลกรรมบถ 10 เป็นจริยธรรมที่มุ่งเน้นขัดเกลาจิตใจ และจริยธรรมขั้นสูง ปฏิบัติตามหลัก อริยสัจ 4 และมรรคมรรค 8 เหมาะสำหรับผู้ประเสริฐไกลจากกิเลส ผลที่ได้คือไม่ทำร้ายผู้อื่น แต่ช่วยเหลือเกื้อกูลเขา เห็นใจกัน ด้วยการไม่รังแก ไม่เบียดเบียนกัน กระทำด้วยความปรารถนาดี มีเมตตา และช่วยเหลือ ไม่เบียดเบียนทรัพย์สิน หรือสิทธิของผู้อื่น แต่แบ่งปันและบริจาค ไม่ส่อส่วนทางเพศ มีคำพูดที่ไพเราะ พูดแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ รักษาศีล กาย วาจา เพิ่มพูนปัญญาด้วยการฟังแล้วนำมาไตร่ตรองให้ดี มีความเข้าใจในหลักธรรมและนำมาใช้อย่างต่อเนื่อง ทำให้มีจิตใจที่หนักแน่นไม่หวั่นไหวต่อสิ่งชั่วร้าย และมีการคิด มีหลักการในการดำเนินชีวิตและเป็นประโยชน์แก่ผู้สนใจศึกษาค้นคว้าต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- Dhamma Pitaka (P.A. Payutto). (2000). *Revised and expanded version of the Buddhadhamma. 9th printing*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Faculty of Mahachulalongkornrajavidyalaya University. (2008). *Practical Dhamma 1*. Bangkok: Mahachulalongkornrajavidyalaya Printing House.
- Paradee Butsakri. (2018). *Creating a form to assess the progress of abandoning benefits. Of those who practice Vipassana meditation. Doctor of Philosophy Thesis Department of Buddhism*. Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University.
- Phra Maha Thitipong Uttamapanyo. (2018). *Dhammapada Commentary, translation and relations, Part 1*. Bangkok: Limited Partnership. Prayurasan Thai Printing.

Phra Palat Somphan Sompharo (Thaveerat). (2021). *Vipassana meditation practice that affects the development of a person's mental health*. Doctor of Philosophy Thesis Department of Buddhism. Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

Phra Thammatheeraraj Mahamuni (Chodok Yanasitthi). (1996). *Diamond in the heart*. 7th edition. Bangkok: Phitak Aksorn Printing House.

Phrakhru Palad Sampipatthammachan (Nirand Sirirat). (2017). *Competency model for Vipassana teachers in the Buddhist psychology style*. Doctor of Philosophy Thesis Department of Buddhism. Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

Phrakru Wichitthammavipat (Boonlert Panyawuttho). (2018). *Development and promotion of Dhamma practice of the regular Dhamma practice center Prachuap Khiri Khan Province*. Doctor of Philosophy Thesis Department of Buddhism. Graduate School: Mahachulalongkornrajavidyalaya University.

Thanit Yupho. (1996). *Benefits of Vipassana meditation*. 6th printing. Bangkok: In the name of Bunnithi Buddhajak.

Wit Wisthawet and Sathiraphong Wannapok. (1990). *Buddhism*. Bangkok: Aksorn Charoenthat.