

วิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท)

A Study on the Insight Development according to Phrarajpariyattayakorn's Teaching (Boonraung Sārado)

พระมหานิติทัศน์ ญาณสิทธิ (ศิริวัง)

Phramaha Nitithat Nāṇasiddhi (Siriwang)

พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร

Phramaha Somboon Uddhikaro

แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม

Kritsana Raksachom

สาขาพระพุทธศาสนา, บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ประเทศไทย

The Master of Arts in Buddhist Studies degree, Graduate School,

Mahachulalongkorn university, Thailand

E-mail: Nitithat1997@gmail.com

Received: December 28, 2022

Revised: January 10, 2023

Accepted: January 11, 2023

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาแนวทางการสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) นี้มีวัตถุประสงค์ ๓ ประการ คือ (๑) เพื่อศึกษาวิปัสสนากรรมฐานตามแนวคัมภีร์พระพุทธศาสนา (๒) เพื่อศึกษาคำสอนและแนวทางปฏิบัติของพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) (๓) เพื่อศึกษาผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) โดยใช้ระเบียบการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research)

ผลการวิจัยพบว่า : วิปัสสนากรรมฐานตามแนวคัมภีร์พระพุทธศาสนาคือการปฏิบัติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ (๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน (๔) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ซึ่งมีอารมณ์วิปัสสนากรรมฐาน ดังนี้ ชั้นที่ ๕ อายุตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ พระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) ได้สอนวิปัสสนา

* พระมหานิติทัศน์ ญาณสิทธิ (ศิริวัง) Phramaha Nitithat Nāṇasiddhi (Siriwang)

** พระมหาสมบุญ วุฑฒิกโร, รศ.ดร. Phramaha Somboon Uddhikaro Assoc.Prof.Dr. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ Thesis advisor.

***ผศ.ดร.แม่ชีกฤษณา รักษาโฉม Asst.Prof.Dr.Kritsana Raksachom ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ Thesis advisor.

กรรมฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยให้ผู้ปฏิบัติมีสติอยู่กับปัจจุบันธรรม พิจารณารูป นาม กาย เวทนา จิต ธรรม จนเกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด เห็นความเกิดดับแห่งธรรมทั้งหลาย โดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่ยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทาน ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน พบว่า ผู้ปฏิบัติ เกิดความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ จริยธรรม และปัญญา มีความเข้าใจในพระพุทธศาสนา อย่างถูกต้อง เข้าใจในตัวตนของตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์ทั้งในส่วนของอวิชชาและอนิวิชชา เกิดขึ้นได้ สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติกิจชีวิตประจำวัน และอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข

คำสำคัญ: วิธีการสอน; วิปัสสนากรรมฐาน; พระราชปริยัตยากร

Abstract

This thesis entitled ‘A Study on the Insight Development according to Phraraj-pariyattakorn’s (Boonrueang Sārado)’ has three objectives: (1) to study the insight development according to Buddhist scriptures, (2) to study the teachings and practical guidelines of Phrarajpariyattakorn’s Teaching (Boonrueang Sārado), and (3) to study the practical result gained from the insight development according to Phrarajpariyattakorn’s Teaching (Boonrueang Sārado). This research employed the qualitative research methodology by studying documents and interview of 15 Key informants.

The research results showed that according to the Buddhist scriptures the insight development basically means the practices in accordance with four foundations of mindfulness: (1) Kāyānupassanā, (2) Vedanānupassanā, (3) Cittānupassanā, and (4) Dhammānupassanā; while practicing one contemplates on the following objects of insight development: five kinds of khandha, twelve kinds of Āyatana, Eighteen kinds of Dhātu, twenty-two kinds of Indriya, four types of Ariyasacca, and twelve kinds of Paṭiccasamuppāda. It is said that Phrarajpariyattakorn (Boonrueang Sārado) taught the insight development according to four foundations of mindfulness whereby practitioners are inculcated to be mindful on the mind-moment through contemplating on Rūpa, Nāma, Kāya, Citta and Dhamma till the arising of dissatisfaction and non-lustfulness. As a result, they come to have insightfulness through three common characteristics, Aniccatā, Dukkhatā and Anattatā whereby detachment is completely actualized. Through the mentioned practical methods, practitioners realize the bodily,

mental, ethical and wisdom changes leading them to have the real comprehension of Buddhism and themselves where they can control their emotions in both pleasant (Itthārammaṇa) and unpleasant (Anittthārammaṇa) and thereby applying them to daily life and living happily in a society.

Keywords: Insight; Development; Phrarajpariyattayakorn

บทนำ

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็น ๑ ในกรรมฐาน ๒ ในทางพระพุทธศาสนา คือ (๑) สมณะ (การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ) (๒) วิปัสสนา (ความเห็นแจ้ง)^๑ ถือว่าเป็นฐานะหลักของพระพุทธศาสนา เรียกว่า วิปัสสนาธุระ คือ การเริ่มตั้งความสิ้นไปและความเสื่อมไปในอสังขาร เจริญวิปัสสนาด้วยอำนาจการทำต่อเนื่องกันแล้ว ถือเอาอรหัตผลของภิกษุผู้มีความประพาสติเบา ยินดีในเสนาสนะอันสงัดชื่อว่าวิปัสสนาธุระ^๒ จากข้อความดังกล่าวนั้นจะเห็นได้ว่าวิปัสสนากรรมฐาน คือการกำหนดความเกิดดับของรูปนาม สังขาร และในการกำหนดอารมณ์ต่าง ๆ นั้น จะต้องใช้สติเป็นตัวกำหนด เพื่อไม่ให้นิวรณ์กล่าวคือธรรมที่กั้นจิตไม่ให้บรรลุคุณความดี^๓ เกิดขึ้นในจิตใจ โดยใช้หลักมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต ธรรม ทั้ง ๔ อย่าง ซึ่งเป็นเครื่องกรองจิตให้จิตบริสุทธิ์จากกิเลสเนื่องจากว่ามนุษย์รับอารมณ์ผ่านอายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ก่อให้เกิดความยินดียินร้าย และธรรม ทั้ง ๔ ประการนี้ เมื่อรวมลงแล้วก็มีคือ ชันธ ๕ ในส่วนของกายเป็นรูปขันธ ในส่วนของเวทนา เป็นเวทนาขันธ ในส่วนของจิตเป็นวิญญาณขันธ ในส่วนของธรรม เป็นรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ โดยใช้สติเป็นตัวกำหนดในขณะที่ร่างกายและจิตใจเคลื่อนไหวและทำงาน เมื่อสั่งสมสติอย่างต่อเนื่องไม่ขาดสายทำให้มีสติที่บริบูรณ์ นำไปสู่สมาธิและสมาธินั้นเองนำไปสู่ปัญญา ดังข้อความว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมาธิเถิด ภิกษุผู้มีจิตตั้งมั่น ย่อมรู้ชัดตามความเป็นจริง”^๔ คือรู้แจ้งเห็นตามความเป็นจริงโดยความเป็นไตรลักษณ์ คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา

พระสงฆ์อรหันตสาวกของพระพุทธเจ้า ได้เล่าเรียนกรรมฐานจากสำนักของพระพุทธเจ้าแล้ว นำสืบมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน และในยุคนี้พระกรรมฐานผู้ให้อบรมสั่งสอนศิษยานุศิษย์ เผยแผ่พระพุทธศาสนา สอนวิปัสสนากรรมฐานตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ พระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) อดีต

^๑ ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๐๔/๒๕๖.

^๒ ขุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๘.

^๓ สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต), *พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ ๔๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์พลีธรรม ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๖๒), หน้า ๒๒๖.

^๔ ส.ข. (ไทย) ๑๗/๕/๑๗.

เจ้าอาวาสวัดพิชโสภาราม อดีตเจ้าสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดอุบลราชธานี แห่งที่ ๓ อดีตผู้จัดการโรงเรียนพระปริยัติธรรมประจำจังหวัดอุบลราชธานี แห่งที่ ๑ วัดพิชโสภาราม ตำบลแก้งเหนือ อำเภอเขมราฐจังหวัดอุบลราชธานี ซึ่งพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท) นั้น เป็นหนึ่งในศิษย์ของพระเดชพระคุณพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) ที่ได้รับการถ่ายทอดโดยตรงตามแนวพองหนอ ยุบหนอเป็นเวลา ๓ เดือน ณ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร

จากนั้น พระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท) ได้ไปเปิดสอนวิปัสสนากรรมฐาน ที่วัดพิชโสภาราม ในปี พ.ศ. ๒๕๑๕ จนถึงปัจจุบัน และเป็นพระอาจารย์ผู้ให้การอบรม สอบอารมณ์กรรมฐาน ตามหลักในมหาสติปัฏฐาน ๔ และในการเผยภาคปฏิบัติกรรมฐานนี้ มีทั้งในวัดพิชโสภารามนี้ด้วยวัดต่าง ๆ ในเขตปกครองด้วย และในสถานที่ต่าง ๆ อนึ่ง งานเผยแผ่วิปัสสนากรรมฐานของพระราชปริยัติยากรนี้ ก็ได้มีการปรับปรุงประยุกต์รูปแบบการจัดงานดำเนินงานมาโดยตลอดเพื่อให้สำเร็จประโยชน์ ทั้งในขั้นต่ำชั้นกลาง จนถึงขั้นสูงสุด คือการได้บรรลุมรรค ผล พระนิพพาน แต่ทั้งนี้ ก็ยังคงหลักวิชาการของการปฏิบัติได้ตามเดิม โดยมีลักษณะหรือรูปแบบของงานพอจะสรุปได้ดังนี้ คือ

๑) เป็นงานปฏิบัติธรรมในรูปแบบของการประพาสวิปัสสนาวิธปฏิบัติธรรม ซึ่งเป็นการเอื้อต่อพระธรรมวินัย แก่พระภิกษุ สามเณร และได้เปิดโอกาสให้อุบาสก อุบาสิกา คฤหัสถ์ ญาติโยมทั่วไปได้เข้าร่วมปฏิบัติด้วย

๒) เป็นโครงการปฏิบัติธรรม สำหรับญาติโยมทั่วไปในระยะเวลา ๕ วันบ้าง ๗ วันบ้าง ๙ วันบ้าง ๑๕ วัน หรือเดือน ๑ บ้าง แล้วแต่โอกาสเวลา

๓) เป็นโครงการอบรมคุณธรรมจริยธรรม หรืออบรมศีลธรรม สำหรับนักเรียน ข้าราชการ ประชาชนคนทั่วไปที่สนใจบ้าง ตามโอกาสเวลาเป็นต้น^๕

นอกจากเอาใส่ใจในการเผยแผ่สั่งสอนวิปัสสนากรรมฐานแล้ว ในอีกด้านหนึ่งคือการสนับสนุนฐานะของพระพุทธศาสนาอีกด้านหนึ่งคือคั่นถุระ คือการสนับสนุนส่งเสริมให้พระภิกษุ สามเณรศึกษาพระปริยัติธรรมทั้งแผนกธรรมและบาลี ควบคู่กันไปกับการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ได้ผลคือมีนักเรียนสอบได้ในสนามหลวงเป็นจำนวนมากและได้รับรางวัลสำนักเรียนดีเด่นติดต่อกันเป็นเวลาหลายปี

ถึงแม้ว่าพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท) จะมรณภาพไปแล้วเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๖ แต่ว่าวิธีการสอนและแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คณะศิษยานุศิษย์ของพระราชปริยัติยากร ได้ยึดถือเป็นแนวปฏิบัติรักษาไว้ ตามข้อความที่ว่า “การศึกษาก็ดี การปฏิบัติก็ดี เมื่อมีความเจริญได้ ก็มีความเสื่อมเป็นธรรมดาคู่กับโลก เมื่อเจริญถึงที่สุด ก็จะต้องเสื่อม เสื่อมถึงที่สุด ก็เจริญเป็นธรรมดา มีเกิดก็ต้องมีแก่

^๕ พระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท), *แสงสว่างทางปฏิบัติ เล่ม ๑*, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า (๑๕) – (๒๐).

มีเจ็บ มีตาย แต่หลวงพ่อก็ไม่อยากให้เสื่อมเร็ว ให้ท่านทั้งหลายได้ช่วยกันพยุงไว้จนกว่าจะหมดความสามารถ ทั้ง ๆ ที่รู้ว่ามันจะต้องเสื่อม”^๖ อนึ่ง คณะศิษยานุศิษย์ผู้ที่ได้ศึกษาเล่าเรียนผู้ได้รับการถ่ายทอดจาก พระราชปริยัติยากรต่างก็เจริญด้วยสมณธรรมในพระศาสนาดำเนินรอยสืบสานปณิธานสานต่อเจตนารมณ์ เปิดสำนักปฏิบัติธรรมสั่งสอนอบรมญาติโยมนำพาปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางที่ได้ศึกษามาจาก พระราชปริยัติยากร ในปัจจุบันนี้ได้มีสำนักเครือข่ายวัดพิชโสภารามกว่า ๘๐ แห่ง

ดังนั้น ผู้มีวิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท) หลักธรรมที่พระราชปริยัติยากร ได้แนะนำผู้ปฏิบัติและผลของการปฏิบัติธรรมที่เกิดขึ้น กับผู้ปฏิบัติรวมถึงพฤติกรรมทางด้านร่างกายและจิตใจ มีวิธีการสอนอย่างไร หลักธรรมที่สอนคู่กับวิปัสสนากรรมฐานคือหลักธรรมอะไร ผลที่เกิดจากการสอนวิปัสสนากรรมฐานเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อศึกษาวิปัสสนากรรมฐานตามแนวคัมภีร์พระพุทธศาสนา
๒. เพื่อศึกษาคำสอนและแนวทางปฏิบัติของพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท)
๓. เพื่อศึกษาผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท)

รูปแบบการวิจัย

บทความวิจัยนี้ เป็นบทความวิจัยในลักษณะเชิงเอกสาร (Documentary Research) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) โดยมีขั้นตอนการวิจัยดังต่อไปนี้

๑. ศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่จากคัมภีร์พระไตรปิฎก ภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๓๙ เพื่อให้ทราบข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องกรรมฐานที่ปรากฏ ในคัมภีร์ หนังสือคู่มือประพจน์วัตรปฏิบัติธรรม หนังสือบริบูรณ์ธรรม หนังสือแสงสว่างทางปฏิบัติ หนังสือ พระราชปริยัติยากร(บุญเรือง สารโท) ตลอดจนธรรมบรรยายที่พระราชปริยัติยากรได้สอน

๒. ศึกษาข้อมูลจากเอกสารชั้นทุติยภูมิ (Secondary Source) ได้แก่ ผู้วิจัยจะศึกษากรรมฐาน จากอรรถกถาภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ.๒๕๕๓ ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค ฉบับ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย มีลินทปัญหภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย หนังสือ วิปัสสนาขั้นหลักการปฏิบัติวิปัสสนา (ภาคปฏิบัติ) ของพระมหาสีสยาตอ (โสภณมหาเถระ) หนังสือหัวใจ กรรมฐาน ของพระญาณโพนิกเถระ แปลโดย พลตรีนายแพทย์ชาญ สุวรรณวิทย์ หนังสือมหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน ของพระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) หนังสือวิชาครู ของพระธรรมธีรราชกุมาร (โชตก ญาณสิทธิ) และเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

^๖ สำนักปฏิบัติธรรมวัดพิชโสภาราม, พระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท), (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๑๔๒.

๓. ศึกษาข้อมูลภาคสนาม โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) จากคำถามแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการเห็นชอบโดยอาจารย์ที่ปรึกษาและผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ จากนั้นผู้วิจัยจะสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มเป้าหมายหลัก ๒ กลุ่ม โดยกลุ่มแรก คือพระสงฆ์ และแม่ชี ผู้ที่เคยปฏิบัติกรรมฐานกับพระราชปริยัติยากร จำนวนทั้งสิ้น ๑๒ รูป/คน กลุ่มฆราวาสจำนวน ๓ คน รวมเป็น ๑๕ รูป/คน

๔. วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ เพื่อศึกษาเปรียบเทียบหลักการสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวคัมภีร์ในทางพระพุทธศาสนากับแนวการสอนวิปัสสนากรรมฐานของพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท) พร้อมทั้งศึกษาผลที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

๕. สรุปนำเสนอผลบทความ องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยและข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ผลการศึกษา

จากการศึกษาวิปัสสนากรรมฐานตามแนวคัมภีร์พระพุทธศาสนาและคำสอนและแนวทางปฏิบัติของพระราชปริยัติยากร การศึกษาพบว่า วิปัสสนา คือการเริ่มตั้งความสิ้นไปและความเสื่อมไปแห่งสังขารทั้งหลาย หรือแปลตามรูปศัพท์ ความเห็นแจ้ง ในธรรมทั้งหลาย โดยพระไตรลักษณ์คือ ความไม่เที่ยง (อนิจจัง) เป็นทุกข์ (ทุกขัง) ไม่มีตัวตน (อนัตตา) คือความเห็นแจ้งสภาวะตามที่ดำรงอยู่ตามความเป็นจริงและเข้าใจอย่างแจ่มชัดในอริยสัจ

๑) รู้ว่าสิ่งนี้คือทุกข์ ได้แก่ ขาติ ขรา มรณะ โสกะ ปริเทวะ อุปายาสะ ว่าโดย ทุกข์ ๕ คือความยึดมั่นขั้น ๕

๒) รู้ว่าสิ่งนี้คือสาเหตุให้เกิดความทุกข์ ได้แก่อายตนะภายใน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ) อายตนะภายนอก (รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณ์)

๓) รู้ว่าสิ่งนี้คือความดับทุกข์

๔) รู้ว่าสิ่งนี้คือข้อปฏิบัติให้ถึงสาเหตุแห่งความดับทุกข์ (อริยมรรคมีองค์ ๘)

ความรู้แจ้งในอริยสัจนี้ เกิดมีได้เพราะอาศัยการปฏิบัติตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ ก็คือกาย เวทนา จิต และธรรม ได้แก่

๑) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการพิจารณาจนทราบชัดในกายทั้งปวง ทั้งในส่วนลมหายใจเข้าออก หายใจเข้า-ออกยาวก็รู้ว่าหายใจเข้า-ออกยาว หายใจเข้าออกสั้น ก็รู้ว่าหายใจเข้าออกสั้น การเดิน การย่าง การเหยียบ การแลดู การเหลียวดู ก็มีสติรู้ตัวทั่วพร้อมในอาการทั้งปวง และการพิจารณาร่างกายตนเอง และคนเหล่านี้ โดยความเป็นธาตุ ว่างเปล่าจากความเป็นตัวตน จนเกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด อยากหนี อยากหลุดพ้น ไม่ยึดมั่นด้วยอุปาทาน

๒) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการกำหนดเวทนาได้แก่เวทนา ๓ คือ สุขเวทนา ทุกขเวทนา และอทุกขมสุขเวทนา เพราะสุขเวทนาอยู่ใกล้กิเลสคือราคะ (ความยินดี) ทุกขเวทนาอยู่ใกล้โทสะ (ความยินร้าย) อทุกขมสุขเวทนาอยู่ใกล้โมหะ (ความหลง) แต่ถ้าไม่กำหนดจะทำให้ผู้ปฏิบัติหลงเวทนา อันเป็นเหตุให้เกิดตัณหา ดังนั้น จำเป็นต้องกำหนดเวทนา เพราะเมื่อใดผู้ปฏิบัติเห็นเวทนาโดย พระไตรลักษณ์คือเห็นสุขและทุกข์ เห็นความไม่สุขไม่ทุกข์โดยความไม่เที่ยง เห็นทุกข์เป็นความจริง เห็นเวทนาทั้งปวงเป็นอนัตตา จนกระทั่งจิตเกิดความปล่อยวางเป็นอุเบกขา ปฏิบัติกำหนดเวทนาทั้งหลาย เหล่านั้นแล้วด้วยสติ ย่อมพิจารณาเห็นความเกิดดับในเวทนาเหล่านั้นว่า ไม่อาศัยตัณหาและทิฏฐิ จิตจึง ไม่มีความยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทาน

๓) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการกำหนดจิต เป็นต้นว่าจิตมีราคะก็รู้ว่าจิตมีราคะ จิตมีโทสะ ก็รู้ว่าจิตมีโทสะ จิตมีโมหะก็รู้ว่าจิตมีโมหะ จิตหดหู่ จิตฟุ้งซ่าน เมื่อกำหนดรู้พิจารณาจิตจนเห็นความ เกิดดับแห่งธรรมที่มีอยู่ในจิต ไม่อาศัยตัณหาและทิฏฐิ จิตจึงไม่มีความยึดมั่นถือมั่นด้วยอุปาทาน

๔) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการพิจารณาธรรมในธรรม ได้แก่สภาวะธรรมที่มาปรุงแต่งจิต ทั้งที่เป็นกุศลทั้งที่เป็นอกุศลทั้งที่เป็นกลาง ๆ กำหนดรู้ธรรมเหล่านั้นพิจารณาเป็นอารมณ์โดยพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เห็นความเกิดกับแห่งธรรมทั้งหลาย ไม่อาศัยตัณหาและทิฏฐิ ไม่มีความยึดมั่น ถือมั่นด้วยอุปาทาน

การสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) เป็นการสอนวิปัสสนา กรรมฐานแบบพองหนอ ยุบหนอ ตามแนวของวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ โดยมีพระธรรมธีรราชหมานี่ (โชดก ญาณสิทธิ) เป็นผู้สอน แต่แนวทางของพระราชปริยัตยากรนั้น อันดับแรกจะนิยมให้ผู้ปฏิบัติได้เข้า ปรีวาสกรรมก่อนเพราะเอื้อต่อการปฏิบัติธรรม เป็นการแผ่ระวังจิตให้ห่างไกลจากามคุณ ไม่ให้ฟุ้งซ่าน ไปอารมณ์ต่าง ๆ เพราะศีลเครื่องควบคุมกาย วาจา และใจ ไม่ให้ทำ พูด คิด ตามอำนาจของธรรมารมณ์ ที่จรเข้ามา พระราชปริยัตยากรจึงให้ความสำคัญกับพระวินัยเป็นอย่างมากซึ่งถือว่าเป็นบันไดขั้นแรกของการ ประพฤติปฏิบัติธรรม ซึ่งถือว่าสอดคล้องกับหลักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวพระพุทธศาสนา เถรวาท และแนวทางการของพระราชปริยัตยากร คือ สอนทั้งสมถะและวิปัสสนากรรมฐานควบคู่กันไป มีการเดินจงกรม ๖ ระยะ เริ่มตั้งแต่ระยะที่ ๑ จนถึงระยะที่ ๖ จุดมุ่งหมายก็เพื่อสร้างสติให้มีสติอยู่กับ อารมณ์ปัจจุบัน รู้การเคลื่อนไหวทางกายเช่นเวลาเดิน ซ้าย ย่าง หนอ ขวา ย่าง หนอ หรือขณะที่ยืน ก็กำหนดยืนหนอ เพื่อให้รู้การยืน อย่างนี้เรื่อยไป สำเนียงรู้ขณะที่ยืน ขณะที่ยก ขณะที่ย่าง ขณะที่เหยียบ ว่าอาการแต่ละอย่างเป็นอย่างไร ขาดจากกันตอนไหน หายไปตอนไหน เกิดดับอย่างไร เห็นอาการ เกิดดับโดยความเป็นไตรลักษณ์

การนั่งเจริญภาวนาก็เช่นกัน ให้ผู้ปฏิบัติกำหนดอาการพอง อาการยุบ บริเวณเหนือสะดือขึ้นมา ๒ นิ้ว ให้จิตอยู่กับอาการพอง-ยุบ สำเหนียกรู้ต้นลม กลางลม สุดลม จนกระทั่งลมหายใจระงับไป จิตใจละเอียดขึ้น แน่นตั้งมั่นเป็นอารมณ์เดียว ในระหว่างนี้บาปกรรมหรือนิเวศธรรมย่อมไม่เกิดขึ้นภายในจิต ผูกอยู่อย่างนี้จนเกิดความชำนาญทำให้จิตอ่อนควรแก่การทำงาน ไม่เป็นไปในอำนาจของจิต แต่ฝึกให้จิตเป็นในอำนาจของตน ในระหว่างที่จิตสงบระงับนั้นบาปกรรมทั้งหลายไม่เกิดขึ้นก็จริง เพราะอำนาจสมาธิควบคุมไว้ พระราชปริยัตยากรจึงสอนให้กำหนดออกจากสมาธิขั้นอัปปนา คือ ให้จิตอยู่ในขั้นขณิกสมาธิ เพื่อเป็นการยกจิตขึ้นสู่อารมณ์วิปัสสนา ปลดปล่อยจิตให้ไปเผชิญกับความเป็นจริง เช่นเมื่อถูกภาวะธรรมมีอาการเจ็บ ปวด สัมผัส เย็น ร้อน อ่อน แข็ง เข้ามากระทบก็ให้จิตได้กำหนดรู้เรียนรู้สภาวะเหล่านั้นด้วยสติอย่างเท่าทันอารมณ์ปัจจุบัน เมื่อสติมั่นคงจะเห็นความเกิดดับสภาวะธรรมทั้งหลาย เพราะสรรพสิ่งในโลกนี้เกิดดับทุกขณะแต่ถูกสันตติคือความสืบทอดปิดบังไว้ จึงไม่เห็นความจริง แต่เมื่อเจริญวิปัสสนาแล้ว ย่อมเห็นความจริงว่า ทุกสิ่งไม่มีตัวตน จนเกิดความเบื่อหน่าย คลายความกำหนด ละอุปาทานขันธ ๕ ออกไปจากจิตใจ ให้อยู่กับปัจจุบันขณะจิตตามรูปทันเห็น แจ่มตามพระไตรลักษณ์คืออนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

สำหรับหลักธรรมที่พระราชปริยัตยากรได้สอนควบคุมในขณะสอนกรรมฐานย้ำเตือนให้ผู้ปฏิบัติ ดังที่ได้บรรยายไว้ในหนังสือแสงสว่างทางปฏิบัติคือเรื่องของหายาก ๔ ประการ คือ

๑) มนุสสกาโว จ ทูลลโก การที่จะได้เกิดมาเป็นมนุษย์เป็นสิ่งที่หาได้ยากนัก เพราะเหตุอะไร จึงได้เป็นเช่นนั้น เพราะเหตุที่ว่าการจะได้เกิดมาเป็นมนุษย์ได้นั้น ในภพชาติก่อนจะต้องได้บำเพ็ญ มนุษยธรรม ให้สมบูรณ์เสียก่อนแล้ว จึงจะสามารถเกิดเป็นมนุษย์ในภพนี้ชาตินี้ได้ และให้นึกปฏิบัติธรรมทั้งหลายได้ใส่ใจว่า คำว่า มนุษย์ กับคำว่า คน นั้นไม่เหมือนกันพอเรามากลือปฏิสนธิในครรภ์ เขาก็เรียกว่า คน แล้ว คลอดออกมาเขาก็เรียกว่าคน เจริญเติบโตขึ้นมากก็เรียกว่า คน ยังเรียกว่ามนุษย์ไม่ได้ ต่อเมื่อใด เราได้บำเพ็ญมนุษยธรรม คือ สุจริตธรรม ๑๐ ประการ หรือศีล ๕ ประการ ให้สมบูรณ์แล้ว จึงจะเรียกว่ามนุษย์ได้

๒) พุทธกาโว จ ทูลลโก การที่ได้มาเกิดเป็นมนุษย์แล้ว จะได้พบพระพุทธศาสนา เป็นของหายากนัก ยากหนาเพราะเหตุไร เพราะพระพุทเจ้าจะมาตรัสรู้แต่ละพระองค์ๆนั้น ต้องบำเพ็ญบารมีให้เต็มเปี่ยมเสียก่อน จึงจะมาตรัสรู้เป็นพระพุทเจ้าได้ ไม่ใช่อยู่เฉย ๆ จะมาตรัสรู้เป็นพระพุทเจ้าเลยทีเดียวเป็นไปได้

๓) ปพพชิตกาโว จ ทูลลโก การที่บุคคลได้เกิดขึ้นมาเป็นมนุษย์ ได้พบพระพุทธศาสนาแล้ว จะได้มาบวชในพระพุทธศาสนานั้น ก็ยากนักยากหนา เพราะเหตุใด เพราะผู้ที่มาบวชในพระพุทธศาสนานั้น ต้องอาศัยเหตุปัจจัยที่ตนได้สั่งสมไว้ในภพก่อนชาติก่อน และก็ประกอบด้วยสิ่งแวดล้อมในปัจจุบันจึงมี โอกาสบวช บางท่านมีความประสงค์อยากบวช แต่สิ่งแวดล้อมในปัจจุบันไม่เอื้ออำนวยก็บวชไม่ได้

บางคนสิ่งแวดล้อมในปัจจุบันเอื้ออำนวยดีที่จะให้บวช แต่ไม่มีปสาทะศรัทธาในการที่จะบวชในพระพุทธศาสนา ก็บวชไม่ได้แต่พวกเราทั้งหลายที่นั่งรวมกันอยู่นั้นนับว่า ได้สั่งสมอบรมบุญกุศลไว้ในปุเรกชาติจนล้นฟ้าล้นดิน จึงได้มีโอกาสมาบวชในพระศาสนา การมาบวชในพระพุทธศาสนาของเราทั้งหลายในขณะนี้ ก็นับว่าได้พบของหายากเป็น

๔) วิปัสสนาภาโว จ ทุลโล การที่บุคคลเกิดขึ้นมาเป็นมนุษย์ ได้พบพระพุทธศาสนา มาบรรพชาอุปสมบทในพระพุทธศาสนาแล้ว จะได้มีโอกาสเจริญวิปัสสนาภาวนานั้นก็เป็นของยากนักยากหนา ท่านทั้งหลายลองนึกดูสิว่ารอบตัวของเรานั้น ภายในหมู่บ้าน หรือตำบลของเรา หรือว่าในวัดของเรา ผู้ที่ได้เจริญวิปัสสนาภาวนา มีอย่างน้อยแค่ไหนเพียงไร ดังนั้น ผู้ที่ได้เจริญวิปัสสนา ท่านอุปมาเหมือนเขาโค แต่ผู้ที่ไม่ได้เจริญวิปัสสนาอุปมาเหมือนกันกับชนโค ชนโคย่อมมากกว่าเขาโค ฉะนั้น ผู้ที่ไม่ได้เจริญวิปัสสนา ย่อมมากกว่าผู้ที่ได้เจริญวิปัสสนาก็คงฉนั้น^๗

ผลที่เกิดจากการสอนวิปัสสนากรรมฐานของพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) มี ๓ ระดับ คือ

๑) เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านกาย ดังคำที่ผู้สัมภาษณ์กล่าวว่า “หลังจากปฏิบัติธรรมแล้ว เกิดการเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง โดยเฉพาะทางกาย เช่น การมีสุขภาพที่ดีขึ้น เนื่องจากการเดินจงกรม เปรียบเหมือนการได้ออกกำลังกาย และการรับประทานอาหารที่เป็นเวลามากขึ้น”^๘ คือผู้ปฏิบัติมีสุขภาพร่างกายแข็งแรงจากการเดินจงกรม เหมือนการได้ออกกำลังกายและรับประทานอาหารตรงเวลา มีร่างกายสงบ ไม่คะนองมือคะนองเท้า อ่อนน้อมถ่อมตน สามารถนั่งในอิริยาบถเดียวได้เป็นเวลานาน มีความอดทนต่อการเดินธุดงค์

๒) เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ ดังคำที่ผู้สัมภาษณ์กล่าวว่า “หลังจากได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เห็นใจคนอื่นมากกว่าที่เคยเป็น ไม่เหมือนเมื่อก่อน ไม่ต้องพูดจากระทบกระทั่งใส่ผู้อื่นที่ใช้ชีวิตร่วมกัน รู้จักผ่อนสั้น ผ่อนยาว เข้าใจในสังขารธรรม ความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ว่าทุกสิ่งไม่เป็นไปดังที่ใจเราคิดเราปรารถนา”^๙ และคำสัมภาษณ์ว่า “รู้ตัวเองมากขึ้นมีความสบายใจแตกต่างจากการที่เราไม่ปฏิบัติ การอยู่กับสังคมอยู่กับความวุ่นวายเราสามารถกำหนดเราได้ทำให้ใจสบายรู้จักการปล่อยวาง ตั้งสติรับอารมณ์ให้ทันเวลาจะมีจรมาสะสุขหรือจะทุกข์ เราสามารถรับได้ พยายามไม่ให้ยึดติดในสิ่งที่มีนเป็นทุกข์มากมาย”^{๑๐} และคำสัมภาษณ์ว่า “ทำให้เรารู้จักปล่อยวาง เข้าใจในชีวิตมากขึ้น ว่าตามความเป็นจริงแล้ว ในชีวิตไม่ได้มีอะไรเรามากไปยึดติดกับตำแหน่ง เราเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ คนนั้นอยู่ในระดับสูง ระดับต่ำ

^๗ พระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท), แสงสว่างทางปฏิบัติ เล่ม ๑, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (หน้า ๑ - ๗).

^๘ สัมภาษณ์ นางสาวจิราวรรณ เครือสนธิ์, อุบลสิการวัดพิชโสภาราม, ๘ เมษายน ๒๕๖๕.

^๙ สัมภาษณ์ พระมหาไพฑูริย์ ขนดิสโร, เลขานุการโรงเรียนพระปริยัติธรรมประจำจังหวัดอุบลราชธานีแห่งที่ ๑, ๘ เมษายน ๒๕๖๕.

^{๑๐} สัมภาษณ์ แม่ชีประไพ จันทาลุน, หัวหน้าแม่ชีวัดพิชโสภาราม, ๘ เมษายน ๒๕๖๕.

พอได้ปฏิบัติก็ทำให้รู้ว่าทั้งหมดทั้งมวลไม่ได้มีอะไร เป็นแค่เพียงบทบาทสมมติของโลก และทำให้เป็นคนใจเย็น รู้จักปล่อยวางเข้าใจในชีวิตมากขึ้น”^{๑๑} คือ ผู้ปฏิบัติมีจิตใจเข้มแข็งต่ออารมณ์ที่มากระทบ ไม่โกรธง่าย มีความรอบคอบมีเหตุผล ควบคุมอารมณ์ไม่ให้ตกอยู่ในอำนาจของโลกะ โทสะ โมหะ จากที่เคยเป็นคนโกรธง่าย เมื่อผ่านการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นคนมีเหตุผลอารมณ์เย็นขึ้น เกิดความเข้าใจ เกิดความศรัทธาเมื่อได้เห็นผู้ปฏิบัติธรรม รู้เท่าทันปล่อยวางกับอารมณ์ภายนอกที่มากระทบ ควบคุมอารมณ์สงบนิ่ง ฟังโอวาทของอาจารย์ สามารถเข้าใจอยู่ร่วมกับบุคคลที่คิดต่างได้ ไม่เห็นแก่ตัว ไม่เห็นแก่ปาก แก่ท้อง รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ปรับปรุงตนเองให้มีสติมีจิตใจมั่นคงในพระพุทธศาสนา เป็นวิปัสสนาจารย์ สร้างสำนักสอนวิปัสสนากรรมฐาน

๓) เปลี่ยนแปลงทางด้านจริยธรรมผู้ปฏิบัติธรรมได้ฝึกสติผ่านกาย เวทนา จิต ธรรม การฝึกสติเป็นการพัฒนาอารมณ์ การเปลี่ยนแปลงด้านจริยธรรม มีความประพฤติทางกายและวาจา งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ทุกชนิดเว้นจากการฆ่ามนุษย์ เว้นจากการเบียดเบียน เว้นจากการลักขโมย เว้นจากการประพฤติผิดสามีภรรยาของผู้อื่น เว้นจากพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดเพ้อเจ้อ พูดคำหยาบ เว้นจากการดื่มน้ำเมา สามารถอยู่ร่วมกับสังคมโดยไม่มีความทุกข์

อนึ่ง ผลที่เกิดจากการสอนวิปัสสนากรรมฐานของพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท) ส่งเสริมให้เกิดเครือข่ายสำนักวิปัสสนากรรมฐานเครือข่ายวัดพิชโสภาราม ๘๐ แห่ง ได้แก่ (๑) วัดบ้านเก่าบ่อ จังหวัดอำนาจเจริญ (๒) วัดสนมหมากหญ้า จังหวัดอุบลราชธานี (๓) วัดแก่งศรีโคตร จังหวัดอุบลราชธานี (๔) วัดสุทธินาราม จังหวัดบึงกาฬ (๕) วัดทางสาย จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ (๖) วัดท่าวังหิน จังหวัดอุบลราชธานี (๗) วัดหนังราชวรวิหาร กรุงเทพมหานคร (๘) วัดดอนทองวราราม จังหวัดกาฬสินธุ์ (๙) สถานปฏิบัติธรรมจอมทอง จังหวัดกาฬสินธุ์ (๑๐) วัดถ้ำผาพิรุณ จังหวัดกาญจนบุรี (๑๑) วัดหนองไม้แก่น จังหวัดกาญจนบุรี (๑๒) วัดห้วยกระเจา จังหวัดกาญจนบุรี (๑๓) วัดตะเคียนทอง จังหวัดจันทบุรี (๑๔) ที่พักริมฝั่งบ้านดอนไร่ จังหวัดชลบุรี (๑๕) วัดแปลงกระถิน จังหวัดชลบุรี (๑๖) วัดพระธาตุจอมจ้อ จังหวัดเชียงราย (๑๗) วัดพระธาตุดอยแม่แอบ จังหวัดเชียงราย (๑๘) สถานที่ปฏิบัติธรรมใหม่สันติสุข จังหวัดนครปฐม (๑๙) สำนักสงฆ์สมประสงค์ จังหวัดนครพนม (๒๐) วัดศรีสงคราม จังหวัดนครพนม (๒๑) วัดปฏิรูป จังหวัดนครพนม (๒๒) วัดศรีบุญเรือง จังหวัดนครพนม (๒๓) วัดบ้านบน (สวนสันติสุข) จังหวัดเพชรบุรี (๒๔) วัดเขาสมอระบั้ง จังหวัดเพชรบุรี (๒๕) ที่พักริมฝั่งป่าช้าภูดิน จังหวัดมุกดาหาร (๒๖) ที่พักริมฝั่งบ้านโคกสว่าง จังหวัดมุกดาหาร (๒๗) วัดหนองเหล็ก จังหวัดร้อยเอ็ด (๒๘) วัดป่าหนองสีไคลวิมุตติยาราม จังหวัดศรีสะเกษ (๒๙) วัดป่าบุรพาราม จังหวัดสกลนคร (๓๐) วัดศรีวิไล จังหวัดอำนาจเจริญ (๓๑) วัดสายนาดัง จังหวัดอำนาจเจริญ (๓๒) ที่พักริมฝั่งป่าชุมชน จังหวัดอำนาจเจริญ

^{๑๑} สัมภาษณ์ นายศราวุธ ศรีเจริญ, ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านห้วยยาง, ๘ เมษายน ๒๕๖๕.

(๓๓) วัดเนกขัมมาราม จังหวัดอำนาจเจริญ (๓๔) วัดปัจฉิมวัน จังหวัดอำนาจเจริญ (๓๕) วัดป่าดงเย็น จังหวัดอำนาจเจริญ (๓๖) วัดอำนาจ จังหวัดอำนาจเจริญ (๓๗) วัดป่านาสะอาด จังหวัดอำนาจเจริญ (๓๘) วัดป่าธรรมวิเวก จังหวัดอุดรธานี (๓๙) วัดวิเศษสรรพคุณ จังหวัดอุดรธานี (๔๐) วัดโคกเลาะ จังหวัดอุบลราชธานี (๔๑) วัดไชยชนะ จังหวัดอุบลราชธานี (๔๒) วัดนาแมต จังหวัดอุบลราชธานี (๔๓) วัดนาหนองทุ่ง จังหวัดอุบลราชธานี (๔๔) วัดสว่างอารมณ์ จังหวัดอุบลราชธานี (๔๕) วัดบุรพา จังหวัดอุบลราชธานี (๔๖) วัดลัญจยาवास จังหวัดอุบลราชธานี (๔๗) วัดศรีบุญนาค จังหวัดอุบลราชธานี (๔๘) วัดเหมือดแอ่ จังหวัดอุบลราชธานี (๔๙) วัดแก้งเกลี้ยง จังหวัดอุบลราชธานี (๕๐) วัดชัยภูมิการาม จังหวัดอุบลราชธานี (๕๑) วัดอุบลมุง จังหวัดอุบลราชธานี (๕๒) วัดนาฬิกาवास จังหวัดอุบลราชธานี (๕๓) วัดนาดี จังหวัดอุบลราชธานี (๕๔) วัดอรุณสวัสดิ์ จังหวัดอุบลราชธานี (๕๕) วัดนาหว้า จังหวัดอุบลราชธานี (๕๖) วัดโคกสว่าง จังหวัดอุบลราชธานี (๕๗) วัดยางเครือ จังหวัดอุบลราชธานี (๕๘) วัดสว่างโพธิ์ศรี จังหวัดอุบลราชธานี (๕๙) วัดยางกระเดา จังหวัดอุบลราชธานี (๖๐) วัดโพนสูง จังหวัดอุบลราชธานี (๖๑) วัดศรีโพธิ์ชัย จังหวัดอุบลราชธานี (๖๒) วัดป่าหนองบัว จังหวัดอุบลราชธานี (๖๓) วัดป่าพุทธรณิมิต จังหวัดอุบลราชธานี (๖๔) วัดเอี่ยมวนาราม จังหวัดอุบลราชธานี (๖๕) ที่พักสงฆ์ นาคห้วยแดง จังหวัดอุบลราชธานี (๖๖) วัดบุญญานิवास จังหวัดอุบลราชธานี (๖๗) วัดป่าสำโรง จังหวัดอุบลราชธานี (๖๘) วัดป่าลุ่มพุก จังหวัดอุบลราชธานี (๖๙) วัดโนนวัฒนาราม จังหวัดอุบลราชธานี (๗๐) วัดป่าหัวน้ำ จังหวัดอุบลราชธานี (๗๑) วัดป่ายางกลาง จังหวัดอุบลราชธานี (๗๒) วัดโนนจิกน้อย จังหวัดอุบลราชธานี (๗๓) วัดบุรพา จังหวัดอุบลราชธานี (๗๔) วัดศรีบุญเรือง จังหวัดอุบลราชธานี (๗๕) วัดหนองสองห้อง จังหวัดอุบลราชธานี (๗๖) วัดสิงห์ทอง จังหวัดอุบลราชธานี (๗๗) วัดสามแยก โพธาราม จังหวัดอุบลราชธานี (๗๘) วัดสารภี จังหวัดอุบลราชธานี (๗๙) วัดเวฬุวัน จังหวัดอุบลราชธานี (๘๐) ศูนย์ปฏิบัติธรรมกาญจนภิเษก จังหวัดอุบลราชธานี^{๑๒}

ในจำนวน ๘๐ สำนักปฏิบัติธรรมที่เป็นเครือข่ายวัดพิชโสภารามนั้น ผู้วิจัยได้ลงสัมภาษณ์ พระวิปัสสนาจารย์ผู้ที่เคยได้เรียนวิปัสสนากรรมฐานจากพระราชปริยัติยากร จำนวน ๘ รูป ดังนี้

- ๑) พระภาวนาสุตาทิธ วิ. เจ้าอาวาสวัดพิชโสภาราม
- ๒) พระครูภาวนาภิชาทร เจ้าอาวาสวัดบ้านเก่าบ่อ เครือข่ายวัดพิชโสภาราม แห่งที่ ๑
- ๓) พระมหาฤทธิเดช สุขเมธี เจ้าอาวาสวัดสนมหมากหญ้า เครือข่ายวัดพิชโสภาราม แห่งที่ ๒
- ๔) พระครูสิริสวัสดิ์ เจ้าอาวาสวัดอำนาจ เครือข่ายวัดพิชโสภาราม แห่งที่ ๓๖
- ๕) พระครูศรีสุตาลังการ เจ้าอาวาสวัดสว่างอารมณ์ เครือข่ายวัดพิชโสภาราม แห่งที่ ๔๔

^{๑๒} วัดพิชโสภาราม, ประกาศวัดพิชโสภารามเรื่องอนุมัติจัดตั้งเครือข่ายวัดพิชโสภาราม จำนวน ๘๐ แห่ง, [ออนไลน์], แหล่งที่มา : <https://www.watpitch.com/branch/> [๑๐ เมษายน ๒๕๖๕]

๖) พระครูเกษมพิชโสภณ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพิชโสภาราม

๗) พระมหาหนูสิน จานธมโม ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดพิชโสภาราม

๘) พระมหาไพฑูรย์ ขนติสารโร วัดพิชโสภาราม

แม้ว่าในปัจจุบันพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) จะมรณภาพไปแล้ว แต่แนวคำสอนและแนวทางปฏิบัติคณะศิษยานุศิษย์ก็ได้รักษาไว้และนำพาโยคีปฏิบัติตามแนวทางที่พระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) ได้วางไว้

องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้

๑) วิธีการสอนวิปัสสนาตามแนวพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) เป็นการปฏิบัติแบบพองหนอ ยุบหนอ การนั่งกรรมฐาน ใช้สติกำหนดสภาวะอาการท้องพอง ท้องยุบ อาการนั่ง อาการที่กั้นกระทบกับพื้น เข้า ตาตุ่ม หลังเท้า โดยกำหนดว่า พองหนอ ยุบ นิ่งหนอ ถูกหนอ ถูกเข้าขวาหนอ ถูกเข้าซ้ายหนอ ถูกตาตุ่มขวาหนอ ถูกตาตุ่มซ้ายหนอ ถูกหลังเท้าขวาหนอ ถูกหลังเท้าซ้ายหนอ วิธีการเดินจงกรม มี ๖ ระยะ คือ (๑) ขว้างหนอ ซ้ายย่างหนอ (๒) ยกหนอ เขยิบหนอ(๓) ยกหนอ ย่างหนอ เขยิบหนอ (๔) ยกสั้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ เขยิบหนอ (๕) ยกสั้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ถูกหนอ เขยิบหนอ (๖) ยกสั้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ลงหนอ ถูกหนอ กดหนอ การกำหนดอิริยาบถน้อยใหญ่ อาการไหว อาการขยับเขยื้อนของร่างกายโดยใช้สติกำกับในการเคลื่อนไหว การประเมินผลวิปัสสนาคือ สอบอารมณ์ ๓ วันต่อ ๑ ครั้ง หากมีสภาวะอาการทางวิปัสสนาประเมินผลสอบอารมณ์ทุกวัน

๒) หลักธรรมที่พระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) สอนควบคู่กับการสอนวิปัสสนากรรมฐานคือการเตรียมตัว ๕ ประการคือ (๑) การเตรียมก่อนตาย (๒) การเตรียมกายก่อนแต่ง (๓) เตรียมน้ำก่อนแล้ง (๔) เตรียมแรงก่อนไป (๕) เตรียมใจก่อนสู้ หลักกตัญญูทุกเวที นอกจากนั้นพระราชปริยัตยากรยังเน้นย้ำให้รู้จักคุณค่าของชีวิตซึ่งถือว่าเป็นของหายากมี ๔ ประการ คือ (๑) การได้เกิดมาเป็นมนุษย์ (๒) การได้มาพบพระพุทธศาสนา (๓) การได้เข้ามาบวชในพระพุทธศาสนา (๔) การได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน อีกประการต่อมาคือพระราชปริยัตยากรจะสอนลูกศิษย์ว่าจะนิทานว่าร้ายใคร อย่าวิพากษ์วิจารณ์ใคร อะไรถูกอะไรผิด รู้อยู่แก้ไข เพราะได้ศึกษาเล่าเรียนกันมาหมดแล้ว

๓) บุคคลิกของพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) คือลักษณะเมตตา

๔) พระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) สนับสนุนทั้งการปริยัติธรรมและปฏิบัติธรรม

๕) สำนักสาขาวิปัสสนาของพระราชปริยัตยากร (บุญเรือง สารโท) มีจำนวน ๘๐ สาขา

๖) ลูกศิษย์วิปัสสนาจารย์ที่มีชื่อเสียงคือพระวีเชียรโมลี, พระภาวนาสุตาทิธ วิ., พระครูวิบูลย์-กิจโกศล, พระครูภาวนากิจจาทร, พระครูภาวนาธรรมวิสุทธิ, พระครูสิริสัสดิวัตร, พระมหาฤทธิ์เดช สุขเมธี, พระครูวินัยธรไมตรี จิตปณฺโณ

บทสรุป

การสอนวิปัสสนากรรมฐานตามแนวพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท) เป็นการสอนที่สอดคล้องตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ โดยใช้วิธีบริการแบบพองหนอ ยุบหนอ ตามแนววิมุตติมหาธาตุยวราชรังสฤษฎ์ แต่ที่จะเข้าสู่ภาคการปฏิบัติ ผู้ปฏิบัติที่เป็นพระภิกษุจะต้องเข้าปริวาสกรรมก่อน เพราะการเข้าปริวาสกรรมนั้น จะเอื้อต่อการประพฤติปฏิบัติเนื่องจากมีวัตรของปริวาสกำกับอยู่แล้ว จะตัดปليโพธต่าง ๆ มีการสัจจรไปในที่อื่น การรับแขก จึงป้องกันจิตของผู้ปฏิบัติไม่ให้ตื่นกวัดแกว่งและเตลิดไปหากามคุณ ศีลของผู้ปฏิบัติจะบริสุทธิ์ ส่วนฆราวาสพระราชปริยัติยากรก็ให้สมาทานศีล ๘ เนื่องจากศีล ๘ อนุเคราะห์แก่การประพฤติปฏิบัติธรรม คัมภีร์ครองตนตัดปليโพธเครื่องกังวลทั้งหลาย เพื่อไม่จิตใจฟุ้งซ่านไปในอารมณ์ต่าง ๆ เพราะศีลเครื่องควบคุมกาย วาจา และใจ ไม่ให้ทำ พูด คิด ตามอำนาจของธรรมารมณ์ที่จรเข้ามา พระราชปริยัติยากรจึงให้ความสำคัญกับพระวินัยเป็นอย่างมากซึ่งถือว่าเป็นบันไดขั้นแรกของการประพฤติปฏิบัติธรรม ส่วนวิธีการสอน มี ๒ ประการคือ (๑) บุญพาศมรรค การสอนพื้นฐานเน้นสำหรับคนที่ไม่มีเวลา (๒) อริยมรรค การสอนคนที่มาปฏิบัติเพื่อต้องการหลุดพ้นโดยยึดเอาพระนิพพานเป็นอารมณ์ นอกจากจะสอนตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ แล้ว ยังใช้หลักเมตตาพรหมวิหาร การทรมาน เอาใส่ใจ เสียสละ เพราะเล็งเห็นความดำรงอยู่ได้แห่งพระศาสนา คือ (๑) มีผู้มาบวช (๒) ได้ศึกษาเล่าเรียน (๓) ได้ปฏิบัติ (๔) ได้ผลของการปฏิบัติ ๕ ได้ประกาศพระศาสนา ๖ มีผู้อุปถัมภ์ วิธีการเหล่านี้ที่พระราชปริยัติยากรได้สอนควบคู่กับการสอนวิปัสสนากรรมฐาน จึงทำให้ผลของการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ได้ผลเป็นที่ปรากฏ เป็นที่ยอมรับจากคนทั้งหลาย ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ ต่างพากันมาปฏิบัติในสำนัก เมื่อปฏิบัติได้ผลเป็นที่น่าพอใจแล้ว ต่างก็พากันไปเทศนาสั่งสอนพุทธบริษัทตามภูมิลำเนาของตน

ข้อเสนอแนะ

๑. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๑) มหาเถรสมาคมควรมีการจัดอบรมหลักสูตรพระวิปัสสนาจารย์เป็นประจำทุกปี อย่างน้อยปีละ ๑ ครั้ง เช่นเดียวกับการจัดอบรมพระอุปัชฌาย์ เพื่อให้แนวทางการสอนวิปัสสนากรรมฐานเป็นไปในทิศทางเดียวกัน

๒) มหาเถรสมาคมควรจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานให้แก่เยาวชน ณ สถานที่ใดสถานที่หนึ่ง ซึ่งเป็นจุดศูนย์รวมแบบยั่งยืน เพื่อให้เยาวชนเกิดความเข้าใจในหลักศาสนา

๓) รัฐบาลควรจัดสรรงบประมาณผ่านสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติควรสนับสนุนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานให้เป็นรูปธรรม

๒. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- ๑) ศึกษาแนวทางการบริหารสำนักเรียนบาลีควบคู่กับสำนักปฏิบัติธรรมตามแนวพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท)
- ๒) ศึกษาวิธีการสอนกรรมฐาน : เฉพาะกรณีศึกษาสมถกรรมฐานตามแนวพระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท)
- ๓) ศึกษาเปรียบเทียบการสอนวิปัสสนากรรมฐานของพระวิปัสสนาจารย์แต่ละสาย ในเขตภาคอีสาน

บรรณานุกรม

- พระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท). **แสงสว่างทางปฏิบัติ**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๘.
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- _____. **อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.
- สำนักปฏิบัติธรรมวัดพิชโสภาราม. **พระราชปริยัติยากร (บุญเรือง สารโท)**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๘.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป. อ. ปยุตฺโต). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๔๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๖๒.
- สัมภาษณ์ นางสาวจิราวรรณ เครือสนธิ์. อุบาสิกาวัตพิชโสภาราม. ๘ เมษายน ๒๕๖๕.
- สัมภาษณ์ พระมหาไพฑูรย์ ขนดิสโร. เลขานุการโรงเรียนพระปริยัติธรรมประจำจังหวัดอุบลราชธานี แห่งที่ ๑๘ เมษายน ๒๕๖๕.
- สัมภาษณ์ แม่ชีประไพ จันทาลุน. หัวหน้าแม่ชีวัดพิชโสภาราม. ๘ เมษายน ๒๕๖๕.
- สัมภาษณ์ นายศราวุธ ศรีเจริญ. ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านห้วยยาง. ๘ เมษายน ๒๕๖๕.
- วัดพิชโสภาราม. **ประกาศวัดพิชโสภารามเรื่องอนุมัติจัดตั้งเครือข่ายวัดพิชโสภาราม จำนวน ๘๐ แห่ง**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา : <https://www.watpitch.com/branch/> [๑๐ เมษายน ๒๕๖๕].