

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

หลักแห่งความจริงของโลกมีอยู่ว่า ถ้ามนุษย์เราไม่เข้าซึ่งถึงสัจจะแห่งธรรมะ มนุษย์เหล่านั้นก็ยังยึดโทสะ โมหะ โลภะ เมื่อมนุษย์เหล่านั้นยังยึด โทสะ โมหะ โลภะ แล้วไซ้ มนุษย์เหล่านั้นจะต้องตกอยู่ในสังสารวัฏแห่งการเวียนว่ายตายเกิด ที่จะนำไปสู่แห่งความหลุดพ้นจากความทุกข์นั้นยาก

พระพุทธศาสนา พุทธปรัชญา เกิดขึ้นเพราะว่าองค์สมณโคดมนั้นยึดหลักแห่งความทุกข์ของมนุษย์เป็นสรณะในการที่จะจัดทุกข์ของมนุษย์ จึงได้ทำการค้นคว้าในการที่จะหลุดพ้นแห่งวัฏสงสารนั้น แต่ภาวะทั้งหลาย “ในขณะที่ศาสนาพุทธสู่ถึงพุทธศาสนา มนุษย์ทั้งหลายที่ยังไม่เข้าซึ่งถึงแก่นของพระพุทธศาสนาเข้าถึงแค่เปลือก”

คำว่า พระพุทธศาสนา ว่าโดยทั่วไป มีความหมายกว้างมาก รวมถึงแต่หลักธรรม พระสงฆ์ องค์กร สถาบัน กิจการ ไปจนถึงศาสนสถานและศาสนวัตถุ ทุกอย่าง แต่ถ้าจะเจาะลงไปให้ถึงความหมายแท้ที่เป็นตัวจริง พระพุทธศาสนาก็มีความหมายตรงไปตรงมาตามคำแปลโดยพยัญชนะของคำว่า พระพุทธศาสนา นั้นเองว่า “คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า” นี่ก็ตัวแท้จริงของพระพุทธศาสนา สิ่งอื่นนอกจากนี้เป็นส่วนขยายออกหรือออกขึ้นมาจากคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น

เมื่อจับความหมายที่เป็นตัวแท้ได้แล้ว ก็จะมองเห็นว่า ความดำรงอยู่ของพระพุทธศาสนา หมายถึงความคงอยู่แห่งคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า หากคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเลือนลางหายไป แม้จะมีบุคคล กิจการ ศาสนสถาน และศาสนวัตถุใหญ่โตมโหฬารมากมายเท่าใดก็ไม่อาจถือว่ามีพระพุทธศาสนา แต่ในทางตรงข้าม แม้ว่าสิ่งที่เป็นรูปธรรมภายนอกดังกล่าวจะสูญหาย ถ้าคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ายังดำรงอยู่ คนก็ยังรู้จักพระพุทธศาสนาได้ ด้วยเหตุนี้ การดำรงรักษาพระพุทธศาสนาที่แท้จริง จึงหมายถึงการดำรงรักษาคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

กล่าวให้เฉพาะลงไปอีก คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้านั้น ก็ได้แก่ พุทธพจน์ หรือพระคำรัสของพระพุทธเจ้านั่นเอง ดังนั้น ว่าโดยสาระ การดำรงรักษาพระพุทธศาสนา จึงหมายถึงการดำรงรักษาพระพุทธพจน์

อนึ่ง พระพุทธพจน์นั้น เป็นพระดำรัสที่พระพุทธเจ้าตรัสแสดงธรรมและบัญญัติวินัยไว้ ก่อนพุทธปรินิพพานไม่นาน พระพุทธเจ้าตรัสไว้เองว่าจะไม่ทรงตั้งพระภิกษุองค์ใดเป็นศาสดา แทนพระองค์เมื่อพระองค์ปรินิพพานล่วงไป แต่ได้ทรงมอบหมายให้ชาวพุทธได้รู้กันว่า พระธรรมวินัยนั้นแหละเป็นพระศาสดาแทนพระองค์ ชาวพุทธะจำนวนมากถึงกับจำพุทธพจน์ภาษาบาลีได้ว่า

โย โว อานนท มยา ธมฺโม จ วินโย จ เทสิโต ปญฺญุตโต

โส โว มมจฺจุยฺน สตุถา

“ดูก่อนอานนท์! ธรรมและวินัยใด ที่เราได้แสดงแล้ว และบัญญัติแล้ว แก่เราทั้งหลาย ธรรมและวินัยนั้น จักเป็นศาสดาของเราทั้งหลาย โดยกาลที่เราล่วงลับไป”

โดยนัยนี้ พระพุทธพจน์ จึงเป็นทั้งพระพุทธศาสนาหรือคำตรัสสอนของพระพุทธเจ้า และที่ชำระสถิตพระศาสดา โดยทรงไว้และประกาศพระธรรมวินัยแทนพระพุทธองค์ (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), 2553, หน้า 4-5)

ปुरुชนทั้งหลายมีความทุกข์เพราะมี “ตัณหา” ปนอยู่ในความคิด คือ คิดอยากมี อยากได้ อยากเอา อยากให้เป็นอย่างนั้น อยากให้เป็นอย่างนี้ หรือไม่อยากจะเป็นอย่างนั้น ไม่อยากให้เป็นอย่างนี้ เมื่อสมใจอยากก็ยิ่งสนองตัณหาตามใจอยากมากขึ้นไปอีก ทำให้เราร้อนเป็นไฟเผาใจให้เป็นทุกข์ หรือถ้าไม่ได้ดังใจอยากก็ยิ่งเป็นทุกข์หนัก และเครียดมาก แล้วก็มันจะหลงไปโทษคนอื่น สิ่งอื่นว่าทำให้เป็นทุกข์ หรือไม่ก็โทษตนเอง ยิ่งทำให้เกิดความทุกข์ซ้ำเติมมากขึ้น

ความจริงแล้วความทุกข์ไม่ได้เกิดเพราะคนอื่น สิ่งอื่น หรือเพราะตนเองเป็นเหตุ แต่ความทุกข์ทั้งหลายเกิดจาก “อวิชชา” ที่ไม่รู้ว่า จิตเกิดดับๆ เป็นขณะจิตเร็วมาก และความทุกข์เป็นอาการของจิตแต่ละขณะจิตซึ่งจะเกิดต่อเมื่อขณะจิตที่ขาดหลงคิดอยาก หรือมีความอยากปนอยู่ในความคิด (ตัณหา) เมื่อหลงคิดอยากถี่ๆ ต่อเนื่องกันจะเหมือนกับมีความทุกข์ขังอยู่ในร่างกาย หรือในจิตใจ จนหลงยึดมั่นถือมั่นว่าจิตเรา หรือจิตของเราทุกข์ ซึ่งเป็นอวิชชา ทำให้ไม่พ้นทุกข์ เมื่อความทุกข์เกิดที่ใจ เนื่องมาจากมีตัณหาปนอยู่ในความคิด ก็ต้อง “จบที่ใจ” ตนเอง จะต้องไม่หลงคิดไปตามใจอยาก จึงจะพ้นทุกข์ ไม่ใช่ไปจบที่คนอื่น หรือสิ่งอื่น ซึ่งความทุกข์จะไม่สามารถค้างคาอยู่ในร่างกายและจิตใจได้ เพราะร่างกายเป็นของไม่เที่ยง ไม่มีตัวตนยั่งยืน ต้องมีความเสื่อมไปสู่ความแก่ ความเจ็บ ความตายเป็นธรรมดา ส่วนจิตใจเป็นนามธรรม มีความไม่เที่ยงเกิดดับๆ ตลอดเวลา ดังนั้น จึงไม่สามารถเอาอะไรมาขังหรือมาเก็บไว้ในร่างกายหรือในจิตใจให้เป็นทุกข์ได้ ไม่ว่าจะเป็นบุตร หลาน สามี ภรรยา บิดา มารดา ญาติ พี่น้อง ทรัพย์สินเงินทอง ตำแหน่ง ลาภ ยศ สรรเสริญ นิทาน แต่การที่อยู่ๆ มีสิ่งเหล่านั้นเกิดขึ้นมาในใจ ก็เป็นเพราะไปคิดถึง นึกถึงสิ่งเหล่านั้น แล้วรู้สึกว่ามีความทุกข์ใจ ความไม่สบายใจ ความกังวลใจ ความห่วงใย ความคับแค้นใจ ความขัดข้องหมองใจ ความน้อยเนื้อต่ำใจ ค้างคาอยู่ในใจ ความจริงเกิดจากความคิดถึง นึกถึงสิ่ง

เหล่านั้นถึง และมีตัณหาปนอยู่ในความคิด จนไม่มีช่องว่าง จึงเหมือนกับมีสิ่งเหล่านั้นค้างคาอยู่ในใจให้เป็นกิเลส และความทุกข์ แต่หากไม่มี “ตัณหา” ปนอยู่ในความคิดถึงสิ่งเหล่านั้น ถึงจะคิดอย่างไรก็ไม่ทุกข์

ดังนั้น เมื่อในชีวิตประจำวัน สติยังขาดไปหลงคิดปรุงแต่งให้เป็นตัณหาและความทุกข์อยู่เช่นนี้ ครั้นตายแล้วก็จะหมุนวนต่อไปสู่การเวียนว่ายตายเกิดไม่รู้จบสิ้น เพราะยังไม่สิ้น “อวิชชา” ซึ่งเป็นปัจจัยให้เกิด “สังขาร” คือ หลงคิดปรุงแต่งมีตัวเราเข้าไปมีส่วนได้เสียเป็นความอยาก (ตัณหา) ต่างๆ จนเป็นความทุกข์ แต่การที่จะหลุดพ้นจากทุกข์ หรือหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดอีกนั้น ไม่ใช่ห้ามไม่ให้คิด แต่ให้หลุดพ้นจากความคิด ซึ่งการจะหลุดพ้นจากความคิดได้มีเพียงวิธีเดียวเท่านั้น คือ ต้องมี “สติ สัมปชัญญะ” รู้สึกตัวทั่วพร้อมอยู่ทุกปัจจุบัน ขณะที่มีการกระทบทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ตัวกับใจอยู่ด้วยกันในทุกขณะปัจจุบัน ตัวอยู่ไหน ใจอยู่นั้น กายทำอะไร ใจอยู่กับสิ่งนั้น พร้อมกับสักแต่ว่ารู้ทุกคิดและทุกอาการโดยไม่หลงคิดปรุงแต่ง หรือหลงส่งจิตออกนอกให้มีความอยากหรือความไม่อยากปนอยู่ในความคิด หรือไม่หลงคิดเพลินไปกับสิ่งใด ก็จะไม่ทุกข์ ดังนั้น เพียรอย่าให้ขาดสติขาดแล้วธรรมชาติของชาตुरूเขาก็จะรู้ตัวเราเองทุกคิดและทุกอาการ โดย “สักแต่ว่ารู้” หรือ “รู้ ชั่ว ชั่ว” หรือ “อยู่กับรู้” ไม่หลงคิด หรือไม่หลงติดไปกับสิ่งที่ถูกรู้ ไม่แทรกแซง หรือไม่พยายามทำให้ไม่คิด ดังที่หลวงปู่มั่น ภูริทัตโต เขียนในชั้นระวิมุตติสะมังคีธรรมะว่า “ถึงจะคิดก็ไม่ห้ามตามวิสัย เมื่อไม่ห้ามกลับไม่ฟุ้งพินยุงไป (พ้นทุกข์) ฟุ้งรู้ได้ว่าบาป (ความทุกข์) มีขึ้นเพราะขึ้นจริง” ซึ่ง แม้กระทั่งพระพุทธองค์ และพระอรหันต์สาวกก็ยังต้องคิด ไม่ใช่ไม่คิด แต่พระองค์ หรือองค์ท่านจะไม่เคยขาด “สติ” หลงคิดให้กิเลส ตัณหา หรือความอยากมาปนอยู่ในความคิดเลย จึงไม่มีความทุกข์ หรือพ้นจากทุกข์ นี้แหละเรียกว่า “นิพพาน” (ชมรมผู้ปฏิบัติธรรมสำนักงานศาลยุติธรรม, ม.ป.ป., หน้า 11-14)

ปัจจุบันนี้ชาวพุทธหันหน้าเข้าวัดมากขึ้น การเข้าวัดทำบุญ ไม่ใช่เข้าไปเรียนรู้เรื่องทำบุญไปสวรรค์ ทำบาปไปนรกเท่านั้น ต้องเข้าไปศึกษาค้นคว้าแนวทางถึงการปฏิบัติ ธรรมฐานแก่กรรมได้อย่างไร ถ้าใครทำกรรมฐานได้ลึกซึ้งจะรู้เหตุผลของชีวิตได้อย่างดีที่สุด เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวัน แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าได้ ถ้าใครเจริญวิปัสสนากรรมฐานโดยต่อเนื่อง สร้างความดีให้ติดต่อกัน สร้างความดีถูกตัวบุคคล ถูกสถานที่ ถูกเวลาต่อเนื่องกัน เสมอต้นเสมอปลายแล้ว คนนั้นจะ ได้รับผลดี 100% และจะเอาดีในชาตินี้ได้แน่นอน ไม่ต้องรอถึงชาติหน้า (พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ ฐิตธมฺโม), 2554, หน้า 65)

พุทธบริษัททั้งหลาย ทางที่จะให้จิตบริสุทธิ์จากกิเลสทั้งหลายได้นั้นมีอยู่ทางเดียวคือทางที่สมเด็จพระบรมศาสดาทรงวางไว้ อันได้แก่ “สติปัญญา 4” ที่จะช่วยปลดปล่อยพันธนาการโซ่ตรวน เครื่องร้อยรัดที่ผูกมัดจิตใจของเราไว้ให้ไปสู่ความเป็นอิสระ ช่วยปลดปล่อยตนเองให้พ้น

จากอำนาจความครอบงำของกิเลสตัณหา ถ้าเราปรารถนาจะพาตนให้พ้นทุกข์ ประสบสันติสุขอย่างแท้จริงแล้ว ขอบงปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแนวสติปัฏฐาน 4 นี้เกิด ก็จะสามารถพัฒนาชีวิตและจิตวิญญาณให้สูงขึ้น เจริญขึ้นสู่ฐานะอันสูงสุดเท่าที่จะขึ้นถึงได้ นั่นคือ การทำจิตให้บริสุทธิ์ข้ามแดนแห่งความมีคมนของชีวิต เพื่อเข้าถึงจุดจบของชีวิตหรือที่สุดแห่งทุกข์คือพระนิพพาน (พระราชพรหมจารย์พระอาจารย์ทอง สิริมจฺคโล, 2548, หน้า 1-2)

ผู้วิจัยเห็นว่า หลักธรรมทางพระพุทธศาสนามีหลักปฏิบัติที่สามารถนำมาประพฤติปฏิบัติเพื่อขัดเกลาพฤติกรรมของตนเองให้ดีขึ้น จึงสนใจศึกษาประสิทธิผลของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงชีวิต ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดตาลเอน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของสำนักปฏิบัติธรรมวัดตาลเอน และศึกษาถึงประสิทธิผลของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของผู้มาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ว่าเกิดความเปลี่ยนแปลงกับชีวิตอย่างไรบ้าง และเมื่อปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแล้วชีวิตมีการพัฒนาไปในทางที่ดีหรือไม่

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของวัดตาลเอน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
2. เพื่อศึกษาประสิทธิผลของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ วัดตาลเอน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยเรื่องประสิทธิผลของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ศึกษาเฉพาะกรณีวัดตาลเอน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เพื่อแสดงให้เห็นหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และประสิทธิผลที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติ โดยศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก และศึกษาจากเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง การศึกษาครั้งนี้ใช้วิธีการสัมภาษณ์ การสังเกตผู้มาปฏิบัติธรรมที่วัดตาลเอน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ตั้งแต่

2 ครั้งขึ้นไป เพื่อทราบถึงประสิทธิผลของการเปลี่ยนแปลงชีวิตที่เกิดขึ้นแก่ผู้มาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

นิยามศัพท์เฉพาะ

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง เป็นอุบายให้เรื่องปัญญา คือเกิดปัญญาเห็นแจ้ง หมายความว่าเห็นเป็นปัจจุบัน เห็นรูป นาม เห็นพระไตรลักษณ์ (อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา) และเห็น มรรค ผล นิพพาน

ประสิทธิผล หมายถึง ผลสำเร็จที่เกิดจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

สติปัฏฐาน หมายถึง ฐานที่ตั้งของสติ หรือเหตุปัจจัยสำหรับปลุกสติให้เกิดขึ้นในฐาน ทั้ง 4 คือ กาย เวทนา จิต ธรรม

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทำให้ทราบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของวัดตาลเอน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
2. ทำให้ทราบประสิทธิผลของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่มีต่อการเปลี่ยนแปลงชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ วัดตาลเอน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา