

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษลันนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”
“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

กัมมัฏฐานลันนาและกัมมัฏฐานฉบับครุบาเจ้าศรีวิชัย

Lanna Meditation and Kruba Chao Sriwichai's Meditation

พระครูพิพัฒนปริยัตยาภรณ์ และพระครูโกวิทธรธวาที, ผศ.ดร.

Phrakhru Aranchaithat, Phrakru and Gowitattthawathi, Asst. Prof. Dr.,

วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Lamphun Buddhist College

apiwat26529@gmail.com



บทคัดย่อ

บทความนี้เป็นบทความวิชาการ มุ่งนำเสนอความรู้เกี่ยวกับกัมมัฏฐานลันนาและกัมมัฏฐานฉบับครุบาเจ้าศรีวิชัย คำว่า กัมมัฏฐาน หมายถึง อารมณ์เป็นที่ตั้งในการเจริญภาวนา ที่ตั้งแห่งการทำความเพียรฝึกอบรมจิต หรือวิธีฝึกอบรมจิตในพระพุทธศาสนา ความสำคัญของกัมมัฏฐานคือ เป็นเครื่องมือในการขัดเกลากิเลส แบ่งประเภทออกเป็น 2 อย่าง คือ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน เมื่อพุทธศาสนาเข้ามาสู่ลันนาแล้ว ได้เกิดการผสมผสานกับลัทธิความเชื่อเดิมที่มีอยู่ก่อนแล้ว จนกลายมาเป็นลักษณะเฉพาะของพระพุทธศาสนาในลันนา และการปฏิบัติกัมมัฏฐานของลันนาที่มีลักษณะเฉพาะ โดยรูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในลันนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอขมาแก้ว 5 โกฐาก การนำเอาลูกประคำมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ ซึ่งการปฏิบัติแบบใช้ลูกประคำนี้ได้รับอิทธิพลจากพม่าในช่วงที่เข้าปกครองเชียงใหม่ และในยุคสมัยที่ครุบาเจ้าศรีวิชัยมีอิทธิพลต่อวิถีคิดและระบบสังคมสงฆ์ในลันนา จนเกิดกรณีพิพาทกับคณะสงฆ์สมัยใหม่ที่นำเอารูปแบบการปกครองคณะสงฆ์จากส่วนกลางเข้ามา ครุบาเจ้าศรีวิชัยก็ยังคงยึดแนวทางการปฏิบัติกัมมัฏฐานของท่านอย่างเหนียวแน่น และกัมมัฏฐานที่ครุบาศรีวิชัยใช้สอนมีเพียงเล่มเดียว คือ “กัมมัฏฐานรอม” เท่านั้น

คำสำคัญ : กัมมัฏฐาน, กัมมัฏฐานลันนา, ครุบาเจ้าศรีวิชัย

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”
“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

Abstract

This article is an academic article aims to present knowledge about Lanna meditation and Kruba Chao Sriwichai's meditation. The word Kammatthana means the emotion that is the basis for meditation. A place of effort to train the mind or methods of training the mind in Buddhism. The importance of meditation is that it is a tool for purifying defilements. Divided into two types: samatha meditation and vipassana meditation. When the Buddhism came to Lanna there has been a mix of existing beliefs and beliefs. Until it became a characteristic of Buddhism in Lanna and meditation practices of Lanna that have specific characteristics. The style of meditation practice in Lanna is based on the Visuddhimagga scripture. Flower offerings were said and say a five-part request for forgiveness, using rosary beads as a tool for practice. This practice of using rosary beads was influenced by the Burmese during the period when they ruled Chiang Mai. In the era when Kruba Chao Sriwichai influenced the way of thinking and the monastic social system in Lanna. Until there was a dispute with the modern Sangha that brought in a centralized form of Sangha governance. Kruba Srivichai still firmly adheres to his practice of meditation and the meditation that Kruba Srivichai uses to teach is only one book, which is "Kammathana Rom" only.

Key words: Meditation, Lanna Meditation, Kruba Chao Sriwichai,

บทนำ

วิปัสสนากรรมฐานมีมาแต่ครั้งพุทธกาล เป็นหนทางเดียว ไปคนเดียว ทรงทำให้เกิดขึ้น มีอยู่เฉพาะพุทธศาสนาเท่านั้น มุ่งสู่จุดหมายเดียวคือ พระนิพพาน ใช้คำต่างๆ เช่น วิปัสสนา มรรค อริยมรรคมีองค์ 8 เอกายนมคโค สติปัฏฐาน 4 มรรคาวนา กายภาวนา จิตภาวนา สติปัฏฐานภาวนา วิปัสสนากรรมฐาน หรือ วิปัสสนาภาวนา มีความหมาย คือ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามความเป็นจริง ได้แก่ “หลักหรือวิธีปฏิบัติ เพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในขั้น 5 ว่าเป็น

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก” “Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

สภาวะที่ไม่เที่ยง (อนิจจัง) เป็นทุกข์ ทนได้ยาก (ทุกขัง) เป็นสภาวะที่ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เราเขา บังคับบัญชาไม่ได้ เรียกว่า วิปัสสนา” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2532)

ที่มาของกัมมัฏฐานโบราณล้านนา คือ วิสุทธิมรรค นอกจากเนื้อหาที่เหมือนกันแล้ว ชื่อโบราณที่เก่าที่สุดที่พบ ในพ.ศ. 2295 วัดกิตติวงศ์ อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ชื่อว่า “วิสุทธิมคคกัมมัฏฐาน” อันเป็นหลักฐานที่แสดงว่าการสืบทอดกัมมัฏฐานโบราณล้านนามาจากวิสุทธิมรรค เช่นเดียวกับที่ระบุในประวัติพระมหากัณจนเถร วัดสูงเม่น จังหวัดแพร่ ถึงการให้ความเคารพพระพุทโธษาจารย์ ในฐานะผู้แต่งวิสุทธิมรรค อย่างไรก็ตาม แม้จะมีหลักการปฏิบัติเช่นเดียวกัน ทว่าขั้นตอนการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนา กลับมีรายละเอียดที่ต่างออกไป กัมมัฏฐานล้านนาโบราณนั้น ได้ประยุกต์หลักการจากวิสุทธิมรรคให้เข้ากับธรรมเนียมการปฏิบัติของพระภิกษุสงฆ์ล้านนาโบราณ ซึ่งผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่จะถูกเรียกว่า “ตนบุญ” หรือ “นักบุญ” ซึ่งมีความหมายเชิงยกย่องว่าเป็นนักบวชที่มีคุณสมบัติพิเศษในดินแดนล้านนา และหากพูดถึงพระภิกษุสงฆ์ที่ถูกกล่าวขานและได้รับศรัทธาจากพุทธศาสนิกชนมากที่สุดรูปหนึ่ง เห็นจะเป็น “ครูบาศรีวิชัย” โดยผู้คนจำนวนมากต่างเชื่อว่า ท่านคือ “เจ้าตนบุญแห่งล้านนา” เป็นผู้ที่มาสร้างความเจริญรุ่งเรือง และสืบทอดพระพุทธศาสนาให้คงอยู่ ความศรัทธา “ครูบาศรีวิชัย” ในฐานะ “ตนบุญ” แสดงให้เห็นว่าในสังคมล้านนายังคงมีแนวคิดและพื้นฐานทางสังคมที่ผูกพันกับจารีตอย่างเหนียวแน่น ครูบาศรีวิชัย มีชีวิตอยู่ในช่วงพุทธศตวรรษที่ 25 โดยเกิดเมื่อวันอังคารที่ 11 มิถุนายน พ.ศ.2421 ปีชาล มรณภาพเมื่อวันที่ 21 กุมภาพันธ์ พ.ศ.2481 เป็นที่รู้จักในฐานะผู้สร้างถนนทางขึ้นวัดพระธาตุดอยสุเทพราชวรวิหาร จังหวัดเชียงใหม่ ในปีพ.ศ. 2477 ครูบาศรีวิชัยเป็นผู้มีศีลและธรรม ปฏิบัติกัมมัฏฐานอย่างเคร่งครัด เพื่อสั่งสมบุญบารมี และเอาตนตัวให้พ้นจากกิเลส การปฏิบัติตนอันงดงามอันมีหลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานเป็นพื้นฐานของชีวิต ทำให้ชาวล้านนาเรียกขานท่านด้วยความเคารพอย่างสูงว่า “ครูบาศีลธรรม”

หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็น 1 ใน 2 หน้าที่หลักของพระภิกษุที่พระพุทธเจ้าทรงกำหนดไว้ควบคู่กับคันถธุระ หรือ การศึกษาหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์หมดจด จนกระทั่งบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดหมายสูงสุดทางศาสนา ก่อนที่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษลันนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”

“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

จะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงกล่าวถึงพุทธบริษัททั้ง 4 คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา ว่า การที่พุทธบริษัทใดบริษัทหนึ่งบรรลุธรรมระดับใดก็ตามด้วยการเจริญพระกัมมัฏฐาน ก็ย่อมทำให้พุทธบริษัทเหล่านั้นเกิดความมั่นใจในการเจริญกัมมัฏฐานเช่นกัน โดยเห็นว่าวิธีเจริญกัมมัฏฐานเป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ให้บรรลุถึงนิพพานได้

วิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นศาสตร์และศิลป์แห่งการใช้ชีวิต ด้วยเหตุที่สามารถพัฒนาจิตใจของมนุษย์ให้เข้าถึงความสงบและสร้างสติปัญญาแห่งตนได้ (คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2551) การเจริญสติปัฏฐาน แปลว่า การที่สติเข้าไปตั้งอยู่ หรือมีสติกำกับอยู่ ว่าโดยหลักการก็คือ การใช้สติหรือวิธีปฏิบัติเพื่อใช้สติให้เกิดผลดีที่สุด การเจริญสติเป็นทางเอกที่ทำให้เกิดอิสรภาพหลุดพ้นจากความบีบคั้นของกาลเวลาและบาปกรรมทั้งปวง ประสบความสงบ ความงาม ความสุข มิตรภาพ และพลังแห่งการเรียนรู้และสร้างสรรค์อย่างหาที่เปรียบไม่ได้ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 เป็นแนวทางการปฏิบัติเพื่อทำให้เกิดสติรู้เท่าทัน ทำให้เกิดศีล สมาธิและปัญญา ศีลทำหน้าที่ควบคุมพฤติกรรมทางกายและวาจาให้เป็นปกติ สมาธิทำให้กิเลสอย่างกลางสงบ วิธีเดียวที่จะขจัดกิเลสให้หมดสิ้นได้คือปัญญา (ณอภัย พวงมะลิ, 2561) ดังนั้น การวิปัสสนากัมมัฏฐานมีวัตถุประสงค์หลักก็คือ เพื่อรู้แจ้ง เพื่อละสิ่งที่เปื้อนเหตุแห่งทุกข์ นั่นคือ กิเลสต้นเหตุทั้งหลาย การรู้แจ้งทางปัญญาจะทำให้เข้าใจความเป็นจริงของชีวิตอย่างถูกต้อง เห็นว่ารูปนามเป็นสภาพที่ไม่เที่ยง มีสภาพเป็นทุกข์ มีสภาพเป็นอนัตตา ไม่มีใครสามารถบังคับบัญชาหรือควบคุมได้ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นวิชาที่พระพุทธเจ้าค้นพบ ไม่ลึกลับ ไม่ใช่ของยาก และไม่ใช่ของง่าย เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ทุกเพศทุกวัย ไม่จำกัดด้วยกาล สถานที่ และผู้ฟังปฏิบัติพึงรู้ได้ด้วยตนเองในชาตินี้ ดังพุทธพจน์ว่า “อานนทฺ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกาใดก็ตามที่ปฏิบัติธรรมตามสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบยิ่ง ปฏิบัติตามธรรมอยู่ ผู้นั้นเชื่อได้ว่าสักการะ เคารพ นับถือ บูชา (เรา) ตถาคตด้วยการบูชาสูงสุด อานนทฺ เพราะฉะนั้นเธอพึงกำหนดใส่ใจว่าเราจะปฏิบัติตามสมควรแก่ธรรม ปฏิบัติชอบยิ่ง ปฏิบัติธรรมอยู่” วิปัสสนากัมมัฏฐานถือว่าเป็นเอกลักษณ์ทางพระพุทธศาสนาที่พระพุทธองค์ทรงค้นพบ และนำมาเผยแผ่สั่งสอนพุทธบริษัท โดยมีปรากฏในคัมภีร์มหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งมีหลักปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในตัวพระสูตรนี้จะเน้นความสำคัญและความจำเป็นของสติที่จะนำไปใช้งาน คือ การกำจัดกิเลสและการดูแลสติใน 4 แห่ง คือ กายานุปัสสนาสติ เวทนานุปัสสนาสติ จิตตานุปัสสนาสติและธัมมานุปัสสนาสติ ทั้งหลายเหล่านี้ถือเป็นธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งสติในการ

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษลันนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก” “Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

ระลึกถึงและพิจารณาสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง (พระครูภาวนาภิกิจสุนทร วิ., 2562) จึงเป็นความสำคัญอย่างยิ่งที่เราในฐานะชาวพุทธ ควรที่จะได้ศึกษาถึงรูปแบบและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในแบบฉบับของลันนาที่ถือได้ว่าเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว

คำว่า “กัมมัฏฐาน” (Meditation) มีรากศัพท์เป็นภาษาบาลี จำแนกออกได้เป็น 2 คำ คือ กัมม+ฐาน กัมม แปลว่า การงาน เป็นนามศัพท์ ปุงลิงค์ กัมมิ (แจกตามแบบ กุล) ฐาน แปลว่า ที่ตั้ง ดังมีรูปวิเคราะห์ว่า ฐนติ ฐานํ เมื่อนำคำทั้งสองรวมเข้าด้วยกันโดยซ้อน ฐ ข้างหน้า ฐ (ซ้อนอักษรตัวที่ 1 หน้าตัวที่ 2 ในวรรคของตนได้ ซึ่ง ฐ วรรค มีอักษร 5 ตัวคือ ฐ ฐ ฆ ฒ น) สำเร็จรูปเป็น “กัมมัฏฐาน” แปลว่า ที่ตั้งแห่งการงาน จึง เป็นอารมณ์ที่ชื่อว่า กรรมฐาน เพราะเป็นเหตุที่ตั้งแห่งการประพฤติกกรรมในภาวนา 2 อย่าง และภาวนาวิธีที่ชื่อว่าเป็นกรรมฐาน เพราะเป็นปทัสถานแห่งการทำ ความเพียรยิ่งๆ ขึ้นไป (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539)

“ปฐวีธาตุ อาโปธาตุ เตโชธาตุ วาโยธาตุ ย่อมตั้งอยู่ไม่ได้ในวิญญูณ ซึ่งเป็นสิ่งที่มองไม่เห็น ไม่มีที่สุด แต่มีท่าข้ามโดยรอบด้าน อุปาทายรูปที่ยาวและสั้น ละเอียด และหยาบ งามและไม่งาม ก็ ย่อมตั้งอยู่ไม่ได้ในวิญญูณนี้เช่นเดียวกัน นามและรูปย่อมดับสนิทเช่นเดียวกัน เพราะวิญญูณ นาม และรูปนั้น ก็ย่อมดับสนิทในที่นั้น” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙) ในวิญญูณนี้ จากข้อความข้างต้น คำว่า “ท่าข้าม” ในที่นี้หมายถึง กัมมัฏฐาน 38 ประการ เป็นเส้นทางของชนทั้งหลาย ผู้ประสงค์จะข้ามให้ถึงพระนิพพานใช้เป็นอุบาย (มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2534)

“แม้ถึงร่างกายนี้จะแตกสลายไปก็ตามที่ การที่เราจะหยุดความเพียรในการเจริญกัมมัฏฐาน นี้ จะไม่มีเป็นอันขาด” (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙) ข้อความข้างต้นนี้ กัมมัฏฐาน หมายถึง โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ เมื่อเกิดขึ้นด้วยอานาภาพแห่งมนสิการ ย่อมออกไปจากฝ่ายสังกิลेธรรม ได้ (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) โพธิปักขิยธรรม คือธรรมอันเป็นฝักฝ่ายแห่งความตรัสรู้ คือ เกื้อกูลแก่การตรัสรู้ ธรรมเกื้อหนุนแก่อริยมรรค (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539) และสติปัฏฐาน 4 ที่ตั้งของสติ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง คือ ตามที่สิ่งนั้นๆ มัน เป็นของมันเอง (มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙) ได้แก่

1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาให้รู้เห็นตามเป็นจริง ว่าเป็นเพียงกาย ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา ท่านจำแนกปฏิบัติไว้หลายอย่าง คือ อานาปานสติ กำหนดลมหายใจ 1 อิริยาบถ กำหนดรู้ทันอิริยาบถ 1 สัมปชัญญะ สร้างสัมปชัญญะในการกระทำความ

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษลันนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”

“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

เคลื่อนไหวทุกอย่าง 1 ปฏิภณนสิกการ พิจารณาส่วนประกอบอันไม่สะอาดทั้งหลายที่ประชุมเข้าเป็นร่างกายนี้ 1 ธาตุนนสิกการ พิจารณาเห็นร่างกายของตนโดยสักว่าเป็นธาตุแต่ละอย่างๆ 1 นวสัทธิกา พิจารณาซากศพในสภาพต่างๆ อันแปลกกันไปใน 9 ระยะเวลา ให้เห็นคติธรรมตาของร่างกายของผู้อื่นเช่นใด ของตนก็จักเป็นเช่นนั้น 1

2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่าเป็นแต่เพียงเวทนา ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดเวทนาอันเป็นสุขก็ดี ทุกข์ก็ดี เฉยๆ ก็ดี ทั้งที่เป็นสามิส และเป็นนิรามิส ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงจิต ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดจิตของตนที่มีราคะ ไม่มีราคะ มีโทสะ ไม่มีโทสะ มีโมหะ ไม่มีโมหะ เศร้าหมองหรือผ่องแผ้ว พุ่งชานหรือเป็นสมาธิ ฯลฯ อย่างใดๆ ตามที่เป็นไปอยู่ในขณะนั้นๆ

4) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม ให้รู้เห็นตามเป็นจริงว่า เป็นแต่เพียงธรรม ไม่ใช่สัตว์บุคคลตัวตนเราเขา คือ มีสติรู้ชัดธรรมทั้งหลาย ได้แก่ นิรวณ 5 ชันธ 5 อายตนะ 12 โพชฌงค์ 7 อริยสัจ 4 ว่าคืออะไร เป็นอย่างไร มีในตนหรือไม่ เกิดขึ้น เจริญบริบูรณ์ และดับไปได้อย่างไร เป็นต้น ตามที่เป็นจริงของมันอย่างนั้นๆ

ตามหลักฐานในพระไตรปิฎกและอรรถกถาแสดงไว้ว่า พระพุทธเจ้าทรงยกย่องการปฏิบัติขึ้นไว้เป็นอันดับต้น เพราะในขั้นแรกได้มีการปฏิบัติจนเกิดผลของการปฏิบัติคือปฏิเวธแล้ว จึงวางระเบียบวิธีกระทำขึ้นอันเป็นปริยัติในขั้นต่อมา ปริยัติจึงมีความสำคัญเพราะเป็นแผนที่หรือเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อให้เกิดปฏิเวธ สรุปได้ว่า ธรรมะในพระพุทธศาสนามี 2 อย่าง คือ 1) คันถธรรม ได้แก่ การเรียนรู้คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าตามที่มีปรากฏมาในพระไตรปิฎก ตลอดถึงอรรถกถา ฎีกาต่างๆ จนมีความรู้ความชำนาญในสาขาวิชานั้นๆ แล้วนำมาพิจารณาหาเหตุผลอันเป็นภาคทฤษฎีอุปมาเหมือนกับการเรียนตำรายา รู้ดีว่าเป็นยาอะไร และแก้โรคอะไรได้บ้าง แต่ยังไม่ได้ปรุงยานั้นรับประทาน ถึงแม้ยานั้นจะมีคุณภาพดีสักเพียงใดก็ตาม เมื่อ ยังมิได้รับประทานยา โรคที่เป็นอยู่ก็ยังไม่อาจหายไปจากร่างกายของคนไข้ได้ 2) วิปัสสนาธรรม ได้แก่ การปฏิบัติตามภาคทฤษฎีที่ได้เรียนรู้นั้น เพื่อพิสูจน์ผล คือ ความจริงของวิชาที่ตนได้เรียนรู้นั้น จนได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นปฏิเวธตามสมควรแก่ความสามารถของตน อุปมาเหมือนกับการปรุงยาตามตำราแล้วรับประทานจนได้ผล คือ

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”
“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567
โรคได้หายไปจากร่างกายของคนไข้แล้ว ดังนั้น การศึกษาธรรมทั้งสองอย่างนี้ จึงเป็นหน้าที่ของพุทธ
บริษัททั้ง 4 คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา โดยแท้ (พระมหาบุญเลิศ ธรรมทสสี และคณะ, 2548)

การใช้สติเพื่อความหลุดพ้นตามหลักสติปัฏฐาน 4

สติปัฏฐาน 4 แปลว่า “ฐานแห่งสติ” หรือ “การใช้สติ” การปฏิบัตินี้สอนให้เฝ้าดูและคอย
สังเกตคุณลักษณะต่างๆของกาย เวทนา (ความรู้สึก) จิตและธรรม (รูปแบบของความจริง) อย่างสงบ
“ธรรมะ “ในข้อสุดท้าย หมายถึง กระบวนการทางจิตและทางกายที่เป็นหัวใจสำคัญ ดังที่พระพุทธ
องค์ทรงวิเคราะห์ความจริงเอาไว้ หรือที่เรียกว่า “พระธรรม” ธรรม 2 ประการ คือ 1) สมถะ หมายถึง
การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ 2) วิปัสสนา หมายถึง ความเห็นแจ้ง สมถะที่ภิกษุเจริญแล้วย่อมให้จิต
เจริญ จิตที่เจริญแล้วย่อมละระคายได้และให้ปัญญาเจริญ เมื่อปัญญาเจริญแล้วย่อมละอวิชชา ถึงซึ่งเจ
โตวิมุตติและปัญญาวิมุตติ (พาลวรรค องฺทุก.(ไทย) 20/22 - 32/73- 76)

หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวคิดของล้านนา

กัมมัฏฐาน หมายถึง อารมณ์เป็นที่ตั้งของการทำงานหรือการกระทำ การงาน คือ สมถภาวนา
สมถะ หมายถึง สงบจากอกุศล คือ โลภะ โทสะ โมหะ ภาวนา หมายถึง การอบรม การเจริญขึ้น การ
ฝึกกรรมฐานจำเป็นต้องชำระตนให้สะอาดด้วยการรักษาศีล คือ การอบรมกายและวาจาของตนให้
บริสุทธิ์ผ่องแผ้วก่อน เพราะการฝึกกรรมฐานเป็นการกระทำกุศลกรรมชนิดหนึ่ง โดยเฉพาะมโนกรรม
ต่างจากกรรมทั่วไป ตรงที่เป้าหมายสูงสุดเป็นการกระทำเพื่อความสันภาพชาติ สันทุกข์ไม่ต้องไปเกิดใน
แหล่งภพชาติกำเนิดได้อีกต่อไป กรรมฐานแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

2) สมถกัมมัฏฐาน (Concentration Development) คือ กรรมฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งความ
สงบทางใจ การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ ที่ใช้ทั่วไปหมายถึง วิธีทำใจให้สงบจนตั้งมั่นเป็นสมาธิ ถึง
ขั้นได้ฌานระดับต่าง ๆ ซึ่งหมายถึงสมาธิขั้นสูงที่ทำให้เกิดฌาน หลักการของสมถะ คือ กำหนดใจไว้
กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้แน่วแนจนจิตน้อมตั้งอยู่ในสิ่งนั้นสิ่งเดียว ความแน่วแน่หรือตั้งมั่นของจิตนี้ เรียกว่า
สมาธิ เมื่อสมาธิแนบสนิทเต็มที่แล้ว ก็จะเกิดภาวะจิตที่เรียกว่า ฌาน

1) วิปัสสนากัมมัฏฐาน (Insight development) คือ กรรมฐานอันเป็นที่ตั้งแห่งการเจริญ
ทางปัญญา การฝึกฝนปัญญาให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริงตามความเป็นจริงของสิ่งต่าง ๆ หรือการรู้เท่าทัน

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”

“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

โลกแห่งชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ บริสุทธิ์จากกิเลสเครื่องผูกมัดและหลุดพ้นจากความทุกข์ หมายความว่า ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้ง รู้ชัดสิ่งทั้งหลาย ตรงต่อสภาวะของมัน คือ ให้เข้าใจตามความเป็นจริงหรือตามที่สิ่งเหล่านั้นมันเป็นของมันเอง รู้แจ้งชัดเข้าใจจริง จนถอนความหลงผิด รู้ผิด และยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ทั้งท่าทีและการมอง การรับรู้ การวางจิตใจและความรู้สึกทั้งหลาย ความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เกิดขึ้นเรื่อย ๆ ในระหว่างการปฏิบัตินั้น เรียกว่า ญาณ

รูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่ได้เพิ่มเติมการใช้ลูกประจำเข้ามา ซึ่งการปฏิบัติแบบใช้ลูกประจำนี้ได้รับอิทธิพลจากพม่าในช่วงที่เข้าปกครองเชียงใหม่ อีกนัยหนึ่ง น่าจะได้รับอิทธิพลจากพระชาวไทลื้อที่อพยพเข้ามาอยู่ในเชียงใหม่ในช่วงเวลาของพระยา กาวิละปกครองเมืองเชียงใหม่ ต่อมาในปี พ.ศ.2494 คณะสงฆ์ภาคเหนือได้คัดเลือกเอาครูบาวัดน้ำบ่อหลวง อ.สันป่าตอง ครูบาวัดพระพุทธรบาทตากผ้า และครูบาทอง วัดเมืองมาง ให้เป็นผู้แทนของพระสงฆ์ในภาคเหนือ ไปศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน 4 ที่วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร ทำพระจันทร์ กรุงเทพมหานคร เป็นเวลา 1 พรรษา ครูบาทั้ง 3 ปฏิบัติในสายพุทโธมาก่อน โดยครูบาวัดพระพุทธรบาทตากผ้า นั้นได้เรียนกับ ครูบาแก้ว ขตติโย (ครูบาขัตติยะ) วัดป่าเหียง ต.แม่แรง อ.ป่าซาง ซึ่งเป็นอุปัชฌาย์ของท่าน (ครูบาแก้วเป็นชาวเชียงรุ่ง มาอยู่ที่เชียงของ จากนั้นก็เดินธุดงค์เรื่อยมาจนถึงลำพูน และมาอยู่ที่วัดป่าเหียง) หลังจากที่เดินทางกลับมาจากกรุงเทพฯ แล้วก็ได้อสอนการปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน 4 แต่สำหรับครูบาวัดพระพุทธรบาทตากผ้า ท่านจะสอนการปฏิบัติ 2 แนวทาง คือ 1) สำหรับพระภิกษุหนุ่ม สามเณรน้อย จะสอนแบบพุทโธ 2) สำหรับผู้สูงอายุทั้งพระภิกษุและฆราวาส จะสอนพอง – ยุบ สำหรับครูบาทอง สิริมงคล เมื่อเดินทางกลับมาเชียงใหม่แล้ว ในปีถัดมาคือ พ.ศ. 2495 ได้เดินทางไปศึกษาเพิ่มเติมที่ประเทศสหภาพพม่า โดยพักอาศัยอยู่ที่วัดกัมมะเอะ ระยะเวลาหนึ่ง แล้วย้ายไปพักอยู่ที่วัดพญาจีจงใต้ (เข้าหัตถ์จี) และได้ไปปฏิบัติกับท่านมหาสีสยาตอ ภัททันตะโสภณ มหาเถร ที่วัดต่าตะนะยิดา ประเทศพม่า เมื่อศึกษาแล้ว ครูบาทอง สิริมงคล ได้เดินทางกลับมาสอนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน 4 ที่วัดเมืองมาง ต่อมาได้ย้ายไปเปิดที่วัดตโปทาราม (จำเปิง) และภายหลัง ได้รับอาราธนาให้ไปเป็นเจ้าอาวาสวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อ.จอมทอง จ.เชียงใหม่ การสอนของครูบาทองนั้นมีผู้เลื่อมใสมาเข้ารับการปฏิบัติเป็นจำนวนมาก ทั้งพระภิกษุ สามเณร อุบาสก และอุบาสิกา เมื่อฝึก

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษลันนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก” “Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

ปฏิบัติแล้วท่านทั้งหลายเหล่านั้นก็นำเอารูปแบบและวิธีการของการปฏิบัติสายนี้ไปเผยแพร่จนได้รับความนิยมไปทั่วภาคเหนือ (วิโรจน์ อินทนนท์, 2559) ทำให้พบว่า ในล้านนายุคปัจจุบันนี้มีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวพองหนอ ยุบหนอเป็นหลัก ไม่ปรากฏว่าการปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณลันนาเป็นที่ยอมรับในลันนาเช่นในอดีตอีกเลย (ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรีและคณะ, 2560)

เมื่อพุทธศาสนาเข้ามาสู่ลันนาแล้ว ก็เกิดการผสมผสานกับลัทธิความเชื่อเดิมที่มีอยู่ก่อนแล้ว เช่น การนับถือผี ความเชื่อในไสยศาสตร์และโหราศาสตร์ จนกลายมาเป็นลักษณะเฉพาะของพระพุทธศาสนาในลันนา และการปฏิบัติกัมมัฏฐานของลันนาที่มีลักษณะเฉพาะ นั่นคือ มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอมาแก้ว 5 โกฎัก คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน ครูบาอาจารย์ การปฏิบัติเช่นนี้จะทำให้ผู้ปฏิบัติโน้มใจของตัวเองเข้าสู่การปฏิบัติ เป็นการปวารณาตนและเตือนตัวเองอยู่เสมอ เพื่อไม่ให้เกิดความพลั้งเผลอ เน้นการท่องบทสวดมนต์เป็นหลัก โดยนำบทสวดภาษาบาลีมาแปลเป็นแบบนิสสัย คือ การแปลคำต่อคำ ซึ่งการสวดมนต์เป็นการเตรียมตัวเตรียมใจเข้าสู่การปฏิบัติ ทำให้จิตใจสงบได้ง่าย และมีการนำเอาลูกประคำมาเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติ เมื่อภาวนาไปให้นับลูกประคำไปด้วยในแต่ละครั้ง ซึ่งการใช้ลูกประคำนี้เป็นลักษณะพิเศษของพระสงฆ์ในลันนา ซึ่งจะได้รับลูกประคำจากพระอุปัชฌาย์หลังจากผ่านพิธีบรรพชาอุปสมบทเสร็จแล้ว จนกล่าวได้ว่าลูกประคำเป็นบริวารชนิดหนึ่งที่ขาดไม่ได้ โดยการเก็บลูกประคำนั้นเนื่องจากเป็นของสูงคือของที่คู่กับการปฏิบัติ พระสงฆ์ในลันนาจึงนิยมนำมาคล้องคอ ในขณะที่นั่งปฏิบัติกัมมัฏฐานก็จะนำออกมานับพร้อมกับการปฏิบัติ มีการแยกการปฏิบัติแบบสมถะกับวิปัสสนาออกจากกันอย่างชัดเจน โดยให้ปฏิบัติสมถะก่อนแล้วจึงปฏิบัติวิปัสสนา จนถึงระดับหนึ่งเมื่อจิตตั้งมั่นแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนาได้เลย โดยสมถกัมมัฏฐานเป็นกัมมัฏฐานที่ทำให้จิตสงบเป็นขั้นตอนเริ่มแรกของการปฏิบัติ เมื่อจิตสงบแล้วก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนา คือเริ่มพิจารณาไตรลักษณ์ได้ ถ้าจิตยังไม่สงบการพิจารณาไตรลักษณ์ก็เป็นไปได้ยาก ดังนั้นกัมมัฏฐานลันนาจึงเน้นไปที่สมถกัมมัฏฐานเป็นเบื้องต้น ในแต่ละขั้นตอนที่ปฏิบัติจะระบุไว้ว่าจิตได้ถึงสมาธิขั้นไหน เกิดปิติอะไรขึ้นบ้าง หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานลันนานั้นได้ชี้แจงการเกิดขึ้นของปิติเมื่อปฏิบัติเทวตานุสติจบแล้ว หมายความว่า เริ่มแรกผู้ปฏิบัติจะต้องให้ความสำคัญกับสิ่งที่มีอยู่ในตนเองเสียก่อน เช่น สีลานุสติ (การระลึกถึงศีลที่ตนรักษา) จาคานุสติ (การระลึกถึงทาน ความดีที่ตนสร้าง) ซึ่งการระลึกถึงสิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ทำได้ง่ายกว่าสิ่งอื่นเนื่องจากเป็นสิ่งที่ดีงามและบริสุทธิ์เมื่อมีอยู่ในตนเองย่อมก่อให้เกิดปิติได้โดยง่าย

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”
“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

การปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนามีอุปกรณ์หลักในการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาคือ ลูกประคำ ซึ่งไม่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแต่อย่างใด ด้วยเหตุนี้ในโบราณกัมมัฏฐานหลายฉบับ จึงบอกเทคนิควิธีการนับลูกประคำด้วย เช่น ให้นับซ้ำๆ อย่าไว ให้ตกไปตามคาบกรรม ให้เสียงร่อนลง ไปยังหัวใจ หรือในการเดินจงกรม ให้ใช้มือขวา ชูสายลูกประคำขึ้นอยู่ระหว่างอก มือซ้ายเหยียดลง แนบขา เดินไปจนถึงเขต กำหนดหัวจงกรม ให้นับลูกประคำเม็ดหนึ่ง ถึงทางจงกรมให้นับลูกประคำ เม็ดหนึ่ง ให้เดินไปซ้ำๆ อย่างสำรวม ให้ได้ 8 ลูกประคำ 28 ลูกประคำ หรือเมื่อนั่งสมาธิให้ชูสาย ลูกประคำขึ้นอยู่ระหว่างอก มือซ้ายหยายบนตัก เป็นต้น

ก่อนการปฏิบัติกัมมัฏฐาน โยคีหรือผู้ปฏิบัติควรทำดังนี้

1) เตรียมข้าวตอก ดอกไม้เทียน ใสในพานไว้ให้เรียบร้อย จัดดอกไม้ให้เป็น 5 โกลฐาก (ส่วน) คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ กัมมัฏฐานทั้งมวล ครุบาอาจารย์ผู้ให้กัมมัฏฐานและสอน กัมมัฏฐาน เทียน 5 คู่

2) อาบน้ำชำระล้างร่างกายให้สะอาด

3) คลุ่สัถ์ ให้สมาทานรักษาศีล 5 หรือศีล 8

สามเณร ให้รักษาศีล 10 ให้บริสุทธิ์

พระภิกษุ ให้ปลงอาบัติ รักษาจตุปาริสุทธศีลให้บริสุทธิ์

ส่วนสถานที่ปฏิบัติควรเป็นสถานที่ที่สงัด จะเป็นวัด ลานเจดีย์ หรือใต้ต้นไม้ก็ได้
ขั้นตอนปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา

1) กราบพระพุทธรูป 3 ครั้ง

2) จะปฏิบัติกัมมัฏฐานใดก็ตามแต่ ให้เริ่มด้วยพุทธานุสสติ อัมมานุสสติ สังขานุสสติ

3) ขอปิตติสมาธิกับพระพุทธเจ้า ให้ว่า “ข้าจักขอภาวนา พุทธานุสสติ อัมมานุสสติ สังขานุสสติ ครั้นว่าจะภาวนาดวงใด ขอให้อวดวงนั้นเตอะ ว่าข้าขอปิตติสมาธิธรรมเจ้าดวงผาเสริฐ ขอจูงห้อมา บังเกิดในจิตตะสันตาระ (สันดาน) ตนตัวแห่งข้า อันจักนั่งภาวนาในที่นี้ มีขุททกปาติเป็นเก้า (เป็น อันดับแรก) ะหลาบ (ตราบ) ต่อเท่าถึงพณปาติแก่ผู้ข้า อันจักนั่งภาวนาเพื่อห้อมเสียงทุกขุสสุตทุกขุ แก่ ข้าแท้ดีหลีเตอะ...” ว่า 3 ครั้ง

3) ภาวนาพุทธานุสสติ ธรรมคุณ สังขมคุณ

4) ภาวนาบทอื่นๆ ในสมถกัมมัฏฐาน 40 เช่น กายาคตานุสสติ เมตตภาวนา เป็นต้น

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”
“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

5) ภาวนาวิปัสสนากัมมัญฐาน ได้แก่ อนิจจังกัมมัญฐาน ทุกขังกัมมัญฐาน อนัตตา กัมมัญฐาน

กัมมัญฐานฉบับครูบาเจ้าศรีวิชัย

ครูบาศรีวิชัยเป็นพระสงฆ์ในล้านนา มีชีวิตอยู่ในช่วงพุทธศตวรรษที่ 25 เป็นที่รู้จักในฐานะผู้สร้างถนนทางขึ้นวัดพระธาตุดอยสุเทพราชวรวิหาร จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อปี พ.ศ.2477 ท่านเป็นผู้มีศีลและธรรม ปฏิบัติกัมมัญฐานอย่างเคร่งครัด เพื่อสั่งสมบุญบารมีและเอาตนตัวให้พ้นจากกิเลส การปฏิบัติตนอันงดงามอันมีหลักการปฏิบัติกัมมัญฐานเป็นพื้นฐานของชีวิต ทำให้ชาวล้านนาเรียกขานท่านด้วยความเคารพอย่างสูงว่า “ครูบาศีลธรรม”

ครูบาเจ้าศรีวิชัยมี “ศาสตร์” แห่งการปฏิบัติธรรม หาใช่ศิษย์ไร้สำนึกไม่ ครูบาอาจารย์ที่เป็นต้นแบบประสิทธิ์ประสาทวิชาให้แก่ครูบาเจ้าศรีวิชัย ได้แก่ 1) ครูบาสมณะ วัดบ้านโง้งหลวง ผู้เป็นพระอุปัชฌาย์ให้แก่อ้ายฟ้าฮ้อย หรือดินเฟือน (นามเดิมของครูบาเจ้าศรีวิชัย) ตอนบรรพชาเป็นสามเณร และอีกครั้งตอนอุปสมบทเป็นพระภิกษุ 2) ครูบาอุปละ แห่งสำนักดอยแต สอนครูบาเจ้าศรีวิชัยให้รู้จักวิธีปฏิบัติกัมมัญฐานแบบล้านนา 3) ครูบาเมธา วัดทาดอยคำ สอนวิชาอาสนิสต์ศิลป์ ซึ่งต่อมาครูบาเจ้าศรีวิชัยจะนำไปใช้ถ่ายทอดให้แก่คนหนุ่มมาก เนื่องจากศิษยานุศิษย์ที่เข้ามาหาครูบาเจ้าศรีวิชัยมีร้อยพ่อพันแม่ ยากที่จะให้ครูบาเจ้าศรีวิชัยสอนกัมมัญฐานขั้นสูงหรือเทศนาหัวข้อธรรมขั้นสูงได้ เนื้อหาที่ท่านเทศน์ส่วนใหญ่จะเป็น ขอให้ยึดมั่นต่อศีลห้า 4) ครูบาโปธ แห่งวัดทาดอยครั่ง สอนวิชาการนับลูกประจำ 108 เม็ด และวิธีการเดินจงกรมให้แก่ครูบาเจ้าศรีวิชัย ครูบาอาจารย์ทั้งสี่ท่านนี้ล้วนเป็นศิษย์ของปรมาจารย์ใหญ่อีกสองท่านคือ ครูบาสมเด็จจวชิรปัญญา แห่งวัดสันตันธง สังฆราชาเมืองลำพูน ผู้เป็นสหธรรมิกกับครูบากัญจนะมหาเถรอรัญญาสี แห่งวัดสูงเม่น เมืองแพร่ เมื่อครูบาเจ้าศรีวิชัยได้รับการถ่ายทอด “ศาสตร์” หรือทฤษฎีในการปฏิบัติธรรมอย่างเข้มข้นแล้ว ครูบาเจ้าศรีวิชัยจำต้องใช้ “ศิลป์” มาช่วยในการถ่ายทอดธรรมะให้แก่ศิษยานุศิษย์นับหมื่นนับพันคน ซึ่งการสอน “ศาสตร์ทางธรรม” อันลึกซึ้งให้แก่คนหนุ่มมากนั้น ครูบาเจ้าศรีวิชัยจำต้องใช้ “ศิลปะ” หรือสรรหาวิธีที่ง่ายที่สุดมาถ่ายทอดแก่เหล่าสานุศิษย์ นั่นคือ การเน้นคาถาปารมี 30 ทัก ซึ่งท่านได้ร้อยเรียงเป็นคำคล้องจองคล้ายคร่าวขอหรือบทกวีให้สวดง่าย จำง่าย แต่เนื้อหาลึกซึ้งมาก ถือเป็นการใช้ศิลปะขั้นสูงในการสื่อสารกับปริมาณคนที่มีมากมาย บางคนเป็นชนเผ่าบนดอยสูงที่เคยนับถือผีบรรพบุรุษมาก่อน บางคนทำท่าจะเข้านิเวศเป็นคริสเตียน บางคนถูกแบ่งแยกให้ไปนับถือศาสนาอื่นตามยุค ดังนั้นท่ามกลางคน

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก” “Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

หมู่หมาก สิ่งที่ครุบาเจ้าศรีวิชัยกระทำหลักๆ คือ 1) สาธกเรื่องอานิสงส์ของศีล 5 พื้นฐาน 2) การให้คาถาสวด ปารมี 9 ชั้น (เป็นภาษาล้านนาคำเมือง) กับคาถาสวดปารมี 30 ทศ เป็นภาษาบาลี (เพ็ญสุภา สุขคตะ, 2565)

ครุบาศรีวิชัยนั้นยึดถือปฏิบัติในแนวของนิกายเชียงใหม่ผสมกับนิกายยองซึ่งมีแนวปฏิบัติบางอย่างต่างจากนิกายอื่นๆ มีธรรมเนียมที่ยึดถือ คือ การนุ่งห่มที่เรียกว่า กุมผ้าแบบรดดอก สวมหมวกแขวนลูกประคำ ถือไม้เท้าและพัด ซึ่งยึดธรรมเนียมมาจากวัดดอยแต โดยอ้างว่าสืบวิธีการนี้มาจากลังกา และนอกจากจะเป็นพระนักปฏิบัติแล้ว ทางด้านเทศนาโวหาร ครุบาศรีวิชัยก็ยังสามารถแสดงธรรมให้ผู้คนในยุค นั้น ได้เข้าใจถึงหลักธรรมเบื้องต้นอย่างแจ่มแจ้ง ผู้เขียนขอ นำ “ธรรมอานิสงส์ศีล” ที่ครุบาศรีวิชัยได้เขียนไว้เมื่อปี พ.ศ. 2474 เนื่องในงานฉลองวิหารหลวง วัดสวนดอก จ.เชียงใหม่ พิมพ์เป็นอักษรเมือง (ภาษาล้านนา) ปรีวรรตเป็นภาษาไทย โดยนายหนานปวงคำ ดู่เขียว เมื่อเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2528 ความตอนหนึ่งว่า “...น้ำแม่น้ำคงคา ยูนนา อจิรวดี มหิมหาสลภู ซึ่งเป็นแม่น้ำใหญ่ทั้ง 5 แม่น้ำ แม่น้ำจักเอามาอาบให้หมดสิ้นทั้ง 5 แม่น้ำก็ไม่อาจล้างบาป คือความเดือดร้อนภายในให้หายได้ และฝนลูกเห็บ แม่น้ำจะตกมาร้อยทำให้เย็นและหนาวสักปานใดก็ดี ก็ไม่อาจจะเย็นเข้าไปถึงภายใน ให้หายความทุกข์เวทนาได้ ศีล 5 เป็นอริยทรัพย์ เป็นต้นของความบริสุทธิ์ เป็นน้ำทิพย์สำหรับล้างบาป คือความเดือดร้อน ภายในให้หายได้ เป็นบันไดแก้วสำหรับก้าวขึ้นไปสู่สวรรค์...” ซึ่งพระบ้านป่ารูปหนึ่งทีถือกำเนิดจากครอบครัวสามัญชนที่ยากจน แต่ยึดถือแน่วแน่ในหลักธรรมคำสอนของพระบรมศาสดา มีจิตใจที่มั่นคงไม่หวั่นไหวกับกิเลส มารร้ายที่คอยจ้องทำลายพรหมจรรย์อยู่ตลอดเวลา

กัมมัฏฐานที่ครุบาเจ้าศรีวิชัยใช้สอนมีเพียงเล่มเดียว คือ “กัมมัฏฐานรอม” กัมมัฏฐานสมัยครุบาศรีวิชัย มีลักษณะเช่นเดียวกับกัมมัฏฐานล้านนาโบราณ ที่มีรากมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรค ปรากฏอย่างชัดในสังคัมล้านนาตั้งแต่ปลายพุทธศตวรรษที่ 23 กัมมัฏฐานที่ครุบาศรีวิชัยใช้สอน เชื่อว่าสืบมาจากกัมมัฏฐานของครุบาทมหาภิณฺจนเถร วัดสูงเม่น เมืองแพร่ เพราะมีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน กัมมัฏฐานสมัยครุบาศรีวิชัยเป็นไปเพื่อการสั่งสมบุญบารมี และพัฒนาตนเองให้พ้นไปจากกิเลส หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานของครุบาเจ้าศรีวิชัย ประกอบด้วย

- (1) บุญกิริยาวัตถุ 3
- (2) โยนิโสมนสิการ

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษลันนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”
“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

- (3) สติ
- (4) สมาธิ
- (5) ความนอบน้อม
- (6) ความเพียร ทาน ศีล ภาวนา

ครุบาศรีวิชัยเลือกปฏิบัติพุทธานุสสตี อัมมานุสสตี สังฆานุสสตี เมตตาทนเอง (เมตตาท่อนตนเอง) พรหมวิหาร (เมตตาท่อนอื่น กรุณา มุทิตา อุเบกขา) กายคตา ทิฐิวิสุทธิญาณ กังขาวิสุทธิญาณ ไตรลักษณ์ ศีล และอรุณพรหม ๔ มีทั้งสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังนี้ (ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี และธณิกานต์ วรรณธรรมานนท์, ๒๕๖๑)

1) สมถกัมมัฏฐาน ในหมวดอนุสสตี ได้แก่ พุทธานุสสตี อัมมานุสสตี สังฆานุสสตี กายคตานุสสตี และศีลानุสสตี หมวดพรหมวิหารกัมมัฏฐาน โดยแบ่งเป็นเมตตาทนเอง (เมตตาทนเอง) และพรหมวิหาร (เมตตาท่อนอื่น กรุณา มุทิตา อุเบกขา) หมวดอรุณพรหมกัมมัฏฐาน ได้แก่ อากาสาณัญจยตนะ วิญญานัญจยตนะ อากิญจัญญตนะ เนวสัญญานาสัญญายตนะ

2) วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ หมวดวิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้แก่ ทิฐิวิสุทธิญาณ กังขาวิสุทธิญาณ และไตรลักษณ์ (มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ)

(1) ทิฐิวิสุทธิ เป็นส่วนที่แสดงเรื่องกำหนดเห็นนามรูปตามความเป็นจริง
(2) กังขาวิตรณวิสุทธิ แสดงเรื่องกำหนดรู้เหตุและปัจจัยของนามรูปว่ามาจาก อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรม และอาหาร โดยการละความสงสัยในความเป็นมาของตนเองทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต

(3) มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ คือ เรื่องสัมมสนญาณ การพิจารณาขั้น 5 โดยอาการ ภาจ ประการ มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นโรค เป็นต้น เรื่องการทำอินทรีย์ให้แก่กล้าโดยอาการ 9 มีเห็นความดับอย่างเดียวของสังขารทั้งหลายที่เกิดขึ้นแล้ว เป็นต้น เรื่องอุทัพพญาณ เรื่องอุปกิเลส 10 ประการซึ่งจะเกิดขึ้นขณะมีวิปัสสนาอย่างอ่อน ได้แก่ โสภาส (แสงสว่าง) ญาณ (ความรู้) ปีติ (ความอิ่มใจ) ปัสสัทธิ (ความสงบ) สุข (ความสุข) อธิโมกข์ (ความเชื่อ) ปคคาหะ (ความเพียร) อุปัญฐาน (ความเข้าไปตั้งมั่น) อุเบกขา (ความวางเฉย) และนิกัณติ (ความใคร่) ให้พิจารณาว่าอุปกิเลสนั้นไม่เที่ยง ถูกปัจจัยปรุงแต่งไว้ อาศัยปัจจัยเกิดขึ้น มีความสิ้นไปเป็นธรรมดา มีความดับไปเป็นธรรมดา เป็นต้น

องค์ความรู้

องค์ความรู้ที่ได้จากบทความนี้ แบ่งเป็น 2 ส่วน ได้แก่

1) การปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนา รูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนาได้ยึดแบบคัมภีร์วิสุทธิมรรค มีลักษณะเฉพาะคือ มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอขมาแก้ว 5 โกฐาก คือ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน ครุบาอาจารย์ การปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนามีอุปกรณ์หลักในการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาคือ ลูกประคำ ซึ่งไม่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคแต่อย่างใด และกัมมัฏฐานล้านนาเน้นไปที่สมถกัมมัฏฐานเป็นเบื้องต้น

2) กัมมัฏฐานฉบับครุบาเจ้าศรีวิชัย มีลักษณะเช่นเดียวกับกัมมัฏฐานล้านนาโบราณ ที่มีรากมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรค กัมมัฏฐานที่ครุบาเจ้าศรีวิชัยใช้สอนมีเพียงเล่มเดียว คือ “กัมมัฏฐานรอม” เชื่อว่าสืบมาจากกัมมัฏฐานของครุบาหมากัญจนเถร วัดสูงเม่น เมืองแพร่ เพราะมีลักษณะที่คล้ายคลึงกัน ครุบาศรีวิชัยเลือกปฏิบัติพุทฺธคุณ ฌัมมคุณ สังขคุณ เมตตาตนเอง (เมตตาต่อตนเอง) พรหมวิหาร (เมตตาผู้อื่น กรณา มุทิตา อุเบกขา) กายคตา ทิฐิวิสุทธิญาณ กังขาวิสุทธิญาณ ไตรลักษณ์ ศีล และอรูปพรหม ๔ มีทั้งสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนา กัมมัฏฐาน

สรุป

การปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนา มีการถ่ายทอดสืบต่อกันมาอย่างยาวนาน โดยพระภิกษุที่มีศีลและธรรม เป็นผู้ปฏิบัติที่เคร่งครัด โดยครุบาแต่ละท่านมีการประยุกต์แนวทางการสอนธรรมและกัมมัฏฐานเพื่อให้พระภิกษุและพุทธศาสนิกชน สามารถปฏิบัติตามได้ง่ายขึ้น โดยผสมผสานกับลัทธิความเชื่อเดิมที่มีอยู่ก่อน สร้างกระบวนการที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติได้รวบรวมจิตใจให้มีความพร้อมก่อนปฏิบัติกัมมัฏฐาน อาทิ มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวคำขอขมาแก้ว 5 โกฐาก การแปลบทสวดภาษาบาลีให้เป็นภาษาไทยหรือภาษาล้านนาที่เข้าใจได้ง่าย มีทำนองไพเราะ มีการใช้ลูกประคำเป็นเครื่องมือในการช่วยให้จิตเป็นสมาธิ เหล่านี้ทำให้การปฏิบัติกัมมัฏฐานของล้านนาที่มีลักษณะเฉพาะ โดยพระภิกษุที่ได้รับการยอมรับ และเป็นที่ยอมรับอย่างสูงองค์หนึ่งคือ ครุบาเจ้าศรีวิชัย ซึ่งเป็นที่ยอมรับว่าเป็นผู้มีศีลและธรรม ปฏิบัติกัมมัฏฐานอย่างเคร่งครัด

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”
“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567

ศีลธรรมกัมมัฏฐานของครูบาเจ้าศรีวิชัยเกิดขึ้นเพราะบุญบารมีในอดีตชาติมาจนถึงปัจจุบัน ชาติที่ท่านได้พบครูบาอาจารย์ที่มีเมตตาถ่ายทอดวิชากัมมัฏฐานให้ โดยเริ่มตั้งแต่ครั้งบรรพชาเป็น สามเณรก็ได้รับกัมมัฏฐานจากครูบาขัติยะ กาลต่อมาได้อุปสมบทได้รับจากพระอุปัชฌาย์คือ ครูบา สมณะ วัดบ้านโฮ้งหลวง และท่านได้มาศึกษาเล่าเรียนเพิ่มเติมจากครูบาอุปาละ วัดดอยเต และครูบา วัดดอยคำ ตามลำดับ ทำให้ครูบาเจ้าศรีวิชัยได้เจริญกัมมัฏฐานมาโดยลำดับ จุดเด่นที่สำคัญคือ ครู บาศรีวิชัยเลือกปฏิบัติพุทธคุณ ธรรมคุณ สังฆคุณ เมตตาตนเอง (เมตตาตนเอง) พรหมวิหาร (เมตตา ผู้อื่น กรุณา มุทิตา อุเบกขา) กายคตา ทิฐิวิสสุทธินาถ กังขาวิสุทธิญาณ ไตรลักษณ์ ศีล และอรุณ พรหม 4 มีทั้งสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยในการถ่ายทอดกัมมัฏฐานที่ครูบาเจ้าศรีวิชัย ใช้สอนมีเพียงเล่มเดียว คือ “กัมมัฏฐานรอม” ซึ่งมีลักษณะเช่นเดียวกับกัมมัฏฐานล้านนาโบราณ ที่มี รากมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรค โดยมีหลักการปฏิบัติ 6 ประการ ประกอบด้วย 1) บุญกิริยาวัตถุ 3 2) โยนิโสมนสิการ 3) สติ 4) สมาธิ 5) ความนอบน้อม และ 6) ความเพียร ท่าน ศีล ภาวนา

References

- คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2551). *ธรรมะภาคปฏิบัติ 1*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- ณอภัย พวงมะลิ. (2561). “การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์โดยการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐานสี่ ของศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดถ้ำพระผาคอก อำเภอเวียงชัย จังหวัด เชียงราย”. *วิทยานิพนธ์ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏ เชียงใหม่.
- พระครูภาวนาภิธานทร วิ.. (2562). “ศึกษารูปแบบและกระบวนการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานใน จังหวัดนครศรีธรรมราช”. *วารสารมหาจุฬานาครธรรม*. 6(3) : 1590.
- พระมหาบุญเลิศ ธรรมทสสี, นางสาวนงเยาว์ หนูไชยะ ณ กาฬสินธุ์ และนางสาวพรรณรายชูเลิศ. (2548). “ศึกษาปรากฏการณ์วิธีการสอน วิปัสสนากัมมัฏฐานตามหลักสติปัฏฐานสี่ใน ปัจจุบัน”. *รายงานวิจัย*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- เพ็ญสุภา สุขคตะ. (2565). “ศิลปศาสตร์” ในวิถีชีวิตของ “ครูบาเจ้าศรีวิชัย”. *ข่าวศิลปวัฒนธรรม*. <https://konlanna.com/contents/read/1639>.

รายงานสืบเนื่องจากการประชุมวิชาการระดับชาติ (Proceedings) ครั้งที่ 10 เรื่อง “เอกบุรุษล้านนา ครุบาบุคคลสำคัญของโลก”
“Ekkaburut Lanna The Great Kruba; One of the World's” Great Personalities” วันที่ 2 มีนาคม 2567
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (2539). *ปกรณวิเสศภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณวิไลโส*. กรุงเทพฯ:
โรงพิมพ์วิญญาน.

_____. (2532). *อรรถกถาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณ*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

_____. (2561). *พระไตรปิฎกฉบับสากล วิธีธรรมจากพุทธปัญญา*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (2534). *พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด 91 เล่ม*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

วิโรจน์ อินทนนท์. (2559). “กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด”. *รายงานวิจัย*.
กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี และธณิกานต์ วรธรรมานนท์. (2561). “ลักษณะกัมมัฏฐานสมัยกรุงศรีอยุธยา”.
วารสารพุทธศิลปกรรม. 1(2) : 22-23.

ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี, พระครูธีรสุตพจน์ และธณิกานต์ วรธรรมานนท์. (๒๕๖๐). “กัมมัฏฐานโบราณล้านนา: ที่มา ลักษณะ และการเสื่อมสูญ”. *วารสารพื้นถิ่น โขง ชี มูล*. 3(2) : 184 - 187.