

**การศึกษาวิเคราะห์ลูกประคำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของ
พระสงฆ์ล้านนา**

**AN ANALYTICAL STUDY OF THE ROSARY AS A PRACTICAL TOOL MEDITATION OF
LANNA MONKS**

**พระครูสังฆรักษ์ธนอรธร รตนสิริ (ทะปะละ) Phrakhrusangkharak Tanaaut Ratanasira
(Tapala)**

พระครูโกวิทอรธาวาที, ผศ.ดร Assist. Prof. Dr.PrakruKowit Arttawatee

ผศ.ดร.ไพรินทร์ ณ วันนา Assist. Prof. Dr.Phrairin Na Wanna

วิทยาลัยสงฆ์ลำพูน มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

Mahachulalongkornrajavidyalaya University

Lamphun Buddhist College

mculp2557@gmail.com

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยมีวัตถุประสงค์ คือ เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาของลูกประคำ เพื่อศึกษา
ลูกประคำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ และเพื่อวิเคราะห์ลูกประคำใน
ฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ล้านนา การศึกษาวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิง
คุณภาพเป็นการค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร ข้อมูลชั้นปฐมภูมิ จากคัมภีร์พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลง
กรณราชวิทยาลัย พร้อมทั้งอรรถกถา ฎีกา และการเก็บข้อมูลภาคสนาม ผลการวิจัยพบว่า 1) ประวัติ
ความเป็นมาของลูกประคำ ประคำหมายถึงลูกกลมๆ ที่ร้อยเป็นพวงสำหรับเป็นเครื่องหมายการนับใน
เวลาบริกรรมภาวนา ลูกประคำทำด้วยวัสดุต่างชนิด เช่นไม้จันทน์ ไม้เนื้อแข็ง ลูกหวาย ผลไม้ตากแห้ง
หินสี พลาสติก ตลอดจนหยก โดยเจาะรูตรงกลาง ร้อยด้วยด้ายหรือเอ็นเป็นพวง ลูกประคำสำหรับใน
ด้านศาสนาถือกันว่าเป็นเครื่องยังจิตใจ ให้เข้าสู่ภาวนาสมาธิ เพื่อฝึกจิตตานุภาพให้แข็งแรง อดทนต่อ
การก่อกวนแห่งกิเลสทั้งปวง 2) การใช้ลูกประคำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของ
พระสงฆ์ การนับลูกประคำเป็นวิธีหนึ่งในการภาวนาให้ถึงศีล สมาธิ ปัญญา เป็นอุบายในการฝึกสติ
อย่างหนึ่ง ให้ได้ตามจำนวนที่ตั้งจิตไว้แต่แรก จึงจะได้มรรคผลจากการนับ พร้อมสวดรำลึกคุณพระ

รัตนตรัย การนับประคำเพื่อน้อมใจให้ระลึกถึงคุณของพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ ใช้ลูกประคำจำนวน 108 ลูก วิธีการนับประคำนั้น จะใช้นิ้วหัวแม่มือนี้วกกลางข้างขวาเท่านั้น การนับนั้นจะนับจนครบ 108 ลูก แล้วนับย้อนกลับ ใหม่ 3) ผลการวิเคราะห์การใช้ลูกประคำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ในล้านนา สามารถแยกออกเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน 3 สถานะ คือ 1. ปริกัมมนัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการบริกรรม 2. คณนาปริกัมมนัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการนับ 3. อนุสสรณานัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการระลึกตามลูกประคำเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระล้านนามานานแล้ว เป็นบริขารที่สำคัญที่ผู้บวชชาวล้านนาต้องมีเวลาบวชแล้วพระอุปัชฌาย์มักจะมอบลูกประคำให้พร้อมทั้งแนะนำวิธีการใช้ลูกประคำ เป็นวิธีการใช้ลูกประคำในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ล้านนาในอดีต อย่างเช่น ครูบาศรีวิชัยกับลูกประคำ

คำสำคัญ : ลูกประคำ , เครื่องมือในการปฏิบัติ , กัมมัฏฐาน , พระสงฆ์ล้านนา

Abstract

This research has 3 objectives as follows: To study the history of the rosary, to study the rosary as a tool for the practice of Buddhist monks, and to analyze the rosary as a tool for the practice of the Lanna monks. This research is qualitative, using research from documents, primary data from Tipitaka of Mahachulalongkornrajavidyalays version, along with commentaries, judgments, and field data collection. The results of the research showed that 1) History of the Rosary: means round balls. A bunch of strings for counting at the time of prayer. Rosary made of different materials such as sandalwood, hardwood, rattan, dried fruits, colored stones, plastics, even jade by punching a hole in the middle, strung with a bunch of threads or strings. Rosary for religion is considered to be spiritual into meditation and to train the willpower to be strong. 2) The use of rosary beads as a tool for monks to practice meditation: counting the rosary is one way of praying for precepts, concentration and wisdom. It is a strategy for practicing mindfulness. Get the amount that you set your mind in the first place. Therefore, obtaining the result of counting along with chanting in remembrance of Phra Rattanatrai 108 beads are

used to count the beads to remember the virtues of the Buddha, the Dhamma and the Sangha. Monks will use the thumb, middle finger of the right hand only. The counting will be counted until 108 beads are counted and then counted back again.

3) The analysis of the use of rosary beads as a tool for meditation practice of monks in Lanna. It can be separated into tools for practicing meditation in 3 positions: As a prayer tool, As a counting tool, and as a tool to commemorate. The rosary has long been a tool in the practice of Lanna monks. It is an important monk object that the Lanna monks must have when they are ordained. It is a way of using the rosary in practice. Lanna monks in the past, such as Kruba Sriwichai and the rosary.

Keywords: rosary, a practical tool, meditation, Lanna monks

บทนำ

ลูกประคำเป็นอีกรูปแบบหนึ่งของการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานของพุทธศาสนิกชนในล้านนา ตลอดถึงพระภิกษุ สามเณรในล้านนา การตกลูกประคำนั้น ถือเป็นกุศโลบาย หรือ เป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะทำ ให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตใจที่สงบมากขึ้นโดยเฉพาะผู้ที่เริ่มปฏิบัติธรรมยังขาด ความเข้าใจที่ถูกต้อง ยังขาดครูบาอาจารย์ผู้ชำนาญการดูแลสถานะจิตยังไม่สงบเท่าที่ควร จำต้องมีวิธีการยึดเหนี่ยวนำจิตให้เกิดความสงบเป็นเบื้องต้นก่อนจะได้มีจิตใจที่สงบไม่ฟุ้งซ่านอันเป็นสมถกัมมัฏฐานก่อนที่จะพัฒนาจิตสู่ความละเอียดตามลำดับตามในการกำหนดอารมณ์ตามแนวทางแห่งสติปัฏฐาน 4 อันเป็นแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพื่อนำไปสู่การบรรลุธรรมในที่สุด เพราะแก่นของพระพุทธศาสนา คือ ปริยัติ ปฏิบัติ และปฏิเวธ ทั้งหมดนี้ ประกอบด้วย ปริยัติสัทธรรม คือคำสั่งสอนที่จะต้องเรียนให้เข้าใจถูกต้องมักอธิบายว่าเป็นอวัชคัตตฤทธศาสตร์หรือ คำสอนของพระศาสดามหามงกุฏ 9 ประการกล่าวโดยรวม ปริยัติสัทธรรมคือพระธรรมวินัยของพระพุทธเจ้า ปฏิบัติสัทธรรม คือทางปฏิบัติได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา มรรคมีองค์ 8 เป็นต้น ซึ่งนำไปสู่ความหลุดพ้น ปฏิเวธสัทธรรมคือผลอันพึงเข้าถึงหรือบรรลุได้ด้วยการปฏิบัติ ได้แก่ มรรค ผล นิพพาน ทั้งในระดับคนดีและเป็นพระอริยบุคคล สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา หลังจากนั้นพระองค์ก็ได้ทรงเสด็จออกบรมสั่งสอนสัตว์โลกทั้งหลายเพื่อให้ รู้จักทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ วิธีดับทุกข์ และเข้าถึงนิพพาน เฉพาะตัวพระองค์เองแล้ว มีเพียงปฏิบัติ และ ปฏิเวธเท่านั้น แต่สำหรับเหล่าพุทธสาวกทั้งหลายต้องอาศัยคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ซึ่งเกิดจากประสบการณ์การปฏิบัติของพระองค์เป็นแนวทางปฏิบัติจึงจะ

เกิดปฏิเวยร และคำสั่งสอนนี้เองเรียกว่าปริยัติ (ปริชา ข้างขวัญยืน, 2555 : 4) การปฏิบัติธรรมรักษาศีลของอุบาสก อุบาสิกาคนล้านนจะมี ผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตทางสังคมค่อนข้างสูง อันอาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงบทบาทของตนเอง จากการที่เคยเป็นหัวหน้าครอบครัว มีอาชีพ มีรายได้ ต้องออกจากบ้านไปประกอบอาชีพ ได้พบปะผู้คน มีอำนาจในการตัดสินใจภายในครอบครัว แต่เมื่อถึงวัยสูงอายุ บทบาทดังกล่าวลดลงหรือหมดสิ้นไป (สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดลำปาง, 2565 : 2) ประกอบกับภาวะเสื่อมถอยของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย คิดช้า ทำช้า บางรายเกิดภาวะซึมเศร้า เกิดความเหงา ความว้าเหว่ บางรายมีปัญหาในการดำรงชีวิตอยู่ร่วมกับคนในครอบครัวและชุมชนซึ่งไม่ยอมรับความเปลี่ยนแปลงของพุทธศาสนิกชนปฏิบัติธรรมในวัด ที่มีความเสื่อมถอยทั้งทางร่างกายและจิตใจซึ่งต้องการความรักความเข้าใจ ความเอื้ออาทรจากคนรอบข้างเป็นอย่างยิ่ง (พระบุญทรง หนีดำ (บุญญโร), 2549 : 34) เป็นปัญหาใหญ่ในสังคมไทยปัจจุบัน ส่วนในวัยสุดท้ายของชีวิตซึ่งก็คือวัยของพุทธศาสนิกชนปฏิบัติธรรม พึงดำรงตนอยู่ในหลักพุทธธรรมที่เหมาะสมแก่ตน เพื่อให้สามารถที่จะดำเนินชีวิตอยู่ได้อย่างปกติสุข และรู้จักการปล่อยวางต่ออารมณ์ต่างๆ ที่ตนเคยผ่านประสบการณ์มาเป็นเวลานาน เพราะหากไม่รู้จักแสวงหาทรัพย์ภายในตน หรืออริยทรัพย์ไว้แก่ตนแล้ว เมื่อถึงคราวที่เกิดเจ็บป่วยหรือจวนเจียนใกล้จะถึงแก่กรรม ก็จะทำให้เกิดความไม่พร้อมในการเตรียมตัวก่อนตาย เนื่องจากการเดินทางของมนุษย์ไม่ใช่เพียงความตายเท่านั้นมาตตรอนแล้วสิ้นสุด แต่มนุษย์จะต้องเดินทางไกลไปสู่ภพน้อยภพใหญ่อีก (กชกร สังขชาติ, 2536 : 8) การเตรียมตัวเตรียมใจของพุทธศาสนิกชนปฏิบัติธรรมในวัดที่มีต่อกิจกรรมต่างๆ ในทางพระพุทธศาสนา เป็นเครื่องยืนยันได้ว่าเป็นผู้ไม่ประมาท ดังพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ในภัทเทกรัตตสูตรว่า (ม.อ.(ไทย) : 14/526/297) “บุคคลไม่ควรคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว ไม่ควรหวังสิ่งที่ยังไม่มาถึง สิ่งใดล่วงไปแล้ว สิ่งนั้นก็เป็อันละไปแล้ว และสิ่งใดที่ยังไม่มาถึง สิ่งนั้นก็เป็อันยังไม่มาถึง ส่วนบุคคลใดเห็นแจ้งธรรมที่เป็นปัจจุบัน ไม่แง่งอนแง่น ไม่คลอนแคลนในธรรมนั้นๆ บุคคลนั้น ควรเจริญธรรมนั้นให้แจ่มแจ้ง บุคคลทำความเพียรตั้งแต่วันนี้ทีเดียว ใครเล่าจะรู้ว่าความตายจักมีในวันพรุ่งนี้ เพราะว่าความผัดเพี้ยนกับมัจจุราชผู้มีเสนามากนั้น ย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลายพระมุณีผู้สงบเรียกบุคคลผู้มีความเพียร ไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืน ซึ่งมีปกติอยู่อย่างนี้นั้นแล้วผู้มีราตรีเดียวเจริญ” (นพวรรณ จงวัฒนาและคณะ, 2542 : 34)

การศึกษาลูกประคำในฐานะเป็นเครื่องมือของการปฏิบัติธรรมในสังคมล้านน จึงมีความสำคัญต่อการจรโลงพระพุทธศาสนา วิถีตลกูกประคำ เป็นการน้อมรำลึกถึงคุณพระรัตนตรัย คือ พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ โดยการไหว้พระสวมนต์เสร็จแล้วถอดลูกประคำที่คล้องคอ

อยู่ยกลูกประจำบใส่หัว แล้วตั้งจิตอธิษฐาน จึงเป็นแนวทางปฏิบัติที่เหมาะสมอย่างยิ่งแก่ พุทธศาสนิกชนที่ปฏิบัติธรรม เพราะเป็นการส่งเสริมให้พุทธศาสนิกชนให้เป็นผู้มีสุขภาพทางจิตที่ แข็งแรง จึงมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อคนในล้านนา ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการศึกษาใน ฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ล้านนา เพื่อให้ทราบว่าลูกประจำมีประวัติ ความเป็นมาอย่างไรบ้าง ตลอดจนการวิเคราะห์ลูกประจำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติ กัมมัฏฐานของพระสงฆ์ล้านนาว่าเป็นอย่างไรบ้าง

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาประวัติความเป็นมาของลูกประจำ
2. เพื่อศึกษาลูกประจำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์
3. เพื่อวิเคราะห์ลูกประจำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์

ล้านนา

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) อันประกอบไปด้วยการ ค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร(Documentary Research) และการเก็บข้อมูลภาคสนาม เป็นการเก็บ ข้อมูลโดยวิธีสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) กับผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ใน ประเด็นการศึกษาวิจัย ดังนี้

- ก) ศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับประวัติความเป็นมาของลูกประจำ
- ข) ขั้นตอนการสัมภาษณ์ เกี่ยวข้องกับ 1) ประวัติความเป็นมาของลูกประจำ 2) ลูกประจำใน ฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ และ 3) วิเคราะห์ลูกประจำในฐานะที่เป็น เครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ล้านนา
- ค) กลุ่มเป้าหมาย ศึกษาเฉพาะในจังหวัดลำพูน และจังหวัดเชียงใหม่ ที่เกี่ยวข้องกับ พระสงฆ์และพุทธศาสนิกชนที่มีแนวทางในการใช้ลูกประจำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติ กัมมัฏฐานของพระสงฆ์ล้านนา จำนวน 21 รูป/คน
- ง) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบไปด้วย ๑) แบบสัมภาษณ์ ครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับ ลูกประจำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์

จ) การวิเคราะห์ข้อมูล 1) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก 2) วิเคราะห์ประเด็นเนื้อหา (Content Analysis) และนำเสนอแบบพรรณนาความ

ผลการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพเป็นการค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร และการเก็บข้อมูลภาคสนามทำให้พบประเด็นคำตอบที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ดังนี้คือ

1) ประวัติความเป็นมาของลูกประคำ ประคำ หมายถึง ลูกกลมๆ ที่ร้อยเป็นพวงสำหรับเป็นเครื่องหมายการนับในเวลาบริกรรมภาวนาหรือสำหรับใช้เป็นเครื่องราง เรียกโดยทั่วไปว่า ลูกประคำ ประคำ ทำด้วยวัสดุต่างชนิด เช่น ไม้จันทน์ ไม้เนื้อแข็ง ลูกหวาย ผลไม้ตากแห้ง หินสี พลาสติก ตลอดถึงหยก โดยเจาะรูตรงกลาง ร้อยด้วยด้ายหรือเอ็นเป็นพวง ลูกประคำ ยังมีความหมายตามหลักวิชาการว่า ลูกกลม ๆ ที่ร้อยด้วยเชือกเป็นสิ่งที่สำหรับชักเป็นคะแนนในเวลานั่งบริกรรมภาวนา แต่ทว่า "ลูกประคำ" สำหรับในด้านศาสนา ถือกันว่าเป็นเครื่องยังจิตใจ ให้เข้าสู่ภาวนาสมาธิ เพื่อฝึกจิตตามภาพให้แข็งแรง อดทนต่อการก่อกวนแห่งกิเลสทั้งปวง ที่มีให้พ้นไป ลูกประคำ มีมาตรฐานกำหนดเม็ดประคำ นับจากลูกปลายล่างสุดจนจรดปมที่ผูกมัดร้อยด้วยประคำรวมกันได้ 108 เม็ด

ประวัติความเป็นมาของลูกประคำในพระพุทธศาสนา ในปีพุทธศักราช 225 คณะสงฆ์ในบวรพระพุทธศาสนาในประเทศไทยได้ประชุมตกลงกันจัดส่งพระอรหันต์เถระเดินทางออกไปเผยแผ่พระพุทธศาสนา ในดินแดนต่างๆ ในการนี้ได้มอบหมายให้พระอรหันต์ 2 รูป คือ พระโสณเถระและพระอุตตรเถระ เดินทางมาเผยแผ่พระพุทธศาสนาและนำพระบรมสารีริกธาตุของพระพุทธองค์มาประดิษฐานในดินแดนสุวรรณภูมิ ได้เดินทางออกจากเมืองปาฏลีบุตรในประเทศไทยโดยนำพระบรมสารีริกธาตุมาด้วย ครั้นเมื่อเดินทางผ่านเมืองสะเทิมในประเทศมอญ พระอรหันต์เถระทั้งสองรูปได้พบกับพระฤๅษี 3 องค์ ซึ่งพำนักบำเพ็ญเพียรภาวนาอยู่ที่บริเวณภูเขาสุทัศน์คีรีใกล้เมืองสะเทิม คือ พระฤๅษีคุปะระ พระฤๅษีจุลละ พระฤๅษีเทวิละ พระฤๅษีทั้ง 3 องค์นี้ เมื่อได้เห็นพระจริยาวัตรและปฏิบัติอันงดงามของพระโสณเถระและพระอุตตรเถระก็บังเกิดศรัทธาความเลื่อมใสชักชวนกันไปกราบไหว้นมัสการ และซักถามพระอรหันต์เถระทั้งสองว่า ท่านเป็นศิษย์ของผู้ใด ใครคือพระศาสดาของท่าน พระอรหันต์เถระทั้งสองก็ตอบว่า พระสมณโคตมศากยบุตรอรหันต์สัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นอาจารย์ของพวกเรา พระฤๅษีทั้ง 3 องค์เมื่อได้ทราบว่าพระรัตนตรัยได้บังเกิดขึ้นในโลกนี้แล้วก็รู้สึกปิติยินดี จึงซักถามพระอรหันต์เถระทั้งสองต่อไปว่าพระรัตนตรัยทั้งสามมีคุณเท่าใด พระอรหันต์เถระทั้งสองก็อธิบายให้ฟังว่า คุณพระพุทธเจ้ามีจำนวน 56 ดังบทสวดพระพุทธคุณ (อิติปิโสภควา) คุณพระ

ธรรมเจ้ามีจำนวน 38 ดั่งบทสวดพระธรรมคุณ (สวากขาโต) และคุณพระสังฆเจ้ามีจำนวน 14 ดั่งบทสวดพระสังฆคุณ (สุปปัญโน) เมื่อรวมกันแล้ว คุณพระศรีรัตนตรัยมีจำนวนทั้งสิ้น 108 ฝ่ายพระฤๅษีทั้งสามได้ปรึกษาหารือกันว่า เราควรจะมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจเพื่อให้น้อมระลึกถึงคุณพระศรีรัตนตรัยอยู่เสมอ ในที่สุดได้ตกลงกันสร้างลูกประคำขึ้นมาเพื่อใช้ในการสวดมนต์ภาวนาโดยกำหนดให้ลูกประคำมีจำนวน 108 เม็ด เท่ากับคุณพระศรีรัตนตรัยซึ่งมีจำนวนรวมทั้งสิ้น 108 ดังได้ทราบกันอยู่แล้วและที่ยอดของสายประคำได้ใส่ลูกประคำไว้อีก 3 เม็ดเพื่อแทนพระศรีรัตนตรัยเจ้าทั้งสามคือพระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า และพระสังฆเจ้า

2) การใช้ลูกประคำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ การนับลูกประคำเป็นวิธีหนึ่งในการภาวนาให้ถึงศีล สมาธิ ปัญญา เป็นอุบายในการฝึกสติอย่างหนึ่ง การนับประคำเพื่อน้อมใจให้ระลึกถึงคุณของพระพุทธ พระ ธรรม และพระสงฆ์ ใช้ลูกประคำจำนวน 108 ลูก เป็นการฝึกจิตตานุภาพให้แข็งแรง ยกระดับจิตใจให้มั่นคง เข้าสู่ภาวนาสมาธิโดยไม่ให้จิตใจกระสับกระส่าย และสามารถจดจ่ออยู่กับเสียงของบทสวดมนต์ได้เป็นอย่างดี การภาวนาโดยนับลูกประคำ การภาวนาให้ถึงศีล สมาธิ ปัญญา มีหลายวิธี การนับลูกประคำเป็นวิธีการหนึ่ง ที่ใช้กันมาแต่โบราณกาล

๓) ผลการวิเคราะห์การใช้ลูกประคำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ในล้านนา สามารถแยกออกเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน 3 ฐานะ ดังต่อไปนี้

1. ปริกัมมนัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการบริกรรม การปฏิบัติกัมมัฏฐานโดยการใช้ลูกประคำเป็นเครื่องมือ ในสังคมล้านนานั้นมีการปฏิบัติได้ทั้งคฤหัสถ์และพระสงฆ์

2. คณนาปริกัมมนัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการนับ วิธีคณนา คือ การกำหนดนับลมหายใจเข้า ลมหายใจออกของผู้ปฏิบัติสามารถแบ่ง ออกเป็น 2 ประเภท คือ (วิ.มหา.อ. (ไทย) 2/1/2/-/337.) ก. ธัญญูมามกคณนายนัย หมายถึง การนับลมหายใจเข้า-ออก ด้วยวิธีนับซ้ำ ๆ ดุจคน ตวงข้าวเปลือก การนับซ้ำ ๆ ข. โคปาลกคณนายนัย หมายถึง การนับลมหายใจเข้า ลมหายใจออก ด้วยวิธีการนับอย่างรวดเร็ว ลูกประคำเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระล้านนามานานแล้ว เป็นบริวารที่สำคัญที่ผู้บวชชาวล้านนาต้องมี เวลาบวชแล้วพระอุปัชฌาย์มักจะมอบลูกประคำให้พร้อมทั้งแนะนำวิธีการใช้ลูกประคำ เป็นวิธีการใช้ลูกประคำในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน พระสงฆ์ล้านนาในอดีต อย่างเช่น ครูบาศรีวิชัยกับลูกประคำ ภาพของครูบาศรีวิชัยที่เห็นมักจะเป็นภาพครูบาฯ ห้อยลูกประคำติดตัวเสมอ และมีภาพอีกบางส่วนที่เห็นลูกประคำอยู่ที่มือหรือคล้องข้อมือของครูบาศรีวิชัย จะเห็นว่า

ครูบาศรีวิชัยนั่งแสดงทำนุปลุกประจำ ยกมือขวาที่จับลูกประจำขึ้นเสมอออก แสดงท่าหมุนลูกประจำเข้าหาตัว มือซ้ายวางหงายบนตัก ครูบาศรีวิชัยหรือบุคคลที่เกี่ยวข้องกับครูบาศรีวิชัย

3. อนุสรณานัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการระลึกตาม การระลึกในบางแห่งอาจแปลว่าการระลึก ซึ่งก็หมายถึงการรวมเอาจิตที่เป็นผู้รู้เข้าไปด้วย เพราะจิตเป็นธาตุรู้ การตั้งสติกำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ว่าสิ่งนั้น ๆ ว่ามันเป็นของมันเอง โดยธรรมชาติ โดยธรรมดา โดยมีสาระสำคัญอยู่ 4 ประการดังนี้ (ที.ม. (ไทย) 10/381/314)

(1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน (ฐานกาย) ได้แก่ การตั้งสติพิจารณากาย เป็นการกำหนดสติระลึกกายและการเคลื่อนไหวของร่างกาย เช่น การยืน การเดิน การนั่ง การนอน เป็นต้น

(2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน (ฐานเวทนา) ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา เป็นการกำหนดสติระลึกความรู้สึกของร่างกายและจิตใจ เช่น สุข ทุก เฉย ๆ เรียกว่า การพิจารณาเวทนา

(3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน (ฐานจิต) ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิตเป็นการกำหนดสติระลึกรู้ อาการของจิต เช่น จิตโลภ จิตโกรธ จิตหลง ฟุ้งซ่าน สงสัย หดหู่ เชื่องซึม เป็นต้น

(4) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน (ฐานธรรม) ได้แก่ การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมเป็นการกำหนดสติตรึกตรองไม่ให้กิเลสตัณหาเข้ามาครอบงำทั้งทางกายและจิตใจ

อภิปรายผลการวิจัย

ด้านการใช้ลูกประจำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์การนับลูกประจำเป็นวิธีหนึ่งในการภาวนาให้ถึงศีล สมาธิ ปัญญา เป็นอุบายในการฝึกสติอย่างหนึ่ง การนับประจำเพื่อน้อมใจให้ระลึกถึงคุณของพระพุทธ พระ ธรรม และพระสงฆ์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี และคณะ ศึกษาวิจัยเรื่อง กัมมัฏฐานโบราณล้านนา พบว่าผลที่ได้จากการปฏิบัติ 1. ในภาพรวม การปฏิบัติกัมมัฏฐานโบราณล้านนา เป็นการสั่งสมบารมี และพัฒนาด้านด้วย ทาน ศีล ภาวนา โดยผู้ปฏิบัติ ภายย่อยส่วนที่ 1 ซึ่งเป็นผลที่ได้จากการปฏิบัติกัมมัฏฐานแต่ละประเภท ถูกระบุให้เป็นไปตามที่ระบุไว้ในวิสุทธิมรรค ได้แก่ สมถกัมมัฏฐาน มโหสถกัมมัฏฐาน 10, กายคตานุสสติ ได้อุคคณิmitt ปฏิภาณนิmitt และอุปจารสมาธิ อนุสสติกัมมัฏฐาน 10

ด้านปริกมณัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการบริกรรม การปฏิบัติกัมมัฏฐานโดยการใช้ลูกประจำเป็นเครื่องมือ ในสังคมล้านนานั้นมีการปฏิบัติได้ทั้งคฤหัสถ์และพระสงฆ์ สอดคล้องกับงานวิจัยของวิโรจน์ อินทนนท์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิถีปฏิบัติและการสืบทอด” พบว่า รูปแบบและวิถีปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนา เมื่อพระพุทธศาสนาเข้ามาสู่ล้านนาแล้ว ก็

ผสมผสานกับหลักความเชื่อเดิมที่มีอยู่ก่อนแล้ว เช่น การนับถือผี ความเชื่อในไสยศาสตร์และโหราศาสตร์ จนกลายมาเป็นลักษณะเฉพาะของพระพุทธศาสนาที่นี้ การปฏิบัติกัมมัฏฐานก็เช่นเดียวกัน เริ่มแรกที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและอรรถกถา มีลักษณะอย่างหนึ่ง แต่เมื่อมาถึงล้านนาแล้วก็มีลักษณะอีกอย่างหนึ่ง แต่เมื่อว่าโดยสรุปแล้ว ลักษณะที่สำคัญของกัมมัฏฐานล้านนา คือ ก) มีการกล่าวคำถวายข้าวตอกดอกไม้ แล้วกล่าวขอขมาแก้ว 5 โกฎาก คือพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระกัมมัฏฐาน ครูบาอาจารย์ ด้วยการปฏิบัติเช่นนี้ จะทำให้ผู้ปฏิบัติน้อมกาย ใจ ของตัวเองเข้าสู่การปฏิบัติ และการขอขมาแก้ว 5 โกฎากนั้น ก็เป็นการปวารณาตัวต่อพระรัตนตรัย พระกัมมัฏฐาน และครูบาอาจารย์ เมื่อเกิดความประมาทพลังพลัดขึ้น เป็นการเตือนตัวเองอยู่เสมอที่จะไม่ให้เกิดความพลั้งเผลอ และการยอมรับในครูบาอาจารย์ เพราะการปฏิบัตินั้น ถ้าปราศจากความเชื่อในผู้นำทางแล้ว ก็ยากที่จะประสบผลสำเร็จในการปฏิบัติได้ ข) เน้นการท่องบ่นสวดมนต์เป็นหลัก โดยนำบทสวดภาษาบาลีมาแปลเป็นแบบนิสสัย คือการแปลคำต่อคำ การสวดมนต์เป็นการเตรียมตัวเตรียมใจเข้าสู่การปฏิบัติ ทำให้จิตใจสงบได้ง่ายขึ้น

ด้านอนุสรณานัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการระลึกตาม การรวมเอาจิตที่เป็นผู้รู้เข้าไปด้วย เพราะจิตเป็นธาตุรู้ การตั้งสติกำหนด พิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นตามความเป็นจริง ว่าสิ่งนั้น ๆ ว่ามันเป็นของมันเอง โดยธรรมชาติ โดยธรรมดา โดยมีสาระสำคัญอยู่ 4 ประการ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ธนาคม บรรเทากุล ศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภักทนต์ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจารย์ ที่ปรึกษาอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พบว่าท่านได้รับการถ่ายทอดวิธีการปฏิบัติจากพระอาจารย์มหาสียาตอ สำนักศาสนียตสาประเทศพม่า เป็นพระธรรมทูตมาประดิษฐานวิปัสสนาวงศ์ ณ ประเทศไทย และสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นเวลามากกว่า 54 ปี มีหลักการปฏิบัติดังนี้ (1) การกำหนดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในอิริยาบถนั่งกำหนด "ยุบหนอพองหนอ" เป็นอาารมณ์หลัก, การกำหนดอิริยาบถยืนและเดินเป็นการเคลื่อนไหว ที่เรียกว่า เดินจงกรม และใช้การนอนเป็นอิริยาบถนั่งไม่เคลื่อนไหว (2) การกำหนดเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดความรู้สึก หรือการเสวยอารมณ์ในอิริยาบถทั้งนั่งทั้งเดินจงกรม (3) การกำหนดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดตามดูอาการของจิต (4) อัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดอารมณ์ทั้งหมด

ด้านคณนาปริกัณณัยยะ ในฐานะเป็นเครื่องมือในการนับ วิชิตณนา คือ การกำหนดนับลมหายใจเข้า ลมหายใจออกของผู้ปฏิบัติสามารถแบ่ง ออกเป็น 2 ประเภท ลูกประคำเป็นเครื่องมือใน

การปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระล้านนามานานแล้ว สอดคล้องกับพระชาตรี จิตเมโธ (วงศ์สกิจ) ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของศูนย์ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานภาคเหนือวัดไร่เปิง (ตโปทาราม) พบว่า เป็นการสอนตามหลักพุทธทาวนา 3 คือ 1) กายทาวนา มุ่งเน้นการกำหนดอิริยาบถย่อยต่างๆ ศิลทาวนามุ่งเน้นการไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น 2) จิตตทาวนา มุ่งเน้นฝึกอบรมจิตใจให้เข้มแข็งมั่นคง มีสมาธิ สะอาด ผ่องใสและสงบ และ 3) ปัญญาทาวนา มุ่งเน้นการใช้ปัญญาพิจารณาให้รู้ และเข้าใจ ส่วนรูปแบบการสอนเน้นการฝึกสติตามแนวสติปัฏฐาน 4 (ยุบหนอพองหนอ) ยึดหลักมหาสติปัฏฐานสูตรเป็นแม่บท เพียงแต่มีการปรับใช้ให้เข้าใจง่ายไม่สลับซับซ้อนเท่านั้นคือ นอกจากบรรยายแล้ว ยังใช้อุบายประกอบการสอน เช่น ยกอุทาหรณ์หรือเล่านิทาน และให้ลองปฏิบัติโดยมีการปรับอินทรีย์ 5 ให้สมดุลกัน ซึ่งจะทําให้มีพลังเต็มที่และได้จากการปฏิบัติอย่างบริบูรณ์ นอกจากนี้ยังมีการประเมินผลการฝึกปฏิบัติโดยการสอบอารมณ์ มีขั้นตอนการปฏิบัติ และมีการแสดงผลของการปฏิบัติทั้งโดยย่อและพิสดารเป็นระยะๆ ตลอดช่วงเวลาแห่งการปฏิบัติ

สรุป และข้อเสนอแนะ

การศึกษาวิเคราะห์ลูกประคำในฐานะเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระสงฆ์ในล้านนา เป็นการศึกษาประวัติความเป็นมาของลูกประคำที่ร้อยเป็นพวงสำหรับเป็นเครื่องหมายการนับในเวลาบริกรรมทาวนา ลูกประคำทําด้วยวัสดุต่างชนิด เพื่อฝึกจิตตานุภาพให้แข็งแรง อดทนต่อการก่อกวนแห่งกิเลสทั้งปวง การใช้ลูกประคำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ เป็นวิธีหนึ่งในการทาวนาให้ถึงศีล สมาธิ ปัญญา เป็นอุบายในการฝึกสติอย่างหนึ่ง ให้ได้ตามจำนวนที่ตั้งจิตไว้ ผลการวิเคราะห์การใช้ลูกประคำในฐานะที่เป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ในล้านนา คือในฐานะเป็นเครื่องมือในการบริกรรม ในฐานะเป็นเครื่องมือในการนับ และในฐานะเป็นเครื่องมือในการระลึกตาม ลูกประคำจึงเป็นเครื่องมือในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระล้านนามานานแล้วเป็นบริขารที่พระอุปัชฌาย์มักจะมอบลูกประคำให้พร้อมทั้งแนะนำวิธีการใช้ลูกประคำ ในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระสงฆ์ล้านนา ในการศึกษาครั้งนี้ ข้อมูลอาจจะไม่ครอบคลุมในล้านนาทั้งหมด ซึ่งศึกษาเฉพาะในเขตจังหวัดเชียงใหม่และจังหวัดลำพูน และใช้ผู้แทนที่เป็นพระสงฆ์ และคฤหัสถ์ที่มีความเกี่ยวข้องกับการใช้ลูกประคำ มุมมองและมิติที่น่าเสนอจึงมีข้อจำกัด

References

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.

กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กชกร สังขชาติ, (2536) *ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับผู้สูงอายุ*, ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.

นพวรรณ จงวัฒนาและคณะ. (2542). *ข้อมูลผู้สูงอายุที่น่าสนใจ (Database on Ageing Population)*, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ปรีชา ช้างขวัญยืน, (2555) “บทบรรณาธิการ ปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ หนึ่งกระบวนการ สามองค์ประกอบของการศึกษาพุทธวิชา”. *วารสารพุทธศาสนศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*. ปีที่ 19 ฉบับที่ 1 (มกราคม-เมษายน).

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระบุญทรง หมัดำ (บุญธโร), (2549). “ปัญหาและทางออกของผู้สูงอายุตามหลักพระพุทธศาสนา”.

วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ธนาคม บรรเทากุล. (2549). “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภักทันตะ อาสภมหาเถระอัครมหาเถรวิปัสสนาจารย์”. *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

วิโรจน์ อินทนนท์. (2559). “กัมมัฏฐานล้านนา : รูปแบบ วิธีปฏิบัติและการสืบทอด”. *รายงานการวิจัย*. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.).

ศิริศักดิ์ อภิศักดิ์มนตรี และคณะ. (2559). “กัมมัฏฐานโบราณล้านนา” . *รายงานการวิจัย* . กรมส่งเสริมวัฒนธรรม: กระทรวงวัฒนธรรม.

สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดลำปาง, *ประเพณีสิบสองเดือน จังหวัดลำปาง*, สภาวัฒนธรรมจังหวัดลำปาง, [ออนไลน์], แหล่งที่มา: <http://www.wisdom.lpru.ac.th/cultureall/c21.htm> [20 สิงหาคม 2565].