

ศึกษาวิเคราะห์หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา
ที่ปรากฏในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา
A Critical Study of the Principles and Practices of Lanna
Kammaṭṭhāna as Found in Buddhist Literatures

กนกวรรณ แสนประสิทธิ์

พระครูธรรมธรชัยวิชิต ขยาภินนโท

Kanokwan Seanpersit

Phrakhrudhammathorn Chaiwichit Jayabhinando

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiang Mai Campus.

วิโรจน์ อินทนนท์

Viroj Inthanon

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Chiangmai University.

Corresponding Author, E-mail: kungking2904@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาความหมาย ความสำคัญ ประเภท และวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา 2) เพื่อศึกษาความหมาย รูปแบบและหลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนา และ 3) เพื่อวิเคราะห์หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาที่ปรากฏในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา บทความวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสารผ่านข้อมูลจากพระไตรปิฎก คัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์วิปัสสนากัมมัฏฐานหลวงวัดพระธาตุป่า ข้อมูลทั้งหมดถูกนำมาวิเคราะห์และนำเสนอด้วยวิธีพรรณนาวิเคราะห์

ผลการศึกษาพบว่า คำว่า กัมมัฏฐาน หมายถึง อารมณ์เป็นที่ตั้งในการเจริญภาวนา ที่ตั้งแห่งการทำความเพียรฝึกอบรมจิต หรือวิธีฝึกอบรมจิตในพระพุทธศาสนา ความสำคัญของ กัมมัฏฐาน คือ เป็นเครื่องมือในการขัดเกลากิเลส แบ่งประเภทออกเป็น 2 อย่าง คือ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยทั่วไปวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา พบว่า มีการปฏิบัติสองแบบคือ สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ความหมายของกัมมัฏฐานแบบล้านนา คือ วิธีฝึกอบรมจิตในรูปแบบ

ของการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพุทธศาสนาแบบล้านนา รูปแบบของการปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบล้านนา พบว่ามีรูปแบบเป็นของตัวเองอย่างชัดเจน เช่น การใช้ลูกประคำและคำภาวนาที่ใช้ภาษาบาลีแบบล้านนาและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐาน พบว่า เน้นหนักไปทางสมถกัมมัฏฐานมากกว่าวิปัสสนากัมมัฏฐาน ส่วนหลักการณ์พบว่าเป็นไปตามหลักการเดิมของพระพุทธศาสนา คือ การสิ้นกิเลสความพ้นทุกข์โดยสิ้นเชิง

เมื่อวิเคราะห์หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบล้านนาที่ปรากฏในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา เช่น ใน คัมภีร์วิสุทธิมรรค พบว่า รูปแบบในการปฏิบัติมีความแตกต่างกันอย่างชัดเจนหลายประเด็น เช่น อุปกรณ์ในการเจริญภาวนา คำสมาทานก่อนเจริญภาวนา เป็นต้น

คำสำคัญ : กัมมัฏฐาน, กัมมัฏฐานล้านนา, วรรณกรรมพุทธศาสนา

Abstract

The thesis entitled ‘A Critical Study of the Principles and Practices of Lanna Kammattāna as Found in Buddhist Literatures’ is of three objects: 1) to examine the meaning, importance, types, and practices of meditation in Buddhist literature, 2) to explore the meaning, pattern and principle of Lanna Kammattāna and 3) to analyze the principle of practicing Lanna Kammattāna as found in the Buddhist literature.

The results revealed the term ‘Kammattāna’ referred to the basis of meditation in Theravada Buddhist tradition, one of the objects of mental concentration or a stage of meditation employing it. Meditation is significant because it is a method for purifying defilements. Predominantly, it is classified into two techniques that exist in Buddhist literature: Samatha meditation and Vipassana meditation.

The meaning of the Lanna Buddhist Kammattāna represents a way of mental training in the form of Kammattāna practice in Lanna Buddhism. The usage of the rosary counting technique and reciting the Lanna Pali language, for example, were revealed in the Lanna meditation practice. As in the practice of meditation, it was discovered that the emphasis was on Samatha Kammattāna rather than Vipassana Meditation. The chief principle of meditation practice is discovered to agree with the fundamental premise of Buddhism, namely the lavish cessation of defilements and suffering.

When examining the principles of Lanna meditation practice found in Buddhist literature, like the Visuddhimagga scriptures, it was discovered that the patterns of mental development differed significantly in many areas, including mental development equipment and the way of taking on oneself before beginning meditation practice or the so-called Samadana.

Keywords : Meditation , Lanna Meditation , Buddhist literatures

บทนำ

เมื่อพระโพธิสัตว์สิทธัตถะได้บรรลุอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ โดยใช้เวลาหกปีหลังจากนั้นพระพุทธองค์ทรงได้สั่งสอนเหล่าสัตว์ทั้งหลาย ให้หลุดพ้นออกจากความทุกข์ทั้งปวง โดยวิธีการฝึก กาย วาจา และใจ การฝึกฝนทางกายและทางวาจา ต้องอาศัยหลักฝึกทางศีล ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ระดับ คือ จุลศีล มัชฌิมาศีล และมหาศีล (พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล เล่ม 11 ภาค 1 : 7-11) ส่วนเครื่องมือที่ทำให้สรรพสัตว์ทั้งหลายออกจากทุกข์โดยสิ้นเชิง คือ การฝึกจิต โดยมีวิธีการที่พระพุทธเจ้าได้วางหลักการ ไว้อยู่ 2 ประการ คือ การฝึกจิตแบบสมถภาวนา คือ การฝึกกอบรมจิตให้เกิดความสงบ และ วิปัสสนาภาวนา คือ การฝึกกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริง (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 11 ข้อ 379 : 290; พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 20 ข้อ 275 : 77) ดังนั้นจึงถือว่า ภาวนา ทั้ง 2 อย่างนี้ เป็นธรรมที่สำคัญในพระพุทธศาสนา และพระพุทธเจ้า ทรงตรัสว่า หน้าที่การงานที่พึงปฏิบัติของศาสนิกชนชาวพุทธจึงประกอบด้วยธรรมสิ่งสำคัญ 2 ประการ คือ คันถธรรม และ วิปัสสนาธรรม (พระพุทธโฆษาจารย์, 2558 : 426)

พระพุทธศาสนาได้เผยแผ่อยู่ในประเทศอินเดีย เป็นระยะเวลายาวนาน จนกระทั่งพระเจ้าอโศกมหาราชได้ส่งพระสมณทูต มายังดินแดนสุวรรณภูมิซึ่งสันนิษฐานว่า ได้แก่ จังหวัดนครปฐม โดยมีโบราณสถานและโบราณวัตถุต่างๆ เช่น พระปฐมเจดีย์ เป็นต้น เป็นประจักษ์พยานอยู่จนปัจจุบัน (สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์, 2562 : 144) เมื่อกล่าวถึง วรรณกรรมในพระพุทธศาสนามีจำนวนมากและหลากหลาย ทั้งที่เป็นคัมภีร์พระไตรปิฎกและอรรถกถา รวมถึงเรื่องที่แต่งส่งเสริมความรู้ทางพระพุทธศาสนาในแง่ต่างๆ ฉะนั้นสามารถแบ่งประเภทของงานวรรณกรรมพุทธศาสนาเป็น 2 ประเภท (ศักดิ์ศรี แย้มนัตตา, 2543 : 1) คือ

1. พระพุทธพจน์และเถรภาษิต เป็นต้น คือ พระไตรปิฎก เรียกว่า Canonical Books.
2. คำอธิบายพระไตรปิฎกที่อรรถาจารย์แต่งขึ้น เป็นเอกเทศเพื่อส่งเสริม

พระพุทธรูปในแง่ต่างๆ เรียกว่า Non-Cononical Books.

ซึ่งหนังสือประเภทที่ 2 นี้มีเป็นจำนวนมากเพราะเป็นหนังสือที่แต่งอธิบายพระไตรปิฎกและงานพระพุทธรูปศาสนาอื่นๆ แต่โดยสรุปแล้วงานวรรณกรรมทางพุทธศาสนามี 2 ประเภท

พระไตรปิฎก ถือว่าเป็นวรรณกรรมขั้นต้นที่บรรจุ องค์ความรู้ ความจริง ความถูกต้องดีงาม เป็นที่ยังคุณประโยชน์ครบถ้วนทั้งคติโลกและคตินิยม (Secularism and Spiritualism) ทั้งที่เป็นลักษณะศิลป์ และที่เป็นลักษณะศาสตร์ (Art and Science) ทั้งหมด รวบรวมอยู่ในวรรณกรรมที่เรียกว่า พระไตรปิฎก (สิทธิ บุตรอินทร์, 2559 : 49)

พระไตรปิฎกและ คัมภีร์ชั้นรอง เช่น อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ฯลฯ เป็นคัมภีร์อธิบายพระไตรปิฎกเพื่อให้ความชัดเจนมากขึ้น อย่างไรก็ตาม พระธรรมวินัย ที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ใน ปัจจุบันว่า “ธรรมและวินัยที่เราแสดง แล้วบัญญัติแล้วแก่เธอทั้งหลาย หลังจากเราล่วงลับไป ก็จะเป็นศาสดาของเธอทั้งหลาย” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 216: 164)

การปฐมสังคายนาเป็น จุดเริ่มต้นของวรรณกรรมพระพุทธรูปศาสนาเถรวาท ในระยะแรกที่ยังไม่มีการบันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรนั้น จะต้องศึกษาและทรงจำด้วยวิธี มุขปาฐะ (ท่องปากเปล่า) จนกระทั่งมีการจารึกเป็นลายลักษณ์อักษรลงในใบลาน ครั้งแรกประมาณ พ.ศ. 460 ณ อาโลกเลนสถาน ในมัลล ชนบท ลังกาทวีป ปัจจุบันพระไตรปิฎกภาษาบาลีของพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นที่ยอมรับว่าเก่าแก่ สมบูรณ์ และถูกต้องแม่นยำที่สุด (ชาติเมธี หงษา, 2559 : 63) ในวรรณกรรมทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติสมถภาวนาและวิปัสสนาภาวนาปรากฏว่ามีอยู่ 2 คัมภีร์หลัก คือ คัมภีร์วิมุตติมรรคและคัมภีร์วิสุทธิมรรค

คัมภีร์วิมุตติมรรค เชื่อว่า เป็นคัมภีร์ของศาสนาพุทธนิกายเถรวาท เทียบเท่ากับคัมภีร์วิสุทธิมรรค ของพระพุทธศาสนาเถรวาท เพราะมีลักษณะแห่งการแสดงศัพท์ด้วยลำดับขั้นตอนที่คล้ายคลึงกัน และสันนิษฐานว่า คัมภีร์วิมุตติมรรค เป็นตำราหนึ่งที่พระพุทธโฆษาจารย์ได้ศึกษาแล้ว ก่อนที่จะได้แสดงคำสอนในวิสุทธิมรรคไว้เป็นแบบในการประพันธ์คัมภีร์วิสุทธิมรรคต่อมา (พระมหาสยาม ราชวัตร, 2543 : 122)

ส่วนคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้นถือว่าเป็นคัมภีร์ที่สำคัญ ในพุทธศาสนาเถรวาท ซึ่งได้รับการจัดลำดับความสำคัญเทียบเท่าชั้นอรรถกถา โดยมี พระพุทธโฆษาจารย์ ชาวอินเดีย เป็นผู้เรียบเรียงโดยใช้ภาษาบาลี เมื่อประมาณพุทธศตวรรษที่ 10 มีเนื้อหาที่อธิบายเกี่ยวกับ ศีล สมาธิ และปัญญา ตามแนววิสุทธิ 7 (พระพุทธโฆษาจารย์, 2558 : คำนำ)

หลังจากที่พระพุทธศาสนาเข้ามาสู่สุวรรณภูมิ ประมาณปี พ.ศ. 300 โดยพระ

สมณทูต โสณะ และ อุตระ ในสมัยพระอโศกมหาราช ได้มีการเผยแผ่ศาสนาเข้ามาพร้อมด้วยวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐาน การเข้ามาของพระพุทธศาสนาเข้าสู่ประเทศไทย แบ่งออกมาเป็น 4 ยุค คือ ยุคเถรวาทแบบสมัยพระเจ้าอโศกมหาราช ยุคมหายาน ยุคเถรวาทแบบพุกาม และยุคเถรวาทแบบลังกาวงศ์ (ป.อ.ปยุตโต, 2562 : 142) เมื่อกล่าวถึงแนวทางการปฏิบัติกัมมัฏฐานในประเทศไทย พบว่า มีแนวทางการปฏิบัติที่หลากหลาย เช่น แนวทางการปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบ “พุทโธ” หรือวิธีเจริญอานาปานสติกัมมัฏฐาน แนวการปฏิบัติแบบใช้จิตตามคู่มือการเคลื่อนไหวของร่างกาย วิธีการแบบสติปัฏฐาน 4 (ยุบหนอพองหนอ) กัมมัฏฐานแบบ “รูปนาม” กัมมัฏฐานแบบ “สัมมารัง” เป็นต้น (วริยา ชินวรรณ, 2534 : 60)

หากก่อนหน้าที่แนวทางการปฏิบัติดังกล่าว จะเป็นที่แพร่หลายอย่างกว้างขวางนั้น ในล้านนามีวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานอันมีรูปแบบเฉพาะของตน คือ มีการใช้ลูกประคำเป็นอุปกรณ์ในการปฏิบัติกัมมัฏฐาน จึงเรียกกัมมัฏฐานลูกประคำอีกชื่อหนึ่ง สำหรับดินแดนล้านนาได้มีวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานที่มีลักษณะเป็นของท้องถิ่น ที่ทราบกันโดยทั่วไปว่า กัมมัฏฐานครุบา หรือกัมมัฏฐานแนวครุบา ซึ่งมีลักษณะเฉพาะพิเศษกว่ากัมมัฏฐานแนวอื่นตลอดไปถึงวิธีการ ทั้งก่อนการภาวนาหรือแม้แต่การปฏิบัติมีกรรมวิธีที่แตกต่างโดยชัดเจนมีอุปกรณ์เสริมเพิ่ม คือ ลูกประคำไว้สำหรับการภาวนากัมมัฏฐาน พระภิกษุ สามเณรในล้านนาเมื่อแรกเข้าบวชนั้น พระอุปัชฌาย์จะมอบลูกประคำไว้ให้พร้อมกับการสอนกัมมัฏฐานเบื้องต้น จนนับได้ว่าลูกประคำถือเป็นเครื่องบริวารชนิดหนึ่ง ทั้งนี้ในล้านนามีประวัติศาสตร์ของพระพุทธศาสนาอย่างยาวนาน ซึ่งเป็นหลักฐานทางโบราณคดีให้ทราบความเป็นมาของพระพุทธศาสนา โดยผ่านสถาปัตยกรรม ประติมากรรม จิตรกรรม วรรณกรรม (เทพ ประวิณ จันทรแรง, 2559 : 258) ปรากฏปรากฏท้องถิ่นที่มีชื่อเสียงในทางด้านพุทธศาสนาเป็นวงกว้างเช่น สายทางกัมมัฏฐาน ครุบาศรีวิชัย (พระศรีวิชัยยาชนะภิกขุ) วัดบ้านปาง อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ด้านคัมภีร์ พระสิริมงคลจารย์เถระ เป็นพระนักปราชญ์ชาวเชียงใหม่ งานนิพนธ์ของท่านที่มีชื่อเสียง คือ มังคลัตถปิณี อธิบายความหมายของมงคล 38 ประการ ซึ่งปัจจุบันใช้เป็นหลักสูตรสำหรับเปรียญธรรมหลายประโยค

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาเกี่ยวกับแนวคิด ความหมาย ประเภทและหลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบล้านนา และทำการศึกษาตามแนวกัมมัฏฐานภาวนาที่ปรากฏในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา พระไตรปิฎก คัมภีร์วิสุทธิมรรค และคัมภีร์วิปัสสนากัมมัฏฐานหลวงวัดพระธาตุป่า อีกประการหนึ่ง กัมมัฏฐานล้านนา ยังไม่เป็นที่แพร่หลายในปัจจุบันทั้งในแง่วิชาการและการปฏิบัติด้วยเหตุ ที่สถานภาพองค์ความรู้เรื่องกัมมัฏฐานโบราณล้านนาในปัจจุบัน และกรอบแนวความคิดของงานวิจัยจะใช้วิธีการว่าสัดส่วนในการปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนานั้นปรากฏอยู่ในกัมมัฏฐานล้านนามากน้อยเพียงใด โดยใช้คัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นหลักในการเปรียบเทียบ ซึ่งเพื่อเป็นไปตามวัตถุประสงค์ที่วางไว้

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาความหมาย ความสำคัญ ประเภท และวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา
2. เพื่อศึกษาความหมาย รูปแบบ และหลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานในล้านนา
3. เพื่อวิเคราะห์หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาที่ปรากฏในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา

ระเบียบวิธีวิจัย

บทความวิจัยนี้ เป็นการศึกษาดูเอกสาร (Documentary Research) มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

- 1) ข้อมูลปฐมภูมิ ประกอบด้วย คัมภีร์พระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พศ.2539 พระไตรปิฎกและอรรถกถา แปล ฉบับมูลนิธิมหามกุฏราชวิทยาลัย พศ.2564 คัมภีร์วิสุทธิมรรค และคัมภีร์กัมมัฏฐานวิปัสสนากัมมัฏฐานหลวงวัดประตูป่า ฉบับปริวรรต แล้วนำมาวิเคราะห์เนื้อหา สรุป เรียบเรียง จัดเป็นหมวดหมู่ นำเสนอแบบบรรยายเชิงพรรณนา
- 2) ข้อมูลทุติยภูมิ ประกอบด้วย งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกัมมัฏฐาน

ผลการวิจัย

- 1) ได้รู้ความหมายและความสำคัญ ประเภทและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานในวรรณกรรมพระพุทธศาสนา กัมมัฏฐาน (กัม-มัด-ถาน) เป็นภาษาบาลี (kammattthana) ในภาษาไทยเขียนเป็นกรรมฐาน (กัม-มะ-ถาน) มีความหมายเดียวกับคำว่าภาวนา หมายถึง ที่ตั้งแห่งการงานของใจ เป็นอุบายทางใจ เป็นวิธีฝึกอบรมจิต ในงานวิจัยนี้ ใช้ทั้งคำว่ากัมมัฏฐานและภาวนา กัมมัฏฐานแบ่งเป็นสมถกัมมัฏฐาน (สะ-มะ-ละ-กา-มัด-ถาน) กับวิปัสสนากัมมัฏฐาน (วิ-ปัต-สะ-นา-กัม-มัด-ถาน) ทั้งสองต่างเกื้อกูลกัน มีอุปการะมากแก่สัญญาเวทิตนโรธสมาบัติ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 18 ข้อ 348 : 384)

ความสำคัญของการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระไตรปิฎกนั้น ถือเป็นหน้าที่หลักของชาวพุทธศาสนิกชนที่ควรศึกษาและลงมือปฏิบัติควบคู่กันไป การปฏิบัติกัมมัฏฐานนั้น คือการบริหารจิตหรือการพัฒนาจิต โดยวิธีการครอบคลุมน้อมจิตใจอย่างสม่ำเสมอ เพื่อลดละความวุ่นวาย และความทุกข์ที่เกิดขึ้นกับกายและจิตใจ เมื่อการพัฒนาจิตให้ดีขึ้นความสุขสงบย่อมบังเกิดตาม ดังนั้นความสงบระงับในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง การออกจากเครื่องผูกมัด เป็นไปให้ถึงที่สุดโดยอิงอาศัยหลักการปฏิบัติตนเข้าสู่ความเป็นผู้มีศีล และวินัยเบื้องต้น สะอาดทั้งกาย วาจา และความนึกคิด เป็นรากฐานที่สำคัญก่อนการปฏิบัติภาวนา ซึ่งการอบรมจิตในทางพระพุทธศาสนามักจะใช้คำว่าจิตตภาวนา ดังที่ปรากฏในมหาสังคจกสูตร แห่งมัชฌิมนิกาย ว่า “ดูรอัคคิเวสนะ อริยสาวกในพุทธศาสนานี้ ผู้ที่ได้อบรมจิตแล้วมีความสุขเกิดขึ้น เข้าได้รับความสุขแล้ว ก็ไม่ได้มีความยินดีในสุข เมื่อสุขดับไป ก็ทุกข์เกิดขึ้น เขาได้รับทุกข์แล้วก็ไม่เศร้าโศก ไม่ลำบากใจ ไม่รำพันคร่ำครวญ ไม่ถึงความหลงใหล ดูรอัคคิเวสนะ แม้สุขเกิดขึ้นแก่พระอริยสาวกผู้ใดผู้หนึ่ง ก็ไม่ครอบงำจิตท่านได้ เพราะท่านได้อบรมกายแล้ว แม้ทุกข์เกิดขึ้นก็ไม่ครอบงำจิตท่านได้ เพราะท่านได้อบรมจิตแล้ว ผู้ได้อบรมกายอบรมจิตแล้ว เป็นอย่างนี้” (พระไตรปิฎกภาษาไทยเล่ม 12 ข้อ 409 : 440) ดังนั้นจะสังเกตได้ว่าในวรรณกรรมพระไตรปิฎกไม่ปรากฏคำว่ากัมมัฏฐาน แต่จะใช้สำนวนว่า การฝึกจิต การอบรมจิต หรือการภาวนาบ้าง เป็นคำแทนของการปฏิบัติกัมมัฏฐาน ทั้งนี้เพื่อผู้ที่สนใจจะศึกษาคัมภีร์ที่สำคัญของพุทธศาสนาเถรวาท หากจะศึกษาด้านการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์ที่สำคัญอย่างพระไตรปิฎก จะไม่ปรากฏคำว่ากัมมัฏฐานแต่อย่างใด

2). ได้รับความหมาย รูปแบบและหลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา ซึ่งความหมายกัมมัฏฐาน ในแง่มุมของล้านนา คือการการเจริญที่ตั้งการงานของทางกายและใจ โดยใช้วิธีการที่แตกต่างเป็นองค์ความรู้ที่ได้รับการสืบทอดจากการบันทึก (งาน) จากครูอาจารย์ที่ได้อบรมสั่งสอนมาเป็นทอดๆ หรืออีกนัยหนึ่งชื่อว่ากัมมัฏฐานครูบา โดยกรรมวิธีนั้นจะเน้นหนักไปทางสมถกัมมัฏฐานเป็นส่วนมาก โดยอิงอาศัยอุปกรณ์ที่สำคัญในการภาวนาคือลูกประคำเข้ามามีบทบาทที่สำคัญกลายเป็นเอกลักษณ์ของการปฏิบัติกัมมัฏฐานแบบล้านนา โดยลูกประคำนั้นจะปรากฏอยู่ในทุกอริยาบถของการภาวนา ไม่ว่าจะเป็นการยืน เดิน นั่ง นอน ย่อมจะปรากฏอยู่เสมอในรูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาทั้งสิ้น ซึ่งลูกประคำหรือลูกหมากคำนั้นถือว่าเป็นอุปกรณ์ที่สำคัญ ถือว่าเครื่องอัฐบริวารในสงฆ์ของล้านนาแรกเริ่มเมื่อสงฆ์ในล้านนาเมื่อจะบวชครูอุปชฌาย์จะมอบไว้และสอนวิธีการใช้ลูกประคำ ซึ่งการปฏิบัติแบบนี้ได้รับอิทธิพลจากพม่าในช่วงที่เข้ามาปกครองเชียงใหม่ (วิโรจน์ อินทพันธ์, 2557 : 16) อีกนัยหนึ่ง คาดว่าจะได้รับอิทธิพลมาจากพระชาวไทลื้อที่อพยพเข้ามาอยู่ในเชียงใหม่ ในเวลาของพระยาภาววิละ ปกครองเมือง

เสียงใหม่ โดยการศึกษาจะเป็นการเรียนรู้จากครูบาอาจารย์โดยตรง คือมีการสอนแบบท่องจำ ปากต่อปาก โดยมีการจารึกเป็นคัมภีร์ลงใบลานหรือพับสาโดยใช้อักษรธรรม(ล้านนา) เป็นการจารหรือบันทึกขั้นตอนการปฏิบัติ

3) ได้รู้ประเภทและวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระไตรปิฎก, วิสุทธิมรรค, คัมภีร์วิปัสสนากัมมัฏฐานหลวง วัดประตูป่า จากการศึกษาวิจัยพบว่าในการปฏิบัติฝึกอบรมจิตนั้นมีการปฏิบัติอยู่เฉพาะ 2 วิธีการเพียงเท่านั้นที่ปรากฏอยู่ในวรรณกรรมพุทธศาสนา คือการปฏิบัติแบบสมถกัมมัฏฐาน และวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งวิธีการที่แสดงในวรรณกรรมพุทธศาสนานั้น ในคัมภีร์ขั้นต้น คือพระไตรปิฎกจะไม่มีการแบ่งแยกชัดเจน จะปรากฏอยู่ในบางพระสูตรเท่านั้น เช่นพระพุทธเจ้าจะแสดงสั่งสอนบุคคลใด ทรงเล็งเห็นความเหมาะสมนั้นๆ แก่บุคคลที่จะเมตตา จึงนำวิธีการอธิบายมาสอดแทรก เช่น ภายคตาสติสูตร (พระไตรปิฎกภาษาไทยเล่ม 14 ข้อ 202 : 306) ว่าด้วยการภาวนาโดยอาศัยการพิจารณากายว่าเป็นสิ่งปฏิภูลโสโครก พิจารณาอาการ 32 จะรวมเป็นการปฏิบัติแบบสมถกัมมัฏฐานและมหาสติปัฏฐานสูตร (พระไตรปิฎกเล่ม 12 ข้อ 302 : 334) การปฏิบัติที่อาศัยการระลึกอยู่เสมอ โดยมีการอาศัยฐาน 4 ฐาน คือ กาย เวทนา จิต ธรรม ซึ่งพระสูตรนี้จะปรากฏเป็นการสอนการภาวนาแบบวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นต้น

คัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวถึงโดยใช้ชื่อของการภาวนา ชื่อว่า วิสุทธิ จะประกอบไปด้วย 7 ฐานวิสุทธิ คือการเห็นสภาวะธรรมด้วยปัญญา กังขาวิตรณวิสุทธิ ขั้นสิ้นความสงสัยในสภาวะธรรมรูปนาม มัคคามัคคญาณทัสสนาวิสุทธิ การข้ามพ้นอุปกิเลสของวิปัสสนา ซึ่งได้ขาดด้วยภาวนาปัญญาว่าหนทางพระนิพพานคือทางนี้ ปฏิพาญาณทัสสนวิสุทธิ ขั้นกำลังดำเนินไปตามวิถีของวิปัสสนาญาณทั้ง 9 ตั้งแต่อุทยัพพญาณจนถึงอนุโลมญาณตามลำดับ ญาณมัสสนวิสุทธิ ขั้นการเจริญบรรลุผลทั้ง 4 มีโสตาปัตติมรรคเป็นต้น เหล่านี้จะเรียกรวมว่าการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน อานิสงค์ของการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ ปัญญารู้เห็นตามเป็นจริงในรูปนาม ภูมิตระลักษณ์ อริยบุคคล

กัมมัฏฐานล้านนามีลักษณะที่เฉพาะ คือ มีการอธิษฐานขันดอกไม้ 5 โกฎาก (ยุพิน เข้มมุกด์; และคณะ, 2560 : 6) เป็นอันดับแรก ดังปรากฏในคัมภีร์วิปัสสนากัมมัฏฐานหลวงวัดประตูป่า (วิโรจน์ อินทนนท์, 2556 : 41) กล่าวกันว่าในพื้นที่ภาคเหนือมีครูบาอาจารย์หลายสำนักเป็นพระผู้เชี่ยวชาญด้านกัมมัฏฐาน บางแห่งมีถ้ำสำหรับปฏิบัติกัมมัฏฐานอยู่ในหุบเขาด้านหลังวัด แต่ในสถานการณ์ปัจจุบันการสอนกัมมัฏฐานตามแนวปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนา ได้ถูกสายวิปัสสนาแบบพองยุบและสายอื่น ๆ เข้ามาแทนที่ ซึ่งแนวการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาขาดหายไป การเรียนการสอนไม่เป็นที่แพร่หลาย สำนัก

ปฏิบัติสายกัมมัฏฐานล้านนามีจำนวนน้อยลงมาก

อภิปรายผล

ขั้นตอนการปฏิบัติกัมมัฏฐานในพระไตรปิฎก จะไม่เป็นการกล่าวอย่างชัดเจน แต่จะเป็นกล่าวถึงว่าบุคคลควรกระทำอย่างไร เช่น พระพุทธเจ้าให้สาวกไปอยู่ป่า โคนไม้ หรือเรือนว่าง ให้กระทำตนเป็นผู้อยู่ง่าย ไม่ปรากฏถึงข้อที่ชัดเจนของการปฏิบัติกัมมัฏฐานแต่อย่างใด แต่จะปรากฏเป็นพระสูตรเช่น อานาปานสติสูตร(พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 14 ข้อ 6 : 118) จะเป็นการกล่าวถึงวิธีการขั้นตอนการปฏิบัติโดยการกำหนดลมหายใจเข้าออกให้มีสติระลึกอยู่เสมอ เป็นต้น

ขั้นตอนการปฏิบัติกัมมัฏฐานในคัมภีร์วิสุทธิมรรค แบ่งประเภทการภาวนาอย่างชัดโดยแสดงไว้เป็นนิเทศต่างๆ 23 ประการ เริ่มตั้งแต่การรักษาศีล รักษาศีล ๖ ข้อวัตร ประพฤติของพระภิกษุ จากนั้นเริ่มเข้าสู่หลักการภาวนาซึ่งปรากฏอยู่ 2 รูปแบบ ในเริ่มแรกของคัมภีร์เป็นการกล่าวถึงการเจริญสมถกัมมัฏฐาน จะประกอบด้วย เป็น 40 ประการ ต้องกระทำเช่นไรบ้าง และวิธีการแผ่สังเกตอาการของการภาวนาให้เป็นไปตามบทกัมมัฏฐานที่สมควรแก่ผู้ปฏิบัติพึงจะกระทำ จบท้ายของบทสมถกัมมัฏฐานคือ อภิญาณินเทศ ที่ว่าด้วยอานิสงส์ของการเจริญสมถกัมมัฏฐาน ต่อมาเป็นการกล่าวถึงวิธีการที่ 2 คือ วิปัสสนากัมมัฏฐาน เริ่มจากอายตนะนิเทศ ธาตุนิเทศ เป็นภูมิเริ่มของการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน จนกระทั่งถึงญาณทัสสนวิสุทธินิเทศ วิธีการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถึงขั้นบรรลุมรรคญาณ ทั้ง 4 โดยมีโสดาปัตติมรรคเป็นต้น บทสุดท้ายของคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นการกล่าวถึงอานิสงส์ของการภาวนาปัญญา อันบังเกิดจากการภาวนาวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งนับเป็นประจักษ์สุดท้ายของคัมภีร์วิสุทธิมรรค

ขั้นตอนการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาจะปรากฏวิธีการที่คล้ายคลึงกับคัมภีร์วิสุทธิมรรค เหตุมาจากในคัมภีร์วิปัสสนากัมมัฏฐานหลวงวัดประตูปา ได้มีการอ้างอิงว่าการประพันธ์นั้นได้อาหลักมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรค 7 คัมภีร์ แทบทั้งสิ้น บุคคลใดที่ต้องการศึกษาในคัมภีร์กัมมัฏฐานเล่มนี้ควรที่จะศึกษาคัมภีร์วิสุทธิมรรคให้ตากฉานเสียก่อน ซึ่งวิธีการนั้นของกัมมัฏฐานล้านนาที่สำคัญอีกประการคือ ทุกครั้งของการภาวนาหรือการจะเริ่มการปฏิบัติภาวนา ผู้ปฏิบัติเองจะเตรียมข้าวตอกดอกไม้ เทียน ใส่พานโดยแบ่งเป็น 5 ส่วน หรือเรียกว่าแก้ว 5 โกล้าก คือการสักการะ แต่ พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ ครูอาจารย์ผู้สอนกัมมัฏฐาน และพระกัมมัฏฐานทั้งหมด เหล่านี้ชาวล้านนาจะให้ความเคารพอย่างสูงสุด จะมีการขอขมาทุกครั้งของการจะเริ่มปฏิบัติกัมมัฏฐานจะขาดไม่ได้เป็นอันขาด เมื่อผู้ปฏิบัติเตรียมข้าวตอกดอกไม้เรียบร้อยแล้ว

แล้ว ให้เข้าไปหาครูอาจารย์ผู้ที่จะสอนกล่าวกัมมัฏฐาน แม้ว่าหาผู้สอนกัมมัฏฐานไม่ได้จริงๆ ให้นำพานข้าวตอกดอกไม้ที่ตระเตรียมแล้วนั้น ไปกล่าวขอกัมมัฏฐานต่อหน้าพุทธรูป หรือ พระธาตุเจดีย์ หรือแม้กระทั่งต้นไม้สัหรี โดยเป็นตัวแทนแด่องค์พระพุทธรูป จะมีการกล่าวขอมาและขอพระกัมมัฏฐานบทต่างๆ ให้เกิดพึงมีแก่ผู้ปฏิบัติ โดยที่การนั่งนั้นผู้ชายจะนั่งพับส้นเท้าหรือขัดสมาธิได้ แต่ผู้หญิงจะต้องนั่งพับเพียบเท่านั้น และเอกลักษณ์ที่สำคัญของล้านนาอีกประการ คือ ก่อนการเริ่มภาวนาจะมีการระลึกอนุสติก่อนเสมอ เช่น การระลึกถึงความทุกข์สังสาร การเวียนว่ายตายเกิด ในภพชาติอย่างไม่รู้จักจบสิ้น การอนุสติสังคหวัตถุ 8 ประการ เป็นต้น โดยขั้นตอนต่อมาจะเป็นการเริ่มภาวนาโดยอาศัยบทสืลลภาวนาก่อนเสมอ จะตามด้วยจาคานุสติกัมมัฏฐาน จากนั้นถึงเป็นพุทธานุสติกัมมัฏฐานตามลำดับ เหตุที่มีการเจริญอนุสติเช่นนี้ กล่าวคือ ชาวล้านนาจะมีการพิจารณาจากตนเองว่าตนนั้นได้กระทำความดีไว้บ้างหรือไม่ จากนั้นค่อยขยายการพิจารณาออกไปสู่ภายนอกจากตนเอง เช่น เมื่อระลึกถึงศีลที่ตนเองนั้นได้รักษามาดีแล้ว มีจิตที่ผ่องใส และทานที่ตนได้เคยได้กระทำความอย่างดีที่สุดแม้แต่การกล่าวอนุโมทนาบุญกับผู้อื่น เกิดให้จิตใจอิ่มเอมปลื้มปิติ จากนั้นถึงค่อยเริ่มการเจริญอนุสติพุทธานุสตรระลึกถึงคุณพระพุทธรูป จากนั้นจะเป็นการเริ่มบทกัมมัฏฐานที่เหมาะสมกับจริตของผู้ปฏิบัติต่อไป

หลักการปฏิบัติกัมมัฏฐานล้านนาที่ปรากฏในวรรณกรรมพุทธศาสนา เนื้อหาส่วนมากจะปรากฏอยู่ในวรรณกรรมชั้นอรรถกถา คือ คัมภีร์วิสุทธิมรรค ไม่ปรากฏอยู่ในวรรณกรรมชั้นต้นแต่อย่างใด เหตุเพราะในคัมภีร์กัมมัฏฐานล้านนามีการจกานโดยอิงอาศัยที่ปรากฏอย่างชัดเจนว่ายกอ้างอิงมาจาก คัมภีร์วิสุทธิมรรค 7 คัมภีร์ (วิโรจน์ อินทนนท์, 2556 : 62) หากจะหาเหตุผลหรือข้อมูลที่สงสัยใด ให้ศึกษาในคัมภีร์วิสุทธิมรรคอย่างแตกฉานเสียก่อน จึงค่อยเริ่มมาศึกษาในคัมภีร์กัมมัฏฐานล้านนา จากนั้นมา โบราณจารย์ ได้เขียนวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐานขึ้นมาอีกมากมาย โดยอาศัยคัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นแนวทางในการเขียน แต่ได้เพิ่มวิธีการในการปฏิบัติเข้าไปอีก จนทำให้มีลักษณะเฉพาะ ของกัมมัฏฐานล้านนา จะเห็นได้ว่ากัมมัฏฐานล้านนามีมูลเดิมมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรค แล้วถูกนำมาเขียนและเรียบเรียงเป็นภาษาล้านนาและทั้งยังมีเพิ่มเติม ตกแต่งให้เข้ากับภาษา วัฒนธรรมของชาวล้านนาในสมัยนั้น ทั้งนี้เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการเรียนกัมมัฏฐาน โดยคัมภีร์กัมมัฏฐานล้านนา ที่มีความสมบูรณ์ด้านเนื้อหาที่สุดคือ คัมภีร์วิปัสสนากัมมัฏฐานหลวงวัดประตูป่า ตำบลอุโมงค์ จังหวัดลำพูน ซึ่ง รจนาไว้ในปี พ.ศ.2473 โดยพระธรรณชัย หากนับปีปัจจุบันได้ 92 ปี นับว่าเป็นคัมภีร์กัมมัฏฐานที่เก่าแก่อีกคัมภีร์หนึ่ง ซึ่งในคัมภีร์กัมมัฏฐานหลวงวัดประตูป่ามีการกล่าวถึงการปฏิบัติกัมมัฏฐานที่ครอบคลุมทั้ง สมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน มีเนื้อหาที่คล้ายคลึงกับคัมภีร์วิสุทธิมรรคที่สุด ในเนื้อหาของคัมภีร์วิปัสสนากัมมัฏฐานหลวง

วัดประตูป่า มีเนื้อความที่แสดงถึงองค์ภานาของพุทธศาสนาไว้ 2 ประการ คือ สมถภานาและวิปัสสนาภานา เหนือเช่นเดียวกับคัมภีร์วิสุทธิมรรค โดยที่รายละเอียดเนื้อหาอาจแตกต่างกันบ้างเล็กน้อยไม่มีการจัดแบ่งหมวดหมู่ที่ชัดเจน หรือการแบ่งเป็นหัวข้อ แต่กระนั้นยังคงเนื้อหาสาระหลักของคัมภีร์วิสุทธิมรรค เช่น

สมถกัมมัฏฐาน

การกล่าวถึงข้อปฏิบัติเกี่ยวกับสมถภานานั้น จะบอกตรงๆไปเลยว่ามี การเจริญสมถภานาประกอบด้วยสิ่งใดบ้าง ซึ่งกัมมัฏฐาน 40 ประการ นั้นสามารถแยกเป็น ได้ดังต่อไปนี้

1. กสิณกัมมัฏฐาน 10
2. อสุภกัมมัฏฐาน 10
3. อนุสติกัมมัฏฐาน 10
4. พรหมวิหาร 4
5. อรูปกัมมัฏฐาน 4
6. อาหารปฏิกุศลสาธัญญา 1
7. จตุธาตวัตฐาน 1

รวมกันเป็นกัมมัฏฐาน 40 ซึ่งรายละเอียดเนื้อหา ของคัมภีร์กัมมัฏฐานล้านนาจะอธิบายได้อย่างละเอียดชัดเจนบ้างเป็นบางฉบับ ซึ่งบางพิสาก็ไม่มีการกล่าวครบทั้ง 40 หากจะกล่าวเพียงกัมมัฏฐานที่สำคัญ จะปรากฏมากที่สุดคือการเจริญอนุสติ 10 จะปรากฏทุกฉบับของกัมมัฏฐานล้านนา ส่วนที่ไม่มักปรากฏคือการสอนทำกสิณ ซึ่งไม่อาจแน่ใจว่าในยุคสมัยนั้น ไม่นิยมหรือว่าเหตุใดก็ตาม ซึ่งมีการกล่าวชัดเจนในวิปัสสนากัมมัฏฐานหลวงฉบับวัดประตูป่า หน้าลานที่ 40 ถอดเนื้อความเป็นภาษาไทยได้ ดังต่อไปนี้

“ด้วยสมถะกัมมัฏฐาน 10 อย่าง คือ กสิณกัมมัฏฐาน 10 ดวงนั้นยาก ดังนั้นผู้ปฏิบัติก็ไม่มีใครที่จะนำไปปฏิบัติตาม ดังนั้นผู้เข้า(ผู้แต่ง)จะไม่ขอล่าว่าการปฏิบัติเรื่องกสิณ 10 แต่อย่างใด แต่จะอธิบายการเจริญอสุภกัมมัฏฐาน ...”

วิปัสสนากัมมัฏฐาน

คัมภีร์กัมมัฏฐานล้านนาได้กล่าวถึงวิปัสสนาได้อย่างชัดเจนเช่นกันแต่ไม่เป็น ที่กล่าวถึงมากนัก จะสังเกตจากการตั้งชื่อพิสามีเฉพาะเจาะจง บ้าง เช่น พิสาสมถวิปัสสนากัมมัฏฐาน ครุคันธา คนธวิโส วัดตันผึ่ง หรือพิสามูลกัมมัฏฐาน วัดแสนคันธา ที่มีการกล่าวไว้มาก่อนข้างมาก กล่าวคือ พิสาฉบับนี้มีตั้งแต่ผู้คนที่ 29-157 เป็นการกล่าวถึง

วิปัสสนาญาณ ล้วน ๆ มีการอุปมาอุปไมย ให้เห็นภาพชัดเจนเมื่อถึงสภาวะธรรมต่าง ๆ ที่ จะแสดงยกตัวอย่างมานี้ เป็นการบอกกล่าวถึงการจะยกตนเข้าสู่วิปัสสนาเช่นเดียวกันกับ คัมภีร์วิสุทธิมรรคที่กล่าวมาข้างต้น เช่น

ถอดเนื้อความเป็นภาษาไทยได้ ดังต่อไปนี้

“เมื่อจะเจริญวิปัสสนา ควรให้รู้orroและพยัญชนะแห่งวิปัสสนานั้นเสีย ก่อน หมายความว่า ถือเอาปัญญารู้แจ้งในอารมณ์ให้เกิดขึ้นมีในจิตใจของตน ด้วยเจตนา อันใดก็ตาม เจตนา นั้นเรียกว่าวิปัสสนากาวนา ประการหนึ่งให้รู้จักธรรม 3 อย่างคือ 1.ธรรมที่เป็นภูมิแห่งวิปัสสนา 2.ธรรมที่เป็นมูลหรือเหตุแห่งวิปัสสนา 3.ธรรมที่เป็นตัว วิปัสสนาหรือรูปร่างของวิปัสสนาเอง ซึ่งธรรมที่เป็นภูมิเป็นอารมณ์ของวิปัสสนานั้น คือ การได้สังขารธรรมทั้งหลายที่เป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ เช่น นามรูป หรือขันธทั้ง 5 และ อายตน 12 ธรรมทั้งหลายเหล่านี้เป็นบ่อเกิดของวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติควรเรียนรู้ ให้เข้าใจ ให้จำไว้ได้ดี ทั้งอรรถและเป็นภาษาบาลี ซึ่งธรรมเหล่านี้เป็นเหตุหรือมูลแห่งอารมณ์ วิปัสสนาทั้งสิ้น คือ สิลสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งศีล จิตตวิสุทธิ ความบริสุทธิ์แห่งจิต คือ อุปจารสมาธิ และ อัปนาสมาธิ วิสุทธิทั้ง 2 เป็นมูลเหตุแห่งวิปัสสนา ผู้ปฏิบัติควรทำ ศีลให้บริสุทธิ์ ตลอดถึงทำจิตใจให้บริสุทธิ์ด้วยสมาธิเสียก่อน ค่อยจะเจริญวิปัสสนากัมมัฏ ฐาน ...” เป็นต้น

สังเกตได้ว่าในรูปแบบการปฏิบัติกัมมัฏฐานทั้งคัมภีร์วิสุทธิมรรคและคัมภีร์ กัมมัฏฐานล้านนามีการบอกกล่าวที่มาก่อนเสมอ ไม่ได้สอนการภาวนาแบบโดดๆ ที่ให้ ผู้ภาวนาต้องไปศึกษาเอง แต่กลับกัน ในคัมภีร์ทั้งสองกลับสอดแทรกเนื้อหาที่มา สาระ โดยเฉพาะในคัมภีร์วิสุทธิมรรคมีการยกคำกล่าวบาลี ที่ปรากฏในพระไตรปิฎกมากล่าวอ้า งด้วยเสมอ ก่อนที่จะสอนอธิบายเป็นบทย่อกรอง คัมภีร์วิสุทธิมรรคเป็นการยกคาถามา จากสังยุตตนิกาย สคาถวรรค จากพระไตรปิฎกเป็นบทตั้งในคัมภีร์วิสุทธิมรรค (พระสยาม ราชวัตร, 2543: 144) ที่ผู้อ่านสามารถเข้าใจได้โดยง่าย หากมีความเพียรพยายามตั้งมั่น ที่จะศึกษาลงปฏิบัติภาวนาอย่างแท้จริง และไม่เพียงในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเท่านั้น ที่มีการ แบ่งระดับปัญญาขั้นต่าง ๆ คัมภีร์กัมมัฏฐานล้านนา ก็มีการแบ่งปัญญาด้วยเช่นกัน ดังนั้น พอสังเขปได้ว่าการลงมือปฏิบัติกัมมัฏฐานเพื่อเป็นไปตามแนวพุทธวิธีที่พระพุทธเจ้าได้ วางไว้ ถือปฏิบัติตามคัมภีร์ที่สำคัญอย่าง วิสุทธิมรรค ถือเป็นหลักที่อ้างอิงได้อย่างเหมาะ สมเป็นอย่างยิ่ง รวมถึงผู้ภาวนาจะเลือกปฏิบัติตามแนวกัมมัฏฐานล้านนาก็ย่อมได้เช่นกัน เพราะเนื่องที่มีการแต่งอ้างอิงมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคแทบทั้งสิ้น

องค์ความรู้จากงานวิจัย

หลักการปฏิบัติภาวนาในพระพุทธศาสนานั้นเมื่อก้าวโดยรวมแล้วอาจจะแยกเนื้อหาสาระ ตามสำนักไหนๆก็ตาม แต่หากลองรวมแล้วจะปรากฏอยู่เพียง 2 หลักการเท่านั้น คือสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนานอกเหนือจากวิธีการทั้ง 2 หลักการแล้วนั้น ไม่อาจกล่าวได้ว่าเป็นการปฏิบัติภาวนาตามแบบพระพุทธศาสนาแต่อย่างใด ซึ่งวิธีการนั้นปรากฏว่าวิธีการแบบสมถภาวนามีความนิยมที่ปฏิบัติอยู่ในปัจจุบันเป็นรากฐานของการปฏิบัติตามแนวต่างๆ เมื่อก้าวถึงหลักการปฏิบัติภาวนาตามคัมภีร์ที่สำคัญของพุทธศาสนา คือ คัมภีร์พระไตรปิฎกแล้วนั้นจะเป็นการกล่าวถึงภาพรวมของการภาวนา จะไม่มีการบ่งบอกแยกย่อยว่าการภาวนาเช่นนี้จะเป็สมถภาวนาหรือวิปัสสนาภาวนาแต่อย่างใด แต่จะเป็นการแนะนำสาวก ว่าควรปฏิบัติอย่างไร มีข้อหลักธรรมอันใดที่ควรไปปฏิบัติต่อจากกการรับกัมมัญฐานจากพระพุทธเจ้าเท่านั้น

แต่การกล่าวถึงหลักการภาวนาที่ชัดเจนที่สุด กลับปรากฏอยู่ในคัมภีร์ชั้น อรรถกถา คือ คัมภีร์วิสุทธิมรรค ที่มีการกล่าวถึงหลักการภาวนาที่ชัดเจนแบ่งเป็นนิเทศต่างๆ คือสมถกัมมัญฐาน และวิปัสสนากัมมัญฐาน โดยมีการกล่าวถึงวิธีการปฏิบัติแต่ละข้อที่แบ่งออกโดยแสดงวิธีการที่แตกต่างกันออกไปของ 2 หลักภาวนา รวมถึงกระทั่งวิธีการนั่งสมาธิ หรือวิธีการเดินจงกรม ในคัมภีร์ชั้นนี้จะกล่าวละเอียดลงไปถึงการจะเจริญภาวนาให้ได้ดีคือการถือธุดงค์วัตร การรักษาข้อวัตรปฏิบัติของนักบวช ทุกครั้งของการเริ่มเจริญภาวนาจะต้องมีการระลึกคุณงามความดีของตน หรือการชำระล้างให้ตนนั้นมีศีลที่สะอาดและบริสุทธิ์ กล่าวคือ พระภิกษุต้องมีศีลปาฏิโมกข์ สามเณร ถือศีล 10 ของตนให้มั่น อุบาสกอุบาสิกา ถือศีล 8 หรือศีล 5 ของตนไม่ให้ต่างพร้อย เพื่อที่จะเป็นการชำระตนเพื่อบริสุทธิ์เป็นการเริ่มเจริญกัมมัญฐาน ในวิธีการนี้ไม่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค และวิธีการที่มีความแตกต่างอย่างชัดเจนอีกประการหนึ่งคือ การนั่งขัดสมาธิ ในพระไตรปิฎกมีการกล่าวเพียงว่านั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่นเฉพาะหน้า เธอย่อมมีสติหายใจออก (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 14 ข้อ 118 : 288) ส่วนคัมภีร์วิสุทธิมรรคไม่ได้บอกไว้อย่างชัดเจน มีการบอกเพียงว่านั่งคู้บัลลังก์เท่านั้น

ในคัมภีร์กัมมัญฐานล้านนาที่คนส่วนใหญ่คุ้นหูชื่อว่ากัมมัญฐานครูบ้านนั้น เน้นหนักลงไปกับการภาวนาแบบสมถเป็นส่วนมาก ไม่มีการกล่าวถึงการภาวนาแบบวิปัสสนาแต่อย่างใด ซึ่งหลักใจความสำคัญอ้างอิงมาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรคล้วนแล้วทั้งสิ้น เพราะหากบุคคลใดที่จะแต่งคัมภีร์สอนกัมมัญฐานแล้วนั้น บุคคลนั้นควรจะต้องศึกษาคัมภีร์วิสุทธิมรรคให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ ไร้ออกงขาในการศึกษาคัมภีร์วิสุทธิมรรค ถึงจะมีสิทธิ์ที่จะแต่งคัมภีร์กัมมัญฐานล้านนาได้ ถึงแม้หลักใจความสำคัญจะยกมาจากคัมภีร์วิสุทธิ

มรรคแล้วนั้น แต่จะปรากฏที่แตกต่างออกไปเป็นเพียงวิธีการที่มีการใช้ศาสนาพิธีเข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น การอาศัยขอขมา หรือการขอให้กัมมฐานที่บุคคลจะภavnานนั้นให้บังเกิด โดยใช้วิธีการที่เรียกว่า ขอขมาแก้ว 5 โกฐาก การตั้งชันพาน มีข้าวตอก ดอกไม้ ลำเทียน เพื่อทำการสักการะแด่พระรัตนตรัย กัมมฐานแต่ละหมวด และครูอาจารย์ผู้สอนกัมมฐาน เป็นวิธีการที่เป็นเอกลักษณ์และเป็นใจหลักสำคัญเฉพาะเจาะจงปรากฏอยู่ในเพียงกัมมฐานล้านนาเท่านั้น และอุปกรณ์ที่สำคัญกับการงานภavnาอีกชนิด คือ ลูกประคำที่จะต้องมีส่วนร่วมด้วยเสมอเกี่ยวกับการกัมมฐานล้านนา

บทสรุป

การศึกษากัมมฐานล้านนาที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคนั้น ใจความหลักสำคัญยังคงปรากฏอยู่คือ หลักการปฏิบัติสมถกัมมฐานและวิปัสสนากัมมฐาน และประเด็นที่สำคัญกล่าวถึงความแตกต่าง ระหว่างพระไตรปิฎก คัมภีร์วิสุทธิมรรค และคัมภีร์วิปัสสนากัมมฐานหลวงวัดพระธาตุ คือ กัมมฐานแบบล้านนามีการใช้อุปกรณ์เป็นตัวช่วยคือลูกประคำ ทำอุบายเพื่อให้การเจริญกัมมฐานมีหลักยึด พร้อมกับการบริกรรมคาถา ต่าง ๆ บทสรรเสริญกัมมฐาน การบริกรรมคาถา ที่จะมีการแปลกกลับไปกลับมา เพื่อให้ผู้ท่องนั้นจำได้ขึ้นใจว่าตนกำลังภavnายกัมมฐานบทใด ซึ่งในที่นี้ไม่มีปรากฏในพระไตรปิฎก และคัมภีร์วิสุทธิมรรคแต่อย่างใด

บรรณานุกรม

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- มหามงกุฎราชวิทยาลัย. (2564). **พระไตรปิฎกและอรรถกถา แปล ฉบับมูลนิธิมหามงกุฎราชวิทยาลัย**. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหามงกุฎราชวิทยาลัย.
- พระพุทธโฆษาจารย์. (2556). **วิสุทธิมรรค**. สมเด็จพระพุทธปาโมกข์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปล. พิมพ์ครั้งที่ 11 กรุงเทพมหานคร : ธนเพรส.
- สมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ (ป.อ.ปยุตโต). (2562). **พระพุทธศาสนาในเอเชีย**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร : ผลิตธรรม.
- พระ(ธ)ปัญญาเขริชิตตะ. **วิปัสสนากัมมฐานหลวง วัดพระธาตุป่าวิโรจน์ อินทนนท์, ชินนทร์ เขียวสนุก ปิรวรรต**. (ม.ป.ท.)
- ศักดิ์สยาม แยมั่นดดา. (2534). **วรรณคดีพุทธศาสนาพากย์ไทย**. กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- วิโรจน์ อิทนนท์. (2559) .**กัมมัฏฐานล้านนา รูปแบบและวิธีการปฏิบัติ ฉบับปรับปรุง.**
พิมพ์ครั้งที่ 2. เชียงใหม่ : โรงพิมพ์นันทกานต์ กราฟฟิค/การพิมพ์.
- วริยา ทินวรรณ และคณะ. (2543). **สมาธิในพระไตรปิฎก วิวัฒนาการการตีความ**
คำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธศาสนาในเถรวาทในประเทศไทย.
กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เทพประวิณ จันทรแรง. (2559). **ปราชญ์ทางพระพุทธศาสนาในล้านนา.** สารนิพนธ์พุทธ
ศาสตรบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระมหาสยาม ราชวัตร. (2543). **การศึกษาเปรียบเทียบไตรสิกขาในคัมภีร์วิสุทธิมรรค**
กับคัมภีร์วิมุตติมรรค. บัณฑิตวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร : มหาวิทยาลัย
มหิดล.
- สิทธิ บุตรอินทร์. (2545). **ปรัชญานิพนธ์.** กรุงเทพมหานคร : สยามปริทัศน์.
- ชาติเมธี หงษา. (2559). **พระไตรปิฎกเบื้องต้น.** กรุงเทพมหานคร : โอเดียนสโตร์.