

ชื่อวิทยานิพนธ์ : การศึกษาเปรียบเทียบแนวการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของสำนักสวนโมกขพลาราม กับสำนักยุเตกธรรมฐาน (สหภาพเมียนมาร์)

ผู้วิจัย : พระมหาอุชงค์ จิตธมโม (สารพานิข)

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (ศาสนาเปรียบเทียบ)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระมหามงคลกานต์ จิตธมโม, ดร. ป.ธ.๙, พธ.ม. (ปรัชญา), ศน.ด.(ศาสนาและปรัชญา)

: ดร.แสวง นิลนามะ ป.ธ.๗, พธ.บ., พธ.ม. (ปรัชญา), พธ.ด.(พระพุทธศาสนา)

: ผศ.ดร.ณัฏฐ์ ศรีดี ป.ธ.๙, พธ.บ., ศศ.ม.(จริยศาสตร์), Ph.D. (Philosophy & Religion)

วันสำเร็จการศึกษา : ๓๐ มีนาคม ๒๕๕๘

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเปรียบเทียบ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของสำนักสวนโมกขพลาราม กับ วัดยุเตกธรรมฐาน (สหภาพเมียนมาร์)ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อศึกษาอานาปานสติ และมหาสติปัฏฐานสูตร ในคัมภีร์พระพุทธศาสนา และ คัมภีร์วิสุทธิมรรคเพื่อศึกษาการเจริญสติปัฏฐานโดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องแล้วเรียบเรียงบรรยายตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษาพบว่า

การ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของสำนักสวนโมกขพลารามพบว่า การปฏิบัติอานาปานสติคือการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน๔คือมีสติกำหนดพิจารณากายเวทนาจิตและธรรมซึ่งจะต้องใช้การพิจารณาประกอบด้วยกันในการกำหนดพิจารณา๓ประการคือความเพียรเพากิเลสอาตาศีมีความรู้ตัวสัมปชาโนมีความรู้ตัวทั่วพร้อมอานาปานสติ เป็นได้ทั้ง สมถะกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานเน้นหลักสันโดษคือให้พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่และไม่ทะยานอยากในสิ่งที่เกินความจำเป็นทำให้เป็นคนมีวินัยเข้มแข็งมั่นคงมีประสิทธิภาพในการทำงานมีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานของตนและสร้างเมตตาให้เกิดแก่สังคม ส่งผลให้สังคมสงบสุขส่วนวิธีที่๒คือการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานซึ่งผลที่ได้รับคือการรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริงด้วยปัญญาหรือในที่สุดได้บรรลุพระนิพพาน

การ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดจตุรธาตุวฑูกรรมฐานมาพบว่าเน้นวิปัสสนาเมื่อปฏิบัติในมหาสติปัฏฐานสูตร อย่างจดจ่อต่อเนื่องย่อมสามารถรู้แจ้งแทงตลอดในสภาวะรูปนามที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตาเวทนาคือการเสวยอารมณ์หรือความรู้สึกในการเจริญเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐานคือการพิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ด้วยความเพียรมีสัมปชัญญะมีสติย่อมกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้กล่าวโดยการปฏิบัติคือมีสติระลึกรู้ สังเกตพิจารณาความรู้สึกภายในกายและใจที่เป็นสุขเป็นทุกข์และไม่ใช่สุขไม่ใช่ทุกข์ ตามที่ปรากฏจริงโดยความไม่เที่ยงเป็นทุกข์และอนัตตาเมื่อพิจารณาเห็น ตามความจริงที่ปรากฏย่อมสามารถถ้อยถนอมความยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์ทั้งที่พอใจและไม่พอใจได้

เปรียบเทียบแนวคิดการในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของวัดสวนโมกขพลารามกับวัดจตุรธาตุวฑูกรรมฐานการปฏิบัติ ในการสอนรูปแบบ อานาปานสติของสำนักสวนโมกขพลารามสอนโดยพระธรรมโกศาจารย์ หรือ หลวงพ่อพุทธทาส ผู้วิจัยได้ทำการวิจัย ในสวนโมกขการดำเนินชีวิตในสวนโมกขพลาราม ท่านพุทธทาสภิกขุยึดคติที่ว่า เป็นอยู่อย่างต่ำ มุ่งกระทำอย่างสูง โดยชีวิตประจำวันของท่านพุทธทาสภิกขุนั้นเป็นไปอย่างสันโดษและสมถะ สำหรับวัตถุประสงค์ของภายนอก ฟังพาก็แต่เพียงวัตถุประสงค์ของที่ทำให้ชีวิตดำรงอยู่ต่อไปได้ และวัตถุประสงค์ของที่จำเป็นในการเผยแผ่ธรรมะเท่านั้น มีความเป็นอยู่อย่างต่ำที่สุด การกระทำในความเป็นอยู่เป็นการกระทำอย่างสูงที่สุด คือเป็นการกระทำเพื่อศึกษา ปฏิบัติ และเผยแผ่พระพุทธศาสนา การปฏิบัตินั้นเป็นการกระทำอันนำไปสู่มรรคผล และนิพพาน เป็นที่สูงที่สุด ส่วนการเผยแผ่เป็นเพื่อนำพาธรรมอันบริสุทธิ์ให้แพร่หลายออกไป การปฏิบัติในอานาปานสติ นั้น มีจุดประสงค์เพื่อฝึกสติ ให้อยู่กับกาย โดยอาศัยการภาวนา

โดยกำหนดลมหายใจ เข้าออกเป็นอารมณ์รูปแบบในการปฏิบัติกรรมฐานของวัดจตุรธาตุวฑูกรรมฐานคือการกำหนดรู้ ตามมหาสติปัฏฐานหมายถึงการใส่ใจ,การนึกในใจ,การพูดในใจ, พร้อมกับอาการที่เกิดขึ้นทางกายและใจ ให้ได้ปัจจุบันไม่ก่อนไม่หลังกับอาการที่เกิดขึ้น คือกำหนด และรู้อาการไปพร้อมกัน เหมือนกับการวางจิตเป็นเพียงผู้กำหนดรู้ แล้วปล่อยอย่าไปอยากให้เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ก็จะเห็นความเป็นจริง หมายถึงการกำหนดรู้ ตามสภาพที่เป็นจริงๆ โดยไม่มีการวิเคราะห์วิจารณ์ใดๆทั้งสิ้น

Thesis Title : A Comparative Study of the Way to Practice Vipassanā Bhāvanā of Wat Suan Mokkhabalaram and Ngwee Taung U (Myanmar)

Researcher : Phramaha Puchong Thitadhammo (Saraphanit)

Degree : Master of Arts (Comparative Religion)

Thesis Supervisory Committee

: Dr. Phramaha Mongknonkan Titadhammo (Klangpanom)
Paṭi IX, M.A. (Phil.), Ph.D. (Religion & Philosophy)

: Dr. Sawaeng Nilnama Paṭi VII, BA , M.A. (Phil.), Ph.D.
(Buddhist Studies)

: Asst. Prof. Dr. Naddhira Sridee, Paṭi IX, B.A., M.A. (Ethics),
Ph.D. (Philosophy and Religion)

Date of Graduation : 30 March 2015

Abstract

This thesis is to study of the practice of *Vipassanā* meditation of Wat Suan Mokkhabalaram and NGWE Taung U (Myanmar), to study of *Ānāpānasati* and *Mahāsatipatthāna-sutta* in the Buddhist Scriptures, and to study the way the practice of *Mahāsatipatthāna*. It is to study from Theravada Buddhist Scriptures; *Tipitaka*: Pāli Canon, *Atthakathā*: Commentaries, *tikā*: Sub-commentaries, *Visuddhimagga* Scripture, and other related Texts. From the study, it is found that :-

The way to practice *Vipassanā Bhāvanā* of Wat Suan Makkhabalaram, it is found that the development calm abiding and then insight, it is the practice *Ānāpānasati* means the practice of the four foundations of mindfulness; contemplation of the body, the feeling, the mind, and the mental objects. It is the contemplation which consists of *ātāpi* (ardent), *sampajāno* (alert), and *satimā* (mindful), it is both of *Samatha* and *Vipassanā*. It emphasizes *santutthi*: the contentment which is satisfaction with whatever is one's own; it is to be disciplined one, strong, secured, effected in working, responsible in duty, and making loving-kindness to society. The second way is the practice *Vipassanā* meditation, the

resulting is to know the phenomenon state by wisdom and final is to attain Nibbāna.

The way to practice *Vipassanā Bhāvanā* of NGWE Taung U (Myanmar), it is found that it emphasizes Vipassanā, when practicing *Mahāsatipatthāna* continuously he can understand in state of mind-matter which is impermanent, suffering, and non-self. Vedanā: the feeling or sensation, in the development of *Vedanānupassanā-satipatthāna* is observing feelings in feelings – ardent, alert, and mindful having given up greed & distress with reference to the world, this is called right mindfulness. Observation of body and mind is pleasant, unpleasant or neutral, which is appearing the impermanence, suffering, and non-self. When observing the reality, he can eradicate the attachment of pleasant and unpleasant objects.

The comparison of the way of practice *Vipassanā* of *Vipassanā Bhāvanā* of Wat Suan Makkhabalaram and NGWE Taung U (Myanmar), the way of practice *Ānāpānasati* of Wat Suan Makkhabalaram taught by Phra Dhammakosajarn (Buddhadāsa), the researcher has studied the way of life in Suan Makkhabalaram, Buddhadāsa hold the principle that “lower living but higher action”. In daily life, Buddhadāsa had dwelled with the contentment and calm. He dwelled the external thing which living, and the thing for propagation Dhamma only which is called lower living. The higher action is action for study, practice and propagation of Buddhism. The practice is the way to attain *Magga*, *Phala*, and *Nibbāna* which is the highest goal. Then, the propagation is to spread of the purified Dhamma. The practice of *Ānāpānasati* is to develop always mindfulness with activities by observing breathing in and out as sense-objects. The way of practice *Vipassanā* of NGWE Taung U (Myanmar) is the observation according to *Mahāsatipatthāna*, it means an interest, thinking, quiet reciting, and all activities which happened in body and mind. It is always mindfulness, knowing all activities as putting mind is observation. Don not let it to be that or this. it will be seen the reality, that means knowing the real state without any analysis and criticism.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความอนุเคราะห์และอุปถัมภ์จากบุคคลหลายท่านทั้งส่วนที่เป็นงานวิชาการและในส่วนของผู้สนับสนุนการวิจัยและทุนทรัพย์ ในการทำวิจัย

กราบขอบพระคุณพระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร,ดร. คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย ท่านอาจารย์ พระสุธีธรรมานุวัตร (เทียบ สิริญาโณ,ผศ.ดร.) คณบดีคณะพุทธศาสตร์ พระราชสิทธิมนี วิ. (บุญชิต ญาณส่วโร, ดร.) ผู้อำนวยการโครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาศาสนาเปรียบเทียบ ประธานกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ ดร.บุญเลิศ โอฐสุ กรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์ ที่ให้คำแนะนำ และชี้ประเด็นต่างๆ ในการทำวิทยานิพนธ์เพื่อให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณพระมหามงคลกานต์ วิฑิตโม,ดร. ประธานกรรมการ ดร.แสง นิลนามะ และผศ.ดร.ณัฏฐ์ ศรีดี กรรมการควบคุมดูแลวิทยานิพนธ์ ที่อนุเคราะห์ให้คำแนะนำในประเด็นการ ศึกษาวิจัย และแนวทางในการศึกษาค้นคว้าจนงานสำเร็จลงด้วยดี

ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่ทุกท่านของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ความสำเร็จในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ผู้ศึกษาขอขอบคุณคณาจารย์รวมทั้งเจ้าหน้าที่ห้องสมุดมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยด้วยคุณของพระรัตนตรัยขอให้ทุกท่านได้บรรลุธรรมอันสูงสุดของพระพุทธศาสนา ด้วยการปฏิบัติธรรมสูงสุด

ขอขอบคุณคุณโยมศุภร ทรงสะอาด คุณโยมภูษิต สารพานิช และคุณโยมสุวิทย์ พร้อมครอบครัวที่ให้การสนับสนุน ทั้งด้านวิชาการและปัจจัยสี่ ตั้งแต่เริ่มศึกษาจนสามารถทำให้งานวิจัยสำเร็จลงได้

ขอบพระคุณและอนุโมทนาขอบคุณเจ้าของผลงานด้านหนังสือและงานวิจัยทุกชิ้นที่ผู้วิจัยได้นำมาเป็นเอกสารอ้างอิงในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ขอกราบขอบพระคุณพระอุปัชฌาย์ครูอาจารย์ทุกท่านที่ได้ให้ความรู้และวิชาการให้ผู้วิจัยมีความรู้จนสามารถศึกษาค้นคว้าได้

ด้วยอานิสสงส์แห่งคุณพระศรีรัตนตรัย และบารมีแห่งพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวองค์รัชกาลที่ ๕ องค์สถาปนามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยแห่งนี้ จงคุ้มครองท่านทั้งหลายให้มีความสุขความเจริญในธรรมทั้งชาติและชาติหน้าเถิด

พระมหาภูชงค์ วิฑิตโม

มีนาคม ๒๕๕๘