

การพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี

The Development of for the Five Indriya of the Singburi Province Dhamma
Practice Center

พระมหาภัทรชัย กิจจชโย (เพียรประกิจ)¹ พระมหาไธ้ ธมฺมเมธี² และศิริโรจน์ นามเสนา³
PhramahaPattarachai Kicajayo (Pianprakit), PhramahaHai Dhammamedhi and
Sirirote Namsena

Received: April 20, 2024

Revised: June 10, 2024

Accepted: June 22, 2024

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี 2) พัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี และ 3) นำเสนอการพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบวิจัยภาคสนาม ผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่ใช้ในการวิจัยโดยใช้เครื่องมือการสัมภาษณ์เชิงลึกรวม 21 รูป/คน สอนหนักกลุ่มเฉพาะ จำนวน 9 รูป/คน วิเคราะห์เนื้อหาเชิงพรรณนา ผลการวิจัย พบว่า 1) สภาพการพัฒนาอินทรีย์ผู้ปฏิบัติต้องปรับคุณธรรมเหล่านี้ให้สมดุลกัน สัทธากับปัญญา หากศรัทธามากไปจักทำให้เป็นผู้เชื่อโดยงมงาย จึงจำเป็นต้องเจริญปัญญาให้มากขึ้นเพื่อรู้ตามความเป็นจริง 2) การพัฒนาอินทรีย์ 5 เกิดความเลื่อมใสศรัทธาต่อการปฏิบัติ คือ สำนักปฏิบัติที่ร่มรื่น สะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อย มีสถานที่ปฏิบัติที่มีความพร้อม และ 3) แนวทางการพัฒนาอินทรีย์ 5 เริ่มต้นจากการศึกษาเล่าเรียนและคิดวิเคราะห์ วิจัย ตั้งสมมติฐาน ถกเถียงหาเหตุผล ยังไม่เพียงพอที่จักเป็นใหญ่ หรือเป็นอินทรีย์ได้ ต่อเมื่อผู้ปฏิบัติลงมือทดลองดำเนินการด้วยประสบการณ์ตรง ที่เรียกว่า ภาวนา ทำให้มี ทำให้เจริญ มีสติระลึกรู้สภาพธรรมตามเป็นจริงในขณะปัจจุบัน

¹⁻² มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย; Mahachulalongkomrajavidyalaya University

Corresponding author, email: patta.8836@gmail.com

คำสำคัญ: อินทรีย์ 5, สำนักปฏิบัติธรรม, จังหวัดสิงห์บุรี

Abstract

The objectives of this research article were 1) to study the development of Indriya 5 of Sing Buri Provincial Dhamma Practice Center; 2) to develop Indriya 5 of Sing Buri Provincial Dhamma Practice Center; and 3) to present the development of Indriya 5 of Sing Buri Provincial Dhamma Practice Center. This was a qualitative research, field research. The key informants used in the research were in-depth interviews, totaling 21 people, focus group discussions, totaling 9 persons, and descriptive content analysis. The research results found that 1) the condition of developing Indriya of the practitioners must adjust these virtues to be balanced, faith and wisdom. If there was too much faith, it will make them believe blindly. Therefore, it was necessary to develop more wisdom to know the truth; 2) the development of Indriya 5 resulted in faith in the practice, i.e., a meditation center that was shady, clean, and orderly, with a place for practice that was ready; and 3) the guidelines for developing Indriya 5 started from studying, learning, analyzing, researching, setting hypotheses, and arguing for reasons. It was not enough to be the sense-faculties only when the practitioners tried it out with their own experiences. It was called meditation, which made one have, made one develop, and had mindfulness and awareness of the true nature of the Dhamma in the present moment.

Keywords: Indriya 5, Dhamma Practice Center, Sing Buri Province

บทนำ

ตั้งแต่ครั้งพุทธกาล หลังจากที่เจ้าชายสิทธัตถะออกบวชและตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณเป็นพระพุทธเจ้า (อง.ติก. (ไทย) 20/104/348) พระองค์ได้ถ่ายทอดความรู้ให้กับมหาชนที่มีอัธยาศัยแตกต่างกัน ด้วยการแสดงธรรมตามอัธยาศัยของผู้ฟัง จึงทำให้มีผู้ฟังพระธรรมคำสอนของพระองค์เกิดปัญญาและเข้าใจพระธรรมที่ทรงแสดงเป็นจำนวนมาก ที่เป็นเช่นนี้เพราะการแสดงธรรมของพระองค์เป็นการแสดงธรรมเพื่อปรับอินทรีย์ทั้ง 5 ให้เกิดการพัฒนาความรู้ได้อย่างรวดเร็ว

เพราะเกิดความสมดุลระหว่างศรัทธากับปัญญา วิริยะกับสมาธิ มีผลทำให้เกิดสติรู้ตัวทั่วพร้อมอย่างต่อเนื่องและบรรลุอริยสัจธรรมได้อย่างรวดเร็ว พระธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงโปรดมหาชนตามอัธยาศัยและทำให้เกิดปัญญารู้อย่างแจ่มแจ้งในพระอริยสัจธรรมในระยะแรกส่วนใหญ่ทรงแสดงอริยสัจสี่ เพื่อพัฒนาอินทรีย์ 5 ทำให้โกณฑัญญะ 1 ในปัญจวัคคีย์ บรรลุเป็นพระโสดาบัน เป็นพระอริยะบุคคลรูปแรกในโลก หลังจากนั้นอีก 4 ท่านก็บรรลุธรรมตามลำดับ จากนั้นพระพุทธองค์ทรงแสดงอนัตตลักขณสูตร ทำให้ปัญจวัคคีย์ทั้งหมดบรรลุเป็นพระอรหันต์ แต่สำหรับบางคนในยุคนั้น เช่น ยสะกุลบุตร เริ่มต้นด้วยการฟังอนุปพุทพิกขา (วิ.ม. (ไทย) 4/56/67) ปรับอินทรีย์แล้ว ได้ฟังอริยสัจ 4 บรรลุเป็นพระโสดาบัน อริยสาวกผู้บรรลุธรรมแต่ละท่าน มีอินทรีย์อ่อนบ้าง แก่กล้าบ้าง พระพุทธเจ้าทรงแสดงธรรมตามอัธยาศัยเพื่อปรับอินทรีย์ให้แก่กล้าแล้วแสดงธรรมอื่น ๆ ทำให้หลายท่านสามารถบรรลุอริยสัจธรรมได้อย่างรวดเร็ว แต่ก็ยังมีหลายท่านที่ต้องฟังธรรมบ่อย ๆ เพื่อปรับอินทรีย์ให้แก่กล้ามากพอจึงสามารถบรรลุธรรมได้ ทำให้ครั้งพุทธกาลมีพระอริยะบุคคลเป็นจำนวนมาก พระอริยะบุคคลเหล่านั้นล้วนเป็นผู้มีกาย วาจา สงบด้วยศีล สะอาดด้วยสมาธิ และสว่างด้วยปัญญา เมื่อบริบูรณ์พร้อมด้วยศีล สมาธิ ปัญญาแล้ว ย่อมเข้าถึงความดับกิเลสและเพลิงทุกข์ คือพระนิพพาน ดับปัญหาต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิต เป็นผู้ปราศจากทุกข์ทั้งปวง

แต่ชาวโลกในปัจจุบัน ล้วนมีปัญหาในการดำเนินชีวิต ตั้งแต่ปัญหาในระดับครอบครัว ถึงระดับประเทศ ทำให้เกิดความเครียดและปัญหาตามมาอีกมากมาย เป็นสาเหตุให้ทำร้ายทำลายชีวิตตนเองและผู้อื่น เป็นข่าวให้เห็นอยู่ในสังคมปัจจุบันมากขึ้นเรื่อย ๆ ที่เป็นเช่นนั้นเพราะอารมณ์ของทุกคนเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน เช่น ปัจจุบันเห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส กระทบสัมผัสทางกายที่น่าชอบใจ ทำให้เกิดความโลภ ในทางตรงกันข้าม เช่น ถูกดูด่าว่ากล่าว หรือทำสิ่งที่เราไม่พอใจ ทำให้เกิดความโกรธ หลงลืมสติ รู้ไม่ทันอารมณ์ที่กำลังเกิดขึ้นอยู่ในขณะนั้น ทำให้เกิดความหลง ทำทุกอย่างไปตามอารมณ์ที่เกิดขึ้น ซึ่งก็คือกิเลสที่เกิดขึ้นกับทุกคน และค้นหา 3 อย่าง คือ กามตัณหา ความยินดีพอใจในสิ่งที่เห็น ได้ยิน ได้กลิ่น ลิ้มรส กระทบสัมผัส ภาวตัณหา ความอยากมีอยากเป็นในสิ่งที่ทำให้เราพอใจชอบใจ วิจยตัณหา “ความอยากไม่มี อยากไม่เป็น” ในสิ่งที่เราไม่พอใจไม่ชอบใจ เป็นสาเหตุที่ทำให้ตนเองทำทุกอย่างไปตามอารมณ์ที่กำลังตกอยู่ในอำนาจของกิเลส คือ ความโลภ โกรธ หลง และค้นหาทั้ง 3

ด้วยเหตุนี้จึงต้องอาศัยการปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน 4 เพื่อพัฒนาอินทรีย์ 5 ให้แก่กล้ามากพอที่จะทำให้เกิดปัญญารู้และเข้าใจความจริงของชีวิตที่แท้จริงเพื่อให้รู้ทันกิเลสตัณหาเหล่านั้น อันเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้พ้นจากอำนาจกิเลสตัณหาดังกล่าว เพราะเกิดปัญญารู้และเข้าใจคำสอนของของพระพุทธเจ้าด้วยการปฏิบัติธรรมดังกล่าว จากประสบการณ์ในการสอน

กรรมฐานของผู้วิจัย มีความเห็นว่า สำนักปฏิบัติธรรมแต่ละสำนัก มีจำนวนผู้ปฏิบัติธรรมแตกต่างกันมากบ้าง น้อยบ้าง แต่นั่นไม่ใช่ประเด็นสำคัญ ประเด็นสำคัญอยู่ที่ผู้ปฏิบัติกรรมฐานในหลาย ๆ สำนักเหล่านั้น มีการพัฒนาอินทรีย์ 5 (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), 2558) เพียงเล็กน้อยเท่านั้น แม้จะมีการฟังพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าจากการแสดงธรรมของพระวิปัสสนาจารย์ ในบางเวลาของการปฏิบัติในแต่ละวันก็ตาม และพระธรรมที่นำมาสอนก็เป็นพระธรรมที่พระพุทธองค์เคยสอนมหาชนในครั้งพุทธกาล ซึ่งทำให้มหาชนในครั้งนั้นบรรลุธรรมเป็นพระอริยบุคคล ตั้งแต่ระดับพระโสดาบันถึงระดับพระอรหันต์เป็นจำนวนมาก เพราะพระอริยบุคคลเหล่านั้นได้รับการพัฒนาอินทรีย์ 5 จากการสอนของพระพุทธเจ้า แล้วปฏิบัติตามคำสอนนั้น ทำให้สามารถพัฒนาอินทรีย์ 5 ของตนให้แก่กล้า เกิดปัญญารู้และเข้าใจแจ่มแจ้งธรรมนั้น สามารถบรรลุธรรมตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนได้

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการทำงานวิจัย การพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี เพื่อประโยชน์ในการทำให้ผู้ปฏิบัติกรรมฐานเกิดปัญญารู้และเข้าใจพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าตามความเป็นจริง จากการพัฒนาอินทรีย์ 5 เพื่อการบรรลุธรรมในระดับต่าง ๆ

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาสภาพการพัฒนาอินทรีย์ 5 ในการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี
2. เพื่อพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี
3. เพื่อเสนอแนวทางการพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยผู้วิจัยใช้เครื่องมือ คือ แบบสัมภาษณ์ที่มีโครงสร้าง การวิจัยนี้มีการเก็บรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนและวิธีการดังนี้

1. ข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Source) ข้อมูลปฐมภูมิ คือ พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์พระบรมราชินีนาถ
2. ข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Source) ข้อมูลทุติยภูมิ คือ แนวคิด ทฤษฎี เอกสาร หนังสือ งานวิจัย และข้อมูลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น วารสารวิชาการ บทความวิชาการ บทความวิจัย

ตลอดจนข้อมูลสถิติที่รวบรวมไว้โดย หน่วยงานราชการหรือสถาบันการศึกษาหรือแหล่งข้อมูลซึ่งเป็นที่ยอมรับได้

3. การดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล (Data Collection) การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลการสัมภาษณ์ตามขั้นตอน ดังต่อไปนี้

3.1 เครื่องมือวิจัย ได้แก่ แบบสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview Form) เพื่อสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญที่เลือกแบบเจาะจงจำนวน 3 กลุ่ม ดังต่อไปนี้ 1) กลุ่มผู้แทนพระสังฆาธิการผู้บริหารคณะสงฆ์จังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 6 รูป/คน 2) เจ้าสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 7 รูป กลุ่มที่ 3 กลุ่มพระวิปัสสนาจารย์ประจำสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี จำนวน 8 รูป/คน รวมทั้งสิ้น 21 รูป/คน

3.2 การสนทนากลุ่มเฉพาะ กับผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 9 รูป/คน คือ 1) เจ้าสำนักปฏิบัติธรรม 2) กลุ่มพระวิปัสสนาจารย์ประจำสำนักปฏิบัติธรรมในมจร 3) ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นประจำ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาเอกสาร และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) โดยนำข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้มาเก็บให้เป็นระบบระเบียบให้ความหมายกับข้อมูลจัดหมวดหมู่ความหมายของข้อมูล วิเคราะห์และสรุปรวบรวมความหมาย ผู้วิจัยเลือกใช้ “การตรวจสอบสามเส้า (Triangulation)” โดยใช้วิธีเก็บรวบรวมข้อมูลต่างกัน เพื่อรวบรวมข้อมูลเรื่องเดียวกัน คือ การค้นคว้าเอกสาร และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) เพื่อที่จะตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลก่อนการนำไปวิเคราะห์

สรุปผลการวิจัย

1. สภาพการพัฒนาอินทรีย์ 5 ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนานั้นต้องเข้าใจความหมายของอินทรีย์ แปลว่า ธรรมที่เป็นใหญ่ในกิจ หมายถึง ธรรมที่เป็นเจ้าการในการครอบงำหรือกำราบสิ่งที่เป็นปฏิกิริยาในการปฏิบัติธรรม คือ ความขาดศรัทธา ความเกียจคร้าน ความเพิกเฉยปล่อยปละละเลย ความฟุ้งซ่าน และการขาดความรู้ ความหลงผิด หรือการไม่ใช้ปัญญา อินทรีย์เป็นอำนาจที่หนุนนำให้ปฏิบัติธรรมก้าวหน้าไปได้ มี 5 อย่าง คือ ศรัทธา (ความเชื่อ) วิริยะ (ความเพียร) สติ (ความระลึกได้หรือครองใจไว้กับกิจที่ทำ) สมาธิ (ความมีจิตตั้งมั่น) และปัญญา (ความรู้ชัดหรือความเข้าใจ)

2. การพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี สิ่งสำคัญอย่างแรกของผู้เข้าปฏิบัติธรรม คือ ความสะดวกในการเดินทางไปยังสถานที่ปฏิบัติธรรม เมื่อถึงสถานที่นั้นแล้ว สิ่งที่น่าสนใจชวนให้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาต่อการปฏิบัติ คือสำนักปฏิบัติที่ร่มรื่น สะอาด เป็น

ระเบียบเรียบร้อย มีสถานที่ปฏิบัติที่มีความพร้อม เป็นบรรยากาศที่ทำให้ผู้มาปฏิบัติรู้สึกมีความสุข ตั้งแต่แรกเห็น ผู้ปฏิบัติที่เคยปฏิบัติมาจากสำนักอื่น ๆ ย่อมเห็นความแตกต่างกันอย่างชัดเจน จนสามารถผูกใจผู้ปฏิบัติให้ต้องการกลับมาปฏิบัติที่สำนักที่มีความพร้อมมากกว่า คือสำนักที่มีความสัปปายะ 7 อย่างมาก

3. แนวทางการพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี มีแนวทางเริ่มต้นจากการศึกษาเราเรียน และคิทธิเคราะห วิจัย ตั้งสมมติฐาน ถกเถียงหาเหตุผลยังไม่เพียงพอที่จักเป็นใหญ่ หรือเป็นอินทรีย์ได้ ต่อเมื่อผู้ปฏิบัติลงมือทดลองดำเนินการด้วยประสบการณ์ตรง ที่เรียกว่า ภาวนา ทำให้มี ทำให้เจริญ มีสติระลึกรู้สภาพธรรมตามเป็นจริงในขณะปัจจุบัน โดยมีแรงสนับสนุนจากการเรียน การดำริที่ถูกต้อง จึงจักเป็นอินทรีย์ ที่สำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ ได้เพิ่มเติมการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาอินทรีย์ 5 ร่วมกับคณะสงฆ์จังหวัดสิงห์บุรี โดยการพาผู้ปฏิบัติทั้งพระภิกษุสามเณร อุบาสกอุบาสิกา รวมทั้งพุทธศาสนิกชนผู้สนใจปฏิบัติ เติมนัดทั้งในประเทศและต่างประเทศ ซึ่งเป็นแนวทางปฏิบัติที่ช่วยพัฒนาอินทรีย์ 5 ได้เป็นอย่างดี

อภิปรายผลการวิจัย

1. สภาพการพัฒนาอินทรีย์ 5 ในการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี อินทรีย์ 5 มีปรากฏอยู่ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาหลายที่ แต่ในที่นี้จะขอกล่าวถึงเฉพาะที่เป็นหมวดธรรมใน โพธิปักขิยธรรม 37 ประการ คือ สติปัฏฐาน 4 สัมมปปธาน 4 อธิธิบาท 4 อินทรีย์ 5 พลละ 5 โพชฌงค์ 7 อริยมรรคมีองค์ 8 คือ ธรรม 37 ประการนี้เป็นหมวดธรรมที่นำผู้ปฏิบัติไปสู่การรู้แจ้งตามความเป็นจริง มีการบรรลุดูธรรมเป็นที่สุด ดังนั้นการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาอินทรีย์ 5 ในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาจึงเป็นไปเพื่อวัตถุประสงค์ดังกล่าวมานี้ อนึ่งผู้ปฏิบัติต้องปรับคุณธรรมเหล่านี้ให้สมดุลกันดังนี้ สัทธา กับ ปัญญา หากศรัทธามากไปจักทำให้เป็นผู้เชื่อโดยมง่าย จึงจำเป็นต้องเจริญปัญญาให้มากขึ้นเพื่อรู้ตามความเป็นจริง แต่หากว่าปัญญามากเกินไปจักทำให้เป็นคนกระด้าง ถือตัวตนยิ่ง ต้องเจริญศรัทธาสร้างความเลื่อมใสให้มากขึ้น หากปัญญามากเกินไปจะเกิดแต่ความสงสัย และหากความเพียรมากกว่าสมาธิก็จะฟุ้งซ่าน หากสงบเป็นสมาธิมากกว่าความเพียรก็จะหลับได้ ส่วนสตินั้นเป็นไปยิ่งมากยิ่งดี มีแต่ส่งเสริมให้คุณความดีออกงาม ดังนั้นจึงต้องรู้จักปรับอินทรีย์ 5 ให้สม่ำเสมอ การเจริญสมาธิและวิปัสสนาจึงจะก้าวหน้าไปได้เร็ว สอดคล้องกับงานวิจัยของนภาพัทธ งามบุษบงโสภิน (2564) พบว่า 1) กระบวนการทำงานของสมาธิในการปฏิบัติกรรมฐาน เป็นกระบวนการฝึกจิตที่ฟุ้งซ่านให้เป็นจิตที่สงบนิ่งอยู่ในอารมณ์เดียว ไม่แผ่ส่ายไปมา มีจิตตั้งมั่น แน่วแน่ เป็นสมาธิ 2) กระบวนการทำงานของปัญญาในการปฏิบัติกรรมฐาน

เป็นการรับรู้อารมณ์ในปัจจุบัน เห็นการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์ต่าง ๆ รับรู้สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง เห็นการเกิดดับของธรรมทั้งปวง 3) กระบวนการทำงานร่วมกันระหว่างสมาธิกับปัญญาในการปฏิบัติกรรมฐาน พบว่า การสอนของสำนักกรรมฐานในสังคมไทย 5 สาย แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1) กระบวนการทำงานร่วมกันโดยมีสมาธินำปัญญา หรือการเจริญสมณะนำวิปัสสนา มี 3 สำนัก คือ สายพุทโธ สายสัมมาอะระหัง และสายอานาปานสติ เป็นสำนักที่มีแนวการสอน โดยการเจริญสมาธิเพื่อให้จิตแน่วแน่อยู่นในอารมณ์เดียว จนจิตมีความตั้งมั่น พร้อมใช้งานในการเจริญปัญญา จึงนำจิตนั้นออกพิจารณาธรรมตามความเป็นจริง กลุ่มที่ 2) กระบวนการทำงานร่วมกันโดยมีปัญ्यानนำสมาธิ หรือการเจริญวิปัสสนานำหน้าสมณะ คือ สายพองหนอ-ยุบหนอ และสายรูปนาม เป็นแนวการปฏิบัติที่ใช้การเจริญสติเป็นหลัก ในการระลึกรู้อารมณ์ตามอาการในปัจจุบัน ปัญญาจะทำงานในการรู้สภาวะธรรมตามความเป็นจริง สติที่รู้เท่าทันอารมณ์ปัจจุบัน ทำให้ปัญญาเห็นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตลอดเวลา เกิดปัญญาเห็นแจ้งในสภาวะธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริง คลายจากความยึดมั่นถือมั่น จนเกิดความสงบนิ่งเป็นสมาธิ ไม่ว่าจะเริ่มต้นด้วยการปฏิบัติแบบใด สุดท้ายจะเป็นไปในทิศทางเดียวกัน คือการพิจารณาธรรมตามความเป็นจริง เพื่อเข้าสู่ปัญญาแห่งการรู้แจ้งละความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน อันจะนำไปสู่ความหลุดพ้น

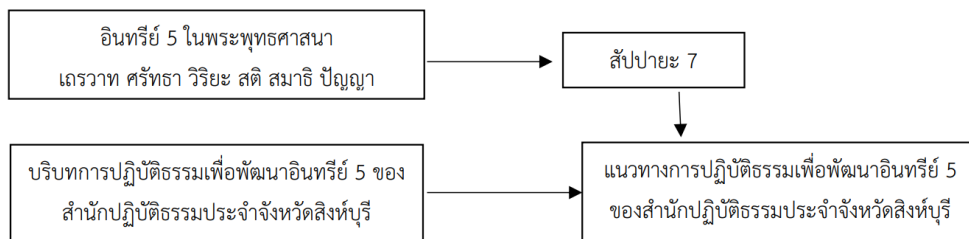
2. บริบทในการพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี สิ่งสำคัญอย่างแรกของผู้เข้าปฏิบัติธรรม คือ ความสะดวกในการเดินทางไปยังสถานที่ปฏิบัติธรรม เมื่อถึงสถานที่นั้นแล้ว สิ่งที่น่าสนใจชวนให้เกิดความเลื่อมใสศรัทธาต่อการปฏิบัติ คือสำนักปฏิบัติที่ร่มรื่น สะอาด เป็นระเบียบเรียบร้อย มีสถานที่ปฏิบัติที่มีความพร้อม เป็นบรรยากาศที่ทำให้ผู้มาปฏิบัติรู้สึกมีความสุขตั้งแต่แรกเห็น ผู้ปฏิบัติที่เคยปฏิบัติมาจากสำนักอื่น ๆ ย่อมเห็นความแตกต่างกันอย่างชัดเจน จนสามารถผูกใจผู้ปฏิบัติให้ต้องการกลับมาปฏิบัติที่สำนักที่มีความพร้อมมากกว่า คือสำนักที่มีความสัปปายะมากกว่าสอดคล้องกับงานวิจัยของพระมหากังวาล ธีรธมโม (ศรชัย) (2557) พบว่า สภาพแวดล้อมของการบริหารจัดการสำนักปฏิบัติธรรม ในเขตปกครองคณะสงฆ์ภาค 15 ในปัจจุบัน มีจุดแข็ง คือ มีการส่งเสริมให้มีการศึกษาปริยัติธรรมและอบรมภาคปฏิบัติภาวนาธรรมแก่พระภิกษุสามเณรภายในสำนัก เจ้าสำนักปฏิบัติธรรมมีความเอาใจใส่ในการเผยแผ่ธรรม คณะสงฆ์สนับสนุนการอบรมหลักสูตรพระวิปัสสนาจารย์ ส่วนจุดอ่อน คือ บางสำนักมีอาคารไม่สามารถรองรับผู้มาปฏิบัติจำนวนมากได้ อาคารที่พักมีสภาพเก่าทรุดโทรมเครื่องอำนวยความสะดวกไม่เพียงพอ บางสำนักขาดวิสัยทัศน์ในการปรับปรุงพื้นที่สถานที่ ขาดยุทธศาสตร์ในการบริหารจัดการ

3. การนำเสนอการพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี แนวทางการพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี เริ่มต้นจากการศึกษาเล่าเรียน

และคิดวิเคราะห์ วิจัย ตั้งสมมติฐาน ถกเถียงหาเหตุผล ยังไม่เพียงพอที่จักเป็นใหญ่ หรือเป็นอินทรีย์ได้ ต่อเมื่อผู้ปฏิบัติลงมือทดลองดำเนินการด้วยประสบการณ์ตรง ที่เรียกว่า ภาวนา ทำให้มี ทำให้เจริญ มีสติระลึกรู้สภาพธรรมตามเป็นจริงในขณะปัจจุบัน โดยมีแรงสนับสนุนจากการเรียน การดำริที่ถูกต้อง จึงจักเป็นอินทรีย์ ที่สำนักปฏิบัติแห่งนี้ ได้เพิ่มเติมการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาอินทรีย์ 5 ร่วมกับคณะสงฆ์จังหวัดสิงห์บุรี โดยการพาผู้ปฏิบัติทั้งพระภิกษุ สามเณร อุบาสกอุบาสิกา รวมทั้งพุทธศาสนิกชนผู้สนใจปฏิบัติ เติบโตทั้งในประเทศ และต่างประเทศ ซึ่งเป็นแนวทางปฏิบัติที่ช่วยพัฒนาอินทรีย์ 5 ได้เป็นอย่างดี เมื่อผู้ฟังได้ฟังธรรมที่เป็นการกระตุ้นอินทรีย์ 5 มีปัญญาบารมีพร้อมสมบูรณ์ก็จะสามารถบรรลุธรรมได้โดยการปล่อยปละ ละวาง อินทรีย์ 5 จนหมดสิ้นสอดคล้องกับงานวิจัยของณัฐจิตต์ เล่าหิระ (2555) พบว่า “อินทรีย์ภาวนาสูตร” เป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสถึงวิธีการเจริญอินทรีย์ มีเนื้อหากล่าวถึงอินทรีย์ คือ ก) อินทรีย์ในอินทรีย์ภาวนาสูตรคือศึกษา อารมณ์ที่มากะทบทางอายตนะ 6 ข) อินทรีย์ 5 คือศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา โดยมีความศรัทธาเป็นตัวนำความเพียรและองค์ธรรมอื่น ๆ เป็นธรรมที่สนับสนุนกันและกัน เพื่อให้การปฏิบัติธรรมบรรลุเป้าหมาย คือความพ้นทุกข์ ค) การพัฒนาอินทรีย์มี 4 ขั้น คือ 1) สติสังวรเอาสติระมัดระวังอินทรีย์ 6 มิให้กิเลสได้ช่องไหลเข้าครอบงำจิตใจ 2) ญาณสังวรเอาความรู้ทำการพิจารณาอารมณ์ และความรู้สึกที่เกิดขึ้นให้รู้เท่าทัน 3) ขันติสังวรเอาความอดทนเข้าข่มความรู้สึกที่เกิดจากอินทรีย์ 6 นั้นจนดับไปเอง 4) วิริยสังวร เอาความเพียรเปลี่ยนแปลงความรู้สึกไปตามความต้องการของตนโดยทำนองหนามยอกเอาหนามบ่ง ง) พระพุทธเจ้าทรงมีวิธีอบรมอินทรีย์ที่ยังอ่อนอยู่ให้กล้า แข็งขึ้นมี 5 ประการ คือ 1) ได้มิตรดี 2) เป็นคนมีศีล 3) ได้ฟังกล่าวตถุเป็นเครื่องขัดเกลากิเลสอย่างยิ่ง 4) ปราศจากความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม เพื่อให้กุศลธรรมเกิด 5) เป็นผู้มิมีปัญญา จ) การฝึกอินทรีย์นี้ เปรียบเหมือนรถที่เทียมด้วยม้า มี 2 คู่ คือ ทางซ้าย 2 ตัว ทางขวา 2 ตัว รวมเป็น 4 ตัว ต้องมีกำลังสมบูรณ์ทั้งหมด จึงทำให้การลากรถนั้น เป็นไปได้โดยสะดวก ส่วนคนขับ คือ สตินั้นคอยบังคับม้าให้ไปสู่จุดหมายอย่างปลอดภัย สมกับชินโรสุตตรพระบรมศาสดาที่นำมาเป็นกรณีศึกษามีพระนันทเถระ เป็นต้น

องค์ความรู้ใหม่

การพัฒนาอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี ซึ่งผู้วิจัยได้องค์ความรู้ดังแผนภาพที่แสดงองค์ความรู้จากการวิจัย ดังนี้



ภาพที่ 1 องค์ความรู้ที่ได้จากการวิจัย

จากองค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัย “การพัฒนาอินทรี 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรี” พบว่า อินทรี 5 ในพระพุทธศาสนาเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อการบรรลุธรรมมิตินิพพานในพระพุทธศาสนา กล่าวถึง อินทรี 5 คือ 1) ศรัทธา ศรัทธาตถาคต เชื่อพระปัญญาตรัสรู้ของพระองค์ 2) วิริยะ มีความเพียร เพื่อละอกุศลธรรม 3) สติ มีสติเป็นเครื่องรักษาตัว 4) สมาธิ กระทำให้จิตมีอารมณ์เดียว 5) ปัญญา มีปัญญาเห็นการเกิดดับ บริบทการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาอินทรี 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรีนั้นจะต้องมีสัปายะ 7 คือ 1) อาวาสสัปายะ หมายถึง ที่พักที่อาศัยและสถานที่ปฏิบัติอันเหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรม 2) โคจรสัปายะ หมายถึง หมู่บ้านหรือแหล่งชุมชนท้องถิ่นสะดวกต่อการเดินทางไปบิณฑบาต 3) ภัตตสัปายะ หมายถึง การสนทนา การพูดคุย หรือการใช้ถ้อยคำที่เหมาะสมขณะอยู่ในสถานที่ปฏิบัติ 4) บุคคลสัปายะ หมายถึง บุคคลที่อยู่ร่วมกัน ที่เป็นผู้ปฏิบัติธรรม ต้องเป็นบุคคลที่ไม่พูดวาจาทุจริต เป็นผู้มีวาจาสุจริต มักน้อย สันโดษ ชักนำให้เกิดความรู้ 5) โภชนสัปายะ หมายถึง อาหาร น้ำ และเครื่องบริโภคที่เหมาะสมควรเป็นอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของผู้ปฏิบัติ เป็นที่สบาย 6) อุตสัปายะ หมายถึง ฤดูเป็น ที่สบาย อากาศตามฤดูกาล 7) อิริยาบถ หมายถึง กิริยาอาการต่าง ๆ เหมาะสมเป็นที่สบาย ในอิริยาบถทั้ง 4 คือ ยืน เดิน นั่ง นอน รวมถึงการคู้เหยียดเคลื่อนไหว เหลียวซ้ายแลขวา เป็นเครื่องสนับสนุน แนวทางการพัฒนาอินทรี 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดสิงห์บุรีตามแนวคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ต้องปฏิบัติตามลักษณะของอินทรี 5 ประการ ย่อมหมดจดด้วยอาการ 15 อย่าง แนวทางการพัฒนา คือ 1) การเจริญอินทรี 5 2) การปรับอินทรี 5 ในการเจริญวิปัสสนาภาวนา 3) การปรับอินทรี 5 ให้สมดุลและการปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาอินทรี 5

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1. ภาครัฐควรมีการส่งเสริมสนับสนุน ให้คนในสังคมไทยปัจจุบันหันมาให้ความสนใจ และตระหนักถึงการปฏิบัติธรรมตามแนวพระพุทธศาสนาอย่างจริงจัง

2. ภาครัฐควรมีการเสริมสร้าง สนับสนุน ส่งเสริม การตระหนักถึงการพัฒนา อินทรีย์ 5 ของคนในสังคม ทั้งแก่เด็กเยาวชน คนทำงาน เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งและสร้างดุลยภาพทางสังคมให้มั่นคง

3. ภาครัฐควรมีการส่งเสริมสนับสนุนให้คนในสังคมหันมาเห็นความสำคัญ ของการพัฒนาอินทรีย์ 5 และดำรงชีวิตอย่างพอเหมาะ พอเพียง พอประมาณ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. หน่วยงานภาครัฐที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรส่งเสริมให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีความรู้ความเข้าใจในหลักอินทรีย์ 5 สามารถนำไปปฏิบัติได้

2. ผู้บริหารในหน่วยงานองค์กรท้องถิ่นที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรส่งเสริมความรู้ความเข้าใจในเรื่องการพัฒนาอินทรีย์ 5 ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

3. องค์กรสงฆ์ที่เกี่ยวข้องควรนำไปสื่อสารเพื่อส่งเสริมความรู้ความเข้าใจในเรื่องอินทรีย์ 5 ของสำนักปฏิบัติธรรมจังหวัดสิงห์บุรี

เอกสารอ้างอิง

ณัฐจิตต์ เล่าหิรัระ. (2555). *ศึกษาการพัฒนาอินทรีย์ในอินทรีย์ภาวนาสูตร*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา). บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

นภาพัทธ งามบุษบงโสภิน. (2564). *กระบวนการทำงานร่วมกันระหว่างสมาชิกกับปัญญาในการปฏิบัติกรรมฐาน*. (ดุสิตนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา). บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). (2558). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์*. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ผลิธัมม ในเครือบริษัทสำนักพิมพ์แอนดโฮล์ม จำกัด.

พระมหากังวาล ธีรธมฺโม (ศรชัย). (2557). *การพัฒนาประสิทธิภาพการบริหารจัดการสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด*. (วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ). บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.