



ศึกษาเนสัจจิกังคธุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
ของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภัสสรโร)

**A STUDY OF NESAJJIKANĠADHUTAṄGA IN VIPASSANA MEDITATION
PRACTICE OF PHRARATCHASITTHACHAN
(THONGBAI PABHASSARO)**

พระนิพล ขนติพล (บัวบาน)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



ศึกษาเนตซ์ซิกังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
ของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)

พระนิพล ขนฺติพโล (บัวบาน)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



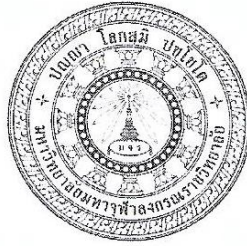
**A Study of Nesajjikaṅgadhutaṅga in Vipassana Meditation Practice
of Phraratchasitthachan (Thongbai Pabhassaro)**

Phra Nipon Khantipalo (Buaban)

A Research Paper Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)

Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
C.E. 2017

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับสารนิพนธ์
เรื่อง “ศึกษาเนสัชชีกังคธุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ.
(ทองใบ ปภัสสร)” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

(รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล)

ประธานกรรมการ

(พระมหาบุญศรี ญาณวุฑฒิน, ผศ.ดร.)

กรรมการ

(ดร.บุญญา วิวิชจร)

กรรมการ

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ดร.บุญญา วิวิชจร

ชื่อผู้วิจัย

(พระนิพล ขนฺติพโล)

- ชื่อสารนิพนธ์** : ศึกษาเนสัชชีกังคฤตงคฺวัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ.
(ทองใบ ปภสฺสโร)
- ผู้วิจัย** : พระนิพล ขนติพโล (บัวบาน)
- ปริญญา** : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
- อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์**
: ดร.บุญชญา วิวิชจร, บธ.บ. (บริหารธุรกิจ), ศน.ม. (พุทธศาสนศึกษา), พธ.ม.
(วิปัสสนาภาวนา), Ph.D. (Buddhist Studies)
- วันเสร็จสมบูรณ์** : ๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์ฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาการปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาเนสัชชีกังคฤตงคฺวัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา คัมภีร์วิสุทธิมรรค เป็นต้น และจากหนังสือการปฏิบัติธรรมของพระราชสิทธิอาจารย์ ตลอดจนทั้งบทสัมภาษณ์ แล้วนำมาเรียบเรียงบรรยาย และตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ จากการศึกษา พบว่า

ธุดงค์วัตรหมายถึง ธรรมเครื่องขัดเกลากิเลสให้เบาบางเป็นธรรมเครื่องช่วยให้ผู้ปฏิบัติธุดงค์เพิ่มความเพียรให้มากยิ่งขึ้น ว่าโดยหลักในคัมภีร์แล้วมี ๑๓ ประการ คือ การบิณฑบาตเป็นปกติ การอยู่ป่าเป็นปกติ เป็นต้น มีหลักปฏิบัติอยู่ ๔ หมวด คือ ว่าด้วยเครื่องนุ่งห่ม หมวดว่าด้วยอาหาร หมวดว่าด้วยที่อยู่อาศัย หมวดว่าด้วยการปรารภความเพียร คือการถืออิริยาบถ ๓ เว้นการนอน

เนสัชชีกังคฤตงคฺวัตร หมายถึงการสมาทานไม่นอน มีแนวทางปฏิบัติ ๓ ระดับคือ ๑) ระดับต่ำ สามารถใช้พนังกอิงข้าง แคร่นั่งทำด้วยผ้า ผ้ายายโยค หมอนพิง เก้าอี้มีองค์ ๕ เก้าอี้มีองค์ ๗ ใช้ได้ ๒) ระดับกลาง สามารถใช้พนังกอิงข้าง แคร่นั่งทำด้วยผ้า และเก้าอี้ ในของ ๓ อย่างนี้ เพียงแต่อย่างใดอย่างหนึ่งใช้ได้ ๓) ระดับเคร่ง หรือ ระดับอุกฤษฏ์ พนังกอิงข้าง หมอนอิงข้าง แคร่นั่งทำด้วยผ้า ผ้ายายโยค เก้าอี้มีองค์ ๕ เก้าอี้มีองค์ ๗ ใช้ไม่ได้

การปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงคฺวัตรของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ปฏิบัติ ๒ ระดับ คือ ระดับกลางและระดับอุกฤษฏ์ ปฏิบัติสลับกันไปทุก ๗ วัน ตลอดระยะเวลา ๒๓ ปี ท่านเป็นคนพูดน้อย สันโดษในปัจจัยสี่ ไม่คลุกคลีด้วยหมู่คณะ มีความมุ่งมั่นปรารภความเพียรไม่หยุดจนกว่าจะประสบความสำเร็จ

Research Paper Title : A Study of Nesajjikangadhutanga in Vipassana Meditation Practice of Phraratchasitthachan (Thongbai Pabhassaro)

Researcher : Phra Nipon khantipalo (Buaban)

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Research Paper Supervisor

: Dr. Boonchaya Wiwitkhajorn, B.A. (Marketing), M.A. (Buddhist Studies), M.A. (Vipassana Meditation), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Completion : January 19, 2018

Abstract

This research paper aims at studying the practice of Dharma in Theravada Buddhism and studying of Nesajjikangadhutanga in Vipassana Meditation Practice of Phraratchasitthachan (Thongbai Pabhassaro) by collecting the research data from Theravada Buddhist texts; Tipitaka, its commentaries, sub-commentaries, Visuddhimagga etc., and collected meditation teachings of Phraratchasitthachan with interviews of persons involved, then bring to compose in description, finally verified by experts. From the study, it found that;

Dhutanga-vatta refers to the training course for suppressing defilements which is helpful the Dhutanga observer to increase the efforts more. There are 13 types of Dhutanga such as living with arm-giving, forest dwelling etc. classified into 4 sections; clothing, fooding, shelter and effort which composes of 3 postures except sleeping posture.

Nesajjikangadhutanga means the observing an active practice in only sleeping posture which contains 3 levels; 1) begining level can use backrest, liter made of robe, hammock robe, cushion and chair with 5 or 7 compositions. 2) middle level can use backrest, liter made of robe and chair, among 3 things only one can be used, 3) strict level or effective level can not use backrest, cushion and liter maded of robe, hammock chairs with 5 or 7 compositions.

The most Ven. Phraratchasitthachan (Thongbai Pabhassaro) has chosen Nesajjikangadhutanga practice only 2 levels; midle and austere level in one week and other level in other week for more than 23 years continuously. He also speaks less, recluses with 4 basic needs, not consort with others, bearing patience, having active behavior and not stop his attempts unless he reaches the goal.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้า ฯ ขอประทานโอกาส กราบขอบพระคุณ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถร
ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D. รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขต
บาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง กรรมการมหาเถรสมาคมและเจ้าอาวาสวัดพิชยญาติการาม
เป็นอย่างสูงยิ่ง ที่ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา เพื่อให้โอกาส
ในการศึกษา และปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

กราบขอบพระคุณพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (หลวงปู่ทองใบ ปกสฺสโร) ประธานสงฆ์วัดนาหลวง
(อภิญญาเทสิตธรรม) ที่ให้ความเมตตาส่งเสริมการศึกษาทุกประการ และเจ้าคุณพระภาวนาธรรมาภินันท์
เจ้าอาวาสวัดนาหลวง พระครูปัญญาสุตาภรณ์รองเจ้าอาวาสวัดนาหลวง พระวิปัสสนาจารย์ทุกรูป แม่ชี
อุบาสกอุบาสิกา ญาติธรรมผู้มีอุปการคุณทั้งหลายที่ให้การสนับสนุนทุนการศึกษาทั้งโดยตรงและโดยอ้อม

ขออนุโมทนาขอบคุณ ดร.บุญชญา วิวิชจร ที่ปรึกษาสารนิพนธ์และคณะกรรมการ
ตรวจสอบสารนิพนธ์ทุกท่าน ที่ให้ความรู้ และให้คำแนะนำในการแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ทำให้สารนิพนธ์
มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขออนุโมทนาขอบคุณ รศ. ดร.เวทย์ บรรณกรกุล ขอขอบพระคุณพระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธรรมโสภโณ
รักษาการผู้อำนวยการสำนักวิชาการที่ให้คำแนะนำหาข้อมูลต่างๆ พระประทีป ขนติโก พระพิบูล ปญฺญาโร
ที่ช่วยตรวจรูปแบบให้ถูกต้องและเจ้าหน้าที่คณาจารย์ทุกท่าน ผู้ให้ความรู้วิชาการ ให้ความช่วยเหลือ
เกื้อกูลในการทำสารนิพนธ์ให้ผ่านไปได้ด้วยดี ขออนุโมทนาขอบคุณ ดร.ชัยชาญ ศรีหานู ที่ช่วยแปล
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ คุณภานุมาตร์ เนโส คุณอรุณรัตน์ จุมจัตร์ส (บรรณารักษ์ห้องสมุดบาฬีศึกษา
พุทธโฆส) และเจ้าหน้าที่ส่วนงานอื่นๆ ที่อำนวยความสะดวกทุกท่าน ขอกราบขอบพระคุณพระมหาวิจิตร
กฤษณจิตโต เจ้าอาวาสวัดมหาสวดีนาคพุมาราม ที่เมตตาให้ที่พักอาศัย และให้เวลาได้ศึกษาเต็มที่

อานิสงส์แห่งบุญกุศลใดๆ ที่ผู้วิจัยได้พากเพียรพยายามทำสารนิพนธ์ครั้งนี้ ผู้วิจัยขอน้อมนำ
สักการบูชาต่อพระรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอบุญ
กุศลนี้ จงเป็นปัจจัยแห่งมรรค ผล นิพพาน ด้วยกันทุกท่าน ทุกคนเทอญฯ

พระนิพล ขนติโปล (บัวบาน)

๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

เรื่อง	สารบัญ	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย		ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ		ข
กิตติกรรมประกาศ		ค
สารบัญ		ง
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ		ฉ
บทที่ ๑ บทนำ		๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา		๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย		๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ		๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย		๓
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย		๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง		๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย		๑๐
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ		๑๑
บทที่ ๒ การปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท		๑๒
๒.๑ การปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท		๑๒
๒.๒ ความหมายของธุดงค์		๒๖
๒.๓ ความสำคัญของธุดงค์		๒๘
๒.๔ ธุดงค์ ๑๓ ประการ		๒๘
๒.๕ ลักษณะของธุดงค์		๒๙
๒.๖ การสมาทานธุดงค์		๒๙
๒.๗ วิธีการปฏิบัติธุดงค์		๓๑
๒.๘ ประเภทของธุดงค์		๓๕
๒.๙ ความแตกหักของธุดงค์ (ขาด)		๓๙
๒.๑๐ อานิสงส์ของการถือธุดงค์		๔๐
๒.๑๑ สรุป		๔๕

บทที่ ๓ ศึกษาเนสัชชิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราช สิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ๔๖

๓.๑	หลักเบื้องต้นของการปฏิบัติเนสัชชิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๔๖
๓.๒	การสมาทานเนสัชชิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๔๗
๓.๓	หลักการปฏิบัติเนสัชชิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๔๙
๓.๔	หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)	๗๓
๓.๕	บทสัมภาษณ์และวิธีการปฏิบัติเนสัชชิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๗๘
๓.๖	สรุป	๘๗

บทที่ ๔ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ ๘๙

๔.๑	สรุปผลการวิจัย	๘๙
๔.๒	ข้อเสนอแนะ	๙๒
๔.๒.๑	ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปปฏิบัติ	๙๒
๔.๒.๒	ข้อเสนอแนะเพื่อการทำวิจัยต่อไป	๙๒

บรรณานุกรม ๙๓

ภาคผนวก ๙๖

ภาคผนวก ก	ความเป็นมาวัดนาหลวงฯ และประวัติพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)	๙๗
ภาคผนวก ข	แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย	๑๐๑
ภาคผนวก ค	หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย	๑๐๕
ภาคผนวก ง	บทสัมภาษณ์	๑๑๖
ภาคผนวก จ	รูปภาพประกอบการสัมภาษณ์	๑๒๔
ภาคผนวก ฉ	รูปภาพประกอบการปฏิบัติเนสัชชิกังคุดงควัตร	๑๓๓
ภาคผนวก ช	ระเบียบกติกาและข้อวัตรปฏิบัติต่างๆ ในวัดนาหลวง (อภิญาเทสิตธรรม)	๑๓๕
ภาคผนวก ซ	แผนที่วัดนาหลวง (อภิญาเทสิตธรรม) ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดอุดรธานี	๑๔๓

ประวัติผู้วิจัย ๑๔๔

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ส. (ไทย) ๙/๒๗๖/๙๗. หมายถึง ทีฆนิกาย สีสันธวรรค เล่ม ๙ ข้อ ๒๗๖ หน้า ๙๗ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙

ส่วนคัมภีร์วิสุทธิมรรคใช้ภาษาไทยภาค ๑ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๕ การอ้างอิงจะขึ้นต้นด้วยอักษรย่อชื่อคัมภีร์แล้วตามด้วย ภาค/หน้า เช่น วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๑๐. หมายถึง วิสุทธิมรรค ภาค ๑ หน้า ๑๐ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๕

พระวินัยปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๒	วิ.มหา. (ไทย)	วินัยปิฎก มหาวิภังค์	(ภาษาไทย)
๔	วิ.ม. (ไทย)	วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๗	วิ.จุ. (ไทย)	วินัยปิฎก จุฬวรรค	(ภาษาไทย)
๘	วิ.ป. (ไทย)	วินัยปิฎก ปริวารวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๑๐	ที.ม. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๔	ม.อุ. (ไทย)	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๕	ส.ส. (ไทย)	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.เอกก. (ไทย)	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย เอกกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตุกก. (ไทย)	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.ขุ. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ขุททกปาฐะ	(ภาษาไทย)
๒๖	ขุ.เถร. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา	(ภาษาไทย)
๒๖	ขุ.เถรี. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรีคาถา	(ภาษาไทย)
๒๙	ขุ.ม. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิทเทศ	(ภาษาไทย)
๓๑	ขุ.ป. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)
๓๓	ขุ.พุทธ. (ไทย)	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย พุทธวงศ์	(ภาษาไทย)

ปกรณ์วิเสส

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทฺธิ. (ไทย)	= วิสุทฺธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

ข. ค่าย่อคัมภีร์อรรถกถา

ส่วนการอ้างอิงใช้อรรถกถาฉบับมหาจุฬาฯ จะแจ้งชื่อ คัมภีร์/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น ขุ.ธ.อ. (ไทย), ๑/๙/๑๓. หมายถึง ขุททกนิกาย ธรรมบทอรรถกถา ภาษาไทย ภาค ๑ ข้อ ๙ หน้า ๑๓

อรรถกถาพระสูตรตันตปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ขุ.ธ.อ. (ไทย)	= ขุททกนิกาย	ธรรมบทอรรถกถา (ภาษาไทย)
ม.อ.อ. (ไทย)	= มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทนี	อุปัฏฐนาสักรัทธิกถา (ภาษาไทย)

ค. ค่าย่อคัมภีร์ฎีกาปกรณ์วิเสส

สารนิพนธ์ฉบับนี้ใช้ปรมัตถมัชฺชสาวิสุทฺธิมคฺคมหาฎีกา ภาค ๑ พระธัมมปาละมหาเถร รจนา อาจารย์สิริ เพ็ชรไชย ป.ธ. ๙ แปล โดยการอ้างอิงเฉพาะหน้าเท่านั้น เช่น หน้า ๒๔ – ๓๒

ฎีกาปกรณ์วิเสส

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทฺธิ.ฎีกา (ไทย)	= ปรมัตถมัชฺชสา	วิสุทฺธิมรรคมหาฎีกา (ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรในครั้งพุทธกาล มีพระเถระรูปหนึ่งที่ปฏิบัติได้อย่างเห็นได้ชัดเจนคือ พระจักขุบาลเถระท่านถือปฏิบัติตลอดในพรรษาในที่สุดก็ได้บรรลุพระอรหันต์ผลในพรรษานั้นเอง การถืออิริยาบถสามเณรนอนเป็นวัตรเป็นการปฏิบัติเพื่อขัดเกลากิเลส ธุดงค์ไม่ใช่ข้อบังคับแต่เป็นเครื่องส่งเสริมในการปฏิบัติเป็นองค์คุณเครื่องขัดเกลากิเลสเพื่อให้เหมาะสมแก่อุปนิสัยของแต่ละคน เป็นแนวทางและวิธีปฏิบัติอีกอย่างหนึ่งที่ทำให้ถึงความดับทุกข์ ในสมัยครั้งพุทธกาลพระพุทธเจ้าทรงอนุญาตให้ภิกษุทั้งหลายถือธุดงควัตรควบคู่ไปกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยมีตัวอย่างเช่นที่พระพุทธองค์ตรัสว่า “พระมหากัสสป เลิศกว่าพวกภิกษุสาวกของเรา ผู้ถือธุดงค์และสรรเสริญคุณแห่งธุดงค์”^๑

คำว่า วัตร คือ การสมทานอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น การสมทานธุดงค์ เรียกว่า ธุดงควัตร ดังข้อความที่ปรากฏในพระสูตรต้นตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิเทศ ทุณฐัฏฐกสูตรนิเทศ ว่า “การสมทาน ชื่อว่าวัตร. เพราะมีความหมายว่า สมทาน”^๒ พระสารีบุตรได้อธิบายในทุณฐัฏฐกสูตร ความตอนหนึ่งกล่าวถึงธุดงควัตรว่า ธุดงค์ ๘ ข้อ ได้แก่ ๑) อารัญญิกังคฤตงค์ (สมทานการอยู่ป่าเป็นวัตร) ๒) ปิณฑปาติกังคฤตงค์ (สมทานการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร) ๓) ปังสุกุลิกังคฤตงค์ (สมทานการนุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร) ๔) เตจวีริกังคฤตงค์ (สมทานการทรงไตรจีวรเป็นวัตร) ๕) สปัตถจาริกังคฤตงค์ (สมทานการเที่ยวบิณฑบาตตามลำดับตรอกเป็นวัตร) ๖) ขลุปัจฉาภัตติกังคฤตงค์ (สมทาน การงดฉันอาหารมื้อหลังเป็นวัตร) ๗) เนสัชชีกังคฤตงค์ (สมทานการนั่งเป็นวัตร) ๘) ยถาสันถติกังคฤตงค์ (สมทานการอยู่ในเสนาสนะตามที่เขาจัดให้เป็นวัตร)^๓ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้กล่าวไว้เกี่ยวกับศีลและวัตรว่า โดยที่โยคีบุคคลสมทานเอาศีลแล้วจะต้องทำการสมทานเอาธุดงค์ต่อไปทั้งนี้เพื่อที่จะทำคุณทั้งหลายมีความเป็นผู้มีกนั้อยและความสันโดษเป็นต้นอันเป็นเครื่องผ่องแผ้วของศีลด้วยน้ำคือคุณ มีความเป็นผู้มีกนั้อย ความสันโดษ ความขัดเกลากิเลส ความสงัด ความไม่สัมผัสกิเลส การปรารภความเพียรและความเป็นผู้เลี้ยงง่ายเป็นต้น^๔

^๑ อจ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๑๙๑/๒๕.

^๒ ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๗/๗๙.

^๓ ขุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๒๒๓/๓๗๔.

^๔ พระพุทธโฆสาจารย์, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, สมเด็จพระพุทธปาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) แปลและเรียบเรียง, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๘๓.

การสมาทานอุตฺตงควัตรก็เพื่อกำจัดกิเลสที่เป็นเหตุแห่งความเศร้าหมองเป็นรากเหง้าของความทุกข์ ได้แก่ โลภะ โทสะ โมหะ ตัณหา มานะ ทิฏฐิ ล้วนแล้วแต่เป็นกองทุกข์ทั้งสิ้น สรรพสัตว์มนุษย์และเทวดาทั้งหลายล้วนแล้วแต่ละทิ้งประโยชน์อันยอดเยี่ยมถือเอาแต่สิ่งไม่เป็นประโยชน์ตกอยู่ในอำนาจของกิเลส ไม่นิยมในประโยชน์ของความเป็นสมณะ^๕ ส่วนผู้ใดเจริญสติปัฏฐานอยู่เนืองๆ เขาย่อมพ้นจากทุกข์ได้ ดังที่พระอานนทได้กล่าวเอาไว้ใน อังคุตตรนิกาย จตุกกนิบาต จตุตถปณณาสกั ปฏิปทาวรรค ยุกนัทรสูตรว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้า เมื่อเธอเจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้ามรรคย่อมเกิด เธอเสพ เจริญทำให้มากซึ่งมรรค เมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ย่อมละสังโยชนได้โดยสิ้นทั้งหลายน้อมสิ้นสุดไป^๖ จะเห็นได้ว่าผู้ที่เจริญวิปัสสนาอยู่เนืองๆ กิเลสก็ไม่สามารถเข้าครอบงำจิตของเขาได้ นั่นก็คือการเจริญวิปัสสนาภาวนานั้นเอง หนทางที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ได้โดยสิ้นเชิงก็คืออริยมรรคมืองค์แปดอันเป็นทางสายเอก^๗ เพราะความไม่รู้แจ้งในอริยสัจ ๔ สัตว์ทั้งหลายจึงท่องเที่ยวอยู่ในวัฏสงสารไม่รู้จบสิ้น ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ภิกษุทั้งหลาย เพราะไม่รู้แจ้งแทงตลอดอริยสัจ ๔ ประการ เราและเธอทั้งหลายจึงเที่ยวเร่ร่อนไปตลอดกาลยาวนานอย่างนี้^๘ การเจริญวิปัสสนาภาวนาและการถืออุตฺตงควัตรเป็นองค์ประกอบเครื่องกำจัดกิเลสและปฏิบัติเพื่อทำลายกองกิเลสให้เบาบางหรือหมดสิ้นไป

พระเดชพระคุณพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ประธานสงฆ์ วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) อำเภอบ้านฝ้อ จังหวัดอุดรธานี กล่าวได้ว่าเป็นพระนักปฏิบัติและนักเผยแผ่พระพุทธศาสนาที่มีบทบาทและมีผลงานโดดเด่นมากที่สุดรูปหนึ่ง ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นท่านได้ถืออุตฺตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาไปด้วยโดยเฉพาะอย่างยิ่งข้อที่ ๑๓ ว่าด้วยการถืออริยาบถสามวันการนอนเป็นวัตรอยู่ถึง ๒๓ ปี^๙ และท่านยังมีวิธีการสอนไว้ในหนังสือ ภาวนาจิต ชุตธรรมธารา ความตอนหนึ่งว่า “ในเมื่อปริกรรมไม่ติดอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งทั้งดี ทั้งร้าย และปานกลางเราก็ไม่ควรดีใจเสียใจ เสียใจ สดใจ ให้น้อมอารมณ์มาพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรมให้รู้เห็นตามความเป็นจริง เช่น กายคือลม เวทนาคือรับ จิตคือคิด ธรรมคือรู้ แล้วค่อยเข้าสู่ขั้น ๕ ให้เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา”^{๑๐} การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาคบคู่ไปกับการถืออุตฺตงควัตรนั้นทำให้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเจริญก้าวหน้าได้อย่างรวดเร็วและท่านก็ปฏิบัติตามแนวมหาสติปัฏฐานสูตร คือกาย เวทนา จิต ธรรม

^๕ ชุ.เถรี. (ไทย) ๒๖/๙๓/๕๗๑.

^๖ อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๘.

^๗ ชุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๙๑/๕๔๙.

^๘ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๑๕๕/๙๙.

^๙ ดูรายละเอียดใน, แดนศีลถิ่นธรรม ผลงานแห่งความภาคภูมิใจและเบื้องหลังของความสำเร็จ, วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม), (อุดรธานี: โรงพิมพ์ ศักดิ์ศรีอักษรการพิมพ์, ๒๕๕๖), หน้า ๒๓-๒๖.

^{๑๐} พระครูประภัสสรสุทธินุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต ชุต ธรรมธाराสำหรับพระอุตฺตงควัตร หลักการปฏิบัติสำหรับพระภิกษุสามเณร, ๒๕๕๓, หน้า ๔.

และยังมีเทคนิควิธีการสอนที่หลากหลายซึ่งท่านจะแนะนำแต่ละบุคคลให้เหมาะกับปัญญา ศรัทธา ความเพียรและอินทรีย์ของแต่ละคน

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหายังไม่มีงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติเนสัชชิกังคฤตงควัตร ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเรื่อง ศึกษาเนสัชชิกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) โดยจะศึกษา เพื่อเป็นแนวทางแก่ผู้ปฏิบัติเนสัชชิกังคฤตงควัตร เหตุเพราะว่าวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นมีอยู่หลายรูปแบบ แต่การสมาทานเนสัชชิกังคฤตงควัตร (ยืน เดิน นั่ง เว้นการนอน) ควบคู่ไปกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้น เป็นการปฏิบัติที่ยาก มีน้อยคนที่จะปฏิบัติได้ แต่พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) ปฏิบัตินานถึง ๒๓ ปี ผู้วิจัยจึงใคร่อยากจะศึกษาว่าท่านมีวิธีปฏิบัติอย่างไร

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ การปฏิบัติธุดงค์ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เนสัชชิกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ เพื่อศึกษาการปฏิบัติธุดงค์ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร

๑.๓.๒ เพื่อศึกษาเนสัชชิกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) เป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาเชิงเอกสาร โดยมุ่งศึกษาเกี่ยวกับหลักธรรมและการปฏิบัติเนสัชชิกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑.๔.๑ ขอบเขตเนื้อหา

การศึกษาด้านเนื้อหาเรื่องหลักธรรม แนวการปฏิบัติเนสัชชิกังคฤตงควัตรและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในครั้งนี้ โดยศึกษาจากข้อมูล คัมภีร์พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๙ คัมภีร์พระไตรปิฎก ฉบับภาษาไทย พร้อมอรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส อื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะและคัมภีร์ปรมัตถทีปนี เป็นต้น ตลอดจนหนังสือ เอกสาร ตำรา ผลงานทางวิชาการและงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งตรงตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านการศึกษา

ขอบเขตด้านการศึกษา เรื่องหลักธรรมและการปฏิบัติเนสัชชิกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาครั้งนี้กำหนดขอบเขตเฉพาะเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติเนสัชชิกังคฤตงควัตรของ

พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสสโร) เป็นหลัก ตลอดถึงหนังสือที่เกี่ยวกับการปฏิบัติธุดงค์วัตร ทั้งบทสัมภาษณ์ถึงเทคนิควิธีการปฏิบัติเนสขิกังคธุดงค์วัตร ของพระราชสิทธิอาจารย์เป็นหลัก

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

- ๑.๕.๑ เนสขิกังค หมายถึง การถืออริยาบถสามเณรนอนเป็นวัตร
- ๑.๕.๒ ธุดงค์ หมายถึง องค์คุณเครื่องขัดเกลาจิตใจให้เบาบาง
- ๑.๕.๓ พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. หมายถึง ชื่อสมณศักดิ์ปัจจุบันของ หลวงปู่ทองใบ ปภสสโร ประธานสงฆ์วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษานิพนธ์ครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติเนสขิกังคธุดงค์วัตรและการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีอรรถกถาและนักวิชาการที่เชี่ยวชาญทางด้านพุทธศาสนา ได้ให้ทัศนะหรือแนวความคิด รวมถึงการอธิบายขยายความไว้ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณวิเสส วิสุทธิมรรค ตำรารายงาน การวิจัย โดยได้จำแนก ดังนี้

๑.๖.๑ คัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑) ในพระวินัยปิฎก มหาวิภังค์ นิสสัคคิยกัณฑ์ โกสิยวรรค นิสิตนสันถตสิกขาบทนิทานวัตถุกล่าวถึงการถือธุดงค์ของพระอุปเสนวังคันทบุตรความตอนหนึ่งว่า พระผู้มีพระภาคตรัสถามท่านพระอุปเสนวังคันทบุตรว่า “อุปเสนบริษัทนี้ของเธอน่าเลื่อมใส เธอแนะนำบริษัทอย่างไร” ท่านพระอุปเสนวังคันทบุตรกราบทูลว่า “ข้าพระพุทธเจ้าบอกผู้มาขออุปสมบทกับข้าพระพุทธเจ้าว่า ฉันทถืออยู่ป่าเป็นวัตร, ถือเที๋ยวบิณฑบาตเป็นวัตร, ถือทรงผ้าบังสุกุลเป็นวัตร, ถ้าเธอจักถืออยู่ป่าเป็นวัตร ถือเที๋ยวบิณฑบาตเป็นวัตร, ถือทรงผ้าบังสุกุลเป็นวัตร, ฉันทก็จะให้เธออุปสมบท ถ้าเขารับคำของข้าพระพุทธเจ้า ข้าพระพุทธเจ้าก็ให้อุปสมบท ถ้าไม่รับคำก็จะไม่ให้อุปสมบท ข้าพระพุทธเจ้าบอกภิกษุที่มาขอนิสัยว่า ฉันทถืออยู่ป่าเป็นวัตร ถือเที๋ยวบิณฑบาตเป็นวัตร ถือทรงผ้าบังสุกุลเป็นวัตร ถ้าท่านจักถืออยู่ป่าเป็นวัตร ถือเที๋ยวบิณฑบาตเป็นวัตร ถือทรงผ้าบังสุกุลเป็นวัตรบ้าง ถ้าภิกษุนั้นรับคำของข้าพระพุทธเจ้า ข้าพระพุทธเจ้าก็จะให้นิสัย ถ้าไม่รับคำ ก็จะไม่ให้นิสัย ข้าพระพุทธเจ้าแนะนำบริษัทอย่างนี้พระพุทธเจ้าข้า” พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “อุปเสนะ ดีแล้วๆ อุปเสนะ เธอแนะนำบริษัทดีแล้ว^{๑๑}”

๒) ในพระวินัยปิฎก ปรีวาร อุปาลิปัญจกะ ธุดงค์วรรค มีข้อความปรากฏเกี่ยวกับธุดงค์ว่า ท่านพระอุบาลีทูลถามว่า “ภิกษุผู้ถือการนั่งเป็นวัตรมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า” พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “อุบาลี ภิกษุผู้ถือการนั่งเป็นวัตรนี้มี ๕ จำพวก คือ

- ๑. เพราะเป็นผู้เฒ่ากลางมกาย จึงถือการนั่งเป็นวัตร

^{๑๑} วิ.มทา. (ไทย) ๒/๕๖๕/๘๙-๙๑.

๒. เป็นผู้มีความปรารถนาเลวทราม ถูกความอยากครอบงำ จึงถือการนั่งเป็นวัตร
๓. เพราะมัวเมา จิตฟุ้งซ่าน จึงถือการนั่งเป็นวัตร
๔. เพราะเข้าใจว่า พระพุทธเจ้า พระสาวกพระพุทธเจ้าสรรเสริญ จึงถือการนั่ง
๕. เพราะอาศัยความมกน้อย สันโดษ ขัดเกลา ความเยียบสงัดและ เพราะอาศัยว่า การนั่งเป็นวัตรมีประโยชน์ด้วยการปฏิบัติอันงามนี้ จึงถือการนั่งเป็นวัตรอุปาสี ภิกษุผู้ถือถือการนั่งเป็นวัตรมี ๕ จำพวก นี้แล^{๑๒}

๓) ในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย อปทาน พุทธวรรค เถราปทาน อุปาลิเถราปทานได้แสดงการถือธุดงค์วัตรของพระมหากัสสปเถระข้อความตอนหนึ่งว่า ข้าแต่พระมุนี พระเถระผู้ดำรงวงศ์เก่าแก่ มีเดชแผ่ไป หาผู้กระเทบกระทั้งได้ยาก เป็นผู้เลิศด้วยธุดงค์คุณ (มีนามว่ากัสสปะ) เป็นผู้พิพากษาของพระองค์^{๑๓} และในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย พุทธวงศ์ รตนจิงกมนกัณฑ์ ก็ได้แสดงองค์คุณของพระมหากัสสปะว่า แม้พระมหากัสสปเถระผู้มีผิวพรรณดังทองที่หลอมอยู่ในบ้ำพระศาสดาทรงสรรเสริญตั้งไว้ว่าเป็นผู้เลิศในฝ่ายธุดงค์คุณ^{๑๔}

๔) ในพระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาฯ (ภาษาไทย) เล่มที่ ๒๖ พระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา วิสตีนิบาต อนรุทธเถรคาถา ได้กล่าวถึงพระอนรุทธะมหาเถระเกี่ยวกับการถือธุดงค์วัตรพบว่า พระอนรุทธะเป็นปราชญ์ไม่มีอาสวะ กลับจากบิณฑบาตแล้วเที่ยวแสวงหาผ้าบังสุกุลแต่ผู้เดียวไม่มีเพื่อน อนรุทธะผู้เป็นปราชญ์มีปัญหา ไม่มีอาสวะเที่ยวเลือกหาแต่ผ้าบังสุกุล ครั้นได้แล้ว ชัก ย่อมเองแล้วนุ่งห่ม เราได้รู้ทั่วถึงธรรมของพระองค์ ยินดีอยู่ในคำสอนของพระองค์ บรรลुวิชา ๓ ได้ทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ตั้งแต่เวลาที่เรถือการไม่นอนเป็นวัตรตลอด ๕๕ ปี กำจัดความง่วงเหงาหาวนอนได้ มาเป็นเวลา ๒๕ ปี^{๑๕}

๕) พระไตรปิฎก อรรถกถา (ภาษาไทย) พระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย ธรรมบาล ภาค ๑ ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๖ ได้กล่าวถึงพระมหาปาละเถื่อนิสขิงกัธตุดงค์ตลอดพรรษาพบว่า ในวันเข้าพรรษา พระเถระเรียกภิกษุเหล่านั้นมาแล้วถามว่า ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจักให้ไตรมาสนี้ล่วงไปด้วยอิริยาบถเท่าไร ภิกษุทั้งหลายเรียนตอบว่า จักให้น้อมไปด้วยอิริยาบถครบทั้ง ๔ อิริยาบถ ขอรับ พระมหาปาละกล่าวว่า ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ก็ขอนั้นสมควรละหรือ ภิกษุทั้งหลายควรเป็นผู้ไม่ประมาทมิใช่หรือ เพราะเราทั้งหลายเรียนพระกัมมัญฐานในสำนักของพระพุทธเจ้า ผู้ยังทรงพระชนม์อยู่มาแล้ว และธรรมดาว่าพระพุทธเจ้าทั้งหลาย อันคนผู้โง่เขลาไม่สามารถจะให้ทรงยินดีได้ ด้วยว่า พระพุทธเจ้าทั้งหลายนั้นอันคนมีอหิยาตัยงาม พึงให้ทรงยินดีได้ และสำหรับคนผู้ประมาทแล้ว อบายทั้งสี่เป็นเหมือนเรือนของตัวเอง ขอท่านทั้งหลายจงเป็นผู้ไม่

^{๑๒} วิ.ป. (ไทย) ๘/๔๔๓/๖๒๖-๖๒๗.

^{๑๓} ขุ.อป. (ไทย) ๓๒/๕๔๑/๘๒.

^{๑๔} ขุ.พุทธ. (ไทย) ๓๓/๕๙/๕๖๔.

^{๑๕} ขุ.ขุ. (ไทย) ๒๕/๘๙๓-๙๐๖/๔๘๗-๔๘๘.

ประมาทเกิด ภิกษุเหล่านั้นเรียนถามว่า ก็ท่านเล่า ขอรับ พระเถระตอบว่า ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย เราจักให้ไตรมาสนี้ น้อมล่องไปด้วยอิริยาบถ ๓ จักไม่เหยียดหลัง ภิกษุเหล่านั้นกล่าวว่า ดีละ ขอจงเป็นผู้ไม่ประมาทเกิด ขอรับ ฯลฯ พระเถระไม่ประมาทบำเพ็ญสมณธรรม ลำดับนั้น พอล่องผ่านมัชฌิมยาม นัยน์ตาทั้ง ๒ และกิเลสทั้งหลายของท่านก็แตกดับพร้อมกันไม่ก่อนไม่หลังกัน ท่านเป็นพระอรหันต์ สุขวิปัสสกะ ฯลฯ แม้พระเถระก็กล่าวสอนภิกษุ ๖๐ รูปนอกนี้เป็นนิตยนิรันดร์ ภิกษุเหล่านั้นดำรงอยู่ในโอวาทของท่าน ครั้นใกล้วันปวารณา ก็บรรลुพระอรหันต์ผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาทุกรูป^{๑๖}

๑.๖.๒ ตำราวิชาการพุทธศาสนาเถรวาท

๑) สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาสภมหาเถระ) กล่าวการปฏิบัติไว้ในหนังสือ ปฏิบัติศาสนา เรื่องธุดงค์วัตร พบว่า ผู้ควรสมทานปฏิบัติธุดงค์จะต้องเป็นผู้มีความมักน้อย สันโดษ หมั่นประกอบความเพียร และเป็นผู้เลี้ยงง่าย จะทำให้การปฏิบัติธุดงค์ได้โดยง่าย จะเป็นเหตุให้ศีลพรตมีความบริสุทธิ์ ซึ่ง คุณ ศีลพรตที่หาโทษไม่ได้ นั้น จะทำให้ดำรงอยู่ในอริยวงศ์ ๓ ประการ คือ ความสันโดษในจีวรตามมีตามได้ ความสันโดษในบิณฑบาตตามมีตามได้ และความสันโดษในเสนาสนะตามมีตามได้จะเป็นผู้ที่ควรแก่การบรรลุอริยวงศ์ ๔ คือ ความยินดีในการภาวนา^{๑๗}

๒) สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสโม) กล่าวถึงการปฏิบัติธุดงค์ไว้ในหนังสือ “ความรู้เรื่องธุดงค์” พบว่า การปฏิบัติธุดงค์นั้นจะอยู่วัดบ้านหรือวัดป่าก็ปฏิบัติได้ สุดแต่ว่าผู้ปฏิบัติจะปฏิบัติข้อไหน เพราะธุดงค์นั้นมีทั้งหมด ๑๓ ข้อ จะปฏิบัติข้อไหนก็ดูให้เหมาะกับจริตอัธยาศัยของตนข้อสำคัญต้องศึกษาให้รู้ถึงหลักการ วิธีการ ปฏิบัติการ และวัตถุประสงค์รวมถึงอานิสงส์ด้วย เมื่อศึกษาได้อย่างนี้การลงมือปฏิบัติธุดงค์จะไม่ผิดพลาดคลาดเคลื่อนจากที่พระพุทธองค์ทรงอนุญาตไว้^{๑๘}

๓) พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) แสดงหลักการปฏิบัติธุดงค์ในหนังสือชื่อ ธุดงค์ทำอะไร ที่ไหน เพื่ออะไร ข้อความตอนหนึ่งพบว่า ธุดงค์นี้ แปลว่าคุณสมบัติของผู้ขัดเกลากิเลสหรือข้อปฏิบัติของผู้ขัดเกลากิเลส หมายความว่าสำหรับพระ (โยมก็ได้บางข้อ) จะได้เอามายึดถือปฏิบัติเพื่อจะได้ขัดเกลากิเลสของตนซึ่งจะช่วยให้มีชีวิตอย่างพระได้ดี คือ มีชีวิตเอื้อต่อการปฏิบัติธรรมหรือทำหน้าที่ของพระเช่น เจริญสมถวิปัสสนามุ่งหน้าไป พระมีชีวิตอย่างไรที่เหมาะสมจะเป็นชีวิตของพระก็่อมักน้อย สันโดษ และธุดงค์ก็เน้นคุณสมบัติข้อที่เด่น คือเน้นให้มีความมักน้อยสันโดษ ธุดงค์จึงเป็นข้อปฏิบัติของผู้

^{๑๖} ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๙-๑๓.

^{๑๗} สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาสภมหาเถระ), พระปฏิบัติศาสนา เรื่องธุดงค์วัตร, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๒๗), หน้า ๑.

^{๑๘} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสโมมหาเถระ ป.ธ.๙ M.A., ph.D.), ความรู้เรื่องธุดงค์, เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๗ รอบ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๔, ม.ป.ท. หน้า ๑๖.

ที่ขัดเกลากิเลสโดยตัวเอง เป็นอันว่า ชุตงค์มี ๑๓ ข้อ และ ๑๓ ข้อนั้น ก็เน้นไปเรื่องของการมีชีวิตความเป็นอยู่ ก็คือเรื่องปัจจัยสี่นั่นเอง^{๑๙}

๔) พระภิกษุวิสุทธาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) ได้กล่าวไว้ในหนังสือ อริยชุตงค์พบว่า ต้นแบบของพระชุตงค์ที่นำมาฝากให้ฝึกซ้อมจนเป็นวิธีเรียกว่า อปัสเสนธรรม พิจารณาก็ไม่ใช่ ถือกก็ไม่ใช่ แต่มีคำจำกัดว่า เธอต้องฝึกเป็นผู้ดเว้นให้ได้ ธรรมเนียมของการถือชุตงค์ควัตรมีข้อจำกัดอยู่สั้นๆ อาหาร อาศัย ความเพียร อาหารเหล่าใดเป็นไปเพื่อความมกมาก อาหารเหล่าใดเป็นไปเพื่อความมกมาก อาศัยเหล่าใดเป็นไปเพื่อความมกมาก ความเพียรเหล่าใดเป็นไปเพื่อความมกมาก เราควรดเว้นนักเลงหญิง นักเลงสุรา นักเลงการพนัน นักเลงหัวไม้ เมื่อเราไม่สามารถจะละได้เป็นต้นแบบได้อย่างไร ในเมื่อเราไม่สามารถที่จะทำสิ่งถูกต้องให้เกิดขึ้น เราจะเป็นต้นแบบได้อย่างไร^{๒๐}

๑.๖.๓ ตำรา ที่เป็นข้อเขียนอันเป็นผลงาน

ตำรา ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับแนวการปฏิบัติชุตงค์ควัตรมในการเจริญวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) มีดังนี้

ตำราเอกสาร ที่เกี่ยวกับการสอนวิปัสสนาภาวนาคู่กับการประพาสชุตงค์ ของพระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงพ่อทองใบ ปภสฺสโร) ที่ได้ค้นคว้านำมาวิจัยเป็นเครื่องมือ คือ หนังสือ ภาวนาจิตแสดงวิธีประพาสชุตงค์ความตอนหนึ่งพบว่า การประพาสชุตงค์ต้องมี (๑) ปาริสุทธิศีล ๔ อย่างเคร่งครัด (๒) ต้องมีสังวร ๕ อย่างเคร่งครัด (๓) ต้องมีอุปเสนธรรม ๔ อย่างเคร่งครัด^{๒๑}

ในหนังสือแดนศีลถิ่นธรรมได้แสดงเกี่ยวกับชุตงค์พบว่า พระชุตงค์ต้องทรงธรรมวินัยปาป ๕ ประการคือ (๑) เล่นนอกหนีจากกามโลกีย์ (๒) ไม่ปรารถนาโลกามีจิตใจสงบ (๓) ตัดกระแสของกามกิเลสออกไป (๔) สะกดจิตใจมิให้ไปตามภาษาโลก (๕) ช่มไว้ไม่วิ่งตามอารมณ์ ไม่รับอารมณ์เลย^{๒๒}

ในคู่มือปฏิบัติธรรมเล่ม ๑-๒ พบว่า อุปสรรคที่นับว่าหนักมากในการละกามฉันทะ ฯลฯ อวิชชา ต้องถือคติของพ่อเก่ากำเนิดคือ (๑) กินน้อย ลดลงจนเหลือแต่น้ำ (๒) พุดน้อย ไม่เกิดอาพาธไม่พุด เว้นแต่เหตุจำเป็น (๓) นอนน้อย ๔ ชั่วโมง จนไม่นอนเลย (๔) เพื่อนน้อย แค่งงกรรมเท่านั้น (๕) ทำเพียรมาก ๒๐ ชั่วโมง ทำปฏิบัติเท่านั้น^{๒๓}

^{๑๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), ชุตงค์ ทำอะไร ที่ไหน เพื่ออะไร, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท แอคทีฟ พรินท์ จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๑-๒.

^{๒๐} พระภิกษุวิสุทธาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร), อริยชุตงค์, ของแก่น: บริษัท ขอนแก่นคณานาวินาวิทยา จำกัด, ม.ป.ป., หน้า ๑๔.

^{๒๑} พระครูประภัตรสุทฺธิคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระชุตงค์ ชุด ธรรมธารา, ๒๕๔๒, ม.ป.ท., หน้า ๑๒.

^{๒๒} พระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร), แดนศีลถิ่นธรรม ผลงานแห่งความภาคภูมิใจและเบื้องหลังของความสำเร็จ, พิมพ์ที่: โรงพิมพ์ ศักดิ์ศรีอักษรการพิมพ์, ๒๕๕๖, หน้า ๙๘.

^{๒๓} พระครูประภัตรสุทฺธิคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), คู่มือปฏิบัติธรรมเล่ม ๒, พิมพ์ที่ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๕๐.

ในหนังสืออริยธุดงค์พบว่า แนวทางพระธุดงค์ ๔ ประการ คือ (๑) การใช้จีวร ไม่อาภัพ (๒) การรับอาหาร ไม่เกิดศัตรู (๓) การอยู่ ไม่สร้างเวรกรรม (๔) การทำ ไม่สร้างอาสวะ^{๒๔}

ในหนังสือเสขปฏิบัติทางธุดงค์ ๒๕ ปี พบว่า ต้นแบบการประพฤติธุดงค์ ๔ ประการคือ (๑) สงขายกัม ปฏิสเสวติ เสพตามกฏ (๒) สงขายกัม อธิวาสติ อตถ์แล้วเย็น (๓) สงขายกัม ปริวชเชติ เว้นแล้วเบา (๔) สงขายกัม ปฏิวินเทติ บรรเทาแล้วสบาย^{๒๕} และหนังสืออื่นๆ ที่มีเนื้อหาเกี่ยวข้อง

๑.๖.๔ เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาในสังขิกังธุดงค์ไตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปกสฺสโร) ครั้งนี้ เป็นการศึกษาตำราเอกสารที่เป็นข้อเขียนอันเป็นผลงานที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอยู่ในตำราต่างๆ ที่มีปรากฏในส่วนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับหลักการและวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐานสูตร ซึ่งผู้ศึกษาได้ทำการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

๑) พระครูพิศาลโชติวัฒน์ (วิฑูรย์ โชติปญฺโญ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาปาริสุทธิศีลในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” จากการศึกษาพบว่า ปาริสุทธิศีล ๔ หมายถึงศีลเป็นเครื่องทำให้บริสุทธิ์หรือศีลเป็นเหตุให้บริสุทธิ์ได้แก่ (๑) ปาติโมกขสังวรศีล หมายถึงความเป็นผู้สำรวม สังวรในปาฏิโมกข์ ถึงพร้อมด้วยอาการและโคจรมีปกติเห็นโทษแม้มีประมาณเล็กน้อย สมาทานศึกษาในสิกขาบททั้งหลาย (๒) อินทริยสังวรศีลหมายถึง การสำรวมระวังอินทริย คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายและใจ ไม่ให้อกุศลธรรมมีอภิขณาและโหม่นสรครอบงำได้ (๓) อาชีวปาริสุทธิศีลหมายถึง ความบริสุทธิ์แห่งอาชีพ ไม่หลอกลวงเขา เลี้ยงชีพ (๔) ปัจจยสันนิสสิตศีล หมายถึงการรับและบริโภคน้ำปัจจัย ๔ อย่างบริสุทธิ์^{๒๖}

๒) พระครูอาทรโพธิรักษ์ (ประพันธ์ โพธิ์พันธุ์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาตจปัญจกัมมัฏฐานในฐานะบาทฐานแห่งการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” จากการศึกษาพบว่า ตจปัญจกัมมัฏฐานแปลว่า กัมมัฏฐานมีหนึ่งเป็นที่คำรบห้า กัมมัฏฐานอันบัณฑิตกำหนดด้วยอาการมีหนึ่งเป็นที่ ๕ เป็นอารมณ์ อาการ ๕ คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง นี้ มีปรากฏในหมวดกายคตาสติ เป็นกัมมัฏฐานที่สอนให้พิจารณาส่วนของร่างกาย ๕ อย่าง คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง โดยความเป็นของปฏิถูล หรือ โดย

^{๒๔} พระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปกสฺสโร), อริยธุดงค์ อะไรธุดงค์ ธุดงค์ทำไม, พิมพ์ที่ (ขอนแก่น: หจก. โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา, ม.ป.ป.), หน้า ๕๕.

^{๒๕} พระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปกสฺสโร), เสขปฏิบัติทางธุดงค์ ๒๕ ปี, พิมพ์ครั้งที่ ๑, พิมพ์ที่ (อุดรธานี: โรงพิมพ์ศักดิ์ศรีอักษรการพิมพ์, ๒๕๕๘), หน้า ๒๖.

^{๒๖} พระครูพิศาลโชติวัฒน์ (วิฑูรย์ โชติปญฺโญ), “ศึกษาปาริสุทธิศีลในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

ความเป็นสภาวะอย่างหนึ่งๆ ตามที่มันเป็นของมัน ไม่เอาใจไปผูกพันแล้ววาดภาพใฝ่ฝันตามอำนาจกิเลส เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า มุลกัมมัฏฐาน^{๒๗}

๓) พระครูปลัดปราโมทย์ ปโมทิต (ปานเจริญ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเพียรกับการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” จากการศึกษาพบว่า ความเพียรตามภาษาบาลีว่า วิริยะ แปลความหมายตามรูปศัพท์ในภาษาไทยว่า ความเพียร ความพยายาม ความบากบั่นมั่นคง กำลัง เดช และอานุภาพ ความเพียรหรือ วิริยะ มีลักษณะ คือ การแสวงหาประโยชน์ การละบาป เจริญธรรมที่ควรเจริญ ให้เป็นไปพร้อมทั้งกายและจิตบากบั่นให้คุณธรรมเพื่อการข้ามพ้นซึ่งความเพียรมีความสำคัญใน ๒ บริบท คือ ๑. ความเพียรในบริบทแห่งโลกีย์ คือแนวการปฏิบัติตามความเพียร เป็นแนวการปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ให้ปฏิบัติเพื่อขัดเกลากิเลส ๒. ความเพียรในบริบทแห่งโลกุตระ คือ การชำระจิตให้ขาว มีความหลุดพ้นจากกิเลส มองเห็นสิ่งทั้งปวงตามความเป็นจริง^{๒๘}

๔) พระมหาประดิษฐ์ เขมสรโณ (ทองสิริประภา) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาเสขปฏิบัติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท” จากการศึกษาพบว่า เสขปฏิบัติเป็นพระสูตรที่พระธรรมสังคากาจารย์ รวบรวมร้อยกรองไว้ในคัมภีร์ มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์ เป็นพระสูตรว่าด้วยข้อปฏิบัติของพระเสขะที่พระพุทธองค์รับสั่งพระอานนท์แสดงแก่พวกศากยะ ณ กรุงกบิลพัสดุ์ปรารภเหตุพวกเจ้าศากยะต้องการมงคลในการสร้างท้องพระโรงหลังใหม่ คำว่า เสขปฏิบัติ บางทีเรียกว่า จรณะ เพราะเป็นธรรมสำหรับประพฤติ และเพราะเป็นธรรมสำหรับดำเนินไปสู่ทิศที่ไม่เคยไป เสขปฏิบัติหรือจรณะนี้เป็นข้อปฏิบัติให้บรรลุวิชาหรือบรรลุนิพพาน^{๒๙}

๕) พระชัยพล โสภโณ (จรัญทวีทรัพย์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษา อาตปปี สัมปชาโนสติมา ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร” จากการศึกษาพบว่า อาตปปี สัมปชาโนสติมา ซึ่งเป็นหลักปฏิบัติในสติปัฏฐานเข้าในมรรคมืองค์ ๘ (๑) หลักอาตปปี คือ ความเพียรในการกำหนดรู้กองขันธ์ ๕ โดยองค์ธรรมได้แก่สัมมาวายามะ (ความเพียรชอบ) คือ สัมมปปธาน ๔ สังวรปธาน เพียรระวังเพียรปิดกั้นบาปอกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดขึ้น ปหานปธาน เพียรกำจัดบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้ว ภาวนาปธาน เพียรเจริญกุศลธรรมที่ยังไม่เกิดมิให้เกิดมี อนุรักษนาปธาน เพียรรักษากุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ตั้ง

^{๒๗} พระครูอาทรโพธิรักษ์ (ประพันธ์ โพธิ์พันธ์), “ศึกษาตจปัญจกัมมัฏฐานในฐานะบาทฐานแห่งการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๒๘} พระครูปลัดปราโมทย์ ปโมทิต (ปานเจริญ), “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเพียรกับการบรรลุธรรมในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

^{๒๙} พระมหาประดิษฐ์ เขมสรโณ (ทองสิริประภา), “การศึกษาเสขปฏิบัติในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

มันเจริญยิ่งขึ้นไป (๒) สัมปชาโน คือ ความรู้ตัวทั่วพร้อมในการกำหนดรู้กองชั้น ๕ โดยองค์ธรรมได้แก่ สัมมาทิฐิ (๓) สติมา คือ ความมีสติ ความระลึกได้ในกองชั้น ๕ และธรรมทั้งหลาย โดยองค์ธรรมได้แก่ สัมมาสมาธิ เพราะมีสติระลึกได้ในกาย เวทนา จิต และธรรมได้อย่างต่อเนื่อง จึงได้ชื่อว่า "สัมมาสมาธิ"^{๓๐}

๖) พระณรงค์ศักดิ์ หิริธมโม (ม่วงแสง) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักการปฏิบัติ มัชฌิมาปฏิปทาเพื่อการบรรลุธรรม” จากการศึกษาพบว่า มัชฌิมาปฏิปทาเป็นข้อปฏิบัติที่เป็นกลางๆ โดยไม่ปฏิบัติอัตตกลิมถาโยค (การปฏิบัติเพื่อให้เกิดความลำบาก) หรือ กามสุขัลลิกานุโยค (การประพฤติก่อให้เกิดความทุกข์) มัชฌิมาปฏิปทานี้เป็นหนทางซึ่งประกอบไปด้วยองค์ประกอบ ๘ ประการ เรียกว่าอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการได้แก่ สัมมาทิฐิ – สัมมาสมาธิ ถึงพร้อมกันเป็นอันหนึ่งอันเดียว ย่อมทำให้เกิดจักขุก่อให้เกิดญาณเป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน เป็นทางดำเนินสู่ความดับทุกข์ คือ การรู้แจ้งพระนิพพานโดยผู้ปฏิบัติจะหยั่งเห็นอริยสัจ ๔ ด้วยมรรคญาณและสามารถรู้แจ้งพระนิพพานด้วยผลญาณ^{๓๑}

จากการศึกษาทบทวนเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด พบว่า งานวิจัยและวิทยานิพนธ์ทั้งหมดเป็นการศึกษาเฉพาะแง่มุมของหลักธรรม ความคิด และความเชื่อยังไม่ครอบคลุมในประเด็นที่เป็นส่วนของการปฏิบัติ และยังไม่พบว่ามีงานวิจัยที่ศึกษาเรื่อง เนสัชชีกังคตุตงควัตร ผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษา เนสัชชีกังคตุตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) เพื่อเป็นข้อมูลในเชิงวิชาการและแนวทางปฏิบัติ

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมุ่งเน้นศึกษาเนสัชชีกังคตุตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) ว่าเป็นอย่างไร มีเทคนิค วิธีการอย่างไร ท่าน ยืน เดิน นั่ง อย่างไร ทำ พูด คิด อะไร เพื่อเป็นประโยชน์แก่นักปฏิบัติธรรมสืบไป

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร งานวิทยานิพนธ์ และงานวิชาการโดยใช้วิธีค้นคว้าจากเอกสาร (Documentary Research) เพื่อมุ่งเน้นประเด็นที่เกี่ยวกับเรื่อง ศึกษา เนสัชชีกังคตุตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) และ บทสัมภาษณ์ของพระราชสิทธิอาจารย์ มีการปฏิบัติที่เป็นไปตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตรในพระไตรปิฎก แล้วนำมาสรุปบรรยายเชิงพรรณนา ดังต่อไปนี้

^{๓๐} พระชัยพล โสภโณ (จรัญทวีทรัพย์), “ศึกษา อาตปปี สัมปชาโน สติมา ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๓๑} พระณรงค์ศักดิ์ หิริธมโม (ม่วงแสง), “ศึกษาหลักการปฏิบัติมัชฌิมาปฏิปทาเพื่อการบรรลุธรรม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

เก็บรวบรวมข้อมูล

๑) ศึกษาเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Source) ได้แก่ พระสูตรตันตปิฎก พระวินัยปิฎก อรรถกถาฎีกา และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง เช่น วิสุทธิมรรค เป็นต้น ที่มีความสอดคล้องกับการปฏิบัติธุดงค์วัตร เพื่อเป็นการขยายความในเนื้อหาเพิ่มเติมจากคัมภีร์พระไตรปิฎกให้มีความละเอียดชัดเจนยิ่งขึ้น

๒) รวบรวมข้อมูลชั้นทุติยภูมิ คือ หนังสือ เอกสาร ตำรา ผลงาน ทางวิชาการและรายงานการวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง เช่น ภาวนาจิตสำหรับพระธุดงค์ เสขปฏิบัติ ๒๕ ปี อริยธุดงค์ แดนศีล ถิ่นธรรม และบทสัมภาษณ์ เป็นต้น

๓) นำข้อมูลที่ได้จากการศึกษาเอกสารชั้นปฐมภูมิและชั้นทุติยภูมิมาเรียบเรียงแบบบรรยายเชิงพรรณนาที่มีความสอดคล้องกับการปฏิบัติธุดงค์วัตร ในพระไตรปิฎกโดยเรียบเรียงหลักการศึกษาแนวการปฏิบัติธุดงค์วัตรของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ที่มีการปฏิบัติเป็นไปตามหลักธุดงค์วัตรในพระไตรปิฎก

การเรียบเรียงข้อมูล

๑) เรียบเรียงข้อมูลที่ได้จากแบบบันทึกข้อมูลที่มีอยู่ตามวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาการปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาเนสัชชิกังคธุดงค์วัตร ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ ตามที่ได้กำหนดไว้ให้นำเสนอและเรียบเรียงแบบบรรยายเชิงพรรณนาพร้อมกับสรุปผลและเสนอแนะ

๒) นำข้อมูลการศึกษาเสนอผู้เชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติธุดงค์วัตรให้ตรวจสอบแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขต่อไป

๓) นำผลการศึกษาการปฏิบัติธุดงค์วัตรที่สอดคล้องกับการปฏิบัติในพระไตรปิฎกเรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนาและตรวจสอบความถูกต้องนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบสารนิพนธ์และผู้เชี่ยวชาญด้านการปฏิบัติธุดงค์วัตรตรวจสอบแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อให้เป็นสารนิพนธ์ที่มีคุณภาพสามารถใช้เป็นแบบอย่างให้แก่ผู้สนใจศึกษาต่อไป

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบการปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบเนสัชชิกังคธุดงค์วัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)

๑.๘.๓ สามารถประยุกต์ใช้เป็นแบบอย่างในการสนับสนุนการเผยแผ่พุทธศาสนาได้

บทที่ ๒

การปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทนั้นได้ปรากฏในหลายที่หลายแห่งที่ พระสาวกทั้งหลายในอดีตได้เคยประพฤติดุติปฏิบัติมา ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงอนุญาตให้พระภิกษุถือ ธุดงค์เพื่อเป็นการขัดเกลาจิตใจให้เบาบางและเป็นการส่งเสริมการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาให้เจริญ ยิ่งๆ ขึ้นไปโดยจะได้อธิบายตามลำดับดังนี้

๒.๑ การปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๒.๒ ความหมายของธุดงค์

๒.๓ ความสำคัญของธุดงค์

๒.๔ ธุดงค์ ๑๓ ประการ

๒.๕ ลักษณะของธุดงค์

๒.๖ การสมาทานธุดงค์

๒.๗ วิธีการปฏิบัติธุดงค์

๒.๘ ประเภทของธุดงค์

๒.๙ ความแตกขัดของธุดงค์

๒.๑๐ อานิสงส์ของการถือธุดงค์

๒.๑๑ สรุป

๒.๑ การปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

พระผู้มีพระภาคได้ทรงอนุญาตให้ภิกษุทั้งหลายถือธุดงค์วัตรควบคู่ไปกับการปฏิบัติ สมณภาวนาและวิปัสสนาภาวนา ซึ่งปรากฏว่าโดยหลักแห่งการถือธุดงค์แล้ว ก็จำแนกออกเป็น ๔ ประเภทคือ

๑. ว่าด้วยเรื่องเครื่องนุ่งห่ม (จีวร)

๒. ว่าด้วยเรื่องอาหาร (บิณฑบาต)

๓. ว่าด้วยเรื่องที่อยู่ (เสนาสนะ)

๔. ว่าด้วยเรื่องความเพียร

ซึ่งมีในนิสสัย ๔ ประการ ที่พระอุปัชฌายะให้แก่ผู้บวชเป็นภิกษุในวันนั้น แสดงให้เห็น ว่าพระพุทธเจ้าทรงประทานเรื่องธุดงค์วัตรให้ภิกษุทั้งหลายถือปฏิบัติตั้งแต่วันแรกของการบวช

เพื่อขัดเกลากิเลสอย่างแท้จริง ดังข้อความที่ปรากฏใน พระวินัยปิฎก มหาวรรค มหาขันธกะ ปณามิตถาว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราอนุญาตให้ภิกษุผู้ให้อุปสมบทบอกนิสสัย ๔ คือ

๑. บรรพชาอาศัยโกชนะ คือ คำข้าวที่พึงได้ด้วยปัสัซึ่งเธอพึงทำอุตสาหะในโกชนะ คือคำข้าวที่พึงได้ด้วยปัสัซึ่งนั้นจนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ สังฆภัต อุทเทศภัต นิมนตภัต สลากภัต ปักชิกภัต อุโปสถิกภัต ปาฏิปติกภัต

๒. บรรพชาอาศัยผ้าบังสุกุล เธอพึงทำอุตสาหะในผ้าบังสุกุลนั้นจนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ ผ้าเปลือกไม้ ผ้าฝ้าย ผ้าไหม ผ้าขนสัตว์ ผ้าปาน ผ้าเจือกัน

๓. บรรพชาอาศัยเสนาสนะ คือ คางไม้ เธอพึงทำอุตสาหะในเสนาสนะ คือ คางไม้ นั้นจนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ วิหาร เรือนมุงแถบเดียว ปราสาท เรือนลั่น ถ้ำ

๔. บรรพชาอาศัยยาน้ำมูตรเน่า เธอพึงทำอุตสาหะในยา คือ น้ำมูตรเน่านั้นจนตลอดชีวิต อติเรกลาภ คือ เนยใส เนยข้น น้ำมัน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย”^๑

เรื่องภิกษุชาวเมืองปาฐะยะ ๓๐ รูปถืออุตุงคค์

พระวินัยปิฎก มหาวรรค กฐินขันธกะ กฐินาณานากล่าวว่า สมัยนั้น พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตวันอารามของอนาถบิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ครั้งนั้นภิกษุชาวเมืองปาฐะยะ^๒ จำนวน ๓๐ รูป ทั้งหมด ถืออารัญญิกอุตุงคค์ ถือปิณฑปาติกอุตุงคค์ และถือเตจิวริกอุตุงคค์ เดินทางมากรุงสาวัตถีเพื่อเฝ้าพระผู้มีพระภาค เมื่อใกล้วันเข้าพรรษาไม่สามารถจะเดินทางไปให้ทันวันเข้าพรรษาในกรุงสาวัตถีได้ จึงเข้าพรรษาในเมืองสาเกตระหว่างทาง^๓

เรื่องภิกษุทั้งหลายชาวเมืองปาฐะยะและทักษิณาบถถืออุตุงคค์

พระวินัยปิฎก จุฬวรรค สัตตสติก ขันธกะ ปฐมภาณวาร ได้แสดงไว้ว่า สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายชาวเมืองปาฐะยะประมาณ ๖๐ รูป ทั้งหมดถืออุตุงคค์ คือ อยู่ป่าเป็นวัตร ทั้งหมดเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร ทั้งหมดทรงผ้าบังสุกุลเป็นวัตร ทั้งหมดมีไตรจีวรเป็นวัตร ทั้งหมดเป็นพระอรหันต์ ประชุมปรึกษาหารือกันที่โอคังคบรรพต ภิกษุทั้งหลายชาววันตีทักษิณาบถประมาณ ๘๐ รูป บางพวกถืออุตุงคค์ คือ อยู่ป่าเป็นวัตร บางพวกเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร บางพวกทรงผ้าบังสุกุลเป็นวัตร บางพวกมีไตรจีวรเป็นวัตร ทั้งหมดเป็นพระอรหันต์ ประชุมปรึกษาหารือกันที่โอคังคบรรพต^๔

^๑ วิ.ม. (ไทย) ๔/๗๓/๑๐๑-๑๐๒.

^๒ เมืองปาฐะยะ ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกแคว้นโกศล คำว่า “ปาฐะยะ” เป็นชื่อของพระภิกษุทศศีลเถระทั้งหลายซึ่งเป็นพี่น้องร่วมบิดาเดียวกับพระเจ้าโกศล ในบรรดาท่านเหล่านั้น ผู้เป็นพี่ใหญ่ เป็นพระอนาคามี คนที่เป็นน้องสุดท้อง เป็นพระโสดาบัน ไม่มีใครเป็นพระอรหันต์หรือปุถุชน (วิ.อ. ๓/๓๐๖/๑๙๑) ว่า “ปาฐะยะ” ก็มี

^๓ วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๐๖/๑๔๕.

^๔ วิ.จ. (ไทย) ๗/๔๕๐/๔๐๐-๔๐๒.

เรื่องภิกษุละทิ้งสันถิตแล้วพากันสมათานธุดงค์

ในพระวินัยปิฎก ปริวาร ภิกขุวิภังค์ กัถลปัญญุตติวาร นิสสัคคิยกันท์ โกสิยวรรค ได้แสดงเรื่องที่ภิกษุหลายรูป ทิ้งสันถิตแล้วพากันสมათานอารัญญิกธุดงค์ ปิณฑปาติกธุดงค์ ปังสุกุลิกธุดงค์ เรื่องมีอยู่ว่า สมัยนั้น พระผู้มีพระภาคทรงจะหลีกเร้นอยู่พระองค์เดียวตลอดไตรมาตาทรงห้ามภิกษุเข้าเยี่ยม อนุญาตเฉพาะภิกษุผู้นำภัตตาหารเข้าไปถวายเพียงรู้เดียว คณะสงฆ์ก็ได้ทำกติกากันไว้ว่าถ้าใครเข้าเยี่ยมก็จะปรับอาบัติปาจิตตีย์ แต่ทรงอนุญาตเฉพาะภิกษุผู้ถือ อารัญญิกธุดงค์ ปิณฑปาติกธุดงค์ ปังสุกุลิกธุดงค์ เท่านั้นเข้าเยี่ยมได้ฯ ภิกษุทั้งหลายจึงพากันละทิ้งสันถิตแล้วพากันสมათานธุดงค์วตฺรฯ เพื่อปรารภนาจะได้เข้าเยี่ยมพระผู้มีพระภาคเจ้า^๕

ธุดงค์วรรค หมวดว่าด้วยธุดงค์

ในพระวินัยปิฎก ปริวาร อุปาลิปันญจะ ธุดงค์วรรค มีข้อความปรากฏเกี่ยวกับธุดงค์ว่า ท่านพระอุบาลีทูลถามว่า “ภิกษุผู้ถืออยู่ปามีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า” พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “อุบาลี ภิกษุผู้ถืออยู่ปามี ๕ จำพวก คือ

๑. เพราะเป็นผู้โง่เขลา งมย จึงอยู่ป่า
๒. เป็นผู้มีความปรารถนาเลวทราม ถูกความอยากครอบงำ จึงอยู่ป่า
๓. เพราะมัวเมา จิตฟุ้งซ่าน จึงอยู่ป่า
๔. เพราะเข้าใจว่า พระพุทธเจ้า พระสาวกพระพุทธเจ้าสรรเสริญ จึงอยู่ป่า
๕. เพราะอาศัยความมกน้อย สันโดษ ชัดเกลา ความเจียบสงัดและ เพราะอาศัยว่าการอยู่ปามีประโยชน์ด้วยการปฏิบัติอันงามนี้ จึงอยู่ป่า อุบาลี ภิกษุผู้ถืออยู่ปามี ๕ จำพวก นี้แล

ท่านพระอุบาลีทูลถามว่า “ภิกษุผู้ถือเที่ยวบิณฑบาตมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถือผ้าบังสุกุลมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถืออยู่โคนไม้มีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถืออยู่ป่าช้ามีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถืออยู่กลางแจ้งมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถือทรงผ้า ๓ ผืนมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถือเที่ยวตามแควมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถือการนั่งมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถืออยู่ในอาสนะตามที่จัดไว้มีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถือนั่งฉั่น ณ อาสนะแห่งเดียวมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถือการห้ามภัตรที่เขานำมาถวายเมื่อภายหลังมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า ฯลฯ ภิกษุผู้ถือการฉันเฉพาะในบาตรมีเท่าไรหนอแล พระพุทธเจ้าข้า” พระผู้มีพระภาคตรัสว่า “อุบาลี ภิกษุผู้ถือการฉันเฉพาะในบาตรนี้มี ๕ จำพวก ๕ จำพวก คือ^๖

๑. เพราะเป็นผู้โง่เขลา งมย จึงถือการฉันเฉพาะในบาตร

^๕ วิ.ป. (ไทย) ๘/๓๘/๓๗.

^๖ วิ.ป. (ไทย) ๘/๔๓/๖๒๖-๖๒๗.

๒. เป็นผู้มีความปรารถนาเลวทราม ถูกความอยากครอบงำจึงถือการฉ้อฉลเฉพาะในบาตร
๓. เพราะมัวเมา จิตฟุ้งซ่าน จึงถือการฉ้อฉลเฉพาะในบาตร
๔. เพราะเข้าใจว่า พระพุทธรูป พระสาวกของพระพุทธรูปเจ้าสรรเสริญจึงถือการฉ้อฉลเฉพาะในบาตร
๕. เพราะอาศัยความมั่งน้อย สันโดษ ขัดเกลา ความเจียมสัจและเพราะอาศัยว่าการฉ้อฉลเฉพาะในบาตร มีประโยชน์อันงามนี้ จึงถือการฉ้อฉลเฉพาะในบาตร “อุบาสี ภิกษุผู้ถือการฉ้อฉลเฉพาะในบาตรมี ๕ จำพวก นี่แล” แม้ในข้ออื่นๆ ก็เหมือนกันแต่ชื่อเท่านั้น

โสณโปฏฐิยุตตเถรคาถา

ในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย เถรคาถา ทุกนิบาต จตุตถวรรค โสณโปฏฐิยุตตเถร ได้กล่าวคาถาภาษิตของพระโสณโปฏฐิยุตตเถระว่า (พระผู้มีพระภาค เมื่อจะตรัสสอนพระโสณโปฏฐิยุตตเถระ จึงได้ตรัสพระคาถาว่า) ราตรีที่ประกอบด้วยฤกษ์มาลินี^๗ มิใช่เป็นราตรีที่จะหลับก่อน ราตรีเช่นนี้เป็นราตรีที่ผู้รู้แจ้งปรารถนาแล้ว เพื่อประกอบความเพียรโดยแท้ (พระโสณโปฏฐิยุตตเถระได้ฟังพระดำรัสนั้นก็สลดใจ กลับได้หิริโศตตปเปตธิชฌาน อัปภิกาสีกังคธุดงค์ กระทำการเจริญวิปัสสนา ได้กล่าวคาถาไว้ดังนี้ว่า) ถ้าช่างพึงเหยียบเราผู้ตกจากคอช้าง เราตายเสียในสงครามประเสริฐกว่าแพ้แล้วเป็นอยู่จะประเสริฐอะไร^๘

ภัทเทรตตสูตรว่าด้วยผู้มีราตรีเดียวเจริญ

ในพระสูตรตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อุปริปัณณาสก์ วิภังควรรค มีข้อความตอนหนึ่งว่าสมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคประทับอยู่ ณ พระเชตวันอารามของอนาถปิณฑิกเศรษฐี เขตกรุงสาวัตถี ณ ที่นั้นแล พระผู้มีพระภาคได้รับสั่งเรียกภิกษุทั้งหลายมาตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้วพระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสเรื่องนี้ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงอุทเทสและวิภังค์ของบุคคลผู้มีราตรีเดียวเจริญ^๙ แก่เธอทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงฟังอุทเทสและวิภังค์นั้น จงใส่ใจให้ดี เราจักกล่าว^{๑๐} ภิกษุเหล่านั้นทูลรับสนองพระดำรัสแล้ว พระผู้มีพระภาคจึงได้ตรัสคาถาประพันธ์นี้ว่าบุคคลไม่ควรคำนึงถึงสิ่งที่ล่วงไปแล้ว^{๑๑} ไม่ควรหวังสิ่งที่ยังไม่มาถึง สิ่งใดล่วงไปแล้ว สิ่งนั้นก็เป็น

^๗ ฤกษ์มาลินี หมายถึง ฤกษ์ที่มีดวงดาวขึ้นเป็นกลุ่มเหมือนพวงดอกไม้ (ดาวลูกไก่) เป็นฤกษ์ที่ควรทำความเพียร ไม่ใช่เวลานอน (ขุ.เถร.อ. ๑/๑๙๓/๔๘๘).

^๘ ขุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๑๙๓-๑๙๔/๓๖๕-๓๖๖.

^๙ ผู้มีราตรีเดียวเจริญ หมายถึงผู้ใช้เวลากลางคืนให้หมดไปด้วยการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานเท่านั้นไม่คำนึงถึงเรื่องอื่นๆ (ม.อุ.อ. ๓/๒๗๒/๑๗๔).

^{๑๐} อุทเทส ในที่นี้หมายถึงบทกวีหรือหัวข้อธรรม (ม.อุ.อ. ๓/๒๗๒/๑๗๔), วิภังค์ ในที่นี้ หมายถึงการจำแนกเนื้อความให้พิสดาร (ม.อุ.อ. ๓/๒๗๒/๑๗๔).

^{๑๑} ไม่ควรคำนึงถึง ในที่นี้หมายถึงไม่ปรารถนาขั้น ๕ ด้วยตัณหาและทิฏฐิ (ม.อุ.อ. ๓/๒๗๒/๑๗๔), สิ่งที่ยังมาไม่ถึง ในที่นี้หมายถึงขั้น ๕ (คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) ในอดีต (ม.อุ.อ. ๓/๒๗๒/๑๗๔).

อันละไปแล้ว และสิ่งใดที่ยังไม่มาถึงสิ่งนั้นก็เป็นอย่างนั้นยังไม่มาถึง ส่วนบุคคลใดเห็นแจ้งธรรมที่เป็นปัจจุบันไม่ถ่วงไม่คลอนแคลนในธรรมนั้นๆ บุคคลนั้นควรเจริญธรรมนั้นให้แจ่มแจ้ง บุคคลควรทำความเพียรตั้งแต่วินาทีเดียว ใครเล่าจะรู้ว่าความตายจักมีในวันพรุ่งนี้เพราะว่าความผิดเพี้ยนกับมัจจุราชมืดมิดมีเสนามากนั้นย่อมไม่มีแก่เราทั้งหลาย พระมุนีผู้สงบเรียกบุคคลผู้มีความเพียรไม่เกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืนซึ่งมีปกติอยู่อย่างนี้นั้นแล้วว่ามีราตรีเดียวเจริญ^{๑๒}”

การสมาทาน ชื่อว่าวัตร

ในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย มหานิเทศ อัฐกวรรค ทุณยวรรคสูตรตติยบท ได้แสดงเกี่ยวกับวัตรและการสมาทานว่า ชื่อว่าศีลเพราะมีความหมายว่า สังวร ชื่อว่าวัตรเพราะมีความหมายว่าสมาทาน นัตถัสเรียกว่าศีลและวัตร วัตร ไม่ใช่ศีล เป็นอย่างไร คือ อุดงค์ ๘ ข้อ ได้แก่

๑. อารัณญิกังคุดงค์ (สมาทานการอยู่ป่าเป็นวัตร)
๒. ปิณฑปาติกังคุดงค์ (สมาทานการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร)
๓. ปิงสุกุลิกังคุดงค์ (สมาทานการนุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร)
๔. เตจวิริกังคุดงค์ (สมาทานการทรงไตรจีวรเป็นวัตร)
๕. สปัตถจาริกังคุดงค์ (สมาทานการเที่ยวบิณฑบาตตามลำดับเป็นวัตร)
๖. ขลุปัจฉาภัตติกังคุดงค์ (สมาทานการงดฉันอาหารเมื่อหลังเป็นวัตร)
๗. เนสัชชิกังคุดงค์ (สมาทานการนั่งเป็นวัตร)
๘. ยถาสันถติกังคุดงค์ (สมาทานการอยู่ในเสนาสนะตามที่เขาจัดให้เป็นวัตร)

นี้เรียกว่าวัตร ไม่ใช่ศีล แม้การสมาทานความเพียรก็เรียกว่า วัตร ไม่ใช่ศีล ภิกษุประคองจิตมุ่งมั่นว่า เนื้อและเลือดในร่างกายจงเหือดแห้งไป จะเหลืออยู่แต่หนัง เอ็น และกระดูกก็ตามที่เกิดผลได้พึงบรรลุได้ด้วยเรี่ยวแรงของบุรุษด้วยกำลังของบุรุษ ด้วยความเพียรของบุรุษ ด้วยความบากบั่นของบุรุษ (ถ้า) ไม่บรรลุผลนั้นแล้วจักไม่หยุดความเพียร แม้การสมาทานความเพียรอย่างนี้ก็เรียกว่าวัตร ไม่ใช่ศีล ภิกษุประคองจิตมุ่งมั่นว่า เมื่อเรายังถอนลูกศรคือตัณหาขึ้นไม่ได้เราจะไม่กิน ไม่ดื่ม ไม่ออกไปจากวิหาร ทั้งจะไม่เอนกายนอน การสมาทานความเพียรอย่างนี้ก็เรียกว่าวัตร ไม่ใช่ศีล^{๑๓}

พระมหากัสสปะเถระผู้เลิศในเรื่องอุดงค์

ในพระสูตรตันตปิฎก ขุททกนิกาย อปทาน พุทธวรรค เถราปทาน อุปาลิเถราปทานได้แสดงไว้ว่า ข้าแต่พระมุนี พระเถระผู้ดำรงวงศ์เก่าแก่ มีเดชแผ่ไป หาผู้กระทบกระทั้งได้ยาก เป็นผู้เลิศด้วยอุดงค์คุณ (มีนามว่ากัสสปะ) เป็นผู้พิพากษาของพระองค์^{๑๔}

^{๑๒} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒๗๒/๓๑๘-๓๑๙.

^{๑๓} ขุ.ม. (ไทย) ๒๙/๑๗/๗๙.

^{๑๔} ขุ.อป. (ไทย) ๓๒/๕๔๑/๘๒.

ในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย พุททวงศ์ รตนจกมณกัณท์ ก็ได้แสดงจุดประสงค์ของพระมหากัสสปะว่า แม้พระมหากัสสปเถระผู้วิมพรรณดังทองที่หลอมอยู่ในเบ้าพระศาสดาทรงสรรเสริญตั้งไว้ว่าเป็นผู้เลิศในฝ่ายอุตตงค์คุณ^{๑๕}

ประวัติพระมหากัสสปเถระ เอตทัคคะผู้ทรงอุตตงค์วัตร

พระมหากัสสปเถระ เป็นบุตรของกปิลพราหมณ์ ตระกูลกัสสปะในบ้านมหาติฏฐะ แคว้นมคธ ชื่อเดิมของท่านคือ ปิพลี แต่คนทั่วไปมักเรียกท่านว่า กัสสปะ เมื่อท่านอายุได้ ๒๐ ปี ได้ทำการอาวาทมางคกับนางภัททกาปิลานี ซึ่งเป็นสาวงามวัย ๑๖ ปี ธิดาของพราหมณ์ตระกูลโกลิยะ ณ เมืองสาคลนคร

ปิพลีมาณพถูกแปลงสาร

เมื่อปิพลีมาณพออายุได้ ๒๐ ปี บิดามารดาได้ปรึกษากันว่าจะหาภรรยาให้แก่บุตรชาย จึงได้มอบเงินและทองให้แก่พราหมณ์ ๘ คน ผู้มีความเชี่ยวชาญในการดูลักษณะหญิง เพื่อสืบแสวงหาสาวงามที่มีฐานะเสมอกัน พราหมณ์เหล่านั้นได้สืบแสวงหาไปตามเมืองต่างๆ จนมาถึงสาคลนคร ได้พบธิดาของโกลิยะพราหมณ์นามว่า ภัททกาปิลานี วัย ๑๖ ปี เป็นที่ถูกอกถูกใจยิ่งนัก จึงสู่ขอกับบิดามารดาของนาง ตกกลงแล้วได้มอบสิ่งของเงินและทองหมั้น กำหนดวันอาวาทมางคแล้วกลับไปแจ้งข่าวสารแก่ปิลพราหมณ์

ปิพลีมาณพ ได้ทราบข่าวสารนั้นแล้ว รู้สึกไม่สบายใจ เพราะตนไม่มีความปรารถนาจะแต่งงาน จึงหลบเข้าไปในห้อง แล้วเขียนจดหมายบรรยายความประสงค์ของตนให้นางทราบว่า ตนไม่ปรารถนาจะแต่งงานขอให้นางจงแต่งงานกับชายที่มีชาติตระกูลเสมอกันและอยู่ครองชีวิตคู่ด้วยความสุขสำราญเถิด ส่วนข้าพเจ้าจะออกบวช เมื่อเขียนเสร็จแล้วจึงมอบให้คนใช้สนิทนำไปส่งให้นางภัททกาปิลานี

แต่นางภัททกาปิลานีก็มีใจตรงกัน และได้เขียนจดหมายซึ่งมีใจความเหมือนกัน มอบให้คนใช้นำไปส่งให้แก่ปิพลีมาณพ บังเอิญคนถือจดหมายทั้งสองฝ่ายพบกันระหว่างทาง ทักทายปราศรัยถามไถ่ธุระกิจของกันและกันแล้วนำจดหมายทั้งสองฉบับออกอ่าน ทราบความโดยตลอดแล้วทำลายทิ้งแล้วเขียนจดหมายขึ้นมาใหม่ บรรยายความรักแก่กันและกันแล้วนำไปส่งให้แก่หนุ่มสาวตามที่เจ้านายของตนสั่ง การอาวาทมางคระหว่างคนทั้งสองจึงเกิดขึ้น

ชีวิตการครองเรือน

ภายหลังแต่งงานแล้ว การครองคู่ของคนทั้งสองนั้นไม่เหมือนสามีภรรยาผู้อื่นๆ เพราะสักแต่ว่าอยู่ร่วมห้องกันเท่านั้น ต่างไม่มีจิตคิดจะร่วมสังวาสกัน แม้เวลาจะขึ้นเตียงนอนก็ขึ้นกันคน

^{๑๕} ขุ.พุทฺธ. (ไทย) ๓๓/๕๙/๕๖๔.

ละข้างมีแจกันดอกไม้ตั้งอยู่ตรงกลางเตียง ตลอดระยะเวลาที่ทั้งสองอยู่ร่วมกันนั้นมิได้สัมผัส ถูกต้องกันเลยจึงไม่มีบุตรหรือธิดาสืบสกุล

เมื่อบิดามารดาถึงแก่กรรมแล้ว ทรัพย์สมบัติและหน้าที่การงานทุกอย่างจึงเป็นภาระของสองสามีภรรยา และเนื่องจากตระกูลทั้งสองเป็นตระกูลมหาเศรษฐีมีทรัพย์มาก เมื่อรวมสองตระกูลเข้าเป็นตระกูลเดียวแล้วทรัพย์สมบัติก็ยิ่งมากมายมหาศาล มีสัตว์เลี้ยงและคนงานจำนวนมาก สองสามีภรรยาต้องบริหารกิจการทุกอย่าง จนกระทั่งวันหนึ่ง ในขณะที่ปีปผลิกำลังตรวจดูทาสและกรรมกรทำงานอยู่ในไร่นา ได้เห็นนกจิกกินสัตว์เล็กสัตว์น้อยมีไส้เดือนเป็นต้นก็รู้สึกสงสารและสลดใจที่สัตว์เหล่านั้นต้องตายเพราะตนเป็นเหตุ ส่วนนางภัททกาปิลานี ก็ให้คนนำเม็ดถั่วงาออกไปตากแดดที่ลานหน้าบ้านเห็นหมู่คนมาจิกกินตัวหนอนและแมลงต่างๆ ก็เกิดความสงสารและสลดใจเช่นกัน เมื่อสองสามีภรรยามีโอกาสอยู่ด้วยกันตามลำพังได้สนทนถึงความในใจของกันและกันแล้วจากนั้นทั้งสองก็มีความคิดตรงกันว่า ผู้อยู่ครองเรือน แม้จะไม่ได้ลงมือทำงานเอง แต่ก็ต้องคอยรับบาปที่ทาสและกรรมกรทำให้ จึงเกิดความเบื่อหน่ายเพศฆราวาสพร้อมใจกันสละทรัพย์สมบัติทั้งหมดให้ญาติและบริวาร

ส่วนทั้งสองสามีภรรยาพากันออกบวช จัดหาผ้ากาสาวพัสตร์และบริวาร พากันปลงผมแล้วครองผ้ากาสาวพัสตร์ อธิษฐานเพศบรรพชิตบวชอุทิศต่อพระอรหันต์ในโลกแล้วเดินทางร่วมกันไป พอถึงทางสองแพร่งจึงแยกทางกัน ปีปผลิไปทางขวา ส่วนนางภัททกาปิลานีไปทางซ้ายนางเดินพบสำนักปริพาชกแล้วได้เข้าไปขอบวชในสำนักนั้นเนื่องด้วยขณะนั้น พระผู้มีพระภาคยังมิได้ทรงอนุญาตให้สตรีบวชในพระพุทธศาสนา ต่อเมื่อนางมหาปชาบดีโคตรมีได้บวชแล้ว นางจึงได้บรรพชาอุปสมบทในสำนักของพระเถรี ศึกษากรรมฐานบำเพ็ญวิปัสสนาก็ได้บรรลุพระอรหันต์ผล

พระมหากัสสปะอุปสมบท

ปีปผลิเดินทางไปตามลำดับ ได้พบพระผู้มีพระภาคเสด็จประทับที่ภายใต้ร่มพหูปุตตนิโครธ (ต้นไทร) ระหว่างกรุงราชคฤห์กับนาลันทา เห็นพุทธจริยาน่าเลื่อมใสแปลกกว่านักบวชอื่นๆ ที่ตนเคยพบมาปลงใจเชื่อว่าต้องเป็นพระอรหันต์แน่นอน จึงน้อมกายกราบถวายบังคมแทบพระบาททูลขออุปสมบทในพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงประทานการอุปสมบทด้วยวิธีให้รับโอวาท ๓ ข้อ คือ

๑. กัสสปะ เธอพึงศึกษาว่า เราจักตั้งความละอายและความเกรงใจ ไว้ในภิกษุทั้งหลายที่เป็นเถระผู้เฒ่า ผู้มีพรรษาปานกลาง และทั้งผู้บวชใหม่

๒. กัสสปะ เธอพึงศึกษาว่า เราจักพึงธรรมบทใดบทหนึ่งอันประกอบด้วยกุศลด้วยความตั้งใจฟังโดยเคารพ และพิจารณาจดจำเนื้อความธรรมะบทนั้น

๓. กัสสปะ เธอพึงศึกษาว่า เราจะไม่ละสติไปในกาย คือ พิจารณากายเป็นอารมณ์โดยสม่ำเสมอ

การบรรลุลหกรรมและเป็นผู้ทรงธุดงค์วัตร

เมื่อท่านอุปสมบทแล้ว ทำความเพียรไม่นานก็ได้บรรลुพระอรหันตผล หลังจากอุปสมบทได้ ๘ วัน พุทธบริษัททั้งหลายรู้จักท่านในนาม พระมหากัสสปะ ท่านได้ช่วยรับภาระธรรมาบารมณ์สอนพระภิกษุและพุทธบริษัทอื่นๆ จนมีภิกษุเป็นบริวารจำนวนมาก ท่านมีปกติสมาทานธุดงค์ ๓ ประการอย่างเคร่งครัด คือ

๑. ถือนุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร
๒. ถือนุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร
๓. ถือนุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร

เพราะการปฏิบัติในธุดงค์คุณทั้ง ๓ ประการนี้อย่างเคร่งครัด พระบรมศาสดาจึงทรงยกย่องท่านในตำแหน่งเอตทัคคะ เป็นผู้เลิศกว่าภิกษุทั้งหลายในทาง ผู้ทรงธุดงค์

ทรงแลกเปลี่ยนผ้าสังฆาฏิกับพระมหากัสสปะเถระ

นอกจากนี้ พระบรมศาสดายังทรงยกย่องท่านในทางอื่นๆ อีกหลายประการคือ ครั้นหนึ่ง ท่านติดตามพระพุทธองค์ซึ่งเสด็จไปประทับที่ภายใต้ร่มไม้ต้นหนึ่ง ท่านได้พบผ้าสังฆาฏิของท่านเป็น ๔ ชิ้น และปูลงถวายพระพุทธเจ้าพระองค์ทรงประทับนั่งแล้วทรงตรัสว่า กัสสปะ ผ้าสังฆาฏิของเธอนุ่มดี ข้าแต่พระผู้มีพระภาค ขอพระองค์ทรงใช้สอยเถิดพระเจ้าข้า กัสสปะ แล้วเธอจะใช้อะไรทำสังฆาฏิเล่า ข้าแต่พระผู้มีพระภาค เมื่อข้าพระองค์ได้รับจากพระองค์ก็จะใช้เป็นสังฆาฏิพระเจ้าข้า ครั้นแล้ว พระบรมศาสดาได้ประทานผ้าสังฆาฏิของพระองค์ซึ่งเก่าคร่ำคร่าให้แก่ท่าน แล้วทรงยกย่องท่านอีก ๔ ประการว่า

๑. กัสสปะ มีธรรมะเป็นเครื่องอยู่เสมอด้วยตถาคต เป็นผู้มักน้อยสันโดษ ภิกษุทั้งหลายควรถือเป็นแบบอย่าง

๒. กัสสปะ เมื่อเธอเข้าไปใกล้ตระกูลแล้ว ชักกายและใจออกห่างประพฤตินเป็นคนใหม่ ไม่คุ่นเคย ไม่คะนองกายวาจา และใจ ในสกุลเป็นนิตย จิตไม่ข้องอยู่ในสกุลนั้น ตั้งจิตเป็นกลางว่า ผู้ใคร่ลาภจงได้ลาภ ผู้ใคร่บุญจงได้บุญ ตนได้ลาภแล้วมีจิตเป็นฉันท ผู้อื่นก็มีจิตเป็นฉันทนั้น

๓. กัสสปะ มีจิตประกอบด้วยเมตตา กรุณา แสดงธรรมแก่ผู้อื่น

๔. ทรงแลกเปลี่ยนผ้าสังฆาฏิกับท่านใช้สอย ได้สอนให้ภิกษุประพฤติปฏิบัติชอบ โดยยกพระมหากัสสปะขึ้นเป็นตัวอย่าง

พระมหากัสสปะเถระเป็นประธานปฐมนิเทศคายน

ด้วยความที่ท่านเป็นผู้ยินดีในการอยู่ป่า มักน้อย สันโดษ ประวัติดังกล่าวจึงไม่ค่อยโดดเด่นเป็นที่รู้จักกันมากนัก จวบจนสมัยที่พระบรมศาสดาปรินิพพานได้ ๗ วัน ขณะที่ท่านกำลังเดินทางพร้อมด้วยภิกษุบริวารของท่านเพื่อไปเข้าเฝ้าพระบรมศาสดา ได้ทราบข่าวจากอาชีวกคนหนึ่งซึ่งเดินสวนทางมาว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าปรินิพพานแล้ว ทำให้ภิกษุทั้งหลายที่เป็นปุณฺณพ

กันทำให้เสียใจ รำพึงรำพันถึงพระบรมศาสดา แต่มีภิกษุวัยชรานามว่า สุภททะ พุดห้ามปรามภิกษุเหล่านั้นมิให้ร้องไห้โดยกล่าวว่า “ท่านทั้งหลาย อย่าร้องไห้เสียใจไปเลย พระพุทธองค์ปรินิพพานเสียได้ก็ดีแล้ว ต่อไปนี้พวกเราพ้นจากอำนาจของพระศาสดาแล้ว จะทำอะไรก็ย่อมได้ ไม่มีใครมาบังคับว่ากล่าวปรามพวกเร่อีกแล้ว” พระเถระได้ฟังคำของสุภททะแล้วเกิดความสังเวชสลดใจว่า “พระพุทธองค์ปรินิพพานได้เพียง ๗ วัน ยังมีผู้กล่าวจ้วงจาบล่วงเกินพระธรรมวินัยถึงเพียงนี้ ต่อไปภายหน้า ก็คงจะหาผู้เคารพธรรมวินัยได้ยากยิ่ง” ด้วยคำพูดของพระสุภททะเพียงเท่านั้น หลังจากถวายพระเพลิงพระบรมศพของพระพุทธเจ้าแล้วท่านได้ชักชวนพระเถระที่เป็นพระอรหันต์ประชุมกันทำปฐมสังคายนารวบรวมพระธรรมวินัยตั้งไว้เป็นหมวดหมู่ เป็นตัวแทนองค์พระศาสดาปกครองหมู่สงฆ์ต่อไป

พระมหากัสสปะนิพพาน

ในคัมภีร์พระสาวกนิพพานกล่าวว่า พระมหากัสสปะเถระเมื่อทำหน้าที่เป็นประธานปฐมสังคายนาแล้ว ได้พักอยู่ที่พระเวฬุวันมหาวิหาร กรุงราชคฤห์ ดำรงอายุอยู่ถึง ๑๒๐ ปี ก่อนที่ท่านจะนิพพาน ๑ วัน ท่านได้ตรวจดูอายุสังขารของท่านแล้วทราบว่าจะอยู่ได้เพียงวันเดียวเท่านั้น ท่านจึงประชุมบรรดาภิกษุผู้เป็นศิษย์ของท่านแล้วให้อิวาตเป็นครั้งสุดท้าย สั่งสอนภิกษุผู้ยังเป็นปุถุชนมิให้เสียใจกับการจากไปของท่าน ให้พยายามทำความเพียรและอย่าประมาท แล้วพระเถระก็เข้าไปถวายพระพรลาพระเจ้าอชาตศัตรู จากนั้นท่านได้พาหมู่ภิกษุไปยังภูเขากุกกุสัมปัตตบรรพต แสดงอิทธิปาฏิหาริย์ อธิฐานจิตขอให้ภูเขาทั้ง ๓ ลูก มารวมเป็นลูกเดียวกันซึ่งในภูเขาทั้ง ๓ ลูกนั้น มีภูเขาเวภารบรรพตสถานที่ทำปฐมสังคายนาอยู่ด้วย แล้วท่านก็ดับขันธเข้าสู่นิพพาน ณ ที่นั้น ท่านยังอธิฐาน ขอให้สรีระของท่านยังคงสภาพเดิมไม่สูญสลาย จนกระทั่งพระศาสนาพระศรีอริยเมตไตร ซึ่งพระองค์จะพาหมู่ภิกษุสงฆ์มายังภูเขากุกกุสัมปัตตบรรพตแล้ว ยกสรีระของพระเถระวางบนพระหัตถ์ขวาสูงขึ้นประกาศสรรเสริญคุณของพระเถระแล้ว เตโชธาตุก็จะเกิดขึ้นเผาสรีระของท่านบนฝ่าพระหัตถ์ของพระศรีอริยเมตไตรพุทธเจ้านั้น^{๑๖}

ประวัติโดยย่อพระจักขุปาลเถระผู้ปฏิบัติเนสัชชิกครุฑงควัตรจนได้บรรลุอรหัตผล

พระจักขุปาลเป็นบุตรของกุกกุณพินธุหนึ่ง ชื่อมหาสุวรรณ ในกรุงสาวัตถี เป็นคนมั่งมี มีทรัพย์มากเมื่อเจริญวัยแล้วปรารถนาจะออกบวช เพราะเกิดความเลื่อมใสเมื่อได้ฟังพระธรรมเทศนาของพระพุทธเจ้า เรื่อง อนุปุปพิกขา ๕ คือ ทรงประกาศทานกถา (พรณนาทาน) สีลกถา (พรณนาศีล) สัคคกถา (พรณนาสวรรค์) โทษ ความเลวทรามและความเศร้าหมองแห่งกามทั้งหลาย และอานิสงสีเนเนกขัมมะ (คือความออกไปจากกามทั้งหลาย)

^{๑๖} พระครูกลุณณสิทธิวัฒน์ (สมาน กลุณณโม/พรหมอยู่), น.ธ.เอก, ป.ธ.๔, พ.ม., พธ.บ., Med.), **เอตทัคคะในพระพุทธศาสนา**, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๑๒๘-๑๓๗.

มหาปาละ หรือ จักขุปาล บรรพชาอุปสมบท

เมื่อน้องชายกำลังร้องให้อยู่ไม่ยอมให้ท่านออกบวช เขาไปสู่สำนักพระศาสดาแล้วทูลขอบวช ได้บรรพชาอุปสมบทแล้ว อยู่ในสำนักแห่งพระอาจารย์และอุปัชฌาย์ครบ ๕ พรรษาแล้ว ออกพรรษาปวารณาแล้วเข้าไปเฝ้าพระศาสดาทูลถามว่า "พระเจ้าข้า ในพระศาสนานี้มีธรรมาภิบาล พระศาสดาตรัสตอบว่า "ภิกษุ ธรรมาภิบาลมี ๒ อย่าง คือ คณธรรมาภิบาล (กับ) วิปัสสนาธรรมาภิบาล" พระมหาปาละทูลถามว่า "พระเจ้าข้า ก็คณธรรมาภิบาลเป็นอย่างไร วิปัสสนาธรรมาภิบาลเป็นอย่างไร พระศาสดาตรัสตอบว่า ธรรมาภิบาลนี้ คือ การเรียนนิกายหนึ่งก็ดี สองนิกายก็ดี จบพุทธวจนะคือพระไตรปิฎกก็ดี ตามสมควรแก่ปัญญาของตนแล้วทรงไว้ กล่าวบอกพุทธวจนะนั้น ชื่อว่าคณธรรมาภิบาล ส่วนการเริ่มตั้งความสิ้นและความเสื่อมไว้ในอภิปาทยังวิปัสสนาให้เจริญด้วยอำนาจแห่งการติดต่อแล้วถือเอาพระอรหัตของภิกษุผู้มีความประพฤติกเล็ดคล่อง ยินดียิ่งแล้วในเสนาสนะอันสงัด ชื่อว่า วิปัสสนาธรรมาภิบาล" พระจักขุปาลทูลว่า พระเจ้าข้า ข้าพระองค์บวชแล้วแต่เมื่อแรก ไม่สามารถจะบำเพ็ญคณธรรมาภิบาลให้บริบูรณ์ได้ แต่จักบำเพ็ญวิปัสสนาธรรมาภิบาลให้บริบูรณ์ ขอพระองค์ตรัสบอกพระกรรมฐานแก่ข้าพระองค์เถิด

ลำดับนั้น พระศาสดาได้ตรัสบอกพระกรรมฐานตลอดถึงพระอรหัตแก่พระมหาปาละ ท่านถวายบังคมพระศาสดาแล้ว แสวงหาภิกษุผู้จะไปกับตนได้ภิกษุ ๖๐ รูปแล้วออกเดินทางพร้อมกับภิกษุทั้งหลายไปตลอดทาง ๑๒๐ โยชน์ ถึงบ้านปลายแดนหมู่ใหญ่ตำบลหนึ่ง จึงพร้อมด้วยบริวารเข้าไปบิณฑบาต ณ บ้านนั้นและได้อยู่จำพรรษาที่หมู่บ้านนี้

พระจักขุปาลอธิฐานเนสขชิกฤตงค์ตลอดไตรมาส

พระจักขุปาลได้อธิฐานไม่นอนตลอดพรรษาโดยประกาศแก่ภิกษุทั้งหลายว่า "ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย เราจักให้ไตรมาสนี้ น้อมล่องไปด้วยอิริยาบถ ๓ จักไม่เหยียดหลัง" ภิกษุเหล่านั้นกล่าวว่า ดีละ ขอจงเป็นผู้ไม่ประมาทเถิดขอรับ^{๑๗}

จักขุของพระจักขุปาละพิการ

เมื่อพระเถระไม่หยั่งลงสู่นิทรา เมื่อเดือนต้นผ่านไปแล้วโรคในจักขุก็เกิดขึ้น น้ำไหลออกจากตาทั้ง ๒ ข้าง เหมือนสายน้ำอันไหลออกจากหม้ออันทะลุ ท่านบำเพ็ญสมณธรรมตลอดราตรีทั้งคืน หมอได้ปรุงยาหยอดตาให้กับพระจักขุปาลและบอกว่าให้พระคุณเจ้านอนหยอด แต่ท่านได้ถือสัจจะว่าจะไม่นอนตลอดพรรษา จึงได้นั่งหยอดตา โรคในตาของท่านจึงไม่หาย เพราะท่านไม่ทำตามคำแนะนำของหมอ หมอจึงบอกเลิกการรักษาท่านอีกต่อไป พระจักขุปาลยังคงรักษา สัจจะเหมือนเดิมจึงได้กล่าวกับตนเองว่า "แนะนำปาลิตะผู้มีอายุ ท่านจงว่ามาก่อน ท่านจักเห็นแก่

^{๑๗} ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๙.

จักขุหรือจักเห็นแก่พระพุทธานุภาพในสังสารวัฏอันมีที่สุดอันใดตามคัมภีร์ไม่ได้ การคณนานับตัวท่านผู้บอดด้วยจักขุหามีไม่ และพระพุทธานุภาพทั้งหลายก็ล่วงไปหลายร้อยหลายพันพระองค์แล้ว ในพระพุทธานุภาพเหล่านั้น พระพุทธานุภาพแม้แต่พระองค์เดียวก็กำหนดไม่ได้ ท่านได้ผูกใจไว้ด้วยตัวเองว่า จักไม่นอนจนตลอด ๓ เดือนภายในฤดูฝนนี้ เหตุฉะนั้นจักขุของท่านฉิบหายเสียหรือแตกเสียก็ตามเถิด ท่านจงทรงแต่พระพุทธานุภาพไว้เถิดอย่าเห็นแก่จักขุเลย” เมื่อกล่าวสอนภิกษุได้ภิกษุคาถาเหล่านั้นว่า “จักขุที่ท่านถือว่าของตัวเสื่อมไปเสียเถิด หูที่เสื่อมไปเสียเถิด กายก็เป็นเหมือนกันอย่างนั้นเถิด, แม้สรรพสิ่งอันอาศัยกายนี้ก็เสื่อมไปเสียเถิด ปาลิตะ เหตุไฉนท่านจึงประมาทอยู่

พระจักขุปาลบรรลुพระอรหันตผล

พระจักขุปาลไม่ประมาทเร่งทำความเพียรตลอดราตรี ลำดับนั้น พอล่วงผ่านมัชฌิมา นัยน์ตาทั้ง ๒ และกิลเลสทั้งหลายของท่านก็แตกดับพร้อมกัน ไม่ก่อนไม่หลังกัน ท่านเป็นพระอรหันต์สุกขวิปัสสกะ คือพระอรหันต์ฝ่ายวิปัสสนาธุระ เมื่อท่านได้บรรลุพระอรหันต์แล้ว ก็กล่าวสอนภิกษุ ๖๐ รูปนอกนี้เป็นนิรันดร์ ภิกษุเหล่านั้นดำรงอยู่ในโอวาทของท่าน ครั้นใกล้วันปวารณา ก็บรรลุอรหัตผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิทาทุกรูป^{๑๘}

ในธรรมบทและธัมมปทัฏฐกถา (บาลี-ไทย) ได้แสดงถึงการบรรลุธรรมของพระจักขุปาลเถระว่า อถสสุ มชฌิมาเย อติกนตมตเต, อปุพพะ อจรัม อภิชิเนจเว กิลเลสา จ ภิกขุสสุ. โส สุกขวิปัสสโก อรหา หุตวา ตังณวิกสิตปทุมสทิสโส หุตวา คพภัง วิสิตวา นิสิติ. แปลความว่า ที่นั่น พอมัชฌิมาผ่านพ้นไป ทั้งดวงตาทั้ง ๒ ข้าง ทั้งกิลเลสของท่านก็แตกดับพร้อมๆ กัน ท่านเป็นพระอรหันต์สุกขวิปัสสกะ เป็นเช่นดอกปทุมที่บานในขณะนั้น เข้าไปสู่ห้องนั่งแล้ว. เถโรปิ อิตเร สญฺญี ภิกขุ นิรันดโร โอวาทิ. เต ตสฺโสวาเท ฐุตวา อุปกฏฺฐาย ปวารณาย สพฺเพว สห ปฏิสัมภิทาหิ อรหตฺตํ ปาปุณฺนิสสุ. แปลความว่า แม้พระเถระก็กล่าวสอนพวกภิกษุ ๖๐ รูปนอกนี้อยู่ตลอด พวกเขาดังอยู่ในโอวาทของท่าน เมื่อใกล้วันปวารณา ทุกๆ รูป ก็บรรลุอรหัตผลพร้อมด้วยปฏิสัมภิทา^{๑๙}

อาจจะมีบางคนกล่าวว่า การปฏิบัติของท่านนั้นเป็นอัตตกิลมณานุโยค คือการทรมานตนให้ลำบากจนทำให้ดวงตาของท่านต้องบอด ในเรื่องไม่เป็นความจริงอย่างนั้น การที่ดวงตาของท่านบอดก็เพราะว่าเกิดจากกรรมในอดีตของท่าน กล่าวกันว่าในอดีตชาติท่านพระจักขุปาลได้เคยเป็นหมอรักษาดวงตาท่านได้รักษาดวงตาให้หญิงคนหนึ่งซึ่งบอดมานานหญิงคนนั้นได้ทำสัญญาไว้กับท่านว่าถ้ารักษาดวงตาหายจะยอมเป็นคนรับใช้ตลอดชีวิต ท่านพระจักขุปาลจึงรักษาดวงตาหายมองเห็นดีแต่หญิงคนนั้นกลับบอกว่าดวงตาของนางมองเห็นและปวดมากกว่าเดิมเพราะกลัว

^{๑๘} ชุ.ธ.อ. (ไทย) ๑/๑๒-๑๓.

^{๑๙} โครงการปริวรรตอักษรขอมและอักษรโบราณท้องถิ่นชำระและแปลพระคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา เป็นภาษาไทย, ธรรมบทและธัมมปทัฏฐกถา (บาลี-ไทย) ภาค ๑, ฉบับภูมิพโลภิกขุ, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มูลนิธิภูมิพโลภิกขุ, ๒๕๕๑), หน้า ๒๕-๒๗.

ว่าจะได้เป็นคนใช้ตลอดชีวิต ท่านพระจักษุบาลทราบว่ายาคณนี้ลวงเรา เราจะปรุงยาหยอดตาให้นางตาบอดไปตลอดชีวิตจึงได้ปรุงยาหยอดตาให้นางอีกทำให้ดวงตาของหญิงนั้นบอดดังเดิม ด้วยผลกรรมนั้นในชาตินี้จักขุของท่านพระจักษุบาลจึงบอด

คำว่า อัตตกิลมณญโยค หมายถึงการประกอบตนให้ลำบากด้วยการทรมานตนเองด้วยวิธีต่างๆ เหมือนกับนักบวชนอกศาสนาประพฤติกินอยู่เช่น การนอนบนหนามแหลม เป็นต้น

การปฏิบัติเนสัชชิกังธุดงค์วัตรมีพระมหาสาวกในอดีตกาลคือ พระอนรุทธะ พบว่าพระอนรุทธะเป็นปราชญ์ไม่มีอาสวะ กลับจากบิณฑบาตแล้วเที่ยวแสวงหาผ้าบังสุกุลแต่ผู้เดียวไม่มีเพื่อน อนรุทธะผู้เป็นปราชญ์มีปัญญาไม่มีอาสวะเที่ยวเลือกหาผ้าบังสุกุล ครั้นได้แล้ว ชัก ย่อมเองแล้วนั่งห่ม ฯลฯ เราได้รู้ทั่วถึงธรรมของพระองค์ ยินดีอยู่ในคำสอนของพระองค์ บรรลุวิชา ๓ ได้ทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้ว ตั้งแต่เวลาที่เราก่อการไม่นอนเป็นวัตรตลอด ๕๕ ปี กำจัดความวุ่นเหิงหาวนอนได้ มาเป็นเวลา ๒๕ ปี^{๒๐}

ประวัติผู้แต่งพระคัมภีร์วิสุทธิมรรคและอธิบายธุดงค์ตัวอย่างละเอียด

พระพุทธโฆษาจารย์ หรือ พระพุทธโฆชะเถระ เป็นชาวชมพูทวีปคือประเทศอินเดียตอนเหนือ มีชีวิตอยู่ในราวพุทธศักราช ๙๔๕ ถึง ๑,๐๐๐ ปี เกิดในตระกูลพราหมณ์ที่ตำบลพุทศยา แคว้นมคธ ใกล้กับสถานที่ตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า มีนามว่า โฆชะ ก่อนเข้ามาบวชในพระพุทธศาสนาท่านได้ศึกษาศิลปศาสตร์ทั้งปวง เรียนจบไตรเพท ได้ท่องเที่ยวไปในที่ต่างๆ ในชมพูทวีป ถกเถียงโต้ตอบปัญหาเกี่ยวกับสมณะและพราหมณ์ทั้งหลาย ปรากฏว่ามีสติปัญญามาก สมณะพราหมณ์บัณฑิตอื่นๆ มิสามารถกล่าวแก้ปัญหของพราหมณ์หนุ่มนี้ได้ แต่พราหมณ์หนุ่มนี้สามารถแก้ปัญหที่สำนักพราหมณ์บัณฑิตอื่นถามได้ ดังนั้น พราหมณ์หนุ่มจึงมีชื่อเสียงกึกก้องครอบงำไปตลอดสกลชมพูทวีป ครั้งหนึ่งพราหมณ์หนุ่มเดินทางมาถึงวัดแห่งหนึ่งที่พุทศยา ได้รู้จักกับพระเวตะเถระผู้เป็นพระมหาชีนาสพบรรลุปุทธิสัมภิตา โดยบังเอิญ กล่าวคือ วันหนึ่งพราหมณ์หนุ่มได้สังวรียายมนต์ในคัมภีร์ปถุชลีอย่างถูกต้องไพเราะจับใจอยู่ตลอดคืน พระเถระได้ยินเสียงพราหมณ์นั้นสังวรียายอยู่ก็รู้ว่าเป็นผู้มีสติปัญญามากจึงเรียกพราหมณ์หนุ่มนั้นมาหาได้สนทนากัน พราหมณ์หนุ่มได้ถามปัญหาต่างๆ ในคัมภีร์ไตรเพทที่มีแง่เงื่อนซึ่งตนเองยังมีความสงสัย ไม่เห็นนัยกะพระเถระ พระเถระก็ตอบอธิบายได้หมด ครั้นแล้วพระเถระจึงถามปัญหาในพระอภิธรรมบ้าง พราหมณ์หนุ่มตอบไม่ได้ จึงถามว่านี่ชื่อว่าอะไร พระเถระตอบว่า ชื่อพุทมนต์ จึงขอเรียนพุทมนต์ พระเถระตอบว่า เรียนได้เฉพาะผู้บวชเท่านั้น พราหมณ์หนุ่มต้องการเรียนพุทมนต์ จึงได้บรรพชาอุปสมบทในพระพุทธศาสนาได้เล่าเรียนพระพุทธวจนะคือพระไตรปิฎกได้ปรากฏชื่อว่าพระพุทธโฆชะ

^{๒๐} พุ.เถร. (ไทย) ๒๖/๘๙๒-๙๐๔/๔๘๖-๔๘๘.

เมื่อพระพุทธโฆษาอยู่ที่วัดที่ตำบลพุทธคยานั้น ได้รจนาประกรณชื่อว่า ญาโณทัย ไว้ในวัดแล้วเริ่มรจนาคัมภีร์อรรถกถาชื่อว่า อัญญาสาลินี ซึ่งเป็นอรรถกถาพระคัมภีร์ธรรมสังคณีปรกณและคัมภีร์ปริตตัฎฐกถา คือ อรรถกถาพระไตรปิฎกฉบับย่อ พระเวรตะมหาระได้เห็นอรรถกถาที่ท่านได้รจนาแล้วจึงแนะนำท่านว่า ในชมพูทวีปมีแต่บาลีพระไตรปิฎกเท่านั้นไม่มีอรรถกถาของภาษาบาลีพระไตรปิฎกอยู่เลย แต่ในลังกาทวีปมีอยู่ รจนาไว้เป็นภาษาสิงหพ ขอให้พระพุทธโฆษาไปลังกาทวีปตรวจสอบดูอรรถกถาเหล่านี้ แล้วแปลกลับมาเป็นภาษามคธ จะได้เป็นประโยชน์แก่อุคโลกทั้งปวง เมื่อพระเถระได้แนะนำอย่างนั้นแล้ว ท่านพระพุทธโฆษาก็มีปิติโสมนัสกราบลาพระอุปัชฌายะและพระภิกษุสงฆ์ แล้วเดินทางไปลังกาทวีปทางเรือได้พบพระพุทธทัตตะเถระกำลังสวนทางมา ณ ท่ามกลางมหาสมุทร ได้สนทนากันเกี่ยวกับเรื่องแปลพระคัมภีร์เป็นภาษามคธแล้วได้เดินทางต่อไปจนถึงท่าเรือในลังกา ระยะเวลาที่อยู่นั้นอยู่ในสมัยของกษัตริย์ลังกา ทรงพระนามว่า มหามมะ มีนามอื่นอีกว่า สิรินิवासบ้าง สิริกฤษณะบ้าง สิริกฐบ้าง (พ.ศ. ๙๕๒ ถึง ๙๗๔)

เมื่อพระพุทธโฆษาไปถึงลังกา ได้ไปพบกับพระภิกษุสงฆ์ในมหาวิหาร กรุงอนูราธปุระ แล้วได้ไปยังสำนักของพระสังฆปาละ ซึ่งเป็นพระสังฆราชอยู่ในกรุงอนูราธปุระ ณ เมืองมหาปธนะ ได้ฟังอรรถกถาในภาษาสิงหพ และเถรวาทะ ทั้งหมดแล้วมั่นใจว่าเป็นคำอธิบายพระคัมภีร์ตรงตามพระพุทธประสงค์จริงจึงได้ขออนุมัติต่อพระสงฆ์ ขอโอกาสรจนาอรรถกถาพระไตรปิฎกเป็นภาษามคธ

เพื่อจะทดสอบความรู้ความสามารถของพระพุทธโฆษา คณะสงฆ์ลังกาซึ่งมีพระสังฆปาละเป็นประธานได้มอบพระคาถา ๒ พระคาถาให้ท่านรจนา ก่อนที่จะรับอนุญาตให้ตรวจดูพระคัมภีร์ทั้งหมด ท่านจึงรจนาพระคัมภีร์ชื่อ วิสุทฺธิมรรค ขึ้น รจนาได้ดีมากจนพระสงฆ์ลังกายอมรับความเชี่ยวชาญของท่าน ตามประวัติได้เล่าว่าเมื่อจะประกาศความเชี่ยวชาญของพระพุทธโฆษานั้น ให้ปรากฏเทวดาได้บันดาลให้คัมภีร์ที่รจนาหายไปท่านพระพุทธโฆษาก็ได้รจนาขึ้นใหม่อีก เทวดาก็บันดาลให้หายไปอีก ท่านก็รจนาขึ้นอีกถึง ๓ ครั้ง ครั้นแล้วเทวดาก็ถวายคัมภีร์ที่รจนาขึ้นทั้งสองคัมภีร์คืนท่าน เวลานั้นจึงได้มีคัมภีร์พระวิสุทฺธิมรรคเป็น ๓ คัมภีร์ พระพุทธโฆษาก็ได้นำคัมภีร์ทั้ง ๓ จบนั้น ถวายแด่พระภิกษุสงฆ์พระภิกษุสงฆ์ได้อ่านทั้งสามคัมภีร์ สอบทานกันแล้วมิได้มีความแตกต่างกันทั้งโดยพระคัมภีร์ หรือโดยอักขระ หรือโดยบท หรือโดยพยัญชนะ หรือโดยอรรถ หรือโดยเบื้องต้นเบื้องปลายหรือโดยเถรวาทะหรือโดยพระบาลี ทั้งหลายสักแห่งหนึ่งเลย ทั้ง ๓ ฉบับเหมือนกัน เป็นการแสดงความสามารถอย่างยอดเยี่ยมของท่าน เทวดาทั้งหลายได้สาธุการ พระสงฆ์ประมาณ ๑,๐๐๐ รูป ประชุมกันในมหาวิหารได้เห็นความมหัศจรรย์พากันยินดีชื่นชมโสมนัสสาธุการประกาศว่า ท่านองค์นี้เป็นพระเมตไตรยโพธิสัตว์แน่นอน และได้ขออนุมัติให้ท่านแปลคัมภีร์จากภาษาสิงหพเป็นภาษามคธได้

พระวิสสุทธิมรรคบาลีฉบับอักษรไทย

คัมภีร์วิสสุทธิมรรคที่ศึกษากันอยู่ในปัจจุบัน ก่อนหน้านี้เป็นภาษาขอมและเพื่อความเข้าใจอ่านง่ายจึงได้แปลจากอักษรขอมมาเป็นอักษรไทย ดังที่มีข้อความปรากฏในวิสสุทธิมรรค บาลี-ไทย ภาค ๑ ฉบับภูมิพลโลกิขุว่า เดิมก็เป็นทีที่ทราบกันอยู่แล้วว่าพระคัมภีร์พระพุทธศาสนานั้นอยู่ในใบลานจารด้วยอักษรขอม พระคัมภีร์วิสสุทธิมรรคนี้ก็เช่นเดียวกัน ได้มีการปริวรรตจากอักษรขอมมาเป็นอักษรไทยและตีพิมพ์เป็นเล่มสมุดเมื่อปี พ. ศ. ๒๔๖๕ โดยเจ้าประคุณสมเด็จพระวันรัต (เขมจารีมหาเถระ) อธิบดีสงฆ์วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ แต่ครั้งดำรงสมณศักดิ์ที่ พระธรรมไตรโลกาจารย์ เป็นผู้ชำระปรากฏในคำอุทิศที่แต่งไว้เป็นภาษาบาลีว่า สมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอ พระองค์เจ้ากิติยากรวรลักษณ กรมพระจันทบุรีนฤนาถ เมื่อมีพระชนมายุ ๔๘ พรรษา ได้ทรงมีพระประสงค์จะทรงบำเพ็ญพระกุศล โปรดให้พระธรรมไตรโลกาจารย์ (เฮง เขมจารีมหาเถระ) ชำระพระคัมภีร์วิสสุทธิมรรค แล้วให้พิมพ์ไว้ให้เป็นประโยชน์แก่พระพุทธศาสนา อุทิศถวายพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาจุฬาลงกรณ์ พระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๕ ในพระคัมภีร์ได้บอกนามผู้ชำระครั้งแรกไว้เป็นภาษาบาลีว่า “เขมจาริตตเถเรน ธมมติลเกน มหาธาตุวิหารวาสิณา” ซึ่งแปลว่า พระเถระเขมจารีดำรงสมณศักดิ์ที่พระธรรมดิลกวัตตมหาธาตุได้ชำระ ทำให้ข้าพเจ้า (สิริ เพ็ชรไชย) สงสัยว่าเจ้าประคุณสมเด็จพระวันรัต (เขมจารีมหาเถระ) ทำไมจึงใช้ภาษาบาลีในสมณศักดิ์ของท่านเช่นนั้น เพราะเจ้าประคุณสมเด็จพระวันรัตไม่เคยดำรงสมณศักดิ์ที่พระธรรมดิลก และข้าพเจ้าเป็นศิษย์รุ่นสุดท้ายของเจ้าประคุณสมเด็จพระวันรัต ได้กราบนมัสการถามท่าน ได้รับคำตอบว่า สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรสทรง แนะนำให้ใช้เช่นนั้น เพราะถ้าจะใช้ว่า ธมมติลโลกาจารย์ เกรงว่าจะเป็นชื่อพระพุทธเจ้าไป และตำแหน่งพระธรรมดิลก ชื่อสมณศักดิ์ก็ยังไม่ดีด้วยข้าพเจ้าจึงแนะนำไว้เพื่อไม่ให้ เป็นที่สงสัยของคนข้างสงสัยต่อไป^{๒๑}

๒.๒ ความหมายของรุดงควัตร

ความหมายของรุดงควัตรตามรากศัพท์และพจนานุกรม

คำว่า รุด รุด หมายถึง กำจัด, ขจัด, ขัดเกลา, ไหว, ห้วนไหว, สั่น, สะบัด, กระดิก, ธุ วิจุนนกมปเนสุ, โต. ศัพท์หลังที่ชะหรือตั้ง ธุ วิจุนเน.

^{๒๑} อ้างใน กรมศาสนาและกระทรวงศึกษาธิการ, วิสสุทธิมรรค (บาลี-ไทย) ภาค ๑ ฉบับ ภูมิพลโลกิขุ, ที่ระลึกงานพระราชพิธีฉลองสิริราชสมบัติ ครบ ๕๐ ปี ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราชพุทธศักราช ๒๕๓๙, พิมพ์ครั้งที่ ๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ภูมิพลโลกิขุ, ๒๕๓๙), หน้า ๒๔-๓๒.

ธุด ภาวะอันขจัดซึ่งธรรมอันเป็นอกุศล อกุศลธมเม ธุนาตีติ ธูโต. ธู วิธุนเน, โต. ธุดงค ธุดงค องค์อันเป็นเครื่องกำจัดซึ่งธรรมอันเป็นอกุศล, องค์เป็นเครื่องกำจัดกิเลส, ธุดงค์ ชื่อวัตรปฏิบัติพิเศษของภิกษุมี ๑๓ ข้อ^{๒๒}

ความหมายของธุดงควัตรตามพจนานุกรม

คำว่า ธุดงค, ธุดงค์ น. องค์ประกอบเครื่องกำจัดกิเลส, ชื่อวัตรปฏิบัติอย่างเคร่งครัดของภิกษุซึ่งเป็นเครื่องกำจัดกิเลส มี ๑๓ อย่าง เช่น การอยู่ในป่า การอยู่โคนไม้. (ป.ธุดงค). ธุดงควัตร [ทุดงคะวัด] น. กิจอันภิกษุผู้ถือธุดงค์ควรทำ. ธุดงคสมาทาน [ทุดงคะสะมาทาน] น. การถือธุดงค์.^{๒๓}

- ธุดสส ภิกขุโน องคนติ ธุดงคํ องค์แห่งภิกษุผู้กำจัด (ธุด + องค์)
- กิเลสธุนนโต ธุนนติ ลทฺธโวหารํ ญาณํ องค์ เอตสสาติ ธุดงคํ ข้อปฏิบัติที่มีญาณอันได้นามว่าธุดะ เพราะเป็นเครื่องกำจัดกิเลส เป็นองค์ (ธุด + องค์)
- ธุดํ จ ตํ ปฏิปทฺขานํ ธุนนโต องค์คุณจ ปฏิปัตติยาติ ธุดงคํ เป็นผู้กำจัดปฏิบัติภพธรรม และเป็นองค์แห่งการปฏิบัติด้วย (ธุด + องค์)^{๒๔}

ความหมายของธุดงควัตรตามคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ฎีกาเทวปุตตสังยุต ท่านกล่าวอธิบายไว้ว่า ก็ธรรมคือธุดงค์ ชื่อว่า ตบะ เพราะเผาผลาญ ความละโมภ ด้วยอำนาจแห่งตัณหา ในหมวดธาดุมมี จุร ธาตุเป็นต้น ทานกล่าวว่า ศील ชื่อว่า ตบะ ในบทว่า ตโป นี เพราะอรรถว่า ยังอกุศลกรรมทั้งหลายให้เร่าร้อน^{๒๕}

ความหมายของธุดงค์ตามทัศนะของนักปราชญ์

สมเด็จพระมหาสมณเจ้ากรมพระยาวชิรญาณวโรรส ให้ความหมายของธุดงค์ ว่า ธุดงค์เป็นจริยาวัตรพิเศษอย่างหนึ่ง ตามแต่ใครจะสมัครถือ ไม่ใช่กิจจำเป็น บัญญัติขึ้นด้วยหมายจะให้เป็นอุบายขัดเกลากิเลส และเป็นไปเพื่อความมักน้อยสันโดษ^{๒๖}

^{๒๒} พันตรี ป. หลงสมบุญ, พจนานุกรม มคอ-ไทย, (ม.ป.ท., ม.ป.ป.), หน้า ๓๖๘.

^{๒๓} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน, เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๗ รอบ, ๕ ธันวาคม ๒๕๕๔, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ที่บริษัทศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์ จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๖๐๑.

^{๒๔} พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช) ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต, พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธศาสน์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เสียงเสียง, ๒๕๕๘), หน้า ๔๕๔.

^{๒๕} ขุ.ชา.อ. (ไทย) ๘/๒๒๓.

^{๒๖} สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส, ธรรมวิภาค ปริเฉทที่ ๒, พิมพ์ครั้งที่ ๓๔, (กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๗), หน้า ๙๗.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) กล่าวว่า ธุดงค์ แปลว่า ข้อปฏิบัติ เพื่อสกัด ลด ละ กิเลส และเพื่อเป็นอุบายช่วยในการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ ไม่ต่างพร้อย อันเป็น พื้นฐานที่จะรับรองการเจริญสมาธิและปัญญา^{๒๗}

พุทธทาสภิกขุ กล่าวว่า คำว่า ธุดงค์ หรือ ธุดงค์วัตร แปลว่า ข้อปฏิบัติอันเป็นเครื่อง ขจัดความมกมาก ย่อมมีความมุ่งหมายในอานิสงส์ ๒ ประการ โดยเจาะจง คือ ความไม่ยุ่งยาก ลำบากและความไม่ส่งเสริมกิเลส^{๒๘}

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต) ให้ความหมายธุดงค์ว่า ธุดงค์ คือ องค์คุณเครื่องกำจัด กิเลส, ข้อปฏิบัติเข้มงวด ที่สมครใจสมาทานประพตติประจำตัว ช่วงระยะเวลาสั้นหรือยาว หรือแม้ ตลอดชีวิตก็ได้ เป็นอุบายขัดเกลากิเลส ส่งเสริมความมกน้อยสันโดษ เป็นต้น^{๒๙}

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช ป.ธ.๙, ราชบัณฑิต) กล่าวว่า ธุดงค์ แปลว่า องค์ คุณเป็นเครื่องกำจัดกิเลส องค์คุณของผู้กำจัดกิเลส ธุดงค์เป็นวัตรปฏิบัติที่พระพุทธเจ้าทรงอนุญาต ไว้ แต่ไม่มีการบังคับ แล้วแต่ผู้ใดจะสมครใจปฏิบัติ เป็นอุบายวิธีกำจัดขัดเกลากิเลส ทำให้เกิดความ มกน้อยสันโดษยิ่งขึ้น ไม่สะสม เพื่อให้เบาสบายไปมาได้สะดวกด้วยไม่มีภาระมาก เหมือนนกที่มี เพียงปีกบินไปฉะนั้น มิใช่เพื่อสะสม หรือเพื่อลาภสักการะและชื่อเสียง^{๓๐}

กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ ธุดงค์ แปลว่า องค์แห่งธุดะ หมายถึงองค์แห่ง บุคคลผู้มีกิเลสอันกำจัดแล้วอย่าง ๑ หมายถึงธรรมเป็นเครื่องกำจัดกิเลสอย่าง ๑^{๓๑}

มหาวิทยาลัย ชาญบาลี ให้ความหมายว่า เจตนาเป็นความดำริจะสมาทานใด เจตนาคือ ความดำริสมาทานนั้นนั่นแล ชื่อว่า ธุดงค์ คือ เป็นเหตุอันขจัดกิเลส^{๓๒}

^{๒๗} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.), ความรู้เรื่องธุดงค์, (ม.ป.ท., ม.ป.ป.), หน้า ๑.

^{๒๘} กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ, คำสอนผู้บวชพรรษาเดียว ฉบับสมบูรณ์ของพุทธทาส, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๗), หน้า ๙๒.

^{๒๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๒๔, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิตธรรม ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์แพรวแอนดโฮม จำกัด, ๒๕๕๘), หน้า ๑๕๔.

^{๓๐} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), คำวัด ๓, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เสียงเสียง, ๒๕๔๕), หน้า ๕๑.

^{๓๑} กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ, ธรรมวิภาคบรรยาย สำหรับนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นโท, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๒), หน้า ๒๘๑.

^{๓๒} มหาวิทยาลัย ชาญบาลี, คัมภีร์พระวิสุทธิมรรค เล่มเดียวจบ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ธรรมบรรณาการ, ๒๕๖๖), หน้า ๒๓๗.

๒.๓ ความสำคัญของรุดงค์

อันว่ารุดงค์นี้มีความสำคัญเป็นอย่างมากในเมื่อผู้ที่มีความประสงค์จะขัดเกลากิเลส ตัณหาที่มีอยู่ภายในจิตใจของตนแล้วพึงสมათานรุดงค์ต่อไป ทั้งนี้เพื่อจะทำคุณทั้งหลายมีความเป็นผู้มีกน้อยและความสันโดษการปรารภความเพียรและความเป็นผู้เลี้ยงง่ายก็จักเป็นสิ่งที่บริสุทธิ์ ด้วยดี กับทั้งพรตทั้งหลายของเราก็จักสมบูรณ์ด้วยและยังได้ชื่อว่าเป็นผู้ปฏิบัติตนอยู่ในอริยวงศ์ ได้แก่ ความสันโดษในจีวร ความสันโดษในบิณฑบาต ความสันโดษในเสนาสนะตามมีตามได้และเป็นผู้มีความยินดีในการปรารภความเพียร ฉะนั้น รุดงค์ทั้ง ๑๓ ประการจึงมีความสำคัญต่อผู้มุ่งความหมดจดแห่งตน

๒.๔ รุดงค์วัตร ๑๓ ประการ

ในหนังสือวิสุทธิมรรค ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พุทธศักราช ๒๕๕๕ ได้แสดงไว้เกี่ยวกับรุดงค์ทั้ง ๑๓ ประการดังนี้

๑. องค์แห่งภิกษุผู้มีการทรงไว้ซึ่งผ้าบังสุกุลเป็นปกติ (ปัสสุกลิงค์)
๒. องค์แห่งภิกษุผู้มีการทรงไว้ซึ่งไตรจีวรเป็นปกติ (เตจีวรลิงค์)
๓. องค์แห่งภิกษุผู้มีการเที่ยวไปบิณฑบาตเป็นปกติ (ปิณฑบาตลิงค์)
๔. องค์แห่งภิกษุผู้มีการเที่ยวไปตามลำดับเรือนเป็นปกติ (สพทานจารลิงค์)
๕. องค์แห่งภิกษุผู้มีการฉัน ณ อาสนะเดียวเป็นปกติ (เอกาสนลิงค์)
๖. องค์แห่งภิกษุผู้มีการถือเอาก้อนข้าวในบาตรเป็นปกติ (ปัตตปิณฑลิงค์)
๗. องค์แห่งภิกษุผู้มีการฉันปัจฉาภัตเป็นปกติ (ขลุปัจฉาภัตลิงค์)
๘. องค์แห่งภิกษุผู้มีการอยู่ในป่าเป็นปกติ (อารณญลิงค์)
๙. องค์แห่งภิกษุผู้มีการอยู่ที่โคนไม้เป็นปกติ (รุกขมูลลิงค์)
๑๐. องค์แห่งภิกษุผู้มีการอยู่ในที่กลางแจ้งเป็นปกติ (อพโภกาสลิงค์)
๑๑. องค์แห่งภิกษุผู้มีการอยู่ในป่าช้าเป็นปกติ (โสสานลิงค์)
๑๒. องค์แห่งภิกษุผู้มีการอยู่ในเสนาสนะตามที่จัดปูลาดไว้เป็นปกติ (ยถาสนถลิงค์)
๑๓. องค์แห่งภิกษุผู้มีการอยู่ด้วยการนั่งเป็นปกติ (เนสขชลิงค์)

๒.๕ ลักษณะของรุดงค์

ลักษณะของรุดงค์ว่า โดยลักษณะของรุดงค์ ก็รุดงค์เหล่านี้ทั้งหมดทีเดียว มีเจตนาเครื่องสมათานเป็นลักษณะ สมจริงแม้ดังคำที่ท่านกล่าวได้ดังนี้ว่า “ผู้สมათานได้แก่บุคคล ธรรมเป็นเครื่องสมათานได้แก่จิตและเจตสิก เจตนาเป็นเครื่องสมათานได้แก่รุดงค์ สิ่งที่ทำไม่ได้แก่วัตถุ” อนึ่งรุดงค์ทั้งหมดทุกข้อเลยทีเดียวมีการกำจัดความละโมภเป็นกิจ มีความไม่มีความละโมภเป็นผล

มีอริยธรรมมีความมกน้อยเป็นต้นเป็นเหตุใกล้ บัณฑิตพึงทราบวินิจฉัยในลักษณะธุดงค์เหล่านี้ด้วย
ประการดังนี้^{๓๓}

๒.๖ การสมาทานธุดงค์

การสมาทานธุดงค์ บัณฑิตพึงทราบคำวินิจฉัยดังต่อไปนี้ ธุดงค์ทั้งหมดเหมือนกัน เมื่อ
พระผู้มีพระภาคยังทรงพระชนม์อยู่ก็พึงสมาทานในสำนักของพระผู้มีพระภาค เมื่อพระองค์เสด็จ
ปรินิพพานแล้วก็ควรสมาทานในสำนักของพระมหาสาวก เมื่อพระมหาสาวกนั้นไม่มี ควรสมาทาน
ในสำนักของพระชีนาสพ พระอนาคามี พระสกทาคามี พระโสดาบัน ภิกษุผู้ทรงพระไตรปิฎก ภิกษุ
ผู้ทรงเอกปิฎก ภิกษุผู้ทรงสังคีติกะ พระอรรคถาจารย์ เมื่อพระอรรคถาจารย์นั้นไม่มี พึง
สมาทานในสำนักของท่านผู้ทรงธุดงค์ เมื่อท่านผู้ทรงธุดงค์นั้นไม่มี พึงกวาดลานพระเจดีย์แล้วนั่ง
กระโหยงกล่าวสมาทานเหมือนกล่าวสมาทานในสำนักของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเถิด อีกอย่างหนึ่ง
แม้จะสมาทานด้วยตนเองก็สมควร ก็ในการสมาทานด้วยตนเองนี้ ควรกล่าวเรื่องความมกน้อยใน
ธุดงค์ของพระเถระผู้พี่ ในบรรดาพระเถระผู้เป็นพี่น้อง ๒ รูปที่เจติยบรรพตนี้เป็นถ้อยแถลง
โดยทั่วไปก่อน^{๓๔}

๑. ปังสุกุลิกังคธุดงค์ (ปังสุกุลิกงค) ย่อมเป็นอันภิกษุสมาทานเอาแล้วด้วยคำทั้ง ๒ นี้
คำใดคำหนึ่ง ว่า ข้าพเจ้างดจิวรที่คหบดีถวาย สามทานองค์แห่งภิกษุผู้มีอันทรงผ้าบังสุกุลเป็นปกติ
(คหบดีจิวร ปฏิภุชิปามิ, ปังสุกุลิกงค สมายิยามิ)

๒. เตจิวริกังคธุดงค์ (เตจิวริกงค) ย่อมเป็นอันภิกษุสมาทานเอาแล้วด้วยคำทั้ง ๒ นี้คำ
ใดคำหนึ่ง ข้าพเจ้าห้ามจิวรผืนที่ ๔ สามทานองค์แห่งภิกษุผู้มีการทรงไตรจีวรเป็นปกติ (จตุตถจิวร
ปฏิภุชิปามิ, เตจิวริกงค สมายิยามิ)

๓. ปิณฑปาติกังคธุดงค์ (ปิณฑปาติกงค) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำทั้ง ๒
นี้ คำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้าห้ามอติเรกลาภ สามทานองค์แห่งภิกษุผู้มีการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร
(อติเรกลาภ ปฏิภุชิปามิ, ปิณฑปาติกงค สมายิยามิ)

๔. สปัตถจาริกังคธุดงค์ (สปัตถจาริกงค) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ
ทั้ง ๒ นี้ คำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดเว้นการเที่ยวไปด้วยอำนาจความละโมภ สามทานองค์แห่งภิกษุ
ผู้เที่ยวไปตามลำดับเรือนเป็นปกติ (โลลุปจาร ปฏิภุชิปามิ, สปัตถจาริกงค สมายิยามิ)

๕. เอกาสนิกังคธุดงค์ (เอกาสนิกงค) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้ว ด้วยคำ ๒ คำนี้
คำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดการฉัน ณ อาสนะต่างๆ สามทานองค์แห่งภิกษุผู้มีการฉัน ณ อาสนะ
เดียวเป็นปกติ (นानาสนโภชน ปฏิภุชิปามิ, เอกาสนิกงค สมายิยามิ)

^{๓๓} พระพุทธโฆสเถร รจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค ภาษาไทย ภาค ๑, ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งแรก, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๘๗-๘๘.

^{๓๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๘๘.

๖. ปัตตปิณฑิกังคฤตงค์ (ปัตตปิณฑิกงคัมปิ) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ ๒ คำนี้ในคำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดภาชนะที่ ๒ สมาทานองค์แห่งภิกษุผู้ฉันก่อนข้าวในบาตรเป็นปกติ (ทุติยภาชนํ ปฏิภุจิปามิ, ปัตตปิณฑิกงคํ สมาทियามิ)

๗. ขลุปัจฉาภัตติกังคฤตงค์ (ขลุปัจฉาภัตติกงคัมปิ) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ ๒ คำนี้ในคำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดภาชนะที่เหลือเพื่อเสีย สมาทานองค์แห่งภิกษุผู้ฉันภัตรในภายหลังเป็นปกติ (อติริตตโมชนํ ปฏิภุจิปามิ, ขลุปัจฉาภัตติกงคํ สมาทियามิ)

๘. อารัญญิกังคฤตงค์ (อารัญญิกงคัมปิ) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ ๒ คำนี้ในคำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดเสนาสนะชายบ้าน สมาทานองค์แห่งภิกษุผู้อยู่ป่าเป็นปกติ (คามนตเสนาสนํ ปฏิภุจิปามิ, อารัญญิกงคํ สมาทियามิ)

๙. รุกขมูลิกังคฤตงค์ (รุกขมูลิกงคัมปิ) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ ๒ คำนี้ในคำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดที่มุงบัง สมาทานองค์แห่งภิกษุผู้อยู่โคนไม้เป็นวัตร (ฉนณํ ปฏิภุจิปามิ, รุกขมูลิกงคํ สมาทियามิ)

๑๐. อพโภกาสิกังคฤตงค์ (อพโภกาสิกงคัมปิ) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ ๒ คำนี้ในคำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดที่มุงบังและโคนไม้ สมาทานองค์แห่งภิกษุผู้อยู่กลางแจ้งเป็นปกติ (ฉนณญจ รุกขมุลญจ ปฏิภุจิปามิ, อพโภกาสิกงคํ สมาทियามิ)

๑๑. โสสานิกังคฤตงค์ (โสสานิกงคัมปิ) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ ๒ คำนี้ในคำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดที่มีใช้ป่าช้า สมาทานองค์แห่งภิกษุผู้อยู่ป่าช้าเป็นปกติ (น สุสานํ ปฏิภุจิปามิ, โสสานิกงคํ สมาทियามิ)

๑๒. ยถาสันถติกังคฤตงค์ (ยถาสันถติกงคัมปิ) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ ๒ คำนี้ในคำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดความละโมภในเสนาสนะ สมาทานองค์แห่งภิกษุผู้อยู่ในเสนาสนะตามที่เขาจัดตั้งไว้เป็นปกติ (เสนาสนโลลุปป์ ปฏิภุจิปามิ, ยถาสันถติกงคํ สมาทियามิ)

๑๓. เนสัชชิกังคฤตงค์ (เนสัชชิกงคัมปิ) ก็เป็นอันภิกษุสมาทานแล้วด้วยคำ ๒ คำนี้ในคำใดคำหนึ่งว่า ข้าพเจ้างดการนอน สมาทานองค์แห่งภิกษุผู้อยู่ด้วยการนั่งเป็นปกติ (เสยยํ ปฏิภุจิปามิ, เนสัชชิกงคํ สมาทियามิ)

๒.๗ วิธีการปฏิบัติธุดงค์

วิธีการปฏิบัติธุดงค์วัตรแห่งภิกษุผู้ถือผ้าบังสุกุลมีดังนี้ คือ เมื่อได้สมาทานเอาธุดงค์อย่างนี้แล้วพึงเอาผ้าชนิดใดชนิดหนึ่งในบรรดาผ้า ๒๓ ชนิดเหล่านี้คือ โสสานิกะ ได้แก่ผ้าที่ตกอยู่ในป่าช้า, ปาปนิกะ ได้แก่ผ้าที่ตกอยู่ในตลาด, รถียโจหะ ได้แก่เศษผ้าที่พวกคนที่ต้องการบุญทิ้งลงที่โรงรถทางช่องหน้าต่าง, สังการโจหะ ได้แก่เศษผ้าที่เข้าทิ้งไว้กองขยะ, โสถถียะ ได้แก่ผ้าเช็ดมลทินครรรค์แล้วทิ้งไว้, นหานโจหะ ได้แก่ผ้าทั้งหลายที่พวกหมอผีให้อาบน้ำมนต์แล้วทิ้งไว้, ติตถโจหะ ได้แก่ท่อนผ้าเก่าที่เขาทิ้งไว้ที่ท่าอาบน้ำ, คตปัจจาคตะ ได้แก่ผ้าที่คนเขาไปป่าช้าแล้วกลับมาอาบน้ำแล้วทิ้งไว้, อัคคิทัตตะ ได้แก่ผ้าที่ถูกไฟไหม้บางส่วน, ผ้าที่ถูกโคกัด, ธชาหญะ ได้แก่ผ้าที่ชน

ทั้งหลายเมื่อจะลงเรือผูกธงไว้แล้วจึงลงเมื่อลับสายตาของคนเหล่านั้นไป ภิกษุจะถือเอาผ้านั้นก็สมควร แม้ผ้าที่ผูกเป็นธงไว้ในสนามรบเวลาทหารทั้ง ๒ ฝ่ายไปแล้วภิกษุจะถือเอาผ้านั้นก็ควร, อุบาสวรระ ได้แก่ผ้าที่เขาห่มจอมปลวกทำพิธีกรรม, สมณะจีวร ได้แก่ ผ้าของภิกษุ, อาภิสกิกะ ได้แก่ ผ้าที่เขาทิ้งไว้ในที่ราชภิเชก, อิทธิมยะ ได้แก่จีวรของเอหิภิกขุ, ปันถิกะ ได้แก่ผ้าที่ตกอยู่ตามระหว่างหนทางส่วนผ้าที่ตกลงเพราะพวกเจ้าของหลงลืมสติ ภิกษุพึงรักษาไว้หน่อยหนึ่งแล้วค่อยถือเอาเถิด, วาตะหฐะ ได้แก่ผ้าที่ถูกลมกระแทกพัดให้ตกลงในที่ไกลเมื่อไม่เห็นเจ้าของจะถือเอาผ้านั้นก็ควร, เทวทัตติยะ ได้แก่ผ้าที่พวกเทวดาถวายเหมือนผ้าที่พวกเทวดาถวายแก่พระอนรุทธเถระ, สามภูทิกะ ได้แก่ผ้าที่คลื่นทะเลพัดขึ้นบนฝั่ง เมื่อภิกษุได้ผ้าเหล่านั้นมาแล้ว พึงฉีกส่วนที่ทรพลใช้ไม่ได้ทิ้งเสียเอาส่วนที่ยังแน่นหนาถาวรอยู่มาซักให้สะอาดแล้วทำเป็นจีวร เปลื้องผ้าคหบดีจีวรชุดเก่าออกเสีย แล้วพึงใช้ผ้าชุดบังสุกุลจีวรแทนไปเถิด^{๓๕}

วิธีปฏิบัติในเตจิวริกังครุดงค์ อันภิกษุเตจิวริกะนั้นได้ผ้าสำหรับทำจีวรมาแล้วก็พึงเก็บไว้ได้ตลอดเวลาที่ตนยังไม่อาจจะทำได้ เพราะไม่สบายบ้าง ยังไม่ได้กะบ้าง เครื่องอุปกรณ์มีเพิ่มเป็นต้นอะไรยังไม่พร้อมบ้าง โทษเพราะการเก็บผ้าขึ้นไว้เป็นปัจจัยย่อมไม่มี ก็ตั้งแต่เวลาซ่อมแล้วไป จะเก็บไว้ไม่ควร เธอจะได้ชื่อว่าเป็นรุดงค์โจรไป นี่เป็นวิธีปฏิบัติในเตจิวริกังครุดงค์ก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตรมีดังนี้ คือ ภิกษุผู้มีอันเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตรนั้นไม่พึงยินดีในภัต ๑๔ ประการนี้ คือ สังฆภัต ภัตที่เขาถวายสงฆ์, อุทเทสภัต ภัตที่เขาถวายเจาะจง, นิมนตภัต ภัตที่เขาถวายในที่นิมนต์, สลากภัต ภัตที่เขาถวายตามสลาก, ปักขิกภัต ภัตที่เขาถวายประจำปักข์, อุโปสถิกภัต ภัตที่เขาถวายในวันอุโปสถ, ปาฏิปติกภัต ภัตที่เขาถวายในปาฏิบท (วันขึ้นค่ำหนึ่งหรือแรมค่ำหนึ่ง), อาคันตุกภัต ภัตที่เขาถวายแก่พระอาคันตุกะ, คมิกภัต ภัตที่เขาถวายแก่ภิกษุผู้เตรียมจะเดินทาง, คิลานภัต ภัตที่เขาถวายแก่ภิกษุผู้อพาธ, คิลานุปัฏฐากภัต ภัตที่เขาถวายแก่ภิกษุผู้พยาบาลภิกษุผู้อพาธ, วิหารภัต ภัตที่เขาหุงต้มในวัด, ธูรภัต ภัตที่เขาถวายประจำ, วารกภัต ภัตที่เขาแลกกันถวายโดยวาระ แต่ถ้าภัตเหล่านี้ที่เขาถวายโดยมิได้ระบุชื่อโดยมีนัยอาทิว่า ขอนิมนต์ท่านทั้งหลายรับสังฆภัต แต่ระบุเพียงว่า ขอสงฆ์จงรับภิกษา ณ ที่บ้านของพวกข้าพเจ้า แม้ท่านทั้งหลายก็ขอนิมนต์ไปรับภิกษาด้วย ดังนี้ จะยินดีภัตเหล่านั้นก็สมควรอยู่ สลากภัตที่ไม่มีอาคมสจากสงฆ์ก็ดี ภัตที่อุบาสกอุบาสิกาหุงต้มจัดทำขึ้นในวัดก็ดี สมควรแก่ภิกษุผู้มีอันเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร ว่าด้วยวิธีในบิณฑบาตกิจครุดงค์ก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตไปตามลำดับตรอก มีวิธีปฏิบัติดังนี้ คือ ครั้นไปยืนอยู่ที่ประตูบ้านแล้วต้องกำหนดดูให้รู้ถึงความไม่มีอันตรายก่อน ถนนหรือบ้านใดมีอันตราย จะเที่ยวไปถนน

^{๓๕} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑, หน้า ๘๙-๙๐.

หรือบ้านอื่นโดยข้ามถนนหรือบ้านที่มีอันตรายนั้นไปก็ได้ เมื่อไม่ได้รักษาอะไรๆ ณ ที่ประตูเรือนหรือถนนหรือบ้านใด พึงทำความเข้าใจว่าไม่ใช่บ้านแล้วเลยผ่านไป เมื่อได้รักษาอะไรๆ ณ ที่ใดจะผ่านเลยที่นั่นไปย่อมไม่สมควร อันภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตไปตามลำดับตรอกนี้ต้องเข้าไปบิณฑบาตแต่เช้าๆ หน่อย เพราะเมื่อเข้าไปแต่เช้าๆ อย่างนี้ จึงจะสามารถที่จะผ่านสถานที่อันไม่สะดวกแล้วเที่ยวไป ณ ที่อื่นได้ทันกาล ถ้าคนทั้งหลายให้ท่านอยู่ในวัดของภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตไปตามลำดับตรอกนั้น หรือเขาเดินมาพบในระหว่างทาง เขาจะขอรับเอาบาตรแล้วถวายบิณฑบาตก็สมควร และแม้ภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตตามลำดับตรอกนี้เดินทาง จะพึงเดินเลยบ้านที่ตนไปถึงในเวลาแห่งรักษาการหาได้ไม่ เมื่อไม่ได้รักษาในบ้านนั้น หรือได้เพียงนิดหน่อยก็พึงเดินเที่ยวไปตามลำดับนั้นเถิด ว่าด้วยวิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตตามลำดับตรอกก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้ฉันอาสนะเดียวเป็นวัตร มีดังนี้ คือ เมื่อนั่งในหอน้อยอย่างบนที่นั่งของพระเถระ พึงกำหนดเอาที่นั่งอันสมควรแก่ตนว่า ที่นั่งนี้จักได้แก่อาตมาฉะนี้แล้วจึงนั่งในที่นั้นนั้น ถ้ามีภิกษุผู้เฝ้าอาสนิกนั้นกำลังฉันค้างอยู่ มีอาจารย์หรืออุปัชฌาย์มาถึงเข้า สมควรที่จะลุกขึ้นทำอาจารย์วัตรหรืออุปัชฌาย์วัตร ท่านพระจูฬภิกษุเถระ^{๓๖}ผู้ทรงพระไตรปิฎกได้แสดงมติไว้ว่า “จะพึงรักษาซึ่งที่นั่งหรือโภชนะไว้ ด้วยว่าเฝ้าอาสนิกภิกษุนี้มีการฉันค้างอยู่ เพราะฉะนั้น พึงทำอาจารย์วัตรหรืออุปัชฌาย์วัตรเถิด แต่จงอย่าฉันโภชนะเลย” ว่าด้วยวิธีปฏิบัติแห่งเฝ้าอาสนิกังครุฑงค์นี้มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้ถือการฉันในบาตรเป็นวัตร มีดังนี้ คือ ถึงเวลาจะดื่มข้าวยาคุเมื่อเอาอาหารมาไว้ในภาชนะแล้ว พึงฉันอาหารก่อนหรือจะดื่มข้าวยาคุก่อนก็ได้ ก็ถ้าใส่อาหารลงในข้าวยาคุเมื่ออาหารที่ใส่ลงไปนั้นเป็นปลาเน่าเป็นต้น ข้าวยาคุก็เป็นสิ่งที่น่าเกลียด และควรทำข้าวยาคุให้หายน่าเกลียดเสียก่อนจึงค่อยฉัน เพราะฉะนั้น คำว่า พึงฉันอาหารก่อนก็ได้ นี้ ท่านกล่าวหมายเอาอาการเช่นนั้น ส่วนอาหารใดย่อมไม่เป็นที่น่าเกลียด เช่น น้ำผึ้ง และน้ำตาลกรวด เป็นต้นอาหารนั้นพึงใส่ลงในข้าวยาคุได้ แต่เมื่อจะหยิบเอาอาหารเช่นนั้น ก็พึงหยิบเอาแต่พอสมควรแก่ประมาณเท่านั้น ผักสดจะใช้มือจับกดกินก็ได้ แต่เมื่อไม่ทำดังนี้พึงใส่ลงในบาตรนั้นเที่ยว ส่วนภาชนะอย่างอื่นแม้จะเป็นใบไม้ก็ตามก็ไม่ควรใช้ เพราะได้ปฏิเสธรักษาที่ ๒ ไว้แล้ว^{๓๗} ว่าด้วยวิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้ถือฉันในบาตรก็มีเพียงเท่านี้

^{๓๖} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑, ท่านใช้คำว่า “พระจูฬภิกษุผู้ทรงพระไตรปิฎกได้แสดงมติไว้ว่าอาสนะจะพึงรักษา หรือการฉันจะพึงรักษาก็ตาม แต่ภิกษุนี้เป็นผู้ฉันค้างอยู่ เพราะเหตุนี้ ภิกษุจงทำวัตรเถิด แต่จงอย่าฉันโภชนะเลย”

^{๓๗} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑, ท่านแสดงไว้ว่า “ในเวลาดื่มยาคุเมื่อตนได้กับข้าววางไว้ในภาชนะแล้ว พึงฉันกับข้าวก่อนหรือดื่มยาคุก่อนก็ได้ ก็ถ้าเธอใส่กับลงไปยาคุ เมื่อใส่กับมีปลาร้าเป็นต้นลงไป ยาคุก็จะเป็นของน่าเกลียด ก็การที่ภิกษุจะให้เป็นของไม่น่าเกลียดนั้นแหละแล้วฉันจึงควร เพราะเหตุนี้ ข้าพเจ้าจึงกล่าวคำนี้หมายถึงกับข้าวนั้น ส่วนสิ่งใดเป็นของไม่น่าเกลียด มีน้ำผึ้ง และน้ำตาลกรวดเป็น

ภิกษุผู้ถือห้ามภตอันนำมาถวายเมื่อภายหลังเป็นวัตร มีดังนี้ คือ ครั้นห้ามภชนะเสียแล้ว ไม่พึงให้ทำภชนะให้เป็นกับปิยะ (ให้เป็นของควรฉัน) แล้วฉันอีก^{๓๘} ว่าด้วยวิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้ห้ามภตอันนำมาถวายภายหลังเป็นวัตรก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้ถือการอยู่ป่าเป็นวัตร มีดังนี้ คือ ต้องออกจากเสนาสนะภายในบ้าน^{๓๙}ไปทำให้อรุณตั่งขึ้นในป่า^{๔๐} ในเสนาสนะ ๒ อย่างนั้น คือ บ้าน^{๔๑} พร้อมทั้งอุปัชฌาย์แห่งบ้านนั้นเทียว ชื่อว่าเสนาสนะในบ้าน แม้หากมีหมู่บ้านอยู่ในที่ใกล้กับวัด ภิกษุสามเณรซึ่งอยู่ในวัดก็ดีได้ยินเสียงของชาวบ้านอยู่ แต่ก็ไม่อาจจะเดินทางถึงกันตรงๆ ได้ เพราะมีภูเขาและแม่น้ำเป็นต้นคั่นอยู่ในระหว่างทางใดอันเป็นทางเดินโดยปกติของวัดนั้น แม้หากจะพึงสัญจรไปมาด้วยเรือก็ตามพึงถือเอาเป็น ๕๐๐ ชั่วฤดูด้วยทางนั้น แต่อารัญญิกภิกษุใดปิดกั้นทางเล็กๆ เสีย เพื่อประสงค์ที่จะให้สำเร็จเป็นองค์ของบ้านใกล้วัด อารัญญิกภิกษุนี้อย่อมชื่อว่า โจรธุดงค์ วิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้ถือการอยู่ป่าเป็นวัตรก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้อยู่โคนไม้เป็นวัตร ดังนี้ คือ พึงยึดเอาต้นไม้ที่อยู่สุดเขตวัดโดยละเว้นต้นไม้เหล่านี้เสียคือ ต้นไม้อยู่ระหว่างเขตรัฐสีมา (ระหว่างพรมแดน), ต้นไม้เป็นต้นบถือบูชา (ต้นไม้ที่เป็นเจดีย์^{๔๒}), ต้นไม้มียาง, ต้นไม้มีผล, ต้นไม้มีค้ำคาว, ต้นไม้มีโพรง, และต้นไม้ที่อยู่กลางวัด วิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้ถือการอยู่โคนไม้เป็นวัตรก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้อยู่กลางแจ้งเป็นวัตร มีดังนี้คือ ภิกษุนั้นจะเข้าไปยังโรงอุโบสถเพื่อจะฟังธรรมเทศนาหรือเพื่อจะทำอุโบสถกรรมก็ได้ เมื่อเข้าไปแล้วฝนเกิดตกขึ้นมา ครั้นฝนกำลังตกอยู่ก็ไม่ต้องออก เมื่อฝนหายแล้วจึงค่อยออก จะเข้าไปโรงฉันหรือโรงไฟเพื่อทำกิจวัตรก็ได้จะไปบอกอำลาภัก

ต้น สิ่งนั้นพึงใส่ปนลงไปได้ ก็เมื่อจะรับ ก็ควรรับแต่พอประมาณเท่านั้น จะใช้มือหยิบเอาผักสดฉันก็ควร แต่ไม่ทำเช่นนั้น ก็ต้องใส่ลงในบาตรเท่านั้น เพราะท่านห้ามภชนะที่ ๒ แม้ไปไม้อื่นก็ไม่ควร”.

^{๓๘} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑**, ท่านแสดงข้อความไว้เหมือนกัน.

^{๓๙} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑**, ท่านแสดงมีใจความว่า “ก็อารัญญิกภิกษุนั้นพึงละเสนาสนะชายบ้านแล้วรับอรุณในป่าเกิด”.

^{๔๐} ส่วนป่านั้น ประการแรก โดยปริยายแห่งพระวินัยท่านอธิบายไว้ว่า ยกเว้นบ้านและอุปัชฌาย์บ้านเสีย ที่ทั้งหมดนั้นเรียกว่า ปา, วิ. มหา. (ไทย) ๑/๙๒/๘๑., ส่วนพระอภิธรรมท่านอธิบายไว้ว่า ที่ภายนอกจากเขื่อนออกไปทั้งหมดนั้น เรียกว่า ปา, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๕๙๒/๓๙๔., ส่วน ณ ที่นี้ โดยปริยายแห่งพระสูตรท่านอธิบายลักษณะไว้ดังนี้ เสนาสนะหลังสุดท้ายที่ตั้งอยู่ชักระยะ ๕๐๐ ชั่วฤดู เรียกว่า เสนาสนะป่า, วิ. มหา. (ไทย) ๒/๖๕๔/๑๗๔.

^{๔๑} ที่อยู่อาศัยอย่างใดอย่างหนึ่ง จะมีกระโจมหลังเดียวหรือหลายหลังก็ตาม จะมีเครื่องล้อมหรือไม่มีเครื่องล้อมก็ตาม จะมีคนหรือไม่มีคนก็ตาม แม้ชั้นที่สุดหมู่เกวียนเหล่าใดเหล่าหนึ่งซึ่งจอดพักอยู่เกิน ๔ เดือน ชื่อว่า บ้าน

^{๔๒} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑**, ท่านแสดงไว้ว่า เขตรัฐสีมาคือ ต้นไม้ที่ตั้งอยู่ระหว่างพรมแดน, ต้นไม้ต้นบถือบูชาคือ ต้นไม้ที่เป็นเจดีย์.

ติกภิกษุทั้งหลายผู้เป็นภรรยานี้ในโรงฉันก็ได้ เมื่อจะแสดงพระบาลีเองหรือให้ผู้อื่นแสดงให้ฟัง จะเข้าไปยังที่อยู่อันมีหลังคาก็ได้ และจะเอาเตียงและตั้งเป็นต้นซึ่งทิ้งเกะกะอยู่ข้างนอกเข้าไปเก็บไว้ข้างในก็ได้ ถ้าเมื่อกำลังเดินทางถือเครื่องบริวารของพระเถระผู้ใหญ่ไปฝนตกจะเข้าไปยังศาลาซึ่งอยู่กลางทางก็ได้ ถ้าไม่ถืออะไรๆ จะรีบเดินไปด้วยหมายใจว่าจะพักอยู่ในศาลาย่อมไม่สมควร แต่เมื่อเดินไปอย่างปกติเข้าไปในศาลาแล้วก็พึงอยู่จนกว่าฝนจะหายจึงค่อยไป นี่เป็นวิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้ถือการอยู่ที่แจ้งเป็นวัตรก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้ถือการอยู่ป่าช้าเป็นวัตร มีดังนี้คือ โสสานิกภิกษุ (ผู้อยู่ป่าช้าเป็นปกติ) นั้นไม่ควรอยู่ในสถานที่ที่พวกชาวบ้านเมื่อจะตั้งหมู่บ้านพากันกำหนดเอาว่า “สถานที่แห่งนี้เป็นป่าช้า” เพราะว่า สถานที่แห่งนั้น เมื่อเขายังไม่ได้เผาศพ ก็ยังไม่จัดว่าเป็นป่าช้า ตั้งแต่เวลาที่เขาได้เผาศพแล้วไปแม้หากจะร้างไปตั้ง ๑๒ ปี สถานที่แห่งนั้นก็ยังไม่จัดว่าเป็นป่าช้าอยู่นั่นเอง ก็โสสานิกภิกษุผู้เมื่อจะอยู่ในป่าช้านั้น ไม่ควรให้ทำสิ่งต่างๆ เช่น ประรำสำหรับจกรมจะให้จัดเตียงและตั้งจะให้ตั้งน้ำฉันและน้ำใช้จะสอนธรรมหาเป็นการสมควรไม่ ก็จุดดั่งนี้เป็นภาระหนัก (บริหารได้ยาก) เพราะฉะนั้น เพื่อป้องกันอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้น อันโสสานิกภิกษุพึงกราบเรียนพระสังฆเถระหรือบอกเจ้าหน้าที่ให้ทราบไว้แล้วจึงอยู่อย่างไม่ประมาทนั้นเถิด เมื่อเดินจงกรมก็พึงชำระสิ่งสกปรกไปพลาง ท่านผู้ชำนาญในคัมภีร์อังคุตตรนิกายพรรณนาไว้ว่า แม้เมื่อโสสานิกภิกษุจะไปสุสานนั้น พึงหลบจากทางสายใหญ่ๆ เสีย ลัดเลาะไปตามนอกเส้นทาง พึงกำหนดหมายอารมณ์ไว้เสียแต่ในกลางวันที่เดียว เช่น หมายไว้ว่า ตรงนี้เป็นจอมปลวก ตรงนี้เป็นต้นไม้ เป็นต้น เพราะกำหนดหมายไว้อย่างนี้ อารมณ์นั้นจะไม่ทำให้เกิดความหวาดกลัวแก่เธอในเวลากลางคืน แม้ถึงจะมีพวกอมมนุษย์เที่ยวร่ำร้องอยู่ในป่าไปมาในเวลากลางคืนก็อย่าขว้างปาด้วยวัตถุอะไร^{๔๓} เช่น ก้อนดินและก้อนหิน เป็นต้น โสสานิกภิกษุนั้นที่จะไม่ไปยังสุสานแม้เพียงวันเดียวหาได้ไม่ ต้องทำให้มัชฌิมยาม (๔ ทุ่ม ถึง ๖ ทุ่ม) หมดสิ้นไปอยู่ในสุสาน แล้วจึงกลับออกมาในเวลาปัจฉิมยาม (๖ ทุ่ม ถึง ๘ ทุ่ม) (๓ ถึง ๖ โมงเช้า)

ของเคี้ยวของฉันอันเป็นที่ชอบใจของพวกอมมนุษย์ เช่น แป้งผสมงา ข้าวผสมถั่ว ปลาเนื้อ นม น้ำมันและน้ำอ้อย เป็นต้น ไม่ควรจะเสพ ไม่ควรเข้าไปสู่เรือนแห่งตระกูล วิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้อยู่ป่าช้าเป็นวัตรก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้อยู่เสนาสนะอันท่านจัดให้อย่างไรเป็นวัตร มีดังนี้ คือ เสนาสนะใดที่สงฆ์ให้เธอรับเอาแล้วด้วยคำว่า เสนาสนะนี้ถึงแก่ท่านฉะนี้ อันยถาสันตติภิกษุนั้น พึงยินดีด้วยเสนาสนะ

^{๔๓} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑, ท่านใช้คำว่า “ไม่พึงประหารด้วยวัตถุอะไรๆ”.

นั่นเท่านั้น ไม่พึงขับไล่ภิกษุอื่นให้ลุกหนีไป^{๔๔} วิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้อยู่เสนาสนะอันท่านจัดให้อย่างไร เป็นวัตรก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้ถือการนั่งเป็นวัตร มีดังนี้ คือ ต้องลุกขึ้นเดินจงกรมให้ได้ยามหนึ่งในบรรดา ยามสามแห่งราตรี เพราะในอิริยาบถ ๔ นั้น อิริยาบถนอนเท่านั้นย่อมไม่สมควรแก่ผู้บำเพ็ญเนสัชชีกังคหุต^{๔๕} ว่าด้วยวิธีปฏิบัติแห่งภิกษุผู้ถือการนั่งเป็นวัตรก็มีเพียงเท่านี้

๒.๘ ประเภทของธุดงค์

ประเภทแห่งปิงสุกุลิกังคหุต ดังนี้ ภิกษุผู้ทรงไว้ซึ่งผ้าบังสุกุลเป็นวัตรมีอยู่ ๓ ประเภท คือ ๑ ชั้นอุกฤษฏ์ (อย่างเคร่ง), ๒ ชั้นกลาง, ๓ ชั้นต่ำ ในปิงสุกุลิกภิกษุ ๓ ประเภทนั้น

-ปิงสุกุลิกภิกษุรับเอาเฉพาะผ้าที่ตกอยู่ในป่าช้าเท่านั้น จัดเป็นชั้น อุกฤษฏ์

-ปิงสุกุลิกภิกษุรับเอาผ้าที่หายกลววยทอดไว้ด้วยความประสงค์ว่า บรรพชิตทั้งหลายจะเก็บเอาไปดังนี้ จัดเป็นชั้น กลาง

-ปิงสุกุลิกภิกษุรับเอาผ้าที่หายกลววยโดยวางทอดไว้ ณ ที่ใกล้เท้า จัดเป็นชั้น ต่ำ ว่าด้วยประเภทในปิงสุกุลิกังคหุตก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้ทรงไว้ซึ่งผ้า ๓ ผืนเป็นวัตรก็มีอยู่ ๓ ประเภท คือ

๑. ภิกษุผู้เตจวิริกชั้น อุกฤษฏ์ ต้องย้อมผ้าอันตราสภหรือผ้าอุตราสงค์ก่อน ครั้นแล้วจึงนุ่งผ้าผืนที่ย้อมแล้วนั้นแล้วย้อมผืนอื่นนอกนี้ต่อไป พึงห่มผ้าที่ย้อมแล้วนั้นจึงย้อมผ้าสังฆาฏิต่อไป แต่ที่จะเอาผ้าสังฆาฏินั้นย้อมไม่สมควร ที่กล่าวมานี้เป็นธรรมเนียมของภิกษุที่อยู่เสนาสนะภายในบ้าน ส่วนในเสนาสนะป่า จะซักย้อมพร้อมกัน ๒ ผืนก็สมควร แต่จะต้องนั่งอยู่ ณ ที่ใกล้ๆ กับผ้าเพื่อว่าพอเห็นใครๆ เข้ามาก็สามารถที่จะดึงเอาผ้ามาปกปิดได้ทันทั่วทั้ง

๒. ส่วนสำหรับภิกษุผู้เตจวิริกชั้น กลาง จะนุ่งหรือจะห่มสำหรับผ้าใช้นุ่งห่มซึ่งมีอยู่ประจำในโรงย้อมผ้าแล้วทำการย้อมก็สมควร

๓. สำหรับภิกษุผู้เตจวิริกชั้น ต่ำ จะขอเย็บผ้าของภิกษุผู้เข้ากันได้มานุ่งหรือห่มแล้วทำการย้อมก็สมควร แม้ผ้าปูลาดในที่นั้นก็สมควรแก่เธอ แต่จะรักษาไว้เป็นนิจนั้นไม่สมควร แม้ผ้าของพวกภิกษุผู้เข้ากันได้ที่จะขอเย็บมาใช้ก็เป็นบางครั้งบางคราว ส่วนผ้าที่เพิ่มขึ้นเป็นผืนที่ ๔

^{๔๔} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑, ท่านใช้คำว่า “ไม่พึงให้ย้ายภิกษุอื่น”.

^{๔๕} มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, คัมภีร์วิสุทธิมรรค ฉบับภาษาไทย ภาค ๑, ท่านใช้คำว่า “ก็เนสัชชิกภิกษุนั้นใน ๓ ยามแห่งราตรี พึงลุกขึ้นจงกรมตลอดยาม ๑ เพราะในอิริยาบถทั้งหลาย การนอนเท่านั้นไม่สมควร”.

สำหรับภิกษุผู้เตจิวริก เฉพาะผ้าอังสะเท่านั้นจึงจะสมควร ถึงกระนั้นผ้านั้นก็กว้างเพียง ๑ คืบ ยาวเพียง ๓ ศอกเท่านั้นจึงจะใช้ได้ ว่าด้วยประเภทแห่งเตจิวริกังคธุดงค์ก็มีเพียงเท่านี้

ภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตรก็มี ๓ ประเภท คือ

๑. บิณฑบาตภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ จะรับภิกษาที่เขานำมาถวายข้างหน้าข้างหลังข้างก็ได้ แม้เมื่อพวกทายกซึ่งอยู่ประตูป้านที่ตนไปถึงขอรับบาตรจะให้บาตรก็ได้แม้จะรับภิกษาที่พวกทายกกลับไปนำมาถวายก็ได้ แต่ในวันนั้น ครั้นนั่งเสียแล้วย่อมไม่รับภิกษาอื่น

๒. บิณฑบาตภิกษุชั้น กลาง ในวันนั้น แม้จะนั่งเสียแล้วก็รับภิกษาอื่นอีกได้แต่จะรับนิมนต์รับภิกษาเพื่อวันพรุ่งนี้ไม่ได้

๓. บิณฑบาตภิกษุชั้น ต่ำ จะรับนิมนต์รับภิกษาแม้เพื่อวันพรุ่งนี้ก็ได้ แม้เพื่อวันต่อไปอีกก็ได้

ภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตตามลำดับก็มี ๓ ประเภท คือ

๑. สप्तานจาริกภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ ย่อมไม่รับภิกษาที่เขานำมาข้างหน้า ย่อมไม่รับภิกษาที่เขานำมาข้างหลัง ย่อมไม่รับภิกษาแม้ที่เขากลับไปเอามาถวาย แต่ยอมสละบาตรให้ที่ประตูบ้านซึ่งไปถึงแล้ว ก็ในอุตุตถกวัตรนี้อันใครๆ ที่จะปฏิบัติให้เสมอเหมือนกับพระมหากัสสปเถระเป็นอันไม่มี

๒. สप्तานจาริกภิกษุชั้น กลาง ย่อมรับภิกษาที่เขานำมาถวายข้างหน้าหรือข้างหลังก็ได้แม้ภิกษาที่เขากลับไปเอามาได้รับได้ ย่อมสละบาตรให้แม้ที่ประตูบ้านซึ่งตนเดินไปถึงแล้วก็ได้แต่ว่า ไม่นั่งรอรับภิกษา โดยนัยนี้เป็นอันว่า สप्तานจาริกภิกษุชั้นกลางนั้นยอมอนุโลมแก่บิณฑบาตภิกษุชั้นอุกฤษฏ์

๓. สप्तานจาริกภิกษุชั้น ต่ำ ย่อมนั่งคอยรับภิกษาในวันนั้นได้

ภิกษุผู้ฉันในที่นั่งอันเดียวเป็นวัตรก็มี ๓ ประเภท คือ

๑. เอกาสนิกภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ โภชนะจะน้อยหรือมากก็ตามเมื่อหย่อนมือลงไปในโภชนะอันใดแล้ว ย่อมไม่ยอมรับเอาซึ่งโภชนะอื่นจากโภชนะนั้นแม้คนทั้งหลายเขาเห็นว่าพระเถระไม่ได้ฉันอะไรๆ แล้วพากันเอาเกสัชเช่น เนยใส เป็นต้นมาถวายควรจะได้รับไว้ได้ก็แต่เพียงเพื่อเป็นเกสัช จะรับได้เพื่อเป็นอาหารไม่ได้

๒. เอกาสนิกภิกษุชั้น กลาง เมื่อภัตตาหารในบาตรยังไม่หมดเพียงใด ก็ยังรับภัตตาหารอื่นได้อยู่เพียงนั้น ด้วยว่าเอกาสนิกภิกษุชั้นกลางนี้ ย่อมเชื่อว่าเป็นผู้มีโภชนะเป็นที่สุด

๓. เอกาสนิกภิกษุชั้น ต่ำ เมื่อยังไม่ลุกขึ้นจากที่นั่งเพียงใด ก็ยังฉันภัตตาหารได้อยู่เพียงนั้น ด้วยว่าเอกาสนิกภิกษุชั้นต่ำนี้ ย่อมเชื่อว่าเป็นผู้มีน้ำเป็นที่สุด

ภิกษุผู้ฉันในบาตรเป็นวัตรก็มีอยู่ ๓ ประเภท คือ

๑. ปัตตปิณฑิกภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ แม้จะคายกากอาหารทิ้งก็ไม่ควร ยกเว้นแต่เวลาฉัน อ้อยขวัน (อ้อยล่า) แม้ก้อนข้าวสุก ปลา เนื้อและขนมจะใช้มือปัดก็ไม่ควร
๒. ปัตตปิณฑิกภิกษุชั้น กลาง จะใช้มือข้างหนึ่งบีแล้วฉันก็ควร ปัตตปิณฑิกภิกษุนี้ชื่อว่า หัตถโยคี (โยคีผู้ใช้มือ)
๓. ปัตตปิณฑิกภิกษุชั้น ต่ำ เป็นผู้ชื่อว่า ปัตตโยคี (โยคีผู้ใช้บาตร) คือ ของเคี้ยวของฉันสิ่งใดสามารถที่จะบรรจุเข้าไปในบาตรของท่านได้ จะบีของเคี้ยวของฉันนั้นด้วยมือหรือจะขบด้วยฟันแล้วฉันก็สมควร

ภิกษุผู้ห้ามภตอันนำมาถวายเมื่อภายหลังก็มี ๓ ประเภท คือ

๑. ขลุปัจฉาภตติกภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ ห้ามโภชนะแล้วด้วยอาการอย่างนี้ คือ ฉันบิณฑบาตครั้งแรกแล้ว ย่อมไม่ฉันบิณฑบาตครั้งที่สอง
๒. ขลุปัจฉาภตติกภิกษุชั้น กลาง ห้ามแล้วในโภชนะใด ยังฉันโภชนะนั้นได้อยู่
๓. ขลุปัจฉาภตติกภิกษุชั้น ต่ำ ย่อมฉันบิณฑบาตได้ตลอดเวลาที่ตนยังไม่ลุกจากที่นั่ง

ภิกษุผู้อยู่ในป่าเป็นวัตรก็มี ๓ ประเภท คือ

๑. อารัญญิกภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ ย่อมทำให้อรุณต้งขึ้นในป่าตลอดกาล (อยู่ป่าเป็นนิจ)
๒. อารัญญิกภิกษุชั้น กลาง ย่อมอยู่ในเสนาสนะภายในบ้านได้ตลอด ๔ เดือนในฤดูฝน
๓. อารัญญิกภิกษุชั้น ต่ำ ย่อมอยู่ในเสนาสนะภายในบ้านได้ตลอด ๘ เดือน คือ ในฤดูหนาวและฤดูฝน

ภิกษุผู้อยู่โคนไม้เป็นวัตรก็มีอยู่ ๓ ประเภท คือ

๑. รุกขมุสิกภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ จะยึดเอาต้นไม้ตามใจชอบแล้วใช้คนอื่นให้ปิดกวาดไม้ได้ พึงใช้เท้าเหยียบไม้ที่ร่วงหล่นด้วยตนเองแล้วอยู่เถิด
๒. รุกขมุสิกภิกษุชั้น กลาง จะใช้ผู้ที่บังเอิญมาถึง ณ ที่ตรงนั้นให้ช่วยปิดกวาดก็ได้
๓. รุกขมุสิกภิกษุชั้น ต่ำ พึงเรียกคนรักษาวัดหรือสามเณรมาแล้วให้ช่วยชำระปิดกวาดให้สะอาด ให้ช่วยปราบพื้นให้เสมอ ให้ช่วยเกลี่ยทราย ให้ช่วยล้อมรั้ว ให้ช่วยประกอบประตู แล้วอยู่เถิด แต่ในวันงานมหกรรมฉลอง อันรุกขมุสิกภิกษุอยู่นั่งอยู่ ณ ที่นั้น พึงหลบไปนั่ง ณ ที่กำบังอื่น

ภิกษุผู้ถือการอยู่ที่แจ้งเป็นวัตรก็มี ๓ ประเภท คือ

๑. อัปโภกาสิกภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ จะเข้าไปพักพิงอิงต้นไม้หรือภูเขาหรือเรือนอยู่ไม่ได้ ต้องทำกระท่อมผ้า (กางกวด) อยู่ ณ ที่กลางแจ้งเท่านั้น

๒. อัปภোগาสิกภิกษุชั้น กลาง จะเข้าไปพักพิงอิงต้นไม้ภูเขาและบ้าน แต่ไม่เข้าไปอยู่ข้างในได้อยู่

๓. อัปภোগาสิกภิกษุชั้น ต่ำ เจื่อมเขาซึ่งมีขอบเขตมิได้มุงบังก็ดี ปะรำที่มุงบังด้วยกิ่งไม้ก็ดี ผ่ากลดหยาบๆ ก็ดี กระต๊อบซึ่งอยู่ตามทีนั้นๆ ก็ดี ที่พวกคนเฝ้านาเป็นต้นได้ทอดทิ้งแล้วก็ดี ใช้ได้ทั้งนั้น

ภิกษุผู้ถือการอยู่ป่าช้าเป็นวัตรก็มีอยู่ ๓ ประเภท คือ

๑. โสสานิกภิกษุชั้น อุภยญฺญ์ ต้องอยู่ ณ สุสานซึ่งมีการเผาศพประจำ มีศพประจำ และมีการร้องไห้เป็นเนืองนิจเท่านั้น

๒. โสสานิกภิกษุชั้น กลาง ในองค์คุณแห่งสุสาน ๓ ชนิด^{๔๖} นั้น แม้จะมีเพียงชนิดเดียวก็สมควร

๓. โสสานิกภิกษุชั้น ต่ำ อยู่ในสุสานที่พอเข้าลักษณะแห่งสุสานตามนัยที่กล่าวแล้วก็เป็นการสมควร

ภิกษุผู้อยู่เสนาสนะตามที่ท่านจัดให้อย่างไรเป็นวัตรก็มี ๓ ประเภทคือ

๑. ยถาสันถติกภิกษุชั้น อุภยญฺญ์ จะสอบถามถึงเสนาสนะที่ถึงแก่ตนว่าไกลไหม, ใกล้ไหม, อ่อนนุ่มและจำพวกสัตว์ที่ขชาติเป็นต้นรบกวนไหม, ร้อนไหม, หรือเย็นไหม, ดังนี้หาได้ไม่

๒. ยถาสันถติกภิกษุชั้น กลาง จะสอบถามดังนั้นได้อยู่ แต่จะไปตรวจดูหาได้ไม่

๓. ยถาสันถติกภิกษุชั้น ต่ำ ถ้าไม่พอใจเสนาสนะหลังนั้น จะถือเอาหลังอื่นก็ได้

ภิกษุผู้ถือการนั่งเป็นวัตรก็มีอยู่ ๓ ประเภท คือ

๑. เนสัชชิกภิกษุชั้น อุภยญฺญ์ หมอนอิงข้าง แคร่นั่งทำด้วยผ้า และผ้าสายโยคใช้ไม่ได้

๒. เนสัชชิกภิกษุชั้น กลาง ในของ ๓ อย่างนี้ เพียงแต่อย่างใดอย่างหนึ่งใช้ได้

๓. เนสัชชิกภิกษุชั้น ต่ำ พนักอิงข้างก็ดี แคร่นั่งทำด้วยผ้าก็ดี ผ้าสายโยคก็ดี หมอนพิงก็ดี เก้าอี้มีองค์ ๕ ก็ดี เก้าอี้มีองค์ ๗ ก็ดี ใช้ได้ทั้งนั้น^{๔๗}

๒.๙ ความแตกหักของธุดงค์ (ขาด)

๑. ในบรรดาปึงสุกุลิกภิกษุ ๓ ประเภทนั้น ในขณะที่ปึงสุกุลิกภิกษุรูปใดรูปหนึ่งยินดีต่อผ้าที่พวกคฤหัสถ์ถวายตามความพอใจตามความเห็นของเขานั้นเทียว ธุดงค์ย่อมแตก (ขาด) คือหายจากสภาพธุดงค์ทันที

^{๔๖} สุสานซึ่งมีการเผาศพประจำ, มีศพประจำ, และมีการร้องไห้เป็นเนืองนิตย์.

^{๔๗} เก้าอี้ที่ทำมีพนักข้างหลัง ชื่อว่าเก้าอี้มีองค์ ๕ คือ เก้าอี้ ๔ พนักหลัง ๑, เก้าอี้ที่ทำมีพนักหลังด้วย มีพนัก ๒ ข้างด้วย ชื่อว่า เก้าอี้มีองค์ ๗.

๒. ในขณะที่ภิกษุผู้เตจวิริก ทั้ง ๓ ประเภทนั้น ยินดีต่อผ้าผืนที่ ๔ นั้นเทียว รุดงค์ย่อมแตก คือหายจากสภาพรุดงค์ทันที

๓. ในขณะที่ภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตรทั้ง ๓ ประเภทนั้น ยินดีต่อลาภอันเหลือเพื่อมีสงฆภัตเป็นต้นนั้นแล รุดงค์ย่อมแตก คือหายจากสภาพรุดงค์ทันที

๔. ในขณะที่มีการเที่ยวไปด้วยความละโมภเกิดขึ้นแก่ภิกษุผู้เที่ยวบิณฑบาตลำดับทั้ง ๓ ประเภทนั้น รุดงค์ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ทันที

๕. ในขณะที่ภิกษุผู้นั่งฉันคนเดียวทั้ง ๓ ประเภท นั่งฉันในที่หลายแห่ง รุดงค์ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ทันที

๖. ในขณะที่ภิกษุผู้ฉันในบาตรเป็นวัตรทั้ง ๓ ประเภท ยินดีต่อภาชนะที่ ๒ รุดงค์ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ทันที

๗. ในขณะที่ภิกษุผู้ถือการห้ามภัตอันนำมาถวายในภายหลังเป็นวัตรทั้ง ๓ ประเภท ซึ่งห้ามโภชนะแล้ว ให้ทำโภชนะให้เป็นกบปิยะ (ของที่ควรเคี้ยว) แล้วฉันอีกนั้นเทียว รุดงค์ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ทันที

๘. ในขณะที่ภิกษุผู้ถือการอยู่ป่าเป็นวัตรทั้ง ๓ ประเภทนั้นมาจากป่าแล้วพึงธรรมเทศนาอยู่ในเสนาสนะภายในบ้าน แม้ถึงอรุณจะขึ้นในกาลตามที่กำหนดไว้นั้นรุดงค์ก็ไม่แตก ครั้นพึงธรรมแล้วกำลังเดินทางกลับไปอยู่ ถึงเมื่ออรุณจะตั่งขึ้นในระหว่างทาง รุดงค์ก็ไม่แตก แต่ถ้าเมื่อพระธรรมกลีกลูกไปแล้ว อารัญญิกภิกษุทั้ง ๓ ประเภทนั้นคิดว่า จักพักนอนสักครู่หนึ่งแล้วจึงจักไปดังนี้ แล้วเลยกลับไปทำให้อรุณขึ้นในเสนาสนะภายในบ้าน หรือทำให้อรุณขึ้นในเสนาสนะป่าภายในบ้านตามความชอบใจของตน รุดงค์ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ทันที

๙. ในขณะที่ภิกษุผู้ถือการอยู่โคนไม้เป็นวัตรทั้ง ๓ ประเภท สำเร็จการอยู่ในที่อันมีหลังคานั้นเทียว รุดงค์ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ทันที ท่านผู้ชำนาญคัมภีร์อังคุตตรนิกายอธิบายไว้ว่า รุดงค์นี้ ย่อมแตกในขณะที่รูกมุสิกภิกษุเหล่านั้นรู้แล้วทำอรุณให้ขึ้นในที่อยู่อันมีหลังคา

๑๐. ในขณะที่ภิกษุผู้ถือการอยู่ที่แจ้งเป็นวัตรทั้ง ๓ ประเภท เข้าไปสู่ที่อยู่อันมีหลังคาหรือเข้าไปสู่โคนไม้อันมีหลังคา รุดงค์ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ทันที ท่านผู้ชำนาญคัมภีร์อังคุตตรนิกายอธิบายไว้ว่า รุดงค์นี้ย่อมแตกในขณะที่อัปภิกาสภิกษุรู้แล้วทำอรุณให้ขึ้นในที่อยู่ซึ่งมีหลังคาหรือที่โคนไม้

๑๑. รุดงค์นี้ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ โดยที่โสสานิกภิกษุทั้ง ๓ ประเภทนี้ สำเร็จการอยู่ในที่มีใช้สุสานนั้นเทียว ท่านผู้ชำนาญในคัมภีร์อังคุตตรนิกายอธิบายไว้ว่า รุดงค์นี้ย่อมแตกในวันที่ไม่ไปสุสาน

๑๒. รุดงค์นี้ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรุดงค์ ในขณะที่ยถาสันถติกภิกษุทั้ง ๓ ประเภท เกิดความละโมภขึ้นในเสนาสนะนั้นเทียว

๑๓. รูดงค์นี้ย่อมแตก คือ หายจากสภาพรูดงค์ ในขณะที่พอเมื่อเนสัชชิกภิกษุทั้ง ๓ ประเภทนี้ สำเร็จซึ่งอิริยาบถนอนนั้นเทียว

๒.๑๐ อานิสงส์ของรูดงค์

อานิสงส์ผู้ทรงผ้าบังสุกุลเป็นวัตร^{๔๘} มีดังนี้คือ โดยมีพระพุทธพจน์อยู่ว่าการบวช อาศัยผ้าบังสุกุลจีวร ภิกษุผู้ทรงไว้ทรงซึ่งผ้าบังสุกุลนั้นชื่อว่า

๑. เป็นผู้มีความประพฤติปฏิบัติสมควรแก่ปัจจัยอันเป็นเครื่องอาศัย
๒. เป็นการดำรงตนไว้ในอริยวงศ์ประการที่หนึ่ง คือ ความสันโดษในจีวร
๓. ไม่เป็นทุกข์ในการรักษา
๔. ไม่มีพฤติการณ์เป็นที่เกาศอาศัยของผู้อื่น
๕. ไม่หวาดกลัวด้วยโจรภัย
๖. ไม่เป็นการบริโภครด้วยตัณหา
๗. มีบริขารเหมาะแก่สมณะสาธูป
๘. เป็นผู้มียปัจจัยเหมือนดังพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงสรรเสริญไว้ว่า ปัจจัยเหล่านั้น เป็นสิ่งเล็กน้อยด้วยหาได้ง่าย หาโทษมิได้ด้วย
๙. เป็นผู้เป็นที่น่าเลื่อมใส
๑๐. เป็นการสำเร็จผลแห่งคุณมีความเป็นผู้มักน้อยเป็นต้นให้เจริญ
๑๑. เป็นการเพิ่มพูนสัมมาปฏิบัติยิ่งขึ้น
๑๒. เป็นการวางไว้ซึ่งทิฏฐานุกติแก่มวลชนในภายหลัง

ภิกษุผู้รวบรวมทรงไว้ซึ่งผ้าบังสุกุลเพื่อพิฆาตพญามารและเสนามาร ย่อมสง่างามเหมือนดังกษัตริย์ผู้ทรงสวมสวดเกราะแล้วย่อมทรงสง่างามในยุทธภูมิ ฉะนั้น สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้ทรงเป็นครูแห่งโลกทรงเลิกใช้ผ้าอย่างดีมีผ้าที่ทำในแคว้นกาสิเป็นต้นแล้วมาทรงใช้ผ้าบังสุกุลจีวรอันใด ใครเล่าที่จะไม่ใช้ผ้าบังสุกุลจีวรอันนั้น เพราะเหตุฉะนั้นแหละอันภิกษุผู้เห็นภัยในสังสารวัฏเมื่อระลึกถึงคำปณิญาณของตนที่ให้ไว้แก่อุปัชฌาย์ในเวลาอุปสมบท พึงเป็นผู้ยินดีในการใช้ผ้าบังสุกุลจีวรอันเป็นเครื่องส่งเสริมการบำเพ็ญความเพียรนั้นเกิด

อานิสงส์ของผู้ทรงผ้า ๓ ผืนเป็นวัตร มีดังนี้คือ

๑. ย่อมเป็นผู้ชื่อว่าสันโดษยินดีด้วยผ้าเครื่องรักษาร่างกาย เพราะเหตุนี้ การถือเอาผ้าไปของท่านมีอาการเหมือนการบินไปของนก

^{๔๘} พระพุทธโฆสเถระ รจนา, สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), แปลและเรียบเรียง, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔. หน้า ๙๓.

๒. ความเป็นผู้มีกิจการงานน้อย
๓. งดเว้นจากการสะสมผ้า
๔. ความเป็นผู้มีความประพฤติการณเบา
๕. เป็นการละเสียได้ด้วยความละโมภในอติเรกจิวร
๖. ความเป็นผู้ประพฤติขัดเกลากิเลสเพราะเป็นผู้กระทำพอดิในไตรจีวรอันสมควร
๗. เป็นอันสำเร็จผลแห่งคุณมีความเป็นผู้มักน้อยเป็นต้น

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร^{๔๔} มีดังนี้คือ

๑. การบวชอาศัยโภชนะคือคำข้าวอันจะพึงได้ด้วยกำลังปลีแข้งแห่งตน
๒. เป็นผู้มีข้อปฏิบัติสมควรกับปัจจัยอันเป็นเครื่องอาศัย
๓. เป็นการดำรงตนไว้จริยวงศ์ข้อที่ ๒ คือ ความสันโดษในบิณฑบาต
๔. เป็นผู้ไม่มีพฤติกรรมเป็นที่เกาศอาศัยของผู้อื่น
๕. เป็นผู้มีปัจจัยเครื่องอาศัยตรงตามที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงสรรเสริญไว้ว่า ปัจจัยเหล่านั้นเป็นสิ่งที่เล็กน้อยด้วย เป็นสิ่งที่หาได้ง่ายด้วย เป็นสิ่งที่หาโทษมิได้ด้วย
๖. เป็นผู้ย่ำยีเสียได้ซึ่งความเกียจคร้าน
๗. เป็นผู้มีอาชีพอันบริสุทธิ์
๘. เป็นการทำข้อปฏิบัติ คือ เสดยวัตรให้สมบูรณ์
๙. ไม่ใช่ผู้ที่ผู้อื่นเลียดู
๑๐. เป็นการกระทำความอนุเคราะห์แก่ผู้อื่น
๑๑. เป็นการละมานะ
๑๒. เป็นการปิดกั้นความติดในรส
๑๓. ไม่ต้องอาบัติโดยคณะโภชนสิกขา ปริมปรโภชนสิกขา และจาริตตสิกขาบท
๑๔. มีความประพฤติอันสมควรแก่คุณมีความมักน้อยเป็นต้น
๑๕. เป็นการเพิ่มพูนสัมมาปฏิบัติให้เจริญยิ่งขึ้น
๑๖. เป็นการอนุเคราะห์มวลชนในภายหลัง

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการบิณฑบาตตามลำดับ มีดังนี้คือ

๑. ความเป็นผู้ใหม่อยู่เป็นนิจในทุกๆ ตระกูล
๒. เป็นผู้มีอาการเหมือนพระจันทร์
๓. เป็นการสละเสียได้ซึ่งความตระหนี่ในตระกูล
๔. เป็นผู้มีการอนุเคราะห์อย่างเสมอหน้ากัน

^{๔๔} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๘-๙๙.

๕. ไม่มีโทษในเพราะการเข้าไปสู่ตระกูล
๖. ไม่ไยดีต่อนิมนต์
๗. เป็นผู้ไม่มีความต้องการด้วยการยื่นให้ซึ่งภิกษา
๘. เป็นผู้มีความประพฤติสมควรแก่คุณมีความมักน้อยเป็นต้น

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการฉนในที่นังอันเดียว มีดังนี้คือ

๑. ความเป็นผู้มีอาพาธน้อย
๒. ความเป็นผู้มีควมลำบากกายน้อย
๓. ฐานเบา คือ กลับเนื้อกลับตัวคล่องแคล่ว
๔. กำลังแข็งแรง
๕. มีการอยู่อย่างผาสุกสบาย
๖. ไม่ต้องอาบัติเพราะโภชนะอันไม่เป็นเดนเป็นเหตุ
๗. บรรเทาความติดในรสอาหารเสียได้
๘. เป็นผู้มีความประพฤติสมควรแก่คุณมีความมักน้อยเป็นต้น^{๕๐}

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการฉนในบาตรเป็นวัตร มีดังนี้คือ

๑. เป็นการบรรเทาเสียได้ซึ่งตัณหาในรสต่างๆ
๒. เป็นการสละเสียได้ซึ่งภาวะที่มีความอยากในรสในภาชนะนั้นๆ
๓. ความเป็นผู้เห็นประโยชน์และประมาณในอาหาร
๔. ไม่มีความลำบากเพราะการรักษาเครื่องใช้เช่นถาดเป็นต้น
๕. ไม่มีความเป็นผู้ฉนลอกแลก
๖. เป็นผู้มีความประพฤติสมควรแก่คุณมีความเป็นผู้มักน้อยเป็นต้น

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการห้ามภัตอันนำมาถวายในภายหลังเป็นวัตร มีดังนี้คือ

๑. เป็นการห่างไกลจากอาบัติเพราะฉนโภชนะอันไม่เป็นเดน
๒. ไม่มีการแน่นท้อง
๓. เป็นการไม่สะสมอมิส
๔. ไม่มีการแสวงหาอีก
๕. เป็นผู้มีความประพฤติสมควรแก่คุณมีความเป็นผู้มักน้อยเป็นต้น

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการอยู่ป่าเป็นวัตร มีดังนี้คือ

๑. เป็นผู้ที่จะได้บรรลุซึ่งสมาธิที่ยังมิได้บรรลุ
๒. เป็นผู้ที่ควรรักษาไว้ได้ซึ่งสมาธิที่ได้บรรลุแล้ว

^{๕๐} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๙๖-๑๐๔.

๓. แม้สมเด็จพระบรมศาสดาก็ทรงพอพระหฤทัยต่อท่าน เหมือนดังที่ตรัสไว้ว่า
“นาคิตกฤษ ด้วยเหตุนี้เราย่อมพอใจต่อภิกษุนั้นด้วยการอยู่ในป่า”
๔. สิ่งต่างๆ มีรูปอันไม่เป็นที่สัปายะเป็นต้นย่อมไม่รบกวนจิตของอารัณญิกภิกษุนั้นผู้อยู่ในเสนาสนะอันสงัด
๕. ภิกษุผู้อยู่ในป่าเป็นปกติเป็นผู้สิ้นความสะดุ้งหวาดเสียวแล้ว
๖. ละความพอใจอาลัยในชีวิตได้แล้ว
๗. ท่านย่อมได้เสวยรสแห่งความสุขอันเกิดแต่วิเวก
๘. ภาวะที่เป็นผู้ทรงไว้ซึ่งผ้าบังสุกุลเป็นปกติเป็นต้น ย่อมเป็นภาวะที่เหมาะสมแก่ท่านอารัณญิกภิกษุนั้น^{๕๑}

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการอยู่โคนไม้เป็นวัตร มีดังนี้คือ

๑. เป็นผู้มิชอบปฏิบัติสมควรแก่ปัจจัยเครื่องอาศัยตามพระพุทธรพจน์ชื่อว่า การบวชอาศัยเสนาสนะคือโคนไม้
๒. เป็นผู้มิปัจจัยอันพระผู้มีพระภาคทรงสรรเสริญไว้มีอาทิ เช่นว่า ปัจจัยเหล่านั้นเป็นสิ่งเล็กน้อยด้วย หาได้ง่ายด้วย เป็นสิ่งที่หาโทษมิได้ด้วย
๓. เป็นการยังอนิจจสัญญาให้ปรากฏ ด้วยได้เห็นความเปลี่ยนแปลงของใบไม้
๔. ไม่มีความตระหนี่เสนาสนะและความหลงยินดีการงาน
๕. เป็นผู้มีการอยู่ร่วมกับเทวดาทั้งหลาย
๖. เป็นผู้มีความประพฤติสมควรแก่คุณมีความเป็นผู้มกน้อยสันโดษเป็นต้น

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการอยู่ที่แจ้งเป็นวัตร มีดังนี้คือ

๑. เป็นการตัดความกังวลในที่อยู่เสียได้
๒. เป็นอุบายบรรเทาถิ่นมิทธะคือความง่วงเหงาหาวนอน
๓. เป็นผู้สมควรแก่การที่จะสรรเสริญว่า “ภิกษุทั้งหลายเป็นผู้ไม่มีบ้าน ไม่ติดข้องเที่ยวไปมีอาการปานดังฝูงเนื้อฉะนั้น”
๔. เป็นผู้สิ้นความเกียวกะ
๕. เป็นผู้จาริกไปได้ในทิศทั้ง ๔
๖. เป็นผู้ประพฤติสมควรแก่คุณมีความมกน้อยเป็นต้น

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการอยู่ป่าช้าเป็นวัตร มีดังนี้คือ

๑. ย่อมเป็นผู้ได้มรณสติ
๒. มีการอยู่อย่างไม่ประมาท

^{๕๑} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๐๔-๑๑๕.

๓. ได้ประสบสุกนิมิต
๔. บรรเทาเสียได้ซึ่งความกำหนดในกาม
๕. ได้เห็นสภาวะแห่งกายเนืองๆ
๖. เป็นผู้มากไปด้วยความสังเวชสลดใจ
๗. ละเสียได้ซึ่งความเมาในความไม่มีโรคเป็นต้น
๘. ครอบงำเสียได้ซึ่งภัยอันน่ากลัว
๙. มีภาวะเป็นที่เคารพและเป็นที่น่าสรรเสริญของมนุษย์ทั้งหลาย
๑๐. เป็นผู้มีความประพาสสมควรแก่คุณมีความเป็นผู้มักน้อยเป็นต้น

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการอยู่เสนาสนะอันท่านจัดให้ได้อย่างไรเป็นวัตร^{๕๒} มีดังนี้คือ

๑. เป็นการกระทำตามพุทธโอวาทข้อว่า ได้สิ่งใดก็พึงยินดีด้วยสิ่งนั้น
๒. เป็นผู้มุ่งประโยชน์ให้แก่เพื่อนพรหมจรรย์ทั้งหลาย
๓. เป็นการสละความเลือกในของเหลวและของประณีต
๔. เป็นการสละเสียได้ซึ่งความยินดีใจและความเสียใจ
๕. เป็นการปิดประตูแห่งความมักมาก
๖. เป็นผู้มีความประพาสสมควรแก่คุณมีความเป็นผู้มักน้อยเป็นต้น

อานิสงส์ของผู้ทรงไว้ซึ่งการนั่งเป็นวัตร มีดังนี้คือ

๑. เป็นการตัดเสียซึ่งความผูกพันแห่งจิตที่ตรัสไว้ว่า เป็นผู้ชวนชวายนหาความสุขในการนอน ความสุขในการเอนหลัง ความสุขในการหลับ
๒. ความเป็นผู้สัปปายะแก่การบำเพ็ญกัมมัฏฐานทั้งปวง
๓. ความเป็นผู้มีอิริยาบถเป็นที่น่าเลื่อมใส
๔. เป็นการเกื้อหนุนแก่การเริ่มทำความเพียร
๕. เป็นการเพิ่มพูนการปฏิบัติชอบให้เจริญยิ่งขึ้น^{๕๓}

เนสัชชิกภิกษุผู้สำรวมนั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายให้ตรง ย่อมยังดวงหทัยของพญามารให้หวาดหวั่น ภิกษุผู้ยินดีในการนั่ง มีความปรารถนาแล้ว ย่อมทำป้าอันเป็นที่บำเพ็ญตบะให้ดังงาม เพราะเหตุที่ตนจะได้ประสบซึ่งปิติและสุขอันปราศจากอาภิส ฉะนั้น อันภิกษุผู้บัณฑิตพึงหมั่นบำเพ็ญเนสัชชิกังครุตรงค้อยู่เนืองๆ นั้นเถิด

^{๕๒} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๑๕-๑๒๓.

^{๕๓} เรื่องเดียวกัน, หน้า ๑๒๒-๑๒๓.

๒.๑๑ สรุป การปฏิบัติธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

ธุดงค์วัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทนั้นมี ๑๓ ข้อ แต่ว่าโดยหลักปฏิบัตินั้นมี ๔ หมวด ได้แก่ ว่าด้วยเครื่องนุ่งห่ม ๒ ข้อ, ว่าด้วยเรื่องอาหาร ๕ ข้อ, ว่าด้วยเรื่องที่อยู่อาศัยมี ๕ ข้อ, และว่าด้วยเรื่องความเพียรมี ๑ ข้อ ว่าโดยบุคคลผู้ถือ คือ ภิกษุถือได้ทั้ง ๑๓ ข้อ ภิกษุณีถือได้ ๘ ข้อ (คือ ข้อ ๑,๒,๓,๔,๕,๖,๑๒,๑๓) เว้นข้อ ๗ ขลุปีจณภัตติกังคะ, ข้อ ๘ อารัญญกังคะ, ข้อ ๙ รุกขมุลิกังคะ, ข้อ ๑๐ อัปโภกาสิกังคะ, และข้อ ๑๑ โสสานิกังคะ สามเณรถือได้ ๑๒ ข้อ (คือ เว้นข้อ ๒ เตจีวริกังคะ) สิกขมานาและสามเณรถือได้ ๗ ข้อ (คือ ลดข้อ ๒ จากที่ภิกษุณีถือได้) อุบาสก อุบาสิกาถือได้ ๒ ข้อ คือ ข้อ ๕ เอกาสนิกังคะ และข้อ ๖ ปัตตปิณฑิกังคะ ว่าโดยระดับการถือแต่ละข้อถือได้ ๓ ระดับคือ อย่างอุกฤษฏ์ หรือ อย่างเคร่ง อย่างมัธยม หรือ อย่างกลาง อย่างอ่อน หรือ อย่างเพลา

ข้อ ๙ และข้อ ๑๐ คือ รุกขมุลิกังคะและอัปโภกาสิกังคะ ถือได้เฉพาะนอกพรรษา เพราะพระวินัยกำหนดให้ต้องถือเสนาสนะในพรรษา ธุดงค์ไม่ใช่บทบัญญัติทางวินัย ขึ้นอยู่กับความสมัครใจ มีหลักทั่วไปในการถือว่า ถ้าถือแล้วช่วยให้กรรมฐานเจริญหรือช่วยให้กุศลธรรมเจริญ อกุศลธรรมเสื่อมควรถือ แต่ถ้าถือแล้วทำให้กรรมฐานเสื่อมหรือทำให้กุศลธรรมเสื่อมไม่ควรถือ ส่วนผู้ถือหรือไม่ถือก็ไม่ทำให้กรรมฐานเจริญหรือเสื่อม เช่น เป็นพระอรหันต์แล้วอย่างพระมหากัสสปะเป็นต้น หรือ คนอื่นๆ ก็ตาม ควรถือได้ ฝ่ายแรกควรถือในเมื่อคิดจะอนุเคราะห์ชุมชน ในฝ่ายหลังถือเพื่อเป็นวาสนาต่อไป

บทที่ ๓

ศึกษาเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของ พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)

การปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรของพระราชสิทธิอาจารย์นั้นเป็นการปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าและพระอรหันต์สาวกทั้งหลายในอดีตที่ได้ถือปฏิบัติมาแล้วเพื่อขัดเกลากิเลสให้เบาบางดังที่ท่านได้อธิบายในหนังสือการภาวนาสำหรับนักปฏิบัติธรรมและผู้สนใจทั่วไป ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้กำหนดหัวข้อศึกษาไว้ดังนี้

- ๓.๑ หลักเบื้องต้นของการปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๒ การสมาทานเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๓ หลักการปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๔ หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๕ บทสัมภาษณ์วิธีการปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๓.๖ สรุป

๓.๑ หลักเบื้องต้นของการปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

หลักเบื้องต้นของการปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นท่านจำแนกออกเป็น ๓ ประเภท คือ

๑. ปณิธาน
๒. สมาทาน
๓. ปฏิบัติการ

ปณิธานของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)

เมื่อเวลา ๒๓.๐๐น. เดือน มาฆบูชา ปี ๒๕๑๙ ระหว่างการเข้าสู่สมาบัติเกิดมหัศจรรย์ในจิตว่า “รากเหง้าแห่งการเริ่มต้นตั้งเค้าเรียกว่า หน่อเนื้อพุทธวงศ์ ที่ตกลงสู่ มโนธรรม มโนธาตุ ของ อริยปราชญ์ วันแรกที่จะเผยแผ่ให้แตกออกจากอวิชชา เหมือนพระอาทิตย์แตกออกจากความมืดให้ฟ้าสว่าง” จากนั้นได้เริ่มอธิษฐานกระแสนจิต ปิดอบาย ในวันวิสาขมาส ว่า “ข้าพเจ้าจะต้องเผยแผ่สัทธรรมแห่งพุทธศาสนาอย่างยิ่งใหญ่ในด้านธุดงค์วัตร” จากนั้นเริ่มเข้าอบรมตนเองเพื่อจะเผยแผ่พุทธธรรม ประกอบด้วยองค์สัมมาทิฐิ อนัตตา วิมุตติ นิโรธ สมาบัติ อันเป็นที่พักของพระอริยะเจ้า

ทั้งหลายซึ่งเป็นแบบถูกต้องตามพุทธประสงค์ขององค์พระศาสดาอยู่ใน grunnฐานนานถึง ๑๒ ปี จนล่วงถึงปีพุทธศักราช ๒๕๓๒ ในระหว่างนั้นได้บำเพ็ญอยู่ในอิริยาบถ ๓ คือ ยืน เดิน นั่ง เท่านั้นไม่เหยียดหลังลงสู่เตียง แล้วก็ฉนผลไม้กับน้ำ ข้าวสลับกันไปบ้างตามมีตามได้ที่ชาวบ้านนำมาให้ ถ้าเขาไม่ให้ ก็ไม่ได้บริโภค กาย เวทนา จิต ธรรม (อิริยาบถ)^๑

- อากัปกิริยาของสาวกเวไนยผู้ไคร่บรรลอรุณธรรม จริยา จริต นิสัย สัญญา คารวะ กตัญญู ศาสนา ให้ทำเป็นรูปภาพโดย อิริยาบถ ๔ ชัดเจนด้วย

- การบำเพ็ญตัดกระแสนอย่างอุกฤษฏ์เอาชีวิตเป็นเดิมพัน ขอสมาทาน ผ่อนอาหาร ปิดปาก

- เดิน นั่ง ก็พอใจแล้ว ทำให้มีบุคคล ฯลฯ ปัจจัย ส่วนส่งเสริมต่อการบำเพ็ญอย่างกล้า
ชัดแจ้ง สะอาดครบ สงบทุกอย่าง สว่างทุกสิ่ง เห็นจริงทุกอัน รู้ทันทุกทิศ ให้ปรากฏการณ์

- ได้เกิดมาน ฯลฯ ผ่านเข้าสายสำเร็จกิจทางนามกาย เจโต ปัญญา วิมุติ ได้ปรากฏชัด
นามรูปปริเฉท ฯลฯ ถึงปัจจุเวกขณะญาณเกิดชัด

- ไม่ทำแบบผู้จบปริญาธิ์บวชบัตร์อย่างชาวโลก ทำตามสูตร พุทธวินัย คิดไปถูก
อภิธรรม

- รัศมีปาฏิหาริย์แห่งเมตตา ชันติ สุทธิ ปัญญา เกิดแรงมากแผ่ออกไปในทิศทั้ง ๔ โดย
ไม่มีประมาณให้ทำแบบบารมี ๑๐ เป็นต้นเหตุอย่างเรียบร้อยไป

- ตั้งใจออกเผยแผ่อย่างอิมอกพอใจ ด้วยพลังไตรสิกขา ให้ทำแบบออกเผยแผ่ที่ผ่านมา
อย่างงดงาม

- การทำงานต้องอาศัย พุ ส นิ ม พร้อมทั้งอริยกิจ ๔ ป ป ส ภ เป็นหลักอย่างมั่นคงให้
ทำแบบอริยเจ้าทั้งหลายทำมาแล้วนั่นเอง

- ธรรมเจดีย์ มรรค ผล นิพพาน โดยอาศัยบุคคล ฯลฯ ปัจจัยเป็นเหตุ ให้ทำแบบ
องค์การทั้ง ๔ นั้นเอง

- หมุนธรรมจักรไปก็ให้ทำแบบรูปปฏิจสมุปบาท ประกอบก็ใช้ได้

- อบรมบริษัท ๔ ก็ให้ทำแบบทั่วไป มีหลักฐานรับรองด้วยผลงาน

๓.๒ การสมาทานเนสซชิกังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

การสมาทานเนสซชิกังครุดงควัตร

เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๑๙ พระราชสิทธิธจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ท่านได้ตั้งสัจจะบารมีถือ
อิริยาบถ ๓ คือ ยืน เดิน นั่ง งดอิริยาบถนอนเป็นเวลา ๓๐ ปี ว่า ข้าพเจ้า งดการนอน สมาทานองค์
แห่งภิกษุผู้อยู่ด้วยการนั่งเป็นปกติ (เสวย ปฏิภาณิ, เนสซชิกังค สมายามิ) และท่านได้ถือปฏิบัติ
เช่นนั้นมาโดยตลอด

^๑ วัดนาหลวง (อภิญญาเทศิธรรม) บ้านนาหลวง ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี,
เสขปฏิปทาธุดงควัตร ๒๕ ปี, พิมพ์ครั้งแรก, (อุดรธานี: โรงพิมพ์ศักดิ์ศรีอักษรการพิมพ์, ๒๕๖๐), หน้า ๑๘.

การสมานอธิริยาบท ๓ ของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปกสุสโร) ได้สอดคล้องกับการสมานอธิริยาบท ๓ ของพระจักขุปาลเถระ ที่ได้อธิฐานไม่นอนตลอดพรรษาโดยประกาศแก่ภิกษุทั้งหลายว่า “ท่านผู้มีอายุทั้งหลาย ข้าพเจ้าจักให้ไตรมาสนี้ล่วงไปด้วยอธิริยาบท ๓ จักไม่เหยียดหลัง” ภิกษุทั้งหลายสาธุการว่า ขอจงเป็นผู้ไม่ประมาทเถิดขอรับ

ถือได้ว่าการปฏิบัติอธิริยาบท ๓ ของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปกสุสโร) นั้นท่านได้ถือปฏิบัติตามพระมหาเถระทั้งหลายในครั้งพุทธกาลมีพระจักขุปาลเถระเป็นต้น

อุดมการณ์และหลักการของพระธุดงค์

๑. เพื่อประกาศพรหมจรรย์ให้งามในเบื้องต้น ท่ามกลาง และที่สุด (ศีล สมาธิ ปัญญา)
๒. เพื่อประกาศเกียรติคุณของพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์
๓. เพื่อเดินตามรอยอริยวงศ์
๔. เพื่อฝึกฝนอบรมจิตใจให้เข้มแข็งอดทน
๕. เพื่อทำลายความเห็นแก่ตัว ไม่ติดถิ่นที่อยู่ ลาภ สักการะ อามิส ปัจจัย
๖. เพื่อกระตุ้นพระเณรให้เห็นคุณค่าของพระพุทธศาสนา
๗. เพื่อฟื้นฟูธรรมะจากตัวคนให้คนได้ปฏิบัติธรรม
๘. เพื่อเป็นการแสดงออกซึ่งความเสียสละเพื่อมหาชน
๙. เพื่อเป็นการสอนให้โลกรู้ว่าพระสงฆ์มีหน้าที่อย่างนี้
๑๐. เพื่อสร้างสันติ ความสงบให้เกิดขึ้นในบุคคลและสังคม ประเทศชาติ บ้านเมือง^๒

เมื่อเราดูอุดมการณ์ของพระธุดงค์แต่ละข้อของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปกสุสโร) จะเห็นได้ว่ามีความสอดคล้องกับหลักการประกาศพรหมจรรย์ของพระพุทธเจ้าที่ประทานแก่พระสาวกทั้งหลาย ๖๐ รูป ก่อนออกประกาศพระพุทธศาสนาว่า ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอจงจาริกไป เพื่อประโยชน์สุขแก่ชนจำนวนมาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลกเพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ทวยเทพและมนุษย์ อย่าไปโดยทางเดียวกันสองรูป จงแสดงธรรมมีความงามในเบื้องต้น มีความงามในท่ามกลาง และมีความงามในที่สุด จงประกาศพรหมจรรย์ พร้อมทั้งอรรถและพยัญชนะบริสุทธิ์บริบูรณ์ครบถ้วน^๓

^๒ พระภิกษุวิสุทธิญาณ (ทองใบ ปกสุสโร), **อริยธุดงค์**, (ของแก่น: บริษัท ขอนแก่นคัลนนานาวิทยา จำกัด, ๒๕๕๒), หน้า ๒.

^๓ วิ.ม. (ไทย) ๔/๓๒/๔๐.

การอธิษฐานจิตเพื่อทำความเพียรอันยาวยิ่ง

ในหนังสืออริยธุดงค์มีคำอธิษฐานจิตของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ในการทำความเพียรว่า “อิธะ จิตเต สัจจาธัมมัง ปัญญาวุฑฺฒิ สุทธิมคฺคะ อุปะสะมะ สังกิลิฏฺฐัง จาคะ ญานัง นิพพานะ เสวะ ฐิตัพพังฯ”

คำแปล ข้าพเจ้าขอตั้งจิตไว้อย่างมั่นคง ซึ่งความจริงแจ้งแห่งธรรมที่แหลมกล้า ทางเจริญที่ขาวรอบ ถูกทางของการไม่มีข้าศึก อันหมั่นหมองแห่งใจ ธรรมที่สละผ่องใส อันมีญาณนำออกไปสู่นิพพานที่ตั้งมั่นอยู่ณินฺรณฺดร อย่าให้อันตรายมาปิดบัง อันข้าพเจ้าหวังอย่าเนิ่นช้า ให้บรรลุธรรมตามสมเจตนา ของชีวิตที่เกิดมา ก็ข้าพเจ้าเทอญฯ^๔

คำสมาทานพระกัมมฐาน

อะหัง ภันเต สัมมาทิฏฺฐัง สะมาทานัง สัพพัง ทุกขัง อุปัจจะคุง อัสนะมิมานัสสะ วินะโย อัปปะมาเทนะ สุทธิธัมมา ปะวัตตะติ นิพพานัสสะ สัจฉิกระณัตถายะ กัมมฐานัง เทติ.

ข้าพเจ้า ขอสมาทานเอา ซึ่งสัมมาทิฏฐิ ที่เห็นความเห็นถูกต้อง อันเป็นแนวทางให้พ้นทุกข์ และถอนอัสนิมานะออกเสีย ด้วยความไม่ประมาท ให้เห็นธรรมชาติล้วนๆ ไหลไป เกิดดับตามเหตุปัจจัย ขอให้พระนิพพาน อันเป็นธรรมะผ่องใส จงปรากฏแจ่มแจ้ง แห่งใจข้าพเจ้า ในขณะที่เจริญกัมมฐานอยู่นี้ ก็ข้าพเจ้าเทอญฯ^๕

ในคำสมาทานพระกรรมฐานของพระราชสิทธิอาจารย์ก็มีความสอดคล้องกับหลักอริยมรรคมีองค์แปดที่ยกเอาสัมมาทิฏฐิขึ้นเป็นที่ตั้ง อันเป็นแนวทางแห่งการปฏิบัติที่ถูกต้องคือการตั้งจิตไว้ชอบอันเป็นสัมมาทิฏฐิ และตั้งจิตไว้ในความไม่ประมาทในการเจริญพระกรรมฐานให้เห็นพระไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาตามความเป็นจริง

๓.๓ หลักการปฏิบัติเนสัชชีกังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ในหนังสือภาวนาจิต หลักการ วิธีการ อุดมการณ์และข้อวัตรปฏิบัติสำหรับพระธุดงค์ของพระครูประภัสสรสุทธินฺคฺณ หรือ พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) พบว่า หลักฐานการประพฤติวัตร ๔ ข้อ คือ

๑. บารมี ๑๐^๖

๒. ปริจาคะ ๕

๓. จริยา ๓^๗

^๔ พระภาวนาวิสุทธิจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร), อริยธุดงค์, หน้า ๗๗.

^๕ คณะลูกศิษย์วัดนาหลวง (อภิญาเทสิตรธรรม), หนังสือสวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็นแปล, พิมพ์ครั้งที่ ๑๔, (ขอนแก่น: หจก. โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา, ๒๕๕๖), หน้า ๖๘.

^๖ คือ ทาน ศีล เนกขัมมะ ปัญญา วิริยะ ขันติ สัจจะ อธิฐาน เมตตา อุเบกขา

^๗ มหาปริจาค ๕ คือ ทรงปริจาคอวัยวะ ดวงพระเนตร พระราชทรัพย์ ราชสมบัติ โอรัสและมเหสี

๔. อริยสัจ ๔

ต้องศึกษาหลักธรรมนี้ให้ชัดแจ้งถึง ๘๐ % ก่อนจึงจะบรรลุผลได้

วิธีการ ๗ ข้อ

- | | |
|------------------|-----------------|
| ๑. พุดให้จำ | คือ พระสูตร |
| ๒. ทำให้ดู | คือ พระวินัย |
| ๓. อยู่ให้เห็น | คือ พระอภิธรรม |
| ๔. เย็นให้สัมผัส | คือ พระพุทธะ |
| ๕. สงัดให้เยี่ยม | คือ พระธรรมะ |
| ๖. เสี่ยงให้ครบ | คือ พระสังฆะ |
| ๗. สงบให้พอ | คือ พระอริยเจ้า |

ให้ครบ ๗ วิธี ถ้าอย่างต่ำ ๘๐ % ขึ้นไปจึงจะนำเอาสาระของ อริยธรรม อริยวินัย ให้เกิดผลเต็มที่

อุดมการณ์ ๑๐ ข้อ

๑. ไม่ยินดีในกาม
๒. ไม่ยินดีในสังขารที่ไม่เที่ยง
๓. เสพวิเวก ๓
๔. รักเพียร ๔
๕. เชียนธรรม ๔
๖. นำขันธ์ ๔
๗. หมั่นดี ๔
๘. มีพลัง ๕
๙. ยังฉลาด
๑๐. ตัดขาดเมา ๘

เมื่อพิจารณาอุดมการณ์ทั้ง ๑๐ ข้อจะเห็นได้ว่ามีความสอดคล้องกับภาวัตถุ ๑๐ ประการ ที่พระพุทธเจ้าประทานแก่ภิกษุทั้งหลาย อันเป็นถ้อยคำที่ควรพูดควรสนทนากันในหมู่ภิกษุ คือ ๑. อปปีจกถา (เรื่องความมักน้อย), ๒. สันตุฏฐิกถา (เรื่องความสันโดษ), ๓. ปวิเวกกถา (เรื่องความสงัด), ๔. อสังสัคคกถา (เรื่องความไม่คลุกคลี), ๕. วิริยารัมภกถา (เรื่องการปรารภความเพียร),

^๗ ยากฤต ชื่อว่าวิญญูณจริยา อนิจจานุปัสสนา ชื่อว่าญาณจริยาความคิดเพื่อทุกขานุปัสสนา (การพิจารณาเห็นความทุกข์) อันเป็นเพียงกิริยาอัปยากฤต ชื่อว่าวิญญูณจริยา ทุกขานุปัสสนา ชื่อว่าญาณจริยา ความคิดเพื่ออนัตตานุปัสสนา (การพิจารณาเห็นอนัตตา) อันเป็นเพียงกิริยาอัปยากฤต ชื่อว่าวิญญูณจริยา อนัตตานุปัสสนา ชื่อว่าญาณจริยา.

๖. สีสกถา (เรื่องศีล), ๗. สมาธิกถา (เรื่องสมาธิ) ๘. ปัญญาภกถา (เรื่องปัญญา), ๙. วิมุตติกถา (เรื่องวิมุตติ), ๑๐. วิมุตติญาณทัสสนกถา (เรื่องความรู้ความเห็นในวิมุตติ)

ภิกษุทั้งหลายภควัตถุ ๑๐ ประการนี้แล ภิกษุทั้งหลายหากเธอทั้งหลายจะพึงยกภควัตถุ ๑๐ ประการนี้ได้อย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นมากล่าวเธอทั้งหลายก็จะสามารถครอบงำเดชานุภาพของดวงจันทร์และดวงอาทิตย์ที่มีฤทธิ์มาก มีอานุภาพมากอย่างนี้ด้วยเดชานุภาพของตนได้ไม่จำเป็นต้องพูดถึงอัญญเดียรธีย์ปริพาชกทั้งหลายเลย^๔

ต่อไปนี้เป็นหัวข้อธรรมที่หลวงปู่ (พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. ทองใบ ปภสฺสโร) ท่านได้แสดงไว้ในหนังสือภาวนาจิตคู่มือสำหรับพระธุดงค์เพื่อเป็นเครื่องประกอบในการปฏิบัติธรรมให้สมบูรณ์ดังนี้

ปฏิบัติการอย่างสมบูรณ์ ๑๘ ข้อ

หมวดที่ ๑

- | | |
|------------------|----------------------|
| ๑. ตัดพันธุระ | คือ สิ่งร้อยรัดจิต |
| ๒. ละมันเมา | คือ สิ่งเศร้าหมองจิต |
| ๓. ไม่เอาทางผิด | คือ มิจฉาทิภูฏิ |
| ๔. ไม่ติดโลกธรรม | คือ โลกธรรม ๘ |
| ๕. ไม่นำตระหนี่ | คือ มัจฉริยธรรม |

หมวดที่ ๒

- | | |
|---------------|---------------------------|
| ๑. เลิกเพี้ยน | คือ วิปลาส ๓ ^๕ |
| ๒. เรียนตัด | คือ คันถะ ๔ |
| ๓. สลัดเอียง | คือ อคติ ๔ |
| ๔. เปลื้องยึด | คือ โหชะ ๔ |
| ๕. ประพฤติวาง | คือ โยคะ |

^๔ อจ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๙/๑๕๒.

^๕ สัณฺญาวิปาส จิตวิปาส ทิฏฐิวิปาสในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเที่ยง, ๒. สัณฺญาวิปาส จิตวิปาส ทิฏฐิวิปาสในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข, ๓. สัณฺญาวิปาส จิตวิปาส ทิฏฐิวิปาสในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา คันถะ (เครื่องร้อยรัด) ๑. อภิชฌาภายคันถะ (ภายคันถะคืออภิชฌา), ๒. พยาปาทภายคันถะ (ภายคันถะคือพยาบาท), ๓. สีสัพพตปรรามาสภายคันถะ (ภายคันถะคือสีสัพพตปรรามาส), ๔. อิหังสัจจาภินิเวสภายคันถะ (ภายคันถะคือความยึดถือว่าสิ่งนี้เท่านั้นจริง) (ที.ม.อ. ๑๑/๓๑๒/๒๙๓).

โหชะ ๔ คือ (๑) กาม (๒) ภพ (๓) ทิฏฐิ (๔) อวิชชา (ที.ม.อ. ๓๔๐/๓๐๗).

โยคะ ๔ (สภาวะอันประกอบสัตว์ไว้ในภพ) ๑. กามโยคะ (โยคะคือกาม), ๒. ภพโยคะ (โยคะคือภพ), ๓. ทิฏฐิโยคะ (โยคะคือทิฏฐิ), ๔. อวิชชาโยคะ (โยคะคืออวิชชา). (ที.ม.อ. ๑๑/๓๑๒/๒๙๒).

หมวดที่ ๓

- | | |
|-------------|-------------|
| ๑. ฝึกใจ | คือ อาสวะ |
| ๒. ให้ปล่อย | คือ อุปาทาน |
| ๓. ด้อยดับ | คือ ลูบลำ |
| ๔. อาภัพละ | คือ นิรวณ |
| ๕. ชนะมืด | คือ มลทิน |

หมวดที่ ๔

- | | |
|----------------|-----------------|
| ๑. ล้างมลทิน | คือ อนุสัย |
| ๒. ไม่ยินดีบาป | คือ อกุศลกรรมบถ |
| ๓. ขนาบเขลาโง่ | คือ อกุศลจิต |

ธุดังกรรม ๑๐ อย่าง

- | | |
|------------------|----------------------|
| ๑. ไม่คลุกคลี | สังสัคคะ |
| ๒. มีเพียรจัด | วิริยารัมภะ |
| ๓. สงัด | วิเวก |
| ๔. ประหยัด | สันโดษ |
| ๕. พุดน้อย | กถาวัตถุ |
| ๖. ระวังทัน | ศีลกถา |
| ๗. ตั้งมั่นดี | สมาธิกถา |
| ๘. มีฉลาด | ปัญญาภาว |
| ๙. ตัดขาดหลุด | วิมุตติภาว |
| ๑๐. สูงสุดรอบรู้ | ญาณภาว ^{๑๐} |

ธุดังกรรม ๑๐ อย่าง

- | | |
|------------------|-------------------|
| ๑. ระวัง | ศีลสังวร |
| ๒. ฟังดี | สุตตะ |
| ๓. มีมิตร | กัลยาณมิตร |
| ๔. ทำกิจล้ำ | กิงกรณียะสุทักขตา |
| ๕. ไคร่ธรรมเลิศ | ธัมมกามตา |
| ๖. เพียรพันโทษ | วิริยะ |
| ๗. สันโดษสบาย | สันโดษ |
| ๘. เป็นคนว่าง่าย | สุวโจ |

^{๑๐} พระครูประภัสสรสุทธินุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระธุดงค์ ชุด ธรรมธารา, (อุดรธานี:

๙. สติหลากหลาย สติมา
๑๐. ปัญญามากมาย ปัญญา

ธำมตรธรรม ๑๐ อย่าง

๑. พอใจเสียสละ ทาน
๒. รักสามัคคี สามัคคี
๓. ยั้งมีวินัย วินัย
๔. ใฝ่ใจเย็น วิสุทธิจิต
๕. เราเป็นบัณฑิต ปริณญา
๖. มีจิตสุต่าย อธิจิต
๗. ชอบคลายทิฐิ สัมมา
๘. ดำริชอบ สังกัปปะ
๙. กอปรกุศล กุศลธรรม
๑๐. อบรมตนไม่ขาด ภาวนา

กิจกรรม การบริหารกาย

๑. จีวร ผ้าห่ม
๒. สังฆาฏิ ผ้าซ้อนนอก
๓. สบง ผ้านุ่ง
๔. อังสะ ผ้าสะพายภายใน
๕. ประคตเอว ผ้ารัดเอว ผ้าเช็ดปาก ผ้าเช็ดมือ ผ้าเช็ดบาตร ผ้าอาบน้ำ บริหาร
โจร ให้พอเพียงมีจำกัดให้น้อยที่สุด^{๑๑}

อาหารบริหารท้อง

๑. หยาบ ขามป้อม, สมอ
๒. ละเอียด ชนิดผง หรือ น้ำ
๓. อย่างเบา ข้าวยาคุ หรือ ต้มข้าว
๔. เนื่อ กลัวยมีเมล็ด หรือ ไม่มี
๕. น้ำ เย็น ร้อน น้ำผึ้ง น้ำอ้อย
๖. กาล ฉันทได้ตลอดวันคือน้ำ
๗. วิกาล ฉันทได้แต่เช้าถึงเที่ยง
๘. กาลิก ของกลืนล่องลำคอ
๙. ห้าม ของไม่รับประเคน

^{๑๑} พระครูประภัสสรสุทธินุญ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระธุดงค์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๖.

๑๐. อนุญาต ของรับประเคน

เสนาสนะที่พับบำเพ็ญ

- | | |
|--------------|-----------------------|
| ๑. ป่า | หนา บาง น้อย ใหญ่ |
| ๒. โคนไม้ | ร่มเงา เงาไม้ นั่นเอง |
| ๓. ที่ว่าง | กลางแจ้งที่ไหนก็ได้ |
| ๔. ถ้ำ | คูหาใหญ่ น้อยก็ได้ |
| ๕. เรือนว่าง | เรือนยอด ไม่มีคนอยู่ |

ธุดงค์พักแรมอยู่ที่ใด เสมือนว่า สายฝน แสงแดด สายลม ให้ความเย็นสว่าง สบายอก สบายใจ ไม่รังแกสถานที่ ใช้แล้วเก็บรักษาความสะอาดให้ดี

วิริยะหมวดความเพียร

- | | |
|---------------------|-----------------------------|
| ๑. เครื่องครัด ๓๐ % | สว่าง |
| ๒. กลาง ๖๐ % | สงบ |
| ๓. อ่อน ๑๐ % | สะอาด |
| ๔. วินัยล้ำ | เปลือกหอย |
| ๕. ธรรม | เนื้อหอย |
| ๖. ศิลประเสริฐ | ไม่มีเวรภัย |
| ๗. วิเศษปัญญา | ไม่มีเงาเงา |
| ๘. ก้าวหน้าสมาธิ | ไม่มีนิเวศน์ |
| ๙. ดำริออกจากกาม | เห็นโทษ |
| ๑๐. หักห้ามอบาย | ทางทุกข์กายใจ ^{๑๒} |

เบ็ดเตล็ดธุดงค์

- | | |
|------------------------|-------------------|
| ๑. เริ่มชีวิตฝึกฝน | สมณะ |
| ๒. เริ่มชีวิตอบรม | วิปัสสนา |
| ๓. เริ่มชีวิตสั่งสอน | ธรรมวินัย |
| ๔. เริ่มชีวิตอดทน | ขันติ ตโปตติศึกษา |
| ๕. เริ่มชีวิตต่อสู้ | วิริยะรัมภะ |
| ๖. เริ่มชีวิตผู้รู้ | วิชาจรณะ |
| ๗. เริ่มชีวิตกตัญญู | ตอบแทน |
| ๘. เริ่มชีวิตครูของคน | สติปัญญา |
| ๙. เริ่มชีวิตผลพิทักษ์ | ความดี |

^{๑๒} พระครูประภัสสรสุทธินิคม (ทองใบ ปกสุสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระธุดงค์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๘.

๑๐. เริ่มชีวิตมรรคหลุดพ้น อธิปัญญา

รุดงค์เชี่ยวชาญเมื่อญาณเกิด

- | | |
|------------|----------------------|
| ๑. ฌาน | เพียรเพ่งเสมอ |
| ๒. สมาธิ | มั่นคงไม่หวั่นไหว |
| ๓. สมาบัติ | ปลื้มใจเมื่อผลตอบ |
| ๔. วิโมกข์ | ล่องหลุดจากพันธะ |
| ๕. มรรค | ทางเหมาะสำหรับกายใจ |
| ๖. ผล | ทางเหมาะสำหรับบัณฑิต |

เว้นกังวล หนวุ่นวาย กายสงบ ตัดใจเสาะ เพราะวิมุตติ หยุดเสพงาม ห้ามโลภจัด สกัด
ทางมาร พุ่งช่านเลิกลหนี่ สงบตลอดปี เชี่ยวชาญเช่นนี้

รุดงค์ชำนาญ

- | | |
|------------------|------------------------------|
| ๑. กำหนดลม | กำหนดสมาธิเสมอ |
| ๒. หมดจด | อิริยาบถกำหนดสมาธิเสมอ |
| ๓. อดทน สติ | กำหนดสมาธิเสมอ |
| ๔. ลดยาก ธาตุ | ตั้งอยู่เพียงขณะ |
| ๕. จากหิว อาการ | เป็นโรคยั้ง |
| ๖. คิวสู้ กระตุก | กองธัมมการ |
| ๗. อยู่จบ เวทนา | รับ ปล่อย |
| ๘. ครบรู้ จิตตา | รู้ วาง |
| ๙. ครูเรา ธรรมมา | เห็นทั้ง |
| ๑๐. เหมะทำ | บรรลุลุธรรมหมด ^{๑๓} |

รุดงค์ต่อต้าน

๑. เตรีจฉานกถา ๓๒ ประการเว้น
๒. ทำไสยทุกอย่างเว้น
๓. โหราศาสตร์เว้น
๔. หล่อเหรียญ เขียนยันต์ ปั้นรูปเว้น
๕. เจิมผ้าประเจียด น้ำมันต์ เสน่ห์เว้น
๖. ชูวงศ์สกุล เมฆาบุญ บ้าบาปเว้น
๗. บวงสรวงเทวดา พรหม ภูตผีเว้น
๘. หลงลาภ สักการะ มานะ ทิฏฐิ

^{๑๓} พระครูประภัสสรสุทธินุคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๔.

๙. ไม่มี ก. ๓ (กาม กิน เกียรติ) ไม่มี อ. ๓ (เอา อวด อ้าง) ไม่มี ย.๓ (อยาก ยึด อยู่)
 ๑๐. มี ๓ ย. (ยอม หยุด เย็น) มี ๓ ส. (สะอาด สว่าง สงบ) มี ๓ ป. (ปลง ปลด ปล่อย)
 มี ๓ ร. (ระมัด ระวัง รักษา)

บริหารธุดงค์ครบชุด

๑. ผ้าไตรจีวร บาตร ธรรมกรก เข็ม มีดน้อย มีดตัดเล็บ มีดโกน นิสิตนระ ผ้าอาบ กาน้ำ แก้วน้ำ
๒. บริวารตามสมควรเล็กๆ น้อยๆ ผ้าเช็ดปาก ผ้าเช็ดมือ สบู่ ยาสีฟัน แปรงสีฟัน ไม้จิ้มฟัน เอนน้อยๆ
๓. โดดเดี่ยวองค์เอกเฉพาะเรามีคู่ ๑ ถึง ๕ หรือ ๑๐๐ ก็ควรมี ธรรมยุติ คือ กุศลบารมี ให้เต็มที่ สักร ๕ กลาวัตถุ ๑๐ นาถกรรมะ ๑๐

การประพตธุดงค์

- | | |
|-------------------|-------------------------|
| ๑. ปาริสุทธิศีล ๔ | เคร่งครัด |
| ๒. สักร ๕ | เคร่งครัด |
| ๓. อัปปเสนธรรม ๔ | เคร่งครัด ^{๑๔} |

ผู้จะประพตวิวัตรปฏิบัติธุดงค์ ต้องมีธรรม ๗ อย่าง คือ

๑. ต้องรู้ขั้น ๕ แบบญาณทัสสนะ
 ๒. ต้องสังวรอินทรีย์ ๖
 ๓. ต้องพิจารณาก่อนค่อยบริโภคปัจจัย
 ๔. ต้องมีอธิวาสนขันติ
 ๕. ต้องมีปริวัชชะ
 ๖. ต้องมีวิโนทนะ
 ๗. ต้องมีภาวนา
- เมื่อมีธรรม ๗ ประการ ก็สามารถทำให้อาสวะสิ้นไปได้ ๑๐๐ %

ขั้น ๕ กับญาณทัสสนะ

๑. อายตนะ ๖ กับ สักร
๒. พิจารณา ๔ กับ การบริโภคปัจจัย ๔
๓. ปริวัชชะ กับ การงดเว้น
๔. วิโนทนะ กับ การบรรเทา

^{๑๔} พระครูประภัสสรสุทธินุญ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระธุดงค์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๑๐.

๕. ภาวนา กับ กัมมัญฐาน ๔
๖. รุดงค์มีค่า วิปัสสนามีคุณ

ปฏิบัติดังนี้

๑. พุดน้อย ๑๐๐ ต่อ ๑
๒. นอนน้อย ๑๐๐ ต่อ ๑
๓. กินน้อย ๑๐๐ ต่อ ๑
๔. ทำเพียร ๑๐ ต่อ ๑๐๐
๕. ไม่คลุกคลี ๑๐ ต่อ ๐
๖. พิจารณาจิตเสมอภาค
๗. ไม่เสพของเมา ใช้จีวรแค่ ๑ ชุด พร้อมบริวาร ๘ รุดงค์สถาน บ้าน ป่า โคนไม้ เรือนว่าง

ต้องทำให้ถูกต้อง

วิธีปักกลด

๑. บอกเจ้าที่ แม่ธรณีไว้บ้าง
๒. ทางจงกรมยาว ๕ วา ขึ้นไป
๓. อย่าทำลายสถานที่อันดีของเขา
๔. ทำเพียรแผ่เมตตาด้วยอัปมัญญาพรหมวิหาร
๕. จะอยู่ที่ไหนต้องบอกเขาให้รู้วักวัน สวตมณต์ไหว้พระ อย่าประมาทอวดดีอยู่ในที่ใดก็ตาม
๖. เข้ารับบิณฑบาตตามหมู่บ้านให้ระวังสำรวม
๗. เคารพธรรมเกรงวินัยทุกขณะจะปลอดภัยทุกอย่าง^{๑๕}

รุดงค์จาริกไป

๑. อย่าพักริมทางที่ไม่สงบ
๒. อย่าพักที่เขางหวงห้าม
๓. อย่าพักในชุมชนที่วุ่นวาย
๔. อย่าหมายลาภสักการะและปัจจัย
๕. อย่าทำ พุด คิด ในทางหลอกลวง
๖. จงพักป่าช้า ป่าสงบเป็นที่ดียิ่ง
๗. จงอย่าติด คน สัตว์ สังขาร
๘. จาริกไปด้วยความเอื้อเฟื้อประโยชน์ผาสุกของหมู่มหาชนเท่านั้น
๙. เว้นอคติ ๔ มุ่งอิทธิบาท ๔

จริยวัตรของพระรุดงค์

^{๑๕} พระครูประภัสสรสุทธินุคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๑๔.

๑. ไม่ติดอารมณ์ทั้งปวงในกาล ๓ นั้น
๒. ไม่เสพรสพรสังขารที่ไม่เที่ยงทน
๓. ไม่ยินดีในร้ายสรรพโลกทั้งปวง
๔. กำหนดลดกำหนดให้ชนะ
๕. กำหนดละให้หมดโกรธ
๖. กำหนดดับจนเยือกเย็น
๗. ภายนี้เป็นเรือนรังของโรค
๘. ใจนี้ไม่มีตนตัวจะรักชังทำไม
๙. ในโลกทั้งสิ้นไม่มีอะไรงามทนอยู่
๑๐. ภาย วาจา ใจ ถูกครอบงำด้วยไตรลักษณ์

รูดงค์นี้ควรแก่พระโยคาวจร

๑. ผู้มีราคะจริต รักแรงกล้า
๒. ผู้มีโมหะจริต หลงจัด

กำหนดในกามกิเลส ลุ่มหลงในกามคุณ ต้องรูดงค์อย่างแรงกล้า จึงทำให้บรรเทา ราคะ โมหะ ลงไปได้ ขัดเกลากิเลส เนกขัมมะ พุดว่าขัดเกลา นิสสรณ บรรเทากิเลส ปราโมทย์ เมื่อมีราคะ โมหะจำพวกนี้ หรือ อนุสัย ๗ กำจัด โลภะ ราคะ โมหะนี้เอง^{๑๖}

- | | |
|---------|------------------------|
| ศีล | กำจัด โลภะ ราคะ โมหะ |
| สมาธิ | กำจัด นิวรณ์ ราคะ โมหะ |
| ปัญญา | กำจัด อาสวะ ราคะ โมหะ |
| วิมุตติ | กำจัด อกุศล ราคะ โมหะ |

พระภิกษุสามเณรที่บวชเข้ามาในทางพระพุทธศาสนารุ่นอนุสัยแรง ไม่ค่อยรู้รูดงค์ธรรม อันเป็นทางบรรลุนิยัตถธรรมของพระพุทธศาสนา นับวันแต่จะถอยรูดเข้าไปสู่โลกียกามตามชาวบ้าน การใช้ชีวิตเลยมุ่งกาม คำว่า คุณภาพทางพระเณร โดยอาศัยพุทธะ ธรรมะ วินัยไม่มีในสมอง มองไปสู่แต่ทางกามกิเลส วัตถุกาม โลกธรรม มันเหมือนกับว่าชีวิตที่ปลอดจากกาม กิณ เกียรตินี้ไร้คุณค่า ไม่อยู่ในสายตาของความนิยมของบัณฑิตชน ที่บูชาอริยธรรม อริยวินัย จิตไพล ใจเอียงไปสู่ ๓ ก. (กาม กิณ เกียรติ) กันทั้งหมดสิ้น พระเณรก็ต้องวิ่งตามโยม

- | | |
|------------|-------------------------|
| คำว่าพระ | ผู้ประเสริฐด้วยไตรสิกขา |
| คำว่าภิกษุ | ผู้เห็นภัยของภพชาติ |
| คำว่าภิกขุ | ผู้ขอให้ทำดีทุกกลมหายใจ |
| สามเณร | เหล่านักของพระ |

^{๑๖} พระครูประภัตรสรสสุตธิคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรูดงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๑๖.

สมณะ	ผู้สงบทางกาย ใจ วาจา
พรหมจรรย์	ผู้วิเศษยิ่ง
พระโยคาวจร	ผู้บำเพ็ญเพียร
พระอริยเจ้า	ผู้ไม่มีข้าศึก
พระชีนาสพ	ผู้ไม่มีอาสวะ
พระอรหันต์	ผู้ไม่มีกิเลสอะไร
พระพุทธเจ้า	ผู้ตรัสรู้เอง ไม่มีในหัวใจเขาเลย แต่ถ้ามีผู้พาทำก็คงมีอยู่ ทุกอย่าง

ของโลกมันถึงจะสะดวกสบายใจ คล่องทาง วาจา ผู้นำพาทางธรรมวินัยถึง ๑๐๐ % ผู้ตามมาทางธรรมวินัยก็ถึง ๑๐๐ %

ผู้ออกจากริกธุดงค์ต้องมี

พูนึก รักงาน หวานคำ ฉ่ำเมตตา เมินอามิส จิตสงบ ครบสัจด์ ตัดกระแสโลภีย้อย่างเด็ดเดี่ยว เทียวไปอย่างพุทธะ ธรรมะ สังฆะเลย

ธุดงค์มีใช้ดูแล อานิสงส์ของธุดงค์ดังนี้

๑. ผู้ถือจีวรกำจัด สุภะ ออกไป
๒. ผู้ถือบิณฑบาต กำจัด นิจจัง ออกไป
๓. ผู้ถือเสนาสนะ กำจัด ทุกขัง ออกไป
๔. ผู้ถือทำเพียร กำจัด อตตะตา ออกไป

เป้าหมายของธุดงค์ วัตถุประสงค์ บรรณานา ประสงค์ เจตนาของธุดงค์โดยตรงคติของธุดงค์ โดยเฉพาะแล้ว กฎของธุดงค์โดยเฉพาะแล้ว หน้าที่ของธุดงค์ผลของธุดงค์ ก็ต้องใช้ในผลของงานธุดงค์อันนิยมอยู่ กฎของธุดงค์มี อนิจจังต้องรู้ชัด ๓๐% ทุกขัง ๔๐% อนัตตา ๓๐% โลก-ธรรม-คนไม่แน่นอน

ธุดงค์ต้องรู้จักระเบียบ

ต้องฉลาดใน อนิจจาสังขารให้ดี ว่า สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง
ต้องฉลาดใน ทุกขาสังขารให้ดี ว่า สังขารทั้งหลายเป็นทุกข์
ต้องฉลาดใน อนัตตาสังขารให้ดี ว่า สังขารทั้งหลายไม่ใช่ตัวตน

หน้าที่ของพระธุดงค์

๑. ทำลายราคานุสัยจากใจให้สะอาด
๒. ล้างปฏิฆานุสัยให้หมดไปจากใจ
๓. ล้างมานานุสัยให้สิ้นไปจากใจ
๔. ล้างมิจฉาปฏิฆะออกไปจากใจ
๕. ล้างความสงสัยออกไปจากจิต

๖. ล้างภพให้หมดไปจากใจ

๗. ล้างอวิชชาออกจากจิตให้หมดไป

อนุสย ๗ นี้ มันต้องอาศัยการประพฤติทางรุนแรงมันค่อยมีทางผ่านออกไปโดยถูกต้อง
กำจัด ขจัด ชัดเกลี้ยง ล้าง เป็นหน้าที่ของรูดงค์โดยเฉพาะ โลภะ โทสะ โมหะ นี่ต้องทำลายด้วย ศีล
รูดงค์ ล้างโทสะทางจิต สมาธิรูดงค์ ล้างโลภะทางจิต ปัญญารูดงค์ ล้างโมหะทางจิต เพราะเหตุนี้เอง
ยีนรูดงค์ ก็ต้องกำจัดราคะ เณรูดงค์ก็ต้องกำจัด โภคะ นักรูดงค์ ก็ต้องกำจัดโมหะ นอนรูดงค์ก็ต้อง
กำจัดอวิชชา

ทำ กำจัดตัณหา

พูด กำจัดมิจฉา

คิด กำจัดอาสวะ

นั่นแหละรูดงค์ อันพระโยคาวจรเจ้า ประพฤติตามด้วยศรัทธา ปัญญาย่อมมีผลใหญ่
อานิสงส์มาก^{๑๗}

- | | |
|--------------|--------------|
| ๑. วัตถุกำ ๕ | ชนะออกไปสบาย |
| ๒. อภิชฌา | ชนะออกไปสบาย |
| ๓. กามฉันทะ | ชนะออกไปสบาย |
| ๔. กามราคะ | ชนะออกไปสบาย |
| ๕. บริสุทธี | ชนะออกไปสบาย |
| ๖. ไม่หลง | ชนะออกไปสบาย |
| ๗. มีความสุข | ชนะออกไปสบาย |

รูดงค์ที่นิยม

๑. ถือผ้าบังสุกุล
๒. ฉันทนเดียว
๓. เทียบบิณฑบาต
๔. อยู่ป่าที่สงบระงับ
๕. ทำเพียรอุกฤษฏ์

รูดงค์ผลมีดังนี้

๑. ตัดโลเลมกมากออกไปสบาย
๒. ตัดหงุดหงิดฟุ้งซ่านออกไปสบาย
๓. ตัดมกมายทางโลกามิสออกไปสบาย
๔. ไม่แสวงหากามอีกต่อไปในชีวิต

^{๑๗} พระครูประภัสสรสุทธินิคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรูดงค์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๒๑.

๕. เปื้อน่ายขันธ ๕
๖. ถอนรักหลงในขันธ ๕
๗. หลุดพ้นออกไปจากบ่วง
๘. ใจขาวรอบภายในเฉพาะ
๙. จิตสงบเรียบง่ายเสมอ
๑๐. เยือกเย็นของกายใจนั้นๆ^{๑๘}

รุดงค์สาระมีผลดีต่อสงฆ์มณฑลอยู่หลายอย่างดังนี้

๑. สามัคคีธรรม
๒. เว้นวิวาท
๓. มีสติฉลาด
๔. ไม่ประมาทเขลาโง่ต่อโลกธรรม
๕. บิณฑบาตบรรเทาต่อทุกข์ทรมาน
๖. อดทนสนใจต่ออริที่ถูกต้อง
๗. ไม่มีประทุษร้ายชีวิตกายทรัพย์
๘. วิหิงสาไม่รังแกผู้อื่นใดอีก
๙. ผ่องแผ้วว้าวทุกกลมหายใจ
๑๐. กาย วาจา ใจ เย็นยอมหยุดเยียมเลยเฉพาะ

ดังนี้ แสดงให้เห็น ๑๐ อย่าง ให้รู้ ๑๐ อสุภสัญญา กายคตาสติ ต้องเห็นสัณยโยชน์ ๑๐

ต้องรู้ให้แท้จริง

พระรุดงค์ ๑๓ ท่าน

- | | |
|----------------|--------------------|
| ๑. พระสติ | ของประเสริฐยิ่งยอด |
| ๒. พระวิจิตร | ของทำให้สะอาด |
| ๓. พระวิริยะ | พาให้พ้นทุกข์ |
| ๔. พระปิติ | สบายใจเสมอ |
| ๕. พระปัสสัทธิ | สงบจิตใจตลอด |
| ๖. พระสมาธิ | ตั้งตรงทั่วถึง |
| ๗. พระอุเบกขา | เย็นอยู่สุข |
| ๘. พระศีล | ปลอดภัย |
| ๙. พระปัญญา | รู้ทันเหตุผล |
| ๑๐. พระญาณ | เห็นรอบทุกทิศ |

^{๑๘} พระครูประภัตรสุทธานุกุล (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุต ธรรมธारा, หน้า ๒๕.

๑๑. พระวิมุตติ หลุด
๑๒. พระนิสสรณะ ออก
๑๓. พระเนกขัมมะ จากกาม

เป็นพระอยู่ป่าก็เบิกบาน พระอยู่บ้านก็สะอาด สงบ สว่าง พระอยู่ที่ต่างๆ ก็ว่างโปร่ง เย็นมิใช่พระเน่าๆ เหม็นๆ แบบที่มีอยู่ทั่วไปของวัดวาอารามนั้น พระรุดงค์ ๑๓ องค์นี้มีประโยชน์ต่อผู้ประพฤติตามถึง ๑๐๐% ทุกกาลเวลาไปแห่งยุค^{๑๙}

บริสุทธิรุดงค์

๑. ไม่สับสนหรือเกินหยาบเด็ดขาด
๒. ไม่หล่อเหวี่ยงเขียนยันต์ทำด้าย
๓. ไม่ขายรูปพระกระดุกพระเด็ดขาด
๔. ไม่บูชาภูตผี ภูเข่า ต้นไม้ ใบหญ้า
๕. ไม่ชูงเข้าสู่สกุลตลอดกาล
๖. เว้นดูทีวี วีดีโอ ร้อง รำ เพลง
๗. ไม่เสพกามคุณ ๕ เด็ดขาด

เสวยกำไรอยู่ในฉนวนเท่านั้น สติวิมาน ญาณวิหาร ปัญญาวิเวก เท่านั้นที่สมบูรณ์ดี

อริยรุดงค์ ๑๐ อย่าง

๑. ไม่ถูกนิรณันท์
๒. ไม่เป็นทาสอารมณ์
๓. พักพึงอิงธรรม
๔. มีสติรักษากายใจ
๕. ไม่ยินดีต่อสังขารไม่เที่ยง
๖. ไม่แสวงหากาม
๗. ไม่ตรึงถึงกามที่ละแล้ว
๘. อยู่ด้วยฉาน
๙. อยู่ด้วยกุศล
๑๐. อยู่ด้วยอธิปัญญา

โลกิยรุดงค์

๑. โลกธรรม ๘ หลงชม
๒. ตระหนี่ ๕ งมงาย
๓. ปัจจัย ๔ หมายมุ้ง

^{๑๙} พระครูประภัสสรสุทธิตุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๒๙.

- | | |
|--------------|------------|
| ๔. อคติ ๔ | ยุ่งเกี่ยว |
| ๕. อุปาทาน ๔ | เหนียวรั้ง |
| ๖. อบายมุข ๔ | หวังสนุก |
| ๗. โอฆะ ๔ | สุขยังติด |
| ๘. วัตถุกำ ๕ | จิตยังหลง |
| ๙. นิเวรณ ๕ | ใจติดหลง |
| ๑๐. อนุสัย ๗ | ตกลงนิยม |

โลกุตระรุตงค์

- | | |
|------------|-----------------|
| ๑. ฌาน | ผ่านเข้าสู่ฌาน |
| ๒. สมาธิ | เบิกบานจิตมั่น |
| ๓. สมาบัติ | สุขสันต์อุรา |
| ๔. วิโมกข์ | หลุดพ้นกิเลส |
| ๕. มรรค | ก้าวหน้าสู่มรรค |
| ๖. ผล | ยอดรักคือผล |

พระรุตงค์ที่มีความประพฤติดีปฏิบัติชอบอยู่ในอริยธรรม อริยวินัยถึง ๑๐๐% ของการประพฤติพรหมจรรย์ ย่อมสำเร็จประโยชน์^{๒๐}

จิ้งจอกรุตงค์

๑. มีลูกประจำห้อยคอเป็นพวง
๒. ถือไม้เท้าหัวลิงหรือสิงห์
๓. ปักกลดริมทางชุมชนมาก
๔. ทำด้ายผูกแขนน้ำมันต์
๕. ไม่มีสำรวมอินทรีย์ ๖

จำพวกรุตงค์เหล่านี้คือตัวแสบนทางธรรมสายต่ำ เสพธรรมเป็นภาพพจน์ที่ศรัทธาไทยตกไป ไม่เป็นที่นิยมของพระอริยะเจ้าอะไร

สิงห์รุตงค์

- | | |
|-----------|--------------------|
| ๑. ศรัทธา | เชื่อการตรัสรู้ |
| ๒. วิริยะ | ก้าวออกจากกาม |
| ๓. ปัญญา | รอบรู้โทษของกาม |
| ๔. สมาธิ | สงบระงับจากกาม |
| ๕. สติ | รู้ทางออกหนีจากกาม |

^{๒๐} พระครูประภัสสรสุทธินุคุณ (ทองใบ ปสสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุตงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๓๒.

รูดงค์เหล่านี้ คือ ตัวประกาศสัจจะธรรมให้รู้เรื่องไพบูลย์ต่อพระศาสนาสืบไปไม่มี
สิ้นสุดทางดี เป็นแม่บทพอบาทช่วยประกาศอริยธรรมนำสู่ปวงชนทั่วไป

รูดงค์ทรงกลด

๑. ไม่ล่วงสิกขาบทที่บัญญัติไว้
๒. ทำกิริยามารยาทให้เรียบร้อยงามเสมอ
๓. เลิกตรึกเข้าหากามโลกีย์
๔. ยืน เดิน นั่ง นอน ในมหาสติ
๕. ปฏิบัติธรรมไม่เคยหยุดเล่น
๖. มุ่งหลุดพ้นเป็นทางหวังได้
๗. เคารพยำเกรงพระรัตนตรัยยิ่ง
๘. เทิดทูลบูชาพระอริยเจ้าเสมอ ทางสว่างงามแห่งรูดงค์ทั้งปวงใน ๑๓ ข้อนั้น

แก่นแท้รูดงค์

๑. รู้แจ้งตามจริงของขั้น ๕
๒. ไม่เสพความพอใจในโลกามิส
๓. เห็นว่าโลกคือหมูสัตว์ที่เมาอยู่
๔. ไม่วิ่งตามกามมารมณห์ทั้งปวง
๕. ดับทางกาย วาจา ใจ ไม่ไปตามกิเลส

รูดงค์ที่ตรงจุด

- | | |
|-----------------|----------------|
| ๑. พระอริยบุคคล | ผู้ไม่มีข้าศึก |
| ๒. พระชีนาสพ | ผู้ไม่มีอาสวะ |
| ๓. พระอรหันต์ | ผู้ไม่มีกิเลส |
| ๔. พระวิสุทธิ | ผู้ไม่มีมาร |

รูดงค์เมื่อพระองค์ทรงอยู่

- | | |
|---------------------|------------------------------|
| ๑. ไม่ดูทีวี | อันเป็นผีประจำบ้าน |
| ๒. ไม่มีสีกา | ไม่ต้องการทางกาม |
| ๓. ไม่สูบบุหรี่ | เลิกเลวทราม |
| ๔. ไม่กินหมาก | ไม่ตามของเมา |
| ๕. ไม่ปลุกเสก | ไม่เอาของมัว |
| ๖. ไม่สะเดาะเคราะห์ | เสียเชื้ญต่อชะตา |
| ๗. เว้นฝึกลูกนิมิต | ไม่มัวไปเที่ยวงานฝึกลูกนิมิต |
| ๘. ไม่มีปิดทองพระ | ไม่มัวไปเที่ยวปิดทองพระ |

- | | |
|---------------------|-------------------------|
| ๙. ไม่มีขายผ้าไตร | ไม่ต้องมัดแต่บูชาผ้าไตร |
| ๑๐. ไม่ทำด้ายผูกแขน | ไม่มัดทำด้ายผูกแขน |

รุดงค์สมบัติ ๔ อย่าง

- | | |
|-----------------|-------------------------------|
| ๑. ศีลสมบัติ | จริยา ระวางดีงาม |
| ๒. จริยาสมบัติ | อาจารย์ เรียบง่าย |
| ๓. ทิณสมบัติ | เห็นถูก |
| ๔. อาชีวะสมบัติ | ถูกต้อง ^{๒๑} |
| ศีล | อาศัยศีลสิกขาเลี้ยงชีวิต |
| อาจารย์ | อาศัยความเรียบง่ายเลี้ยงชีวิต |
| ทิณ | อาศัยความเห็นถูกเลี้ยงชีวิต |
| อาชีพ | อาศัยสัจจะสุจริตเลี้ยงชีวิต |

สมบัติ ๔ ก็ระวางวิบัติด้วย ยุคนี้อาชีวะหาบหามานะแน่นแกละออกยากแท้ๆ ในจิตของหมู่สัตว์ สมบัติของพระรุดงค์มี ๔ ข้อ ขาดข้อใดข้อหนึ่งมิได้เด็ดขาด

รุดงค์ต้องพักพิงอิงอาศัยธรรม ๔ ข้อ ใน อัปปเสนธรรม ๔

- | | |
|-----------------------|--------------|
| ๑. พิจารณาแล้วงดเว้น | อบายมุข ๔ |
| ๒. พิจารณาแล้วเสพ | ปัจจัย ๔ |
| ๓. พิจารณาแล้วอดกลั้น | นินทา ยกย่อง |
| ๔. พิจารณาแล้วบรรเทา | อกุศลวิตก |

อาหาเรปฏิกูล ๔ ชนิด

- | | |
|---------------------|---------|
| ๑. กะฬิงการาหาร | คำข้าว |
| ๒. ผัสสาหาร | ถูกต้อง |
| ๓. วิญญานาหาร | รับรู้ |
| ๔. มโนสัญญาเจตนาหาร | เจตนา |

แบกกกลดเป็นหงส์ ปักลงเป็นกา ยามแขกมาเป็นฤาษีมุณี ยามแขกหนีเป็นจิ้งจอกจระเข้ ทุกราย เพราะนอนนานตื่นสายไม่อาบยาบ กราบไม่ลง เป็นสงฆ์ทรงเจ้าเข้าผีเยอะแยะ มั่นตักยุคผี รุกราน ยุคมารร้าวอย่างนี้ย่อมเป็นไปตามชะตากรรมของมนุษย์ทั้งหมด^{๒๒}

รุดงค์ผู้วางปลงพันธะ

- | | |
|----------------|--------------|
| ๑. อาวาสปลิโพธ | ไม่ห่วงอาวาส |
|----------------|--------------|

^{๒๑} พระครูประภัสสรสุทธินุคุณ (ทองใบ ปสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๓๔.

^{๒๒} พระครูประภัสสรสุทธินุคุณ (ทองใบ ปสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๔๕.

๒. สกฺลปฺลิโพธ	ไม่ห้วงสกุล
๓. คณะปฺลิโพธ	ไม่ห้วงหมู่
๔. ลากฺปฺลิโพธ	ไม่ห้วงลาก
๕. กัมมะปฺลิโพธ	ไม่ห้วงการงาน
๖. คันถะปฺลิโพธ	ไม่ห้วงการเรียน
๗. อันธะปฺลิโพธ	ไม่ห้วงการเดินทาง
๘. อาพาธะปฺลิโพธ	ไม่ห้วงการเจ็บป่วย
๙. ญาติปฺลิโพธ	ไม่ห้วงญาติพี่น้อง
๑๐. ฤทธิปฺลิโพธ	ไม่ห้วงฤทธิ

อนุปัสสนาของพระรุดงค์

๑. อนิจจานุปัสสนา	ชั้น ๕ ไม่เที่ยง
๒. ทุกขานุปัสสนา	ชั้น ๕ เป็นทุกข์
๓. อนัตตานุปัสสนา	ชั้น ๕ ไม่มีตัวตน
๔. นิพพิทานุปัสสนา	น่าเบื่อ
๕. วิราคานุปัสสนา	ไม่กำหนด
๖. นิโรธานุปัสสนา	ควรดับ
๗. ปฏินิสสัคคานุปัสสนา	ส่งคืน

เพื่อป้องกันความเพื่องของจิตใจเมื่อยามทำเพียรอยู่ในยามราตรีสังัดสงบนั่นๆ

อภิสมัยแห่งรุดงค์

๑. ฌานของพระอริยเจ้า
๒. สมาธิของพระโยคาวจร
๓. สมาบัติของพระชีณาสพ
๔. วิโมกข์ของสังฆมณฑล
๕. มรรคของพระอรหันต์
๖. ผลของพระอรหันต์
๗. จิตไม่มีพยาบาท
๘. จิตไม่มีเบียดเบียน
๙. จิตไม่เศร้าหมอง
๑๐. จิตใจสะอาดหมดจด^{๒๓}

^{๒๓} พระครูประภัสสรสุทธินิคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๕๕.

รูดงค์เต็ม ๑๐๐% มีดังนี้

๑. มีวิราโค ปราศจากกำหนด
๒. มีตันทักขยะ ปราศจากอยาก
๓. มีเนกขัมมะ ปราศจากกาม
๔. มีอสังขาระ ปราศจากปรุง
๕. มีอนาสวะ ปราศจากสิ่งตอง

เชื้อสายศากยะบุตรพุทฺธิโนรสสุตเจ้ามุนีนาถ จึงไม่ควรแสวงหาอธรรมเด็ดขาดมีแต่ประกอบสุจริตธรรมอันขาวรอบในจิตใจภายใน

พระรูดงค์แท้ๆ

๑. ต้องอยู่ในธรรมาภิสมัย อันเป็นวิปัสสนาปัญญา
๒. ต้องอยู่ในสมณภavana อันเป็นมหาสมาบัติยิ่งใหญ่ของมนุษย์
๓. ต้องอยู่ในวิชาจรณะ อันเป็นเสขปฏิบัติอันยิ่งยวด
๔. ต้องอยู่ในพหุสัจจะ อันอุดมของชีวิตจิตใจความเจริญ
๕. ต้องอยู่ในอริยศีล อันไม่มีข้าศึกศัตรูหมู່ไพร่แท้จริง

พระผู้รักการขัดเกลากายใจ

๑. ต้องรู้จักแนวทางของพระอริยเจ้าว่าไม่พึงสยบอยู่ในกาม
๒. ต้องรู้จักทางนำมาแห่งมหันตทุกข์อันอาศัยกามเท่านั้น
๓. ต้องรู้จักทางนำมาแห่งรชชาทิกามว่าร้ายยิ่งนัก
๔. ต้องรู้จักทางนำมาแห่งความดับกามให้เยือกเย็นเต็มที่ของเรา
๕. ต้องรู้จักทางนำมาแห่งการเกิดกามโดยไม่มีที่สุดแล้วละ

พระรูดงค์ผู้พร้อมแล้ว

๑. ไม่เสพจีวรด้วยตัณหา
๒. ไม่เสพอาหารด้วยตัณหา
๓. ไม่เสพเสนาสนะด้วยตัณหา
๔. ไม่เสพยาแก้โรคด้วยตัณหา
๕. สละสกุล

พระรูดงค์ต้องสว่าง ๙๐%

๑. เมาทัก เลิกราตัดขาด
๒. รักไกล ไม่มองมันอีก

- | | |
|-----------------|-------------------|
| ๓. อาลัยลา | ตัดทิ้งไม่มีศัตรู |
| ๔. ตัณหา | ละ |
| ๕. วัฏฏะ | ตัด |
| ๖. กำหนด | ตาย |
| ๗. มุ่งหมาย | ดับ |
| ๘. ไม่รับนิมนต์ | |
| ๙. ฝึกฝนขนาด | |

พระอรุณวงศ์ดเว้น คามนิคม นคร ชนบท บุคคล หมู่ญาติ ไม่พึงเสวนาเลยดีพิเศษแล
 บ้าน ไม่พึงกังวลเกี่ยวข้อง
 นิคม ไม่พึงเที่ยวไปสู่เลย
 นคร ไม่พึงแสดงอาการคั่นเคย
 ชนบท ไม่พึงไปบ่อยจนติดใจ
 บุคคล ไม่ต้องเกี่ยวข้องดีมาก
 หมู่ญาติ ไม่ต้องมีผูกใจติดอยู่

นำมาแห่งความลำบากในการบำเพ็ญภาวนาจิตใจของเธอ ดูหญิงมารทั้ง ๓ ใจบาป
 ดูก่อนหญิงร้ายใจมารทั้ง ๓ ไม่มีธุระอะไรสำหรับเธอในโลกาเยอันเน่าบูด ย่อมมีแต่พวกเฝ้าดูคอย
 รังแกไม่เคยหยุด แสดงว่าของเลวร้ายเป็นของพวกมารร้ายพร้อมทั้งกายใจอันเธอมีดีตรองจำ
 ไม่เคยให้โอกาสนั่นเอง พระโยคาวจรอรุณวงศ์ผู้มีโอกาส เมื่อถูกมารร้ายรังแกก็ทำให้สูญเสียสมรรถภาพ
 อันอุดม^{๒๔}

ธัมมารุธ

๑. เสพสุญญตาธรรมเสมอ
๒. เสพอนัตตธรรมเสมอ
๓. เสพอัปมานิหิตธรรมเสมอ
๔. เสพอริยวิหารธรรมเสมอ
๕. เสพอนุบุพวิหารเสมอ

จิตหายภัย ใจหายพิษ มโนหายสนุก วิญญาณสบาย การประพฤติตามอริยประเพณี
 ของศาสนาก็จะพากายใจออกจากโลกีย์วิสัย ๑๐๐%

ลำดับนี้จะได้นำเอาพุทธพจน์ที่พระพุทธเจ้าได้แสดงไว้เกี่ยวกับภัยที่จะเกิดขึ้นกับภิกษุที่
 ประพฤติด้วยความย่อหย่อนเกี่ยวกับการใช้จีวรและอาหารบิณฑบาตว่า ภิกษุทั้งหลาย ในกาลยืดยาว

^{๒๔} พระครูประภัตรสุทฺธิคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระอรุณวงศ์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๕๘.

ฝ่ายอนาคต จักมีภิกษุทั้งหลายผู้ต้องการความสวยงามในเครื่องนุ่งห่ม (จีวร) เธอทั้งหลายเมื่อเป็นเช่นนั้น จักเลิกล้างจากการใช้ผ้าบังสุกุล จักเห็นทางที่นอนที่นั้งอันเป็นป่าและป่าชฎุเจียบสงัด จักมั่วสุมชุมนุมกันอยู่แต่ในย่านหมู่บ้าน นิคม และเมืองหลวง และจักถึงอเนสนกรรม คือการแสวงหาอันไม่สมควรหลายแบบหลายวิธี เพราะความต้องการความสวยงามในเครื่องนุ่งห่มนั้นเป็นเหตุ

ภิกษุทั้งหลาย นี่เป็นอนาคตภัย ข้อที่หนึ่ง ซึ่งยังไม่เกิดขึ้นในบัดนี้ แต่จักเกิดขึ้นในเวลาต่อไป พวกเธอทั้งหลายพึงสำนึกไว้ให้ตื้นครันได้สำนึกแล้วก็พึงพยายามเพื่อกำจัดภัยนั้นเสีย

อนาคตภัยข้อที่สอง

ภิกษุทั้งหลาย ในกาลที่ยาวฝ่ายอนาคต จักมีภิกษุทั้งหลายผู้ต้องการความเอร็ดอร่อยในอาหาร เธอทั้งหลายเมื่อเป็นเช่นนั้น จักเลิกล้างจากการเที่ยวบิณฑบาต จักเห็นทางที่นอนที่นั้งอันเป็นป่าและป่าชฎุเจียบสงัด จักมั่วสุมชุมนุมกันอยู่แต่ในย่านหมู่บ้าน นิคม และเมืองหลวง และจักถึงอเนสนกรรม คือการแสวงหาอันไม่สมควรหลายแบบหลายวิธี เพราะความต้องการความเอร็ดอร่อยในอาหารนั้นเป็นเหตุ

ภิกษุทั้งหลาย นี่เป็นอนาคตภัย ข้อที่สอง ซึ่งยังไม่เกิดขึ้นในบัดนี้ แต่จักเกิดขึ้นในเวลาต่อไป พวกเธอทั้งหลายพึงสำนึกไว้ให้ตื้นครันได้สำนึกแล้วก็พึงพยายามเพื่อกำจัดภัยนั้นเสีย^{๒๕}

แต่หลวงปู่ทองใบ ปกสฺสโร (พระราชสิทธิอาจารย์) ท่านได้ถือปฏิบัติเกี่ยวกับการใช้จีวรอย่างประหยัดโดยที่ท่านใช้ไตรจีวรหนึ่งชุดตลอดสามปีจึงจะเปลี่ยนครั้งหนึ่ง และเรื่องอาหารบิณฑบาตท่านก็ฉันวันละครั้งเท่านั้นเรียกว่า (เอกาสนิกข) องค์แห่งภิกษุผู้มีการฉัน ณ อาสนะเดียวเป็นปกติ

ลำดับนี้จะได้นำเอาลักษณะตัดสินธรรมวินัยที่พระพุทธเจ้าได้แสดงแก่พระนางมหาปชาบดีโคตมีเพื่อเป็นเครื่องยืนยันว่าสิ่งที่พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปกสฺสโร) ได้ถือปฏิบัติอยู่นั้นเป็นสิ่งที่ถูกต้องตรงตามพระธรรมวินัยทุกประการดังนี้

ลักษณะตัดสินธรรมวินัย ๘ ประการ

พระวินัยปิฎก จุฬวรรค ภิกษุณีขันธกะ ปฐมภาณวาร พระผู้มีพระภาคได้ตรัสกับพระนางมหาปชาบดีโคตมีว่า โคตมี ท่านรู้ธรรมเหล่าใดว่า

๑. ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อความคลายกำหนด ไม่เป็นไปเพื่อความกำหนด
๒. ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อความพราก ไม่เป็นไปเพื่อความประกอบไว้
๓. ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อการไม่สะสม ไม่เป็นไปเพื่อความสะสม
๔. ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อความมักน้อย ไม่เป็นไปเพื่อความมักมาก

^{๒๕} อก.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๒๔/๘๐.

๕. ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อความสันโดษ ไม่เป็นไปเพื่อความไม่สันโดษ
 ๖. ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อความสัจ ไม่เป็นไปเพื่อความคลุกคลีหมู่คณะ
 ๗. ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อปรารภความเพียร ไม่เป็นไปเพื่อความเกียจคร้าน
 ๘. ธรรมเหล่านี้เป็นไปเพื่อความเป็นคนเลี้ยงง่าย ไม่เป็นไปเพื่อความเป็นคนเลี้ยงยาก
- โคตมิ ท่านจงจำไว้โดยส่วนเดียวว่า นั่นเป็นธรรม นั่นเป็นวินัย นั่นเป็นสัตตสุตสน^{๒๖}

มหาปเทศ ๔ ข้ออ้างใหญ่

มหาปเทศ ๔ เป็นข้ออ้างใหญ่ที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงแก่ภิกษุทั้งหลายเพื่อเป็นเครื่องตัดสินพระธรรมวินัยว่าสิ่งใดที่พระพุทธเจ้าไม่ได้บัญญัติไว้แต่เป็นสิ่งที่เป็นไปเพื่อความขัดเกลาภิเลสสิ่งนั้นก็สิ่งสมควรดังนี้

สมัยนั้น ภิกษุทั้งหลายเกิดความยำเกรงอยู่ในข้อบัญญัติบางอย่างว่า “สิ่งใดหนอพระผู้มีพระภาคทรงอนุญาตไว้ สิ่งใดหนอไม่ทรงอนุญาตไว้” ภิกษุทั้งหลายจึงนำเรื่องนี้ไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคให้ทรงทราบ พระผู้มีพระภาคได้ประทานมหาปเทศไว้ ๔ ข้อคือ

๑. ภิกษุทั้งหลาย สิ่งใดเราไม่ได้ห้ามไว้ว่า “สิ่งนี้ไม่ควร” ถ้าสิ่งนั้นอนุโลมเข้ากับสิ่งที่ไม่ควรขัดกับสิ่งที่ควรสิ่งนั้นไม่ควร
๒. ภิกษุทั้งหลาย สิ่งใดเราไม่ได้ห้ามไว้ว่า “สิ่งนี้ไม่ควร” ถ้าสิ่งนั้นอนุโลมเข้ากับสิ่งที่ควรขัดกับสิ่งที่ไม่ควรสิ่งนั้นควร
๓. ภิกษุทั้งหลาย สิ่งใดเราไม่ได้อนุญาตไว้ว่า “สิ่งนี้ควร” ถ้าสิ่งนั้นอนุโลมเข้ากับสิ่งที่ไม่ควรขัดกับสิ่งที่ควรสิ่งนั้นไม่ควร
๔. ภิกษุทั้งหลาย สิ่งใดเราไม่ได้อนุญาตไว้ว่า “สิ่งนี้ควร” ถ้าสิ่งนั้นอนุโลมเข้ากับสิ่งที่ควร ขัดกับสิ่งที่ไม่ควรสิ่งนั้นควร^{๒๗}

โทษแห่งภิกษุผู้คลุกคลีอยู่ในสกุล

ในอังคุตตรนิกาย ปัญจกนิบาต ได้แสดงโทษของภิกษุผู้ชอบคลุกคลีอยู่ในสกุลว่า ภิกษุทั้งหลาย โทษห่าอย่างเหล่านี้เป็นโทษแห่งภิกษุผู้เข้าไปสู่สกุลแล้ว คลุกคลีอยู่ในสกุลจนเกินเวลาอันสมควรโทษห่าอย่างอะไรกันเล่า ห่าอย่างคือ

๑. เธอย่อมได้เห็นมาตุคามเนืองๆ
๒. เมื่อมีการเห็น ความใกล้ชิดทางกายก็เกิดขึ้น
๓. เมื่อมีความใกล้ชิดทางกาย ความสนิทสนมเป็นกันเองก็มีขึ้น

^{๒๖} วิ.จู. (ไทย) ๗/๔๐๗/๓๒๔.

^{๒๗} วิ.ม. (ไทย) ๕/๓๐๕/๑๓๙-๑๔๐.

๔. เมื่อมีความสนิทสนมเป็นกันเองแล้ว โอกาสก็มีขึ้น

๕. เมื่อภิกษุมีจิตตกต่ำแล้ว เป็นอันหวังผลเหล่านี้ได้คือ เธอจะต้องทนประพบัติพรหมจรรย์ อันเต็มไปด้วยอาบัติที่เศร้าหมอง หรือมิฉะนั้นก็จักต้องบอกคืนสิกขา หมุนกลับไปสู่เพศต่ำแห่งศฤงษณ์เป็นแท้

ภิกษุทั้งหลาย โทษห่าอย่างเหล่านี้แล เป็นโทษแห่งภิกษุผู้เข้าไปสู่สกุลแล้วคลุกคลีอยู่ในสกุลจนเกินเวลาอันควร^{๒๘}

แก่นแห่งพรหมจรรย์

พระสุตตันตปิฎก มัชฌิมนิคาย มูลปณณาสก์ มหาสาริปมสูตร ได้แสดงจุดมุ่งหมายของการประพบัติพรหมจรรย์พบว่า ภิกษุทั้งหลาย พรหมจรรย์นี้

จึงมิใช่มีลาภสักการะและความสรรเสริญเป็นอันสงส์ (ผลที่มุ่งหมาย)

มิใช่มีความสมบูรณ์แห่งศีลเป็นอันสงส์

มิใช่มีความสมบูรณ์แห่งสมาธิเป็นอันสงส์

มิใช่มีญาณทัสสนะเป็นอันสงส์

แต่พรหมจรรย์นี้ มีเจโตวิมุตติอันไม่กำเริบเป็นเป้าหมาย เป็นแก่น เป็นที่สุด^{๒๙}

ลักษณะบุคคลผู้สมควรสมาทานอุตงค์

ในหนังสืออริยอุตงค์ของ พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ได้แสดงเกี่ยวกับลักษณะของบุคคลผู้สมควรสมาทานอุตงค์ พบว่า

๑. สทุโธ เป็นผู้มีศรัทธา
๒. หิริมา เป็นผู้มืหิริ
๓. อิตติมา เป็นผู้มืปัญญา
๔. อุกุโห เป็นผู้ไม่คดโกงหลอกลวง
๕. อตถวสี เป็นผู้เชี่ยวชาญในประโยชน์
๖. อโลโล เป็นผู้ไม่โลเล
๗. สิกขากาโม เป็นผู้ใคร่ต่อการศึกษา
๘. ทฬหสมาทาน เป็นผู้สมาทานอย่างมั่นคง
๙. อนุชฌานพหุโล เป็นผู้ไม่มากด้วยการคอยยกโทษผู้อื่น
๑๐. เมตตาวีหารี เป็นผู้มืปกต้อยด้วยเมตตา^{๓๐}

^{๒๘} อัง.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๒๘๗/๒๒๖.

^{๒๙} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๓๑๒/๓๔๘.

องค์ของภิกษุผู้บำเพ็ญความเพียร ๕ ประการ

พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค สังคิติสูตร ได้กล่าวถึงองค์แห่งภิกษุผู้บำเพ็ญความเพียรไว้ว่า ภิกษุในพระธรรมวินัยนี้

๑. เป็นผู้มีศรัทธา เชื่อพระปัญญาเครื่องตรัสรู้ของพระตถาคตว่า “แม้เพราะเหตุนี้ พระผู้มีพระภาคพระองค์นั้นเป็นพระอรหันต์ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ เพียบพร้อมด้วยวิชาและจรณะ เสด็จไปดีรู้แจ้งโลกเป็นสารถีฝึกผู้ที่ควรฝึกได้อย่างยอดเยี่ยมเป็นพระศาสดาของเทวดาและ มนุษย์ทั้งหลายเป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระผู้มีพระภาค”

๒. เป็นผู้มีความอดทนน้อย โรคเบาบางประกอบด้วยไพศาตุสำหรับย่อยอาหารสม่ำเสมอไม่เย็นนักไม่ร้อนนักปานกลางเหมาะแก่การบำเพ็ญเพียร

๓. เป็นผู้ไม่โอ้อวดไม่มีมายา ทำตนให้เปิดเผยตามความเป็นจริงในพระศาสดาหรือเพื่อนพรหมจารีผู้รู้ทั้งหลาย

๔. เป็นผู้ปรารภความเพียรเพื่อละอกุศลธรรมเพื่อให้กุศลธรรมเกิดมีความเข้มแข็งมีความบากบั่นมั่นคงไม่ทอดธุระในกุศลธรรมทั้งหลายอยู่

๕. เป็นผู้มีความปัญญาคือ ประกอบด้วยปัญญาเป็นเครื่องพิจารณาเห็นความเกิดและความดับอันเป็นอริยะ ชำแรกกิเลสให้ถึงความสิ้นทุกข์โดยชอบ^{๓๐}

๓.๔ หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)

การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่พระราชสิทธิอาจารย์ได้เขียนไว้ในหนังสือภาวนาจิต ชุตตมธรรมาสำหรับพระภิกษุสามเณร ตั้งแต่เริ่มต้นของการปฏิบัติเพื่อจะได้เป็นแนวทางในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาพบว่า วิธีปฏิบัติตนขณะบำเพ็ญ พึงทราบดังนี้ งดพูดคุยทางดีรัจฉานวิชา งดไปในที่โจครันทำให้มีวมา ๖ อย่าง คือ หลึงแพศยา หลึงหม้าย สาวเทื้อ ภิกษุณี บัณฑิตเกะ ร้านสุราของมีนเมาทุกชนิด การอ่านการเขียนหนังสือให้น้อย เพราะทำให้วิตกวิจารณ์กำเริบ ไม่รับนิมนต์อย่างพระทั่วไป จะทำให้ฟุ้งซ่านขี้เกียจทำความเพียร ร่วมทำอุโบสถทุกสัณยวันอาพาธ จะพูดต่อเมื่อสอบอารมณ์ หรือเจ็บป่วย ธุระอันไม่ถูกกาลแห่งสมณะวิปัสสนาก็ไม่พึงทำ

^{๓๐} พระภิกษุวิสุทธิญาณ (ทองใบ ปภสฺสโร), อริยธุดงค์, (ขอนแก่น: บริษัท ขอนแก่นคณานาวินวิทยา จำกัด, ภาคผนวก, ม.ป.ท.), ในหนังสือความรู้เรื่องธุดงค์ของสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ ก็มีข้อความตรงกัน ตั้งแต่ข้อ ๖ ว่า อโลโก ไม่เป็นคนโลก), หน้า ๕๗.

^{๓๑} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๓๑๗/๓๐๖.

การฝึกหัดอย่างอ่อน ๘ ชั่วโมง อย่างกลาง ๑๒ ชั่วโมง อย่างสูง ๒๐ ชั่วโมง การเปลี่ยนอารมณ์นั้น คือ การเลื่อนขั้นปฏิบัติว่าสูงหรือ ต่ำ ผิดถูกเพียงใด นั่นคือการตัดสินใจแล่นเข้าสู่สัมมาทิฐิ ไม่ควรนึกเดาเอาเอง และตัดสินใจโดยพลการ เพราะจะทำให้เกิดอหัตตาทิฐิและมานะการบริกรรม ถ้าเราบริกรรมอันใดที่เป็นอารมณ์ง่าย เบาสบาย ไม่หงุดหงิดทำให้เกิดปราโมทย์บันเทิงเสมอในอารมณ์เราควรเร่งเร้าให้ผ่าน ไม่ควรชมอารมณ์นั้นอยู่เพราะจะทำให้เกิดติดเหยื่อมารและวิสัยมาร ถ้าบริกรรมอารมณ์ใดที่ทำให้หงุดหงิดอ่อนแอ ไม่พอใจ เกียจคร้านรับกำหนดละส่วนให้เปลี่ยนอิริยาบถทั้ง ๔ อย่างซ้ำๆ ซากๆ อยู่ในอิริยาบถเดิม มันจะตกหลุมเพลิงของนิวรณ์ ๕ ตัณหา ๓ อาสวะ ๔ รับเพิกถอนให้ด่วน ถ้าบริกรรมอารมณ์ใดมันสงบเย็นว่างโปร่งใส ไม่มีวิตกวิจารณ์อยู่ในอารมณ์เดียว ก็ควรเสวยอารมณ์นั้นอยู่สักพักหนึ่ง เหมือนกับทานอาหารแก้หิวแล้วกำหนดสละเสีย ไม่พินิจถึงอารมณ์เช่นนั้นจนทำให้เกิดอุปาทานเพราะจะทำให้เนิ่นช้าต่อการก้าวไปจากข้าศึกที่เป็นอกุศลราศี (นิวรณ์ ๕) อันมีกามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจกุกกุจจะและวิกิจจณา^{๓๒}

ในเมื่อบริกรรมไม่ติดอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่งทั้งที่ตั้งร้าย และปานกลาง เราก็ไม่ควรดีใจเสียใจ เหี่ยวใจ สลดใจ เปื่อต่อความเพียรให้น้อมอารมณ์มาพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม ให้รู้เห็นตามความเป็นจริง เช่นกายคือลม เวทนาคือรับ จิตคือคิด ธรรมคือ รู้ แล้วค่อยเข้าสู่ขั้น ๕ อันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เพิกถอนความขี้เกียจ หงุดหงิดและง่วงซึมที่เป็นปฏิกิริยาต่ออารมณ์อันให้พ่ายแพ้ต่อการบริกรรม เมื่อบริกรรมอยู่ขณะใดยามใดถ้ารู้จิตสงบ จิตนิ่ง จิตรู้ จิตเศร้าหมอง จิตสับสน เมื่อจิตสับสน เราควรแยกจิตเหล่านี้ออกเป็นส่วนๆ ว่ามันสงบเพราะอะไร มันนิ่งเพราะอะไร มันรู้เพราะอะไร มันเศร้าหมองเพราะอะไร มันสับสนเพราะอะไร

วิธีเปลื้องปลดอารมณ์เหล่านี้ให้น้อมนึกถึงอินทรีย์ ๕ คือ ศรัทธา วิริยะ ปัญญา สมาธิ เมื่อ น้อมนึกถึงอินทรีย์แล้วควรตรวจดูจิตดวงที่มันสงบ ด้วยศรัทธาที่เชื่อมั่นในกุศลเจตสิก จิตที่นิ่ง เพราะอาศัยความเพียรที่กำจัดสภาวะที่มาก่อความเช่นวัตถุกาม กิเลสทางจึงทำให้จิตนิ่งจากอารมณ์เป็นหนึ่งเดียวเสมอเพราะไม่มีศัตรูจึงนิ่ง จิตรู้เพราะนึกถึงปัญญินทรีย์ แจ่มในไตรลักษณ์เห็นขั้น ๕ เป็นหลุมเพลิงภูเขาไฟปากทางมหาโจรที่พักของคนพาล โดยชัดเจน จึงไม่ผูกพันในภพน้อยภพใหญ่ที่มีขั้น ๕ จึงถอนรัก หักอาลัย จิตจึงผ่องใส นี่เป็นจิตรู้ จิตเศร้าหมองเพราะอุปกิเลสที่จรมาสมาธิอ่อนอินทรีย์ไม่กล้า จึงทำให้อุปกิเลสเป็นเจ้าของหัวใจ ดังนั้นเราควรเพิกถอนโดยกำหนดรู้ กำหนดเห็น กำหนดละ กำหนดดับในอารมณ์นั้นอย่างไวเร็วด่วน ไม่ควรให้ออกาสแก่ข้าศึกเลย จึงจะหมดอารรพความเศร้าหมองเหล่านั้น โดยดับปล้น จิตสับสน เพราะสติขาดกเป็นทาสวิตกวิจารณ์ เกิดจากปิยรูปสาดรูปที่โคจรมาจากภายนอกและเกิดขึ้นรับ ภายในสติไหวไม่ทันในอารมณ์ที่จรมานั้น จึงทำให้สับสน ไม่รู้ที่เกิด ที่ดับ รส โทษ ทางออก วิธีแก้ไขในจิตที่สับสน ควรมากำหนดดูที่คำบริกรรม เช่นอย่างบริกรรม ๖ อย่าง พุท-โธ, สัมมา-อรหัง, ไหว-นึ่ง, ยุบ-พอง, รูป-นาม, เกิด-ดับ

^{๓๒} พระครูประภัศสรสุทธินุคุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธารา, หน้า ๔.

หรือเกสา โลมา นขา ทันตา ตโจ ฯลฯ อย่างใดอย่างหนึ่งแก้ตามจริตนิสัย จึงจะทำให้ผ่านจิตสับสน สตินั้นจึงจะมีอิทธิพลลบลงความสับสน ให้มีผลเยือกเย็นตามวิถีทางแห่งการปฏิบัติของโยคีบุคคล

วิธีสร้างอารมณ์ต่อการบรรลุสัจจะธรรม ให้นึกถึงศีลเป็นอารมณ์ นึกถึงสุตตะการได้ยิน ได้ฟัง นึกถึงการได้สนทนากับบัณฑิต มีพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์เป็นประธาน นึกถึงจิตที่เคย สงบมาแล้ว นึกถึงจิตที่เคยสว่างไสวมาแล้ว ให้นึกถึงสมาธิเสมอ ไม่ควรอาศัยค้นหา ราคะ มาเป็น อารมณ์ในแนวทางทั้ง ๕ นี้โดยเด็ดขาด ถือว่าความอยากความกำหนด เป็นปฏิปักษ์เป็นศัตรูต่อการ สร้างอารมณ์ ในแนวทางทั้ง ๕ นี้ ถือว่าเป็นวิถีทางที่ลัดและตรงจุดแห่งการบรรลุธรรมในการบำเพ็ญ เพียร ที่เร็วด้วยยิ่งของโยคีบุคคลประจำวันคืน^{๓๓}

การรักษาอารมณ์ ไม่ควรนึกถึงอดีตมาเสพยา ไม่ควรสร้างอนาคตจนลืมวันคืน รู้ตนเสมอ ทุกอิริยาบถน้อยใหญ่ ควรตั้งสติให้ไวที่สุดในอิริยาบถหยาบ และละเอียดเหล่านี้จึงจะได้ชื่อว่าข้าม โลภียหนีสงสารข้ามบ่วงมารออกไปได้ตามวัตถุประสงค์ของตนๆ

การตัดกระแสของอารมณ์ทั้งปวง อดีตต้องกำหนดด้วยปริยญา อนาคตต้องกำหนด ด้วยปหานะ ปัจจุบันต้องกำหนดด้วยนิโรธะ สัจฉิภระ ภาวนาต้องทำให้มีให้เป็นให้มีความสงบให้ เป็นปัญญา สว่างทรงอยู่ในฌาน พงอยู่ในญาณเป็นเนืองนิตย์ตลอดทุกลมหายใจเข้า ออก แม้ อิริยาบถต่างๆ ทำ พูด คิด ก็พร้อมที่จะรู้จะละ ที่จะดับ และรับให้มีสงบสว่างอยู่เนืองนิตย์ ตั้งมั่นอยู่ ประจำจึงชื่อว่าทรงธรรมอยู่ของการปฏิบัติตัดกระแสแห่งวิญญะอันมีกิเลสกรรมวิปากที่จะนำไปสู่ภพ ภูมิอีกต่อไป

การกำหนดอิริยาบถใหญ่ ๔ ประการ

ยืน กำหนดยืนทุกๆ ท่า ทุกๆ อย่าง ทุกชนิด ยืนหนอๆ สักแต่ว่ายืน

เดิน การเดินให้กำหนดทุกๆ อย่าง ทุกชนิด ทุกท่า สักแต่ว่าเดิน

นั่ง กำหนดนั่งทุกๆ ท่า ทุกๆ อย่าง ทุกชนิด ให้เห็นสักแต่ว่านั่ง

นอน กำหนดนอนทุกๆ ท่า ทุกๆ อย่าง ทุกชนิด ให้เห็นสักแต่ว่านอน

อิริยาบถน้อย ลืมตา อ้าปาก เหลียวซ้าย แลขวา ยกไม้ยกมือ ให้เห็นเพียรสักแต่ว่าลืมตา อ้าปาก เฉยๆ

กำหนดอิริยาบถยืน ยืนดู ยืนทำ ยืนพูด ยืนจับ ยืนครองจีวร ยืนรับอาหาร ยืนแปรงฟัน ให้กำหนดรู้เสมอทุกครั้งคราวไป ไม่ควรทำให้ขาดสติประมาทเผลอตว์ เพราะจะทำให้จิตมัวหมองได้ ง่าย เราควรระลึกรู้เป็นสายเสมอให้ติดต่อกิจจะชื่อว่าไม่ห่างจากนิพพานความสว่างอันเป็นสติ คຸ່ມครอง

^{๓๓} พระครูประภัสสรสุทธินุคุณ (ทองใบ ปสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระธุดงค์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๙.

กำหนดอาการเดิน เดินดู เดินทำ เดินพูด เดินจับ หิ้ว หาบ หอบสิ่งของ เดินรับอาหาร บิณฑบาตและเดินทำความสะอาดปิดกวาดแม่ในหอนอกห้องสถานที่ต่างๆ แม่ห้องน้ำ ห้องนอน บริหารต่างๆ ทั้งหนักและเบาเราต้องรู้สม่ำเสมอไม่เผลอพลาดขาดสติจึงเชื่อว่าเป็นผู้รอบรู้ไม่อยู่ในอำนาจโมหะ ชนะความประมาท ไม่เป็นทาสความหลงทรงระลึกลตลอดเวลา จึงเชื่อว่ามีพร้าจากประโยชน์ยิ่งใหญ่ คือรู้ทัน เห็นทัน ในปัจจุบันกาลของความพร้อมแห่งการบรรลุนิพพาน การปฏิบัติอย่างเคร่งครัดไม่ควรทำกาลเวลาให้เป็นหมันทุกขณะ^{๓๔}

กำหนดอิริยาบถนั่ง นั่งดู นั่งทำ นั่งพูด นั่งคิด นั่งจับ นั่งทำสมาธิ นั่งทำงาน นั่งรับประทานอาหาร นั่งดื่ม นั่งถ่าย นั่งอาบน้ำ นั่งซักผ้า นั่งฟัง นั่งอ่าน นั่งเขียน นั่งเรียน ฯลฯ นอกกลุ่มในกลุ่มนอกห้องในหอน เรากำหนดรู้เสมอ ในส่วนนี้ให้พร้อมสรรพทุกกาลสมัยตลอดยามไป ไม่ว่ากลางวันกลางคืน เราไม่ควรหมิ่นประมาท นั่งหลง นั่งลืม นั่งซิม นั่งซบ นั่งเซา นั่งเหงา นั่งโง่อยู่กับโมหะ เราควรมีสติสัมปชัญญะ ชนะฝ่ายอธรรม มีวิชาโมหะที่เป็นข้าศึกอันยิ่งใหญ่ของการบรรลุนิพพานในยามนั้นๆ ให้รู้ทันเห็นทันทุกเสี้ยววินาที ในอิริยาบถนั่งเช่นนี้ จึงเชื่อว่ามีพร้าอยู่แห่งการตรัสรู้ธรรมอันสมบูรณ์ของโยคีบุคคล

กำหนดอิริยาบถนอน นอนดู นอนทำ นอนพูด นอนคิด แม่หงาย ตะแคง คว่ำ นอนเหยียด คู้ จับ วาง รู้ตัวเห็นตน อย่าทำตนให้ตกหล่นไปเสียความหลับ ให้มีมณฑลอันธกาลีในยามราตรีแม้กลางวัน ก็ไม่ควรฟุ้งเพื่อไฝฝั่นอันเป็นวิชชามัวเมา เอาความหลับหลงเป็นใหญ่ เราควรรู้ไว้ เห็นไว้ ไม่ปล่อยสติไหลไปสู่โมหะ อันจะทำให้เกิดโรค ตันหา วาสวะ อนุสัย ครอบงำจิตไว้ให้หลับไปหลงไปสู่ภพน้อยภพใหญ่ ในทิวาราตรี ต้องมีสติรู้ตัวทั่วพร้อมว่า เตือนนี้เรากำลังประพฤตินิพพานอยู่ เพื่อรู้ธรรมเห็นธรรมไม่ใช่มาเสพยาธรรมสายต่ำหมักดำที่จะนำไปสู่อบายด้วยกายใจในยามหลับเราควรรู้จักรับปลุกเร้าตนเองให้รู้แจ้งรู้ธรรมวิจิตร ระลึกในธรรมเสมอไม่ยอมเผลอพลาดต่ออำนาจความหลับหลง

การกำหนดอิริยาบถย่อย ลืมตา อ้าปาก เหลียวซ้าย แลขวา จับวาง กระดิกนิ้ว ระหว่างจะทำ จะพูด จะคิด แม้ขณะทำขณะพูดขณะคิด อาบน้ำแปรงฟัน จะกลืน จะลึ้ม จะจับ จะวางเราต้องสร้างสติเสมอไปไม่เผลอผิดในจิตอันละเอียดนี้ ควรรู้ดี รู้ดับ กลับไป กลับมาข้างหน้า ข้างหลัง นั่ง นอน ยืน เดิน ไม่ล่วงเกินประมาทรู้ทั่วตัวตนให้ถึยิบ ไม่ควรพูดว่าจับจ้อย สิ่งเล็กๆ น้อยๆ เหล่านี้ เพราะจะทำให้เกิดอกุศลราศี

การกำหนดใช้ปัจจัย ๔ เครื่องนุ่งห่ม บริหาร บริโภค อุปโภค บริหาร ๘ ที่จะใช้ควรกำหนดรู้ทุกอย่าง จีวร สังฆาฏิ สบง ประคดเอว อังสะ บาตร มีดตัดเล็บ ธัมมกรกรรอน้ำ กระตักน้ำ มีดโกนพร้อมทั้งบริวารโจล ผ้าเช็ดมือ เช็ดบาตร ผ้าอาบน้ำ นิสีทนะ ผ้าเช็ดหน้า ทุกอย่างให้กำหนด

^{๓๔} พระครูประภัตรสุทธานุกุล (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระธุดงค์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๒๐.

ทำจาก ๓ ขึ้นไป จนเสร็จเรื่อยๆ แต่ละอย่างๆ ในการใช้บริหารเหล่านี้ ให้กำหนดจับหนอๆ วั ๓ ครั้ง ตลอดไปทุกอย่าง

อาหาร ต้องกำหนดทุกอย่าง กำหนดเห็น กำหนดยกมือไป กำหนดถูก กำหนดจับยกมาถึงปาก ถูกหนอ เคี้ยวหนอ กลืนหนอ กลับมา-กลับไป ให้กำหนดอย่างต่อเนื่องเป็นสาย ไม่ควรให้ความอยากความหิวมาตัดรอนดับร้อนถอนเมาในรสอาหารที่จะทำให้เกิดโรคอย่างยิ่ง เราดูยิ่งเห็นจริงในอาหารทั้งปวงว่าเป็นของตายแล้วไม่งามปฏิบัติ ไม่เที่ยง ไม่ทน ไม่มีตัวตน ในสรรพอาหารนั้นเราควรละไม่ควรติดใจในรสอาหารทั่วไปทั้งหมด กำหนดรู้ว่าไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่มีชีวิต เป็นแค่ธาตุว่างอยู่ตลอดไป ถอนความพอใจ ตัดความหลงใหลในรสชาติอาหารนั้นได้ชื่อว่า ไม่เป็นผู้ตกอยู่ในอำนาจของความอยากและความหิวแห่งอาหารทั้งสิ้นตลอดกาลไป^{๓๕}

ที่อยู่อาศัย เสนาสนะกำหนดว่าไม่ควรติดที่อยู่ กำหนดรู้ว่าสักแต่ว่าอาศัยป้องกันเหลือบยุงลมแดดสำหรับหลีกเลี่ยงหนาวหนาวเท่านั้นและบำบัดเวทนาได้ชั่วคราวชั่วคราว ไม่ควรลุ่มหลงทรงยินดีเกินกว่าเหตุที่จะทำให้เกิดอุปาทาน คั่นละ โยคะ อันจะนำมาแห่งการระคาย กามอภิขมา กามฉันทะ กามตัณหา กามโสณะ กามมูจฉา สยบอยู่ในที่หลีกเลี่ยงนั้นอันจะทวนคืนให้เป็นหมันในที่อยู่อาศัยเหล่านั้น ให้กำหนดทัน รู้ทัน ว่าอาศัยมันเพียงเล็กน้อยก็ได้พลัดพรากจากไป ควรรู้ไว้เห็นทัน ละมันไม่ควรติดสุขนั้นในที่พักพิงอิงอาศัยแค่ปัจจัย ที่ไหลไปตามเหตุตามผล อันไม่พ้นไปจากความคร่ำคร่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ควรดับตัณหาราคะ ควรละเพิลิตเพิลินลุ่มหลงในสุขอันยั่วให้อยากไม่หยุดในที่อาศัยเหล่านั้น

เภสัช (ยา) กำหนดรู้ในเภสัชทุกอย่างยาทุกประเภทว่าหวาน ขม หรือรสอะไรต่างๆ ทุกรส ทุกชาติด้วยความพอใจไฝ่แสวงหาจนทำให้เกิดกำหนดกลัดกลุ้มอยากโน้นเป็นนี่ตามเสียงโฆษณาของโลกียวิสัยถือว่าเภสัชทั่วไปบำบัดทุกข์อันเกิดจากกายพิชใจได้เพียงชั่วคราวช่วยยามตามกาลเวลาที่เกิดเจ็บป่วยอาพาธต่างๆ เหล่านั้นไม่ควรเสพย์ติดในฤทธิ์รส ควรกำหนดใช้กำหนดฉัน รู้จริง รู้แจ้ง รู้แจ้ง รู้ชัดตัดอาลัย หลงใหลในรสนายาให้สุขแสนหาฝ่ายเดียว เมื่อเราไม่เกาะเกี่ยวในกฎเกณฑ์ของในโฆษณาทั่วไป เราเข้าใจว่ายาทุกประเภทก็หมดอายุ ไม่สามารถให้ผลจนชั่วนิรันดร์^{๓๖}

ในอริยวัสสปฏิปทา ได้แสดงหลักแห่งการปฏิบัติสมถยานิก พบว่า สมถยานิก คือ ผู้ดำเนินไปสู่มรรคผลนิพพาน ด้วยสมถยานด้วยการเจริญวิปัสสนาโดยอาศัยอุปจารสมาธิหรืออัปปนาสมาธิดังนั้น สมาธิ ๒ อย่างนี้จึงเป็นจิตตวิสุทธิ ความหมดจดแห่งจิต ซึ่งเป็นที่อาศัยของสมถยานิก ดังนั้น คัมภีร์อรรถกถาธรรมบทจึงอธิบายว่า นิวาสณภูฐาน อุปจารสมาธิและอัปปนาสมาธิเป็นที่ยามินดีเพราะอรรถว่าเป็นที่อยู่อาศัย ในการเจริญวิปัสสนาหรือเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนา ดังมีข้อความที่กล่าวไว้ในอรรถกถาของมูลปณณาสก ธรรมทนายาสูตรว่า

^{๓๕} พระครูประภัสสรสุทธิตุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๒๙.

^{๓๖} พระครูประภัสสรสุทธิตุณ (ทองใบ ปภสฺสโร), ภาวนาจิต สำหรับพระรุดงค์ ชุด ธรรมธारा, หน้า ๓๑.

ภาวานาโยติ โกจิ สมถปุพพคม วิปัสสนา ภาเวติ. โกจิ วิปัสสนาปุพพคม สมถิ. กถิ. อิเธกจโจ ปฐมึ อุปจารสมาธิ วา อปปนาสมาธิ วา อุปปาเทติ. อยิ สมโถ. โส ตณจ ตัมมปยุตเต จ ฌมเม อนิจจาทีหิ วิปัสสติ. อยิ วิปัสสนา. อติ ปฐมึ สมโถ ปจฉา วิปัสสนา. เตน วุจจติ. สมถปุพพคม วิปัสสนา ภาเวตติ. ตสส สมถปุพพคม วิปัสสนา ภาวายโต มคโค สลชายติ.

คำว่า ภาวานาโย วิถีเจริญภาวา หมายความว่า โยคีบางคน เจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะ นำหน้า บางคนเจริญโดยมีวิปัสสนา นำหน้า ถามว่า เจริญอย่างไร ตอบว่า บุคคลบางคนในพระศาสนา ย่อมปฏิบัติให้เกิดอุปจารสมาธิ หรืออัปปนาสมาธิก่อน สมาธิทั้งสองนี้ชื่อว่าสมถะ เขาย่อมกำหนดรู้สมาธิหรือธรรม คือ จิตและเจตสิก ที่เกิดพร้อมกับสมาธินั้นโดยสภาพไม่เที่ยงเป็นต้น ปัญญาที่กำหนดรู้นี้ ชื่อว่า วิปัสสนา เมื่อเขาเจริญอยู่อย่างนี้ สมถะย่อมเกิดก่อน วิปัสสนาย่อมเกิดภายหลัง ดังนั้น ท่านจึงกล่าวว่า เจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะนำหน้า เมื่อเขาเจริญวิปัสสนาโดยมีสมถะนำหน้ามรรคย่อมเกิดขึ้น^{๓๗}

ในตติยปณาสก อังคุตตรนิกาย ได้กล่าวถึงธรรม ๒ ประการนี้เป็นฝ่ายวิชา คือ ๑. สมถะ การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิ ๒. วิปัสสนาความเห็นแจ้ง สมถะที่ภิกษุเจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์ คือ ย่อมให้จิตเจริญ จิตที่เจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์ คือ ย่อมละราคะได้ วิปัสสนาที่ภิกษุเจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์ คือ ย่อมให้ปัญญาเจริญ ปัญญาที่เจริญแล้วย่อมให้สำเร็จประโยชน์ คือ ย่อมละอวิชชาได้ จิตที่เศร้าหมองเพราะราคะย่อมไม่หลุดพ้น ปัญญาที่เศร้าหมองเพราะอวิชชาย่อมไม่เจริญ เพราะสำรอกราคะจึงมีเจโตวิมุตติ เพราะสำรอกอวิชชาจึงมีปัญญาวิมุตติ^{๓๘}

ในมัชฌิมนิกาย อุปริปณาสก สฬายตนวรรค พระพุทธเจ้าได้แสดงธรรมแก่พระสารีบุตรในการพิจารณาธรรมพบว่า ภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่า เราเข้าบ้านเพื่อบิณฑบาตโดยทางใด เราได้เที่ยวบิณฑบาตในประเทศใด เรากลับจากบิณฑบาตจากบ้านโดยทางใด ในที่นั้นเรามีฉันทะ ราคะ โทสะ โมหะหรือปฏิฆะแห่งใจในธรรมารมณ์ที่พึงรู้แจ้งทางใจ ภิกษุนั้นพึงพยายามเพื่อละบาปอกุศลธรรมนั้น แต่ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่า เราเข้าบ้านเพื่อบิณฑบาตโดยทางใด เราได้เที่ยวบิณฑบาตในประเทศใด และเรากลับจากบิณฑบาตจากบ้านโดยทางใด ในที่นั้น เราไม่มีฉันทะ ราคะ โทสะ โมหะหรือปฏิฆะแห่งใจในธรรมารมณ์ที่พึงรู้แจ้งทางใจ สารีบุตร ภิกษุนั้นพึงตามศึกษาในกุศลธรรมทั้งหลายทั้งกลางวันและกลางคืนอยู่ด้วยปิติและปราโมทย์นั้นแล

อีกประการหนึ่ง ภิกษุพึงพิจารณาเห็นดังนี้ว่า เราละกามคุณ ๕ ได้แล้วหรือหนอ ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่าเรายังละกามคุณ ๕ ไม่ได้ ภิกษุนั้นพึงพยายามเพื่อละกามคุณ ๕ เราละนิรวรณ ๕ ได้แล้วหรือหนอ เรากำหนดรู้อุปาทานขันธ ๕ ได้แล้วหรือหนอ เราเจริญสติปัฏ

^{๓๗} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวงศ์ปฏิบัติ ขอบุญอันเป็นวงศ์พระอริยะเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ หก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์. ๒๕๕๓), หน้า ๔๘-๔๙.

^{๓๘} อง.ทก. (ไทย) ๒๐/๓๑/๗๕-๗๖.

ฐาน ๔ ได้แล้วหรือหนอ? เราเจริญสัมมปปธาน ๔ ได้แล้วหรือหนอ? เราเจริญอิทธิบาท ๔ ได้แล้วหรือหนอ? เราเจริญอินทรี ๕ ได้แล้วหรือหนอ? เราเจริญพละ ๕ เราเจริญโพฆมงค์ ๗ ได้แล้วหรือหนอ? เราเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ได้แล้วหรือหนอ? ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่า เรายังเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ไม่ได้ ภิกษุนั้นพึงพยายามเพื่อเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ แต่ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่า เราเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ ได้แล้ว ภิกษุนั้นพึงตามศึกษาในกุศลธรรมทั้งหลายทั้งกลางวันและกลางคืน อยู่ด้วยปิติและปราโมทย์

อีกประการหนึ่ง ภิกษุพึงพิจารณาเห็นดังนี้ว่า เราเจริญสมณะและวิปัสสนาได้แล้วหรือหนอ? ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่า เรายังเจริญสมณะและวิปัสสนาไม่ได้ ภิกษุนั้นพึงพยายามเพื่อเจริญสมณะและวิปัสสนา แต่ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่า เราเจริญสมณะและวิปัสสนาได้แล้ว ภิกษุนั้นพึงตามศึกษาในกุศลธรรมทั้งหลายทั้งกลางวันและกลางคืน อยู่ด้วยปิติและปราโมทย์นั้นแล สาริปุตฺร อีกประการหนึ่ง ภิกษุพึงพิจารณาเห็นดังนี้ว่า เราทำวิชาและวิมุตติให้แจ้งได้แล้วหรือหนอ? ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่า เรายังทำวิชาและวิมุตติให้แจ้งไม่ได้ ภิกษุนั้นพึงพยายามเพื่อทำวิชาและวิมุตติให้แจ้ง แต่ถ้าภิกษุพิจารณาอยู่รู้อย่างนี้ว่า เราทำวิชาและวิมุตติให้แจ้งได้แล้ว ภิกษุนั้นพึงตามศึกษาในกุศลธรรมทั้งหลายทั้งกลางวันและกลางคืน อยู่ด้วยปิติและปราโมทย์นั้นแล^{๓๙}

๓.๕ บทสัมภาษณ์วิธีการปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

วิธีการปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรของพระราชสิทธิอาจารย์, (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๘, ประธานสงฆ์วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) บ้านนาหลวง ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี, สัมภาษณ์วันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐. เวลา ๑๘. ๓๐ น.

ต่อจากนี้เป็นบทสัมภาษณ์พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) น้อมกราบถวายความเคารพเพื่อขอประทานโอกาสจากพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณพระราชสิทธิอาจารย์ หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร ประธานสงฆ์แห่งวัดนาหลวง อภิญญาเทสิตธรรมถ้าถึงอยู่ๆ เกล้ากระผม พระนิพล ขนติพล นิสิตจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส จังหวัดนครปฐม ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร ซึ่งเกล้ากระผมได้ศึกษาทำวิจัยมาแล้วในข้อมูลเบื้องต้นที่เป็นหนังสือประวัติความเป็นมา ช่วงนี้เป็นช่วงสัมภาษณ์ข้อมูล ที่หลวงปู่ได้ปฏิบัติในอริยาบถสาม เพื่อจะได้เป็นข้อมูลในการศึกษาและปฏิบัติเป็นข้อมูลทางวิชาการต่อไป เกล้ากระผมจึงขอกราบเรียนถวายหลวงปู่ว่าหลักเบื้องต้นในการถือเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทำอย่างไรบ้างครับ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) องค์ประกอบที่เรามุ่งหวังมุ่งหมายที่ยกขึ้นมาประกอบมีอยู่ ๓ อย่าง การปฏิบัติที่เป็นสายวิปัสสนาส่วนใหญ่แล้วเราจะยึดสามอย่าง อย่างที่หนึ่งเราจะยึดความตื่นอันเป็น

^{๓๙} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔๓๘-๔๕๑/๔๙๘-๕๐๓.

พุทธิภาวะจึงใช้คำว่าเราจะต้องตัดเศียรของความหลับออกไปเราจะไม่ให้ความหลับมาเป็นเศียรเป็นเกล้าทำให้เราเสียเวลานี้ข้อหนึ่ง ต้องการพุทธิปัญญาเป็นหลักฐาน ข้อสองเราต้องการธรรมะอันไม่เกี่ยวข้องกับความสุขซึ่งเป็นอสมโหะปัญญา ปัญญาที่ไม่ต้องหลงใหลกับคนสัตว์สังขารนี้ข้อที่สอง ส่วนข้อที่สามเราต้องการให้ผลปรากฏในชีวิตปัจจุบัน ได้แก่อรรถรสของคำว่า นิพพาน ปรมิ สุขิ สามอย่าง^{๔๐}

(ผู้สัมภาษณ์) นี่เป็นหลักเบื้องต้นที่ผู้ถือปฏิบัติอิริยาบถ ๓ จะต้องมี

(ผู้ให้สัมภาษณ์) อันนี้เรียกว่าเป็นผู้เปิดทางและไขทางตามทางนี้จึงชื่อว่าเป็นผู้ไม่ตกต่ำ ในเมื่อเวลาเราประพฤติธรรมไปแล้วเพราะธรรมพวกนี้เป็นธรรมที่ไม่เกี่ยวกับคำว่านิรณหำปิดทาง สายต่ำคือนิรณหำ ธรรมะสามประการเวลาปฏิบัติแล้วต้องเข้มข้นอย่างนี้ทั้งนั้น^{๔๑}

(ผู้สัมภาษณ์) และข้อสองกราบเรียนถามว่า วิธีการสมาทานและปฏิบัติเนสัชชีกังคฤดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนากาวนาทำอะไรบ้างครับผม

(ผู้ให้สัมภาษณ์) เบื้องต้นนี้ ๑ ตถาคโตะโพธิสัตว์ทามานำหน้า พระพุทธเจ้าของเราพระองค์ นับตั้งแต่ปฏิสนธิมาไม่เคยให้ความหลงมาเป็นเจ้านายท่านถือว่าเป็นเอกบุคคลเพราะฉะนั้นความเชื่อ จึงเป็นความเชื่อที่ทวนกระแสไม่ได้ไปตามกระแสความเชื่อตามธรรมที่ทวนกระแสนี้ข้อที่หนึ่ง ข้อสอง ที่นี้การที่เราจะมาอยู่ในคำว่าสืลาจารวัตรอันเป็นวัตรที่จะทำให้เราออกจากวิภวสงสารได้ อันเป็นศีล ที่เราควรยึดมั่นเรียกว่าอาจารย์ศีลของพระอริยะมีความมั่นใจว่า ในศีลเท่านั้นที่พาให้เราเป็นผู้ตื่นไว ตื่นเร็วเพราะว่าศีลตัวนี้ตัวที่เราเคารพบูชาเนี่ยมันเป็นศีลของพระอริยะเรียกว่าอาจารย์ศีล ศีลที่เราบูชา ขึ้นมาไว้ในใจเมื่อเราไปพบอยู่ในตำราครั้งแรกก็ไม่เท่าไร เมื่อเรามาปฏิบัติธรรมแล้วจึงมีความเลื่อมใส ศีลข้อนี้ยิ่งกว่าชีวิตอันนี้เป็นข้อที่สอง ส่วนข้อที่สาม การได้สดับสิ่งดีๆ ที่วิเศษที่สุดที่เราไม่หลงเป็น การทำลายภพชาติการตื่นเท่านั้นที่เราจะสามารถดำเนินไปถึงที่สุด อันนี้เราจึงต้องนึกถึงว่า พระพุทธเจ้าพระธรรมพระสงฆ์ทั้งหลายที่ผ่านมาแล้วเพราะท่านเป็นผู้เชื่อฟังและทำตามอันนี้เราจึง สามารถทรงไว้ซึ่งเป็นแนวทางปฏิบัติด้วยการฟัง ฟังเชื่อฟังมา ข้อที่สี่เรามีความตั้งใจว่าหากชีวิตมัน เหลืออยู่น้อยนิดนี้เราจะอุทิศชีวิตนี้เพื่อบูชาพระพุทธเจ้าด้วยการถือตามพุทธิภาวะอันเป็นพุทธิ ปัญญาเราจึงทุ่มเททั้งอาหารทุ่มเททั้งกาลเวลาทุ่มเททั้งการคบหาสมาคมทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อทุ่มไปสู่ คำว่าวิริยารัมภะอันเป็นหัวใจของการต่อสู้กับความหลับและความไหลหลง สุดท้ายเราจึงไปทรงอยู่ ซึ่งหวักระหิเรียกว่า นิพเพธิกปัญญา ปัญญาตัวตัดเศียรตัดเกล้าของคำว่าสะดุ้งต่อความหลับนี่คือข้อ ปฏิบัติที่เราทำมาด้วยองค์พรพรทั้งห้า

(ผู้สัมภาษณ์) และการปฏิบัติก็จะมีอยู่ ๓ ระดับคือ อย่างอ่อนอย่างกลางและก็อย่าง เกร่ง หลวงปู่ปฏิบัติอย่างไรครับผม

^{๔๐} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๘ ประจวบคีรีขันธ์ วัดนาหลวง (อภิญญาเขตธรรม) บ้านนาหลวง ตำบลคางว้าง อำเภอบ้านฝาง จังหวัดอุดรธานี, ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

^{๔๑} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

(ผู้ให้สัมภาษณ์) เอาตั้งแต่อย่างกลางขึ้นไปอย่างเพลาเราถือว่ามันพักพิงอาศัยธรรมดา เราถือว่ามันอ่อน อย่างที่ ๒ การนั่งเข้าสู่สมาธิเราจะไม่พึ่งแต่เมื่อเราจะพักอิริยาบถหรืออวัยวะของเรา ออกจากสมาธิมานั่งพักพักอารมณ์นี้อย่างกลาง นอกนั้นก็ออกไปทำความเพียรอย่างเราปฏิบัติ อยู่ไม่ใช่ว่าเข้าไปพึ่งเลยไม่ใช่อันนี้มันอย่างเพลา อย่างกลางต้องปฏิบัติมาแล้วอิมแล้วทุกอย่างค่อยมา พักประมาณ ๑๐ นาที ๒๐ นาทีแล้วค่อยลุกไปต่อไม่ใช่ไปหลับเดี๋ยวนั่งพักเฉยๆ อันนี้อย่างกลาง อย่างเคร่ง ที่นี้เราถืออิริยาบถ ๓ ยืน เดิน นั่งนี้เราถืออิริยาบถยืนเป็นข้อประพจน์กับความหลับล้มเหลวไหล พอมันยืนได้สมมุติว่าชั่วโมงเราสามารถอยู่ในสมาธิอยู่ในฌานของเราสมบูรณ์ ความยืนถ้าหากเรายืน ตรง ยืนเหมือนต้นนั่งเหมือนต่อนอนเหมือนท่อนไม้พอมันต้นแล้วนี้สภาพจิตของเราสภาพกายของเรา จิตที่อยู่บนเศียรบนเกล้าและภาวะต่างๆ อยู่ข้างล่างเหมือนรากไม้ที่มันแน่นพออิฐฐานจิตปิดความ กว้างวาวหวานอนยืนมันเหมือนกับว่าต้นไม้เฉยๆ พออยู่ประมาณสักพักเราจะเอาเท้าไรชักหนึ่งชั่วโมง ถึง ๕ ชั่วโมงหรือ ๖ ชั่วโมงก็แล้วแต่ เช่นเรายืนตั้งแต่ ๑๘ นาฬิกาถึง ๖ โมงเช้าระหว่างนี้อยู่ชั้นที่ เรียกว่าอยู่ในสุญตาสมาธิได้สมบูรณ์พูนผลแล้ว การอยู่ในเนสัชชิกังคนี้จะทำให้เราหมดปัญหาในเรื่อง ล้มเรื่องไหวเพราะว่าเราเข้าไปสู่สมาธิอันเป็นอธิจิตบริสุทธิ์ จิตมันจะไม่มีคำว่าหนักเบาเหมือนกับว่า เราไปนั่งอยู่กลางน้ำกลางอากาศบ้างพอเราได้ประมาณตามความต้องการแล้วนี้ครั้งหนึ่งเราจะปฏิบัติ ก็ชั่วโมง ๑, ๒, ๓, ๔, หรือ ๕ ก็แล้วแต่หรือ ๑๒ ชั่วโมงก็แล้วแต่พอได้เวลาออกมาแล้วนี้เราจะไม่เข้าไปนั่งไปนอนอะไรแต่เราจะเดินเลย กระบวนเดินขอยเท้าเดินส่วนใหญ่แล้วก่อนจะเดินเราจะต้องล้าง หน้าที่พินแล้วค่อยออกไปเดินแต่ไม่บริโภคอาหารนี้แบบอุกฤษฏ์ ที่นี้เราจะต้องทำสลับกันเจ็ดวันนี้เรา ทำแบบอุกฤษฏ์อย่างอ่อนเราตัดไปเราปฏิบัติอย่างนี้มาอย่างกลางเราปฏิบัติมาไม่น้อยกว่า ๓๐ เปอร์เซนต์ส่วนอย่างอุกฤษฏ์เราทำมา ๗๐ เปอร์เซนต์ จึงทำให้กายใจสามารถอยู่ได้เหมือนกันกับไม้แห้งที่ไม่มีใบไม่มีกิ่งไม่มีก้านแต่สามารถยืนต้นได้แบบแห้งหมดภาระที่จะแหวกวายุไปในอดีตอนาคต ปัจจุบัน

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วการปฏิบัตินี้การยืนกับการเดินหลวงปู่ยืนมากกว่าเดินหรือว่าเดินมากกว่ายืน

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ส่วนใหญ่แล้วถ้าเรามีความประสงค์ว่าการจะยืนมากกว่าเราก็นั่งมากกว่าถ้าเรามีเจตนาว่าวันนี้เราจะเดินมากกว่ายืนเราก็นั่งมากกว่ายืนแล้วแต่เราอิฐฐานจิตแต่ละวันเราจะไม่ซ้ำกันบางวันก็ยืนนาน ห้าหกชั่วโมงบางวันก็ยืนน้อยสองสามชั่วโมงแล้วก็เดินหกเจ็ด ชั่วโมง. ไม่ว่าจะเป็นกลางวันหรือกลางคืน, อือนั้นแหละจะไม่ตายตัวการยืนเดินสลับกันอย่างนั้นบางทีถ้าหากว่าเรามีเวลาสองสามชั่วโมงมันไม่แน่ว่าบางทีก็เดินทั้งสามชั่วโมงบางทีก็ยืนทั้งสามชั่วโมงก็ได้แล้วแต่^{๔๒}

(ผู้สัมภาษณ์) ข้อสามนี้มีเทคนิคหรืออุบายในการยืนเดินนั่งต่อการปฏิบัติเนสัชชิกังค ฤตงควัตรอย่างไรครับ

^{๔๒} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิศาสตร์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

(ผู้ให้สัมภาษณ์) มี ๕ อย่างเทคนิคที่เราจะอยู่มีห้าอย่าง อย่างที่หนึ่งนี่เราต้องฝึกซ้อม สิ่งจำเป็นคืออานหรือองค์อานพอเราฝึกซ้อมได้สมมุติว่าเราจะเข้าสู่สมาธิอันเป็นเนสัชชิกังคเนาะเรา ต้องเป็นผู้ชำนาญ ชำนาญในวิธีกับอานนี้เราฝึกให้เข้ากันได้เหมือนกับแกงหน่อไม้จะต้องเข้ากันถ้า หากว่าเราชำนาญในอานแล้วสืแล้วการที่เราจะเข้าสู่สมาธินี้มันง่ายอานวสี นี่สำหรับข้อสอง คราวนี้สำหรับข้อสาม เมื่อเราจะเข้าสู่สมาธิอันเที่ยงตรงเหมือนกับลูกศรที่ตัดดีแล้วข้อนี้เราต้องอยู่ใน พรหมวิหารแปดได้ พอเราเข้าไปสู่ในพรหมวิหารนี้ เมตตา อาน กรุณา อาน มุทิตา อาน อุเบกขา อาน ตรงนั้นจะทำให้เราหยุด กลัวความเกิดความตายมีตั้งแต่ออกร่างกายของเราขึ้นเขาเกิดมาก็มีแต่ บุญพระศาสดาก็ไม่ใช่เขาเพื่อบูชาตั้งแต่สุขก็ไม่ใช่แต่เพื่อลื้อขนสัตว์ออกจากวิภวสงสารด้วยอำนาจ ของพรหมวิหารระหว่างนี้จิตของเราจะเสพอานไปเรื่อยจนกว่าอานอิมในอานถ้าอิมในอานยามใด สภาพหิวโหยต่างๆ หมดไป ข้อนี้เป็นข้อที่สี่ ที่นี้ข้อที่ห้าเมื่อเราเป็นผู้เสวยอยู่ในอานด้วยความรู้ตื่น เบิกบานแล้วมันจะมีองค์องค์หนึ่งเป็นสิ่งที่อัศจรรย์ว่าถ้าอะไรๆ ก็ตามยืนเดินนั่งมันจะมีปิติขึ้นมา ปีติมันจะเกิดขึ้นมาแบบเต็มอัตราเลยเหมือนกับเราไปยืนอยู่บนกลางแจ้งฝนตกลงมามันจะถูกทุกขุม ขนที่เกิดขึ้นมานี้แหละเราจึงอยู่ในปีตินี้ได้ ๒๔ ชั่วโมง ธรรมะปิติสุขังเสติ เราจะเสพอย่างหนักเลยไม่ฉันท อาหารก็ได้หิวโหยเจ็บหายหมดเลยปีติตัวนี้ถึงมันจะไม่ใช่ขั้นสุดยอดก็ตามแต่มันสามารถทำให้เราอยู่ได้ แบบสบายกายสบายใจเป็นวิหารธรรมนี้เป็นบทบาทที่เราต่อสู้ในคำว่าธุดงค์แบบเนสัชชิกังค^{๔๓}

(ผู้สัมภาษณ์) มีอุปมาหรือเทคนิคหรือว่ามีการสวดมนต์

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ไม่ ไม่ ไม่ถึงสวดแต่เราระลึกใช้คำว่าระลึกคือเข้าไปมันมีอยู่ว่า สติ สัมปชัญญะ วิชชา วิมุติจะต้องเสพต้องสาธยายไม่ขาดแม้เราเดินไปบางครั้งเรายังสาธยายไปในจิต ของเราแต่ไม่มีเสียงคือมันต้องมีสาธยายใคร่ธรรมมีอยู่ การสาธยายก็คือการใคร่ธรรมก็คือบรมธรรมก็ดี ยังเสพไปอยู่เพราะว่าพวกนี้เป็นมูลฐานให้เราตื่นออกมาถ้าอย่างนั้นสัญญามันจะเสื่อมไป เมื่อสัญญามันเสื่อมไปแล้วใคร่อันเป็นสัมโมหะอันเป็นตัณหาเขาจะลุยเราบางทีก็เกิดกามวิตกมาเล่นงานถ้าเรา ไม่เสพพวกนี้มันต้องเสพคำว่าสาธยายใคร่ธรรมระลึกถึงธรรมบรมธรรมไปเรื่อย อันนี้บางวันเราทำ ทั่ววันเลยเอาข้อใดข้อหนึ่งแต่ไม่มีเสียงเราสาธยายธรรมไปเป็นหมวดๆ สาธยายไปแล้วบางทีรู้สึกว่ จิตของเรามันเพียมันเหนียวเราก็กเลิเข้ามาสู่ต้องปิดคำว่าใคร่ธรรม คำว่าใคร่ธรรมกับสาธยายคนละ อย่างแต่พอเราใคร่ธรรมที่สาธยายไปนี้สมมุติว่า กามอิตตา เป็นจุดเป็นจุดไปทำให้เรามีพลังออกจาก ความหลับไปเลยมาเข้มขึ้นตื่นเบิกบานอยู่ในโลกามิส เหมือนเราเป็นแมลงภู่ผึ้งตอมดอกไม้ที่อยู่ตาม ดงดอนซอนป่าแค่ตอมแต่ดอกไม้ได้บริโภคเราก็กินใจอันนี้ได้ชมคำว่าอริยมรรคอันเป็นสัมมาทิฏฐิ ขึ้นมาภาษาของพระพุทธเจ้าเรียกว่ามรรคทิฏฐิจึงปลูกฝังให้เราจึงมีการสวดมีการเสพมีการสาธยาย ใคร่ธรรมบรมธรรมไม่ขาดถ้าขาดมันไปไม่ได้^{๔๔}

^{๔๓} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

^{๔๔} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

(ผู้สัมภาษณ์) และก็ข้อสี่เมื่อเวลาเกิดความเบื่อหน่ายหรือท้อถอยต่อการปฏิบัติเนสัชชีกังค
ธุดงค์วิธีนี้แก้ไขอย่างไรครับ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) มีอยู่ ๔ อย่างคือ ๑ สติคือการยกจิต ๒ ธัมมวิจยคือการวิจยธรรม ๓ คำ
ว่าสังเวชนะเกิดแก่เจ็บตายนี้ถ้าคุณมีบุญคุณก็เกิดแก่เจ็บตายธรรมดาในสวรรค์ถ้าคุณมีบาปคุณก็
เกิดแก่เจ็บตายในคำว่า นรก เปต อสุรกาย อสูร ให้เราพิจารณาสังเวชว่าการเกิดแก่เจ็บตายนี้เป็น
ทุกข์เป็นกองทุกข์น่าสังเวชนี้อันข้อที่สาม ส่วนข้อที่สี่คราวนี้เราตามรักษาคำเจ้าของเมื่อเวลาเหี่ยวแห้ง
นึกถึงว่าจะอะไรเธอจะไปเหี่ยวแห้งเพราะอะไรมันเป็นอนัตตา มันเป็นทุกข์มันเป็นอนิจจังเรานึกกลับไป
กลับมาในไตรลักษณ์อย่างนี้จนกว่าจะจิตมันเข้มขึ้นขึ้นมาเพราะว่าคนยืนเดินนั่งนอนทำพุดคิด ที่อยู่
ในอินทร์พรหม ยม ยักษ์ ก็ตามแม้เขาไม่ทุกข์ทรมานอย่างไรก็ตามเขาก็ไม่พ้นไปจากคำว่า ว่างสูญ
เข้าไปเสพธรรมนี้ประมาณสัก ๓๐ นาทีหรือชั่วโมงหนึ่งอาการของเราที่เบื่อหน่ายเหล่านี้หายเข้าป้าหมด
เลยแล้วก็เหมือนปลาพบน้ำใหม่ลูกปิงขึ้นมาเลย^{๔๕}

(ผู้สัมภาษณ์) และก็ข้อห้าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแบบถือนเนสัชชีกังคธุดงค์ให้
สมบูรณ์วิธีปฏิบัติอย่างไรครับ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) มีสองอย่างคือ ๑. ต้องเจริญสมณะให้ได้ประมาณ ๘๐ เปอร์เซ็นต์
๒. เจริญวิปัสสนาภาวนา ๒๐ เปอร์เซ็นต์ก็พอคือ ฌานสมาธิสมาบัติต้องเอาให้หนักเลยหมายความว่าสมณะ ๔๐ เปอร์เซ็นต์ให้ ๘๐ เปอร์เซ็นต์ไปเลย คือหนึ่งทั้งจิตสองทั้งจำให้จดให้จำทุกอักขระทุก
พยัญชนะตั้งแต่อนุสติ ๑๐ กลิน ๑๐ อสุภะ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ รูปฌาน ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญาเสพ
กลับมากลับไปจนแหลกลานเหมือนกับนอนอยู่ในซากศพเลย ๘๐ เปอร์เซ็นต์เลย ข้อนี้จึงจะทำ
บทบาทของคำว่าเหี่ยวเฉาเบื่อหน่ายไม่มีเลยเพราะฉะนั้นสมาธิทำให้จิตหลุดพ้นด้วยสมณะ วิปัสสนา
เพื่อตัดกระแส ๒๐ เปอร์เซ็นต์ก็พอ^{๔๖}

(ผู้สัมภาษณ์) และก็ข้อหกทำไมหลวงปู่จึงสมาทานไม่นอน ๓๐ ปีได้ประโยชน์อย่างไรบ้าง

(ผู้ให้สัมภาษณ์) มีอยู่ ๙ อย่าง มรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ นี่เป็นอารมณ์โลกุตระเราเกิด
มานี้เราโชคดีแล้วได้มาปฏิบัติรู้ตื่นเบิกบานทางสว่างตามศาสดาเราปลื้มใจเกิดมรรคชีวิตขึ้นมาคคะ
ชีวิตมีคคะเทศะมีคคะชนะขึ้นมาอย่างแรงพอเกิดอย่างแรงแล้วก็เสพมรรค พอเสพมรรคเต็มที่แล้วนี้
อานิสสของการอบรมจิตเจ้าของเลยทำให้การะทุกอย่าง อันเป็นขั้นห้าที่แบกหนักอยู่นี้เบาบางลง
ไป ข้อที่สองเมื่อเราเสพขั้นห้าธาตุ ๑๘ ด้วยคำว่าเป็นอรรถรสของอมตะภาษาก็เรียกว่าเป็นผู้ได้
อมตะในกายของเธอแล้วในรูปกายนามกายของเธอแล้วเธอก็อิมหันสำราญเพราะว่าอมตะในขั้น
ห้าในธาตุ ๑๘ ถ้าผู้ใดเสพแล้วอานิสสไม่ต้องพูดเธอจะต้องแตกฉานอภิญญา ๖ เทววิชา ๓
ปฎิสัมภทา ๔ นี่เป็นเหตุให้ปลื้มใจสามารถที่จะประครองจิตได้ ข้อที่ ๒ ที่นี้ยามใดเราเสพสมณะอิม
หันสำราญก็มาพิจารณาจุดไฟน้อยๆ ระลึกถึงว่าขั้นห้าธาตุอายตนะเล็กๆ น้อยๆ มันจะจำไปเลย

^{๔๕} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

^{๔๖} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

เหมือนกับเราเอาก้อนหินขว้างลงกลางน้ำแตกไปเลยมันจึงทำให้วิปัสสนาปัญญาวิปัสสนาภูมิเกิดขึ้นมาอย่างรวดเร็วเพราะว่าอำนาจของสมณะที่เราไม่หลับไม่ตื่นที่ต่อสู้กับสมณะเป็นเหตุเป็นผลไป^{๔๗}

(ผู้สัมภาษณ์) คำว่าจุดไฟของหลวงปู่ก็คือจุดเทียนเพ่งอย่างนั้นหรือ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) หมายความว่าระลึกรู้ถึงหัวข้อ ชนธำหาเป็นของไม่เที่ยงพอระลึกรู้ถึงความไม่เที่ยงมันจะจำไปเลยมันจะเห็นพวงไปมันจะเห็นพวงไปไม่มีประมาณคำว่าจุดไฟก็คือระลึกรู้นั้นแหละแต่เราใช้คำว่าจุดไฟแทนอันนี้บทบาทมันต่อสู้อยู่ได้^{๔๘}

(ผู้สัมภาษณ์) อันนี้ก็คือว่าทำไมหลวงปู่จึงสมาทานไม่นอน

(ผู้ให้สัมภาษณ์) นี่แหละสองอย่างเราจำไว้อย่างหนักเลยเพราะว่ามรรค ๔ ผล ๔ นิพพาน ๑ นี่ ๙ ข้อ ยังไงชาตินี้เราเป็นบาทของศาสดาเพื่อจะนิพพานอย่างนั้นนะตั้งจิตไว้อย่างนั้นจะไม่มี คำว่ามาส้องเสพภพภูมิกับเพื่อนอีกนั้นนะ

(ผู้สัมภาษณ์) และการทำกิจอย่างอื่นก็ทำไปตามปกติ, ตอบว่า ปกติ.

(ผู้สัมภาษณ์) และสุดท้ายข้อควรปฏิบัติทั่วไปที่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติเนสัชชิกังคะ ธุดงค์วัตรมีอะไรบ้างครับ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) มีอยู่ ๕ อย่าง คือ ๑ เธอจะต้องเป็นคนพูดน้อยคนปฏิบัติเนสัชชิกังคะไม่พูดส่วนมาก ๒ สันโดษในปัจจัยสี่ตามมีตามได้ไม่ใช่ตามกำลังตามมีตามมีตามได้ ๓ เธอต้องเสพรวิเวกอันเป็นอุปธิวิเวกเหนือกายเหนือจิตไปอุปธิวิเวกเป็นข้อที่ ๓ ข้อ ๔ ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ จะไม่คบเพื่อนถือว่าโดดเดี่ยวเป็นดาวเป็นพระเอกถ้าไปพูดคุยกะไรในความเพียรของเราจะตกบ่วงไปเลย เลยเป็นเหตุให้ข้อสุดท้ายต้องเป็นผู้ยิ่งใหญ่ในความเพียรคือตั้งไว้ว่า วายเมเถว ปุริโส ยาว อตถสส นิปปทา เป็นหมายเลขหนึ่งไว้เลย มีความเพียรพยายามล้าไปจนกว่าจะประสบผลสำเร็จ มันเลยเอามาเป็นข้อสุดท้าย อันนี้เป็นปฏิบัติของผู้ถือเนสัชชิกังคะเป็นประโยชน์ต้องมีเป้าหมายแบบนี้ ที่พูดมานี้มันน้อยนิดได้^{๔๙}

(ผู้สัมภาษณ์) และรายละเอียดกว่านั้นเพื่อมีผู้อยากปฏิบัติตาม

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ถ้ามีผู้ต้องการปฏิบัติตามนี้เริ่มแรกก็ต้องทำเพลาก่อนคือต้องฟังธรรมชาตีก่อน คือยืนเดินนั่งถ้าเธอจะทำครั้งแรกก็ต้องเข้าไปสู่ความเพลากๆ เพราะว่าอินทรีย์ยังไม่บำเพ็ญมาอย่างเราใช้ไหม จะนั่งฟังต้นไม้หรือว่าไม้กระดานทำเอาเองส่วนใดส่วนหนึ่งซึ่งจะทรงขันธธาตุของเธอไว้ได้ ๓๐ นาที หรือชั่วโมงก็ตาม ขั้นที่สองจึงค่อยไปปฏิบัติจึงค่อยมานั่งพัก ขั้นที่สามก็พุ่งไปแบบยืนอิมเดินอิมแบบนี้วิธี ถ้าเราประสงค์ปรารถนาเดินตามอย่าพึ่งทำไปรุนแรงทดลองครั้งละ ๗ วัน ๑๕ วันหรือเดือนหนึ่งไปก่อนตามภูมิ อันนี้เราพูดเลยว่าพอเราไปเช็กดูว่า ถือผ้า ๓ ผืนเราเพียบ การเที่ยวบิณฑบาตเราเพียบการอยู่ป่าห้าข้อเราเพียบเราจึงเหลือแต่เนสัชชิกังคะ หมายความว่า

^{๔๗} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิธำจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

^{๔๘} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิธำจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

^{๔๙} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิธำจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

๑๒ ข้อเราเพียบมาแล้วเหลือข้อเดียวที่ ๑๓ เราพุ่งไปเลยคือเราบำเพ็ญมา ๑๒ ข้อ จตุตถ์ ๑๓ ถือผ้า ๓ ผืน ถือผ้าบังสกุลเราถือนมาแล้วเที่ยวบิณฑบาตหำข้าวอยู่ป่าหำข้าวเราทำมาแล้ว ๑๒ ข้อ ข้อที่ ๑๓ เรามาทุ่มอย่างแรงเลยต่อสู้อย่างเต็มที่หมายความว่าตัดหัวไปเลยนี่มันผิดเพื่อนตรงนี้ เพื่อนมันไม่ครบ ๑๒ ข้อ ใจเล่า, อันนี้ก็คือข้อที่ควรปฏิบัติ, อ้อ ข้อที่ควรปฏิบัติจะต้องค่อยๆ ทำไปก่อนถ้าอย่างนั้นมันไม่ครบ จตุตถ์ ๑๓ มันไม่ครบวงจรโอเรามาทำมาครบวงจรแล้วจึงกระโดดเข้าไปจิตของเรามันเพียบพร้อมด้วยสมาธิสติแล้วมันจึงดีดตัวออกไปเลย, นี่ต้องปูพื้นฐานให้มันแน่นก่อน, เหมือนกับเราสร้างบ้านต้องลงหลักปักฐานให้แน่นก่อนโอเรามาแน่นมาแล้วและไม่เคยเกรงกลัวอะไรที่จะมาเดือนเือดอะไรเรามั่นใจอย่างนั้นและไม่กลัวภูตผีปีศาจอะไรเราไปดงดอนซอนป่าเราไม่นึกถึงอะไรคือพวกเนสซซิงกัซเขาไม่นึกถึงความกลัวหรือไม่มี

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วปฏิบัติได้ครบไหมครับ ๓๐ ปี

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ๓๐ ปี พอได้ ๒๓ ปีก็ไปผำกระดุกนั่นได้ ตอนที่ไปลี้ภัยอยู่โซพิลย์เหลืออีก ๗ ปีจะครบ ๓๐ปี เพราะว่ากระดุกมันผุข้อที่สี่เราไปผำ^{๕๐}

(ผู้สัมภาษณ์) หลวงปู่ล้มหรือว่า

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ไม่มันไปเหยียบที่เขาเทปูนใหม่เราไปเหยียบมันทรุดลงเลยลุกไม่ขึ้น ปูนที่เขาเทใหม่ๆ, ก่อนหน้านั้นมันไม่มีอะไร ปากฎครั้งเดียวก็ไปเลย ก่อนหน้านั้นมันก็ไม่เจ็บไม่ปวดไม่มีอะไร พอให้หมอไปเช็กดูจึงได้รู้ว่ามันผุให้หมอวิชัยเป็นคนเอาออกให้^{๕๑}

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วหลวงปู่รักษานานไหมครับกว่าจะหาย

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ไม่นานประมาณปีหนึ่ง ปี ๔๓ ปีที่ไปหนองคาย โซพิลย์

(ผู้สัมภาษณ์) เมื่อหลวงปู่รักษาหายแล้วยังปฏิบัติต่อหรือเปล่าครับ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ยังปฏิบัติต่อจนครบ ๓๐ ปี คือไม่เลิกล้มลัทธิมันแต่ว่าหมอเขาบอกให้นอนแต่ว่าเราก็อาศัยความอดทนสู้มา

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วหลวงปู่นั่งเก้าอี้หรือนั่งกับพื้น

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ส่วนมานั่งกับพื้นเขาทำเป็นเก้าอี้พับพอเปิดออกแล้วเราก็นั่ง ส่วนใหญ่จะนั่งอยู่ในกลดในป่า ต้องเห็นกันทุกคนถ้าเราไปนั่งอยู่ที่อื่นเพื่อนจะไม่เห็น อันนี้เพื่อนต้องเห็นต้องดูอยู่ตลอดเวลากลางวันหรือกลางคืนก็ตามเพื่อนต้องดูแลเราได้ เพราะมีความหมายว่าเมื่อใดเรายืนเดินนั่งอยู่นี้ไม่นอนเธอต้องดูแล ต้องมองว่ามันจะมีอะไรหนีจากสายตาหมู่มไม่ได้ เราทำมาแบบบริสุทธิ์หมดจดไม่ใช่เป็นเรื่องจะไปโกหกหลอกลวงใคร ต้องดูแลกันอย่างดีขึ้นรถลงรถก็ต้องดูไม่ให้คลาดเคลื่อนลูกน้องต้องสององค์สามองค์ช่วยดูแล

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วเรื่องอาหารการฉัน

^{๕๐} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิธำมรงค์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

^{๕๑} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิธำมรงค์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ก็เป็นปกติแล้วแต่บางทีถ้ามันอึดในฉันทก็ไม่ฉันทสองสามวันก็ไม่ฉันทอันใดที่มีแต่น้ำเราก็ดันแต่น้ำถ้ามันไม่ต้องการกินเข้าไปมันก็ออกมาบางทีก็ฉันทน้อยที่สุด ส่วนมากจะฉันทน้อยที่สุดพอฉันทมันอึดมันพอมันไม่จำเป็นต้องพอกพูน อันนี้เป็นอาการที่เคยบำเพ็ญแบบปกติมาจนตลอด ไม่ใช่จะหลบอยู่คนเดียวเน่สขชิกังคต้องเปิดเผยเห็นด้วยกันรู้ด้วยกัน

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วมีรูปถ่ายอะไรที่เป็นหลักฐานอะไร, (หลวงปู่) มีบ่ (อาจารย์ตี) ต้องถามเจ้าอาวาส เพราะว่ารูปถ่ายอย่างนี้ไม่รู้เขาเอามาจากไหน เขาเอามาถวายไม่ใช่เราทำขึ้นมาเอง คุณสุรพลเอามาไม่รู้ว่าคุณเอามาจากไหน (หลวงปู่ มันถ่ายแต่มั่นกล้องไม่ดี) (อาจารย์ตี แต่ก่อนมีแต่อนุศักดิ์) หลวงปู่มันเกิดราหฆด (อาจารย์ตี แต่ว่ารูปที่อนุศักดิ์ถ่ายอยู่กับเจ้าอาวาสไม่รู้อยู่ที่ไหนบ้างรูปเก่าๆ (หลวงปู่ เฮยีนอยู่ใส (อาจารย์ตี เขาว่าอยู่บ้านนาหลวง (หลวงปู่ อันนี้เจ้าอาวาสมานั่งกับเราปีที่ท่านมาครั้งแรกปี ๓๒ (อาจารย์ตี ส่วนมากรูปพวกนี้มากับสุรพล ส่วนมากอนุศักดิ์เป็นคนถ่าย (หลวงปู่ แต่ว่าอนุศักดิ์ก็ตายแล้ว ส่วนมากมันขึ้นราหฆดเขาทำเป็นวิดีโอ (หลวงปู่ ถ้าถามข้อมูลลึกซึ่งอย่างนี้ไม่ได้เพราะว่ามันเน่าหฆดแล้ว ส่วนมากเราไม่ได้คดโค้งตรงรื้อเลยยืนเดินต้องตรงรื้อได้ อุชจิตตัง สติปัญญัง ต้องคงเส้นคงวาเด่ ไม่เคยไปสวดบ้านสูงบ้านต่ำอะไรทั้งสิ้นเด็ดดหฆดเลย ขึ้นชื่อว่าปลิโพรวิตกจะไม่มีเด็ดขาด นิพลต้องเข้าใจเด่ กรรมฐานแท้ทรงธรรมในปาณัติพิน้องพงษ์เชื่อบ่อวหฆมันแน่นอนขนาดเด่ ไม่ใช่จะมาคิดเดาไม่ได้ตายทันทีเด่ ทำวมาเล่นหัวละเวลาเรานั่งอย่างนี้ต้องสู้กับมาร กิเลสมารสังฆารมาร ถ้าวันใดสภาพจิตของเราบเสียงภายนอกเข้าไปจะรู้จักทันทีว่ามันจะหนักอึ้งเหมือนแบกภูเขาแม้แต่ถูกกลืนอาหารไปยินดีก็หนักอึ้งทันที

(ผู้สัมภาษณ์) ถ้ามันเป็นอย่างนั้นจะแก้อย่างไร,

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ถ้ามันเป็นอย่างนั้นต้องรีบตัดทันทที่รีบตัดอารมณ์ อารมณ์ที่เกินขึ้นอย่างนั้นต้องรีบตัดทันทที่ตัดให้ขาดจนหฆดเชื่อว่ามันพอใจหรือไม่พอใจต้องรีบตัดทันทที่วิชาโทมนสนั้นรวดเร็วว่องไวยินขาดเดินให้ขาดนั่งจนว่าขาดคาที่จึงว่างเปล่าจึงเสวยวิมุตติสุขไปต้องอย่างนั้นไม่อย่างนั้นมันก็มีเชื้อต้องตัดให้ขาดกระเด็นจึงเหลือแต่วิสุทติจิตล้วนๆ จึงค่อยเป็นไปได้มันไม่ใช่ของเล่นมันไม่ใช่เรื่องตาย เรื่องดับไปเลยดับขาดดับภพไปเลยนี้แหละลองไปส่งเสริมดูถ้าเขาอ่านก็จะรู้ว่ามันมีอยู่ไหม ส่วนมากมันไม่มีจะมาทำอย่างนี้อย่างถื่อผ้าสามผืนอย่างเราก็มไม่มี ๓ ปีต่อชุดๆ ใช้น้อยกินน้อยก็ไม่มี มันไม่ใช่มีทั่วไปมันไม่มีเลยแต่เราก้อยู่กับเพื่อนอย่างนี้แหละไม่ได้ไปไหนมันก็สมควรได้โฆษณาอยู่ (หัวเราะ) เขาฟังบ้างไม่ฟังบ้างก็ไม่เป็นไร ให้มันมีข้อมูลไว้เหมือนพระอรหันต์ในสมัยก่อนให้มีข้อมูลไว้^{๕๒}

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วการฝึกงานเบื้องต้นทำอย่างไรครับ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) นี่แหละเป็นเรื่องสำคัญสมมุติว่ากามสัญญาเนาะ เราเข้าสู่ครั้งแรกต้องฝึกกามคุณห้าออกจึงว่าเรามันดูฟังถูกรู้กับเพื่อนไม่ได้ คำว่ากายวิเวกจิตวิเวกอุปวิเวกเราเริ่มตัดกายวิเวกจิตวิเวกอุปวิเวกให้ได้ ๑๐๐ เปอร์เซนต์จึงขาดออกจากกามสัญญาเวลาเราเข้าสู่สมาธิหรือฉันทมันจึง

^{๕๒} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิธาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

ง่ายไม่มีอะไรขัดข้องไม่มีอะไรแม้แต่โยกโยกไม่มีเลยจนเท่าทุกวันนี้จึงดูฟังอะไรกับเพื่อนไม่ได้เพราะว่าเราไม่มีฐานะอะไรที่จะไปเกาะเกี่ยวกับรูปพรตศีลสะเลยกามสัญญาข้อต้นต้องเป็นผู้ชำนาญที่สุด

(ผู้สัมภาษณ์) ต้องพิจารณาเรื่องอสุภไหมครับ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) มันมีอยู่คำว่าสังต์กับกุศลนี้มันเป็นข้อมูลส่วนว่าเรามาพิจารณาอสุภกรรมฐานนี้กับคำว่าสังต์กับกุศลนี้ที่มาเบิกจิตของเราตัวเจตนานี้ มันจะไม่เหมือนอยู่ในสมณะคือตัวสังต์เป็นอาวุธเป็นจิตวิเวกกายวิเวกอุปวิเวกจากอกุศล อกุศลที่เราสังต์ไม่ใช่โลภะ โทสะ โมหะ กุศลกรรมบถกายกรรม ๓ วชิกรรม ๔ มโนกรรม ๓ เราจะไม่เสพรสสังต์ไปเลยนี้กุศลกรรมบถ ๑๐ นี้เด็ดขาดเลยนี้พอเรามาเสพกรรมบถ ๑๐ แล้วเราก็มามาพิจารณาวิเวก ๓ เราก็สมบูรณ์เวลาเราเข้าสู่สมาธิก็ง่ายเหมือนปล่อยปลาไหลลงตม^{๕๓}

(ผู้สัมภาษณ์) คราวนี้เรื่องของกสิณมีเข้ามาเกี่ยวข้องไหมครับ

(ผู้ให้สัมภาษณ์) เรื่องของกสิณก็แล้วแต่เราจะเล่นคือเราอยากสนุกสนานก็ออกมาเล่นข้อไหนก็ได้นับตั้งแต่อนุสติ ๑๐ เราชอบข้อไหน ดิน น้ำ ลม ไฟ เราต้องการเล่นอภิญญามหาภูตรูป เพราะว่าดินนี้มันทำให้เราได้อภิญญา ดินปฐวีมันทำให้เราได้อภิญญา ๖ ส่วนตวิชาเราต้องมาเล่นไฟส่วนมากจะเล่นไฟส่วนอภิญญา ๖ นี้ส่วนใหญ่แล้วไม่เกินดิน ๒๐ ปฐวิกสิณแม้แต่บารมีอันแท็กข้อนี้ ๑๐ ประการคือ ดิน ๒๐ ประการเป็นข้อมูลที่ทำให้เราได้มานได้ดีที่สุดหมายถึงดินภายในร่างกายเราพูดอยู่เดี๋ยวนี้ดินนอกที่เข่าเพ่งมันเป็นบทบาทที่แท้เข้ามาแจ่มแจ้งในธาตุ ๔ มหาภูตรูปภายในมันจึงจิตจางออกจากกามราคะรูปราคะอรุปราคะมันมีอยู่ในราคะ ๕ ตัว ศัตถุหมายเลข ๑ เขาเรียกว่าราคะเมื่อเราอยู่ในราคะอันเป็นอารมณ์แล้วมันไม่ไป มันเหมือนกับแมลงไปติดใยแมงมุมไปไม่ได้^{๕๔}

(ผู้สัมภาษณ์) ในเรื่องกสิณนี้หลวงปู่

(ผู้ให้สัมภาษณ์) ชำนาญทุกข้อไม่ยกเว้นกสิณ ๑๐ ไม่ยกเว้นเราเล่นข้อไหนก็ได้ แล้วแต่จะตั้งจิตคืออธิฐานจิตอธิฐานวสีอันนี้คือบทบาทเคยเล่นมาหากว่าเราไม่อยากจะฝึกฝนติดอะไรก็เข้าไปอุปทานแต่ว่ามันไม่ดีเพราะว่ามันจิตและไม่แสวงหาผลเพราะฉะนั้นพวกไปอุปทานจึงไม่มีมรรคไม่มีผลอยู่อย่างนั้น ๘๔,๐๐๐ กัปก็อยู่นั้นมันจิตตถาคตจึงห้ามแม้พระพุทธเจ้าเข้าไปเสพแล้วจึงห้ามเหมือนอุทกดาบส อาราหตบสนี้มาน ๗ กับมาน ๘ นี้เพราะว่าไปกักขังเป็นกิเลสกรรมวิปากเล่นชำนาญมาก ว่าแต่นึกคลองที่สุดแต่เราคลองทางในไม่ใช่คลองทางนอก เพราะฉะนั้นเวลาเราขึ้นธรรมาสน์ต้องการให้คนร้องให้หัวเราะเอาถึงขนาดนั้นแต่เราไม่ควรทำเพราะว่าเราทำแล้วมันเป็นวิปากกรรม หมายความว่ามันทำให้เราติดโสมนัสโทมนสนั้นแล้วมันทำให้เราไปติดเพราะฉะนั้นท่านจึงห้ามถ้าเราไม่ทันเป็นพระอรหันต์อย่าไปเล่นติดหมดทุกราย นี่ก็คือหลักที่เราจะถืออริยาบถ ๓ ต้องศึกษาให้เข้าใจชัดเจนแจ่มแจ้งคือพูดยังงี้เธอต้องเป็นผู้ยิ่งใหญ่ในสมบัติทั้งอรรถทั้งพยัญชนะทั้งฤทธิ์ทั้งเดชทั้งอำนาจเพราะว่าแต่ละอย่างๆ มันมีอำนาจ เริ่มอนุสติ ๑๐ ไปเลยให้ชำนาญ

^{๕๓} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

^{๕๔} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

หมายความว่าหลับตาลืมตาให้คล่องโยได้เลยนั้นละจึงมีอาถรรพ์ไม่ใช่ว่าจะมาทำเลยไม่ได้ เหยียบหนามก็ร้องอ้ากเท่านั้นแหละ^{๕๕}

(ผู้สัมภาษณ์) การสัมภาษณ์หลวงปู่ในวันนี้ขอกราบขอบพระคุณในความเมตตาเป็นอย่างมาก ข้อมูลเหล่านี้เกลากระผมก็จะนำไปเพื่อศึกษาวิเคราะห์นำไปเพื่อเป็นข้อมูลในการศึกษาและเป็นข้อมูลในการปฏิบัติเป็นข้อมูลอ้างอิงในทางวิชาการต่อไป

และจากการสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้องผู้ใกล้ชิดและอุปัชฌาย์จากตลอดทั้งลูกศิษย์ผู้รู้เห็นการปฏิบัติเนสัชชิกงัดงัดของพระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปกสฺสโร) ทั้งพระภิกษุและฆราวาส ไม่ว่าจะเป็น พระภาวนาธรรมาภินันท์ เจ้าอาวาสวัดนาหลวง พระครูปัญญานุสาถรณ์รองเจ้าอาวาสวัดนาหลวง และพระเครื่อง อนุตฺตโร (พระอาจารย์ดี) พระอุปัชฌาย์หลวงปู่ทองใบ ปกสฺสโร เป็นต้น ได้กล่าวว่า หลวงปู่ได้ปฏิบัติจริงคือไม่นอนตลอดเวลาที่ท่านสมานเนสัชชิกงัดงัดงัด ๓๐ ปี คืออยู่ด้วยอิริยาบถ ๓ ยืน เดิน นั่ง เท่านั้น เพราะส่วนมากเวลาพักอิริยาบถหลวงปู่จะพักอยู่ในกลดและออกทำงานเผยแผ่พร้อมกับพระภิกษุสามเณรทุกปี ดังนั้นทุกคนที่อยู่ใกล้ชิดจึงรู้และเห็นการปฏิบัติของท่านเพราะท่านปฏิบัติแบบเปิดเผย แม้ปัจจุบันของหลวงปู่จะมีอายุถึง ๘๒ ปีแล้วเวลานั่งท่านก็ยังนั่งตัวตรงไม่พึงเก้อ ยังมีสุขภาพที่แข็งแรง

๓.๖ สรุป

จากการศึกษาสัมภาษณ์เกี่ยวกับการปฏิบัติเนสัชชิกงัดงัดของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปกสฺสโร) พบว่า ท่านได้ถือปฏิบัติอยู่ในอิริยาบถ ๓ เว้นการนอนเป็นเวลา ๒๓ ปี โดยมีวิธีปฏิบัติอยู่ในระดับกลางและระดับเคร่งครัด ซึ่งใน ๒ ระดับนี้จะปฏิบัติสลับกันครั้งละ ๗ วัน เช่นระดับเคร่งปฏิบัติอยู่ ๗ วัน และเปลี่ยนมาปฏิบัติในระดับกลางอีก ๗ วัน เดินจงกรม ยืนทำสมาธิ และนั่งสมาธิ (ระดับกลางอาจจะนั่งพักเก้อบ้างในบางครั้งเพื่อผ่อนคลายอิริยาบถ แต่นั่งไม่นาน) และท่านได้แนะนำว่า ผู้ที่จะถืออิริยาบถ ๓ ได้นั้นจะต้องเป็นผู้มีศรัทธาในเบื้องต้น เป็นคนสันโดษในปัจจุบันมีตามได้ ไม่ได้ตามกำลัง ต้องเป็นคนพุดน้อยไม่คลุกคลีด้วยหมู่คณะ เป็นผู้ที่มีความเพียรไม่โอ้อวดมีจิตปรารถนาบรรลุคุณธรรมเบื้องสูง และจะต้องเป็นผู้ชำนาญในสมณะประมาณ ๘๐ เปอร์เซ็นต์วิปัสสนาเพื่อตัดกระแส ๒๐ เปอร์เซ็นต์ ต้องเริ่มต้นฝึกไปจากอย่างอ่อนไปหาอย่างเคร่งคือฝึกตั้งแต่ระดับอ่อนไปหาระดับกลางและระดับอุกฤษฏ์

^{๕๕} สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปกสฺสโร), ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

บทที่ ๔

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง “ศึกษาเนสัชชิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (หลวงปู่ทองใบ ปภสสโร)” มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ

๑. เพื่อศึกษาการปฏิบัติรุดงควัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
๒. เพื่อศึกษาวิเคราะห์เนสัชชิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (หลวงปู่ทองใบ ปภสสโร)

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัย โดยวิธีการเก็บข้อมูลจากเอกสารต่างๆ เช่น คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส ในพระพุทธศาสนา หนังสือการปฏิบัติธรรม และบทสัมภาษณ์ของพระราชสิทธิอาจารย์เกี่ยวกับวิธีปฏิบัติเนสัชชิกังคุดงควัตร เมื่อได้ข้อมูลมาแล้วได้เรียบเรียงบรรยาย ตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา โดยผู้เชี่ยวชาญ จึงสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

๔.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาค้นคว้าความหมายของรุดงควัตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทพบว่า รุดงควัตรหมายถึง ธรรมเครื่องขัดเกลากิเลสให้เบาบางเป็นธรรมเครื่องช่วยให้ผู้ถือปฏิบัติรุดงค์เพิ่มความเพียรให้มากยิ่งขึ้น เมื่อวิเคราะห์ดูหลักการปฏิบัติรุดงควัตรแล้วมีหลักการปฏิบัติอยู่ ๔ หมวด คือ

๑. หมวดว่าด้วยการปฏิบัติเกี่ยวกับเครื่องนุ่งห่ม (จีวร) มี ๒ ข้อ คือ
 - ถือผ้าบังสุกุลเป็นวัตร
 - ถือผ้า ๓ ผืนเป็นวัตร
๒. หมวดว่าด้วยการปฏิบัติเกี่ยวกับเรื่องอาหาร (บิณฑบาต) มี ๕ ข้อ คือ
 - การเที่ยวบิณฑบาตเป็นวัตร
 - การเที่ยวบิณฑบาตตามลำดับเป็นวัตร
 - การฉันอาหารเฉพาะในบาตรเป็นวัตร
 - การนั่งฉันอาสนะเดียวเป็นวัตร
 - การห้ามภัตรอันนำมาถวายเมื่อภายหลังเป็นวัตร
๓. หมวดว่าด้วยที่อยู่อาศัยเสนาสนะที่นอนที่นั่งมี ๕ ข้อ คือ
 - การอยู่ป่าเป็นวัตร
 - การอยู่โคนไม้เป็นวัตร
 - การอยู่ที่แจ้งเป็นวัตร

- การอยู่ป่าช้าเป็นวัตร
- การอยู่ในที่อันท่านจัดให้อย่างไรเป็นวัตร

๔. หมวดว่าด้วยความเพียรมี ๑ ข้อ คือ

- การถืออิริยาบถ ๓ เว้นการนอนเป็นวัตร

ธุดงค์วัตรนั้นมีปรากฏตั้งแต่สมัยที่พระพุทธเจ้าประทานพรให้แก่ผู้อุปสมบทเป็นภิกษุ โดยปรากฏในนိสสัย ๔ หรือ กรณียกิจ ๔ ข้อ เป็นกิจที่ควรทำ คือ

- นุ่งห่มผ้าบังสุกุลเป็นวัตร
- เทียวบิณฑบาตเป็นวัตร
- อยู่โคนไม้เป็นวัตร ๓ ข้อนี้ภิกษุต้องกระทำด้วยความพากเพียร ส่วนข้อที่ ๔ คือ
- ฉนฺยาคองด้วยน้ำมูตรเน่า เมื่อเวลาเจ็บไข้ไม่สบายให้พิจารณาว่า เรามีความเจ็บไข้

เป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปได้แล้วจึงฉนฺยาคองด้วยน้ำมูตรเน่าเพื่อบรรเทาทุกขเวทนา

เนสัชชิกังธุดงค์วัตรคือ การสมาทานไม่นอน อยู่ด้วยอิริยาบถ ๓ คือ ยืน เดิน นั่ง ท่านแบ่งเป็น ๓ ระดับ คือ ๑. เนสัชชิกภิกษุชั้น อุกฤษฏ์ หมอนอิงข้าง แครนึ่งทำด้วยผ้า และผ้าสายโยคใช้ไม่ได้ ๒. เนสัชชิกภิกษุชั้น กลาง ในของ ๓ อย่างนี้ เพียงแต่อย่างใดอย่างหนึ่งใช้ได้ ๓. เนสัชชิกภิกษุชั้น ต่ำ พนักอิงข้างก็ดี แครนึ่งทำด้วยผ้าก็ดี ผ้าสายโยคก็ดี หมอนพิงก็ดี เก้าอี้มีองค์ ๕ กก็ดี เก้าอี้มีองค์ ๗ กก็ดี ใช้ได้ทั้งนั้น

ความแตกหัก ธุดงค์นี้ย่อมแตก คือ หายจากสภาพธุดงค์ ในขณะที่พอเมื่อเนสัชชิกภิกษุทั้ง ๓ ประเภทนี้ สำเร็จซึ่งอิริยาบถนอน

อาณิสสของผู้ทรงไว้ซึ่งการนั่งเป็นวัตรมี ๕ ข้อดังนี้คือ

๑. เป็นการตัดเสียซึ่งความผูกพันแห่งจิตที่ตรัสไว้ว่า เป็นผู้ชวนขวายหาความสุขในการนอน ความสุขในการเอนหลัง ความสุขในการหลับ
๒. ความเป็นผู้สัปปายะแก่การบำเพ็ญกัมมัฏฐานทั้งปวง
๓. ความเป็นผู้มีอิริยาบถเป็นที่น่าเลื่อมใส
๔. เป็นการเกื้อหนุนแก่การเริ่มทำความเพียร
๕. เป็นการเพิ่มพูนการปฏิบัติชอบให้เจริญยิ่งขึ้น

เนสัชชิกภิกษุผู้สำรวมนั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายให้ตรง ย่อมยังดวงหทัยของพญามารให้หวาดหวั่น ภิกษุผู้ยินดีในการนั่ง มีความปรารถนาแล้ว ย่อมทำปอาณเป็นที่ยำเพ็ญตบะให้ดังงาม เพราะเหตุที่ตนจะได้ประสบซึ่งปิติและสุขอันปราศจากอามิส ฉะนั้น อันภิกษุผู้บัณฑิตพึงหมั่นบำเพ็ญเนสัชชิกังคธุดงค์อยู่เนืองๆ นั้นเถิด

การปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) พบว่าการปฏิบัติอิริยาบถ ๓ คือ ยืน เดิน นั่ง เว้นการนอนของ หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร นั้นแบ่งออกเป็น ๒ ภาค คือ

๑. ภาคปริยัติ

๒. ภาคปฏิบัติ

ในภาคปริยัตินั้น สมัยที่ท่านยังเป็นพระหนุ่มได้ไปศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับมูลกัจจายน์อันเป็น การศึกษาเรื่องภาษาบาลีใหญ่ในสมัยโบราณซึ่งผู้ที่เรียนจบจะมีความรู้แตกฉานในภาษาบาลีเป็น อย่างมากและท่านก็ศึกษาเรียนรู้พระไตรปิฎกด้วยตนเองจนมีความรู้เชี่ยวชาญในตำรา พระพุทธศาสนาเป็นอย่างมาก

ภาคปฏิบัติ พบว่า แนวทางการปฏิบัติตรงควัตรข้อที่ ๑๓ เรียกว่าการถืออิริยาบถ ๓ เว้น การนอนนั้น โดยมีวิธีปฏิบัติดังนี้ คือ จะต้องชำนานูในสมณะ ๘๐ เปอร์เซ็นต์ เรียกว่าทั้งจดทั้งจำทั้ง อักษรทั้งพยัญชนะไม่ว่าจะเป็น กสิณ ๑๐ อนุสติ ๑๐ อสุภ ๑๐ อัปมัญญาพรหมวิหาร ๔ อาหาเร ปฏิกุศลสัญญา ๑ จตุธาตุววัตถาน ๑ อรูปฌาน ๔ ส่วนวิปัสสนาเพื่อตัดกระแสนั้น ๒๐ เปอร์เซ็นต์ หลักเบื้องต้นของการปฏิบัติเนสัชชีกังคฤตงควัตรนั้นท่านกล่าวว่ามี ๓ อย่างคือ

๑. ท่านจะยึดความตื่นอันเป็นพุทธิภาวะจะไม่ให้ความหลับมาเป็นเคียร์เป็นเกล้าทำให้ เราเสียเวลา

๒. ต้องการธรรมะอันไม่เกี่ยวข้องกับความหลับซึ่งเป็นอสมัมมะหะปัญญา ปัญญาที่ไม่ต้อง หลงใหลกับคนสัตว์สังขาร

๓. ต้องการให้ผลปรากฏในชีวิตปัจจุบัน ได้แก่อรรถรสของคำว่า นิพพาน ปรม สุขิ

การปฏิบัติในตรงควัตรนั้นมี ๓ ระดับคือ อย่างอ่อน อย่างกลาง อย่างเคร่งท่านปฏิบัติใน ระดับกลางและระดับเคร่งสลับกันไปทุก ๗ วัน คือ ๗ วันแรกปฏิบัติแบบเคร่งส่วน ๗ วันต่อมาปฏิบัติ แบบกลาง บางครั้งก็มีการสาธยายธรรมใคร่ครวญธรรมในจิตไปด้วยแต่ไม่มีเสียง อย่างกลางท่าน ปฏิบัติมาไม่น้อยกว่า ๓๐ เปอร์เซ็นต์ส่วนอย่างอุกฤษฏ์หรืออย่างเคร่ง ท่านปฏิบัติ ๗๐ เปอร์เซ็นต์ จึงทำให้กายใจสามารถอยู่ได้เหมือนกันกับไม้แห้งที่ไม่มีใบไม่มีกิ่งไม่มีก้านแต่สามารถยืนต้นได้แบบ แห้งหมดภาระที่จะแหวกว่ายไปในอดีตอนาคตปัจจุบัน และท่านมีเทคนิคหรืออุบายในการยืนเดินนั่ง อยู่ว่า จะต้องชำนานูในฌานเมื่อจะเข้าสู่สมาธิอันเที่ยงตรงเหมือนกับลูกศรที่ดัดดีแล้ว ขอนี้ต้องอยู่ใน พรหมวิหาร พอเราเข้าไปสู่ในพรหมวิหาร คือ เมตตาฌาน กรุณาฌาน มุทิตาฌาน อุเบกขาฌาน ตรงนี้ จะทำให้เราหยุด กลัวความเกิดความตาย

๔.๒ ข้อเสนอแนะ

๔.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำไปปฏิบัติ

จากการศึกษาเนสัชชีกังครุดงควัตรของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ผู้ปรารณาปฏิบัติตามก็สามารถนำไปปฏิบัติได้ดังนี้ คือ

๑. จะต้องเป็นคนพูดน้อย คนปฏิบัติเนสัชชี่ไม่พูดส่วนมาก
๒. สันโดษในปัจจัยสี่ตามมีตามได้ ไม่ใช่ตามกำลัง
๓. ต้องเป็นคนที่ชอบความสงบวิเวก
๔. ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ จะไม่คบเพื่อน
๕. ต้องเป็นผู้ยิ่งใหญ่ในความเพียรคือตั้งไว้ว่า วายเมเถว ปุริโส ยาว อตถสส นิปปทา มีความเพียรพยายามล้ำไปจนกว่าจะประสบผลสำเร็จ

เริ่มแรกก็ต้องทำเพลาก่อนคือต้องพึงธรรมชาติก่อน คือยืนเดินนั่งถ้าจะทำครั้งแรกก็ต้องเข้าไปสู่ความเพลາๆ เพราะว่าอินทรีย์ยังไม่แก่กล้า จะนั่งพิงต้นไม้หรือว่าไม้กระดานทำเอาเองส่วนใดส่วนหนึ่งซึ่งจะทรงขนธธาตุของเราไว้ได้ ๓๐ นาที หรือชั่วโมงก็ตาม ขั้นที่ ๒ จึงค่อยไปปฏิบัติ จึงค่อยมานั่งพัก ขั้นที่ ๓ ก็พึงไปแบบยืนอ้อมเดินอ้อมเลย ถ้าเราประสงค์ปรารณาเดินตามอย่าพึงทำไปรุนแรง ทดลองครั้งละ ๗ วัน ๑๕ วันหรือเดือนหนึ่งไปก่อนตามภูมิ

๔.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

จากการศึกษาวิจัยเนสัชชีกังครุดงควัตรของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ผู้วิจัยเห็นว่ายังมีประเด็นที่น่าสนใจอีกหลายประการดังนี้ คือ

๑. ศึกษาการปฏิบัติสมณะภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)
๒. ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระภิกษุธรรมภาณินท์เจ้าอาวาสวัดนาหลวง
๓. ศึกษาธุดงควัตรในการเผยแผ่พุทธศาสนาของวัดนาหลวง

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาไทย. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) คัมภีร์:

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. อรรถกถาภาษาไทย. ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส. ธรรมวิภาค ปริเฉทที่ ๒. พิมพ์ครั้งที่ ๓๔.
กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๗.

พระพุทธโฆสเถระ รัตน. สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร). แปลและเรียบเรียง. คัมภีร์
วิสุทธิมรรค. พิมพ์ครั้งที่ ๑๐. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๔.

_____. คัมภีร์วิสุทธิมรรค (บาลี-ไทย) ภาค ๑. ฉบับภูมิพลโลกิย. กรุงเทพมหานคร: โรง
พิมพ์มูลนิธิภูมิพลโลกิย, ๒๕๓๙.

_____. คัมภีร์วิสุทธิมรรคภาษาไทย ภาค ๑. ฉบับมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช
วิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

(๒) หนังสือ:

พระธัมมปาละมหาเถระ รัตน. อาจารย์สิริ เพ็ชรไชย ป.ธ.๙ แปล. ปรมัตถมัญชุสา วิสุทธิมคคมหาฎีกา
ภาค ๑. กรุงเทพมหานคร: ๒๕๔๕, ม.ป.ท.

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ ป.ธ.๙. M.A., Ph.D.). ความรู้เรื่องธุดงค์.
(ม.ป.ท., ม.ป.ป).

_____. อริยวงศ์ปฏิบัติเป็นวงศ์พระอริยะเจ้า. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๗.

กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ. ธรรมวิภาคบรรยาย สำหรับนักธรรมและธรรมศึกษาชั้นโท.
พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๒.

กรมการศาสนา กระทรวงศึกษาธิการ. คำสอนผู้บวชพรรษาเดียว ฉบับสมบูรณ์ของพุทธทาส.
พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๗.

โครงการปริวรรตอักษรขอมและอักษรโบราณท้องถิ่นชำระและแปลพระคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนา
เป็นภาษาไทย. ธรรมบทและธัมมปทัฏฐกถา (บาลี-ไทย) ภาค ๑. ฉบับภูมิพลโลกิย.
พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มูลนิธิภูมิพลโลกิย, ๒๕๕๑.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต). **ปฏิบัติธรรมให้ถูกทาง**. พิมพ์ครั้งที่ ๖๐. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิพุทธธรรม, ๒๕๔๔.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิธรรมทาน กุศลจิต พิมพ์แจกมอบเป็นธรรมทาน. สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๖.

_____. **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๒๕. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิธรรมทาน กุศลจิต พิมพ์แจกมอบเป็นธรรมทาน. สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๖.

_____. **พุทธธรรมฉบับปรับขยาย**. พิมพ์ครั้งที่ ๔๐. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิธรรมทานกุศลจิต. (ถวายวัดและแจกเป็นธรรมทานแก่พุทธศาสนิกชนทั่วไป). สำนักพิมพ์ผลิธัมม์ ในเครือ บริษัท สำนักพิมพ์เพ็ทแอนด์โฮม จำกัด, ๒๕๕๗.

_____. **รู้ตัก ทำอะไร ที่ไหน เพื่ออะไร**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท แอคทีฟ พรินท์ จำกัด, ๒๕๕๘.

พระครูประภัสสรสุทธินฺ (ทองใบ ปภัสโร). **คู่มือปฏิบัติธรรมเล่ม ๑**. ขอนแก่น: หจก. โรงพิมพ์ คลังน่านวิทยา, (ม.ป.ท.).

_____. **คู่มือปฏิบัติธรรมเล่ม ๒**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ม.ป.ป..

_____. **ภาวนาจิต สำหรับพระธุดงค์ ชุด ธรรมธารา**. อุดรธานี: ๒๕๔๒, ม.ป.ท..

_____. **อริยธุดงค์**. ขอนแก่น: บริษัท ขอนแก่นคลังน่านวิทยา จำกัด, ๒๕๕๒.

_____. **แดนศิลป์ธรรม**. ผลงานแห่งความภาคภูมิใจและเบื้องหลังของความสำเร็จ. อุดรธานี: โรงพิมพ์ ศักดิ์ศรีอักษรการพิมพ์, ๒๕๕๖.

_____. **เสขปฏิบัติทางธุดงค์ ๒๕ ปี**. พิมพ์ที่: โรงพิมพ์ศักดิ์ศรีอักษรการพิมพ์, ๒๕๕๘.

พระมหาโพธิวงศาจารย์ (ทองดี สุรเตโช). ป.ธ.๙. ราชบัณฑิต. **พจนานุกรมเพื่อการศึกษาพุทธ ศาสตร์ ชุด ศัพท์วิเคราะห์**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๕๘.

_____. **คำวัด ๓**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง, ๒๕๔๕.

พระครูกลยาณสิทธิวัฒน์ (สมาน กลยาณธมฺโม). น.ธ.เอก. ป.ธ.๔. พ.ม. พธ.บ. Med. **เอตทัคคะใน พระพุทธศาสนา**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๔๙.

ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: บริษัท นานมีบุ๊คส์พับลิเคชันส์ จำกัด, ๒๕๕๖.

มหลวงค์ ชาญบาลี. **คัมภีร์พระวิสุทธิมรรค เล่มเดียวจบ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมบรรณาการ, ๒๕๖๖.

พันตรี ป. หลงสมบุญ (ประยุทธ์ หลงสมบุญ). **พจนานุกรม มคอ-ไทย**. พิมพ์ครั้งที่ ๒.
กรุงเทพมหานคร: ร้านเรืองปัญญา พิมพ์จำหน่าย, ม.ป.ท.

(๓) วิทยานิพนธ์:

พระครูพิศาลโชติวัฒน์ (วิฑูรย์ โชติปญโญ). “ศึกษาปาริสุทธิศีลในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ-
ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

พระครูอาทรโพธารักษ์ (ประพันธ์ โพธิ์พันธ์). “ศึกษาตจปัญจกัมมัฏฐานในฐานะบาทฐานแห่ง
การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระครูปลัดปราโมทย์ ปโมทิต (ปานเจริญ). “ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความเพียรกับการบรรลุธรรม
ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระมหาประดิษฐ์ เขมสรณ์ (ทองสิริประภา). “การศึกษาเสขปฏิปทาสูตรในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ-
ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระชัยพล โสภณ (จรรุญทวีทรัพย์). “ศึกษา อาตปปี สัมปชาโน สติมา ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ-
ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระณรงค์ศักดิ์ หิริธมโม (ม่วงแสง). “ศึกษาหลักการปฏิบัติมัชฌิมาปฏิปทาเพื่อการบรรลุธรรม”.
วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ-
ราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

(๔) สัมภาษณ์

สัมภาษณ์ พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร) ประธานสงฆ์วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม),
ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๘, ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ข

ระเบียบกติกาและข้อวัตรปฏิบัติต่างๆ ในวัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม)

ความเป็นมาวัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม)

และประวัติของพระราชสิทธิธารจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)

โดยสังเขป

วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) ตั้งอยู่บนยอดเขาภูย่าอูใกล้หมู่บ้านนาหลวง อยู่ในเขตตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี ห่างจากตัวอำเภอบ้านผือไปทางทิศตะวันตกเฉียงเหนือประมาณ ๔๖ กิโลเมตร เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๙ พระราชสิทธิธารจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) ได้ปฏิบัติธรรมอย่างอุกฤษฏ์ที่ภูหลวง จังหวัดเลยจนเวลาล่วงเข้าปัจฉิมยาม (ประมาณ ๐๓.๐๐ น.) ได้มีนิมิตเห็นหมู่เทพธิดา ๔ ตน แต่งกายเรียบร้อยด้วยเสื้อสีขาว ผ่าถุงสีน้ำเงินมือถือดอกฮวงสุ่ม (ดอกฮวงสุ่ม คือ ดอกไม้ป่าเรียกชื่อและออกเสียงตามสำเนียงท้องถิ่นอีสาน) มากราบนิมนต์ให้ท่านเดินทางไปบำเพ็ญเพียรสร้างบารมีธรรมโปรดสรรพสัตว์ที่ภูย่าอู มีสัญลักษณ์สำคัญคือ ต้นไทรคู่ ท่านได้ตกลงใจว่าจะไปตามคำนิมนต์นั้น ก่อนจากไปเทพธิดาตนหนึ่งได้กล่าวกับท่านว่า “จากนี้ไปอย่าไปเข้าถ้ำอีก” พุดจบแล้วได้เอาดอกฮวงสุ่มปิดปากถ้ำไว้ ฝ่ายเทพธิดาที่เป็นหัวหน้าได้กล่าวกับท่านด้วยถ้อยคำที่ไพเราะว่า “จงไปโปรดสัตว์เถิด” เมื่อวันที่ ๒๙ มกราคม ๒๕๒๙ พระราชสิทธิธารจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) ได้เดินทางมายังภูย่าอู พร้อมศิษยานุศิษย์ ประกอบด้วย พระภิกษุ ๕ รูป สามเณร ๒ รูป อุบาสก ๓ คน อุบาสิกา ๑๔ คน ได้สำรวจดูบริเวณบนภูย่าอูได้พบต้นไทรคู่ตามนิมิตที่เทพธิดาบอกไว้จริงๆ ท่านจึงได้ปักกลดใต้ต้นไทรคู่นั้น ต่อมา มีศรัทธาชาวบ้านในละแวกใกล้เคียงนั้นได้สร้างกุฏิชั่วคราวขึ้นเพื่ออำนวยความสะดวกตามอัธยาศัย และเมื่อวันที่ ๑๖ มิถุนายน ๒๕๔๓ กระทรวงศึกษาธิการได้ประกาศแต่งตั้งให้เป็นวัดโดยสมบูรณ์ มีชื่อว่า “วัดนาหลวง” ตามชื่อหมู่บ้านนาหลวงที่อยู่ในเขตนั้น ประวัติโดยสังเขปพระราชสิทธิธารจารย์

พระราชสิทธิธารจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) เกิดเมื่อวันที่ ๖ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๗๙ เป็นบุตรคนที่ ๕ ในจำนวน ๘ คน ชาย ๖ คน หญิง ๒ คน ของนายบุญ แนนอุดร บ้านโนนสูง ตำบลปลา อำเภอกันทรวิชัย จังหวัดร้อยเอ็ด และนางศรี ชินามน บ้านนามน อำเภอกมลาไสย จังหวัดกาฬสินธุ์ เมื่อเยาว์วัยมีจิตใจใฝ่ในทางธรรม รับเข้าบิณฑบาตว่าอยากไปอยู่วัดตั้งแต่อายุ ๔ ขวบ แต่บิดามารดาเห็นว่ายังเด็กเกินไป จึงรอไว้ก่อน จนอายุ ๗ ขวบ เป็นเวลาที่ต้องเข้าเรียนหนังสือ จึงได้ไปอยู่วัดพร้อมกับเรียนหนังสือจนจบการศึกษาภาคบังคับ คือชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔

บรรพชาอุปสมบท

พ.ศ. ๒๔๙๙ หลวงปู่ได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุที่วัดนามน บ้านนามน อำเภอกมลาไสย จังหวัดกาฬสินธุ์ ซึ่งเป็นบ้านเกิดของโยมมารดา ได้ศึกษาเล่าเรียนปริยัติธรรมจนสอบได้นักธรรม ชั้นตรี โท เอก ตามลำดับ จากสำนักเรียนวัดสะแกนามน กิ่งอำเภอนามน อำเภอกมลาไสย จังหวัดกาฬสินธุ์ ชีวิตการเป็นพระภิกษุ เป็นเพศที่มีโอกาสมากในการแสวงหาความรู้เพื่อมาพัฒนาตนเอง และช่วยเหลือผู้อื่น หลวงปู่จึงมีความเพียรอดสาหัสพยายามในการศึกษาให้ยิ่งๆ ขึ้นไป จึงได้ตัดสินใจ

กราบลาเจ้าอาวาสและพระอุปัชฌาย์เพื่อไปศึกษาหาความรู้ต่อในวันพฤหัสบดี ขึ้น ๘ ค่ำ เดือน ๘ เวลา ๐๘.๐๐น. ในปี พ.ศ. ๒๕๐๖ และได้เข้าจำพรรษาที่วัดบ้านนาแค ตำบลหนองภัยศูนย์ อำเภอ บัวใหญ่ จังหวัดนครราชสีมา

การศึกษา

พ.ศ. ๒๕๐๕ สอบได้นักธรรมชั้นเอก

พ.ศ. ๒๕๒๑ – ๒๕๒๖ ได้ศึกษาเล่าเรียนหนังสือใบลาน (มูลกัจจายน์) หลักสูตรอักขระ สันยะโต จำนวน ๗ ผูก คือ สัง วิ ธา ปุ กะ ยะ ปะ จนสำเร็จทำให้ท่านแตกฉานในด้านอักษรศาสตร์ และได้ศึกษาวิชาแพทย์แผนโบราณมีความรู้เรื่องพิษสมุนไพรเป็นอย่างดี หลวงปู่เล่าให้ฟังว่าท่าน เคยไปศึกษาเรื่องการผ่าศพที่โรงพยาบาลสิริราช

การปฏิบัติธรรม

พ.ศ. ๒๕๐๗ – ๒๕๐๙ มาจำพรรษาอยู่บ้านตัว ต. เมืองพาน อ. บ้านผือ จ. อุดรธานี

พ.ศ. ๒๕๐๘ เมื่อออกพรรษาแล้วได้ไปอยู่กับหลวงปู่แหวน สุจิณฺโณ และพระราชนิธโรรังสี (หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี)

พ.ศ. ๒๕๐๙ เมื่อออกพรรษาแล้ว ไปอยู่กับหลวงปู่ขาว อนาลโย, และหลวงปู่เพชร

พ.ศ. ๒๕๑๐ – ๒๕๑๒ มาอยู่จำพรรษาที่บ้านกาสิม ต.เมืองพาน อ. บ้านผือ จ. อุดรธานี เมื่อออกพรรษาแล้ว ไปอยู่ปฏิบัติธรรมกับพระโพธิญาณเถระ (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)

พ.ศ. ๒๕๑๑ เมื่อออกพรรษาแล้ว ไปอยู่ปฏิบัติธรรมกับหลวงปู่ฝั้น อาจาโร (รอบสอง)

พ.ศ. ๒๕๑๒ เมื่อออกพรรษาแล้ว ไปอยู่ปฏิบัติธรรมกับพระมงคลเทพมุนี (หลวงปู่สด จันทสโร) วัดปากน้ำภาษีเจริญ

พ.ศ. ๒๕๑๓ – ๒๕๑๔ มาอยู่จำพรรษาที่บ้านดงหมู ต. คำบัง อ. บ้านผือ จ. อุดรธานี เมื่อออกพรรษาแล้ว ไปอยู่กับพระราชวุฒาจารย์ (หลวงปู่ดูลย์ อตุโล), และหลวงปู่หล้า เขมปัตโต

พ.ศ. ๒๕๑๔ เมื่อออกพรรษาแล้ว ไปอยู่ปฏิบัติธรรมกับท่านพุทธทาสภิกขุ (รอบสอง)

พ.ศ. ๒๕๑๕ เมื่อออกพรรษาแล้ว ไปอยู่ปฏิบัติธรรมกับพระพรหมมิ่งคลาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) วัดชลประทานรังสฤษฎ์, หลวงปู่จาง จังหวัดชลบุรี, และสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสโภ) วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎ์ และวัดเพลงวิปัสสนา

พ.ศ. ๒๕๑๖ – ๒๕๑๗ ปฏิบัติกรรมฐานในถ้ำโพธิสัตว์ จังหวัดสระบุรี หลังจากนั้นหลวงปู่ได้ออกจาริกธุดงค์ทั่วประเทศไทย และยังไปถึงประเทศใกล้เคียงคือ ลาว เขมร พม่า และมาเลเซีย

พ.ศ. ๒๕๑๙ – ๒๕๒๘ มาอยู่พรรษาที่วัดไทยทรงธรรม บ้านคำบัง ต. คำบัง อ. บ้านผือ จ. อุดรธานี

พ.ศ. ๒๕๑๙ หลวงปู่ได้ตั้งสัจจะบารมีสมาทานเนสัชชีกังคธงดกวัตรเข้าห้องบำเพ็ญภาวนา ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอย่างอุกฤษฏ์ ในอิริยาบถ ๓ เว้นการนอน เป็นเวลา ๓๐ ปี การปฏิบัติมีดังนี้

อยู่ในห้องกรรมฐาน ๗ เดือน ออกจาริกธุดงค์ ๕ เดือน

อยู่ในห้องกรรมฐาน ๙ เดือน ออกจาริกธุดงค์ ๓ เดือน

อยู่ในห้องกรรมฐาน ๑๑ เดือน ออกจาริกธุดงค์ ๑ เดือน การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนี้ จะสลับกับการออกจาริกธุดงค์เป็นเวลา ๑๐ ปี

พ.ศ. ๒๕๒๙ บำเพ็ญภาวนาอยู่ที่ อำเภอภูหลวง จังหวัดเลย เป็นเวลา ๙ เดือน

พ.ศ. ๒๕๒๙ – ปัจจุบัน มาบำเพ็ญภาวนาและอยู่จำพรรษาที่วัดนาหลวง (อภิญญา เทสิตธรรม)

พ.ศ. ๒๕๓๐ บำเพ็ญภาวนาอยู่ที่ถ้ำผาป่าไร่ (ถ้ำพญานาค) อำเภอน้ำหนาว จังหวัด เพชรบูรณ์

ตำแหน่งหน้าที่

พ.ศ. ๒๕๑๕ ได้รับตำแหน่งเป็น เจ้าอาวาสวัดสุขาราม ตำบลคำบง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

พ.ศ. ๒๕๑๕ ได้รับตำแหน่งเป็น เจ้าคณะตำบลคำบง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

พ.ศ. ๒๕๑๗ ได้รับตำแหน่งเป็น พระอุปัชฌาย์

พ.ศ. ๒๕๑๘ ได้รับตำแหน่งเป็น รองเจ้าคณะอำเภอบ้านผือ

พ.ศ. ๒๕๒๔ ได้รับตำแหน่งเป็น พระครูสัญญาบัตรพัตตยศ ชั้นโท ฝ่ายวิปัสสนาธุระที่ พระครูภักตสรสัทธิคุณ

พ.ศ. ๒๕๓๓ ลาออกจากตำแหน่งเจ้าคณะอำเภอบ้านผือ

พ.ศ. ๒๕๔๖ ได้รับตำแหน่งเป็น พระราชาคณะชั้นสามัญ ฝ่ายวิปัสสนาธุระที่ พระภิกษุวิสุทธาจารย์

พ.ศ. ๒๕๔๖ ได้รับตำแหน่งเป็น ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๘

พ.ศ. ๒๕๕๒ ได้รับตำแหน่งเป็น พระราชาคณะชั้นราชฝ่ายวิปัสสนาธุระที่ พระราช สิทธาจารย์

การเผยแผ่

การเผยแผ่ของหลวงปู่เริ่มตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๐๖ เป็นต้นมาแต่ลงมือเผยแผ่อย่างจริงจัง เมื่อ พ.ศ. ๒๕๓๓ เริ่มออกทำงานด้านการเผยแผ่พุทธธรรมโดยนำพระภิกษุสามเณรภายในวัดนาหลวง ออกเผยแผ่ปีละ ๕ เดือน เป็นระยะเวลา ๑๐ ปี แล้วได้จำทำรูปแบบในการเผยแผ่ใหม่ปีละ ๖ เดือน จนครบ ๑๐ ปี จึงได้เปลี่ยนรูปแบบใหม่มาเรื่อยจนถึงปัจจุบัน

พระราชสิทธาจารย์ยังคงมุ่งมั่นเผยแผ่พุทธธรรม ให้กับพุทธศาสนิกชนอย่างสม่ำเสมอ โดยเฉพาะการแสดงธรรมในวันเสาร์ที่ ๒ ของทุกเดือน และได้จัดอบรมสูตรหลักพระมหาวิทยาลั ยแห่งชีวิตเพื่อนิพพาน อุดม วิเศษ มงคล แก่พระภิกษุ สามเณร แม่ชี อุบาสก อุบาสิกา ที่สนใจ ปัจจุบันได้จัดอบรมสูตรหลัก ระยะเวลา ๑๒ วัน ๑๕ วัน และ ๒๐ วัน

พ.ศ. ๒๕๔๓ – ๒๕๕๕ หลวงปู่ได้ตั้งสัจจะบารมีว่าจะไม่รับกิจนิมนต์ใดๆ เป็นเวลา ๑๓ ปี
ทั้งนี้ เพื่อเป็นการทำกิจในการอบรมสั่งสอนพระภิกษุสามเณรภายในวัดนาหลวง

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

แบบสัมภาษณ์

เรื่อง ศึกษาเนสซซิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ของพระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (ทองใบ ปภสฺสโร)

วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

.....

ตอนที่ ๓ ข้อมูลผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์

- ชื่อ พระราชสิทธิอาจารย์ ฉายา ปภสฺสโร นามสกุล แนนอุดร
ปัจจุบัน ดำรงตำแหน่ง ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๘ ประธานสงฆ์วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิต
ธรรม) บ้านนาหลวง ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

ตอนที่ ๔ การถือนเนสซซิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

- หลักเบื้องต้นในการถือนเนสซซิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างไรบ้าง
.....
.....
.....
- วิธีการสมาทานและปฏิบัติเนสซซิกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอย่างไรบ้าง
.....
.....
.....
- มีเทคนิคหรืออุบายในการยืน เดิน นั่ง ต่อการปฏิบัติเนสซซิกังคุดงควัตรอย่างไรบ้าง
.....
.....
.....
- เมื่อเวลาเกิดความเบื่อหน่ายหรือท้อถอยต่อการปฏิบัติเนสซซิกังคุดงควัตรมีวิธีการแก้ไข
อย่างไรบ้าง
.....
.....
.....
.....
.....

๕. การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแบบถือน้ำชงักครุดังควัตรให้สมบูรณ์มีวิธีปฏิบัติอย่างไร

.....

.....

.....

.....

๖. ทำไมหลวงปู่จึงสมาทานไม่นาน ๓๐ ปี ได้รับประโยชน์อย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

๗. ข้อควรปฏิบัติทั่วไป ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ถือน้ำชงักครุดังควัตรมีอะไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

พระนิพล ขนติโฟโล (บัวบาน)

นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

สถานที่สัมภาษณ์.....

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ๒๕๖๐ เวลา.....น.

หมายเหตุ ข้อมูลนี้จะใช้เพื่องานวิจัย คำตอบของท่านทุกข้อสำคัญยิ่งต่องานวิจัยครั้งนี้ จึงขอความ
เมตตาให้ท่านโปรดตอบคำถามตามความเป็นจริง และความเห็นที่เป็นจริง ขอกราบ
ขอบพระคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้ด้วยความเคารพยิ่ง

แบบสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย

แบบสัมภาษณ์

เรื่อง ศึกษาเนสซิงกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร)

วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

.....

ใช้สัมภาษณ์กลุ่มประชากรตัวอย่าง ได้แก่ พระภิกษุ แม่ชี อุบาสก อุบาสิกา ผู้เกี่ยวข้องรู้เห็นเป็นพยานในการปฏิบัติเนสซิงกังคุดงควัตร (การถืออิริยาบถ ๓ เว้นการนอน) ของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร) วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) บ้านนาหลวง ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

ตอนที่ ๑ ข้อมูลผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์

๑. ชื่อ.....นามสกุล.....ฉายา.....
๒. สถานภาพ ☐ พระภิกษุ ☐ แม่ชี ☐ อุบาสก ☐ อุบาสิกา อายุ.....ปี
อื่นๆ ระบุ.....
๓. การศึกษา ☐ ป. ๔-๖, ม. ๓-๖,
☐ อนุปริญญา, ☐ ปริญญาตรี, ☐ ปริญญาโท, ☐ ปริญญาเอก
กำลังศึกษาอยู่ในระดับ.....
วุฒิทางธรรม คือ () นักระรม.....() เปรียญธรรม.....() อภิธรรม.....
๔. ที่อยู่ปัจจุบัน.....

ตอนที่ ๒ การถือเนสซิงกังคุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑. ทราบว่า พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) สมาทานการไม่นอน ๓๐ ปี จริงหรือไม่ และหลวงปู่ปฏิบัติได้กี่ปี เพราะเหตุใด

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๒. เคยเห็นการถือเนสัชชิกังครุดงควัตร (การถืออิริยาบถ ๓ คือ ยืน เดิน นั่ง เว้นการนอน) ในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ของพระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) หรือไม่ และหลวงปู่ปฏิบัติอย่างไรบ้าง

.....

.....

.....

.....

๓. เคยเห็นพระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) นอนหรือไม่ ในขณะที่ท่านสมาทานเนสัชชิกังครุดงควัตร (ยืน เดิน นั่ง เว้นการนอน) และท่านอยู่อย่างไร

.....

.....

.....

.....

๔. ข้อเสนอแนะทั่วไป ที่เป็นประโยชน์ต่อผู้ถือปฏิบัติเนสัชชิกังครุดงควัตร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

พระนิพล ขนติพล (บัวบาน)

นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

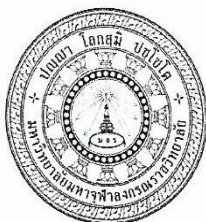
สถานที่สัมภาษณ์.....

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. ๒๕๖๐ เวลา.....น.

หมายเหตุ ข้อมูลนี้จะใช้เพื่องานวิจัย คำตอบของท่านทุกข้อสำคัญยิ่งต่องานวิจัยครั้งนี้ จึงขอความกรุณาให้ท่านโปรดตอบคำถามตามความเป็นจริง และความเห็นที่เป็นจริง ขออนุโมทนาขอบคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้ด้วย

ที่ ศร ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาศักศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอนเกร็ด อำเภอสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พุทธจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย
เรียน พระราชสิทธิอาจารย์ (หลวงพ่อทองใบ ปกสุสโร) ประธานสงฆ์วัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติพล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนลัชชิกังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปกสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ พระเดชพระคุณฯ จึงขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโธส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความเมตตาอุดหนุนจากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

๑๗ กรกฎาคม ๒๕๖๓ เรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

॥१॥१०१॥

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

พ.ว. ๒
(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานมาตร เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลห้อมเกร็ด อำเภอสองพี่น้อง
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน พระภิกษุธรรมาภินันท์ เจ้าอาวาสวัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติพโล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนสขกัณฑ์คฤตงคฤตงในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปสสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ พระเดชพระคุณฯ จึงขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

เสนาบดีกรมการศาสนา

เรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

พระภิกษุธรรมาภินันท์

๒๕๖๐.๑๑.๑๕

(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บวรศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

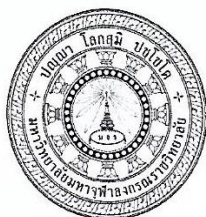
ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน พระครูปัญญานุสตาภรณ์ รองเจ้าอาวาสวัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติพโล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนสัชชีกังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์ให้นิตินำดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

อนุญาติให้สัมภาษณ์ได้

เรียนมาด้วยความนับถือ

๒๐๙๕๖๖
๒๒ พ.ย. ๖๐

(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลห้อมเกร็ด อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตขอทราบข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน พระครู อนุตตรโรรส ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติพล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนสัชชกัณฑ์คฤตงคฤตงในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชนิพนธ์ (ทองใบ ปกสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขออนุญาตขอให้ท่านดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

อนุตตรโรรส
พระครู อนุตตรโรรส

เรียนมาด้วยความนับถือ

พ. ๒๒
(พระมหาโกมล กมล)

๒๖ พ.ย ๖๐

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

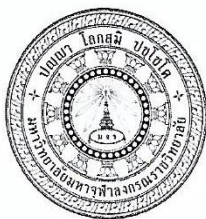
ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupal001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตขอทราบข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน พระสังคม คนธิโก พระวิปัสสนาจารย์วัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติโปล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนลลขชังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปกสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขออนุญาตขอให้ท่านดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความเมตตาอนุญาตจากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอรับทราบ
พระสังคม คนธิโก
๒๒ พ.ย. ๖๐

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาศีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

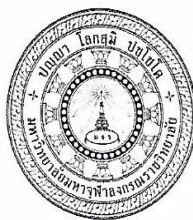
ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโอสถ นครปฐม
ตำบลห้อมเกร็ด อำเภอสองพี่น้อง
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน พระสมนึก สติสมปณโณ นักปฏิบัติธรรมวัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติพโล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนสัชชังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปกสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์ให้สัณติดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโอสถ นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์


๒๓ เม.ย. ๖๐.

เรียนมาด้วยความนับถือ


(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บวรศึกษาพุทธโอสถ
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโอสถ นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupalio01@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย
เจริญพร แม่ชีอุทัยวรรณ สมคุณา ผู้ช่วยวิปัสสนาจารย์วัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนดีพโล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนสซซิกังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิธาราจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์ให้ินิสิตดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(พระมหาโหมล กมโล)

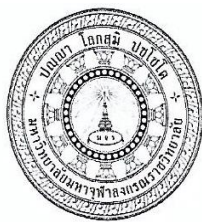
รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาศีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน
นายภานุมาตร์ เนโส
โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘
Mail: mcupali001@gmail.com

ณ ๑๙/๑๑/๒๕๖๐

ณ ๑๙/๑๑/๒๕๖๐

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสามปราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เจริญพร แม่ชีอุไร คำประชม ผู้ช่วยวิปัสสนาจารย์วัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติพโล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนลขชิกังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปกสฺสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขอความอนุเคราะห์ให้หนังสือดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

๒๕ พ.ย. ๖๐.

(พระมหาโกมล กมโล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาศีศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๑๒๔



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๑๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตขอทราบข้อมูลเพื่อการวิจัย

เจริญพร นางหอมหวาน พลวิบูรณ์ นักปฏิบัติธรรมวัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติพิโล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนสซซิงค์คงครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขออนุญาตขอให้ท่านดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

๒๐๐ ๓:

๐๒ พค

นางหอมหวาน พลวิบูรณ์
๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาลีศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/๖๒๕



บัณฑิตศึกษา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน

จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๒๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตขอความช่วยเหลือเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เจริญพร นางอิศรา บุตรโยธี นักปฏิบัติธรรมวัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพล ขนติพล นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนลัชชิกังครุดงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปกสฺสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขออนุญาตขอให้ท่านดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

(นางอิศรา บุตรโยธี)

๓๐ ม.ย ๖๐

(พระมหาโกมล กมล)

รักษาราชการ ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาหลีศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/๖๒๖



บัณฑิตศึกษา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสามปราชญ์

จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุญาตขอความเห็นชอบเพื่อการวิจัย

เจริญพร นางสาวศุภณีย์ สมวัชรจิต นักปฏิบัติธรรมวัดนาหลวง จังหวัดอุดรธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระนิพนธ์ ขนดิลก นามสกุล บัวบาน รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๘ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาเนติศาสตร์เชิงคุณธรรมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภสฺสโร)” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์จากท่าน จึงขออนุญาตขอความเห็นชอบให้ดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ขอเจริญพร

มีมติให้สัมภาษณ์

อย่างถึง

คุณ

(นางสาวศุภณีย์ สมวัชรจิต)

๓๐/พ.ย./๒๕๖๐

(พระมหาโกมล กมโล)

รักษาราชการ ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาศีศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาศีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

บทสัมภาษณ์

พระราชสิทธิอาจารย์ (ทองใบ ปภัสสร) ที่ปรึกษาเจ้าคณะภาค ๘ ประธานสงฆ์วัดนาหลวง

(อภิญญาเทสิตธรรม) บ้านนาหลวง ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี

๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐. เวลา ๑๘. ๓๐ น.

น้อมกราบถวายความเคารพเพื่อขอประทานโอกาสจากพระเดชพระคุณท่านเจ้าคุณพระราชสิทธิอาจารย์ หลวงปู่ทองใบ ปภัสสร ประธานสงฆ์แห่งวัดนาหลวง อภิญญาเทสิตธรรมถ้าเก็ญอยู่เกล้ากระหม่อมพระนิพล ขนติพล นิสิตจากมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส จังหวัดนครปฐม ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ศึกษาเนสซชิกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของพระราชสิทธิอาจารย์ หลวงปู่ทองใบ ปภัสสร ซึ่งเกล้ากระหม่อมได้ศึกษาทำวิจัยมาแล้วในข้อมูลเบื้องต้นที่เป็นหนังสือประวัติความเป็นมา ช่วงนี้ก็เป็นช่วงสัมภาษณ์ข้อมูล ที่หลวงปู่ได้ปฏิบัติในอิริยาบถสามเพื่อจะได้เป็นข้อมูลในการศึกษาและปฏิบัติเป็นข้อมูลทางวิชาการต่อไป เกล้ากระหม่อมจึงขอกราบเรียนถวายหลวงปู่ว่าหลักเบื้องต้นในการถือเนสซชิกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทำอย่างไรบ้างครับผม, องค์ประกอบที่เรามุ่งหวังมุ่งหมายที่ยกขึ้นมาประกอบมีอยู่ ๓ อย่าง การปฏิบัติที่เป็นสายวิปัสสนาส่วนใหญ่แล้วเราจะยึดสามอย่าง อย่างที่หนึ่งเราจะยึดความตื่นอันเป็นพุทธิภาวะจึงใช้คำว่าเราจะต้องตัดเศียรของความหลับออกไปเราจะไม่ให้ความหลับมาเป็นเศียรเป็นเกล้าทำให้เราเสียเวลานี้ข้อหนึ่ง ต้องการพุทธิปัญญาเป็นหลักฐาน ข้อสองเราต้องการธรรมะอันไม่เกี่ยวข้องกับความหลับซึ่งเป็นอสมัมพะปัญญา ปัญญาที่ไม่ต้องหลงใหลกับคนสัตว์สังขารนี้ข้อที่สองส่วนข้อที่สามเราต้องการให้ผลปรากฏในชีวิตปัจจุบัน ได้แก่อรรถรสของคำว่า นิพพาน ปรมิ สุขิ สามอย่าง,ผู้สัมภาษณ์ นี่เป็นหลักเบื้องต้นที่ผู้ถือปฏิบัติอิริยาบถ ๓ จะต้องมี, อันนี้เรียกว่าเป็นผู้เปิดทางและเฝ้าทางตามทางนี้จึงชื่อว่าเป็นผู้ไม่ตกต่ำในเมื่อเวลาเราประพฤติธรรมไปแล้วเพราะธรรมพวกนี้เป็นธรรมที่ไม่เกี่ยวกับคำว่านิรณหำปิดทางสายต่ำคือนิรณหำ ธรรมะสามประการเวลาปฏิบัติแล้วต้องเข้มข้นอย่างนี้ทั้งนั้น,

ข้อสองกราบเรียนถามว่า วิธีการสมาทานและปฏิบัติเนสซชิกังคฤตงควัตรในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาทำอย่างไรบ้างครับผม, เบื้องต้นนี้ ๑ ตถาคโตโพธิสัตถามานาหน้า พระพุทธเจ้าของเราพระองค์นับตั้งแต่ปฏิสนธิมาไม่เคยให้ความหลงมาเป็นเจ้านายท่านถือว่าเป็นเอกบุคคล เพราะฉะนั้นความเชื่อจึงเป็นความเชื่อที่ทวนกระแสไม่ได้ไปตามกระแสความเชื่อตามธรรมที่ทวนกระแสนี้ข้อที่หนึ่ง ข้อสองที่นี้การที่เราจะมาอยู่ในคำว่าสัจจาวจรอันเป็นวัตรที่จะทำให้เราออกจากวิภวสงสารได้ อันเป็นศีลที่เราควรยึดมั่นเรียกว่าอาจารย์ศีลของพระอริยะมีความมั่นใจว่า ในศีลเท่านั้นที่พาให้เราเป็นผู้ตื่นไวตื่นเร็วเพราะว่าศีลตัวนี้ตัวที่เราเคารพบูชาเชื่อมั่นเป็นศีลของพระอริยะเรียกว่าอาจารย์ศีล ศีลที่เราบูชาขึ้นมาไว้ในใจเมื่อเราไปพบอยู่ในตำราครั้งแรกก็ไม่เท่าไรเมื่อเรามาปฏิบัติธรรมแล้วจึงมีความเลื่อมใสศรัทธาอันยิ่งกว่าชีวิตอันนี้เป็นข้อที่สอง ส่วนข้อที่สาม การได้สดับสิ่งใดๆ ที่พิเศษที่สุดที่เราไม่หลับเป็นการทำลายภพชาติการตื่นเท่านั้นที่เราจะสามารถดำเนินไปถึงที่สุด

อันนี้เราจึงต้องนึกถึงว่าพระพุทธเจ้าพระธรรมพระสงฆ์ทั้งหลายที่ผ่านมาแล้วเพราะท่านเป็นผู้เชื่อฟัง และทำตามอันนี้เราจึงสามารถทรงไว้ซึ่งเป็นแนวทางปฏิบัติด้วยการฟัง ฟังเชื่อฟังมา ข้อที่สี่เรามีความตั้งใจว่าหากชีวิตมันเหลืออยู่น้อยนิดนี้เราจะอุทิศชีวิตนี้เพื่อบูชาพระพุทธเจ้าด้วยการถือตามพุทธภาวะอันเป็นพุทธิปัญญาเราจึงทุ่มเททั้งอาหารทุ่มเททั้งกาลเวลาทุ่มเททั้งการคบหาสมาคมทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อทุ่มไปสู่คำว่าวิริยารัมภะอันเป็นหัวใจของการต่อสู้กับความหลับและความไหลหลงสุดท้ายเราจึงไปทรงอยู่ซึ่งหวักระที่เรียกว่านิพเพธิกปัญญา ปัญญาตัวตัดเศียรตัดเกล้าของคำว่าสะดุ้งต่อความหลับนี่คือข้อปฏิบัติที่เราทำมาด้วยองค์รเพชร์ทั้งห้า,

(ผู้สัมภาษณ์) และการปฏิบัติก็จะมีอยู่ ๓ ระดับคือ อย่างอ่อนอย่างกลางและก็อย่างเคร่ง หลวงปู่ปฏิบัติอย่างไหนครับผม เอาตั้งแต่อย่างกลางขึ้นไปอย่างเพลาเราถือว่ามันพักพิงอาศัยธรรมดาเราถือว่ามันอ่อน อย่างที่ ๒ การนั่งเข้าสู่สมาธิเราจะไม่ฟังแต่เมื่อเราจะพักอิริยาบถหรืออวัยวะพอเราออกจากสมาธิมานั่งฟังพนักพักอารมณ์นี้อย่างกลาง นอกนั้นก็ออกไปทำความเพียรอย่างเราปฏิบัติอยู่ไม่ใช่ว่าเข้าไปฟังเลยไม่ใช่อันนี้มันอย่างเพลา อย่างกลางต้องปฏิบัติมาแล้วอิมแล้วทุกอย่างค่อยมาพักประมาณ ๑๐ นาที ๒๐ นาทีแล้วค่อยลุกไปต่อไม่ใช่ไปหลับเดี๋ยวนั่งพักเฉยๆ อันนี้อย่างกลาง อย่างเคร่งที่นี้เราถืออิริยาบถ ๓ ยืน เดิน นั่งนี้เราถืออิริยาบถยืนเป็นข้อประจักษ์กับความหลับล้มเหลวไหลพอมันยืนได้สมมุติว่าชั่วโมงเราสามารถอยู่ในสมาธิอยู่ในฌานของเราสมบูรณ์ ความยืนถ้าหากเรายืนตรง ยืนเหมือนต้นนั่งเหมือนต่อนอนเหมือนท่อนไม้พอมันต้นแล้วนี้สภาพจิตของเราสภาพกายของเราจิตอยู่บนเศียรบนเกล้าและภาวะต่างๆ อยู่ข้างล่างเหมือนรากไม้ที่มันแน่นพออิฐฐานจิตปิดความง่วงหงาวหาวนอนยืนมันเหมือนกับว่าต้นไม้เฉยๆ พออยู่ประมาณสักพักเราจะเอาเท้าไรชักหนึ่งชั่วโมงถึง ๕ ชั่วโมงหรือ ๖ ชั่วโมงก็แล้วแต่ เช่นเรายืนตั้งแต่ ๑๘ นาฬิกาถึง ๖ โมงเช้าระหว่างนี้อยู่ชั้นที่เรียกว่าอยู่ในสุญตาสมาธิได้สมบูรณ์พูนผลแล้วการอยู่ในเนสขิขังครั้งนี้จะทำให้เราหมดปัญหาในเรื่องล้มเรื่องไหวเพราะว่าเราเข้าไปสู่สมาธิอันเป็นอธิจิตบริสุทธิ์จิตมันจะไม่มีคำว่าหนักเบาเหมือนกับว่าเราไปนั่งอยู่กลางน้ำกลางอากาศบ้างพอเราได้ประมาณตามความต้องการแล้วนี่ครั้งหนึ่งเราจะเอากี่ชั่วโมง หนึ่งสองสามสี่หรือห้าก็แล้วแต่หรือสิบสองชั่วโมงก็แล้วแต่พอได้เวลาออกมาแล้วนี้เราจะไม่เข้าไปนั่งไปเอนอะไรแต่เราจะเดินเลย กระบวนเดินซอยเท้าเดินส่วนใหญ่แล้วก่อนจะเดินเราจะต้องล้างหน้าถูพื้นแล้วค่อยออกไปเดินแต่ไม่บริโภคอาหารนี้แบบอุกฤษฏ์ที่นี้เราจะต้องทำสลับกันเจ็ดวันนี้เราทำแบบอุกฤษฏ์อย่างอ่อนเราตัดไปเราปฏิบัติอย่างนี้มาอย่างกลางเราปฏิบัติมาไม่น้อยกว่า ๓๐ เพอร์เซ็นต์ส่วนอย่างอุกฤษฏ์เราทำมา ๗๐ เพอร์เซ็นต์ จึงทำให้กายใจสามารถอยู่ได้เหมือนกันกับไม้แห้งที่ไม่มีใบไม่มีกิ่งไม่มีก้านแต่สามารถยืนต้นได้แบบแห้งหมดภาระที่จะแหวกว่ายไปในอดีตอนาคตปัจจุบัน

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วการปฏิบัตินี้การยืนกับการเดินหลวงปู่ยืนมากกว่าเดินหรือว่าเดินมากกว่ายืน. ส่วนใหญ่แล้วถ้าเรามีความปลื้มการว่าต้องการจะยืนมากกว่าเราก็นั่งมากกว่าถ้าเรามี

เจตนาว่าวันนี้เราจะเดินมากกว่ายืนเราก็ดูเดินมากกว่ายืนแล้วแต่เราอธิษฐานจิตแต่ละวันเราจะไม่ซำกันบางวันก็ยืนนาน ห้าหกชั่วโมงบางวันก็ยืนน้อยสองสามชั่วโมงแล้วก็เดินหกเจ็ดชั่วโมง. ไม่ว่าจะเป็นกลางวันหรือกลางคืน, อื่นนั้นแหละจะไม่ตายด้วยการยืนเดินสลับกันอย่างนั้นบางที่ถ้าหากว่าเรามีเวลาสองสามชั่วโมงมันไม่แน่ว่าบางที่ก็เดินทั้งสามชั่วโมงบางที่ก็ยืนทั้งสามชั่วโมงก็ได้แล้วแต่,

(ผู้สัมภาษณ์) ข้อสามนี้มีเทคนิคหรืออุปายในการยืนเดินนั่งต่อการปฏิบัติเนสัชชิกังคะ รูดงควัตรอย่างไรครับ, มี ๕ อย่างเทคนิคที่เราจะอยู่มีห้าอย่าง อย่างที่หนึ่งนี่เราต้องฝึกซ้อมสิ่งจำเป็นคือฉานหรือองค์ฉานพอเราฝึกซ้อมได้สมมุติว่าเราจะเข้าสู่สมาธิอันเป็นเนสัชชิกังคะเนาะเราต้องเป็นผู้ชำนาญ ชำนาญในสื่อกับฉานนี้เราฝึกให้เข้ากันได้เหมือนกับแกงหน่อไม้จะต้องเข้ากันได้ถ้าหากว่าเราชำนาญในฉานแล้วสื่แล้วการที่เราจะเข้าสู่สมาธินี้มันง่ายฉานวสี นี่สำหรับข้อสอง คราวนี้สำหรับข้อสามเมื่อเราจะเข้าสู่สมาธิอันเที่ยงตรงเหมือนกับลูกศรที่ตัดดีแล้วข้อนี้เราต้องอยู่ในพรหมวิหารแปดประการ พอเราเข้าไปสู่ในพรหมวิหารนี้เมตตาฉาน กรุณาฉาน มุทิตาฉาน อุเบกขาฉานตรงนั้นจะทำให้เราหยุดกลัวความเกิดความตายมีตั้งแต่ว่าโอร่างกายของเรานี้เขาเกิดมาก็มีแต่บูชาพระศาสดาก็ไม่ใช่เขาเพื่อบูชาตั้งแต่สุขก็ไม่ใช่แต่เพื่อลื้อขนสัตว์ออกจากวิญญูสงสารด้วยอำนาจของพรหมวิหารระหว่างนี้จิตของเราจะเสพฉานไปเรื่อยจนกว่าอัมในฉานถ้าอัมในฉานยามใดสภาพหิวโหยต่างๆหมดไป ข้อนี้เป็นข้อที่สี่ ที่นี้ข้อที่ห้าเมื่อเราเป็นผู้เสวยอยู่ในฉานด้วยความรู้ตื่นเบิกบานแล้วมันจะมีองค์รองหนึ่งเป็นสิ่งที่อัศจรรย์ว่าถ้าอะไร ก็ตามยืนเดินนั่งมันจะมีปิตขึ้นมาปิตมันจะเกิดขึ้นมาแบบเต็มอัตราเลยเหมือนกับเราไปยืนอยู่บนกลางแจ้งฝนตกลงมามันจะถูกทุกชุมชนที่เกิดขึ้นมานี้แหละเราจึงอยู่ในปิตนี้ได้ ๒๔ ชั่วโมง ธรรมะปิตสุขังเสติเราจะเสพอย่างหนักเลยไม่ฉันอาหารก็ได้หิวโหยเจ็บหายหมดเลยปิตตัวนี้ถึงมันจะไม่ใช่อันสุดยอดก็ตามแต่มันสามารถทำให้เราอยู่ได้แบบสบายกายสบายใจเป็นวิหารธรรมนี้เป็นบทบาทที่เราต่อสู้ในคำว่าธุดงค์แบบเผาเนสัชชิกังคะ,

(ผู้สัมภาษณ์) มีอุปายหรือเทคนิคหรือว่ามีภาสวตมนต์, ไม่ ไม่ ไม่ถึงสวดแต่ว่าเราระลึกใช้คำว่าระลึกคือเข้าไปมันมีอยู่ว่า สติ สัมปชัญญะ วิชชา วิมุติจะต้องเสพต้องสาธยายไม่ขาดแม้เราเดินไปบางครั้งเรายังสาธยายไปในจิตของเราแต่ไม่มีเสียงคือมันต้องมีสาธยายใคร่ธรรมมีอยู่ การสาธยายก็คือการใคร่ธรรมก็คือบรมธรรมที่ดียังเสพไปอยู่เพราะว่าพวกนี้เป็นมูลฐานให้เราตื่นออกมาถ้าอย่างนั้นสัญญามันจะเสื่อมไป เมื่อสัญญามันเสื่อมไปแล้วโคจรอันเป็นสัมโมหะอันเป็นตัณหาเขาจะลุ่มเราบางที่ที่เกิดกามวิตกมาเล่นงานถ้าเราไม่เสพพวกนี้มันต้องเสพคำว่าสาธยายใคร่ธรรมระลึกถึงธรรมบรมธรรมไปเรื่อยอันนี้บางวันเราทำทั้งวันเลยเอาข้อใดข้อหนึ่งแต่ไม่มีเสียงเราสาธยายธรรมไปเป็นหมวดๆ สาธยายไปแล้วบางที่รู้สึกว้าจิตของเรามันเพี้ยนมันเหนื่อยเราก็กเลิเข้ามาสู่ต้องปิตคำว่าใคร่ธรรม คำว่าใคร่ธรรมกับสาธยายคนละอย่างแต่พอเราใคร่ธรรมที่สาธยายไปนี้สมมุติว่ากามอตัตาเป็นจุดเป็นจุดไปทำให้เรามีพลังออกจากความหลับไปเลยมาแช่มชื่นตื่นเบิกบานอยู่ในโลกามิสเหมือนเราเป็นแมลงภู่ผึ้งตอมดอกไม้ที่อยู่ตามดงดอนซอนป่าแค่ตอมแต่ดอกไม้ได้บริโภคเราก็อิ่มใจ

อันนี้ได้ชมคำว่าอริยมรรคอันเป็นสัมมาทฎฐิขึ้นมาจากภาษาของพระพุทธเจ้าเรียกว่ามรรคทฎฐิจึงปลูกฝังให้เราจึงมีการสวดมีการเสพมีการสาธยายใคร่ธรรมอบรมธรรมไม่ขาดถ้าขาดมันไปไม่ได้,

(ผู้สัมภาษณ์) และก็ข้อสี่เมื่อเวลาเกิดความเบื่อหน่ายหรือท้อถ้อยต่อการปฏิบัติเนสัชชิกังคฤตงควัตรมีวิธีแก้ไขอย่างไรครับ. มีอยู่ ๔ อย่างคือ ๑ สติคือการยกจิต ๒ ฉมวิจยคือการวิจัยธรรม ๓ คำว่าสังเวชนะเกิดแก่เจ็บตายนี้ถ้าคุณมีบุญคุณก็เกิดแก่เจ็บตายธรรมดาในสวรรค์ถ้าคุณมีบาปคุณก็เกิดแก่เจ็บตายในคำว่านรกเปรต อสุรกาย อสูร ให้เราพิจารณาสังเวชว่าการเกิดแก่เจ็บตายนี้เป็นทุกข์เป็นกองทุกข์น่าสังเวชนี่ข้อที่สาม ส่วนข้อที่สี่คราวนี้เราตามรักษาคิจตเจ้าของเมื่อเวลาเหี่ยวแห้ง นึกถึงว่าอะไรเธอจะไปเหี่ยวแห้งเพราะอะไรมันเป็นอนัตตา มันเป็นทุกข์มันเป็นอนิจจังเรานึกกลับไปกลับมาในไตรลักษณ์อย่างนี้จนกว่าจะจิตมันเข้มขึ้นขึ้นมาเพราะว่าคนยืนเดินนั่งนอนทำพุดคิดที่อยู่ในอินทร์พรหม ยมยักษ์ก็ตามแม้เขาไม่ทุกข์ทรมานอย่างเราก็กตามเขาก็ไม่พ้นไปจากคำว่าสูญเข้าไปเสพธรรมนี้ประมาณสัก ๓๐ นาทีหรือชั่วโมงหนึ่งอาการของเราที่เบื่อหน่ายเหล่านี้หายเข้าปาลหมดเลยแล้วก็เหมือนปลาพบน้ำใหม่ลุกปิงขึ้นมาเลย,

(ผู้สัมภาษณ์) และก็ข้อห้าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแบบถือนเนสัชชิกังคฤตงควัตรให้สมบูรณ์มีวิธีปฏิบัติอย่างไรครับ, มีสองอย่างคือ ๑ ต้องเจริญสมณะให้ได้ประมาณ ๘๐ เปอร์เซนต์สองเจริญวิปัสสนาภาวนา ๒๐ เปอร์เซนต์ก็พอคือ ฌานสมาธิสมาบัติต้องเอาให้หนักเลยหมายความว่าสมณะ ๔๐ เปอร์เซนต์ให้ ๘๐ เปอร์เซนต์ไปเลย คือหนึ่งทั้งจตสองทั้งจำให้จดให้จำทุกอักขระทุกพยัญชนะตั้งแต่อนุสติ ๑๐ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ พรหมวิหาร ๔ รูปฌาน ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญาเสพกลับมากลับไปจนแหลกลานเหมือนกับหนอนอยู่ในซากศพเลย ๘๐ เปอร์เซนต์เลยข้อนี้จึงจะทำบทบาทของคำว่าเหี่ยวเขาเบื่อหน่ายไม่มีเลยเพราะฉะนั้นสมาธิทำให้จิตหลุดพ้นด้วยสมณะวิปัสสนาเพื่อตัดกระแส ๒๐ เปอร์เซนต์ก็พอ,

(ผู้สัมภาษณ์) และก็ข้อหกทำไมหลวงปู่จึงสมาทานไม่นาน ๓๐ ปีได้ประโยชน์อย่างไรบ้างครับ, มีอยู่ ๔ อย่าง มรรคสี่ ผลสี่ นิพพานหนึ่งนี้เป็นอารมณ์โลกุตตระเราเกิดมานี้เราโชคดีแล้วได้มาปฏิบัติรู้ตื่นเบิกบานทางสว่างตามศาสดาเราปลื้มใจเกิดมรรคชีวิตขึ้นมาัคคะชีวิมคคะเทสะมัคคะชนะขึ้นมาอย่างแรงพอเกิดอย่างแรงแล้วก็เสพมรรค พอเสพมรรคเต็มที่แล้วนี้อานิสงส์ของการอบรมจิตเจ้าของเลยทำให้การะทุกอย่างอันเป็นขั้นห้าที่แบกหนักอยู่นี้เบาบางลงไป ข้อที่สองเมื่อเราเสพขั้นห้าธาตุ ๑๘ ด้วยคำว่าปณฺธรรสของอมตะภาษาก็เรียกว่าเป็นผู้ได้อมตะในกายของเธอแล้วในรูปกายนามกายของเธอแล้วเธอก็อิมหนาสำราญเพราะว่าอมตะในขั้นห้าในธาตุ ๑๘ ถ้าผู้ใดเสพแล้วอานิสงส์ไม่ต้องพูดเธอจะต้องแตกฉานอภิญญา ๖ เติวิชา ๓ ปฏิสัมภิตา ๔ นี่เป็นเหตุให้ปลื้มใจสามารถที่จะประครองจิตได้, ข้อที่ ๒ ที่นิยามใดเราเสพสมณะอิมหนาสำราญก็มาพิจารณาจุดไฟน้อยๆ ระลึกถึงว่าขั้นห้าธาตุอายตนะเล็กๆ น้อยๆ มันจะจำไปเลยเหมือนกับเราเอาก้อนหินขว้างลง

กลางน้ำแตกไปเลยมันจึงทำให้วิปัสสนาปัญญาวิปัสสนาภูมิเกิดขึ้นมาอย่างรวดเร็วเพราะว่าอำนาจของสมณะที่เราไม่หลับไม่ตื่นที่ต่อสู้กับสมณะเป็นเหตุเป็นผลไป

(ผู้สัมภาษณ์) คำว่าจุดไฟของหลวงปู่ก็คือจุดเทียนเพ่งอย่างนั้นหรือ. หมายความว่าระลึกลงถึงหัวข้อขั้นห้าเป็นของไม่เที่ยงพอระลึกถึงความไม่เที่ยงมันจะจำไปเลยมันจะเห็นพวงไปมันจะเห็นพวงไปไม่มีประมาณคำว่าจุดไฟก็คือระลึกลั่นแหละแต่ที่เราใช้คำว่าจุดไฟแทนอันนี้บทบาทมันต่อสู้ได้อยู่ได้,

(ผู้สัมภาษณ์) อันนี้ก็คือว่าทำไมหลวงปู่จึงสมาทานไม่นอน. นี่แหละสองอย่างเราจำไว้อย่างหนักเลยเพราะว่ามรรคสี่ ผลสี่ นิพพานหนึ่งนี่เก้าข้อยังงาชาตินี้เราเป็นบาทของศาสดาเพื่อจะนิพพานอย่างนั้นนะตั้งจิตไว้อย่างนั้นจะไม่มีคำว่ามาสองเสพภพภูมิกับเพื่อนอีกนั้นนะ

(ผู้สัมภาษณ์) และการทำกิจอย่างอื่นก็ทำไปตามปกติ, ปกติ.

(ผู้สัมภาษณ์) และสุดท้ายข้อควรปฏิบัติทั่วไปที่เป็นประโยชน์ต่อการปฏิบัติเนสัชชิกังค ๑๐ ข้อ มีอยู่ ๕ อย่าง คือ ๑ เธอจะต้องเป็นคนพูดน้อยคนปฏิบัติเนสัชชิกังคไม่พูดส่วนมาก ๒ สันโดษในปัจจัยสี่ตามมีตามได้ไม่ใช่ตามกำลังตามมีตามได้ ๓ เธอต้องเสวยวิเวกอันเป็นอุปวิเวกเหนือกายเหนือจิตไปอุปวิเวกเป็นข้อที่ ๓ ข้อ ๔ ถ้าไม่จำเป็นจริงๆ จะไม่คบเพื่อนถือว่าโคตเตียวเป็นดาวเป็นพระเอกถ้าไปพูดคุยอะไรนี้ความเพียรของเราจะตกวับลงไปเลย เลยเป็นเหตุให้ข้อสุดท้ายต้องเป็นผู้ยิ่งใหญ่ในความเพียรคือตั้งไว้ว่า วายเมเถว ปุริโส ยาว อตถสส นิปปทา เป็นหมายเลขหนึ่งไว้เลยมีความเพียรพยายามล้าไปจนกว่าจะประสบผลสำเร็จมันเลยเอามาเป็นข้อสุดท้าย อันนี้เป็นปฏิปทาของผู้ถือเนสัชชิกังคเป็นประโยชน์ต้องมีเป้าหมายแบบนี้ ที่พูดมานี้มันน้อยนิดแต่นี้

(ผู้สัมภาษณ์) และรายละเอียดกว่านั้นเพื่อมีผู้อยากปฏิบัติตาม ถ้ามีผู้ต้องการปฏิบัติตามนี่เริ่มแรกก็ต้องทำเพลาก่อนคือต้องฟังธรรมชาติดีก่อน คือยืนเดินนั่งถ้าเธอจะทำครั้งแรกก็ต้องเข้าไปสู่ความเพลากๆ เพราะว่าอินทรีย์ยังไม่บำเพ็ญมาอย่างเราใช้ใหม่ จะนั่งฟังต้นไม้หรือว่าไม้กระดานทำเอาเองส่วนใดส่วนหนึ่งซึ่งจะทรงขันธธาตุของเธอไว้ได้ ๓๐ นาที หรือชั่วโมงก็ตามขั้นที่สองจึงค่อยไปปฏิบัติจึงค่อยมานั่งพักขั้นที่สามก็พุ่งไปแบบยืนอ้อมเดินอ้อมเลยวิธีถ้าเราประสงค์ปรารถนาเดินตามอย่าฟังทำไปรุนแรงทดลองครั้งละ ๗ วัน ๑๕ วันหรือเดือนหนึ่งไปก่อนตามภูมิอันนี้เราฟังเลยว่าพอเราไปเช็กดูว่า ถือผ้า ๓ ผืนเราเพียบ การเที่ยววิณชบาตเราเพียบการอยู่ป่าห้าข้อเราเพียบเราจึงหรือแต่เนสัชชิกังคหมายความว่า ๑๒ ข้อเราเพียบมาแล้วเหลือข้อเดียวที่ ๑๓ เราพุ่งไปเลยคือเราบำเพ็ญมา ๑๒ ข้อ ๑๓ ข้อ ถูรงค์ ๑๓ ถือผ้า ๓ ผืน ถือผ้าบังสกุลเราถือนมาแล้วเที่ยววิณชบาตห้าข้ออยู่ป่าห้าข้อเราทำมาแล้ว ๑๒ ข้อ ข้อที่ ๑๓ เรามาทุ่มอย่างแรงเลยต่อสู้ หมายควายว่าตัดหัวไปเลยนี้มันผิดเพื่อนตรงนี้ เพื่อนมันไม่ครบ ๑๒ ข้อใจเล่า, อันนี้ก็คือข้อที่ควรปฏิบัติ, อ้อ ข้อที่ควรปฏิบัติจะต้องค่อยๆ ทำ

ไปก่อนถ้าอย่างนั้นมันไม่ครบชุดงค์ ๑๓ มันไม่ครบวงจรโอเรามาทำมาครบวงจรแล้วจึงกระโดดเข้าไปจิตของเรานั้นเพียบพร้อมด้วยสมาธิสติแล้วมันจึงคิดตัวออกไปเลย, นี่ต้องปูพื้นฐานให้มันแน่นก่อน, เหมือนกับเราสร้างบ้านต้องลงหลักปักฐานให้แน่นก่อนโอเรามาแน่นมาแล้วและไม่เคยเกรงกลัวอะไรที่จะมาฉีดยาอะไรเรามาแน่นใจอย่างนั้นและไม่กลัวภูตผีปีศาจอะไรเราไปดงดอนซอนป่าเราไม่นึกถึงอะไรคือพวกเนสซิกังคเขาไม่นึกถึงความกลัวหรือไม่มี

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วปฏิบัติได้ครบไหมครับ ๓๐ ปี, ๓๐ ปี พอได้ ๒๓ ปีก็ไปผ่ากระดูกนั้นแต่ตอนที่ไปล้มอยู่โซ่พิสัย หลีอีก ๗ ปีจะครบ ๓๐ปี เพราะว่ากระดูกมันผุข้อที่สี่เราไปผ่า

(ผู้สัมภาษณ์) หลวงปู่ล้มหรือว่า, ไม่มันไปเหยียบที่เขاتهปูนใหม่เราไปเหยียบมันทรุดลงเลยลุกไม่ขึ้นปูนที่เขاتهใหม่ ๆ, ก่อนหน้านั้นมันไม่มีอะไร ปราฏกครั้งเดียวก็ไปเลย, อ้อแปลกนะก่อนหน้านี้มันก็ไม่เจ็บไม่ปวดไม่มีอะไร พอให้หมอไปเช็กดูจึงได้รู้ว่ามันผุให้หมอฉีดยาเป็นคนเอาออกให้

ผู้สัมภาษณ์) แล้วหลวงปู่รักษานานไหมครับกว่าจะหาย, ไม่นานประมาณปีหนึ่ง ปี ๔๓ ปีที่ไปหนองคายโซ่พิสัย

(ผู้สัมภาษณ์) เมื่อหลวงปู่รักษาหายแล้วยังปฏิบัติต่อหรือเปล่าครับ, ยังปฏิบัติต่อจนครบ ๓๐ ปีคือไม่เลิกล้มลัทธิขึ้นแต่ว่าหมอเขาบอกให้นอนแต่ว่าเราก็อาศัยความอดทนสู้มา

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วหลวงปู่ นั่งเก้าอี้หรือนั่งกับพื้น, ส่วนมากนั่งกับพื้นเขาทำเป็นเก้าอี้พับพอเปิดออกแล้วเราก็นั่ง ส่วนใหญ่จะนั่งอยู่ในกลดในป่า ต้องเห็นกันทุกคนถ้าเราไปนั่งอยู่ที่อื่นเพื่อนจะไม่เห็น อันนี้เพื่อนต้องเห็นต้องดูอยู่ตลอดเวลากลางวันหรือกลางคืนก็ตามเพื่อนต้องดูและเราได้ เพราะมีความหมายว่าเมื่อใดเรายืนเดินนั่งอยู่นี้ไม่นอนเธอต้องดูแล ต้องมองว่ามันจะมีอะไรหนีจากสายตาหมู่มไม่ได้ เราทำมาแบบบริสุทธิหมดจดไม่ใช่เป็นเรื่องจะไปโกหกหลอกลวงใคร ต้องดูแลกันอย่างดีขึ้นรถลงรถก็ต้องดูไม่ให้คลาดเคลื่อนลูกน้องต้องสององค์สามองค์ช่วยดูแล

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วเรื่องอาหารการฉัน, ก็เป็นปกติแล้วแต่บางทีถ้ามันอิมในฉนวนก็ไม่ฉันสองสามวันก็ไม่ฉันอันใดที่มีแต่น้ำเราก็กินแต่น้ำถ้ามันไม่ต้องการกินเข้าไปมันก็ออกมาบางทีก็ฉันน้อยที่สุด ส่วนมากจะฉันน้อยที่สุดพอฉันมันอิมมันพอมันไม่จำเป็นต้องพอกพูน อันนี้เป็นอาการที่เคยบำเพ็ญแบบปกติมาจนตลอด ไม่ใช่จะหลบอยู่คนเดียวเนสซิกังคต้องเปิดเผยเห็นด้วยกันรู้ด้วยกัน

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วมีรูปถ่ายอะไรที่เป็นหลักฐานอะไร, (หลวงปู่) มีเบาะ (อาจารย์ตี) ต้องถามเจ้าอาวาส เพราะว่ารูปถ่ายอย่างนี้ไม่รู้เขาเอามาจากไหน เขาเอามาถวายไม่ใช่เราทำขึ้นมาเองคุณสุรพลเขาไม่รู้วาท่านเอามาจากไหน (หลวงปู่ มันถ่ายแต่มันกลิ้งไม่ตี) (อาจารย์ตี แต่ก่อนมีแต่อนุศักดิ์) หลวงปู่มันเกิดราหมด (อ. ตี แต่ว่ารูปที่อนุศักดิ์ถ่ายอยู่กับเจ้าอาวาสไม่รู้อยู่ที่ไหนบ้างรูปเก่าๆ (หลวงปู่ เฮ้ยยืนอยู่ใส (อ.ตี เขาว่าอยู่บ้านนาหลวง (หลวงปู่อันนี้เจ้าอาวาสมานั่งกับเราปีที่ท่าน

มาครั้งแรกปี ๓๒ (อ.ตี ส่วนมากรูปพวกนี้มากับสุรพล ส่วนมากอนุศักดิ์เป็นคนถ่าย (หลวงปู่ แต่ว่าอนุศักดิ์ก็ตายแล้ว ส่วนมากมันขึ้นราหมดเขาทำเป็นวิดีโอ (หลวงปู่ ถ้าถามข้อมูลลึกซึ่งอย่างนี้ไม่ได้ เพราะว่ามันเน่าหมดแล้ว ส่วนมากเราไม่ได้คัดโค้งตรงรีวเลยยืนเดินต้องตรงรีวได้ อุชฺฐิตตั้ง สติปัญญจะต้องคงเส้นคงวาได้ไม่เคยไปสวดบ้านสูงบ้านต่ำอะไรทั้งสิ้นเด็ดขาดหมดเลย ขึ้นชื่อว่าปลิโพธิวิฑกจะไม่มีเด็ดขาด นิพฺพลต้องเข้าใจได้ ธรรมเนียมแท่นธรรมในป่าญาติพี่น้องพงษ์เชื่อบ่อวหามันแน่นอนขนาดได้ ไม่ใช่จะมาคิดเดาไม่ได้ตายทันทีได้ ทำวมาเล่นหัวละเวลาเรานั่งอย่างนี้ต้องสู้กับมารกิเลสมารสังขารมาร ถ้าวันใดสภาพจิตของเราเสี่ยงภายนอกเข้าไปนี้จะรู้จักทันทีว่ามันจะหนักอึ้งเหมือนแบกภูเขาแม้แต่ถูกกลืนอาหารไปยืนดีก็หนักอึ้งทันที

(ผู้สัมภาษณ์) มันเป็นอย่างนั้นจะแก้อย่างไร ถ้ามันเป็นอย่างนั้นต้องรีบตัดทันทีที่รีบตัดอารมณ์ อารมณ์ที่เกินขึ้นอย่างนั้นต้องรีบตัดทันทีที่ต้องตัดให้ขาดจนหมดเชื่อว่ามันพอใจหรือไม่พอใจต้องรีบตัดทันทีที่วิชาโหม่นสนี่รวดเร็วว่องไวยืนขาดเดินให้ขาดนั่งจนว่าขาดคาที่จึงว่างเปล่าจึงเสวยวิมุตติสุขไปต้องอย่างนั้นไม่อย่างนั้นมันก็มีเชื่อต้องตัดให้ขาดกระเด็นจึงเหลือแต่วิสุทธิจิตล้วนๆ จึงค่อยเป็นไปได้มันไม่ใช่ของเล่นมันไม่ใช่เรื่องตาย เรื่องดับไปเลยดับขาดดับภพไปเลยนี้แหละลองไปส่งเสริมดูถ้าเขาอ่านก็จะรู้ว่ามันมีอยู่ไหม ส่วนมากมันไม่มีจะมาทำอย่างนี้อ่างถ้อผ้าสามผืนอย่างเราก็ไม่มี ๓ ปีต่อชุดๆ ใช้น้อยกินน้อยก็ไม่มี มันไม่ใช่มีทั่วไปมันไม่มีเลยแต่เราก็อยู่กับเพื่อนอย่างนี้แหละไม่ได้ไปไหนมันก็สมควรได้โฆษณาอยู่ (หัวเราะ) เขาฟังบ้างไม่ฟังบ้างก็ไม่ใช่ไร ให้มันมีข้อมูลไว้เหมือนพระอรหันต์ในสมัยก่อนให้มีข้อมูลไว้

(ผู้สัมภาษณ์) แล้วการฝึกภาวนาเบื้องต้นทำอย่างไรครับ นี่แหละเป็นเรื่องสำคัญสมมุติว่า กามสัญญาเนาะเราเข้าสู่ครั้งแรกต้องฝึกกามคุณห้าออกจึงว่าเรามันดูฟังถูกรู้กับเพื่อนไม่ได้ คำว่ากายวิเวกจิตวิเวกอุปวิเวกเราเริ่มตัดกายวิเวกจิตวิเวกอุปวิเวกให้ได้ ๑๐๐ เปอร์เซนต์จึงขาดออกจาก กามสัญญาเวลาเราเข้าสู่สมาธิหรือฌานมันจึงง่ายไม่มีอะไรขัดข้องไม่มีอะไรแม้แต่โยกก็มีเลยจนเท่าทุกวันนี้จึงดูฟังอะไรกับเพื่อนไม่ได้เพราะว่าเราไม่มีธุระอะไรที่จะไปเกาะเกี่ยวกับรูปรสสัมผัสเลยกามสัญญาข้อต้นต้องเป็นผู้ชำนาญที่สุด

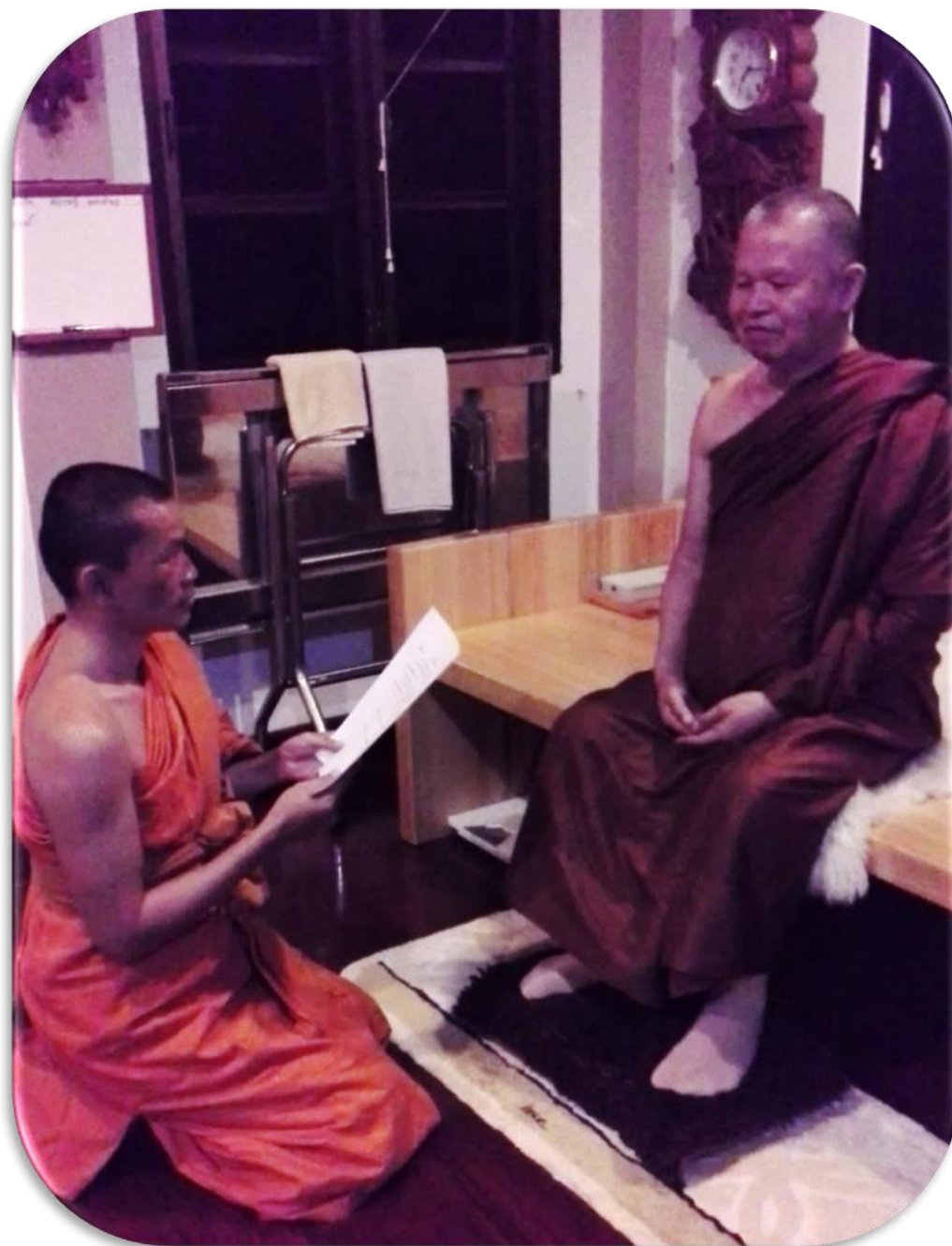
(ผู้สัมภาษณ์) ต้องพิจารณาเรื่องอสุภะไหมครับ มันมีอยู่ว่าคำว่าสังตกับอกุศลนี้มันเป็นข้อมูลส่วนว่าเรามาพิจารณาอสุภะกรรมฐานนี้กับคำว่าสังตนี้กับกุศลนี้ที่มาเบิกจิตของเราตัวเจตนาเนี่ยมันจะไม่เหมือนอยู่ในสมณะคือตัวสังตเป็นอาวุธเป็นจิตวิเวกกายวิเวกอุปวิเวกจากอกุศล อกุศลที่เราสังตไม่ใช่โลภะ โทสะ โมหะ กุศลกรรมบถะกายกรรม ๓ วจีกรรม ๔ มโนกรรม ๓ เราจะไม่เสพเราสังตไปเลยนี้กุศลกรรมบถ ๑๐ นี่เด็ดขาดเลยนี้พอเรามาเสพกรรมบถ ๑๐ แล้วเราก็มามาพิจารณาวิเวก ๓ เราก็มบูรณ์เวลาเราเข้าสู่สมาธิก็ง่ายเหมือนปล่อยปลาไหลลงตม

(ผู้สัมภาษณ์) คราวนี้เรื่องของกลินมีเข้ามาเกี่ยวข้องไหมครับ เรื่องของกลินก็แล้วแต่เรา จะเล่นคือเราอยากสนุกสนานก็ออกมาเล่นซอไหนก็ได้นับตั้งแต่อุสสติ ๑๐ เราชอบซอไหน ดิน น้ำ

ลม ไฟ เราต้องการเล่นอภิญญามหาภูตรูปเพราะว่าดินน้ำมันทำให้เราได้อภิญญาดินปฐวีมันทำให้เราได้อภิญญา ๖ ส่วนเทววิชาเราต้องมาเล่นไฟส่วนมากจะเล่นไฟส่วนอภิญญา ๖ นี่ส่วนใหญ่แล้วไม่เกินดิน ๒๐ ปฐวีกลืนแม้แต่บาร์มีอันแท็กข้อนี้ ๑๐ ประการคือ ดิน ๒๐ ประการเป็นสิ่งเป็นข้อมูลที่ทำให้เราได้ฌานได้ดีที่สุดหมายถึงดินภายในร่างกายเราพูดอยู่เดียวนี่ดินนอกที่เขาเพ่งมันเป็นบทบาทที่แท้เข้ามาแจ่มแจ้งในธาตุ ๔ มหาภูตรูปภายในมันจึงจิตจางออกจากกามราคะรูปราคะอรุปราคะมันมีอยู่ในราคะ ๕ ตัว ศัตรูหมายเลข ๑ เขาเรียกว่าราคะเมื่อเราอยู่ในราคะอันเป็นอารมณ์แล้วมันไม่ไปมันเหมือนกับแมลงไปติดใยแมงมุมไปไม่ได้

(ผู้สัมภาษณ์) ในเรื่องกลืนนี้หลวงปู่. ชำนาญทุกข้อไม่ยกเว้น กลืน ๑๐ ไม่ยกเว้นเราเล่นข้อไหนก็ได้ เข้าไปในนี้กลืนเขียว ๒ ปิตกกกลืนเหลือง ๓ โลหิตกกกลืนแดง อันนี้คือบทบาทเคยเล่นมาหากว่าเราไม่ยอมติดฝุ่นติดอะไรก็เข้าไปอุปฐาณแต่ว่ามันไม่ดีเพราะว่ามันจืดและไม่แสวงหาผลเพราะฉะนั้นพวกไปอุปฐาณจึงไม่มีมรรคไม่มีผลช้อยู่อย่างนั้น ๘๔,๐๐๐ กับก็อยู่นั้นมันจืดตาคตจึงห้ามแม้พระพุทเจ้าเข้าไปเสพแล้วจึงห้ามเหมือนอุทกดาบส อาราพดาบสนี้ฌาน ๗ กับฌาน ๘ นี่เพราะว่าไปกักขังเป็นกิเลสกรรมวิปาก เล่นชำนาญมากกว่าแต่นึกล่องที่สุดแต่ว่าเรากล่องทางในไม่ใช่ล่องทางนอก เพราะฉะนั้นเวลาเราขึ้นธรรมาสันต้องการให้คนร้องไห้หัวเราะเอาถึงขนาดนั้นแต่เราไม่ควรทำเพราะว่าเราทำแล้วมันเป็นวิปากกรรมหมายความว่ามันทำให้เราติดโสมนัสโทมนัสนั้นแล้วมันทำให้เราไปติดเพราะฉะนั้นท่านจึงห้ามถ้าเราไม่ทันเป็นพระอรหันต์อย่าไปเล่นติดหมดทุกราย นี่ก็คือหลักที่เราจะถืออิริยาบถ ๓ ต้องศึกษาให้เข้าใจชัดเจนแจ่มแจ้งคือพูดยังงี้เธอต้องเป็นผู้ยิ่งใหญ่ในสมบัติทั้งอรรถทั้งพยัญชนะทั้งฤทธิ์ทั้งเดชทั้งอำนาจเพราะว่าแต่ละอย่างๆ มันมีอำนาจเริ่มอนุสสติ ๑๐ ไปเลยให้ชำนาญหมายความว่าหลับตาให้คล่องย่อได้เลยนั้นละจึงมีอาถรรพ์ไม่ใช่ว่าจะมาทำเลยไม่ได้ เหยียบหนามก็ร้องอ้ากเท่านั้นแหละ

การสัมภาษณ์หลวงปู่ในวันนี้ขอกราบขอบพระคุณในความเมตตาเป็นอย่างมาก ข้อมูลเหล่านี้เกล้ากระหม่อมก็จะนำไปเพื่อศึกษาวิเคราะห์นำไปเพื่อเป็นข้อมูลในการศึกษาและเป็นข้อมูลในการปฏิบัติเป็นข้อมูลอ้างอิงในทางวิชาการต่อไป



สัมภาษณ์พระราชสิทธิทราจารย์ วิ. (หลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร) ประธานสงฆ์วัดนาหลวง
๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



สัมภาษณ์พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) ประธานสงฆ์วัดนาหลวง
๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



สัมภาษณ์พระภาวนาธรรมาภินันท์ วิ. เจ้าอาวาสวัดนาหลวง
๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



สัมภาษณ์พระครูปัญญาสุตตมรณ์ รองเจ้าอาวาสวัดนาหลวง
๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



สัมภาษณ์พระเครื่อง อนุตตโร (พระอาจารย์ดี, พระอุปฐากหลวงปู่ทองใบ ปภัสสโร)
 ผู้ช่วยเจ้าอาวาส วัดนาหลวง
 ๒๖ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



สัมภาษณ์พระอาจารย์สังคม คนธิโก พระวิปัสสนาจารย์วัดนาหลวง
๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



สัมภาษณ์พระสมณีก สติสมปณฺโณ วัดนาหลวง (ผู้ที่เคยอุปฐากหลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร)
๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



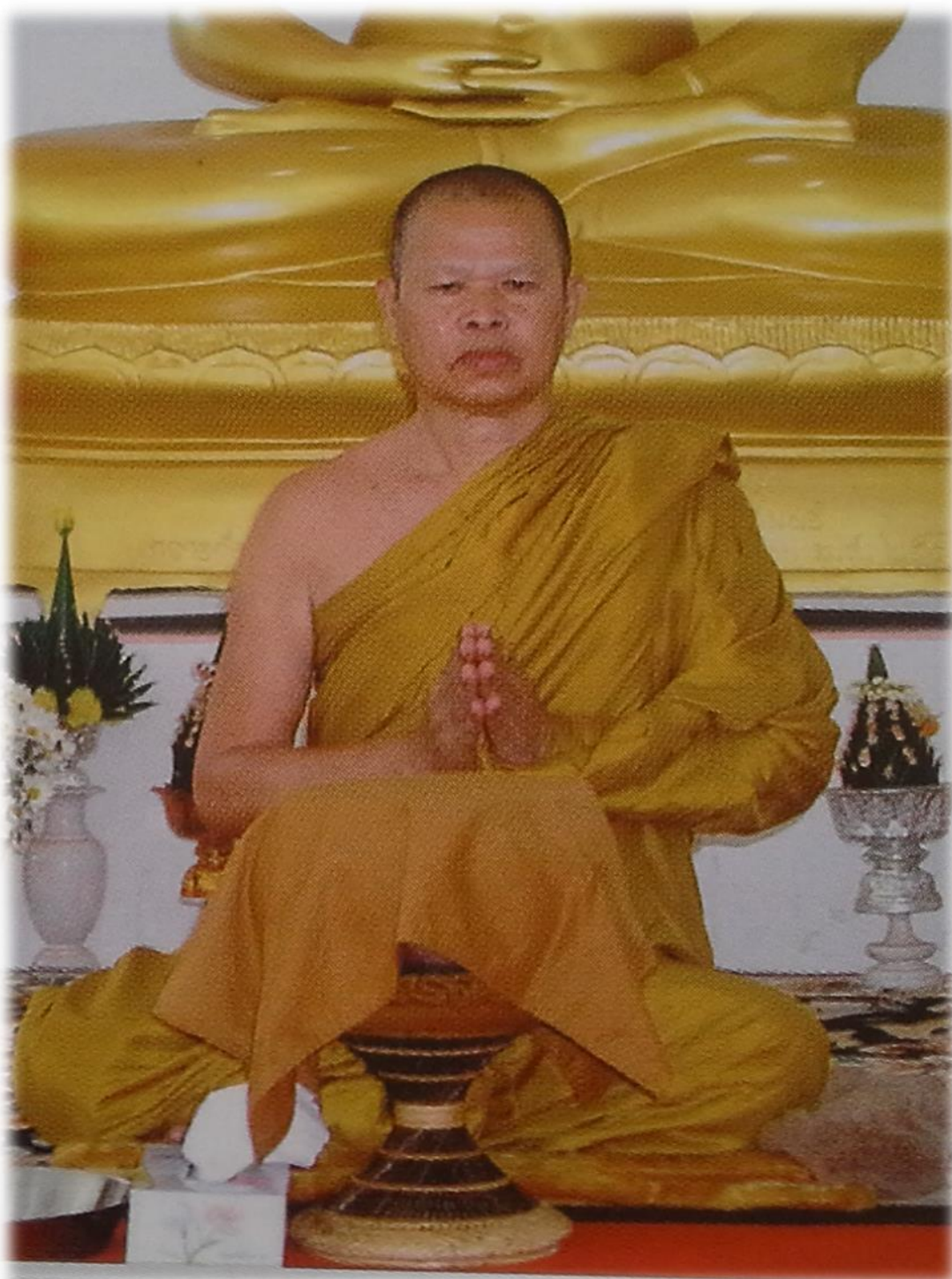
สัมภาษณ์แม่ชีอุทัยวรรณ สมคุณา และแม่ชีอุไร คำประชม
ผู้ช่วยวิปัสสนาจารย์ วัดนาหลวง
๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



สัมภาษณ์นางหอมหวาน พลวิบูรณ์, นางอิศรา บุตรโยธี, และนางสวคนธ์ สมวัชรจิต
นักปฏิบัติธรรมวัดนาหลวง ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๐



พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) ขณะปฏิบัติเนสัชชิกังครุดงควัตร
ถืออิริยาบถ ๓ ยืน เดิน นั่ง เว้นการนอน



พระราชสิทธิอาจารย์ วิ. (หลวงปู่ทองใบ ปภสฺสโร) ขณะปฏิบัติเนสัชชิกังคธุดงค์วัตร
ถืออิริยาบถ ๓ ยืน เดิน นั่ง เว้นการนอน

ระเบียบ ข้อวัตรปฏิบัติ

ของวัดนาหลวง (อภิญญาเทศิตธรรม ถ้ำแก้ง) บ้านนาหลวง ต.คำด้วง อ.บ้านฝ้อ จ.อุดรธานี
(กฎระเบียบภายในวัด)

๑. ไม่สูบบุหรี่ กินหมาก ของมีเมาให้เกิดโทษทุกชนิด
๒. ไม่เล่นของขลัง แร่ เหมือง ปลูกเสก ติดพิธีรีตองต่างๆ
๓. ไม่เมาแล้วในโลกธรรม ๘ ติดวัตถุ คน สัตว์ สังฆาร อามิส ปัจจัย
๔. มีสังวร ๕ สารธรรม ๕ เป็นอารมณ์ของกายใจ
๕. เจริญสมณะ วิปัสสนา มีสติทุกอิริยาบถ น้อยใหญ่
๖. ต้องละพยศ ลดตำแหน่ง เลิกแข่งดี ไม่มีมานะ ทิฐิฐิ มายา
๗. เว้นสุรา อิตถียา เงินตรา มิจฉาชีพ ไม่ควรตะต้อและเข้าใกล้อย่างเด็ดขาดเป็นเยี่ยม
๘. เสพอยู่ซึ่งศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ปฏิภาณ หิริ โอตตปปะ
๙. ไม่ชวนทะเลาะก่อวิวาท ประมาท เกียจคร้าน เห็นแก่กินนอน ใ้อวดมากแต่พูด
๑๐. ใช้ของที่มีอยู่ภายในวัด จงรู้จักเก็บรักษา ทำความสะอาด ฉลาดอยู่กับหมู่คณะ สละ
อารมณ์บ้าง บอๆ จากจิตใจ ละพิษโลเลทางกามคุณออกเสีย
๑๑. อยู่ด้วยวิหารธรรม ๔ อย่าง สุญญตา อริยา พรหม อนุบุพพิหาร ไม่พึงว่างเว้นจาก
อารมณ์เหล่านี้ แม้แต่วินาทีเดียว
๑๒. เคารพกฎระเบียบยัตถธรรมวินัย เป็นทางเดินของชีวิตประจำวันตลอดไป.

ระเบียบ

การรับพระภิกษุสามเณร และแม่ชี พราหมณ์ เข้ามาอยู่วัด

๑. ต้องมีบริวารครบ และต้องเรียนจบนักธรรมชั้น ตริ โท เอก
๒. ไม่มีโรคน่ารังเกียจ สุขภาพร่างกายแข็งแรง เป็นผู้สุภาพอ่อนโยน
๓. ต้องมาก่อนวันที่ ๑ มิถุนายน หรือปลายเดือนพฤษภาคมของทุกปี
๔. เมื่ออยู่ต้องเข้ารับการอบรมครบทั้ง ๓ ภาค คือ ภาคทฤษฎี (สมณะวิปัสสนา), ภาคปฏิบัติ (เข้ากรรมฐาน), ภาคเผยแผ่ (หลักฐานการออกสู่มวลชน)
๕. สัมครใจในการออกเผยแผ่ หรือธุดงค์ หรืออยู่วัด
๖. ต้องอบรมครบสมบูรณ์ก่อน จึงออกทำงานได้
๗. ถ้ามาหลังวันที่ ๑ มิถุนายน ทางวัดจะไม่รับ
๘. ผู้ที่มาอยู่จะต้องจำพรรษาที่วัดนาลงอย่างน้อย ๕ ปี จึงจะอนุญาตให้ไปจำพรรษาที่อื่นได้
๙. ผู้ที่จะมาบวชพระหรือสามเณร จะต้องมาเข้านาค หรือเป็นชีปะขาวก่อนอย่างน้อย ๓ เดือน จึงจะอนุญาตให้บวช
๑๐. แม่ชีที่จะมาอยู่จะต้องได้รับอนุญาตจากทางผู้บริหารหรือประธานเสียก่อนและจะต้องอยู่ตามกฎระเบียบอย่างเคร่งครัด
๑๑. เมื่อลงไปทำธุระที่อื่นได้ไม่เกิน ๑๕ วัน ถ้าเกินถือว่าหมดสิทธิในการอยู่ร่วมกัน (ยกเว้นบางกรณี) ไม่นำญาติหรือคนอื่นมาด้วย หากนำมาทางวัดจะให้พักอยู่ด้วยเพียง ๓ วัน จากนั้นต้องเดินทางกลับถิ่นของตนเอง และต้องแจ้งให้เจ้าอาวาสทราบทั้งมาและกลับ
๑๒. ผู้ที่มาอยู่ปฏิบัติธรรม อยู่ได้ไม่เกิน ๗ วัน แล้วกลับถิ่นเดิมของตน.

ระเบียบและข้อวัตรปฏิบัติ ของอุบาสก อุบาสิกา เมื่ออยู่ในวัด

๑. สาธุชนชาย-หญิงควรแต่งตัวด้วยเสื้อผ้าชุดสีขาวบริสุทธิ์ไม่แต่งตัวให้ประเจิดประเจ้อ
๒. สมาทานศีล ๕ หรือ ศีล ๘ ให้บริสุทธิ์อย่างทั่วหน้า
๓. ไม่เสพของมีนเมาทุกอย่าง ระหว่างเข้าวัดหรือปฏิบัติธรรม
๔. พูดน้อย ไม่เสียงดังก่อความรำคาญให้แก่ผู้อื่นที่อยู่ใกล้เคียง
๕. เก็บสิ่งของใช้ต่างๆ ให้เป็นระเบียบเรียบร้อยภายในที่อยู่ของตน
๖. รักษาความสะอาดห้องนอน ห้องน้ำ ให้สะอาดสวยงาม
๗. ขณะเดินไปมา ควรระวังอย่าวิ่ง อันเป็นเหตุให้ขาดความสำรวมทางกาย
๘. เปิด ปิด ประตู หน้าต่างให้เบาๆ อย่าให้เสียงดัง
๙. รับประทานอาหาร ห้ามพูดคุยกัน ควรสงบเรียบร้อย
๑๐. ภาชนะที่ใช้เมื่อเสร็จธุระ ควรเก็บไว้ที่เดิม
๑๑. ถ้าอยู่เฉพาะกลด หรือที่อยู่ของตน ห้ามร้องตะโกนต่อเพื่อน
๑๒. ควรรับเร่งทำธุระต่างๆ ให้เรียบร้อยก่อนออกปฏิบัติธรรม และพร้อมเพียงกันก่อนเวลา ทุกครั้ง โดยมีกติกาประจำใจว่า คอยเพื่อนดีกว่าให้เพื่อนคอย
๑๓. ทำตามกฎระเบียบของทางวัด เคารพธรรมเกรงวินัยไม่เกินจะเป็นสิ่งที่ติเตียน
๑๔. ชายหญิงทุกคน จงให้ความรู้เคารพซึ่งกันและกัน ไม่ควรดูหมิ่นน้ำใจกันขณะมาอยู่วัด และมาอบรมปฏิบัติธรรม
๑๕. ควรเคารพบูชาเทิดทูน ครูอาจารย์ สถานที่ ธรรมะอย่างสมบูรณ์ ด้วยกาย วาจาใจ ตลอดชีวิตนี้ จะไม่ทำให้ใครหนักใจเพราะความประพฤติของตนเอง

ระเบียบมารยาทผู้เข้าปฏิบัติธรรม

๑. จริยาศึกษา (คือ จรรยา มารยาท)

กายา กายอ่อนน้อม ไม่กระโดดโลดเต้น แข็งกระด้าง ควรสำรวมระมัดระวังตัว ให้มีความสง่างามรัก ทุกอิริยาบถน้อยใหญ่

วาจา การเปิด ปิด วาจา ควรสงบเคารพสถานที่ ธรรมะ อาจารย์ ไม่ควรเอะอะ โวยวายทั้งในที่ประชุม นอกที่ประชุม ในที่พัก และนอกที่พัก และพูดจาให้อ่อนหวาน

จิตตา มีใจอ่อนโยนนอบน้อม ควรเคารพเชื่อฟังพระพี่เลี้ยง พระคุณเจ้าด้วยดี ไม่หัวดื้อ ถือตัว ไม่มัวขัดใจ ทะเลาะเบาะแว้งกัน สามัคคีให้มั่น เมตตาพร้อมกันอภัยเสมอ

การบริโภค ควรงดการพูดจา บริโภคด้วยอาการสงบ สำรวมมีสติ

การรักษาความสะอาด ที่พัก ห้องน้ำ บริเวณสถานที่ต่างๆ ให้เรียบร้อยสวยงาม

การรักษาภาชนะ เครื่องใช้ เสื้อผ้าส่วนตัว ควรตากให้เป็นระเบียบ

การใช้ไฟฟ้า เปิด- ปิดไฟ ให้ช่วยกันประหยัด อย่ามั่งง่ายขยาด

๒. หัตถศึกษา (การใช้มือ) ลงมือฝึกหัด ยืน เดิน นั่ง นอน ด้วยวิปัสสนา

๓. พลศึกษา (การใช้กำลัง) บริหารกายให้มือนามัย บริหารใจให้มีธรรมะ เลิกละ อบายมุข สิ่งมีนเมาทุกชนิด มีธรรมคุ้มครองกาย จิตตลอดอายุขัย

๔. พุทธิศึกษา (การใช้ปัญญา) การศึกษาธรรม ควรเคารพ ไม่คุยหยิกหยอกเล่นกัน เดินไป เดินมา.

ระเบียบการเข้าที่ประชุม

๑. ต้องถอดรองเท้าเก็บไว้ในที่ที่เหมาะสมและเรียบร้อยสวยงาม หรือเก็บที่กลดของตน
๒. ไม่พูดคุยกันและเดินไปมา ขณะที่ทำวัตรเช้า-เย็น นั่งสมาธิ และฟังธรรม
๓. ไม่ควรเปิดเครื่องสื่อสารต่างๆ วิทยุสื่อสาร มือถือ ขณะเข้าประชุม ทำวัตรสวดมนต์ ฟังธรรม นั่งสมาธิโดยเด็ดขาด
๔. อย่าสิ่งเสียงดังไม่คุยกันในขณะเข้าห้องน้ำ อาบน้ำ ตั้งแถวรอก่อนจะไปรับประทานอาหาร หนักอาหารเบา ขณะรับประทานอาหาร เวลาปล่อยให้พักผ่อนและแยกกลุ่มไปปฏิบัติ ขณะเดินผ่านกุฏิพระ ควรใช้เสียงเบาๆ เพราะจะรบกวนพระโยคาวจรเจ้ากำลังปฏิบัติธรรมอยู่
๕. ไม่พึงไปในสถานที่ต่างๆ ตามลำพังก่อนได้รับอนุญาตจากพระพี่เลี้ยง
๖. ไม่ทิ้งขยะในสถานที่สาธารณะทั่วไป เช่น ห้องประชุม ห้องน้ำ ห้องนอน ตามทางเดิน กุฏิพระ พุทธาวาส วิหาร ลานธรรม ลานเจดีย์ ลานไทร หรือที่ต่างๆ ของทางวัด ผู้หญิงห้ามทิ้งผ้าอนามัยลงในโถส้วม จะเป็นบาปมหันต์
๗. ต้องช่วยกันรักษาความสะอาด ในสถานที่ต่างๆ เช่น ห้องน้ำ ห้องนอน ผ้าห่ม หมอน เสื้อ มุ้งกลด กลด ภาชนะใส่อาหาร แก้วน้ำ ไฟฟ้า น้ำใช้ น้ำดื่ม ร่ม ฯลฯ ของสงฆ์ทุกชนิดให้ดีและสะอาด
๘. ไม่ทำลายต้นไม้สิ่งแวดล้อมในสถานที่ต่างๆ เช่น ถอน หัก เดีด เตะ เก็บ เราควรช่วยกันอนุรักษ์ไว้ และช่วยกันปลูกไว้ดีกว่า
๙. ต้องตรงต่อเวลาเสมอ ไม่ว่าจะทำวัตรเช้า-เย็น เรียกเข้าที่ประชุม มาปฏิบัติธรรมฟังธรรม รับประทานอาหาร การพักผ่อน หลับนอน ตื่นเป็นเวลา (ยกเว้นป่วยไม่สบาย) ทำหน้าที่สำคัญที่มอบหมายให้ เช่น ไปช่วยทำอาหารที่โรงครัว
๑๐. ไม่พึงเสพสิ่งเสพติด และของมีเมาทุกชนิด ให้ละทิ้งไว้ก่อนหรือเลิกโดยเด็ดขาด ในขณะที่เราเข้าอบรมปฏิบัติธรรม (เสพธรรมดีกว่า)
๑๑. พึงระวังอันตรายจากอสรพิษ แมลงต่างๆ ที่มีพิษ เช่น งู ต่อ แตนฯ
๑๒. ละพยศ ลดมานะ ละตำแหน่ง เลิกแข่งดี ไม่ยกหู ชูหาง จองหอง พองขน ถือตัวตน ทั้งชายหญิง ทุกคนมีสภาพเดียวกัน คือกองขันธ์ห้า และเกิด แก่ เจ็บ ตายเท่ากันหมด
๑๓. ผู้ที่มีโรคประจำตัว ควรแจ้งเจ้าหน้าที่ผู้ควบคุมและพระพี่เลี้ยงทราบก่อนและควรนำยาของตนมาด้วย
๑๔. ท่านใดที่นำสิ่งของที่มีค่า เช่น ปัจจัย (เงิน) เป็นต้น ให้เก็บไว้ในที่ปลอดภัยหรือนำมาฝากไว้กับพระเจ้าหน้าที่ ครูอาจารย์ก็ได้.

ระเบียบของผู้อยู่กลด

๑. ไม่ส่งเสียงดังรบกวนเพื่อนๆ ที่อยู่ใกล้ๆ
๒. จะตั้งใจบำเพ็ญภาวนาอย่างเข้มแข็งตลอดไป
๓. ไม่เอาสิ่งเสพติด หมากพลู บุหรี่ เข้ามาในกลด
๔. ไม่ชวนพูดคุยกับเพื่อนที่อยู่รอบข้างยามสงบ
๕. จะพูดเบาๆ ทำเบาๆ เดินเบาๆ ไม่ก่อกวนผู้อื่นเด็ดขาด
๖. จะสำรวมระวังกาย วาจา ใจ ตลอดวันคืนไม่เผลอ
๗. พยายามตัดความอยาก ยึด อยู่ ตลอดทุกขณะจิต
๘. จะพูดน้อย กินน้อย นอนน้อย ลดโลเล
๙. จุดไฟได้เทียน รูป ให้ดับก่อนนอนเสมออย่าทิ้งไป
๑๐. เก็บรักษาสิ่งของๆ ตน และกลด เสื้อ หมอน พร้อมทั้งของใช้ทุกอย่างไว้เป็นอย่างดี.

สิ่งวิเศษในกลด

- | | | |
|----------------|-------------------|---------|
| ๑. เว้นคลุกคลี | ๒. มีเพียรเร่งรัด | ๓. สงัด |
| ๔. ประหยัด | ๕. พูดน้อย | |

ให้พิจารณาธรรมอยู่ตลอดเวลาว่า

๑. กาย ของทุเรศ
๒. เวทนา ของมีพิษ
๓. จิต ของมีดำ
๔. ธรรม ของมีขาว

ตารางเวลา กิจวัตรประจำวัน

เวลา	กิจวัตรประจำวัน
๐๓.๐๐น.	ลุกขึ้นทำสรีรกีจ/ เจริญกรรมฐาน
๐๖.๐๐น.	ร่วมกันทำความสะอาด
๐๘.๐๐น.	ทำวัตรเช้า
๐๙.๐๐น.	บิณฑบาต
๑๐.๐๐น.	ฉันภัตตาหาร
๑๑.๐๐น.	ทำกิจส่วนตัว
๑๒.๐๐น.	ปฏิบัติธรรม
๑๕.๐๐น.	สร่งน้ำ/ทำกิจส่วนตัว
๑๖.๐๐น.	รับน้ำปานะ
๑๗.๐๐น.	ทำวัตรเย็น
๑๙.๐๐น.	ฟังธรรมโอวาทจากประธานสงฆ์
๒๐.๐๐น.	ปฏิบัติธรรมตามอัธยาศัย
๒๒.๐๐น.	พักผ่อนกับสติ

ประกาศ ณ วันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๐

พระครูภาวนาธรรมาภินันท์
เจ้าอาวาสวัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม)

ตารางเวลาการอบรมประจำวัน

เวลา	เนื้อหา/กิจกรรม
๐๓.๓๐น.-๐๔.๐๐น.	ตื่นนอน เก็บกลด ทำกิจส่วนตัว
๐๔.๐๐น.-๐๕.๐๐น.	ทำวัตรเช้า
๐๕.๐๐น.-๐๖.๐๐น.	ธรรมรับอรุณ/ปฏิบัติธรรม
๐๖.๐๐น.-๐๗.๐๐น.	รับประทานอาหารเช้า
๐๗.๐๐น.-๐๘.๐๐น.	บำเพ็ญประโยชน์ตนเอง,ผู้อื่น (ทำความสะอาด)
๐๘.๐๐น.-๐๙.๐๐น.	ปฏิบัติธรรมภาคเช้า/ฝึกศาสนาพิธี
๐๙.๐๐น.-๑๐.๐๐น.	เตรียมตัวไปรับอาหาร และบิณฑบาต
๑๐.๐๐น.-๑๑.๐๐น.	รับประทานอาหาร
๑๑.๐๐น.-๑๒.๐๐น.	ทำกิจส่วนตัว
๑๒.๐๐น.-๑๕.๐๐น.	เข้าที่ประชุมปฏิบัติธรรมภาคบ่าย
๑๕.๐๐น.-๑๖.๐๐น.	ทำกิจส่วนตัว
๑๖.๐๐น.-๑๖.๓๐น.	รับน้ำปานะ
๑๖.๓๐น.-๑๗.๐๐น.	ทำกิจส่วนตัวพักผ่อนตามอัธยาศัย
๑๗.๐๐น.-๑๘.๐๐น.	ทำวัตรเย็น
๑๘.๐๐น.-๒๐.๐๐น.	ฟังธรรมบรรยาย
๒๐.๐๐น.-๒๒.๐๐น.	ปฏิบัติธรรมภาคค่ำ
๒๒.๐๐น.-๐๓.๐๐น.	ปฏิบัติธรรมตามอัธยาศัย, พักผ่อน

ประกาศ ณ วันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๕๐

พระครูภาวนาธรรมาภินันท์
เจ้าอาวาสวัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม)

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	:	พระนิพล ขนติโพโล (บัวบาน)
ว/ ด/ ป เกิด	:	วันที่ ๒ เดือนมีนาคม พุทธศักราช ๒๕๒๐
สถานที่เกิด	:	จังหวัดหนองคาย
การศึกษา	:	ทางโลก
พ.ศ. ๒๕๕๓	:	ปริญญาตรี พุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตหนองคาย
พ.ศ. ๒๕๖๑	:	ปริญญาโท พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
การศึกษา	:	ทางธรรม
พ.ศ. ๒๕๔๗	:	นักธรรมชั้นเอก วัดโพธิ์ศรี ตำบลในเมือง อำเภอเมืองหนองคาย จังหวัดหนองคาย
ประสบการณ์การทำงาน	:	วิปัสสนาจารย์วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) จังหวัดอุดรธานี
	:	ภิกขุปาฏิโมกข์ ภาษาไทย ภาษาบาลี
ประสบการณ์ปฏิบัติธรรม	:	
พ.ศ. ๒๕๕๒	:	ปฏิบัติแบบมหาสติปัฏฐาน ๔ และธุดงค์วัตร เป็นระยะเวลา ๕ ปี ณ วัดนาหลวง (อภิญญาเทสิตธรรม) อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี
พ.ศ. ๒๕๕๘	:	ปฏิบัติแบบมหาสติปัฏฐาน ๔ เป็นเวลา ๓๐ วัน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
พ.ศ. ๒๕๕๙	:	ปฏิบัติแบบมหาสติปัฏฐาน ๔ เป็นระยะเวลา ๗ เดือน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา แ ละ ะ Mahasi Sasana Yeiktha Meditation Centre, Yangon, Myanmar
บรรพชา/อุปสมบท	:	วัดสุคนธาราม อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย วันที่ ๒๑ เดือน กรกฎาคม พุทธศักราช ๒๕๔๒
สังกัดวัด	:	วัดโพธิ์ศรีอนันคาราม ตำบลกองนาง อำเภอท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย
ปีที่เข้าศึกษา	:	พ.ศ. ๒๕๕๘
ปีที่สำเร็จการศึกษา	:	พ.ศ. ๒๕๖๑
ที่อยู่ปัจจุบัน	:	วัดนาหลวง ตำบลคำด้วง อำเภอบ้านผือ จังหวัดอุดรธานี
โทรศัพท์	:	๐๖๑-๖๙๔-๖๓๐๕
E-mail	:	Vi11.5811405008@gmail.com