

ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก
A STUDY OF INSIGHT MEDITATION TEACHING OF
KRUBAJAO KASEM KHEMAKO

พระครูกันตธรรมโกวิท (บัณฑิต ปิยธมฺโม)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พุทธศักราช ๒๕๖๐



ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

พระครูกันตธรรมโกวิท (บัณฑิต ปิยธมโม / เครือวงศ์น้อย)

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study of Insight Meditation Teaching of
Krubajao Kasem Khemako**

Phrakhrukantathamkowitz (Bandit-Piyadhammo-Kruawongnoi)

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 “ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

(พระเทพสุวรรณเมธี, ดร.)

ประธานกรรมการ

(รศ.ดร.สุวิญ รักษัตย์)

กรรมการ

(ดร.บุญชญา วิวิชจร)

กรรมการ

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ดร.บุญชญา วิวิชจร

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูกันตธรรมโกวิท)

ชื่อสารนิพนธ์	: ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก
ผู้วิจัย	: พระครูกันทรธรรมโกวิท (บัณฑิต ปิยธมโม/เครื่องวงศน้อย)
ปริญญา	: พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์	: ดร.บุญญา วิวิธขจร, บธ.บ. (บริหารธุรกิจบัณฑิต), ศน.ม. (พุทธศาสนศึกษา), พธ.ม. (วิปัสสนาภาวนา), Ph.D. (Buddhist Studies)
วันเสร็จสมบูรณ์	: ๑๖ มีนาคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ในการศึกษา ๒ ประการ คือ เพื่อศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักปฏิบัติธรรมสุสานไตรลักษณ์ จังหวัดลำปาง โดยการศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท และเอกสารต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง รวบรวม สรุปวิเคราะห์ เรียบเรียงบรรยายเชิงพรรณนา และตรวจสอบความถูกต้องโดยผู้เชี่ยวชาญ

จากการศึกษา พบว่า การสอนวิปัสสนากรรมฐาน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท สอนให้รู้แจ้งรู้ชัดในรูปนาม มีสติกำหนดรู้ในกาย รู้เวทนา รู้จิตและรู้ธรรม พิจารณาให้เห็นเป็นไตรลักษณ์จนสามารถก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ เมื่อปฏิบัติตามจะเกิดมรรคญาณ ผลญาณไปสู่นิพพานได้

การสอนวิปัสสนากรรมฐานของหลวงพ่อกษม เขมโก มี ๑๐ วิธี คือ ๑) การปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง ๒) การแสดงพระธรรมเทศนา ๓) การสอนเป็นรายบุคคล ๔) การสอนแบบอุปมาอุปไมย ๕) การใช้ปฏิภาณโต้ตอบด้วยมุขำขัน ๖) การตอบปัญหาธรรมะ ๗) การสอนผ่านสื่อโดยการรวบรวมข้อคิดในหลักธรรมเพื่อเผยแพร่ ๘) การสนทนาธรรม ๙) ภาชิตธรรมถวายเป็นหลวง ๑๐) อัดตโนภาชิตและคติธรรมของหลวงพ่อกษม เขมโก ด้วยเน้นการสอนด้วยวิธีฝึกฝนตนเองก่อน การปฏิบัติถึงขั้นอุกฤษฏ์อย่างเคร่งครัด การสอนและการเผยแพร่นั้นจะดูสภาวะจิตของผู้ปฏิบัติ หากมีสภาพธรรมอินทรีย์สมบูรณ์ ก็จะแนะนำเป็นรายบุคคล และปฏิบัติโสสานิกธุดงค์ใช้องค์ธรรมคือสติปัฏฐาน ๔ จนเกิดปัญญา ซึ่งตรงตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าจนเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เพื่อบรรลุมรรค ผล นิพพาน เป็นที่สุด

Research Paper Title : A Study of Insight Meditation Teaching of Krubajao Kasem Khemako

Researcher : Phrakhrukantathamkowitz (Bandit-Piyadhammo-Kruawongnoi)

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Research Paper Supervisor

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

Date of Completion : March 16, 2018

Abstract

There are two objectives of this research: by studying the information from the Theravada Buddhist scriptures and other related documents, then, composed, summarized, analyzed, explained in details, corrected and verified by Buddhist scholars. From the research,

The study found that teaching meditation meditation. In Theravada Buddhism Teach you to know clearly in the name. The conscious mind knows in the body, knows, knows, knows and knows Considering it is a trinity, so can hemorrhoids and dysentery. When you follow, you will be born. Wise to nirvana.

There are 10 ways to teach Vipassana meditation: 1) Practice as an example 2) Teaching a sermon 3) Teaching individually 4) Teaching a metaphor 5) Using improvisation with a joke 6) Answering Dhamma 7) Teaching through the media by gathering ideas in the principles of propaganda. 8) Discussion of the Dharma. 9) Dhamma talk to the king. 10) The dictation and the moral of Luang Por Kasem. Good teaching methods practiced self. The practice is strictly regulated. Teaching and propagation will look at the mental state of the practitioner. If there is a complete organic. It is recommended individually. And to practice the hymn is to use the mind of the 4 rituals until the wisdom that is in accordance with the doctrine of the Buddha until the truth is revealed in the Trinity is almost all.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้า ๆ ขอประทานโอกาส กราบขอบพระคุณ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสสมมหาเถระ ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เจ้าคณะใหญ่หนกลาง กรรมการมหาเถรสมาคม และเจ้าอาวาส วัดพิชยญาติการาม เป็นอย่างสูงยิ่ง ที่ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชา วิปัสสนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ส่งผลให้เกิดการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนาแพร่หลาย และขออนุโมทนาแก่กองทุนเล่าเรียนหลวงสำหรับพระสงฆ์ไทย ฯลฯ สำหรับความเกื้อกูลแก่โครงการฝึกอบรมพระวิปัสสนาจารย์ของครูสอนปริยัติธรรมทั่วประเทศ ในปี ๒๕๕๘ อันเป็นจุดเริ่มต้นของการเข้ามาเรียนศึกษาศาขานี้

ขอกราบขอบพระคุณพระวิปัสสนาจารย์อย่างสูง ท่านสยาดอภัททันตะวาสวะ ธรรมะ กะถิกพหูชนะหิตะธะระ อัครคัมภักต อภิชะอัครคัมภัสสัทธัมมะโชติกะ โอวาทาจริยะ มหาสี นายะกะสยาดอ ประธานองค์การพุทธศาสนานูเคราะห์ และ ภัททันตะวะชิระปาณี สาสะนะระ ชะธัมมาจริยะ อุปโตวิกังคะเร มหาสีนายะกะสยาดอ และภัททันตะอินทาสักกะ สาสะนะระชัม มาจริยะ มหาสีนายะกะสยาดอ พระราชสุวัฒน์นารถ, ดร.

ขอกราบขอบพระคุณพระคันธสาราภังค์ พระสมุห์มานัส อคคปญโญ พระจักรพงค์ ปิยธมโม รวมทั้งกลุ่มแปล Win Win Yee ที่เมตตาอบรมสั่งสอนวิปัสสนาภาวนา เมื่อครั้งปฏิบัติ ธรรมอนุเคราะห์แนะนำการเจริญวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักวิปัสสนามหาสีสยาดอ ศาสนิกด้าน นครย่างกุ้ง ขอกราบขอบพระคุณ เมื่อครั้งปฏิบัติธรรมที่ศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมโมลี อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา

อนุโมทนา ดร.บุญชญา วิวิธขจร รศ. ดร. เวทย์ บรรณกรกุล, ดร.ชัยชาญ ศรีหาหนู และ เจ้าหน้าที่วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐมทุกๆ ท่าน ซึ่งได้ช่วยเหลือและให้คำแนะนำในการ แก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ในการทำสารนิพนธ์

ขอขอบคุณนิสิตปริญญาโท สาขาวิปัสสนาภาวนา รุ่นที่ ๑๑ ทุกรูป และคุณอรุณรัตน์ จุมจัตร์ส คุณณัฐวิรุ้ เปรมพัฒนพันธ์ เจ้าหน้าที่ห้องสมุดบาฬีศึกษาพุทธโฆสผู้เกี่ยวข้องทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้ ปัญญาวิสงส์ที่เกิดจากสารนิพนธ์นี้ ผู้ศึกษาขออน้อมถวายบูชาคุณพระรัตนตรัย และขอ มอบถวายเป็นธรรมบรรณาการแต่บิดามารดา คุณครู อุปัชฌาย์ คณาจารย์ที่ประสิทธิ์ประสาทคุณ งามความดีและความรู้ ขอผลานิสงส์แห่งคุณความดีในการศึกษาครั้งนี้และโอกาสในการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา ตลอดทั้งคุณประโยชน์แห่ง สารนิพนธ์เล่มนี้ จงเป็นผลสำเร็จ ต่อการบรรลุมรรค ผลนิพพานแก่ทุกคนๆ ด้วยเทอญ

พระครูกันตธรรมโกวิท (บัณฑิต ปิยธมโม)

๑๖ มีนาคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	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 ขอบเขตในการวิจัย	๔
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๙
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๙
บทที่ ๒ การสอนวิปัสสนากรรมฐาน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท	๑๐
๒.๑ การสอนวิปัสสนากรรมฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก	๑๐
๒.๒ หลักการสอนกรรมฐานในพระไตรปิฎก	๑๗
๒.๓ วิธีการสอนปฏิบัติกรรมฐานในมหาสติปัฏฐานสูตร	๒๕
๒.๔ สรุปการสอนสาระสำคัญของหลักมหาสติปัฏฐานสูตร	๓๐
๒.๕ สรุปท้ายบท	๓๓
บทที่ ๓ ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก	๓๔
๓.๑ ประวัติโดยสังเขป ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก	๓๔
๓.๒ วิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก	๕๑
๓.๓ การสอนปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวทางของครูบาเจ้าเกษม เขมโก	๖๕
๓.๔ สรุปท้ายบท	๗๑

บทที่ ๔ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๗๓
๔.๑ สรุปผลการวิจัย	๗๓
๔.๒ ข้อเสนอแนะ	๗๔
บรรณานุกรม	๗๕
ภาคผนวก	๗๘
ประวัติผู้วิจัย	๘๒

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

สารนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้ศึกษาใช้พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ ในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ชื่อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๑๐ ชื่อที่ ๓๗๖ หน้า ๓๐๕

พระวินัยปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๔	วิ.ม.	(ไทย) = วินัยปิฎก มหาวรรค	(ภาษาไทย)

พระสุตตันตปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๙	ที.สี.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค	(ภาษาไทย)
๑๐	ที.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๒	ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มูลปณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๔	ม.อ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย อูปริปณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๗	ส.ข.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ขันธวารวรรค	(ภาษาไทย)
๑๘	ส.สพ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค	(ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๒๑	อง.จตุกก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย จตุกกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๒	อง.ปญจก.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย ปัญจกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.อติ.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อติวุตตะกะ	(ภาษาไทย)
๓๑	ขุ.ป.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามวรรค	(ภาษาไทย)
๓๒	ขุ.อป.	(ไทย) = สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย อปทาน	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
๓๔	อภิ.สง.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์ปกรณ์วิเสส

สารนิพนธ์นี้ ผู้ศึกษาใช้คัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค ในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/หน้า หลังชื่อย่อคัมภีร์ เช่น วิสุทธิ. (บาลี) ๒/๒๘๐-๒๘๑ หมายถึง วิสุทธิมคคปกรณ์ ฉบับภาษาบาลี เล่มที่ ๒ หน้า ๒๘๐-๒๘๑.

ปกรณ์วิเสส (บาลีและไทย)

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
วิสุทธิ	(บาลี) = วิสุทธิมคคปกรณ์ปาติ	(ภาษาบาลี)
วิสุทธิ	(ไทย) = วิสุทธิมรรคปกรณ์	(ภาษาไทย)

ค. คำย่อชื่อคัมภีร์อรรถกถา

สารนิพนธ์นี้ ผู้ศึกษาใช้คัมภีร์อรรถกถา โดยใช้ อรรถกถาภาษาไทย ฉบับจุฬาลงกรณ์ ราชวิทยาลัยในการอ้างอิง โดยระบุ ชื่อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ เช่น ที.ม.อ. (ไทย) ๓๗/๓๕. หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวรรคอรรถกถา ภาษาไทย ข้อที่ ๓๗ หน้าที่ ๓๕

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก (บาลีและไทย)

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
ที.ม.อ.	(บาลี) = ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสินี มหาวคคอฎฐกถา	(ภาษาบาลี)
อง.สตตค.อ.	(ไทย) = องคุดตตรนิกาย มโนรลปุรณิ สัตตกนิบาตอรรถกถา	(ภาษาไทย)
ช.ป.อ.	(ไทย) = ชุททกนิกาย สัทธรรมปาสนิ ปฏิสัมภิทามมรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระอภิธรรมปิฎก

คำย่อ	ชื่อคัมภีร์	ภาษา
อภิ.วิ.อ.	(ไทย) = อภิธรรมปิฎก วิภังค์ สัมโมหวิโนทนีอรรถกถา	(ภาษาไทย)

ง. คำย่อเกี่ยวกับหนังสือที่ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์หรือสถานที่พิมพ์

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้คำย่อเกี่ยวกับหนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการ ที่ได้จัดพิมพ์โดยไม่ ปรากฏปีที่พิมพ์ หรือสถานที่พิมพ์ ดังนี้

- ม.ป.ป. = ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์
 ม.ป.ท. = ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนาอุบัติขึ้นโดยการตรัสรู้ธรรมของพระพุทธเจ้า หลังจากทีพระองค์ทรงพยายามบากบั่นในการแสวงหาโมกขธรรมเป็นเวลา ๖ ปี เมื่อตรัสรู้แล้วทรงมีพระมหากรุณาที่จะแสดงธรรมโปรดสัตว์ให้พ้นจากทุกข์ ในยุคเริ่มแรกแห่งการประดิษฐานและเผยแผ่พระพุทธศาสนา พระองค์ได้ทรงประกาศหลักคำสอน เช่น การแสดงธรรม การสนทนาธรรม การปฏิบัติตนให้เป็นที่น่าเลื่อมใส และการตอบปัญหาข้อสงสัย เป็นต้น โดยที่พระองค์ได้ประทานหลักการและเทคนิคในการเผยแผ่ให้สาวกยึดถือปฏิบัติเป็นหลักการในการแสดงธรรม ให้เป็นผู้มีคุณธรรม มีเหตุผลสัมพันธ์ ต่อเนื่องกันไปโดยลำดับ ชี้แจงให้เข้าใจชัดเจนในแต่ละประเด็น แสดงธรรมด้วยจิตเมตตาโดยมุ่งให้ประโยชน์แก่ผู้ฟัง ไม่แสดงธรรมเพราะเห็นแก่ลาภสักการะ ไม่แสดงธรรมยกตนข่มท่านและไม่เสียดีสีข่มผู้อื่น^๑ จาริกสั่งสอนเพื่อนำประชาชนให้เข้าถึงพระศาสนา โดยดำเนินตามพุทธปณิธานที่ว่า “ภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงจาริกไปเพื่อประโยชน์และความสุขแก่ชนหมู่มาก เพื่ออนุเคราะห์ชาวโลกเพื่อประโยชน์เกื้อกูลและความสุขแก่ทวยเทพและมนุษย์ทั้งหลาย”^๒ ทำให้พระพุทธศาสนาได้เจริญแพร่หลายออกไปอย่างรวดเร็วเป็นปึกแผ่นมั่นคงในดินแดนชมพูทวีป

ภายหลังจากพุทธปรินิพพาน พระธรรมสังคากาจารย์ทั้งหลายได้รวบรวมร้อยกรองพระธรรมวินัยไว้เป็นหมวดหมู่ จัดกลุ่มของคัมภีร์ในคัมภีร์เหล่านั้นล้วนแต่บรรจุพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า อันเป็นไปเพื่อความพ้นทุกข์นอกจากนั้นยังได้นำพระพุทธดำรัสสั่ง พระอานนท์มากล่าวยืนยันให้สังฆทัราบโดยทั่วกันว่า เมื่อพระองค์ปรินิพพานล่วงไปแล้ว ให้นำถ้อยธรรมและวินัยเป็นศาสดาปกครองสงฆ์แทนพระองค์ดังความว่า “อานนท์ ธรรมและวินัยที่เราแสดงแล้ว บัญญัติแล้วแก่เธอทั้งหลาย หลังจากเราล่วงลับไป ก็จะเป็นศาสดาของเธอทั้งหลาย”^๓ จึงเป็นภาระและหน้าที่ของพระภิกษุสงฆ์ในพระพุทธศาสนา ที่บวชเข้ามาแล้วต้องศึกษาทำความเข้าใจในพระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งการศึกษาชิ้นนี้ สามารถจำแนกได้ออกเป็น ๒ ส่วน

^๑ อภ.ปญจก. (ไทย) ๒๒/๑๕๘/๒๖๓.

^๒ วิ.ม. (ไทย) ๔/๓๒/๔๐.

^๓ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๑๖/๑๖๔.

คือ การศึกษาเล่าเรียนพุทธพจน์ที่มีในคัมภีร์ต่างๆ เรียกว่า คันถธุระ และ การปฏิบัติทางจิตเพื่อชำระกิเลสให้หมดสิ้น เรียกว่า วิปัสสนาธุระ

การศึกษาทั้งฝ่ายคันถธุระและวิปัสสนาธุระต่างก็มีความสำคัญในอันที่จะดำรงไว้ซึ่งพระพุทธศาสนา ดังนั้นพระสงฆ์สาวกจึงจำเป็นต้องศึกษาหาความรู้ทั้งด้านปริยัติและการปฏิบัติควบคู่กันไป นับตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน จะเห็นว่าการศึกษาทั้งด้านคันถธุระและวิปัสสนาธุระเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้การเผยแผ่พระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองสืบมาจนถึงปัจจุบัน เมื่อปฏิบัติตามที่ทั้งสองอย่างนี้ โดยถูกต้องสมบูรณ์แล้ว ก็จักทำให้ผู้ปฏิบัตินั้นได้รับผล รู้แจ้งแทงตลอดในธรรมธาตุทั้งหลาย^๔ โดยลำดับสมควร ตามวาสนาบารมีของตน ที่สั่งสม บำเพ็ญมาด้วยดี

ในส่วนของวิปัสสนาธุระนั้น องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงตรัสว่า ได้แก่ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ คือ การมีสติกำหนดรู้กายในกาย มีสติกำหนดรู้เวทนาในเวทนา มีสติกำหนดรู้จิตในจิต มีสติกำหนดรู้ธรรมในธรรมทั้งหลาย ซึ่งทางนี้เป็นทางอันเอก เป็นทางที่จะทำให้จิตใจของสัตว์ทั้งหลายบริสุทธิ์หมดจดจากกิเลส ทำให้ดับทุกข์และโทมนัส ทำให้ก้าวล่วงโสกะและปริเทวะ ทำให้อริยมรรคเกิดขึ้น และกระทำให้งั่งซึ่งพระนิพพาน^๕

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมีจุดมุ่งหมาย เพื่อให้มีสติรู้เท่าทันอารมณ์ปัจจุบัน มีรายละเอียดในการปฏิบัติที่ชัดเจน มีแบบแผนและเหมาะสมกับบุคคลที่มีจริตแตกต่างกันไป ในประเทศไทย มีสำนักปฏิบัติธรรมที่สอนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมากมาย ซึ่งการสอนและปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในหลายสำนักก็มีแนวทางที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้ ขึ้นอยู่ความเข้าใจ และภูมิธรรมของผู้สอนในสำนักนั้นๆ จึงเป็นเหตุให้มีความแตกต่างกันเป็นอย่างมาก และเป็นการยากที่บอกได้ว่าแนวทางใดเป็นแนวทางที่ถูกต้องตามหลักคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตามที่ปรากฏในพระไตรปิฎกและคัมภีร์ต่างๆ ในทางพระพุทธศาสนา

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นพระภิกษุที่ศึกษาและปฏิบัติตามคำสอนของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยดี ทั้งมีศิลาจารวัตรตรงตาม เป็นที่เคารพศรัทธาของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พร้อมทั้งพระบรมวงศานุวงศ์ทุกๆ พระองค์ ตลอดจนพุทธบริษัทชาวไทยและต่างชาติจำนวนมาก เพราะการที่ท่านได้ปฏิบัติธรรม อย่างอุกฤษฏ์ มีปฏิภาที่นาคณาพรศรัทธาเลื่อมใส เป็นเหตุให้ท่านได้รับยอมรับนับถืออย่างกว้างขวาง อนึ่ง การสอนวิปัสสนากรรมฐานของท่านนั้น มีหลากหลายวิธี และมีความโดดเด่นเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตน

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นวิปัสสนาจารย์ที่สอนการปฏิบัติโดยมีการปฏิบัติสมถกรรมฐานก่อน แล้วจึงยกขึ้นสู่วิปัสสนาตามแนวทางการปฏิบัติในยุคนั้นที่พระอานนได้กล่าวถึงแนวทางในการ

^๔ ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๙๗/๓๓๕.

^๕ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

ปฏิบัติให้มีการปฏิบัติแบบเจริญวิปัสสนาโดยมีสมณำหน้า หรือที่เรียกว่า สมณุปุพฺงคมวิปัสสนา พบว่า ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เจริญวิปัสสนาอันมีสมณำหน้า เมื่อเธอเจริญ วิปัสสนาอันมีสมณำหน้า มรรคย่อมเกิด เธอเสพเจริญทำให้มากซึ่งมรรคเมื่อเธอเสพเจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่ย่อมละสังโยชนได้อนุสัยทั้งหลายย่อมสิ้นสุดไป^๖

ซึ่งการปฏิบัติรูปแบบนี้ ทำได้ยากเพราะจะมีโอกาสหลงติดในสมาธิได้ง่าย จำเป็นต้องอาศัย วิปัสสนาจารย์ที่มีความรู้ความชำนาญในการปฏิบัติ เข้าใจสภาวะธรรมที่ผู้ปฏิบัติกำลังประสบพบเจอ และสามารถแก้สภาวะหรือแก้อารมณ์ได้อย่างถูกวิธี ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถเข้าถึงสภาวะธรรมที่ยิ่งๆขึ้นไปได้ อันจะนำไปสู่การพ้นทุกข์ในที่สุดวิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก นั้น ไม่ได้มีรูปแบบที่ตายตัวแน่นอน และไม่ได้สอนแบบเป็นทางการและไม่ได้มีรายละเอียดที่ชัดเจน ท่านจะสอนให้เฉพาะผู้ที่ผ่านการทดสอบปฏิบัติกรรมฐานเบื้องต้น ตามที่ท่านได้ตรวจสอบดูแล้ว เห็นว่าสมควร ท่านจึงจะแนะนำวิธีการปฏิบัติเพิ่มเติมให้ เมื่อผู้ปฏิบัติติดขัดในการบำเพ็ญเพียรก็จะมา สอบถามข้อคำแนะนำจากท่านเป็นครั้งคราว

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา ผู้ศึกษาจึงมีความประสงค์ที่จะค้นคว้า แนวทางการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก เพื่อจักได้ทราบข้อมูลที่เป็นประโยชน์ ต่อการประพฤติปฏิบัติธรรม และเป็นการประกาศเกียรติคุณของครูบาอาจารย์ผู้ประพฤติปฏิบัติชอบ อันจักเป็นประโยชน์แก่การศึกษาและเผยแผ่พระพุทธศาสนาสืบไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- ๑.๒.๑ เพื่อศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท
- ๑.๒.๒ เพื่อศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

- ๑.๓.๑ การสอนวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร
- ๑.๓.๒ การสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ ภาคเอกสาร เรื่องการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก โดยผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตการวิจัยเป็นสองส่วน คือ ขอบเขตด้านเนื้อหา เพื่อใช้ในการวิจัยครั้งนี้และขอบเขตด้านเอกสาร ในประเด็นหัวข้อต่างๆ ที่จะศึกษา มีรายละเอียดดังนี้

^๖ อ.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗.

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก ภาษาไทย อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง เช่น วิสุทธิมรรค วิมุตติมรรค พุทธธรรม เอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๔.๒ ขอบเขตของการศึกษา

การสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก จากเอกสาร และสื่อบันทึกข้อมูลรูปแบบต่างๆ ที่รวบรวมคำสอนของครูบาเจ้าเกษม เขมโก ทั้งภาษาไทยและภาษาอื่นๆ

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ศัพท์เฉพาะที่เกี่ยวข้องนำมาจำกัดความไว้เพื่อจะได้เข้าใจในประเด็นหัวข้อต่างๆ ที่ผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ดังนี้

๑. **วิธีการสอน** หมายถึง คำสอนที่แสดงวิธีการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

๒. **วิปัสสนากรรมฐาน** หมายถึง การรู้แจ้งในรูปนามขั้น ๕ ตามกฎไตรลักษณ์ ครูบาเจ้าเกษม เขมโก หมายถึง หลวงปู่ครูบาเจ้าเกษม เขมโก อดีตเจ้าสำนักปฏิบัติธรรมสุสานไตรลักษณ์ อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง

๓. **ครูบาเจ้าเกษม เขมโก** หมายถึง หลวงปู่ครูบาเจ้าเกษม เขมโก อดีตเจ้าสำนักปฏิบัติธรรมสุสานไตรลักษณ์ อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการทำวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยแบ่งเอกสารออกเป็นสองส่วนคือ เอกสารชั้นปฐมภูมิ ประกอบด้วยคัมภีร์สำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค และเอกสารชั้นทุติยภูมิได้แก่ หนังสือ ตารา บทความ เอกสารทางพระพุทธศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ดังต่อไปนี้

ก. คัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑. คัมภีร์พระไตรปิฎก แสดงหลักเกี่ยวกับวิปัสสนาภาวนาไว้หลายแห่ง เช่น พระสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตรว่า “ทางนี้เป็นทางเอก เป็นทางเป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์แห่งหมู่สัตว์ทั้งหลาย เพื่อก้าวล่วงทุกข์ โสกะปริเทวะทั้งหลาย เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน” และยังปรากฏอีกหลายแห่งเช่นในมัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค เป็นต้น

๒. คัมภีร์อรรถกถา แสดงข้อความอธิบายพระบาลีเกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนา ว่าได้แก่ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ หากมิใช่สติปัฏฐาน ๔ แล้วไซ้ ก็ไม่อาจกล่าวว่าเป็นวิปัสสนา ดังเช่นที่กล่าวไว้ว่า “ขึ้นชื่อว่าวิปัสสนาย่อมไม่มีโดยมิได้กำหนดธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งในกองรูปเวทนาจิตธรรมและสภาวะธรรม”^๗

๓. คัมภีร์ฎีกา แสดงข้อความอธิบายเกี่ยวกับสติปัฏฐานไว้หลายแห่ง เช่น ปรมัตถทีปนี มหาฎีกาใหม่ ได้อธิบายเหตุผลที่พระพุทธองค์ควรจะตรัสพระบาลีว่า “จตตาริ สติปัฏฐานานิ” แต่ตรัสเป็น “จตตาริ สติปัฏฐานา”^๘ เพราะทรงมุ่งเอาคำว่า “สติ” เป็นตัวประธานในสัมปยุตตธรรมทั้งหลาย ที่เกิดร่วมในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา^๙

๔. ปกรณวิเสส ในคัมภีร์ปรมัตถทีปนี ได้ให้ความหมายไว้ว่า วิปัสสนา หมายถึง ปัญญารู้แจ้งไตรลักษณ์ หมายถึงภาวนาปัญญาที่มีการหยั่งเห็นความไม่เที่ยงเป็นต้น โดยแท้จริงแล้ว วิปัสสนาทำให้ผู้ปฏิบัติ รู้แจ้งความไม่เที่ยงเป็นต้น ล่วงพ้นความเป็นสตรีและบุรุษพร้อมทั้งความเที่ยงและความสุขเป็นต้น ซึ่งมหาชนในโลกรู้เห็นกันในชั้นทั้งหลาย^{๑๐}

ข. ตำราวิชาการทางพระพุทธศาสนา

๑. พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต) กล่าวไว้ว่าสติปัฏฐาน ๔ บอกให้ทราบวาชีวิตของเรา มีจุดที่ควรใช้สติกำกับดูแลทั้งหมดเพียง ๔ แห่งเท่านั้นเอง คือ ร่างกาย และพฤติกรรมของกาย ๑ เวทนา คือความรู้สึกสุขทุกข์ต่างๆ ๑ ภาวะจิตที่เป็นไปต่างๆ ๑ และความคิดนึกไตร่ตรองนึก ๑ ถ้าดำเนินชีวิตโดยมีสติคุ้มครอง ณ จุดทั้ง ๔ นี้แล้ว ก็จะช่วยให้เป็นอยู่อย่างปลอดภัย ไร้ทุกข์ มีความสุขผ่องใส และเป็นปฏิปทานำไปสู่แจ้งอริยสัจธรรม มนุษย์เป็นผู้ที่สามารถฝึกอบรมและพัฒนาตนเองตามหลักไตรสิกขา และดำเนินชีวิตให้ตั้งงามโดยปฏิบัติตามหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเกี่ยวกับบอริยมรรคมีองค์ ๘ จนบรรลุเป้าหมายสู่ความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ได้”^{๑๑}

^๗ ที.ม.อ. (บาลี) ๒/๓๒๖.

^๘ พระญาณธชะ, **ปรมัตถทีปนี**, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์. (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด, ไทยรายวันการพิมพ์), หน้า ๗๖๙.

^๙ พระมหาแสวง โชติปาโล, **พุทธวิทยานำรู้ เล่ม ๓**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๘), หน้า ๒๐๗.

^{๑๐} พระคันธสาราภิวังศ์, **อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๗๕๙.

^{๑๑} พระพรหมคุณาภรณ์, **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๑๑๒.

๒. พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช) กล่าวไว้ว่า วิปัสสนา หมายถึง การรู้แจ้ง เห็นจริงสภาวะธรรมตามที่เป็นจริง คือปัญญาที่เห็นจริงของสังขารทั้งปวงว่าตกอยู่ในไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แล้วถอนความยึดมั่นถือมั่นในสังขารเสียได้^{๑๒}

๓. พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุญาณจริยะ ได้กล่าวไว้ใน หนังสือ วิปัสสนาภาวนาที่ป็นที่เรียกว่า หลักในการเจริญวิปัสสนาภาวนานั้น ควรเริ่มแต่สิ่งที่เห็นได้ง่าย คือ รูปในอารมณ์ที่กำหนดนั้น นามเป็นอารมณ์ที่ละเอียดประณีต เห็นได้ยากยิ่งกว่ารูป ดังนั้นในระยะ เริ่มแรกของวิปัสสนาภาวนานิกบุคคล พึงให้กำหนดรูปก่อน^{๑๓}

๔. พระภควาณพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี) ได้กล่าวถึงคำว่า วิปัสสนา ไว้ใน หนังสือวิปัสสนาภาวนา ที่ไม่ถูกเขียนไว้ในพระไตรปิฎก ว่า วิปัสสนาคือ ปัญญาหยั่งรู้หยั่งเห็นโดย ประการต่างๆ ในสภาวะลักษณะของรูปธรรมและนามธรรมตามความเป็นจริง ว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตน ชื่อว่า “วิปัสสนา” วิปัสสนา คือ ปัญญาเห็นแจ้งในอารมณ์ต่างๆ โดยความ เป็นรูป-นามที่พิเศษนอกออกไปจากบัญญัติ โดยการละทิ้งสัทบัญญัติ อัถลบัญญัติเสีย และเห็น แจ้ง ในอารมณ์ต่างๆ โดยอาการไม่งาม ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ที่พิเศษนอกออกไปจาก ธรรมอันเป็นวิปัสสนา ได้แก่ปัญญาเจตสิกที่ในมหาภูตจิต มหากิริยาจิต^{๑๔}

๕. อภิชาติ วิไลราษฎร์ ได้กล่าวไว้ในหนังสือตามรอยธรรมลิขิตของหลวงพ่อกษม เขมโกว่า “หลวงพ่อกษม มักจะสอบถามปัญหาในการปฏิบัติธรรมของลูกศิษย์มีเป็นอุปสรรคต่อการ ดำเนินชีวิตประจำวัน ถ้ามีท่านก็จะแนะนำบอกวิธีแก้ไขความคิดความเข้าใจต่อปัญหาธรรมะนั้นเป็น รายบุคคลไป หลวงพ่อก็มีปกติสอนอย่างนี้^{๑๕}

ค. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑. พระเกียรตินันต์ นาถธมโม (ทองดี สุรเตโช) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “เปรียบเทียบการเจริญ วิปัสสนาภาวนาในแบบอานาปานปัพพะกับวาโยธาตุปัพพะ” พบว่า ต่างก็ใช้วาโยธาตุหรือธาตุลมเป็น

^{๑๒} พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช), พจนานุกรมเพื่อการศึกษา ศาสตร์ “คำวัด”, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๓), หน้า ๙๑๑.

^{๑๓} พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุญาณจริยะ ดร., วิปัสสนาภาวนาที่ป็นที่เรียกว่า ฉบับ พิมพ์รวมเล่มใน ๑๐๐ ปี อัครมหาภิกษุญาณจริยะ, (กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ พรินต์ติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๒๓๑.

^{๑๔} พระภควาณพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี), วิปัสสนาภาวนา ที่ไม่ถูกเขียนไว้ในพระไตรปิฎก, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๘), หน้า ๓๗๗.

^{๑๕} อภิชาติ วิไลราษฎร์, ตามรอยลายลิขิตปริศนาธรรมของ หลวงพ่อกษม เขมโก, (กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ พรินต์ติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๑๐๒.

เครื่องมือให้เข้าถึงปรมาตธรรมเหมือนกัน แต่มีต่างกันในเรื่องวิธีการ และผลของการปฏิบัติ กล่าวคือ ในอานาปานปัพพะกำหนดดูอาการสั้นยาวของลมที่หายใจเข้าและออกอยู่ และตามรู้ที่จุดที่กระทบสัมผัสจากลมหายใจเข้าออกโดยอาศัยจุดนั้นเป็นอารมณ์กำหนดโดยไม่ต้องมีคำบริกรรม และเน้นการกำหนดที่อิริยาบถนั่ง แต่วาโยธาตูปัพพะกำหนดดูอาการที่กระทบสัมผัสจากลมที่ต้นผนังท้องให้พองขึ้นหรือยุบลงเป็นอารมณ์หลักในขณะที่อยู่ในอิริยาบถนั่ง เน้นใช้สติตามระลึกรู้อาการของรูปรูปนามตามความเป็นจริงในทุกอิริยาบถ จนพัฒนาจิตเข้าสู่ระดับความรู้ถึงวิปัสสนาญาณ ๙ ได้ แต่ในวาโยธาตูปัพพะสามารถไปได้ถึง มรรค ผล นิพพาน คือ ญาณ ๑๖ ในที่สุด^{๑๖}

๒. พระปาดชัย ชยธมโม (ไชยคราม) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนาภาวนาของพระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี)” พบว่า วิธีการสอนของพระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี) คือ การเจริญสติระลึกรู้ให้ตรงต่อสภาวะธรรมชาติที่เป็นจริง กำหนดให้ทันอารมณ์ปัจจุบัน ให้กำหนดรูปรูปนามจนกลายเป็นปรมาตม์ ไม่ใช่เห็นว่าเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน โดยต้องอาศัยการกำหนดสัมผัสปัญญาช่วยในการสร้างสติให้มากขึ้น เพื่อจะได้เห็นไตรลักษณ์ชัดเจน จนนำไปสู่ความเข้าใจอย่างถ่องแท้ และนำไปสู่การคลายความยึดมั่นถือมั่นในรูปรูปนามทั้งหลาย เพื่อเข้าถึงมรรคผลตามลำดับ^{๑๗}

๓. พระวิชัย ฌายสุปฏิปันโน (กลักทองคา) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เฉพาะกรณีแนวการปฏิบัติของอุบาสิกาแนบ มหานีรานนท์” พบว่า เป็นการสอนตามแนวสติปัฏฐานสูตร โดยได้ประยุกต์หลักการในสติปัฏฐานสูตรมาเป็นหลักการปฏิบัติวิปัสสนา ๑๕ ข้อ แบ่งเป็น ๒ ส่วนคือ ส่วนแรกเป็นสิ่งที่ให้ทำ ได้แก่ ให้เรียนรู้ลักษณะนามและรูปว่ามีความแตกต่างกันอย่างไร การรู้นั้นให้รู้ในขณะที่ปัจจุบัน ใช้สติสังเกตว่าเป็นรูปอะไร นามอะไร ให้ดูทีละอย่าง ให้ดูอิริยาบถใหญ่ก่อน ให้ดูอาการโดยรวมทั่วร่างกาย ให้รู้เหตุจำเป็นของการเปลี่ยนอิริยาบถ และทำให้เหมือนดูละคร เป็นต้น ในส่วนที่สองสิ่งที่ไม่ให้ทำ ได้แก่ ห้ามมีความต้องการเห็นรูป-นาม หรือต้องการได้ญาณปัญญา ห้ามกำหนดรูป-นามพร้อมกัน ห้ามรู้สึกตัวว่าตนกำลังทำกรรมฐาน ห้ามตั้งใจมากเกินไป ห้ามทำอิริยาบถจนผิดธรรมชาติของตน เป็นต้น ดังนั้น เหตุที่ห้ามทำ เพราะค้นหา

^{๑๖} พระเกียรติคุณ นาดธมโม (ทองเอียด), “ศึกษาเปรียบเทียบการเจริญวิปัสสนาภาวนาในแบบอานาปานปัพพะกับวาโยธาตูปัพพะ, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๑๗} พระปาดชัย ชยธมโม (ไชยคราม), “ศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนาภาวนาของพระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

จะอาศัยความรู้สึกเหล่านี้เกิดขึ้น มีข้อสังเกตคือ ผู้ปฏิบัติมักจะทำในสิ่งที่ห้ามทำโดยไม่รู้ตัว และล้มทำในสิ่งที่ให้ทำ ดังนั้น หลักการ ๑๕ ข้อ จึงตั้งขึ้นเพื่อเตือนสติและกันข้อผิดพลาดไว้ก่อน^{๑๘}

๔. **พระเสริม ปณฺณสาโร** (ใหญ่เยี่ยม) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “หลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคำสอนของพระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท)” พบว่า หลักการสอนวิปัสสนา เน้นให้เป็นไปตามกระบวนการของอริยสัจ ๔ คือ ทุกข์ เหตุแห่งทุกข์ วิธีปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์ และนำไปสู่ความพ้นทุกข์ ในที่สุด โดยเริ่มต้นการสอนให้ผู้ปฏิบัติมุ่งรักษาศีลให้บริสุทธิ์แล้วเจริญสมถกัมมัฏฐานเพื่อให้จิตสงบ ตั้งมั่นหลังจากนั้นจึงมาเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยพิจารณาในหลักสติปัฏฐาน ๔ ตามหลักของวิสุทธิ ๗ ไปตามลำดับเป็นการเพาะบ่มอินทรีย์ให้แก่กล้าขึ้นจนอินทรีย์ ๕ บริบูรณ์และเจริญให้มากขึ้น เพื่อเป็นพละ ๕ ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวมุ่งสู่โพชฌงค์ ๗ และอริยมรรคมีองค์ ๘ มีอิศโลจิจตอธิปัญญา ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ประชุมพร้อมเพรียงกันทั้งโพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการอันเป็นการปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้ามุ่งสู่จุดหมายปลายทางคือการบรรลุมรรคผลนิพพานได้ในที่สุด^{๑๙}

๔. **แม่ชีสำลี สิงหราช** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “สมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา” พบว่า สมาธิและปัญญานั้น สมาธิ มีความไม่ฟุ้งซ่านถ้าสมาธิที่เป็นสัมมาสมาธิเป็นความรู้แจ้งทำให้เกิดปัญญาหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวงได้นั้นเองว่าปัญญาโดยสภาวะธรรมของปัญญาที่ปรากฏเกิดขึ้นในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนาและรู้ชัดลงไป และการปฏิบัติวิปัสสนาให้รู้สภาวะรูปนามที่แท้จริงได้นั้นต้องอาศัยการเรียนรู้ชั้น “ทิวฏฐิวิสุทธิ” จึงจะรู้เห็นรูปนามตามสภาวะที่เป็นจริงได้ธรรมที่เกี่ยวข้องกับสมาธิกับปัญญาต่อการเจริญในการบรรลุธรรม คือ โพชฌงค์ ทำให้เกิดมรรคมีองค์ ๘ ทำให้เกิดสมาธิและปัญญาในการกำหนดสติพิจารณาละกิเลส ในกาย เวทนา จิต และธรรม เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งรูปนาม โดยความเป็นจริงตามกฎไตรลักษณ์ การกำหนดรู้พิจารณานั้นจะต้องประกอบด้วยปัญญา มีสติรู้อยู่ทุกขณะแห่งการกำหนดรู้ อันจะทำให้กำจัดกิเลสเสียได้ วิปัสสนามีอานิสงส์ของการเจริญทำให้ละกิเลสสามารถบรรลุมรรค ผลได้^{๒๐}

^{๑๘} พระวิชัย ญาณสุปฏิปันโน (กลักทองคา), “ศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา: เฉพาะกรณีแนวทางการปฏิบัติของอุบาสิกานนบ มหาณีรานนท์, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๑๙} พระเสริม ปณฺณสาโร (ใหญ่เยี่ยม), “ศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคำสอนของพระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

^{๒๐} แม่ชีสำลี สิงหราช, “ศึกษาสมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

จากการศึกษาทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผู้ศึกษาได้พบว่า มีวิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาอาจารย์ต่างๆ ที่ศึกษานั้นมีความใกล้เคียงกันคือ การสอนตามแบบพอง-ยุบ แต่ในกรณีครูบาเจ้าเกษม เขมโก ยังไม่มีผู้ทำการศึกษาวิจัย รวมทั้งยังเป็นวิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐานแบบดั้งเดิมที่มีมากในประเทศไทย ซึ่งมีวิธีการกำหนดอารมณ์ที่ต่างกันออกไป จึงเห็นสมควรที่จะศึกษาวิจัย การสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโกครั้งนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงเอกสาร โดยได้แบ่งการวิจัย วิธีการสืบค้นข้อมูลและลำดับเอกสารไว้ ดังนี้

๑.๗.๑ รวบรวมข้อมูล โดยศึกษาค้นคว้าจากพระไตรปิฎก และอรรถกถา ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

๑.๗.๒ ศึกษาเอกสารที่ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เขียนไว้ รวมทั้งเอกสารรายงานการวิจัยวิทยานิพนธ์ ตำรา และวารสารอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ทั้งภาษาไทย และภาษาต่างประเทศ แล้วนำข้อมูลมาเรียบเรียง บรรยายเชิงพรรณนาเสนอผลงานให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความถูกต้อง

๑.๗.๓ เรียบเรียงข้อมูลและตรวจสอบความถูกต้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎก

๑.๗.๔ วิเคราะห์ข้อมูล สรุปให้ตอบปัญหาวิจัยที่ตั้งไว้

๑.๗.๕ ตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์โดยอาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญ

๑.๗.๖ แก้ไข ปรับปรุง นำเสนอผลงาน

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

บทที่ ๑	๑
บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา	๔
๑.๔.๒ ขอบเขตของการศึกษา	๔
๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔
๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย	๕
๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๕

บทที่ ๒

การสอนวิปัสสนากรรมฐาน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท

การสอนวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทนั้นมีมาตามลำดับโดยได้จารึกไว้ในคัมภีร์ซึ่งผู้วิจัยจะได้อธิบายไปตามลำดับดังนี้ คือ

- ๒.๑ การสอนวิปัสสนากรรมฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก
- ๒.๒ หลักการสอนกรรมฐานในพระไตรปิฎก
- ๒.๓ วิธีการสอนปฏิบัติกรรมฐานในมหาสติปัฏฐานสูตร
- ๒.๔ สรุปการสอนสาระสำคัญของหลักมหาสติปัฏฐาน
- ๒.๕ สรุปท้ายบท

๒.๑ การสอนวิปัสสนากรรมฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก

การสอนวิปัสสนากรรมฐานเป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งของพุทธศาสนิกชนควบคู่กับคันถธุระ การศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์พระไตรปิฎกและอรรถกถา คันถธุระ การปฏิบัติพระกัมมัฏฐานในมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ถือกำเนิดมาพร้อมกับการศึกษาค้นคว้าพระไตรปิฎก ตามพระราชปณิธานของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว พระปิยมหาราช รัชกาลที่ ๕ ผู้ทรงสถาปนามหาวิทยาลัยสงฆ์แห่งนี้เพื่อให้พระสงฆ์ฝ่ายมหานิกายได้ศึกษาพระไตรปิฎก และวิชาชั้นสูง การศึกษาพระไตรปิฎกนั้น เป็นหน้าที่โดยตรงของพระสงฆ์อยู่แล้ว ส่วนการศึกษาวิชาชั้นสูงนั้นน่าจะหมายถึงการศึกษาวិชาการ ที่จะนำไปสู่การพัฒนาประเทศชาติและเผยแผ่พระศาสนาควบคู่กันไป กล่าวเฉพาะด้านพระศาสนา วิธีชีวิตของพระภิกษุสงฆ์ นอกจากจะมีความเป็นผู้นำด้านความรู้ในพระไตรปิฎกแล้ว ยังจะต้องพัฒนาตนให้เป็นพระสงฆ์ในอุดมคติ ด้วยการพัฒนาตนนั้นจะต้องอาศัยหลักการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานเพื่อฝึกฝนอบรม ในหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ ดังนี้

พระพุทธองค์ทรงแสดงหลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ไว้หลายแห่ง ในพระสูตรต้นตปิฎก เช่น มหาสติปัฏฐานสูตร ทีฆนิกาย มหาวรรค เล่ม ๑๐, สติปัฏฐานสูตร มัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก เล่ม ๑๒, สติปัฏฐานสังยุตต์ สังยุตตนิกาย มหาวรรค เล่ม ๑๙, สติปัฏฐานกถา ขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค เล่ม ๓๑, สติปัฏฐานวิภังค์ ในพระอภิธรรมปิฎก คัมภีร์วิภังค์ เล่ม ๓๕ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีคัมภีร์อรรถกถาขยายความในเรื่องนี้อีกหลายเล่ม เช่น คัมภีร์วิสุทธิมรรค คัมภีร์ มัชฌิมนิกาย ปปัญจสุทนี มูลปณณาสก อรรถกถา เป็นต้น แต่พระสูตรที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้ เต็มรูปแบบ

เรียกว่ามหาสติปัญญาสูตร ในทีฆนิกาย มหาวรรค ซึ่งได้รวบรวมหลักการ วิธีการและ อานิสงส์แห่ง การปฏิบัติกรรมฐานตามแนวทางสติปัญญาไว้อย่างสมบูรณ์ มีทั้งส่วนที่เป็นสมถะ และวิปัสสนา รวมกันให้เกิดพลังส่งเสริมการละกิเลสได้ ตามแนวสติปัญญานั้นใช้ได้กับบุคคลทุกจริตด้วยความพยายาม อย่าง ต่อเนื่อง

ตามหลักฐานในพระไตรปิฎก อรรถกถา และปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค ตลอดถึงเอกสาร ทางวิชาการต่างๆ ตามทัศนะของคณาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ ปรากฏความหมายของวิปัสสนาภาวนา ในหลายรูปแบบ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การสื่อความหมายตามข้อธรรมนั้น ในที่นี้จะได้นำเสนอความหมาย ของวิปัสสนากับความสิ้นไปในสังขตธรรมทั้งหลาย ซึ่งสังขตธรรม หมายถึง สิ่งทั้งหลายที่มีปัจจัยปรุงแต่ง คือขันธ์ ๕ ทั้งหมด เป็นต้น โดยในที่นี้จะแสดงความหมายของคำว่า วิปัสสนา และคำว่า ภาวนา เป็นลำดับไปดังนี้^๑

ความหมายของวิปัสสนาในแง่มุมที่วิปัสสนามีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับความสิ้นไป แห่งสังขตธรรม ซึ่งก็คือความสิ้นไปแห่งกิเลสอาสวะทั้งหลาย ในที่นี้จะยกมาแสดงพอสังเขปดังนี้

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ตามอสังขตสูตร อันเป็นพระสูตร ที่ว่าด้วยอสังขตธรรม ปรากฏใจความที่แสดงถึงความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า เพราะความเป็นอสังขตธรรม คือความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ และความสิ้นโมหะ และทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม คือ วิปัสสนา ดังนั้น วิปัสสนา จึงมีความหมายว่า เป็นแนวทางที่ทำให้ถึงความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ ความสิ้นโมหะ และยังปรากฏใจความที่แสดงความหมายของในพระสูตรอื่นๆ ดังนี้

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สฬายตนวรรค ในสมถวิปัสสนาสูต ว่าด้วย สมถะและวิปัสสนา ปรากฏใจความที่แสดงถึงความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า อสังขตธรรม คือ ความสิ้นราคะ ความสิ้นโทสะ และความสิ้นโมหะ เรียก อสังขตธรรม ว่าคือ ทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม คือ สมถะและวิปัสสนา นี้เรียกว่า ทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม ดังนั้น วิปัสสนา จึงมีความหมายว่า ทางที่ให้ถึงอสังขตธรรม^๒

ในคัมภีร์พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตามรรค ในวิปัสสนากถา ว่าด้วยวิปัสสนา ปรากฏใจความที่แสดงถึงความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า ผู้พิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงโดยความไม่เที่ยง โดยความเป็นทุกข์ โดยความเป็นอนัตตา จักเป็นผู้ประกอบด้วยวิปัสสนาญาณและจะเป็นผู้หยั่งลงสู่ โลกุตตรมรรค ทำให้แจ้งโสดาปัตติผล สกทาคามีผล อนาคามีผล หรืออรหัตตผล ดังนั้น วิปัสสนา จึงมีความหมายว่า บุคคลผู้พิจารณาเห็นสังขารทั้งปวงโดยความเป็นพระไตรลักษณ์^๓

^๑ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๒๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิณม, ๒๕๕๖), หน้า ๖๔.

^๒ ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๓๖๗/๔๔๙.

^๓ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๓๖/๕๙๖-๕๙๗.

ซึ่งใจความตามที่ปรากฏในข้อธรรมนี้ กล่าวถึงเรื่องของการพิจารณาสังขารทั้งปวง โดยความเป็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ย่อมเป็นผู้หยั่งลงสู่อนุโลมขันติ ซึ่งหมายถึง วิปัสสนาญาณ^๔ และย่อมเป็นผู้หยั่งลงสู่โลกุตตรมรรค ตามที่ปรากฏในเชิงอรรถของพระภิกษุนี้ อย่างไรก็ตามใจความของเรื่องนี้ เป็นการกล่าวความหมายในเชิงปฏิเสธเหตุ และปฏิเสธปัจจัยที่เป็นไปได้ด้วย ซึ่งหากพิจารณาใคร่ครวญอย่างเหมาะสม ก็จะทำให้ทราบความหมายของวิปัสสนาได้ว่าการเจริญวิปัสสนา คือ การพิจารณาสังขารทั้งปวงโดยความเป็นพระไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

ในคัมภีร์พระอภิธรรม ก็ยังปรากฏใจความของวิปัสสนา เช่นเดียวกัน โดยบางครั้งปรากฏความหมายที่มุ่งเน้นในส่วนของปัญญา เช่น ในคัมภีร์พระอภิธรรม ฉั่มสังคณี ปรากฏใจความที่แสดงถึงความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า ปัญญาที่รู้ชัดที่ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้นเป็นไฉนปัญญาที่รู้ชัดความวิจย ความเลื่อมใสความวิจยธรรม ความกำหนดหมายความเข้าไปกำหนดความเข้าไปกำหนดเฉพาะภาวะที่รู้ภาวะที่ฉลาดภาวะที่รู้ละเอียดความรู้อย่างแจ่มแจ้งความคั่นคิดความใคร่ครวญปัญญาเหมือนแผ่นดินปัญญาเครื่องทำลายกิเลสปัญญาเครื่องนำทางความเห็นแจ้งความรู้ดีปัญญาเหมือนปลูกปัญญาปัญญาที่รู้ชัด ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศัสตราปัญญาเหมือนปราสาทความสว่าง คือปัญญาแสงสว่าง คือปัญญาปัญญาเหมือนประทีปปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรมสัมมาทิฐิในสมัยนั้นนี้ชื่อว่าปัญญาที่รู้ชัดที่ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^๕

อธิบายเพิ่มเติมถึงเรื่องผู้อยู่อย่างเป็นประโยชน์ในคืนเดียวหรือ ผู้มีราตรีหนึ่งเจริญ เพราะความที่ถึงพร้อมด้วยการประกอบวิปัสสนา เพราะความไม่ควรรณีถึง ไม่พึงปรารถนาด้วยทิฐิ และตัณหาทั้งหลาย อันประกอบด้วยราคะ โทสะ โมหะ บุคคลผู้เข้าถึงธรรมแม้ปัจจุบันในธรรมใดๆ เห็นแจ้งในธรรมนั้น วิปัสสนาเป็นเหตุให้ไม่ง่อนแง่น ไม่คลอนแคลนด้วยกิเลสทั้งหลาย มีราคะเป็นต้น วิปัสสนานั้นชื่อว่าไม่ง่อนแง่น ไม่คลอนแคลน แม้พระนิพพานก็ย่อมไม่ง่อนแง่น ย่อมไม่คลอนแคลนด้วยกิเลสทั้งหลาย ดังนั้น วิปัสสนา จึงมีความหมายว่าเหตุซึ่งทำให้ไม่ง่อนแง่น ไม่คลอนแคลนด้วยกิเลสทั้งหลาย

ดังนั้น เฉพาะในส่วนนี้ ใจความที่แสดงความหมายของวิปัสสนา จึงกล่าวได้ว่า วิปัสสนา คือ เหตุที่จะทำให้ความไม่ง่อนแง่น ไม่คลอนแคลนด้วยกิเลสทั้งหลายอันมีราคะ โทสะ และโมหะ เป็นต้น หมายความว่า วิปัสสนานั้นเป็นแนวทางที่ทำให้ปราศจากเสียซึ่งกิเลสทั้งหลาย

สำหรับในส่วนของปกรณวิเสสวิสุทธิมรรค ก็มีคำอธิบายที่น่าสนใจ ดังปรากฏใจความ ดังนี้ ว่าด้วยเรื่องของปัญญา ปรากฏใจความที่แสดงถึงความหมายของวิปัสสนาไว้ว่า วิปัสสนา หมายถึง ปัญญาที่รู้ชัด คือรู้โดยประการต่างๆ อย่างพิเศษยิ่งกว่าอาการคือ ความหมายรู้ ความรู้แจ้ง

^๔ พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๑๑๓/๑๗๔., อภิ.วิ.อ. (ไทย) ๘๑๕/๔๙๔.

^๕ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๖/๓๐.

ความรู้อาร์มณและให้ถึงความแทงตลอดซึ่งลักษณะด้วยอำนาจแห่งอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา และทั้งให้ก้าวหน้าไปถึงความปรากฏแห่งมรรคด้วย และวิปัสสนานี้ก็เป็นธรรมในเบื้องต้นแห่งการเจริญอริยมรรค และการเจริญอริยมรรคนี้ในพระสูตรต้นตปิฎก ในส่วนของสังยุตตนิกาย มหาวารวรรค กัลยาณมิตตสูตร ว่าด้วยกัลยาณมิตร กล่าวถึงผู้มีกัลยาณมิตร เมื่อเจริญมรรคมืองค์ ๘ ทำอริยมรรคมืองค์ ๘ ให้มาก ย่อมเป็นการเจริญสัมมาทิฐิเป็นต้น อันเป็นธรรมที่นำไปสู่ความหลุดพ้นจากราคะ โทสะ และโมหะเป็นที่สุด^๖

หลักธรรมของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่จะนำไปสู่การปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ไม่ว่าจะเป็สมถยานิกหรือวิปัสสนายานิก ธรรมอันไปสู่การตรัสรู้ หรือเป็นธรรมที่เกื้อหนุนแก่อริยมรรค ทำให้รู้แจ้งอริยสัจ ๔ จัดเป็นแนวปฏิบัติที่สมบูรณ์ เพื่อความดับทุกข์ พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงแสดงไว้ในวาระต่างๆ เพื่อให้เหมาะกับจริตนิสัยของในพระพุทธานันพระพุทธรองค์ทรงแสดงแนวทางแห่งการปฏิบัติธรรมอันเป็นหน้าที่หลักของพุทธบริษัทควรปฏิบัติคือ ๑. คันถุระ คือ การศึกษาหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธรองค์ให้เข้าใจตามกำลังภูมิปัญญาของตน ๒. วิปัสสนาธุระ คือ การลงมือบำเพ็ญภาวนาเพื่อจุดหมายในการปฏิบัติธรรม ในที่นี้ จะกล่าวถึงหลักธรรมที่เป็นแนวทางการปฏิบัติธรรม คือหลักโพรธิปักขยธรรม และธรรมที่เกิดร่วมกับสติ คือ อาตปปี สัมปะชาโน สติมา ดังนี้ อันบุคคลเจริญทำให้มากแล้วย่อมเป็นไปเพื่อละสังโยชน์ เพื่อก่อนอนุสัย เพื่อกำหนดรู้สังสารวัฏ เพื่อความสิ้นอาสวะและหวังผล ๒ อย่าง คือ อรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีความถ่อมมั่นเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี^๗

ในพระสูตรต้นตปิฎก ทีฆนิกาย สีลขันธวรรค สามัญญผลสูตร ได้สอนให้พิจารณาร่างกายให้เห็นเป็นของไม่งามด้วยวิปัสสนาปัญญาพบว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนินปราศจากความเศร้าหมองอ่อนเหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้นั้นน้อมจิตไปเพื่อญาณทัสสนะรู้ชัดอย่างนี้ว่า กายของเรานี้คุ้มกันเป็นรูปร่างประกอบขึ้นจากมหาภูตรูป ๔ เกิดจากบิดามารดา เจริญวัยเพราะข้าวสุกและขนมสดไม่เที่ยงแท้ต้องอบ ต้องนวดเพ้น มีอันแตกกระจัดกระจายไปเป็นธรรมดา วิญญาณของเราอาศัยและเนื่องอยู่ในกายนี้

เปรียบเหมือนแก้วไพฑูรย์อันงดงามตามธรรมชาติ มีแปดเหลี่ยมที่เจียรระไนดีแล้ว สุกใสเป็นประกายได้สัดส่วน มีด้ายสีเขียวเหลือง แดงขาวหรือสีนวลร้อยอยู่ข้างใน คนตาถึงหยิบแก้วไพฑูรย์นั้นวางไว้ในมือแล้วพิจารณา รู้ว่าแก้วไพฑูรย์อันงดงามตามธรรมชาติมีแปดเหลี่ยมที่เจียรระไนดีแล้ว สุกใสเป็นประกายได้สัดส่วนมีด้ายสีเขียวเหลืองแดงขาวหรือสีนวลร้อยอยู่ข้างในฉันใด เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่องไม่มีกิเลสเพียงดั่งเนิน ปราศจากความเศร้าหมองอ่อนเหมาะแก่การใช้งาน ตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ ภิกษุผู้น้อมจิตไปเพื่อญาณทัสสนะรู้ชัดอย่างนี้ว่า กายของเรานี้คุ้มกันเป็นรูปร่างประกอบขึ้นจากมหาภูตรูป ๔ เกิดจากบิดามารดาเจริญวัยเพราะข้าวสุกและขนมสดไม่เที่ยงแท้ต้องอบต้องนวดเพ้นมีอันแตกกระจัดกระจายไปเป็นธรรมดาวิญญาณของเราอาศัยและเนื่องอยู่ในกายนี้

^๖ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๗๐/๕๐.

^๗ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๕๓๕/๓๔๗.

ฉันทันนั้น ข้อนี้จัดเป็นผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ซึ่งดีกว่าและประณีตกว่าผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ชื่อก่อนๆ^๔

วิปัสสนาคือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ฯลฯ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรมสัมมาทิฏฐิ นี้เรียกว่าวิปัสสนาย^๕ ในพระสูตรต้นตปิฎก มัชฌิมนิกายอุปปิณณาสก สฬายตนวรรค อินทริยภาวนาสูตตรคือ ได้สอนการเจริญอินทริยอันยอดเยี่ยมในอริยวินัยเพื่อส่งเสริมการเจริญวิปัสสนาภาวนา พบว่า เมื่อเห็นรูปทางตาแล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจและเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจ ภิกษุหนึ่งรู้ชัดอย่างนี้ว่า เราเกิดความชอบใจเกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้วความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่งเป็นของหยาบอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียดประณีต คือ อุเบกขา ความชอบใจ ความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุหนึ่งจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีตาดิกระพริบตา แม้ฉันทิดความชอบใจความไม่ชอบใจความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่งฉันทันนั้นเหมือนกันย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขาย่อมดำรงมั่น เรียกว่า การเจริญอินทริยในรูปที่พึงรู้แจ้งทางตาอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย

อีกประการหนึ่งภิกษุได้ยินเสียงทางหูแล้วจึงเกิดความชอบใจเกิดความไม่ชอบใจและเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจภิกษุหนึ่งรู้ชัดอย่างนี้ว่าเราเกิดความชอบใจเกิดความไม่ชอบใจและเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้วความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่งเป็นของหยาบอาศัยกันและกันเกิดขึ้นยังมีสิ่งที่ละเอียดประณีต คือ อุเบกขา ความชอบใจความไม่ชอบใจ ความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุหนึ่งจึงดับไปอุเบกขาย่อมดำรงมั่นเปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังตีดนิ้วมือได้โดยไม่ยากแม้ฉันทิดความชอบใจ ความไม่ชอบใจความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่งฉันทันนั้นเหมือนกัน ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันทีโดยไม่ยากอย่างนี้ เรียกว่าการเจริญอินทริยในเสียงที่พึงรู้แจ้งทางหูอันยอดเยี่ยมในอริยวินัย

อีกประการหนึ่ง ภิกษุดมกลิ่นทางจมูก ลิ้มรสทางลิ้น ต้องโผฏฐัพพะทางกาย รู้แจ้งธรรมารมณ์ทางใจ แล้วจึงเกิดความชอบใจ เกิดความไม่ชอบใจและเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจภิกษุหนึ่งรู้ชัดอย่างนี้ว่าเราเกิดความชอบใจเกิดความไม่ชอบใจ และเกิดทั้งความชอบใจและความไม่ชอบใจนี้แล้วความชอบใจเป็นต้นนั้นถูกปัจจัยปรุงแต่งเป็นของหยาบอาศัยกันและกันเกิดขึ้น ยังมีสิ่งที่ละเอียด ประณีต คือ อุเบกขาความชอบใจ ความไม่ชอบใจความชอบใจและความไม่ชอบใจนั้นที่เกิดขึ้นแล้วแก่ภิกษุหนึ่งจึงดับไป อุเบกขาย่อมดำรงมั่น เปรียบเหมือนบุรุษมีกำลังเอาหยดน้ำ ๒ หยดหรือ ๓ หยดใส่ลงในกะทะเหล็กที่ร้อนจัดตลอดวัน น้ำที่หยดลงยังเข้าไปที่แท้หยดน้ำนั้นจะระเหยแห้งไปเร็วพลันทันทีแม้ฉันทิดความชอบใจความไม่ชอบใจความชอบใจและความไม่ชอบใจอันเกิดขึ้น

^๔ ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔-๒๓๕/๗๗-๗๘.

^๕ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๓๖๓/๓๔๐.

แล้วแก่ภิกษุรูปใดรูปหนึ่งฉันนั้นเหมือนกัน ย่อมดับไปอย่างรวดเร็วพลันทันที โดยไม่ยากอย่างนี้ อุเบกขา
ย่อมดำรงมั่นเรียกว่า การเจริญอิทธิยในธรรมารมณ์ที่พึงรู้แจ้งทางใจอันยอดเยี่ยม^{๑๐}

ในพระสุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกายจตุกกนิบาต จตุตถปัณณาสกัปปฎิปทาวรรค ยุกนัทธสูตร
ได้สอนการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๔ ประเภทพบว่า ผู้มีอายุทั้งหลาย ผู้ใดก็ตามไม่ว่าจะเป็นภิกษุหรือ
ภิกษุณีเปิดเผยการบรรลุอรหัตผลในสำนักของเราด้วยมรรค ๔ ประการโดยประการทั้งปวง หรือ
มรรคใดมรรคหนึ่งบรรดามรรค ๔ ประการนี้ คือ

๑. ภิกษุในธรรมวินัยนี้เจริญวิปัสสนาอันมีสมณะนำหน้าเมื่อเธอเจริญวิปัสสนาอันมี
สมณะนำมรรคยอมเกิดเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคเมื่อเธอเสพเจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้นอยู่
ย่อมละสังโยชน์ได้อนุสัยทั้งหลายยอมสิ้นสุดไป

๒. ภิกษุเจริญสมณะอันมีวิปัสสนานำหน้า เมื่อเธอเจริญสมณะอันมีวิปัสสนานำหน้า
มรรคยอมเกิดเธอเสพเจริญ ให้มากซึ่งมรรคนั้นเมื่อเธอเสพเจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นยอมละสังโยชน์
ได้อนุสัยทั้งหลายยอมสิ้นสุดไป

๓. ภิกษุเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่กันไปเมื่อเธอเจริญสมณะและวิปัสสนาควบคู่
กันไปมรรคยอมเกิดเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นเมื่อเธอเสพ เจริญ ทำให้มากซึ่งมรรคนั้นยอม
ละสังโยชน์ได้อนุสัยทั้งหลายยอมสิ้นสุดไป

๔. ภิกษุมิใจถูกอุทธัจจะในธรรมกันไว้ในเวลาที่จิตตั้งมั่นสงบภายในมีภาวะที่จิตเป็น
หนึ่งผุดขึ้นตั้งมั่นอยู่มรรคก็เกิดขึ้นแก่เธอเธอเสพ เจริญทำให้มากซึ่งมรรคนั้นเมื่อเธอเสพเจริญทำให้
มากซึ่งมรรคนั้นยอมละสังโยชน์ได้อนุสัยทั้งหลายยอมสิ้นสุดไปผู้มีอายุทั้งหลายผู้ใดก็ตามไม่ว่าจะเป็น
ภิกษุหรือภิกษุณีเปิดเผยการบรรลุอรหัตผลในสำนักของเราด้วยมรรค ๔ ประการโดยประการทั้งปวง
หรือมรรคใดมรรคหนึ่งบรรดามรรค ๔ ประการนี้^{๑๑}

ในพระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภทามรรค มหาวรรคญาณกถา ได้สอนวิปัสสนา
ว่ามีอำนาจครอบงำความทุกข์ทั้งปวงได้พบว่า อำนาจของวิปัสสนา คือ

๑. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ความเป็นไป นิमितกรรมเป็นเครื่องประมวลมา
ปฏิสนธิ คติความบังเกิด ความอุบัติ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บไข้ ความตาย ความเศร้าโศก ความ
รำพัน ความคับแค้นใจ สังขารนิमितภายนอก เพื่อได้โสดาปัตติมรรคชื่อว่าโคตรภู

๒. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อได้โสดาปัตติผลสมาบัติ ชื่อว่าโคตรภู

๓. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อได้สกทาคามีมรรค ชื่อว่าโคตรภู

๔. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อได้สกทาคามีผลสมาบัติ ชื่อว่าโคตรภู

^{๑๐} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๔๕๔-๔๕๙/๕๐๕-๕๐๘.

^{๑๑} อัง.จตุกก. (ไทย) ๒๑/๑๗๐/๒๓๗.

๕. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อได้อานาคามีมรรค ชื่อว่าโคตรภู
๖. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อได้อานาคามีผลสมบัติ ชื่อว่าโคตรภู
๗. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อได้อรหัตตมรรค ชื่อว่าโคตรภู
๘. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อได้อรหัตตผลสมบัติ ชื่อว่าโคตรภู
๙. ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ฯลฯ เพื่อได้สุญญตวิหารสมบัติ ชื่อว่าโคตรภู ๑๐

ญาณที่ครอบงำความเกิดขึ้น ความเป็นไป นิमित กรรมเป็นเครื่องประมวลมา ปฏิสนธิ คติ ความบังเกิด ความอุบัติ ความเกิด ความแก่ ความเจ็บไข้ ความตาย ความเศร้าโศก ความรำพัน ความคับแค้นใจ สังขารนิमितภายนอก เพื่อได้อนิมิตตวิหารสมบัติ ชื่อว่าโคตรภู โคตรภูธรรม ๑๐ ประการนี้เกิดขึ้นด้วยอำนาจวิปัสสนา^{๑๒}

จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้นก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์ สะอาดหมดจดจนกระทั่งถึงบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา ก่อนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจะเสด็จดับขันธปรินิพพาน พระองค์ทรงมอบพระพุทธศาสนาให้เป็นสมบัติของพุทธบริษัท ๔ คือ ภิกษุ ภิกษุณี อุบาสก อุบาสิกา การที่บริษัทใดบริษัทหนึ่งได้บรรลุมรรคระดับใดก็ตามด้วยการเจริญพระกัมมัฏฐานก็ย่อมจะทำให้พุทธบริษัทเหล่านั้นเกิดความมั่นใจในการเจริญพระกัมมัฏฐานโดยเห็นว่า การเจริญพระกัมมัฏฐานเป็นการปฏิบัติธรรม เพื่อพัฒนาจิตของมนุษย์ ให้บรรลุถึงพระนิพพานได้ ผู้ที่เคยเจริญพระกัมมัฏฐานอย่างไร้จุดหมายหรือมีความท้อแท้หมกมุ่นใจในการปฏิบัติ ก็จะมีกำลังใจในการปฏิบัติมากขึ้น ในขณะที่เดียวกันผู้ที่ยังไม่สามารถบรรลุมรรคระดับใดระดับหนึ่งก็สามารถพัฒนาจิตของตนขึ้นเรื่อยๆ จนกระทั่งสามารถบรรลุจุดหมายสูงสุดคือพระนิพพานได้ สังคมโลกก็จะได้รับประโยชน์คือสันติภาพพร้อมๆ กับผู้ปฏิบัติธรรม ปัญหาต่างๆ ที่โลกกำลังประสบอยู่ เช่น การเบียดเบียนกัน การเข่นฆ่ากัน การแย่งชิงผลประโยชน์กัน ก็จะลดน้อยลงไปตามลำดับ เพราะอาศัยบุคคลผู้มีคุณภาพดี มีจำนวนมากขึ้นในสังคม

การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนา มีหลายวิธีด้วยกัน แต่พระพุทธศาสนา ฝ่ายเถรวาท มีความเชื่อและยอมรับแนวการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน ตามที่มีปรากฏหลักฐานอยู่ในพระไตรปิฎกและอรรถกถาว่า เป็นวิธีการที่ถูกต้องตามคำสอนของพระพุทธเจ้าและสามารถทำให้พุทธศาสนิกชน ได้พัฒนาตนจากระดับปุถุชนธรรมดาเป็นพระอริยบุคคลซึ่งเป็นบุคคลในอุดมคติของพระพุทธศาสนา

ในบทความนี้ จะกล่าวถึงเรื่องที่สำคัญ ๓ ประการ คือ ๑) หลักกัมมัฏฐานในพระไตรปิฎก ๒) หลักมหาสติปัฏฐาน ๓) โสฬสญาณ

สรุปได้ว่า การสอนปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเป็นการปฏิบัติหลักตามหลักมหาสติปัฏฐาน ๔ มีตามคำสอนของพระพุทธเจ้าในพระไตรปิฎก และจุดมุ่งหมายสำคัญคือ การชำระจิตใจให้บริสุทธิ์สด

^{๑๒} ชุ.ป. (ไทย) ๓๑/๖๐/๙๗.

สะอาดหมดจดจนกระทั่งถึงบรรลุนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาและเป็นการ ขจัดกิเลส ต่างๆ คือ โลก โกรธ หลง ในจิตใจของมนุษย์ ตามหลักในพระพุทธศาสนา

๒.๒ หลักการสอนกรรมฐานในพระไตรปิฎก

พระพุทธศาสนาแบ่งพระกัมมัฏฐานออกเป็น ๒ วิธีปฏิบัติด้วยกัน วิธีที่ ๑ เรียกว่า สมถกัมมัฏฐาน วิธีที่ ๒ เรียกว่า วิปัสสนากัมมัฏฐาน ในคัมภีร์ธัมมสังคณี ได้ให้ความหมายของ สมถกัมมัฏฐานไว้พบว่า สมถะ ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้นเป็นไฉน ความตั้งอยู่แห่งจิต ความดำรงอยู่ ความตั้งมั่น ความไม่ซัดส่าย ความไม่ฟุ้งซ่าน ความที่จิตไม่ซัดส่าย สมถะ สมาธิในทรีย์ สมาธิพละ สัมมาสมาธิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่าสมถะหรือเอกัคคตา^{๑๓} ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้นดังนั้น สมถกัมมัฏฐาน จึงหมายถึงอุบาย วิธีสำหรับฝึกจิตให้สงบ ในงานเขียนนี้ จะไม่นำเสนอขั้นตอนวิธีการฝึกจิตให้เกิดสมาธิในคัมภีร์วิสุทธิมรรค โดยละเอียด เพียงแต่จะชี้ให้เห็นว่า ภาวะที่จิตสงบอันเกิดจากการเจริญสมถกัมมัฏฐานไม่ว่าจะได้ สมาธิในระดับใดก็ตามก็ถือว่าได้สมาธิแล้ว เหตุที่ต้องฝึกจิตให้เกิดสมาธิ เพราะว่าโดยธรรมชาติ ปุถุชน มักจะถูกกิเลสทำให้จิตไม่สงบเสมอ พระพุทธศาสนาอธิบายว่า การที่จิตไม่สงบนั้น เป็นเพราะจิตถูก นิวรณ์ ๕ ชนิด เข้าครอบงำ นิวรณ์ ๕ ชนิดนั้น คือ

๑. กามฉันทะ ภาวะที่จิตมีความอยากได้รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ (ผัสสะ) ธัมมามรณ ที่น่าใคร่ น่าพอใจ
๒. พยาบาท ภาวะที่จิตมีความขัดเคืองใจ มองคนในแง่ร้าย
๓. ถีนมิทธะ ภาวะที่จิตมีอาการหดหู่ เชื่องซึม ไม่เข้มแข็ง
๔. อุทธัจจกุกกุกจะ ภาวะที่จิตฟุ้งซ่าน เตือดร้อนใจ จิตไม่หยุดนิ่ง
๕. วิจิกิจฉา ภาวะที่จิตมีความสงสัย ลังเล มีความคิดแยกเป็น ๒ ทาง เลือกไม่ถูกว่าจะไปทางไหน

เมื่อมนุษย์ถูกกิเลสเหล่านี้ครอบงำแล้วจิตก็จะแกว่งไปตามอำนาจกิเลส ไม่สามารถทรงตัว อยู่ในความนิ่งสงบได้ จริ่งอยู่ การที่จิตจะเป็นกลาง หยุดนิ่ง ไม่ไหลเวียนไปตามอำนาจของกิเลสเป็นสิ่งที่ กระทำได้ยากยิ่ง พระพุทธศาสนาสอนว่าการที่จะเอาชนะกิเลสเหล่านี้ได้ ต้องเปิดโอกาสให้ตนเอง ได้พัฒนาสมาธิ จึงจะสามารถระงับกิเลสเหล่านี้ให้ลดลงโดยลำดับได้^{๑๔}

๒.๒.๑ วิธีฝึกฝนจิตด้วยหลักสมถกรรมฐาน

๑. วิธีฝึกจิตไม่ให้ลุ่มหลง อยากได้รูป เสียง กลิ่น รส ผัสสะ ที่น่าพอใจ ผู้ปฏิบัติต้อง ฝึกหัดมองสิ่งที่น่าใคร่น่าพอใจเหล่านี้ว่า เป็นของไม่มีความสวยงามที่แท้จริง ไม่คงทนถาวรอย่างที่เรา

^{๑๓} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๑/๒๙.

^{๑๔} อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๔/๓๕.

คิดไว้ เมื่อเราฝึกฝนความคิดมอให้เห็นความจริงเช่นนี้ จิตที่เคยยึดมั่นถือมั่นก็จะค่อยๆ คลายจาก ความยึดถือน้อยลงไปบ้าง การปล่อยวางจะทำได้ง่ายขึ้นกว่าเดิม เพราะการฝึกหัดมอให้เห็นความจริง จะทำให้เราได้ประสบกับความจริงด้วยตนเอง

๒. วิธีฝึกจิตไม่ให้ความขัดเคือง ไม่มองคนอื่นในแง่ร้าย ผู้ปฏิบัติจะต้องปลูกจิตที่มีแต่เมตตา รู้จักรักผู้อื่น อีกทั้งเพ่งกสิณที่มีสีต่างๆ เช่น สีเขียว (นิลกสิณ) สีเหลือง (ปีตกสิณ) สีแดง (โลหิตกสิณ) สีขาว (โอทาทกสิณ) จะทำให้จิตที่ชอบขัดเคือง มีปีติ (เอิบอิมใจ) โสมนัส (ความยินดี) เพิ่มขึ้น ความโกรธ ความขัดเคืองที่เคยมีมาก่อนก็จะค่อยๆ จางหายไป

๓. วิธีฝึกจิตไม่ให้อุกถินมีพระอันเป็นภาวะที่จิตว่างนอนเศร้าซึมเข้าครอบงำ ผู้ปฏิบัติ ต้องฝึกหัดการกำหนดลมหายใจเข้าหายใจออก (อานาปานสติ) เมื่อฝึกบ่อยๆ จิตใจก็จะเข้มแข็ง ไม่ว่างนอนไม่เศร้าซึม เป็นจิตมีสมาธิเพิ่มขึ้น

๔. วิธีฝึกจิตไม่ให้ความฟุ้งซ่านรำคาญ ผู้ปฏิบัติต้องฝึกหัดกำหนดลมหายใจเข้าหายใจออก (อานาปานสติ) เช่นเดียวกับผู้อุกถินมีพระเข้าครอบงำ สภาวะจิตที่มีความเข้มแข็ง ก็จะมีสมาธิมากขึ้น ความฟุ้งซ่านหายไป มีแต่สมาธิเข้ามาแทนที่

๕. วิธีฝึกจิตไม่ให้ความสงสัย (วิจิกิจฉา) เข้าครอบงำ ผู้ปฏิบัติจะต้องฝึกหัดให้เป็นคนมีเหตุผลตามหลักที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ การที่เราจะพัฒนาความสามารถทางปัญญาตามแบบอย่างของพระพุทธเจ้า ก็จะทำให้เราพบอุปสรรคน้อยลงจนหมดอุปสรรคในที่สุด

ดังนั้น ตามหลักพระพุทธศาสนา การที่จิตอุกถินมีพระในตัวหนึ่งในนิวรรณ์ ๕ เข้าครอบงำ ถือว่าจิตถูกรบกวนไม่เป็นสมาธิแล้ว ในความรู้สึกรู้สึกของคนทั่วไป การฝึกสมาธิต้องให้มีสมาธิมากๆ (ขั้นอัปปนาสมาธิ) จึงจะถือได้ว่า ประสบความสำเร็จในการฝึกสมาธิ หากฝึกสมาธิได้เพียงชั่วขณะ (ขณิก สมาธิ) ไม่ถือว่าประสบความสำเร็จ แต่ตามหลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน จิตที่เป็นขณิกสมาธิ ก็เป็นพื้นฐานที่สำคัญยิ่งในการพัฒนาวิปัสสนาปัญญา อย่างไรก็ตาม การที่จะใช้หลักสมถกัมมัฏฐาน เป็นเครื่องมือฝึกจิตให้ระงับนิวรรณ์ตัวใดตัวหนึ่งหมดในทันทีทันใดนั้น นับว่าเป็นสิ่งที่ทำได้ยากยิ่ง อย่างไรก็ตาม ผู้ที่จะปราศจากนิวรรณ์ได้ทั้งหมดก็คือ พระอรหันต์ (ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนหมดกิเลสแล้ว) เท่านั้น การที่ปุถุชนทั่วไปจะเจริญสมถกัมมัฏฐานไปจนกว่าจะละนิวรรณ์ได้ทั้งหมดแล้ว จึงหันไปฝึกวิปัสสนากัมมัฏฐาน นับว่าเป็นสิ่งที่เน้นชั่ว่วงเวลาในการปฏิบัติธรรมชั้นสูง สำหรับผู้ใคร่ต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดังนั้น บุคคลทั่วไป แม้ยังไม่สามารถละนิวรรณ์ได้หมดทุกตัว และมีสมาธิชั่วประเดี๋ยวเดียว (ขณิกสมาธิ) ก็สามารถนำสมาธิชนิดนี้ มาเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานต่อไปได้ ขณะที่ผู้ปฏิบัติเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานอยู่ หากมีนิวรรณ์ตัวใดตัวหนึ่งเข้ามาครอบงำในระหว่างนั้นผู้ปฏิบัติก็จะสามารถฝึกกำหนดได้ทันที โดยการกำหนดรู้ตามความเป็นจริง จิตก็จะไม่ตกอยู่ในอำนาจของนิวรรณ์เหล่านั้นและเมื่อผู้ปฏิบัติฝึกกำหนดรู้นิวรรณ์ ๕ อยู่บ่อยๆ ก็สามารถใช้เวลาสงบชั้นขณิกสมาธิ

เป็นเครื่องมือในการประหาณนิเวศน์ได้ โดยผ่านกระบวนการของวิปัสสนากัมมัฏฐาน ด้วยเหตุนี้
 ขณิกสมาธิก็จะเปลี่ยนสภาพเป็นมัคคสมาธิต่อไป

๒.๒.๒ ลักษณะสมาธิแบบพุทธศาสนา

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พระสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสถึง
 บริหารแห่งสมาธิไว้ ๗ ประการ บริหารในที่นี้หมายถึงบริวาร หรือองค์ประกอบแห่งมัคคสมาธิ ไว้ว่า
 บริหารแห่งสมาธิ ๗ ประการคือ

๑. สัมมาทิฏฐิ (เห็นชอบ)
๒. สัมมาสังกัปปะ (ดำริชอบ)
๓. สัมมาวาจา (เจรจาชอบ)
๔. สัมมากัมมันตะ (กระทำชอบ)
๕. สัมมาอาชีวะ (เลี้ยงชีพชอบ)
๖. สัมมาวายามะ (พยายามชอบ)
๗. สัมมาสติ (ระลึกชอบ)^{๑๕}

สภาวะที่จิตมีอารมณ์เดียว ซึ่งมีองค์ ๗ ประการนี้แวดล้อม เรียกว่า อริยสัมมาสมาธิ
 ที่มีอุปนิสะ บ้าง คำว่า อุปนิสะ ในที่นี้ได้แก่ หมวดธรรมที่เป็นเหตุ ทำหน้าที่ร่วมกัน เรียกว่า อริยสมาธิ
 ที่มีบริวาร บ้าง ผู้มีสัมมาทิฏฐิ จึงมีสัมมาสังกัปปะ ผู้มีสัมมาสังกัปปะจึงมีสัมมาวาจา ผู้มีสัมมาวาจา
 จึงมีสัมมากัมมันตะ ผู้มีสัมมากัมมันตะ จึงมีสัมมาอาชีวะ ผู้มีสัมมาอาชีวะ จึงมีสัมมาวายามะ
 ผู้มีสัมมาวายามะ จึงมีสัมมาสติ ผู้มีสัมมาสติ จึงมีสัมมาสมาธิ ผู้มีสัมมาสมาธิ จึงมีสัมมาญาณะ
 ผู้มีสัมมาญาณะ จึงมีสัมมาวิมุตติ^{๑๖}

จากพระพุทธรพจน์ที่ยกมานี้จึงแสดงให้เห็นว่าสมาธิหรือภาวะที่จิตสงบ ไม่ใช่เป็นภาวะที่จิต
 ไร้สติ ขาดสัมปชัญญะ (ปัญญา) แต่หากเป็นสมาธิที่มีอริยมรรคเป็นองค์ประกอบอยู่ในจิต จึงจะสามารถ
 นำไปเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนา กัมมัฏฐานต่อไปได้ ส่วนสมาธิที่ไม่ประกอบด้วยกุศลเรียกว่า
 มิจฉาสมาธิ ไม่เกื้อกูลต่อการปฏิบัติวิปัสสนา

ก. วิปัสสนากัมมัฏฐาน

วิปัสสนากรรมฐาน คืออุบายวิธีสำหรับฝึกจิตให้เกิดปัญญา รู้แจ้งตามความเป็นจริง
 ในพระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยได้ให้ความหมายของวิปัสสนาไว้พบว่า

วิปัสสนาที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น เป็นไฉนปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร
 ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด

^{๑๕} อัง.สตุตตก.อ. (ไทย) ๓/๔๔-๔๕/๑๘๒.

^{๑๖} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๒๙๐/๒๒๔-๒๒๕.

ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความคันคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ดี ปัญญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงมกมาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่า วิปัสสนา ที่เกิดขึ้นในสมัยนั้น^{๑๗}

อย่างไรก็ตาม แม้พระไตรปิฎกจะให้ความหมายของคำว่า วิปัสสนา ไว้หลายนัยก็ตาม แต่ผู้ปฏิบัติก็ต้องผ่านกระบวนการฝึกวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ซึ่งเป็นพระสูตรที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ในพระไตรปิฎก จึงจะสามารถพัฒนาวิปัสสนาปัญญาให้เกิดขึ้นได้ หลักการฝึกเจริญวิปัสสนากรรมฐานนั้น แม้ผู้เข้าฝึกจะมีสมาธิในระดับใดก็ตาม ก็สามารถนำมาเป็นเครื่องมือในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานได้ แม้แต่จิตที่สงบชั่วขณะ (ขณิกสมาธิ) ก็สามารถนำมาเป็นพื้นฐานในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานได้ ดังที่ท่านกล่าวไว้ในวิสุทธิธรรมรคว่า ปราศจากขณิกสมาธิเสียแล้ว วิปัสสนาย่อมมีไม่ได้ อีกทั้งผู้เจริญสมถกัมมัฏฐานจนได้ผลของสมณะในระดับสูง เช่น แสดงฤทธิ์ได้ ก็สามารถนำผลนั้นมาเป็นบาทฐานในการเจริญวิปัสสนากรรมฐานได้ด้วย เพราะการได้ฌานสมาบัติจนถึงขนาดแสดงอิทธิฤทธิ์ปาฏิหาริย์ได้นั้น ถ้ายังไม่ผ่านกระบวนการฝึกจิต ด้วยหลักวิปัสสนากัมมัฏฐานจนถึงขั้นบรรลุเป็นพระอรหันต์ ก็ยัง ไม่ถือว่าได้บรรลุจุดหมายสูงสุดในทางพุทธศาสนา เพราะอิทธิฤทธิ์ต่างๆ เป็นสิ่งที่เสื่อมสลายไปได้เสมอ ในกรณีที่เกิดกับคนยังมีกิเลสอยู่ แต่ถ้าเกิดกับคนที่ไม่มีกิเลส อิทธิฤทธิ์ก็สามารถใช้เป็นคุณประโยชน์ได้ เช่นการที่พระมหาโมคคัลลานะแสดงอิทธิฤทธิ์เพื่อประกาศคุณของพระพุทธศาสนา

อย่างไรก็ตาม พระพุทธศาสนาถือว่า การฝึกฝนอบรมจิตให้เกิดปัญญา ตามกระบวนการวิปัสสนากรรมฐานถึงขนาดทำลายกิเลสได้ เป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด เพราะการฝึกฝนอบรมจิตนี้ย่อมจะทำให้ความไม่รู้ (อวิชชา) หายไป เปรียบเหมือนแสงสว่างทำให้ความมืดหายไป ด้วยจิตของปุถุชนโดยปกติหนาแน่นไปด้วยกิเลส เมื่อได้รับการชำระโดยกระบวนการวิปัสสนากรรมฐานแล้ว สภาพจิตก็จะบางเบาจากกิเลส เปลี่ยนไปในทางที่ดี จากสภาพจิตของปุถุชนธรรมดากลายเป็นกัลยาณปุถุชน จนเป็นพระอรหันต์บุคคลชั้นพระอรหันต์ ซึ่งเป็นชีวิตในอุดมคติของพระพุทธศาสนา ดังนั้น เราจึงสามารถกล่าวได้ว่า พระอรหันต์ทุกรูปต้องผ่านการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน (สติปัฏฐาน) มาแล้วทั้งนั้น

ข. สรุปสาระสำคัญของหลักมหาสติปัฏฐาน

๑. การกำหนดลมหายใจเข้าออก

การพิจารณาลมหายใจเข้าออกนี้ พระพุทธองค์ได้ทรงสอนให้ติดตามพิจารณาลักษณะของการหายใจเข้าออกอย่างใกล้ชิด คือเมื่อหายใจเข้าหรือออกสั้นยาวอย่างไร ก็ให้รู้อย่างแน่ชัด เปรียบเหมือนนายช่างกลึง หรือลูกมือของนายช่างกลึงผู้ชำนาญ เมื่อเขาชักเชือกกลึงยาว ก็รู้ชัดว่าเราชักเชือกกลึงยาว เมื่อชักเชือกกลึงสั้น ก็รู้ชัดว่าเราชักเชือกกลึงสั้น เมื่อหายใจเข้ายาวก็รู้ชัดว่า

^{๑๗} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๐.

เราหายใจเข้ายาว เมื่อหายใจออกยาวก็รู้ชัดว่าเราหายใจออกยาว เมื่อหายใจเข้าสั้นก็รู้ชัดว่า เราหายใจเข้าสั้นเมื่อหายใจออกสั้นก็รู้ชัดว่าเราหายใจออกสั้นสำเนียงกว่า เรากำหนดรู้กองลมทั้งปวงหายใจเข้า สำเนียงกว่าเรากำหนดรู้กองลมทั้งปวงหายใจออก สำเนียงกว่า เราระงับกายสังขารหายใจเข้า สำเนียงกว่า เราระงับกายสังขารหายใจออก สำเนียงกว่าเรากำหนดรู้ปีติหายใจเข้า สำเนียงกว่าเรากำหนดรู้ปีติ หายใจออก สำเนียงกว่าเรากำหนดรู้สุข หายใจเข้า สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้สุข หายใจออก สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้จิตตสังขารหายใจเข้าสำเนียงกว่าเรากำหนดรู้จิตตสังขารหายใจออก สำเนียงกว่า เราระงับจิตตสังขารหายใจเข้าสำเนียงกว่าเราระงับจิตตสังขารหายใจออก สำเนียงกว่า เรากำหนดรู้จิต หายใจเข้าสำเนียงกว่า เรากำหนดรู้จิตหายใจออก สำเนียงกว่า เราทำจิตให้บันเทิง หายใจเข้าสำเนียงกว่าเราทำจิตให้บันเทิงหายใจออก สำเนียงกว่าเราตั้งจิตมั่น หายใจเข้าสำเนียงกว่าเราตั้งจิตมั่นหายใจออก สำเนียงกว่าเราเปลื้องจิตหายใจเข้าสำเนียงกว่าเราเปลื้องจิตหายใจออก สำเนียงกว่า เราพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยงหายใจเข้าสำเนียงกว่าเราพิจารณาเห็นความคลายออกได้หายใจเข้า สำเนียงกว่าเราพิจารณาเห็นความคลายออกได้ หายใจออก สำเนียงกว่าเราพิจารณาเห็นความดับไปหายใจเข้าสำเนียงกว่าเราพิจารณาเห็นความดับไปหายใจออก สำเนียงกว่าเราพิจารณาเห็นความสลละคืน หายใจเข้าสำเนียงกว่าเราพิจารณาเห็นความสลละคืนหายใจออก^{๑๘}

ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ท่านให้พิจารณาอาการที่ท้องพองออก หรือยุบเข้า เนื่องจากการหายใจเข้าหรือหายใจออก ซึ่งมีลักษณะทำนองเดียวกับการชกเชือกกลิ้ง การกำหนดรู้ อาการพองอาการยุบของท้องนี้เป็นหลักสำคัญยิ่งในการปฏิบัติวิปัสสนา เพราะเป็นการกำหนดรูป หยาบ ซึ่งรู้ได้ง่ายกว่าการกำหนดรูปนามอย่างอื่นๆ และมีปรากฏอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก โดยไม่ต้องไปแสวงหาเหมือนอาการที่ปรากฏทางกายอย่างอื่นหรือทางนามธรรม เป็นการปฏิบัติที่สะดวกและง่ายแก่สามัญชนทั่วไป ส่วนอาการที่ปรากฏทางกายอย่างอื่นหรือทางนามธรรมอันได้แก่ เวทนา จิต และธรรมนั้น ให้กำหนดเมื่อสภาวะเหล่านี้ ปรากฏชัดเจนกว่าอาการพองอาการยุบ โดยการกำหนดว่า พองหนอ ยุบหนอ อนึ่ง ขอให้สังเกตว่า ในการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน มีการให้เพ่งลมหายใจด้วยเหมือนกันซึ่งเรียกว่า อานาปานสติ แต่ในการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานวิธีนี้ ไม่เหมือนกับปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน กล่าวคือ แทนที่จะเพ่งดูอาการพองยุบของท้อง ท่านให้เพ่งดูลมที่หายใจเข้าออกซึ่งกระทบปลายจมูกหรือริมฝีปากบน และตามเพ่งเข้าไปในช่องท้อง จนกระทั่งหายใจออกมา แต่พระพุทธโฆษาจารย์ก็กล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า การเพ่งลมหายใจเข้าออกนี้ เป็นกัมมัฏฐานที่ทำสำเร็จได้ยาก เพราะเป็นของละเอียดมาก เป็นกัมมัฏฐานของมหาบุรุษ เช่น พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า หรือพระอรหันต์สาวกของพระพุทธเจ้าเท่านั้น

๒. กำหนดอิริยาบถใหญ่และอิริยาบถย่อย

พระพุทธเจ้าได้แสดงวิธีการเจริญอิริยาบถแก่ภิกษุภิกษุทั้งหลายพบว่า อีกประการหนึ่ง ภิกษุเมื่อเดินก็รู้ชัดว่าเราเดินเมื่อยืนก็รู้ชัดว่าเรายืนเมื่อนั่งก็รู้ชัดว่าเรานั่งหรือเมื่อนอนก็รู้ชัดว่าเรานอน

^{๑๘} ม.อ. (ไทย) ๑๔/๑๔๘/๑๘๗-๑๘๙.

ภิกษุหนึ่งเมื่อดำรงกายอยู่โดยอาการใดๆ ก็รู้ชัดกายที่ดำรงอยู่โดยอาการนั้นๆ ด้วยวิธีนี้ ภิกษุย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในอยู่พิจารณาเห็นกายในกายภายนอกอยู่หรือพิจารณาเห็นกายในกายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในกายอยู่พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในกายอยู่ หรือว่าภิกษุหนึ่งมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่ากายมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณเจริญสติเท่านั้นไม่อาศัยตัณหาและทิฏฐิอยู่และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก^{๑๙}

นอกจากการกำหนดอาการพองยุบของท้องแล้ว ผู้ปฏิบัติยังจะต้องกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทั้งหลายอื่นอีกด้วย เช่น การเคลื่อนไหวอริยาบถต่างๆ มี ยืน เดิน นั่ง นอน การแลดู การเหยียดดู การคู้เอวไว้ ฯลฯ ในทุกขณะ การทำกิจประจำวันต่างๆ ก็ต้องกำหนดรู้อยู่ทุกขณะเช่นเดียวกัน เช่น การกิน การดื่ม การเคี้ยว การนุ่งห่ม การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ การดู การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การสัมผัส

๓. พิจารณาอาการ ๓๒

อาการ ๓๒ ซึ่งมีอยู่ในร่างกาย ได้แก่แก่อวัยวะส่วนต่างๆ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไข้ใหญ่ ไข้ نخ้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า ไขมันสมอง ดี เสลด น้ำเหลือง เลือด เหงื่อ ไขมันข้น น้ำตา น้ำมันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไขข้อ และน้ำมูตร ในการพิจารณาอาการ ๓๒ นี้ ให้พิจารณาลักษณะของอาการนั้นๆ ให้เห็นว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช้ตัวตน ถ้าจะพิจารณาให้เห็นอาการเหล่านี้เป็นของปฏิภูลล้วนแต่ไม่สะอาด ก็เป็นการเจริญสมถกัมมัฏฐาน

๔. พิจารณาธาตุทั้ง ๔ ในร่างกาย

ธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม ธาตุดินมีลักษณะแข็งและอ่อน ธาตุน้ำมีลักษณะไหลและเกาะกุม ธาตุไฟมีลักษณะร้อนและเย็น ธาตุลมมีลักษณะเคลื่อนไหวและเคร่งตึง ในการพิจารณา ให้ใช้สติพิจารณาว่าร่างกายนั้นไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา เขา เป็นเพียงแต่ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ประกอบกันอยู่เท่านั้น แต่ละอย่างเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช้ตัวตน

๕. พิจารณาศพ

ศพนี้มีลักษณะแตกต่างกัน แล้วแต่ที่ถึงไว้เร็วหรือช้า ตลอดจนเป็นกระดูกและเถ้าถ่านรวม ๙ ชนิด ในการพิจารณา จะต้องใช้สติพิจารณาเปรียบเทียบกับกายของเราว่า จะต้องเนาเปื่อยไปอย่างนั้นเป็นธรรมดา เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช้ตัวตน

ค. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การใช้สติกำหนดรู้อาการของเวทนา ซึ่งเรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการกำหนดรู้ในเมื่อสุขหรือทุกข์กำลังเกิดขึ้นว่า สุขหรือทุกข์อย่างไร หรือเมื่อรู้สึกว่าจะไม่สุขไม่ทุกข์ก็รู้ชัดแก่ใจ หรือสุขหรือทุกข์เกิดขึ้นจากอะไรเป็นมูลเหตุ เช่น เกิดจากเห็นรูป หรือได้ยินเสียง หรือได้กลิ่น หรือได้

^{๑๙} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

ลิ้มรส หรือได้สัมผัส ก็รู้สึกแฉะ หรือเมื่อรู้สึกเจ็บหรือปวดหรือเมื่อย หรือเสียใจ แค้นใจ อึดใจ ฯลฯ ก็มีสติรู้กำหนดรู้ชัดว่า กำลังรู้สึกเช่นนั้นอยู่

ง. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การใช้สติกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางวิญญาณชั้น ซึ่งเรียกว่า จิตตานุปัสสนา สติปัฏฐาน คือการกำหนดรู้ว่าจิตมีอารมณ์อย่างไร เช่นเมื่อจิตมีราคะ โทสะ โมหะ ความหดหู่ ความฟุ้งซ่าน ความสงบ ความไม่สงบ ฯลฯ ก็รู้ชัดว่าจิตมีอารมณ์อย่างนั้นๆ ตามความเป็นจริง

จ. ัมมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ัมมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ได้แก่การใช้สติกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางสังขารชั้น คือความคิดนึก และสัญญาชั้น คือความจำได้หมายรู้ กล่าวคือเมื่อเราคิดอะไรอยู่ก็ต้องกำหนดว่าคิดอะไรอยู่ หรือเมื่อเกิดความพอใจรักใคร่ ความพยายาม ความหดหู่ท้อถอย ความฟุ้งซ่าน รำคาญใจ หรือความลึกลับสงสัย ซึ่งเรียกว่า นีวรณ ก็ต้องกำหนดรู้ ได้ลิ้มรสหรือได้ถูกต้องสิ่งของ ก็ต้องกำหนดรู้ทันที หรือเมื่อเกิดความไม่พอใจ ความละอาย ความเมตตา ความคิด ความเห็น ความโลภ ความโกรธ ความริษยา ฯลฯ ก็กำหนดรู้เช่นเดียวกันตามความเป็นจริง

นอกจากนี้ท่านยังให้กำหนดรู้เห็นเบญจขันธ์ คือรูปร่าง รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ เป็นอย่างนี้ เหตุให้เกิดเบญจขันธ์เป็นอย่างนี้ และความสลายของเบญจขันธ์เป็นอย่างนี้ และให้ติดตามกำหนดรู้อาการที่รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมารมณมากกระทบตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ตามลำดับ ตลอดจนผลที่เกิดจากอาการกระทบนั้นว่า มีความรู้สึกนึกคิดอย่างไรเกิดขึ้นมา

เมื่อจะกล่าวโดยสรุปแล้ว สติปัฏฐานนี้มีข้ออะไรอื่นนอกจากการใช้สติกำหนดรู้ที่อยู่ทุกขณะว่า ในขณะที่หนึ่งๆ นั้น เรากำลังมีความรู้สึกนึกคิดอย่างไรหรือกำลังทำอะไรอยู่ ทั้งนี้ กำหนดกันเฉพาะในปัจจุบันเท่านั้น ไม่พิจารณาย้อนไปถึงการกระทำหรืออริยาบถ หรือความรู้สึกนึกคิด ในอดีตที่ล่วงไปแล้ว ไม่ว่าจะช้านานหรือเร็วเพียงใด แม้ในวินาทีที่ล่วงไปแล้วก็ไม่ให้คำนึงถึง และไม่ให้พิจารณาล่วงหน้าถึงการกระทำ หรืออริยาบถ หรือความรู้สึกนึกคิดในอนาคตที่ยังมาไม่ถึง ตามปกติมนุษย์เราไม่เคยได้ใช้สติกำหนดถึงสิ่งที่กำลังเกิดอยู่ในปัจจุบันมาก่อน แต่ชอบกำหนดสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วหรือที่อาจจะเกิดขึ้น คือพิจารณาแต่อดีตและอนาคต แต่ในการชำระใจให้บริสุทธิ์นี้พระพุทธเจ้าทรงสอนให้ใช้สติกำหนดถึงสิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในปัจจุบันเท่านั้น เพราะฉะนั้น ทฤษฎีนี้จึงได้ชื่อว่า ปัจจุบันธรรม การกำหนดถึงสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วในอดีต และสิ่งที่เกิดขึ้นในอนาคต ทำให้เราลืมนึกถึงว่า เรากำลังรู้สึกนึกคิดอะไรอยู่ หรือกำลังทำอะไรอยู่ และทำให้ใจเลื่อนลอยไปตามอารมณ์ที่คิด เช่นเมื่อเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ความคิดของเราไม่ได้หยุดอยู่ตรงที่เห็นนั้น แต่เราจะคิดต่อไปว่า สวยหรือไม่สวย เมื่อเห็นว่าสวยก็เกิดความชอบใจขึ้น แล้วก็ทำให้อยากได้ และคิดวิธีที่จะให้ได้มาซึ่งสิ่งนั้น ถ้าไม่ได้ก็เกิดทุกข์ ถ้าเห็นว่าไม่สวยก็เกิดอารมณ์ไม่ชอบใจขึ้น ทำให้เป็นทุกข์เช่นเดียวกัน เพราะเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ตั้งมั่นอยู่ในปัจจุบันธรรมคือเมื่อเห็นก็หยุดอยู่เพียงนี้ คือ เพียง สักแต่ว่าเห็น ไม่ให้พิจารณาต่อไปว่า สวยหรือไม่สวย

ดีหรือไม่ดี จิตจึงจะไม่เลื่อนลอยไปตามอารมณ์ มีความแน่วแน่ ไม่หวั่นไหวซึ่งจะทำให้จิตมีสมาธิเข้มแข็ง แแรงกล้าขึ้นเป็นลำดับ การที่มีจิตแน่วแน่เช่นนี้เรียกว่า ได้ถึงซึ่งจิตตวิสุทธิ คือมีจิตหมดจดโดยลำดับ

ในอัมมสังคณี จิตตูปปาตกัณฑ์กุศลบทได้กล่าวถึงวิปัสสนาพบว่า ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมายความเข้าไปกำหนดความเข้าไปกำหนด เฉพาะภาวะที่รู้ภาวะที่ฉลาดภาวะที่รู้ละเอียดความรู้อย่างแจ่มแจ้งความคันคิด ความใคร่ครวญปัญญา เหมือนแผ่นดินปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทางความเห็นแจ้งความรู้ดีปัญญา เหมือนปฏักปัญญา ปัญญาทริยปัญญาและปัญญาเหมือนศัสตราปัญญาเหมือนปราสาทความสว่าง คือปัญญา แสงสว่างคือปัญญาปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ ในสมัยนั้น นี้ชื่อว่าปัญญาทริย^{๒๐}

ในสามัญญผลสูตรได้แสดงวิปัสสนาญาณพบว่า เมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลส เพียงตั้งเนนปราศจากความเศร้าหมองอ่อน เหมาะแก่การใช้งานตั้งมั่นไม่หวั่นไหวอย่างนี้ภิกษุผู้นั้น น้อมจิตไปเพื่อญาณทัสสนะรู้ชัดอย่างนี้ว่ากายของเรานี้คุ้มกันเป็นรูปร่างประกอบขึ้นจากมหาภูตรูป เกิดจากบิดามารดาเจริญวัยเพราะข้าวสุกและขนมสดไม่เพียงแต่ต้องอบต้องนวดเพ้นมีอันแตกกระจัด กระจายไปเป็นธรรมดาวิญญาณของเราอาศัยและเนื่องอยู่ในกายนี้เปรียบเหมือนแก้วไพฑูรย์อันงดงาม ตามธรรมชาติมีแปดเหลี่ยมที่เจียรระไนดีแล้วสุกใสเป็นประกายได้สัดส่วน มีด้ายสีเขียว เหลือง แดงขาว หรือสีนวลร้อยอยู่ข้างในคนตาถึงหยิบแก้วไพฑูรย์นั้นวางไว้ในมือแล้วพิจารณารู้ว่าแก้วไพฑูรย์ อันงดงามตามธรรมชาติมีแปดเหลี่ยมที่เจียรระไนดีแล้วสุกใสเป็นประกายได้สัดส่วนมีด้ายสีเขียว เหลือง แดงขาวหรือสีนวลร้อยอยู่ข้างในฉันใดเมื่อจิตเป็นสมาธิบริสุทธิ์ผุดผ่อง ไม่มีกิเลสเพียงตั้งเนนปราศจาก ความเศร้าหมองอ่อนเหมาะแก่การใช้งานตั้งมั่น ไม่หวั่นไหวอย่างนี้ภิกษุผู้น้อมจิตไปเพื่อญาณทัสสนะ รู้ชัดอย่างนี้ว่ากายของเรานี้คุ้มกันเป็นรูปร่างประกอบขึ้นจากมหาภูตรูป เกิดจากบิดามารดาเจริญวัย เพราะข้าวสุกและขนมสดไม่เพียงแต่ต้องอบ ต้องนวดเพ้นมีอันแตกกระจัดกระจายไปเป็นธรรมดา วิญญาณของเราอาศัยและเนื่องอยู่ในกายนี้ ฉะนั้น ข้อนี้จัดเป็นผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ ซึ่งดีกว่าและประณีตกว่าผลแห่งความเป็นสมณะที่เห็นประจักษ์ชื่อก่อนๆ^{๒๑}

ในชาครียสูตรได้กล่าวถึงภิกษุผู้ตื่นอยู่พบว่า ว่าด้วยภิกษุผู้ตื่นอยู่แท้จริงพระสูตรนี้พระผู้มี พระภาคตรัสไว้แล้วพระสูตรนี้ พระอรหันต์กล่าวไว้แล้วข้าพเจ้าได้สดับมาอย่างนี้ ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุควรเป็นผู้ตื่นอยู่อย่างมีสติ มีสัมปชัญญะ มีจิตตั้งมั่นเบิกบานผ่องใสและควรเป็นผู้เห็นแจ้งสมควร แก่กาลในกุศลธรรมทั้งหลาย ในการประกอบเนื่องๆ ซึ่งกัมมัฏฐานนั้น ภิกษุทั้งหลายเมื่อภิกษุเป็นผู้ตื่น อยู่อย่างมีสติ มีสัมปชัญญะ มีจิตตั้งมั่นเบิกบาน ผ่องใส และเป็นผู้เห็นแจ้งสมควรแก่กาลในกุศลธรรม

^{๒๐} อภ.สง. (ไทย) ๓๔/๑๖/๓๐.

^{๒๑} ที.สี. (ไทย) ๙/๒๓๔/๗๗.

ทั้งหลายในการประกอบกัมมัฏฐานนั้นอยู่ ฟังหวังได้ผลอย่าง ๑ ใน ๒ อย่าง คืออรหัตตผลในปัจจุบัน หรือเมื่อยังมีอุปาทานเหลืออยู่ก็จักเป็นอนาคามี พระผู้มีพระภาคได้ตรัสเนื้อความดังกล่าวมานี้แล้วใน พระสูตรนั้น จึงตรัสคาถาประพันธ์ดังนี้ว่า เธอทั้งหลายที่หลับอยู่ จงรีบตื่นที่ตื่นอยู่ จงฟังคำของเรานี้ ความเป็นผู้ตื่นจากความหลับเป็นคุณประเสริฐเพราะภัย ๒ ย่อมไม่มีแก่ผู้ตื่นอยู่ผู้ตื่นอยู่มี สติสัมปชัญญะมีจิตตั้งมั่นเบิกบาน ผ่องใสพิจารณาธรรมโดยชอบตามกาลที่เหมาะสมมีสมาธิเป็นธรรม ผุดขึ้นฟังกัจจความมืดได้ เพราะฉะนั้นแล ภิกษุควรประพฤติธรรมเป็นเหตุให้ตื่น มีความเพียรมี ปัญญารักษาตนมีปกติได้มานัตตสังโยชนในชาติและชราได้แล้วก็บรรลूसัมโพธิญาณอันยอดเยี่ยมใน อตภาพนี้แน่นอนแม้เนื้อความนี้พระผู้มีพระภาคก็ตรัสไว้แล้ว^{๒๒}

สรุป หลักกรรมฐานในพระไตรปิฎกสมถกัมมัฏฐาน เป็นการปฏิบัติพระพุทธรูปกัมมัฏฐาน มีอยู่ ๒ หลัก ได้แก่

๑. สมถกัมมัฏฐาน คือ การดำรงจิต ความดำรง ความตั้งมั่น และความไม่ฟุ้งซ่าน และ ความมีสมาธิ หรือ การฝึกจิตใจให้สงบ
๒. วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ภาวะที่รู้อย่างละเอียด ความรู้อย่าง แจ่มแจ้ง อย่างไม่รู้ตามการปฏิบัตินั้นไม่ใช่แค่กำหนดรู้ในขณะใดขณะหนึ่ง แต่เป็นการนึกคิดในการทำ สิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างละเอียด

๒.๓ วิธีการสอนปฏิบัติกรรมฐานในมหาสติปัฏฐานสูตร

เนื่องจากในมหาสติปัฏฐานสูตร มีกรรมฐาน ๒๑ วิธี สำหรับให้ผู้ปฏิบัติได้กำหนด มี อารมณ์ทั้งที่เป็นสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน จุดมุ่งหมายของการเจริญสติปัฏฐาน ก็เพื่อ บรรลุถึงจุดหมายสูงสุดในทางพุทธศาสนา คือนิพพาน สติปัฏฐาน มีวิธีปฏิบัติอยู่ ๒ วิธี ดังนี้กำหนด อานาปานสติ ๑ วิธีกำหนดอิริยาบถ ๑ วิธี

กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑๒ วิธีดังนี้กำหนดสัมปชัญญะ ๑ วิธีกำหนดอาการสามสิบสอง ๑ วิธีกำหนดธาตุสี่ ๑ วิธีกำหนดปาฐา ๙ วิธี เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๑ วิธีดังนี้ กำหนดภาวะจิต เสวยอารมณ์สุข ทุกข์ ไม่สุข ไม่ทุกข์ ๑ วิธีจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๓ วิธีดังนี้ กำหนดจิต และสิ่งที่ ปรุงแต่งจิต ๑ วิธี กำหนดนิรวรณ ๑ วิธีกำหนดเบญจขันธ์ ๑ วิธีธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ๓ วิธีดังนี้ กำหนดอายตนะ ๑ วิธีกำหนดโพชฌงค์ ๑ วิธีกำหนดอริยสัจ ๑ วิธี รวม ๒๑ วิธี ในบรรดาแนววิธี ปฏิบัติ ๒๑ วิธี การกำหนดลมหายใจเข้าออก (อานาปาน-บรรพ) การกำหนดอาการสามสิบสอง เช่น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ว่าเป็นของน่าเกลียด เป็นทั้งอารมณ์สมถะและวิปัสสนา ทำให้สมาบัติเกิดขึ้นได้ ส่วนกัมมัฏฐานอีก ๑๙ วิธี ก่อให้เกิดอุปจารสมาธิ (สมาธิจวนแน่วแน่) หรืออุปจารกัมมัฏฐาน ได้แก่ สมาธิที่เข้าเฉียดใกล้ฌาน คำว่า อุปจารกัมมัฏฐาน หมายถึง วิปัสสนา กัมมัฏฐาน ส่วนข้อกำหนด ปา

^{๒๒} ชุ.อิติ. (ไทย) ๒๕/๔๗/๓๙๗.

ซ้ำ ๙ อย่าง (นวสีวธิกาบรรพ) เป็นสมถกัมมัฏฐานล้วนๆ ส่วนอิริยาบถ ๔ สัมปชัญญะ ๔ และการกำหนดธาตุ ๔ จัดเป็นวิปัสสนาล้วนๆ

อย่างไรก็ตาม หลักการปฏิบัติกรรมฐานทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานที่กล่าวมา จะต้องปฏิบัติสมถกรรมฐานก่อน เพราะสมถกรรมฐานเป็นกรรมฐานพื้นฐานที่จะทำให้จิตเป็นสมาธิ อันจะเป็นพื้นฐานในการพัฒนาปัญญา โดยเลือกจากวิธีปฏิบัติกัมมัฏฐาน ๔๐ (กรรมฐาน ๔๐ ประการ คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ อัปปมัญญา (พรหมวิหาร) ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตววัตถาน ๑) วิธีใดวิธีหนึ่งที่เหมาะกับจริตของตน มาเป็นข้อวัตรในการปฏิบัติจนจิตเป็นสมาธิแล้วนำสมาธินั้นมาเป็นบาทฐานในการพัฒนาปัญญาต่อไปในเวลาปฏิบัติจริง สำหรับผู้ที่ต้องการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน แม้จะไม่เคยนำกัมมัฏฐาน ๔๐ วิธีมาเป็นข้อวัตรในการปฏิบัติ แต่ก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ โดยไม่ต้องกังวลเกี่ยวกับสมถกรรมฐานเลย จิตมีสมาธิตามหลักสมถกรรมฐาน ที่ผู้ปฏิบัติคาดหวังที่จะได้ ก็เกิดขึ้นมาเองในเวลาเจริญวิปัสสนากรรมฐานแนวสติปัญญา อีกทั้งผู้เจริญวิปัสสนาไม่ควรคำนึงว่า ตนเองมีจริตที่เหมาะสมกับวิปัสสนากรรมฐานหรือไม่ เพราะผู้ปฏิบัติจะมีจริตชนิดใดก็ตาม ก็สามารถปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า อิธ ภิกขเว ภิกขุ สราคํ วา จิตตุนติ ปชานาติ ฯลฯ วิตโมหํ วา จิตตํ วิตโมหํ จิตตุนติ ปชานาติ^{๒๓}

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ ย่อมรู้จักจิตที่มีราคะว่าเป็นจิตมีราคะ ฯลฯ ย่อมรู้จักจิตที่ไร้โมหะว่า เป็นจิตที่ไร้โมหะ เป็นต้น โสฬสญาณ (ญาณ ๑๖) ถือว่าเป็นผลจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน ปัญหาที่คนปัจจุบันสนใจ คือ โสฬสญาณมีอยู่ในพระไตรปิฎกหรือไม่ หากเราศึกษาพระไตรปิฎก เราจะพบว่าโสฬสญาณ หรือญาณ ๑๖ นั้น มีเนื้อความปรากฏในขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค ตอนว่าด้วยญาณ ๗๓ ซึ่งท่านพระสารีบุตรได้อธิบายสาระสำคัญของโสฬสญาณไว้อย่างครบถ้วน เพียงแต่ไม่ระบุชื่อญาณเหมือนญาณที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเท่านั้น แต่ความหมายตรงกันทั้งในคัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค และคัมภีร์วิสุทธิมรรค ญาณ ๑๖ ประการมีปรากฏดังนี้

๑. นามรูปปริเฉทญาณ ญาณที่สามารถแยกgrupนามได้ เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ปรากฏแต่ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคเท่านั้น แต่ถ้าเราศึกษาขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค อันแสดงถึงวัตถุนานัตตญาณ (๑๕) โคจรนานัตตญาณ (๑๖) จรียนานัตตญาณ (๑๗) ภูมินานัตตญาณ (๑๘) และธัมมานัตตญาณ (๑๙) เราจะพบว่า ได้แก่นามรูปปริเฉทญาณนั่นเอง เมื่อกล่าวโดยเนื้อหาสาระแล้ว ย่อมมีความเหมือนกันกับการอธิบายในคัมภีร์วิสุทธิมรรค กล่าวคืออตตาทัตตตนที่แท้จริงไม่มีเลย เมื่อว่าโดยปรมาตถธรรม (ความจริงแท้) มีแต่เพียงรูปนามเท่านั้น ผู้เจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานถึงญาณนี้ก็จะเข้าใจแจ่มแจ้งด้วยตนเองว่า อตตาทัตตตนเป็นเพียงสภาวะธรรม ไม่ยึดมั่นว่า มีอตตาทัตตตน (เป็นของเรา เราเป็นนั่น

^{๒๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๓๐.

นั่นเป็นอัตตาของเรา) ตามหลักพระพุทธศาสนา ความเห็นเช่นนี้ถือว่า เป็นทิวฏฐิวิสุทธิ คือ มีความเห็นที่บริสุทธิ์

๒. ปัจจัยปริคคหญาณ ญาณที่สามารถรู้เหตุปัจจัยของรูปนาม เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ปรากฏแต่ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค แต่ถ้าเราศึกษาคัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค เราก็จะพบว่า เนื้อหาสาระของญาณนี้ตรงกับธัมมัญญิตญาณ (ญาณในการกำหนดที่ตั้งแห่งธรรม) (ญาณที่ ๔) กล่าวคือ ท่านพระสารีบุตรได้นำปัจจัยสมบูรณ์บาทมาจำแนกไว้ ผู้ปฏิบัติตามถึงญาณนี้จะทราบถึงสรรพสิ่งล้วนเกิดมาตามเหตุปัจจัยตามหลักปัจจัยสมบูรณ์บาท สำหรับผู้ปฏิบัติที่เคยนับถือในพระผู้สร้างโลก (God) เมื่อปฏิบัติมาถึงญาณนี้ ก็จะปฏิเสธเรื่องนี้โดยสิ้นเชิง

๓. สัมมสนญาณญาณที่เห็นแจ้งไตรลักษณ์ เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ ปรากฏทั้งในพระไตรปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค (ญาณที่ ๕) และคัมภีร์วิสุทธิมรรค สาระสำคัญของญาณนี้ก็คือ ผู้ปฏิบัติรู้ว่ารูปนามดับไปและเห็นรูปนามใหม่เกิดขึ้นสลับต่อกันไป แต่สันตติยังไม่ขาด เพราะเป็นเพียงความรู้ด้วยจินตญาณ^{๒๔}

๔. อุทัพพยานุปัสสนาญาณ ญาณที่หยั่งรู้ความเกิดดับของรูปนาม เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ปรากฏทั้งในคัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค (ญาณที่ ๖) และคัมภีร์วิสุทธิมรรค สาระสำคัญของญาณนี้ก็คือ ญาณนี้แบ่งออกเป็น ๒ ช่วง ญาณช่วงที่ ๑ เป็นญาณระดับอ่อน (ตรุณะ) ช่วงที่ ๒ เป็นญาณระดับแก่ (พลวะ) ในระดับอ่อนผู้ปฏิบัติกำหนดรู้สภาวะต่างๆ ของรูปนามแล้ว เห็นชัดว่าสภาวะดับหายไปเร็วขึ้นกว่าเดิม แม้แต่เวทนาที่เกิดขึ้น เมื่อกำหนดไปก็หายไปเร็วขึ้น สภาวะจิตก็เป็นสมาธิที่ดี ในญาณระดับนี้ ผู้ปฏิบัติมักจะเห็นสภาวะที่แปลกๆ มีภาพปรากฏให้เห็น มีแสงสว่างเข้ามาปรากฏอยู่บ่อยๆ (โอภาส) เนื่องจากผู้ปฏิบัติไม่เคยเห็นแสงสว่างเช่นนี้มาก่อน ก็อาจจะเอาใจใส่ดู หรืออาจจะเข้าใจผิดว่า ตนเองได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน ก็เป็นได้ ภาวะเช่นนี้ เรียกว่า วิปัสสนูปกิเลส ซึ่งเป็นเหตุให้วิปัสสนาเศร้าหมอง วิปัสสนูปกิเลส มี ๑๐ อย่างคือ แสงสว่าง (โอภาส) ความรู้ (ญาณ) ความเอิบอ้อมใจ (ปีติ) ความสงบ (ปัสสัทธิ) ความสุข (สุข) ความน้อมใจเชื่อ (อโหิมกข์) ความเพียร (ปักคาคหะ) การตั้งสติไว้ (อุปปัฏฐานะ) ความวางเฉย (อุเบกขา) และความใคร่ (นิกันติ) กระนั้นก็ตาม ผู้ปฏิบัติก็ยังกำหนดได้ดีกว่าระดับขั้นที่ผ่านมา ในญาณระดับนี้ การมีกัลยาณมิตรที่ดีเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้ปฏิบัติ ถ้าผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดพลาดเพราะขาดกัลยาณมิตรคิดว่าตนเองได้บรรลุ มรรค ผล นิพพาน ก็ะพลาดโอกาสที่จะได้ผลการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในระดับสูงต่อไป การปฏิบัติในขั้นนี้จะเป็นเครื่องทดสอบว่าผู้ปฏิบัติได้ปฏิบัติถูกหรือไม่ ในความเป็นจริง ผู้ปฏิบัติในขั้นนี้ยังไม่สามารถกำหนดให้เห็นไตรลักษณ์ได้แจ่มแจ้ง เพราะจิตมักจะถูกวิปัสสนูปกิเลสเข้าครอบงำอยู่เสมอ เมื่อผู้ปฏิบัติได้กัลยาณมิตรก็จะสามารถฟันฝ่าเอาชนะวิปัสสนูปกิเลสได้ ทำให้การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

^{๒๔} ขุ.ป.อ. (ไทย) ๑/๓๖.

ดำเนินต่อไป ครั้นปฏิบัติมาถึงญาณระดับอุทฺทพฺพญาณอย่างแก่ (พลละ) ผู้ปฏิบัติจึงจะสามารถกำหนดรูปรูปนามเห็นไตรลักษณ์ตามความเป็นจริง

๕. ภัทธานุปัสสนาญาณ ญาณที่หยั่งรู้ความดับไปของรูปรูปนาม เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้สาระสำคัญก็คืออารมณ์ที่เป็นบัญญัติหายไป จะทำให้ผู้ปฏิบัติ เห็นอารมณ์ที่เป็นปรมาตฺถชัดเจนขึ้น

๖. ภยตฺตูปัฏฐานญาณ ญาณที่หยั่งรู้นามว่า เป็นของน่ากลัว เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้คือ ผู้ปฏิบัติมักเห็นสภาพของร่างกายที่มีแต่เพียงกระดูกขาวโพลน กระบอตกถ่วงโบ๋ น่าเกลียดน่ากลัว ยิ่งนักจนเกิดความรู้สึกว่า ไม่อยากได้รูปรูปนามอีกต่อไป เพราะถ้าได้มาอีก รูปรูปนามก็จะตกอยู่ในสภาพเช่นนี้อีกต่อไป

๗. อาทินวานุปัสสนาญาณ ญาณที่หยั่งรู้รูปรูปนามว่าเป็นของมีแต่โทษ เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ก็คือ ผู้ปฏิบัติจะเห็นร่างกายที่ค่อยๆ พองขึ้นอืดที่บริเวณท้อง ลำตัว แขน หลังมือ หลังเท้า เป็นต้น สักกระยะหนึ่งอาการพองอืดก็จะค่อยๆ ยุบลงตามปกติ

๘. นิพพิทานุปัสสนาญาณ ญาณที่หยั่งรู้รูปรูปนามว่า เป็นสิ่งที่น่าเบื่อหน่าย เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ก็คือ ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกเบื่อหน่ายต่อรูปรูปนาม เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ล้วนๆ มิใช่เกิดขึ้นเพราะนึกคิดเอาเอง

๙. มุญฺหิจิตฺกัมยตาญาณ ญาณที่ทำให้ผู้ปฏิบัติอยากหลุดพ้นจากรูปรูปนาม เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ก็คือ ผู้ปฏิบัติอยากหลุดพ้นจากรูปรูปนาม บางครั้ง ผู้ปฏิบัติเกิดอาการคันอย่างรุนแรง บางครั้งก็เกิดทุกขเวทนาอย่างแรงกล้า จนอยากหนีไปให้พ้นจากรูปรูปนาม แต่ก็ไม่ได้หนีไปไหน ยังคงเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานต่อไปอีก

๑๐. ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ ญาณที่หยั่งรู้คอยทบทวนรูปรูปนามว่าตกอยู่ในอำนาจของไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ สาระสำคัญก็คือ ผู้ปฏิบัติได้เห็นไตรลักษณ์ชัดเจนที่สุดกว่าทุกญาณที่ผ่านมา การหยั่งรู้ไตรลักษณ์ มีประโยชน์มาก เพื่อจะได้ยกจิตขึ้นสู่ไตรลักษณ์ต่อไป

๑๑. สังขารุเปกฺขญาณ ญาณที่หยั่งรู้ความว่างเฉยในรูปรูปนาม เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ปรากฏทั้งในคัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค (ญาณที่ ๙) และคัมภีร์วิสุทฺธิมรรค สาระสำคัญของญาณนี้ก็คือ ผู้ปฏิบัติจะมีจิตใจสงบว่างเฉยไม่มีทุกขเวทนามรบกวน และสามารถกำหนด สภาวะต่างๆ ได้ดียิ่ง ผู้ปฏิบัติได้เห็นคุณค่าของการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นอย่างมาก

๑๒. สัจจานุโลมิกญาณ ญาณที่พิจารณารูปรูปนามว่า เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้ก็คือ ผู้ปฏิบัติจะพิจารณารูปรูปนามว่า เป็นไตรลักษณ์ ตั้งแต่อุทฺทพฺพยานุปัสสนาญาณ (ญาณที่ ๕) ถึงสังขารุเปกฺขญาณ (ญาณที่ ๑๑) เหมือนพระมหากษัตริย์ ทรงสดับการวินิจฉัยคดีของตุลาการ ๘ ท่านแล้ว มีพระราชวินิจฉัยอนุโลมตามคำวินิจฉัยของตุลาการทั้ง ๘ ท่านนั้น

ดังนั้น สัจจานุโลมิกญาณ จึงตรงกับขันติญาณ (ญาณที่ ๔๑) ในขุททกนิกาย ปฏิสัมภีทามรรค ดังที่ท่านพระสารีบุตรนำธรรม ๒๐๑ ประการ มาจำแนกเป็นขันติญาณเช่น รูปที่รู้ชัดโดยความไม่เที่ยง รูปที่รู้ชัดโดยความเป็นทุกข์ รูปที่รู้ชัดโดยความเป็นอนัตตา รูปใดๆ ที่พระโยคาวจรรู้ชัดแล้ว รูปนั้นๆ พระโยคาวจรย่อมพอใจ เพราะฉะนั้นปัญญาที่รู้ชัด จึงชื่อว่า ขันติญาณ (ญาณในความพอใจ)

๑๓. โคตรภูญาณ ญาณที่ข้ามเขตปุถุชน เข้าสู่เขตอริยชน เมื่อว่าโดยชื่อญาณนี้คือ สภาวะจิตของผู้ปฏิบัติได้มีนิพพานเป็นอารมณ์ ข้ามพ้นโคตรปุถุชน บรรลุถึงอริยชน โดยไม่หวนกลับมาอีก ความจริงญาณนี้ แม้มีนิพพานเป็นอารมณ์ แต่ก็ไม่สามารถที่จะทำลายกิเลสได้หมด เปรียบเหมือน บุรุษที่มาเข้าเฝ้าพระราชา ได้เห็นพระราชาแล้วแต่ที่ไกล เมื่อมีคนมาถามว่า คุณได้เห็นพระราชาหรือยัง เขาก็ตอบว่า ยัง เพราะเขายังไม่ได้เข้าเฝ้า และทำกิจในราชสำนักได้เสร็จสิ้นฉับใด ก็ฉับนั้น

๑๔. มัคคญาณ ญาณที่ทำลายกิเลส เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้คือ ผู้ปฏิบัติได้สวายนิพพาน เป็นอารมณ์เป็นครั้งแรก เห็นแจ้งนิโรธสังด้วยปัญญาของตนเอง รูปนามดับไปในญาณนี้ หมดความสงสัย ในพระรัตนตรัยโดยสิ้นเชิง มีศีล ๕ มั่นคงเป็นนิจ กิเลสดับไปในญาณนี้ แม้มีโลภะ โทสะ โมหะ อยู่ แต่จางหายไปได้เร็วพลัน สามารถปิดอบายภูมิได้อย่างเด็ดขาด

๑๕. ผลญาณ ญาณที่เกิดถัดจากมัคคญาณ เมื่อว่าตามชื่อ ญาณนี้คือ ผู้ปฏิบัติถึงญาณนี้ แม้กิเลสจะถูกประหารไปได้อย่างเด็ดขาดด้วยมัคคญาณ แต่อำนาจของกิเลสก็ยังเหลืออยู่ เช่นเดียวกับที่เอาน้ำไปรดไอร้อนที่เหลืออยู่ในพื้นที่ไฟไหม้ แต่ไฟนั้นดับแล้ว การประหารกิเลส ด้วยผลญาณก็มีนัยเช่นนี้

๑๖. ปัจจเวกขณญาณ ญาณที่ย้อนกลับไปทบทวนมรรคผลนิพพานที่ตนได้บรรลุมา เมื่อว่าโดยชื่อ ญาณนี้คือ ผู้ปฏิบัติได้พิจารณากิเลสที่ตนละได้และที่ตนยังละไม่ได้ สำหรับกิเลสที่ยัง ละไม่ได้ ผู้ปฏิบัติก็จะมุ่งหน้าเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานเพื่อที่จะได้บรรลุคุณธรรมที่สูงขึ้นไป จนกว่า จะสำเร็จเป็นพระอรหันต์^{๒๕}

สรุปความว่า โสฬสญาณ ญาณ ๑๖ ประการนี้ได้ปรากฏอยู่ในพระไตรปิฎกและอรรถกถา แม้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าไม่ได้ตรัสสอนลำดับญาณดังที่ท่านพระสารีบุตรได้กล่าวไว้ แต่ท่านพระสารีบุตร ก็เป็นผู้รู้พระพุทธรูปประสงค์จึงได้ตั้งชื่อญาณต่างๆ ดังที่กล่าวแล้ว แต่กระนั้นก็มีเนื้อหาในพระสูตรบางแห่ง ที่สื่อให้เห็น สภาวะ ของญาณในระดับต่างๆ เช่น ในอนัตตลักขณสูตรว่า ภิกษุทั้งหลาย พระอริยสาวก เมื่อเห็นอยู่อย่างนั้น ย่อมเบื่อหน่ายแม้ในรูป. คำว่า นิพพิหนฺตติ (ย่อมเบื่อหน่าย)^{๒๖}

การอรรถาธิบายอย่างนี้เป็นไปตามแนวสังยุตตนิกายอรรถกถา อย่างไรก็ตาม การเจริญ วิปัสสนากัมมัฏฐาน สามารถที่จะสำรวจผลของการปฏิบัติได้จากโสฬสญาณ (ญาณ ๑๖) ซึ่งเป็น

^{๒๕} วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๓/๑๙.

^{๒๖} วิ.ม. (ไทย) ๔/๒๓/๑๙.

เครื่องวัดถึงความเจริญก้าวหน้าของการปฏิบัติ ดังนั้น การบรรลุ มรรค ผล นิพพาน นั้นจึงเป็นพระปัญญาตรัสรู้

สรุป วิธีปฏิบัติกรรมฐานในมหาสติปัฏฐานสูตร คือแนวทางและการปฏิบัติในการกำหนดอิริยาบถต่างๆ ของเราและเป็นการเจริญภาวนา ของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน คือ โสฬสญาณ

๒.๔ สรุปการสอนสาระสำคัญของหลักมหาสติปัฏฐาน

ก. การพิจารณาลมหายใจเข้าออก

การพิจารณาลมหายใจเข้าออกนี้ พระพุทธองค์ได้ทรงสอนให้ติดตามพิจารณาลักษณะของการหายใจเข้าออกอย่างใกล้ชิด คือ เมื่อหายใจเข้าหรือออกสั้นยาวอย่างไร ก็ให้รู้อย่างแน่ชัด เปรียบเหมือนนายช่างกลึง หรือลูกมือของนายช่างกลึงผู้ชำนาญ เมื่อเขาชักเชือกกลึงยาว ก็รู้ชัดว่าเราชักเชือกกลึงยาว เมื่อชักเชือกกลึงสั้น ก็รู้ชัดว่าเราชักเชือกกลึงสั้น

ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ท่านให้พิจารณาอาการที่ท้องพองออก หรือยุบเข้า เนื่องจากการหายใจเข้าหรือหายใจออก ซึ่งมีลักษณะทำนองเดียวกับการชักเชือกกลึง การกำหนดรู้อาการพองอาการยุบของท้องนี้เป็นหลักสำคัญยิ่งในการปฏิบัติวิปัสสนา เพราะเป็นการกำหนดรูปหยาบ ซึ่งรู้ได้ง่ายกว่าการกำหนดรูปนามอย่างอื่น ๆ และมีปรากฏอยู่ทุกลมหายใจเข้าออก โดยไม่ต้องไปแสวงหาเหมือนอาการที่ปรากฏทางกายอย่างอื่นหรือทางนามธรรม เป็นการปฏิบัติที่สะดวกและง่ายแก่สามัญชนทั่วไป ส่วนอาการที่ปรากฏทางกายอย่างอื่นหรือทางนามธรรมอันได้แก่ เวทนา จิต และธรรมนั้น ให้กำหนดเมื่อสภาวะเหล่านี้ ปรากฏชัดเจนกว่าอาการพองอาการยุบ โดยการกำหนดว่า พองหนอ ยุบหนอ

อนึ่ง ขอให้สังเกตว่า ในการปฏิบัติสมถกรรมฐาน มีการให้เพ่งลมหายใจด้วยเหมือนกันซึ่งเรียกว่า อานาปานสติ แต่ในการปฏิบัติสมถกรรมฐานวิธีนี้ ไม่เหมือนกับปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน กล่าวคือ แทนที่จะเพ่งดูอาการพองยุบของท้อง ท่านให้เพ่งดูลมที่หายใจเข้าออกซึ่งกระทบปลายจมูก หรือริมฝีปากบน และตามเพ่งเข้าไปในช่องท้อง จนกระทั่งหายใจออกมา แต่พระพุทธโฆษาจารย์ ก็กล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า การเพ่งลมหายใจเข้าออกนี้ เป็นกรรมฐานที่ทำสำเร็จได้ยาก เพราะเป็นของละเอียดมาก เป็นกรรมฐานของมหาบุรุษ เช่น พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า หรือพระอรหันต์สาวกของพระพุทธเจ้าเท่านั้น

ข. กำหนดอิริยาบถใหญ่และอิริยาบถย่อย

นอกจากการกำหนดอาการพองยุบของท้องแล้ว ผู้ปฏิบัติยังจะต้องกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทั้งหลายอื่นอีกด้วย เช่น การเคลื่อนไหวอิริยาบถต่างๆ มี ยืน เดิน นั่ง นอน การแลดู การเหยียดดู การ คู้เอว้วยะ ฯลฯ ในทุกขณะ การทำกิจประจำวันต่างๆ ก็ต้องกำหนดรู้อยู่ทุกขณะ เช่นเดียวกัน เช่น การกิน การดื่ม การเคี้ยว การนุ่งห่ม การถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ การดู การได้ยิน การได้กลิ่น การรู้รส การสัมผัส

ค. พิจารณาอาการ ๓๒

อาการ ๓๒ ซึ่งมีอยู่ในร่างกาย ได้แก่แก้ววัยวะส่วนต่างๆ มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เนื้อ เอ็น กระดูก เยื่อในกระดูก ม้าม หัวใจ ตับ พังผืด ไต ปอด ไข้ใหญ่ ไข้ น้อย อาหารใหม่ อาหารเก่า มันสมอง ดี เสลด น้ำเหลือง เลือด เหงื่อ มันข้น น้ำตา น้ำมันเหลว น้ำลาย น้ำมูก ไข้ข้อ และน้ำมูตร ในการพิจารณาอาการ ๓๒ นี้ ให้พิจารณาลักษณะของอาการนั้นๆ ให้เห็นว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช้ตัวตน ถ้าจะพิจารณาให้เห็นอาการเหล่านี้เป็นของปฏิภูล้วนแต่ไม่สะอาด ก็เป็นการเจริญสมถกรรมฐาน

ง. พิจารณาธาตุทั้ง ๔ ในร่างกาย

ธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ และธาตุลม ธาตุดินมีลักษณะแข็งและอ่อน ธาตุน้ำมีลักษณะไหลและเกาะกุม ธาตุไฟมีลักษณะร้อนและเย็น ธาตุลมมีลักษณะเคลื่อนไหวและเคร่งตึง ในการพิจารณา ให้ใช้สติพิจารณาว่าร่างกายนั้นไม่ใช่สัตว์ บุคคล เรา เขา เป็นเพียงแต่ธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ประกอบกันอยู่เท่านั้น แต่ละอย่างเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช้ตัวตน

จ. พิจารณาศพ

ศพนี้ มีลักษณะแตกต่างกัน แล้วแต่ทิ้งไว้เร็วหรือช้า ตลอดจนเป็นกระดูกและเถ้าถ่านรวม ๙ ชนิด ในการพิจารณา จะต้องใช้สติพิจารณาเปรียบเทียบกับกายของเราว่า จะต้องเนาเปื่อยไปอย่างนั้นเป็นธรรมดา เป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และไม่ใช้ตัวตน

ฉ. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การใช้สติกำหนดรู้อาการของเวทนา ซึ่งเรียกว่า เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการกำหนดรู้ ในเมื่อสุขหรือทุกข์กำลังเกิดขึ้นว่า สุขหรือทุกข์อย่างไร หรือเมื่อรู้สึกว่าจะไม่สุขไม่ทุกข์ก็รู้ชัดแก่ใจ หรือสุขหรือทุกข์เกิดขึ้นจากอะไรเป็นมูลเหตุ เช่น เกิดจากเห็นรูป หรือได้ยินเสียง หรือได้กลิ่น หรือได้ ลิ้มรส หรือได้สัมผัส ก็รู้ชัดแจ้ง หรือเมื่อรู้สึกเจ็บหรือปวดหรือเมื่อย หรือเสียใจ แค้นใจ อิมใจ ฯลฯ ก็มีสติรู้กำหนดรู้ชัดว่า กำลังรู้สึกเช่นนั้นอยู่

ช. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การใช้สติกำหนดรู้อาการที่ปรากฏทางวิญญาณขันธ์ ซึ่งเรียกว่า จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน คือการกำหนดรู้ว่าจิตมีอารมณ์อย่างไร เช่นเมื่อจิตมีราคะ โทสะ โมหะ ความหดหู่ ความฟุ้งซ่าน ความสงบ ความไม่สงบ ฯลฯ ก็รู้ชัดว่าจิตมีอารมณ์อย่างนั้นๆ ตามความเป็นจริง

ซ. ัมมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

มหาสติปัฏฐานสูตรได้แสดงอัมมมานุปัสสนาสติปัฏฐานพบว่า ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือนิเวรณ ๕ ประการอยู่ คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้เมื่อกามฉันทะภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่า กามฉันทะภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อกามฉันทะภายในไม่มีก็รู้ชัดว่ากามฉันทะภายในของเรา ไม่มีการเกิดขึ้นแห่งกามฉันทะที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัด เหตุนั้นการละกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุ นั้น และกามฉันทะที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุ นั้น

เมื่อพยาบาลภายในมีอยู่ก็รู้ชัดว่าพยาบาลภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อพยาบาลภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่าพยาบาลภายในของเราไม่มีการเกิดขึ้นแห่งพยาบาลที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้การละพยาบาลที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัด เหตุนี้และพยาบาลที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้

เมื่อถินมิทธะภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า ถินมิทธะภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อถินมิทธะภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่า ถินมิทธะภายในของเราไม่มี การเกิดขึ้นแห่งถินมิทธะที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้การละถินมิทธะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้และถินมิทธะที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้

เมื่ออุทัจจกุกุกจะภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า อุทัจจกุกุกจะภายใน ของเรามีอยู่หรือเมื่ออุทัจจกุกุกจะภายในไม่มีก็รู้ชัดว่า อุทัจจกุกุกจะภายในของเราไม่มี การเกิดขึ้นแห่งอุทัจจกุกุกจะที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้การละอุทัจจกุกุกจะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้ และอุทัจจกุกุกจะที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้

เมื่อวิจิกิจฉาภายในมีอยู่ ก็รู้ชัดว่า วิจิกิจฉาภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อวิจิกิจฉาภายในไม่มี ก็รู้ชัดว่า วิจิกิจฉาภายในของเรา ไม่มี การเกิดขึ้นแห่งวิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้ การละวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ชัดเหตุนี้และวิจิกิจฉาที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ชัดเหตุนี้ด้วยวิธีนี้

ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่ พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่ หรือว่าภิกษุนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่า ธรรมมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณเจริญสติเท่านั้นไม่อาศัย (ตณหาและทิฏฐิ) อยู่ไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ โนโลก ภิกษุจึงชื่อว่าพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นิรวณ ๕ ประการอยู่อย่าง^{๒๗}

การกำหนดถึงสิ่งที่เกิดขึ้นแล้วในอดีต และสิ่งที่เกิดขึ้นในอนาคต ทำให้เราลึมนึกถึงว่าเรากำลังรู้สึกนึกคิดอะไรอยู่ หรือกำลังทำอะไรอยู่ และทำให้ใจเลื่อนลอยไปตามอารมณ์ที่คิด เช่นเมื่อเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ความคิดของเราไม่ได้หยุดอยู่ตรงที่เห็นนั้น แต่เราจะคิดต่อไปว่า สวยหรือไม่สวย เมื่อเห็นว่าสวยก็เกิดความสุขใจขึ้น แล้วก็ทำให้อยากได้ และคิดวิธีที่จะให้ได้มาซึ่งสิ่งนั้น ถ้าไม่ได้ก็เกิดทุกข์ ถ้าเห็นว่าไม่สวยก็เกิดอารมณ์ไม่ชอบใจขึ้น ทำให้เป็นทุกข์เช่นเดียวกัน เพราะเหตุนี้พระพุทธเจ้าจึงทรงสอนให้ตั้งมั่นอยู่ในปัจจุบันธรรมคือเมื่อเห็นก็หยุดอยู่เพียงนี้ คือ เพียง สักแต่ว่าเห็น ไม่ให้พิจารณาต่อไปว่า สวยหรือไม่สวย ดีหรือไม่ดี จิตจึงจะไม่เลื่อนลอยไปตามอารมณ์ มีความแน่วแน่

^{๒๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๕/๑๑๒.

ไม่หวั่นไหวซึ่งจะทำให้จิตมีสมาธิเข้มแข็งแรงกล้าขึ้นเป็นลำดับ การที่มีจิตแน่วแน่เช่นนี้เรียกว่า ได้ถึงซึ่งจิตตวิสุทธิ คือมีจิตหมดจดโดยลำดับ

๒.๔ สรุปท้ายบท

การสอนวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาทมีรูปแบบการสอนดังนี้ คือสอนให้รู้เห็นร่างกายตามความเป็นจริงว่า กายของเราประกอบด้วยธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม พระพุทธองค์ให้พิจารณาว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา โดยมีแนวการสอนตามมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยมีสติกำหนดรู้ในฐานะทั้ง ๔ เป็นอารมณ์

หลักกรรมฐานในพระไตรปิฎกมีอยู่ ๒ อย่าง ได้แก่ ๑) สมถกัมมัฏฐาน คือ การดำรงจิต ความดำรง ความตั้งมั่น ความไม่ฟุ้งซ่าน และความมีสมาธิ หรือ การฝึกจิตใจให้สงบ ๒) วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ภาวะที่รู้อย่างละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง การปฏิบัตินั้นไม่ใช่แค่กำหนดรู้ในขณะใดขณะหนึ่ง แต่เป็นการกำหนดร่างกายเรา และการเคลื่อนไหวอริยาบถต่างๆ เช่น การลุก ยืน การเดิน และการนั่ง พิจารณาร่างกายให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ เห็นโทษของขันธ ๕ ปล่อยวางจากความยึดมั่นถือมั่นแห่งความเป็นตัวเราของเรา

บทที่ ๒.....	๑๐
การสอนวิปัสสนากรรมฐาน ในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท.....	๑๐
๒.๑ การสอนวิปัสสนากรรมฐานที่ปรากฏในพระไตรปิฎก.....	๑๐
๒.๒ หลักการสอนกรรมฐานในพระไตรปิฎก.....	๑๗
๒.๒.๑ วิธีฝึกฝนจิตด้วยหลักสมถกรรมฐาน.....	๑๗
๒.๒.๒ ลักษณะสมาธิแบบพุทธศาสนา.....	๑๙
๒.๓ วิธีการสอนปฏิบัติกรรมฐานในมหาสติปัฏฐานสูตร.....	๒๕
๒.๔ สรุปการสอนสาระสำคัญของหลักมหาสติปัฏฐาน.....	๓๐
๒.๔ สรุปท้ายบท.....	๓๓

บทที่ ๓

การสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นพระเถระอาจารย์ผู้ได้รับการเคารพศรัทธาจากผู้คนมากมายหลายระดับ ตั้งแต่พระมหากษัตริย์ ข้าราชการชั้นผู้ใหญ่ตลอดจนสามัญชนคนทั่วไป ด้วยความที่ท่านเป็นผู้เคร่งครัดในศีลาจารวัตรและจริงจังการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจนเป็นที่ยอมรับ และมีผู้สนใจใฝ่ศึกษาปฏิบัติตามปฏิปทาของท่านสืบเนื่องมา การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก นั้น ผู้วิจัยจะได้นำมา ต่อไปนี้จะขอนำประวัติชาติภูมิ วัยเด็ก จนออกอุปสมบท ได้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามลำดับไป

๓.๑ ประวัติโดยสังเขป ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

๓.๒ วิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

๓.๓ การสอนปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวทางของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

๓.๔ สรุปท้ายบท

๓.๑ ประวัติโดยสังเขป ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

การศึกษาประวัติและความเป็นมาของบุคคลใดบุคคลหนึ่งนั้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องศึกษาภูมิหลังของเจ้าของประวัติที่จะทำการศึกษานั้นๆ อันประกอบไปด้วยวงศ์ตระกูล หรือวงศ์วานญาติ การศึกษา บุคลิกภาพ ลักษณะนิสัย รวมทั้งปฏิปทาจริยาวัตรต่างๆ ทั้งนี้ เพราะถือว่าสิ่งต่างๆ เหล่านี้จะมีส่วนผลักดันให้ชีวิตประสบความสำเร็จได้ในระดับหนึ่ง

การศึกษาประวัติและความเป็นมาของครูบาเจ้าเกษม เขมโก สิ่งที่ควรพิจารณาเป็นอันดับแรกคือชีวิตความเป็นมาของท่านว่า ท่านมีสถานะครอบครัวเป็นอย่างไร สำเร็จการศึกษาทั้งคดีโลกและคดียุทธธรรมในระดับไหน บุคลิกลักษณะ ท่าทาง นิสัยเป็นอย่างไร และได้รับเกียรติประวัติอย่างไร ส่วนด้านการปฏิบัติไสยานิรุกตของ ท่านนั้น จะได้ทำการศึกษาวิเคราะห์รายละเอียดในลำดับต่อไป

ในบทนี้ ผู้วิจัยจะทำการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับชีวิตก่อนและหลังการบรรพชา และการอุปสมบท ตลอดถึงบุคลิกภาพ ปฏิปทาจริยาวัตรของครูบาเจ้าเกษม เขมโก ซึ่งจะได้นำมาเป็นลำดับดังต่อไปนี้

๓.๑.๑ ชาติภูมิ

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก นามสกุล ณ ลำปาง (มณีอรุณ) เป็นบุตรชายของเจ้าพ่อน้อยหนุมณีอรุณ เจ้าแม่บัวจ้อน ณ ลำปาง เกิดเมื่อวันที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๔๕๕ ตรงกับวันพุธ แรม ๔ ค่ำเดือนยี่เหนือ

ปีชวด บ้านท่าเค้าม่วง ตำบลเวียงเหนือ อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง มีพี่น้องร่วมบิดามารดาเดียวกันทั้งหมด ๒ คน โดยน้องชายเสียชีวิตตั้งแต่ยังเยาว์วัย^๑ ลำดับตระกูลของครอบครัวเจ้าเกษม เขมโก ฝ่ายบิดาของเจ้าพ่อน้อยหนู คือน้องคนสุดท้องของ เจ้าน้อยแก้วมูล และเจ้าชานบ้านนาแจะ อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง แห่งสกุล มณีอรุณ ในสายของเจ้าวังซ้าย เจ้าพ่อน้อยหนูประกอบอาชีพรับราชการเป็นปลัดอำเภองาวและต่อมาได้ย้ายไปเป็นปลัดอำเภอเกาะคา ถึงแก่กรรมขณะที่ครอบครัวเจ้าเกษมยังเป็นเด็ก ฝ่ายสกุลข้างมารดาของเจ้าแม่บัวจ้อนคือบุตรคนโตในจำนวนพี่น้อง ๓ คน คือ เจ้าจี และเจ้าศรีโละ ถือกำเนิดแต่เจ้าน้อยเมืองแก้ว^๒

บุตรเจ้าวังซ้ายกับเจ้าแม่ศรีนวล บุตรีผู้ถ้วน ๗ ของเจ้าหลวงนรินทไชย เจ้าผู้ครองนครลำปางองค์ที่ ๙ กับเจ้าแม่กาบคำ ในพี่น้อง ๗ คน ของเจ้าแม่บัวจ้อน พี่ชายผู้ถ้วน ๔ คือ เจ้าชวลิตวรวัชร มีศักดิ์เป็นเจ้าราชสัมพันธ์และรองเจ้าผู้ครองนครลำปาง สมัยเจ้าหลวงบุญวาทย์วงศ์มานิต ซึ่งเป็นเจ้าพี่ต่างมารดาราชาบุตรของเจ้าหลวงนรินทไชยผู้ครองนครลำปาง องค์ที่ ๙ หลังจากทีพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๖ ได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าพระราชทานนามสกุลแก่ผู้บำเพ็ญคุณงามความดี โปรดเกล้าพระราชทานนามสกุล ณ ลำปาง แก่เจ้าหลวงบุญวาทย์วงศ์มานิต เมื่อวันที่ ๕ เมษายน ๒๔๕๗ โดยเริ่มพระราชบัญญัตินามสกุล พ.ศ. ๒๔๕๖ ในพระราชบัญญัตินามสกุล พ.ศ. ๒๔๕๖ มาตรา ๗ ความว่า เมื่อบิดาของคนใด ไม่ปรากฏอยู่ในช่วงกาลใด บุคคลนั้นต้องใช้ชื่อสกุลฝ่ายมารดาช่วงกาลนั้น เจ้าเกษม กำเนิดแต่เจ้าพ่อน้อยหนูและเจ้าแม่บัวจ้อน ก่อนพระราชบัญญัตินามสกุล ต่อมาเมื่อกำพร้าบิดา เจ้าเกษมได้ใช้ชื่อในวัยการศึกษาว่า “เกษม ณ ลำปาง”^๓

มูลเหตุที่หลวงพ่ เปลี่ยนนามสกุลจาก “ณ ลำปาง” มาเป็น “มณีอรุณ” คืบหนึ่งเวลาใกล้รุ่ง เจ้าแม่บัวจ้อน ซึ่งอุ้มท้องหลวงพ่ จวนจะถึงกำหนดคลอดได้แล้ว ฝันไปว่า เห็นสายรุ้งเต็มท้องฟ้า เจ้าแม่บัวจ้อน ได้สาวเอาสายรุ้งเข้ามาถอดไว้ แล้วสะดุ้งตื่น ได้เอาความฝันใกล้รุ่งนั้นมาเล่าให้เจ้าพ่อน้อยหนูผู้เป็นสามีฟัง และพ่อน้อยหนูก็ได้ตีความในฝันนั้นว่าต้องเปลี่ยนนามสกุลใหม่เปลี่ยนจาก ณ ลำปาง มาเป็น มณีอรุณ ซึ่งคำว่า มณี หมายถึง แก้วอันมีค่ายิ่ง อรุณ หมายถึงเวลาใกล้รุ่ง รวมกันแล้ว ได้ความหมายว่า แก้วอันมีค่าส่องแสงสว่างจ้า รุ่งแจ้งแสงใส หรือแก้วมาเกิดต่อมาเจ้าแม่บัวจ้อนก็ให้กำเนิดหลวงพ่ แก้วอันมีค่ามาเกิดตามนามสกุลใหม่ ว่า “มณีอรุณ”^{๓๓}

^๑ ชุมพล ธนานันท์, หนังสือประวัติหลวงพ่เกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง, (กรุงเทพมหานคร: โพธิ์สามต้นการพิมพ์, ม.ป.ป.), หน้า ๕๖.

^๒ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๖-๕๗.

^๓ อนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี หลวงพ่เกษม เขมโก ๒๘ กันยายน ๒๕๓๔, (กรุงเทพมหานคร: อรุณการพิมพ์, ๒๕๓๔), หน้า ๕๙.

จากการศึกษาด้านชาติภูมิของครุบาเจ้าเกษม เขมโก จะเห็นได้ว่า ครุบาเจ้าเป็นผู้เกิดในตระกูลสูงทั้งฝ่ายบิดาและฝ่ายมารดา คือตระกูลแห่งเจ้าผู้ครองนครลำปาง เกิดในยุคสมัยรัชกาลที่ ๖ ซึ่งเป็นการออกพระราชบัญญัติการใช้นามสกุลครั้งแรกในประเทศไทย ด้วยเหตุที่บิดาและมารดาของท่านเกิดในตระกูลที่เป็นระดับผู้ครองนครและกอบกู้ได้สร้างสรรคคุณงามความดีให้แก่สังคมจึงได้รับนามสกุลพระราชทาน คือ ณ ลำปาง ครุบาเจ้าเกษม เขมโก เกิดมาเป็นลูกชายของเจ้าพ่อน้อยหนูกับเจ้าแม่บัวจ้อน จึงได้รับนามสกุล ณ ลำปาง กล่าวได้ว่า ท่านเป็นเจ้าเกษมในขณะนั้น

๓.๑.๒ ชีวิตในวัยเด็ก

เจ้าเกษม ณ ลำปาง เป็นคนร่างเล็ก บอบบาง ผิวนวล แต่มีความแข็งแรง แคล่วคล่อง ว่องไวสติปัญญาดีมีความเฉลียวฉลาด ค่อนข้างเป็นเด็กซุกซนแต่ไม่ก้าวร้าว เข้ารับการศึกษาในระดับประถมศึกษา ที่โรงเรียนบุญทวงศ์อนุกุล ตั้งอยู่หน้าคุ้มลำปาง ปัจจุบันเป็นโรงเรียนเทศบาล ๓ (บุญทวงศ์อนุกุล) ซึ่งเป็นโรงเรียนประจำอำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง ผู้ที่สร้างโรงเรียนนี้ก็คือเจ้าหลวงบุญวาทย์วงศ์มานิต บรรพบุรุษคนหนึ่งของเจ้าเกษม ที่แรกต้องการให้เด็กๆ ที่ใช้นามสกุล ณ ลำปาง ซึ่งมีเป็นจำนวนมาก รวมทั้งลูกหลานของคนมีสต่างในเมืองได้อาศัยเข้าเรียนกัน แต่ภายหลังได้ขยายออกกว้างให้เด็กๆ ในจังหวัดลำปางทุกคน จะเป็นลูกใครก็ไม่สำคัญ ล้วนมีสิทธิ์เรียนที่โรงเรียนแห่งนี้ได้เสมอเท่าเทียมกัน เจ้าเกษมศึกษาอยู่ที่โรงเรียนแห่งนี้จนจบการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ซึ่งเป็นระดับชั้นสูงสุดของโรงเรียนในขณะนั้น เมื่อมีอายุได้ ๑๑ ขวบ ในปีพุทธศักราช ๒๔๖๖ จากนั้นก็ไม่ได้เข้าศึกษาเพิ่มเติมที่ไหนอีกเลย เพราะสมัยนั้นการศึกษาในระดับชั้นสูงๆ มีความจำเป็นน้อยมาก ถ้าไม่มุ่งหวังที่จะเข้ารับราชการ^๔

๓.๑.๓ การบรรพชา

ครุบาเจ้าเกษม เขมโก หลังจากจบการศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ ซึ่งเป็นระดับการศึกษาที่สูงสุดแล้วในสมัยนั้น ก็ได้บรรพชาเป็นสามเณร บวชหน้าไฟ (บวชในงานศพให้คนตาย) เพื่ออุทิศส่วนกุศลให้แก่ท่านเจ้าอาวาสวัดบุญยืนซึ่งเป็นญาติกันที่ได้มรณภาพไปแล้ว พอบวชครบ ๗ วัน ก็ได้ลาสิกขาออกไปอยู่บ้าน หลังจากนั้นในปีพุทธศักราช ๒๔๗๐ อายุครบ ๑๕ ปี เจ้าเกษม ณ ลำปาง ก็ได้กลับเข้ามาบรรพชาเป็นสามเณรอีกครั้ง ที่วัดบุญยืน จังหวัดลำปาง (วัดบุญยืนเป็นวัดที่บรรพบุรุษของสามเณรเกษมได้สร้างไว้) เพราะมารดาผู้บังเกิดเกล้าเห็นอุปนิสัยของบุตรชายน้อมมาทางธรรม จึงส่งเสริมสนับสนุนให้เจ้าเกษมอยู่ในร่มผ้ากาสาวพัสตร์ อันเป็นร่มเงาที่ให้ความสงบร่มเย็นมากกว่าร่มเงาอื่นใด ท่านเจ้าอาวาสวัดบุญยืนในขณะนั้นคือท่านครุบาเหมย(สุธรรม) เจ้าอาวาสผู้มีความเมตตา

^๔ สายธาร ศรัทธาธรรม, ผู้ค้นหาลังจจะใบป่าช้า หลวงพ่อเกษม เขมโก, (กรุงเทพมหานคร: รุ่งแสงการพิมพ์, ๒๕๔๐), หน้า ๑๗-๑๘.

ต่อศิษย์ สามเณรได้รับความอนุเคราะห์จากท่านครูบาเหมยเป็นอย่างดียิ่ง ในด้านความเป็นอยู่และการศึกษาพระธรรมวินัยขั้นพื้นฐาน^๕

ชีวิตหลังการบรรพชา สามเณรเกษม ฌ ลำปาง ตั้งใจศึกษาพระธรรมวินัยอย่างจริงจังได้ศึกษานักธรรมชั้นตรีและนักธรรมชั้นโท ที่วัดเซตวัน เมื่อปีพุทธศักราช ๒๔๗๕ สอบได้นักธรรมชั้นโท จากสำนักเรียนวัดเซตวัน จังหวัดลำปาง^๖ ขณะเดียวกันก็ได้ศึกษาภาษาบาลีควบคู่ไปด้วย สามเณรเกษมได้ศึกษาบาลีที่สำนักวัดศรีล้อม ซึ่งอยู่ในตัวเมืองลำปาง สำนักนี้สอนบาลีเบื้องต้น เจ้าสำนักชื่อครูบาตาคำหรือท่านเจ้าคุณวิบูลเมธี โดยมีพระมหามงคล ธนพโท เป็นผู้ช่วยสอน ต่อมาสามเณรเกษมก็ได้เข้ารับการศึกษาด้านบาลีระดับกลางที่สำนักวัดบุญญาวาสวิหาร ตั้งอยู่กลางเมืองลำปาง อาจารย์ผู้สอนคือพระมหาปราโมทย์ (นาม) นวลนุช ป.ธ.๓^๗ นอกจากนี้สามเณรเกษม ยังได้ศึกษากับครูบาอาจารย์อีกหลายท่าน คือ พระมหาสุรัส อภิโรโส ป.ธ.๙ พระเทพวิสุทธิเวที (สุด ฉัตรวิโร ป.ธ.๙) การเรียนครั้งนั้นไม่มีการสอบในสนามสอบลำปาง^๘ และสามเณรเกษมตั้งใจว่าจะเรียนเพื่อรู้เท่านั้นไม่ได้เรียนเพื่อหวังสอบ แต่กระนั้นก็เรียนได้ดีมาก จากการทดสอบความรู้ของอาจารย์ผู้สอนรับรองไว้ว่าเป็นผู้มีความรู้แตกฉานในภาษาบาลียิ่งนักหาผู้เทียบได้ยาก^๙ ต่อมาเมื่อพระมหาเปรียญ ๕ ประโยคชาวจังหวัดลำปางที่กลับจากกรุงเทพฯ ได้ทำการสอนบาลีสืบต่อมา ก็ได้ยืมกิตติศัพท์ของสามเณรรูปหนึ่งที่มีความแตกฉานทางภาษาบาลีนั่นก็คือสามเณรเกษม ฌ ลำปาง ในครั้งนั้น^{๑๐}

๓.๑.๔ การอุปสมบท

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก นับตั้งแต่เข้าสู่ร่มผ้ากาสาวพัสตร์โดยบรรพชาเป็นสามเณรแล้ว ก็ตั้งใจศึกษาเล่าเรียนพระธรรมวินัย ศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกนักธรรมและบาลีจากครูบาอาจารย์หลายท่านที่มีความรู้ความสามารถแตกฉานด้านนักธรรมและบาลี จนสามเณรเกษมมีความรู้ความสามารถแตกฉานนักธรรมและภาษาบาลีเป็นอย่างดี ทั้งนี้ท่านตั้งใจเรียนเพื่อรู้จริงๆ และครูบาอาจารย์ของท่านก็แตกฉานภาษาบาลีเป็นเปรียญสูงๆ ทั้งนี้ จนถึงเปรียญ ๙ ประโยคที่ถ่ายทอดความรู้ให้ท่าน นับเป็นความโชคดีของท่านอย่างยิ่ง

^๕ ชุมพล ธนานันท์, หนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง, หน้า ๑๙-๒๐.

^๖ เรื่องเดียวกัน, หน้า ๕๙.

^๗ สายธาร ศรัทธาธรรม, ผู้ค้นหาลัจจะในป่าช้า หลวงพ่อเกษม เขมโก, หน้า ๒๑.

^๘ ชุมพล ธนานันท์, หนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง, หน้า ๕๙.

^๙ สายธาร ศรัทธาธรรม, ผู้ค้นหาลัจจะในป่าช้า หลวงพ่อเกษม เขมโก, หน้า ๒๑.

^{๑๐} ชุมพล ธนานันท์, หนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง, หน้า ๕๙.

ในปีพุทธศักราช ๒๔๗๖ สามเณรเกษม ฌ ลำปาง อายุครบ ๒๑ ปี จึงได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุ ฌ พัทธสีมาวัดบุญวาทยวิหาร โดยมีพระธรรมจินดานายก (ฝาย) เจ้าอาวาสวัดบุญวาทยวิหารเจ้าคณะจังหวัดลำปาง เป็นพระอุปัชฌาย์ พระครูอุตรวงศ์ธาดา (ปัญญาลั่นทอง, โหรทวี) เจ้าอาวาสวัดหมื่นกาด เจ้าคณะอำเภอเมืองลำปาง เป็นพระกรรมวาจาจารย์ พระครูวิมลธรรมปัญญา (อุ่นเรื่อน) เจ้าอาวาสวัดป่าดัวะ เป็นพระอนุสาวนาจารย์ ซึ่งต่อมาได้รับแต่งตั้งสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะในราชทินนามที่ พระธรรมจินดานายก (อุ่นเรื่อน) มีเจ้าแม่บุญปิ่น พงศ์พันธุ์ (ฌ ลำปาง) และคณะศรัทธาวัดบุญยืน เป็นแรงสำคัญในพิธีอุปสมบทครั้งนั้น ในการอุปสมบทครั้งนี้ สามเณรเกษม ฌ ลำปาง ได้รับฉายาว่า “เขมโก” ซึ่งแปลว่า ผู้มีธรรมอันเกษม นับแต่นั้นเป็นต้นมา^{๑๑}

หลังจากอุปสมบทเป็นพระภิกษุแล้ว พระเกษม เขมโก ยังคงตั้งใจศึกษาพระธรรมวินัยเพิ่มเติมได้ศึกษานักธรรมชั้นเอกและสอบได้ในปีพุทธศักราช ๒๔๗๙ ขณะที่มีอายุได้ ๒๔ ปี สำหรับความรู้ด้านภาษาบาลีท่านได้ศึกษาเพิ่มเติมโดยเรียนแปลพระธรรมบททั้ง ๘ ภาค จากสำนักเรียนวัดเชียงรายบ้าง วัดบุญวาทยวิหารบ้าง ครูสอนที่สำคัญคือ พระเทพวิสุทธิสถาปน เจ้าคณะจังหวัดลำปาง พระมหามัว อภิขโย พระมหาสุรสี อภิโรโส พระมหาสุต ฐิตวิโร (ต่อมาได้รับพระราชทานตั้งและเลื่อนสมณศักดิ์เป็นพระราชาคณะชั้นเทพที่ พระเทพวิสุทธิเวที วัดมหาพฤฒารามกรุงเทพมหานคร) และพระมหาโกวิท โกวิทญาโณ ป.ธ.๕^{๑๒} การศึกษาของท่านเป็นเพียงเรียนเพื่อให้เกิดความรู้โดยไม่ได้มุ่งที่จะสอน แต่เป็นการนำเอาความรู้มาเพื่อเป็นประโยชน์ในการวิเคราะห์คำแปลพระพุทธรวจนะพระเกษม กล่าวอยู่เสมอว่า บัดนี้กำลังเรียนภาษาของพระพุทธเจ้าและเริ่มที่จะสนใจต่อปฏิบัติของพระวิปัสสนา^{๑๓}

ด้านการเรียนภาษาบาลีของครูบาเจ้าเกษมนั้น นับได้ว่า ท่านได้เรียนเพื่อที่จำเป็นไปใช้ประโยชน์จริงๆ ไม่ได้มุ่งหวังเกียรติยศชื่อเสียงใดๆ ทั้งสิ้น ดังที่ มัว พรหมวงศ์ อดีตครูสอนบาลีของหลวงพ่อเกษมได้กล่าวไว้ในหนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก ตอนหนึ่งว่า “ท่านเป็นนักเรียนบาลีที่เรียนแล้วไม่หวังยศศักดิ์ เรียนเพื่อรู้อย่างนำไปปฏิบัติเพื่อความถูกต้องในปฏิบัติแห่งพระเสขบุคคลเพื่อผลคือความเป็นอเสขบุคคล อันเป็นอุดมมงคลที่ท่านตั้งปณิธานไว้ การศึกษาเล่าเรียนของท่านจัดอยู่ในระดับปานกลาง เพราะท่านไม่หวังจะสอบ เรียนเพื่อรู้อย่างปฏิบัติเป็นหลักสำคัญ”^{๑๔}

^{๑๑} ชุมพล ธนารักษ์, หนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง, หน้า ๕๙.

^{๑๒} สายธาร ศรัทธาธรรม, ผู้ค้นหาสัจจะในป่าช้า ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, หน้า ๒๕.

^{๑๓} ชุมพล ธนารักษ์, หนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง, หน้า ๖๐.

^{๑๔} ชุมพล ธนารักษ์, หนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง, หน้า ๗๙.

๓.๑.๕ ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาส

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ได้บรรพชาและอุปสมบทจำพรรษาอยู่ที่วัดบุญยืน นับแต่เจ้าอธิการคำเหมย (สุธรรม) ต่อมาเมื่อเจ้าอธิการคำเหมย ได้มรณภาพลง พระต่อมคำ (เจ้าต่อมคำ ฌ ลำปาง บุตรเจ้านานอินตา น้องเจ้าน้อยจู) ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสสืบแทน และในเวลาต่อมา พระต่อมคำ ก็ได้ลาสิกขา ศรัทธาญาติโยมและคณะสงฆ์จึงได้อาราธนาให้หลวงพ่อกษม เขมโก เข้าดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดบุญยืนตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา^{๑๕} หลวงพ่อกษม เมื่อได้รับแต่งตั้งเป็นเจ้าอาวาสแล้ว ก็ได้บริหารวัดบุญยืนควบคู่กับการศึกษาพระธรรมวินัยและสนใจในการปฏิบัติธรรมชั้นสูง ขณะที่อยู่วัดบุญยืน ทุกวันหลวงพ่อกษมจะปฏิบัติกัมมัฏฐานอย่างสม่ำเสมอ เรื่องอื่นท่านไม่สนใจเลย เช่น หลัวจะขึ้นรถขนาดไหน ท่านก็ปล่อยไม่แผ้วถางไม่ตัดให้สั้น ขอปฏิบัติทางจิตอย่างเดียวระวังไม่ให้จิตจรุงเป็นใช้ได้ บางที่ท่านอาจจะกลัวเสียเวลาที่ต้องไปจัดการเรื่องนั้นเรื่องนี้ปล่อยวันคืนให้ล่วงไปเปล่า ชีวิตก็หดสั้นเข้าไปทุกทีแต่สังสารวัฏยาวนานเหลือเกิน เพื่อความไม่ประมาทท่านได้เร่งวันคืนแห่งการปฏิบัติให้ผ่านพ้นไปอย่างเข้มข้นและมีความหมาย

๓.๑.๖ ครูบาเจ้าเกษมในฐานะศิษย์ของครูบาแก่น

เมื่อหยุดการศึกษาปริยัติธรรมแล้ว ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ก็หันหน้าเข้าหาวิปัสสนากัมมัฏฐานเพราะนั่นเป็นหนทางแห่งการบรรลุธรรมที่แน่นอน อาจารย์รูปแรกที่สอนวิปัสสนากัมมัฏฐานที่ถือจุดดงควัตรคือ ครูบาแก่น (พระอุบล สุมโน) อดีตเจ้าอาวาสวัดประตูป้อง ตำบลเวียงเหนืออำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง ซึ่งในสมัยนั้นนับได้ว่าครูบาแก่นเป็นพระภิกษุระดับอาจารย์^{๑๖} ผู้เชี่ยวชาญด้านวิปัสสนากัมมัฏฐานของจังหวัดลำปาง เป็นพระวิปัสสนาจารย์ที่มีชื่อเสียงโด่งดังวัตรปฏิบัติที่เด่นพิเศษของท่านก็คือจุดดงควัตรเคร่งครัด (เว้นแต่ตอนเข้าพรรษา) กิจวัตรที่สำคัญคือการอยู่ป่า อยู่ถ้ำ สถานที่วิเวกทั้งหลาย เป็นที่บำเพ็ญเพียร ท่านฉันอาหารมือเดียว แต่พากเพียรเพื่อเข้าถึงธรรมอย่างหนักหน่วง ครูบาแก่นจะพาหลวงพ่อกษมผู้เป็นศิษย์ออกบำเพ็ญสมณธรรมยังป่าลึกถ้าเขาที่ค่อนข้างลี้ลับ คนเข้าไปหายาก แม้จะมีอันตรายจากสัตว์ร้าย ก็ไม่เกรงกลัว เพราะถือว่าป่าไม้ไม่น่ากลัว แต่ป่าคือกิเลสหนักกลัวกว่า

หลวงพ่อกษมได้ติดตามครูบาแก่นออกจุดดงไปทั่วเมืองลำปาง รับคำสั่งสอนและปฏิบัติธรรมให้แก่กล้ายิ่งขึ้น ได้ฝึกฝนตนเองจนเกิดความเชี่ยวชาญด้านวิปัสสนา ท่านได้รับการฝึกเข้มทั้งในป่าและที่วัด เริ่มจากใกล้รุ่ง จะต้องนั่งสวดมนต์ ภาวนา เวลาประมาณ ๐๙.๐๐ น. จึงฉันภัตตาหาร

^{๑๕} ชุมพล ธนารักษ์, หนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาคำ) ลำปาง, หน้า ๖๐ - ๖๑.

^{๑๖} เจ้าประเวทย์ ฌ ลำปาง, ธีระสิทธิ์ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, (ลำปาง : ลำปางการพิมพ์, ๒๕๓๙), หน้า ๑๔.

เดินจงกรมตอนบ่าย เวลาค่ำสวดมนต์ภาวนา ศึกษาค้นคว้าพุทธธรรม แล้วนั่งบำเพ็ญเพียรไปจนถึงเวลา ๒๒.๐๐ น. หลังจากนั้นก็กรวดน้ำแล้วแผ่เมตตาให้สรรพสัตว์ หลวงพ่อเกษม เขมโก ได้ยึดถือแบบอย่างอันดีนี้ แล้วนำมาปฏิบัติธรรมอยู่แต่ในวัด^{๑๗}

๓.๑.๗ สละตำแหน่งเจ้าอาวาส

หลวงพ่อเกษม เขมโก ได้บริหารวัดบุญยืนควบคู่ไปกับการศึกษาพระธรรมวินัยและสนใจในการปฏิบัติธรรมชั้นสูง ได้มองเห็นลางสังกการะอาภิสที่หลังไหลเข้าสู่วัดบุญยืน อันเป็นวัดที่มีศรัทธาบูชาบุญที่มั่นคงวัดหนึ่ง ไม่ใช่ทางที่จะนำไปสู่ความหลุดพ้น ลากยศสรรเสริญ และความสุขแบบมีตำแหน่งเจ้าอาวาสกับจุดมุ่งหมายบำเพ็ญปฏิบัติตามโลกุตตรวิถีไม่อาจจะร่วมทางกันไปได้แน่แท้ ตำแหน่งเจ้าอาวาส ทำให้ท่านมีเวลาน้อยสำหรับการปลีกวิเวก เพราะต้องมัววุ่นวายอยู่กับการปกครองพระภิกษุสามเณรและการต้อนรับผู้ไปมาหาสู่ที่มีมาเป็นประจำ ความเป็นอิสระเริ่มหาได้ยากขึ้นทุกวันๆ หากความสงบกายสบายใจไม่ได้เหมือนดังก่อน เพราะเหตุดังกล่าว ท่านจึงขอลาออกจากตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดบุญยืนต่อท่านพระครูอินทวิชัย เจ้าคณะอำเภอเมืองลำปางโดยเดินทางไปนมัสการลาด้วยตนเอง ท่านเจ้าคณะอำเภอตกใจมาก ยับยั้งไว้ไม่ให้ลาออกเพราะหลวงพ่อเกษมเป็นพระที่ชาวบ้านศรัทธามาก ท่านลาออกไปอาจทำให้ประชาชนกระเทือนใจได้สาधार ศรัทธาธรรม แต่ครูบาเจ้าเกษมบอกถึงวัตถุประสงค์ของตนที่ได้ตั้งใจบำเพ็ญสมณธรรมอย่างเต็มที่ เพื่อความพ้นทุกข์ จำเป็นต้องวางภาระทั้งหลายลง ชีวิตจิตใจจะได้ปลอดโปร่งโล่งสบาย ง่ายต่อการเจริญวิปัสสนา หลังจากที่ครูบาเจ้าเกษมได้แจ้งจุดประสงค์ขอลาออกจากตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดบุญยืนท่ามกลางความประหลาดใจและคาดไม่ถึงของชาวบ้านตลอดจนคณะศรัทธาทั้งหลายเป็นอันมากเพราะสถานที่ที่ท่านอยู่นั้น ภูมิที่สวยงาม วัดวาอารามก็ใหญ่โต อดิเรกลาภก็สมบูรณ์ เหตุไฉนท่านจึงสละได้ทั้งๆ ที่พระแต่ละรูปก็อยากจะเป็นเจ้าอาวาสกันทั้งนั้น ท่านได้ออกเดินทางไปอยู่ตามป่าช้า เมื่อวันที่ ๑๑ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๔๙๒ ในตอนรุ่งเช้าและได้เขียนจดหมายทิ้งไว้มีข้อความดังนี้ “การเป็นเจ้าอาวาสเปรียบเสมือนหัวหน้าครอบครัว จึงไม่เหมาะสมกับเราเราเป็นพระกรรมฐานที่ต้องการความสงบ เราไม่ขอลกลับมาอีกอย่าได้ติดตามเราไป ทุกอย่างเราสอนดีแล้วจงประพฤติไปเถิดจะเกิดผล”

การก้าวออกจากวัดของครูบาเจ้าเกษมในครั้งนั้น ท่านออกจากวัดโดยไม่ได้มีอะไรติดตัวไปเลย มีเพียงบาตรและจีวรเท่านั้น สถานที่ท่านเดินทางไปอยู่แห่งแรกนั้นคือ ป่าช้าวังทาน ซึ่งปกติแม้แต่กลางวันก็ไม่มีใครสนใจเที่ยวเตร่ แต่ก็เป็นที่น่าแปลกประหลาด ท่านก็สามารถอยู่ได้โดยไม่มีผู้ติดตามในระยะแรกๆ ต่อมาเมื่อผู้มีศรัทธาได้ทราบข่าวว่าท่านได้อยู่แห่งไหน ก็ติดตามไปคอยรับใช้ พอท่านเห็นว่าความวุ่นวายเริ่มเข้ามา ท่านก็ออกเดินธุดงค์ไปอยู่ป่าช้าแห่งใหม่ คนก็ติดตามไปอีก จน

^{๑๗} ชมรมพุทธศาสตร์ การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย, *ชีวประวัติ หลวงพ่อเกษม เขมโก*, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ป. สัมพันธ์พาณิชย์, ๒๕๓๖), หน้า ๑๕.

ท่านต้องขึ้นไปอยู่บนยอดดอยที่สงัด ก็ยังมีคนติดตามไปทุกหนทุกแห่ง ถึงกับลงทุนลงแรงช่วยกันทำทาง ทำที่พัก คนเหล่านั้นหวังผลอะไร เท่าที่ได้เคยติดตามไปสังเกตท่านก็ไม่เห็นให้อะไร หรือทำอะไรให้ใครไปในทำนองแจกเครื่องรางของขลังหรือเป็นหมอดูทำนายทายทักแบบพระบางรูป ท่านได้เพียรพยายามหาเวลานั่งกรรมฐานชนิดไม่มีเวลาหยุดพักปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ นับจากการที่หลวงพ่อกษม เขมโก ได้ตัดสินใจออกเดินทางมุ่งหน้าไปยังสุสานวังทานครั้งแรกนั้น ท่านได้ตั้งปณิธานอันแน่วแน่ว่าจะปฏิบัติดุจดั่งควัตรอย่างเคร่งครัด นับแต่นั้นมาท่านก็ได้ถือดุจดั่งควัตรมาตามลำดับ นอกจากหลวงพ่อกษมแล้ว ในอดีตแห่งนครลำปางก็ยังมีพระเถระที่มีปฏิปทาเช่นเดียวกันนี้ โดยหลวงพ่อกษมได้เดินตามรอยท่าน ซึ่งในหนังสือประวัติของหลวงพ่อกษม เขมโก ได้กล่าวถึงประวัติความเป็นมาเกี่ยวกับการพระศาสนาในนครลำปางโดย^{๑๘}

ลำดับมา กิตติคุณของครูบามหาป่าแห่งสกุลชาวตำบลลำปางหลวง บ้านไหลหิน ต่างสืบทอดกันมานับเวลาร้อยๆ ปี เราต้องจารึกเรื่องราวของหลวงพ่อกษม เขมโก ซึ่งมีปฏิปทาเช่นเดียวกับมหาป่าเป็นรูปแรกที่ได้สละตำแหน่งเจ้าวัด เป็นการตัดเยื่อใยในลาภยศสรรเสริญและความสุขอย่างหยาบได้ระดับหนึ่ง ส่วนเรื่องการออกปฏิบัติดุจดั่งควัตรในป่าช้าต่างๆ และการถือโสสานิถุรงค์อย่างเคร่งครัดในสุสานไตรลักษณ์(ศาลาดำ) ของหลวงพ่อกษม นั้น ผู้วิจัยจะได้กล่าวถึงรายละเอียดในบทที่ ๔ ต่อไป

๓.๑.๘ ปฏิปทาจริยาวัตร

ปฏิปทาจริยาวัตรถือว่าเป็นองค์ประกอบหนึ่งของพระนักเผยแผ่นอกเหนือไปจากคุณสมบัติด้านคุณธรรม เพราะบุคลิกภาพที่สง่างาม ย่อมสร้างความศรัทธาให้เกิดแก่ผู้พบเห็นเป็นครั้งแรกพระพุทธเจ้านั้นพระองค์ทรงมีพระวรกายที่สง่างาม ประกอบด้วยมหาปฐิสลักษณ์ ๓๒ ประการ และอนุพยัญชนะ ๘๐ ประการ ดังมีผู้ชมว่า “พระสมณโคดมทรงมีพระรูปร่าง น่าดู น่าเลื่อมใสมีพระฉวีวรรณผุดผ่องยิ่งนัก มีวรรณะและสรีระดุจดั่งพรหมนำขมยิ่งนัก” มีพระสุรเสียงไพเราะดุจเสียงแห่งพรหม ตรัสมีสำเนียงไพเราะดุจนกการเวก ตรัสถ้อยคำงดงาม มีพระวาจาสุภาพสละสลวย ไม่มีโทษยังผู้ฟังให้เข้าใจเพื่อความแจ่มแจ้ง ยิ่งก่อให้เกิดความเพลิดเพลินใจชวนอยากให้ฟัง^{๑๙}

ขณะเดียวกันพระอากัปกิริยามารยาททุกอย่างมีส่วนสำคัญที่ทำให้ผู้เห็นเกิดความเลื่อมใส เริ่มแต่สมบัติผู้ดีและมารยาทอันเป็นที่ยอมรับของสังคม ตลอดจนพระบุคลิกลักษณะที่เป็นเสน่ห์ทุกประการ พร้อมไปด้วยความองอาจความสง่างาม ความสงบเยือกเย็น การแสดงธรรมของพระองค์ นอกจากแจ่มแจ้งด้วยสัจธรรมแล้ว ยิ่งก่อให้เกิดความรู้สึกเพลิดเพลินใจชวนอยากให้ฟังอยากใกล้ชิดพระองค์อยู่ไม่วาย

^{๑๘} สายธาร ศรัทธาธรรม, ผู้ค้นหาหัจจะในป่าช้า หลวงพ่อกษม เขมโก, หน้า ๓๓๓.

^{๑๙} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๓๘๗/๔๗๘.

บุคลิกภาพถือว่าเป็นปัจจัยภายนอกที่สร้างเสริมศรัทธาให้เกิดในขั้นต้นเท่านั้น การที่พระนักปฏิบัติหรือพระนักเผยแผ่คำนี้ถึงถือการปรับปรุงบุคลิกภาพของตนย่อมเป็นการเสริมสร้างศรัทธาอย่างมีต้องสงสัย ผู้ที่มีบุคลิกภาพดีจึงควรเป็นผู้ที่ระมัดระวังตนให้มีความสะอาดทั้งร่างกายและจิตใจ มีความแจ่มใส สงบสำรวม สง่าผ่าเผยด้วยความมั่นใจในตนเอง ส่วนความงดงามในรูปโฉมนั้นเมื่อเทียบกับความงดงามภายในคือจิตใจแล้วมีความหมายน้อยในบุคลิกภาพที่ดีของผู้ที่เป็นนักปฏิบัติ นักเผยแผ่ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นผู้มีบุคลิกภาพและปฏิปทาจริยาวัตรตรงตาม สามารถปฏิบัติตนด้วยจุดศรัทธา ข้อโสสานิกจุดศรัทธา คือถือการอยู่ในป่าช้าเป็นวัตร ปฏิบัติขัดเกลากิเลสตนเองด้วยวิธีการเคร่งครัดตามหลักการของการถือจุดศรัทธาขั้นออกกฤษฎ์ นับเป็นบุคลิกภาพที่โดดเด่นและสง่างามอย่างยิ่ง ขณะเดียวกันก็เป็นผู้มีบุคลิกลักษณะที่มีอารมณ์ขันซึ่งกล่าวได้ว่าเป็นบุคลิกลักษณะที่พิเศษของพระนักปฏิบัติจุดศรัทธาที่ไม่เหมือนใคร และมีความอ่อนน้อมถ่อมตนไม่โอ้อวดตน ปฏิบัติธรรมเพื่อประโยชน์ตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวมได้อย่างลงตัว ดังที่สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก กล่าวถึงปฏิปทาจริยาวัตรของหลวงพ่อกษม ในหนังสืออนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี หลวงพ่อกษม ความตอนหนึ่งว่า

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นพระมหาเถระนักปฏิบัติที่เป็นที่เคารพนับถือของพุทธศาสนิกชนทั่วไปทั้งใกล้และไกล ท่านปฏิบัติมั่นในศีลในจุดศรัทธาคือการอยู่ในป่าช้าและในการถือสันโดษในปัจจุบันนี้ จึงนับเป็นพระเถระผู้ทรงสมณคุณควรแก่การสักการะรูปหนึ่งในเมืองเหนือ แม้ท่านจะเป็นผู้พอใจในความวิเวก นิยมความหลีกเร้นสงบสงัดเป็นนิสัย แต่ก็เป็นผู้ที่ประกอบไปด้วยเมตตาธรรม ยินดีในการสงเคราะห์อนุเคราะห์ สาธุชนที่เข้าไปสู่สำนักของท่านโดยถ้วนหน้า ด้วยการสงเคราะห์ด้วยธรรมะและวัตถุสิ่งของตามควรแก่ประสงค์ กล่าวได้ว่า หลวงพ่อกษม เขมโก ได้บำเพ็ญตนเป็นคุณประโยชน์แก่ประชาชนอย่างกว้างขวาง ทั้งในทางวัตถุและจิตใจ ปฏิปทาและสมณคุณของหลวงพ่อกษม เขมโก ดังกล่าวแล้ว ย่อมเป็นที่ประจักษ์แก่สาธุชนทั่วไปและย่อมเป็นที่มาของความเคารพนับถือทั้งปวง หลวงพ่อกษมจึงเป็นผู้ที่กล่าวได้ว่าได้ทำชีวิตให้เป็นประโยชน์ทั้งส่วนตนทั้งส่วนผู้อื่น^{๒๐}

นอกจากนี้ยังมีพลเอกชวลิต ยงใจยุทธ หัวหน้าพรรคความหวังใหม่ในขณะนั้น ซึ่งกล่าวได้ว่าเป็นศิษย์ของครูบาเจ้าเกษม มีความเคารพนับถือหลวงพ่อกษมอย่างยิ่ง ได้เขียนคำอธิษฐานจิตเพื่อถวายสักการะแด่ หลวงพ่อกษม เขมโก ในวาระที่มีชนมายุครบ ๘๐ ปี โดยได้กล่าวถึงปฏิปทาจริยาวัตรของหลวงพ่อกษม ดังข้อความตอนหนึ่งว่า

ครูบาเจ้าผู้ทรงศีลตามรอยพระพุทธบาทขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและความ เป็นธรรมทายาท ที่มีส่วนสำคัญในการสั่งสอนสืบทอดบรมธรรมของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วย

^{๒๐} อนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ธรรมานุโมทนา, หน้า ๑๐.

การปฏิบัติบูชา ที่นำเลื่อมใส ดำรงอยู่ในร่มกาสาวพัสตร์เป็นสุปฏิปันโนที่บริสุทธิ์ผุดผ่องสามารถจุดประกายธรรมประทีปให้สว่างไสวเจิดจ้าในดวงใจของพุทธศาสนิกชนคนไทยมาหลายทศวรรษ พลังแห่งเมตตาธรรมของหลวงพ่อก็ได้ช่วยโปรดสัตว์โลกให้หลีกพ้นจากอบายและอวิชชาให้หันมาดำเนินชีวิตในธรรมวิถี เพื่อสร้างสมบุญกุศลในช่วงชีวิตของความเป็นมนุษย์ปฏิบัติทางอันสูงยิ่งของหลวงพ่อบ้างเป็นแรงบันดาลใจให้บุคคลทั้งหลายได้ประจักษ์ถึงสัจธรรม พุทธานุเคราะห์ และพุทธานุภาพของพระพุทธรองค์ การอุทิศตนอย่างสิ้นเชิงของหลวงพ่ตอพระพุทธรศาสนา นี้ นับเป็นกุศลอันยิ่งใหญ่ในการช่วยสืบพระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่อย่างมั่นคงในปัจจุบันสมัย และจะเป็นพลังอันแข็งแกร่งสืบต่อไปในเบื้องหน้า ศิลปบริสุทธิ์ สมาธิจิต ปณิธานที่แน่วแน่ และกุศลบารมีที่หลวงพ่ได้เฝ้าเพียรบำเพ็ญตลอดมาตามอริยวินัยนี้ ทำให้หลวงพ่เป็นเสมือนรัตนชาติเม็ดงามประดับพุทธปฐพีเบื้องอุตรทิศของไทย ที่ช่วยส่งเสริมให้พุทธธรรมของสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ได้ส่องทางให้พุทธศาสนิกชนได้พ้นจากอกุศลเพื่อบรรลุความสุขและศานติธรรมอย่างแท้จริง^{๒๑}

ร้อยตรีพลศักดิ์ สัตยานุรักษ์ ผู้ว่าราชการจังหวัดลำปางในขณะนั้น ได้กล่าวถึงปฏิปทาจริยาวัตรของหลวงพ่เกษม เขมโก ดังที่ปรากฏในหนังสืออนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี หลวงพ่เกษมเขมโก ความตอนหนึ่งว่า “หลวงพ่เป็นพระมหาเถระเกจิอาจารย์ที่มีชื่อเสียง เพียบพร้อมด้วยขันติธรรมเมตตาธรรม มีจริยาวัตรดีงาม บำเพ็ญเพียร เป็นสมณคุณูปการ เป็นที่เคารพนับถือศรัทธาเลื่อมใสแก่สาธุชนทั้งในจังหวัดลำปาง ต่างจังหวัด ตลอดจนชาวต่างประเทศ

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นพระมหาเถระอีกรูปหนึ่งของล้านนาไทย ที่มีความรู้ความสามารถด้านวิปัสสนากัมมัฏฐาน และการปฏิบัติดั่งควัตร ข้อโสสานิกดุดงค์ การอยู่ป่าช้าเป็นวัตรซึ่งกล่าวได้ว่า ท่านเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพดี เป็นผู้ปฏิบัติทางจริยาวัตรเรียบร้อยงดงาม นำเคารพเลื่อมใสศรัทธาแก่ผู้พบเห็นและผู้สนทนา ที่สำคัญท่านวางอิริยาบถการยืน เดิน นั่ง และนอน ด้วยอาการสงบ งามสง่าแผ่แผ่และมีความมั่นใจในตนเองสูง เพื่อให้มองเห็นภาพตามคำที่กล่าวมาได้ อย่างชัดเจน ผู้วิจัยขอนำปฏิปทาจริยาวัตรบางประการของท่าน ซึ่งได้เรียบเรียงสรุปจากเอกสารประวัติและความเป็นมาของครูบาเจ้าเกษม เขมโก มาแสดงไว้พอเป็นตัวอย่าง ดังนี้

๓.๑.๙ การบำเพ็ญตนอยู่ในความเมตตา กรุณา ในพรหมวิหารธรรม

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นผู้ที่เปี่ยมล้นไปด้วยความเมตตากรุณาอย่างหาได้ยากยิ่ง มีปณิธานอันแรงกล้าที่จะช่วยสรรพสัตว์ทั้งหลายผู้ตกทุกข์ได้ยากโดยไม่เลือก ชาติ ชั้น วรรณะแต่อย่างใด โดยเฉพาะการช่วยพัฒนาจิตของมวลมนุษย์ทั้งหลายให้พ้นไปจากทุกข์นั้นเป็นความเมตตาธรรมอันสูงส่ง อันมิอาจเปรียบเทียบกับสิ่งใดได้ ท่านได้พยายามแนะนำสั่งสอนบรรดาสาธุศิษย์และ

^{๒๑} อนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ธรรมานุโมทนา, หน้า ๑๑.

พุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ให้มีการประพฤติปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานอยู่เสมอ เพื่อให้ทุกคนเกิดปัญญา ให้มีดวงตาเห็นธรรม เห็นความจริงแห่งชีวิต ไม่ตกเป็นทาสของกิเลสและโลกสมมติทั้งหลาย งานนี้เป็นงานที่ยากลำบากมาก เพราะการที่จะขจัดกิเลสที่มีอยู่ในจิตใจของมวลมนุษย์มาเป็นเวลานานนั้น จะต้องอาศัยความอดทน ความเสียสละอย่างสูงสุดทีเดียว ท่านจึงได้ทุ่มเททั้งชีวิตจิตใจอุทิศให้เพื่อช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ทั้งหลายให้มีปัญญา ดำเนินชีวิตอยู่ในโลกนี้อย่างฉลาด โดยการน้อมนำเอาพระธรรมคำสั่งสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้ามาเป็นหลักชัยในการดำเนินชีวิต

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก นอกจากได้ปฏิบัติตนอยู่ในกรอบของพระธรรมวินัยอย่างเคร่งครัด และได้ปฏิบัติตรงกวัตรคือไสยานิกธุดงค์แล้ว ท่านยังได้ยึดถือคุณธรรมคือความมีเมตตาและกรุณาในพรหมวิหารธรรมอย่างมั่นคงอีกด้วย ความเป็นผู้มีเมตตาและกรุณาของท่านนั้นเป็นที่ประจักษ์ชัดแล้ว ดังที่นายบุญชู ตรีทอง ประธานสาขาพรรคความหวังใหม่ จังหวัดลำปาง ในขณะนั้นได้เขียนคำแสดงมุทิตาจิตไว้ในหนังสืออนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี หลวงพ่อเกษม เขมโก ความตอนหนึ่งว่า

พระคุณเจ้ามีความเมตตาเป็นที่เลื่อมใส ดำรงอยู่ในร่มกาสาวพัสตร์ เป็นพระผู้ทรงศีลอุทิศตนอย่างสิ้นเชิงต่อพระบวรพุทธศาสนา มีสมาธิจิต ปณิธานอันสูงส่งและแน่วแน่ในอันที่จะสืบพระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่อย่างมั่นคงหาพระผู้ใดจะเสมอเหมือน...พระคุณเจ้ายังได้มีความกรุณาเอื้อเฟื้อต่อชาวลำปางอย่างล้นเหลือเป็นหลักในการสร้างสรรค์ความเจริญก้าวหน้าให้กับชาวลำปาง และประชาชนใกล้เคียงอย่างแท้จริง ทั้งทางด้านวัตถุ เช่น ศาสนสถาน สถานศึกษา ถนนหนทางในชนบท ทั้งหมดนี้ล้วนเกิดจากความเสียสละของหลวงปู่เกษม เขมโก

ความเป็นผู้มีเมตตากรุณาต่อสรรพสัตว์นั้น หลวงพ่อเกษม จะแผ่เมตตาต่อสัตว์โดยหลวงพ่อก็จะหยิบเอาหอมและของฉันทต่างๆ ที่มีผู้นำมาถวายเมื่อท่านออกโปรดสัตว์ภายในบริเวณสุสาน ไตรลักษณ์ ท่านจะส่งลูกศิษย์ว่า เอาไปให้ลูกหลานกิน ลูกหลานของท่านก็ค่อมต หนู กระรอก นก และสุนัข ตลอดจนสัตว์อื่นๆ ที่อาศัยอยู่ในป่าช้า การให้ท่านแผ่เมตตาต่อสัตว์นั้น หลวงพ่อเกษม เป็นผู้มีเมตตาธรรมอันสูง เช่น ให้อาหารแก่มด หลวงพ่อก็จะเอาอาหารที่มดชอบคือน้ำตาล ฝอยทอง กรอบขนมปัง และก่อนจะนำเอาไปให้มด หลวงพ่อก็จะบดอาหารเหล่านั้นให้ละเอียดเสียก่อน แล้วจึงนำเอาไปให้มด ที่หลวงพ่อบำบัดนี้ท่านว่าทำอย่างนี้กินง่ายดี ส่วนสัตว์พวกนก หนู กระรอก หลวงพ่อก็จะจัดผลไม้มอบให้ศิษย์นำไปแขวนไว้บนต้นไม้ เมื่อถึงเวลาสัตว์พวกนั้นก็จะมีมาหากินกันเอง เมื่อหลวงพ่อบริกรรมปฏิบัติกิจวัตรของท่านเป็นที่เสร็จเรียบร้อยแล้ว ท่านก็จะได้เตรียมตัวออกเดินทางไปยังบ้านของผู้ที่มานิมนต์โดยไม่รีรอ

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นผู้ประกอบด้วยพรหมวิหาร ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา และมีขันติเข้มแข็งเป็นเยี่ยม แม้จะอาพาธ เจ็บป่วย ทรมานด้วยโรคพยาธิ ท่านก็ไม่ยอมหยุดยั้งการบำเพ็ญภาวนา ท่านผู้ใดมีเรื่องเดือดเนื้อร้อนใจเข้าไปหาท่าน ท่านจะเมตตาเสมอแม้กระทั่ง

การสร้างวัดวาอารามหรือการปฏิสังขรณ์เสนาสนะในบวรพุทธศาสนา มีผู้ไปขอเมตตาท่าน ท่านก็จะเมตตา อนุเคราะห์ช่วยให้สำเร็จแทบทุกรายไป ท่านเป็นผู้เข้าถึงแล้วซึ่งคุณธรรมชั้นสูง สละประโยชน์ส่วนตนเพื่อส่วนรวม ไม่ยินดียินร้ายในลาภ ยศ สรรเสริญ นับเป็นพระภิกษุสงฆ์ที่หาได้ยาก เพราะการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานได้รับผลเป็นที่แน่นอนนั่นเอง^{๒๒}

๒) ความเป็นผู้ที่มีความสำรวมระวางอยู่เสมอ

ความเป็นผู้สำรวมระวางอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ของหลวงพ่อกษม นั้นนับได้ว่าจัดอยู่ในขั้นสูงสุด กล่าวคือ ท่านสำรวมอินทรีย์อย่างเคร่งครัด ระมัดระวังทุกอิริยาบถทุกก้าวอย่าง เป็นต้นว่า จะยืน เดิน นั่ง หรือนอน ก็ต้องตรวจสอบดูสถานที่นั้นๆ ให้ดีเสียก่อน ด้วยเหตุว่ากลัวจะไปเหยียบหรือนั่งทับมดตาย ดังข้อความที่เจ้าประเวทย์ ณ ลำปาง กล่าวไว้ในหนังสือที่ระลึกหลวงพ่อกษม เขมโก ความตอนหนึ่งว่า

ตอนไปอยู่ป่าช้าศาลาวังทาน ผมต้องตามไปปฏิบัติ บางครั้งท่านนั่งภาวนาอยู่บนศาลา บางครั้งผมนอน ท่านก็มานั่งอยู่เหนือศีรษะผมแล้วภาวนาจนตึกตื่น คืนหนึ่งฝนตก ผมนอนไม่หลับ เพราะมดนับล้านตัวเป็นฝูงใหญ่ หนีฝนขึ้นมาบนศาลา กัดผมขณะที่ยืนนอน ผมได้ลุกขึ้นหากกระดากมาจุดไฟเผา ตายทั้งฝูงใหญ่ หลวงพ่อสืมตามองดูแต่ไม่พูดอะไร รุ่งเช้าท่านเขียนจดหมายสั่งเหมือนคำสั่งบอกว่า “ณระเวทย์ กลับไปล้างส้วมที่วัด ๑๕ วัน” หลวงพ่อไม่เคยลงโทษตีหรือเขียน แต่เป็นวิธีการทำคุณไถ่โทษมากกว่า เพราะไหนๆ ก็ทำผิดโดยไม่สำรวมระวาง เพราะหลวงพ่อกษม เป็นผู้มีเมตตาธรรมสูง และสำรวมอินทรีย์ทุกอิริยาบถดังกล่าวแล้ว^{๒๓}

๓) ความเป็นผู้ตั้งมั่นอยู่ในความกตัญญูกตเวทิตาธรรม

ตั้งแต่เล็กจนเติบโตใหญ่ ท่านไม่เคยทำความหนักใจให้แก่บิดามารดาเลย ท่านได้ปฏิบัติตนให้อยู่ในโอวาทของมารดาเสมอ โดยเฉพาะมารดาเป็นผู้เลี้ยงดูท่านมาตั้งแต่เด็ก เพราะบิดาได้เสียชีวิตขณะที่ท่านยังเด็กนั่นเอง ท่านจึงเชื่อฟังมารดาอย่างยิ่ง จากนั้นท่านก็อุทิศตนเพื่อรับใช้พระพุทธศาสนาบรรพชาเป็นสามเณรและอุปสมบทเป็นพระภิกษุดังที่ปรากฏในประวัติแล้ว ด้วยความ ที่เจ้าแม่บัวจ้อนมีลูกชายเพียงคนเดียวในขณะนั้น จึงมีความเป็นห่วงพระลูกชายคือหลวงพ่อกษมที่ออกปฏิบัติธุดงค์ควัตรในป่าช้า เจ้าแม่บัวจ้อนก็เกรงว่าพระลูกชายจะลำบาก อดอยากอาหาร โดยที่เจ้าแม่นั้นไม่เข้าถึงปณิธานที่หลวงพ่อดังไว้หรือด้วยความที่รักและห่วงใยลูกจึงคิดที่จะตามไปปรนนิบัติท่าน และหลวงพ่อกษมก็เป็นลูกที่มีความกตัญญูรู้คุณของมารดารักและห่วงใยมารดาอย่าง

^{๒๒} ฉัตร เก้าชั้น, ตนบุญแห่งนครลำปาง หลวงพ่อกษม เขมโก, (ปฐมฐาน: สำนักพิมพ์เฟื่องอักษร, ๒๕๓๘), หน้า ๑๒๔-๑๒๕.

^{๒๓} เจ้าประเวทย์ ณ ลำปาง, ที่ระลึกครูบาเจ้ากษม เขมโก, หน้า ๑๗.

ยิ่ง ดังข้อความตอนที่เจ้าประเวทย์ ณ ลำปาง ซึ่งเป็นสามเณรมีศักดิ์เป็นหลานของหลวงพ่อกษม ได้ออกติดตามรับใช้ใกล้ชิดท่านด้วยในขณะนั้น เล่าไว้ว่า เจ้าแม่บัวจ้อนรักหลวงพ่อกมาก กลัวหลวงพ่อกจะอดบ้าง เป็นห่วงเป็นใยอย่างอื่นๆ บ้าง เพราะเป็นลูกคนเดียว หลวงพ่อกจะไปอยู่ไหน ก็จะต้องตามไปอยู่ใกล้ๆ เสมอ ทำอาหารที่เชื่อว่าท่านจะฉันไปถวาย หลวงพ่อกเองก็อนุเคราะห์โยมมารดาอยู่อย่างสม่ำเสมอ เป็นต้นว่าเวลากลับจากบิณฑบาตถึงวัดแล้ว ก็จะต้องตักข้าวแบ่งอาหารและผลไม้ต่างๆ ใส่ฝาบาตรไปให้โยมมารดากินก่อน แล้วท่านจึงฉันที่หลังพอฉันเสร็จท่านก็จะแบ่งให้คนบ้าง สัตว์บ้าง กินกันต่อไป เมื่อหลวงพ่อกย้ายไปอยู่ป่าช้าแม่อาจเจ้าแม่บัวจ้อนจำต้องทิ้งกิจการตามไป ซึ่งเจ้าแม่บัวจ้อนเป็นแม่ค้าขายเพชรพลอยได้นำเอาของมีค่าสกุลเงิน เครื่องเงินเครื่องทองออกขายในราคาถูกลงๆ และแจกให้ฟรีๆ แก่คนอื่นไปจนหมดเกลี้ยงไม่ค้าขายอะไรแล้วจะตามไปอยู่กับพระลูกชาย โดยเจ้าแม่บัวจ้อนให้คนไปตามตัวโกเกตุ หรือเกตุพงษ์พันธุ์ ซึ่งเป็นญาติใกล้ชิดพาเจ้าแม่ไปส่งที่ป่าช้าแม่อาจ ผมเป็นเณรก็ติดตามหลวงพ่อกไปชาวบ้านได้สร้างศาลาให้เจ้าแม่บัวจ้อนอยู่ข้างวัดแม่อาจ ส่วนหลวงพ่อกเข้าไปนั่งปฏิบัติธุดงค์วัตรของท่านในป่าช้า บนดอยแม่อาจ บำเพ็ญวิปัสสนากัมมัฏฐาน ปฏิบัติได้หนึ่งพรรษา ฝ่ายเจ้าแม่บัวจ้อน ที่อยู่ศาลาข้างวัดทนครคิดถึงลูกไม่ไหว ก็ออกติดตามไปอยู่ที่ป่าช้าข้างดอย โดยไปสร้างศาลาใกล้ๆ กับที่ปฏิบัติของหลวงพ่อก เจ้าแม่มีคนรับใช้อยู่คนหนึ่งชื่อเปี้ย (ปัจจุบัน ๒๕๔๐ยังมีชีวิตอยู่ อายุ ๗๐ กว่าปีแล้ว) เจ้าแม่บัวจ้อนไปอยู่ในป่าได้ระยะหนึ่งก็ล้มป่วยลงด้วยโรคไข้ป่าจึงได้ให้คนไปตามหมอมารักษา แต่แล้วอาการก็ไม่ดีขึ้น อาการกลับทรุดหนักลง เจ้าแม่บัวจ้อนยังมีสติอยู่เรียกผมเข้าไปใกล้ๆ แล้วบอกว่า “เณรเวทย์เงินมีอยู่ชวเอ็ดบาท (ยี่สิบเอ็ดบาท) เก็บไว้บนหัวนี้เนื้อถ้าตายให้ไปบอกลุงมา” แล้วหลับตา หลวงพ่อกได้มานั่งดูอาการของเจ้าแม่สวดมนต์ผมก็สวดตาม เป็นที่น่าแปลกมาก ขณะที่หลวงพ่อกสวดมนต์อยู่นั้น ก็มีผึ้งบินมาวนเวียนตลอดไปมาจนผมทนรำคาญไม่ไหว จึงได้คว้าไม้จ้องตีไล่มันตลอดเวลา หลวงพ่อกได้ล้มตาคืนแล้วกระซิบห้ามด้วยเสียงแผ่วเบา แล้วสวดมนต์ต่อไปผมจึงสวดตามท่าน ครู่หนึ่งเจ้าแม่ก็ถอดจิตตายไปด้วยอาการอันสงบ

ผมสังเกตเห็นเบ้าตาหลวงพ่อกมีน้ำตาไหล ท่านแม่บุญแม่กุศลแล้วภาวนาต่อไปจนจบแล้ว ลืมตาหลวงพ่อกพูดกับผมด้วยประโยคสั้นๆ ว่า “แหม เขาว่าจะบให้แล้วนา” ผมมองดูใบหน้าของเจ้าแม่บัวจ้อน ซึ่งหมดลมไปแล้ว ใบหน้าของเจ้าแม่อึมสาดใส เหมือนมีรอยยิ้มอย่างมีความสุข ไม่ทุกข์ทรมานด้วยความเจ็บป่วย ศพของเจ้าแม่บัวจ้อนเผาที่ป่าช้าแม่อาจนั่นเอง หลังจากเสร็จงานศพของเจ้าแม่แล้ว หลวงพ่อกก็ได้พูดกับผมว่า “เวทย์ เขาอายุยังหนุ่มน้อย ขอให้กลับไปเรียนธรรมที่วัดเตอะ ส่วนเฮานั้นบเอาหยั่งแล้ว เฮาชอบความวิเวก” จากนั้นผมก็กลับไปเรียนที่วัดบุญยืนตามคำบัญชาของหลวงพ่อก^{๒๔}

^{๒๔} สายธาร ศรัทธาธรรม, ผู้ค้นหาสัจจะในป่าช้า ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, หน้า ๔๓-๔๖.

จากเหตุการณ์เกี่ยวกับปฏิบัติทางจริยวัตรด้านความกตัญญูทเวทิตของหลวงพ่อกษม เขมโกตั้งได้กล่าวมานั้น กล่าวได้ว่า ท่านเป็นผู้ยึดมั่นในความกตัญญูทเวทิตาธรรมอย่างเสมอต้นเสมอปลาย ต่อผู้มีพระคุณเช่นบิดามารดา โดยเฉพาะมารดาของท่านเรียกว่าท่านได้ทำหน้าที่ของลูกอย่างสมบูรณ์ทุกประการ ดังเช่นท่านได้นำอาหารจากบิณฑบาตให้มารดาทานก่อนแล้วท่านจึงค่อยฉันภายหลัง อย่างนี้ถือว่าท่านเข้าใจพระวินัยอย่างดีเยี่ยม เพราะปกติแล้วถ้าภิกษุนำอาหารจากบิณฑบาตให้ผู้อื่นกินก่อนตนเองฉันภายหลังต้องเป็นอาบัติ ยกเว้นให้บิดามารดาไม่เป็นอาบัติซึ่งเรียกว่าอนามัญญฐบิณฑบาต หมายถึง บิณฑบาตที่ไม่ควรให้ใครก่อนตนเองฉัน นอกจากนี้ยังถือว่าหลวงพ่อดำเนินการมารดาให้เข้าถึงธรรม ปฏิบัติเลี้ยวคูมารดาจนสิ้นชีวิตอย่างไม่บกพร่องในหน้าที่ของลูกที่ดี นับว่าท่านเป็นลูกที่มีความกตัญญูทเวทิตต่อบุพพการีชนอย่างแท้จริง

๒) ความกตัญญูต่อครูอาจารย์

นับตั้งแต่ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ได้บรรพชาและอุปสมบทแล้วก็ได้ปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัดทั้งในด้านการศึกษาพระธรรมวินัยและการปฏิบัติธุดงค์วัตร และคุณธรรมข้อหนึ่งที่หลวงพ่อยึดถือก็คือความกตัญญูทเวทิตต่อพระอุปัชฌาย์ ครูบาอาจารย์ โดยได้อุปัชฌาภคคุณครูบาเหมย ครูบาแก่นตลอดถึงบุชชาคุณของครูบาอาจารย์ผู้ถ่ายทอดวิชาความรู้ด้านปริยัติธรรมอย่างสม่ำเสมอ โดยได้ระลึกถึงพระคุณของท่านเหล่านั้นอยู่เสมอ ยกตัวอย่างดังที่ท่านได้ปฏิบัติรับใช้ครูบาแก่น เพราะถือว่าครูบาแก่นเป็นผู้จุดประกายด้านธุดงค์วัตรและเป็นครูบาอาจารย์ด้านวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยตรงได้พาหลวงพ่อกษมออกธุดงค์ไปตามป่าเขาลำเนาไพรทั่วทุกหนทุกแห่ง สอนให้เรียนรู้ด้านธุดงค์ด้วยการปฏิบัติจริง นับว่าครูบาแก่นเป็นผู้ให้กำเนิดธุดงค์แก่หลวงพ่อกษม ดังนั้น หลวงพ่อกษมจึงได้ยึดถือแบบอย่างอันดีนั้น ปฏิบัติเรื่อยมา ภายหลังครูบาแก่นชราท่านก็ได้ปฏิบัติรับใช้อาจารย์เที่ยวไปเที่ยวมาระหว่างวัดบุญยืนกับวัดประตูปอง ปฏิบัติรับใช้อาจารย์อยู่อย่างนี้จนกระทั่งครูบาแก่นมรณภาพอีกอย่างหนึ่งท่านถือว่าการรับใช้ครูบาอาจารย์นั้นเป็นการปฏิบัติวิปัสสนาไปในตัวด้วย^{๒๕}

๓) ความเป็นผู้มีอารมณ์ขัน

เรื่องมีอยู่ว่า ครูบาศรีวิชัย นักบุญแห่งล้านนาไทย ผู้มีบารมีสูงแห่งวัดบ้านปาง อำเภอลี้ จังหวัดลำพูน ท่านเคยไปที่วัดนาแก้วเหนือ อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง ในวันนั้นมีการทำบุญตักบาตรที่วัด ประชาชนไปกันแน่นขนัด เพื่อตักบาตรครูบาศรีวิชัย ขณะที่ครูบาศรีวิชัยออกเดินรับบิณฑบาตรร่วมกับพระภิกษุ สามเณรรูปอื่นๆ อยู่ นั้น ได้มีหญิงคนหนึ่งประดับทองเต็มตัวเหลืองอร่ามไปทั้งร่างกาย ครูบาศรีวิชัยเดินมาตรงหน้าผู้หญิงคนนั้น เธอเตรียมหยิบก้อนข้าวใส่ในบาตร พอครูบาศรีวิชัยเห็นสร้อยข้อมือของเธอ จึงกล่าวขึ้นว่า “สร้อยข้อมือที่ใส่นี้เป็นของพระธาตุ” ปรากฏว่า

^{๒๕} สายธาร ศรัทธาธรรม, ผู้ค้นหาสัจจะในป่าช้า ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, หน้า ๒๘.

ภายหลังหญิงผู้ใจบุญนั้นได้สละสร้อยข้อมือทองของเธอเพื่อทำบุญถวายเป็นกุศลแก่ครูบาศรีวิชัย จากเหตุการณ์ครั้งนี้ ครูบาศรีวิชัยได้พูดกับชาวลำปางไว้ว่า “ตนบุญจะเกิดที่ลำปาง” คำทำนายของท่านครูบาศรีวิชัย จะเป็นจริงหรือไม่ไม่ทราบ แต่ข่าวตนบุญจะเกิดที่เมืองลำปางถือกระฉ่อนกันมาแล้ว เมื่อมาถึงยุคของหลวงพ่อกษม เขมโก

เรื่องราวนี้ไม่มีใครกล้าถามหลวงพ่อแต่แล้ววันหนึ่งท่านผ่ากลางขึ้นมาว่า “เรานี้แหละคือตนบุญ” ทุกคนตกตะลึงกับคำพูดของท่านแต่ท่านก็พูดต่อไปว่า “เราคือตนบุญ คือกินข้าวหมดเป็นบุญ” ศิษย์ทั้งหลายฟังแล้วถึงกับหัวเราะอย่างสนุกสนานเรื่องเล่าเกี่ยวกับความพิสดารทางด้านพลังจิตของหลวงพ่อกษม เขมโก อยู่เรื่องหนึ่งซึ่งเรื่องนี้ถ้าจะฟังให้เป็นเรื่องขำขันสำหรับท่านก็ได้ แต่เมื่อพิจารณาเรื่องแล้วก็เห็นว่า เรื่องนี้มีความแปลกประหลาดอยู่ไม่น้อยเหมือนกัน โดยเฉพาะที่เกี่ยวกับพลังจิตของท่าน เรื่องมีอยู่ว่า ครั้งหนึ่ง มีชาวอินเดียไปนมัสการท่าน ณ สุสานไตรลักษณ์ หลวงพ่อให้สัญญาณมือแก่ชาวอินเดีย และพูดออกมาสำเนียงแขกว่า “ยาซา ลู ยาซา ลู ยาซา ลู” แทนที่ชาวอินเดียคนนั้นจะงงแกกลับหลังหัน เดินกลับมุงหน้าไปนั่งอยู่ในศาลาที่พักครั้งนั้นท่านพระครูวิโรจสารโกวิท (โกวิท โกวิทภาณ ป.ธ.๕) เจ้าอาวาสวัดสุชาดาราม เจ้าคณะอำเภอแจ้ห่ม จังหวัดลำปาง ได้มีโอกาสมาพบกับเรื่องนี้เข้าพอดี เกิดความสงสัยที่ชาวอินเดียฟังภาษาที่หลวงพ่อพูดสั่งรู้เรื่อง ท่านพระครูวิโรจสารโกวิท จึงได้เข้าไปนมัสการเรียนถามหลวงพ่อว่า “ท่านพระอาจารย์ครับเมื่อกี้ผมได้ยินท่านพูดภาษาอินเดียสั่งบอกชาวอินเดียคนนั้นว่า “ยาซา ลู ยาซา ลู ยาซา ลู” ที่พูดนั้นหมายความว่าอย่างไรครับ” หลวงพ่อตอบว่า “ยาซา ลู ก็แปลว่า ให้ไปอยู่ศาลาโน้น” จากนั้น ท่านพระครูวิโรจสารโกวิท ก็เดินเข้าไปหาชาวอินเดียคนนั้นแล้วถามว่า “นี่นายห้าง หลวงพ่อพูดภาษาอินเดียเมื่อกี้ นายห้างฟังรู้เรื่องไหม” เขาตอบว่า “หลวงพ่อกษม คงมีอำนาจจิต หลวงพ่อบอกผมคล้ายภาษาของผมและผมก็มีความเข้าใจว่า ท่านสั่งให้ผมไปนั่งคอยอยู่ที่ศาลา หลวงพ่อพูดภาษาสำเนียงแขกโดยมิใช่ภาษาแขก ผมฟังก็รู้เรื่องครับท่าน ท่านมีอำนาจจิตแปลกแท้ ๆ” จากตัวอย่างทั้ง ๒ เรื่องนี้ จะเห็นว่า หลวงพ่อกษม เขมโก เป็นผู้มีอารมณ์ดี จิตใจท่านมั่นคงไม่หวั่นไหวในอิฎฐารมณ์และอนิฎฐารมณ์ใดๆ ทั้งนี้เพราะท่านฝึกฝนจิตตนเองได้อย่างเข้มแข็ง รู้เท่าทันอารมณ์ทั้งปวง แต่ภายในอารมณ์ที่ขำขันของท่านนั้นมักแฝงไปด้วยสิ่งที่น่าคิดและมีสาระอยู่ไม่น้อย ถ้าใครคิดแต่เรื่องที่ตลกขำขันเพียงอย่างเดียวก็จะได้ไม่ได้อะไร แต่ถ้าคิดและพิจารณาอย่างรอบคอบแล้วก็จะได้คติธรรมและนำไปเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตในทางที่ดีได้เช่นกัน^{๒๖}

๔) กระดาศเป็นครู

มีข่าวร่ำลือกันอย่างหนาหูว่า หลวงพ่อกษมชอบเดินเก็บเศษกระดาศตามข้างถนน สาเหตุที่หลวงพ่อเก็บเศษกระดาศซึ่งมีผู้คนนำมาทิ้งเกลื่อนกลาดก็เพราะว่า ในกระดาศนั้นล้วนแต่มี

^{๒๖} ฉัตร เก้าชั้น, ตนบุญแห่งนครลำปาง ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, หน้า ๔๖-๔๗.

ตัวหนังสือซึ่งหลวงพ่อกษมท่านถือว่าเปรียบเสมือนครูผู้ให้ความรู้ประการหนึ่ง และกระดาษบางแผ่น ก็ยังมีภาพพระบรมฉายาลักษณ์ของล้นเกล้าฯ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ซึ่งเป็นที่เคารพเทิดทูนของประชาชนทั่วทั้งแผ่นดิน ชาวที่รำลึกกันนั้นเป็นความจริงทุกประการ เพราะทุกครั้งที่หลวงพ่อได้รับนิมนต์ไปโปรด ณ ที่แห่งใดก็ตาม หลวงพ่อจะมีภาระเพิ่มขึ้นอีกมากมายทีเดียว เมื่อมีผู้มานิมนต์หลวงพ่อให้เดินทางไปโปรดยังบ้านของตานั้นหลวงพ่อก็จะมีการเตรียมตัวท่านไว้ล่วงหน้าเสมอ ก่อนเดินทางหลวงพ่อต้องเตรียมหาถุงใส่กระดาษเก็บหนังสือใส่เพื่อเอามาอาบน้ำที่สำนึก ครูบาเจ้าเกษมรับกิจนิมนต์เดินทางไปด้วยเท้าเปล่า ไม่สวมรองเท้าและไม่ยอมนั่งรถทุกชนิด เป็นอยู่อย่างนั้นนับได้ ๓๐ ปีเศษแล้ว เพราะหลวงพ่อเป็นพระที่ถือ ชุติวงศ์ตร หลายต่อหลายคนจะมองเห็นเป็นของแปลกประหลาดต่างๆ ที่ท่านเหล่านั้นมีการศึกษาสูง ในเมื่อเห็นหลวงพ่อกับกระดาษตามสองข้างถนน

ครูบาเจ้าเคยกล่าวว่า เขาเหล่านั้นเป็นคนขาดสติ ไม่นึกถึงว่าหนังสือในเศษกระดาษนั้น เป็นเสมือนครูบาอาจารย์ชั้นสูงสุดของเรา การทิ้งหนังสือขว้างปาหนังสือไว้ให้เกลื่อนกลาดตามข้างถนนเดินเหยียบย่ำไปอย่างไม่มีมีความเคารพ เหมือนกับเรานี้ไม่เคารพตัวครูบาอาจารย์ ทำเช่นนี้เป็น การกระทำที่ถูกหรือ เศษกระดาษดังได้กล่าวมานี้ บางชนิดเป็นถุงใช้บรรจุอาหารต่างๆ บางทีก็เป็น ใบปลิวโฆษณา ส่วนมากถูกนำมาทิ้งขว้างตรงหน้าบ้านบ้าง ข้างถนนบ้าง ผู้กระทำเช่นนี้ได้ชื่อว่าไม่เคารพครูบาอาจารย์ เหยียบย่ำครูบาอาจารย์(คือหนังสือไทย) อันเป็นสมบัติใหญ่หลวงของชาติไทย หนังสือไทยเป็นผู้ให้ซึ่งสติปัญญา ให้ความเฉลียวฉลาดแก่ตัวเรา ให้อาชีพให้ตำแหน่ง ให้เกียรติยศ ชื่อเสียง หรือแม้แต่ในกระโถนที่เขาเอากระดาษหนังสือพิมพ์รองไว้ หากหลวงพ่อกับท่านก็จะรีบหยิบเอากระดาษหนังสือพิมพ์ออกมาเก็บไว้ แล้วเอากลับมาอาบน้ำที่สำนึก แม้แต่กระดาษที่มีตัวอักษรไทยติดอยู่ แม้ว่าจะมีความสกปรกเปรอะเปื้อนปานใดก็ตาม ถ้าหลวงพ่อกับท่านเห็นเข้าก่อนท่านก็ จะไม่มีความรังเกียจจะรีบหยิบขึ้นมาปิดเป่าฝุ่น ชำระล้างสิ่งสกปรกที่ติดอยู่ด้วยตัวท่านเองหลังจากที่ เสร็จกิจการรับนิมนต์แล้ว หลวงพ่อกับท่านก็จะเอาเศษกระดาษหนังสือไทยออกจากถุงที่บรรจุเอาไว้ออกมา ชำระล้างจนสะอาดเรียบร้อยเป็นก้อน จากนั้นก็นำเอาไปไว้บนต้นไม้สูงๆ กันไม่ให้คนเข้าไป เหยียบย่ำอีก ถ้ามีเศษกระดาษจำนวนเพียงเล็กน้อย ท่านก็จะสั่งให้จัดการเผาเสีย

จากการศึกษา ข้อมูลด้านปฏิบัติทางจริยาวัตรของหลวงพ่อกษม เขมโก พบว่า ท่านเป็น พระมหาเถระที่เปี่ยมล้นด้วยเมตตาธรรม ตั้งตนอยู่ในเมตตา กรุณา ในพรหมวิหารธรรม ปฏิบัติต่อคน และสัตว์อย่างเท่าเทียมกัน มีสัมมาคารวะต่อครูอาจารย์ และผู้มีพระคุณ มีความอ่อนน้อมถ่อมตนไม่ คุยโตโอ้อวด วางตนเสมอต้นเสมอปลาย มีความสำรวมอินทรีย์ทุกอริยาบถ ยึดมั่นอยู่ในหลักกตัญญู กตเวทิตาธรรมอย่างสม่ำเสมอ

กล่าวได้ว่า ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นพระมหาเถระผู้มีบุคลิกภาพหรือปฏิปทาจริยาวัตร อยู่ในขั้นที่ดี กล่าวคือ ท่านเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพทางกาย สะอาด สงบและสำรวม พุดน้อย เน้นปฏิบัติมาก เป็นผู้มีความสุขจิตดี ชี้นะประโยชน์แก่ผู้อื่นด้วยเมตตาธรรม และเป็นผู้มีความมั่นใจในตนเองสูง เนื่องจากท่านเป็นผู้จริงจังและปฏิบัติจริง นอกจากนี้ ท่านยังเป็นพระนักปฏิบัติโสสานิกอุทิศที่เคร่งครัด ฝึกฝนตนเองด้วยวิธีการขัดเกลากิเลสขั้นอุกฤษฎ์ และเป็นพระมหาเถระนักปฏิบัติที่มีคุณภาพท่านหนึ่งที่ศรัทธาประชาชนให้ความเคารพศรัทธาเลื่อมใสโดยไม่กังขาใดๆ กราบไหว้ด้วยความสมัครใจ และสนิทใจ ซึ่งสานุศิษย์ได้ยกย่องท่านว่าเป็นพระอริยบุคคล แต่ท่านกลับปฏิบัติเสถียรอย่างอ่อนน้อมถ่อมตน ด้วยเหตุดังกล่าวมา จึงแสดงให้เห็นถึงปฏิปทาจริยาวัตรที่งดงามของหลวงพ่อกษมอย่างชัดเจน หลวงพ่อกษมเป็นผู้สำรวมอินทรีย์ทุกก้าวย่าง เฉกเช่นพระอัสสชิเถระในครั้งพุทธกาล

๓.๑.๑๐ วาระสุดท้ายแห่งชีวิตของหลวงพ่อกษม เขมโก

เมื่อวันที่ ๒๖ กันยายน ๒๕๓๘ หลวงพ่อกษม เขมโก เจ้าสำนักสุสานไตรลักษณ์ ประทุมมา จังหวัดลำปาง ได้ถูกนำตัวเข้ารับรักษาในห้องไอซียู โรงพยาบาลศูนย์ภาคเหนือลำปางเป็นการด่วนด้วยอาการเลือดน้อยจนไปเลี้ยงสมองไม่พอ หลังจากนั้นในวันที่ ๓๐ กันยายน ทางสำนักพระราชวังได้ส่งแพทย์หลวงมาดูแลอาการของหลวงพ่อกษมอย่างใกล้ชิด และแพทย์ได้แสดงความเป็นห่วงเรื่องของโรคแทรกซ้อนระบบหายใจของหลวงพ่อ ทั้งนี้เนื่องจากหลวงพ่อกษม มีโรคเกี่ยวกับถุงลมโป่งพอง ปอดติดเชื้อมานาน อาการหลังจากนั้นประมาณ ๒ สัปดาห์ก็ดีขึ้นเป็นบางส่วนโดยเฉพาะในเรื่องของอาการไข้ที่ลดลง แต่การให้อาหารก็ยังใช้สายยาง ใช้เครื่องช่วยหายใจ เพื่อให้อาการหลอดลมตีบตันดีขึ้น ทางคณะแพทย์ที่ทำการรักษาหลวงพ่อกษม ได้สรุปอาการของหลวงพ่อให้ประชาชนทั่วไปได้รับทราบเป็นระยะๆ โดยในวันที่ ๑๑ ตุลาคม ๒๕๓๘ และ ๑๕ ตุลาคม ๒๕๓๘ ได้สรุปอาการของหลวงพ่อกษมตลอด ๒๔ ชั่วโมงที่ผ่านมาว่าอาการดีขึ้น ไม่มีเลือดออกทางเดินอาหารและทางสายยาง ไม่มีไข้ อาการรับหรือตอบสนองมีเล็กน้อย ส่วนปอดที่ติดเชื้อสามารถควบคุมได้ ส่วนอาการทั่วไปปกติ

ในอดีตที่ผ่านมา ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เคยเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาลด้วยโรคกระดูกไขสันหลังอักเสบ ในช่วงปลายเดือนพฤษภาคม ๒๕๒๕ และครั้งที่ ๒ ก็คือต่อกระดูก ซึ่งต้องผ่าตัดทำการรักษาดวงตาทั้ง ๒ ข้าง ในช่วงที่ผ่านมา ไม่ปรากฏว่าหลวงพ่อกษม อาพาธจากอาการทั้ง ๒ ประเภทนี้อีกเลย นอกจากนั้น ผลการตรวจรักษาต้องมีการทำหนังสือแจ้งรายงานไปยังกองราชเลขาธิการเป็นระยะๆ เพื่อนำความกราบบังคมทูล ตามรายงานของการตรวจรักษา ต่อพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชต่อไป ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา ทางโรงพยาบาล ได้ระดมคณะแพทย์ฝีมือดีเข้าช่วยรักษาอย่างสุดความสามารถ และก่อนที่จะมรณภาพลงในครั้งนี้ ตลอด ๒ อาทิตย์กว่าๆ ที่ผ่านมา อาการได้ทรุดหนักลงอย่างเห็นได้ชัด

เมื่อเวลา ๑๘.๓๐ น. ของวันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๓๙ ก่อนที่จะมรณภาพ หลวงพ่อเกษม เกิดอาการของหลอดเลือดตีบตันโดยฉับพลันและได้หยุดหายใจไปครั้งหนึ่ง คณะแพทย์ต้องระดมกำลัง ทำการรักษาอย่างเร่งด่วน ด้วยการให้ยาช่วยขยายหลอดเลือด และการกระตุ้นหัวใจรวมทั้งต้องใช้ไฟฟ้า ช่วยกระตุ้นหัวใจ แต่แล้วก็สุดที่จะช่วยเหลือเยียวยารักษาไว้ได้ หลวงพ่อเกษมจึงได้ละสังขารด้วย อาการอันสงบ เมื่อเวลา ๑๙.๔๐ น. ของวันที่ ๑๕ มกราคม ๒๕๓๙ สิริอายุได้ ๘๓ ปี ๑ เดือน ๑๗ วัน พรรษา ๖๓ ท่ามกลางความเศร้าโศกของคณะแพทย์ที่ทำการรักษาและเหล่าลูกศิษย์ที่เฝ้าดูอาการที่ โรงพยาบาลนับพันๆ คน^{๒๗}

๓.๒ วิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

เมื่อเราศึกษาประวัติความเป็นมาเกี่ยวกับการพระศาสนาในนครลำปางโดยลำดับมาแล้ว กิตติคุณของครูบามหาป่า แห่งสกุลชาวตำบลลำปางหลวงบ้านไหล่หินต่างๆ สืบทอดต่อกันมานับเวลา ร้อยๆ ปี ท่านครูบามหาป่า ถือนิคมัตตวิสัยดำรงตำแหน่งเจ้าวัดชอบนั่งกรรมฐานตามป่าช้า ตัดเยื่อใย ในลาภยศสรรเสริญ หลวงพ่อครูบาแก่น (พระอุบลสุมน) เจ้าอาวาสวัดประตูป่องก็เช่นกัน ในเรื่องปฏิบัติ หลวงพ่อครูบาแก่นท่านถือนิคมัตตวิสัยหลังเทศกาลพรรษา เป็นพระที่เจริญรอยแบบ “ครูบามหาป่า” ยึดถือป่าช้า ไร่ไม้จืดวิเวกเป็นสถานที่ฝึกบำเพ็ญภาวนา ฉันทมือนเดียว กิจวัตรระหว่างอยู่วัดประตูป่อง หลวงพ่อครูบาแก่น เข้าขึ้นนั่งภาวนาสวดมนต์ทั้ง ๕ ตอนบ่ายเดินจงกรม ค่ำลงสวดมนต์และตรวจตรา ดูความเรียบร้อยของพระเณรท่องหนังสือในวัด จากนั้นท่านหลวงพ่อครูบาแก่น ก็นั่งบำเพ็ญภาวนาอยู่ จนราว ๒๒.๐๐น. สวดมนต์กรวดน้ำแผ่เมตตา พระเกษม เขมโก จึงได้นำตัวท่านเองเข้าไปใกล้ชิด ปรมณินันต์ และศึกษาวิชาจากหลวงพ่อครูบาแก่น (พระอุบลสุมน) แห่งวัดประตูป่อง หลวงพ่อเกษม เขมโก ได้ติดตามหลวงพ่อครูบาแก่น ในการไปธุดงค์ตามป่าช้าต่างๆ ฉันทมือนเดียวเมื่อเวลา ๐๙.๐๐น. ตอนบ่ายเดินจงกรม ค่ำลงสวดมนต์บำเพ็ญภาวนาจน ๕ ทุ่ม กรวดน้ำแผ่เมตตา แล้วนั่งกรรมฐาน ตลอดไป ปี พ.ศ. ๒๔๘๖ พระเกษม เขมโก สอบวิชานักธรรมเอกได้ พระเกษม เขมโก ได้บรรพชาและ อุปสมบทจำพรรษาอยู่ ณ วัดบุญยืน นับตั้งแต่เจ้าอธิการคำเหมย สุธรรม มรณภาพลง ก็มีพระต่อมคำ (เจ้าต่อมคำ ณ ลำปาง บุตรเจ้าหนานอินตา น้องเจ้าน้อยจู) ดำรงตำแหน่ง เจ้าอาวาสสืบแทน เจ้าอธิการ คำเหมย สุธรรม ต่อมาพระต่อมคำเหน้อยหน้าต่อผ้ากาสาวพัสดร์ จึงลาสิกขา ความศรัทธาของญาติโยม และคณะสงฆ์ ได้ขออาราธนาให้พระเกษม เขมโก เข้าดำรงตำแหน่งเป็นเจ้าอาวาสวัดบุญยืนสืบแทนต่อมา^{๒๘}

^{๒๗} เจ้าประเวทย์ ณ ลำปาง, ที่ระลึกครูบาเจ้าเกษม เขมโก, หน้า ๒๔.

^{๒๘} สารคดีอมตพระอริยสงฆ์ ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, [ซีดี-รอม], กรุงเทพมหานคร: บริษัท จีเอ็ม ดิสคัฟเวอรี อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด, ๒๕๔๗.

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นพระมหาเถระนักปฏิบัติตรงควัตรที่เคร่งครัด ได้เจริญสมาธิภาวนาท้งสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานดังกล่าวแล้ว นอกจากนี้ยังได้เผยแผ่พระพุทธศาสนาด้วยการปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง และยังได้สนทนาธรรม แสดงธรรม เขียนบทกลอนอัตถโนภาสิต ประดิษฐ์อักษรไทยเป็นพุทธภาษิตบ้าง ตัดกระดาษเป็นรูปคน สัตว์ สิ่งของ ติดตามฝ่าผนังให้เป็นปริศนาในแง่ธรรมะ ขวนให้ขบคิด โดยเฉพาะการเทศน์นั้นท่านจะเน้นในเรื่องพุทธประวัติและมิลินปัญหา เพราะท่านเป็นผู้มีอัธยาศัยอ่อนน้อมถ่อมตน ไม่ยึดติดอยู่ในเกียรติยศชื่อเสียงใดๆ มุ่งขัดเกลากิเลส มกน้อยสันโดษ ดังนั้น เรื่องการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของท่านจึงมีหลายรูปแบบส่วนมากจะเป็นการสอนให้ปฏิบัติสมาธิภาวนา มุ่งสอนโดยอ้อม และสนทนาธรรมมากกว่า ผู้วิจัยจะได้กล่าวถึงการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของหลวงพ่อกษม เขมโก เป็นลำดับต่อไป

๓.๒.๑ การปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ได้ประพฤติปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัดในการเจริญสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถือธุดงค์หลายข้อในเวลาเดียวกัน และได้เน้นหนักด้านไสยานิกธุดงค์ ถือการอยู่ป่าช้าเป็นวัตร การฝึกฝนตนเองด้วยการปฏิบัติตามธุดงค์ที่เคร่งครัด ซึ่งมีรายละเอียดดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้น ส่วนการเผยแผ่พระพุทธศาสนาด้วยวิธีการทำให้ดูเป็นตัวอย่างนั้น ก็ปรากฏชัดเจนและเป็นที่ยอมรับแล้ว และสามารถทำให้สาธุชนทั่วไปเคารพสักการะหันมาสนใจในการปฏิบัติธรรมกันมากยิ่งขึ้น ดังข้อความตอนหนึ่งที่ปรากฏในหนังสือที่ระลึกงานทำบุญครบ ๕ รอบ (อายุ ๖๐ ปี) หลวงพ่อกษม เขมโก ว่า “ท่านพระอาจารย์เกษม เขมโก ได้อุทิศตนเข้ามาอยู่ในพระพุทธศาสนา ท่านได้มีวิริยะอุตสาหะบำเพ็ญตนในทางวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตั้งแต่บวชเป็นสามเณร มาตราบจนเท่าทุกวันนี้ อันเป็นผลให้ท่านได้รับเกียรติคุณในทางสมาธิจิตอันสูงส่ง เป็นที่เคารพสักการะของสาธุชนทั่วไปทั้งใกล้และไกล มุ่งปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ถือการอยู่ป่าช้าเป็นวัตร^{๒๙} ซึ่งขณะนี้ท่านได้จำพรรษาอยู่ที่สุสานไตรลักษณ์ประตูม้า อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง วิธีการปฏิบัติของท่านซึ่งถือว่าเป็นการทำให้ดูเป็นตัวอย่าง เพราะผู้ที่ปฏิบัติตนอย่างเคร่งครัดในพระธรรมวินัยนั้น ส่วนมากจะเป็นคนพูดน้อย มุ่งปฏิบัติมาก ดังนั้น บุคลิกภาพหรือการปฏิบัติตนด้วยอาการสำรวมทุกอิริยาบถ จึงนับเป็นแบบอย่างให้แก่ผู้พบเห็นอันจะยังความเลื่อมใสศรัทธาให้เกิดขึ้นได้ ซึ่งหลวงพ่อกษมนับได้ว่าเป็นผู้มีวัตรปฏิบัติและปฏิบัติที่บริบูรณ์สมบูรณ์ทุกประการ การปฏิบัติขัดเกลากิเลส ความเป็นผู้มกน้อยสันโดษของท่านจึงถือเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนาไปในตัว ดังมีข้อความ ตอนหนึ่งในหนังสือประวัติหลวงพ่อกษม เขมโก ได้กล่าวถึงการปฏิบัติตนของครูบาเจ้าเกษมซึ่งถือเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ว่า “การบำเพ็ญพรตของท่านเป็นการเผยแผ่ธรรมะได้อย่างลึกซึ้งเพื่อให้ประชาชน

^{๒๙} ที่ระลึกงานทำบุญครบ ๕ รอบ (อายุ ๖๐ ปี) ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, (กรุงเทพมหานคร: วิราพงศ์ การพิมพ์, ๒๕๑๕), หน้า ๔.

เกิดความศรัทธาและซาบซึ้งในคุณค่าของพระพุทธศาสนา และเป็นแม่เหล็กใหญ่ที่ดึงดูดคนทั้งหลายให้เดินทางเข้าถึงพระพุทธศาสนาได้มากยิ่งขึ้น” ซึ่งพฤติกรรมเช่นนี้นับว่าหลวงพ่อกษมได้เจริญรอยตามพระมหากัสสปเถระผู้ปฏิบัติถูกต้องเคร่งครัด พร้อมกับได้เผยแผ่พระพุทธศาสนาด้วยการเป็นแบบอย่างด้านการปฏิบัติตนตามหลักพระวินัยและหลักการแห่งอริยสัจอย่างบริบูรณ์ปฏิบัติทางจริยาวัตรอันงดงามที่หลวงพ่อกษม เขมโก ได้ปฏิบัติฝึกฝนตนเองมานับหลายสิบปีทำให้สาธุชนทั่วทุกสารทิศได้ประจักษ์แจ้งและเคารพสักการะน้อมนำปฏิบัติของท่านไปเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต รวมไปถึงศิษยานุศิษย์ของท่านทั้งที่เป็นคฤหัสถ์และบรรพชิตก็ได้ติดตามฝึกหัดและปฏิบัติกัมมัฏฐานจากท่านตลอดถึงสนทนาธรรมกับท่าน และได้ยึดท่านเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติถูกต้องและปฏิบัติธรรมในเวลาต่อมา

๓.๒.๒ การแสดงพระธรรมเทศนา

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก โดยปกติเป็นผู้มีความแคล่วคล่องและมีศิลปะในทางขีดเขียนวาดรูปนำเอาเศษกระดาษมาตัดเป็นรูปต่างๆ หรือเขียนอักษรผสมลวดลายมีปรัชญาที่มองดูโลกเป็นสิ่งที่น่าสังเวชเชิงขำขันอยู่เสมอ ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดท่านหากใช้วิจารณ์ญาณโดยประณีตแล้วจะรู้สึกเพลิดเพลินอยู่กับเรื่องราวของท่าน และท่านมีสิ่งทีริเริ่มสร้างสรรค์อยู่เสมอ มีการเลียนแบบอย่างในสังคมโดยนำมาประยุกต์เป็นชื่อนามเรียกขานกันเพื่อให้เกิดแง่คิดทางสติปัญญา เมื่อประมาณพ.ศ. ๒๕๐๕ หลวงพ่อรับนิมนต์เทศน์โปรดตามงานศพแห่งหนึ่ง เจ้าภาพบางคนไม่ได้ตั้งใจฟังธรรม นั่งคุยกันจนหนวกหูท่านเลยใช้กระป๋องนมเปล่าเป็นอุปกรณ์ช่วยขยายเสียง แทนการใช้ไมโครโฟน คือใช้วิธีสะท้อนเสียงเข้าไปในกระป๋อง เสียงของท่านจึงดังกังวานคล้ายวิทยุ นับเป็นเทคนิคหรือกุสโลบายอย่างหนึ่งในการจูงใจผู้ฟังได้เป็นอย่างดี ในปีเดียวกันนี้เอง ยุวพุทธิกสมาคมจังหวัดลำปาง ได้นิมนต์หลวงพ่อกษมเทศน์โปรด โดยนางสาวระดม เสาจินดารัตน์ เป็นนายกสมาคมอยู่ในขณะนั้น นิมนต์หลวงพ่อกษมออกอากาศทางสถานีวิทยุโดยจัดเครื่องบันทึกเสียงไปขอบันทึก ณ สุธสานประตูม้า ต่อมาภายหลังหลวงพ่อกษม เขมโก ได้เปลี่ยนชื่อใหม่เรียกว่า สุธสานไตรลักษณ์ (ศาลาด้า) ลำปาง

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ขอเวลาทบทวนตำราก่อนเทศน์โปรดลงเทปด้วยวิธีหายใจเข้าไปภายในกระป๋องน้ำเพ็ญภาวนาของท่าน ซึ่งให้ชื่อว่า “ห้องถ้ำรูป” ท่านได้เดินเข้าไปภายในห้องนั้นซึ่งมีแต่ความมืด ครั้นได้เวลาอันสมควร ท่านจึงออกมาเทศนาโปรด คล้ายๆ จะมีตำรากางอยู่ที่ตรงหน้าท่าน (แต่ก็ไม่มี) ท่านได้เทศน์เรื่องปัญหาพระยามิลินท์ เทศน์เป็นเสียงของพระยามิลินท์และเสียงของพระนาคเสนอย่างสมบทบาท ก่อให้เกิดความอัศจรรย์ใจแก่ผู้ได้ยินได้ฟังมีความปีติยินดีปรีดาเป็นอย่างยิ่ง รายการยุวพุทธิกสมาคมจังหวัดลำปาง ที่มีเสียงของหลวงพ่อกษม เขมโก เผยแพร่^{๓๐}

^{๓๐} ชุมพล ธนนันท์, หนังสือประวัติครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักสุธสานไตรลักษณ์ (ศาลาด้า) ลำปาง, หน้า ๘๘.

ออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียง ปชส. ลำปาง ครั้งนั้นก่อให้เกิดความตื่นตื้นยินดี และมีเสียง
 แซ่ซ้องโหมทนาสาธุการกับผลงานของยุวพุทธิกสมาคมครั้งนั้นเป็นอย่างมาก และทางยุวพุทธิกสมาคม
 ได้บันทึกเสียงของหลวงพ่อเอาไว้หลายตอนนำออกอากาศติดต่อกันกว่า ๔ สัปดาห์จะสังเกตได้ว่า
 หลวงพ่อมีศิลปะในการสอนที่แปลกอยู่เสมอ เป็นวิธีการเช่นเดียวกับสมัยพุทธกาลที่สอนองค์ธรรมกถึก
 ให้สรรหาสิ่งที่ผู้ฟังไม่เคยได้ยินได้ฟังมาก่อน เป็นอาทิ เรื่องที่เทศนานั้น มุ่งเอาพุทธวจนะเป็นที่ตั้ง
 การเผยแพร่ด้วยเรื่องมิลินทปัญหาของหลวงพ่อเกษม ซึ่งออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียงเป็น
 ครั้งแรกนั้น ก็เป็นวิธีการหาเรื่องที่เฉลยเอง ตั้งปัญหาเองในเนื้อเรื่องนั้นๆ กล่าวได้ว่า หลวงพ่อ
 พยายามหาทางที่จะให้ผู้ฟังได้ยินได้ฟังพระพุทธรวจนะ โดยท่านเองมิได้เป็นผู้บัญญัติในสิ่งที่แสดงถึง
 ความเป็นอติมาภาพเกินกว่านั้นนับเป็นความสามารถเฉพาะและความคิดสร้างสรรค์ในการแสดง
 พระธรรมเทศนาของหลวงพ่อเกษม เขมโก ที่ท่านสามารถเลือกคัมภีร์มิลินทปัญหามาถ่ายทอดแก่ผู้ฟังได้
 อย่างกลมกลืน ส่วนเนื้อหาสาระของมิลินทปัญหาที่ท่านชอบเล่าอยู่บ่อยๆ นั้น เห็นจะเป็นเรื่องคนตายแล้ว
 ไปไหน ดังที่คำมูล เจริญหล้า ได้เล่าไว้ในหนังสือที่ระลึกวันครบ ๖ รอบ หลวงพ่อเกษม เขมโก ความว่า

ท่านพระอาจารย์ชอบพูดถึงเรื่องมิลินทปัญหาย่อยๆ ถ้าจำไม่ผิดเห็นจะเป็นเรื่องตอน
 พระยามิลินท์ กษัตริย์เมืองสาครละ ถามพระนาคเสนถึงเรื่องคนตายแล้วเกิด พระยามิลินท์ไม่เชื่อว่า
 คนตายแล้วเกิดใหม่ และจะเอาส่วนไหนของร่างกายไปเกิด เพราะร่างกายถูกไฟเผาไปหมดแล้ว
 พระอรหันต์นาคเสน ซึ่งตามตำนานได้กล่าวว่า มีร่างกายออกสีแดง ได้ยกเอาบุคลาธิษฐานมาอธิบายว่า
 “ถ้าเราเอาเมล็ดมะม่วง ซึ่งเรากินเนื้อไปหมดแล้ว ไปเพาะในดินจนงอกขึ้นมาใหม่ และเมล็ดเดิม
 ก็ผุเน่าปนดินไปแล้ว เมื่อต้นมะม่วงเจริญเติบโตขึ้นมา พอจะเชื่อได้ไหมว่าต้นมะม่วงใหม่นี้
 สืบเนื่องมาจากต้นเก่า” ซึ่งพระยามิลินท์ต้องยอมจำนน ซึ่งว่ากันว่าเนื้อความในหนังสือมิลินทปัญหานี้
 อยู่ในความทรงจำของท่านพระอาจารย์ทุกบททุกตอน^{๓๑}

นอกจากการแสดงธรรมในงานศพและการแสดงธรรมออกอากาศทางสถานีวิทยุกระจายเสียง
 แล้ว หลวงพ่อเกษม ยังได้แสดงธรรมโปรดญาติโยมในงานต่างๆ ทั้งงานมงคลและอวมงคลในช่วงชีวิต
 ของท่านอีกมากมาย ที่จะกล่าวถึงต่อไปนี้ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสามารถและปฏิภาณของท่าน
 ได้อย่างชัดเจนก็คือการเทศน์แบบ ๒ ธรรมาสน์ หรือเรียกว่า ปุจฉาวิสัชนา ดังที่พระครูวิโรจสารโกวิท
 ได้เล่าไว้ในหนังสือประวัติหลวงพ่อเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง ความว่า
 เรื่องเทศน์คู่ระหว่างข้าพเจ้ากับท่านพระอาจารย์เกษม เขมโก ในงานที่ได้รับนิมนต์

ท่านพระอาจารย์เกษม กล่าวว่า บางครั้งก็เปรียบเหมือนมวยล้ม บางครั้งก็เกือบแพ้แต่
 เรื่องของเรื่องมีอยู่ว่า ถ้าปัญหาอันใดที่ข้าพเจ้าได้ถามท่าน แล้วนัดแนะกับท่านว่าให้ท่านตอบอย่างนั้น
 และตอบอย่างนี้ เช่นนี้ท่านเรียกภาษาทางโลกว่ามวยล้ม คือมีเทศน์ปุจฉาวิสัชนาในป่าช้าสุสาน

^{๓๑} ที่ระลึกวันครบ ๖ รอบ ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, (ลำปาง: ศิลปการพิมพ์, ๒๕๒๖), หน้า ๓๗.

ไตรลักษณ์ คราวฉลองกุฎี ครั้งนั้นข้าพเจ้าจำได้ว่า หลังจากที่ได้อภิเษกถึงปัญหาต่างๆ มากมายแล้ว ข้าพเจ้าก็รับถามปัญหาสุดท้ายว่า “อะไรเอ๋ย สี่คนหาม สามคนแห่ หนึ่งคนนั่งแคร่ หนึ่งคนแหว่เก็บผัก หักไม้ สองคนถือไม้ได้ส่งนำตาง” หลังจากตอบปัญหาทางโลกแล้ว ก็ตอบปัญหาทางธรรม ข้าพเจ้าได้นัดแนะกับท่านพระอาจารย์ว่า ให้ท่านตอบว่า ช้าง ดังนี้ท่านว่ามวยล้ม อีกปัญหาหนึ่งท่านพูดว่า เกือบแพ้แต่้มท่านพระครูเสียแล้ว แต่ก็ไม่แพ้แต่้มเพราะปฏิภาณปัญญาของท่านเฉียบแหลมว่องไวดี มาก อันนี้ไม่ได้นัดแนะกันมาก่อน แต่ที่แรกเหมือนท่าจะคิดไม่ออก ปัญหานั้นมีอยู่ว่า สัตว์อะไรเอ๋ย ตอนเช้าเดินสี่ขา กลางวันเดินสองขา ตอนเย็นเดินสามขา ท่านใช้ปฏิภาณปัญญาของท่าน ตอบว่า ได้แก่คนเรา หรือเด็ก พอนึกออกว่าได้แก่เด็กเท่านั้นเอง ท่านก็สาธยายได้อย่างต่อเนื่อง อย่างนี้ท่านว่า เกือบแพ้แต่้มในการตอบในการถาม สนุกดี^{๓๐} ที่กล่าวมาทั้งหมดเป็นเพียงตัวอย่างในการเผยแผ่พระธรรมหรือเผยแผ่พระพุทธศาสนาของหลวงพ่อกษม เขมโก ด้านการแสดงพระธรรมเทศนา เท่าที่รวบรวมได้จากเอกสารต่างๆ เพียงส่วนหนึ่งเท่านั้น เข้าใจว่าในช่วงชีวิตการปฏิบัติตรงควัตรของท่าน น่าจะมีการเทศน์สอนศิษยานุศิษย์และสาธุชนอีกมากมาย ซึ่งไม่ได้ถูกบันทึกไว้หรือยังไม่ได้กล่าวถึง แต่เป็นที่สังเกตอย่างหนึ่งก็คือพระนักปฏิบัติย่อมจะพูดน้อยไม่ค่อยแสดงธรรมแก่ผู้อื่นมากนัก แต่กับกรณีหลวงพ่อกษมนั้น ท่านพูดน้อยเชิงกระซิบ แต่ก็มิพรั่งและแสดงธรรมให้ข้อคิดและนำเสนอใจยิ่งดังเช่น นำเสนอเรื่องพระยามิลินท์กับพระนาคเสนที่มีการถามปัญหาธรรมะต่างๆ และได้ตอบกันระหว่างพระยามิลินท์กับพระนาคเสน โดยหลวงพ่อกษมเป็นสื่อถ่ายทอดเสียงของทั้งสองอย่างน่าสนใจ หรือภาษาปัจจุบันเรียกว่าพากย์เสียงตัวละครได้อย่างลงตัวนั่นเอง จึงทำให้การเผยแผ่ของท่านได้รับความนิยมจากผู้ฟังในสมัยนั้นเป็นอย่างยิ่ง

๓.๒.๓ การสอนเป็นรายบุคคล

การสอนเป็นรายบุคคลหรือวิธีการสอนเฉพาะรายนี้ ซึ่งวิธีการนี้หลวงพ่อกษม เขมโก ได้ใช้สอนเป็นกรณีแล้วแต่ว่าบุคคลผู้นั้นจะไปหาท่านด้วยวิธีการใด ต้องการอะไร มีความทุกข์ ความเดือดร้อนเรื่องอะไร หลวงพ่อกษมจะช่วยเหลืออะไรแก่คนเหล่านั้นได้บ้าง แต่สิ่งที่หลวงพ่อกษมให้ นั้นก็คงไม่มีอะไรมากไปกว่าการสอนให้คนเหล่านั้นได้ข้อคิดในการปฏิบัติธรรม ดังตัวอย่างเรื่องนาย เจริญ สหะชีพ (เทียนเซี่ยะ) หรือที่ชาวจังหวัดลำปางเรียกชื่อของแกว่า “โกเซี่ย” ซึ่งท่านผู้นี้มีจิตมุ่งมั่น ในการแสวงหาแหล่งเหล็กไหล เคยเดินทางไปแสวงหาแหล่งเหล็กไหลมานาน แต่ก็ไม่เคยพบ หลวงพ่อกษม จึงสั่งว่าถ้าหากมีความปรารถนาอยากจะได้เหล็กไหลจริงๆ แล้ว โกเซี่ยอย่าตัดผมเลย เมื่อโกเซี่ย ยอมรับปากกับหลวงพ่อกษมด้วยความเต็มใจแล้ว หลวงพ่อกษมจึงบอกโกเซี่ยว่านับตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป ขอให้โกเซี่ยจงปฏิบัติธรรมเถิด

จากนั้นโกเซี่ยจึงได้เริ่มปฏิบัติธรรมและไว้ผมยาว หนวดยาว โดยไม่ยอมตัดผมและโกน หนวดเลย แม้แต่จะสระผมก็ยังไม่ยอมสระ นับเป็นเวลาร่วมสิบกว่าปี นอกจากนี้แล้วก็ยังตั้งหน้า

ฝึกสมาธิในยามว่างอีกด้วย เป็นที่น่าแปลกอยู่อย่างหนึ่งก็คือบนศีรษะของโกเชียะไม่มีแมลงเหมาเลย นับจากวันที่โกเชียะรับปากกับหลวงพ่อกุเชียะไม่เคยออกไปแสวงหาแหล่งเหล็กไหลจากที่ไหนอีกเลย วิธีการสอนเฉพาะรายดังกล่าวนี้ เคยมีตัวอย่างในสมัยพุทธกาลเช่นกัน^{๓๒}

๓.๒.๔ การสอนแบบอุปมาอุปไมย

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ได้กล่าวถึงเรื่องคล้ายจะเกิดในสมาธินิมิต เกี่ยวกับเรื่องปีศาจ ๓ ตน จะมาขับไล่ท่านออกไปจากป่าช้าประตูม้า หรือสุสานไตรลักษณ์ โดยตั้งปัญหาต่างๆ กัน ถามท่าน จนถึงรุ่งสว่างแล้วจึงหายไป เรื่องที่หลวงพ่อกุเชียะเล่าให้คุณอุดม อมรจักร (เปรียญ) ฟังคือ ปัญหาที่เกี่ยวกับเทวทูตทั้ง ๓ ตน ตนสุดท้ายถึงกับแสดงอาการเกรี้ยวกราดและชูให้เฉลยปัญหา แต่ในที่สุดก็ต้องล่าถอยไปเพราะคำพูดบทหนึ่งของหลวงพ่อกุเชียะที่ตอบไป จากนั้นคุณอุดมก็นำปัญหานั้น มาขบคิดที่บ้านจนในที่สุดก็คิดและตีปัญหานั้นได้ว่าเป็นเรื่องเกี่ยวกับไตรสิกขา ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องศีลสมาธิ ปัญญา แม้ว่าหลวงพ่อกุเชียะจะหนีออกจากป่าช้าประตูม้าไปแล้ว ก็เห็นว่าจะไม่แคล้วที่จะตกอยู่ในอาภรณ์ที่ยังหวั่นไหวต่อพญามารที่มากำทำการทดสอบ ที่สุสานไตรลักษณ์คงจะมีอะไรดีที่หลวงพ่อกุเชียะจะได้สมาธินิมิตพร้อมด้วยปัญญานิมิตตามลำดับอย่างแน่วแน่ เมื่อคิดขึ้นมาได้แล้วก็สามารถตีความในปัญหาได้อีกข้อหนึ่งว่า หลวงพ่อกุเชียะพูดตั้งว่าจะฟังได้นิมิตสำคัญที่ป่าช้าประตูม้าจะเป็นไปได้หรือไม่ นั่นคือท่านทดสอบเราแท้ๆ เป็นปัญหาที่ท่านให้ตีความหมาย เราก็ตีความหมายต่อหน้าท่านไม่ได้ การที่คุณอุดม อมรจักร (เปรียญ) ได้พบหลวงพ่อกุเชียะ ถือว่าเป็นผู้มีบุญและรับโชคสองต่อ คือ ได้ทั้งปัญญาและประโยชน์จากหลวงพ่อกุเชียะ ประโยชน์ที่ว่านั้นก็คือเรื่องเทวทูต ๓ ตนในนิมิตของหลวงพ่อกุเชียะ และได้กลายมาเป็นการตุน ๓ ตัว ซึ่งภายหลังได้จัดทำเป็นภาพเผยแพร่ไปตามสถาบันต่างๆ ในนามของยุวพุทธิกสมาคมจังหวัดลำปาง เพราะขณะนั้นคุณอุดมอมรจักร (เปรียญ) เป็นคณะกรรมการของสมาคมอยู่ด้วย

เหตุการณ์ดังกล่าวมานี้เป็นวิธีการสอนของหลวงพ่อกุเชียะท่านจะไม่สอนเองในรูปแบบที่ตรงไปตรงมาเกินไป แต่ทว่าเป็นการอุปมาอุปไมยสะกิดให้เราได้ใช้ปัญญาขบคิด มีกลวิธีแปลกๆ อันจะทำให้ผู้รับฟังบังเกิดความเพลิดเพลินได้โดยไม่รู้ตัว ๒๕

จะเห็นว่าการสอนแบบอุปมาอุปไมยของหลวงพ่อกุเชียะ เขมโก นั้น เป็นการสอนเปรียบเทียบเชิงลึก ซึ่งผู้ฟังต้องใช้สติปัญญาไตร่ตรองแยกแยะอย่างละเอียดถี่ถ้วนถึงจะเข้าใจและได้รับประโยชน์จากการสอนของท่าน ดังเช่น คุณอุดม อมรจักร (เปรียญ) ที่สามารถตีความปัญหาของหลวงพ่อกุเชียะได้ นอกจากจะเป็นประโยชน์ต่อตนเองแล้ว ยังก่อให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่นอีกโดยถ่ายทอดคำสอนนั้นออกสู่สถาบันการศึกษาและองค์กรต่างๆ ในสถาบันสังคมไทยอีกระดับหนึ่งด้วย

^{๓๒} ที่ระลึกงานทำบุญครบ ๕ รอบ (อายุ ๖๐ ปี) ครูบาเจ้าเกษม เขมโก, (กรุงเทพมหานคร: วิราพงศ์การพิมพ์, ๒๕๑๕), หน้า ๖๗-๖๘.

๓.๒.๕ การใช้ปฏิภาณโต้ตอบด้วยมุขำขัน

ตามปกติแล้วหลวงพ่อกษม เขมโก เป็นผู้มีความเมตตาและมีความรู้เรื่องชาตินิเวศน์มาคึกคักเสมอ บางครั้งท่านคุยอะไรออกมาต่างๆ ที่มีคติ คนที่นั่งอยู่ใกล้ชิดได้ยินได้ฟังการพูดคุยของท่านแล้วจะอดหัวเราะชอบใจไม่ได้ มีอยู่ครั้งหนึ่งอุบาสิกาบุญขึ้น ต้นบุญฤทธิ์ เข้าไปกราบนมัสการเรียนถามท่านว่า ท่านพระอาจารย์เจ้าคะ ท่านพระอาจารย์เป็นพระอรหันต์แล้วหรือ ท่านก็ตอบทันทีว่าเราเป็นอาระหันตัม หรืออาระตัม เพราะตาของเราเห็นทุกสิ่งทุกอย่าง (หมายความว่า ตาของเราเห็นทุกสิ่งทุกอย่าง) เห็นอะไรก็อยากได้ไปหมด อุบาสิกาบุญขึ้นจึงกราบเรียนถามต่อไปว่าถ้าเช่นนั้นท่านพระอาจารย์ ก็คงเป็นพระอริยะแล้ว นะเจ้าคะ ท่านก็ตอบไปว่า เราเป็นอริยะอะไรได้ความว่าท่านมีข้าวของที่ได้รับจากการถวายทานไว้เยอะแยะ พอท่านตอบอุบาสิกาบุญขึ้นจบแล้ว ท่านนั้นแหละ เสียงฮา หัวเราะก็ดังขึ้นพร้อมกัน (ทุกคนที่ได้ยินต่างก็พากันหัวเราะชอบใจในการตอบคำถามของหลวงพ่อกษม) อุบาสิกาบุญขึ้นหาได้จบคำถามเพียงแค่นั้นไม่ ความอยากรู้อยากเห็นของแกจึงเรียนถามต่อไปอีกว่า ท่านพระอาจารย์เจ้าคะ ท่านพระอาจารย์คงได้มรรคผลแล้วนะเจ้าคะ หลวงพ่อกษมก็ตอบไปทันทีเช่นกันว่า เราได้มรรคผลแล้ว คือเรามากผลไม้ (ชอบทานผลไม้) เช่น มะม่วง มังคุด ลำไย พุทรา ทุเรียน ขนุน กัลยาลางสาด เป็นต้น เลยได้ชื่อว่าเป็นอาจารย์มรรคผลอย่างนี้แหละโยมเอ๊ย ปฏิภาณโต้ตอบด้วยมุขำขันนี้ก็น่าจะเป็นที่ยึดในที่นี่ได้ว่า ประวัติพระอริยบุคคลในนครลำปาง ปัจจุบันนี้เราท่านก็ได้เห็นหลวงพ่อกษม เขมโก ท่านนั้น ที่อยู่ในชายที่ผู้รู้จะใช้วิจารณ์ญาณหยั่งทราบเรื่องราวของท่านด้วยปัญญา เคยมีเรื่องที่มีผู้ถามท่านอย่างต่างๆ และท่านก็ได้แผ่เมตตาให้ด้วยมุขำขัน ให้เราเก็บเอาไปคิดตั้งตัวอย่างที่ได้กล่าวมาแล้ว^{๓๓}

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก จะเป็นพระอริยบุคคลระดับใดหรือไม่ นั่นไม่ใช่เรื่องสำคัญอะไร เพราะตามหลักแห่งพระพุทธศาสนาแล้ว ถึงใครจะบรรลุธรรมระดับใดก็ไม่สามารถบอกให้ผู้อื่นทราบได้ว่าตนได้บรรลุธรรมขั้นนั้นขั้นนี้ โดยเฉพาะพระภิกษุถ้าบอกให้ผู้อื่นทราบว่าได้บรรลุธรรมแล้ว ถือว่าเป็นการผิดพระวินัยอย่างร้ายแรงถึงขั้นปาราชิก เพราะอุตตริมนุสสธรรม ถือว่าพูดอวดคุณวิเศษที่ไม่มีในตน ถึงจะเป็นจริงอย่างไรก็ตามพูด ทั้งนี้เพราะพระพุทธเจ้ามุ่งที่จะไม่ให้ผู้ปฏิบัติยึดติดอยู่ในการปฏิบัติ เพราะการยึดติดสิ่งใดสิ่งหนึ่งเป็นอุปาทาน เมื่อมีอุปาทานก็ต้องมีสิ่งอื่นตามมา ก็จะเป็นอย่างนี้เรื่อยไปไม่มีที่สิ้นสุด ดังนั้น ไม่ว่าภิกษุรูปใดก็ตาม ถ้าได้บรรลุธรรมแล้วก็ตามพูดอวดหรือบอกแก่ผู้อื่น เพราะบางทีผู้อื่นนำไปพูดหรือบอกต่อๆ กันไป ทำให้ลาภสักการะเข้ามาพัวพัน ทำให้เกิดความไม่สงบขึ้นแก่ผู้ปฏิบัติได้เช่นกัน ดังนั้น หลวงพ่อกษม เขมโก ซึ่งถือว่าเป็นพระสงฆ์ระดับสุปฏิปันโนเป็นผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบตามพระธรรมวินัย ดังเป็นที่ทราบกันดีอยู่แล้ว ไม่ว่าใครจะถามจะพูดอย่างไร

^{๓๓} ชุมพล ธนานันท์, หนังสือประวัติหลวงพ่อกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาลำปาง), หน้า ๖๙.

เกี่ยวกับตัวท่าน ท่านก็จะไม่พูดใดๆ ทั้งสิ้น โดยใช้ปฏิภาณโต้ตอบเป็นมุขำขันให้คนถามและคนฟังได้ สนุกสนานกันไป นั่นแสดงให้เห็นถึงท่านเป็นผู้ปฏิบัติธรรมอย่างเคร่งครัดจริงๆ และรู้จริงทั้งปริยัติ และปฏิบัติ ขณะเดียวกันก็มีความอ่อนน้อมถ่อมตนซึ่งถือว่าเป็นปฏิปทาจริยาวัตรอันงดงามประจำตัวของหลวงพ่อกษม ที่ยากจะหาผู้ใดเสมอเหมือน

๓.๒.๖ การตอบปัญหาธรรมะ

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ได้ศึกษาเล่าเรียนทั้งคันถธุระคือการศึกษาด้านพระปริยัติธรรม และวิปัสสนาธุระคือการศึกษาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน กล่าวได้ว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ทั้งภาคทฤษฎี และภาคปฏิบัติอย่างลงตัว เรียกว่า รู้จริงปฏิบัติจริง ดังนั้น เมื่อมีใครสนทนาหรือถามปัญหาธรรมะกับท่าน ท่านก็สามารถตอบให้หายสงสัยได้อย่างชัดเจนและแจ่มแจ้ง ดังที่เกษม โรจนศักดิ์ เล่าถึงอดีตที่ตน เคยบวชแล้วได้ถามปัญหาที่ตนและเพื่อนๆ สงสัยกับหลวงพ่อกษม ในหนังสือประวัติหลวงพ่อกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ประทุมมา) ลำปาง ความว่า ข้าพเจ้ายังจำได้ แม้เวลาจะล่วงเลยมา ๒๒ ปีแล้ว คิณนั้นเป็นคิณอันเจียบสงัดคิณหนึ่งของตนเดือนตุลาคม พ.ศ. ๒๔๙๕ สถานที่แห่งนั้น สงบเยือกเย็น และวังเวง ไกลออกจากความซุกมุ่นวุ่นวายทั้งหลายทั้งปวง ในค้ำคิณเช่นนั้นไม่มีใครกล้าเดินผ่านไปมา เพราะสถานที่นั้นก็ป่าช้านั่นเอง ข้าพเจ้าพร้อมด้วยพระนวกะหลายรูปจากวัดเชียงราย วัดสวนดอก ซึ่งบวชอยู่ในพรรษาเดียวกันในปีนั้น ได้ไปฝึกสมาธิจิตและพิจารณากัมมัฏฐานกันที่ป่าช้า โดยมีท่าน เจ้าคุณพระราชวิสุทธิ เจ้าอาวาสวัดเชียงราย ซึ่งเป็นพระอุปัชฌาย์ของข้าพเจ้า พระธรรมจินดานายก อดีตเจ้าอาวาสวัดป่าต๋ว๊ะ ซึ่งมรณภาพไปแล้วและพระสิทธิปัญญาภรณ์ เจ้าอาวาสวัดบุญญาวิทยาราม ขณะนั้นยังจำพรรษาอยู่ที่วัดเชียงรายเป็นผู้นำไปที่ป่าช้าศาลาวังทาน คิณวันนั้น ข้าพเจ้าได้พบและ รู้จักกับหลวงพ่อกษม เขมโก เป็นครั้งแรกแม้จะได้ยินชื่อเสียงของท่านมานานแล้ว^{๓๔}

ในวงการสงฆ์ของจังหวัดลำปาง และชาวบ้านมีผู้กล่าวขานถึงท่านอยู่เสมอ การสละ ตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดบุญยืน การสละลาภสักการะทั้งปวง ตามวิสัยที่สงฆ์จะพึงมี ออกไปแสวงหา ความสงบและบำเพ็ญทานบารมีอย่างโดดเดี่ยวในป่าช้า ตัดขาดจากรูปเสียงกลิ่นรสโดยสิ้นเชิง ข้าพเจ้าเคยได้ยินมาว่าท่านจำวัดโดยไม่มีมุ้งสละเลือดในกายให้เป็นอาหารของรึ้นและยุง การฉัน อาหารของท่านนั้น พยายามขจัดรสอันจะทำให้เกิดความอโรยออกไปจนหมด นำมาคลุกรวมกัน ทั้งหมดไม่ว่าหวานหรือคาวและฉันเพียงมือเดียว เสนาสนะของท่านประกอบด้วยไม้ไผ่ และมุงด้วย หญ้าคา หลังเล็กนิดเดียว ตั้งอยู่ริมลำเหมืองเล็กๆ (ห้วยแม่กระต๊อบ) ที่ไหลผ่านป่าช้าและก็ได้ประจักษ์ แก่ตาพร้อมด้วยพระนวกะที่ร่วมไปในวันนั้น ในคิณวันนั้น พระนวกะหลายรูปได้ซักถามปัญหาธรรมะ หลายข้อและท่านก็ได้ตอบและอธิบายให้ทราบอย่างละเอียด ขณะนั้นข้าพเจ้าก็ยังมีปัญหาเกิดขึ้นในใจ

^{๓๔} ชุมพล ธนานันท์, หนังสือประวัติหลวงพ่อกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง, หน้า ๘๐.

ซึ่งสงสัยว่าการที่พระภิกษุรูปใดรูปหนึ่ง พยายามหนีจากความวุ่นวายต่างๆ โดยอำลาออกจากตำแหน่ง เจ้าอาวาสและภารกิจของสงฆ์ที่พึงมีต่อชาวบ้าน มุ่งออกไปแสวงหาความสุขสงบเช่นนี้ จะถือว่าเป็น การจรรโลงพระศาสนาในแง่ใด และถ้าสงฆ์ต่างๆ ใฝ่หาความวิเวก แยกตัวเองออกมาอยู่อย่างโดดเดี่ยว เช่นนี้ พระพุทธศาสนาจะมีใครดูแลรักษา จากนั้นการถามตอบปัญหาจึงได้มีขึ้นหลวงพ่อบอกปัญหา ดังกล่าวและข้าพเจ้าก็ได้รับความกระจ่างสว่างหมดทุกข้อสงสัยโดยสิ้นเชิง ทำให้ข้าพเจ้าได้รับทราบว่ พระพุทธศาสนาจะยืนยงอยู่ได้ก็ด้วยการร่วมมือกันทั้งสองฝ่ายคือทั้งฝ่ายสงฆ์และฝ่ายชาวบ้าน พระสงฆ์นั้นจะต้องปฏิบัติตามพระวินัยโดยครบถ้วนบริบูรณ์ และชาวบ้านก็ต้องปฏิบัติตามคำสั่งสอน ของพระพุทธองค์คือพระธรรม การที่หลวงพ่อกษม สามารถตอบปัญหาธรรมะต่างๆ ที่มีผู้สงสัยและ ถามท่านได้อย่างละเอียดและมีหลักการนั้น ก็เพราะท่านมีพื้นฐานทางด้านปริยัติและปฏิบัติมาเป็น อย่างดียิ่งนั่นเอง^{๓๕}

๓.๒.๗ สอนผ่านสื่อโดยการรวบรวมข้อคิดในหลักธรรมเพื่อเผยแพร่

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ได้สอนธรรมะเป็นข้อคิดและข้อปฏิบัติที่ง่าย ๆ เกี่ยวกับการปฏิบัติ ตนในการดำเนินชีวิตแก่ชาวพุทธทั่วไป เพื่อน้อมนำไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดสันติสุขในครอบครัวและสังคม โดยท่านได้เรียบเรียงธรรมะต่างๆ ขึ้นจัดเป็นคู่มือชาวพุทธ ซึ่งมีเนื้อหาดังต่อไปนี้

๑. บุพพการีมี ๔ คือ พระพุทธเจ้า ๑ พระเจ้าแผ่นดิน ๑ บิดา มารดา ๑ ครูบาอาจารย์ ๑

๒. บิดา มารดา มีคุณแก่บุตรธิดา ๕ คือ

๒.๑ ห้ามไม่ให้ทำความชั่ว

๒.๒ แนะนำให้ตั้งอยู่ในความดี

๒.๓ ให้ศึกษาศิลปะวิชา

๒.๔ หาสามีหรือภรรยาที่สมควรให้ และ

๒.๕ มอบทรัพย์ให้ในสมัย

๓. บุตรธิดาได้รับบำรุงอย่างนี้แล้ว ก็ทำคุณตอบแทนท่าน ๕ ประการ คือ

๓.๑ ท่านได้เลี้ยงมาแล้วเลี้ยงท่านตอบ

๓.๒ ทำกิจให้ท่าน

๓.๓ เชื้อฟังกำสั่งสอนของท่าน

๓.๔ ประพฤติตนให้เป็นคนควรรับทรัพย์มรดกของท่าน

๓.๕ เมื่อท่านล่วงลับไปแล้ว ทำบุญอุทิศให้ท่าน

^{๓๕} ชุมพล ธนานันท์, หนังสือประวัติหลวงพ่อกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาดำ) ลำปาง,

๔. ครูอาจารย์อนุเคราะห์ศิษย์ มี ๕ ข้อ คือ

- ๔.๑ แนะนำดี
- ๔.๒ ให้เรียนดี
- ๔.๓ บอกศิลปวิทยาให้สิ้น ไม่ปิดบังอำพราง
- ๔.๔ ยกย่องให้ปรากฏในเพื่อนฝูง
- ๔.๕ ทำความป้องกันในทิศทั้งหลาย คือ จะไปในทิศไหนก็ไม่ให้อดอยาก

๕. สามีอนุเคราะห์ภรรยา มี ๕ ข้อ คือ

- ๕.๑ ด้วยยกย่องนับถือว่าเป็นภรรยา
- ๕.๒ ด้วยไม่ดูหมิ่น
- ๕.๓ ด้วยไม่ประพฤตินอกใจ
- ๕.๔ มอบความเป็นใหญ่ให้
- ๕.๕ ด้วยให้เครื่องแต่งตัว

๖. ภรรยาได้รับบำรุงอย่างนี้แล้ว ก็อนุเคราะห์สามีโดยสถาน ๕ คือ

- ๖.๑ ด้วยยกย่องเป็นสามี ไม่ประพฤตินอกใจ
- ๖.๒ ด้วยสงเคราะห์คนข้างเคียงสามี
- ๖.๓ จัดการงานดี
- ๖.๔ รักษาทรัพย์ที่สามีหามาได้ไว้
- ๖.๕ ขยันไม่เกียจคร้านในกิจการงานทั้งปวง

๗. มิตร มี ๖ พวก คือ

- ๗.๑ มิตรแท้
- ๗.๒ มิตรร่วมทุกข์ร่วมสุข
- ๗.๓ มิตรมีความรักใคร่
- ๗.๔ มิตรแนะนำประโยชน์
- ๗.๕ มิตรเทียม
- ๗.๖ มิตรชักชวนในทางฉิบหาย

๘. สังคหวัตถุ มี ๔ คือ

- ๘.๑ ทาน ให้ปันสิ่งของของตนแก่คนอื่น
- ๘.๒ ปิยวาจา เจรจาคำอ่อนหวาน
- ๘.๓ อัตถจริยา ประพฤติเป็นประโยชน์แก่ผู้อื่น
- ๘.๔ สมานัตตตา มีตนเสมอไม่ถือตัว

๙. ทิศเบื้องบนคือสมณะอนุเคราะห์ชาวบ้าน ๖ ข้อ คือ

- ๙.๑ ห้ามไม่ให้ทำความชั่ว
- ๙.๒ แนะนำให้ทำความดี
- ๙.๓ อนุเคราะห์ด้วยน้ำใจอันงาม
- ๙.๔ ให้ได้ฟังสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง
- ๙.๕ ทำสิ่งที่เคยฟังแล้วให้แจ่ม
- ๙.๖ บอกทางสวรรค์ให้

๑๐. คฤหัสถ์ชาวบ้านได้รับบำรุงฉะนี้แล้วก็อนุเคราะห์สมณสงฆ์ มี ๕ ข้อ คือ

- ๑๐.๑ ด้วยกายกรรม จะทำอะไรก็ประกอบด้วยเมตตา
- ๑๐.๒ ด้วยวจีกรรม จะพูดอะไรก็ประกอบด้วยเมตตา
- ๑๐.๓ ด้วยมโนกรรม จะคิดอะไรก็ประกอบด้วยเมตตา
- ๑๐.๔ ด้วยเป็นผู้ไม่ปิดประตูเรือน คือห้ามมิให้เข้าบ้านเรือน
- ๑๐.๕ ด้วยให้อามิสทาน

๑๑. แสวงหาทรัพย์มาด้วยทางชอบแล้ว

- ๑๑.๑ เลี้ยงบิดามารดาและบุตรภรรยาให้เป็นสุข
- ๑๑.๒ เลี้ยงบ่าวไพร่ให้เป็นสุข
- ๑๑.๓ บำบัดอันตรายที่เกิดแต่เหตุต่าง ๆ
- ๑๑.๔ ทำพลี ๕ อย่าง คือ ๑) ญาติพลี สงเคราะห์ญาติ ๒) อติถิพลี ต้อนรับแขก

๓) ปุพพะเปตะพลี ทำบุญให้ผู้ตาย ๔) เทวตพลี ทำบุญอุทิศให้แก่เทวดา ๕) ราชพลี ถวายเงินของหลวง มีเสียค่าภาษีอากร เป็นต้น

๑๒. ความปรารถนาที่หาได้สมหวังโดยยาก มี ๔ ข้อ คือ

- ๑๒.๑ ขอทรัพย์สมบัติจึงเกิดมีแก่ข้าพเจ้าโดยทางที่ชอบเกิด
- ๑๒.๒ ขอให้ข้าพเจ้ารักษาอายุให้ยืนนาน
- ๑๒.๓ ขอความสุขจงเกิดมีแก่ข้าพเจ้าและญาติพี่น้อง
- ๑๒.๔ เมื่อสิ้นชีพแล้ว ขอข้าพเจ้าไปบังเกิดในสวรรค์

๑๓. บ่าวกับนายพึงบำรุงกัน มีดังนี้

๑๓.๑ นายมีหน้าที่ ๕ ข้อ คือ ๑) จัดการงานให้ตามสมควร ๒) ด้วยให้เครื่องนุ่งห่ม ๓) ให้อาหารและรางวัล ๔) ด้วยแจกของมีรสแปลกประหลาดให้รับประทาน ๕) ด้วยปล่อยในสมัย

๑๓. ๒ บ่าวมีหน้าที่ ๕ ข้อ คือ ๑) ลุกขึ้นทำงานก่อนนาย ๒) เลิกงานทีหลังนาย ๓) ถือเอาแต่ของที่นายให้ ๔) ทำการงานให้ดีขึ้น ๕) นำคุณของนายไปสรรเสริญในที่นั้น ๆ

๑๔. เล่นการพนัน มีโทษ ๔ สถาน คือ ๑) เมื่อชนะยอมก่อนเวร ๒) เมื่อแพ้ย่อมเสียตายทรัพย์สินที่เสียไป ๓) ทรัพย์สินยอมฉิบหาย ๔) ไม่มีใครประสงค์จะแต่งงานด้วย

๑๕. ตีมสุรา มีโทษ ๔ สถาน คือ ๑) เสียทรัพย์สิน ๒) ถูกตีเตียน ๓) ไม่รู้จักกาย ๔) ทอนกำลังปัญญา

๑๖. การเที่ยวชอกแซกในกลางคืน มีโทษ ๖ สถาน คือ ๑) ชื่อว่า ไม่รักษาตัว ๒) ชื่อว่า ไม่รักษาลูกเมีย ๓) ชื่อว่า ไม่รักษาทรัพย์สินสมบัติ ๔) เป็นที่ระแวงสงสัยของคนอื่น ๕) มักถูกใส่ความ ๖) ได้รับความลำบากมาก

จากการศึกษาเกี่ยวกับการสอนธรรมะผ่านสื่อโดยการรวบรวมข้อคิดในหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาแล้วนำมาเป็นคู่มือชาวพุทธ เพื่อให้ชาวพุทธได้ปฏิบัติตนในทางที่ถูกต้องดีงามจะสังเกตได้ว่า หลวงพ่อเกษม เขมโก ได้นำเอาหลักธรรมที่สามารถปฏิบัติได้อย่างง่ายๆ และมีประโยชน์ต่อการอยู่ร่วมกันของคนในสังคม ดังเช่น ทิศ ๖ เรื่องหน้าที่ของบุคคลต่างๆ ที่จะพึงปฏิบัติต่อกัน การคบมิตร อบายมุข เป็นต้น นำมาแสดงให้เห็นถึงคุณและโทษภัยต่างๆ เพื่อให้ชาวพุทธได้เลือกปฏิบัติสิ่งไหนเป็นทางที่ดีควรประพฤติปฏิบัติ สิ่งไหนมีโทษควรลดละและเลิกไม่ควรประพฤติต่อไป เป็นต้น นั้นเป็นหลักธรรมที่ให้แง่คิดมุมมองต่างๆ แก่ผู้ปฏิบัติ ซึ่งหลวงพ่อเกษมได้นำมาเรียบเรียงเป็นข้อๆ อ่านแล้วเข้าใจได้ทันทีไม่ต้องตีความอะไรอีก เพราะมีความหมายที่ชัดเจนอยู่แล้ว

๓.๒.๘ การสนทนาธรรม

การสนทนาธรรมของหลวงพ่อเกษม เขมโก ก็เป็นอีกวิธีการหนึ่งในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา เพราะท่านได้สนทนาธรรมเกี่ยวกับการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือการปฏิบัติธุดงค์วัตร ตลอดถึงเรื่องอื่นๆ อันเกี่ยวข้องกับด้วยธรรมะเสมอ ยกตัวอย่างการสนทนาธรรมระหว่างหลวงพ่อเกษมกับพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชมหาราช ฦ อุโบสถ วัดคະตีกเชียงมั่น อำเภอเมืองลำปาง เมื่อวันที่ ๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๑ ซึ่งบันทึกพระราชปุจฉาโดยพระครูปลัดจันทร์ กตปุญโญ^{๓๖} ในหนังสือชีวประวัติหลวงพ่อเกษม เขมโก ในบันทึกพระราชปุจฉานั้นมีอยู่ว่า ต่อไปนี้เป็นพระราชดำรัสที่ทรงปฏิสันถารกับพระอินทวิชยาจารย์ และหลวงพ่อเกษม เขมโก

^{๓๖} ปัจจุบัน : พระสุนทรมุณี เจ้าคณะจังหวัดลำปาง วัดบุญวาทย์วิหาร อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง

ซึ่งข้าพเจ้าได้มีโอกาสช่วยหลวงพ่อดวายพระพรด้วย ข้อความนี้ข้าพเจ้าบันทึกไว้หลังจากพระองค์เสด็จพระราชดำเนินกลับแล้ว^{๓๗} ดังนี้

ในหลวง หลวงพ่อประจำอยู่ที่วัดนี้ (วัดคະตັกเชียงมั่น) หรือ

หลวงพ่อ : ขอถวายพระพร อาตมาประจำอยู่ที่สุสานไตรลักษณ์

ในหลวง : อยากจะไปหาหลวงพ่อเหมือนกัน แต่หาเวลาไม่ค่อยได้ ได้ทราบว่าคุณพบหลวงพ่อยาก

หลวงพ่อ : พระราชาเสด็จไปป่าช้าเป็นการไม่สะดวก เพราะสถานที่ไม่เรียบร้อย อาตมาภาพจึงมารับเสด็จที่นี่ ขอถวายพระพร มหาบพิตรสบายดีหรือ

ในหลวง : สบายดี

หลวง พ่อ : ขอถวายพระพร มหาบพิตรมีพระชนมายุเท่าไร

ในหลวง : ได้ ๕๐ ปี

หลวงพ่อ : อาตมาภาพได้ ๖๗ ปี

ในหลวง : หลวงพ่ออยู่ตามป่ามีความสงบย่อมจะมีโอกาสปฏิบัติธรรมได้มากกว่า พระที่วัดในเมืองซึ่งมีภารกิจเกี่ยวกับการปกครองและงานอื่นๆ จะเป็นอย่างนั้นหรือเปล่า

หลวงพ่อ : ขอถวายพระพร อาจจะเป็นอย่างนั้นก็ได้ เพราะอยู่ป่าไม่มีภารกิจอย่างอื่น แต่ก็ขึ้นอยู่กับศีลบริสุทธิ์ด้วย เพราะเมื่อศีลบริสุทธิ์ จิตใจไม่ฟุ้งซ่าน นิเวศน์ไม่ครอบงำก็ปฏิบัติได้ผลง่าย

ในหลวง : การปฏิบัติอย่างพระมีเวลามาก ย่อมจะได้ผลเร็ว ส่วนผู้ที่มีเวลาน้อย มีภารกิจมาก จะปฏิบัติอย่างหลวงพ่อ ก็ไม่อาจทำได้ แล้วจะมีวิธีปฏิบัติอย่างไร เราจะหันแล่งช่วงเวลาให้สั้นเข้าจะได้ไหม คือขอยเวลาออกจากหนึ่งชั่วโมงเป็นครึ่งชั่วโมง จากครึ่งชั่วโมงเป็นสิบนาที หรือห้านาที แต่ให้ได้ผลคือได้รับความสุขเท่ากัน ยกตัวอย่างเช่น นั่งรถยนต์จากเชียงใหม่มาลำปางก็สามารถปฏิบัติได้ หรือในระหว่างที่มาอยู่ในพิธีนี้ มีช่วงที่ว่างอยู่ ก็ปฏิบัติเป็นระยะไป อย่างนี้จะถูกหรือเปล่าก็ไม่ทราบ อยากจะเรียนถาม

หลวงพ่อ : ขอถวายพระพร จะปฏิบัติอย่างนั้นก็ได้ ถ้าแบ่งเวลาได้

ในหลวง : ไม่ถึงแบ่งเวลาต่างหากออกมาทีเดียว ก็อาศัยเวลาในขณะที่ทำงานอย่างอื่นอยู่นั้นแหละจะได้หรือไม่ คือใช้สติทุกขณะจิตที่เกิดดับ ทำงานด้วย ความรอบคอบ ให้สติตั้งอยู่ตลอดเวลา

เจ้าคุณ^{๓๘} : ขอถวายพระพร มหาบพิตรทรงปฏิบัติอย่างนั้นถูกแล้ว การที่มหาบพิตร เสด็จพระราชดำเนินมาปฏิบัติงานอย่างนี้ก็เรียกว่าได้ทรงเจริญเมตตาใน พรหมวิหารอยู่แล้ว

^{๓๗} วีระวัฒน์ ชลสวัสดิ์, มหาบพิตร ในหลวงทรงถาม พระอรหันต์ตอบ (ฉบับปรับปรุง), (กรุงเทพมหานคร: กรีน ปัญญาญาณ, ๒๕๕๗).

ในหลวง : ก็คิดว่าเป็นอย่างนั้น เช่นมาตัดลูกนิมิตนี้ ก็ถือว่าเป็นการปฏิบัติธรรมด้วยซึ่ง
 เกียจมาจึงมีกำลังใจมา และเมื่อได้มีโอกาสได้เรียนถามพระสงฆ์ ว่าการปฏิบัติธรรมเป็นระยะเวลา
 สั้นๆ เป็นตอนๆ อย่างนี้จะได้ผลไหม อุปมาเหมือนช่างทาสีผนังโบสถ์ เขาทาทางนี้ดีแล้วพัก ทาทาง
 โนนดีแล้วพัก ทำอยู่อย่างนี้ก็เสร็จได้ แต่ต้องใช้เวลาหน่อย จึงอยากเรียนถามว่าปฏิบัติอย่างนี้จะมี
 ผลสำเร็จไหม

หลวงพ่อบ : ปฏิบัติอย่างนั้นก็ได้อาศัยหลัก ๓ อย่าง คือ มีศีลบริสุทธิ์ มีจิตบริสุทธิ์
 ทำบุญในชาติปางก่อนไว้มากมีบาปน้อย ขอถวายพระพร

เจ้าคุณ : ได้ตามขั้นของสมาธิ คือ อุปจารสมาธิ ได้สมาธิเป็นแต่เฉียดๆ ขณิกสมาธิได้สมาธิ
 เป็นขณะๆ และได้อัปปนาสมาธิ ได้สมาธิแนวแนวดิ่งลงไปได้นานๆ (อธิบายละเอียดกว่าที่บันทึกนี้)

ในหลวง : ครับ ที่หลวงพ่อบว่ามีศีลบริสุทธิ์ ชาติก่อนทำบุญไว้มาก อยากทราบว่าผมเกิด
 เป็นอะไร ได้ทำอะไรไว้บ้าง จึงได้มาเป็นอย่างนี้ (หลวงพ่อบยิ้มและนิ่งแล้วหันมาทางข้าพเจ้าบอกว่า
 ตอบยาก)

ข้าพเจ้า : ขอถวายพระพร หลวงพ่อบไม่อาจจะพยากรณ์ถวายมหาบพิตรได้

เจ้าคุณ : หลวงพ่อบอาจจะเกรงพระราชหฤทัยมหาบพิตรก็ได้ ขอถวายพระพร

ในหลวง : หลวงพ่อบไม่ต้องเกรงใจว่าเป็นพระราชฯ ขอให้ถือว่าสนทนาธรรมก็แล้วกัน ยินดี
 รับฟัง มีคนพูดกันว่า ชาติก่อนผมเกิดเป็นนักรบ มีบริวารมาก ถ้าเป็นอย่างนั้น ศีล ๕ จะบริสุทธิ์ได้
 อย่างไร การเป็นนักรบนั้นจะต้องได้ฆ่าคน สงสัยอยู่ (หลวงพ่อบหันมากระซิบข้าพเจ้าว่า เอใครทำนาย
 ถวายท่านอย่างนั้นก็ไม่รู้สิ เราไม่รู้ เราไม่มีอดีตตั้งสญาณ อนาคตตั้งสญาณ ตอบยาก ต้องหลวงพ่อบเมืองสิ *)

ข้าพเจ้า : ขอถวายพระพร หลวงพ่อบยืนยันว่า มหาบพิตรทรงมีศีลบริสุทธิ์และทรงมีบุญมาก

ในหลวง : เรื่องบุญกับกุศลนี้ก็อีกเรื่องหนึ่ง ตามที่รู้ผู้ทำบุญ หรือผู้มีบุญได้ผลแค่เป็น
 เทวดา อยู่สวรรค์ ผู้มีกุศลหรือผู้ทำกุศลมีผลให้ได้ถึงนิพพาน ถ้าอย่างนั้นที่ว่าพระราชามีบุญมาก ก็คง
 ได้แค่เป็นเทวดาอยู่บนสวรรค์เท่านั้นไม่ได้นิพพาน ทำไมเราไม่พูดถึงกุศลกันหลายๆ บ้าง หลวงพ่อบสอน
 ให้คนปฏิบัติธรรมตามแนวปฏิบัติของหลวงพ่อบ้างหรือเปล่าหลวงพ่อบ

ขอถวายพระพร สอนเหมือนกัน อาตมภาพได้ทราบว่า ที่วัดปากน้ำวัดมหาธาตุ ก็มีสอน
 วิปัสสนากัมมัฏฐาน มหาบพิตรเคยเสด็จไปบ้างไหม

ในหลวง : ทราบ แต่ไม่เคยไป หลวงพ่อบสอนอย่างไร อยากฟังบ้างและอยากได้เป็นแนว
 ปฏิบัติ เอาอย่างนี้ดีไหม คือขอให้หลวงพ่อบพูดเข้าเครื่องบันทึกเสียงแล้วส่งไปจะได้ไหม มีเครื่องหรือ
 เปล่า (นายชุมพล กระซิบข้าพเจ้าว่ามี)

ข้าพเจ้า : ขอถวายพระพร เครื่องเทปของวัดมี

^{๓๘} พระครูปลัดจันทร์ กตปุณฺณ โป จปัจจุบัน: พระสุนทรธมฺมณี เจ้าคณะจังหวัดลำปาง วัดบุญญาพิหาร
 อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง

ในหลวง : ขอให้หลวงพ่อสอนตามแนวของหลวงพ่อก่อนที่เคยสอน จะสอนอะไรก็ได้

หลวงพ่อก : ขอถวายพระพร มีเป็นประเภทภาชิตศีลธรรมต่าง ๆ

ในหลวง : อะไรก็ได้ ขอให้เป็นการสอนก็ได้

หลวงพ่อก : ได้ ขอถวายพระพร

ในหลวง : ขอนมัสการลา (ทรงกราบแล้วเสด็จพระราชดำเนินถึงประตูอุโบสถเสด็จกลับมาหาหลวงพ่อก) แล้วตรัสว่า “หลวงพ่อกจำหมอด้ายได้ไหมเคยส่งมาพยาบาลหลวงพ่อก คราวที่หลวงพ่อกอาพาธหลายปีแล้ว ผมจะให้เขานำเครื่องปั้นที่กลับมา”

หลวงพ่อก : จำได้ ขอถวายพระพร

หลวงพ่อกเมือง หมายถึง พระครูอุดมเวทวทรคุณ (อุตตโม) เจ้าอาวาสวัดท่าแห่นอำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง. จากพระราชปฐมาหรือการสนทนาธรรมระหว่างหลวงพ่อกกับในหลวงนั้น จะเห็นว่าหลวงพ่อกสามารถตอบคำถามของในหลวงได้อย่างเป็นที่น่าพอใจพระราชหฤทัย และในหลวงก็ยังทรงรับสั่งขอให้หลวงพ่อกสอนแนวการปฏิบัติธรรมให้พระองค์ด้วย ทั้งนี้ ทรงเห็นว่า หลวงพ่อกเป็นพระนักปฏิบัติที่เคร่งครัดในจุดดั่งควร และมีแนวการปฏิบัติที่ชัดเจนเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวนั่นเอง

๓.๓ การสอนปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวทางของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

การสอนปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวทางของครูบาเจ้าเกษม เขมโก ได้สอนปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่ปรากฏในอนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี^{๓๔} พบว่า การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนานั้นปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน ๔ และวิปัสสนาภูมิ ได้แสดงชั้น ๕ พบว่าพระผู้มีพระภาคตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย เราจักแสดงชั้น ๕ ประการและอุปาทานชั้น ๕ ประการเธอทั้งหลายจงฟังชั้น ๕ ประการอะไรบ้าง คือ ๑) รูปร่างใดอย่างหนึ่งทั้งที่เป็นอดีตอนาคตและปัจจุบันภายในหรือภายนอกหยาบหรือละเอียด เลวหรือประณีตไกล หรือใกล้ก็ตามนี้เรียกว่ารูปชั้น ๒) เวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง ฯลฯ ๓) สัญญาอย่างใดอย่างหนึ่ง ฯลฯ ๔) สังขารเหล่าใดเหล่าหนึ่งทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบันภายในหรือภายนอกหยาบหรือละเอียดเลวหรือประณีตไกลหรือใกล้ก็ตามนี้เรียกว่าสังขารชั้น ๕) วิญญาณอย่างใดอย่างหนึ่งทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบันภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียดเลวหรือประณีตไกลหรือใกล้ก็ตามนี้เรียกว่าวิญญาณชั้น ๖) ภิกษุทั้งหลายเหล่านี้เรียกว่าชั้น ๕ ประการ อุปาทานชั้น ๕ ประการ คือ ๑) รูปร่างใดอย่างหนึ่งทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบันภายในหรือภายนอก หยาบหรือละเอียดเลวหรือประณีตไกลหรือใกล้ก็ตาม ประกอบด้วยอาสวะเกื้อกูลแก่ อุปาทาน นี้เรียกว่ารูปอุปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือรูป) ๒) เวทนาอย่างใดอย่างหนึ่ง ฯลฯ ไกลหรือใกล้ก็ตามประกอบด้วยอาสวะเกื้อกูลแก่อุปาทานนี้เรียกว่าเวทูปาทานชั้น อุปาทานชั้นคือ

^{๓๔} อนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี หลวงพ่อกเกษม เขมโก, ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๓๔, หน้า ๖๔ ม.ป.ท.

เวทนา ๓) สัญญาอย่างใดอย่างหนึ่ง ฯลฯ ไกลหรือใกล้ก็ตาม ประกอบด้วยอาสวะเกื้อกูลแก่อุปาทานนี้ เรียกว่าสัญญาปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือสัญญา) ๔) สังขารเหล่าใดเหล่าหนึ่ง ฯลฯ ประกอบด้วยอาสวะเกื้อกูลแก่อุปาทานนี้เรียกว่าสังขารปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือสังขาร) ๕) วิญญาณอย่างใดอย่างหนึ่งทั้งที่เป็นอดีต อนาคตและปัจจุบัน ฯลฯ ไกลหรือใกล้ก็ตามประกอบด้วยอาสวะเกื้อกูลแก่อุปาทานนี้เรียกว่าวิญญาณปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือวิญญาณ) ภิคุชทั้งหลายเหล่านี้เรียกว่าอุปาทานชั้น ๕ ประการ^{๔๐}

ในอุปาทานักขันธสูตรได้แสดงเรื่องอุปาทานชั้น ๕ พบว่า อุปาทานชั้น (กองอันเป็นที่ตั้งแห่งความยึดมั่น) ๕ ประการนี้ อุปาทานชั้น ๕ ประการ คือ ๑) รูปปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือรูป) ๒) เวทูปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือเวทนา) ๓) สัญญาปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือสัญญา) ๔) สังขารปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือสังขาร) ๕) วิญญาณปาทานชั้น (อุปาทานชั้นคือวิญญาณ)

อุปาทานชั้น ๕ ประการนี้ ภิคุชทั้งหลายภิคุชพึงเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ เพื่อรู้อย่างเพื่อกำหนดรู้เพื่อความสิ้นไปเพื่อละอุปาทานชั้นทั้ง ๕ ประการนี้ ฯลฯ ภิคุชทั้งหลายภิคุชพึงเจริญอริยมรรคมีองค์ ๘ นี้^{๔๑}

ตามที่หลวงพ่อกษेम เขมโก ได้สนทนาธรรมกับในหลวงเรื่องการปฏิบัติธรรมข้อความตอนหนึ่งว่าผู้ที่ปฏิบัติธรรมได้ผลดีนั้นจะต้องมีศีลบริสุทธิ์ มีจิตบริสุทธิ์ ดังจะได้ยกบทสนทนาว่า

ในหลวง : หลวงพ่ออยู่ตามป่ามีความสงบย่อมจะมีโอกาสปฏิบัติธรรมได้มากกว่าพระที่วัดในเมืองซึ่งมีภารกิจเกี่ยวกับการปกครองและงานอื่นๆ จะเป็นอย่างนั้นหรือเปล่า

หลวงพ่อ : ขอถวายพระพร อาจจะเป็นอย่างนั้นก็ได้ เพราะอยู่ป่าไม่มีภารกิจอย่างอื่น แต่ก็ขึ้นอยู่กับศีลบริสุทธิ์ด้วย เพราะเมื่อศีลบริสุทธิ์ จิตใจไม่ฟุ้งซ่าน นิรวณไม่ครอบงำก็ปฏิบัติได้ผลง่าย

คำสอนของหลวงพ่อกษेम เขมโก ในเบื้องต้นจะต้องมีศีลบริสุทธิ์ นั่นก็คือ มีปาริสุทธิศีล ๔ นั้นเอง คือ ๑) ความสำรวมในพระปาฏิโมกข์ ๒) ความสำรวมอินทรีย์ ๓) ความบริสุทธิ์แห่งการเลี้ยงชีพ ๔) ความพิจารณาปัจจัย ๔ ก่อนบริโภค สมดังข้อความที่ปรากฏในปัจเจกพุทธานุภาพาน พบว่าพระปัจเจกพุทธเจ้าทั้งหลาย มีศีลบริสุทธิ์ด้วยปาริสุทธิศีล ๔ มีปัญญาหมดจดดีมีจิตตั้งมั่นหมั่นประกอบธรรมเป็นเครื่องตื่นเห็นแจ้งไตรลักษณ์เห็นธรรมวิเศษรู้โดยพิเศษซึ่งอริยธรรมที่ประกอบด้วยองค์มรรคและโพชฌงค์^{๔๒} ดังนั้นผู้ที่มีศีลบริสุทธิ์ย่อมจะสามารถทำจิตให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิเมื่อจิตตั้งมั่นไม่หวั่นไหวนิรวณก็ไม่สามารถครอบงำได้ เพราะวานิรวณเป็นธรรมเครื่องกั้นจิตไม่ให้เข้าถึง

^{๔๐} ส.ข. (ไทย) ๑๗/๔๘/๖๖.

^{๔๑} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๗๙/๑๐๕.

^{๔๒} ขุ.อป. (ไทย) ๓๒/๑๓๒/๒๔.

กุศลธรรมอันยิ่ง นีวรณ ๕ ประการคือ ๑) ความพอใจในกาม ๒) ความมีจิตคิดเคืองคิดร้าย ๓) ความมีจิตหดหู่ ๔) ความมีจิตฟุ้งซ่าน ๕) ความมีจิตลึกลับเลสงสัย สมดังข้อความที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร พบว่า ภาิกะในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นีวรณ ๕

๑. เมื่อกามฉันทะความพอใจในกามภายในมีอยู่ก็รู้ซัดว่ากามฉันทะภายในของเรามีอยู่ หรือเมื่อกามฉันทะภายในไม่มีอยู่ก็รู้ซัดว่ากามฉันทะภายในของเราไม่มีอยู่ การเกิดขึ้นแห่งกามฉันทะที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้การละกามฉันทะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้ และกามฉันทะที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้

๒. เมื่อพยาบาทความคิดร้ายภายในมีอยู่ก็รู้ซัดว่าพยาบาทภายในของเรามีอยู่หรือเมื่อพยาบาทภายในไม่มีอยู่ก็รู้ซัดว่าพยาบาทภายในของเราไม่มีอยู่การเกิดขึ้นแห่งพยาบาทที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้การละพยาบาทที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใด ก็รู้ซัดเหตุนี้และพยาบาทที่ละได้แล้ว จะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้

๓. เมื่อถีนมิทธะความหดหู่และเซื่องซึมภายในมีอยู่ก็รู้ซัดว่าถีนมิทธะภายในของเรามีอยู่หรือเมื่อถีนมิทธะภายในไม่มีอยู่ก็รู้ซัดว่าถีนมิทธะภายในของเราไม่มีอยู่การเกิดขึ้นแห่งถีนมิทธะที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้การละถีนมิทธะที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้และถีนมิทธะที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้

๔. เมื่ออุทธัจจกุกกุกจความฟุ้งซ่านและร้อนใจภายในมีอยู่ก็รู้ซัดว่าอุทธัจจกุกกุกจภายในของเรามีอยู่หรือเมื่ออุทธัจจกุกกุกจภายในไม่มีก็รู้ซัดว่าอุทธัจจกุกกุกจภายในของเราไม่มีอยู่การเกิดขึ้นแห่งอุทธัจจกุกกุกจที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้การละอุทธัจจกุกกุกจที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้และอุทธัจจกุกกุกจที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้

๕. เมื่อวิจิกิจฉาความลังเลสงสัยภายในมีอยู่ก็รู้ซัดว่าวิจิกิจฉาภายในของเรามีอยู่หรือเมื่อวิจิกิจฉาภายในไม่มีอยู่ก็รู้ซัดว่าวิจิกิจฉาภายในของเราไม่มีอยู่การเกิดขึ้นแห่งวิจิกิจฉาที่ยังไม่เกิดขึ้นมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้การละวิจิกิจฉาที่เกิดขึ้นแล้วมิได้ด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้และวิจิกิจฉาที่ละได้แล้วจะไม่เกิดขึ้นต่อไปอีกด้วยเหตุใดก็รู้ซัดเหตุนี้ด้วยวิธีนี้

ภาิกะพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายในอยู่พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายภายนอกอยู่หรือพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายทั้งภายในทั้งภายนอกอยู่พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุเกิดในธรรมทั้งหลายอยู่พิจารณาเห็นธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่หรือพิจารณาเห็นทั้งธรรมเป็นเหตุเกิดทั้งธรรมเป็นเหตุดับในธรรมทั้งหลายอยู่หรือว่าภาิกะนั้นมีสติปรากฏอยู่เฉพาะหน้าว่าธรรมมีอยู่ก็เพียงเพื่ออาศัยเจริญญาณเจริญสติเท่านั้นไม่อาศัยค้นหาและทิวณฺณอยู่ และไม่ยึดมั่นถือมั่นอะไรๆ ในโลก^{๔๓}

^{๔๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖.

การสอนปฏิบัติวิปัสสนาของหลวงปู่เกษม เขมโก นั้นมีความสอดคล้องกับในคัมภีร์พระไตรปิฎกเพราะว่าหลวงปู่จะสอนเรื่องศีลเป็นเบื้องต้นเมื่อมีศีลบริสุทธิ์แล้วจิตจะมีความตั้งมั่นนิรณทก็ไม่สามารถบงำได้ โดยสรุปมี ๕ ประการด้วยกัน ๑) ทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจผ่องใส ๒) ทำให้ผู้ปฏิบัติมีจิตใจที่มั่นคง หนักแน่น มากขึ้นกว่าเดิม ๓) ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดปัญญา เกิดความเฉลียวฉลาดมากขึ้น ๔) ทำให้ผู้ปฏิบัติหายจากโรคประจำตัวซึ่งไม่สามารถรักษาได้ ๕) ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุถึงความพ้นทุกข์คือ มรรค ผล นิพพานอันเป็นจุดประสงค์สูงสุดในพระพุทธศาสนาได้

๑. ทำให้จิตของผู้ปฏิบัติผ่องใส ทั้งนี้เพราะ ในขณะที่ผู้ปฏิบัติมีสติตามกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ เช่นขณะกำหนดว่า “พองหนอ ยุบหนอ นิ่งหนอ ถูกหนอ” หรือกำหนดว่า “ขวย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ” ฯลฯ อยู่ นั่น จิตของผู้ปฏิบัติจะประกอบด้วยกุศลเพราะสติเป็นกุศลธรรม ขณะที่สติอันเป็นกุศลธรรมเกิดขึ้นอยู่นั้น อกุศลธรรม (กิเลสธรรมต่างๆ เช่น ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความเยอหยิ่ง ความถือตัว ความทะนงตน ฯลฯ) ก็จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้ในขณะนั้น กิเลสธรรมเหล่านี้เป็นสภาวะธรรมทางจิตที่ทำให้จิตเศร้าหมอง ในระหว่างที่ผู้ปฏิบัติมีสติตามรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ กิเลสดังกล่าวจะเกิดขึ้นไม่ได้ เปรียบได้กับขณะที่มีแสงสว่างเกิดขึ้น ความมืดย่อมจะอันตรธานหายไป ในทางกลับกันขณะที่มีความมืดเกิดขึ้น ความสว่างก็ย่อมจะอันตรธานหายไปเช่นกัน ขณะใดก็ตามที่ผู้ปฏิบัติมีสติตามรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ ย่อมเปรียบได้กับขณะที่มีแสงสว่างเกิดขึ้น อกุศลธรรมซึ่งทำให้จิตเศร้าหมองอันเปรียบได้กับความมืดย่อมจะเกิดขึ้นไม่ได้ ในขณะนั้น ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติจึงได้รับประโยชน์ของการเจริญวิปัสสนากรรมฐานประการแรก คือทำให้จิตผ่องใส เพราะเมื่อไม่มีอกุศลที่ทำให้จิตเศร้าหมอง จิตก็จะผ่องใสนั่นเอง หากเราเจริญสติอย่างนี้ไปตลอด เมื่อตายลงในขณะจิตที่เป็นกุศลนั้น ก็จะไปเกิดในสุคติภูมิอย่างแน่นอน

อนึ่ง จิตของคนเรานั้นสามารถรับรู้อารมณ์ได้เพียงอารมณ์เดียวในแต่ละขณะ เราไม่สามารถคิดเรื่องสองเรื่องได้ในขณะจิตเดียวกัน ขณะที่ผู้ปฏิบัติตามรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ เป็นต้นว่า ขณะที่กำหนดว่า “พองหนอ ยุบหนอ นิ่งหนอ ถูกหนอ” อยู่ขณะนั้นจิตของผู้ปฏิบัติกำลังรับรู้อารมณ์อันได้แก่อาการเคลื่อนไหวของ ท้อง-อาการตั้งตรงของร่างกายส่วนบน-อาการถูก เมื่อเป็นเช่นนั้น จิตของผู้ปฏิบัติจัดว่าประกอบด้วยกุศลธรรม กิเลสต่างๆ (ความโลภ ความปรารถนา ความอยากได้ ความต้องการในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งที่ตนผูกพันอยู่ รวมทั้งความโกรธ ความไม่ต้องการ ความไม่ปรารถนาอารมณ์ที่ตนเองไม่พึงพอใจอย่างใดอย่างหนึ่ง) จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้ในขณะนั้น เพราะขณะนั้นจิตของผู้ปฏิบัติรับรู้สักแต่ว่ามีอาการเคลื่อนไหว-สักแต่ว่ามี อาการตั้งตรงของร่างกาย-หรือสักแต่ว่ามีอาการถูก การที่จิตของผู้ปฏิบัติมีสติตามกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์จนกระทั่งความโลภ (ความต้องการในอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง) หรือความโกรธ (ความไม่ต้องการอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง) ไม่สามารถเกิดขึ้นได้ในขณะนั้น จัดว่าเป็นการกำจัดกิเลส คือ ความโลภ ความโกรธ โดยชั่วขณะ เมื่อเป็นเช่นนั้นจะทำให้จิตของผู้ปฏิบัติเกิดความผ่องใส เกิดความสบายใจ แม้กระทั่งหลังจากที่ปฏิบัติไปแล้ว

และไม่ได้กำลังตามรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ที่ตาม ก็ยังคงสามารถรับรู้ถึงความผ่อนคลายความเบิกบานใจแห่งจิตของตนได้

๒. ทำให้จิตของผู้ปฏิบัติเกิดความมั่นคงหนักแน่นยิ่งกว่าเดิม หมายความว่า ก่อนจะมาปฏิบัติธรรม เราทั้งหลายอาจจะขาดสติที่ตามกำหนดรู้ปัจจุบันอารมณ์อยู่ บางขณะอาจเกิดความโลภ-ความปรารถนาความต้องการต่างๆ ครอบงำจิตใจของเรา เมื่อไม่ได้มาตามที่ต้องการก็เกิดความไม่พึงพอใจ แต่ถ้าได้สิ่งที่ต้องการมาก็เกิดความหลงใหลพอใจ เมื่อประสบกับอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนา ก็เกิดความโกรธ-ความไม่พึงพอใจในสิ่งนั้น บุคคลที่ถูกความโลภ-ความโกรธครอบงำจิตใจจัดว่าเป็นบุคคลที่มีจิตใจไม่มั่น คง เพราะในขณะนั้นจิตจะซัดสายหวั่นไหวอยู่กับอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนาหรือไม่น่าปรารถนาเหล่านั้น หากเมื่อท่านทั้งหลายได้เจริญวิปัสสนากรรมฐานอยู่ โดยมีสติตามกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์ ความโลภ (ความปรารถนาในอารมณ์ที่ต้องการ) หรือความโกรธ (ความไม่ปรารถนาในอารมณ์ที่ไม่ต้องการ) ก็จะไม่เกิดขึ้น เมื่อเป็นเช่นนั้นท่านสาธุชนทั้งหลายก็จัดว่าเป็นบุคคลที่มีจิตใจมั่นคงขึ้น กว่าเดิม เมื่อประสบกับอารมณ์ที่ปรารถนาก็จะไม่เกิดความโลภ และเมื่อกระทบกระทั่งกับอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนาก็จะไม่เกิดความโกรธ ประโยชน์ข้อที่สองนี้จึงเป็นประโยชน์ที่ท่านทั้งหลายจะได้รับจากการเจริญ วิปัสสนากรรมฐาน คือ ทำให้จิตของเรามั่นคงไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรมมากขึ้น

ผู้ปฏิบัติที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานและบรรลุวิปัสสนาญาณชั้นต่างๆ จนถึงสังขารุเปกขาญาณแล้ว จะไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่ว่าจะพบกับอารมณ์ที่ตนปรารถนาหรือกระทบกับอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนาก็ตาม ขณะนั้นผู้ปฏิบัติจะมีจิตใจมั่นคงไม่หวั่นไหวต่ออารมณ์เหล่านั้น คือไม่มีความปรารถนาต่ออารมณ์ที่ต้องการและไม่มีความไม่พึงพอใจหรือความโกรธ ต่ออารมณ์ที่ตนไม่ต้องการ นอกจากนั้น แม้ประสบกับอารมณ์ที่น่าหวาดกลัว-น่าสะอึกกลัวอย่างใดอย่างหนึ่ง ผู้ปฏิบัติก็จะรู้เท่าทันอารมณ์นั้นตามที่แท้จริง ไม่เกิดความกลัว ไม่เกิดความสะดุ้งแต่อย่างใด

๓. ทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดปัญญา เกิดความเฉลียวฉลาดมากขึ้น มีความเข้าใจในหลักธรรมมากขึ้น หมายความว่า ก่อนที่ผู้ปฏิบัติจะได้มาเจริญวิปัสสนากรรมฐาน อาจจะได้อ่านหนังสือธรรมะอย่างใดอย่างหนึ่งมาบ้างแล้ว โดยเฉพาะหนังสือที่ เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม แต่อาจยังไม่เข้าใจแจ่มชัดขาดความกระจ่างในหลักวิชาการ ซึ่งเกี่ยวกับธรรมะในพระพุทธศาสนา หลังจากที่ท่านทั้งหลายได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน เช่น ประมาณ ๑๐ วันหรือ ๑ เดือน เมื่อกลับไปอ่านหนังสือธรรมะนั้นอีกก็จะพบว่า ตนเองมีความเข้าใจในหลักธรรมของพระพุทธศาสนามากขึ้นกว่าเดิม และเมื่อได้อ่านธรรมะขั้นสูงเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมก็จะสามารถเกิดความ กระจ่าง เกิดความเข้าใจมากขึ้นกว่าตอนที่ยังไม่ได้ปฏิบัติธรรม การที่ผู้ปฏิบัติสามารถเกิดความเข้าใจ-ความกระจ่างในการอ่านหนังสือเป็นผล ของการปฏิบัติธรรม คือ มีปัญญาได้แก่ความเข้าใจมากขึ้น จึงจัดว่าเป็นประโยชน์อีกประการหนึ่งของการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน

๔. ทำให้ผู้ปฏิบัติหายจากโรคประจำตัวซึ่งไม่สามารถรักษาได้ หมายความว่า ขณะที่ได้เจริญวิปัสสนากรรมฐาน มีสติตามกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันอารมณ์ มีสมาธิมากขึ้นแล้ว สติที่ประกอบด้วยสมาธินี้จะป็นสภาวะธรรมที่ซ้กฟอกจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์จาก กิเลส และเมื่อจิตมีความผ่องใสบริสุทธิ์จากกิเลส รูปธรรมซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกับจิตก็จะเป็นรูปธรรมที่สะอาดผ่องใสและได้รับการซ้กฟอกอยู่เสมอ เมื่อเป็นเช่นนั้นโรคประจำตัวต่างๆ ที่เคยเกิดขึ้นมาและมาปรากฏในขณะที่เจริญวิปัสสนากรรมฐานอยู่ หากผู้ปฏิบัติได้พยายามปฏิบัติจนบรรลุถึงอุท্থัพพญาณ (วิปัสสนาญาณ ที่ ๔) แล้ว โรคต่างๆ เหล่านี้มักจะหายไป ผู้ปฏิบัติบางท่านมีโรคประจำตัว คือ โรคปวดต้นคอบ้าง โรคปวดที่ไหล่บ้าง โรคปวดที่หลังบ้าง โรคปวดเอวบ้าง โรคลมที่ปวดท้องบ้างอยู่เสมอๆ เมื่อผู้ปฏิบัติเหล่านั้นได้เจริญวิปัสสนากรรมฐานจนบรรลุถึงอุท্থัพพญาณแล้ว โรคดังกล่าวมักจะอันตรายหายไปด้วยอำนาจสมาธิของผู้ปฏิบัติตนเอง นอกจากนั้น หากหมั่นทำความเพียรพยายามปฏิบัติจนบรรลุถึงสังขารุเพกขาญาณ เมื่อนั้น โรคประจำตัวที่แม้กระทั่งหมอยังรักษาไม่ได้ เช่น โรคมะเร็ง ก็สามารถหายไปได้เช่นเดียวกัน เพราะขณะนั้นสมาธิของผู้ปฏิบัติสูงมาก จนสามารถทำให้โรคดังกล่าวอันตรายไปได้ด้วยอำนาจของสมาธิ

อนึ่ง ถ้าโรคประจำตัวดังกล่าวไม่รุนแรงมากจนเกินไป เมื่อบรรลุถึงสังขารุเพกขาญาณ ผู้ปฏิบัติจะรู้สึกว่โรคประจำตัวนั้นได้แสดงอาการออกมา อาจมีอาการปวดเจ็บ-ชา จิตของผู้ปฏิบัติจะสามารถกำหนดรู้เท่าทันอาการซึ่งเกิดขึ้นได้และจะรู้สึก ว่จิตได้แนบสนิทไปกับอาการปวด-เจ็บ-ชา ซึ่งเกิดขึ้นตรงบริเวณที่มีโรคประจำตัว หลังจากปฏิบัติได้สักระยะหนึ่งและมีสมาธิมากขึ้นแล้ว ผู้ปฏิบัติหลายท่านก็สามารถหายจากโรคประจำตัวเหล่านั้นได้

๕. ทำให้ผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุถึงความพ้นทุกข์คือ มรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดประสงค์สูงสุดในพระพุทธศาสนาได้ เมื่อ ผู้ปฏิบัติบรรลุถึงสังขารุเพกขาญาณ และมีบารมีแก่กล้าเพียงพอที่จะบรรลุถึงอริยมรรคอริยผลได้ก็จะบรรลุถึงอนุโลม ญาณ ถึงโคตรภูญาณ และจากนั้นก็บรรลุถึง โสดาปัตติมรรค โสดาปัตติผล ขณะนั้นจิตของผู้ปฏิบัติจะรับรู้พระนิพพานอันเป็นสภาพดับสังขารธรรม (คือรูปธรรมกับนามธรรมเป็นอารมณ์) จัดว่าผู้ปฏิบัติได้สามารถบรรลุถึงพระนิพพานซึ่งเป็นประโยชน์ประการสุดท้าย อันเป็นประโยชน์ที่สำคัญที่สุดของการปฏิบัติธรรมเมื่อได้บรรลุโสดาปัตติ มรรคโสดาปัตติผลเป็นพระโสดาบันในพระพุทธศาสนาแล้ว จัดว่าเป็นบุคคลผู้ปิดประตูอบายได้ หมายถึง จะไม่ตกไปในอบายภูมิทั้ง ๔ คือ ไม่ไปเกิดเป็นสัตว์นรก-เปรต-อสุรกาย-และสัตว์เดรัจฉานอีกต่อไป ผู้ปฏิบัติที่บรรลุธรรมเป็นพระโสดาบันย่อมปราศจากความล้งเลสงสัยในเรื่องนี้ คือ มีความเข้าใจอย่างถ่องแท้ และรับรู้ด้วยตนเองว่ เมื่อตนได้เสียชีวิตลงแล้ว จะไม่ไปเกิดในอบายภูมิอย่างแน่นอน ความเข้าใจอย่างแจ่มแจ้งจะเกิดขึ้นกับพระโสดาบัน นี้ก็เป็นผลจากการเจริญวิปัสสนากรรมฐานนั่นเอง แต่สำหรับบุคคลอื่นที่ยังไม่ได้บรรลุเป็นพระโสดาบันก็อาจจะไปเกิดใน อบายภูมิได้

พระโสดาบันนั้นย่อมจะทราบว่าหลังจากตนได้เสียชีวิตแล้ว ย่อมจะได้ไปเกิดใน ภพภูมิที่ดีกว่าปัจจุบัน อันหมายความว่าแม้หากไปเกิดเป็นมนุษย์อีกครั้งหนึ่งก็จะไปเกิดในตระกูล ที่สูงกว่าภพ ปัจจุบัน ไปเกิดในตระกูลที่มีทรัพย์สมบัติมากกว่าตระกูลที่เกิดในปัจจุบัน และจะเป็นบุคคลที่มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความเชื่อมั่น มีความตั้งมั่นในพระพุทธศาสนามากกว่าบุคคลอื่น หรือหากไปเกิดเป็นเทวดาก็จะเป็นเทพบุตรหรือเทพธิดาที่มีอานุภาพ มียศ มีบริวารมากกว่าเทพบุตรหรือเทพธิดาอื่น นี่คือการเจริญวิปัสสนากรรมฐานสำหรับบุคคลที่บรรลุเป็นพระ โสดาบันแล้ว แม้ในบางขณะพระโสดาบันนั้นอาจเกิดความประมาท เกิดความลุ่มหลงมัวเมาอยู่ในภพบ้าง แต่ท่านก็จะไม่เกิดเกินกว่า ๗ ชาติ เว้นเสียแต่ได้อิฐฐานไว้ว่า “ขอให้เกิดมาอีกมากกว่า ๗ ชาติ” อย่างนางวิสาขา เป็นต้น เพราะในขณะที่ยังท่องเที่ยวเกิดในกามภูมิพระโสดาบันมีภพชาติอีกเพียงไม่เกิน ๗ ชาติเท่านั้น เมื่อท่านได้ปฏิสนธิถือกำเนิดจนครบ ๗ ชาติแล้ว ก็จะบรรลุเป็นพระอรหันต์โดยไม่มีการเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

ขอให้ ท่านสาธุชนคนดีทั้งหลาย ผู้มีศรัทธาในพระพุทธศาสนา ที่เข้าเยี่ยมชมเว็บนี้ มีความก้าวหน้าในการปฏิบัติและประกอบด้วยความเข้าใจในประโยชน์ของการเจริญ วิปัสสนากรรมฐานทั้ง ๕ ประการ หมั่นเจริญวิปัสสนากรรมฐาน จนสามารถบรรลุถึงความหลุดพ้น คือ พระนิพพาน ตามสมควรแก่บารมีของตนๆ ด้วยเทอญฯ

๓.๔ สรุปท้ายบท

สรุป การสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก นั้น แบ่งออกเป็น ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อเป็นการฝึกฝนตนเอง ๒) เพื่อเป็นการเผยแผ่พระพุทธศาสนา ประการแรกหลวงพ่อกษม ได้ปฏิบัติโสดานิกฤตงค์มาเป็นเวลาหลายสิบปีจนกระทั่งมรณภาพ กล่าวได้ว่า ท่านได้ถือโสดานิกฤตงค์เป็นวัตร ขณะเดียวกันก็ได้ปฏิบัติขั้นอุกฤษฏ์ คืออย่างเคร่งครัด ดังปรากฏในประวัติและการปฏิบัติของท่านแล้ว หลวงพ่อกษม ได้พยายามฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่อง โดยจำพรรษาอยู่ในป่าช้าและปฏิบัติโสดานิกฤตงค์เป็นกิจวัตรประจำวัน จนกระทั่งชื่อเสียงด้านปฏิบัติทางจริยาวัตรของท่านเป็นที่ปรากฏไปทั่วภาคเหนือและภาคอื่นๆ มีลูกศิษย์และพุทธศาสนิกชนทั้งใกล้และไกลต่างก็พากันมุ่งหน้าสู่สุสานไตรลักษณ์อย่างไม่ขาดสาย ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะคนเหล่านั้นต้องการทำบุญและกราบไหว้พระสุปฏิปันโน ซึ่งถือว่าเป็นมงคลแก่ชีวิตอยู่นั่นเอง แต่หลวงพ่อกลับไม่ชื่นชมยินดีในเรื่องเหล่านั้น เพราะท่านมุ่งปฏิบัติเพื่อความสงบ มั่นคง สันโดษ เป้าหมาย คือ ให้ได้บรรลุธรรมตามที่ตั้งปณิธานไว้เท่านั้น และที่สำคัญท่านต้องการสอนให้คนเหล่านั้นได้เห็นคุณค่าของการปฏิบัติธรรม ดังนั้น เมื่อท่านได้ศึกษาพระปริยัติธรรมทั้งแผนกธรรมและบาลีจนมีความรู้ความสามารถระดับหนึ่งแล้ว ก็ได้มุ่งเน้นการปฏิบัติตรงควัตรอย่างจริงจัง จากนั้นก็ได้ใช้ความรู้ที่ได้เรียนและได้ปฏิบัติมาออกเผยแผ่พระพุทธศาสนา

ครูบาเจ้าเกษม เขมโก ได้เผยแผ่พระพุทธศาสนาโดยใช้วิธีการเผยแผ่ที่หลากหลาย ซึ่งสรุปได้ ๑๐ วิธี คือ ๑) การปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง ๒) การแสดงพระธรรมเทศนา ๓) การสอนเป็นรายบุคคล ๔) การสอนแบบอุปมาอุปไมย ๕) การใช้ปฏิภาณโต้ตอบด้วยมุขำขัน ๖) การตอบปัญหาธรรมะ ๗) การสอนผ่านสื่อโดยการรวบรวมข้อคิดในหลักธรรมเพื่อเผยแผ่ ๘) การสนทนาธรรม ๙) ภาชิตธรรมถวายเป็นหลวง ๑๐) อัตตโนภาชิตและคติธรรมของหลวงพ่อกษม เขมโก

ดังนั้น ครูบาเจ้าเกษม เขมโก จึงนับได้ว่า เป็นพระมหาเถระที่ปฏิบัติโสสานิกธุดงค์เป็นวัตรเป็นผู้มีปฏิปทาจริยาวัตรตรงดงาม มีศีลสะอาดบริสุทธิ์ ปฏิบัติตนในธุดงค์วัตรอย่างเคร่งครัด นอกจากจะปฏิบัติเพื่อฝึกฝนตนเองได้แล้วยังได้เผยแผ่พระพุทธศาสนาอีกทางหนึ่งด้วย จึงกล่าวได้ว่า ครูบาเจ้าเกษม เขมโก เป็นผู้ปฏิบัติธุดงค์เพื่อฝึกฝนตนเอง ทำประโยชน์ให้แก่ตนเอง (อัตตहितสมบัติ) และปฏิบัติธุดงค์เพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น (ปรโรहितสมบัติ) อย่างครบถ้วนและบริบูรณ์โดยประการทั้งปวง

บทที่ ๓.....	๓๔
การสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก	๓๔
๓.๑ ประวัติโดยสังเขป ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก.....	๓๔
๓.๑.๑ ชาตภูมิ.....	๓๔
๓.๑.๒ ชีวิตในวัยเด็ก.....	๓๖
๓.๑.๓ การบรรพชา.....	๓๖
๓.๑.๔ การอุปสมบท.....	๓๗
๓.๑.๕ ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาส.....	๓๙
๓.๑.๖ ครูบาเจ้าเกษมในฐานะศิษย์ของครูบาแก่น.....	๓๙
๓.๑.๗ สละตำแหน่งเจ้าอาวาส.....	๔๐
๓.๑.๘ ปฏิปทาจริยาวัตร.....	๔๑
๓.๑.๙ การบำเพ็ญตนอยู่ในความเมตตา กรุณา ในพรหมวิหารธรรม.....	๔๓
๓.๑.๑๐ วาระสุดท้ายแห่งชีวิตของหลวงปู่เกษม เขมโก	๕๐
๓.๒ วิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐาน ของครูบาเจ้าเกษม เขมโก	๕๑
๓.๒.๑ การปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง.....	๕๒
๓.๒.๒ การแสดงพระธรรมเทศนา.....	๕๓
๓.๒.๓ การสอนเป็นรายบุคคล.....	๕๕
๓.๒.๔ การสอนแบบอุปมาอุปไมย.....	๕๖
๓.๒.๕ การใช้ปฏิภาณโต้ตอบด้วยมุขำขัน.....	๕๗
๓.๒.๖ การตอบปัญหาธรรมะ.....	๕๘
๓.๒.๗ สอนผ่านสื่อโดยการรวบรวมข้อคิดในหลักธรรมเพื่อเผยแพร่.....	๕๙
๓.๒.๘ การสนทนาธรรม.....	๖๒
๓.๓ การสอนปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวทางของครูบาเจ้าเกษม เขมโก	๖๕
๓.๔ สรุปท้ายบท	๗๑

บทที่ ๔

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

๔.๑ สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาวิจัย เรื่อง ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก มีวัตถุประสงค์ ๒ ข้อ คือ เพื่อศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาการสอนวิปัสสนาของครูบาเจ้าเกษม เขมโก สำนักปฏิบัติธรรมสุสานไตรลักษณ์ จังหวัดลำปาง ที่ปรากฏในหนังสือประวัติและความเป็นมาของครูบาเจ้าเกษม เขมโก และการปฏิบัติไสยานิกธุดงค์ของครูบาเจ้าเกษมเขมโกพบว่า

การสอนวิปัสสนากรรมฐานในคัมภีร์พระพุทธานุสสติปิฎกมีรูปแบบการสอนดังนี้ คือ สอนให้รู้เห็นร่างกายตามความเป็นจริงว่า กายของเราประกอบด้วยธาตุทั้ง ๔ คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลม พระพุทธองค์ให้พิจารณาว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา โดยมีแนวการสอนตามมหาสติปัฏฐาน ๔ คือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน โดยมีสติกำหนดรู้ในฐานทั้ง ๔ เป็นอารมณ์ จุดมุ่งหมายสำคัญคือ การชำระจิตใจให้บริสุทธิ์หมดจด จุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนาและเป็นการขจัดกิเลส ต่าง ๆ คือ โสภ โภธ หลง ในจิตใจของมนุษย์ ตามหลักในพระพุทธศาสนา

หลักกรรมฐานในพระไตรปิฎก มีอยู่ ๒ ประการได้แก่ ๑) สมถกัมมัฏฐาน คือ การดำรงจิต ความดำรง ความตั้งมั่น ความไม่ฟุ้งซ่าน และความมีสมาธิ หรือ การฝึกจิตใจให้สงบตามสมถกรรมฐาน ๔๐ ประการ ๒) วิปัสสนากัมมัฏฐาน คือ ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ภาวะที่รู้อย่างละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ในกาย เวทนา จิต ธรรม พิจารณาให้เห็นเป็นไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา อย่างละเอียด และการเคลื่อนไหวอริยาบถ เช่น การลุก ยืน นั่ง และการเดิน พิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริง ถอนอุปาทานในชั้น ๕ ไม่ยึดมั่นถือมั่น

การสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก มี ๑๐ วิธี คือ ๑) การปฏิบัติให้ดูเป็นตัวอย่าง ๒) การแสดงพระธรรมเทศนา ๓) การสอนเป็นรายบุคคล ๔) การสอนแบบอุปมาอุปไมย ๕) การใช้ปฏิภาณโต้ตอบด้วยมุขำขัน ๖) การตอบปัญหาธรรมะ ๗) การสอนผ่านสื่อโดยการรวบรวมข้อคิดในหลักธรรมเพื่อเผยแพร่ ๘) การสนทนาธรรม ๙) ภาชิตธรรมถวายในหลวง ๑๐) อัดตโนภาชิตและคติธรรมของหลวงปู่เกษม เขมโก และการปฏิบัติธุดงค์วัตรอย่างเคร่งครัดควบคู่ไปกับการ

พิจารณาซากศพในป่าช้าเป็นนอสุภกัมมัญฐาน นอกจากนั้นยังได้ฝึกฝนตนเองด้วยวิธีการเพ่งเตโชกสิณ และอสุภะเป็นอารมณ์ แล้วยกอารมณ์ขึ้นสู่วิปัสสนาพิจารณาให้เห็นถึงกฎความเปลี่ยนแปลงของไตรลักษณ์ คือ อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา และปฏิบัติทางจริยาวัตรที่เห็นได้ชัดเจนก็คือ ท่านได้บำเพ็ญตนอยู่ในเมตตา กรุณา ในพรหมวิหารธรรมอย่างสม่ำเสมอ มีความเมตตาปรารถนาดีต่อมนุษย์และสัตว์อย่างไม่มีที่สิ้นสุด มีความสำรวมระวังอยู่เสมอ

๔.๒ ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาเรื่อง ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก ผู้วิจัย ได้พบว่ามีเรื่องที่น่าสนใจควรแก่การศึกษาวิจัยต่อไปก็คือ

๑. ศึกษาเปรียบเทียบการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก กับพระภิกษุรูปอื่นในพระพุทธศาสนา
๒. ศึกษาสมถกรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก
๓. ควรศึกษาการเผยแผ่พุทธศาสนาของครูบาเจ้าเกษม เขมโก

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย:

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเดปีฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์รุ่งเรืองธรรม, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร:

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) คัมภีร์:

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๖๐.

พระญาณธชเถร (แลตีสยามตอ). อภิธานมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธ

สาราภิวังศ์. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการ

พิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๖.

(๒) หนังสือ:

เจ้าประเวทย์ ณ ลำปาง. ที่ระลึกครูบาเจ้าเกษม เขมโก. ลำปาง: ลำปางการพิมพ์, ๒๕๓๙.

ฉัตร เก้าชั้น. ตนบุญแห่งนครลำปาง หลวงพ่อเกษม เขมโก. ปทุมธานี: สำนักพิมพ์เพื่อองอักษร,

๒๕๓๘.

ชมรมพุทธศาสตร์ การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย. ชิวประวัติ หลวงพ่อเกษม เขมโก. กรุงเทพมหานคร:

ห้างหุ้นส่วนจำกัด ป. สัมพันธ์พาณิชย์, ๒๕๓๖.

ชุมพล ธนายนันท์. หนังสือประวัติหลวงพ่อเกษม เขมโก สำนักสุสานไตรลักษณ์ (ศาลาคำ) ลำปาง.

กรุงเทพมหานคร: โพธิ์สามต้นการพิมพ์, ม.ป.ป..

ที่ระลึกงานทำบุญครบ ๕ รอบ (อายุ ๖๐ ปี) ครูบาเจ้าเกษม เขมโก. กรุงเทพมหานคร: วิราพงศ์การพิมพ์,

๒๕๑๕.

พระธรรมกิตติวงศ์ (ทองดี สุรเตโช). พจนานุกรมเพื่อการศึกษาศาสตร์ “คำวัด”. พิมพ์ครั้งที่ ๔.

กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภาและสถาบันบันลือธรรม, ๒๕๕๓.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตโต). พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒๕.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธีม, ๒๕๕๖.

พระพรหมคุณาภรณ์. **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๑. กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๕๓.

พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจริยะ ดร.. **วิปัสสนาภาวนาที่ป็นิฎฐิตา ฉบับพิมพ์รวมเล่ม ใน ๑๐๐ ปี อัครมหากัมมัฏฐานาจริยะ**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท อมรินทร์ พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง จำกัด มหาชน, ๒๕๕๔.

พระภาวนาพิศาลเมธี วิ. (ประเสริฐ มนต์เสวี). **วิปัสสนาภาวนา ที่ไม่ถูกเขียนไว้ในพระไตรปิฎก**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๘.

พระมหาแสวง โชติปาโล. **พุทธวิทยานำรู้ เล่ม ๓**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๓๘.

วีระวัฒน์ ชลสวัสดิ์. **มหาบพิตร ในหลวงทรงถาม พระอรหันต์ตอบ (ฉบับปรับปรุง)**. กรุงเทพมหานคร: กรีน ปัญญาญาณ, ๒๕๕๗.

สายธาร ศรัทธาธรรม. **ผู้ค้นหาสัจจะในป่าช้า หลวงพ่อเกษม เขมโก**. กรุงเทพมหานคร: รุ่งแสงการพิมพ์, ๒๕๔๐.

อนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี หลวงพ่อเกษม เขมโก ๒๘ กันยายน ๒๕๓๔. กรุงเทพมหานคร: อรุณการพิมพ์, ๒๕๓๔.

อนุสรณ์ครบรอบ ๘๐ ปี หลวงพ่อเกษม เขมโก ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๓๔. ม.ป.ท., ม.ป.ป..

อภิชาติ วิไลราษฎร์. **ตามรอยลายลิขิตปริศนาธรรมของ หลวงพ่อเกษม เขมโก**. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์ พริ้นติ้ง แอนด์ พับลิชชิ่ง, ๒๕๕๓.

(๓) วิทยานิพนธ์:

พระเกียรตินันต์ นาถธมโม (กองเอียด). “ศึกษาเปรียบเทียบการเจริญวิปัสสนาภาวนาในแบบอานาปานปัพพะ กับวาโยธาดูปัพพะ. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระปานชัย ชยธมโม (ไชยคราม). “ศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนาภาวนาของพระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระวิชัย ฉายสุปฏิปันโน (กลักทองคำ). “ศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา: เฉพาะกรณีแนวการปฏิบัติของอุบาสิกาแนบ มหานีรานนท์. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระเสริม ปญญาสารโร (ใหญ่เยี่ยม). “ศึกษาหลักการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในคำสอนของพระโพธิญาณเถระ (ชา สุภทฺโท)”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

แม่ชีสำลี สิงหรา. “ศึกษาสมาธิและปัญญาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์
มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

(๔) **สื่ออิเล็กทรอนิกส์**

สารคดีอมตพระอริยสงฆ์ ครูบาเจ้าเกษม เขมโก. [ซีดี-รอม], กรุงเทพมหานคร: บริษัท จีเอ็ม ดิสคัฟเวอรี
อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด, ๒๕๔๗.

ภาคผนวก

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ ๑๙๕



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๒๗ ธันวาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย
เรียน พระราชจินตนา นายก เจ้าคณะจังหวัดลำปาง
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระครูกันตธรรมโกวิท ฉายา ปิยธมโม นามสกุล เครือวงค์น้อย รหัสประจำตัวนิสิต ๕๕๑๑๔๐๕๐๐๑ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ พระเดชพระคุณฯ จึงขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จาก พระเดชพระคุณฯ ด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

รัชชชวม
พระครูกันตธรรมโกวิท
๑๗ ม.ค. ๖๑

เรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

(พระมหาโกมล กมล)

รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ ๑ ศธ



สำนักงานรองเจ้าคณะจังหวัดลำปาง
รับเลขที่.....
วันที่ ๑๓ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๖๐
เวลา ๑๖.๑๕ น.

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๒๗ ธันวาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย
เรียน พระจินตารัตนาภรณ์ รองเจ้าคณะจังหวัดลำปาง
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระครูกันตธรรมโกวิท ฉายา ปิยธมโม นามสกุล เครืองค์น้อย รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๐๑ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการสอนวิปัสสนากรรมฐานของครูบาเจ้าเกษม เขมโก” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ พระเดชพระคุณฯ จึงขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความเมตตาอนุเคราะห์จาก พระเดชพระคุณฯ ด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ร.ม.จ.ร.ม.
พระครูกันตธรรมโกวิท
๑๓ สิงหาคม ๒๕๖๐

เรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

(พระมหาโกมล กมล)

รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/๑๘๗



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ตำบลหอมเกร็ด อำเภอสสามพราน
จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๒๗ ธันวาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เจริญพร นายชาติชาย ตูลาพันธ์

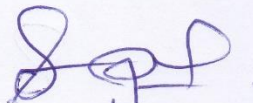
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย พระกอบชัย ฉายา เขมจารี นามสกุล ปราบภัย รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๑๗
นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัยได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “วิธีการสอนวิปัสสนาภาวนา กรณีศึกษาพระมหาปาน อานนโฑ
วัดมหาพุทธวงศาป่าหลวง นครเวียงจันทน์ สาธารณรัฐประชาธิปไตยประชาชนลาว” เพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ท่าน จึงขอความ
อนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการสัมภาษณ์และเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อใช้ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทาง
วิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความเมตตา
อนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์


14 ธ.ค. 2561

ขอเจริญพร



(พระมหาโกมล กมโล)

รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาหลีศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโน

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupalio01@gmail.com

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-ฉายา/นามสกุล : พระครูกันตธรรมโกวิท (บัณฑิต ปิยธมฺโม)

ว/ด/ป เกิด : วันที่ ๒ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๐๒

ภูมิลำเนา : ๗๔ หมู่ ๑ ตำบลทุ่งกวาว อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง

การศึกษาทางโลก

พ.ศ. ๒๕๓๙ : พุทธศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

พ.ศ. ๒๕๔๕ : การศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาบริหารการศึกษา มหาวิทยาลัยนเรศวร

พ.ศ. ๒๕๕๓ : ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยมจร ประเทศอินเดีย

การศึกษาทางธรรม

พ.ศ. ๒๕๑๙ : นักธรรมชั้นเอก

พ.ศ. ๒๕๕๔ : ประโยค ๑-๒

ประสบการณ์การทำงาน

พ.ศ. : ๓๘ พรรษา

ประสบการณ์การปฏิบัติธรรม

พ.ศ. ๒๕๕๘ : ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ระยะเวลา ๓๐ วัน

พ.ศ. ๒๕๕๙ : ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ระยะเวลา ๕ เดือน

พ.ศ. ๒๕๖๐ : Mahasi Sasana Yeiktha Meditation Centre Yangon, Myanmar
ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ระยะเวลา ๒ เดือน

บรรพชา/อุปสมบท : ๑๖ พฤศจิกายน ๒๕๒๒

สังกัดวัด : วัดป่ารวก ตำบลหัวเวียง อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง

ปีที่เข้าศึกษา : ๒๕๕๘

ปีที่สำเร็จการศึกษา : ๒๕๖๑

ที่อยู่ปัจจุบัน : วัดป่ารวก ตำบลหัวเวียง อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง

โทรศัพท์ : ๐๘๗-๑๘๑๕๕๕๘

E-mail : kantathamko@hotmail.com