

ศึกษาพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4

STUDY THE BEHAVIOR OF THE MEDITATOR ACCORDING TO THE ATTITUDES

: ธนธรณ์วัฒน์ วัฒนารักษ์

บทคัดย่อ

วิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์คือ เพื่อศึกษาแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 และเพื่อนำเสนอโมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ผลการวิจัย พบว่า 1. อิทธิพลของปัจจัยส่วนบุคคล กับพฤติกรรม มีอิทธิพลของปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ สถานะภาพของผู้ปฏิบัติธรรม และระดับการศึกษา มีผลต่อพฤติกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p\text{-value} < 0.05$ ส่วน ช่วงอายุ และประสบการณ์ปฏิบัติธรรม ไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมต่อสถานภาพ และช่วงอายุ 41 - 50 ปี 2. การวิเคราะห์อิทธิพลของปัจจัยด้านจิตลักษณะเดิม ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตน ความมั่นคงทางอารมณ์ การรับรู้ความสามารถตน และการรับรู้สภาวะการปฏิบัติ มีผลต่อพฤติกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $p\text{-value} < 0.05$ 3. การวิเคราะห์ Multiple

Logistic Regression เพื่อตรวจสอบว่าค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรอิสระมีผลต่อตัวแปรตาม พฤติกรรมและกระบวนการรู้คิด

คำสำคัญ : ศึกษาพฤติกรรม, ผู้ปฏิบัติธรรม, ตามแนวสติปัฏฐาน 4

Abstract

This research is aimed at 4. Study the factors that affect the behavior of the meditator according to the rhythmic pattern and to present the causal models that affect the behavior of the meditators 4, the results showed that: 1. the influence of personal factors. The influence of personal factors, such as the status of the practitioners and the level of education. At the $p\text{-value} < 0.05$ level, the behavior was significantly Effects

* สาขาวิชาพุทธจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย



on behavioral status and age range 41-50 years 2. Analyzing the influence of the original mental factors, i.e, and the self-esteem. Emotional Stability Self-efficacy and perceived performance status. Significant effects on behavior at $p\text{-value} < 0.05$. 3. Multiple Logistic Regression analysis to determine whether coefficients of independent variables affect behavioral variables and cognitive processes.

Keywords : behavioral education, dharma practitioner, attitudinal attitudes 4

บทนำ

การพัฒนาการสถาบันวิปัสสนาธุระ เมื่อปี พ.ศ. 2524 สภามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้พิจารณาเห็นว่าการศึกษาในด้านวิปัสสนาธุระโดยเปิดสำนักงานกลางวิปัสสนาธุระที่วัดมหาธาตุกรุงเทพมหานครสมควรจะได้รับการฟื้นฟูขยายการบริหารงานในรูปแบบที่มีองค์กรหลักมารองรับ จึงได้มีมติอนุมัติให้สำนักงานกลางวิปัสสนาธุระที่วัดมหาธาตุ กรุงเทพมหานคร เป็นสถาบันวิปัสสนากรรมฐานของมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เมื่อวันที่ 9 ธันวาคม พ.ศ. 2524 โดยมี พระพิมลธรรม (สมเด็จพระพุทธอาจารย์: อาจ อาสภมหาเถร) เป็นผู้ลงนาม ปัจจุบันสถาบันวิปัสสนาธุระยังให้บริการในด้านวิปัสสนากรรมฐานเพื่อสืบทอดจรรโลงสืบต่อกันมาอย่างไม่ขาดสาย จึงเกิดเป็นสำนักวิปัสสนากรรมฐานแบบ “ยุบหนอ พองหนอ”

ทั้งนี้ ก็เพราะการมองเห็นไกลของสมเด็จพระพุทธอาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร) อดีตสภานายกมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

การวิปัสสนาธุระสำหรับชาวต่างประเทศ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้จัดตั้งศูนย์วิปัสสนานานาชาติขึ้น (The International Buddhist Meditation Center (I.B.M.C.)) เมื่อปี พ.ศ. 2533 โดยจัดให้มีการบรรยายธรรมเป็นภาษาอังกฤษ และสอนภาคปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอันเป็นแนวทางการเผยแผ่พระพุทธศาสนา และวัฒนธรรมไทย เพื่อศึกษาและวิจัยหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา และเพื่อให้ชาวต่างประเทศได้มีโอกาสปฏิบัติธรรมเข้าใจหลักธรรมอย่างแท้จริง

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ป.ธ.9) (2548 : 73) ได้กล่าวถึงศรัทธาในหลักปฏิบัติสมณะและวิปัสสนากรรมฐานไว้ว่า อธิคมสทथा แปลว่า ความเชื่อความเลื่อมใสที่เกิดขึ้น เพราะการปฏิบัติธรรม

พระกัมมัญฐานาจารย์ พระปณิตตาภิกขุ (2550 : 101) ได้กล่าวถึงศรัทธาในรู้แจ้งในชาตินี้ไว้ว่า หากอินทรีย์เสมอกันผู้ปฏิบัติสามารถประจักษ์สภาวะธรรมที่เกิดขึ้นและดับไปอย่างรวดเร็ว ความพอดีของวิริยะและสมาธิ ศรัทธาและปัญญาได้รับการแก้ไขแล้ว ณ จุดนี้อาจกล่าวได้ว่า ผู้ปฏิบัติได้บรรลุถึงอุเบกขา (ในอุเบกขาสัมโพชฌงค์)

การศึกษาเรื่องพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน 4 หมายถึงการมองดูสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง และเป็นวิธีการปฏิบัติกรรมฐานที่เก่าแก่ที่สุดวิธีหนึ่งในอินเดีย มีฐานะในพระพุทธศาสนามี 2 อย่างคือ คันธุระ ได้แก่ พระสูตร, พระวินัย, พระอภิธรรม, หมายถึง



อรรถกถา ฎีกาต่าง ๆ จนมีความรู้ความชำนาญในสาขาวิชานั้น ๆ อันเป็นทฤษฎี สำหรับวิปัสสนาธรรมนั้น ได้แก่ การลงมือปฏิบัติตามแนวที่ตนได้ศึกษาเล่าเรียนเพื่อที่ต่างอะไรกับส่วนประกอบของมนุษย์และสัตว์ทั้งหลายที่มีส่วนสำคัญอยู่ 2 อย่างคือ พิสูจน์ผล คือความจริงของวิชาที่ตนได้เรียนมานั้น (พระธรรมจริยาภิธานมุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร ป.ธ.9), 2552 : 2-3) ธรรมทั้ง 2 อย่างคือ กายกับใจที่อาศัยซึ่งกันและกัน กายนั้นอุปมาเหมือนบ้านเป็นที่อยู่อาศัย ส่วนใจนั้นอุปมาเหมือนคนผู้อยู่ในบ้าน การวิปัสสนามีความจำเป็นอย่างยิ่งต่อชีวิตมนุษย์ทุกคนเพราะเป็นการฝึกฝนอบรมพัฒนาจิตใจให้มีคุณภาพเหมาะสมสำหรับการนำไปใช้ในหน้าที่การงานต่าง ๆ เป็นวิธีขัดเกลาอบรมจิตใจของมนุษย์ที่ดีที่สุดอย่างหนึ่ง การขัดเกลาจิตใจตามหลักพระพุทธศาสนาก็คือการเจริญวิปัสสนาแต่พระองค์ทรงแยกการพัฒนา กายภาวนา (การอบรมกาย) จิตตะภาวนา (การอบรมจิต) พระทรงตรัสแก่สังกัจจนิครณ์ว่า (พระมหาบุรุษเรื่อง รุกขิตตมโณ (ปะทะชะ), 2549 : 67)

การศึกษาพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามหลักสติปัฏฐาน 4 การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันของพระวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน 4 ในด้าน กาย, เวทนา, จิต, ธรรม, เนื่องจากความทุกข์และกิเลสเป็นของสากล ไม่ขึ้นอยู่กับเชื้อชาติ หรือชนชั้นใด ๆ คำสอนเพื่อการพัฒนาจิตใจและการดับทุกข์ของพระพุทธศาสนาจึงมีหลักเป็นสากลเช่นกัน ไม่ขึ้นอยู่กับกาล เวลา สถานที่ชนชั้นเพศ และสถานภาพใด ๆ เปิดโอกาสให้คนทุกเชื้อชาติ ทุกศาสนาสามารถศึกษาและปฏิบัติได้ เป็นโอกาสอันดีที่ผู้คนในหลาย ๆ ประเทศ

ที่ตระหนักได้ว่าชีวิตนี้เป็นทุกข์ และแสวงหาแนวทางการบรรเทาหรือดับทุกข์ ณ สำนักปฏิบัติธรรม ณ ธรรมโมลี ตำบลหนองน้ำแดง อำเภอบางขัน จังหวัดนครศรีธรรมราช ทั้งพระภิกษุ อุบาสกและอุบาสิกา และ ณ สำนักปฏิบัติธรรม วิปัสสนากรรมฐานวัดพระภักทันทะอาสาฬหาราม ตำบลหนองไผ่แก้ว อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี อุบาสกและอุบาสิกา

กล่าวโดยสรุปจากประเด็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติธรรมในปัจจุบัน ถือเป็นการจำเป็นทั้งสองสำนักปฏิบัติธรรมสำนักปฏิบัติธรรม ณ.ธรรมโมลี และวัดพระภักทันทะอาสาฬหาราม ได้เข้าไปช่วยเหลือป้องกันและแก้ไขพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมแนวสติปัฏฐาน 4 ของทรัพยากรมนุษย์ที่จะเป็นกำลังของชาติในอนาคต ดังนั้นผู้วิจัยจึงใคร่ศึกษาวิเคราะห์ที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 เกี่ยวกับปัญหาและพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรม และได้ศึกษาความสัมพันธ์ปัจจัยคุณลักษณะบุคคล ปัจจัยทางจิตลักษณะเดิมที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรม ที่เป็นลักษณะเกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ที่ประกอบด้วย รูปธรรมและนามธรรม คำสอนและทางปฏิบัติของพระพุทธองค์ เป็นสัจธรรมของชีวิตที่สอนให้มนุษย์เรียนรู้ชีวิตตามความเป็นจริง เพื่อนำชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ ด้วยการปฏิบัติธรรม เพื่อกำจัดกิเลส ตัณหา อุปาทานที่มีอยู่ในชั้นธรรมาสนของมนุษย์ให้เจือจางลงจนกระทั่งหมดไป เพื่อฝึกจิตให้เข้มแข็งให้มีสติปัญญาที่เฉลียวฉลาด มีดวงตาเห็นธรรม เข้าใจในหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ได้อย่างถูกต้องและสามารถนำเอาหลักธรรมคำสั่งสอนนั้นไปเผยแผ่ให้กับบุคคลอื่น

และเพื่อพัฒนาจิตให้สะอาด สว่าง สงบ เพื่อการบรรลุธรรมผล ที่เรียกว่า พระนิพพาน ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดของชีวิตในปัจจุบันและอนาคตสืบไปโดยการนำหลักธรรมและจิตวิทยาดูแล และให้คุณค่าการพัฒนาคุณภาพของจิตตามหลักสติปัฏฐาน 4 อันจะเอื้อต่อสภาวะธรรมที่สูงขึ้น เป็นการปรับพฤติกรรมผู้ปฏิบัติธรรมในด้านกาย ด้านวาจา ด้านความคิด และด้านอารมณ์ (Phra Mahasi Sayadaw, 2016) ซึ่งเป็นแนวทางที่ผู้ปฏิบัติธรรม

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4
2. ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4
3. เพื่อนำเสนอโมเดลที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4

สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ปฏิบัติธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4
2. ปัจจัยจิตลักษณะเดิมของผู้ปฏิบัติธรรมที่มีผลต่อพฤติกรรมผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตของเนื้อหาการวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 และศูนย์ปฏิบัติธรรม ณ ธรรมโมลี อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา และวัด

พระภิกษุทันตะอาสภาราม อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดชลบุรี ผู้ปฏิบัติธรรม อุบาสกและอุบาสิกา ทั้งหมดจำนวน 120 รูป/คน ใช้สูตรเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie & Morgan (Krejcie, R.V., and Morgan D.W., 1970: 607-610, อ้างถึงใน สุจิตรา บณยรัต, 2534 : 176-177) 15 ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ได้จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 120 รูป/คน

2. เวลาที่ใช้ในการเก็บข้อมูลจะใช้เวลาตั้งแต่วันที่ 12 มิถุนายน 2559 ถึง วันที่ 28 ตุลาคม 2559 เป็นระยะเวลา 5 เดือน

3. สถานที่เก็บข้อมูล คือ ศูนย์ปฏิบัติธรรม ณ ธรรมโมลี อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา และวัดพระภิกษุทันตะอาสภาราม อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดชลบุรี ผู้ปฏิบัติธรรม อุบาสกและอุบาสิกา

วิธีการดำเนินการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม มีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open-ended Questionnaire) โดยแบ่งเป็น

ส่วนที่ 1 วัดพฤติกรรมผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ด้วยคำถามจำนวน 4 ข้อ คำถามมีลักษณะเป็นแบบสำรวจรายการ ซึ่งเป็นคำถามเกี่ยวกับ สถานภาพ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ปฏิบัติธรรม และระยะเวลาการเป็นผู้ปฏิบัติธรรม

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามปัจจัยจิตลักษณะที่เกี่ยวกับข้อมูลเกี่ยวกับข้อมูลเชิงลึกด้านพฤติกรรมผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ผู้วิจัยได้สร้างเครื่องมือเป็นแบบการสัมภาษณ์แบบเจาะจง (In-depth Interview) มีจำนวน 40 ข้อคำถาม



ส่วนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรม ผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ที่เกี่ยวกับ ข้อมูลเกี่ยวกับให้ข้อมูลในการสนทนากลุ่ม (Focus group Discussion) มีจำนวน 15 ข้อคำถาม

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามปลายเปิด เกี่ยวกับพฤติกรรมผู้ปฏิบัติธรรมตามแนว สติปัฏฐาน 4 โดยใช้ความคิดของตนเองเป็น คำตอบที่ได้วางแผนหรือแนวคำตอบไว้

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

ผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางในการสร้าง เครื่องมือเพื่อให้ได้ข้อมูลครอบคลุมวัตถุประสงค์ ดังต่อไปนี้

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อทำความเข้าใจในรายละเอียดในด้านเนื้อหา เพื่อที่จะนำมาสร้างแบบสอบถาม

2. สร้างแบบสอบถามพฤติกรรมผู้ปฏิบัติ ธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4

3. นำแบบสอบถามเสนออาจารย์ ที่ปรึกษา ตรวจสอบความเที่ยงตรงในเนื้อหา ของแบบสอบถาม เพื่อให้ข้อเสนอแนะและ ปรับปรุงแบบสอบถามให้มีความเที่ยงตรงมากขึ้น

4. นำแบบสอบถามที่แก้ไขแล้วไปทดลอง ใช้ (Try Out) กับผู้บริโภคว่าส่วนหนึ่งไม่ได้เป็น กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 120 ชุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้เก็บรวบรวมข้อมูลจะใช้เวลา ตั้งแต่วันที่ 12 มิถุนายน 2559 ถึง วันที่ 28 ตุลาคม 2559 เป็นระยะเวลา 5 เดือน โดยผู้วิจัย นำแบบสอบถามแจกให้กลุ่มตัวอย่าง ผู้ปฏิบัติธรรม ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม ธรรมโมลี อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา และวัดพระภักทันทะ-

อาสาราม อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี จำนวน 120 ชุด ด้วยวิธีการสุ่มแจกอย่างง่าย (Simple Random Sampling)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ ข้อมูลเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพื่ออธิบายข้อมูล ของกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. การหาค่าร้อยละ (Percentage) สำหรับข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 1 เพื่อแสดง ถึงลักษณะของข้อมูล ทัวไปเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่าง

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ลักษณะทางประชากรศาสตร์ ได้แก่ สถานภาพ อายุ ระดับการศึกษา พฤติกรรมพฤติกรรม ผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 โดยใช้สถิติ โลกิตติกส์ถดถอย

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากได้แบบสอบถามกลับคืนแล้ว ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อมูล เพื่อดูความ ถูกต้องสมบูรณ์ของการตอบแบบสอบถาม จากนั้นจึงนำแบบสอบถาม มาทำการลงรหัส (Coding) และนำไปวิเคราะห์ข้อมูลด้วยเครื่อง คอมพิวเตอร์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยสามารถนำเสนอได้ ดังนี้

สถิติเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพื่ออธิบายลักษณะของข้อมูล ที่เก็บมาได้ด้วยค่าสถิติพื้นฐาน การแจกแจง หรืออธิบายลักษณะทั่วไปของข้อมูล หรือตัวแปร สถิติที่ใช้ คือ ค่าร้อยละ (Percentage) ทดสอบ สมมติฐาน โดยใช้สถิติเชิงปริมาณ (Qualitative Research) ประชากรของการวิจัยนี้ได้แก่ ผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4



ผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

สถานภาพของผู้ปฏิบัติธรรม ส่วนใหญ่เป็นพระภิกษุ ร้อยละ 65.8 รองลงมาเป็น อุบาสิกา ร้อยละ 20.0 และอุบาสก ร้อยละ 14.2 ช่วงอายุส่วนมากอยู่ในช่วงอายุ 41-50 ปี ร้อยละ 49.2 % รองลงมา ช่วงอายุ 51-60 ปี ร้อยละ 25.8 และช่วงอายุ 31-40 ปี ร้อยละ 25 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรี

ร้อยละ 91.7 และ ระดับปริญญาตรี ร้อยละ 8.3 ประสบการณ์ปฏิบัติธรรม ส่วนใหญ่เคยมีประสบการณ์ปฏิบัติธรรม 1 - 5 ปี ร้อยละ 70.8 เคยปฏิบัติธรรม 1 ปี ร้อยละ 20.8 และเคยปฏิบัติธรรมระหว่าง 6-10 ปี ร้อยละ 8.3

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิต-ลักษณะเดิมกับปัจจัยพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ปรากฏดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตลักษณะเดิมกับปัจจัยพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4

ปัจจัย	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. การเห็นคุณค่าในตน	1											
2. ความมั่นคงทางอารมณ์	.571**	1										
3. การรับรู้ความสามารถตน	.028	.402**	1									
4. การรับรู้สถานะการปฏิบัติ	.506**	.291**	.040	1								
5. พฤติกรรมทางด้านกาย	.625**	.464**	-.055	.542**	1							
6. การรับรู้ทางด้านจิต	.325**	.057	-.296**	-.001	.421**	1						
7. การรับรู้ทางด้านอารมณ์	.179*	-.192*	-.449**	.073	-.026	.235**	1					
8. การรับรู้ทางด้านปัญญา	-.073	.043	.206*	.341**	.136	-.133	-.010	1				
9. การรู้คิดแบบด้านอริยสัจ	.252**	.172	.126	.280**	.549**	.242**	-.183*	.188*	1			
10. การรู้คิดคุณค่าแท้และเทียม	.273**	-.123	-.279**	.497**	.416**	.160	.174	-.003	.544**	1		
11. การรู้คิดแบบรู้เท่าทัน	.208*	.081	.095	.492**	.348**	.106	-.014	.253**	.544**	.534**	1	
12. พฤติกรรมและกระบวนการรู้คิด	.460**	.105	-.205*	.548**	.718**	.544**	.277**	.265**	.716**	.767**	.674**	1

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

หมายเหตุ ขนาดความสัมพันธ์ (Correlation score) อ้างอิงจาก (Hinkle D. E. 1998, p.118



สรุป อภิปรายผลการวิจัย

1. ทฤษฎีพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ผลของทฤษฎีพฤติกรรมผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 กับทฤษฎีการวางเงื่อนไขเป็นการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ร่วมกับอุบาสก และอุบาสิกา เป็นการศึกษาพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 การศึกษาพฤติกรรมของแต่ละท่าน เป็นผลการกระทำเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 โดยใช้รูปแบบการปฏิบัติธรรมด้านกายเวทนาจิตธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 เป็นการกระตุ้นให้นักปฏิบัติธรรมด้านกาย นามรูป เวทนา สังขาร ทั้งหลายนั่นไม่เที่ยงหนอ

2. ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 พบว่าผู้ปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานมีความเข้าใจในสำนักปฏิบัติธรรม ณ ธรรมโมลี และศูนย์ปฏิบัติธรรมวัดพระภักทันทะอาสาฬหาราม โดยศึกษาพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ได้จัดการเข้าอบรมการปฏิบัติธรรม 7 เดือน วางแผนการทำงานการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ได้ลงมือติดตามผลการปฏิบัติธรรม และได้สรุปผลการดำเนินงาน สามารถทำให้เกิดปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4

3. นำเสนอโมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 ผลการพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 พบว่า

องค์ความรู้ใหม่ที่ได้จากการวิจัย ช่วยให้นักปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 คือ 1. เข้าใจหลักการ 2. สาเหตุที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรม 4. ตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อให้อารมณ์สม่ำเสมอแล้ว ผลของอารมณ์ที่เกิดจากการปฏิบัติย่อมเกิดความสงบนิ่งจากสภาวะอารมณ์ของการปฏิบัติจะรู้เท่าทันสิ่งที่เกิดขึ้นทุกขณะจิต ที่อยู่กับปัจจุบัน ในขณะที่จิตตั้งมั่นในขณะที่ปฏิบัติกรรมฐานจิตใจได้รับความสุขสงบนิ่งกำหนดรู้เท่าทันกับเหตุการณ์ที่เกิดความสงบแห่งจิต เจตสิกที่เกิดทั่วไปกับจิตที่ตีตามทุกดวง ด้วยความสงบ เป็นความสุขที่ยือกเย็นเป็นขณะจิตอิสระ ที่มีความรู้คุณค่าแท้ คุณค่าเทียมที่เข้าใจการบรรเทาตัดหาความต้องการในการบริโภคทางร่างกาย ที่ฉลาดในการบริโภคของการคิดที่เป็นกุศลจิตที่เอื้อต่อการปฏิบัติธรรมที่ให้ร่างกายและจิตใจดำรงอยู่ได้ เกื้อกูลต่อการปฏิบัติธรรมที่ทำให้เกิดความมั่นคงสนิทในธรรม ในการคิดแบบรู้เท่าทันตามธรรมชาติที่ยอมรับความเป็นจริง และอยู่แบบอิสระมนุษย์ที่อยู่ปราศจากทุกข์ถือเป็นขั้นของการพัฒนาคุณภาพของจิตสูง ด้านปัญญาและด้านอริยสัจจมีการเกิดการตระหนักรู้หลักธรรมของชีวิตในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้กำหนดคำว่าทุกข์หรือปัญหาทำให้เกิดทุกข์ได้หลักการปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา สิ่งสูงสุดคือการหลุดพ้นคือรู้จักความเป็นจริง ความจริงของสภาวะธรรมทั้งหลาย ที่เป็นอย่างนั้นตามธรรมดาของมัน คือความเป็นของไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความเป็นของไม่ใช่ตน

ข้อเสนอแนะการวิจัย

ข้อเสนอแนะเชิงการปฏิบัติการ

1. ให้องค์กรพระพุทธศาสนาทั้งในประเทศและต่างประเทศ สำนักปฏิบัติธรรมและรัฐบาลควรเป็นผู้สนับสนุนงบประมาณในการดูแลศูนย์ปฏิบัติธรรมเพื่อส่งเสริมกิจการพระพุทธศาสนาอย่างเป็นระบบ

2. ให้นำผู้บริหารกิจการคณะสงฆ์และผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในการบริหารกิจการพระพุทธศาสนา ควรออกแบบกิจกรรมสำนักปฏิบัติธรรมต่าง ๆ ที่มีความเป็นไปได้มีรูปธรรมอย่างสอดคล้องกัน มีโครงการอบรมปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่อง เพื่อพัฒนาทรัพยากรมนุษย์บนฐานองค์ธรรมทางพระพุทธศาสนาอย่างบูรณาการ

3. ให้มหาวิทยาลัย สถาบันการศึกษา เครือข่ายทั้งในและต่างประเทศ ควรส่งเสริมการพัฒนาศักยภาพของผู้นำทางจิตวิญญาณ โดยสร้างศูนย์การฝึกวิปัสสนาจารย์เพื่อตอบสนองการพัฒนาเชิงระบบประเทศไทย 4.0

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัย

ผลการวิจัย ได้ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับประเด็นปัญหาที่ควรศึกษาวิจัยต่อไปในอนาคต เพื่อเป็นประโยชน์ทางวิชาการพฤติกรรมของผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 จะได้องค์ความรู้ใหม่และข้อยืนยันที่กว้างขวางชัดเจนยิ่งขึ้น ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะ ดังนี้

1. ควรศึกษาผลการใช้โปรแกรมการฝึกอบรมการพัฒนาพุทธิปัญญาแห่งการตื่นรู้ตามหลักพระพุทธศาสนา โดยใช้เครื่องมือทางการแพทย์เป็นศูนย์การทดลอง เครื่องมือทางจิตวิทยาและเครื่องมือวัดเชิงพุทธจิตวิทยา

2. ควรศึกษาการพัฒนารูปแบบเชิง

บูรณาการในหลักผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อการบำบัดของกลุ่มวัยคนทำงานในมิติพุทธจิตวิทยา 4.0

3. ควรศึกษาการพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุการส่งเสริมคุณภาพชีวิตของนักปฏิบัติธรรมในบริบทพระพุทธศาสนา เพื่อเตรียมความพร้อมการข้ามวัฒนธรรม

บรรณานุกรม

กัลยา วานิชย์บัญชา. (2546). การวิเคราะห์สถิติขั้นสูงด้วย SPSS for Windows. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์หนังสือแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

นำชัย ศุภฤกษ์ชัยสกุล. (2552). การวิเคราะห์ Logistic Regression. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2557). พุทธธรรม ฉบับปรับขยาย. พิมพ์ครั้งที่ 40. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิธรรมทาน กุศลจิต.

ภัทรนิจ วิสุทธิศักดิ์. (2555). “รูปแบบผสมผสานการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน,”. วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สาขาพระพุทธศาสนา. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539.) พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

อัษฎางค์ สุวรรณมิตสว. (2551). “วิจัยเรื่อง

ศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนา
ตามหลักสติปัฏฐาน 4 เฉพาะกรณี
การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา 7 เดือน”.

วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต.
บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.

Bandura, A. (1986). Fearful expectations and avoidant actions as confects of perceived self-efficacy. American Psychologist.

Bandura Albert. (1986). **Social foundations of thought and action: A social cognitive theory**. New Jersey: Englewood cliffs, Prentice-hall.

Bandura, A. (1977). **Self- efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change.** Psychological Review.

Chandradhar Sharma. (1964). **A Critical survey of Indian philosophy.**
varanasi : motilal Banarsidass.

Cornbrash. Lee. J (1963). Educational

Psychology. New York: Harcourt, Brace and World.

Coppersmith, S. (1981). **The Antecedents of Self-esteem**. California: Consultation Psychologists Press, Inc.

Doungkamon Tongkanaraksa. (2553).
 “Suitable Buddhist Meditation
 Retreats for Foreigners in
 Thailand”. **Master of Art Buddhist
 Studies**, Graduate School:
 chulalongkornrajavidyalaya
 University.

Phra Mahasi Sayadaw. (2016). **Advices in
Fundamental Insight Meditation.**
Bangkok: Canna Graphic Printing.

Piaget, J. And Inhaled, B. (1964). **The Growth of Logic: from Childhood to Adolescence**. New York: Basic Hall.