



ศึกษาหลักพราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี
**A STUDY OF 4 GHARĀVĀSADHAMMA IN VIPASSANA MEDITATION
PRACTITIONERS IN DAILY LIFE: A CASE STUDY AT WAT
PANYANANTHARAM, PHATUMTANI PROVINCE**

นางณัฐศรัณย์ ชุมวรฐายี

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐



ศึกษาหลักธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

นางณัฐศรัณย์ ชุมวรฐายี

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๖๐

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



A Study of 4 Gharāvāsadhamma in Vipassana Meditation Practitioners
in Daily Life: A Case Study at Wat Panyanantharam,
Phatumtani Province

Mrs. Natsarun Chumworatayee

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 “ศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบสารนิพนธ์

(พระมหาสุรศักดิ์ ปจุนตเสโน, ดร.)

ประธานกรรมการ

(รศ.ดร.มานพ น้การเรียน)

กรรมการ

(ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง)

กรรมการ

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง

ชื่อผู้วิจัย

(นางณัฐศรัณย์ ชุมวรฐายี)

ชื่อสารนิพนธ์ : ศึกษาหลักขรรวาศธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

ผู้วิจัย : นางณัฐศรัณย์ ชุมวรฐายี

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง, ป.ธ. ๙, พธ.ม. (พระพุทธศาสนา),
พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

วันเสร็จสมบูรณ์ : ๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์เรื่องนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาหลักขรรวาศธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี และเพื่อวิเคราะห์ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำนวน ๑๙๖ คน เครื่องมือที่ใช้วิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ ๐.๙๖ การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่า t (t -test) และ One – Way analysis of variance (F -test) เมื่อพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ใช้การทดสอบรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe's Post hoc Comparison)

ผลการวิจัยพบว่า

(๑) การปฏิบัติตามหลักขรรวาศธรรม ๔ ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี ทั้ง ๔ ด้าน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X} = ๔.๐๖$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านอยู่ในระดับมากทุกด้าน เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ คือ ด้านสัจจะ ($\bar{X} = ๔.๓๓$) คือ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความตั้งใจต่อการทำงานที่ได้รับมอบหมาย ($\bar{X} = ๔.๕๓$) ด้านจาคะ ($\bar{X} = ๔.๑๒$) คือ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาทำงานด้วยความเสียสละ และไม่นำของส่วนรวมมาเป็นของตน ($\bar{X} = ๔.๓๖$) ด้านทมะ ($\bar{X} = ๓.๙๑$) คือ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความกระตือรือร้นในการเคี้ยวเชืญฝึกฝนตนเองอย่างไม่มีข้อแม้หรือเงื่อนไขใดๆ ($\bar{X} = ๔.๐๙$) และด้านขันติ ($\bar{X} = ๓.๘๗$) คือ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนามีความรับผิดชอบ และอดทนต่อความยากลำบากในการทำงานของตนและผู้อื่นได้ ($\bar{X} = ๔.๑๓$)

(๒) ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรมต่างกันมีการปฏิบัติตามหลักขรรวาศธรรม ๔ แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

Research Paper Title : A Study of 4 Gharāvāsadhamma in Vipassana Meditation Practitioners in Daily Life: A Case Study of Wat Panyanantharam, Pathumthani Province

Researcher : Mrs. Natsarun Chumworatayee

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Research Paper Supervisor : Asst.Prof.Dr.Viroj Koomkrong, Pali IX, M.A. (Buddhist Studies), Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Completion : January 19, 2018

Abstract

The objectives of this research were to study of 4 Gharāvāsadhamma in Vipassana Meditation Practitioners in Daily Life: A Case Study of Wat Panyanantharam, Pathumthani Province and to analyze problems and suggestions of Dhamma practitioner at Wat Panyanantharam, Pathumthani Province. The sampling group was 196 practitioners. The research tool is a questionnaire with coefficient confidential at 0.96. The data analysis is through frequency, percentage, and average, standard deviation (S.D) t-test and f-test by one-way of variance (F-test). When found the significantly differences on statistics, researcher uses Scheffe's Post hoc Comparison.

The findings were as following;

1) The 4 Gharāvāsadhamma practice of Vipassana Meditation Practitioners at Wat Panyanantharam, Pathumthani province had practiced 4 foundations of mindfulness in 4 sections, totally is in high level ($\bar{X} = 4.06$) starting from high to less level as following; in truthfulness ($\bar{X} = 4.33$), the practitioner was truthful to complete their assigned duties ($\bar{X} = 4.53$), in generosity ($\bar{X} = 4.12$), the practitioner works with sincerity and not stealing public properties ($\bar{X} = 4.36$), in tolerance ($\bar{X} = 3.91$), the practitioner has curiosity for one-self training without any conditions ($\bar{X} = 4.09$), and in respect of patience ($\bar{X} = 3.87$), practitioner takes responsibilities and works hard for themselves and others ($\bar{X} = 4.13$).

2) The Vipassana Meditation Practitioners with different gender, educational qualification, occupation, and amounts of time on Dhamma practice had followed Gharavasadhamma differently with statistical significance at 0.05

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ ท่านเจ้าประคุณ สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.) รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม เป็นอย่างสูงยิ่ง ที่ได้เปิดหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนานี้ขึ้น เพื่อให้โอกาสในการศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา อันส่งผลให้เกล้าฯ ได้ศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลา ๑ เดือน และต่อมาได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นเวลารวมถึง ๗ เดือน ส่งผลให้เกิดการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแพร่หลายไปทั่วประเทศดังเป็นที่ประจักษ์ชัดในปัจจุบัน ขออนุโมทนากองทุนเล่าเรียนหลวงสำหรับพระสงฆ์ไทยที่ได้อุปถัมภ์การศึกษาในครั้งนี้

สารนิพนธ์นี้สำเร็จได้ด้วยดี เพราะได้รับความเมตตาจาก พระมหาโกมล กมโล รักษาการผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ บาฬีศึกษาพุทธโฆส พระมหาณรงค์ฤทธิ์ ธมมโสภโณ รักษาการผู้อำนวยการสำนักวิชาการ รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล ผู้ให้ความรู้ด้านวิชาการ ผศ.ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ดร.ชัยชาญ ศรีหานู ผู้แปลบทคัดย่อภาษาอังกฤษ และคณาจารย์ผู้ให้ความรู้ด้านวิชาการ ให้คำแนะนำในการแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ของการทำสารนิพนธ์ให้มีความสมบูรณ์ ขอขอบพระคุณเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้

กราบขอบพระคุณ พระมหาสมบุญ วุฑฒิโก, ดร.คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย, เจ้าหน้าที่ตรวจรูปแบบ พระประเทือง ขนติโก พระสุคนธ์ ปญฺญารโห ที่เมตตาคำปรึกษา แนะนำข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์แก่ผู้ทำวิจัย, คุณภานุมาตร์ เนโส เจ้าหน้าที่ผู้ประสานงานที่ช่วยดำเนินการเรื่องเอกสาร แจ้งกำหนดการและระเบียบการต่างๆ ให้ทราบ ตลอดจนเจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ห้องสมุดและเทคโนโลยีสารสนเทศ ที่กรุณาเอื้อเพื่อการสืบค้นข้อมูลทำให้การทำสารนิพนธ์เป็นไปด้วยความเรียบร้อย ขอขอบคุณเจ้าหน้าที่วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกท่านและเพื่อนนิสิตวิปัสสนาภาวนารุ่น ๑๑ ทุกรูปทุกคน ที่ช่วยเหลือให้ความสะดวกทั้งด้านเอกสารและตรวจสอบการประชุมความช่วยเหลือเกื้อกูลในการทำสารนิพนธ์ให้ผ่านไปได้ด้วยดี

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์ผู้ประสิทธิ์ประสาทวิชา ตลอดจนทุกท่านที่ให้ความเมตตาอนุเคราะห์ จนทำให้สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงเป็นอย่างดี อาณิสสแห่งบุญกุศลใดๆ คุณประโยชน์ทั้งหลาย อันเกิดจากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยขอน้อมนำสักการะบูชาต่อพระรัตนตรัย คุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และท่านผู้มีพระคุณทั้งหลาย ขอให้ทุกท่านได้บรรลุธรรมอันสูงสุดของพระพุทธศาสนาด้วยกันทุกท่าน ทุกคนเทอญ.

นางณัฐศรัณย์ ชุมวรฐายี

๑๙ มกราคม ๒๕๖๑

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญแผนภูมิ	ช
สารบัญภาพ	ฌ
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	ญ
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๔
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๔
๑.๕ สมมติฐานการวิจัย	๔
๑.๖ นิยามศัพท์ที่ใช้เฉพาะในการวิจัย	๕
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๖
บทที่ ๒ แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๗
๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับวิปัสสนาภาวนา	๗
๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับฆราวาสธรรม ๔	๑๓
๒.๓ หลักการดำเนินชีวิตของพุทธศาสนิกชน	๒๗
๒.๔ ข้อมูลทั่วไปของวัดปัญญานันทาราม	๒๘
๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๓๗
๒.๖ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๔๖
บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย	๔๗
๓.๑ รูปแบบการวิจัย	๔๗
๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๔๗
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๔๗
๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	๕๐

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๕๐
บทที่ ๔ ผลการวิจัย	๕๓
๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	๕๓
๔.๒ ระดับการปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณ ๔	๕๔
๔.๓ ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย	๕๙
บทที่ ๕ สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	๖๗
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๖๗
๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย	๖๙
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๗๒
บรรณานุกรม	๗๔
ภาคผนวก	๗๘
ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่อการวิจัย	๗๙
ภาคผนวก ข รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจแก้ไขเครื่องมือวิจัยที่ใช้ในการทำวิจัย	๘๘
ภาคผนวก ค หนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลตัวอย่าง	๙๐
ภาคผนวก ง ผลการตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถามโดยผู้เชี่ยวชาญ (IOC)	๙๖
ภาคผนวก จ ผลการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือวิจัย (Reliability)	๑๐๑
ประวัติผู้วิจัย	๑๐๔

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
ตารางที่ ๔.๑	แสดงจำนวนและค่าร้อยละ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	๕๕
ตารางที่ ๔.๒	แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ โดยรวม	๕๖
ตารางที่ ๔.๓	แสดงคะแนนและระดับทางด้านสัจจะปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้าน สัจจะ	๕๗
ตารางที่ ๔.๔	แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านทมะ	๕๘
ตารางที่ ๔.๕	แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านขันติ	๕๙
ตารางที่ ๔.๖	แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านจาคะ	๖๐
ตารางที่ ๔.๗	ตารางที่ ๔.๗ แสดงจำนวนข้อคิดเห็นเพิ่มเติมเกี่ยวกับการปฏิบัติตามหลัก ฆราวาสธรรม ๔	๖๑
ตารางที่ ๔.๘	แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ จำแนกตาม ตัวแปร เพศ ด้วยสถิติที่ใช้ทดสอบนัยสำคัญชนิดที่แบบที่เป็นอิสระจากกัน (t- independent)	๖๒
ตารางที่ ๔.๙	แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ จำแนกตาม ตัวแปร อายุ ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA)	๖๒
ตารางที่ ๔.๑๐	แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลัก ฆราวาสธรรม ๔ ด้านสัจจะ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ่ (Scheffé)	๖๓
ตารางที่ ๔.๑๑	แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลัก ฆราวาสธรรม ๔ ด้านทมะ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ่ (Scheffé)	๖๓
ตารางที่ ๔.๑๒	แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลัก ฆราวาสธรรม ๔ ด้านขันติ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ่ (Scheffé)	๖๔
ตารางที่ ๔.๑๓	แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลัก ฆราวาสธรรม ๔ ด้านจาคะ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยวิธีการของเชฟเฟ่ (Scheffé)	๖๔
ตารางที่ ๔.๑๔	แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ จำแนกตามตัว แปร การศึกษา ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA)	๖๕
ตารางที่ ๔.๑๕	แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลัก	

	ขรวาวสธรรม ๔ ด้านจาอะ จําแนกตามตัวแปรการศึกษา ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ้ (Scheffé)	๖๕
ตารางที่ ๔.๑๖	แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักขรวาวสธรรม ๔ จําแนกตามตัว แปรอาชีพร ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA)	๖๖
ตารางที่ ๔.๑๗	แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลัก ขรวาวสธรรม ๔ ด้านทะะ จําแนกตามตัวแปรอาชีพร ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ้ (Scheffé)	๖๖
ตารางที่ ๔.๑๘	แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักขรวาวสธรรม ๔ จําแนกตามตัว แปรจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA)	๖๗
ตารางที่ ๔.๑๙	แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลัก ขรวาวสธรรม ๔ ด้านขันติ จําแนกตามตัวแปรจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ้ (Scheffé)	๖๗

สารบัญภาพ

รูปที่	หน้า
รูปที่ ๒.๑ ชายเสื้อสีขาว-กางเกงสีขาว	๓๗
รูปที่ ๒.๒ หญิงเสื้อสีขาว - ผ้าถุงขาว หรือกระโปรงยาวสีขาว	๓๗

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิที่	หน้า
แผนภูมิที่ ๒.๑ แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย	๔๙

คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ

ก. คำย่อชื่อคัมภีร์พระไตรปิฎก

อักษรย่อในสารนิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิง โดยระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บที่ใช้แล้วตามด้วย เล่ม/ข้อ/หน้า ตามลำดับ เช่น

วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๕/๒๒. หมายถึง วินัยปิฎก มหาวรรค สลักชั้นธรรค พระไตรปิฎกฉบับภาษาไทย เล่ม ๔ ข้อ ๒๗๐ หน้า ๔๘

การอธิบายบอกอักษรย่อในสารนิพนธ์นี้ ทำเฉพาะคัมภีร์ที่อ้างอิงในสารนิพนธ์ ดังนี้

		พระสุตตันตปิฎก		
เล่ม	คำย่อ	ชื่อคัมภีร์		ภาษา
๑๐	ที.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๑๓	ม.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก มัชฌิมนิกาย มัชฌิมปัณณาสก์	(ภาษาไทย)
๑๕	ส.ส.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย สคาถวรรค	(ภาษาไทย)
๑๙	ส.ม.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก สังยุตตนิกาย มหาวรรค	(ภาษาไทย)
๒๐	อง.ติก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ดิกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๔	อง.ทสก.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก อังคุตตรนิกาย ทสกนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๕	ขุ.สุ.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สุตตนิบาต	(ภาษาไทย)
๒๗	ขุ.ชา.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปัญญาสนิบาตชาดก	(ภาษาไทย)
๓๑	ขุ.ป.	(ไทย) =	สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค	(ภาษาไทย)

พระอภิธรรมปิฎก

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

ข. คำย่อชื่อคัมภีร์ชั้นอรรถกถา

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้คัมภีร์ชั้นรองจากพระไตรปิฎก ได้แก่ อรรถกถา และฎีกา โดยใช้ อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๙๑ เล่ม มีหลักการใช้คำย่อโดยเริ่มจากอักษรย่อชื่อ คัมภีร์ ตามด้วยวงเล็บฉบับที่ใช้ แล้วตามด้วยเล่ม/ภาค/ตอน/หน้า ตามลำดับ เช่น

ม.มู.อ.(ไทย) ๑/๓/-/๕๗๕-๕๗๖ หมายถึง พระสูตรและอรรถกถา มัชฌิมนิกาย มูลปัณณาสก์อรรถกถา เล่ม ๑ ภาค ๑ ตอน - หน้า ๕๗๕-๕๗๖ ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๘

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก ภาษาไทย ฉบับมหาวิทยาลัย

เล่มที่	เล่ม	ภาค	ตอน	คำย่อ	ชื่ออรรถกถา	
๑๗	๑	๑	-	ม.ม.อ. (ไทย)	มัชฌิมนิกาย	มูลปัณาสก์อรรถกถา
๓๔	๑	๓	-	อ.ต.ก.อ. (ไทย)	มโนรทปุรณี	ติกนิบาตอรรถกถา

ค. คำย่อชื่อคัมภีร์ฎีกาปกรณ์วิเสส

การอธิบายอักษรย่อฎีกาปกรณ์วิเสส

วิภาวินี. (ไทย) = อภิธัมมัตถวิภาวินีฎีกา (ภาษาไทย)

ง. คำย่อเกี่ยวกับหนังสือที่ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์หรือสถานที่พิมพ์

สารนิพนธ์นี้ ผู้วิจัยใช้คำย่อเกี่ยวกับหนังสือ ตำรา เอกสารทางวิชาการ ที่ได้จัดพิมพ์โดยไม่ปรากฏปีที่พิมพ์ หรือสถานที่พิมพ์ ดังนี้

ม.ป.ป. = ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์

ม.ป.ท. = ไม่ปรากฏสถานที่พิมพ์

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในยุคปัจจุบันคนส่วนใหญ่ต้องเผชิญกับปัญหาทางสุขภาพจิต ขาดความสุขทั้งส่วนตนเองและครอบครัว เนื่องจากสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงซึ่งมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะการขาดหลักธรรมเป็นเครื่องนำทางและยึดเหนี่ยวจิตใจ แม้แต่ประเทศที่พัฒนาแล้วก็ตามยังพบว่ามีปัญหาป่วยทางจิต นำไปสู่การเกิดความล้มเหลวทางครอบครัวซึ่งเป็นหน่วยสังคมที่สำคัญที่สุด เมื่อสภาพครอบครัวไม่มีความสมบูรณ์ ปราศจากศีลธรรม ย่อมนำไปสู่ปัญหาสังคมโดยรวม ทำให้หมกมุ่นหลงใหลในวัตถุมากกว่าสิ่งที่มีคุณค่าทางจิตใจ ทำให้เดินเข้าสู่สิ่งที่เรียกว่า อบายมุขได้ง่ายมากกว่าการเดินทางเข้าสู่การปฏิบัติธรรมเพื่อบำเพ็ญบุญบารมี ซึ่งจะช่วยให้ชีวิตได้พบกับความสุข ความเจริญ เป็นคนดีของสังคมและประเทศชาติสืบไป

ในการนำหลักธรรมคำสอนทางศาสนามาปฏิบัติให้ประสบผลสำเร็จ จำเป็นต้องมีการบูรณาการจริยธรรม คุณธรรม มาใช้ในชีวิตจริงหรือเอามาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิต และดำเนินชีวิตได้อย่างถูกต้อง เพื่อให้การดำเนินชีวิตเป็นไปด้วยดี ถ้าไม่นำหลักธรรมมาใช้ก็อาจทำให้การดำเนินชีวิตผิดพลาด เสื่อมเสีย และมีความทุกข์ร้อน แทนที่จะเป็นทางแห่งความสุขความเจริญ เนื่องจากหลักธรรมกับชีวิตมีคุณลักษณะสำคัญ คือ เป็นความดี ความจริง ความถูกต้องที่ให้พลังในการดำเนินชีวิต พระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสสอนว่า ชีวิตผู้ครองเรือนประกอบด้วยศรัทธา มีธรรม ๔ ประการนี้ คือ สัจจะ ทมะ ชันติ จาคะ^๑ การปฏิบัติตนที่ขาดไม่ได้เลย คือการฝึกฝนตนให้เป็นคนดีพร้อมด้วยกุศลจิต คือกาย วาจา และจิตใจ เพราะถ้าหากเรามีความบกพร่องเพราะขาดหลักศีลธรรมที่ถูกต้อง ย่อมตกอยู่ในทางอกุศลซึ่งเป็นทางแห่งความเสื่อม เหมือนกับโอ่งที่รั่ว แม้น้ำไหลเข้าโอ่ง น้ำก็ย่อมไหลออกทางรูรั่วอยู่ดี ชีวิตที่ประสบผลสำเร็จมีความสุขนั้นจะต้องเริ่มที่ตนเองและครอบครัวมีความรักเมตตา ปฏิบัติตนอย่างผู้ที่เจริญแล้ว และมีคุณค่า มีหลักธรรมในหัวใจ ซึ่งหลักธรรมที่ใช้ในการปฏิบัติตนสำหรับการอยู่ร่วมกันเป็นครอบครัว คือ “ฆราวาสธรรม ๔” ซึ่งฆราวาสธรรม หมายถึง ธรรมสำหรับบุคคลผู้ครองเรือน ซึ่งประกอบด้วย บุตร ภรรยา สามี บิดา มารดา และบริวารเครือญาติ เป็นต้น นอกจากจะเป็นหลักในการครองเรือนแล้วยังเป็นตัวประเมนผลสำเร็จ คือชีวิตและครอบครัวมีความสุข ความเจริญ ไม่เกิดปัญหาการหย่าร้าง ครอบครัวล่มสลายแล้ว หลักฆราวาสธรรม ๔ นี้ จะสอนให้คนเรารู้จักการดำเนินชีวิตทางโลกอย่างผู้ประสบความสำเร็จ ให้รู้จักการเสียสละเพื่อความสงบสุขของตนเอง สังคม ครอบครัว และประโยชน์ส่วนรวม เพื่อให้เกิดความสุขในชีวิตการครองเรือนและการอยู่ร่วมกันซึ่งมีความสำคัญมากต่อการสร้างครอบครัวที่เข้มแข็งมั่นคง เนื่องจากได้นำหลักฆราวาสธรรมมาประพฤติปฏิบัติ ดังปรากฏในพระสูตรต้นปิฎกสังยุตตนิกายว่า “คนผู้อยู่ครองเรือน มีศรัทธา ประพฤติธรรม

^๑ ส.ส. (ไทย) ๑๕/๒๕๖/๓๕๔.

๔ ประการนี้คือ สัจจะ ธรรม ธิติ และจาคะ ตายแล้วย่อมไม่เศร้าโศก”^๒ “เชิญท่านถามสมณพราหมณ์ เหล่าอื่นดูเถิดว่า ในโลกนี้ เหตุให้ได้เกียรติที่ยิ่งไปกว่าสัจจะก็ดี เหตุให้มีปัญญาที่ยิ่งไปกว่าทมะก็ดี เหตุให้ผูกมิตรสหายไว้ได้ที่ยิ่งไปกว่าจาคะก็ดี เหตุให้หาทรัพย์ได้ที่ยิ่งไปกว่าขันติก็ดี” มีอยู่หรือไม่^๓

นอกจากการประสบผลสำเร็จในชีวิตครอบครัวแล้ว พระพุทธองค์ทรงตรัสสรรเสริญฆราวาสธรรมดังกล่าวว่า ไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างเกียรติยศให้คนเราได้เท่ากับการมี “สัจจะ” ไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างปัญญาให้คนเราได้เท่ากับการมี “ทมะ” ไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างทรัพย์สมบัติให้คนเราได้เท่ากับการมี “ขันติ” และไม่มีสิ่งใดในโลกนี้ที่สร้างหมู่มิตรให้คนเราได้เท่ากับการมี “จาคะ” ไม่มีธรรมะใดๆ ที่จะใช้สร้างตัวให้ประสบความสำเร็จได้ยิ่งกว่าธรรมะอันประเสริฐ ๔ ประการนี้ ดังนั้น หลักฆราวาสธรรมประกอบด้วย สัจจะ คือ ความจริง, ซื่อตรง ซื่อสัตย์ จริใจ พุดจริง ทำจริง ทมะ คือ การฝึกฝน, การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว, รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตัดสินใจ แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญ ก้าวหน้าด้วยสติปัญญา ขันติ คือ ความอดทน, ตั้งหน้าทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียรเข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย และจาคะ คือ ความเสียสละ, สละกิเลส สละความสุขสบาย ผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้างพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือ ช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตัวหรือเอาแต่ใจตัว^๔ หากบุคคลต้องการที่จะประสบความสำเร็จทั้งในชีวิต การงาน ตำแหน่ง ฐานะ และความรัก เขาผู้นั้นต้องสร้าง สัจจะ ทมะ ขันติและจาคะ ให้เกิดขึ้นกับตน ยิ่งถ้าสร้างและพัฒนาตัวเองจนเป็นคุณสมบัติขั้นพื้นฐานประจำตนได้นั้น ก็จะทำให้สามารถสร้างเกียรติยศ สร้างปัญญา สร้างทรัพย์สมบัติ และสร้างหมู่ญาติมิตรให้เกิดขึ้นได้สำเร็จด้วยกำลังความเพียรของตน

หลักฆราวาสธรรม ๔ เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ที่มีมาสองพันกว่าปีแล้ว แต่ก็นับว่าเป็นหลักธรรมที่ทันสมัย สามารถที่จะนำไปปฏิบัติกับทุกคนในสังคมที่เราอาศัยอยู่ด้วย หรือนำไปพัฒนาตนเองเฉพาะบุคคลก็ย่อมส่งผลดีเช่นกัน เพื่อที่จะทำให้สังคมมีแต่ความสงบสุขและเต็มเปี่ยมไปด้วยความรักที่มอบให้กันและกัน ย่อมทำให้บุคคลในสังคมสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างสงบสุข มีความเอื้ออาทร ช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน ปฏิบัติตนตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายอย่างถูกต้อง และเหมาะสมกับบทบาทที่ตนเองได้รับและสามารถแยกแยะได้ว่า อะไรคือความชั่วที่ควรละ และอะไรคือความดีที่ควรปฏิบัติ

วัดปัญญานันทาราม อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี เป็นวัดหนึ่งที่ได้รับคัดเลือกจากคณะกรรมการดำเนินโครงการวิจัย เพื่อพัฒนาจัดการศึกษาและการเผยแผ่ศาสนาธรรมของวัดในพระพุทธศาสนาให้เป็นวัดดีเด่นด้านการเผยแผ่ศาสนาธรรม เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๔๗ จากสำนักเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ^๕ วัดปัญญานันทารามได้จัดกิจกรรมปฏิบัติธรรมเป็นประจำ โดย การนำหลักธรรมมาบูรณาการเข้าสู่การศึกษาในทุกระดับ ตั้งแต่โรงเรียนถึงมหาวิทยาลัย เช่น ใช้ศีลธรรมผ่านการจัดกิจกรรม “ค่ายพุทธบุตร” “ค่ายพุทธธรรม” ด้านประชาชนและข้าราชการซึ่งอยู่

^๒ พ.ศ. (ไทย) ๒๕/๑๙๐/๕๔๕.

^๓ พ.ศ. (ไทย) ๒๕/๑๙๑/๕๔๕.

^๔ ส.ส. ๑๕/๘๔๕/๓๑๖.

^๕ สอดคล้อง งามคล้ายกลาง, วัดปัญญานันทารามอำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี การเผยแผ่ศาสนาธรรมดีเด่น, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทพิมพ์ดีการพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๙), หน้า ข.

ในวัยทำงานและผ่านการใช้ชีวิตมาพอสมควร โดยพยายามสร้างองค์ความรู้ทางพุทธศาสนาทั้งหมดให้เกิดบูรณาการเพื่อนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต ทางคณะสงฆ์ได้เปิดโครงการฝึกอบรมคุณธรรม เป็นการจัด “ค่ายคุณธรรม” ที่จัดให้มีขึ้นตามความจำเป็นและความต้องการของชีวิตในวัยทำงาน เพราะถือว่าเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติ จึงต้องมีความรับผิดชอบที่ยึดโยงอยู่กับภาระงานเป็นหลัก และเพื่อเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพของการทำงาน มีสมรรถนะในการทำงานเต็มศักยภาพแห่งตน อันก่อให้เกิดผลสัมฤทธิ์ที่พึงประสงค์

จากความเป็นมาและความสำคัญของปัญหาที่กล่าวมาแล้วข้างต้นจะเห็นว่า หลักฆราวาสธรรม ๔ เป็นหลักธรรมในพระพุทธศาสนา ที่จะนำไปปฏิบัติกับทุกคนในสังคมที่เราอาศัยอยู่ หรือนำไปพัฒนาตนเองเฉพาะบุคคลก็ย่อมส่งผลดีต่อการดำเนินชีวิตเช่นกัน เพราะจะทำให้ชีวิต ครอบครัวยุค และสังคมมีแต่ความสุขสงบและเต็มเปี่ยมไปด้วยความรักที่มอบให้กันและกัน และเพื่อนำหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนาซึ่งเป็นความจริงอันประเสริฐ มาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตประจำวันของบุคคลและครอบครัว ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะทำการศึกษาเรื่องหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี เพื่อต้องการทราบว่าผู้ที่ผ่านการเข้าร่วมการปฏิบัติวิปัสสนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี มีความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติวิปัสสนาและสามารถนำไปประยุกต์ใช้กับหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองในชีวิตประจำวันได้มากน้อยเพียงใด

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

๑.๒.๒ เพื่อวิเคราะห์ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑. หลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี เป็นอย่างไร

๒. ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี เป็นอย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี โดยกำหนดขอบเขตในการวิจัย ดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี ใน ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านสัจจะ ๒) ด้านทมะ ๓) ด้านขันติ และ ๔) ด้านจาคะ

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านตัวแปร

ตัวแปรต้น คือ ปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม

ตัวแปรตาม คือ การศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนาวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี ใน ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านสัจจะ ๒) ด้านทมะ ๓) ด้านขันติ และ ๔) ด้านจาคะ

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านประชากร ได้แก่ ผู้มาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี จำนวน ๔๐๐ คน

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านพื้นที่ ได้แก่ วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

๑.๔.๕ ขอบเขตด้านระยะเวลา การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เริ่มดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ในช่วงเดือนพฤศจิกายน – ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๐

๑.๕ สมมติฐานการวิจัย

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีปัจจัยส่วนบุคคลต่างกันจะใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

๑.๖ นิยามศัพท์ที่ใช้เฉพาะในการวิจัย

๑.๖.๑ หลักฆราวาสธรรม ๔ หมายถึง หลักธรรมสำหรับครองเรือน หรือหลักธรรมสำหรับผู้อยู่ร่วมกัน มีความซื่อสัตย์ต่อกัน มีการฝึกตน มีความอดทนอดกลั้น มีการเสียสละ มีการแบ่งปัน และเป็นผู้มีน้ำใจ เป็นคุณสมบัติของผู้ที่สามารถสร้างเกียรติยศ สร้างปัญญา สร้างทรัพย์สมบัติและสร้างหมู่ญาติมิตรให้เกิดขึ้นได้สำเร็จด้วยกำลังความเพียรของตน ประกอบด้วยธรรม ๔ ประการ คือ

๑) สัจจะ หมายถึง ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะต้องมีความจริง ความซื่อตรง ความซื่อสัตย์ ความจริงใจ โดยมีความซื่อสัตย์เป็นพื้นฐาน เป็นคนจริงต่อความเป็นมนุษย์ของตน สัจจะมี ๕ ประการดังนี้

สัจจะต่อความดี คือ การประพฤติตนเป็นคนเที่ยงแท้ มั่นคงต่อความดีไม่หันเหไปในทางชั่ว ไม่ว่าจะตกอยู่ในสถานการณ์เช่นไร ในทางปฏิบัติ การจะมีสัจจะต่อความดีได้นั้น

สัจจะต่อหน้าที่ คือ การที่ใครก็ตามที่เกิดมามีหน้าที่ติดตัวมาด้วยกันทั้งนั้น ดังนั้นจึงควรมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน ใครเป็นสามีก็รับผิดชอบต่อหน้าที่สามี เลี้ยงครอบครัวให้ดี ไม่ปันใจให้หญิงอื่น จริงใจกับภรรยา ใครเป็นภรรยาก็จริงใจต่อหน้าที่ของภรรยา ดูแลการงานในบ้าน ให้เรียบร้อย ไม่เที่ยวเตร่ ไม่เล่นการพนันเผาผลาญทรัพย์ เป็นลูกก็ต้องมีความรับผิดชอบว่า เราเป็นลูกมีหน้าที่รักษาวงศ์ตระกูลให้ดี ถ้าพ่อแม่แก่เฒ่า ก็ต้องเลี้ยงดูท่าน ทหารก็จริงใจลงไปหน้าที่ทหารเป็นตำรวจก็รับผิดชอบต่อหน้าที่ของตำรวจ ไม่ว่าใครจะเป็นอะไร ก็ทุ่มไปกับหน้าที่ของตนให้เต็มที่ หากทำเช่นนี้ได้จึงเรียกว่า มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่

สัจจะต่อการทำงาน ก็คือการตั้งสัจจะลงไปในงาน หมายถึงการทำงานนั้นต้องทำจริง เมื่อมีหน้าที่แล้วก็ยอมมีงานตามมา

สัจจะต่อวาจา คือ จริงต่อวาจา นั่นก็คือคำพูดของเราเอง ไม่ว่าจะเป็นการพูดด้วยปาก หรือการเขียน ตลอดจนการแสดงอาการที่เป็นการปฏิญาณต่อผู้อื่นก็ตาม

สัจจะต่อบุคคล คือ ต้องจริงต่อบุคคล ในที่นี้คือบุคคลที่เกี่ยวข้องกับตัวเราจริงต่อบุคคลนั้น หมายถึง การเป็นผู้ที่ประพฤติต่อคนอื่นอย่างสม่ำเสมอ ไม่กลับกลอก และความจริงต่อบุคคลจะเกิดขึ้นได้นั้น ต้องอาศัยความจริงใจต่อกัน ถ้าเราอยากให้คนอื่นเขาจริงใจต่อเรา เราก็ต้องให้ความจริงกับเขาด้วยการพูดจริง ทำจริง อันเป็นคุณธรรมที่ทำให้มนุษย์ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนาได้ ผู้ที่มาปฏิบัติธรรมจึงควรปลูกฝังสัจจะให้เกิดขึ้นในจิตใจของตนเพื่อจะได้นำไปใช้ในการพัฒนาตนให้ประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต

๒) ทมะ หมายถึง ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะต้องมีการฝึกฝนตนเอง การข่มใจ การฝึกนิสัย การปรับตัว การฝึกหัดตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง การรู้จักควบคุมจิตใจ การปรับปรุงตนเองให้เจริญก้าวหน้าด้วยการใช้สติปัญญา และต้องมีการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา เพื่อจะได้มีความรู้ใหม่ๆ มาใช้ในการครองชีวิตให้เจริญก้าวหน้าต่อไป การฝึกตนมีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และทักษะอย่างอื่นที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต

๓) ขันติ หมายถึง ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะต้องมีความอดทน อดกลั้นเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น หรือมีอุปสรรคเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความอดทนต่อความลำบากทางด้านร่างกาย ต้องอดทนต่อความลำบากทางใจ เช่น เมื่อมีเรื่องความขัดแย้งมากระทบจิตใจทำให้จิตใจเศร้าหมองขุ่นมัว อดทนต่อคำตำหนิกล่าวตักเตือนจากคนในสังคม ถ้าผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีขันติ มีความอดทนก็จะทำให้การดำเนินชีวิตมีความสุข

๔) จาคะ หมายถึง ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาจะต้องมีความเสียสละ ความแบ่งปัน เสียสละประโยชน์ส่วนตัวเพื่อผลประโยชน์ส่วนรวม ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีจาคะนั้น จะเป็นผู้ที่มีเครื่องเสริมสร้างไมตรีให้เกิดความสัมพันธ์อันดีในครอบครัวและสังคมได้

๑.๖.๒ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง ประชาชนชายและหญิงทั่วไป ซึ่งนุ่งขาวห่มขาว ที่มาปฏิบัติธรรมโดยการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

๑.๖.๓ วัดปัญญานันทาราม หมายถึง วัดที่เป็นสถานที่ที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามาปฏิบัติธรรม ตั้งอยู่ที่ตำบลคลอง ๖ อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี

๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๗.๑ ทำให้ได้ทราบระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

๑.๗.๒ ทำให้ได้แนวทางในการนำหลักฆราวาสธรรม ๔ ไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม อันจะก่อให้เกิดประโยชน์กับผู้ที่มาปฏิบัติวิปัสสนา ในการนำไปใช้ปรับปรุงและพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดำรงอยู่ดีและมีความสุขยิ่งขึ้น

๑.๗.๓ ผลที่ได้จากการวิจัย จะเป็นข้อมูลสำหรับผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง โดยนำหลักฆราวาสธรรม ๔ ไปใช้ในการดำเนินชีวิต เพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้ดำรงอยู่ดีและมีความสุขต่อไป

บทที่ ๒

แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาจากเอกสารตลอดจนแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยจัดทำเป็นกรอบทฤษฎีและแนวทางในการศึกษาซึ่งมีรายละเอียดต่างๆ ดังนี้

- ๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับวิปัสสนาภาวนา
- ๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับขบวนการธรรม ๔
- ๒.๓ หลักการดำเนินชีวิตตามแนวพุทธของศาสนิกชน
- ๒.๔ ข้อมูลทั่วไปของวัดปัญญานันทาราม
- ๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ๒.๖ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๒.๑ แนวคิดเกี่ยวกับวิปัสสนาภาวนา

๒.๑.๑ ความหมายของวิปัสสนา

ในคัมภีร์พระไตรปิฎกเล่มที่ ๓๔ อภิธรรมสังคณี แสดงความหมายคำว่า วิปัสสนา หมายถึง ปัญญา กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมาย ความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดเฉพาะ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง ความเห็นแจ้ง ความรู้ชัด ปัญญาเหมือนปลัก ปัญญาพละ ปัญญาเหมือนศาตรา ปัญญาเหมือนปราสาท ปัญญาเหมือนประทีป ปัญญาเหมือนดวงแก้ว ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม สัมมาทิฐิ เรียกว่า ปัญญินทรีย์หรือวิปัสสนา^๖

คัมภีร์ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิทามรรค มีข้อความระบุว่า วิปัสสนา คือปัญญาที่ยังรู้สภาวะ (ปรากฏการณ์) ของสภาวะธรรม อารมณ์ภายในกาย ใจ หรือรูปกับนาม ตามความเป็นจริงว่า สภาวะธรรมทั้งหลายเป็นไตรลักษณ์^๗

คัมภีร์ทีฆนิกาย ปรากฏข้อความให้ความหมาย วิปัสสนา ว่า เห็นประจักษ์แจ้ง พระไตรลักษณ์ในรูปที่เห็น อาการที่เคลื่อนไหว ใจที่คิด เป็นต้น เป็นวิธีการปฏิบัติให้เข้าถึงสภาวะดับ สงบเย็นนิพพานได้ถ้าต้องการสุขแท้ สุขถาวรที่ไม่กลับมาทุกข์อีกก็ต้องดำเนินไปตามหนทางนี้เท่านั้น^๘

^๖ อภิ.สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖-๓๗.

^๗ ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗๑/๑๒๑.

^๘ ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘.

คัมภีร์อรรถกถา กล่าวถึง คำว่า วิปัสสนา ว่า หมายถึง ปัญญาอันเห็นแจ้ง เกิดจากการกำหนดรู้ ใคร่ครวญพิจารณาสังขารธรรม โดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยงเพราะความเปลี่ยนแปลงแปรผันไปต่างๆ นานา ด้วยอำนาจแห่งศีล ที่มีอนิจจลักษณะเป็นตัวบ่งบอก เป็นทุกข์เพราะความเปื่อยดับเย็นจนไม่สามารถทนอยู่ในสภาพเดิมของตนได้ และไม่ใช่อัตถ์ตนเพราะบังคับไม่ได้^๙

คัมภีร์อรรถกถาในมัชฌิมนิกาย มูลปณณาสก์ กล่าวถึงว่า การพิจารณาเห็นลักษณะของสภาวะธรรมที่ปรากฏ ๗ ประการ คือ

๑. อนิจจานุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่เที่ยง
๒. ทุกขานุปัสสนา พิจารณาเห็นความเป็นทุกข์
๓. อนัตตานุุปัสสนา พิจารณาเห็นความไม่ใช่ตัวตน
๔. นิพพิทานุปัสสนา พิจารณาเห็นความน่าเบื่อหน่าย
๕. วิราคานุุปัสสนา พิจารณาเห็นความคลายกำหนด
๖. นิโรธานุุปัสสนา พิจารณาเห็นความดับกิเลส
๗. ปฏินิสสัคคานุุปัสสนา พิจารณาเห็นความสลัดทิ้งกิเลส^{๑๐}

คัมภีร์อรรถกถา ปรากฏข้อความในปฏิสัมภิทามรรค ให้ความหมายว่า วิปัสสนา คือ การเห็นแจ้ง หรือวิธีทำให้เกิดการเห็นแจ้ง วจันตเถว่า ปัญญาใด ย่อมเห็นสังขตธรรมมีขันธเป็นต้น ด้วยอาการต่างๆ มีความไม่เที่ยงเป็นต้น ได้แก่ ภาวนาปัญญา มีอนิจจานุปัสสนาเป็นต้น ฯ ฉะนั้นปัญญานั้น ชื่อว่า วิปัสสนา^{๑๑}

ในคัมภีร์อริธานปทีปิกากฎา ได้แสดงไว้ว่า วิปัสสนาและสัมมาทิฐิ เป็นต้น เป็นชื่อของปัญญา อนึ่ง วิมังสา วิจารณ์ สัมปชัญญะและเนปิกะ ก็ใช้เป็นชื่อของปัญญาได้ด้วย^{๑๒}

คัมภีร์ฎีกากล่าวไว้ว่า วิปัสสนา หมายถึง ปัญญาที่เห็นสังขตธรรม โดยอาการต่างๆ มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน^{๑๓}

ที่ปรากฏใน คัมภีร์วิสุทธิมรรค ให้ความหมายวิปัสสนาว่า หมายถึง ปัญญาที่รู้ชัด คือรู้โดยประการต่างๆ อย่างพิเศษยิ่งกว่าอาการคือ ความหมายรู้ และความรู้แจ้ง^{๑๔} หมายความว่า แม้สัญญา วิญญาณ และปัญญา จะเป็นความรู้ด้วยกันก็จริง แต่สัญญา คือ ความหมายรู้นั้น เป็นสักแต่ว่าหมายรู้ อารมณ์ แต่ไม่อาจให้ถึงความแทงตลอดซึ่งลักษณะว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตาได้ วิญญาณก็

^๙ อง.ตัก.อ. (ไทย) ๑/๓/-/๕๗๕-๕๗๖.

^{๑๐} ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๑/-/๔๑๕.

^{๑๑} พระธรรมวโรดม (บุญมา คุณสมปนโน ป.ธ.๙), **อภิธัมมัตถวินิฉาย**, (ม.ป.ท. ๒๕๕๐), หน้า ๑๘๐.

^{๑๒} มหาอมาตย์จตุรงคพล, **อริธานปทีปิกากฎา**, ปรวรรตโดย พระศรีสุทธีพงษ์ (สมศักดิ์ อุปสโม), (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ เทคนิค ๑๙, ๒๕๒๗), หน้า ๑๒๑.

^{๑๓} มหามกุฏราชวิทยาลัย, **อภิธัมมัตถวินิฉาย (วินิฉาย)**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๒๖๓.

^{๑๔} พระพุทธโฆสเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ), พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทนาเพรส จำกัด, ๒๕๕๑), หน้า ๗๓๑.

เช่นกัน ย่อมทำหน้าที่รู้จักอารมณ์และย่อมให้ถึงความแทงตลอดซึ่งลักษณะได้ด้วย แต่ไม่อาจให้ก้าวหน้าไปถึงความปรากฏแห่งมรรคได้ ส่วนปัญหาที่เกิดจากวิปัสสนา ย่อมรู้อารมณ์และให้ถึงความแทงตลอดซึ่งลักษณะด้วยอำนาจของวิปัสสนาญาณอันสัมปยุตด้วยกุศลจิตแล้ว

ดังนั้น วิปัสสนา จึงหมายถึง ปัญญาที่เห็นแจ้ง รู้ละเอียด รู้อย่างพิเศษ รู้ชัดว่าสังขารไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา จนทำให้เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด สามารถดับ ทำลาย และสลัดทิ้งกิเลสให้หมดสิ้นไปได้ เกิดเป็นความเห็นที่ถูกต้องไม่หลงมกมาย

พระพรหมคุณาภรณ์ ให้ความหมาย วิปัสสนา ไว้ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ว่า หมายถึง ความเห็นแจ้ง เห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวธรรม, ปัญญาที่เห็นพระไตรลักษณ์อันให้อ่อนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้, การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง^{๑๕}

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ ให้ความหมายไว้ในหนังสือ อริยวังสะปฏิปทาว่า วิปัสสนา คือ การเจริญปัญญา เข้าไปเห็นแจ้งเป็นพิเศษในสภาวธรรม(รูปนาม) ตามความเป็นจริง คือ เห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่างๆ ที่ปรากฏทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นรูปนามที่แท้จริง และเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่างๆ ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ โดยความเป็นของไม่เที่ยง (อนิจจะ) เป็นทุกข์ (ทุกขะ) ไม่ใช่ตัวตน (อนัตตะ) และไม่สวยงาม (อสุภะ) ที่พิเศษนอกไปจากนิจจสัญญาวิปัสสาส สุขสัญญาวิปัสสาส อตตสัญญาวิปัสสาส และสุกสัญญาวิปัสสาส^{๑๖}

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) ให้ความหมายวิปัสสนาว่า หมายถึง ปัญญาที่เห็นรูปนามเป็นไปตามกฎไตรลักษณ์คือ ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา^{๑๗}

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถานนิยาม คำว่า “ภาวนาไว้ว่า ถ้าเป็นคำนาม หมายถึง การทำให้มีขึ้น ให้เป็นขึ้นทางจิตใจ ถ้าเป็นกริยา หมายถึง สำรวมใจให้แน่วแน่เป็นสมาธิ เช่น สวดมนต์ภาวนา สำรวมใจตั้งความปรารถนา เช่น นั่งภาวนาขอให้พระช่วย”^{๑๘}

ธนิธ อยู่โพธิ์ กล่าวไว้ในหนังสือวิปัสสนานิยมว่า วิปัสสนามีอารมณ์เป็นปรมัตถ์ และมีความตามรูปศัพท์และตามสภาวะหรือปรากฏการณ์ในการปฏิบัติเป็น ๓ นัย ดังนี้^{๑๙}

วิปัสสนา แปลว่า ปัญญาเห็นแจ้ง เห็นชัด

^{๑๕} พระพรหมคุณาภรณ์, พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ผลิธัมม, ๒๕๕๓).

^{๑๖} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), ศาสตราจารย์พิเศษ, ป.ธ.๙, M.A., Ph.D., อริยวังสะปฏิปทา ปฏิปทาอันเป็นวงศ์แห่งพระอริยเจ้า, (กรุงเทพมหานคร: หจก. ประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๔), หน้า ๓๖.

^{๑๗} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), วิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรจรัสพรินท์ตั้ง, ๒๕๕๐), หน้า ๑๐๔.

^{๑๘} ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๔๒, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทนามมีบุ๊คส์ จำกัด, ๒๕๔๖), หน้า ๘๒๑.

^{๑๙} ธนิธ อยู่โพธิ์, วิปัสสนานิยม, พิมพ์ครั้งที่ ๗, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๒๑.

วิปัสสนา แปลว่า ปัญญาเห็นโดยอาการต่างๆ มีความไม่เที่ยง เป็นต้น

วิปัสสนา แปลว่า ปัญญาเห็นแปลกๆ ประหลาดๆ

ความหมายทั้ง ๓ นัย พิจารณาในทางปฏิบัติแล้ว ในที่สุดก็ลงในความหมายเดียวกัน กล่าวคือ เบื้องต้นโยคีผู้ปฏิบัติ แม้จะเห็นสภาวะหรือปรากฏการณ์ใดๆ ในทางจิตที่เกิดขึ้น เช่น โอภาส ปิติ นิमित และสัณฐาน เป็นต้น โดยแจ้งชัดตามสภาวะต่างๆ ที่เป็น โดยอาการประหลาดๆ แปลกๆ อย่างใดอย่างหนึ่งก็ตาม แต่ในทางที่ถูกและในที่สุดจะต้องเห็นสังขารหรือรูปนามโดยอาการต่างๆ คือ เห็นโดยความเป็นพระไตรลักษณ์ ว่า รูปนามที่เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไปแต่ละขณะนั้น เป็นอนิจจัง มีทุกข์ และเป็นอนัตตา เป็นการเห็นโดยแจ่มแจ้งประจักษ์ด้วยตนเองจากการกำหนดปฏิบัติภาวนาโดยจดจ่อต่อเนื่องในนามรูปเท่านั้น วิปัสสนา จึงได้แก่ ภาวนาปัญญาที่มีการเห็นเนื่องๆ ในความไม่เที่ยง เป็นต้น

เมื่อกล่าวโดยลักษณะกิจตุกะของวิปัสสนา คือ

- ๑) วิปัสสนา มีลักษณะให้ตรัสรู้ซึ่งสภาวะปกติแห่งรูปธรรมและนามธรรมทั้งปวง
- ๒) วิปัสสนา มีกิจอันขัดเสียซึ่งความมืด คือ โมหะอันปกปิดไว้ซึ่งสภาวะปกติแห่งรูปธรรมนามธรรมทั้งปวง
- ๓) วิปัสสนา มีผลให้สำเร็จ คือ มีให้หลง
- ๔) วิปัสสนา มีเหตุใกล้ ให้เกิดสมาธิ (สมาหิต ยถาภูต ปชานาติ ปสสตี)^{๒๐}

จากคำจำกัดความในความหมายของวิปัสสนาดังกล่าวมาทั้งหมดแล้วนั้น สรุปได้ว่า วิปัสสนา คือ ความรู้ ที่เห็นจริงเห็นแจ้งในรูปและนามว่า เกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป ภายใต้อำนาจของพระไตรลักษณ์ และที่เห็นพิเศษแตกต่างไปจากบุคคลทั่วไปส่วนใหญ่ที่เห็นว่า รูปนามนั้นเป็นตัวตน

๒.๑.๒ ความหมายของภาวนา

พระไตรปิฎกให้ความหมายคำว่า ภาวนา ดังที่ปรากฏในคัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรคว่า หมายถึง การเจริญกายคตาสติ การเจริญสมณะและวิปัสสนา การเจริญโพชฌงค์ การเจริญสติปัฏฐาน ๔ เป็นต้น เพราะธรรมทั้งหลายไม่ล่วงเลยกัน อินทรีย์ทั้งหลายมีรสเดียวกัน การนำไปซึ่งความเพียรอันสมควรแก่ธรรม และการเสพคุ้น การปฏิบัติเนื่องๆ ชื่อว่า ภาวนา^{๒๑}

คัมภีร์ปฏิสัมภิทามรรค^{๒๒} พระสารีบุตรเถระให้ความหมายคำว่า ภาวนา ๔ ประการ คือ

- ๑) ภาวนา คือ ธรรมชาติที่ทำให้ธรรมทั้งหลายที่เกิดขึ้นในตนไม่ล่วงเลยกันและกัน เช่นเมื่อพระโยคาวจรละความพอใจในกามได้แล้วทันที่นั่นเอง ธรรมทั้งหลายที่เกิดด้วยอำนาจแห่งการหลีกออก เว้นออกจากกามก็ย่อมเกิดขึ้นไม่ล่วงเลยกันและกัน เป็นต้น
- ๒) ภาวนา คือ ธรรมชาติที่ทำให้อินทรีย์ทั้งหลายมีรสเป็นอย่างเดียวกัน เช่น เมื่อละกามฉันทะแล้ว อินทรีย์ทั้ง ๕ มีรสเป็นอย่างเดียวกันด้วยอำนาจแห่งการหลีกออกจากกาม เป็นต้น

^{๒๐} อก.ทสก. (ไทย) ๒๔/๒/๔.

^{๒๑} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๕-๒๘/๓๕-๔๕.

^{๒๒} พุ.ป. (ไทย) ๓๑/๒๘/๔๑.

๓) ภาวนา คือ ธรรมชาติที่นำความเพียรที่สมควรแก่ธรรมนั้นๆ เข้าไป คือ เมื่อละกามฉันทะแล้ว ย่อมนำความเพียรด้วยอำนาจแห่งการหลีกออกจากกามเข้าไป เมื่อละพยาบาทแล้ว ย่อมนำความเพียรด้วยอำนาจแห่งความไม่พยาบาทเข้าไป เป็นต้น

๔) ภาวนา คือ การปฏิบัติเนื่องๆ เช่น เมื่อละกามฉันทะแล้ว ย่อมปฏิบัติเนื่องๆ ซึ่งความออกจากกาม เมื่อละพยาบาทแล้วย่อมปฏิบัติเนื่องๆ ซึ่งความไม่พยาบาท เป็นต้น

พระญาณธชะ ได้ให้ความหมายไว้ในคัมภีร์ปรมัตถทีปนีให้ความหมายของภาวนาไว้ ๒ ประการ ดังนี้

๑) ภาวนา แปลว่า ธรรมที่บุคคลควรเจริญ คือควรทำให้เกิดมี

๒) ภาวนา แปลว่า ธรรมที่เป็นเครื่องอบรมกระแฉจิต ธรรมที่เป็นเครื่องยังกระแฉจิตให้เจริญ^{๒๓}

สรุปจากการศึกษาความหมายของวิปัสสนาภาวนาโดยนัยต่างๆ แล้วพบว่า หมายถึง การเสพคุ้น การปฏิบัติเนื่องๆ การเจริญปัญญาให้เกิดขึ้น มีขึ้น เป็นขึ้น จนเห็นแจ้ง รู้ละเอียด รู้อย่างพิเศษ รู้ชัดในสภาวะธรรม รูปนาม ของสังขารว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ทำให้เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด สามารถดับกิเลส ทำลายกิเลส และสลัดทิ้งกิเลสให้หมดสิ้นไปได้ เกิดเป็นความเห็นที่ถูกต้อง ไม่หลงมกมาย

๒.๑.๓ ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนา

ประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีมากมาย จนยากที่จะอธิบายให้เห็นจริงได้จนกว่าผู้นั้น จะได้ลงมือปฏิบัติจนได้เห็นผลจริงด้วยตนเอง พอกล่าวเป็นตัวอย่างได้ดังนี้

๑) ทำให้จิตใจเกิดความสงบเยือกเย็นเป็นสุข

๒) ปิดประตูอบาย คือ เมื่อบรรลุโสดาบันแล้ว ตั้งแต่ชาตินี้เป็นต้นไปจะไม่ตกนรก^{๒๔} ไม่เกิดเป็นเปรต อสุรกาย และสัตว์เดรัจฉานอีกเลย^{๒๕}

๓) เมื่อปฏิบัติวิปัสสนาถึงสังขารูปেকชาญาณ (ญาณที่ ๑๑) จนแก่กล้าแล้ว ทำให้โรคบางอย่างหายได้ เช่น โรคมะเร็ง โรคหัวใจ ต่อมไทรอย โรคเกี่ยวกับลมและเลือด^{๒๖}

๔) ถ้ามีเหตุให้ปฏิบัติไม่สำเร็จ ไปติดอยู่เพียงแค่อนุญาณ ๑๑ ก็ไม่เสียเวลาเปล่า เพราะจะเกิดปัญญาญาณ ที่จะใช้ในการแก้ปัญหาต่างๆ ในโลกได้

๕) แก้อาการรพ มนต์ดำได้ ไม่ว่าจะถูกของหรือโดนยาพิษ ยาสั่งมา เมื่อปฏิบัติจนถึงสังขารูปেকชาญาณแล้ว อาการรพจะหายไปจนเกลี้ยง

๖) บรรลุมรรค ผล นิพพานได้^{๒๗} ไม่ต้องกลับมาเกิดอีกใน ๓๑ ภูมิ หรือในสังสารวัฏฏ์อีก อันเป็นจุดประสงค์สูงสุดอย่างแท้จริงในพระพุทธศาสนา

^{๒๓} พระญาณธชะ, ปรมัตถทีปนี, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๗๖๐.

^{๒๔} อ.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๓/๑๔๑.

^{๒๕} ส.ม. (ไทย) ๑๙/๑๐๐๖/๕๐๙.

^{๒๖} พินิจ รัตนกุล, สวดมนต์ สมาธิ วิปัสสนา รักษาโรคได้, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (นนทบุรี: บริษัทเพชรรุ่งการพิมพ์จำกัด, ๒๕๔๗), หน้า ๒๗.

ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามคู่มือสมาธิภาวนา และสวตมตแปลของสำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ได้อธิบายไว้ดังต่อไปนี้

- ๑) มีจิตใจผ่องใส เขาใจพระนิพพาน
- ๒) สามารถบรรเทานิวรณ์ ๕ ประการที่เป็นอุปสรรคของการปฏิบัติได้
- ๓) ประสบแต่ความสุขทั้งในปัจจุบัน และกาลเบื้องหน้า
- ๔) เป็นกัลยาณปุณฺณ คือ เป็นผู้มีความคิดเห็นอันบริสุทธิ์
- ๕) ยอมได้ปัญญาวิมุตติ คือ การหลุดพ้นจากบ่วงกิเลสด้วยปัญญา
- ๖) ล้างบาป (เวณอนันตริยกรรม) เช่น เรื่องพระอังกูลีมาลเปนตัวอย่าง
- ๗) ทำลายกิเลสทุกระดับอันเป็นต้นเหตุของความทุกข์ ความเดือดร้อนต่างๆ ลงไป
- ๘) ตัดวิภวสงสารได้ ตามกำลังมรรค
- ๙) ช่วยรักษาโรคบางอย่างได้
- ๑๐) ช่วยให้อารมณ์สงบ มีสมาธิดี มีความจำดี
- ๑๑) ช่วยให้ศึกษาเล่าเรียนดี สติปัญญาเฉียบแหลม
- ๑๒) ช่วยแก้ปัญหาครอบครัว
- ๑๓) ช่วยแก้ปัญหาด้านสังคม
- ๑๔) ช่วยตัดเวรตัดกรรมได้
- ๑๕) ทำให้สุขภาพแข็งแรงด้วยโรคเบียดเบียน
- ๑๖) มีความทุกข์น้อยลง และมีความสุขมากขึ้น
- ๑๗) คลายความยึดมั่นในสิ่งทั้งปวงลงได้ ไม่วุ่นวายเดือดร้อนไปตามกระแสของโลก
- ๑๘) มีความเห็นแก่ตัวน้อยลง แต่บำเพ็ญประโยชน์เพื่อผู้อื่นมากขึ้น
- ๑๙) สามารถเข้านิโรธสมาบัติ อันเป็นความสุขขั้นสูงในปัจจุบันได้
- ๒๐) สามารถบรรลุความเป็นอริยบุคคล อันเป็นบุญเขตของโลก
- ๒๑) ยอมได้ดีมีรสแห่งอริยผล อันเกิดจากการพ้นจากอำนาจของกิเลสได้^{๒๘}

สรุปหลักในการเจริญวิปัสสนาภาวนาในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ การเจริญปัญญาจนเห็นแจ้งชัดในรูปนามตามความเป็นจริง ว่าไม่ใช่สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา จนสามารถถอนความยึดมั่นถือมั่นในรูปนามเสียได้

๒.๒ แนวคิดเกี่ยวกับฆราวาสธรรม ๔

๒.๒.๑ ความหมายของฆราวาสธรรม ๔

ท่านพระภิกษุที่ทรงคุณวุฒิและนักการศึกษาหลายท่าน ได้ให้ความหมายของฆราวาสธรรม ๔ พร้อมทั้งคำอธิบายของฆราวาสธรรม ไว้ในลักษณะต่างๆ ดังนี้

^{๒๗} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๙๗/๒๓๕-๒๓๗.

^{๒๘} พระมหาไสว ญาณวีโร, ดร., คู่มือสมาธิภาวนา สวตมตแปล สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ม.ป.ป.), หน้า ๔๕-๔๗.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)^{๒๙} ได้ให้ความหมายของขรवासธรรมว่า หมายถึง ธรรมสำหรับขรवास ธรรมสำหรับการครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์

- ๑) สัจจะ หมายถึงความจริง ซื่อสัตย์ จริ่งใจ พุดจริง ทำจริง
- ๒) ทมะ หมายถึงการฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัดตน นิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา
- ๓) ขันติ หมายถึงความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย
- ๔) จาคะ หมายถึง ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนได้ ใจกว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็นและความต้องการของคนอื่น พร้อมที่จะร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว

พุทธทาส ภิกขุ^{๓๐} ได้ให้ความหมายของขรवासธรรม ออกเป็น ๒ ประการ คือ ประการแรกเป็นธรรมธรรมดาที่จะต้องประพฤติปฏิบัติ ประการที่ ๒ เป็นธรรมที่ใช้เป็นหลักในการที่จะนำไปสู่การปฏิบัติธรรมข้ออื่นๆ ให้สำเร็จ

- ๑) เป็นธรรมดาที่จะต้องประพฤติปฏิบัติ สัจจะ หมายถึง ซื่อตรงต่อเพื่อนฝูง ซื่อตรงต่อลูกเมีย ซื่อตรงต่อเวลา ซื่อตรงต่อการทำงาน ทมะ หมายถึง ข่มใจ อย่าให้เกิดโทสะ อย่าให้เกิดความรัก หรือความเกลียด ขันติ หมายถึง อดทนต่อความร้อน ความหนาว ความเหนื่อย อดทนต่อคำด่า จาคะ หมายถึง การให้ทาน รู้จักเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่เพื่อนบ้าน มิตรสหาย
- ๒) เป็นธรรมที่ใช้เป็นหลักในการที่จะนำไปสู่การปฏิบัติธรรมข้ออื่นๆ ให้สำเร็จ สัจจะ หมายถึง ความจริงใจ ความตั้งใจจริงที่จะปฏิบัติในสิ่งนั้น เมื่อจะทำสิ่งใด หรือปฏิบัติธรรมข้อใดแล้ว ก็ควรตั้งใจจริง ทำอย่างสุดความสามารถ ทำให้ถึงที่สุด ดังเช่น เมื่อพระพุทธเจ้าทำความเพียรเพื่อตรัสรู้ ก็ได้ตั้งสัจจาธิษฐานว่า แม้จะเหลือเพียงแต่กระดูก ก็จะไม่ลุกขึ้นจากที่นั่ง ถ้าไม่บรรลุสัมมาสัมโพธิญาณ ในการศึกษาเล่าเรียนก็เหมือนกันถ้ามีสัจจะหรือสัจจาธิษฐาน คือทำให้มันจริงๆ ตั้งใจจริงๆ ก็จะช่วยให้ทุกคนประสบความสำเร็จสมดังที่ตั้งใจ ทมะ หมายถึง บังคับตัวเอง บังคับใจตนเอง ไม่ให้หลงไปตามแรงของสิ่งที่ยั่วยุ ซึ่งแม้จะยากเย็นเพียงใดก็ต้องพยายามบังคับให้ได้ ในการบังคับนั้น ต้องใช้ไหวพริบและความฉลาดเข้าต่อสู้ เพราะจิตใจเมื่อถูกบังคับก็จะขัดแย้งกันยิ่งกว่าช้างที่ตกมันเสียอีก ซึ่งการบังคับจิตใจของตนเองนั้นก็มี ๒ วิธีด้วยกันคือ กรณีแรก คือ การปลอบประโลมจิตใจค่อยๆ ปลอบโยน กรณีที่สอง คือ การบังคับโดยตรงการตัดใจไม่ทำให้ทำในสิ่งนั้น ซึ่งทั้ง ๒ วิธีนี้ต้องเลือกใช้ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ขันติ เมื่อมีทมะแล้วยังต้องใช้ขันติเข้ารองรับ ต้องอดทนต่อการบีบคั้นของกิเลส ไม่ว่าจะเป็นราคะ โทสะ โมหะ หรืออื่นๆ ต้องใช้ความอดทนอย่าหลงไปตามสิ่งยั่วยุหรือกิเลส จาคะ หมายถึง บริจาคออกไป สละสิ่งที่ไม่ต้องการที่มีอยู่ในจิตใจให้หลุดออกไป ระบายความสับสนวุ่นวายออกไปจากจิตใจ อาจจะเป็นการสวดมนต์หรือการพักผ่อนให้ถูกวิธี ขรवासธรรม คือ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ นี่เป็นเครื่องมือกำจัดมาร เป็นเครื่องมือที่จะสร้างสิ่งที่ปรารถนาในทุกกรณี ไม่ใช่เฉพาะ

^{๒๙} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป. อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๒๑, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แพรวแอนดริโอม จำกัด, ๒๕๕๖), หน้า ๑๑๔.

^{๓๐} พุทธทาสภิกขุ, **ขรवासธรรม**, (กรุงเทพมหานคร: การพิมพ์พระนคร, ๒๕๒๓), หน้า ๕๕.

เป็นธรรมของฆราวาสเท่านั้น แม้แต่บรรพชิตที่ต้องการจะบรรลุมรรค ผล นิพพาน ก็ยังต้องใช้ธรรมข้อนี้ด้วยเช่นกัน

ทตตชีโว ภิกขุ^{๓๑} ได้กล่าวไว้ว่าฆราวาสธรรม เป็นธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเป็นฆราวาสที่ ศักดิ์สิทธิ์ที่มีคุณธรรม และยังได้ให้ความหมายพร้อมทั้งอธิบายถึงความหมายของฆราวาสธรรมแต่ละข้อ ดังนี้

ข้อที่ ๑ สัจจะ หมายถึง ความสัตย์ ความซื่อ แบ่งตามศัพท์ได้เป็น ๓ ลักษณะ คือ

๑. มีความจริง (จริงคือไม่เล่น)
๒. มีความตรง (ตรงคือความประพฤติทางกาย วาจา ตรง ไม่บิดพลิ้ว ไม่บ่ายเบี่ยง)
๓. มีความแท้ (แท้คือไม่เหลวไหล)

ในทางปฏิบัติ สัจจะ หมายถึง ความจริงใจ คือ ถ้าทำอะไรแล้วทุ่มหมดตัว ซึ่งถ้าแบ่งในทางปฏิบัติ จะแบ่งได้ ๕ ลักษณะ คือ

- ๑) จริงต่อหน้าที่ คือ ไม่ว่าตนเองมีหน้าที่อะไรก็ทุ่มเทและทำหน้าที่นั้นให้ดีที่สุด
- ๒) จริงต่อการทำงาน คือ ถ้าได้รับมอบหมายงานอะไรก็ตาม ก็จะตั้งใจทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ แม้ว่าจะงานนั้นจะไม่ใช่งานที่สำคัญหรืองานที่ใหญ่โตก็ตาม
- ๓) จริงใจกับเวลา หมายถึง ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์มากที่สุด ให้คุ้มค่าที่สุดที่สุด
- ๔) จริงต่อบุคคล หมายถึง คบกับใครก็ต้องมีความจริงใจ ไม่ใช่คบเพื่อหวังผลประโยชน์
- ๕) ตรงต่อความดี หมายถึง ไม่ว่าจะทำอะไรก็ตามจะต้องมีคุณธรรมคอยกำกับอยู่เสมอ ไม่ทำให้คนอื่นได้รับความเดือดร้อน

ข้อที่ ๒ ทมะ หมายถึง พยายามปรับปรุงตนเองให้ดียิ่งขึ้นเรื่อยๆ ขจัดนิสัยที่ไม่ดีออกไปเสียจากตนเอง พยายามฝึกหัดบังคับใจตนเอง โดยเริ่มจากบังคับทีละเล็กทีละน้อย เมื่อทำบ่อยๆ ครั้งก็จะทำให้เกิดเป็นนิสัย

ข้อที่ ๓ ขันติ คือความอดทน ซึ่งเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นถึงความเข้มแข็งทางจิตใจ ขันติมี ๔ ลักษณะ คือ

- ๑) อดทนต่อความลำบากตรากตรำ ได้แก่ อดทนต่อสภาพดินฟ้าอากาศภูมิประเทศที่ทุรกันดาร สามารถอดทนได้ไม่ย่อท้อ
- ๒) อดทนต่อความทุกข์เวทนา คือ อดทนต่อความเจ็บไข้ได้ป่วย
- ๓) อดทนต่อความเจ็บใจ คือ อดทนต่อการกระทบกระเทือนเปรียบเปรย การทำให้เจ็บอกเจ็บใจ
- ๔) อดทนต่ออำนาจกิเลส คือ การไม่เอาแต่ใจตนเอง ไม่ยอมสลายต่อความฟุ้งเฟ้อต่างๆ และเป็นข้อที่ต้องใช้ความอดทนมากที่สุด

ข้อที่ ๔ จาคะ หมายถึง ความเสียสละ ตัดใจ ตัดกรรมสิทธิ์ของตน ตัดความยึดถือ ความเสียสละ มี ๒ นัยคือ

- ๑) สละวัตถุ หมายถึง การแบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้รวมทั้งการทำบุญให้ทาน

^{๓๑} ทตตชีโว ภิกขุ, ฆราวาสธรรม, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์นิวไวดีก, ๒๕๒๙), หน้า ๒๑๐.

๒) สละอารมณ์ หมายถึง ไม่ผูกโกรธใคร ไม่พยาบาท

การฝึกคุณธรรมทั้ง ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ จาคะ อย่างสม่ำเสมอก็จะเป็นผู้ที่มีจิตใจผ่องใส แม้จะเป็นฆราวาสก็จะมีคุณสมบัติดีที่สุดในตัว

วิทย์ วิศทเวส^{๓๒} ให้ความหมาย ฆราวาส แปลว่า บุคคลผู้ครองเรือน หมายถึง บุคคลที่ไม่ใช่นักบวชหรือพระสงฆ์ ดังนั้น ฆราวาส ก็คือชาวบ้านทั่วไปที่มีอาชีพแตกต่างกัน เช่น พ่อค้า ข้าราชการ ชาวนา ชาวไร่ แพทย์ หรือเป็นนักเรียนนักศึกษา เป็นต้น และ ฆราวาสธรรม แปลว่า แนวทางหรือข้อปฏิบัติสำหรับบุคคลทั่วไปเพื่อสร้างความสำเร็จ และความเจริญก้าวหน้าในการดำรงชีวิต รวมทั้งการมีชีวิตร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข นั่นคือ ฆราวาสธรรม ๔

สรุปความหมายของฆราวาสธรรม ๔ เป็นธรรมนำมาซึ่งความสุขความเจริญ ความสามัคคี อันควบคุมบุคคลไว้ให้กลมเกลียวกัน และชีวิตของผู้ครองเรือนต้องมีการสมาคมกับคนอื่น ต้องมีความจริงใจต่อเขา ต้องรู้จักข่มจิตของตน เมื่อประสบเหตุการณ์ไม่ดีต้องมีความอดทนเพื่อต่อสู้กับชีวิตและในบางครั้งต้องบริจาคสมบัติของตนเมื่อเห็นคนอื่นเดือดร้อน ฆราวาสธรรม ข้อที่ ๑ สัจจะ หมายถึง ความสัตย์ ความซื่อ มีความจริง มีความตรง มีความแท้ ข้อที่ ๒ ทมะ หมายถึง พยายามปรับปรุงตนเองให้ดียิ่งขึ้นเรื่อยๆ ขจัดนิสัยที่ไม่ดีออกไปเสียจากตนเอง พยายามฝึกหัดบังคับจิตใจตนเอง โดยเริ่มจากบังคับทีละเล็กทีละน้อย เมื่อทำบ่อยๆ ครั้งก็จะทำให้เกิดเป็นนิสัย ข้อที่ ๓ ขันติ คือ ความอดทน ซึ่งเป็นลักษณะที่แสดงให้เห็นถึงความเข้มแข็งทางจิตใจ ข้อที่ ๔ จาคะ หมายถึง ความเสียสละ ตัดใจ ตัดกรรมสิทธิ์ของตน ตัดความยึดถือ ความเสียสละ มี ๒ คือ ๑. สละวัตถุ หมายถึง การแบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้รวมทั้งการทำบุญให้ทาน ๒ สละอารมณ์ หมายถึง ไม่ผูกโกรธใครไม่พยาบาทโดยเฉพาะผู้นำของเยาวชนในโรงเรียนที่จะเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักเรียนหรือเยาวชนทั่วไป ควรได้รับการปลูกฝังด้วยหลักธรรม ฆราวาสธรรม ๔ ซึ่งเน้นความมีคุณธรรมทั้งด้านความมีสัจจะ ความมีทมะ ความมีขันติ และความมีจาคะ ให้เกิดขึ้นอย่างดีด้วย เพื่อให้มีจริยธรรมและมีคุณธรรม เพราะหลักฆราวาสธรรม ๔ หมายถึง ธรรมสำหรับคฤหัสถ์ในการครองชีวิต

^{๓๒} วิทย์ วิศทเวส, ดร, “ธรรมะศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.๒๕๔๒”, [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.moe.go.th/moe/th/home/main.php>, [๙ กรกฎาคม ๒๕๕๕].

๒.๒.๒ ประเภทของฆราวาสธรรม ๔

พุทธทาสภิกขุ^{๓๓} กล่าวว่า ฆราวาสธรรม ๔ ประกอบด้วย

- ๑) สัจจะ หมายถึง ความจริงลงไปในเรื่องที่จะกระทำและสัจจาธิฐาน คือตั้งใจด้วยสัจจะมันลงไปในการที่จะทำ ในการที่จะประพฤติเพื่อละกิเลส
- ๒) ทมะ หมายถึง การบังคับตัวเอง เป็นธรรมที่จะใช้สกัดกั้นความโกรธในขั้นเริ่มต้น แต่ถ้าบังคับไม่ได้หรือบังคับไม่อยู่ก็ใช้ธรรมะข้ออื่น เช่น ปัญญา ขันติและอื่นๆ เข้าช่วย
- ๓) ขันติ หมายถึง ความอดกลั้น ความอดได้ รอได้ คอยได้ เป็นเครื่องห้ามความผรุสวาท ความโกรธ ขันติเป็นแกนกลางในการประพฤติพรหมจรรย์ของผู้บำเพ็ญพรตทั้งหลาย คนส่วนใหญ่ไม่ชอบอดกลั้น เนื่องจากเห็นว่าเป็นเรื่องเสียเกียรติหรือขี้แพ้ อะไรทำนองนั้น แต่ถ้ารู้จักฝึกความอดกลั้นหรือฝึกให้มีขันติได้มากๆ ก็จะเป็นคนที่ไม่โกรธง่าย
- ๔) จาคะ หมายถึง สละการให้ทาน สละกิเลสตามโอกาสที่ต้องสละ เป็นรูรั่วที่ระบายกิเลสออก

สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า^{๓๔} กล่าวว่า ฆราวาสธรรม ๔ ประกอบด้วย

- ๑) สัจจะ คือ ความซื่อสัตย์ ซื่อตรง พูดจริง ทำจริง จริงใจต่อกัน เป็นหลักสำคัญที่จะให้เกิดความไว้วางใจและไมตรีจิตสนิทต่อกัน ขาดสัจจะเมื่อใดย่อมเป็นเหตุให้เกิดความระแวงแคลงใจกัน เป็นจุดเริ่มต้นแห่งความริ้วฉาน ซึ่งยากนักที่จะประสานให้คืนดีได้ดังเดิม
- ๒) ทมะ คือ การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว ฝึกหัดตัดนิสัย ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา การรู้จักบังคับควบคุมอารมณ์ ข่มใจระงับความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกัน รู้จักฝึกฝนปรับปรุงตน แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับนิสัยและอัธยาศัยให้กลมกลืน ประสานเข้าหากันได้ ไม่เป็นคนถือด้านเอาแต่ใจและอารมณ์ของตน คนที่ขาดธรรมข้อนี้ ย่อมปล่อยให้ข้อแตกต่างปลีกย่อยทางอุปนิสัยและการอบรม กลายเป็นเหตุแตกแยกสามัคคีใหญ่โต จนไม่สามารถแก้ไขได้
- ๓) ขันติ คือ ความอดทน อดกลั้น ต่อความหนักและความร้ายแรงทั้งหลาย ตั้งหน้าทำหน้าทำการงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ทอดถอนอกจากมีข้อแตกต่างขัดแย้งทางอุปนิสัย การอบรม และยังคงต้องมีความอดทนต่อความลำบากตรากตรำ และเรื่องหนักใจต่างๆ ในการประกอบการทำงานอาชีพ เป็นต้น มีสติอดกลั้น คิดอุบายใช้ปัญญาหาทางแก้ไขเหตุการณ์ให้ลุล่วงไปด้วยดี แสดงกิริยาวาจาสุบประมาณซึ่งใช้คำพูดให้เกิดความเสียหาย และผู้น้อยซึ่งแสดงอาการเหยียดหยามก็สามารถอดทน โดยไม่มีการโต้ตอบบุคคลเหล่านั้น เพื่อรักษามิตรภาพอันดีเอาไว้
- ๔) จาคะ คือ ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตนให้ใจกว้าง พร้อมทั้งจะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือ

^{๓๓} พุทธทาสภิกขุ, ฆราวาสธรรม, (กรุงเทพมหานคร: การพิมพ์พระนคร, ๒๕๒๓), หน้า ๕๕.

^{๓๔} สมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า (พิมพ์ ธรรมธโร), มงคลยодชีวิตฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๓๐), หน้า ๔๘๖-๔๘๘.

ช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว ความเผื่อแผ่ แบ่งปัน ตลอดถึง ความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน จะต้องรู้จักความเป็นผู้ให้ด้วย และยังหมายถึงการให้น้ำใจแก่กัน การแสดงน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ตลอดจนการเสียสละความพอใจและความสุขส่วนตัวได้

พระราชวรมูณี (ประยูร ปยุตโต)^{๓๕} ได้ให้ความหมายเพิ่มเติมในด้านสัจจะไว้ดังนี้ คัมภีร์ฝ่ายอภิธรรม แยกสัจจะคือความจริงเป็น ๒ ระดับ

๑) สมมติสัจจะ (Conventional Truth) ความจริงโดยสมมติ (เรียกอีกอย่างหนึ่งว่า โวหารสัจจะ ความจริงโดยโวหารหรือโดยสำนวนพูด) คือ ความจริงตามมติร่วมกันตามที่ได้ตกลงกันได้ หรือหมายร่วมนั้นเป็นเครื่องมือสื่อสาร พอให้สำเร็จประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เช่น คน สัตว์ ไต๋ เก้าอี้ เป็นต้น

๒) ปรมาตมสัจจะ (Ultimate Truth) ความจริงโดยปรมาตม คือ จริตตามความหมายสูงสุด ตามความหมายอย่างยิ่ง คือ การหยั่งรู้สัจธรรมที่จะทำให้ความยึดติดถ้อยมั่นหลงผิดทั้งหลายสลายหมดไป ทำให้ว่างใจว่างท่าที่ต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง หลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ มีจิตใจเป็นอิสระ ผ่องใสเบิกบาน มีความสุขที่แท้จริง สิ่งที่เป็นจริงโดยปรมาตม เช่น นามธรรม รูปธรรม เวทนา สัญญา สังขาร เป็นต้น

วิทย์ วิศทเวส^{๓๖} กล่าวว่า ขรവാสนธรรม ๔ มี ๔ ประเภท ได้แก่

๑) สัจจะ หมายถึง ความจริงใจ การรักษาความสัตย์ การพูดจริงทำจริง แสดงออก ได้ ๕ วิธีคือ

(๑) ความจริงใจหรือสัจจะต่อตนเอง หมายถึง การซื่อสัตย์ต่อตนเอง มีศีลธรรมประจำใจ มีความละเอียดใจ เกรงกลัวต่อการทำความชั่ว แต่มีความมุ่งมั่นที่จะทำความดี บุคคลถ้าขาดสัจจะต่อตนเองแล้วย่อมจะโกหกคดโกงหรือหลอกลวงผู้อื่นได้โดยง่าย

(๒) ความจริงใจต่อบุคคลอื่น หมายถึง มีความซื่อตรงจริงใจประพฤตินี้ ปฏิบัติดีอย่างตรงไปตรงมาต่อบุคคลอื่นที่เราเกี่ยวข้องกับด้วย เช่น บิดามารดา ผู้มีพระคุณ ครู อาจารย์ เพื่อน ความจริงใจเหล่านี้แสดงออกด้วยการไม่คดโกง เบียดบังผลประโยชน์ของผู้อื่น ไม่กลับกลอกเหลวไหล คือเมื่ออยู่ต่อหน้าเราพูดด้วยดี แต่พอลับหลังกลับนินทาให้ร้าย

(๓) ความจริงใจต่อหน้าที่การงาน หมายถึง การปฏิบัติหน้าที่การงานด้วยความรับผิดชอบ ทำงานของตนด้วยความซื่อสัตย์ ไม่แสวงหาผลประโยชน์ให้แก่ตนเองและพวกพ้อง หรือผิดทำนองคลองธรรม ตั้งใจทำงานให้สำเร็จด้วยความระมัดระวัง ไม่เลินเล่อ ไม่ผลัดวันประกันพรุ่ง มีความตั้งใจจริงที่จะปฏิบัติหน้าที่ของตนให้สำเร็จลุล่วงและเกิดผลดี

(๔) ความจริงใจหรือมีสัจจะวาจา หมายถึง การรักษาคำพูด คำมั่นสัญญา เมื่อรับปากว่าจะทำอะไรแล้วจะพยายามกระทำตามที่รับปากไว้ให้ได้ ปากกับใจตรงกัน ไม่พูดปดหรือกล่าวร้ายผู้อื่น

^{๓๕} พระราชวรมูณี (ประยูร ปยุตโต), *คุณธรรมและจริยธรรมสำหรับเด็กและเยาวชนรุ่นใหม่*, (กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๘), หน้า ๔๓.

^{๓๖} วิทย์ วิศทเวส, ดร., "ธรรมะศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๒", [ออนไลน์] แหล่งที่มา: <http://www.moe.go.th/moe/th/home/main.php>, [๙ กรกฎาคม ๒๕๕๕].

(๕) ความจริงใจต่อประเทศชาติ หมายถึง การเคารพยึดมั่นในกฎระเบียบ ข้อบังคับของชาติ มีความจงรักภักดีต่อชาติ คอยป้องกันภัยที่จะมีต่อประเทศ และไม่กระทำการใดๆ อันจะเป็นการบ่อนทำลายหรือทำให้ประเทศชาติต้องเสื่อมเสียชื่อเสียง

๒) ทมะ หมายถึง การฝึกฝนตนเองและข่มใจตนเองทางด้านต่างๆ แบ่งได้ดังนี้^{๓๗}

(๑) การฝึกฝนตนเอง คือ รู้จักฝึกนิสัยให้รู้จักการแก้ไขข้อบกพร่อง เพื่อปรับปรุงตนเองให้เจริญก้าวหน้าหรือฝึกตนเองให้สำนึกอยู่ในเหตุผลและคุณธรรม เช่น ถ้านักเรียนรู้ว่าเรียนไม่เก่งก็ต้องขยันอ่านหนังสือ หรือหากนักเรียนชอบคบเพื่อนที่มีนิสัยและความประพฤติไม่ดีก็ควรแยกตัวออกมา เป็นต้น การที่เรารู้ว่าตนเองมีข้อบกพร่องอะไรแล้วหาทางแก้ไข หรือพยายามฝึกตนเองให้กระทำความดี ย่อมจะช่วยให้ประสบความสำเร็จในชีวิต

(๒) การข่มใจตนเอง คือ การยับยั้งใจของตนไม่ให้หลงมัวเมาอยู่กับอบายมุข ฟุ้งซ่านทะยานอยากกับสิ่งที่ไม่ชอบด้วยกฎหมายและศีลธรรม รวมทั้งรู้จักควบคุมอารมณ์ไม่ให้โกรธง่ายหรือเกลียดง่าย เช่น ถ้าเพื่อนมาชวนให้ไปขโมยทรัพย์สินของผู้อื่นถึงแม้จะมีความจำเป็น แต่เห็นว่าการกระทำนี้ไม่ถูกต้อง ผิดทั้งทางโลกและทางธรรม ก็ควรปฏิเสธ หรือถ้าเพื่อนมาเดินชนโดยไม่เจตนา ก็ไม่ควรถือโกรธ หรือพุดจาไม่สุภาพ

๓) ขันติ หมายถึง ความอดทนต่อความยากลำบากต่างๆ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผู้ที่มีขันติเท่ากับเป็นผู้ที่มีจิตใจเข้มแข็ง มีความเพียรพยายาม กระทำความดี และเอาชนะความชั่ว แนวปฏิบัติมี ๔ ประการ คือ^{๓๘}

(๑) การอดทนต่อความลำบาก หมายถึง การมีจิตใจเข้มแข็ง พร้อมทั้งจะปฏิบัติหน้าที่ให้สำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ โดยอดทนต่อความลำบากที่เกิดขึ้นจากธรรมชาติหรือความยากลำบาก ไม่ทอดทิ้งงานเพราะความหนาวความร้อน หรือเพราะลักษณะของงานนั้นเป็นงานหนักงานที่เหนื่อยยาก ต้องฟันฝ่าอุปสรรค

(๒) ความอดทนต่อความทุกข์ คือ เมื่อเกิดความทุกข์ต้องไม่แสดงออกอย่างน่าสมเพชเวทนาจนเกินกว่าเหตุ หรืออ้างเอาความทุกข์ความเจ็บป่วยมาใช้เพื่อขออภิสิทธิ์หรือเพื่อละเว้น การปฏิบัติหน้าที่ต่างๆ การขาดความอดทนเช่นนี้ถ้าเป็นบ่อยๆ จะทำให้จิตใจของเราเกิดความอ่อนแอ กลายเป็นบุคคลน่ารำคาญ และไม่สามารถจะเป็นผู้นำคนอื่นได้

(๓) ความอดทนต่อความไม่พอใจ ความเจ็บใจ หมายถึง ความอดทนที่จะไม่กระทำ การโต้ตอบเมื่อถูกด่า ถูกรังแก ถูกดูหมิ่น ถูกนิทา หรือถูกผู้อื่นยั่วเย้า บุคคลที่ขาดความอดทน ย่อมเกิดโทสะได้ง่ายและมักแก้ไขเหตุการณ์ด้วยอารมณ์ชั่ววูบ เช่น เมื่อถูกนิทาเกิดความเจ็บใจ ขาดการไตร่ตรอง ไม่มีความอดทนอดกลั้น รีบไปทำร้ายเขาหรือต่อว่า ถือว่าเป็นการกระทำที่ไม่ถูกต้อง ในชีวิตประจำวันต้องเผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ ถ้าหากนักเรียนมีคุณธรรมข้อนี้ก็ช่วยให้ นักเรียนหลีกเลี่ยงความเดือดร้อนวุ่นวายไปได้

(๔) ความอดทนต่ออำนาจกิเลส หมายถึง อดทนต่อสิ่งต่างๆ ที่เข้ามายั่ววนชวนให้หลงใหล หมกมุ่นมัวเมา คนที่สามารถอดทนต่อสิ่งเย้ายวนได้ต้องมีจิตใจที่เข้มแข็งไม่ยอมพ่ายแพ้แก่อำนาจใฝ่ต่ำ แม้ว่าจะมีช่องทางให้กระทำได้ เช่น ได้เห็นรูปสวยๆ ได้ฟังเสียงที่ไพเราะ ได้ดมกลิ่นที่

^{๓๗} วจ.ติก. (ไทย) ๒๐/๗๗/๓๐๐.

^{๓๘} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๕๗/๑๓๓.

หอมสดชื่น ได้เสพรสที่พึงพอใจ ได้รับสัมผัสที่น่าปรารถนาที่ไม่หลงมัวเมา แต่กลับพยายามหักห้ามใจ
ตนไม่ยอมตกอยู่ภายใต้อำนาจของสิ่งเหล่านั้น

๔) จาคะ หมายถึง ความเสียสละ มีจิตใจกว้างขวาง เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ช่วยเหลือเกื้อกูล
สละความสุขสบายและผลประโยชน์ส่วนตน ไม่ตระหนี่เห็นแก่ตัว มี ๒ ประการคือ^{๓๙}

(๑) สละวัตถุสิ่งของ คือสละทรัพย์สินของตนเพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น หรือเพื่อ
สาธารณประโยชน์ เช่น สร้างโรงเรียน โรงพยาบาล บำรุงศาสนา ตลอดจนสงเคราะห์ช่วยเหลือผู้ตก
ทุกข์ได้ยาก คนเราอยู่ในสังคมต้องช่วยเหลือซึ่งกันและกันตามความสามารถและตามกำลังทรัพย์ของแต่ละ
คน

(๒) สละอารมณ์ หมายถึง เป็นคนรู้จักปล่อยอารมณ์ที่จะให้จิตใจเศร้าหมอง ชุ่นมัว
และเป็นข้าศึกต่อความสงบใจ เช่น ความโกรธ ความเกลียด เป็นต้น เพราะการเก็บกดอารมณ์ชุ่นมัว
ไว้นั้น ทำให้จิตใจเศร้าหมอง ทั้งยังทำให้ตัวเองเป็นทุกข์กายและทุกข์ใจด้วย ดังนั้นเราควรสละ
อารมณ์ที่ไม่ดีออกจากจิตใจของตนเอง

^{๓๙} พ.ชา. (ไทย) ๒๘/๒๕๐/๘๖.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต)^{๔๐} ได้ให้คำจำกัดความไว้ในพจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรมว่า “ฆราวาสธรรม ๔” หมายถึง ธรรมสำหรับฆราวาส ธรรมสำหรับการครองเรือน หลักการครองชีวิตของคฤหัสถ์ประกอบด้วย

๑) สัจจะ ความซื่อสัตย์ ซื่อตรง พูดจริง ทำจริง จริงใจต่อกัน เป็นหลักสำคัญที่จะให้เกิดความไว้วางใจและไม่ตรีจิตสนิทต่อกันขาดสัจจะเมื่อใดย่อมเป็นเหตุให้เกิดความระแวงแคลงใจกัน เป็นจุดเริ่มต้นแห่งความริวฉาน ซึ่งยากนักที่จะประสานให้คืนดีได้ดังเดิม

๒) ทมะ การฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว ฝึกหัดตัดนิสัย ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญา การรู้จักบังคับควบคุมอารมณ์ ข่มใจระงับความรู้สึกต่อเหตุบกพร่องของกันและกัน รู้จักฝึกฝนปรับปรุงตน แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับนิสัยและอัธยาศัยให้กลมกลืนประสานเข้าหากันได้ ไม่เป็นคนถือด้านเอาแต่ใจและอารมณ์ของตน คนที่ขาดธรรมข้อนี้ ย่อมปล่อยให้ข้อแตกต่าง ปลีกย่อยทางอุปนิสัยและการอบรม กลายเป็นเหตุแตกแยกสามัคคีใหญ่โต จนไม่สามารถแก้ไขได้

๓) ขันติ ความอดทน อดกลั้น ต่อความหนักและความร้ายแรงทั้งหลาย ตั้งหน้าทำหน้าทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอย นอกจากมีข้อแตกต่างขัดแย้งทางอุปนิสัย การอบรม และยังคงต้องมีความอดทนต่อความลำบาก ตรากตรำ และเรื่องหนักใจต่างๆ ในการประกอบการงานอาชีพ เป็นต้น มีสติอดกลั้นคิดอุบายใช้ปัญญา หาทางแก้ไขเหตุการณ์ให้ลุล่วงไปด้วยดี

๔) จาคะ ความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนให้ใจกว้างพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของผู้อื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัว ความเผื่อแผ่ แบ่งปัน ตลอดถึงความมีน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน จะต้องรู้จักความเป็นผู้ให้ด้วย และยังหมายถึงการให้น้ำใจแก่กัน การแสดงน้ำใจเอื้อเฟื้อต่อกัน ตลอดจนการเสียสละความพอใจและความสุขส่วนตัวได้

ดังนั้น ชีวิตของการครองเรือน หรือ ชีวิตคู่ จึงต้องเข้าใจซึ่งกันและกัน เป็นที่พึ่งของกันและกันสามารถฝากผี ฝากไข้ ฝากชีวิตไว้ด้วยกันได้ มีความรู้ ความสามารถ มีความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน มีความดีมากกว่าที่จะเลี้ยงครอบครัวให้สุขสบาย เลี้ยงลูกหลานให้เป็นคนดีสืบต่อไป ทั้งนี้พื้นฐานการใช้ชีวิตหลังแต่งงาน ต้องอาศัยความเสียสละต่อกันและกันอย่างมาก ต้องเสียสละเพื่อการดูแลทั้งทางกาย และ จิตใจ รู้จักถนอมน้ำใจกันในยามปกติ รู้จักให้กำลังใจกันในยามเผชิญอุปสรรค รู้จักเตือนสติห้ามปรามกันในยามประมาท และ มีความซื่อสัตย์ต่อกันและกันอย่างเสมอต้นเสมอปลาย ซึ่งหากสามารถทำได้อย่างนี้แล้ว ชีวิตครอบครัวก็จะมีแต่ความสุข ปัญหาต่างๆ ก็จะไม่เกิดขึ้นอย่างแน่นอน

๒.๒.๓ ประโยชน์ของฆราวาสธรรม ๔

หลักฆราวาสธรรม ๔ นี้ จะเป็นเครื่องประดับประดา และใช้เป็นหลักธรรมคำสอนที่จะช่วยให้คนเรารู้จักการดำเนินชีวิตทางโลกอย่างผู้มีความสุข และประสบความสำเร็จในการดำเนินชีวิต

^{๔๐} พระราชวรมุนี (ประยุทธ์ ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๑๑๓-๑๑๔.

ซึ่ง ฆราวาสธรรม ประกอบด้วย ๒ คำ “ฆราวาส” แปลว่า ผู้ดำเนินชีวิตในทางโลก ผู้ครองเรือน และ “ธรรม” แปลว่า ความถูกต้อง ความดีงาม นิสัยที่ดีงาม ฆราวาสธรรม ประกอบด้วยธรรมะ ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ โดยหลักธรรม ๔ ประการนี้ มีประโยชน์ ดังนี้

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต)^{๔๑} กล่าวว่า การบริหารงานตามหลักฆราวาสธรรมในพระพุทธศาสนา ผู้ที่อยู่ครองเรือนต้องบริหารกิจการในครอบครัวให้เป็นไปอย่างราบรื่นเรียบร้อยต้องประกอบด้วยธรรม ๔ ข้อนี้ คือผู้นำเป็นหัวหน้าครอบครัวต้องมี

๑) สัจจะ ความซื่อสัตย์ต่อคนในครอบครัว เช่น สามี มีความซื่อสัตย์ต่อ ภรรยา ต่อ บุตรธิดา ภรรยามี ความซื่อสัตย์ต่อสามี ต่อบุตรธิดา ถ้าผู้นำ หรือหัวหน้าครอบครัวมีความซื่อสัตย์ต่อคนรอบข้าง จะทำให้คนรอบข้างไว้วางใจ ไม่เกิดความระแวงต่อกัน แต่ละคนก็จะตั้งใจทำงานตามหน้าที่ของตนได้เต็มความสามารถ การงานที่ทำการจะออกมาดี ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งเอาไว้ โดยเฉพาะความซื่อสัตย์เท่านั้นที่นำความสำเร็จมาให้ แม้แต่वासัจหรือการพูดความจริงก็นำประโยชน์อันยิ่งใหญ่มาให้ คนที่มีสัจจะนอกจากจะบริหารงานประสบความสำเร็จแล้ว ยังสามารถกลับใจศัตรูให้เป็นมิตรได้ การรักษาสัจจะนอกจากจะมีผลทำให้ผู้รักษา เป็นที่เคารพนับถือของคนอื่นแล้ว การทำสัจจะกิริยาหรือการตั้งสัจจะอธิษฐาน ยังทำให้ผู้ที่ตกอยู่ในอันตรายรอดพ้นจากอันตรายได้ด้วย สัจจะ เป็นคุณธรรมที่ทำให้มนุษย์ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ปรารถนาได้ ผู้ที่เป็นนักบริหารจึงควรปลูกฝังสัจจะให้เกิดขึ้นในจิตใจของตน เพื่อจะได้นำไปใช้ในการบริหารตนและบริหารคนให้ประสบความสำเร็จ ต่อไป

๒) ทมะ การฝึกตน ผู้อยู่ครองเรือนต้องมีการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลาเพื่อจะมีความรู้ใหม่ๆ มาบริหารในครอบครัวให้เจริญก้าวหน้าต่อไป การฝึกตนมีทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ และทักษะอย่างอื่นที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต เช่น เข้าฝึกอบรมหลักการวิชาการใหม่ๆ ตามโอกาสที่เหมาะสมการฝึกตนในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญไว้ว่า “ในบรรดามนุษย์ทั้งหลาย ผู้ที่ฝึกตนดีแล้วเป็นผู้ประเสริฐ” “บัณฑิตย่อมฝึกตน”จากพระพุทธพจน์ เหล่านี้ พระองค์จึงทรงสละเวลาและกำลังแห่งพระวรกายของพระองค์ ให้กับการฝึกหัดบุคคลที่ควรฝึกได้ตลอดพระชนมายุ ๔๕ พรรษา ที่ทรงเผยแผ่พระธรรมวินัยแก่ชาวโลกทั้งหลาย จะเห็นได้จากการที่พระองค์เสด็จไปตามนิคมน้อยใหญ่ เพื่อแสดงพระธรรมเทศนาโปรดเวไนยสัตว์ที่มีอุปนิสัยจะได้บรรลุผลโดยไม่คำนึงถึงความเหน็ดเหนื่อยของพระองค์แม้ใกล้จะเสด็จดับขันธปรินิพพานแล้วยังแสดงพระเทศนาโปรดสุภทัชปริพาชก ดังเรื่องปรากฏในพระมหาปรินิพพานสูตรนั้น บุคคลที่ฝึกตนเองได้แล้วจึงจะสามารถแนะนำตักเตือนคนอื่นได้ ถ้าตนเองยังไม่ได้ฝึกฝนอบรมตนให้ดีก่อน เมื่อไปแนะนำคนอื่นเขาก็จะไม่เชื่อฟังถ้อยคำของตน แถมยังจะถูกว่ากล่าวย้อนกลับมาหาตัวเองอีก ผู้บริหารที่ดีต้องฝึกตนเองให้ดีก่อน แล้วค่อยไปบริหารคนอื่นแนะนำคนอื่น การทำอย่างนี้จึงจะประสบความสำเร็จในการบริหาร

๓) ขันติ ความอดทน ผู้บริหารต้องมีความอดทนอดกลั้นเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น หรือมีอุปสรรคเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความอดทนต่อความลำบากทางด้านร่างกายที่จะต้องทำงานหนักหาเลี้ยงครอบครัว นอกจากนี้ยังต้องอดทนต่อความลำบากทางใจด้วย เช่น เมื่อมีเรื่องความขัดแย้งมากระทบ

^{๔๑} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธวิธีบริหาร**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๙), หน้า ๓.

จิตใจทำให้จิตใจเศร้าหมองขุนมัว อดทนต่อคำด่าว่ากล่าวตักเตือนจากคนในครอบครัว ถ้าผู้บริหารมี
 ขันติความอดทนจะทำให้การบริหารงานมีประสิทธิภาพ เพราะความอดทนเป็นบ่อเกิดแห่งคุณธรรม
 ทั้งหลายอีกมากมาย ดังพระพุทธพจน์ที่ตรัสไว้ในโอวาทปาฏิโมกข์ว่า “ขนฺติ ปรมํ ตโป ตีติกขา
 ขันติ คือความอดทนอดกลั้นเป็นตบะอย่างยิ่ง”

๔) จาคะ ความเสียสละ ในที่นี้มีความหมาย ๒ นัยคือ นัยแรกเสียสละแบ่งปันสิ่งของที่
 หามาได้ให้แก่คนในครอบครัวอย่างเป็นธรรมไม่ลำเอียง นัยที่สอง เสียสละหรือสละอารมณ์ที่เป็น
 ข้ำศึกต่อจิตใจที่ทำให้ใจเศร้าหมองขุนมัว อารมณ์โกรธ ความเคียดแค้นชิงชัง ความเกลียด ความ
 อาฆาตจองเวร ความพยาบาทปองร้าย เป็นต้น เมื่ออารมณ์เหล่านี้เกิดขึ้นต้องเสียสละออกไปจาก
 จิตใจไม่ปล่อยให้อารมณ์เหล่านี้อยู่ในจิตเจ้านานเพราะจะทำให้เสียสุขภาพกายและใจ เป็นอุปสรรคต่อ
 การบริหารงาน การสละสิ่งของของตนให้คนอื่น ที่ควรให้เป็นเรื่องที่พระพุทธองค์ทรงสรรเสริญ และ
 ยกย่อง ดังที่พระองค์ได้วางหลักการปฏิบัติไว้สำหรับพวกกษัตริย์ทั้งหลายว่า ให้แบ่งปันเอกลาภที่เกิดขึ้น
 ในวัดแก่ภิกษุที่มาถึง เช่น ทรงอนุญาตให้ภิกษุสงฆ์ทำการอุปโลกกรรมแบ่งปันสิ่งของให้ถึงแก่สงฆ์ทุก
 รูป ตามลำดับพรรษา ทรงบัญญัติพระวินัยไว้ให้ภิกษุสละผ้าจีวรที่อยู่ปราศจาก คือปล่อยให้ผ้าอยู่ที่
 หนึ่งตัวเองอยู่ที่หนึ่งจนอรุณของวันใหม่ขึ้นไป ทำให้ผ้านั้นเป็นนิสัคคีย คือเป็นผ้าที่ควรสละเสียก่อน
 ส่วนตัวภิกษุเป็นอาบัติปาจิตตียต้องนำผ้าผืนนั้นไปทำพิธีสละให้เป็นสมบัติของภิกษุรูปอื่นเสียก่อน
 แล้วให้ภิกษุรูปนั้นคืนให้ในภายหลัง จึงแสดงอาบัติต่อหน้าภิกษุรูปนั้นหรือรูปอื่นก็ได้ การทำอย่างนั้น
 จึงจะพ้นจากอาบัติที่ต้องนั้น มีข้อความปรากฏในปราภวสูตรตอนหนึ่ง ว่าผู้ที่มีของเหลือกินเหลือใช้ไม่
 แบ่งปันให้คนอื่นหรือคนรอบข้างกลับใช้สอยสิ่งเหล่านั้นเพียงผู้เดียว พระพุทธองค์ตรัสว่าการทำอย่าง
 นั้นเป็นทางแห่งความเสื่อมของคนนั้น ในทางพระพุทธศาสนาการสละแบ่งปันสิ่งของของตนให้คนอื่น
 หรือการถวายสิ่งของของตนให้เป็นทานแก่สงฆ์หรือแก่บุคคล เป็นอุบายเครื่องละกิเลสอย่างหายาบคือ
 ความตระหนี่ออกจากจิตใจของตน ทำให้จิตใจของตนเป็น อิสระจากความตระหนี่ ซึ่งเป็นเครื่อง
 ผูกพันจิตใจอย่างหนึ่ง ในโอวาทปาฏิโมกข์ซึ่งเป็นคำสอนที่ถือว่าเป็นหัวใจหลักของพระพุทธศาสนาที่
 พระองค์ทรงแสดงแก่พระอรหันต์สาวก จำนวน ๑,๒๕๐ รูป ที่มาประชุมกันที่พระเวฬุวันอุทยานป่าไผ่
 ที่พระเจ้าพิมพิสารถวายให้เป็นที่พักของพระพุทธเจ้า และพระสาวกนั้นพระองค์ได้แนะนำให้สละ
 อารมณ์ที่เป็นข้ำศึกแก่จิตใจด้วยการให้ชำระจิตใจของตนให้สะอาด ให้ผ่องใสจากเครื่องเศร้าหมอง
 ทั้งหลาย เครื่องเศร้าหมองในที่นี้คือ กิเลสทั้งหลาย เช่น ความกำหนัดยินดีใน รูป เสียง กลิ่น รส
 สัมผัส ที่มากระทบ ตา หู จมูก ลิ้น และร่างกาย ความโกรธ ความอาฆาต ความพยาบาทปองร้าย
 สิ่งเหล่านี้ทำให้จิตใจเศร้าหมองไม่ปลอดโปร่ง บดบังปัญญา ปิดกั้นไม่ให้คนบรรลุถึงความดีที่ควรจะได้
 เมื่อผู้บริหารเข้าใจหลักการเหล่านี้แล้วนำไปบริหารตนเอง บริหารงานในครอบครัว และ ในองค์กรที่
 ตนรับผิดชอบอยู่ จะทำให้การบริหารงานประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ มีหลักฐานตามที่ได้ศึกษา
 มาแล้ว และตามหลักฐานที่พระพุทธองค์ได้ตรัสแก่อาฬวกยักษ์ในอาฬวกสูตรตอนหนึ่งว่า ในโลกนี้ เหตุ
 ให้ได้เกียรติที่ยิ่งไปกว่า สัจจะ ก็ดี เหตุให้มีปัญญาที่ยิ่งไปกว่า ทมะ ก็ดี เหตุให้ผูกมิตรสหายไว้ได้ที่ยิ่ง
 ไปกว่า จาคะ ก็ดี เหตุให้หาทรัพย์ได้ที่ยิ่งไปกว่า ขันติ ก็ดี มีอยู่หรือไม่ เมื่อพระพุทธองค์ตรัสถามจบ อาฬวก
 ยักษ์กราบทูลว่า ไม่มีสิ่งใดที่จะยิ่งไปกว่าหลักธรรมทั้ง ๔ อย่างนี้ คือ ไม่มีเหตุอื่นที่จะให้ได้เกียรติยิ่งไป
 กว่า สัจจะ ความซื่อสัตย์ ไม่มีเหตุอื่นที่จะให้เกิดปัญญายิ่งไปกว่า ทมะ การฝึกฝนอบรมตน ไม่มีเหตุ

อื่นที่จะผูกมิตรไว้ได้ยิ่งไปกว่า จาคะ การเสียสละแบ่งปัน ไม่มีเหตุอื่นที่จะทำให้หาทรัพย์ได้ยิ่งไปกว่า
ขันติ ความอดทน

การนำหลักพรวาสธรรมไปประยุกต์ ใช้ในชีวิตประจำวัน

๑) บิดามารดา นายจ้างกับลูกจ้าง มีความซื่อสัตย์ต่อกัน สามิไม่ปิดบังภรรยา ไม่นอกใจภรรยา ภรรยาไม่นอกใจสามี มีความซื่อสัตย์ต่อกัน พุดความจริงต่อกัน ไม่โกหกหลอกลวงกัน บิดามารดามีความซื่อสัตย์ต่อบุตรธิดา เช่น รับปากว่าจะให้สิ่งของอย่างใดอย่างหนึ่งต้องทำตามสัญญาที่ให้ไว้ จะทำให้บุตรธิดาเกิดความเชื่อมั่นในบิดามารดา บุตรธิดามีความซื่อสัตย์ต่อบิดามารดา เช่น ไม่โกหกเพื่อให้บิดามารดาให้สิ่งของเกินความจำเป็น รับปากว่าจะทำสิ่งนั้นสิ่งนี้ให้ ต้องทำตามที่ได้รับปากไว้ กรณี ของนายจ้างกับลูกจ้าง ก็ให้ปฏิบัติตามนัยที่กล่าวมานี้เหมือนกัน

๒) ผู้บริหารหรือผู้เป็นหัวหน้าครอบครัว หรือ องค์กรต้องหมั่นฝึกฝนอบรมตนอยู่ตลอดเวลา เพื่อที่จะได้เรียนรู้หลักการบริหารใหม่ๆ มาบริหารคนในครอบครัวและองค์กรให้เจริญก้าวหน้ายิ่งขึ้น การฝึกฝนอบรมตนเองจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในทางที่ดีในตัวเอง และจะสร้างความน่าเชื่อถือให้กับตนเอง เมื่อได้รับความเชื่อถือแล้วการสั่งงานหรือการดำเนินกิจการใดๆ ก็จะเป็นไปโดยสะดวก ไม่มีอุปสรรคขัดขวาง การฝึกตนเองมีอยู่หลายวิธี เช่น การเรียนรู้ตามตำรา การสอบถามจากคนผู้มีประสบการณ์โดยตรง การลงมือทดลองปฏิบัติด้วยตนเอง เป็นต้น วิธีเหล่านี้จะช่วยให้เกิดการพัฒนาดตนเองเป็นอย่างดี

๓) ผู้บริหารหรือ ผู้เป็นหัวหน้าครอบครัวหรือองค์กรต้องมีความหนักแน่นมั่นคง ไม่หวั่นไหวเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้นในครอบครัวหรือองค์กร ธรรมดากการอยู่ด้วยกันหลายคนย่อมจะมีการกระทบกระทั่งกันบ้าง ทั้งทางกิริยาท่าทางและทางวาจา ต้องอดทนต่อกิริยานั้นๆ ให้ได้ ไม่แสดงอาการอันไม่พึงประสงค์ออกมา ที่จะทำให้เกิดความขาดความเชื่อมั่นในผู้บริหารหรือผู้นำปัญหาบางอย่างไม่สามารถแก้ไขได้ด้วยเหตุผลหรือวิธีการ เช่น ปัญหาความขัดแย้งในครอบครัวหรือองค์กร ต้องอาศัยกาลเวลาเป็นตัวแก้ปัญหาลักษณะอย่างนี้ผู้บริหารต้องอาศัย ขันติ ความอดทน

๔) ผู้บริหารต้องเสียสละแบ่งปันผลประโยชน์ที่เกิดขึ้นในครอบครัว หรือในองค์กร ให้แก่สมาชิกอย่างเป็นธรรม ไม่ลำเอียง คือไม่เห็นแก่หน้า เช่น ไม่คำนึงถึงว่าสมาชิกคนนั้นจะเป็นใคร ทุกคนควรที่จะได้ส่วนแบ่งตามสิทธิและหน้าที่ของตน สมาชิกในครอบครัวหรือในองค์กรทุกคนก็ต้องรู้จักเสียสละแบ่งปันสิ่งของของตนให้แก่สมาชิกคนอื่นบ้างตามสมควรแก่ฐานะของตน และเสียสละแบ่งปันความมีน้ำใจต่อกัน ให้อภัยแก่กันและกันในบางเรื่องที่เห็นว่าสมาชิกบางคนทำผิดหรือไม่เหมาะสม การบริหารสถานศึกษาก็เช่นเดียวกัน ถ้าผู้บริหารสถานศึกษานำหลักธรรม พรวาสธรรม ซึ่งเป็นหลักธรรมของผู้ครองเรือนมาประยุกต์ใช้ ก็จะเป็นแนวทางหนึ่งในการนำองค์กรสถานศึกษาไปสู่การพัฒนาบริหารจัดการที่ดี มีประสิทธิภาพได้ทั้งในเรื่องการบริหารงานวิชาการและการบริหารงานบุคคล

สรุปประโยชน์ของพรวาสธรรม ๔ ประการ คือ สัจจะ ทมะ ขันติ และจาคะ มุ่งหมายให้ประชาชนทั่วไปใช้ชีวิตการครองเรือนทั้งหมด ยึดถือเป็นคุณธรรมพื้นฐานของจิตใจ ในการที่จะสร้างความสัมพันธ์อันดีงามกับคนทั้งหลาย ที่จะอยู่ร่วมหรือติดต่อเกี่ยวข้องกันให้เหมาะสมตามฐานะนั้นๆ เพื่อประโยชน์สุขทั้งแก่ชีวิตของตนเองและแก่ชีวิตของคนอื่นๆ ในสังคม ถ้าเยาวชนแต่ละคน

พยายามปลูกฝัง และบำรุงให้เจริญงอกงามโดยทั่วกันแล้ว จะช่วยให้ประเทศชาติบังเกิดความสุขความร่มเย็น และมีโอกาสที่จะปรับปรุงพัฒนาประเทศชาติ ให้เจริญมั่นคงก้าวหน้าต่อไปได้

๒.๓ หลักการดำเนินชีวิตของชาวพุทธศาสนิกชน

ผู้ที่นำหลักฆราวาสธรรม ๔ ไปใช้ แม้อยู่ครองเรือนก็จะเป็นฆราวาส คฤหัสถ์ที่มีความสุขความสำเร็จในชีวิต หากเป็นนักบวชก็จะได้รับผลแห่งการปฏิบัติบำเพ็ญสมณธรรมด้วยสิ่งที่ตั้งใจปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ทั้ง ๔ ประการ ดังนี้

หลักการดำเนินชีวิตในสังคมตามหลักพุทธศาสนา คือ การประพฤติและการปฏิบัติต่อชีวิตของตนตามหลักคำสอนที่มีในพระพุทธศาสนา การดำเนินชีวิตจึงต้องเกี่ยวข้องกับกฎเกณฑ์ของธรรมชาติด้วย คือ กฎของความเป็นจริงต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิตของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนถึงตายอยู่ ๕ ประการ หรือที่เรียกว่ากฎ ธรรมนิยาม อันได้แก่

๑) กรรมนิยาม คือกฎแห่งกรรม ได้แก่ กฎแห่งการกระทำ คือ “ทำกรรมอย่างใดก็จะได้ผลแห่งกรรมนั้น” เป็นกฎของเหตุผลที่มีอยู่แล้วตามธรรมชาติ

๒) อุตุนิยาม คือ กฎของธรรมชาติที่เกี่ยวกับอุณหภูมิ ดิน ไฟ อากาศ ฤดูกาล

๓) พีชนิยาม คือ กฎของธรรมชาติที่เกี่ยวกับการสืบพันธุ์ ได้แก่ พันธุกรรม

๔) จิตนิยาม คือ กฎของธรรมชาติที่เกี่ยวกับการทำงานของจิต

๕) ธรรมนิยาม หรือกฎแห่งธรรมะ(ธรรมชาติ)คือกฎธรรมชาติที่เกี่ยวกับกำหนดของธรรมชาติที่มีความสัมพันธ์กัน และอาการที่เป็นเหตุเป็นผลต่อกันของสิ่งทั้งหลาย และกฎของธรรมชาติทั้ง ๔ ข้อแรก คือ กรรมนิยาม อุตุนิยาม พีชนิยาม และจิตนิยาม เป็นกฎเฉพาะ ที่อยู่ภายใต้กฎของ ธรรมนิยามทั้งสิ้น^{๔๒} ความเกี่ยวข้องกันระหว่างการดำเนินชีวิต หรือ กฎแห่งกรรมนี้ เป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกันกับกฎของธรรมชาติอื่นๆ เพราะมนุษย์ต้องอาศัยธรรมชาติ คือ โลกและสังคมนี้ดำเนินชีวิตอยู่ตั้งแต่เกิดจนถึงตาย เพราะฉะนั้นกฎธรรมชาติทั้ง ๕ ข้อนี้ จึงต้องมีความเกี่ยวข้องกับชีวิตของมนุษย์ด้วย เมื่อมองในแง่ของกฎที่เป็นธรรมชาติโดยรวมแล้วจะพบว่า ธรรมนิยามหรือกฎของธรรมชาติเป็นกระบวนการที่ทำให้เกิดความสัมพันธ์ต่างๆ ขึ้นได้นั้น เป็นเช่น โรงงานที่ผลิตสินค้าขนาดใหญ่ทั้งระบบ ส่วนกฎธรรมชาติอื่นๆ เป็นเหมือนเครื่องจักรที่ทำหน้าที่เฉพาะของตนอยู่ในโรงงานนั้น ดังนั้น กรรม หรือการดำเนินชีวิตจึงต้องเกี่ยวข้องกับสิ่งต่างๆ ที่เกิดขึ้นในระหว่างที่ดำเนินชีวิตอยู่ หรือเมื่อเวลาล่วงเลยไปแล้ว ซึ่งนั่นหมายความว่า จะต้องมีความเกี่ยวข้องและสัมพันธ์กันทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต ตามกฎของธรรมนิยาม หรือตามกฎของธรรมชาติที่ครอบคลุมทั่วทั้งสิ่งมีชีวิต และสิ่งที่ไม่มีชีวิตอื่นๆ โดยทั่วไป หลักการดำเนินชีวิตในสังคมตามหลักพุทธศาสนาจึงเป็นการควบคุมกายและจิตให้ดำเนินไปอย่างสอดคล้องกับสภาวะความจริงของธรรมชาติที่มีอยู่ เพราะเหตุว่าแต่ละส่วนของชีวิต หรือแต่ละส่วนในธรรมชาติทั้งหลายที่ปรากฏอยู่ต่างมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกันทั้งสิ้น กฎความจริงทั้งหลายในธรรมชาตินี้ มีความสัมพันธ์ระหว่างกันอยู่แล้ว แต่มนุษย์เองต่างหากที่ไม่เข้าใจกฎของความจริงในข้อนี้ ฉะนั้นหลักในการดำเนินชีวิตในสังคมตามหลักพุทธศาสนาจะต้องนำ

^{๔๒} พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณโณ), กฎแห่งกรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), หน้า ๑๖๒-๑๖๕.

หลักธรรมมาปฏิบัติในการดำเนินชีวิตให้สอดคล้องกับความเป็นจริงที่มีอยู่ของธรรมชาติ และมีการดำเนินชีวิตไปใน ๒ ส่วนด้วยพร้อมกันคือ กายกับจิต และสิ่งที่สัมพันธ์เกี่ยวข้องกันในชีวิตต่างๆ เช่น สังคมในครอบครัว คือ บิดา มารดา และสังคมในระดับชุมชน คือ มิตร ครูอาจารย์ ให้สอดคล้องและสัมพันธ์กันกับหลักหรือกฎเกณฑ์ของธรรมชาติด้วย^{๔๓} ซึ่งหมายความว่า ไม่ว่าการดำเนินชีวิตของคนเรานั้นจะดำเนินไปในทิศทางใด คือเป็นไปในทางดี หรือเป็นไปในทางเลว ก็ต้องสัมพันธ์กันกับสิ่งแวดล้อมธรรมชาติด้วย เพราะการดำเนินชีวิตนั้นได้กระทำต่อโลก กระทำต่อสิ่งแวดล้อมที่อยู่ในโลกนี้ โลกจึงเหมือนกับบ้านหลังใหญ่ เมื่อมีสิ่งใดเกิดขึ้นกับสมาชิกที่อาศัยอยู่ หรือสิ่งแวดล้อมภายในบ้าน ผลกระทบก็ต้องเกิดขึ้นกับทุกๆ คนที่อยู่อาศัยในบ้านนั้นด้วย และเมื่อก้าวโดยรวมถึงหลักการดำเนินชีวิตในพุทธศาสนาแล้ว ก็คือกระบวนการพัฒนาดนหรือกระบวนการพัฒนาชีวิตที่มีกล่าวไว้ครอบคลุมหลักคำสอนทั้งหมดในพุทธศาสนา คือ ไตรสิกขา ๓ อันได้แก่

๑. การดำเนินชีวิตด้านศีลสิกขา

เป็นข้อประพฤติและข้อปฏิบัติที่ควรกระทำในการดำเนินชีวิต ไม่ให้ล่วงละเมิดผิดศีลธรรมในทางกายซึ่งรวมถึงวาจาที่ได้แสดงออกมาแล้วด้วย และยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนามนุษย์ที่สำคัญเป็นอย่างยิ่งในการที่จะทำให้มนุษย์อยู่ร่วมกันได้อย่างสันติสุข ทั้งนักบวชผู้ประพฤติปฏิบัติธรรม หรือคฤหัสถ์ผู้ครองเรือน เป็นหลักธรรมที่ควรปฏิบัติในหมู่มนุษย์ในสังคม คือ เรื่องศีลเป็นพื้นฐานเพื่อนำไปสู่จุดหมายอันสูงสุด โดยเริ่มที่ศีล ดังที่ว่า ศีลเป็นที่ตั้ง และเป็นบ่อเกิดของความสุข ทั้งหมดเป็นประธานของหลักธรรมทั้งปวง ดังนั้นในการดำเนินชีวิตในสังคมจะให้เกิดมีความสุข จะต้อง มี “ศีล” เป็นพื้นฐาน เป็นที่ตั้ง

๒. การดำเนินชีวิตด้านสมาธิสิกขา

สมาธิเป็นกระบวนการพัฒนาไปสู่จุดหมายขั้นสูงสุดของชีวิตมนุษย์ นอกจากศีลแล้วสังคัมยังต้องการสมาธิมาเป็นองค์ประกอบในส่วนที่ต่อเนื่องให้เกิดการแก้ปัญหาต่างๆ อย่างถูกต้อง และเป็นระบบแบบแผนยิ่งขึ้น คือ สัมมวายามะ ได้แก่ เพียรพยายามชอบ เพียรสร้างคุณดี, สัมมาสติ ได้แก่ มีสติชอบ, และสัมมาสมาธิ ได้แก่ มีสมาธิชอบ เพราะมนุษย์มีกิเลสเป็นเครื่องหมกตมิดสันดานอยู่ และกิเลสต่างๆ ที่มีอยู่นี้ หลักของพุทธศาสนาได้กล่าวไว้ คืออภิชฌาวิสมโลภะ คือ ความละโมภ ไม่สม่าเสมอ, โทสะ คือ ความมีความคิดอันจะประทุษร้ายผู้อื่นอยู่เสมอ, โภคะ คือ ความโกรธและความเกลียดชังกันและกัน, อุปนาหะ คือการผูกความอาฆาตพยาบาทเอาไว้, มกฺขะ คือ การลบล้างบุญคุณท่านทั้งหลาย, ปลาสะ คือ การยกตนเทียมนาน, อิสสา คือ ริษยาอิจฉาริษยา คือ ความตระหนี่, มายา คือ มายา, สาถะเยยะ คือ ความโอ้อวด, ถัมภะ คือ หัวดี, สารัมภะ คือ การกล่าวแข่งดี, มานะ คือ ถือตัว, อติมานะ คือ การดูหมิ่นท่าน, มทะ คือ ความมัวเมา, ปมาทะ คือ ความเลินเล่อ^{๔๔} กิเลส

^{๔๓} พระมหามหาวินทร์ ปุริสุตโตโม (อามาตมนตรี), “ความสัมพันธ์ระหว่างสังขธรรมกับจริยธรรมในพุทธปรัชญาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗), หน้า ๑๖๖.

^{๔๔} กรมการศาสนา, คู่มือการศึกษา ธรรมศึกษาขั้นตรี, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา, ๒๕๓๗), หน้า ๔๒.

ทั้งหลายที่สั่งสมอยู่ในจิตใจของมนุษย์นี้ จะเป็นเครื่องกั้นคุณงามความดีอื่นๆ ของมนุษย์ ไว้มิให้ได้ บรรลุถึงซึ่งความดี ซึ่งเป็นคุณสมบัติที่อยู่ภายในจิตอาภรณ์ที่หนองไว้ สกัดกันไว้ ไม่ให้เกิดสมาธิรับรู้ ความเป็นจริงทั้งหลายเหล่านั้นได้ในทางพุทธศาสนาเรียกว่า นิเวศน์ อันได้แก่กามฉันทะ คือ ความหลงใหลมัวเมาในกามมารมณณ์แก้ไขโดยใช้อสุภกัมมัฏฐาน หรือการพิจารณาให้เห็นเป็นของไม่สวยงาม มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนังหรือ ความพยาบาทอาฆาต ใช้พรหมวิหาร ๔ เป็นเครื่องหักล้าง ความท้อแท้ใจหดหู่ และซึมเซา ใช้กสิณ และอนุสติบำบัด เมื่อมีใจฟุ้งซ่านและหุดหิด ใช้อานาปานสติบำบัด หรือเมื่อเกิดวิตก ลังเลตกใจไม่ได้ ใช้จตุธาตวชิฐฐานบำบัด เมื่อขจัดสิ่งต่างๆ เหล่านี้ ทำให้เบาบางลงได้แล้วความสงบเบากาย เบาใจ และสมาธิ ก็เกิดขึ้นได้ง่ายและรวดเร็วในการพัฒนาทางจิต ให้มีความเข้มแข็งได้นั้น ต้องรู้จักที่จะฝึกฝนตนเอง และรู้จักปรับปรุงตนเอง เพราะผู้ที่มีสมาธิเข้มแข็ง และอดทน ย่อมทำให้สั่งสมอยู่ร่วมกันอย่างปกติสุขปราศจากความขัดแย้งและสมาธิที่ดีที่ผ่านการฝึกฝนอบรมมาดีแล้ว ย่อมเป็นผลของการพัฒนาทางกาย วาจา และทางจิต และมีผลประโยชน์อย่างมากต่อผู้ดำเนินชีวิตในสังคม

๓. การดำเนินชีวิตด้านปัญญาศึกษา

ปัญญาศึกษาถือเป็นส่วนสำคัญของชีวิตมนุษย์ เพราะมนุษย์ที่เกิดมามีพัฒนาการที่แตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง มีความแตกต่างกันในทางกาย ทางวาจา และทางจิตใจ บุคคลที่ได้รับการพัฒนาฝึกอบรมมาดีแล้วย่อมเปรียบเสมือนขุมทรัพย์อันยิ่งใหญ่ของมวลมนุษยชาติ และเป็นผลให้การอยู่ร่วมกันโดยอาศัยปัญญาเป็นเครื่องหล่อหลอมจิตใจให้สะอาดดีงาม ซึ่งความจริงแล้วตามหลักของพระพุทธศาสนานั้น มีเป้าหมายที่ต้องการจะให้คนทั้งหลายพ้นทุกข์ได้ด้วยการที่มีปัญญารู้เห็นความจริงจนสามารถเข้าถึงสภาวะของธรรมจริงโดยไม่มีสิ่งปิดบัง ซึ่งเรียกว่าพระนิพพาน อันเป็นเป้าหมายสูงสุดของศาสนา แต่การที่จะเข้าถึงความจริงทั้งหลายได้จนถึงขั้นหลุดพ้นได้นั้น ต้องอาศัยเครื่องมืออย่างหนึ่งจึงจะสามารถกระทำได้ และเครื่องมือที่กล่าวถึงนั้นก็คือ “ปัญญา” นั่นเอง เพราะคนจะเข้าถึงนิพพานได้ ก็โดยอาศัยปัญญาแทงตลอด ล่วงรู้ในธรรมทั้งหลายทั้งปวงที่มีอยู่นั้นตามความเป็นจริงด้วยปัญญา คือ สัมมาทิฐิ ได้แก่ มีความเห็นชอบคือเห็นตามความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลาย เช่น การเห็นในความจริงของอริยสัจ เห็นความจริงในเรื่องของกรรมว่า ทำดีจะได้ดี และทำชั่วจะได้ชั่ว และสัมมาสังกัปปะ ได้แก่ ดำริชอบ เช่น ดำริที่จะออกจากกาม ดังเช่นที่พระพุทธองค์ทรงตรัสเรื่องนี้ไว้ในชฎาสสูตรว่า

ภิกษุใดเป็นคนผู้มีปัญญา ตั้งมั่นอยู่ในศีล อบรมจิตและอบรมปัญญา ให้เจริญมีความเพียร มีปัญญา รักษาตน ภิกษุนั้นพึง สางตัณหาพายุ้งได้ ราคะ โทสะและอวิชชา อันชนเหล่าใดสารถแล้ว ชนเหล่านั้นเป็นพระอรหันต์มีอาสวะสิ้นแล้ว ตัณหาพายุ้ง อันชนเหล่านั้น สางแล้วและรูปย่อมดับไปไม่เหลือในที่ใด นาม รูป ย่อมดับไป ปฏิขันธ์สัญญา รูปสัญญา และตัณหาพายุ้งนั้น ย่อมขาดไปในที่สุด^{๔๕}

เพราะฉะนั้น หลักการดำเนินชีวิตในสังคมตามหลักพุทธศาสนา จะต้องมีความสอดคล้อง และสัมพันธ์กันระหว่างกฎของธรรมชาติ กับหลักการปฏิบัติตนในการดำรงชีวิตของมนุษย์ กล่าวคือ

^{๔๕} ม.ม. (ไทย) ๑๕/๖๔๖/๑๒๐.

หลักของศีลสมาธิและปัญญา หรือไตรสิกขาอันเป็นความรู้ที่เกิดจากการศึกษาความมีอยู่จริงของธรรมชาติ และศีลสมาธิปัญญานั้น พัฒนาเป็นหลักจริยธรรมในการดำเนินชีวิตของมนุษย์ คือการปฏิบัติตนในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของธรรมชาตินั้น เพื่อให้สอดคล้องและเกิดความสมดุลกัน ระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติอื่น ๆ หรือหากสามารถทำให้แจ้งในความจริงทั้งหลายที่มีอยู่นั้นได้ตามความเป็นจริง ในฐานะที่ชีวิตของมนุษย์ก็เป็นธรรมชาติ หรือเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งแล้ว ก็สามารถที่จะเข้าถึงความหลุดพ้น คือเข้าถึงพระนิพพาน ที่เป็นเป้าหมายสูงสุดของการดำเนินชีวิตได้

๒.๔ ข้อมูลทั่วไปของวัดปัญญานันทาราม

๒.๔.๑ ประวัติความเป็นมาของวัดปัญญานันทาราม

จากผืนนาจำนวน ๖ ไร่ ใน ต.คลองหก อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี ของนายพิชิตและนางจรัส ทองสีม่วง สองสามีภรรยาชาวบ้านในท้องถิ่น ได้ถวายที่ดินให้เป็นสมบัติพระศาสนา เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๘ และจัดตั้งเป็น“สำนักสงฆ์สนเฒ่า” ต่อมาโดยการประสานงานของนางบุญส่ง โพธิจันทร์ ได้ร่วมกันถวายสำนักสงฆ์นี้แด่พระเทพวิสุทธิเมธี (หลวงพ่อบุญญานันทะ) องค์ประธานศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนา วัดชลประทานรังสฤษฎ์ (ที่ระลึก ๘๐ ปี ปัญญานันทะ) เมื่อวันที่ ๒๙ ธันวาคม ๒๕๓๕

วันที่ ๓๑ มกราคม ๒๕๓๗ ได้รับอนุญาตในการจัดตั้งวัดในพระพุทธศาสนา ชื่อว่า “วัดปัญญานันทาราม” และคณะศิษยานุศิษย์ โดยศูนย์สืบอายุพระพุทธศาสนา ได้ร่วมใจซื้อที่ดินเพิ่มเติม เพื่อสร้างวัดปัญญานันทารามเป็นธรรมสมโภช ๘๔ ปี พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ) โดยมี พระครูปลัดศีลวัฒน์ (สง่า สุภโร) พระมหามานพ ปญญาวิชโร และพระมหาสมโภช จิตติญาโณ จากวัดชลประทานรังสฤษฎ์ ร่วมสนองงานก่อสร้างวัด และกิจกรรมเผยแผ่พระศาสนา ปัจจุบันมีเนื้อที่ ๓๘ ไร่ ๕๙ ตารางวา ได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมา เมื่อวันที่ ๒ พฤษภาคม ๒๕๔๕

๑) ทำเนียบเจ้าอาวาส

๒๑ สิงหาคม ๒๕๓๗-๑๕ พฤษภาคม ๒๕๓๙ พระเทพวิสุทธิเมธี (ปุ่น ปญฺญานนฺโท) รักษาการแทนเจ้าอาวาสวัดปัญญานันทาราม

๑๕ พฤษภาคม ๒๕๓๙-ปัจจุบัน พระครูศีลวัฒน์นาภิรม (สง่า สุภโร) เจ้าอาวาส

๒) วัตถุประสงค์ในการสร้างวัด

- (๑) เพื่อเป็นพุทธบูชา
- (๒) เพื่อเป็นสถานที่บำเพ็ญกุศลของสาธุชนทั่วไป
- (๓) เพื่อเป็นศูนย์ฝึกอบรมผู้ใฝ่ในการศึกษาปฏิบัติและเผยแผ่พระธรรม
- (๔) เพื่อเป็นธรรมสมโภช ๘๔ ปี พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันทภิกขุ)
- (๕) เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลในวโรกาสฉลองสิริราชสมบัติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ

ครบ ๕๐ ปี

๓) อุดมการณ์และจุดมุ่งหมายของวัดปัญญานันทาราม

ด้วยเจตนารมณ์ของพระเดชพระคุณหลวงพ่อบุญญานันทะ (ปัญญานันทภิกขุ) ที่มุ่งมั่นจะให้แผ่นดินส่วนนี้เป็นประโยชน์แก่พระศาสนาต่อไป สถานที่นี้เหมาะแก่การส่งเสริมกิจกรรม

ทางพระพุทธศาสนาให้เจริญก้าวหน้า เป็นเหมือนโรงพยาบาลทางใจของชาวโลกทั้งหลายที่มีความทุกข์ ความเดือดร้อนวุ่นวายใจ เมื่อมาสู่สถานที่นี้ก็จะได้พบความสะอาด สว่าง และสงบ ในส่วนจุดมุ่งหมายของวัดปัญญานันทาราม ท่านกล่าวว่า “สร้างพระ สร้างคน สร้างเยาวชนของชาติ สร้างศาสนทายาทให้มีชีวิตอยู่ในโลกอย่างถูกต้อง ให้มีชีวิตเรียบร้อยตามหลักคำสอนของพระพุทธศาสนา เพื่อไม่ให้ตกอยู่ในอำนาจวัตถุมากเกินไป”

เมื่อวันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ๒๕๓๘ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ เสด็จพระราชดำเนินทรงวางศิลาฤกษ์ สร้างวัดปัญญานันทาราม และทรงปลูกต้นสาละเพื่อเป็นอนุสรณ์ ณ สวนสาละ และพระราชทานนามว่า "สวนสาละสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา" และเมื่อการก่อสร้างอาคารหลังใหญ่ดำเนินการเสร็จเรียบร้อย ได้รับพระบรมราชานุญาตให้ใช้นามอาคารว่า "อาคารเฉลิมพระเกียรติ" และได้ัญเชิญตราสัญลักษณ์ เฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ประกอบไว้ที่หน้าบรรณ

ต่อมาวันที่ ๑๕ มิถุนายน ๒๕๔๑ ได้เสด็จพระราชดำเนินอีกวาระหนึ่ง เพื่อทรงเป็นประธานเปิดอาคารเฉลิมพระเกียรติ และทรงประกอบพิธีเททองหล่อพระประธานประจำอุโบสถวัดปัญญานันทาราม เป็นพระพุทธรูปปางมารวิชัย ขนาดหน้าตักกว้าง ๗๒ นิ้ว

๔) การแบ่งเขตวัดและงานพัฒนา

วัดปัญญานันทารามเป็นวัดที่จัดสร้างเจริญรอยตามพุทธประสงค์ของพระพุทธเจ้า และเพื่อสนองงานพระเดชพระคุณหลวงพ่อบุญนันทะ เพื่อเป็นศูนย์ศึกษาปฏิบัติและเผยแผ่พุทธธรรม การจัดวางผังวัดกำหนดเป็นรูปแบบชัดเจน ทั้งฝ่ายภิกษุ และฆราวาสเพื่อการปฏิบัติ ตามหลักพระธรรมวินัย เอื้อเพื่อต่อวัฒนธรรมประเพณี เพื่อช่วยกันเสริมสร้างความตึกามให้เกิดขึ้นในสังคมพุทธบริษัท ได้มีการแบ่งเป็นเขตพุทธาวาสและสังฆาวาส เพื่อพัฒนาด้านศาสนวัตถุให้เกื้อกูลต่อการสร้างศาสนบุคคลอย่างเหมาะสม

(๑) เขตพุทธาวาส (คือที่อยู่ของพระพุทธเจ้า) เพื่อระลึกถึงพระพุทธองค์ที่ทรงประสูติ ตรัสรู้ แสดงธรรม และปรินิพพานกลางดิน ไตรัมไม้ตามธรรมชาติ จึงได้จัดสร้าง “อุโบสถธรรมชาติ” ถวายเป็นพุทธบูชา พร้อมองค์ประกอบอื่น อาทิเช่น สวนสาละสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา, ลานธรรมกาญจนาภิเษก, สวนอนุรักษพันธุ์กรรมกล้วย และสวนป่าสมุนไพรร

(๒) เขตสังฆาวาส (เขตที่อยู่ของหมู่พุทธบริษัท ๔) ตามที่พระพุทธองค์ได้มอบพุทธศาสนาไว้กับพุทธบริษัท ๔ ดังนั้นเขตสังฆาวาสจึงไม่ได้หมายความว่าเขตที่อยู่ของพระภิกษุเท่านั้น แต่เป็นที่อยู่ของพุทธบริษัท ๔ จึงได้จัดแบ่งเขตสังฆาวาสเป็น ๔ เขต คือ เขตภิกษุ, เขตภิกษุณี (แม่ชี), เขตอุบาสก และเขตอุบาสิกา และจัดสร้างศาสนวัตถุให้เกื้อกูลแก่การสร้างศาสนบุคคลเพื่อสร้างพระสร้างคน สร้างเยาวชนของชาติ ให้เป็นศาสนทายาทที่ดีของพระศาสนา

(๓) การพัฒนาศาสนวัตถุ การก่อสร้างศาสนวัตถุภายในวัดมีเท่าที่จำเป็นแก่การใช้สอยงานเผยแผ่พระศาสนา และจัดสร้างให้สอดคล้องกับธรรมชาติ ที่อุดมไปด้วยร่มไม้ และพืชพรรณนานาชนิด ได้แก่ ศาลาการเปรียญ, โรงครัว, เรือนพยาบาล, ศาลาสุญญตา, ศาลาธรรม, กุฏิพระภิกษุ,

อาคารพักอุบาสิกา (แม่ชี), เรือนพักผู้ปฏิบัติธรรมชาย-หญิง นอกจากนี้ยังมีส่วนที่ได้จัดสร้างขึ้นให้เหมาะสมกับสภาพสังคมและวิถีชีวิตชาวพุทธ

(๔) อาคารเฉลิมพระเกียรติ เป็นอาคารเอนกประสงค์ ๓ ชั้น ใช้เป็นหอสวดมนต์ ห้องประชุม และที่ชั้นสองและสามได้แบ่งเป็นห้องเพื่อใช้เป็นห้องพักพระวิทยากร, ห้องคอมพิวเตอร์, ห้องโครงการธรรมทานเพื่อปัญญาบารมี, ห้องบริการหนังสือและเทพธรรม, ที่ทำการมูลนิธิวัดปัญญานันทาราม, ห้องสมุด และห้องภavana

(๕) อาคารสำนักงานกลาง ใช้เป็นสถานที่ติดต่อ-ประสานงาน และอำนวยความสะดวกแก่ญาติโยม พุทธศาสนิกชนผู้มาเยือน

๒.๔.๒ การพัฒนาศาสนบุคคลของวัดปัญญานันทาราม

ในส่วนงานเผยแผ่พระศาสนาจะมีเยาวชนหญิง-ชาย นักเรียน นิสิต นักศึกษา ข้าราชการ ประชาชน ตลอดทั้งพระภิกษุ-สามเณร เข้ารับการอบรมจริยธรรมที่วัดปัญญานันทาราม อย่างต่อเนื่องเป็นประจำทุกวัน ทั้งนี้แนวทางการดำเนินงานมุ่งเน้นสร้างความสำนึก อยู่ง่าย กินง่าย ถูกใจมนุษย สิ้นสุดปัญหา ยึดหลักความเหมาะสมและสอดคล้องกับวิถีชีวิตจริงที่ต้องดำเนินตามหลักเกณฑ์ของสังคม จึงได้จัดกิจกรรมและโครงการ ดังนี้

๑) โครงการสำหรับพระภิกษุ-สามเณร โครงการอบรมพระภิกษุ “ไตรสิกขา” เพื่อให้ผู้ศึกษาได้ปฏิบัติตามพุทธประสงค์ คือ ดำเนินชีวิตด้วยศีลสิกขา จิตตสิกขา และปัญญาสิกขา ตลอดระยะ ๓ ปี พระภิกษุ จะมีโอกาสเพิ่มศักยภาพให้กับตนเองด้วยการศึกษาจริง ปฏิบัติจริง และร่วมกันประพฤติปฏิบัติ รักษาพระธรรมวินัย และได้ฝึกทำงานเผยแผ่พระศาสนา ด้วยอุดมการณ์อยู่อย่างเรียบง่าย ตามวิถีชีวิตที่แสวงหาความจริง ความงาม และความดี เพื่อเป็นตัวอย่างที่ดีแก่พุทธศาสนิกชน ได้เปิดอบรมรุ่นแรก เมื่อปี ๒๕๓๙

๒) โครงการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกธรรม เป็นการให้การศึกษาพื้นฐานและปฏิบัติตามพระธรรมวินัยแก่พระนวกะ และฝึกฝนอุปนิสัย กิจวัตรของพระภิกษุในช่วงฤดู เข้าพรรษาให้สมบูรณ์ถูกต้องยิ่งขึ้น ซึ่งทำให้ผู้ศึกษาได้แนวทางในการศึกษาพระปริยัติธรรมและเข้าใจหลักศาสนา และศาสนพิธีอย่างถูกต้อง นอกจากนี้ได้ส่งเสริมให้พุทธบริษัทได้รับการศึกษาแผนกธรรมศึกษา เพื่อสนับสนุนให้เกิดอิทธิบาทธรรมในการศึกษาและปฏิบัติ ได้เปิดอบรมรุ่นแรก เมื่อปี ๒๕๓๙

๓) โครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน ๑ เดือน ระหว่างปิดภาคการศึกษา ด้วยความร่วมมือระหว่างบ้าน วัด โรงเรียน (บวร) ที่ร่วมกันจัดระบบให้เยาวชนได้เติบโต และเรียนรู้พัฒนาชีวิตด้วยความมุ่งมั่นอย่างมีศรัทธา ซื่อตรงต่อความจริง ความงาม และความดี เพื่อชีวิตตนเองและสังคม เป็นการสร้างศาสนทายาทให้เรียนรู้พระพุทธศาสนาและนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ให้มีอุปนิสัยที่ดีงามด้วยการฝึกตนให้เป็นคนบังคับตนเองได้ จนมีคุณภาพ คือ คิดดีเป็น พูดดีเป็น ทำดีเป็น คบคนดีเป็น และไปสู่สถานที่ดีเป็น และเกิดความสำนึกและตระหนักในความกตัญญู ประพฤติตนเป็นบุตรที่ดีของพ่อแม่ เป็นศิษย์ที่ดีของครูอาจารย์ เป็นเยาวชนที่ดีของชาติ และศาสนิกที่ดีของพระศาสนา เป็นการฝึกให้เยาวชนใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และช่วยป้องกันปัญหาอันเกิดจากเยาวชน ได้เปิดอบรมรุ่นแรก เมื่อปี ๒๕๓๙

๔) โครงการโรงเรียนการเผยแผ่พุทธธรรมปัญญาันตะ (ที่ระลึก ๙๐ ปี ปัญญาันตทิกขุ) เป็นอีกหนึ่งโครงการสำหรับพระภิกษุสงฆ์ ผู้มีความสนใจในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา เป็นพิเศษ มีความรู้ขั้นธรรมชั้นเอก และอายุพรรษา ๓ พรรษา ขึ้นไป ประสงค์ร่วมสืบอายุพระพุทธศาสนาตามพุทธประสงค์ และสืบทอดเจตนารมณ์การเผยแผ่พุทธธรรมของพระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันตทิกขุ) ศึกษาทำความเข้าใจ ตีความ ประยุกต์พุทธธรรม เพื่อการสื่อสารแก่พุทธศาสนิกชนและผู้สนใจพระพุทธศาสนาให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้ นอกจากพระนักเผยแผ่ จะได้รับการฝึกอบรมศึกษา งานเผยแผ่ ภาควิชาปฏิบัติอย่างเหมาะสม แล้วจะได้มีโอกาสเจริญภาวนาทั้งภาคปริยัติ และปฏิบัติอย่างถูกต้อง อันจะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้มุ่งเจริญสติ เพื่อเป็นฐานในการแก้ปัญหาชีวิตการฝึกอบรม แบ่งเป็น ๓ ช่วง ฝึกอบรมภาคปริยัติ (เรียนรู้จากประสบการณ์จริง) การฝึกอบรมภาคสนาม (สู่วิญญานนักเผยแผ่) และฝึกอบรมภาคภาวนา (ความมั่นคงของนักเผยแผ่) ทั้งนี้ ด้วยความเมตตา พระธรรมโกศาจารย์ (ปัญญานันตทิกขุ) รับเป็นประธานอำนวยการ ได้เปิดอบรมรุ่นแรก (พุทธสาวิกา) เมื่อปี ๒๕๔๔

๕) โครงการศึกษาพระปริยัติธรรมแผนกบาลี การศึกษาภาษาต้นกำเนิดของพระพุทธศาสนา อันจักได้รับความรู้ทั้งธรรมและบาลี เพื่อการเข้าใจตีความ ประยุกต์ พุทธธรรมอย่างลึกซึ้งและถูกต้อง จักนำสู่การเผยแผ่คำสอนได้ อย่างถูกต้องและปฏิบัติอย่างเหมาะสม จึงได้จัดการศึกษาเพื่อทำความเข้าใจ ตีความ ประยุกต์ พุทธธรรม เพื่อการสื่อสารแก่พุทธศาสนิกชนและผู้สนใจพระพุทธศาสนาได้อย่างถูกต้อง จักได้พระภิกษุ-สามเณร มีความรู้ทั้งทางธรรมและบาลี และเป็นผู้สืบทอดอายุ พระพุทธศาสนามีความรู้และมีคุณภาพมากขึ้น ทำการเปิดสอน ในปี ๒๕๔๔ เป็นปีแรก

๖) โครงการเพื่อเยาวชน “ค่ายพุทธบุตร” การเปลี่ยนแปลงค่านิยมและวิถีชีวิตของคนในสังคมบริโภคนิยมซึ่งเน้นการแข่งขันด้านวัตถุและฐานะทางเศรษฐกิจ ปัญหาสังคมก็ติดตามมา เช่น ความยากจน การใช้แรงงานเด็ก เด็กเร่ร่อน ยาเสพติด อาชญากรรมต่างๆ และปัญหาต่างมีผลสะท้อนถึงเยาวชน และยิ่งกว่านั้นหลายปัญหาเป็นปัญหาที่เกิดจากเยาวชน

ในปัจจุบันเยาวชน นิสิต นักศึกษา กำลังหลงเฟลิดเฟลินในกระแสค่านิยมโลกตะวันตก ละทิ้งคำสั่งสอนในพระพุทธศาสนา เห็นว่าเป็นสิ่งมลาย ไร้สาระ ล้าสมัย ทำให้ขาดการยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ที่ให้ความมั่นคงสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ ทำให้มีแนวโน้มในการดำเนินชีวิตที่ผิด อาจเกิดความเครียดจนฆ่าตัวตาย เสื่อมศีลธรรมและหันพึ่งยาเสพติด

เยาวชนคือ อนาคตของชาติ และวงศ์ตระกูลการที่สังคมประเทศชาติ จะเจริญก้าวหน้าและมั่นคงได้นั้น เยาวชนจึงต้องมีความรู้ และศีลธรรมควบคู่กัน เพื่อให้เยาวชนมีจริยธรรม คุณธรรม และค่านิยมในการดำรงชีวิตที่เหมาะสม การพัฒนาเยาวชนจึงควรให้โอกาสทั้งชายและหญิงและเป็นไปอย่างเหมาะสมทั้งปริมาณและคุณภาพ เกื้อกูลต่อการประหยัด มุ่งให้เกิดประโยชน์ สร้างจิตสำนึก สร้างภูมิต้านทานให้กับตนเองด้วยคุณธรรม “อ่านตนออก บอกตนเองได้ ใช้ตนเองเป็น” ให้เป็นผู้มีชีวิตอยู่อย่างรู้เท่าทันโลก เพื่อเกื้อกูลทั้งแก่ตนเองและประเทศชาติในที่สุด

ร่วมสร้างชาติผ่านเยาวชน “ค่ายพุทธบุตร” ๒ คีน ๓ วัน โดยความร่วมมือระหว่างบ้าน วัด และโรงเรียน ได้เปิดอบรมรุ่นแรก เมื่อ ปี ๒๕๓๙

๗) **โครงการสร้างคุณภาพชีวิต “ค่ายคุณธรรม”** เราเคยพิจารณาบ้างไหมว่า วัยเด็กมีความสุขไปอย่างหนึ่ง วัยหนุ่มสาว มีความเพลิดเพลินไปอย่างหนึ่ง วัยกลางคนมีความสุขไปอย่างหนึ่ง วัยแก่เฒ่าชราก็ต้องมีความสุขไปอย่างหนึ่ง ชีวิตคนเราต้องการความสุขแบบไหนกันแน่ ทำอย่างไรเราจึงมีความสุขได้ทุกวัยหรือเอาตัวรอดได้ เราจึงต้องค้นหาตัวเองให้เจอ ตอบตนเองให้ได้ว่าเกิดมาทำไม สิ่งที่ดีที่สุดสำหรับชีวิตคืออะไร เงินก็ซื้อไม่ได้ ชื่อเสียงก็ช่วยไม่ได้ มิตรสหายบริวารก็ช่วยทำให้ไม่ได้ มีเพียงพระธรรมเท่านั้นที่จะหล่อเลี้ยงจิตใจเราให้ สดชื่น มีความสุข สงบเย็นได้ทุกวัย ทั้งยามเด็ก หนุ่มสาว วัยกลางคน หรือแก่ชรา

พระธรรมช่วยดับความทุกข์ร้อนให้ทุกครั้งที่เกิดขึ้นในการประกอบงานทุกชนิดดังพุทธพจน์ ว่า ‘ธมโม หเว รกขติ ธมมจาริง’ ธรรมย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรมเป็นนิจ

“ค่ายคุณธรรม” สำหรับข้าราชการและหน่วยงานที่ประสงค์เข้ารับการอบรม ตั้งแต่ ๒ คืน ๓ วัน เป็นต้นไป ได้เปิดอบรมรุ่นแรก เมื่อ ปี ๒๕๓๙

โครงการสำหรับประชาชนทั่วไป

๘) **โครงการเพิ่มโอกาสบวชธรรมจารี** จากแนวคิดเรื่องชีวิตทางกายอยู่ได้ด้วยปัจจัยสี่ ทางจิตวิญญาณอยู่ด้วยคุณธรรม การมีชีวิตที่แสวงหาแต่ปัจจัยสี่เป็นชีวิตที่แสวงหาความสุขทางกาย โดยส่วนเดียว เราจึงประสพภาวะทั้งส่วนบุคคลและสังคม

ดังนั้นเราควรแสวงหาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความสุขทางจิตคือ ธรรมะ จะได้มีชีวิตอยู่ด้วยสติ ปัญญา และเพื่อให้จิตใจได้พบความสุขสงบของชีวิตโดยมีรากฐานจากประเพณีและวัฒนธรรม ซึ่งเป็นมรดกอันล้ำค่าของชาติ

การบวชเป็นการพัฒนาคนให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ เป็นกิจกรรมฝ่ายดีที่ชาวพุทธทุกเพศ ทุกวัยมีสิทธิร่วมกิจกรรมเพื่อพัฒนาตนเอง และขยายผลไปยังผู้อื่น ไม่จำกัดจำนวน เวลา และสถานที่

การบวชธรรมจารีเป็นการให้โอกาสแก่ชีวิตในการนำตนเองเข้าหาธรรมะเพื่อพัฒนาตนเองพัฒนางาน และพัฒนาสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสมได้จัดกิจกรรมครั้งแรก เมื่อ ปี ๒๕๓๗

๙) **โครงการสืบสานวัฒนธรรมรักษาอุโบสถ (วันพระ)** ความกตัญญูกตเวทีเป็นเครื่องหมายของความดี ด้วยความละเอียดอ่อนของบรรพบุรุษจึงได้หาแนวทางเพื่อสร้างชาติ ให้แก่ลูกหลานและสานสัมพันธ์ สายใยครอบครัวทำให้ผู้สูงอายุ ไม่ถูกทอดทิ้งไว้ ในบ้านคนชราอันเป็นความพิการของสังคม บรรพบุรุษของเราได้อาศัยการฝึกตนโดยหลักของศาสนาที่มาจากรากฐานของวัฒนธรรม ประเพณี เป็นเครื่องมือในการสร้างชีวิต คือการสร้างความสำเร็จให้เกิดขึ้นเพื่อความรอดของชีวิต ทั้งทางกายและทางจิต จึงทำความมั่นคงให้เกิดขึ้นกับชีวิตและสังคม ณ เวลานี้ สถานการณ์ได้เปลี่ยนไป วันพระเคยทำหน้าที่สืบสานอริยธรรมของมนุษย์ กำลังถูกลบเลือนไปจากความทรงจำ เพราะการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตจากจันทร์คต สู่สุริยะคต อริยธรรมของมนุษย์จำเป็นต้องได้รับการรักษา และปฏิบัติ สืบต่อไปเพื่อให้มนุษย์ กล้า ลด ละ เลิก ฝึกตนให้เป็นคน “อยู่ง่าย กินง่าย ถูกใจมนุษย์ สิ้นสุดปัญหา” ได้จัดกิจกรรมครั้งแรก เมื่อ ปี ๒๕๓๗

๑๐) **โครงการชีวิตใหม่ (บำเพ็ญบารมีวันอาทิตย์)** การเกิดของคนมีได้สองทาง เกิดครั้งแรกเกิดจากกรรมมารดา เกิดเป็นชีวิตร่างกาย และเกิดทางจิต เกิดได้หลายครั้ง หลายเหตุการณ์ เพราะการเปลี่ยนแปลงเป็นความจริง (อนิจจัง) การเกิดทางจิตด้วยความปรารถนากระวนกระวาย

อยากมี อยากเป็น ไม่อยากมี ไม่อยากเป็น การเกิดเช่นนี้จึงเป็นทุกข์รำไป ดังนั้นการเปลี่ยนจากความรู้สึก ความปรารถนาเดิมๆ ให้เป็นความรู้สึก ความนึกคิด ปรารถนาการกระทำที่เป็นไปตามธรรม เขาจึงเกิดเป็นชีวิตใหม่

สังคมปัจจุบันได้เปลี่ยนวิถี จนเกิดความสับสน กายกับจิตไม่สัมพันธ์กัน เพื่อให้โอกาสแก่ชีวิต นั่นคือวันจันทร์-ศุกร์ มีภาระต้องทำงาน วันเสาร์-อาทิตย์ เป็นเพียงวันพักผ่อนทางกาย จิตจึงไร้ทิศทางเป็นความล้มเหลวของระบบชีวิต เราจัดโอกาสให้ เพียงแต่กายได้พักผ่อน แต่จิตกลับไม่มีเวลาให้หยุดคิดแม้เพียงเสี้ยวหนึ่ง เพื่อได้สัมผัสถึงความสงบเย็น เมื่อวัฒนธรรมในสังคมไทยได้เปลี่ยนไปตามกระแสสังคมโลก ความห่างเหินทางวัฒนธรรมได้ เกิดขึ้น แต่คุณค่าพิเศษของมนุษย์อยู่ที่การปรับตัวได้ การปรับตัวเพื่อให้โอกาสชีวิตเป็นความจำเป็น เพื่ออนุเคราะห์แก่อีกชีวิต สงเคราะห์ตนเองและสังคมด้วยการปรับตัวเองให้เข้ากับความเป็นไปของสังคม ใช้วันอาทิตย์ให้โอกาสแก่ตัวเองทั้งกายและจิต ชีวิตก็สมบูรณ์แม้เพียงวินาทีหนึ่งก็ตามได้จัดกิจกรรมครั้งแรก เมื่อ ปี ๒๕๓๗

๑๑) โครงการสร้างความสุขด้วยการบำเพ็ญบุญ (วันสำคัญต่างๆ) ความสุขมี ๒ ระดับ คือ สามีสสุข ความสุขที่อิงามิส คือกามคุณ ๕ มีวัตถุ เป็นเครื่องล่อใจให้ เพลิดเพลินและปรารถนายิ่งขึ้นไป โดยเฉพาะกาม กาม เกียรติ ปัญหาต่างๆ ในสังคมที่เกิดขึ้น เพราะต่างก็แสวงหาความสุข อีกระดับที่เรียกว่า นิรามิสสุข คือความสุขที่ไม่อิงามิส ไม่ต้องอาศัยวัตถุเป็นเครื่องให้ความสุข หรือออกจากกามคุณ ๕ ออกจากกิเลสเป็นความสุขจากการไม่เบียดเบียนกัน มีเมตตาต่อคนโลก และนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง การแสวงหาความสุขตามหลักธรรม เป็นความสุขสงบเย็นตามธรรมชาติอย่างหนึ่ง ที่แก่อายุขัยมนุษย์ และมนุษย์เท่านั้นที่เข้าถึงได้ด้วยการให้ ทาน รักษาศีล และการเจริญภาวนา เพื่อชีวิตได้พบความสุขแท้จริงคือ สะอาด สว่าง สงบ ได้จัดกิจกรรมครั้งแรก เมื่อปี ๒๕๓๗

๑๒) โครงการวิปัสสนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต วิปัสสนาเป็นวิธีที่พระพุทธเจ้าปฏิบัติด้วยการใช้สติกำหนดดูอาการทางกายและจิตที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ ขณะที่สติกำหนดอยู่ กิเลส (โลภ โกรธ หลง) ไม่อาจเข้าครอบงำจิตได้ บางครั้ง ขาดสติ เผลอไป เมื่อรู้ตัวก็ตั้งสติตามกำหนดกิเลสที่เกิดขึ้นในจิตจนกิเลสหายไป จิตกลับสู่ภาวะบริสุทธิ์ดังเดิม ปัญหาหรือความทุกข์จากการกระทำผิดทางกาย วาจา ใจ ก็จะไม่เกิดขึ้น ดังนั้นการศึกษาปฏิบัติให้มากกิเลสและความทุกข์ ย่อมลดลง ความสงบสุขในจิตใจย่อมมีมาก เพื่ออนุเคราะห์แก่อีกชีวิต สงเคราะห์ตนเองและสังคม ด้วยการปรับตัวเองให้เข้ากับความเป็นไปของสังคมเพื่อความถูกต้องกับโลกและชีวิต และสร้างสรรค์แบบอย่างที่ดีงามให้แก่สังคม ทำให้รู้จักการดำเนินชีวิตด้วยความไม่ประมาท คือ ได้เจริญอัปปมาทธรรม สร้างครอบครัวเป็นสุข สังคมร่มเย็น ประเทศชาติมั่นคงได้จัดกิจกรรมครั้งแรก เมื่อ ปี ๒๕๔๔

๑๓) โครงการบวชนกขัมมะบารมี วัดปัญญานันทาราม การบวชนกขัมมะบารมี เป็นการให้โอกาสแก่ชีวิตในการนำตนเองเข้าหาธรรมะ เพื่อพัฒนางาน และพัฒนาสิ่งแวดล้อมอย่างเหมาะสม โดยมีกิจกรรมที่ต้องปฏิบัติ คือ ศึกษาธรรม สวดมนต์ภาวนา บริหารกาย-จิต เก็บอารมณ์ เน้นทำหน้าที่คือการปฏิบัติธรรม รักษาศีล ๘ ทั้งนี้ผู้เข้าร่วมโครงการสามารถเข้าปฏิบัติได้ทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์

(๑) คุณสมบัติผู้บวชนกขัมมะบารมี

๑. มีศรัทธามุ่งเพื่อเจริญจิตภาวน
๒. ปฏิบัติตามระเบียบของวัดอย่างเคร่งครัด
๓. รับจำนวนครั้งละ ๖๐ ท่านเท่านั้น
๔. ต้องสมัครล่วงหน้าอย่างน้อย ๑ สัปดาห์ มาด้วยตนเอง หรือโทรแจ้งทางโทรศัพท์ โทร. ๐-๒๙๐๔-๖๑๐๑-๒, ๐-๒๙๐๔-๖๐๖๕, ๐๘๖-๔๖๑-๘๓๕๓
๕. ผู้ที่สมัครแล้ว ต้องมารายงานตัวปฏิบัติธรรม เข้าวันศุกร์ตั้งแต่เวลา ๐๘.๐๐-๑๒.๐๐ น. เท่านั้น (มาหลัง ๑๒.๐๐ น. ให้สมัครครั้งต่อไป) วันอาทิตย์ ตั้งแต่เวลา ๐๙.๐๐ น. เข้าร่วมกิจกรรมที่บริเวณลานหินโค้ง ด้วยการสวดมนต์ ทำวัตร ฟังธรรมเทศนา เจริญภาวนา ถวายสังฆทาน รับประทานอาหารเสร็จ อนุญาตให้กลับบ้านตั้งแต่เวลา ๑๕.๐๐ น.

(๒) หลักสูตรฝึกอบรม

๑. หลักสูตรเฉพาะ (บุคคล) ผู้ที่มาปฏิบัติธรรมเป็นส่วนบุคคล ให้มาปฏิบัติธรรมในวันศุกร์-อาทิตย์ เข้าวันศุกร์ตั้งแต่เวลา ๐๘.๐๐ น. ปิดรับการเข้าปฏิบัติธรรมเวลา ๑๒.๐๐ น. และออกวันอาทิตย์ตั้งแต่เวลา ๑๕.๐๐ น. อยู่ครบกำหนดแล้ว ถ้าต้องการปฏิบัติต่อให้มาในอาทิตย์ต่อไป
๒. หลักสูตรหมู่คณะ (องค์กร) ในกรณีที่มาเป็นหมู่คณะ คือตั้งแต่ ๓๐ คนขึ้นไป หากต้องการปฏิบัติให้ต่อเนื่อง เปิดรับวันจันทร์-ศุกร์

(๓) ระเบียบปฏิบัติขณะอบรม

๑. ท่านยินดีอยู่ร่วมกิจกรรมตลอดการฝึกอบรม พร้อมเข้าร่วมกิจกรรมทุกกิจกรรมอย่างตรงต่อเวลา
๒. มีความตั้งใจจริงในการปฏิบัติภาวนา งดการสนทนา เวลานี้เป็นเวลาแห่งการหาอริยทรัพย์
๓. งดการติดต่อสื่อสารกับบุคคลภายนอก งดการใช้เครื่องมือสื่อสาร (โทรศัพท์มือถือ) งดออกนอกบริเวณที่อบรม
๔. งดการนำอาหารหรือของขบเคี้ยวอื่นๆ เข้ามารับประทานในที่พัก เพื่อความเป็นอยู่อย่างเรียบง่าย ควรรับประทานอาหารเฉพาะที่จัดไว้ งดอาหารของขบเคี้ยวมีเย็นตั้งแต่ ๑๒.๐๐ น. จนถึงรุ่งอรุณวันใหม่(อาหารที่จัดเตรียมสำหรับท่านมี ๒ มื้อ พร้อมน้ำปานะ / เครื่องดื่มตอนเย็น) เว้นเครื่องดื่มที่มีคาเฟอีน เครื่องดื่มชูกำลัง น้ำอัดลม
๕. งดการใช้เครื่องประดับทุกชนิด และเครื่องรางของขลัง ยกเว้นนาฬิกา
๖. ตั้งใจปฏิบัติด้วยความกระตือรือร้น ไม่คาดหวังจนเกินไป อันจะทำให้เครียด มีความผ่อนคลาย ปล่อยวางภาระทางโลก
๗. โปรดเอื้อเฟื้อต่อผู้อื่น โดยการงดส่งเสียงดัง งดการคลุกคลี พูดคุยกันเป็นกลุ่ม และงดการเพ่งโทษผู้อื่น
๘. งดเว้นการพูดคุย สนทนา กับพระภิกษุสามเณรหรือผู้ปฏิบัติธรรมชายหญิง สองต่อสองในที่ลับคน
๙. มีสติอยู่ในทุกอิริยาบถ ฝึกทำงานและทำกิจวัตรทุกอย่าง ให้เป็นการปฏิบัติธรรม และมีส่วนร่วมในการบำรุงรักษาวัด

๑๐. โปรดช่วยกันรักษาความสะอาด (ด้วยการลดขยะนอกกาย ขยะในกาย และขยะในใจ) และใช้ทรัพยากร (น้ำ ไฟ) อย่างประหยัด รู้คุณค่า

๑๑. เป็นผู้มีความสุขดี ไม่มีโรคประจำตัวที่เป็นอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรม ทั้งทางกายและจิตใจ และไม่เป็นผู้ติดยาเสพติดทุกชนิด

๑๒. ติดป้ายชื่อตลอดระยะเวลาฝึกอบรม

๑๓. ในระยะเวลาที่ร่วมอบรม เมื่อมีข้อสงสัยโปรดติดต่อพระอาจารย์ที่ดูแลได้ตลอดเวลา

๑๔. ในกรณีที่ท่านต้องการจะร่วมทำบุญบำรุงวัด ให้มาทำบุญที่สำนักงานกลาง โดยทางวัดจะออกใบอนุโมทนาบัตรให้ (งดเว้นการถวายให้กับบุคคลใดบุคคลหนึ่งเป็นการส่วนตัว)

(๔) สิ่งที่คุณปฏิบัติธรรมต้องเตรียมมา

๑. การแต่งกาย

ชาย เสื้อสีขาว-กางเกงสีขาว



รูปที่ ๒.๑ ชาย เสื้อสีขาว-กางเกงสีขาว

หญิง เสื้อสีขาว-ผ้าถุงขาว หรือกระโปรงยาวสีขาว



รูปที่ ๒.๒ หญิง เสื้อสีขาว-ผ้าถุงขาว หรือกระโปรงยาวสีขาว

เพื่อความเรียบร้อย ขอรณรงค์ให้ผู้ปฏิบัตินุ่งผ้าถุงขาว (ไม่นุ่งกางเกงรัดรูป ขาสั้น หรือแต่งกายไม่สุภาพ)

๒. ผ้าถุง (หญิง) ผ้าขาวม้า (ชาย) สำหรับเปลี่ยนผ้าอาบน้ำ

๓. กางเกงวอร์มหรือกางเกงหลวมใส่สบาย สำหรับฝึกโยคะ

๔. ของใช้อื่นๆ ที่จำเป็น เช่น สบู่ ยาสีฟัน ยารักษาโรคประจำตัว ฯลฯ

(๕) ตารางกิจวัตรประจำวัน

๐๔.๐๐ น.-ตื่นนอน ทำภารกิจส่วนตัว

๐๔.๓๐ น.-ทำวัตรเช้า เจริญภาวนา ฝึกโยคะ

- ๐๖.๐๐ น.-บำเพ็ญบารมียามเช้าในวัด
- ๐๗.๐๐ น.-รับประทานอาหาร และเก็บภาชนะ
- ๐๙.๐๐ น.-ฟังธรรม / เจริญภาวนา
- ๑๑.๐๐ น.-รับประทานอาหาร และเก็บภาชนะ
- ๑๒.๐๐ น.-ฟังธรรม / เจริญภาวนา
- ๑๖.๐๐ น.-พักทำภารกิจส่วนตัว และดื่มน้ำปานะ
- ๑๘.๐๐ น.-ทำวัตรเย็น / เจริญภาวนา
- ๒๐.๐๐ น.-ฟังธรรม / เจริญภาวนา

๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

พระสมทบ ถิรปญโญ (รุ่งมิตร์จรัสแสง) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ภาวะผู้นำของเยาวชนตามหลักฆราวาสธรรม ๔ กรณีศึกษา โรงเรียนหล่มสักวิทยาคม จังหวัดเพชรบูรณ์ ผลการวิจัยพบว่า แนวทางการประยุกต์ใช้หลักฆราวาสธรรม ๔ กับภาวะผู้นำของเยาวชน โรงเรียนหล่มสักวิทยาคม จังหวัดเพชรบูรณ์ พบว่า การนำหลักฆราวาสธรรม ๔ (หลักธรรม สำหรับคฤหัสถ์) มาใช้ศึกษา ภาวะผู้นำเยาวชนของโรงเรียนหล่มสักวิทยาคม มีความเหมาะสม ทำให้นักเรียนมีความรู้เรื่องหลักธรรมที่ดีและรู้ว่าอะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ และนำมาประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวัน สาเหตุ ปัญหา อุปสรรคสภาพครอบครัวยังเกิดความแตกแยก ครอบครัวไม่ใส่ใจดูแล ครอบครัวเปลี่ยนบทบาทจากเดิม ความไม่เข้าใจบทบาทและหน้าที่ของนักเรียนไม่เข้าใจบทบาทหน้าที่ของตนเอง ตัดสินใจไม่ถูกยังขาดความรับผิดชอบ ขาดการ เสียสละ อยากรู้อยากลอง สื่อโฆษณาสิ่งยั่วยุให้เกิดการกระทำตามใจตนเองตามกระแส สังคม ความสะดวกสบายทำให้เกิดความมั่งง่ายขาดความอดทน ตัวอย่างไม่ดีในสังคมมีมาก สื่อ ต่างๆ ถ่ายทอดตัวอย่างที่ไม่เหมาะสม ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไข ผู้ปกครองผู้ใหญ่คุณครูหรือผู้ที่เกี่ยวข้องที่รับผิดชอบต้องรู้จักเสียสละ เป็นแบบอย่างที่ดีให้รู้จักคิดและทำในสิ่งที่ถูกต้อง สร้างความรักในโรงเรียนขึ้นและบอกหลักการดำเนินชีวิตให้ถูกต้องดูแลเอาใจใส่ ครอบครัวดูแลเอาใจใส่บุตรใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ให้ความรู้ความเข้าใจให้เด็กเยาวชนมี หน้าที่ในครอบครัว^{๔๖}

พระครูสังฆรักษ์อภิชาติ สุนติกโร (เดชชัย) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การบริหารงานบุคคลตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา เขตบางกอกใหญ่กรุงเทพมหานคร” ผลการเปรียบเทียบระดับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างที่มีเพศ ตำแหน่งไม่แตกต่างกันมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการศึกษา การบริหารงานบุคคลตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา ทั้ง ๔ ด้าน พบว่าแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ และการเปรียบเทียบระดับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างที่มีวุฒิการศึกษาและประสบการณ์ แตกต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับ

^{๔๖} พระสมทบ ถิรปญโญ (รุ่งมิตร์จรัสแสง), “ภาวะผู้นำของเยาวชนตามหลักฆราวาสธรรม ๔: กรณีศึกษา โรงเรียนหล่มสักวิทยาคม จังหวัดเพชรบูรณ์”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔).

การศึกษา การบริหารงานบุคคลตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา ทั้ง ๔ ด้าน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕^{๔๗}

พระมหาสมหมาย กันนุฬา ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ผลการดำเนินการฝึกอบรมคุณธรรม ค่ายพุทธบุตรวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี” ผลของการศึกษาพบว่า ผลการดำเนินการฝึกอบรมคุณธรรมค่ายพุทธบุตร วัดปัญญานันทาราม ในภาพรวม อยู่ในระดับมาก ส่วนผลการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับผลการดำเนินการฝึกอบรมคุณธรรม ค่ายพุทธบุตรพบว่า ผู้เข้ารับการฝึกอบรมมีเพศ อายุ ระดับการศึกษา และประสบการณ์ในการทำงานแตกต่างกัน มีความคิดเห็นต่อผลการดำเนินการฝึกอบรมคุณธรรมค่ายพุทธบุตรในภาพรวมไม่แตกต่างกันซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ และผลการศึกษาแนวทางพัฒนาพบว่า มีข้อเสนอแนะให้มี วิทยากรที่มีประสบการณ์ สามารถถ่ายทอดความรู้ ได้เป็นอย่างดี ให้ใช้เทคนิคในการบรรยายที่หลากหลายให้ผู้เข้ารับการอบรมสนใจมากขึ้น เวลาในการบรรยายควรกำหนด ให้มีความเหมาะสมและแบ่งเวลาให้ผู้เข้ารับการอบรมได้มีส่วนร่วมซักถามข้อสงสัย การฝึกอบรมควรมีรูปแบบที่เหมาะสม กับผู้เข้ารับการอบรม สถานที่ฝึกอบรมควรมีการปรับปรุงไม่ให้แออัดหนาแน่น^{๔๘}

พระมหาสุริยันต์ บุญยอด และดร.สุวัฒน์ เงินฉ่ำ ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติธรรมเนกขัมมบารมีวัดปัญญานันทาราม ตำบลคลองหก อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี” ผลการวิจัยพบว่า ผู้ปฏิบัติธรรมเนกขัมมบารมี มีความรู้ ความเข้าใจ ในหลักธรรมและวิปัสสนากรรมฐานอยู่ในระดับที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ ผู้ปฏิบัติธรรมเนกขัมมบารมีเพศหญิงมีระดับความรู้ความเข้าใจในหลักธรรม (ศีล สมาธิ ปัญญา) และวิปัสสนากรรมฐาน มากกว่าเพศชาย ผู้ปฏิบัติธรรมเนกขัมมบารมี มีความสามารถในการนำความรู้ความเข้าใจในหลักธรรม (ศีล สมาธิ ปัญญา) และวิปัสสนากรรมฐานไปใช้ในชีวิตประจำวัน ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก ผู้ปฏิบัติธรรมเนกขัมมบารมี มีความพึงพอใจในภาพรวมในระดับมากที่สุด^{๔๙}

พระสิม สงขโมทโก (ถัจ) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “การบริหารงานบุคคลตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดอ่างทอง (การบริหารการศึกษา)” ผลการวิจัยพบว่า

๑. การบริหารงานบุคคลตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดอ่างทอง โดยภาพรวมอยู่ในระดับมากมีค่าเฉลี่ย คือ ๓.๗๒ เมื่อพิจารณารายด้าน

^{๔๗} พระครูสังฆรักษ์อภิชชาติ สนติกโร, “การบริหารงานบุคคลตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕).

^{๔๘} พระมหาสมหมาย กันนุฬา, “ผลการดำเนินการฝึกอบรมคุณธรรมค่ายพุทธบุตรวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี”, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย, ๒๕๕๕).

^{๔๙} พระมหาสุริยันต์ บุญยอดและดร.สุวัฒน์ เงินฉ่ำ, “ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติธรรมเนกขัมมบารมีวัดปัญญานันทาราม ตำบลคลองหก อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี”, วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์, ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๑ (มกราคม-เมษายน ๒๕๕๘): ๒๔๑.

พบว่า ด้านการสร้างขวัญและกำลังใจ ด้านการเสริมสร้างประสิทธิภาพในการปฏิบัติราชการและด้านการวางแผนอัตรากำลังและการกำหนดตำแหน่ง ส่วนระดับความเห็นของครูและผู้บริหารที่มีต่อการบริหารงานบุคคลตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดอ่างทอง ในด้านต่ำสุดคือ ด้านการออกจากราชการ

๒. ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบผู้บริหารที่มีต่อการบริหารงานบุคคลตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดอ่างทอง จำแนกตามเพศ โดยการทดสอบค่า (t-test) พบว่า ครูและผู้บริหารที่มีเพศต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการบริหารงานบุคคลตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดอ่างทอง แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๓. ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบผู้บริหารที่มีต่อการบริหารงานบุคคลตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดอ่างทอง ทั้ง ๖ ด้าน จำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา ตำแหน่ง ประสบการณ์ และขนาดโรงเรียน พบว่า ไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงไม่เป็นไปตามสมมุติฐานที่ตั้งไว้

๔. ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะการบริหารงานบุคคลตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดอ่างทอง สรุปได้ ดังนี้

๑) ด้านการวางแผนอัตรากำลังและการกำหนดตำแหน่ง ปัญหา อุปสรรค คือ ไม่มีขั้นตอนในการวางแผนกำหนดอัตราข้าราชการครู ไม่มีการปรับปรุงการกำหนดตำแหน่ง ไม่มีการวางแผนพัฒนาคุณภาพครู ข้อเสนอแนะคือ ควรมีขั้นตอนในการวางแผนกำหนดอัตราข้าราชการครู มีการปรับปรุงการกำหนดตำแหน่งและวางแผนพัฒนาคุณภาพครู

๒) ด้านการสรรหาและการบรรจุแต่งตั้ง ปัญหา อุปสรรค คือ ขาดหลักเกณฑ์ในการสอบคัดเลือก ข้อเสนอแนะคือ มีหลักเกณฑ์ในการสอบคัดเลือกและมีการแต่งตั้งคณะกรรมการสรรหาข้าราชการครู

๓) ด้านการเสริมสร้างประสิทธิภาพในการปฏิบัติราชการ ปัญหา อุปสรรค คือ ไม่อนุญาตให้ข้าราชการครูลาศึกษาต่อ ข้อเสนอแนะคือ ควรอนุญาตให้ข้าราชการครูลาศึกษาต่อ

๔) ด้านวินัยและการรักษาวินัย ปัญหา อุปสรรค คือ ไม่เปิดโอกาสให้ข้าราชการครูมีส่วนร่วมในการกำหนดวินัย ข้อเสนอแนะคือ ควรเปิดโอกาสให้ข้าราชการครูมีส่วนร่วมในการกำหนดวินัย

๕) ด้านการออกจากราชการ ปัญหา อุปสรรค คือ ข้าราชการครูที่เจ็บป่วย หย่อนความสามารถ บกพร่องในหน้าที่ราชการและประพฤติไม่เหมาะสมไม่ให้ออกจากราชการ ข้อเสนอแนะคือ ควรให้ข้าราชการครูที่เจ็บป่วย หย่อนความสามารถ บกพร่องในหน้าที่ราชการและประพฤติไม่เหมาะสมให้ออกจากราชการเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม

๖) ด้านการสร้างขวัญและกำลังใจ ปัญหา อุปสรรค คือ ไม่มีการจัดสวัสดิการนอกเหนือจากที่ทางราชการจัดให้ ข้อเสนอแนะคือ ควรจัดสวัสดิการนอกเหนือจากที่ทางราชการจัด

ให้มีการพิจารณาความดีความชอบอย่างยุติธรรม และสร้างสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน^{๕๐}

พระพาบ ชิตมาโร (ปีสะหวาด) ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาภาวะผู้นำของผู้บริหารตามหลักฆราวาสธรรม ๔ โรงเรียนประถมศึกษาสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเขต ๑ กรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่า ระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับภาวะผู้นำของผู้บริหารตามหลักฆราวาสธรรม ๔ โรงเรียนประถมศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเขต ๑ กรุงเทพมหานคร ทั้ง ๔ ด้าน โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยเรียงลำดับคะแนนเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ด้านการสั่ง ด้านความสัมพันธ์ ด้านคุณสมบัติส่วนบุคคล และด้านการจัดการระบบการทำงาน ตามลำดับ ผลการเปรียบเทียบ พบว่าผู้บริหารและครูที่มี เพศ อายุ วุฒิการศึกษาและประสบการณ์สอนที่แตกต่างกันมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการบริหารการศึกษาตามหลักฆราวาสธรรมแตกต่างกัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ส่วนผู้บริหารและครูที่มีตำแหน่งต่างกัน มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการบริหารการศึกษาตามหลักฆราวาสธรรมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕^{๕๑}

ณรงค์ธรรม บัวทอง พันตำรวจโท ได้ทำการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาตำรวจนครบาลตามหลักฆราวาสธรรม ๔ กรณีศึกษาสถานีตำรวจนครบาลนางเลิ้ง เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร” ผลการวิจัยพบว่า ๑. ด้านสัจจะ ตรงกับหลักคุณธรรมของตำรวจข้อ (๑) คือการรักษาความสัจ ความจริงใจต่อตัวเองที่จะประพฤติปฏิบัติแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์และเป็นธรรม ตรงกับอุดมคติของตำรวจ ในข้อความที่ว่า “เคารพเอื้อเฟื้อต่อหน้าที่” ดำรงตนในยุติธรรม และรักษาความไม่ประมาทเสมอชีวิต ตรงกับพันธสัญญาในการปฏิบัติงานเพื่อบริการให้กับประชาชน อันถือเป็นความจริงใจและจริงใจที่ได้ให้กับประชาชนว่า จะดำเนินการให้เสร็จภายในเวลากำหนด เช่น การประกันตัวผู้ต้องหาภายในเวลา ๑ ชั่วโมง การตรวจสอบประวัติผู้สมัครงานหรือเข้าศึกษาต่อภายในเวลา ๑ วัน ตำรวจสายตรวจต้องรีบเดินทางไประงับเหตุภายในเวลา ๕ นาที ๒. ด้านทมะ ตรงกับหลักคุณธรรมของตำรวจ (๒) คือการรู้จักข่มใจ ผูกตนเองให้ประพฤติปฏิบัติอยู่ในความสัจ ความดีเท่านั้น ตรงกับอุดมคติของตำรวจในข้อความที่ว่า “ไม่มักมากในลาภผล” และ “กระทำการด้วยปัญญา” ตรงกับแนวแห่งการปฏิบัติของสถานีตำรวจนครบาลนางเลิ้ง คือ ได้จัดให้ข้าราชการตำรวจทุกคนเข้าแถวเคารพธงชาติ มีการไหว้พระสวดมนต์ ท่องอุดมคติของตำรวจ และได้จัดให้ผู้บังคับบัญชาทำการอบรมข้าราชการต่างๆ แก่ข้าราชการตำรวจก่อนที่จะปฏิบัติหน้าที่ในแต่ละวัน ๓. ด้านขันติ ตรงกับหลักคุณธรรมของตำรวจ (๓) คือการอดทน อดกลั้น และอดออม ที่จะไม่ประพฤติล่วงความสัจสุจริต ไม่ว่าด้วยเหตุประการใด ตรงกับอุดมคติของตำรวจใน ข้อความว่า “อดทนต่อความเจ็บใจ” และ “ไม่

^{๕๐} พระสิม สงฆโมทโก (ถัจ), “การบริหารงานบุคคลตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา อำเภอมือง จังหวัดอ่างทอง (การบริหารการศึกษา)”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗).

^{๕๑} พระพาบ ชิตมาโร (ปีสะหวาด), “ศึกษาภาวะผู้นำของผู้บริหารตามหลักฆราวาสธรรม ๔ โรงเรียนประถมศึกษาสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเขต ๑ กรุงเทพมหานคร พุทธศาสตรมหาบัณฑิต”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗), บทคัดย่อ.

หวั่นไหวต่อความยากลำบาก” ตรงกับแนวแห่งการปฏิบัติของสถานีดารวจนครบาลนางเลิ้งคือ จัดให้มีการฝึกวิชาพลศึกษา วิชาการทหาร การฝึกยุทธวิธีตำรวจ เล่นกีฬาเป็นประจำ เพื่อให้ข้าราชการตำรวจมีร่างกายแข็งแรง มีจิตใจที่เข้มแข็ง อุดมพร้อมที่จะต้องเผชิญกับความยากลำบากได้ทุกสถานการณ์ ๔. ด้านจาคะ ตรงกับหลักคุณธรรมของตำรวจ (๔) คือการรู้จักละวางความชั่ว ความทุจริต และรู้จักสละประโยชน์ส่วนน้อยของตน เพื่อประโยชน์ส่วนใหญ่ของบ้านเมือง ตรงกับอุดมคติของตำรวจในข้อความว่า “กรุณาปรานีต่อประชาชน” และ “มุ่งบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อปวงชน” ตรงกับแนวแห่งการปฏิบัติของสถานีดารวจนครบาลนางเลิ้ง คือ จัดระดมกำลังกวาดล้างจับกุมออกตรวจพื้นที่นอกเหนือจากเวลางานในปกติ การจัดให้ข้าราชการตำรวจและครอบครัว ร่วมทำบุญตักบาตรแก่พระสงฆ์ เนื่องในวันสำคัญต่างๆ เช่น วันเทศกาลขึ้นปีใหม่ วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา วันเข้าพรรษา เป็นต้น^{๕๒}

นิธินันท์ นาคบุรี ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ทัศนะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่มีต่อการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักธรรมาธรรม ๔” ผลการวิจัยพบว่า ๑) สถานภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง ๒๐-๒๕ ปี มีพรรษาดำรงต่ำกว่า ๕ กำลังศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ ๑ คณะสังคมศาสตร์ส่วนใหญ่มีการศึกษานักธรรมเอกและไม่ได้ศึกษาบาลี ทัศนะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่มีต่อการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักธรรมาธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ๓.๖๑ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมาก ๓ ด้าน คือ ด้านขันติ(ความอดทน) มีค่าเฉลี่ย ๓.๗๑ ด้านจาคะ (ความเสียสละ) มีค่าเฉลี่ย ๓.๗๑ และด้านทมะ (การฝึกตน) มีค่าเฉลี่ย ๓.๕๙ และอยู่ในระดับปานกลางเพียงด้านเดียว คือ ด้านสัจจะ (ความซื่อสัตย์) มีค่าเฉลี่ย ๓.๔๔ ๒) การเปรียบเทียบทัศนะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่มีต่อการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักธรรมาธรรม ๔ พบว่า นิสิตที่มีอายุพรรษาคณะที่ศึกษาการศึกษานักธรรมและการศึกษาบาลีโดยภาพรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๕ จึงยอมรับสมมติฐานที่ตั้งไว้ มีเพียงนิสิตที่กำลังศึกษาระดับชั้นปีที่ต่างกันเท่านั้น มีทัศนะต่อการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักธรรมาธรรม ๔ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกันจึงปฏิเสธสมมติฐานที่ตั้งไว้ ๓) แนวทางการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักธรรมาธรรม ๔ ประกอบด้วยด้านสัจจะ (ความซื่อสัตย์) มีการปรับเปลี่ยนโยกย้าย เลื่อนขึ้นเลื่อนตำแหน่ง และให้สวัสดิการอย่างเหมาะสมปราศจากการทุจริตคอร์รัปชัน และสร้างความพึงพอใจให้แก่ประชาชน ด้านทมะ (การฝึกตน) จัดฝึกอบรมในด้านวิชาการกฎหมายยุทธวิธีตำรวจ จริยธรรมและการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานให้แก่ข้าราชการตำรวจอย่างสม่ำเสมอ ด้านขันติ (ความอดทน) ข้าราชการตำรวจต้องมีความอดทนอดกลั้น

^{๕๒} ณรงค์ธรรม บัวทอง, พันตำรวจโท, “การพัฒนาตำรวจนครบาลตามหลักธรรมาธรรม ๔: กรณีศึกษา สถานีดารวจนครบาลนางเลิ้ง”, **ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, สาขารัฐประศาสนศาสตร์, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), บทคัดย่อ.

ขณะปฏิบัติหน้าที่ในทุกสถานการณ์ และด้านจาคะ (ความเสียสละ) ข้าราชการตำรวจต้องมีความเสียสละเพื่อธำรงไว้ซึ่งสถาบันชาติศาสนา พระมหากษัตริย์และความผาสุกของประชาชน^{๕๓}

สมหมาย รัตตัญญู ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจการปฏิบัติงานของข้าราชการและลูกจ้างในกรมชลประทานตามหลักธรรมาภิบาล ๔” ผลการวิจัยพบว่า ๑) ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจในการปฏิบัติงานตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ด้านสัจจะ ได้แก่ ความซื่อสัตย์ต่อกัน ความจริงใจ พุดจริงทำจริง ความเชื่อถือ และการปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมาย ด้านทมะ ได้แก่ การรู้จักข่มใจตนเอง การยอมรับความคิดเห็นและให้ความสำคัญผู้อื่นความ กระตือรือร้นในการหาความรู้เพิ่มเติม การรับฟังคำตำหนิและพร้อมที่จะแก้ไข และการหมั่น แสวงหาความรู้อยู่เป็นนิจ ด้านขันติ ได้แก่ ความอดทนการตำหนิติเตียน ความขยันในการทำงาน ความตรงต่อเวลา การยอมรับการเปลี่ยนแปลงและการปฏิบัติ และการปฏิบัติงานอยู่เหมาะสม และด้านจาคะ ได้แก่ การเสียสละมุ่งหมั่นทำหน้าที่ได้ทำงานเป็นทีม การเสียสละ เวลาพักผ่อนทำงานให้สำเร็จ การช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานทำงานทันเวลา และความเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม ๒) ข้าราชการและลูกจ้างประจำกรมชลประทานความพึงพอใจในการปฏิบัติงานโดยรวมอยู่ในระดับมากและรายด้าน ได้แก่ ด้านสัจจะ ด้านทมะ ด้านขันติ และด้านจาคะ อยู่ในระดับมากทุกด้าน ๓) ความพึงพอใจในการปฏิบัติงานตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ระหว่างข้าราชการและลูกจ้างประจำ พบว่า ข้าราชการและลูกจ้างประจำที่มีสถานภาพตำแหน่ง เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน รายจ่ายต่อเดือน สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครัวเรือน รายได้สมาชิกโดยรวมต่อครัวเรือนแตกต่างกัน การปฏิบัติงานตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ไม่แตกต่างกัน^{๕๔}

จรรยา ศรี กล้ากลาย ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ทัศนคติของพุทธศาสนิกชนต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการเปิดวัดวันอาทิตย์ของวัดปัญญานันทาราม อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี” ผลการวิจัยพบว่า ด้านทานมัยบุญสำเร็จด้วยการบริจาคทาน ในงานวิจัยพบว่า ทัศนคติของพุทธศาสนิกชนต่อการเข้าร่วมการเปิดวัดวันอาทิตย์ของวัดปัญญานันทาราม พุทธศาสนิกชนที่เข้าร่วมกิจกรรมมีการตระหนักรู้หลักธรรมเกี่ยวกับการให้อภัยต่อผู้อื่นเป็นการทำทานอย่างหนึ่ง และการอนุเคราะห์แก่ผู้ยากไร้ก็ถือเป็นกรให้ทาน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าวัดได้นำเสนอหลักการให้ทานตามพุทธวิธีอย่างถูกต้องจึงควรส่งเสริมสนับสนุนการเทศน์การสอนให้เห็นผลจากการกระทำนั้นๆ แต่สิ่งที่ควรพัฒนาให้เพิ่มมีมากขึ้นเกี่ยวกับรูปแบบลักษณะการทำบุญที่จะได้อานิสงส์มากทั้งถวายเป็นสังฆทาน ประกอบพิธีกรรมอย่างถูกต้องเหมาะสม ด้านศีลมัยบุญสำเร็จด้วยการรักษาศีลในงานวิจัยพบว่า พุทธศาสนิกชนเห็นความสำคัญของการรักษาศีลทำให้ทุกคนในสังคม อยู่ร่วมกันได้อย่างเป็นสุขและมีความประพฤติที่ดีงามทางกายและวาจา เป็นการรักษาศีล นับว่าเป็นการปฏิบัติหน้าที่ของชาวพุทธ

^{๕๓} นิธินันท์ นาคบุรี, “ทัศนะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่มีต่อการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักธรรมาภิบาล ๔”, **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), บทคัดย่อ.

^{๕๔} สมหมาย รัตตัญญู “ศึกษาความพึงพอใจการปฏิบัติงานของข้าราชการและลูกจ้างกรมชลประทานตามหลักธรรมาภิบาล ๔”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย: วิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), บทคัดย่อ.

อย่างสมบูรณ์ ซึ่งเป็นความจำเป็นที่ทางวัดควรจะได้พัฒนาหลักข้อวัตรปฏิบัตินี้ให้ดียิ่งขึ้น อย่างไรก็ตาม มีพุทธศาสนิกชนบางเหล่าที่ยังไม่เข้าใจหลักธรรมที่มีระดับที่สูงขึ้น ซึ่งเอื้อต่อการปฏิบัติให้บรรลุคุณธรรมขั้นสูง จนทำให้หมดสิ้นจากกองทุกข์ ควรเทศน์สอนการพัฒนาคุณภาพชีวิตด้านการมีทรัพย์สมบัติ และการปฏิบัติธรรมที่จะได้เห็นสภาวะธรรมได้ จำเป็นอย่างยิ่งต้องให้มีการรักษาศีลอย่างเคร่งครัด ด้านภวนามัยบุญสำเร็จด้วยการภวนา ในงานวิจัยพบว่า หลักการปฏิบัติถือเป็นหัวใจหลักของคำสอนทางพระพุทธศาสนา ซึ่งพุทธศาสนิกชนได้มีการเจริญภวนาแล้วแผ่เมตตาให้แก่ผู้อื่นเป็นการทำทานและการเจริญภวนาทำให้เกิดปัญญาช่วยแก้ไขปัญหาวิตถิตต่างๆ ได้ จะเห็นได้ว่าการปฏิบัติภวนาทำให้พุทธศาสนิกเข้าใจผลของการปฏิบัติมากขึ้น แต่มีบางส่วนที่ทางวัดควรให้การจัดกิจกรรมที่เอื้อต่อการทำความเข้าใจเกี่ยวกับความเชื่อที่สืบทอดกันมาเกินไป ควรมีข้อปฏิบัติในการบำเพ็ญเพียรทั้งการเจริญภวนาและการให้ทานอย่างเหมาะสมและบูรณาการ ด้านกิจกรรมทางศาสนา ในงานวิจัยพบว่า พุทธศาสนิกชนได้มีส่วนร่วมโดยเฉพาะกิจกรรมทางพระพุทธศาสนา คือการรักษาศีล มีการรักษาศีล ๕ และศีล ๘ เป็นรากฐานของการสร้างชีวิตที่ดีงาม นอกจากนั้นได้มีการบำเพ็ญทาน(โครงการ พุทธอาสา) การเปิดโอกาสให้ทำบุญด้วยการเสียสละกำลังกายและกำลังสติปัญญาช่วยเหลือผู้อื่นที่ด้อยโอกาสกว่า เป็นการทำความดีโดยไม่ต้องใช้เงิน ดังนั้นวัดควรส่งเสริมให้เกิดเป็นสังคมวิถีพุทธเพิ่มมากขึ้น ในอีกส่วนหนึ่งที่ทางวัดควรพัฒนาให้เกิดการตระหนักรู้และทำความเข้าใจเกี่ยวกับการบำเพ็ญทานโครงการสมโภชพระไตรปิฎก ขณะที่สาธยายพระไตรปิฎก สวดมนต์แปล จึงเพิ่มความสำคัญว่าเกิดผลเชิงประจักษ์ต่อผู้ปฏิบัติกิจกรรมที่ส่งเสริมการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น^{๕๕}

ทัศนีย์ กลางเภา ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างหลักฆราวาสธรรมกับคุณภาพการปฏิบัติงานของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔” ผลการวิจัยพบว่า ๑) การปฏิบัติตนตามหลักฆราวาสธรรมของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๔ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสัจจะ มีค่าเฉลี่ย ๔.๑๓ ด้านทมะ มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๒ ด้านขันติ มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๑ และด้านจาคะ มีค่าเฉลี่ย ๓.๘๐ ๒) คุณภาพการปฏิบัติงานของข้าราชการ สำนักงานอัยการภาค ๔ โดยภาพรวม พบว่า อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๘ ๓) ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติตนตามหลักฆราวาสธรรมกับคุณภาพการปฏิบัติงานของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔ โดยภาพรวมมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพการปฏิบัติงานในระดับสูงมาก ($r = 0.897$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า หลักฆราวาสธรรมทุกด้านมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับคุณภาพการปฏิบัติงานทุกด้าน^{๕๖}

^{๕๕} จรูญศรี กล่ำกลาย, “ทัศนคติของพุทธศาสนิกชนต่อการเข้าร่วมกิจกรรม การเปิดวัดวันอาทิตย์ ของวัดปัญญานันทาราม อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕).

^{๕๖} ทัศนีย์ กลางเภา, “ทัศนะของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่มีต่อการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักฆราวาสธรรม ๔”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, รัฐประศาสนศาสตร, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), บทคัดย่อ.

เรต้า จันท์เหลือ่ง ได้ทำการวิจัยเรื่องการปฏิบัติงานตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของ ตำรวจจราจรสถานีตำรวจภูธรเมืองขอนแก่น ผลการวิจัยพบว่า

๑. ตำรวจจราจรสถานีตำรวจภูธรเมืองขอนแก่นส่วนใหญ่ เป็นเพศชายคิดเป็นร้อยละ ๘๖.๕ มีอายุอยู่ระหว่าง ๔๑-๕๐ ปี คิดเป็นร้อยละ ๔๘.๐ มีระดับการศึกษา ปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ ๕๐.๐ มีตำแหน่งเป็นข้าราชการตำรวจ คิดเป็นร้อยละ ๘๔.๕ มีรายได้ต่อเดือนสูงกว่า ๒๐,๐๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๗๕.๗

๒. การปฏิบัติงานตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของตำรวจจราจรสถานีตำรวจภูธรเมืองขอนแก่น โดยรวมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ย ๔.๔๖ เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ๑) ด้านสัจจะ ค่าเฉลี่ย ๔.๕๗ ๒) ด้านขันติ ค่าเฉลี่ย ๔.๔๗ ๓) ด้านจาคะ ค่าเฉลี่ย ๔.๔๑ ๔) ด้านทมะ ค่าเฉลี่ย ๔.๔๐

๓. ตำรวจจราจรที่มี อายุ ต่างกัน มีการปฏิบัติงานตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกัน จึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ส่วนตำรวจจราจรที่มี เพศ ระดับการศึกษา ตำแหน่ง รายได้ต่อเดือน ต่างกันมีการปฏิบัติงานตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ไม่แตกต่างกัน จึงไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

๔. ปัญหา อุปสรรค คือ ขาดความจริงใจในการให้บริการประชาชน ขาดการควบคุมจิตใจ ขาดความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงาน ขาดความพร้อมเพียง มีข้อเสนอแนะคือตำรวจจราจรควรปฏิบัติงานด้วยความซื่อสัตย์สุจริต ควรปลูกฝังการการหมั่นใจ ผู้บังคับบัญชากำกับให้การปฏิบัติงานอยู่ในกฎระเบียบอย่างเคร่งครัดและลงโทษเมื่อกระทำความผิด ฝึกปฏิบัติงานเป็นทีม

๕. แนวทางพัฒนาการปฏิบัติงานตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของตำรวจจราจรสถานีตำรวจภูธรเมืองขอนแก่น คือปลูกฝังจิตสำนึกเห็นแก่ส่วนรวมมากกว่าส่วนตน พัฒนาความซื่อสัตย์ตรงต่อเวลา ตระหนักและรักในหน้าที่ ปฏิบัติงานอย่างมีสติ มีความไตร่ตรอง อดทน ขยันหมั่นเพียร มีความเสียสละ ดำรงชีวิตให้พอเพียง ฝึกควบคุมอารมณ์โดยใช้ธรรมเข้ากล่อมเกลাজิตใจเพื่อลดความตึงเครียด ปฏิบัติงานตามอุดมคติตำรวจอย่างเคร่งครัด เพื่อประโยชน์สุขของประชาชนเป็นสำคัญ^{๕๗}

ทองพูน สวัสดิ์รักษ์ ได้ทำการวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในสถานศึกษา อำเภไพลี จังหวัดนครสวรรค์ ผลการวิจัย พบว่า หลักพุทธธรรมที่นำมาประยุกต์ใช้ในสถานศึกษา ประกอบด้วย หลักฆราวาสธรรม ๔ ว่าด้วยการครองตน เป็นธรรมของผู้ครองเรือน ได้แก่ สัจจะ ทมะ ขันติจาคะ หลักพรหมวิหาร ๔ ด้วยการครองคน เป็นคุณธรรมสำหรับผู้ใหญ่ ได้แก่ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา หลักอิทธิบาท ๔ ว่าด้วยการครองงาน เป็นคุณธรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จ ได้แก่ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา ซึ่งผู้บริหาร ครูผู้สอน ควรศึกษาและยึดหลักทั้ง ๓ เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานใน สถานศึกษา เมื่อเปรียบเทียบการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรม ของผู้บริหาร และครูผู้สอน ด้านการครอง ตน ครองคน และครองงาน ในสถานศึกษา โดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับ มาก ($\bar{X} = ๓.๙๓$) เมื่อพิจารณารายละเอียดแต่ละด้าน พบว่า ด้านการครองตน มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ($\bar{X} = ๔.๐๓$) ด้านการ ครองคน มีค่าเฉลี่ย ($\bar{X} = ๓.๙๐$) ส่วนด้านการครองงาน มีค่าเฉลี่ย

^{๕๗} เรต้า จันท์เหลือ่ง, “การปฏิบัติงานตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของตำรวจจราจรสถานีตำรวจภูธรเมืองขอนแก่น”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

ต่ำสุด ($\bar{X} = ๓.๘๕$) แนวทางการประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในสถานศึกษาตามทัศนะของผู้บริหารสถานศึกษา และครูผู้สอน พบว่าด้านการครองตน ผู้บริหารสถานศึกษา และครูผู้สอนต้องทำงานด้วยความซื่อสัตย์ ซื่อตรง โปร่งใส ตรวจสอบได้ จริ่งใจในการทำงาน รู้จักควบคุมอารมณ์ มีความอดทน อดกลั้น แบ่งปันสิ่งของ มีน้ำใจต่อกัน ด้านการครองคน ผู้บริหารสถานศึกษา และครูผู้สอนต้องมีความรักใคร่ เสียสละ มีความจริงใจ ห่วงใย เพื่อนร่วมงาน เปิดโอกาสให้บุคคลอื่นเข้ามามีส่วนร่วมในการทำงาน ยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น รู้จักยกย่องชมเชยผู้ร่วมงานที่ทำความดีตามความเหมาะสม มีความยุติธรรมวางตัวเป็นกลาง ด้านการครองงาน ผู้บริหารสถานศึกษา และครูผู้สอนต้องมีความพอใจในบทบาทและหน้าที่เกี่ยวข้อง มีความสุขในการทำงาน รวมทั้งมีความภาคภูมิใจในการปฏิบัติหน้าที่ ขยันคิด ขยันทำและสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ ให้กับสถานศึกษา เมื่อพบปัญหาที่เกิดจากการทำงาน พยายามหาแนวทางแก้ไข อุทิศเวลาให้กับดำเนินงานและกิจกรรมต่างๆ ของสถานศึกษา คิดและวางแผนการทำงานอย่างต่อเนื่อง บุคลากรทุกฝ่ายได้มีส่วนร่วมในการประเมินผลการดำเนินงานของสถานศึกษาอันจะนำไปสู่การพัฒนางานอย่างมีประสิทธิภาพ^{๕๘}

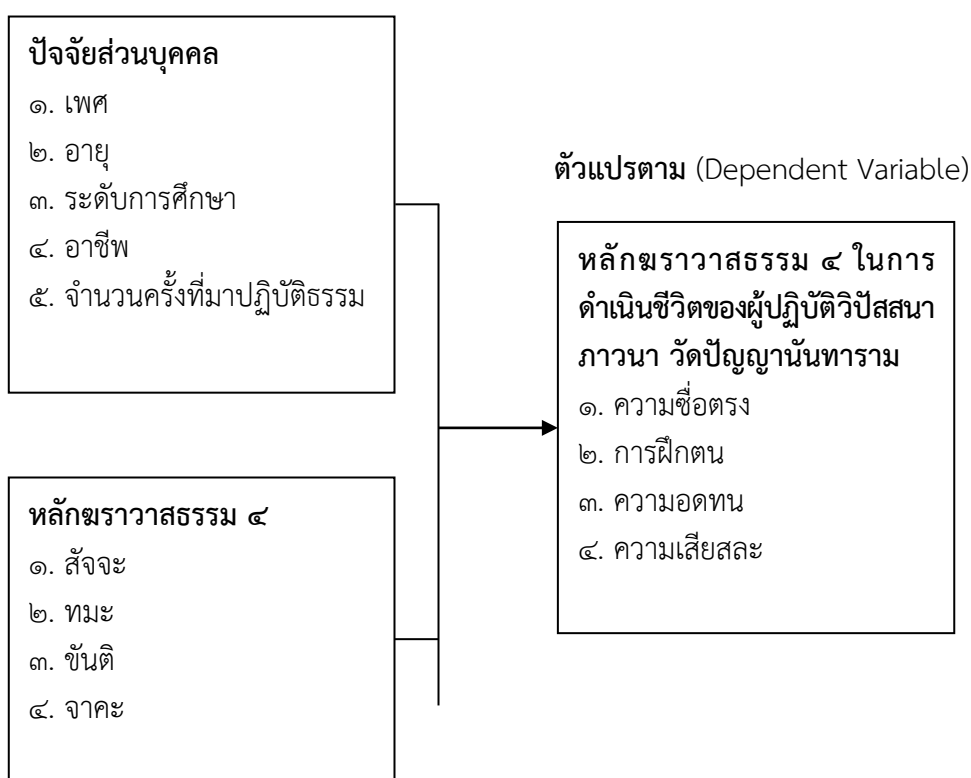
สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับขรรยาวาสนธรรม ๔ จากการศึกษาเอกสารงานและวิจัยที่เกี่ยวข้องหลายๆ เล่ม ทำให้ผู้วิจัยได้ทราบข้อมูลว่าหลักขรรยาวาสนธรรม ๔ เป็นหลักธรรมที่สำคัญและจำเป็นมากต่อประชาชนที่จะต้องนำไปใช้ในการดำเนินชีวิต อันจะทำให้เกิดประโยชน์มากมายต่อตนเองและสังคม โดยเฉพาะคนทั่วไป สามารถที่จะนำหลักธรรมนี้มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต มีความซื่อสัตย์สุจริต มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความอดทนอดกลั้น และมีความเสียสละต่อกัน เพื่อก่อให้เกิดความสงบสุข และความร่มเย็นมาสู่ครอบครัว สังคม และประเทศชาติสืบไป

^{๕๘} ทองพูน สวัสดิ์รักษ์, “การประยุกต์ใช้หลักพุทธธรรมในสถานศึกษา อำเภอไพศาลี จังหวัดนครสวรรค์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), บทคัดย่อ.

๒.๖ กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยเรื่องการศึกษาหลักพราวาธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี ผู้วิจัยได้ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งหลักการที่นำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรม โดยนำมากำหนดเป็นกรอบแนวคิดในการวิจัย ดังนี้

ตัวแปรต้น (Independent Variable)



แผนภูมิที่ ๒.๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ ๓

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีขั้นตอนดำเนินการวิจัย ดังนี้

- ๓.๑ รูปแบบการวิจัย
- ๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- ๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- ๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล
- ๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ข้อมูลจากแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

๓.๒.๑ ประชากร ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี ที่มาปฏิบัติธรรม ในช่วงเวลาเดือนพฤศจิกายน-ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๐ จำนวนทั้งสิ้น ๔๐๐ คน

๓.๒.๒ กลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการกำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยเปิดตารางจากการคำนวณสูตรของ R.V. Krejcie & D.W Morgan ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๑๙๖ คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Sample Random Sampling)

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

๓.๓.๑ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งแบ่งออกเป็น ๓ ตอนดังนี้

ตอนที่ ๑ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป ของผู้ตอบแบบสอบถามได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ และจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List) รวม ๖ ข้อ

ตอนที่ ๒ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี โดยแบ่งออกเป็น ๔ ด้าน คือ

ด้านสัจจะ ด้านทมะ ด้านสันติ และด้านจาคะ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ตามมาตรวัดของ ลิเคิร์ต (Likert' Scale) แบ่งเป็น ๕ ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

- ๕ หมายถึง ระดับการปฏิบัติมากที่สุด
- ๔ หมายถึง ระดับการปฏิบัติมาก
- ๓ หมายถึง ระดับการปฏิบัติปานกลาง
- ๒ หมายถึง ระดับการปฏิบัติน้อย
- ๑ หมายถึง ระดับการปฏิบัติน้อยที่สุด

ตอนที่ ๓ เป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open Ended) ที่ถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเป็น

๓.๓.๒ ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ ในการสร้างเครื่องมือการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยจะได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

๑) ศึกษาค้นคว้าพระไตรปิฎก อรรถกถา หนังสือทั่วไป และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

๒) นำข้อมูลที่ได้ศึกษามาวิเคราะห์ เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัย และนำมาใช้เป็นข้อมูลสำหรับสร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมเนื้อหาสาระตามขอบเขตของการวิจัย และสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

๓) สร้างข้อคำถามตามกรอบแนวคิดในการวิจัยและนิยามศัพท์เฉพาะในการวิจัย

๓.๓.๓ การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ คือ การตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) ในการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ผู้วิจัยจะได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

๑) นำแบบสอบถาม (ฉบับร่าง) ที่สร้างขึ้นไปเสนอต่อคณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ เพื่อตรวจสอบสำนวนภาษา เนื้อหาสาระ รูปแบบของการสอบถาม และนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำ

๒) หาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว เสนอคณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ เพื่อขอความเห็นชอบและเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา การใช้ภาษา และความชัดเจนของข้อคำถาม และตรวจสอบความเที่ยงตรงและความครอบคลุมเนื้อหา (Content Validity) จำนวน ๕ ท่าน

๓) นำร่างแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญ มาวิเคราะห์หาค่า

ดัชนีความสอดคล้อง (Index of item objective congruence: IOC) *

$$\text{สูตร IOC} = \frac{\sum R}{N}$$

* พิสนุ พองศรี, วิจัยทางการศึกษา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เทียมฝ่ายการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๑๓๘ - ๑๓๙.

เมื่อ IOC		แทน ดัชนีความสอดคล้อง
$\sum R$		แทน ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นจากผู้เชี่ยวชาญ
N		แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ
โดยที่	+๑	หมายถึง แน่ใจว่าสอดคล้อง
	๐	หมายถึง ไม่แน่ใจว่าสอดคล้อง
	-๑	หมายถึง ไม่สอดคล้อง

ผู้วิจัยได้แก้ไขปรับปรุงแบบสอบถามตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ จนได้ค่าดัชนีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของแต่ละข้อ (IOC) มากกว่า ๐.๕ ขึ้นไปทุกข้อ เมื่อมีบางข้อที่ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องต่ำกว่า ๐.๕ ที่ไม่ถึงเกณฑ์ ผู้วิจัยได้แก้ไขปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และเสนอคณะกรรมการที่ปรึกษาสารนิพนธ์ตรวจสอบอีกครั้งหนึ่ง

๔) นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try-Out) กับกลุ่มซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน ๓๐ คน เพื่อนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)^๒ ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .๙๖

๕) นำแบบสอบถามที่ผ่านการทดลองใช้แล้ว เสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ เพื่อขอความเห็นชอบและจัดพิมพ์แบบสอบถามเป็นฉบับสมบูรณ์ แล้วจึงนำไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการวิจัยครั้งนี้ต่อไป

๓.๔ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลตามขั้นตอน ดังนี้

๓.๔.๑ ผู้วิจัยขอหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลจากบัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส จังหวัดนครปฐม เพื่อขอความร่วมมือไปยังเจ้าอาวาสวัดปัญญานันทาราม และผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล

๓.๔.๒ ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยแจกแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่าง คือ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี จำนวน ๑๙๖ คน ในการแจกแบบสอบถามผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามไปแจกและเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

^๒ Cronbach, Lee J, **Essentials of psychological testing (4 th ed.)**, (New York: Harper & Row, 1971), p. 160.

๓.๕.๑ นำแบบสอบถามทั้งหมดมาตรวจสอบความสมบูรณ์ความถูกต้องในการตอบแบบสอบถาม แล้วนำมาคัดเลือกฉบับที่สมบูรณ์เพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูล โดยการบันทึกคะแนนแต่ละข้อของแต่ละคนลงในแบบลงรหัส (Coding Form)

๓.๕.๒ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์

๓.๕.๓ การวิเคราะห์ข้อมูล

๑) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

๒) วิเคราะห์ระดับการปฏิบัติของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภวานาวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistics) ได้แก่ ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ของคะแนนจากการตอบแบบสอบถามการศึกษาหลักขรรวาวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภวานาวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

๓) เกณฑ์การวัดระดับการปฏิบัติของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภวานาวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี มีอยู่ ๕ ระดับ การแปลความหมายค่าเฉลี่ยผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการของ เบสและคาน^๓ โดยมีเกณฑ์ ดังนี้

ค่าเฉลี่ย ๔.๕๐ – ๕.๐๐	หมายถึง	ระดับการปฏิบัติมากที่สุด
ค่าเฉลี่ย ๓.๕๐ – ๔.๔๙	หมายถึง	ระดับการปฏิบัติมาก
ค่าเฉลี่ย ๒.๕๐ – ๓.๔๙	หมายถึง	ระดับการปฏิบัติปานกลาง
ค่าเฉลี่ย ๑.๕๐ – ๒.๔๙	หมายถึง	ระดับการปฏิบัติน้อย
ค่าเฉลี่ย ๑.๐๐ – ๑.๔๙	หมายถึง	ระดับการปฏิบัติที่น้อยที่สุด

๔) การทดสอบสมมติฐานใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ได้แก่ t-test และ F-test เป็นการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA) และการเปรียบเทียบรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffé) ในกรณีที่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.๐๕

^๓ Best J.W. & Kahn J.V., **Research in Education 10th**, Pearson Education Inc, USA, 2006.

บทที่ ๔

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี” นี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี และเพื่อวิเคราะห์ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คัดเลือกโดยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) จากประชากรที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเป้าหมายได้ขนาดกลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๑๙๖ คน

เครื่องมือที่ใช้วิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นมีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ ๐.๙๖ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ได้แบบสอบถามกลับคืนมาครบร้อยละ ๑๐๐ แล้วจึงตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลที่ศึกษาพร้อมทั้งวิเคราะห์สรุปข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ เพื่อใช้ตอบวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งเอาไว้

เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการแปลความหมายของข้อมูลจากการวิจัยที่ตรงกัน ผู้วิจัยขอเสนอสัญลักษณ์ที่ใช้แทนความหมายของข้อมูลต่างๆ ดังต่อไปนี้

t	หมายถึง	ค่าการแจกแจงแบบทีชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent)
F	หมายถึง	ค่าแจกแจงการกระจายข้อมูลแบบ F-distribution
p	หมายถึง	แสดงค่านัยสำคัญทางสถิติ
*	หมายถึง	ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕
NS	หมายถึง	ความแตกต่างอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ สำหรับประมวลผลทางสถิติ พร้อมทั้งได้สรุปข้อมูลลงในตารางประกอบการบรรยายข้อมูล ดังจะได้นำเสนอตามลำดับดังต่อไปนี้

๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

๔.๒ ระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔

๔.๓ ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์โดยแจกแจงจำนวน (ความถี่) และค่าร้อยละ และนำเสนอในตารางประกอบบรรยาย มีรายละเอียดดังแสดงในตารางที่ ๔.๑

ตารางที่ ๔.๑ แสดงจำนวนและค่าร้อยละ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
๑. เพศ		
ชาย	๔๐	๒๐.๔
หญิง	๑๕๖	๗๙.๖
๒. อายุ		
ต่ำกว่า ๒๑ ปี	๘	๔.๑
๒๑-๔๐ ปี	๑๐๑	๕๑.๕
๔๑-๖๐ ปี	๗๐	๓๕.๗
๖๑ ปีขึ้นไป	๑๗	๘.๗
๓. ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	๗๖	๓๘.๘
ปริญญาตรี	๘๔	๔๒.๙
สูงกว่าปริญญาตรี	๓๖	๑๘.๔
๔. อาชีพ		
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	๕๑	๒๖.๐
เกษตรกร/รับจ้าง	๔๐	๒๐.๔
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	๑๐๕	๕๓.๖
๕. จำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม		
๑ ครั้ง	๑๔๗	๗๕.๐
๒-๕ ครั้ง	๒๘	๑๔.๓
๖ ครั้งขึ้นไป	๒๑	๑๐.๗
รวม	๑๙๖	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่า ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ปรากฏดังนี้

๑. ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นหญิง จำนวน ๑๕๖ คน (ร้อยละ ๗๙.๖) และเป็นชายจำนวน ๔๐ คน (ร้อยละ ๒๐.๔)

๒. ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุ ๒๑-๔๐ ปี จำนวน ๑๐๑ คน (ร้อยละ ๕๑.๕) รองลงมาคือมีอายุ ๔๑-๖๐ ปี จำนวน ๗๐ คน (ร้อยละ ๓๕.๗) มีอายุ ๖๑ ปีขึ้นไป จำนวน ๑๗ คน (ร้อยละ ๘.๗) และน้อยสุดคือมีอายุ ต่ำกว่า ๒๑ ปี จำนวน ๘ คน (ร้อยละ ๔.๑)

๓. ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน ๘๔ คน (ร้อยละ ๔๒.๙) รองลงมาคือระดับต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน ๗๖ คน (ร้อยละ ๓๘.๘) และน้อยสุดคือระดับสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน ๓๖ คน (ร้อยละ ๑๘.๔)

๔. ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว จำนวน ๑๐๕ คน (ร้อยละ ๕๓.๖) รองลงมา คือ ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ จำนวน ๕๑ คน (ร้อยละ ๒๖.๐) และน้อยสุดคืออาชีพเกษตรกร/รับจ้าง จำนวน ๔๐ คน (ร้อยละ ๒๐.๔)

๕. ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ๑ ครั้ง จำนวน ๑๔๗ คน (ร้อยละ ๗๕.๐) รองลงมาคือจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ๒-๕ ครั้ง จำนวน ๒๘ คน (ร้อยละ ๑๔.๓) และน้อยสุดคือจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ๖ ครั้งขึ้นไป จำนวน ๒๑ คน (ร้อยละ ๑๐.๗)

๔.๒ ระดับการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔

ผลการวิเคราะห์ระดับการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี ผู้วิจัยใช้การวิเคราะห์ค่าคะแนนโดยแบ่งเป็น ๔ ด้านๆ ละ ๑๐ ข้อ พร้อมทั้งการแปลผลตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วนำเสนอในตารางประกอบการบรรยาย มีรายละเอียดดังแสดงในตารางที่ ๔.๒-๔.๖

ตารางที่ ๔.๒ แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ โดยรวม

การปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔	ระดับการปฏิบัติ		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑. ด้านสัจจะ	๔.๓๓	.๔๒	มาก
๒. ด้านทมะ	๓.๙๐	.๔๔	มาก
๓. ด้านขันติ	๓.๘๗	.๔๕	มาก
๔. ด้านจาคะ	๔.๑๒	.๕๒	มาก
รวม	๔.๐๖	.๓๘	มาก

จากตารางที่ ๔.๒ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีระดับการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๐๖ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีระดับการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ อยู่ในระดับมากทุกด้าน คือ ด้านสัจจะ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๓๓ ด้านจาคะ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๑๒ ด้านทมะ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๙๐ และด้านขันติ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๘๗ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๓ แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ ด้านสัจจะ

ด้านสัจจะ	ระดับการปฏิบัติ		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑. ท่านเป็นคนที่มีความประพฤติเป็นคนเที่ยงแท้ มั่นคงต่อ ความดีไม่หันเหไปในทางชั่ว	๔.๑๒	.๖๕	มาก
๒. เมื่อท่านตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ท่านเป็นผู้ประพฤติตนไม่ ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน	๔.๔๑	.๕๗	มาก

๓. ท่านมีความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ที่ตนเองได้รับมอบหมาย โดยทำหน้าที่นั้นให้ดีที่สุด	๔.๔๐	.๖๗	มาก
๔. ท่านมีความรับผิดชอบต่อนหน้าที่ของตน ด้วยความมุ่งมั่นโดยปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ	๔.๓๕	.๕๙	มาก
๕. ท่านทำงานด้วยจิตใจที่ซื่อสัตย์ สุจริต โดยไม่มีความโลภและไม่ใช้หน้าที่แสวงหาผลประโยชน์ส่วนตน	๔.๔๐	.๖๔	มาก
๖. ท่านมีความจริงใจต่อการทำงานที่ได้รับมอบหมาย	๔.๕๓	.๕๘	มากที่สุด
๗. ท่านเป็นคนที่มีการกระทำตรงกับคำพูดของตนเองเสมอ	๔.๓๗	.๖๐	มาก
๘. ท่านมีความรับผิดชอบต่อคำพูดของตนเองเสมอ	๔.๔๗	.๖๑	มาก
๙. ท่านมีความจริงใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อเกิดปัญหา	๔.๒๖	.๖๖	มาก
๑๐. ท่านเป็นผู้ที่ประพฤติคุณประโยชน์ต่อสังคมเสมอ	๓.๙๖	.๖๘	มาก
รวม	๔.๓๓	.๕๒	มาก

จากตารางที่ ๔.๓ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักธรรมาธรรม ๔ ด้านสัจจะ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๓๓ เมื่อพิจารณาจากการตอบคำถามเป็นรายข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักธรรมาธรรม ๔ อยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ ๖ ท่านมีความจริงใจต่อการทำงานที่ได้รับมอบหมาย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๕๓ มีการปฏิบัติตามหลักธรรมาธรรม ๔ อยู่ในระดับมาก ๓ ข้อแรก คือ ข้อ ๘ ท่านมีความรับผิดชอบต่อคำพูดของตนเองเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๗ ข้อ ๒ เมื่อท่านตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ท่านเป็นผู้ประพฤตินไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๑ มีค่าเฉลี่ยเท่ากันคือ ข้อ ๓ ท่านมีความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ที่ตนเองได้รับมอบหมาย โดยทำหน้าที่นั้นให้ดีที่สุด และข้อ ๕. ท่านทำงานด้วยจิตใจที่ซื่อสัตย์ สุจริต โดยไม่มีความโลภและไม่ใช้หน้าที่แสวงหาผลประโยชน์ส่วนตน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๐ และอยู่ในระดับมาก ๓ ลำดับสุดท้าย คือ ข้อ ๙ ท่านมีความจริงใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อเกิดปัญหามีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๒๖ ข้อ ๑ ท่านเป็นคนที่มีความประพฤติเป็นคนเที่ยงแท้ มั่นคงต่อความดีไม่หันเหไปในทางชั่วมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๑๒ และน้อยที่สุดคือ ข้อ ๑๐ ท่านเป็นผู้ที่ประพฤติคุณประโยชน์ต่อสังคมเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๙๖ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๔ แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักธรรมาธรรม ๔ ด้านทมะ

ด้านทมะ	ระดับการปฏิบัติ		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑. ท่านมีการฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ในความเจริญก้าวหน้า อยู่ตลอดเวลา	๔.๐๒	.๖๔	มาก
๒. ท่านมีการข่มใจทนต่อความยากลำบากอันเกิดจากทุกข์ ยากของตนเองได้	๓.๖๙	.๕๔	มาก
๓. ท่านมีการฝึกนิสัยให้มีความอดทน มีความอดกลั้น เมื่อมี อารมณ์ใดๆ มากกระทบ ก็ไม่แสดงออกมา	๓.๖๘	.๖๘	มาก

๔. ท่านมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ อย่างมีความสุข	๔.๐๓	.๗๔	มาก
๕. ท่านมีความกระตือรือร้นในการเคี้ยวเคี้ยวฝึกฝนตนเองอย่าง ไม่มีข้อแม้หรือเงื่อนไขใดๆ	๔.๐๙	.๗๓	มาก
๖. ท่านพัฒนาฝึกฝนตนให้มีความเสียสละต่อส่วนรวม	๔.๐๐	.๖๘	มาก
๗. ท่านให้ความอนุเคราะห์ผู้อื่นเมื่อเขาประสบความสำเร็จ	๔.๐๔	.๖๘	มาก
๘. ท่านใช้ปัญญาในการระงับความโกรธที่เกิดจากความขุ่น เคือง และความคับแค้นใจ	๓.๘๖	.๕๙	มาก
๙. ท่านใช้ปัญญาในการระงับความทะยานอยากเพื่อ ตอบสนองความต้องการของตน	๓.๘๕	.๗๖	มาก
๑๐. ท่านฝึกฝน ฝึกปฏิบัติ และหมั่นยับยั้งจิตใจของตนให้ห่าง จากกิเลสทั้งหลาย	๓.๘๔	.๖๘	มาก
รวม	๓.๙๑	.๔๔	มาก

จากตารางที่ ๔.๔ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านมา
โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๙๑ เมื่อพิจารณาจากการตอบคำถามเป็นรายข้อ พบว่า
กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ อยู่ในระดับมากทุกข้อ อยู่ในระดับมาก ๓ ลำดับ
แรก คือ ข้อ ๕ ท่านมีความกระตือรือร้นในการเคี้ยวเคี้ยวฝึกฝนตนเองอย่างไม่มีข้อแม้หรือเงื่อนไขใดๆ
มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๐๙ ข้อ ๗ ท่านให้ความอนุเคราะห์ผู้อื่นเมื่อเขาประสบความสำเร็จ มีค่าเฉลี่ย
เท่ากับ ๔.๐๔ และข้อ ๑ ท่านมีการฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ในความเจริญก้าวหน้าอยู่ตลอดเวลา มี
ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๐๒ และอยู่ในระดับมาก ๓ ลำดับสุดท้าย คือ ข้อ ๑๐ ท่านฝึกฝน ฝึกปฏิบัติ และ
หมั่นยับยั้งจิตใจของตนให้ห่างจากกิเลสทั้งหลาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๘๔ ข้อ ๒ ท่านมีการข่มใจทน
ต่อความยากลำบากอันเกิดจากทุกข์ยากของตนเองได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๖๙ และน้อยที่สุดคือ ข้อ ๓
ท่านมีการฝึกนิสัยให้มีความอดทน มีความอดกลั้น เมื่อมีอารมณ์ใดๆ มากระทบ ก็ไม่แสดงออกมา มี
ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๖๘ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๕ แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านขั้นดี

ด้านขั้นดี	ระดับการปฏิบัติ		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑. เมื่อท่านไม่สามารถหลีกเลี่ยงภัย ดินฟ้าอากาศ ความ หนาว ความร้อนได้อย่างไม่ย่อท้อ	๓.๗๙	.๘๓	มาก
๒. ท่านปฏิบัติหน้าที่ด้วยความอดทน และตรงต่อเวลาอยู่ เสมอ	๔.๐๔	.๖๔	มาก
๓. ท่านอดทนต่ออำนาจกิเลส ไม่เอาแต่ใจตนเอง และไม่ ยอมสยบต่อความพึงพอใจต่างๆ	๓.๘๑	.๖๓	มาก
๔. ท่านมีความรับผิดชอบ และอดทนต่อความยากลำบากใน การทำงานของตนและผู้อื่นได้	๔.๑๓	.๖๔	มาก

๕. ท่านมีความอดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วย และความไม่สบาย กายของตน	๓.๙๔	.๗๘	มาก
๖. ท่านอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ และความขัดใจอัน เกิดจากคำพูดที่ไม่ชอบใจ	๓.๖๖	.๗๙	มาก
๗. ท่านมีความอดทนต่อการไม่ได้ไปเที่ยวเตร่อย่างสนุกสนาน ได้	๓.๘๗	.๗๖	มาก
๘. ท่านมีความอดทนต่อการทำให้รู้สึกเจ็บใจในการทำงาน จากคนอื่น	๓.๗๔	.๖๙	มาก
๙. ท่านมุ่งมั่น ขยันหมั่นเพียร เมื่อประสบปัญหาจะไม่แสดง อาการท้อแท้หรือยอมแพ้	๓.๘๙	.๖๒	มาก
๑๐. ท่านมีความอดทนต่อความยากลำบาก เมื่อประสบกับ ปัญหาต่างๆ	๓.๘๓	.๖๒	มาก
รวม	๓.๘๗	.๔๕	มาก

จากตารางที่ ๔.๕ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้าน
ขั้นดี โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๘๗ เมื่อพิจารณาการปฏิบัติจากการตอบคำถามเป็น
รายข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ อยู่ในระดับมาก ๓ ลำดับแรก คือ
ข้อ ๔ ท่านมีความรับผิดชอบ และอดทนต่อความยากลำบากในการทำงานของตนและผู้อื่นได้ มี
ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๑๓ ข้อ ๒ ท่านปฏิบัติหน้าที่ด้วยความอดทน และตรงต่อเวลาอยู่เสมอ มีค่าเฉลี่ย
เท่ากับ ๔.๐๔ และข้อ ๕ ท่านมีความอดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วย และความไม่สบายกายของตน มี
ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๙๔ และอยู่ในระดับมาก ๓ ลำดับสุดท้าย คือ ข้อ ๑ เมื่อท่านไม่สามารถหลีกเลี่ยง
ภัย ดินฟ้าอากาศ ความหนาว ความร้อนได้อย่างไม่ย่อท้อ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๗๙ ข้อ ๘ ท่านมีความ
อดทนต่อการทำให้รู้สึกเจ็บใจในการทำงานจากคนอื่น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๗๔ และน้อยที่สุดคือ ข้อ
๖ ท่านอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ และความขัดใจอันเกิดจากคำพูดที่ไม่ชอบใจ มีค่าเฉลี่ย
เท่ากับ ๓.๖๖ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๖ แสดงคะแนนและระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านจาละ

ด้านจาละ	ระดับการปฏิบัติ		
	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
๑. ท่านสามารถสละประโยชน์ตน มีน้ำใจช่วยเหลือเอื้อเฟื้อ เพื่อแผ่ต่อผู้อื่นในชุมชนและสังคมได้	๓.๙๐	.๘๐	มาก
๒. ท่านมีความสามารถในการทำงานและบำเพ็ญประโยชน์ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นประสบความทุกข์ยากได้	๓.๘๙	.๗๘	มาก
๓. ท่านเป็นผู้ให้และพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความ คิดเห็น และความต้องการของคนอื่นได้	๔.๑๓	.๕๗	มาก
๔. ท่านสละสิ่งของที่จำเป็น มีการแบ่งปันกันกิน แบ่งปัน กันใช้ รวมทั้งการบำเพ็ญให้ทานได้	๔.๑๓	.๗๒	มาก

๕. ท่านพยายามปรับปรุงนิสัย และความประพฤติที่ไม่ดีอันเสียหายแก่ส่วนรวม	๔.๐๘	.๖๙	มาก
๖. ท่านพร้อมที่จะร่วมมือในการทำงานเพื่อประโยชน์ส่วนรวมเสมอ	๔.๑๖	.๗๐	มาก
๗. ท่านทำงานด้วยความเสียสละ และไม่นำของส่วนรวมมาเป็นของตน	๔.๓๖	.๖๓	มาก
๘. ท่านไม่เลือกปฏิบัติงาน ทำงานด้วยความเสมอภาคเท่าเทียมกันโดยปราศจากอคติ	๔.๒๐	.๖๙	มาก
๙. ท่านมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีน้ำใจช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นด้วยความเมตตาอารี	๔.๒๙	.๗๑	มาก
๑๐. ท่านมีความมุ่งมั่นพร้อมที่จะเสียสละความสุข ความสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม	๔.๐๙	.๘๕	มาก
รวม	๔.๑๒	.๕๒	มาก

จากตารางที่ ๔.๖ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณ ๔ ด้าน จาคะ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๑๒ เมื่อพิจารณาการปฏิบัติจากการตอบคำถาม เป็นรายข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณ ๔ อยู่ในระดับมาก ๓ ลำดับแรก คือ ข้อ ๗ ท่านทำงานด้วยความเสียสละ และไม่นำของส่วนรวมมาเป็นของตน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๓๖ รองลงมา คือ ข้อ ๙ ท่านมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีน้ำใจช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นด้วยความเมตตาอารี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๒๙ และข้อ ๘ ท่านไม่เลือกปฏิบัติงาน ทำงานด้วยความเสมอภาคเท่าเทียมกันโดยปราศจากอคติ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๒๐ และอยู่ในระดับมาก ๓ ลำดับสุดท้าย คือ ข้อ ๕ ท่านพยายามปรับปรุงนิสัย และความประพฤติที่ไม่ดีอันเสียหายแก่ส่วนรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๐๘ ข้อ ๑ ท่านสามารถสละประโยชน์ตน มีน้ำใจช่วยเหลือเอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ต่อผู้อื่นในชุมชนและสังคมได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๙๐ และต่ำสุดคือ ข้อ ๒ ท่านมีความสามารถในการทำงานและบำเพ็ญประโยชน์ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นประสบความทุกข์ยากได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๘๙ ตามลำดับ

๔.๓ ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบสมมติฐานการวิจัย โดยใช้สถิติทดสอบนัยสำคัญแบบทีชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent) สำหรับตัวแปรเพศ และใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA) สำหรับตัวแปรอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ซึ่งหากพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จะใช้วิธีทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe's post hoc comparision)

๑. สมมติฐานที่ว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีเพศต่างกันจะมีการปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณ ๔ แตกต่างกัน ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ด้วยสถิติทีแบบที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent) มีผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ ๔.๗

ตารางที่ ๔.๗ แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณ ๔ จำแนกตามตัวแปร เพศ ด้วยสถิติที่ใช้ทดสอบนัยสำคัญชนิดทีแบบที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent)

การปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔	การปฏิบัติ				t	P
	ชาย (n=๔๐)		หญิง (n=๑๕๖)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านสัจจะ	๔.๐๒	.๓๙	๔.๔๑	.๓๙	-๕.๖๒*	.๐๐๐
ด้านทมะ	๓.๘๐	.๔๐	๓.๙๔	.๔๕	-๑.๘๒ ^{NS}	.๐๗๑
ด้านขันติ	๓.๕๗	.๓๙	๓.๙๕	.๔๔	-๕.๐๐*	.๐๐๐
ด้านจาคะ	๓.๘๑	.๔๒	๔.๒๐	.๕๑	-๕.๐๔*	.๐๐๐
รวม	๓.๘๐	.๓๒	๔.๑๒	.๓๖	-๕.๑๔*	.๐๐๐

* = มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

^{NS} = ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๗ พบว่าผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีเพศต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านสัจจะ ด้านขันติ ด้านจาคะ และด้านรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ส่วนด้านทมะ ไม่แตกต่างกัน

๒. สมมติฐานที่ว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกัน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of variance) มีผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ ๔.๘

ตารางที่ ๔.๘ แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA)

การปฏิบัติตามหลัก ฆราวาสธรรม ๔	ระดับการปฏิบัติ								F	P
	น้อยกว่า ๒๑ ปี (n=๘)		๒๑-๔๐ ปี (n=๑๐๑)		๔๑-๖๐ ปี (n=๗๐)		๖๑ ปีขึ้นไป (n=๑๗)			
	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D	$\bar{X}$	S.D.		
		.		.		.				
ด้านสัจจะ	๔.๓๕	.๓๗	๔.๒๒	.๔๐	๔.๔๘	.๔๔	๔.๓๕	.๒๙	๕.๖๑*	.๐๐๑
ด้านทมะ	๔.๕๐	.๕๓	๓.๘๕	.๔๑	๓.๙๙	.๔๔	๓.๖๗	.๑๘	๘.๗๙*	.๐๐๐
ด้านขันติ	๔.๕๐	.๕๓	๓.๗๒	.๔๒	๔.๐๓	.๔๐	๓.๘๓	.๓๘	๑๔.๒๙*	.๐๐๐
ด้านจาคะ	๔.๖๕	.๓๗	๔.๐๖	.๕๔	๔.๑๖	.๔๘	๔.๐๘	.๔๘	๓.๔๖*	.๐๑๗
รวม	๔.๕๐	.๔๕	๓.๙๖	.๓๖	๔.๑๖	.๓๖	๓.๙๘	.๒๕	๘.๗๘*	.๐๐๐

* = มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

^{NS} = ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕*

จากตารางที่ ๔.๘ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ทุกด้านแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ่ (Scheffé) ดังตารางที่ ๔.๙-๔.๑๒

ตารางที่ ๔.๙ แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านสัจจะ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ่ (Scheffé)

อายุ	ต่ำกว่า ๒๑ ปี	๒๑-๔๐ ปี	๔๑-๖๐ ปี	๖๑ ปีขึ้นไป
------	---------------	----------	----------	-------------

	(n=๘)	(n=๑๐๑)	(n=๗๐)	(n=๑๗)
ต่ำกว่า ๒๑ ปี	-	๐.๑๓	-๐.๑๓	๐.๐๐
๒๑-๔๐ ปี		-	-๐.๒๖*	-๐.๑๓
๔๑-๖๐ ปี			-	๐.๑๓
๖๑ ปี ขึ้นไป				-

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๙ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุ ๒๑-๔๐ ปี มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านสัจจะ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๔๑-๖๐ ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๐ แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านหมะ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé)

อายุ	ต่ำกว่า ๒๑ ปี (n=๘)	๒๑-๔๐ ปี (n=๑๐๑)	๔๑-๖๐ ปี (n=๗๐)	๖๑ ปี ขึ้นไป (n=๑๗)
ต่ำกว่า ๒๑ ปี	-	๐.๖๕*	๐.๕๑*	๐.๘๓*
๒๑-๔๐ ปี		-	-๐.๑๔	๐.๑๘
๔๑-๖๐ ปี			-	๐.๓๒
๖๑ ปี ขึ้นไป				-

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๐ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่ำกว่า ๒๑ ปี มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านหมะ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๒๑-๔๐ ปี อายุ ๔๑-๖๐ ปี และอายุ ๖๑ ปี ขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๑ แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านขันติ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé)

อายุ	ต่ำกว่า ๒๑ ปี (n=๘)	๒๑-๔๐ ปี (n=๑๐๑)	๔๑-๖๐ ปี (n=๗๐)	๖๑ ปี ขึ้นไป (n=๑๗)
ต่ำกว่า ๒๑ ปี	-	๐.๗๘*	๐.๔๗*	๐.๖๗*
๒๑-๔๐ ปี		-	-๐.๓๑*	-๐.๑๑
๔๑-๖๐ ปี			-	๐.๒๐
๖๑ ปี ขึ้นไป				-

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๑ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่ำกว่า ๒๑ ปี มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านขันติ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๒๑-๔๐ ปี อายุ ๔๑-๖๐ ปี และอายุ ๖๑

ปี ขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ และผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุ ๒๑-๔๐ ปี มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านชั้นดี แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๔๑-๖๐ ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๒ แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านจากระยะ จำแนกตามตัวแปร อายุ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé)

อายุ	ต่ำกว่า ๒๑ ปี (n = ๘)	๒๑-๔๐ ปี (n = ๑๐๑)	๔๑-๖๐ ปี (n = ๗๐)	๖๑ ปี ขึ้นไป (n = ๑๗)
ต่ำกว่า ๒๑ ปี	-	๐.๕๙*	๐.๔๙	๐.๕๗
๒๑-๔๐ ปี		-	-๐.๑๐	-๐.๐๑
๔๑-๖๐ ปี			-	๐.๐๘
๖๑ ปี ขึ้นไป				-

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๒ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่ำกว่า ๒๑ ปี มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านจากระยะ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๒๑-๔๐ ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๓. สมมติฐานที่ว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีการศึกษาต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกัน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of variance) มีผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ ๔.๑๓

ตารางที่ ๔.๑๓ แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ จำแนกตามตัวแปร การศึกษา ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA)

ปฏิบัติตามหลักฆราวาส ธรรม ๔	การปฏิบัติ						F	P
	ต่ำกว่าปริญญาตรี (n=๗๖)		ปริญญาตรี (n =๘๔)		สูงกว่าปริญญาตรี (n =๓๖)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านสัจจะ	๔.๒๔	.๔๙	๔.๓๗	.๓๗	๔.๔๑	.๓๑	๒.๖๔ ^{NS}	๐.๐๗
ด้านทมะ	๓.๙๔	.๕๓	๓.๙๑	.๓๕	๓.๘๔	.๔๒	.๕๗ ^{NS}	๐.๕๗
ด้านขันติ	๓.๘๔	.๕๖	๓.๙๓	.๓๙	๓.๘๐	.๓๕	๑.๒๓ ^{NS}	๐.๒๙
ด้านจาคะ	๔.๐๓	.๖๑	๔.๑๔	.๔๗	๔.๒๙	.๓๗	๓.๓๐*	๐.๐๔
รวม	๔.๐๑	.๔๙	๔.๐๙	.๒๙	๔.๐๙	.๒๗	.๘๗ ^{NS}	๐.๔๒

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

^{NS} = ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๓ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีการศึกษาต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านจาละแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé) ดังตารางที่ ๔.๑๔

ตารางที่ ๔.๑๔ แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านจาละ จำแนกตามตัวแปรการศึกษา ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé)

การศึกษา	ต่ำกว่าปริญญาตรี (n=๗๖)	ปริญญาตรี (n =๘๔)	สูงกว่าปริญญาตรี (n =๓๖)
ต่ำกว่าปริญญาตรี	-	-๐.๑๒	-๐.๒๖*
ปริญญาตรี		-	-๑.๔๘
สูงกว่าปริญญาตรี			-

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๔ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านจาละ แตกต่างกับผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๔. สมมติฐานที่ว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกัน ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of variance) มีผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ ๔.๑๕

ตารางที่ ๔.๑๕ แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ จำแนกตามตัวแปรอาชีพ ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA)

การปฏิบัติตามหลัก ฆราวาสธรรม ๔	การปฏิบัติ						F	P
	ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ (n =๕๑)		เกษตรกร/รับจ้าง (n =๔๐)		ธุรกิจส่วนตัว (n =๑๐๕)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านสัจจะ	๔.๓๖	๐.๔๒	๔.๔๐	๐.๔๙	๔.๒๙	๐.๓๙	๑.๒๔ ^{NS}	๐.๓๐
ด้านทมะ	๔.๐๐	๐.๓๗	๓.๗๔	๐.๔๕	๓.๙๓	๐.๔๕	๒.๘๐*	๐.๐๒
ด้านขันติ	๓.๘๙	๐.๓๔	๓.๗๐	๐.๓๗	๓.๙๓	๐.๕๑	๓.๐๗*	๐.๐๓
ด้านจาคะ	๔.๒๖	๐.๔๗	๔.๐๔	๐.๕๑	๔.๐๙	๐.๕๔	๑.๘๑ ^{NS}	๐.๐๗
รวม	๔.๑๓	๐.๓๓	๓.๙๗	๐.๔๐	๔.๐๖	๐.๓๙	๓.๕๕ ^{NS}	๐.๑๔

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

^{NS} = ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๕ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านทมะ และด้านขันติแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé) ดังตารางที่ ๔.๑๖-๑๗

ตารางที่ ๔.๑๖ แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ด้านตามตัวแปรอาชีพ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé)

อาชีพ	ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ (n = ๕๑)	เกษตรกร/รับจ้าง (n = ๔๐)	ธุรกิจส่วนตัว (n = ๑๐๕)
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	-	๐.๒๖*	๐.๐๖
เกษตรกร/รับจ้าง		-	-๐.๑๙
ธุรกิจส่วนตัว			-

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๖ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ มีการปฏิบัติตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ด้านตามตัวแปรอาชีพ แตกต่างกับผู้ที่ไม่มีอาชีพเกษตรกร/รับจ้าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๗ แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ด้านตามตัวแปรอาชีพ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé)

อาชีพ	ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ (n = ๕๑)	เกษตรกร/รับจ้าง (n = ๔๐)	ธุรกิจส่วนตัว (n = ๑๐๕)
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	-	๐.๑๙	-๐.๐๔
เกษตรกร/รับจ้าง		-	๐.๒๓*
ธุรกิจส่วนตัว			-

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๗ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพเกษตรกร/รับจ้าง มีการปฏิบัติตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ด้านตามตัวแปรอาชีพ แตกต่างกับผู้ที่ไม่มีอาชีพธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๕. สมมติฐานที่ว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรมแตกต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ด้านตามตัวแปรอาชีพ แตกต่างกับผู้ที่ไม่มีอาชีพธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ตารางที่ ๔.๑๘ แสดงการทดสอบระดับการปฏิบัติตามหลักธรรมาภิบาล ๔ ด้านตามตัวแปรจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA)

การปฏิบัติตามหลัก พรวาสธรรม ๔	จำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม						F	P
	๑ ครั้ง (n=๑๔๗)		๒-๕ ครั้ง (n =๒๘)		๖ ครั้งขึ้นไป (n =๒๑)			
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ด้านสัจจะ	๔.๓๑	๐.๔๐	๔.๔๗	๐.๔๘	๔.๒๗	๐.๔๓	๑.๙๒ ^{NS}	๐.๑๕

ด้านทมะ	๓.๘๗	๐.๔๓	๔.๐๐	๐.๔๙	๔.๐๗	๐.๓๙	๒.๗๘ ^{NS}	๐.๐๖
ด้านขันติ	๓.๘๓	๐.๔๖	๓.๙๓	๐.๕๑	๔.๑๐	๐.๓๕	๓.๘๒*	๐.๐๒
ด้านจาคะ	๔.๑๐	๐.๕๐	๔.๒๑	๐.๖๙	๔.๑๓	๐.๔๑	๐.๕๒ ^{NS}	๐.๖๐
รวม	๔.๐๓	๐.๓๕	๔.๑๕	๐.๕๐	๔.๑๔	๐.๓๔	๑.๙๔ ^{NS}	๐.๑๕

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

^{NS} = ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๘ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรมต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ ด้านขันติแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงทำการวิเคราะห์ความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé) ดังตารางที่ ๔.๑๙

ตารางที่ ๔.๑๙ แสดงการวิเคราะห์ความแตกต่างเป็นรายคู่ระดับการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ ด้านขันติ จำแนกตามตัวแปรจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ด้วยวิธีการของ เชฟเฟ (Scheffé)

จำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม	๑ ครั้ง (n=๑๔๗)	๒-๕ ครั้ง (n=๒๘)	๖ ครั้งขึ้นไป (n=๒๑)
๑ ครั้ง	-	-๐.๑๐	-๐.๒๘*
๒-๕ ครั้ง		-	-๐.๑๘
๖ ครั้งขึ้นไป			-

* = นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๙ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรมจำนวน ๑ ครั้ง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ ด้านขันติ แตกต่างกับผู้ที่มาปฏิบัติธรรมจำนวน ๖ ครั้งขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

บทที่ ๕

สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี” นี้ มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี และเพื่อวิเคราะห์ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้โดยเปิดตารางจากการคำนวณสูตรของ R.V. Krejcie & D.W. Morgan ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน ๑๙๖ คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบง่าย (Sample Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้วิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ ๐.๙๖ การวิเคราะห์ตัวแปรต้นซึ่งเป็นข้อมูลทั่วไปใช้สถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) การวิเคราะห์การปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ใช้สถิติในการวิเคราะห์คือค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พร้อมทั้งการแปลผลตามเกณฑ์ที่กำหนด และการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติทดสอบนัยสำคัญแบบที่ชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent) สำหรับตัวแปรเพศ และใช้สถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA) สำหรับตัวแปรอายุ การศึกษา อาชีพ และจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม เมื่อพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ จึงใช้วิธีทดสอบเป็นรายคู่โดยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe's post hoc comparison) ซึ่งผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ ดังต่อไปนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

การศึกษาลหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี สรุปได้ดังนี้

๑) ข้อมูลทั่วไป พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นหญิง จำนวน ๑๕๖ คน (ร้อยละ ๗๙.๖) มีอายุ ๒๑-๔๐ ปี จำนวน ๑๐๑ คน (ร้อยละ ๕๑.๕) มีระดับการศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน ๘๔ คน (ร้อยละ ๔๒.๙) มีอาชีพธุรกิจส่วนตัว จำนวน ๑๐๕ คน (ร้อยละ ๕๓.๖) จำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ๑ ครั้ง จำนวน ๑๔๗ คน (ร้อยละ ๗๕.๐)

๒) ผลการวิเคราะห์การปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี ทั้ง ๔ ด้าน

การปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๐๖ และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านทั้ง ๔ ด้านอยู่ในระดับมากทุกด้าน เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้

(๑) ด้านสัจจะ กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๓๓ กลุ่มตัวอย่างที่มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ อยู่ในระดับมากที่สุดคือ ข้อ ๖ ท่านมีความจริงใจต่อการทำงานที่ได้รับมอบหมาย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๕๓ รองลงมาคือ ข้อ ๘ ท่านมีความรับผิดชอบกับคำพูดของตนเองเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๔๗ และน้อยที่สุดคือ ข้อ ๑๐ ท่านเป็นผู้ที่ประพฤติคุณประโยชน์ต่อสังคมเสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๙๖

(๒) ด้านทมะ กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ ด้านทมะ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๙๑ เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ อยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ ๕ ท่านมีความกระตือรือร้นในการเคี้ยวเคี้ยวฝึกฝนตนเองอย่างไม่มีข้อแม้หรือเงื่อนไขใดๆ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๐๙ รองลงมาคือ ข้อ ๗ ท่านให้ความอนุเคราะห์ผู้อื่นเมื่อเขาประสบความสำเร็จทุกขรรณ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๐๔ และน้อยที่สุดคือ ข้อ ๓ ท่านมีการฝึกนิสัยให้มีความอดทน มีความอดกลั้น เมื่อมีอารมณ์ใดๆ มากระทบ ก็ไม่แสดงออกมา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๖๘

(๓) ด้านขันติ กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๘๗ เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ อยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ ๔ ท่านมีความรับผิดชอบ และอดทนต่อความยากลำบากในการทำงานของตนและผู้อื่นได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๑๓ รองลงมาคือ ข้อ ๒ ท่านปฏิบัติหน้าที่ด้วยความอดทน และตรงต่อเวลาอยู่เสมอ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๐๔ และน้อยที่สุดคือ ข้อ ๖ ท่านอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ และความขัดใจอันเกิดจากคำพูดที่ไม่ชอบใจ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๖๖

(๔) ด้านจาคะ กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๑๒ เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ อยู่ในระดับมากที่สุด คือ ข้อ ๗ ท่านทำงานด้วยความเสียสละ และไม่นำของส่วนรวมมาเป็นของตน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๓๖ รองลงมาคือ ข้อ ๙ ท่านมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีน้ำใจช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นด้วยความเมตตาอารี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๔.๒๙ และน้อยที่สุดคือ ข้อ ๒ ท่านมีความสามารถในการทำงานและบำเพ็ญประโยชน์ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นประสบความสำเร็จทุกขรรณ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ ๓.๘๙

๓) การทดสอบสมมติฐานการวิจัย

(๑) ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีเพศต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ ด้านสัจจะ ด้านขันติ ด้านจาคะ และด้านรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

(๒) ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ ทุกด้านแตกต่างกัน โดยที่ ด้านสัจจะ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุ ๒๑-๔๐ ปี มีการปฏิบัติตามหลักพรวาธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๔๑-๖๐ ปี ด้านทมะผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่ำกว่า

๒๑ ปี มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๒๑-๔๐ ปี อายุ ๔๑-๖๐ ปี และอายุ ๖๑ ปี ขึ้นไป ด้านขันติ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่ำกว่า ๒๑ ปี มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๒๑-๔๐ ปี อายุ ๔๑-๖๐ ปี และอายุ ๖๑ ปีขึ้นไป และผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุ ๒๑-๔๐ ปี มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๔๑-๖๐ ปี ด้านจาคะผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่ำกว่า ๒๑ ปี มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่อายุ ๒๑-๔๐ ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

(๓) ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ ด้านจาคะแตกต่างกัน โดยที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

(๔) ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ ด้านทมะ และด้านขันติแตกต่างกัน โดยที่ ด้านทมะ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่อาชีพเกษตรกร/รับจ้าง แ ล ะ ด้านขันติ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพเกษตรกร/รับจ้าง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่ค้าขาย/อาชีพธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

(๕) ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรมต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ ด้านขันติแตกต่างกัน โดยที่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ๑ ครั้ง มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่มาปฏิบัติธรรม ๖ ครั้งขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย

จากการสรุปผลการวิจัยการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี สามารถนำมาอภิปรายผล ได้ดังนี้

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี มีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก และมีระดับการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ อยู่ในระดับมากทุกด้าน เนื่องจากการปฏิบัติธรรมนั้นเป็นการฝึกให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีสติอยู่กับกายและใจมากขึ้น มีการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ ทำให้เกิดความเกรงกลัวต่อบาป มีความอดทน อดกลั้นมากขึ้น

๑) ด้านสัจจะ กลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติตามหลักพรวาสนธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เนื่องจากการปฏิบัติธรรมช่วยให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีสัจจะ รักษาสัจจะ มีความจริงใจกับคนรอบข้าง มีความซื่อสัตย์ต่อสิ่งที่ตั้งใจไว้ มีความมุ่งมั่นตั้งใจจริง พูดจริง ทำจริง มีคุณธรรมในใจมากขึ้น รู้สึกละอายเมื่อไม่มีสัจจะ มีความละอายที่จะโกหก รู้สึกลัวบาป กลัวผิดศีล ระมัดระวังคำพูดและสำรวมมากขึ้นกว่าเดิม ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ นิธินันท์ นาคบุรี ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ทัศนคติของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยที่มีต่อการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักพรวาสนธรรม ๔” ผลการวิจัย พบว่า ทัศนคติของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ

ราชวิทยาลัยที่มีต่อการบริหารงานของสำนักงานตำรวจแห่งชาติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ อยู่ในระดับปานกลางเพียงด้านเดียว คือ ด้านสัจจะ (ความซื่อสัตย์) มีค่าเฉลี่ย ๓.๔๔

๒) ด้านทมะ กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ด้านทมะ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เนื่องจากการปฏิบัติธรรมช่วยให้เข้าใจการควบคุมสติในการใช้ชีวิต สามารถรู้เท่าทันอารมณ์และระงับอารมณ์ได้ดีขึ้น พยายามใจเย็น ควบคุมจิตใจและรู้เท่าทันกิเลสมากขึ้น ทำให้รู้จักฝึกฝนการควบคุมอารมณ์ อุดหนุนมากขึ้น มีความคิดรอบคอบมากขึ้น และพยายามทำให้สำเร็จ สามารถรู้เท่าทันอารมณ์และระงับอารมณ์ได้ดีขึ้น เมื่อปฏิบัติธรรมแล้วสามารถนำแง่คิดคำสอนจากการปฏิบัติไปควบคุมปรับปรุงนิสัย และทำให้มีความพยายามฝึกนิสัยและพัฒนาตนมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ**ทัศนีย์ กลางเภา** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างหลักฆราวาสธรรมกับคุณภาพการปฏิบัติงานของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔” ผลการวิจัยพบว่า ๑) การปฏิบัติตนตามหลักฆราวาสธรรมของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๔ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสัจจะ มีค่าเฉลี่ย ๔.๑๓ ด้านทมะ มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๒ ด้านขันติ มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๑ และด้านจาคะ มีค่าเฉลี่ย ๓.๘๐

๓) ด้านขันติ กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เนื่องจากตอนปฏิบัติธรรมต้องอดทนกับความเจ็บปวด เมื่อยล้า ความอึดอัดต้องต่อสู้กับเวทนา จึงทำให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความอดทนต่อความยากลำบาก ไม่ย่อท้อต่อปัญหาอุปสรรค มีจิตเมตตา เห็นใจและช่วยเหลือผู้อื่นมากขึ้น และช่วยให้เกิดสติในการหาทางแก้ไขปัญหาในการทำงานมากขึ้น มีความอดทนไม่ใช้อารมณ์ มีเหตุผล สามารถอดทนปล่อยวางกับความทุกข์มากขึ้น อดทนต่อความยากลำบากในการทำงานได้มากขึ้น และมีจุดมุ่งหมายในการที่จะทำงานให้สำเร็จมากขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งที่สามารถช่วยให้ออดทนต่อปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ**ทัศนีย์ กลางเภา** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างหลักฆราวาสธรรมกับคุณภาพการปฏิบัติงานของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔” ผลการวิจัยพบว่า ๑) การปฏิบัติตนตามหลักฆราวาสธรรมของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๔ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสัจจะ มีค่าเฉลี่ย ๔.๑๓ ด้านทมะ มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๒ ด้านขันติ มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๑ และด้านจาคะ มีค่าเฉลี่ย ๓.๘๐

๔) ด้านจาคะ กลุ่มตัวอย่าง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เนื่องจากการปฏิบัติธรรมช่วยให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พร้อมทั้งจะแบ่งปันช่วยเหลือผู้ที่เดือดร้อนตามกำลังความสามารถของตนอย่างเต็มที่และเต็มใจ มีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีความเสียสละและมีความใจต่อเพื่อนมนุษย์มากขึ้น สามารถรับฟังความรู้สึกผู้อื่นได้มากขึ้น มีความรู้สึกว่าสละกิเลสได้ใจกว้างมากขึ้น ความเห็นแก่ตัวลดน้อยลง มีจิตใจคิดช่วยเหลือผู้อื่นเสมอ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ**ทัศนีย์ กลางเภา** ได้ทำการวิจัยเรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างหลักฆราวาสธรรมกับคุณภาพการปฏิบัติงานของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔” ผลการวิจัยพบว่า ๑) การปฏิบัติตนตามหลักฆราวาสธรรมของข้าราชการสำนักงานอัยการภาค ๔ โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๔ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมากทุกด้าน โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย

คือ ด้านสัจจะ มีค่าเฉลี่ย ๔.๑๓ ด้านทมะ มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๒ ด้านขันติ มีค่าเฉลี่ย ๓.๙๑ และด้านจาคะ มีค่าเฉลี่ย ๓.๘๐

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีเพศ อายุ การศึกษา อาชีพ และจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรมต่างกัน มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ผลการวิจัยจึงเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้อภิปรายผลได้ว่า

เพศ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาส่วนมากจะเป็นเพศหญิงซึ่งมักจะมีคามสนใจใฝ่ปฏิบัติธรรมมากกว่าเพศชาย จะเห็นได้จากผลการวิจัยที่พบว่า จำนวนเพศหญิงที่มาปฏิบัติธรรมจะมีมากกว่าเพศชาย

อายุ ด้านสัจจะผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุ ๒๐-๔๐ ปี จะแตกต่างจากช่วงอายุ ๔๑-๖๐ ปี อาจจะเป็นเนื่องจากเป็นช่วงวัยที่สมองยังมีความจำดีจึงทำให้รักษาสัจจะได้ดีกว่า ส่วนด้านทมะ ด้านขันติ และด้านจาคะ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอายุต่ำกว่า ๒๑ ปี จะแตกต่างจากช่วงอายุอื่นๆ สาเหตุอาจจะเนื่องมาจากอายุน้อยเมื่อมาอยู่ร่วมกับผู้ใหญ่ จะมีความอดทน อดกลั้น และมีความเสียสละมากกว่า จึงทำให้การปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ใน ๓ ด้านนี้แตกต่างจากช่วงอายุอื่นๆ

ระดับการศึกษา ด้านจาคะผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่มีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี สาเหตุอาจจะเนื่องมาจากคนที่มีการศึกษาต่ำอาจจะมีคามเสียสละมากกว่าคนที่มีการศึกษาสูง เพราะด้วยความที่มีความรู้น้อยจึงทำให้มีจิตสำนึกของการเสียสละมากกว่าคนที่มีการศึกษาสูง

อาชีพ ด้านทมะ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่มิอาชีพเกษตรกร/รับจ้าง สาเหตุอาจจะเนื่องมาจากอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ต้องทำงานกับคนเป็นจำนวนมาก มีงานทำตามสายการบังคับบัญชา มีกฎระเบียบ ข้อบังคับ ดังนั้นจึงต้องใช้ความฝึกฝนตนเอง มีการข่มใจ การฝึกนิสัย การปรับตัว การฝึกหัดตนนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ต้องรู้จักควบคุมจิตใจ ปรับปรุงตนเองให้เจริญก้าวหน้าด้วยการใช้สติปัญญา และต้องมีการพัฒนาตนเองอยู่ตลอดเวลา เพื่อจะได้มีความรู้ใหม่ๆ มาใช้ในการทำงานมากกว่าอาชีพอื่นๆ และด้านขันติ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีอาชีพเกษตรกร/รับจ้าง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่มิค้าขาย/อาชีพธุรกิจส่วนตัว สาเหตุอาจจะเนื่องมาจากอาชีพเกษตรกร/รับจ้าง เป็นอาชีพที่ต้องพึ่งพาธรรมชาติ ซึ่งจะต้องมีความอดทน อดกลั้นเมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น หรือมีอุปสรรคเกิดขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความอดทนต่อความลำบากทางด้านร่างกาย ต้องอดทนต่อความลำบากทางใจในการทำงาน

จำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ด้านขันติ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ๑ ครั้ง มีการปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ แตกต่างกับผู้ที่มิจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ๖ ครั้งขึ้นไป สาเหตุอาจจะเนื่องมาจาก ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่มีจำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม ๑ ครั้ง จะต้องใช้ความอดทน อดกลั้นต่อทุกขเวทนาในการปฏิบัติธรรมเป็นอย่างมากจากการที่พึ่งมาปฏิบัติใหม่ๆ จึงทำให้มีความอดทน อดกลั้น ควบคุมอารมณ์ได้มากกว่า

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักขรวาธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี” ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

๕.๓.๑ เชิงนโยบาย

๑) ควรนำข้อมูลที่ได้ไปส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชน ได้ให้ความสนใจกับการเข้าร่วมการปฏิบัติธรรมให้มากขึ้นเพื่อจะได้พัฒนาคุณภาพชีวิต

๒) วัดหรือองค์กรทางศาสนาต่างๆ ควรจัดให้กิจกรรมส่งเสริมการปฏิบัติธรรม ให้มากยิ่งขึ้น เพื่อประชาชนจะได้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

๓) สถานศึกษาต่างๆ ควรมีการสนับสนุนและส่งเสริมให้ ครู นักเรียน และบุคลากร ให้ตระหนักเห็นความสำคัญและประโยชน์ของการปฏิบัติธรรม โดยจัดให้มีการฝึกอบรมการปฏิบัติธรรมทั้งในและนอกสถานที่เพื่อเป็นการพัฒนาจิตใจและอารมณ์ ลดความเครียดจากการศึกษา ช่วยให้เกิดปัญญา ทำให้ผลการเรียนดีขึ้นด้วยการเจริญสมานันท์

๔) ควรมีการฝึกสมาธิปฏิบัติธรรมเช่นนี้เพิ่มขึ้น ไปยังหน่วยงาน องค์กรต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นการส่งเสริมการปฏิบัติธรรม และเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานของบุคลากร รวมไปถึงเรื่องความรับผิดชอบ คุณธรรม จริยธรรม ทั้งต่อตนเอง ต่อเพื่อนร่วมงานและต่อสังคม

๕.๓.๒ สำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

๑) ควรศึกษารูปแบบการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยใช้หลักสัจจะ

๒) ควรศึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในด้านการทำคุณประโยชน์ต่อสังคม

๓) ควรศึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อนำมาใช้ในการสร้างความอดทน

๔) ควรศึกษาเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในการบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่น

๕) ควรศึกษาหลักธรรมอื่นๆ เพื่อนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

ก. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. ๒๕๐๐. กรุงเทพมหานคร:
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๙.

มหามกุฏราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกพร้อมอรรถกถา แปล ชุด ๙๑ เล่ม. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์
มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๘.

ข. ข้อมูลทุติยภูมิ

(๑) คัมภีร์:

พระพุทธโฆสเถระ. คัมภีร์วิสุทธิมรรค. แปลและเรียบเรียงโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภเถระ).
พิมพ์ครั้งที่ ๖. (กรุงเทพมหานคร: บริษัทนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘).

(๒) หนังสือ:

จํารูญ ธรรมดา. เนติทีปนี. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๖.

จิตตวนโณ ภิกขุ. วิปัสสนาภาวนา. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มัทมกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

พระพรหมโมลี. (วิลาศ ญาณวโร). วิมุตติรัตนมาลี. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดอกหญ้า, ๒๕๔๕.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ประยุทธ์โต). พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

_____. พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม. พิมพ์ครั้งที่ ๒๑. กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ. ๙). วิปัสสนากรรมฐาน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อมรินทร์
พรินต์ติ้งจำกัด, ๒๕๓๒.

_____. วิปัสสนากรรมฐาน เล่ม ๖. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อาศรมอักษร, ๒๕๐๖.

_____. วิปัสสนากรรมฐาน เล่ม ๘. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์อาศรมอักษร, ๒๕๐๖.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ. ๙). เพชรในดวงใจ. พิมพ์ครั้งที่ ๗. กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์พิทักษ์อักษร, ๒๕๓๙.

พระธรรมสิงหบุราจารย์ (จรัญ จิตตโม). คู่มือการฝึกอบรมพัฒนาจิต. กรุงเทพมหานคร: บริษัท พลัสเพรส จำกัด,
๒๕๒๙.

พระราชวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตตวนโณ). การพัฒนาจิต. กรุงเทพมหานคร: มหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๓๖.

พระมหาทองม้วน สุทธจิตโต. คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน. ชลบุรี, ม.ป.ท. ๒๕๔๖.

พระครูปลัดสัมพิพัฒนธรรมาจารย์ (นิรันดร์ อภิปัญโญ). แนวทางปฏิบัติธรรม. กรุงเทพมหานคร:
ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์ไทย การพิมพ์, ๒๕๖๐.

พระภาวนาวิริยคุณ (เผด็จ ทตตชีโว). **คัมภีร์ปฏิรูปมนุษย์**. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัท
รุ่งศิลป์การพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๗.

พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสาราภิวังศ์. พระพรหมโมลี
ตรวจชำระ. **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๑. กรุงเทพมหานคร:
ห้างหุ้นส่วนจำกัด ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.

พิสนุ ฟองศรี. **วิจัยทางการศึกษา**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์เทียมผาการพิมพ์,
๒๕๔๙.

สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ. **สำนักปฏิบัติธรรม ตามแนวสติปัฏฐานสูตร**. พิมพ์ครั้งที่ ๑.
กรุงเทพมหานคร: บริษัท ปัญญฉัตร บายดิง จำกัด, ๒๕๕๘.

(๓) ดุษฎีนิพนธ์/วิทยานิพนธ์:

แม่ชีกุลภรณ์ แก้ววิลัย. “การศึกษาการปรับพฤติกรรมของสตรีผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในสังคมไทย
ยุคปัจจุบัน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์ดุษฎีบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, ๒๕๕๘.

พระเจริญ อคฺควิริโย (เกษมวิริยะเลิศ). “ศึกษาการรับรู้เรื่องสติปัฏฐาน ๔ ของอุบาสก - อุบาสิกา
พิชยญาติการาม กรุงเทพมหานคร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิต
วิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระมหาสมพงษ์ ดาศรี. “การพัฒนาสติสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนปริยัติ
โกศลวิทยา อำเภอมือง จังหวัดสุรินทร์”. **การค้นคว้าแบบอิสระศิลปศาสตรมหาบัณฑิต**.
(พุทธศาสนศึกษา). บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๕

พระครูวิจิตรธรรมานนท์ (ฮงทอง). “การศึกษาพฤติกรรมการดำเนินชีวิตในสังคมตามหลักสัมมาอาชีวะ
ของชุมชนเขตตำบลก อำเภอนนทบุรี จังหวัดศรีสะเกษ”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์
มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระสุวรรณชาติ สุนตจิตโต (กมลรัมย์). “ศึกษาการประยุกต์ใช้หลักวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนว
สติปัฏฐาน ๔ ในชีวิตประจำวัน: กรณีศึกษาพุทธศาสนิกชนผู้เข้าร่วมการปฏิบัติธรรม
วัดภักทันทะอาสาาราม จังหวัดชลบุรี”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิต
วิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

นางจักรา วงศ์กาฬสินธุ์. “เรื่องการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมโดยใช้หลักการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ตาม
แนวทางของหลวงพ่อดำเทียน จิตตสุโก เพื่อเสริมสร้างความสามารถในการจัดการอารมณ์
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ โรงเรียนสกลนครพัฒนาศึกษา สำนักเขตพื้นที่
การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๓”. **วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย:
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร, ๒๕๕๖.

นางสาวชนิษฐา ผลงาม. “ผลของการฝึกปฏิบัติโปรแกรมการเจริญสติสัมปชัญญะเพื่อพัฒนา
ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคของพยาบาลโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
สภากาชาดไทย”. **ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย
สุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๕๖.

นางสาวธิดา รัตนสมบัติ. “การใช้โปรแกรมการบำบัดความคิดและพฤติกรรมบนพื้นฐานของการเจริญสติในผู้ป่วยซึมเศร้าที่กลับเป็นซ้ำ ณ โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์”. **รายงานการศึกษาอิสระปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๕๕.

บรรณสิทธิ์ บรรณสารประสิทธิ์. “ความรู้และความเข้าใจเรื่องสติปัญญา ๔ ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

ประติพรศรณ์ แดนเขตร. “เรื่องการเจริญสติตามแนวปฏิบัติของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก ในผู้ป่วยภาวะตื่นตระหนก”. **การศึกษาอิสระปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๕๖.

แม่ชีกุลภรณ์ แก้ววิลัย. “ศึกษาแรงจูงใจการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสิก ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดท่าขนุน อำเภอดงเจริญ จังหวัดกาญจนบุรี”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

พุดินา ทรงแบบดีชัย. “เรื่องผลของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแนวสติปัญญา ๔ ต่อความฉลาดทางอารมณ์ด้านการตระหนักรู้ตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕”. **วิทยานิพนธ์ปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ๒๕๕๓.

ภาวิดา พิทยาพฤกษ์ “การศึกษาการเปลี่ยนแปลงของคลื่นสมองจากการฝึกเจริญสติแบบปัญญาภายใน”. **วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง, ๒๕๕๙.

(๔) รายงานวิจัย:

นางปฐมพร โพธิ์ถาวร. นางสาวอาไพพร เพ็ญสุวรรณ, และนางสาวสาวิตรี วงศ์ประดิษฐ์. “ผลของการปฏิบัติสมาธิด้วยการหายใจต่อความเครียด ในการฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดของนักศึกษา พยาบาลศาสตรบัณฑิต”. **รายงานการวิจัย**. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีสงขลาสถาบัน พระบรมราชชนก สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข, ๒๕๕๗.

(๕) บทความงานวิจัย:

มรรยาท รุจิวิชญ์ และคณะ. (๒๕๕๕). “ผลของโปรแกรมการฝึกไปโอฟิตแบคและเทคนิคผ่อนคลายความเครียด ต่อภาวะสุขภาพและระดับความเครียดของผู้ป่วยโรคหัวใจ”. **บทความวิจัยวารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี**. ปีที่ ๒๐ ฉบับที่ ๕ (ฉบับพิเศษ): ๔๑๕ – ๔๒๗).

อารี นุ้ยบ้านด่านและทิพมาส ชินวงศ์. “สมาธิกับการรับรู้ความปวด”. **บทความทางวิชาการวารสารพยาบาลสงขลานครินทร์**. ปีที่ ๓๓ ฉบับที่ (๑ มกราคม-เมษายน ๒๕๕๖): ๖๙-๗๔.

(๖) บทความวารสาร:

อารี นุ้ยบ้านด่านและทิพมาส ชินวงศ์. “สมาธิกับการรับรู้ความปวด”. **บทความทางวิชาการวารสารพยาบาลสงขลานครินทร์**, ปีที่ ๓๓ ฉบับที่ ๑ (มกราคม – เมษายน ๒๕๕๖): ๖๙-๗๔.

(๗) สื่ออิเล็กทรอนิกส์:

ทองสุข ทองกระจ่าง. “ชีวิตคืออะไร”. บทเรียนอภิธรรมทางปรัญญา. [ออนไลน์]. ๑ (๒): ๘ ย่อหน้า.
แหล่งที่มา: <https://www.thepathofpurity.com> [๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๐].

๒. ภาษาอังกฤษ:

1. Secondary Sources:

(I) Books

Cronbach, Lee J. **Essentials of psychological testing (4 th ed.)**. NewYork: Harper & Row, 1971.

ภาคผนวก ก
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถาม

เรื่อง

ศึกษาหลักธรรมาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

คำชี้แจง

๑. แบบสอบถามฉบับนี้มุ่งที่จะศึกษา เรื่อง ศึกษาหลักธรรมาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

๒. แบบสอบถามฉบับนี้ แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ ๑ คำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน ๕ ข้อ

ตอนที่ ๒ คำถามเกี่ยวกับระดับการปฏิบัติตามหลักธรรมาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

ตอนที่ ๓ คำถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการศึกษาหลักธรรมาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

คำตอบของท่านไม่มีผลกระทบต่อตัวท่านหรือหน้าที่การงานของท่านแต่ประการใด แต่เป็นประโยชน์ต่อการศึกษา เพื่อหาแนวทางปรับปรุงและพัฒนาการศึกษาหลักธรรมาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความอนุเคราะห์ตอบแบบสอบถามในครั้งนี้

นางณัฐศรีณย์ ชุมวรฐายี
นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิปัสสนาภาวนา
มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี แบบสอบถามชุดนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี และเพื่อวิเคราะห์ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี แบบสอบถามประกอบด้วย ๓ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามการศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี ใน ๔ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านสัจจะ ๒) ด้านขันติ ๓) ด้านทมะ และ ๔) ด้านจาคะ

ตอนที่ ๓ แบบสอบถามความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เพิ่มเติม

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () ที่เป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านหน้าข้อความต่อไปนี้

๑. เพศ

() ชาย

() หญิง

๒. อายุ

() ต่ำกว่า ๒๑ ปี

() ๒๑ – ๔๐ ปี

() ๔๑ – ๖๐ ปี

() ๖๑ ปีขึ้นไป

๓. ระดับการศึกษา

() ต่ำกว่าปริญญาตรี

() ปริญญาตรี

() สูงกว่าปริญญาตรี

๔. การประกอบอาชีพ

() รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ

() เกษตรกรรม/รับจ้าง

() ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว

๕. จำนวนครั้งที่มาปฏิบัติธรรม

() ๑ ครั้ง

() ๒-๕ ครั้ง

() ๖ ครั้ง ขึ้นไป

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามการศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความทุกข้อโดยละเอียดแล้วกรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ท่านเลือกตอบ การปฏิบัติตามหลักฆราวาสธรรม ๔ ของท่านที่เกิดขึ้นจริง โดยแต่ละข้อมีระดับการปฏิบัติ ๕ ระดับ ซึ่งมีความหมาย ดังนี้

๕ หมายถึง มีระดับการปฏิบัติมากที่สุด

๔ หมายถึง มีระดับการปฏิบัติมาก

๓ หมายถึง มีระดับการปฏิบัติปานกลาง

๒ หมายถึง มีระดับการปฏิบัติน้อย

๑ หมายถึง มีระดับการปฏิบัติน้อยที่สุด

ข้อที่	หลักพราวาสธรรม ๔	ระดับการปฏิบัติ				
		๕	๔	๓	๒	๑
	๑. ด้านสัจจะ					
๑	ท่านเป็นคนที่มีความประพฤติเป็นคนเที่ยงแท้ มั่นคงต่อความดีไม่หันเหไปในทางชั่ว					
๒	เมื่อท่านตัดสินใจทำสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ท่านเป็นผู้ประพฤติตนไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน					
๓	ท่านมีความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ที่ตนเองได้รับมอบหมาย โดยทำหน้าที่นั้นให้ดีที่สุด					
๔	ท่านมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน ด้วยความมุ่งมั่นโดยปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ					
๕	ท่านทำงานด้วยจิตใจที่ซื่อสัตย์ สุจริต โดยไม่มีความโลภและไม่ใช้หน้าที่แสวงหาผลประโยชน์ส่วนตน					
๖	ท่านมีความจริงใจต่อการทำงานที่ได้รับมอบหมาย					
๗	ท่านเป็นคนที่มีการกระทำตรงกับคำพูดของตนเองเสมอ					
๘	ท่านมีความรับผิดชอบต่อคำพูดของตนเองเสมอ					
๙	ท่านมีความจริงใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อเกิดปัญหา					
๑๐	ท่านเป็นผู้ที่ประพฤติคุณประโยชน์ต่อสังคมเสมอ					

ข้อที่	หลักพราวาสธรรม ๔	ระดับการปฏิบัติ				
		๕	๔	๓	๒	๑
	๒. ด้านทมะ					
๑	ท่านฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ในความเจริญก้าวหน้าอยู่เสมอ					
๒	ท่านสามารถข่มใจต่อความยากลำบากที่เกิดขึ้นกับตนเองได้					
๓	ท่านฝึกนิสัยให้มีความอดทน อดกลั้น เมื่อมีอารมณ์ใดๆ มากระทบ ก็ไม่แสดงออกมา					
๔	ท่านสามารถปรับตัวในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข					
๕	ท่านมีปัญญาในการแก้ไขปัญหาจนสามารถละวางความชั่ว					

	ความไม่ดี และทุจริตได้					
๖	ท่านฝึกฝนตนให้มีความเสียสละต่อส่วนรวม					
๗	ท่านให้ความอนุเคราะห์ผู้อื่นเมื่อเขาประสบความสำเร็จ					
๘	ท่านใช้ปัญญาในการระงับความโกรธที่เกิดจากความขุ่นเคือง ความคับแค้นใจ					
๙	ท่านใช้ปัญญาในการระงับความทะยานอยากเพื่อตอบสนอง ความต้องการของตน					
๑๐	ท่านฝึกฝน ฝึกปฏิบัติ และหมั่นยับยั้งจิตใจของตนให้ห่างจาก กิเลสทั้งหลาย					

ข้อที่	หลักพราวาสธรรม ๔	ระดับการปฏิบัติ				
		๕	๔	๓	๒	๑
	๓. ด้านขันติ					
๑	เมื่อท่านไม่สามารถหลีกเลี่ยงภัย ดินฟ้าอากาศ ความหนาว ความร้อนได้อย่างไม่ย่อท้อ					
๒	ท่านปฏิบัติหน้าที่ด้วยความอดทน และตรงต่อเวลาอยู่เสมอ					
๓	ท่านอดทนต่ออำนาจกิเลส ไม่เอาแต่ใจตนเอง และไม่ยอม สบายต่อความฟุ้งเฟ้อต่างๆ					
๔	ท่านมีความรับผิดชอบและอดทนต่อความยากลำบากในการ ทำงาน					
๕	ท่านมีความอดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วย และความไม่สบายกาย ของตน					
๖	ท่านอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ และความขัดใจอันเกิด จากคำพูดที่ไม่ชอบใจ					

๗	ท่านมีความอดทนต่อการไม่ได้ไปเที่ยวเตร่อย่างสนุกสนานได้					
๘	ท่านมีความอดทนต่อการทำให้รู้สึกเจ็บใจในการทำงานจากคนอื่น					
๙	ท่านมุ่งมั่น ขยันหมั่นเพียร เมื่อประสบปัญหาจะไม่แสดงอาการท้อแท้หรือยอมแพ้					
๑๐	ท่านมีความอดทนต่อความยากลำบาก เมื่อประสบกับปัญหาต่างๆ					

ข้อที่	หลักพราวาสธรรม ๔	ระดับการปฏิบัติ				
		๕	๔	๓	๒	๑
	๔. ด้านจาคะ					
๑	ท่านสามารถสละประโยชน์ตน มีน้ำใจช่วยเหลือเอื้อเฟื้อ เพื่อแผ่ต่อผู้อื่นในชุมชนและสังคมได้					
๒	ท่านมีความสามารถในการทำงานและบำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นประสบความทุกข์ยากได้					
๓	ท่านเป็นผู้ให้และพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็นและความต้องการของผู้อื่นได้					
๔	ท่านสละสิ่งของที่จำเป็น มีการแบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้ รวมทั้งการทักบุญให้ทานได้					
๕	ท่านพยายามปรับปรุงนิสัย และความประพฤตินี้ไม่ดีอันเสียหายแก่ส่วนรวม					
๖	ท่านพร้อมที่จะร่วมมือในการทำงานเพื่อประโยชน์ส่วนรวมเสมอ					
๗	ท่านทำงานด้วยความเสียสละ และไม่นำของส่วนรวมมาเป็นของตน					
๘	ท่านไม่เลือกปฏิบัติงาน ทำงานด้วยความเสมอภาคเท่าเทียม					

	กันโดยปราศจากอคติ					
๙	ท่านมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีน้ำใจช่วยเหลือเกื้อกูลผู้อื่นด้วยความเมตตาอารี					
๑๐	ท่านมีความมุ่งมั่นพร้อมที่จะเสียสละความสุข ความสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนเพื่อประโยชน์ส่วนรวม					

ตอนที่ ๓ ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

คำชี้แจง โปรดตอบคำถามเกี่ยวกับความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมในการนำหลักธรรมาธรรม ๔ ไปใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างไร

๑. เมื่อท่านมาปฏิบัติธรรมแล้ว ท่านมีพฤติกรรมชอบพูดความจริง มีความซื่อสัตย์ จริงใจ พูดจริง ทำจริง เพิ่มขึ้นหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๒. เมื่อท่านมาปฏิบัติธรรมแล้วท่านมีการฝึกฝน การข่มใจ ฝึกนิสัย ปรับตัว รู้จักควบคุมจิตใจ ฝึกหัด ตัดนิสัย แก้ไขข้อบกพร่อง ปรับปรุงตนให้เจริญก้าวหน้าด้วยสติปัญญาหรือไม่ อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

๓. เมื่อท่านมาปฏิบัติธรรมแล้วช่วยให้ท่านมีความอดทน ตั้งหน้าทำหน้าที่การงานด้วยความขยันหมั่นเพียร เข้มแข็ง ทนทาน ไม่หวั่นไหว มั่นในจุดหมาย ไม่ท้อถอยหรือไม่ อย่างไร

๔. ท่านมาปฏิบัติธรรมแล้วท่านมีความเสียสละ สละกิเลส สละความสุขสบาย และผลประโยชน์ ส่วนตนได้ ไก่กว้าง พร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็นและความต้องการของคนอื่น พร้อมทั้งจะร่วมมือช่วยเหลือเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ไม่คับแคบเห็นแก่ตนหรือเอาแต่ใจตัวหรือไม่อย่างไร

ขอกราบขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

ภาคผนวก ค
หนังสือออกในการดำเนินการวิจัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน.....บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบึงกาฬศึกษาพุทธโฆส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑
 ที่ ศธ.๖๑๕๖/ ๑๙๒.....วันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๐
 เรื่อง.....ขอความอนุเคราะห์ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำสารนิพนธ์
 เรียน พระศรีสุทธีเวที, ดร.

ด้วย นางณัฐศรัณย์ นามสกุล ชุมวรฐายี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๓๓ นิสิตปริญญาโท
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
 ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักขรรวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดปัญญา
 นันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนา
 ภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบึงกาฬศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้ว
 เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณา
 ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือ
 ฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณ
 ราชวิทยาลัย วิทยาเขตบึงกาฬศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จาก
 ท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ยินดีให้ความอนุเคราะห์

พระศรีสุทธีเวที

(พระศรีสุทธีเวที, ดร.)

๑๐/ พ.ย. / ๖๐

พระมหาโกมล กมโล

(พระมหาโกมล กมโล)

รองผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บึงกาฬศึกษาพุทธโฆส
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบึงกาฬศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ติดต่อประสานงาน:

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

E-mail: mcupal001@gmail.com



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบัพัศศึกษาพุทธโธส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑
 ที่ ศธ.๖๑๕๖/๖๓๓ วันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๐
 เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวารนิพนธ์
 เจริญพร รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล

ด้วย นางณัฐศรัณย์ นามสกุล ชุมวรฐายี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๔๑๑๔๐๕๐๓๓ นิสิตปริญญาโท
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
 ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักธรรมวาทธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดปัญญา
 นันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนา
 ภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบัพัศศึกษาพุทธโธส นครปฐม พิจารณาแล้ว
 เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณา
 ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือ
 ฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบัพัศศึกษาพุทธโธส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จาก
 ท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ยินดีให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.เวทย์ บรรณกรกุล)

...../...../.....

(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บัพัศศึกษาพุทธโธส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบัพัศศึกษาพุทธโธส นครปฐม

ติดต่อประสานงาน:

นายภาณุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

E-mail: mcupal001@gmail.com



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน.....บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบึงฉลือศึกษาพุทธโฆส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑
 ที่ ศธ ๖๑๕๖/ ๑๙๙.....วันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๐
 เรื่อง.....ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำสารนิพนธ์.....
 เจริญพร ดร.ลำพอง กลมกุล

ด้วย นางณัฐศรัณย์ นามสกุล ชุมวรฐายี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๓๓ นิสิตปริญญาโท
 หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
 ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักขรรวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดปัญญา
 นันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนา
 ภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบึงฉลือศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้ว
 เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณา
 ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือ
 ฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบึงฉลือศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จาก
 ท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพามาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ยินดีให้ความอนุเคราะห์

(ดร.ลำพอง กลมกุล)

๑๒ / พ.ย. / ๒๕๖๐

(พระมหาโกมล กมโล)

รองผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บึงฉลือศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบึงฉลือศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ติดต่อประสานงาน:

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

E-mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/๖๐๘



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.หอมเกร็ด อ.สามพราน
จ.นครปฐม ๗๓๑๑๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑

๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำสารนิพนธ์

เจริญพร รศ.ดร.สุวิญ รักษ์สัตย์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างสารนิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำสารนิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย นางณัฐศรัณย์ นามสกุล ชุมวรฐายี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๓๓ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักพรวาธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ยินดีให้ความอนุเคราะห์

(รศ.ดร.สุวิญ รักษ์สัตย์)

๑๕ / พ.ย. / ๒๕๖๐

(พระมหาโกมล กมโล)

รองผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ติดต่อประสานงาน:

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

E-mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ ๖๐๙



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.หอมเกร็ด อ.สามพราน
จ.นครปฐม ๗๓๑๑๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑

๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขออนุมัติตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำสารนิพนธ์

เจริญพร นายวุฒิชัย อรรถาพงศ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างสารนิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำสารนิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย นางณัฐศรัณย์ นามสกุล ชุมวรฐายี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๓๓ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้
ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักฆราวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดปัญญา
นันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนา
ภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้ว
เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณา
ตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือ
ฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง
กรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จาก
ท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ยินดีให้ความอนุเคราะห์

(นายวุฒิชัย อรรถาพงศ์)

๑๐/๗๖/๕๐

(พระมหาโกมล กมโล)

รองผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาลีศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ติดต่อประสานงาน:

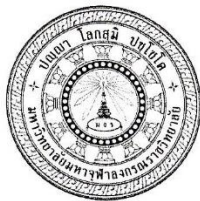
นายภานุมาตร เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

E-mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/

๑๑๕



บัณฑิตศึกษา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ตำบลหอยกระดี่ อำเภอสองพี่น้อง

จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๑๐

๒๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลตัวอย่างเพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม (try out)

เรียน พระครูถาวรธรรมาภิมณฑ์ เจ้าอาวาสวัดห้วยแรศวร จังหวัดนครปฐม

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นางณัฐศรัณย์ นามสกุล ขุมวรฐายี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๓๓ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักธรรมชาดธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดปัญญา นันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากผู้เข้าปฏิบัติธรรม ในวัดของท่าน จึงขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน ด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

เรียนมาด้วยความเคารพ

(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บวรศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบวรศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

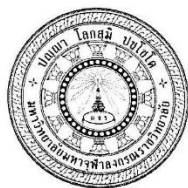
ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ที่ ศธ ๖๑๕๖/๖๒๓



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๐

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน พระมหาเฉลิม ปิยทสสี เจ้าอาวาสวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อใช้ในการเก็บข้อมูล จำนวน ๑ ชุด

ด้วย นางณัฐศรัณย์ นามสกุล ชุมวรฐายี รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๓๓ นิสิตปริญญาโท
หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาหลักขรรวาสธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ จำเป็นต้องเก็บข้อมูลจากผู้เข้าปฏิบัติธรรม ในวัดของท่าน
จึงขอความอนุเคราะห์ให้นิสิตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม
ในการวิจัย ซึ่งจะเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไป

โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัย
มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความ
อนุเคราะห์จากท่าน ด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

เรียนมาด้วยความเคารพอย่างสูง

๑) อนุทิศ ถียตพนจันตี
เพื่อ มจร โภชน์แก้ว กตัญญู ปณ
ทท. นพ. เก่ง อดทน นพ. ปณ
ทท. นพ. นพ. นพ. นพ. นพ.
๒๕๖๐/๖๐

(พระมหาโกมล กมล)
(พระมหาโกมล กมล)

รองผู้อำนวยการ ปฏิบัติการแทน ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาฬีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ผู้ประสานงาน

นายภานุมาตร์ เนโส

โทร. ๐๘๙-๕๐๒-๕๐๒๘

Mail: mcupali001@gmail.com

ภาคผนวก ง

ผลการตรวจสอบความเที่ยงตรงของแบบสอบถามโดยผู้เชี่ยวชาญ (IOC)

ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เพื่อการวิจัย

เรื่อง : ศึกษาหลักขรรวาศธรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติธรรมวัดปัญญานันทาราม
จังหวัดปทุมธานี

ข้อที่	รายการ	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญคนที่					สรุปและแปลผล	
		๑	๒	๓	๔	๕	IOC	แปลผล
๑	๑. ด้านสัจจะ ท่านเป็นคนที่มีความประพฤติเป็นคนเที่ยงแท้ มั่นคงต่อความดีไม่หันเหไปในทางชั่ว	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒	เมื่อท่านตัดสินใจทำอะไรสิ่งหนึ่ง ท่านเป็นผู้ ประพฤติตนไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๓	ท่านมีความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ที่ตนเองได้รับ มอบหมาย โดยทำหน้าที่นั้นให้ดีที่สุด	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๔	ท่านมีความรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตน ด้วย ความมุ่งมั่นโดยปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๕	ท่านทำงานด้วยจิตใจที่ซื่อสัตย์ สุจริต โดยไม่ มีความโลภและไม่ใช้หน้าที่แสวงหา ผลประโยชน์ส่วนตน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๖	ท่านมีความจริงใจต่อการทำงานที่ได้รับ มอบหมาย	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๗	ท่านเป็นคนที่มีการกระทำตรงกับคำพูดของ ตนเองเสมอ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๘	ท่านมีความรับผิดชอบต่อคำพูดของตนเอง เสมอ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๙	ท่านมีความจริงใจที่จะช่วยเหลือผู้อื่นเมื่อเกิด ปัญหา	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๐	ท่านเป็นผู้ที่ประพฤติกุณประโยชน์ต่อสังคม เสมอ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้

ข้อที่	รายการ	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญคนที่					สรุปและแปลผล	
		๑	๒	๓	๔	๕	IOC	แปลผล

ข้อที่	รายการ	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญคนที่					สรุปและแปลผล	
		๑	๒	๓	๔	๕	IOC	แปลผล
๑	๒. ด้านทักษะ ท่านมีการฝึกฝนตนเองให้มีความรู้ในความเจริญก้าวหน้าอยู่ตลอดเวลา	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒	ท่านมีการข่มใจทนต่อความยากลำบากอันเกิดจากทุกข์ยากของตนเองได้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๓	ท่านมีการฝึกนิสัยให้มีความอดทน มีความอดกลั้น เมื่อมีอารมณ์ใดๆ มากระทบ ก็ไม่แสดงออกมา	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๔	ท่านมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๕	ท่านมีความกระตือรือร้นในการเคี่ยวเข็ญฝึกฝนตนเองอย่างไม่มีข้อแม้หรือเงื่อนไขใดๆ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๖	ท่านพัฒนาฝึกฝนตนให้มีความเสียสละต่อส่วนรวม	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๗	ท่านให้ความอนุเคราะห์ผู้อื่นเมื่อเขาประสบความทุกข์ร้อน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๘	ท่านใช้ปัญญาในการระงับความโกรธที่เกิดจากความขุ่นเคือง ความคับแค้นใจ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๙	ท่านใช้ปัญญาในการระงับความทะยานอยากเพื่อตอบสนองความต้องการของตน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๐	ท่านฝึกฝน ฝึกปฏิบัติ และหมั่นยับยั้งจิตใจของตนให้ห่างจากกิเลสทั้งหลาย	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้

ข้อที่	รายการ	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญคนที่					สรุปและแปลผล	
		๑	๒	๓	๔	๕	IOC	แปลผล
๑	๓. ด้านขันติ เมื่อท่านไม่สามารถหลีกเลี่ยงภัย ดินฟ้าอากาศ							

ข้อที่	รายการ	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญคนที่					สรุปและแปลผล	
		๑	๒	๓	๔	๕	IOC	แปลผล
	ความหนาว ความร้อนได้อย่างไม่ยอห่อ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒	ท่านปฏิบัติหน้าที่ด้วยความอดทน และตรงต่อเวลาอยู่เสมอ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๓	ท่านอดทนต่ออำนาจกิเลส ไม่เอาแต่ใจตนเอง และไม่ยอมสลายต่อความฟุ้งเฟ้อต่างๆ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๔	ท่านมีความรับผิดชอบ และอดทนต่อความยากลำบากในการทำงานของตนและผู้อื่นได้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๕	ท่านมีความอดทนต่อการเจ็บไข้ได้ป่วย และความไม่สบายกายของตน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๖	ท่านอดทนต่อความโกรธ ความไม่พอใจ และความขัดใจอันเกิดจากคำพูดที่ไม่ชอบใจ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๗	ท่านมีความอดทนต่อการไม่ได้ไปเที่ยวเตร่อย่างสนุกสนานได้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๘	ท่านมีความอดทนต่อการทำให้รู้สึกเจ็บใจในการทำงานจากคนอื่น	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๙	ท่านมุ่งมั่น ขยันหมั่นเพียร เมื่อประสบปัญหาจะไม่แสดงอาการท้อแท้หรือยอมแพ้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๐	ท่านมีความอดทนต่อความยากลำบาก เมื่อประสบกับปัญหาต่างๆ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้

ข้อที่	รายการ	ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญคนที่					สรุปและแปลผล	
		๑	๒	๓	๔	๕	IOC	แปลผล
๑	๔. ด้านจาเคะ ท่านสามารถสละประโยชน์ตน มีน้ำใจช่วยเหลือ เอื้อเฟื้อ เพื่อแผ่ต่อผู้อื่นในชุมชนและสังคมได้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๒	ท่านมีความสามารถในการทำงานและบำเพ็ญ ประโยชน์ ช่วยเหลือเมื่อผู้อื่นประสบความ ทุกข์ยากได้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๓	ท่านเป็นผู้ให้และพร้อมที่จะรับฟังความทุกข์ ความคิดเห็น และความต้องการของคนอื่นได้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๔	ท่านสละสิ่งของที่จำเป็น มีการแบ่งปันกันกิน แบ่งปันกันใช้ รวมทั้งการทำบุญให้ทานได้	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๕	ท่านพยายามปรับปรุงนิสัย และความประพฤติ ที่ไม่ดีอันเสียหายแก่ส่วนรวม	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๖	ท่านพร้อมที่จะร่วมมือในการทำงานเพื่อ ประโยชน์ส่วนรวมเสมอ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๗	ท่านทำงานด้วยความเสียสละ และไม่นำของ ส่วนรวมมาเป็นของตน	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๘	ท่านไม่เลือกปฏิบัติงาน ทำงานด้วยความเสมอ ภาคเท่าเทียมกันโดยปราศจากอคติ	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๙	ท่านมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีน้ำใจช่วยเหลือ เกื้อกูลผู้อื่นด้วยความเมตตาอารี	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้
๑๐	ท่านมีความมุ่งมั่นพร้อมที่จะเสียสละความสุข ความสบาย และผลประโยชน์ส่วนตนเพื่อ ประโยชน์ส่วนรวม	๑	๑	๑	๑	๑	๑.๐๐	ใช้ได้

นางณัฐศรีณย์ ชุมวรฐายี

หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา (รุ่นที่ ๑๑)

รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๐๓๓

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ภาคผนวก จ

ผลการวิเคราะห์ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือวิจัย (Reliability analysis)

ผลการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability analysis) เพื่อการวิจัย

เรื่อง : ศึกษาหลักกรรมวาสนกรรม ๔ ในการดำเนินชีวิตของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
วัดปัญญานันทาราม จังหวัดปทุมธานี

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.๙๕๙	๔๐

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
สัจจะ ๑	๑๖๕.๐๗	๒๕๕.๗๘๙	.๔๙๗	.๙๕๙
สัจจะ ๒	๑๖๕.๔๐	๒๕๓.๑๔๕	.๖๓๒	.๙๕๘
สัจจะ ๓	๑๖๕.๐๐	๒๕๒.๗๕๙	.๕๙๘	.๙๕๘
สัจจะ ๔	๑๖๔.๙๗	๒๕๘.๓๐๙	.๔๗๑	.๙๕๙
สัจจะ ๕	๑๖๔.๗๗	๒๕๘.๗๓๗	.๔๔๔	.๙๕๙
สัจจะ ๖	๑๖๕.๐๗	๒๕๖.๖๑๖	.๔๕๖	.๙๕๙
สัจจะ ๗	๑๖๕.๑๓	๒๔๙.๘๔๔	.๗๔๕	.๙๕๗
สัจจะ ๘	๑๖๔.๙๗	๒๕๔.๕๘๕	.๕๖๑	.๙๕๘
สัจจะ ๙	๑๖๕.๓๐	๒๔๘.๘๓๘	.๗๘๙	.๙๕๗
สัจจะ ๑๐	๑๖๕.๑๓	๒๔๙.๒๙๒	.๗๗๒	.๙๕๗
ทมะ ๑	๑๖๕.๔๓	๒๔๙.๗๐๒	.๘๔๐	.๙๕๗
ทมะ ๒	๑๖๕.๕๗	๒๔๘.๙๔๔	.๖๑๖	.๙๕๘
ทมะ ๓	๑๖๕.๕๓	๒๕๔.๐๕๑	.๔๘๙	.๙๕๙
ทมะ ๔	๑๖๕.๑๗	๒๕๒.๑๔๔	.๖๔๐	.๙๕๘
ทมะ ๕	๑๖๕.๑๗	๒๕๗.๑๐๙	.๔๐๓	.๙๕๙
ทมะ ๖	๑๖๕.๓๐	๒๕๑.๖๖๖	.๗๘๘	.๙๕๗
ทมะ ๗	๑๖๕.๔๐	๒๕๐.๗๓๑	.๖๔๕	.๙๕๘
ทมะ ๘	๑๖๕.๔๗	๒๕๗.๐๑๖	.๔๒๗	.๙๕๙
ทมะ ๙	๑๖๕.๓๓	๒๕๓.๒๖๔	.๗๒๐	.๙๕๘
ทมะ ๑๐	๑๖๕.๓๐	๒๔๙.๖๖๖	.๙๐๒	.๙๕๗

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ขั้นดี ๑	๑๖๕.๔๗	๒๕๗.๐๘๕	.๓๘๙	.๙๕๙
ขั้นดี ๒	๑๖๕.๒๗	๒๕๒.๑๓๓	.๘๓๓	.๙๕๗
ขั้นดี ๓	๑๖๕.๔๗	๒๕๖.๘๗๘	.๔๓๔	.๙๕๙
ขั้นดี ๔	๑๖๕.๒๐	๒๕๑.๗๕๒	.๖๑๗	.๙๕๘
ขั้นดี ๕	๑๖๕.๕๓	๒๕๕.๖๓๗	.๔๕๓	.๙๕๙
ขั้นดี ๖	๑๖๕.๗๓	๒๕๓.๔๔๔	.๕๘๒	.๙๕๘
ขั้นดี ๗	๑๖๕.๖๓	๒๕๙.๓๔๔	.๒๔๐	.๙๖๑
ขั้นดี ๘	๑๖๕.๒๐	๒๕๖.๙๙๓	.๕๐๘	.๙๕๙
ขั้นดี ๙	๑๖๕.๔๐	๒๕๑.๘๓๔	.๗๗๔	.๙๕๗
ขั้นดี ๑๐	๑๖๕.๕๓	๒๕๑.๙๑๓	.๖๗๙	.๙๕๘
จากะ ๑	๑๖๕.๔๓	๒๕๐.๓๒๓	.๖๓๗	.๙๕๘
จากะ ๒	๑๖๕.๔๗	๒๔๘.๗๔๐	.๖๘๐	.๙๕๘
จากะ ๓	๑๖๕.๕๐	๒๕๐.๙๔๘	.๖๔๗	.๙๕๘
จากะ ๔	๑๖๕.๒๓	๒๕๕.๐๑๓	.๕๑๗	.๙๕๙
จากะ ๕	๑๖๕.๓๓	๒๕๙.๖๗๘	.๓๑๒	.๙๖๐
จากะ ๖	๑๖๕.๒๐	๒๕๐.๗๑๗	.๗๘๖	.๙๕๗
จากะ ๗	๑๖๕.๙๐	๒๕๕.๖๗๙	.๕๗๔	.๙๕๘
จากะ ๘	๑๖๕.๓๐	๒๔๗.๓๒๑	.๘๐๑	.๙๕๗
จากะ ๙	๑๖๕.๑๗	๒๕๖.๒๑๓	.๔๘๘	.๙๕๙
จากะ ๑๐	๑๖๕.๓๗	๒๔๘.๕๘๕	.๗๒๔	.๙๕๗

นางณัฐศรัณย์ ชุมวรฐายี

หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา รุ่น ๑๑

รหัสประจำตัวนิสิต ๕๘๑๑๔๐๕๘๓๓

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	:	นางณัฐศรัณย์ ชุมวรฐายี
ว/ด/ป เกิด	:	วันที่ ๒๗ เดือนเมษายน พุทธศักราช ๒๕๐๗
สถานที่เกิด	:	จังหวัดสุรินทร์
การศึกษา	:	
	พ.ศ. ๒๕๓๐	ปริญญาตรี ครุศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์ทั่วไป วิทยาลัยครูจันทระเกษม
	พ.ศ. ๒๕๓๙	ปริญญาโท พัฒนบริหารศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ (NIDA)
	พ.ศ. ๒๕๔๘	ปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาวิทยาการคอมพิวเตอร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
	พ.ศ. ๒๕๕๓	ปริญญาเอก ปรัชญาดุสิตบัณฑิต สาขาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
ประสบการณ์การทำงาน	:	
	พ.ศ. ๒๕๓๐ – ๔๗	อาจารย์โรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา และศึกษานิเทศก์ กรมสามัญ- ศึกษา
	พ.ศ. ๒๕๔๗ – ปัจจุบัน	อาจารย์ประจำสาขาวิชาการบริหารและพัฒนาเมือง คณะมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร (ปัจจุบันช่วยราชการ มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ)
ประสบการณ์ปฏิบัติธรรม	:	
	พ.ศ. ๒๕๕๘	ปฏิบัติแบบพองยุบ เป็นเวลา ๓๐ วัน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา
	พ.ศ. ๒๕๕๙ – ๖๐	ปฏิบัติแบบพองยุบ เป็นระยะเวลา ๗ เดือน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม “ธรรมโมลี” อำเภอปากช่อง จังหวัดนครราชสีมา และสำนักวิปัสสนาธุระสาสนะเอกต่า กรุงย่างกุ้งสหภาพเมียนมาร์
ประสบการณ์การ เป็นวิทยากร	:	บรรยายเรื่องการประกันคุณภาพการศึกษาระดับมัธยมศึกษา และกรม- ศาสนา บรรยายเรื่องระเบียบวิธีวิจัยทางสังคมศาสตร์ (วิจัยเชิงปริมาณ)
-ปีที่เข้าศึกษา	:	พ.ศ. ๒๕๕๘
ปีที่สำเร็จการศึกษา	:	พ.ศ. ๒๕๖๑
ที่อยู่ปัจจุบัน	:	มหาวิทยาลัยราชภัฏศรีสะเกษ ตำบลโพธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดศรีสะเกษ
โทรศัพท์	:	๐๘๘-๑๘๙-๘๙๖๖
E-mail	:	Vi11.5811405033@gmail.com