



ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรม
วัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี
A STUDY OF SATISFACTION OF INSIGHT MEDITATION
PRACTITIONERS AT AMPAWANPAYARAM MONASTERY,
MUANG PHETCHABURI DISTRICT,
PHETCHABURI PROVINCE

พระครูปิยวัชรภรณ์ (ประทีป ปณฺณาทิโป)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘



ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรม
วัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

พระครูปิยวัชรภรณ์ (ประทีป ปณฺณาทิโป)

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
พุทธศักราช ๒๕๕๘

(ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย)



**A Study Of Satisfaction Of Insight Meditation
Practitioners At Ampawanpayaram Monastery,
Muang Phetchaburi District,
Phetchaburi Province**

Phrakhru Piyawacharaphorn (Pratheep Paññādīpo)

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of
The Requirement for the Degree of
Master of Arts
(Vipassana Meditation)
Graduate School
Mahachulalongkornrajavidyalaya University
Bangkok, Thailand
C.E. 2015

(Copyright by Mahachulalongkornrajavidyalaya University)



บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย อนุมัติให้นับวิทยานิพนธ์
เรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม
อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาพุทธ
ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

(พระมหาสมบุรณ์ วุฑฒิกโร, ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการตรวจสอบวิทยานิพนธ์

ประธานกรรมการ

(พระเมธาวินัยรส, ผศ.ดร.)

กรรมการ

(พระเมธีวรญาณ, ดร.)

กรรมการ

(พระมหาชิต ฐานชิต, ดร.)

กรรมการ

(ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

พระเมธีวรญาณ, ดร.

ประธานกรรมการ

ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง

กรรมการ

ชื่อผู้วิจัย

(พระครูปิยวัชรภรณ์)

ชื่อวิทยานิพนธ์ : ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรม
วัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

ผู้วิจัย : พระครูปิยวัชรภรณ์ [ประทีป ปญญาทีโป (ปิ่นสะอาด)]

ปริญญา : พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: พระเมธีวราญาณ (สายเพชร วชิรเวที), ดร., ป.ธ. ๙, ร.บ., พธ.ม.,
พธ.ด.(พระพุทธศาสนา)

: ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง, พธ.บ., พธ.ม., พธ.ด. (พระพุทธศาสนา)

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๐/มีนาคม/๒๕๕๙

บทคัดย่อ

วิทยานิพนธ์นี้มีวัตถุประสงค์ ๒ ประการ คือ ๑) เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี และ ๒) เพื่อศึกษาปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี กลุ่มตัวอย่างคัดเลือกโดยวิธีสุ่มแบบเจาะจงจำนวน ๑๓๒ คน รวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์ของความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ ๐.๘๗ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษา พบว่า ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะการมีความพึงพอใจต่อพระวิปัสสนาจารย์ที่ความเมตตา น่าเลื่อมใส และมีความรู้ความสามารถในการแสดงธรรมสำหรับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และพบว่าความพึงพอใจที่มีต่อสวัสดิการ/สาธารณูปการนั้นมีเหตุผลมาจากการจัดอาหารบริโภคที่เพียงพอและเหมาะสม และมีการจัดสถานที่พักแยกเป็นสัดส่วน ส่วนความพึงพอใจด้านสถานที่เนื่องจากสะดวกต่อการเดินทางและมีบรรยากาศที่เงียบสงบ

ผลการศึกษาความพึงพอใจของอุบาสกพบว่าไม่มีแตกต่างกับความพึงพอใจของอุบาสิกา ส่วนความพึงพอใจที่จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล คือ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ ที่ต่างกันนั้นพบว่ามีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ผลการศึกษาปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะ พบว่า ควรจัดให้มีเอกสารความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมที่ใช้ภาษาเข้าใจง่ายและสามารถนำไปใช้ได้ในชีวิตประจำวัน ส่วนสภาพปัญหาในด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ นั้นควรมีการจัดหาเครื่องนอนและสิ่งอำนวยความสะดวกให้เพียงพอต่อจำนวนผู้ปฏิบัติ และควรกระตุ้นให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้มีการร่วมกันทำความสะอาดที่ปฏิบัติและที่พัก

Thesis Title : A Study of Satisfaction of Insight Meditation Practitioners At Ampawanpiyaram Monastery, Muang Phetchaburi District, Phetchaburi Province

Researcher : Phrakhru Piyawatcharaphon [Prathip Paññādīpo (Pinsa-at)]

Degree : Master of Arts (Vipassana Meditation)

Thesis Supervisory Committee

: Phra Methivorayan, Pali IX, M.A., Ph.D. (Buddhist Studies)

: Dr. Wirot Khumkhong, Pali IX, B.A., M.A., Ph.D. (Buddhist Studies)

Date of Graduation : 10/March/2016

Abstract

This thesis had two objectives; 1) to study the satisfactions of Vipassana meditators of Ambavanpiyaram monastery, Mueang district, Phetchaburi province and 2) to study of problems, obstacles and suggestions on Vipassana meditation of practitioners at Ambavanpiyaram monastery, Mueang district, Phetchaburi province.

The samples used in this study were 132 persons. The collected data was a quantitative research using the questionnaire which had total coefficient of reliability at 0.87. The statistical procedures used for analyzing data were descriptive statistics by frequency, percentage, mean, standard deviation for explaining data.

The results of research were found that satisfaction towards Vipassana masters was totally in high level especially his compassion, trusted manners and knowledge of insight. The satisfaction on public welfare management was in high due to enough and proper food arrangement and the place due to its convenience of journey and peaceful environment.

Results of satisfaction of laity were found that there was no different between lay women and men. Considering other factors, it was found that age, level of education and occupation were not different in insight practice at least significantly at 0.05.

Results of problem and suggestions were found that monastery should provide academic documents or papers for sufficient knowledge and the use in daily life. In respect of social welfare and arrangement, monastery should provide enough sleeping set and conveniences for participants and encourage them to clean up places and rooms.

กิตติกรรมประกาศ

เกล้าฯ ขอประทานโอกาสกราบขอบพระคุณ พระเดชพระคุณท่านเจ้าประคุณสมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถร, ป.ธ. ๙, ศาสตราจารย์พิเศษ) กรรมการมหาเถรสมาคม, รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ที่ได้เมตตาเปิดหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา ทำให้ผู้ศึกษาได้มีโอกาสเข้ามาศึกษาและได้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเป็นระยะเวลา ๗ เดือน โดยพระเดชพระคุณฯ ได้เมตตาอนุเคราะห์ในเรื่องค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ทั้งที่พักและอาหารตลอดระยะเวลา ๗ เดือน

ขอขอบคุณครูบาอาจารย์ทุกท่านที่สิทธิ์ประสาทวิชาในสาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา และพระวิปัสสนาจารย์ที่ควบคุมการปฏิบัติตลอดระยะเวลา ๗ เดือน โดยเฉพาะท่านสยาตอ อุ ชฎิละ แห่งสำนักมหาสิริสาสนแยกตำ กรุงย่างกุ้ง ประเทศสหภาพเมียนมาร์ ที่ให้คำแนะนำด้านการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ถาถามตอบสอบถามในระยะเวลา ๒ เดือน สุดท้ายแห่งการปฏิบัติ

ขอกราบขอบคุณคณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ คือ พระเมธีวราญาณ, ดร. และ ดร.วิโรจน์ คุ่มครอง ที่เมตตาอนุเคราะห์ให้คำปรึกษาในการทำวิทยานิพนธ์มาโดยตลอด ขอขอบคุณอาจารย์วุฒิชัย อรรถาพงศ์ ผู้เชี่ยวชาญจากมหาวิทยาลัยมหิดล ที่ช่วยให้คำแนะนำด้านสถิติวิจัย ขอคุณ ดร.ชัยชาญ ศรีหามู และอาจารย์ฉัตรนคร เขมาสารี ที่ช่วยตรวจสอบบทคัดย่อภาษาอังกฤษและให้คำแนะนำเกี่ยวกับเอกสารภาษาต่างประเทศ รวมไปถึงท่านผู้บริหาร คณาจารย์ และเจ้าหน้าที่ของวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม ทุกท่าน ที่ได้เมตตาอนุเคราะห์ให้คำแนะนำเพิ่มเติมทำให้วิทยานิพนธ์เล่มนี้มีความสมบูรณ์สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยดี

อานิสงส์ผลแห่งความดีที่เกิดจากวิทยานิพนธ์นี้ ผู้วิจัยขอน้อมอุทิศเป็นอาจริยะบูชาแด่ท่านสยาตอ อุ ชฎิละ ที่ละสังขารไปแล้ว และขอมอบให้แก่คุณพ่อ คุณแม่ ครูอุปัชฌาย์ อาจารย์ตลอดจนญาติโยมวัดอัมพวันปิยาราม ตำบลคลองกระแซง อำเภอมะนังเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ที่สนับสนุนทุนการศึกษาและเป็นการกำลังใจดีเสมอมา ตลอดจนเพื่อนกัลยาณมิตรทุกท่าน ที่เป็นการกำลังใจด้วยดีเสมอมาขอคุณพระรัตนตรัยจงดลบันดาลอภิบาลคุ้มครองปกป้องรักษาทุกท่านด้วยเทอญ

พระครูปิยวัชรภรณ์ (ประทีป ปญญาทีโป)

วันที่ ๓๑ เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๙

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	(๑)
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	(๒)
กิตติกรรมประกาศ	(๓)
สารบัญ	(๔)
สารบัญตาราง	(๖)
สารบัญแผนภาพ	(๘)
คำอธิบายสัญลักษณ์และคำย่อ	(๙)
บทที่ ๑ บทนำ	๑
๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	๑
๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย	๓
๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ	๓
๑.๔ ขอบเขตการวิจัย	๓
๑.๕ สมมติฐานการวิจัย	๔
๑.๖ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย	๔
๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	๔
บทที่ ๒ แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๕
๒.๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจ	๕
๒.๒ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๑๑
๒.๓ แนวคิดเกี่ยวกับหลักสปปายะธรรม	๓๓
๒.๔ สภาพพื้นที่การทำวิจัย	๓๙
๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	๔๑
๒.๖ กรอบแนวคิดในการวิจัย	๔๘
บทที่ ๓ วิธีดำเนินการวิจัย	๔๙
๓.๑ รูปแบบการวิจัย	๔๙
๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	๔๙
๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	๕๐
๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	๕๒
๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	๕๓

เรื่อง	หน้า
บทที่ ๔ ผลการวิจัย	๕๖
๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม	๕๗
๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์	๕๘
๔.๓ องค์ความรู้จากการวิจัย	๖๘
บทที่ ๕ สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	๗๐
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๗๐
๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย	๗๒
๕.๓ ข้อเสนอแนะ	๗๔
บรรณานุกรม	๗๕
ภาคผนวก	๘๐
ก แบบสอบถาม	๘๑
ข รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ	๘๗
ค หนังสือออกถึงบุคคล/หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง	๘๙
ง แบบประเมินความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถาม	๙๔
จ รายงานผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม	๙๖
ฉ ประมวลภาพการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรม วัดอะมพวันปิยาราม อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี	๙๘
ประวัติผู้วิจัย	๑๑๒

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
๔.๑ แสดงค่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามเพศ	๕๗
๔.๒ แสดงค่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามอายุ	๕๗
๔.๓ แสดงค่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามระดับการศึกษา	๕๗
๔.๔ แสดงค่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามอาชีพ	๕๘
๔.๕ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา โดยภาพรวม	๕๘
๔.๖ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจด้านวิชาการ	๕๙
๔.๗ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจด้านบุคลากร/ วิปัสสนาจารย์	๕๙
๔.๘ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจด้านสวัสดิการ/ สาธารณูปการ	๖๐
๔.๙ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจด้านสถานที่	๖๐
๔.๑๐ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา จำแนกตามเพศ	๖๑
๔.๑๑ แสดงการเปรียบเทียบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำแนกตามเพศ ด้วยสถิติที่ใช้ทดสอบนัยสำคัญแบบที ชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent)	๖๑
๔.๑๒ แสดงการเปรียบเทียบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำแนกตามอายุ	๖๒
๔.๑๓ แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา จำแนกตามอายุ ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA)	๖๒
๔.๑๔ แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นรายคู่ระหว่างผู้ที่มีอายุต่างกัน	๖๓
๔.๑๕ แสดงการเปรียบเทียบข้อมูลทดสอบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา	๖๓
๔.๑๖ แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance: ANOVA)	๖๔
๔.๑๗ แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นรายคู่ระหว่างผู้ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน	๖๔
๔.๑๘ แสดงการเปรียบเทียบข้อมูลทดสอบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำแนกตามอาชีพ	๖๕
๔.๑๙ แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ภาวนา ต่อการจำแนกตามอาชีพ ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA)	๖๕

๔.๒๐	แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นรายคู่ระหว่างผู้ที่มีอาชีพต่างกัน	๖๖
๔.๒๑	สรุปข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านวิชาการ	๖๖
๔.๒๒	สรุปข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์	๖๗
๔.๒๓	สรุปข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ	๖๗
๔.๒๔	สรุปข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านสถานที่	๖๘

สารบัญแผนภาพ

แผนภาพที่

หน้า

๒.๑ แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

๔๘

คำอธิบาย สัญลักษณ์ และคำย่อ

ก. คำย่อเกี่ยวกับพระไตรปิฎก (บาลีและไทย)

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๐๐ และพระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๓๙ โดยจะระบุ เล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อชื่อคัมภีร์ ตัวอย่างเช่น ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๒๘๖/๒๔๗ หมายถึง สุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปาฎิกวรรค พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่มที่ ๑๑ ข้อที่ ๒๘๖ หน้า ๒๔๗

พระสุตตันตปิฎก (บาลีและไทย)

ที.ม. (บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ม. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	มหาวรรค	(ภาษาไทย)
ที.ปา. (บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎิกวรรคปาติ	(ภาษาบาลี)
ที.ปา. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ทีฆนิกาย	ปาฎิกวรรค	(ภาษาไทย)
ขุ.ธ. (บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธมมปทปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ธ. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ธรรมบท	(ภาษาไทย)
ขุ.จู. (บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิตเทสปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.จู. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	จูฬนิตเทส	(ภาษาไทย)
อง.อฏฺฐก. (บาลี) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	อฏฺฐกนิปาตปาติ	(ภาษาบาลี)
อง.อฏฺฐก. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	อังกุตรนิกาย	อฏฺฐกนิบาต	(ภาษาไทย)
ม.ม. (บาลี) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.ม. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	มูลปณณาสก	(ภาษาไทย)
ม.อุ. (บาลี) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปณณาสกปาติ	(ภาษาบาลี)
ม.อุ. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	มัชฌิมนิกาย	อุปริปณณาสก	(ภาษาไทย)
ขุ.ป. (บาลี) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏีสัมภิตามคคปาติ	(ภาษาบาลี)
ขุ.ป. (ไทย) =	สุตตันตปิฎก	ขุททกนิกาย	ปฏีสัมภิตามรรค	(ภาษาไทย)

ข. คำย่อเกี่ยวกับคัมภีร์อรรถกถา

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้อรรถกถาภาษาบาลีฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยในการอ้างอิง โดยระบุเล่ม/ข้อ/หน้า หลังคำย่อคัมภีร์ เช่น ที.ม.อ. (บาลี) ๕/๓๗๓/๓๕๘ หมายถึง ทีฆนิกาย สุมังคลวิลาสิณี มหาวรรคอรรถกถา เล่มที่ ๕ ข้อที่ ๓๗๓ หน้า ๓๕๘ และคัมภีร์อรรถกถาภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เช่น ขุ.จู. ๓๐/๖๗๓/๓๓๓. หมายถึง สุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย จูฬนิตเทส เล่มที่ ๓๐ ข้อที่ ๓๗๓ หน้า ๓๓๓

อรรถกถาพระวินัยปิฎก (บาลีและไทย)

วิ.ม.อ. (บาลี) =	วินัยปิฎก	สมนตปาสาทิกา	มหาวคคอฏฺฐกถา	(ภาษาบาลี)
วิ.ม.อ. (ไทย) =	วินัยปิฎก	สมันตปาสาทิกา	มหาวรรคอรรถกถา	(ภาษาไทย)

อรรถกถาพระสุตตันตปิฎก (บาลีและไทย)

ม.ม.อ. (บาลี)	=	มชฌิมนิกายปปัญจสูทนี	มูลปณณาสกอนุรุธกา	(ภาษาบาลี)
ม.ม.อ. (ไทย)	=	มชฌิมนิกายปปัญจสูทนี	มูลปณณาสกอรรธกา	(ภาษาไทย)
ช.ป.อ. (บาลี)	=	ชุตทกนิกาย สทธรรมปกาสินี	ปฐิสัมภิทามคคอนุรุธกา	(ภาษาบาลี)
ช.ป.อ. (ไทย)	=	ชุตทกนิกาย สัตธรรมปกาสินี	ปฐิสัมภิทามรรคอรรธกา	(ภาษาไทย)

อรรธกาพระอภิธรรมปิฎก (บาลีและไทย)

อภิ.สง. (บาลี)	=	อภิธมมปิฎกธมมสังคณี ปาลี	(ภาษาบาลี)
อภิ.สง. (ไทย)	=	อภิธรรมปิฎก ธรรมสังคณี	(ภาษาไทย)

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

วิปัสสนากัมมัฏฐาน หมายถึง ที่ตั้งแห่งการกระทำที่เป็นปัจจัยให้เกิดการเห็นแจ้ง การเห็นพิเศษ และการเห็นโดยอาการต่าง ๆ มีความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นการปฏิบัติทางจิต เพื่อให้จิตเกิดการเรียนรู้จดจำสภาวะการดับของขั้น ๕ การดับซึ่งรัก โลภ โกรธ หลงทั้งหลาย ที่เกิดผ่านอายตนะภายในและภายนอกทั้ง ๑๒ คือ ตา(รูป) หู(เสียง) จมูก(กลิ่น) ลิ้น(รส) กาย(สัมผัส) ใจ(ธรรมารมณ์) เพื่อถอดถอนความเห็นผิดว่ามีตัวเราได้ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีมาตั้งแต่ครั้งสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ พระองค์ทรงสอน และทรงเผยแผ่การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมาโดยตลอด ซึ่งปรากฏในพระสูตรต่าง ๆ มากมายหลายแห่ง ดังมีพุทธพจน์ตอนหนึ่งว่า “การเรียนรู้กัมมัฏฐาน คือ สมถะและวิปัสสนา เข้าไปสู่เรือนว่างนั่งพิจารณาอยู่ตลอดคืนและวัน แล้วบำเพ็ญอิทธิจิตตสิกขาด้วยสมถกัมมัฏฐาน บำเพ็ญอิทธิปัญญาสิกขาด้วยวิปัสสนากัมมัฏฐาน”^๑ ปัญญาวิมุตติ หมายถึงปัญญาที่สละครุฑด้วยอรหัตตผลนั้น ที่ชื่อว่า ปัญญาวิมุตติ เพราะหลุดพ้นจากอวิชชา^๒ (ที่เป็นอุปัทวธรรมโดยตรง แต่มิได้หมายความว่าละระงับบาปธรรมอื่นไม่ได้) ในที่นี้หมายถึงความหลุดพ้นด้วยมีวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นพื้นฐาน^๓

พระองค์ทรงเสด็จจาริกไปเพื่อสั่งสอนหมู่สัตว์ตลอด ๔๕ พรรษาจบจนเสด็จดับขันธปรินิพพาน ต่อมาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้มีการสืบทอดต่อกันมาในหลายประเทศทั่วโลก ตั้งแต่ประเทศอินเดีย ศรีลังกา เนปาล พม่า ไทย การเผยแผ่หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในประเทศไทยนั้น ได้มีการเผยแผ่กันมาอย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน ประเทศไทยได้ชื่อว่าเป็นเมืองพุทธศาสนา ประชาชนทุกเพศทุกวัยล้วนอยู่ในศีลในธรรม เข้าวัดทำบุญ ฟังธรรม ปฏิบัติธรรม วิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นจำนวนมาก มีวัดเป็นที่พึ่งที่อาศัยทางใจ

การปฏิบัติวิปัสสนาธุระ เป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งของพุทธศาสนิกชนควบคู่กับคันถธุระ ซึ่งจุดมุ่งหมายของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนานั้น ก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้บริสุทธิ์สะอาดหมดจดจน กระทั่งถึงการบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระพุทธศาสนา การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น ผู้ปฏิบัติอาจเข้าถึงธรรมตามระดับต่าง ๆ กัน เร็วบ้างช้าบ้างซึ่งพระพุทธองค์ทรงตรัสถึงความแตกต่างแห่งปฏิปทาในการปฏิบัติเพื่อบรรลุคุณวิเศษ คือ มรรค ผล นิพพาน

การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ก็คือการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นอุบายวิธีที่กำหนดใช้เป็นแนวทางปฏิบัติธรรมที่เป็นจุดมุ่งหมายสูงสุด ในทางพระพุทธศาสนา สติ คือ กุญแจสำคัญในการ

^๑ ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๖๔/๑๖๙-๑๗๐, อง.ทสก.อ. (ไทย) ๓/๗๑/๓๕๗.

^๒ ม.ม.ฎีกา (ไทย) ๑/๖๙/๓๓๔.

^๓ ม.ม.อ. (ไทย) ๑/๖๙/๑๗๗

ปฏิบัติวิปัสสนา ด้วยการฝึกควบคุมตัวเองรู้การกระทำของร่างกาย เช่นเมื่อหายใจเข้าและหายใจออก เมื่อเคลื่อนไหวอริยาบทต่าง ๆ รวมทั้งความรู้สึกนึกความคิด และสุดท้าย จิตรู้ที่กำลังทำอะไร ในขณะที่ ยืน เดิน นั่ง นอน อย่างนี้เป็นการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน ซึ่งมีความสำคัญ เพราะเป็นหนทางเดียวที่จะนำสัตว์ให้ข้ามพ้นวิภวทุกขได้ เป็นทางสายเดียวที่จะมุ่งสู่พระนิพพาน ไม่มีทางสายอื่นนอกจากนี้เป็นทางตรงสายเดียว ไม่มีทางแยกอื่นอันจะทำให้เดินหลงหรือผิดทาง เมื่อบุคคลดำเนินไปตามหนทางแห่งสติปัฏฐานนี้ย่อมบรรลुพระนิพพานในที่สุด^๔ พุทธศาสนิกชนผู้สนใจในการปฏิบัติวิปัสสนา อาจมีความสงสัยอย่างยิ่งในแนวทางปฏิบัติ โดยเฉพาะผู้เริ่มต้นสนใจในการปฏิบัติ อันที่จริงแล้วการปฏิบัติก็มีหลายแบบจริงมีทั้งที่เป็นสมถยานิกะ คือ ทำสมถกัมมัฏฐานก่อนเพื่อให้เป็นบาทของวิปัสสนากัมมัฏฐาน และ วิปัสสนายานิกะ คือไม่ได้ทำสมถกัมมัฏฐานให้เป็นบาทของวิปัสสนากัมมัฏฐาน แต่เป็นการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานล้วน(เช่นการปฏิบัติแบบพองหนอ ยุบหนอ) การปฏิบัติแบบสมถยานิกะ ยังแยกออกไปอีกตามแต่จริต^๕ เช่น ผู้ที่มีราคะจิตควรเจริญอสุภกัมมัฏฐาน และกายคตาสติกัมมัฏฐานให้เป็นบาทของวิปัสสนา ผู้ที่มีโทสะจิตควรเจริญเมตตาภิธานกัมมัฏฐาน เป็นต้น ให้เป็นบาทของวิปัสสนา ผู้ที่มีโมหะจิตควรเจริญอานาปานสติให้เป็นบาทของวิปัสสนา อย่างนี้เป็นต้น ซึ่งก็หมายความว่า การปฏิบัติมีหลายแบบก็จริง แต่สุดท้ายแล้วก็จะต้องเจริญสติปัฏฐาน ๔ เพื่อบรรลุผลนิพพานต่อไป

ในปัจจุบันการเข้าวัดของพุทธศาสนิกชนนอกจากจะปรารภเข้ามาเพื่อทำบุญใส่บาตร ฟังธรรมปฏิบัติตามประเพณี ตามวันสำคัญทางพุทธศาสนา ตามเทศกาลงานบุญ หรือมาวัดเพื่อเรียนธรรมเพื่อปฏิบัติธรรมเจริญภาวนา ปัจจุบันนี้มีสำนักปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เกิดขึ้นมากมายหลายแห่ง แต่ละแห่งนั้นมีพุทธศาสนิกชนเข้าร่วมปฏิบัติธรรมในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา วันหยุดนักขัตฤกษ์ และวันเฉลิมพระเกียรติ เหตุผลที่มีผู้มาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาน่าจะมีปัจจัยเป็นเหตุในการตัดสินใจ ซึ่งเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างยิ่งในการที่พุทธศาสนิกชนเข้ามาปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เช่น ความพึงพอใจ ทางสิ่งแวดล้อม ทางด้านการสื่อสาร มีการบอกกล่าวจากบุคคลที่รู้จัก การโฆษณาประชาสัมพันธ์ หรือการรู้จักผู้สอน ชื่อเสียงของวัด ด้านศรัทธา ความเชื่อ และการเสียสละในเรื่องของเวลา แต่จะเห็นได้ว่าโดยปกติแล้วคนส่วนใหญ่มักจะเข้าวัดที่ใกล้บ้าน หรือการเดินทางสะดวก ประชาชนที่มีทุกเพศทุกวัย หลากหลายอาชีพ จากสถานที่ต่าง ๆ เป็นต้น

วัดมีพระสงฆ์ในจังหวัดเพชรบุรีมี ๒๖๓ วัด^๖ สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดเพชรบุรี แห่งที่ ๘ วัดอัมพวันปิยาราม ตำบลคลองกระแซง อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี โดยมีพระครูปิยะวชิราภรณ์ (ปญญาทีโป) เจ้าอาวาสเป็นวิปัสสนาจารย์ ได้จัดโครงการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในวันธรรมสวนะ

^๔ พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน**, พระพรหมโมลี (สมศักดิ์ อุปสโม ป.ธ.๙, M.A., Ph.D.), ตรวจชำระ, พระคันธราธิวาส, แพลและเรียบเรียง, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๖.

^๕ พระพุทธโฆสเถระ, **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, แปลโดย สมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), พิมพ์ครั้งที่ ๑๐, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๖๖.

^๖ รายงานสรุปจำนวนวัด พระภิกษุ และสามเณรในจังหวัดเพชรบุรี เขียนโดย ผู้ดูแลระบบ (ศุณย์เทคนิศา), แหล่งที่มา: <http://pbi.onab.go.th/> [๑๓ มิ.ย. ๒๕๕๘].

วันสำคัญต่างๆ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ติดต่อกันมาเป็นเวลานาน ยังจัดอบรมโครงการปฏิบัติธรรมประจำปี โครงการอบรมนักเรียนนักศึกษา และในปัจจุบันก็ยังเป็นที่ยอมรับของพุทธศาสนิกชนทั้งพระภิกษุสามเณร และคฤหัสถ์ ซึ่งต่างก็ได้พากันเข้ามาศึกษาปฏิบัติกันอย่างสม่ำเสมอ ปัจจุบันมีผู้สนใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในวันธรรมสวนะ จะมีผู้ปฏิบัติประมาณ ๘๐ คน ในวันหยุดจะมีผู้ปฏิบัติประมาณ ๒๐๐ คน ซึ่งวิธีที่สอนการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยจำแนกการกำหนดรู้ด้วยกัน ๔ ฐานคือ กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน และธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี โดยมีความต้องการจะศึกษาถึงความมีสัปปายะ มากน้อยแค่ไหนในการได้มาปฏิบัติในที่นี้ และเพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงการถ่ายทอดรวมไปถึงการปรับปรุงภูมิทัศน์สิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมแก่ผู้ปฏิบัติ รวมทั้งเพื่อให้ทราบถึงแนวทางในการถ่ายทอดความรู้ในด้านการปฏิบัติที่อาจารย์ผู้มีความรู้นั้นได้ถ่ายทอดไปยังผู้ปฏิบัติอีก และเป็นแนวทางในการปรับปรุงแก้ไขและพัฒนาสำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม สืบต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ความพึงพอใจอย่างไร

๑.๓.๒ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี มีข้อเสนอแนะในด้านใดบ้าง

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตเนื้อหาเพื่อการศึกษาความพึงพอใจและข้อเสนอแนะของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ได้แก่ ๑) ด้านวิชาการ ๒) ด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ ๓) ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ และ ๔) ด้านสถานที่

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่เป็นกลุ่มเป้าหมายของการวิจัยในครั้งนี้เป็นผู้เข้าร่วมการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

เมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี จำนวนทั้งหมด ๒๐๐ คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีสุ่มแบบเจาะจง จำนวน ๑๓๒ คน

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านพื้นที่ ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่สำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูล สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ คือ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านระยะเวลา กำหนดระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลในเดือน ธันวาคม ๒๕๕๘

๑.๕ สมมติฐานการวิจัย

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ที่มีปัจจัยส่วนบุคคล คือ เพศ อายุ การศึกษา และอาชีพ ที่ต่างกัน มีความพึงพอใจแตกต่างกัน

๑.๖ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

ความพึงพอใจ หมายถึง ความพึงพอใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในด้านวิชาการ ด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ และด้านสถานที่ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

วิปัสสนาภาวนา หมายถึง การพิจารณารู้ชัดเห็นแจ้งด้วยปัญญาโดยสภาวะของสิ่งที่อยู่ตามธรรมชาติ และตามความเป็นจริงว่า สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา เราไม่เป็นนั่น นั่นไม่ใช่ของเรา นั่นทุกข์ นั่นความดับไม่เหลือแห่งทุกข์ รู้ชัดคุณ โทษ และทางออกจากกามทั้งหลาย รู้ชัดอินทรีย์ ๕ ชันธ ๕ รูปนาม หรือ รู้แล้วกิเลสลดลง ๆ ไปตามลำดับ

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา หมายถึง อุบาสก และอุบาสิกา ที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม หมายถึง สถานที่ ที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิจัย

สำนักปฏิบัติธรรม หมายถึง สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ประจำจังหวัดเพชรบุรี แห่งที่ ๘

๑.๗ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๗.๑ ได้ทราบถึงความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

๑.๗.๒ ได้ทราบข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

บทที่ ๒

แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษา เรื่อง “ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวัน ปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” ผู้ศึกษาได้ศึกษาค้นคว้า เอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

- ๒.๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจ
- ๒.๒ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
- ๒.๓ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับสัปปายะ ๗
- ๒.๓ สภาพพื้นที่ที่ทำการวิจัย
- ๒.๔ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- ๒.๕ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๒.๑ แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความพึงพอใจ

๒.๑.๑ ความหมายของความพึงพอใจ

กิตติยา ปรีดีติติก กล่าวถึงความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกชอบหรือพอใจที่มีองค์ประกอบ และสิ่งจูงใจในด้านต่าง ๆ ของงาน และเขาได้รับการตอบสนองความต้องการเขาได้^๑

กลอน ธนาพงศ์ธร กล่าวว่าความพึงพอใจ หมายถึง ปรากฏการณ์ในแง่ของนามธรรมที่เกี่ยวกับความสบายใจหรือความสุขที่ได้ประสบ ซึ่งเป็นความพึงพอใจที่ประเมินไว้ในเรื่องของทัศนคติ หรือความพึงพอใจ หมายถึง ระดับความลงรอยระหว่างความคาดหวังของบุคคล และสิ่งตอบแทนที่บุคคลนั้นได้รับจริง ๆ^๒

ว่าที่ร้อยตรีกิตติภักดิ์ วงศ์กระโซ่ ได้สรุปความหมายความพึงพอใจ คือ ความรู้สึกทางบวกที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้รับผลสำเร็จตามความมุ่งหมายไว้ หรือการได้รับในสิ่งที่ต้องการ การที่จะทำให้คนเกิดความพึงพอใจ จะต้องศึกษาปัจจัยและองค์ประกอบที่เป็นสาเหตุแห่งความพึงพอใจ และสร้างเหตุเหล่านั้นให้เกิดขึ้น ความพึงพอใจ จึงเป็นผลมาจากการรับรู้ที่บุคคลนั้นประเมินให้คุณค่ากับสวัสดิการที่ได้รับ^๓

^๑ กิตติยา ปรีดีติติก, **ทฤษฎีการบริหารองค์การ**, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๔๒), หน้า ๓๒๑-๓๒๒.

^๒ กลอน ธนาพงศ์ธร, **ประโยชน์และการบริการ**, เอกสารสอนชุดวิชาการบริหารงานบุคคล, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, ๒๕๓๐), หน้า ๒๓๐.

^๓ ว่าที่ร้อยตรีกิตติภักดิ์ วงศ์กระโซ่ “ความพึงพอใจของครู นักเรียนและผู้ปกครองที่มีต่อการจัดการ การศึกษาในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาของรัฐ ในเขตจังหวัดภาคตะวันออก” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, สาขาวิชาการบริหารการศึกษา (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๑๔.

ดิเรก ฤกษ์ห่วย ได้ให้ความหมายโดยสรุปว่า ทักษะทางบวกของบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง เป็นความรู้สึกหรือทัศนคติที่ดีต่องานที่ทำของบุคคลที่มีต่องานในทางบวก ความสุขของบุคคลอันเกิดจากการปฏิบัติงานและได้รับผลเป็นที่พึงพอใจทำให้บุคคลเกิดความกระตือรือร้นมีความสุข ความมุ่งมั่นที่จะทำงาน มีขวัญและมีกำลังใจ มีความผูกพันกับหน่วยงาน มีความภาคภูมิใจในความสำเร็จของงานที่ทำและสิ่งเหล่านี้จะส่งผลต่อประสิทธิภาพและประสิทธิผลในการทำงาน ส่งผลต่อความก้าวหน้าและความสำเร็จขององค์กรอีกด้วย^๔

ปรีชาพร วงศ์อนุตรโรจน์ กล่าวความหมายความพึงพอใจ ดังนี้ ความรู้สึกทางบวก เป็นการแสดงออกในทางลักษณะของความพึงพอใจ เห็นด้วย ชอบ สนับสนุน ความรู้สึกทางลบ เป็นการแสดงออกในลักษณะไม่พึงพอใจ ไม่เห็นด้วย ไม่ชอบและไม่สนับสนุน และความรู้สึกที่เป็นกลาง คือ ไม่มีความรู้สึกใด ๆ^๕

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจ หมายถึง พอใจ ชอบใจ เป็นความรู้สึกที่มีความสุข หรือความพอใจเมื่อได้รับความสำเร็จ หรือได้รับสิ่งที่ต้องการ^๖

พระเกียรติศักดิ์ เกติโก (ประโลมลักษณ์) ได้สรุปความหมายของความพึงพอใจว่า ความพึงพอใจจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อความต้องการของมนุษย์ได้รับการตอบสนอง ซึ่งมนุษย์ไม่ว่าอยู่ในที่ใดย่อมมีความต้องการขั้นพื้นฐานไม่ต่างกัน ความพึงพอใจเป็นทัศนคติอย่างหนึ่งที่มีลักษณะเป็นนามธรรม ไม่สามารถมองเห็นรูปร่างได้^๗

มอร์สส์ (Morse) ได้แสดงความเห็นไว้ว่า ความหมายของความพึงพอใจ หมายถึงการลดความเครียดของผู้ทำงานให้น้อยลงทั้งนี้เพราะธรรมชาติของมนุษย์นั้นมีความต้องการถ้าความต้องการนั้นได้รับการตอบสนองทั้งหมดหรือบางส่วนความเครียดจะน้อยลงความพอใจจะเกิดขึ้นและในทางกลับการถ้าความต้องการไม่ได้รับการตอบสนองความเครียดและความไม่พอใจจะเกิดขึ้น^๘

สมยศ นาวิการ ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจ สรุปได้ว่า ความพึงพอใจ คือ ความต้องการของพนักงาน เมื่อได้ผลลัพธ์อย่างใดอย่างหนึ่งภายใต้การทำงานผลตอบแทน การเลื่อนตำแหน่ง การได้รับการยกย่อง ให้ความพึงพอใจในทางบวก ส่วนความขัดแย้ง การตำหนิ หรือการลงโทษ จะให้ความพึงพอใจในทางลบ^๙

^๔ ดิเรก ฤกษ์ห่วย, *การพัฒนาชนบท*, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พิมพ์เนศ, ๒๕๒๒), หน้า ๘๘.

^๕ ปรีชาพร วงศ์อนุตรโรจน์, *จิตวิทยาการศึกษา*, (กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี, ๒๕๔๔), หน้า ๒๓๘.

^๖ ราชบัณฑิตยสถาน, *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน*, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊คส์, ๒๕๔๒), หน้า ๗๙๓.

^๗ พระเกียรติศักดิ์ เกติโก (ประโลมลักษณ์) “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สมัครเข้าศึกษาในหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา” *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๑๒.

^๘ Morse, N.C., “Satisfaction in white collar job”, (University of Michigan Press, ๑๙๕๓), p. ๒๗.

^๙ สมยศ นาวิการ, *การติดต่อสื่อสารขององค์กร*, (กรุงเทพมหานคร: บรรณกิจ, ๒๕๓๑), หน้า ๑๐๖.

สายจิตร์ กำลักรักษ์ กล่าวว่า “ความพึงพอใจเป็นความรู้สึกที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งเป็นไปได้ทั้งทางบวกและทางลบ แต่ถ้าเมื่อใดที่สิ่งนั้นสามารถตอบสนองความต้องการ หรือทำให้บรรลุจุดมุ่งหมายก็จะเกิดความรู้สึกทางบวกแต่ในทางตรงกันข้าม ถ้าสิ่งใดสร้างความรู้สึกผิดหวังไม่บรรลุจุดมุ่งหมาย ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกทางลบ เป็นความรู้สึกไม่พึงพอใจ”^{๑๐}

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ ได้กล่าวว่า ความพึงพอใจ และการจูงใจ จะเป็นเหตุ และผลซึ่งกัน และกัน และได้ให้แนวความคิดไว้ว่า การจูงใจ (Motivation) เป็นสิ่งเร้า และความพยายามที่จะตอบสนองความต้องการ หรือเป้าหมาย ส่วนความพึงพอใจ (Satisfaction) หมายถึง ความพอใจเมื่อต้องการหรือเป้าหมายได้รับการตอบสนอง ดังนั้น การจูงใจจึงเป็นสิ่งเร้า เพื่อให้เกิดผลลัพธ์ คือ ความพึงพอใจ^{๑๑}

เศกสิทธิ์ ฤทธิ์ปัญจะ กล่าวว่า พฤติกรรมเกี่ยวกับความพึงพอใจของมนุษย์คือความพยายามที่จะขจัดความตึงเครียดหรือความกระวนกระวายหรือภาวะไม่ได้ดุลยภาพในร่างกาย ซึ่งเมื่อมนุษย์สามารถขจัดสิ่งต่าง ๆ ดังกล่าวได้แล้ว มนุษย์ย่อมได้รับความพึงพอใจในสิ่งที่ตนต้องการ^{๑๒}

อเนก สุวรรณบัณฑิต และภาสกร อุดุลพัฒน์กิจ ได้กล่าวถึง ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของผู้รับบริการเป็นสิ่งที่ผู้รับบริการจะแสดงออกในทางบวกหรือลบต่อสิ่งที่ได้รับจากการบริการ และการนำเสนอการบริการโดยเปรียบเทียบกับสิ่งที่ได้คาดหวังไว้ ซึ่งสามารถเปลี่ยนแปลงไปได้ตามปัจจัยแวดล้อม และสถานการณ์ที่เกิดขึ้น^{๑๓}

ฮอว์นบาย (Hornby) กล่าวว่า ความพึงพอใจหมายถึงความรู้สึกที่ดีเมื่อประสบความสำเร็จ หรือได้รับสิ่งที่ต้องการให้เกิดขึ้นเป็นความรู้สึกที่พอใจ^{๑๔}

แอปเปิลไวท์ (Applewhite, R. B.) ให้ความหมายของความพึงพอใจในการปฏิบัติงานว่า ความพึงพอใจเป็นความสุขที่ได้รับจากสภาพแวดล้อมทางกายภายในที่ทำงานความสุขที่ได้รับจากการทำงานร่วมกัน^{๑๕}

วรูม (Vroom) ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจว่า “เป็นผลจากบุคคลนั้น ๆ เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมหรือเข้าไปรับรู้แล้วเกิดความพอใจ จึงจะเห็นได้ว่าทฤษฎีนี้มีองค์ประกอบสำคัญ ๓ ประการ คือ ๑) Valence คือ ความพึงพอใจ ๒) Instrumentality คือ สื่อ เครื่องมือ วิธีทาง

^{๑๐} สายจิตร์ กำลักรักษ์, **รูปแบบความพึงพอใจ**, (กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๖,) หน้า ๑๔.

^{๑๑} ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ, **องค์การและการจัดการ (ฉบับสมบูรณ์)**, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสารการพิมพ์, ๒๕๓๙), หน้า ๓๖๕.

^{๑๒} เศกสิทธิ์ ฤทธิ์ปัญจะ, ศึกษาถึงพฤติกรรมเกี่ยวกับความพึงพอใจของมนุษย์, **วารสารวิทยาร**, (มิถุนายน), (กรุงเทพมหานคร: สำนักงานครุสภา, ๒๕๔๔) : ๖.

^{๑๓} อเนก สุวรรณบัณฑิต และภาสกร อุดุลพัฒน์กิจ, **จิตวิทยาการบริการ**, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทเพรส แอนด์ ดีไซน์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๗๗.

^{๑๔} Hornby, A. F. (๒๐๐๐), “**Advance learner's dictionary**”, (๗th ed.), London, England: Oxford University.

^{๑๕} Applewhite, R. B. **Organizational Behavior**. New York : Prentice-Hall. ๑๙๖๔, pp. ๖-๗.

นำไปสู่ความพึงพอใจ และ ๓) Expectancy คือ ความคาดหวังภายในตัวบุคคลนั้น ๆ บุคคลมีความต้องการและมีความคาดหวังในหลายสิ่งหลายอย่าง ดังนั้นจึงต้องกระทำด้วยวิธีใดวิธีหนึ่งเพื่อตอบสนองตามต้องการหรือสิ่งที่คาดหวังเอาไว้ ซึ่งเมื่อได้รับการตอบสนองแล้วตามที่ตั้งความคาดหวังหรือคาดหวังเอาไว้ บุคคลก็จะได้รับความพึงพอใจและในขณะเดียวกันก็จะคาดหวังในสิ่งที่สูงขึ้นไปอีกเรื่อย ๆ”^{๑๖}

สรุปได้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกที่ดี หรือเจตคติที่ดีของบุคคลที่มีต่อสิ่งนั้น ๆ ความพึงพอใจเป็นการแสดงออกทางอารมณ์ และความรู้สึกในทางบวกของบุคคลต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ความพึงพอใจเป็นทัศนคติอย่างหนึ่งที่มีลักษณะเป็นนามธรรม ไม่สามารถมองเห็นรูปร่างได้ เป็นความรู้สึกส่วนตัวที่เป็นสุข เมื่อได้รับการตอบสนองตามความต้องการของตนในสิ่งที่ขาดไปและเป็นสิ่งที่กำหนดพฤติกรรมในการแสดงออกของบุคคลที่มีผลต่อการเลือกที่จะปฏิบัติในกิจกรรมนั้น ๆ

๒.๑.๒ ลักษณะความพึงพอใจ

กมลชนก อ่อนอัมสิน และคณะ กล่าวว่า “ความพึงพอใจในการบริการมีความสำคัญต่อการดำเนินงานให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ” มีลักษณะทั่วไป ดังนี้

๑. ความพึงพอใจในการแสดงออกทางอารมณ์ และความรู้สึกในทางบวกของบุคคลต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด บุคคลต้องปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมรอบตัว การตอบสนองความต้องการส่วนบุคคลด้วยการโต้ตอบกับบุคคลอื่นและสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตประจำวันทำให้แต่ละคนมีประสบการณ์การรับรู้ เรียนรู้สิ่งที่จะได้ตอบแทนแตกต่างกันไป ในสถานการณ์บริการก็เช่นเดียวกันบุคคลรับรู้หลายสิ่งหลายอย่างเกี่ยวกับการบริการ ไม่ว่าจะเป็นประเภทของการบริการหรือคุณภาพของการบริการ ซึ่งประสบการณ์ที่ได้รับจากการสัมผัสบริการต่าง ๆ หากเป็นไปตามความต้องการของผู้รับบริการโดยสามารถทำให้ผู้รับบริการได้รับสิ่งคาดหวัง ก็ย่อมทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีและพึงพอใจ

๒. ความพึงพอใจเกิดจากการประเมินความแตกต่างระหว่างสิ่งที่คาดหวังกับสิ่งที่ได้รับจริง ในสถานการณ์หนึ่ง ในสถานการณ์บริการก่อนที่ลูกค้าจะมาใช้บริการใดก็ตามมักจะมีมาตรฐานของการบริการนั้นไว้ในใจก่อนแล้วซึ่งอาจมีแหล่งอ้างอิงมาจากคุณค่า หรือเจตคติที่ยึดถือต่อการบริการ ประสบการณ์ดั้งเดิมที่เคยใช้บริการ การบอกเล่าเรื่องของผู้อื่น การรับทราบข้อมูลการรับประกันบริการจากโฆษณา การให้คำมั่นสัญญาของผู้ให้บริการเหล่านี้เป็นปัจจัยพื้นฐานที่ผู้รับบริการที่ได้รับในวงจร ของการให้บริการตลอดช่วงเวลาของความจริง สิ่งที่ผู้รับบริการได้รับรู้เกี่ยวกับการบริการก่อนที่ได้รับบริการ หรือคาดหวังในสิ่งที่คิดว่าควรจะได้รับนี้มีอิทธิพลต่อช่วงเวลาของการเผชิญความจริง หรือการพบปะของผู้ให้บริการและผู้รับบริการเป็นอย่างมาก เพราะผู้รับบริการจะประเมินเปรียบเทียบสิ่งที่ได้รับจริงในกระบวนการที่เกิดขึ้น กับสิ่งที่คาดหวังเอาไว้หากสิ่งที่ได้รับเป็นความคาดหวัง คือว่าเป็นการยืนยันที่ถูกต้อง กับความคาดหวังที่มีผู้ให้บริการย่อมเกิดความพึงพอใจต่อการบริการ ดังกล่าว แต่ถ้าไม่เป็นไปตามที่คาดหวังอาจสูงกว่าหรือต่ำกว่านับเป็นการคลาดเคลื่อนจากความคาดหวังดังกล่าว ทั้งนี้ช่วงความแตกต่างที่เกิดขึ้นจะชี้ให้เห็นถึงระดับความพึงพอใจ หรือความ

^{๑๖} Vroom, อังโน ดิน ปรัชญพฤทธิ, **ทฤษฎีองค์การ**, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๘), หน้า ๔๙.

ไม่พึงพอใจมากนักน้อยได้ ถ้าข้อยืนยันแย้งเบนไปในทางบวก แสดงถึงความพึงพอใจ ถ้าไปในทางลบ แสดงถึงความไม่พึงพอใจ^{๑๗}

สรุปได้ว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกที่ดีที่ได้รับการตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานทำให้มนุษย์เกิดความมั่นใจ มั่นคงต่อการดำรงชีวิต และ ความมั่นคงในการทำงานทำให้มีความสุข ความสมหวัง สุขกายสบายใจ นำพาครอบครัวไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ได้สำเร็จ

๒.๑.๓ หลักธรรมที่มีอิทธิพลต่อการสร้างความพึงพอใจ

ในทางพระพุทธศาสนาศึกษา และปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาให้บรรลุผลจำเป็นต้องอาศัยหลักธรรมที่เป็นบาทฐานแห่งความสำเร็จ คือ อิทธิบาท ๔ หมายถึง ข้อปฏิบัติที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จหรือทางแห่งความสำเร็จ สิ่งซึ่งมีคุณธรรม ประกอบด้วยความพอใจที่จะนำไปสู่การปฏิบัติ โดยอาศัยความเพียรเป็นแรงผลักดันให้เกิดความเอาใจใส่ในปฏิบัติ นำไปสู่ความสำเร็จตรวจสอบแก้ไข ข้อผิดพลาด ความสอดส่องในเหตุและผลแห่งความสำเร็จ และเกิดเป็นมรรคผลในการปฏิบัติในที่สุด

หลักอิทธิบาท ๔ นี้ สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงทำจนได้ผลเป็นที่พอพระทัยแล้ว จึงทรงวางเป็นสูตรไว้ให้พวกเราได้ศึกษา อิทธิบาท เป็นหลักธรรมที่มีความเกี่ยวเนื่องกัน แต่ละอย่างมีหน้าที่เฉพาะของตน จำแนกไว้เป็น ๔ คือ

ฉันทะ คือ ความพอใจ จุดเริ่มต้นของการทำงานอยู่ที่ใจ ความมีใจรักในสิ่งที่ทำ และพอใจใฝ่รักในจุดหมายของสิ่งที่ทำนั้น อยากทำสิ่งนั้น ๆ แสดงถึงการมีความรักในงานที่ทำ มีความพอใจ มีความรู้สึกจริงใจ มีความผูกพัน รู้สึกว่างานที่ทำอยู่นั้นเป็นสิ่งที่มีความหมายมีคุณค่ามีประโยชน์ ในฐานะเป็นสิ่งที่ตนถือว่าดีที่สุดในสิ่งที่มนุษย์เราควรจะได้ ข้อนี้ เป็นกำลังใจอันแรก ที่ทำให้เกิด คุณธรรม ข้อต่อไปทุกข้อ

วิริยะ คือ ความเพียรเป็นลักษณะของอุตสาหะ ความพยายามอย่างเข้มแข็งเพื่อให้เกิดความสำเร็จ ความอาจหาญแล้ว กล้าบากบั่นก้าวไป ใจสู้ไม่ย่อท้อ ไม่หวั่นกลัวต่ออุปสรรค และความยากลำบาก การกระทำที่ติดต่อกันไม่ขาดตอนเป็นระยะยาว จนประสบความสำเร็จ ส่วนบุคคลที่มีความขยันหมั่นเพียร ความเจริญก้าวหน้าย่อมเป็นของบุคคลนั้น คำนี้มีความหมายของความกล้าหาญเจืออยู่ด้วยส่วนหนึ่ง

จิตตะ หมายถึง ความคิดจดจ่อ เอาใจใส่ฝึกฝน เป็นลักษณะของคนที่มีความรับผิดชอบหรือได้แก่ความมีจิตผูกพันจดจ่ออยู่กับเรื่องนั้น และการเอาใจใส่ต่องานที่ได้ทำอยู่ มีความตั้งใจในการปฏิบัติหน้าที่ ไม่ปล่อยปละละเลยกับงานของตน คอยตรวจตรางานอยู่เสมอ การงานจึงไม่บกพร่องความไม่ทอดทิ้งสิ่งนั้น ไปจากความรู้สึกของตัว ส่งผลให้บรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์

^{๑๗} กมลชนก อ่อนอัมสิน และคณะ, “ปัจจัยที่เกี่ยวข้องและความพึงพอใจของผู้รับบริการแผนผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ”, วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๒ (กรกฎาคม - ธันวาคม ๒๕๔๕) : ๑๘ - ๒๒.

วิมangsa หมายถึง ความสอดคล้องในเหตุ และผลแห่งความสำเร็จ การใช้ปัญญาพิจารณาใคร่ครวญหาเหตุผลในสิ่งที่ทำเกี่ยวกับเรื่องนั้น ๆ ให้ลึกซึ้งยิ่ง ๆ ขึ้นไปตลอดเวลา คำนี้รวมความหมายของคำว่าปัญญาไว้อย่างเต็มที่

พระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินทปญโญ) ได้อธิบายว่า อิทธิบาทแยกเป็น อิทธิ แปลว่า ความสำเร็จ บาท แปลว่า ฐาน เจริญง ดังนั้น อิทธิบาทจึงแปลว่า รากฐานแห่งความสำเร็จ ๔ อย่าง คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมangsa ^{๑๘}

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้อธิบายว่า อิทธิบาท แปลว่า ธรรมเครื่องให้ถึงอิทธิ (ฤทธิ์ หรือ ความสำเร็จ) หรือธรรมที่เป็นเหตุให้ประสบความสำเร็จ หรือแปลง่าย ๆ ว่าทางแห่ง ความสำเร็จ มี ๔ อย่าง คือ ฉันทะ (ความพอใจ) วิริยะ (ความเพียร) จิตตะ (ความคิดจดจ่อ) และวิมangsa (ความสอบสวนไตร่ตรอง) แปลให้จำง่ายตามลำดับว่า มีใจรัก พากเพียรทำ เอาจิตฝึกฝน ใช้ปัญญาสอบสวน ^{๑๙}

สมเด็จพระมหาสมณเจ้า กรมพระยาวชิรญาณวโรรส ได้อธิบายว่า อิทธิบาท คือ คุณเครื่องให้สำเร็จความประสงค์ ๔ อย่าง ซึ่งเป็นหลักอันใกล้เคียงกับหลักการพึ่งตนเอง แต่แสดงให้เห็นว่าพึ่งตนเองอย่างไร ทำอย่างไรจึงจะสำเร็จ ซึ่งคำว่า อิทธิ นอกจากจะแปลว่าสำเร็จแล้วยังแปลว่าฤทธิ์ของมนุษย์ที่แสดงได้ จะโดยวิธีทางวิทยาศาสตร์หรือจิตตศาสตร์ก็ตาม ซึ่งต้องอาศัยหลักอิทธิบาท ๔ ^{๒๐}

บุคคลเมื่อประกอบด้วย คุณธรรม ๔ อย่างนี้แล้ว ย่อมประสบความสำเร็จ ในสิ่งที่ไม่เหลือวิสัยของมนุษย์ ซึ่งโดยตรงทางหมายถึงความดับทุกข์โดยสิ้นเชิง ที่เรียกว่า นิพพาน ส่วนเรื่องอื่น นอกนั้นไป ถือว่าเป็น เรื่องพิเศษ และ ไม่มี ขอบเขตจำกัด เพราะมีปัญหาเกี่ยวกับ เรื่องนอกเหนือวิสัยธรรมดา อยู่มาก เช่นเรื่องที่ว่า คนเราอาจมีอายุยืน ถึงกัลป์ ด้วยอำนาจแห่งอิทธิบาททั้ง ๔ นี้ ซึ่งข้อนี้มีได้มีความหมาย ขัดกัน ในข้อที่ว่า อิทธิบาท ๔ นี้จะเป็นสิ่งที่ทำให้อายุยืนถึงปานนั้นได้หรือไม่ แต่มีปัญหาอยู่ที่ว่า คนเราจะสามารถ เจริญอิทธิบาทให้มากถึงเท่านั้นได้ หรือไม่ต่างหาก เพราะฉะนั้น ท่านจึงถือว่า อิทธิบาทนี้มีความหมายโดยสรุปว่า วิสัยของใครทำให้เขาเจริญอิทธิบาทได้มากเท่าใด เขาย่อมได้รับผลเต็มกำลังของอิทธิบาทนั้น แม้ในสิ่งที่บางคน ถือว่าเป็นของเหลือวิสัย โดยเฉพาะ เช่น การบรรลุนิพพาน นับว่าเป็นอุปกรณในฐานะเป็น เครื่องช่วยให้เกิดการปฏิบัติ ดำเนินไปได้โดยปราศจากอุปสรรค ตั้งแต่ต้น จนถึงจุดหมายปลายทาง

ในที่บางแห่ง ท่านเติมคำว่า อธิปไตย เข้าข้างท้ายคำเหล่านี้เป็น ฉันทาธิปไตย วิริยาธิปไตย วิมangsaธิปไตยไปดังนี้ก็มี แปลว่า ความมีฉันทะเป็นใหญ่เป็นต้น ซึ่งที่แท้ก็ได้แก่ อิทธิบาท อย่างเดียวกันนั่นเอง แต่ใช้คำว่า ที่มีความหมาย ที่เห็นได้ชัด ยิ่งขึ้นว่า ในการทำกิจใด ๆ ก็ดี ย่อมมีฉันทะ

^{๑๘} พระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินทปญโญ), *การทำงานที่เป็นสุข*, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๓๗), หน้า ๙๐.

^{๑๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), *พุทธธรรม*, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๘๔๒.

^{๒๐} พชณี ศรีทองนาถ, “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิบาท ๔ กับขันติ-โสรัจจะ เพื่อเป็นแนวทางในการค้นหามุขลักษณะธรรมาธิปไตย”, *ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.* (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, ๒๕๑๘), หน้า ๑๘.

เป็นต้น เหล่านี้เป็นใหญ่หรือเป็นประธานในความสำเร็จ เป็นการชวนให้สนใจในสิ่งที่เรียกว่า อธิธำมหารัตน ๑๑ มีพระพุทธรูปยี่สิบแปด องค์ อยู่ในที่ หลายแห่ง ว่า การตรัสรู้ อนุตรสัมมา สัมโพธิญาณ ของพระองค์เอง สำเร็จได้โดยมี อธิธำมหารัตน ๑๑ นี้ เป็นประธาน แห่งการกระทำ ในลำดับนั้น ๆ ฉะนั้น จึงถือว่าเป็น อุปกรณ์อันขาดเสียไม่ได้ในความสำเร็จทุกชนิด ผู้ปฏิบัติ เพื่อความ ความดับทุกข์ จึงต้องสนใจเป็นพิเศษ แม้การประกอบ ประโยชน์ ในทางโลก ก็ใช้หลักเกณฑ์ อันเดียวกันนี้ได้เป็นอย่างดี โดยเท่าเทียมกัน แม้ที่สุด แต่ในกรณีที่เป็น การทำชั่ว ทำบาป ก็ยังอาจนำไปใช้ ให้บรรลุผลได้ตามที่ตนประสงค์ ฉะนั้น ท่านจึงจัดเป็น หลักธรรม ที่สำคัญหมวดหนึ่ง ในบรรดา โพธิปักขิยธรรมทั้งหลาย^{๒๑}

สรุปจากการศึกษาความหมายและลักษณะความพึงพอใจดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่าความพึงพอใจมีส่วนเกี่ยวข้องกับความต้องการของมนุษย์ คือ ความพึงพอใจจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อความต้องการของมนุษย์ได้รับการตอบสนอง ซึ่งมนุษย์ไม่ว่าอยู่ในที่ใดย่อมมีความต้องการขั้นพื้นฐานไม่ต่างกัน ความพึงพอใจเป็นทัศนคติอย่างหนึ่งที่มีลักษณะเป็นนามธรรม ไม่สามารถมองเห็นรูปร่างได้ และลักษณะของความพึงพอใจที่ได้มีข้ออธิบายมาแล้ว ผู้วิจัยพบว่ามีหลักการที่สอดคล้องกับหลักธรรมเรื่องอธิธำมหารัตนในทางพระพุทธศาสนาที่อธิบายความสำคัญของอธิธำมหารัตนในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาโดยเฉพาะเรื่อง ฉันทะ คือความพอใจ ในฐานะเป็นสิ่งที่ ตนถือว่า ดีที่สุดที่มนุษย์เราควรจะได้ ข้อนี้เป็นกำลังใจ อันแรก ที่ทำให้เกิด คุณธรรม ข้อต่อไป ทุกข้อ ดังนั้นจึงได้นำเอามา กำหนดกรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้

๒.๒ แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๒.๒.๑ ความหมายของวิปัสสนาภาวนา

อรรถกถาอังคุตตรนิกายกล่าวว่า วิปัสสนา คือการเพ่งพินิจพิจารณาเห็นธรรมโดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และเป็นอนัตตา^{๒๒}

คำว่า “วิปัสสนา” หมายความว่า ปัญญาที่พิจารณาเห็นรูปร่าง เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา โดยอาการต่าง ๆ^{๒๓}

คำว่า “วิปัสสนา” หมายความว่า ความเห็นแจ้ง คือเห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ถอนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้ การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดภาวะของสิ่งทั้งหลายตามที่มันเป็นของมันเอง^{๒๔}

^{๒๑} พุทธศาสนิกชน, ศึกษาธรรมะอย่างถูกวิธี หรือ ธรรมวิภาค นวกฎุมิ คำบรรยายธรรมะ ของพุทธศาสนิกชน ในพรรษา ปีพุทธศักราช ๒๕๐๐, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุภาพใจ, ๒๕๐๐)

^{๒๒} อัง.สตุตต.อ.(บาลี) ๓/๒๐/๑๖๕, อัง.สตุตต.ก.อ.(บาลี) ๓/๒๐/๑๙๒

^{๒๓} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ) ป.ธ.๙) วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ เล่ม ๑ ว่าด้วยวิปัสสนากรรมฐานทั่วไป, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดวงแก้ว บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๑๓๗.

^{๒๔} พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, (กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พิมพ์เผยแพร่, ๒๕๔๓), หน้า ๒๗๖.

มีความหมายตามศัพท์ดังนี้ “วิ” แปลว่า โดยประการต่าง ๆ “ปัสสนา” แปลว่า หยั่งรู้ หยั่งเห็น เห็นแจ้ง ดังนั้น “วิปัสสนา” แปลว่า ปัญญาหยั่งรู้ หยั่งเห็น เห็นแจ้งโดยประการต่าง ๆ ในสภาวะลักษณะของสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม ตามความเป็นจริงว่า สภาวะธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลตัวตนเราเขา

อีกนัยหนึ่ง คำว่า “วิปัสสนา” แปลว่า ธรรมเครื่องรู้เห็นรูปนามตามสภาวะแห่งไตรลักษณ์ หมายถึง ปัญญา^{๒๕} ที่หยั่งรู้สภาวะ หรือรูป ใจ^{๒๖} อารมณ์ภายในกาย ของสภาวะธรรม (ปรากฏการณ์) กับนาม ตามความเป็นจริงว่าสภาวะธรรมทั้งหลายไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลตัวตน มี ๔ ประการ ได้แก่ อุทยัพพยานูปัสสนาญาณ ญาณตามเห็นความเกิด และความดับของสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม ภังคานูปัสสนาญาณ ญาณอันตามเห็นความเสื่อมสลายไปของสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม ภาวนานูปัสสนาญาณ ญาณอันหยั่งรู้สภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม ปรากฏเป็นของน่ากลัว อาทีนวานูปัสสนาญาณ ญาณอันหยั่งรู้ทุกข์โทษของสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม นิพพิทานูปัสสนาญาณ ญาณอันหยั่งรู้ความเบื่อหน่ายของสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม มุญจิตุกัมยตาญาณ ญาณอันคำนึงใคร่จะพ้นไปเสียจากสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม ปฏิสังขานูปัสสนาญาณ ญาณหยั่งรู้การพิจารณาหาทางออกจากสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม สังขารูปেকชาญาณ ญาณอันเป็นไปโดยความว่างเฉยต่อสภาวะธรรมรูป สภาวะธรรมนาม สัจจานุโลมิกญาณ หรืออนุโลมญาณ ญาณอันเป็นไปโดยอนุโลมแก่การหยั่งรู้อริยสัจ ๔^{๒๗}

วิปัสสนา หมายถึง การกำหนดพิจารณาให้รู้ชัดด้วยปัญญาตามความเป็นจริงจากการกำหนดรู้ ใคร่ครวญพิจารณาสังขารธรรม โดยความเป็นสภาวะไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน รู้ชัดคุณ โทษ และทางออกจากกาม รู้ชัดอินทรีย์ ๕ ชั้น ๕ รูปนาม หรือ รู้แล้วกิเลสลดลง ๆ ไปตามลำดับ^{๒๘}

พระพุทธโฆสาจารย์ ให้ความหมายวิปัสสนาคือ ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์โดยมีรูปนามเป็นอารมณ์ ซึ่งเป็นไปด้วยอาการความหมายรู้เห็น ว่าไม่เที่ยงเป็นต้น ในธรรมทั้งหลายเหล่านั้น ซึ่งเป็นการปหานปริญญา^{๒๙}

สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ) ให้ความหมาย วิปัสสนากาวนา คือ การเจริญปัญญา เข้าไปเห็นแจ้งเป็นพิเศษในสภาวะธรรม (รูปนาม) ตามความเป็นจริง คือเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจโดยความเป็นรูปนามและเห็นแจ้งเป็นพิเศษในอารมณ์ต่าง ๆ ที่ปรากฏทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ โดยความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน และไม่สวยงาม ที่พิเศษนอกไปจากนิจสัญญาวิปัสสาส สุขสัญญาวิปัสสาส อตตสัญญาวิปัสสาส และสุกสัญญาวิปัสสาส^{๓๐}

^{๒๕} พ. ป. (ไทย) ๓๑/๔๕๓/๑๒๑.

^{๒๖} พ. ม. (ไทย) ๒๙/๔๖๘/๒๑๒.

^{๒๗} อภิ. สง. (ไทย) ๓๔/๕๕/๓๖.

^{๒๘} อง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๑๖๒/๓๘๘. อง.จตุกก.อ. (ไทย) ๒/๒๕๔/๖๑๘.

^{๒๙} พระพุทธโฆสาจารย์, รจนา, คัมภีร์วิสุทธิมรรค, หน้า ๑๐๑๐.

^{๓๐} สมเด็จพระพุทธชินวงศ์ (สมศักดิ์ อุปสมมหาเถระ), อริยวงศ์ปฏิบัติ, หน้า ๓๖.

พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร) ให้ความหมาย วิปัสสนาภาวนา หมายถึง หลักการปฏิบัติอันวิเศษ ที่มีอำนาจทำการประหารปราบปรามหรือกำจัดกวาดล้างสังโยชน์ซึ่งมีฤทธิ์ร้ายทำให้สัตว์ทั้งหลายทั้งตัวเราต้องร้อนร่ำร้อนกระสือกระสน เวียนวายเป็นเหตุอยู่ในห้วงทะเลใหญ่ กล่าวคือวัฏสงสารโดยไม่มีที่สิ้นสุด ก็ได้แก่หลักการปฏิบัติที่ชื่อว่า ภาวนา^{๓๑}

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต) ให้ความหมาย วิปัสสนาภาวนา ความเห็นแจ้ง คือ การเห็นตรงต่อความเป็นจริงของสภาวะธรรม, ปัญญาที่เห็นไตรลักษณ์อันให้ออนความหลงผิดรู้ผิดในสังขารเสียได้, การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดสภาวะของสิ่งทั้งหลายที่มันเป็น^{๓๒}

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ.ธ. ๙) วิเคราะห์ว่า วิวิธกาเรน อนิจจา ทิวเสน ปสสตีติ วิปัสสนา ปัญญาโดย้อมพิจารณาเห็นรูปนามโดยอาการต่าง ๆ ด้วยอำนาจแห่งความเป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตานั่นชื่อว่า วิปัสสนา^{๓๓}

พระคันธสाराภังค์ ให้ความหมาย วิปัสสนาคือ ปัญญาที่รู้แจ้งในไตรลักษณ์ หมายถึง ภาวนาปัญญามีการหยั่งเห็นความไม่เที่ยง เป็นต้น โดยความจริงแล้ว วิปัสสนาทำให้ผู้ปฏิบัติรู้แจ้งความไม่เที่ยง เป็นต้น ล่วงพ้นความเป็นสตรีและบุรุษ พร้อมทั้งความเที่ยงและความสุข เป็นต้น ซึ่งมหาชนในโลกรู้เห็นกันในขั้นทั้งหลาย^{๓๔}

คำว่า “วิปัสสนาภาวนา” หมายถึง การกระทำอันเป็นที่ตั้งแห่งการเห็นแจ้งในรูปนามโดยความเป็นพระไตรลักษณ์ คือ ปัญญาที่เห็นแจ้งชัดในรูปนามหรือขั้น ๔ ว่ามีลักษณะของความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ และความไม่ใช่ตัวตน เป็นภาวนามยปัญญาที่ทำให้เข้าถึงอริยสัจ ๔ จนบรรลุมรรคผลนิพพาน ตามกำลังของวิปัสสนาญาณ^{๓๕} วิปัสสนาภาวนา ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก ขุททกนิกาย ปฏิสัมภิตา อธิบายไว้ว่า วิปัสสนา คือ ปัญญา ที่หยั่งรู้สภาวะ (ปรากฏการณ์) ของสภาวะธรรม อารมณ์ภายในกาย ใจ หรือรูปกัณณาม ตามความเป็นจริงว่าสภาวะธรรมทั้งหลาย ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคลตัวตนมี ๙ ประการ คือ วิปัสสนาญาณ ๙ ได้แก่ อุทยัพพยานุปัสสนา ญาณ กังคานุปัสสนาญาณ ภาวนานุปัสสนาญาณ อาทินวานุปัสสนาญาณ นิพพิทานุปัสสนาญาณ มุญจิกตักมยตาญาณ ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ สังขารูปেকชาญาณ สัจจานุโลมิกญาณ หรือ อนุลอมญาณ^{๓๖}

^{๓๑} พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร), **วิมุตติมาลี**, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มิตรสยาม, ๒๕๓๙), หน้า ๒๑๑.

^{๓๒} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๕, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิกจำกัด, ๒๕๕๓), หน้า ๓๗๓.

^{๓๓} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ), **คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน**, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔), หน้า ๖.

^{๓๔} พระคันธสाराภังค์ แปลและอธิบาย, **อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี**, (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทย การพิมพ์, ๒๕๕๕), หน้า ๘๗๙.

^{๓๕} จำลอง ดิษยวณิช, **วิปัสสนากรรมฐานและชาวอารมณ์**, (เชียงใหม่: ห้างหุ้นส่วนจำกัดเชียงใหม่ โรงพิมพ์แสงสี, ๒๕๔๓), หน้า ๓.

^{๓๖} ขุ.ป. (บาลี) ๓๑/๗๑/๘๖, ขุ.ป. (ไทย) ๓๑/๗๑/๑๒๑.

วิปัสสนาภาวนา เป็นการเจริญภาวนาอย่างหนึ่ง ซึ่งมีพื้นฐานมาจากการพัฒนาสติในชีวิตประจำวัน การฝึกจิตแบบนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมสุขภาพจิตและกลไกในการแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ เพื่อจัดการกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ปัญหาในที่ทำงาน ปัญหาชีวิต และประการสุดท้ายเพื่อประโยชน์สูงสุด คือความพ้นทุกข์ วิธีปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ การตั้งสติไว้ที่กาย เวทนา จิต และธรรม สติปัฏฐานเป็นทางสายเอก และเป็นทางสายเดียวที่ทำให้ผู้ดำเนินตามทางนี้ ถึงความบริสุทธิ์หมดจดจนบรรลุพระนิพพาน ดังนั้น ผู้ที่ปรารถนาจะบรรลุ มรรค ผล นิพพาน ต้องเริ่มต้นด้วยสติปัฏฐานนี้ ในมหาสติปัฏฐานสูตร พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสแก่พระภิกษุทั้งหลายว่า “หนทางนี้เป็นหนทางเอก เพื่อความบริสุทธิ์หมดจดแห่งสัตว์ทั้งหลาย เพื่อความก้าวล่วงเสียได้ด้วยดีซึ่งความโศกและความรำไร เพื่อดับไปแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อกระทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน สิ่งนี้ คือ สติปัฏฐาน ๔”^{๓๗}

๒.๒.๒ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงอธิบายว่า สติปัฏฐาน ๔ เป็นทางสายเดียวที่จะนำไปสู่เป้าหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนาโดยความว่า “ภิกษุทั้งหลาย ทางนี้เป็นทางเดียว เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อล่วงโศกและปริเทวะ เพื่อดับทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุอายุธรรม เพื่อทำให้แจ้งนิพพาน ทางนี้คือ สติปัฏฐาน ๔ ประการ”^{๓๘} เมื่อได้ทรงอธิบายหลักการของสติปัฏฐาน ๔ เรียบร้อยแล้ว พระพุทธองค์ทรงตรัสพระคาถาต่อไปว่า สติปัฏฐาน ๔ ที่ทรงแสดงนั้นมีวิธีการปฏิบัติ คือ

๑. พิจารณาเห็นกายในกายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๒. พิจารณาเห็นเวทนาในเวทนาทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้

๓. พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้ และ

๔. พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลายอยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกได้^{๓๙}

การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การพิจารณากำหนดรู้ รูป นาม อาศัยเพียงการฟังธรรมอย่างเดียวไม่กำหนดรูป นาม ในขณะที่ปัจจุบันย่อมไม่สามารถทำวิปัสสนาญาณให้เกิดขึ้นได้ ซึ่งกล่าวได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาที่พ้นจากการกำหนด รูป นาม หรือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่พ้นจากหลักสติปัฏฐาน ๔ ไม่มีเลย ดังในคัมภีร์อรรถกถาแสดงไว้ว่า “ยสฺมา ปน การยเวทนาจิตตมเมสุ กยฺจิจ ฌมฺมํ อนามสิตฺวา ภาวนา นาม นตฺถิ. ตสฺมา เตปิ อิมินาว มคฺเคน โสภปริเทเว สมตฺกนฺตาทิ เวทิตพฺพา”^{๔๐} “อนึ่ง ขึ้นชื่อว่าภาวนาย่อมไม่มีโดยมิได้กำหนดธรรมอย่างใด

^{๓๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๓๘} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

^{๓๙} ที.ม. (บาลี) ๑๐/๓๗๓/๒๔๘, ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑-๓๐๒.

^{๔๐} ที.สี.อ. ๒/๓๖๒.

อย่างหนึ่งในกองรูป เวทนา จิต และสภาวะธรรม ดังนั้นควรทราบว่ แม้สันตติอามายต์และนาง ปฏาจาราเหล่านั้ ได้ล่งพ่นความเศร้าโศก และความคร่ำครวญด้วยหนทาง คือสติปัฏฐาน นั้”^{๔๑}

พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ) ได้กล่าวถึงการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ไว้ในหนังสือ มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพานว่ แม้ในพระไตรปิฎกจะมีเรื่องกล่าวถึงผู้ฟังธรรมแล้วบรรลุธรรมเมื่อฟังจบ แต่ไม่มีใครบรรลุธรรมโดยมิได้เจริญสติปัฏฐาน ๔ อย่างใดอย่างหนึ่งความจริงแล้ว ทุกคนต้องบรรลุธรรมด้วยการเจริญสติปัฏฐานอันเป็นทางสายเดียวนี้ เพราะวิปัสสนาญาณและมรรค ญาณเป็นปัญญาที่เกิดจากการอบรมจิต เมื่อจิตระลึกรู้สภาวะธรรมล้วน ๆ และมีสมาธิตั้งมั่นอยู่ใน สภาวะธรรม ปัญญาที่เกิดร่วมกับสติและสมาธิ ย่อมจะพัฒนาแก้กล้าขึ้นตามลำดับ ปัญญาดังกล่าว เรียกว่าภาวนามยปัญญา ดังนั้น สติปัฏฐานจึงเป็นหลักสำคัญในการปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นทุกข์ พระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้า พระอริยสาวกทั้งหลายใน ๔ อสงไขยแสนกัปนี้และกัปอื่น ๆ ได้ บรรลุความหมดจดจากกิเลสด้วยทางสายเดียวคือสติปัฏฐาน ๔ นั้^{๔๒}

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ ป.ธ. ๙) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการเจริญ สติปัฏฐาน ๔ ไว้ในหนังสือ คำบรรยายเรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐาน (มหาสติปัฏฐาน) ว่ผู้ที่จะทำให้แจ้ง ซึ่งพระนิพพานนั้น ต้องเจริญสติปัฏฐานทั้ง ๔ สมัยทุกวันนี้ก็ยังคงปฏิบัติได้ เพราะสติปัฏฐาน ๔ ยังมี อยู่ ชาวพุทธส่วนมากรู้จักสติปัฏฐาน ๔ ด้วยกันทั้งนั้น แต่กิเลสยังไม่หมดสิ้นไปเพราะยังไม่ลงมือ ปฏิบัติตามสติปัฏฐาน ๔ เหมือนบุคคลรู้อยู่แล้วว่า หนทางนี้จะไปถึงไหน แต่ยังไม่ได้เดินทาง เรา ก็ ย่อมจะไปไม่ถึงสถานิปลายทางได้เป็นอันขาด มหาสติปัฏฐานนี้ เป็นธรรมที่ข้อบอวิธีปฏิบัติไว้ อย่างละเอียดละออมาก เป็นธรรมโอสถนนานวิเศษสุดในพระพุทธศาสนา กำจัดโถมันส อันไม่มี ความสำราญทางใจ และนำมาซึ่งคุณวิเศษทั้ง ๓ คือ (๑) วิสุทฺธิ นำมาซึ่งความบริสุทธิ์ (๒) ฃายิ นำมา ซึ่งมรรค (๓) นิพพาน นำมาซึ่งพระนิพพาน เพราะฉะนั้น ธรรมคือมหาสติปัฏฐานนี้ จึงเป็นข้อปฏิบัติ อันพุทธบริษัทควรศึกษาเล่าเรียน ควรท่อง ควรจำ ควรน้อมนำไปปฏิบัติและควรแนะนำ พร่ำสอนกัน ต่อ ๆ ไป เพื่อให้ได้ผลดังกล่าวมา และเพื่อสืบอายุพระพุทธศาสนาให้พระสัทธรรมทั้ง ๓ คือ ปรียติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ ดำรงเสถียรภาพอยู่ เป็นคู่บ้านคู่เมืองสืบต่อไปตลอดกาลปาวสาน^{๔๓}

สรุปสาระสำคัญของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การทำความเห็นแจ้งให้เกิดมี คือ ให้ เจริญยิ่งขึ้นโดยมรรค คือ สติปัฏฐาน ๔ เป็นการปฏิบัติเจริญสติปัฏฐาน ๔ ทำให้บุคคลเกิดปัญญา หยั่งเห็นรูปนาม พระไตรลักษณ์ และอริยสัจ ๔ เกิดการบรรลุธรรมและนิพพาน การเจริญวิปัสสนา ภาวนา กับ สติปัฏฐาน ๔ จึงเป็นอันเดียวกัน

จากความหมายของคำว่าวิปัสสนาภาวนา กับความหมายของคำว่า สติปัฏฐาน ๔ มี ความหมายที่สอดคล้องต้องกัน กล่าวคือ วิปัสสนาภาวนา เป็นผลของการปฏิบัติ คือ มีปัญญาเห็นแจ้ง

^{๔๑} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **วิปัสสนาณัย เล่ม ๑**, แปลโดยพระคันธสาราภิงศ์, (นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๓๐.

^{๔๒} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิสยาตอ), **มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน**, แปลและเรียบเรียง โดย พระคันธสาราภิงศ์, (กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๙.

^{๔๓} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ ป. ธ. ๙), **คำบรรยายเรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐาน (มหาสติปัฏฐาน)**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘), หน้า ๙๐.

ลักษณะสภาวะธรรมตามความเป็นจริงอันได้แก่ไตรลักษณ์ ส่วนสติปัฏฐาน ๔ เป็นเหตุ หรือเป็นแนวทางในการปฏิบัติโดยมี ความเพียร มีสติ มีสัมปชัญญะ ระลึกรู้พิจารณาไปตามฐานกาย ฐานเวทนา ฐานจิต และฐานธรรม เพื่อให้เกิดปัญญาประจักษ์แจ้งลักษณะสภาวะธรรมตามความเป็นจริง อันได้แก่ไตรลักษณ์ ซึ่งเป็นเรื่องเดียวกัน ดังนั้นเมื่อนำคำว่าวิปัสสนาภาวนากับสติปัฏฐาน ๔ มารวมกันจึงเป็น วิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งมีหลักการปฏิบัติดังนี้^{๔๔}

๑. กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน

ในการปฏิบัติกายานุปัสสนาสติปัฏฐานได้แสดงการปฏิบัติที่มีสติเป็นไปในกายที่เป็นไปในหมวดของอริยาบถทั้ง ๔ ประการ คือ การเดิน การยืน การนั่ง และการนอน^{๔๕} ก็รู้ให้มีสติเข้าไปกำหนดรู้ในอาการของอริยาบถนั้นตามความเป็นจริง เมื่อรู้เท่าทันในอริยาบถที่ปรากฏเป็นปัจจุบันขณะ ความยึดถือความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ก็เกิดขึ้นไม่ได้ ปัญญาที่รู้แจ้งอย่างนี้ วิปัสสนาญาณที่ปรากฏย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติรู้อาการของอริยาบถทั้ง ๔ นั้นตามเป็นจริง

(๑) อริยาบถปัพพะ การปฏิบัติในอริยาบถยืนนี้ให้โยคีทำความเข้าใจในการกำหนดรู้ในอริยาบถยืนดังนี้

ก. การกำหนดอริยาบถยืน เมื่อกำหนดสติระลึกาการยืนก็ให้ใส่ใจกำกับอาการยืนนั้นให้สติรับรู้อาการให้เห็นปรากฏว่ายืนอยู่จริง ไม่ได้ปรากฏความเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เราเขา ให้ทราบชัดเจนไปอย่างนี้ ดังปรากฏยืนยันดังเนื้อที่แสดงไว้ว่า เมื่อยืนก็รู้ชัดว่า ‘เรายืน’^{๔๖} เมื่อกำหนดรู้อาการยืนก็ให้ใส่ใจในอาการนั้นให้ชัดเจน เพื่อประโยชน์แก่การกำหนดรู้อริยาบถของการเดินต่อไป

ข. การกำหนดอริยาบถเดิน การกำหนดรู้อาการเดินจงกรมก็เช่นกันควรใส่ใจในขณะที่กำลังเดินกับความรู้เท่าทันในขณะรับรู้ความเป็นไปของการเคลื่อนไหวให้ต่อเนื่องสม่ำเสมออย่างให้ขาดตอน จากการมีสติกำหนดรู้ไว้ว่า เมื่อเดิน ก็รู้ชัดว่า ‘เราเดิน’^{๔๗} ในเดินจงกรม การกำหนดรู้อาการเดินจงกรมนี้ยังมีการแสดงรายละเอียดมากยิ่งขึ้น เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้มีสติต่อเนื่องในการกำหนดรู้รูปนามได้อย่างชัดเจนในปัจจุบันขณะที่กำลังปรากฏอาการจากขณะหนึ่งไปสู่ขณะหนึ่งของการเดินของการเดินจงกรม

ในคัมภีร์ปฏิภาณว่า ขณะเดิน การยก เกิดจากธาตุไปเป็นหลักธาตุลมคล้อยตาม เพราะธาตุไฟมีสภาพเบากว่าธาตุลม ตามอาการปรากฏของธาตุไฟ ว่ามีการให้ถึงความอ่อน หรือ การพุ่งขึ้นสูงเป็นเครื่องปรากฏ เกิดจากธาตุลมเป็นหลักธาตุไฟคล้อยตาม เพราะมีสภาพผลักดันตามอาการปรากฏของธาตุลมว่า มีการผลักดันเป็นเครื่องปรากฏ^{๔๘}

^{๔๔} ญัตติพร จงกลการพาณิชย์, “การศึกษาวิเคราะห์ผัสสะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาภาคสนาม ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตราชวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๒๒.

^{๔๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๔๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๐๔/๕๕๔.

^{๔๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๐๔/๕๕๔.

^{๔๘} ที.ม.ปฏิภาณ (ไทย) ๑/๓๐๑-๒, ม.ม.ปฏิภาณ (ไทย) ๑/๔๔๖.

เมื่อทำการกำหนดรู้ในอิริยาบถยืนและเดินที่มีความสัมพันธ์ในระยะที่กำหนด แล้ว ทำให้การกำหนดรู้อิริยาบถยืนและเดินได้จนเกิดต่อเนื่องนั้นแล้วทำให้วิริยะมีกำลังสม่ำเสมอดี แล้ว ย่อมเป็นประโยชน์เกื้อกูลต่ออิริยาบถต่อไป

ค. การกำหนดอิริยาบถนั่ง การกำหนดรู้การนั่งถือว่า มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพราะหลักจากที่เราเดินจนจนความเพียรในการให้วิริยะสม่ำเสมอดีแล้วทำให้การรู้เท่าทันอารมณ์ที่เกิดจากการเดินมีผลต่อการนั่งกำหนดรู้ชัดเจนาอาการของการกำหนดรู้ก็จะปรากฏความรู้เห็นตามเป็นจริงว่า เมื่อนั่ง ก็รู้ชัดว่า ‘เรานั่ง’^{๔๙} อยู่ ฯลฯ ผู้ปฏิบัติได้อย่างนี้จึงชื่อว่า พิจารณาเห็นภายในกายอยู่อย่างนี้^{๕๐} คำว่า การนั่งคือ “นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า”^{๕๑} เมื่อทำการกำหนดรู้ในอิริยาบถนั่งได้อย่างต่อเนื่อง ก็ทำให้การปฏิบัติเป็นอย่างไม่ขาดตอน ความเกื้อกูลที่จะเกิดต่อการนั่งปฏิบัติก็เป็นเหตุปัจจัยต่อการกำหนดรู้การนอนอย่างมีสติรู้เท่าทันต่อไป

ง. การกำหนดอิริยาบถนอน ในการกำหนดรู้อิริยาบถนอนถือว่า มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งไม่น้อยไปกว่าอิริยาบถ อื่น ๆ ที่กล่าวมาแล้วเพราะนักปฏิบัติ ย่อมไม่ละเลยจากการกำหนดรู้ในหลักของการปฏิบัติที่กล่าวไว้ว่าต้องปฏิบัติตั้งแต่ต้นจนกระทั่งถึงเวลาเข้านอนให้ปฏิบัติอย่างนี้จนเป็นปกติวิสัยของการกำหนดรู้สติตั้งอยู่เสมอว่า เมื่อนอน ก็รู้ชัดว่า “เรานอน”^{๕๒} คำว่าการนอนคือ “เมื่อนอนอยู่ ก็รู้ว่านอนอยู่”^{๕๓} หมายความว่า ขณะที่เอนตัวลงจะนอน พึงกำหนดตามกิริยาอาการ และท่าทางของกาย จนกว่าจะนอนเป็นที่เรียบร้อยแล้วจะหลับไป แน่แน่นอนว่าการกำหนดรู้อิริยาบถทั้ง ยืน เดิน นั่ง และนอนนั้น จะเป็นการสิ้นสุดของการกำหนดรู้ก็ไม่ได้ดังที่พระพุทธรองค์ได้แสดงหลักการที่จะทำให้สติเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องที่เป็นในอิริยาบถน้อยใหญ่ที่เป็นไปหมวด सम्ปชัญญะ ดังต่อไปนี้

(๒) सम्ปชัญญูปพะ การกำหนดรู้ในสัมปชัญญะ หรืออิริยาบถย่อยนี้ ก็จะช่วยส่งเสริมให้สติมีกำลังในการใส่ใจที่เข้าไปประลักษ์ด้วยโยนิโสมนสิการในการทำความรู้สึกตัวในสัมปชัญญะ คือ ความรู้ทั่วพร้อม รู้รอบคอบ รู้ตัวเสมอ รู้ที่ถูกต้องสมบูรณ์ การเจริญวิปัสสนาด้วยการตั้งสติไว้ที่ฐาน คือ อิริยาบถย่อยต่างๆ ประกอบด้วยที่รู้เท่าทันว่า การความรู้สึกตัวด้วยการก้าวไป การถอยกลับ การแลดู การเหลียวดู การคู้เข้า การเหยียดออก การครองสังขาภิบาตร และจีวร การฉัน การดื่ม การเคี้ยว การยั้ม การถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ การเดิน การยืน การนั่ง การนอน การตื่น การพูด การนิ่ง ในอิริยาบถย่อยต่างๆนี้^{๕๔} ด้วยมีสัมปชัญญะ มีสติ กำหนดในอิริยาบถย่อย ทำให้เกิดปัญญา เห็นประโยชน์ เห็นโทษของการเคลื่อนไหวของอิริยาบถต่างๆ ละเอียตสมบูรณ์ไปอีก เพิ่มความเข้มข้นของ

^{๔๙} ที.ม.อ. (ไทย) ๒/๓๗๕/๓๘๓.

^{๕๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๐๔/๕๕๔.

^{๕๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๔/๓๐๒, วิสุทธิ. (ไทย) ๑/๒๑๘/๒๙๕.

^{๕๒} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๔๐๔/๕๕๔.

^{๕๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๕/๓๐๔.

^{๕๔} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๕๕๕๔.

การทำงานของสติในการพิจารณา รูป ส่วนที่เป็นการเคลื่อนไหว และ นาม คือ จิต ที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวในอริยาบถต่าง ๆ^{๕๕} สัมปชัญญะมี ๔ อย่าง คือ

๑. สาทถกสัมปชัญญะ
๒. สัปายะสัมปชัญญะ
๓. โคจรสัมปชัญญะ
๔. อสัสมโหสัมปชัญญะ

การกำหนดรู้ในอาการต่างๆ ที่เกิดขึ้นในส่วนของอริยาบถย่อยนี้ ทำให้ผู้กำหนดรู้นั้นเกิดความชัดเจนด้วยสติในความจริงที่แสดงออกมาของรูปนามที่ปรากฏจากขณะหนึ่งไปสู่อีกหนึ่ง ในส่วนเล็กน้อยลงไปตามลำดับของความละเอียดดังปรากฏในหลักของการกำหนดรู้อริยาบถย่อยไว้ว่า ผู้กระทำสัมปชัญญะในการก้าวไปและถอยกลับในการแลไปข้างหน้า และเหลียวซ้ายเหลียวขวา ในการคู้อวัยวะเข้าและเหยียดออก ในการทรงผ้าสังฆาฏิ บาตร และจีวรในการกิน ดื่ม เคี้ยว ลืม ในการถ่ายอุจจาระและปัสสาวะ ในเวลาเดิน ยืน นั่ง นอน หลับ ตื่น พุด นิ่ง ดังพรรณนามา ฉะนั้น ภิกษุ ย่อมพิจารณาเห็นกายในกายภายในบ้าง ฯลฯ ดูกรภิกษุทั้งหลาย แม้อย่างนี้ ภิกษุชื่อว่าพิจารณาเห็นกายในกายอยู่”^{๕๖}

จากการที่ใส่ใจกำหนดรู้ในอริยาบถย่อยได้อย่างต่อเนื่องนั้น ทำให้สติสัมปชัญญะเกิดกำลัง ในการกำหนดรู้อารมณ์ปรมาตมที่ละเอียดยิ่งขึ้นที่เราเรียกว่าธาตุมนสิการปัพพะ จึงเป็นอารมณ์ วิปัสสนาแท้ๆ ของการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาต่อไป

(๓) ธาตุมนสิการปัพพะ ในการกำหนดรู้พิจารณาความเป็นไปในธาตุทั้ง ๔ นั้นต้องพยายามทำความเข้าใจในการกำหนดให้เข้าถึงตัวสภาวะเหล่านี้ ที่แสดงในขณะกำหนดรู้ว่าเป็นเพียงอาการอย่างหนึ่งเท่านั้นหาความเป็นอิสระของตัวมันเองไม่ได้ดังปรากฏหลักฐานที่แสดงไว้ดังนี้ว่า ความเป็นธาตุว่า ในกายนี้มีธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุไฟ ธาตุลมอยู่ จากนั้นทรงแสดงอุปมาความหมายของสภาวะธาตุเหล่านั้นไว้ดังนี้ คือ คนฆ่าโคหรือลูกมือของคนฆ่าโคผู้มีความชำนาญ ครั้นฆ่าโคแล้ว แบ่งอวัยวะออกเป็นส่วน ๆ นั่งอยู่ที่หนทางใหญ่สี่แพร่ง เมื่อผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นความเป็นจริงของกายนี้ตามที่ตั้งอยู่ ตามที่ดำรงอยู่โดยความเป็นธาตุว่า ในกายนี้มีธาตุดิน ธาตุน้ำธาตุไฟ ธาตุลมอยู่^{๕๗} อาการที่ปรากฏนั้นก็ป็นสภาวะเท่านั้นเอง ไม่ควรเข้าไปยึดถือด้วยความเห็นผิดในขณะที่ปรากฏอาการที่เป็นไปตามเหตุปัจจัยเท่านั้นเอง

เมื่อการกำหนดรู้ธาตุทั้ง ๔ นี้เป็นไปอย่างละเอียดต่อเนื่องแล้ว ธาตุที่เห็นได้ง่ายที่สุด คือ ธาตุลมหรือวาโยธาตุ ซึ่งมีลักษณะความตึง ความหย่อน เป็นต้น และเมื่อกำหนดธาตุลมได้ชัดเจนแล้ว การรู้ลักษณะเฉพาะของธาตุอื่น ๆ ก็จะไม่ค่อยยาก เพราะธาตุทั้ง ๔ นี้ เกิดร่วมกันและไม่

^{๕๕} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๖/๓๐๕.

^{๕๖} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๓๕/๗๔.

^{๕๗} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๐๗/๕๕๔.

สามารถแยกออกจากกันได้ เรียกว่า อวินิโกฎรูปว่า “วโยธาตุกรรมฐาน”^{๕๘} เมื่อผู้ปฏิบัติสามารถรู้เห็นความเป็นไปของร่างกายที่เป็นสักรัตว์ธาตุเท่านั้น จะมีปัญญาแยกความเป็นระหว่างกายกับจิต จนเห็นเพียงสภาวะธาตุที่เกิดขึ้น เมื่อมีการเฝ้าดูกายเหล่านี้ทั้งภายนอกภายในจนเห็นความเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป การมองเห็นด้วยปัญญาก็ปรากฏขึ้นความยึดมั่นถือถือก็ขาดหายไปจากจิตของเรา นั่นเอง การกำหนดรู้ที่เป็นไปอย่างนี้ก็สอดคล้องกับการมีสติกำหนดรู้ธาตุกรรมฐาน^{๕๙}

เมื่อพลังของปัจจัยดังกล่าวแก่กล้าพอเพียงแล้ว ผู้ปฏิบัติจะเห็นความไม่เที่ยง ความทุกข์ และความไม่ใช่ตัวตนของรูปธรรมและนามธรรม มีสัมมาทิฐิและวิชาญาณเกิดขึ้น จนสามารถบรรลุถึงมรรคผล นิพพานได้ในที่สุด^{๖๐} เมื่อผู้ปฏิบัติได้เจริญกายนุปัสสนาสติปัฏฐาน คือหมวดอิริยาบถปัฏฐะ สัมผัสปัญญูปปัฏฐะ ธาตุปัฏฐะมาตามลำดับจะเห็นได้ชัดเจนว่ามุ่งให้พิจารณาในกายของตนเองเป็นหลัก เพื่อจะสามารถที่จะมองเห็นด้วยวิปัสสนาภาวนาปัญญาว่า รูปทั้งหลายเหล่านี้ มีความแปรปรวน แตกดับอยู่ตลอดเวลาไม่ควรเข้าไปยึดถือว่าเป็นสัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา เพราะตกอยู่ในสภาวะของความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และอนัตตาของรูปก็ปรากฏขึ้น จากนั้นก็จะสามารถพิจารณาเวทนานุปัสสนาที่จะปรากฏได้อย่างเข้าใจไม่มีอคติต่ออาการที่เกิดขึ้นของเวทนาต่อไป

๒. เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้เวทนาที่ต้องอาศัยความเพียรและกำลังใจของผู้ปฏิบัติที่เข้มแข็งเป็นอันมาก เพราะสภาวะของเวทนานั้น โดยส่วนมากผู้ปฏิบัติวิปัสสนาทั้งใหม่และเก่า ถ้าไม่สามารถตามรู้เท่าทันอาการของเวทนาแล้ว ความเชื่อตรงกับการปฏิบัติก็จะอ่อนกำลัง เพราะมองว่าเวทนาเป็นตัวปัญหาที่เข้ามารบกวนจิตใจอยู่ตลอดเวลาที่กำหนดรู้ที่เป็นไปในอิริยาบถน้อยใหญ่อยู่เนื่อง ความเป็นศัตรูก็จะเกิดขึ้นกับทุกขเวทนาเมื่อรับรู้อยู่

ส่วนสุขเวทนาเมื่อเกิดขึ้นความพอใจยินดีก็จะแล่นเข้ามาเป็นพวกพ้องเจ้าของมิตรสหายที่เข้าใจกันดี แต่ไม่อยู่นานวันก็จากไปเพราะความเกิดดับเนื่องๆ ส่วนอุเบกขานั้นก็ไม่แสดงตัวออกมาชัดเจนในขณะที่กำหนดรู้ ถ้าไม่เท่าทันก็มองไม่ออกกลายเป็นไม่ใส่ใจปล่อยไปเฉย ๆ ทำให้ขาดการกำหนดรู้เท่าทันปัจจุบันขณะที่เกิดขึ้นอยู่ว่า ธรรมวินัยนี้หรือในพระศาสนานี้ เมื่อเสวยสุขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยสุขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยทุกขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอุเบกขาเวทนาอยู่^{๖๑}

พระพุทธองค์ตรัสการเจริญเวทนานุปัสสนาว่า อธิ ภิกขเว ภิกขุ สุขํ วา เวทนํ เวทยมานโน สุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ. ทุกฺขํ วา เวทนํ เวทยมานโน ทุกฺขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ. อทุกขมสุขํ วา เวทนํ เวทยมานโน อทุกขมสุขํ เวทนํ เวทยามิติ ปชานาติ.^{๖๒}

^{๕๘} จําลอง ดิษยวณิช, วิปัสสนากรรมฐาน และเขาวนัอารมณ์ ฉบับปรับปรุง, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๙), หน้า ๕๒-๕๔.

^{๕๙} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดยพระคันธ-สราวิวงศ์, อ่างแล้ว, หน้า ๑๙๙.

จําลอง ดิษยวณิช, วิปัสสนากรรมฐาน และเขาวนัอารมณ์ ฉบับปรับปรุง, อ่างแล้ว, หน้า ๔๓.

^{๖๑} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๖๒} ที. ม. (บาลี) ๑๐/๓๘๐/๒๖๕.

“เมื่อเสวยสุขเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยสุขเวทนาอยู่ เมื่อเสวยทุกข์เวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยทุกข์เวทนาอยู่ เมื่อเสวยอุเบกขาเวทนา ย่อมรู้ชัดว่าเสวยอุเบกขาเวทนาอยู่”^{๖๓}

การพิจารณาเวทนามี ๓ อย่างคือ^{๖๔}

สุขเวทนา คือ ความรู้สึกทางกายและทางใจ
ทุกข์เวทนา คือ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกายและทางใจ
อุเบกขาเวทนา คือ ความรู้สึกเป็นกลาง ไม่สุขไม่ทุกข์

การพิจารณาเวทนาให้ละเอียดออกอีก เป็น ๕ อย่าง^{๖๕} คือ

สุขเวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นสุขทางกาย
ทุกข์เวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางกาย
โสมนัสเวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นสุขทางใจ
โทมนัสเวทนา ได้แก่ ความรู้สึกเป็นทุกข์ทางใจ
อุเบกขาเวทนา ได้แก่ ไม่สุข ไม่ทุกข์ รู้สึกเฉย ๆ

คัมภีร์พระอภิธรรมอธิบาย การพิจารณาเวทนา ๔ อย่าง คือ^{๖๖} เวทนาที่อิงกามคุณ (สามีสสุข) หมายถึง ความพอใจและไม่พอใจกับกามคุณ ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส แลสัมผัส ได้แก่

เสวยสุขเวทนาอยู่ มีสติระลึกชัดว่า กำลังเสวยสุขเวทนา
เสวยทุกข์เวทนาอยู่ มีสติระลึกชัดว่า กำลังเสวยทุกข์เวทนา
เสวยอุเบกขาเวทนาอยู่ มีสติระลึกชัดว่า กำลังเสวยอุเบกขาเวทนา
เป็นเวทนาทั้ง ๓ ดังกล่าวในข้อ (๑) (๒) (๓) มีอามิส
และ(๔) เวทนาทั้ง ๓ ดังกล่าวในข้อ (๑) (๒) (๓) ไม่มีอามิส

พระพุทธองค์ตรัสถึงขันติสังวรว่า กายนี้มีทุกข์มาก มีโทษมาก โรคมากเกิดในกายนี้^{๖๗} เมื่อยังมีกายอยู่ก็จะมีเวทนาแน่นอน^{๖๘} ในปัจจุบันมีการดำริว่า การอดทนต่อเวทนานี้เป็นอัตตกลิณณญาณ คือ การเบียดเบียนตนให้ลำบาก แล้วสอนให้พิจารณาสาตกัมปสัญญา และสปปายสัมปสัญญา ทั้งยังแนะนำไม่ให้อดทนต่อเวทนานั้น วิธีปฏิบัติดังกล่าวไม่สอดคล้องกับข้อความในมหาสติปัฏฐานสูตรนี้ และขัดแย้งกับพระพุทธดำรัสที่สอนให้กำหนดรู้เวทนาชั้นร่ว

ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอพึงกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญาพึงรู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริง เมื่อภิกษุกำหนดรู้เวทนาด้วยปัญญา รู้แจ้งความไม่เที่ยงของเวทนาตามความเป็นจริงอยู่ ย่อมเบื่อหน่ายในเวทนา

^{๖๓} ที. ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๐/๓๑๓.

^{๖๔} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๗๐/๓๐๒ – ๓๐๓.

^{๖๕} ส.สพ. (ไทย) ๑๘/๒๗๐/๓๐๒ – ๓๐๓.

^{๖๖} อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๓๖๓/๓๑๐.

^{๖๗} อง.ทสก. (ไทย) ๒๔/๖๐/๘๗.

^{๖๘} พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน, พระคันธสาราภิวังศ์ แปลและเรียบเรียง, หน้า ๒๕๓.

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุย่อมรู้แจ้งเวทนาที่ไม่เที่ยงนั้นเพียวว่าเป็นของไม่เที่ยง ปัญญาที่รู้แจ้งดังกล่าวของภิกษุนั้นเป็นสัมมาทิฐิ^{๖๙}

๓. จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การกำหนดรู้อาการของจิตที่มีธรรมชาติรับรู้อารมณ์ การใส่ใจในอารมณ์ เหล่านั้นด้วยการกำหนดรู้เท่าทันอาการของจิต ความเป็นไปที่คุ้นเคยในการรับรู้อารมณ์ที่ไม่ขาดการกำหนดรู้ด้วยโยนิโสมนสิการทำให้เกิดความนึก คิด ถือเอาเป็นเจ้าของในขณะที่รับรู้ทางทวารทั้งที่เปรี้อารมณ์นั้นเข้ามาอย่างเท่าทันด้วยการกำหนดรู้ด้วยสติที่เป็นไปในการรับรู้จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน^{๗๐} มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นความจริงที่เกิดกับจิตก็สามารถเข้าใจในการละความยินดีในโลกได้^{๗๑} ดังมีการแสดงการกำหนดรู้อาการของจิตด้วยสติไว้ดังนี้

พระพุทธเจ้าตรัสว่า “จิตเต จิตตานุปัสสี วหริ อาตาปี สมปะชาโน สติมาวิเนยโยโลก อภิขณาโหมนสสั”

มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นจิตในจิตอยู่ กำจัดอภิขณาและโหมนัสในโลกเสียได้^{๗๒} สติตั้งมั่นพิจารณาเนื่อง ๆ ซึ่งจิต คือ วิญญาณขันธ์ มี ๑๖ ประการ ได้แก่

เมื่อจิตมีราคะเกิดขึ้นให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีราคะ
เมื่อจิตปราศจากราคะให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากราคะ
เมื่อจิตมีโทสะเกิดขึ้นให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโทสะ
เมื่อจิตปราศจากโทสะให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโทสะ
เมื่อจิตมีโมหะเกิดขึ้น ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีโมหะ
เมื่อจิตปราศจากโมหะให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตปราศจากโมหะ
เมื่อจิตหดหู่และท้อถอย ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตหดหู่ และท้อถอย
เมื่อจิตฟุ้งซ่านให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตฟุ้งซ่าน
เมื่อจิตเป็นมหัคคตะให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตเป็นมหัคคตะ
เมื่อจิตไม่เป็นมหัคคตะให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่เป็นมหัคคตะ
เมื่อจิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า (สอฺตตรจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตมีจิตอื่นยิ่งกว่า
เมื่อจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า (อนฺตตรจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
เมื่อจิตสงบแล้ว (สมาหิตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตสงบ
เมื่อจิตไม่สงบ (อสมาหิตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่สงบ
เมื่อจิตพ้นจากกิเลสแล้ว (วิมุตตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตพ้นจากกิเลส
เมื่อจิตไม่พ้นจากกิเลส (อวิมุตตจิต) ให้เอาสติตามกำหนดรู้ว่า จิตไม่พ้นจาก กิเลส^{๗๓}

^{๖๙} ส.ช. (ไทย) ๑๗/๕๑/๔๒.

^{๗๐} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๑/๕๕๕.

^{๗๑} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๓๑/๑๐๓., ที่.ม.ฎีกา (ไทย) ๒/๑๑๐.

^{๗๒} ม.ม. (ไทย) ๑๓/๑๓๑/๑๐๓., ที่.ฎีกา ๒/๑๑๐.

^{๗๓} ที่.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๑/๓๑๗-๓๑๕.

๔. ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน

การมีสติเข้าไปกำหนดรู้สภาวะธรรมเรื่อยๆ ซึ่งธรรม ๕ หมวด คือ นิรณ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔^{๗๔} พระพุทธองค์ตรัสว่า ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ ภิกษุในธรรมวินัยนี้พิจารณาเห็นธรรมในธรรมทั้งหลาย คือ นิรณ ๕ ประการอยู่^{๗๕} มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้^{๗๖}

สติตั้งมั่นพิจารณาเรื่อยๆ ซึ่งธรรม ๕ หมวด คือ นิรณ ๕ ชั้น ๕ आयตนะ ๑๒ โพชฌงค์ ๗ อริยสัจ ๔^{๗๗} พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ธมเมสุ ธัมมานุปัสสี วิหริติ อาตปปี สมปะชาโน สติมา วินยโย โลเก อภิชฌาโทมนัสสุ” แปลความว่า “มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ พิจารณาเห็นธรรมในธรรมอยู่ กำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสียได้”^{๗๘}

ก. นิรณธรรมธรรมเป็นเครื่องกัน ที่ห้าม ไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มีฉาน เป็นต้น ซึ่งมีสภาวะธรรมดังนี้

(๑) กามฉันทนิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความพอใจในกามคุณอารมณ์

(๒) พยาบาทนิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ การผูกพยาบาทจองล้างจองผลาญผู้อื่น

(๓) ถีนมิทธนิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม มีอาการหดหู่และทอดยต่ออารมณ์ (ง่วงเหงา หาวนอน)

(๔) อุทธัจจกุกกุกจนิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความฟุ้งซ่านและรำคาญในอารมณ์ (ใจตั้งอยู่ไม่ได้)

(๕) วิจิกิจฉานิรณ คือ ธรรมเป็นเครื่องกันไม่ให้บรรลुकุศลธรรม ได้แก่ ความสงสัยลังเลใจ ในสิ่งที่ควรเชื่อ (มีพระรัตนตรัย เป็นต้น)^{๗๙}

ข. อุปาทานชั้น ๕ ชั้น ๕ เป็นอารมณ์ของอุปาทาน ฉะนั้น จึงเรียกว่า อุปาทานชั้น ๕ คือ

(๑) รูปชั้น ได้แก่ รูป ๒๘

(๒) เวทนาชั้น ได้แก่ เวทนาเจตสิก ๑ ดวง

(๓) สัญญาชั้น ได้แก่ สัญญาเจตสิก ๑ ดวง

^{๗๔} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

^{๗๕} ม.ม. (ไทย) ๑๒/๑๑๒/๕๕๔.

^{๗๖} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๑๓๑/๑๐๓, ที.ม.ฐีกา (ไทย) ๒/๑๑๐.

^{๗๗} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๒/๓๑๖-๓๑๗.

^{๗๘} ม.ม. (บาลี) ๑๓/๑๓๑/๑๐๓, ที.ม.ฐีกา (ไทย) ๒/๑๑๐.

^{๗๙} ที.ปา. (ไทย) ๑๑/๑๓๕/๓๐๑, อง.นวก. (ไทย) ๒๓/๖๔/๕๔๙, อภิ.วิ. (ไทย) ๓๕/๙๔๑/๕๔๕.

(๔) สังขารขันธ ได้แก่ เจตสิกที่เหลือ ๕๐ ดวง

(๕) วิญญาณขันธ ได้แก่ จิต ๘๙ หรือ ๑๒๑ ดวง

ค. อายตนะ ๑๒ อายตนะภายใน ๖ และอายตนะภายนอก ๖ คือ

อายตนะภายใน ๖ คือ

อายตนะภายนอก ๖ คือ

(๑) จักขวายตนะ

(๑) รูปายตนะ

(๒) โสทายตนะ

(๒) สัททายตนะ

(๓) ฆานายตนะ

(๓) คันธายตนะ

(๔) ชิวหายตนะ

(๔) รสายตนะ

(๕) กายายตนะ

(๕) โผฏฐัพพายตนะ

(๖) มนายตนะ

(๖) ธัมมายตนะ^{๘๐}

ง. โพชฌงค์ ๗ โพชฌงค์ เป็นสภาพที่ทำให้รู้อารมณ์ได้ด้วยการปฏิบัติภาวนาสติปัฏฐาน ๔ เป็นเหตุให้เกิดการตรัสรู้หรือริยสัจ ๔ หมายความว่า ธรรมอันเป็นองค์ประกอบของธรรมหมวดที่เป็นเหตุให้รู้หรือริยสัจ ๔ ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค ซึ่งรายละเอียดดังต่อไปนี้ คือ^{๘๑}

โพชฌงค์ องค์แห่งธรรมเป็นเครื่องตรัสรู้มี ๗ คือ

(๑) สติสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความระลึกได้

(๒) ธัมมวิจยสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือการเพินธรรม

(๓) วิริยสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความเพียร

(๔) ปีติสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความอิ่มใจ

(๕) ปัสสัทธิสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความสงบกาย ใจ

(๖) สมาธิสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความตั้งจิตมั่น

(๗) อุเบกขาสัมโพชฌงค์ ธรรมที่เป็นองค์แห่งการตรัสรู้คือความวางใจเป็นกลาง^{๘๒}

จ. อริยสัจ ๔ อริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ มี ๔ อย่าง คือ^{๘๓}

^{๘๐} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๔/๓๑๕.

^{๘๑} ฉันทนา อุดสาหลักชัย, พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา, พิมพ์ครั้งที่ ๒, กองทุนพิทักษ์ธรรมเผยแพร่, (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนธัชการพิมพ์, ๒๕๔๙), หน้า ๗๙.

^{๘๒} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๕/๓๒๑.

^{๘๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๘๖/๓๒๔.

(๑) ทุกขอริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ ทุกข์ ได้แก่ ความแก่ ความตาย ความโศก ความเศร้าครวญ ความทุกข์กาย ความทุกข์ใจ ความคับแค้นใจ เป็นต้น ว่าโดยย่อ อุปาทานขันธ์ ๕ เป็นทุกข์

(๒) ทุกขสมุทัยอริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ คือ เหตุเกิดแห่งทุกข์ ได้แก่ ตัณหา ๓ คือ กามตัณหา ภวตัณหา วิภวตัณหา

(๓) ทุกขนิโรธอริยสัจ ความจริงอันประเสริฐ คือความดับทุกข์ ได้แก่ ภาวะที่ตัณหาดับสิ้นไป ความหลุดพ้น ปลอดโปร่งเป็นอิสระ คือ พระนิพพาน

(๔) ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทาอริยสัจ ความจริงอันเป็นประเสริฐ คือ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้แก่ อริยมรรคมีองค์ ๘

๒.๒.๓ การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของวัดอัมพวันปิยาราม

สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดเพชรบุรี แห่งที่ ๘ วัดอัมพวันปิยาราม ตำบลคลองกระแซง อำเภอบึงสามพัน จังหวัดเพชรบุรี เปิดการสอนการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ โดยมี พระครูปิยะวรารักษ์ (บุญญาทิพย์) เจ้าอาวาสเป็นวิปัสสนาจารย์ ได้จัดโครงการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ในวันธรรมสวนะ วันสำคัญต่าง ๆ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ติดต่อกันมาเป็นเวลานาน ยังจัดอบรม โครงการปฏิบัติธรรมประจำปี โครงการอบรมนักเรียนนักศึกษา และในปัจจุบันก็ยังเป็นที่ยอมรับของพุทธศาสนิกชน ทั้งพระภิกษุสามเณร และคฤหัสถ์ ซึ่งต่างก็ได้พากันเข้ามาศึกษาปฏิบัติกันอย่างสม่ำเสมอ ปัจจุบันมีผู้สนใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในวันธรรมสวนะ จะมีผู้ปฏิบัติประมาณ ๘๐ คน ในวันหยุดจะมีผู้ปฏิบัติประมาณ ๒๐๐ คน ซึ่งรูปแบบวิธีที่สอนการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยหลักการปฏิบัติควรมีธรรมที่เป็นแนวทาง คือ การสำรวมอินทรีย์ ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ การรู้จักประมาณในการบริโภคอาหารพอสมควรไม่มากไม่น้อย การประกอบความเพียร เพื่อจะชำระใจให้หมดจด ไม่เห็นแก่นอนมากนัก ส่วนตารางการปฏิบัติธรรมนั้นมีการปรับให้เหมาะสมสำหรับผู้เข้าปฏิบัติแต่ละโครงการ โดยงานวิจัยนี้จะได้อธิบายหลักการปฏิบัติธรรมมีการจำแนกการปฏิบัติโดยลักษณะอิริยาบถทั้งหลายเป็นหลัก ได้แก่ อิริยาบถยืน อิริยาบถเดิน อิริยาบถนั่ง และอิริยาบถนอน พร้อมทั้งอิริยาบถย่อยทั้งหลาย

๑. วิธีการกำหนดในอิริยาบถยืน

การกำหนดอิริยาบถยืนนี้จะต้องใช้สติพิจารณาว่า “เมื่อยืนอยู่ก็รู้ว่ายืนอยู่” หมายความว่า ให้ยืนตัวตรงและศีรษะตั้งตรงไม่ก้มหรือเงยหน้า วางเท้าทั้งสองเคียงคู่กัน ให้ปลายเท้าเสมอกันห่างกันเล็กน้อย มือทั้งสองประสานกันไว้ข้างหน้าหรือข้างหลังก็ได้ ทอดสายตาไปข้างหน้าประมาณ ๑ หรือ ๒ เมตร ตั้งสติไว้ที่กาย รู้อาการของกายที่กำลังยืนตั้งตรงอยู่นั้น แล้วกำหนดในใจว่า “ยืนหนอ ๆ” นี้เรียกว่า ยืนกำหนด

๑) ยืนตัวตรง ไหมโยกตัว ศีรษะตรง ไหมโยกศีรษะ

๒) ลำคอตรง หน้าตรง ไม่เงยหน้าหรือก้มหน้าให้มากไป

๓) เท้าทั้ง ๒ ห่างกันเล็กน้อย และให้เท้าเสมอกัน

๔) ยืนให้ขาทั้ง ๒ ข้างตรง ยืนอย่างมั่นคง ยืนอย่างสำรวม

๕) กายส่วนบนและส่วนล่างตั้งตรง และนิ่ง

๖) ทอดแขนหรือปล่อยแขนทั้ง ๒ ลง โดยไม่ยกหรือชูขึ้น

๗) มือไขว่กันไว้ด้านหน้าหรือด้านหลัง มือขวาจับข้อมือซ้ายเบา ๆ

๘) ทอดสายตาลงพื้นห่างจากปลายเท้าประมาณ ๔ ศอกหรือ ๑ วา จะหลับตาก็ได้

๙) สำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ เอาสติจับความรู้สึกตั้งแต่ปลายผม ไหล่ลงไปถึงปลายเท้า รวดเดียว พร้อมกับบริกรรมตามสติที่จับลงไปช้า ๆ จากนั้นกำหนดจับความรู้สึกกลับขึ้นมาจากปลายเท้า ขึ้นไปถึงปลายผม ปฏิบัติดั่งนี้อย่างน้อย ๓ เที้ยว จนกว่าร่างกายและจิตใจนิ่งสงบ ถ้ายังไม่สงบ ก็ให้ภาวนาต่อไปจนกว่าจะสงบ

เมื่อจิตใจนิ่งสงบดีแล้วให้กำหนดเพื่อใช้สติพิจารณาดูรูปยืนให้ชัดเจน วางเท้าซ้ายและเท้าขวาชิดปลายเท้าเสมอกันห่างกันเล็กน้อย มือทั้งสองไขว่หลังหรือกุมไว้ด้านหน้า เอาฝ่ามือขวาจับมือซ้าย ศีรษะตั้งตรง ทอดสายตาไปเบื้องหน้า ๑ วาหรือ ๔ ศอก การยืนตัวตรง เป็นลักษณะของการตั้งตรงของร่างกาย จัดเป็นสภาวะตั้งของวาโยธาตุ^{๔๔} การกำหนดอิริยาบถยืนนั้นเพราะอาศัยจิตเกิดขึ้นว่า เราจะยืน จิตนั้นทำให้เกิดวาโยธาตุ ๆ ทำให้เกิดความเคลื่อนไหว การทรงตัวตั้งขึ้นตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นมาถึงปลายผมเป็นที่สุด อันเกิดจากจิตปรุงแต่ง จิตรู้สึกถึงอาการยืน โดยกำหนดบริกรรมว่า ยืนหนอ ๆ ให้รู้ลักษณะของสภาวะอาการของรูปยืนกับคำบริกรรมภาวนาต้องพร้อมกัน

การยืนในแต่ละครั้งให้ยืนโดยกำหนดเวลา แบ่งออกเป็น ๔ ระดับ ในระดับแรก ยืน ๑๕ นาที ระดับที่ ๒ ยืน ๓๐ นาที ระดับที่ ๓ ยืน ๔๕ นาที ระดับที่ ๔ ยืน ๖๐ นาที

๒. วิธีการกำหนดในอิริยาบถเดิน

การกำหนดอิริยาบถเดินนี้จะต้องใช้สติตามอาการปัจจุบันว่า “เมื่อเดินอยู่ก็รู้ว่าเดินอยู่” หมายความว่า ให้เดินตัวตรง และศีรษะตั้งตรงไม่ก้มหรือเงยหน้า มือทั้งสองประสานกันไว้ข้างหน้าหรือข้างหลังก็ได้ ทอดสายตาไปข้างหน้าประมาณ ๑ หรือ ๒ เมตร ตั้งสติเท้าที่ก้าวรู้อาการของกายที่กำลังยก อย่าง เหยียบอยู่โน้น แล้วกำหนดในใจตามอาการนั้น ๆ ” นี้เรียกว่า การเดินจงกรม มี ๖ ระยะ ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ประสงค์แบ่งส่วนก้าวเท้าออกไว้ ๖ ส่วน หรือ ๖ ระยะดังนี้

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๑

๑) เอาสติตั้งไว้ที่อาการตั้งตรงของร่างกาย กำหนดว่า “ยืนหนอ ๆ”

๒) กำหนดว่า ขวา พร้อมกับค่อย ๆ ยกเท้าขวาขึ้นจากพื้นช้า ๆ จนปลายเท้าพ้นจากพื้นประมาณ ๒ - ๓ นิ้ว

^{๔๔} พระโสภณมหาเถระ (มหาสิยาตอ), มหาสติปัฏฐานสูตร ทางสู่พระนิพพาน, แปลโดย พระคันธสาราภิวังศ์, หน้า ๗๗.

๓) กำหนดว่า ย่าง พร้อมกับค่อย ๆ ยกเท้าไปข้างหน้าจนส้นเท้าขวาเลยปลายเท้าซ้าย ประมาณ ๒ - ๓ นิ้ว

๔) กำหนดว่า หนอ พร้อมกับค่อย ๆ วางฝ่าเท้าลงแนบกับพื้นทั้งฝ่าเท้าให้ทำซ้ำ ๆ เหมือนคนป่วยหนักจะเคลื่อนแต่ละทีก็ต้องทำซ้ำ ๆ

๕) คำกำหนด และสติที่รู้อาการเคลื่อนไปของเท้าต้องไปพร้อมกันไม่ก่อนไม่หลังกว่ากันโดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องหลังสู่เบื้องหน้า

๖) เท้าซ้ายก็ให้โยคิกำหนดเช่นเดียวกับเท้าขวา โดยให้กำหนดว่า ซ้ายย่างหนอ (ให้มีสติรู้ว่านี่คืออาการขวาย่างหรืออาการซ้ายย่าง)

๗) ขณะเดินจงกรมอยู่ถ้ามีอาการอื่นแทรกเข้ามาและเป็นอารมณ์ที่ชัดเจนให้หยุดเดิน แล้วตั้งสติกำหนดอารมณ์นั้น ๆ จนหายไปจึงกลับมากำหนดที่อาการเดินต่อไป ไม่ควรเดินไปด้วยการกำหนดอารมณ์อื่นไปด้วยหรือกำหนดเพียง ๓ ครั้ง ทั้งนี้เพื่อต้องการจะให้เห็นความเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปของอารมณ์นั้น ๆ

๘) เวลาเดินจงกรมอย่าเกร็งตัวให้ปล่อยตัวตามสบายแต่จิตให้ใส่ใจอยู่ที่การเคลื่อนไปของเท้าทุกขณะ ตั้งแต่เริ่มจนวางเท้าลงกับพื้น

๙) เท้าเคลื่อนไป สติตามกำหนดรู้อาการของเท้าทุกขณะ

๑๐) เมื่อเดินจงกรมไปสุดทางแล้ว หยุดยืนจะหันกลับ เวลาหยุดให้กำหนดว่า อยากหยุดหนอ หยุดหนอ เวลากลับให้กำหนดว่า อยากจะกลับหนอ อยากจะกลับหนอ เมื่อกลับให้กำหนดว่า กลับหนอ กลับหนอ เวลายืนอยู่ให้กำหนดว่า ยืนหนอ ยืนหนอ แล้วจึงเดินและกำหนดเดินตามจังหวะที่กำหนดในทุกครั้ง

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๒

๑) เอาสติตั้งไว้ที่อาการตั้งตรงของร่างกาย กำหนดว่า “ยืนหนอ ๆ”

๒) ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ กำหนดพร้อมกับอาการยกของเท้าว่า ยกเมื่ออาการยกสิ้นสุดลงกำหนดว่าหนอโดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน

๓) ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้นกำหนดพร้อมกับอาการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่าเหยียบ เมื่ออาการเหยียบสิ้นสุดลงกำหนดว่า หนอ โดยรู้อาการเคลื่อนไหวเท้าจากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง

๔) เท้าซ้ายก็ปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๓

๑) เอาสติตั้งไว้ที่อาการตั้งตรงของร่างกาย กำหนดว่า “ยืนหนอ ๆ”

๒) ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ กำหนดพร้อมกับอาการยกของเท้าว่า ยกหนอ (ให้ยกฝ่าเท้าขึ้นตรง ๆ) โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน

๓) ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนไปข้างหน้ากำหนดพร้อมกับอาการเคลื่อนไปของเท้าว่า
 อย่างหนอ ให้สิ้นสุดอาการอย่างหยุดลงพร้อมกับคำบริกรรม

๔) ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้นกำหนดพร้อมอาการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่า
 เหยียบหนอ โดยการกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง

๕) ในการกำหนดเดินทุกระยะให้เอาสติไว้ที่อาการเคลื่อนไหวของเท้าไม่ใช่เอาไว้
 ตรงส่วนใดส่วนหนึ่งที่เป็นรูปร่างสัญญาณ เช่น ที่ปลายเท้า ที่ส้นเท้าหรือที่อุ้งเท้าเป็นต้น โดยความ
 เป็นจริงให้ตามรู้อาการของเท้าเท่านั้น

๖) เท้าซ้ายก็ปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวาโดยให้กำหนดว่า ยกหนอ อย่างหนอ
 เหยียบหนอ

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๔

๑) ตั้งสติไว้ที่ส้นเท้าขวาที่จะยก

๒) ขณะยกเท้าขึ้น (ปลายเท้ายังติดพื้นอยู่) กำหนดพร้อมกับการยกว่า ยกส้นหนอ
 โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของส้นเท้า

๓) ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ ให้กำหนดพร้อมกับการยกของเท้าว่า ยกหนอ
 โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน

๔) ขณะที่เท้าเคลื่อนไปข้างหน้ากำหนดพร้อมกับอาการเคลื่อนไปของเท้าว่า
 อย่างหนอ โดยการกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องหลังไปสู่เบื้องหน้า

๕) ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้นกำหนดพร้อมอาการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่า เหยียบหนอ
 โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง

๖) เท้าซ้ายก็ปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๕

๑) ตั้งสติไว้ที่ส้นเท้าขวาที่จะยก

๒) ขณะยกเท้าขึ้น (ปลายเท้ายังติดพื้นอยู่) กำหนดพร้อมกับการยกว่า ยกส้นหนอ
 โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของส้นเท้า

๓) ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ ให้กำหนดพร้อมกับการยกของเท้าว่า ยกหนอ โดย
 กำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน

๔) ขณะที่เท้าเคลื่อนไปข้างหน้ากำหนดพร้อมกับอาการเคลื่อนไปของเท้าว่า
 อย่างหนอ โดยการกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องหลังไปสู่เบื้องหน้า

๕) ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้นกำหนดพร้อมอาการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่า เหยียบหนอ
 โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง

๖) ขณะเท้าถูกพื้นฝ่าเท้ากำหนดพร้อมอาการถูกว่า ถูกหนอ โดยกำหนดรู้อาการสัมผัสของฝ่าเท้าที่ถูกกับพื้น

๗) เท้าซ้ายก็ให้โยคีปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา

วิธีเดินจงกรมระยะที่ ๖

๑) ตั้งสติไว้ที่สันเท้าขวาที่จะยก

๒) ขณะยกเท้าขึ้น (ปลายเท้ายังติดพื้นอยู่) กำหนดพร้อมกับอาการยกว่า ยกส้นหนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของส้นเท้า

๓) ขณะยกเท้าขวาขึ้นช้า ๆ ให้กำหนดพร้อมกับรู้การยกของเท้าว่า ยกหนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องล่างขึ้นสู่เบื้องบน

๔) ขณะที่เท้าเคลื่อนไปข้างหน้ากำหนดพร้อมกับอาการเคลื่อนไปของเท้าว่า ย่างหนอ โดยกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของเท้าจากเบื้องหลังไปสู่เบื้องหน้า

๕) ขณะที่ฝ่าเท้าเคลื่อนลงสู่พื้น (แต่ยังไม่ถึงพื้น) กำหนดพร้อมอาการเคลื่อนลงจนถึงพื้นว่า ลงหนอ โดยกำหนดรู้อาการลดลงของฝ่าเท้าจากเบื้องบนลงสู่เบื้องล่าง

๖) ขณะปลายเท้าแตะถูกพื้นกำหนดพร้อมอาการถูกว่า ถูกหนอ โดยกำหนดรู้อาการสัมผัสของปลายเท้าที่ถูกกับพื้น

๗) ขณะกดส้นเท้าลงแนบกับพื้นกำหนดพร้อมรู้อาการกดว่า กดหนอ โดยกำหนดรู้อาการกดลงของปลายเท้า

๘) เท้าซ้ายก็ปฏิบัติเช่นเดียวกับเท้าขวา

๓. การกำหนดอิริยาบถนั่ง

การนั่งกำหนด “นั่งคู้บัลลังก์ ตั้งกายตรง ดำรงสติไว้เฉพาะหน้า” หมายความว่า นั่งราบไปกับพื้น วางเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นั่งให้ตัวตรง หลับตาหายใจปกติ ตั้งสติดูอาการพอง-ยุบ ท้องพองเพราะหายใจเข้า กำหนดรู้ตามอาการที่ท้องพองว่า “พองหนอ” ท้องยุบเพราะหายใจออก กำหนดรู้ตามอาการที่ท้องยุบว่า “ยุบหนอ” เมื่อมีความคิดก็ไปกำหนดความคิด เมื่อมีปวดขัดก็ไปกำหนดอาการปวดตามที่อาการใดที่ขัดที่สุดในปัจจุบัน ไม่ขยับกั้น และหาจนครบเวลา เพราะถ้าขยับจะทำให้สมาธิคลายได้ ทำการนั่งภาวนามี ๓ แบบคือ

๑) ทำนั่งแบบคู้บัลลังก์ หรือนั่งขัดสมาธิ เหมาะสำหรับผู้เจริญสมถกัมมัฏฐานที่มีน้องขาเล็ก

๒) ทำนั่งแบบซ้อนขา คือ วิธีนั่งคล้ายแบบแรก แต่ใช้ขาขวาวางซ้อนทับขาซ้าย เหมาะสำหรับผู้เจริญสมถกัมมัฏฐาน ที่มีน้องขาใหญ่

๓) ทำนั่งแบบเรียงขา คือวิธีนั่งคล้ายข้างต้นแต่จะวางขาเรียงกันกับพื้นให้ขาขวาไว้ด้านนอก ขาซ้ายอยู่ด้านใน การนั่งทำนี้จะส่งผลให้เกิดทุกขเวทนาซ้ำเพราะไม่ได้ทับขาไว้เหมือนการนั่งซ้อนขา

วิธีนั่งกำหนด ๒ ระยะ การปฏิบัติควรเลือกนั่งสมาธิในท่าที่ตนเองถนัด จากนั้นให้วางมือซ้อนกัน นั่งตั้งกายให้ตรง หลังตาลงเบา ๆ จากนั้นให้กำหนดสติรู้อาการพอง – ยุบ

๑) สติตามระลึกรู้อาการตั้งแต่ท้องเริ่มพองก็กำหนดว่า พอง..หนอ อาการยุบพองกับคำบริกรรมว่า “หนอ” สุดลงพอดีกันไม่ก่อนไม่หลัง

๒) ถ้าท้องเริ่มยุบก็กำหนดว่า ยุบ..หนอ อาการยุบกับคำบริกรรมว่า “หนอ” สุดลงพอดีกัน ไม่ก่อนไม่หลัง

๓) ถ้าพองยุบไม่มีหรือไม่ชัดเจนให้กำหนด นั่งหนอ, ถูกหนอ แทนพองยุบ

๔) นั่งหนอสติรู้การนั่ง (คืออาการคู้งอของขาและการตั้งตรงของลำตัว) ถูกหนอสติรู้อาการถูกต้องสัมผัส (ที่ก้นย้อยด้านขวา, ซ้าย)

๕) ในขณะนั่งกำหนดอยู่ถ้ามีอาการอื่น ๆ ที่ชัดเจนแทรกเข้ามา เช่น ปวด ได้ยินเห็นภาพนิมิต สงสัย เปื่อเป็นต้น ให้หยุดกำหนดพองยุบไว้ก่อนแล้วตั้งสติกำหนดอารมณ์ที่มาใหม่จนอารมณ์นั้น ๆ ดับไปจึงไปแล้วค่อยกลับมากำหนดอาการพองยุบหรือนั่ง-ถูก ต่อไป

วิธีนั่งกำหนด ๓ ระยะ เมื่อกำหนดอาการพองหนอ – ยุบหนอ จนเกิดความชำนาญจิตเป็นสมาธิแล้ว สติให้เห็นอาการพอง – อาการยุบก็จะแจ่มชัดขึ้นตามลำดับ จนสังเกตอาการพอง-ยุบได้ชัดเจนตั้งแต่ ต้นพอง – กลางพอง – สุดพอง, ตั้งแต่ต้นยุบ – กลางยุบ – สุดยุบ อาการแจ่มชัดเช่นนี้จะปรากฏอยู่พักหนึ่งจากนั้นอาการพองยุบก็จะแปรปรวนไป

วิธีนั่งกำหนด ๔ ระยะ เมื่อปฏิบัติจนเกิดความชำนาญ ญาณปัญญาแก่กล้าขึ้น อาการพอง – อาการยุบปรากฏน้อยลง มีช่องว่างระหว่างพอง – ระหว่างยุบมากขึ้น แม้เพิ่มการกำหนดนั่งหนอแล้ว ก็ยังไม่ปรากฏอาการพอง – อาการยุบ ให้เพิ่มการกำหนดเป็น ๔ ระยะ คือเพิ่มอาการถูกที่มือ, ก้นย้อยขวา, ซ้าย เป็นต้น

การบริกรรมภาวนา ๔ ระยะนี้ ก็จะหมุนเวียนกันอย่างนี้ กำหนดอย่างต่อเนื่อง เมื่อมีการปฏิบัติกำหนดสติระยะ ๔ เป็นที่มั่นใจ จิตเป็นสมาธิแล้วก็เข้าไปหาพระวิปัสสนาจารย์จะเป็นผู้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการกำหนดจุด แต่ละจุดตามความเหมาะสมแก่นักปฏิบัติต่อไปเพื่อเจริญสติและปรบอินทรีย์ให้แก่กล้า ญาณปัญญาจะพัฒนาไปตามลำดับ

๔. การกำหนดอิริยาบถนอน

อิริยาบถนอน เป็นการฝึกปฏิบัติในหมวดว่าด้วยการกำหนดกิริยาอาการ และท่าทางของกาย จนกว่าจะนอนเป็นที่เรียบร้อย จนกว่าจะหลับ และหลับเมื่อใดก็ไม่ต้องสนใจ การมีสติกำหนดรู้ตัวอยู่เสมอ ในการนอนกำหนดนั้นโยคีต้องกำหนดอย่างต่อเนื่อง โดยอาศัยจิตเกิดขึ้นว่าเราจะนอน

จิตนั้นก็ทำให้เกิดวาโยธาตุ วาโยธาตุทำให้เกิดวิญญูติความเคลื่อนไหวการเหี่ยวย่นทั้งเส้นเป็นทางยาว ด้วยความไหวตัวของวาโยธาตุที่เกิดจากจิต^{๘๕}

วิธีนอนกำหนด กำหนดให้มีสติติดตามรู้ทันอาการเคลื่อนไหวของร่างกายอย่างต่อเนื่อง ในขณะที่นอนกายลง เพื่อจะนอนพึงกำหนดว่า เอนนอน ๑ ในขณะที่ข้อศอก ตะโพก แผ่นหลัง ศีรษะ หรือส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายสัมผัสพื้น พึงกำหนดทันทีว่า ถูกนอน ๑ สติกำหนดรู้ทุกขั้นตอน ขณะที่นอนนั้นก็ให้พึงกำหนดไว้ในใจว่า นอนนอน เมื่อนอนลงไปเรียบร้อยแล้วพึงหลับตาและเริ่มกำหนด คือเอาจิตไปจดจ่อที่อาการเคลื่อนไหวขึ้นลงของท้อง ขณะที่ท้องพองขึ้น กำหนดว่า พองนอน ขณะที่ท้องยุบลงกำหนดว่ายุบนอน ขณะที่ท้องพองขึ้นก็กำหนดว่า พองนอน หรือ กำหนดนอนนอน ถูกนอน กำหนดภาวนา จนกระทั่งหลับไปอย่างมีสติ เมื่อรู้สึกตัวตื่นขึ้น เริ่มต้นกำหนดสติ^{๘๖}

๕. การกำหนดอิริยาบถย่อย

เป็นการเจริญสติกำหนดจิตรู้ทุก ๆ ส่วนของกาย ส่วนย่อยของร่างกายนี้ ที่มีการเคลื่อนไหว เช่น การก้าว การถอย ขณะดู ขณะเหยียบ ขณะคู้เข้า ขณะเหยียด เป็นต้นการปฏิบัติ เช่นนี้ จะทำให้ผู้ปฏิบัติพิจารณาเห็นชัดว่ามีเพียงแต่กาย ในความเห็นนั้นไม่ประกอบตัณหา และทิวฐิปราศจากความยึดมั่น เรียกว่า กำหนดอิริยาบถย่อย วิธีปฏิบัติ ให้ตั้งใจ โดยเอาใจจดจ่ออยู่กับการเคลื่อนไหวในการกระทำ ในขณะที่กำหนดคำบริกรรม ควรกำหนดอย่างช้า ๆ และต่อเนื่อง ให้มีสติทันกำหนดติดต่อกันไป เมื่อมีอารมณ์อื่นแทรก ให้พึงหยุดกำหนดอิริยาบถย่อยไว้ก่อน โดยให้กำหนดบริกรรมอารมณ์ที่เข้าแทรกนั้น ๆ หายไปก่อน แล้วจึงจะกำหนดอิริยาบถย่อยต่อไป และพึงให้ความสำคัญของการกำหนดอิริยาบถย่อยเท่ากับอิริยาบถใหญ่ เพราะการกำหนดอิริยาบถมีความสำคัญเท่ากัน ช่วยป้องกันกิเลสไม่ให้เข้าแทรก^{๘๗}

เวลาจะเหยียบซ้ายหรือขวาเป็นต้น ให้กำหนดว่า อยากเหยียบนอนขณะเหยียบ ให้กำหนดว่า เหยียบนอน

เวลาจะคู้ จะเหยียด ให้กำหนดว่า อยากคู้นอน อยากเหยียดนอนขณะคู้หรือเหยียด ให้กำหนดว่า คู้นอน ๑ เหยียดนอน

เวลาจะจับสิ่งของต่าง ๆ เช่น ผ้าถุง ผ้าห่ม บาตร ถ้วย เป็นต้น ให้กำหนดว่า เห็นนอน อยากจับนอน ขณะยื่นมือไปให้กำหนดว่า เหยียด ขณะจับให้กำหนดว่า จับนอน จับนอน ขณะจับของแล้วหยิบยกมา ให้กำหนดว่า มานอน มานอน เป็นต้น

เวลาจะบริโภคอาหาร ต้ม เคี้ยว ให้กำหนดทำนองเดียวกัน ตัวอย่างเช่น

^{๘๕} ที.ม.อ. (ไทย) ๑๔/๒/๒๕๙๙.

^{๘๖} เรื่องเดียวกัน หน้า ๗๘๒.

^{๘๗} พระมหาประเสริฐ มนต์เสวี, อ้างใน พระเกียรติศักดิ์ เกติโก (ประโลมลักษณะ), “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สมัครเข้าศึกษาในหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิปัสสนาภาวนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๙ – ๑๕.

ขณะเห็นอาหาร ให้กำหนดว่า เห็นหนอ ๆ
 ขณะอยาก ให้กำหนดว่า อยากหนอ ๆ
 ขณะยื่นมือไป ให้กำหนดว่า ไปหนอ ๆ
 ขณะมือถูก ให้กำหนดว่า ถูกหนอ ๆ
 ขณะจับ ให้กำหนดว่า จับหนอ ๆ
 ขณะยกขึ้น ให้กำหนดว่า ยกหนอ ๆ
 ขณะอ้าปาก ให้กำหนดว่า อ้าหนอ ๆ
 ขณะถูกปาก ให้กำหนดว่า ถูกหนอ ๆ
 ขณะเคี้ยว ให้กำหนดว่า เคี้ยวหนอ ๆ
 ขณะกลืน ให้กำหนดว่า กลืนหนอ ๆ
 ขณะหมด ให้กำหนดว่า หมดหนอ ๆ
 เวลาถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ ให้กำหนดว่า ถ่ายหนอ
 กำลังถ่ายให้กำหนดว่า ถ่ายหนอ ๆ
 เวลาจะเดิน จะยืน นอน ตื่น เป็นต้น ให้กำหนดว่า อยากเดิน เป็นต้น

๖. การกำหนดสภาวะอารมณ์ในขณะปฏิบัติ

ขณะที่ปฏิบัติในอิริยาบถใดก็ตาม ถ้าทุกขเวทนาอย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ให้หยุดกำหนด
 นั้นไว้ก่อน แล้วไปกำหนดทุกขเวทนาที่เกิดขึ้นนั้น เช่น เจ็บปวด เมื่อย เป็นต้น ให้กำหนดว่า ปวดหนอ
 ๆ เมื่อยหนอ ๆ เจ็บหนอ ๆ ถ้าเวทนามากเกินไป ให้หยุดกำหนดเวทนานั้นเสีย กลับไปกำหนดดูที่
 จิตต่อ ถ้าเวทนาไม่หายจึงพลิกหรือเปลี่ยนอิริยาบถ ถ้าความสบาย หรือความไม่สบาย หรือเฉย ๆ
 อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้น ให้กำหนดไปตามอย่างนั้นว่า สบายหนอ ไม่สบายหนอ เฉย ๆ หนอ

ขณะเห็น ให้กำหนดว่า เห็นหนอ ๆ
 ขณะได้ยิน ให้กำหนดว่า ได้ยินหนอ ๆ
 ขณะได้กลิ่น ให้กำหนดว่า ได้กลิ่นหนอ ๆ
 ขณะได้ลิ้มรส ให้กำหนดว่า รสหนอ ๆ
 ขณะกายถูกต้อง ให้กำหนดว่า ถูกหนอ ๆ
 ขณะคิด ให้กำหนดว่า คิดหนอ ๆ

ถ้าเกิดอยากได้อะไรขึ้น ให้กำหนดว่า อยากได้หนอ ๆ หรือว่า โลภะหนอ ๆ

ถ้านั่งนอนไม่ชอบ อยากจะลุกขึ้นหรือเห็นสิ่งใดสิ่งหนึ่งคิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งแล้วไม่ชอบใจให้
 กำหนดว่า ไม่ชอบหนอ ๆ หรือ

ถ้าง่วงนอน ให้กำหนดว่า ง่วงหนอ ๆ
 ถ้าจิตฟุ้งซ่าน ให้กำหนดว่า ฟุ้งซ่านหนอ ๆ
 ถ้าสงสัย ให้กำหนดว่า สงสัยหนอ ๆ

ถ้าความโลภ ความโกรธ ความฟุ้งซ่าน ความสงสัย เป็นต้นปราศจากไปให้กำหนดรู้ตาม
 อาการที่เกิดขึ้น

ถ้าจิตยินดีต่อรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ พึงรู้ว่า เป็นความยินดีต่อกามคุณทั้ง ๕ ให้กำหนดว่า ยินดีหนอ ๆ

เมื่อจิตคิดเบียดเบียนเกิดขึ้น พึงรู้ว่า เป็นโผฏฐัพพะ หรือ พยาบาท ให้กำหนดโทสะหนอ ๆ หรือพยาบาทหนอ ๆ

เมื่อจิตฟุ้งซ่าน รำคาญ เสียใจ พึงรู้ว่าเป็นอุทธัจจกุกุจจะ ให้กำหนดว่า ฟุ้งซ่านหนอ

เมื่อความสงสัยในรูปนาม ปรมาต্ম บัญญัติ เกิดขึ้น พึงรู้ว่า เป็นวิจิกิจฉา ให้กำหนดว่า สงสัยหนอ

สรุปการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของสำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันนั้น มีวิธีการที่ยึดหลักการปฏิบัติในอริยาบถต่าง ๆ ทั้งอริยาบถยืน อริยาบถเดิน อริยาบถนั่ง อริยาบถนอน อริยาบถย่อ และกำหนดทางทวารทั้ง ๖ เพื่อให้จิตรับรู้ตามอารมณ์ในปัจจุบันขณะ

๒.๒.๓ ประเภทของวิปัสสนาภาวนา

ผู้บรรลุผลนิพพานนั้นมีอยู่ ๒ ประเภทคือ สุขวิปัสสกะ (วิปัสสนายานิกะ) และฉานลาภีบุคคล (สมถยานิกะ)

๑) สุขวิปัสสกะบุคคล (วิปัสสนายานิกะ) เป็นผู้ที่มีวิปัสสนาญาณอันแห่งแล้งจากโลกียฉานคือพระอริยบุคคลจำพวกนี้ไม่ได้เจริญสมถภาวนาจนเกิดฉานจิตมาก่อนเลย เริ่มเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานอย่างเดียวจนเป็นพระอริยบุคคลที่เรียกว่าปัญญาวิมุตติ

๒) ฉานลาภีบุคคล (สมถยานิกะ) คือ ผู้ที่ได้เจริญสมถกัมมัฏฐานจนเกิดฉานจิตมีปฐมญาณเป็นต้นมาก่อนแล้วเป็นฉานลาภีบุคคลมาแล้วจึงได้ใช้ฉานเป็นบาทเพื่อมาเจริญตามแนวสติปัฏฐาน๔หรือวิปัสสนากัมมัฏฐานต่อจนได้สำเร็จเป็นพระอริยบุคคลที่เรียกว่าเจโตวิมุตติ^{๘๘}

๒.๒.๔ ประโยชน์ของวิปัสสนาภาวนา

ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนามี ๑๐ อย่างคือ

- ๑) สามารถกำจัดกิเลสต่างๆอันเป็นต้นเหตุของความทุกข์ความเดือดร้อนลงได้
- ๒) มีความทุกข์น้อยลงและมีความสุขมากขึ้น
- ๓) คลายความยึดมั่นในสิ่งทั้งปวงลงได้ไม่ห่วงวายเป็นเหตุเดือดร้อนไปตามกระแสของโลก
- ๔) มีจิตใจมั่นคงรู้เท่าทันความเป็นจริงของสิ่งทั้งหลาย ไม่ฟุ้งซ่าน หรือยุบลงด้วยอำนาจโลกธรรม
- ๕) มีความเห็นแก่ตัวน้อยลงแต่บำเพ็ญประโยชน์เพื่อผู้อื่นมากขึ้น
- ๖) จิตใจมีคุณธรรมหรือมีคุณภาพสูงขึ้นตามขั้นของการปฏิบัติ

^{๘๘} ขุนสรพกิจโกศล (โกวิทปัทมะสุนทร), ผู้รวบรวม, คู่มือการศึกษาพระอภิธรรม ปริเฉทที่ ๔ ปกิณณกสังคหวิภาค, หน้า ๑๓๐ - ๑๓๓.

๗) สามารถเข้านิโรธสมาบัติอันเป็นความสุขขั้นสูงในปัจจุบันภพได้

๘) สามารถบรรลุความเป็นอริยบุคคลอันเป็นบุญเขตของโลก

๙) ย่อมได้เต็มรสแห่งอริยผลอันเกิดจากการพ้นจากอำนาจของกิเลสได้

๑๐) การปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔ หรือวิปัสสนากัมมัฏฐานจะเป็นเหตุให้ได้บรรลุผลอย่างใดอย่างหนึ่งคือบรรลุอรหัตผลในปัจจุบันแต่ถ้ายังมีเชื้อเหลือก็จะได้บรรลุความเป็นพระอนาคามี (ผู้ไม่กลับมาเกิดในโลกนี้อีก) ภายใน ๗ ปี หรือลดลงมาโดยลำดับถึงภายใน ๗ วัน^{๘๙}

ดังนั้นการปฏิบัติวิปัสสนาจึงก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติตั้งแต่ขั้นต้นจนถึงขั้นสูงสุด ซึ่งก็คือการหลุดพ้นจากความทุกข์ทั้งปวงได้

๒.๓ แนวคิดเกี่ยวกับหลักสัปายะธรรม

ปัจจัยที่จะเกื้อหนุนในการปฏิบัติธรรมที่ได้ผลดีนั้น^{๙๐} คือสัปายะ ๗ ประการ ได้แก่ ๑) ที่อยู่อาศัยเป็นที่สบาย ๒) หมู่บ้านที่ไปบิณฑบาตเป็นที่สบาย ๓) การพูดคุยเป็นที่สบาย ๔) บุคคลเป็นที่สบาย ๕) อาหารเป็นที่สบาย ๖) ฤดูเป็นที่สบาย และ ๗) อิริยาบถเป็นที่สบาย ดังนี้

๒.๓.๑ ด้านที่พักอาศัยเป็นที่สบาย (อवासสัปายะ หรือวิหารสัปายะ) ในเรื่องที่พักอาศัยเป็นที่สบายมีเนื้อหาที่สำคัญประกอบไปด้วยความหมายของที่พักอาศัยเป็นที่สบายและลักษณะของที่พักอาศัยเป็นที่สบาย

๑) ความหมายของที่พักอาศัยเป็นที่สบาย

ในคัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค กล่าวอธิบายไว้ว่า เมื่อโยคาวจรนั้นอยู่ในอवासใด นิमितที่ยังไม่เกิดก็ไม่เกิดขึ้น ที่เกิดแล้วก็เสื่อมหายไป สติที่ยังไม่ตั้งมั่นก็ไม่ตั้งมั่นและจิตที่ยังไม่เป็นสมาธิก็ไม่เป็นสมาธิ อวาสนั้นนับเป็น สัปายะ ส่วนเมื่อเธออยู่ในอवासใด นิमितเกิดและถาวรด้วย สติก็ตั้งมั่น จิตก็เป็นสมาธิ ดุจพระปธานยติสสเถระผู้อยู่ ณ นาคนครบรรพต อวาสนั้นนับเป็นสัปายะ เพราะเหตุนี้ ในวิหารใด อवास ที่อยู่ มีหลายแห่งโยคาวจรพึงลองอยู่ในอवासเหล่านั้นแห่งละ ๓ วัน จิตของเธอเป็นเอกัคคะ ตั้งมั่นในอารมณ์เดียวในอवासแห่งใด ก็อยู่ในอवासแห่งนั้นเพราะความที่มีอवासเป็นสัปายะแท้ๆ ภิภุ ๕๐๐ รูปผู้อยู่ในถ้ำจุฬานาคในตมพปณณทวิป ถือเอากรรมฐานบำเพ็ญอยู่ในถ้ำจุฬานาคนั้นได้บรรลุพระอรหัตต์ทั้งหมด ส่วนพระอริยบุคคลเบื้องต้นมีพระโสดาบันเป็นต้น และท่านผู้ได้อริยภูมิในที่อื่นแล้ว มาบรรลุพระอรหัตต์ในถ้ำจุฬานาคนั้นมีประมาณมิได้ แม้ในอवासสัปายะแห่งอื่นๆ เช่นจิตตบรรพตวิหาร

^{๘๙} ฐิตวณโณภิกขุ, วิปัสสนากาวนา, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๒.

^{๙๐} สุนทร แก้ววาน้อย, พระมหา, การศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัยวิทยาเขตนครราชสีมา, วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, (มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา), ๒๕๔๗.

พระพุทธโฆสาจารย์^{๙๑} ได้ให้ความหมายที่อยู่อาศัยเป็นที่สบายว่า หมายถึงที่อยู่อาศัย อันพระโยคาวจรเมื่อเข้าไปอยู่แล้ว ทำนิมิตที่ยังไม่เกิดให้เกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นแล้วก็สามารถรักษาไว้ได้ ทำให้สติมั่นคง ทำให้จิตเป็นสมาธิได้ง่าย

ทวิ ภูมรินทร์^{๙๒} ได้กล่าวถึงที่อยู่อาศัยเป็นที่สบายว่า หมายถึง ที่อยู่อาศัย ที่มีสภาพทางภูมิศาสตร์ดี เหมาะแก่การอยู่อาศัย อยู่ภายใต้สภาพแวดล้อมที่ดี มีต้นไม้ร่มรื่น น้ำไฟ สะดวก อากาศถ่ายเทได้ดี ปราศจากมลพิษต่างๆ

เทพพร มังธานี^{๙๓} ได้กล่าวถึงที่อยู่อาศัยเป็นที่สบายว่า หมายถึง ที่อยู่ที่เหมาะสม สามารถป้องกันอันตรายทางกายได้ ดังตฤณ^{๙๔} ได้ให้ความหมายที่อยู่อาศัยเป็นที่สบายไว้ว่า หมายถึง สถานที่สงบสงัด ตั้งอยู่ท่ามกลางสิ่งแวดล้อมที่เงียบสงบ เมื่อเข้าไปพักอาศัยเพื่อปฏิบัติธรรมแล้ว สามารถปรุงแต่งจิตให้โน้มไปหรือเอนเอียงไปทางวิเวกได้

ดังนั้นจึงสามารถสรุปความหมายของที่อยู่อาศัยเป็นที่สบาย (อवासสปปายะ) ได้ว่าหมายถึง สถานที่เกื้อหนุนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ผลดีเกี่ยวกับที่พักอาศัยของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เมื่อเข้าไปพักแล้วทำให้มีสติมั่นคง จิตเป็นสมาธิได้ง่าย มีสุขลักษณะดี อากาศถ่ายเทสะดวก ไม่มีเสียงรบกวน สงบเงียบ ร่มรื่นและมีบริเวณกว้างขวาง

๒) ลักษณะที่อยู่อาศัยเป็นที่สบาย

สถานที่อยู่อาศัยเป็นที่สบายเพื่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงลักษณะอवासสปปายะ^{๙๕} ไว้ว่าประกอบด้วยองค์ ๕ เหล่านี้คือ

๑. เป็นสถานที่ตั้งอยู่ไม่ใกล้และไม่ไกลจากหมู่บ้านเกินไป มีทางไปมาสะดวก
๒. กลางวันไม่พลุกพล่านด้วยคนและสัตว์ กลางคืนก็เงียบสงัดไม่มีเสียงอีกทีก
๓. ปราศจากการรบกวนของเหลือบ ยุง ลม แดด และสัตว์เลื้อยคลานทั้งหลาย มีงู เป็นต้น
๔. เป็นสถานที่สามารถแสวงหาปัจจัย ๔ ได้แก่ จีวรบิณฑบาต เสนาสนะ และยารักษาโรค ได้โดยง่าย
๕. เป็นสถานที่ที่มีพระภิกษุผู้เป็นเถระ เป็นพหูสูตร มีอาคมแตกฉาน (คือ ท่องจำปริยัติได้คล่องปากเข้าใจความหมายชัดเจน) เป็นผู้ทรงธรรม ทรงวินัยทรงไว้ซึ่งมาติกา พำนักอยู่ ซึ่งจะสามารถเข้าไปสอบถามข้อธรรมข้อธรรม ให้ท่านช่วยอธิบายแก้ความสงสัยได้

^{๙๑} พระพุทธโฆสาจารย์, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๒ ฉบับมหาวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๓. (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๒).

^{๙๒} ทวิ ภูมรินทร์, มงคลชีวิต, (กรุงเทพมหานคร: สหธรรมมิก, ๒๕๔๕), หน้า ๓๘.

^{๙๓} เทพพร มังธานี, มงคลชีวิต คู่มือพัฒนาชีวิต, (กรุงเทพมหานคร: เลียงเชียง, ๒๕๔๑), หน้า ๔๕.

^{๙๔} ดังตฤณ, มหาสติปัฏฐานสูตร, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมดา, ๒๕๔๕), หน้า ๕๔.

^{๙๕} มหาวิทยาลัย, พระสูตรและอรรถกถา แปล อังคุตตนิกาย ปัญจกนิบาต เล่มที่ ๒ ภาคที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๕).

สรุปได้ว่า ลักษณะที่อยู่อาศัยเป็นที่สบาย จะเป็นการอยู่อาศัยชั่วคราวชั่วคราว หรือถาวร เป็นสถานที่อยู่ไม่ไกลหรือไกลจากหมู่บ้านเกินไป กลางวันไม่มีคนพลุกพล่าน กลางคืนเงียบสงบ ไม่มีสัตว์และแมลงรบกวนมาก มีปัจจัยสี่พออาศัยดำรงชีวิตอยู่ได้ มีครูอาจารย์ผู้ทรงธรรมธรรมอยู่ด้วย

๒.๓.๒ โคจรคาม (โคจรสัปปายะ) หมายถึง หมู่บ้านหรือท้องถิ่นที่หาอาหาร ที่เที่ยวไปเพื่อเข้า ไปบิณฑบาต มี ๒ อย่าง ได้แก่ โคจรสัปปายะ คือ หมู่บ้านหรือท้องถิ่นที่ไม่เหมาะสมเพื่อเข้าไปบิณฑบาต และโคจรสัปปายะ คือ หมู่บ้านหรือท้องถิ่นที่เหมาะสมเพื่อเข้าไปบิณฑบาต โยคาวจรพึงเลือกโคจรคามสัปปายะ

ในคัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค อธิบายไว้ว่า หมู่บ้าน หรือ ท้องถิ่น สำหรับไปบิณฑบาตแห่งใด มีอยู่ในที่ไม่ไกลนัก ไม่ไกลนักในระยะประมาณโกสะกั้ง ประมาณ ๑,๐๐๐ ชั่วคันธนูหรือ ๒ กิโลเมตร เป็นเสนาสถานอยู่ทางทิศเหนือหรือทางทิศใต้ เป็นที่มีภิกขาสมบุรณ์หาง่าย หมู่บ้านนั้นนับเป็นสัปปายะ ถ้ามีลักษณะตรงกันข้ามนับเป็น อสัปปายะ๓๐ ที่ว่าอสัปปายะนั้นน่าจะถือเอาด้วยสาเหตุ คือ ๑. ไกลและการคมนาคมไปมาไม่สะดวก ๒. เวลาบิณฑบาตไปหรือกลับโดนแสง อาทิตยขึ้นส่องหน้า และ ๓. บิณฑบาตไม่พอแก่การฉัน

๒.๓.๓ ภัตตะ (ภัตตะสัปปายะ) ภัตตะ หมายถึง การพูดคุย หรือถ้อยคำ มี ๒ อย่าง ได้แก่ ภัตตะอสัปปายะ คือ การพูดคุย หรือถ้อยคำที่ไม่เหมาะสมในระหว่างปฏิบัติและภัตตะสัปปายะ คือ การพูดคุย หรือถ้อยคำที่เหมาะสมในระหว่างปฏิบัติ โยคาวจรพึงปฏิบัติตนเพื่อสำรวมอินทรีย์พูดน้อยในระหว่างการปฏิบัติธรรมเพื่อสำรวมสมาธิและปฏิภาณนิมิต ในวิปัสสนาญ์ เล่ม ๑ แสดงอธิบายการสำรวมสติไว้ว่า ในระหว่างการปฏิบัติธรรมศีลต้องบริสุทธิ์ บุคคลพึงยังกุศลจิตให้เกิดทางทวาร ๖ แล้วรักษาอินทรีย์สังวรศีล ด้วยการปิดกั้นมิให้เกิดอกุศล มีสติก่อให้เกิดกุศลจิตอยู่เสมอในขณะที่ประจวบกับอารมณ์

ในคัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค ก็กล่าวอธิบายไว้ว่า การใช้สติสำรวมอินทรีย์เพื่อไม่ให้เกิดกิเลสในขณะที่วิญญาณ ๖ รับรู้อารมณ์ ๖ เพื่อความก้าวหน้าในการปฏิบัติธรรม ดังนั้น การสำรวมวาจาพูดน้อย ไม่กล่าวติรัจฉานกถา ๓๒ อันเป็นเรื่องขัดมรรคผลเป็นไปเพื่ออันตรายเสียแห่งนิมิตของผู้ปฏิบัติ หรือวิคคาหิกกถา ที่เป็นถ้อยคำที่แก่งแย่งกันทำลายความดีงามและความเจริญของตน พร้อมทั้งทำลายความสามัคคีของหมู่คณะอีกด้วย ชื่อว่า อสัปปายะ แม้ กถาวัตถุ ๑๐ ซึ่งเป็นถ้อยคำที่ไม่ขัดกันกับมรรค ผล นิพพาน ชื่อว่า ภัตตะสัปปายะ ก็ควรกล่าวพอประมาณ เพื่อสำรวมสมาธิและปฏิภาณนิมิต๓๒ ทั้งติรัจฉานกถา ๓๒ วิคคาหิกกถา และกถาวัตถุ ๑๐ มีปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา

๒.๓.๔ ด้านบุคคลเป็นที่สบาย (บุคคลสัปปายะ) ในเรื่องบุคคลเป็นที่สบายมีเนื้อหาที่สำคัญประกอบด้วยความหมายของบุคคลเป็นที่สบายและลักษณะของบุคคลเป็นที่สบาย ดังนี้

๑) ความหมายของบุคคลเป็นที่สบาย (บุคคลสัปปายะ)

ในคัมภีร์ปกรณ์วิเสสวิสุทธิมรรค อธิบายไว้ว่า บุคคลอสัปปายะ คือบุคคลที่ไม่สมควร เข้าไปสนทนาปราศรัยในขณะที่กำลังปฏิบัติอยู่นั้น ได้แก่ บุคคลผู้มักไปด้วยการทำกาย

ให้มันคงชอบบำรุงประคบประหงมตบแต่งร่างกาย (กายทพหีพหุโล) มีปกติพุทธีรจณากถา (ติริจณากถิก) เป็นอัสปายะ เพราะว่าเขามีแต่จะทำให้เธอเศร้าหมอง ดุจน้าโคลนทำน้ำใสให้ชุ่มไป ฉะนั้น และเพราะอาศัยบุคคลเช่นนั้น สมาบัติย่อมเสื่อม ดุจสมบัติของภิกษุหนุ่มผู้อยู่ ณ โกฏิบรรพตวิหาร เสื่อมเพราะอาศัยบุคคลเช่นนั้น ส่วนบุคคลสัปปายะ บุคคลที่สมควรเข้าไปสนทนาปราศรัยในขณะที่กำลังปฏิบัติอยู่นั้น ได้แก่ บุคคลที่เป็นผู้ไม่พุทธีรจณากถา (อติริจณากถิก) ถึงพร้อมด้วยศีลคุณ สมาธิคุณ ปัญญาทิกคุณ (สีลาทิกคุณสมปนโน) ซึ่งโยคาวจรได้อาศัยแล้ว เป็นเหตุทำให้จิตที่ยังไม่เป็นสมาธิย่อมจะเป็นสมาธิหรือจิตที่เป็นสมาธิแล้วจะตั้งมั่นยิ่งขึ้น^{๓๗} เกิดความสงบเยือกเย็นผ่องใสได้โดยแท้

พระพุทโธศาจารย์^{๓๖} ได้ให้ความหมายของบุคคลเป็นที่สบาย (บุคคลสัปปายะ) ไว้ว่า หมายถึง บุคคลที่มีปกติไม่พุทธีรจณากถาถึงพร้อมด้วยคุณธรรมทั้งหลายมีศีล เป็นต้น ซึ่งผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้อาศัยแล้ว เป็นเหตุให้จิตที่ยังไม่เป็นสมาธิย่อมจะเป็นสมาธิ จิตที่เป็นสมาธิอยู่แล้วย่อมตั้งมั่นเป็นสมาธิสูงขึ้น

พร รัตนสุวรรณ^{๓๗} ได้ให้ความหมายว่า หมายถึงบุคคลที่อยู่ที่อยู่ด้วยกัน เข้ากันได้ ประพตฺธิไปในทิศทางเดียวกัน ไม่เป็นศัตรูกัน มีแต่จะคอยส่งเสริมให้กันและกันมีความเจริญก้าวหน้าในทางปฏิบัติ ซึ่งหมายเอาทุกคนที่เกี่ยวข้องใกล้ชิดรวมทั้งครูอาจารย์ด้วย อยู่ในฐานะทำให้เราสบายใจได้

พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ)^{๓๘} ได้ให้ความหมายของบุคคลเป็นที่สบายว่าหมายถึง บุคคลที่แวดล้อมอยู่ในฐานะเป็นอาจารย์หรือกัลยาณมิตรที่ดี เพื่อร่วมปฏิบัติด้วยกันก็ดี และผู้อุปถัมภ์สนับสนุน เช่น ทายกทายิกาที่ดี ล้วนแต่ถูกกัน เข้ากันได้ ไม่เป็นศัตรูคู่แค้น อาจารย์อยู่ในฐานะแนะนำตักเตือนช่วยดึงขึ้นไป เพื่อนสหธรรมิกอยู่ในฐานะแวดล้อมให้ปลอดภัย ผู้อุปถัมภ์สนับสนุนอยู่ในฐานะช่วยผลักดันให้การปฏิบัติก้าวหน้าไปเร็วหรือโดยสะดวกเหล่านี้คือความสำคัญของบุคคลเป็นที่สบาย

พระธรรมปิฎก^{๓๙} ได้ให้ความหมายของบุคคลเป็นที่สบายไว้ว่า หมายถึงบุคคลที่ถูกกันเหมาะสม เช่น มีท่านผู้ทรงคุณธรรม ทรงภูมิปัญญาเป็นที่ปรึกษาเหมาะสม เป็นต้น

ดังนั้นจึงสามารถสรุปความหมายของบุคคลเป็นที่สบายได้ว่า หมายถึง สิ่งที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้ผลดีเกี่ยวกับบุคคลรอบข้างผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็น

^{๓๖} พระพุทโธศาจารย์, วิสุทธิธรรมคถา ภาค ๑ ตอน ๒ ฉบับพิมพ์มหาวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๒), หน้า.

^{๓๗} พร รัตนสุวรรณ, คู่มือการฝึกอานาปานสติ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๒๙), หน้า ๓๖.

^{๓๘} พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ), วิปัสสนาในอิริยาบถ, (กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๒), หน้า ๒๓.

^{๓๙} พระธรรมปิฎก (ป.อ ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ ๙, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓).

ผู้มีศิลป์สุทธิ น้าเคาพนับถือ มีความยุติธรรม ไม่ลำเอียง มีความสามารถในการแนะนำ มีปัญญาแสดงธรรมได้อย่างลึกซึ้ง สามารถชักนำไปในทางที่ดีได้

๒) ลักษณะของบุคคลเป็นที่สบาย

ลักษณะของบุคคลเป็นที่สบายนั้น พระพุทธโฆสจารย์ หมายเอาผู้ที่มีลักษณะเป็น “กัลยาณมิตร” คือ ผู้ที่เป็นมิตรที่ดี ตั้งตนอยู่ในฝ่ายเจริญ แสวงหาประโยชน์เกื้อกูลผู้อื่นไป ฝ่ายเดียวกัลยาณมิตรนั้นมีลักษณะ ๗ อย่าง ดังนี้ คือ

๑. เป็นผู้ที่น่ารัก น่าเลื่อมใส เพราะมีศิลป์สุทธิ (ปิ โย)
๒. เป็นผู้ที่น่าเคารพ เพราะประกอบด้วยคุณธรรมมีศีลสมาธิ และการถืออุทิศ (ธรรมเป็นเครื่องขัดเกลาจิตใจ) เป็นต้น (ครุ)
๓. เป็นผู้น่าสรรเสริญ เพราะมีใจเที่ยงธรรมไม่ลำเอียง (อคติ) ในบรรดาธรรมิกทั้งหลาย (ภาวนีโย)
๔. เป็นผู้ว่ากล่าว ตักเตือน แนะนำผู้อื่น ไม่เฉยเมย (วตฺตา)
๕. เป็นผู้ยอมให้คนอื่นว่ากล่าวตักเตือน ไม่หัวดื้อถือตัว (วจนฺทโม)
๖. เป็นผู้สามารถแสดงธรรมหรือแต่งธรรมกถาอันลึกซึ้ง คือ ความเป็นไปของรูป นามขันธ์ ๕ อริยสัจ ๔ ปฏิจสมุปบาท ๑๒ ไตรลักษณ์ ๓ เป็นต้น ได้อย่างแจ่มแจ้งชัดเจน (คมกิริยจ กถ กตฺตา)
๗. เป็นผู้เว้นจากการชักชวนผู้อื่นให้ทำในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์ มีแต่คอยชักนำให้ทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์ตนและประโยชน์ผู้อื่น (โน จฺญ จาเน นิโยชเย)

สรุปได้ว่า ลักษณะของบุคคลเป็นที่สบาย คือ บุคคลที่อยู่รอบข้างเป็นผู้ที่น่ารัก เพราะมีศิลป์สุทธิ น้าเคาพนับถือ มีความหนักแน่นมั่นคงปราศจากความลำเอียง น้าสรรเสริญ มีความอดทนสูง มีปัญญาสามารถในการแนะนำผู้อื่น ไม่โอ้อวดถือตัวสามารถแสดงธรรมได้อย่างลึกซึ้ง และชักนำผู้อื่นในทางที่เป็นประโยชน์

๒.๓.๕ อาหารเป็นที่สบาย (โภชนสปปายะ) ลักษณะอาหารเป็นที่สบายแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น พระพุทธโฆสจารย์^{๑๐๐} กล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ภาค ๑ ตอน ๒ ว่า ควรเป็นอาหารที่รับประทานแล้วไม่ส่งเสริมหรือกระตุ้นให้กิเลส (ความเศร้าหมองจิตใจ) มีความกำหนดในเพศตรงกันข้าม (ราคะ) เป็นต้น พึงขึ้นมาหรือมีกำลังมาก แต่เป็นการลดหรือสกัดกั้นความรุนแรงของกิเลสเหล่านั้นลง มนุษย์แต่ละคนจะมีกิเลสประเภทใดมากหรือน้อยแตกต่างกันย่อมขึ้นอยู่กับ “จริต” คือ กุศลกรรมและอกุศลกรรมที่สั่งสมมาในอดีตชาติและปัจจุบันชาติจนเคยชินและมีปริมาณมาก ฟังลืออยู่ภายในจิตกลายเป็นคุณลักษณะฝ่ายดีและชั่วของแต่ละคน ลักษณะของอาหารเป็นที่สบายคือเหมาะสมสำหรับคนจริตต่าง ๆ มีดังนี้

^{๑๐๐} พระพุทธโฆสจารย์, วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๒ ฉบับมหาวิทยาลัย, พิมพ์ครั้งที่ ๓, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย, ๒๕๒๒).

๑) คนราคจริต คือผู้มีปกติหนักไปในทางรักสวยรักงามและคนวิตกจริต คือผู้มีปกติหนักไปทางคิดจับจดฟุ้งซ่าน เมื่อเวลาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอาหารที่รับประทานและของขบฉันต่าง ๆ ควรปรุงแต่งด้วยของเลว ๆ ปอน ๆ ไม่ประณีต สีไม่สวย กลิ่นไม่หอม กับข้าวก็ปรุงจากของหยาบ ๆ เช่น ผักแก่ ๆ อย่างใดอย่างหนึ่ง ให้เป็นอาหารพออิ่มท้องเท่านั้น

๒) คนโทสจริต คือ ผู้ที่มีปกติหนักไปทางใจร้อน หงุดหงิด คนโมหจริต คือผู้มีปกติหนักไปทางโง่เขลา เหนงซึม งมง่าย และคนศรัทธาจริต คือผู้มีปกติหนักไปทางมีจิตขบขี้ขื่น ขันบาน น้อมใจเชื่อเลื่อมใสโดยง่าย เมื่อเวลาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานอาหารที่รับประทานไม่ว่าจะเป็นข้าวต้ม ข้าวสวย หรือของควรเคี้ยวควรฉันต้องมีสีสวย มีกลิ่นดีมีรสโอชะและมีปริมาณมากเพียงพอตามที่ต้องการอีกด้วย

สรุปได้ว่า ลักษณะอาหารเป็นที่สบาย คือ อาหารที่รับประทานแล้วไม่ทำให้จิตใจเศร้าหมองเกียจคร้าน ถูกกับจริตของผู้บริโภค มีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการ สามารถจัดหามาได้โดยง่าย

๒.๓.๖ ฤดู (อุตุสัปปายะ) หมายถึง ดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อม มี ๒ อย่าง ได้แก่

อุตุสัปปายะ คือสภาวะดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม เช่น หนาวเกินไป ร้อนเกินไป เป็นต้น และอุตุสัปปายะ คือ สภาวะดินฟ้าอากาศธรรมชาติแวดล้อมที่เหมาะสม เช่น ไม่หนาวเกินไปไม่ร้อนเกินไป เป็นต้น โยคาวจรพึงเลือกอยู่ในธรรมชาติดินฟ้าอากาศที่ทำให้จิตใจของตนแจ่มใสมั่นคง เอื้ออำนวยแก่การปฏิบัติธรรมของตน ในคัมภีร์ปรกณวิเสสวิสุทธิมรรค อธิบายไว้ว่า อากาศที่ไม่สบายและสบายในขณะปฏิบัติธรรมอยู่นั้น โยคาวจรบางท่านเมื่อได้รับอากาศร้อนแล้ว ก็รู้สึกไม่ค่อยจะสบาย จิตใจที่ยังไม่แจ่มใส ไม่นั่นคง ก็กลับกระสับกระส่ายขุ่นหมองยิ่งขึ้น จิตใจที่สงบระงับแจ่มใสตั้งมั่นแล้วก็กลับหงุดหงิดฟุ้งซ่านขึ้นมา แต่ถ้าได้รับอากาศเย็นก็รู้สึกสบาย จิตใจที่ยังไม่แจ่มใส ไม่ตั้งมั่นก็กลับแจ่มใสตั้งมั่นขึ้น จิตใจที่สงบระงับแจ่มใสตั้งมั่นแล้วก็ถาวรยิ่ง ๆ ขึ้นไป ฉะนั้น อากาศร้อนจึงเป็นอุตุสัปปายะ ส่วนอากาศเย็นเป็นอุตุสัปปายะแกโยคาวจรบุคคลนั้น โยคาวจรบางท่านได้รับอากาศเย็นแล้ว ก็รู้สึกไม่ค่อยจะสบาย จิตใจที่ยังไม่แจ่มใส ไม่นั่นคง ก็กลับกระสับกระส่ายขุ่นหมองยิ่งขึ้น จิตใจที่สงบระงับแจ่มใสตั้งมั่นแล้วก็กลับหงุดหงิดฟุ้งซ่านขึ้นมา แต่ถ้าได้รับอากาศร้อนก็รู้สึกสบาย จิตใจที่ยังไม่แจ่มใส ไม่ตั้งมั่นก็กลับแจ่มใสตั้งมั่นขึ้น จิตใจที่สงบระงับแจ่มใสตั้งมั่นแล้วก็ถาวรยิ่ง ๆ ขึ้นไป ฉะนั้น อากาศเย็นจึงเป็นอุตุสัปปายะ ส่วนอากาศร้อนเป็นอุตุสัปปายะแกโยคาวจรบุคคลนั้น

๒.๓.๗ ด้านธรรมสบาย (ธรรมสัปปายะ) ในเรื่องธรรมะสบายมีเนื้อหาที่สำคัญประกอบไปด้วยความหมายของธรรมะสบาย และลักษณะของธรรมะสบาย มีรายละเอียดดังนี้

ธรรมสัปปายะ หมายถึง ธรรมะสบาย หมายความว่า เราปฏิบัติกรรมฐานและได้กรรมฐานที่เหมาะสมกับจริตของเรา เช่น คนขี้โกงเป็นประจำถ้าได้เจริญเมตตาแล้วรู้สึกสบายขันบาน บางคนเป็นเจ้าของราคะชอบรัก ชอบสวย ๆ งาม ๆ ถ้าได้เจริญอสุกกรรมฐานแล้วรู้สึกลำบาก บางคนชอบคิดฟุ้งซ่านมากจิตไม่ค่อยสบาย ถ้าได้เจริญอานาปานสติกำหนดลมหายใจเข้าออกจะรู้สึกสบาย บางคนไม่ชอบเจริญสมถกรรมฐาน แต่ถ้าได้เจริญวิปัสสนาพิจารณาความเกิดดับแล้วรู้สึกสบาย

ถ้ากรรมฐานใดทำให้เรารู้สึกสบายทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตก็เลือกกรรมฐานชนิดนั้น ท่านเรียกว่า ได้ธรรมสบาย^{๑๐๑}

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเบื้องต้นทางกายภาพ ประกอบกับสถานที่ปฏิบัติธรรมเป็นเพียงวัด ไม่ใช่สถานที่ปฏิบัติธรรมผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาเพียง ๔ ด้าน ได้แก่ หลักอาวาสสัปปายะ หลักอาหารสัปปายะ หลักธัมมสัปปายะ และบุคคลสัปปายะ

สำหรับการสอบถามในการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนากรรมฐานในแนวคิดปฏิฐาน ๔ ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดแบบสอบถามของมินเนโซต้า โดยปรับเปลี่ยนประเด็นการถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ซึ่งได้ประเด็นสำหรับการสอบถามซึ่งสอดคล้องกับหลักสัปปายะ ๔ ในทางพระพุทธศาสนา ดังนี้

๑) ด้านอาคารสถานที่ที่อยู่นี้สอดคล้องกับ หลักอาวาสสัปปายะ คือ สถานที่ปฏิบัติธรรมมีความเหมาะสม สงบ สะอาด ร่มรื่นเกื้อกูลแก่การปฏิบัติธรรม

๒) ด้านอาหาร (รวมถึงน้ำดื่ม) อยู่นี้สอดคล้องกับหลักโภชนสัปปายะ คือมีอาหารเพียงพอและเหมาะสมเกื้อกูลต่อการปฏิบัติธรรม

๓) ด้านกิจกรรมการอบรมอยู่นี้สอดคล้องกับ หลักธัมมสัปปายะ คือมีธรรมะ หลักปฏิบัติ คำสอน ความรู้ และเนื้อหาของกิจกรรมต่าง ๆ เกื้อกูลแก่การปฏิบัติธรรม

๔) ด้านบุคคล กล่าวคือ บุคลากรของโครงการและผู้เข้าร่วมโครงการ อยู่นี้สอดคล้องกับหลักบุคคลสัปปายะ คือ มีบุคคลรอบข้าง ได้แก่ ครูบาอาจารย์ และเพื่อนสหธรรมิกที่เป็นกัลยาณมิตรเกื้อกูลแก่การปฏิบัติธรรม

ทั้งนี้ในแต่ละประเด็นสำคัญ จะมีข้อคำถามที่เกี่ยวกับโครงการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเนื่องในวันสำคัญ แยกย่อยออกไปเป็นข้อ ๆ ตามความเหมาะสม

๒.๔ สภาพพื้นที่ที่ทำการวิจัย

วัดอัมพวันปิยาราม ตั้งเมื่อ พ.ศ.๒๔๘๔ ไม่ปรากฏหลักฐานที่แน่ชัดว่า ใครเป็นผู้สร้างและสร้างตั้งแต่เมื่อใดจากคำบอกเล่าสืบต่อกันมาสรุปได้ว่า เดิมชื่อวัด “อัมพวัน” ตามลักษณะพื้นที่ที่ตั้งวัดคือ อุดมสมบูรณ์ได้ด้วยป่า เนื่องจากอยู่ติดริมแม่น้ำเพชรบุรี มีต้นไม้ขนาดใหญ่ โดยเฉพาะต้นมะม่วงมีเป็นจำนวนมาก ก่อนข้างรกชัฏ แต่เจริญสงบร่มรื่น เหมาะแก่การปฏิบัติธรรม ใน พ.ศ.๒๕๑๘ พระประทีป ปุณฺณทตฺต ได้ทำการบูรณะปฏิสังขรณ์อาคารเสนาสนะต่าง ๆ สร้างอุโบสถหลังใหม่ครอบหลังเก่าซึ่งชำรุดทรุดโทรมมาก และดำเนินการขอพระราชทานวิสุงคามสีมาและเพิ่มคำสร้อยต่อท้ายชื่อวัด เป็น อัมพวันปิยาราม แปลว่า อารามอันเป็นที่รักนามว่าอัมพวัน ได้รับพระราชทานวิสุงคามสีมาเมื่อวันที่ ๓ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๒๓ เขตวิสุงคามสีมา กว้าง ๑๕ เมตร

^{๑๐๑} พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ), “เหตุที่ทำให้อายุยืน”, นิตยสารพันโลก, ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๔๗ (กุมภาพันธ์, ๒๕๓๘) : ๙๘ - ๙๙.

ยาว ๔๐ เมตร การบริหารและการปกครอง มีเจ้าอาวาส เท่าที่ทราบนาม คือ รูปที่ ๑ พระช่วง โชติโรโส รูปที่ ๒ พระหวัง รูปที่ ๓ พระอธิการเมี้ยน รูปที่ ๔ พระครูปิยวัชรารักษ์ พ.ศ. ๒๕๑๘ - ปัจจุบัน การศึกษา มีโรงเรียนพระปริยัติธรรมแผนกธรรม เปิดสอนเมื่อ พ.ศ. ๒๕๑๘ ศูนย์ศึกษา พระพุทธศาสนาวันอาทิตย์ เปิดสอนเมื่อ พ.ศ. ๒๕๓๘ โรงเรียนประถมศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา^{๑๐๒}

ระเบียบวิธีและขั้นตอนในการเข้ามาปฏิบัติธรรม สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม
ผู้ประสงค์จะเข้าร่วมการปฏิบัติธรรม ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม จะต้องปฏิบัติตาม ระเบียบที่กำหนดดังนี้

๑. ควรติดต่อกับเจ้าหน้าที่ของวัดล่วงหน้าก่อนการเข้าปฏิบัติ
๒. ต้องเป็นผู้มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง
๓. ผู้เข้าปฏิบัติควรอยู่ให้ครบตามที่กำหนด
๔. ผู้ปฏิบัติควรเตรียมเสื้อผ้าสีขาว
๕. มีความตั้งใจจริง อุทิศตนให้กับการปฏิบัติอย่างแท้จริง
๖. เตรียมของใช้ส่วนตัว เช่น สบู่ ยาสีฟัน ยารักษาโรคประจำตัว
๗. สำรวมกายวาจา ใจ ไม่พูดคุยกัน ไม่รบกวนผู้ปฏิบัติอื่น
๘. ห้ามใช้โทรศัพท์มือถือตลอดการเข้าอบรม
๙. ห้ามการอ่าน เขียน ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์
๑๐. ห้ามออกนอกสถานที่ในขณะอบรมก่อนได้รับอนุญาต

ตารางการปฏิบัติธรรม สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม

เวลา ๐๔.๐๐ น.	สัญญาณระฆังปลุกตื่นทำกิจส่วนตัว
เวลา ๐๔.๓๐-๐๕.๐๐ น.	ทำวัตรเช้า
เวลา ๐๕.๐๐-๐๕.๔๕ น.	ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔
เวลา ๐๖.๐๐ น.	ฉันภัตตาหารเช้า/รับประทานอาหารเช้า พักผ่อนตามอัธยาศัยอย่างมีสติ
เวลา ๐๘.๐๐-๑๐.๓๐ น.	ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔
เวลา ๑๑.๐๐ น.	ฉันภัตตาหารเพล/รับประทานอาหารกลางวัน พักผ่อนตามอัธยาศัยอย่างมีสติ
เวลา ๑๓.๐๐-๑๓.๔๕ น.	ฟังการบรรยายธรรม
เวลา ๑๔.๐๐-๑๗.๐๐ น.	ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔ พักผ่อนตามอัธยาศัยอย่างมีสติ
เวลา ๑๘.๐๐ -๑๙.๓๐ น.	ทำวัตรสวดมนต์เย็น/ฟังการบรรยายธรรม
เวลา ๒๐.๐๐-๒๑.๓๐ น.	ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔
เวลา ๒๑.๓๐ น.	เข้าที่พัก พักผ่อนตามอัธยาศัย อย่างมีสติ

^{๑๐๒} http://www.mculture.in.th/moc_new/album/๑๖๒๓๐/ (๙ ธันวาคม ๒๕๕๘)

๒.๕ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรม วัดอัมพวันปิয়ারาม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด และทฤษฎี ที่เกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา และแนวทางวิธีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

๒.๕.๑ งานวิจัยเกี่ยวกับความพึงพอใจ

พระเกียรติศักดิ์ เกติโก (ประโลมลักษณ์) ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจต่อการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สมัครเข้าศึกษาในหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนา ภาวนา” พบว่ามีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะด้านการจัดการและบริหาร โครงการฯ มีระดับความพึงพอใจสูงที่สุด ส่วนด้านสิ่งอำนวยความสะดวกของโครงการฯ นั้นพบว่า มีระดับความพึงพอใจต่ำที่สุด มีเหตุผลมาจากแรงจูงใจของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาซึ่งเป็นผู้สมัครเข้าศึกษา ในหลักสูตรวิปัสสนาภาวนา และส่วนใหญ่เป็นผู้มีพื้นฐานความสนใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มาก่อนอยู่แล้ว ดังนั้นส่งผลให้มีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ประกอบกับโครงการฯ มีการ จัดการและบริหารที่เป็นระบบอยู่แล้วจึงส่งผลให้กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาเกิดความพึงพอใจในระบบ การบริหารโครงการและการจัดการ ในขณะที่การจัดให้บริการด้านสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ อาจ มีสภาพปัญหาความไม่เหมาะสมกับสถานภาพของบุคคลที่มีความแตกต่างกัน ดังนั้นจึงมีค่าเฉลี่ย ความพึงพอใจน้อยที่สุด^{๑๐๓}

พระครูศรีสุตากร (อภิชาติ อภิญาโณ) ได้ทำวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของ ประชาชนต่อการปฏิบัติธรรมในวันเสาร์ – อาทิตย์ วัดกลางบางพระ ตำบลบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม” ผลการวิจัย พบว่า ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติธรรมของผู้เข้าปฏิบัติธรรม ณ วัดกลางบางพระ ตำบล บางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน คือ ด้านวิชาการ ด้านบุคลากร ด้านประชาสัมพันธ์ ด้านสวัสดิการ ด้านสถานที่ และด้านปฏิคม พบว่า ด้านบุคลากร ด้านสวัสดิการ และด้านสถานที่ พอใจอยู่ใน ระดับมากที่สุด ส่วนด้านวิชาการ ด้านประชาสัมพันธ์ และด้านปฏิคม ประชาชนมาปฏิบัติธรรมนั้น มีความพอใจอยู่ในระดับมาก^{๑๐๔}

^{๑๐๓} พระเกียรติศักดิ์ เกติโก (ประโลมลักษณ์) “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของ ผู้สมัครเข้าศึกษาในหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร มหาบัณฑิต, สาขาวิชาการศึกษา (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า ๖๔.

^{๑๐๔} พระครูศรีสุตากร (อภิชาติ อภิญาโณ), “ศึกษาความพึงพอใจของประชาชนต่อการปฏิบัติธรรมใน วันเสาร์ – อาทิตย์ วัดกลางบางพระ ตำบลบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร มหาบัณฑิต (สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ), (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๕๔.), หน้า บทคัดย่อ.

ศิริชัย ทองบุ ได้ศึกษาเรื่อง “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการดำเนินงานสวัสดิการขององค์การบริหารส่วนตำบล : ศึกษาเฉพาะกรณีองค์การบริหารส่วนตำบลขามเรียง อำเภอยางสีสุราช จังหวัดมหาสารคาม” ผลการวิจัยพบว่า

๑) ประชาชนมีความพึงพอใจต่อการดำเนินงานสวัสดิการขององค์การบริหารส่วนตำบลขามเรียง อำเภอยางสีสุราช จังหวัดมหาสารคาม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่ามียอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน เรียงลำดับจากมากไปหาน้อย คือ ด้านข้อมูลการให้บริการ ด้านเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ ด้านสถานที่ให้บริการ ด้านการให้บริการ และด้านเครื่องมือและอุปกรณ์

๒) ประชาชนที่มีเพศและประเภทเบี้ยยังชีพต่างกันมีความพึงพอใจต่อการดำเนินงานสวัสดิการไม่แตกต่างกัน

๓) ประชาชนส่วนใหญ่เสนอแนะให้องค์การบริหารส่วนตำบลขามเรียง อำเภอยางสีสุราช จังหวัดมหาสารคาม จัดหาเครื่องมือ และอุปกรณ์ที่ทันสมัยมาใช้ในการให้บริการให้มีความเหมาะสม รองลงมาคือเจ้าหน้าที่ควรให้บริการด้วยความกระตือรือร้น ให้ความเป็นมิตรกับประชาชน และควรจัดสรรงบประมาณในการจัดหา จัดซื้อ เครื่องมืออุปกรณ์ต่างๆ ตามลำดับ^{๑๐๕}

อำพล ขำเพ็ง ได้ศึกษาเรื่อง “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่องานสวัสดิการสังคมขององค์การบริหารส่วนตำบลในจังหวัดสมุทรปราการ” ผลการวิจัยพบว่า

๑) ประชาชนมีความพึงพอใจที่มีต่อการให้บริการต่องานสวัสดิการสังคมโดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายด้าน อยู่ในระดับมากเช่นกัน โดยเรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด คือ ด้านสถานที่ให้บริการ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ ด้านขั้นตอนของการให้บริการ และด้านอุปกรณ์และเครื่องมือที่ให้บริการตามลำดับ

๒) ประชาชนที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกันมีความพึงพอใจต่องานสวัสดิการสังคมขององค์การบริหารส่วนตำบลในจังหวัดสมุทรปราการไม่แตกต่างกัน ส่วนประชาชนที่มีอาชีพแตกต่างกัน มีความพึงพอใจต่องานสวัสดิการสังคมขององค์การบริหารส่วนตำบลในจังหวัดสมุทรปราการแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๓) ประชาชนได้ให้ข้อเสนอแนะการให้บริการต่องานสวัสดิการสังคมขององค์การบริหารส่วนตำบลในจังหวัดสมุทรปราการ ด้านอุปกรณ์และเครื่องมือ คือ อุปกรณ์และเครื่องมือไม่เพียงพอต่อการให้บริการ ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ คือ จำนวนเจ้าหน้าที่ให้บริการไม่เพียงพอ

^{๑๐๕} ศิริชัย ทองบุ, “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการดำเนินงานสวัสดิการขององค์การบริหารส่วนตำบล : ศึกษาเฉพาะกรณีองค์การบริหารส่วนตำบลขามเรียง อำเภอยางสีสุราช จังหวัดมหาสารคาม”, สารนิพนธ์ศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย), ๒๕๕๑, ๘๗ หน้า.

ด้านสถานที่ให้บริการ คือ ควรปรับปรุงสถานที่ โดยมีกระถางต้นไม้ ลูกลอม ไว้บริการ ด้านขั้นตอนของการให้บริการ คือ การบริการเป็นไปด้วยความล่าช้า^{๑๐๖}

รณชิต ทุมแสน ได้ศึกษาเรื่อง “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการดำเนินงานสวัสดิการสังคมของเทศบาลตำบลสุวรรณภูมิ อำเภอสุวรรณภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด” ผลการวิจัยพบว่า

๑) ประชาชนมีความพึงพอใจต่อการดำเนินงานสวัสดิการสังคมของเทศบาลตำบลสุวรรณภูมิ อำเภอสุวรรณภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด โดย ๔ ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดได้แก่ ด้านสถานที่ ซึ่งแปลผลอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย ๓.๔๙ รองลงมา ได้แก่ ด้านการให้บริการประชาชน ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านที่มีค่าเฉลี่ยต่ำสุดได้แก่ ด้านบุคลากร ซึ่งแปลผลอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย ๒.๙๙

๒) ผลการทดสอบสมมติฐานโดยเปรียบเทียบความพึงพอใจของประชาชนต่อการดำเนินงานสวัสดิการสังคมของเทศบาลตำบลสุวรรณภูมิ อำเภอสุวรรณภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด ที่มีเพศอายุ และระดับการศึกษาต่างกัน โดยรวมไม่แตกต่างกัน ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้

๓) ข้อเสนอแนะ พบว่าประชาชนได้นำเสนอแนะเกี่ยวกับความพึงพอใจต่อการดำเนินงานสวัสดิการสังคมของเทศบาลตำบลสุวรรณภูมิ อำเภอสุวรรณภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด เสนอว่า เจ้าหน้าที่ควรมีความรู้ ความสามารถในการให้บริการ ให้คำแนะนำ แก้ไขปัญหาตอบชี้แจงข้อสงสัย เจ้าหน้าที่ควรเอาใจใส่ กระตือรือร้น และมีความพร้อมในการให้บริการ เจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการควรมีความสุภาพทั้งกายมารยาท ความเหมาะสมในการแต่งกาย บุคลิก ลักษณะท่าทางของเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ มีสิ่งอำนวยความสะดวกเพียงพอ เช่น ห้องน้ำสะอาด มีที่นั่งพักรอเพียงพอ มีน้ำดื่มบริการในแต่ละขั้นตอน การให้บริการควรสะดวกรวดเร็ว ควรมีป้ายข้อความบอกจุดบริการ/ป้ายประชาสัมพันธ์ มีความชัดเจนเข้าใจง่าย^{๑๐๗}

วิทยา มาสุข ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการงานทะเบียนและบัตรสำนักทะเบียนอำเภอวังม่วง จังหวัดสระบุรี” โดยรวมประชาชนมีความพึงพอใจค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุดและเมื่อพิจารณาทั้ง ๓ ด้านคือ

๑) ด้านเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นข้อพบว่าการให้คำแนะนำตอบข้อซักถามได้อย่างชัดเจนถูกต้องน่าเชื่อถือ สามารถแก้ปัญหาอุปสรรคที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

^{๑๐๖} อำพล ขำเพ็ง, “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่องานสวัสดิการสังคมขององค์การบริหารส่วนตำบลในจังหวัดสมุทรปราการ”, *วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัย เชียงใหม่), ๒๕๕๑, หน้า บทคัดย่อ.

^{๑๐๗} รณชิต ทุมแสน, “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการดำเนินงานสวัสดิการสังคมของเทศบาลตำบลสุวรรณภูมิ อำเภอสุวรรณภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด”, *สารนิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓, หน้า บทคัดย่อ.

๒) ด้านขั้นตอนการให้บริการ โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาเป็นข้อ พบว่าขั้นตอนการให้บริการมีระบบ มีความชัดเจน ขั้นตอนการให้บริการ มีหลายขั้นตอน ยุ่งยาก ซับซ้อน

๓) ด้านสิ่งอำนวยความสะดวกโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาแล้วพบว่า มีการจัดผังการให้บริการและการใช้อาคารไว้อย่างชัดเจน สะดวก เหมาะสม จัดสิ่งอำนวยความสะดวกในสถานที่บริการ^{๑๐๘}

๔) ปัจจัยส่วนบุคคล พบว่าประชาชน ที่มีเพศ อายุ ระดับการศึกษา และอาชีพ ต่างกัน มีความพึงพอใจในด้านการให้บริการไม่แตกต่างกัน

สุนิสา นารถไพรินทร์ ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการงานทะเบียนราษฎรสำนักทะเบียนท้องถิ่นเทศบาลตำบลท่าแพ อำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช” พบว่า

๑) โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายการด้านเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการ การให้บริการมีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา คือ ด้านกระบวนการให้บริการ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และด้านอาคารสถานที่ มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด

๒) ปัจจัยส่วนบุคคล พบว่าเพศชาย, เพศหญิง, อายุ ๒๐ ปี, ระดับการศึกษา ประถมศึกษา, อาชีพเกษตรกรรับจ้างทั่วไป, มีความพึงพอใจในด้านการให้บริการไม่แตกต่างกัน^{๑๐๙}

๒.๕.๒ งานวิจัยเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนา

พระมหาสุชาติ จานิสฺสโร (ลาดสลุง) ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของอุบาสก/อุบาสิกา ณ ศูนย์ศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนานาชาติ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร” พบว่า ด้านปัจจัยทางด้านชีวสังคม ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ช่วงอายุผู้ใหญ่ จนถึงวัยชราจะเป็นผู้สนใจการปฏิบัติธรรมมากที่สุด ด้านวิธีการปฏิบัติโดยภาพรวมอยู่ในระดับดี โดยมีความคิดเห็นด้านการได้รับความสุขด้วยวิธีการปฏิบัติ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด ส่วนความคิดเห็นเกี่ยวกับพระวิปัสสนาจารย์อยู่ในระดับดี โดยมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการดูแลการปฏิบัติธรรมได้คะแนนสูงสุด ด้านการดำเนินงานโครงการโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างดี โดยมีความคิดเห็นเกี่ยวกับสถานที่ปฏิบัติมีความเหมาะสมในการเจริญวิปัสสนามีคะแนนสูงสุด ด้านผู้เข้าร่วมปฏิบัติด้วยกันอยู่ในระดับคะแนนสูงสุด ด้านสัมพันธภาพระหว่างวิปัสสนาจารย์ กับผู้ปฏิบัติธรรมมีคะแนนอยู่ในเกณฑ์สูงสุด ทิศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานที่เห็นผลได้ชัดเจน คือ เป็นการพัฒนาศติ การระลึกได้ และสัมปชัญญะ ความรู้ตัวทั่วพร้อม จากฐานทั้ง ๔ จนมีพลังพอที่จะเอา

^{๑๐๘} วิทยา มาสุข, “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการงานทะเบียนและบัตร สำนักทะเบียนอำเภอวังม่วง จังหวัดสระบุรี”, **สารนิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓, หน้า บทคัดย่อ.

^{๑๐๙} สุนิสา นารถไพรินทร์, “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการงานทะเบียนราษฎรสำนักทะเบียนท้องถิ่นเทศบาลตำบลท่าแพ อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช”, **สารนิพนธ์ศาสน ศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓, หน้า บทคัดย่อ.

มาประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน เช่น การยืน การเดิน การนั่ง การนอน การรับประทานอาหาร การคู่ การเหยียด การนุ่งห่มเสื้อผ้า การอาบน้ำ เป็นต้น จึงทำให้ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นไปในการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพจิต และสติสัมปชัญญะที่ได้จากการปฏิบัติสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง^{๑๑๐}

พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี (โอรุสฺส) และคณะได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาทัศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน” พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมี ๑๙๘ คน เพศชาย ๒๒ คน สถานภาพสมรส ๑๐๑ คน โสด/หย่า ๑๒๙ คน อาชีพข้าราชการ/ พนักงานเอกชน ๗๙ คน ธุรกิจส่วนตัว ๗๔ คน แม่บ้าน ๖๑ คน ส่วนใหญ่จะเป็นผู้มีประสบการณ์ในการปฏิบัติธรรมมา ๑๕๖ คนไม่เคย ๖๑ คน มีประสบการณ์ในการปฏิบัติ ๑ – ๕ ปี ๙๖ คนตั้งแต่ ๖ ปีขึ้นไป ๖๒ คน กลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวิปัสสนากัมมัฏฐานอยู่ในระดับปานกลาง ๑๒๓ คน ระดับน้อย ๘๙ คน กลุ่มตัวอย่างส่วนมากเห็นด้วยกับด้านวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานด้านทัศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานด้านปัจจัยทางชีวิตสังคมมากกลุ่มตัวอย่างเพศชายวัยกลางถึงวัยชรา จะเป็นผู้ที่สนใจการปฏิบัติธรรมมากที่สุด^{๑๑๑}

พระมหาสมพร สมสวโร (สามิลา) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสก/อุบาสิกา วัดเพชรสมุทรวรวิหาร จังหวัดสมุทรสงคราม” ผลการวิจัยพบว่าแรงจูงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่จำแนกตามตัวแปรการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ วัดเพชรสมุทรวรวิหารของอุบาสก/อุบาสิกาทุกด้านมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ พบว่ากลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมเฉพาะในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนามีแรงจูงใจด้านความศรัทธา (ความเชื่อ) ที่แตกต่างกับกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ วัดเพชรสมุทรวรวิหารเป็นครั้งแรก กลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมเฉพาะในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนามีแรงจูงใจด้านวิริยะ (ความเพียร) ที่แตกต่างกับกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ วัดเพชรสมุทรวรวิหารเป็นครั้งแรก และกลุ่มที่เข้าร่วมอย่างสม่ำเสมอ และกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมเฉพาะในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา มีแรงจูงใจด้านสถานที่แตกต่างกับกลุ่มที่เข้าร่วมกิจกรรมปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ วัดเพชรสมุทรวรวิหาร กลุ่มที่เข้าร่วมอย่างสม่ำเสมอ^{๑๑๒}

พระอุดม ปกรกโม (โสภิพงษ์) ได้ทำวิจัยเรื่อง “ศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสิกาน้ำพระธาตุอามะพนสนิมจังหวัดชลบุรี” พบว่าส่วนใหญ่มีความศรัทธาอยู่ในระดับมาก

^{๑๑๐} พระมหาสุชาติ ฐานิสโร (ลาดสูง), “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของอุบาสก/อุบาสิกา ณ ศูนย์ศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนานาชาติ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิปัสสนาภาวนา, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓), หน้า ๘๑.

^{๑๑๑} พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี (โอรุสฺส) และคณะ, “ศึกษาทัศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน”, รายงานการวิจัย, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๓.

^{๑๑๒} พระมหาสมพร สมสวโร, “ศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสก/อุบาสิกา วัดเพชรสมุทรวรวิหาร จังหวัดสมุทรสงคราม”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาพระพุทธศาสนา), (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๕.

โดยพบว่าด้านสถานที่อาหารและเครื่องดื่มมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาคือ ด้าน วิปัสสนาจารย์ (ระดับมาก) และด้านความศรัทธา (ระดับปานกลาง) ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ และอาชีพที่ต่างกันมีความศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ ๐.๐๕ คือด้านความศรัทธาและด้านวิปัสสนาจารย์ ส่วนด้านสถานที่อาหารและเครื่องดื่มนั้น พบว่าแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ กลุ่มตัวอย่างที่มีวุฒิการศึกษาและมี สถานภาพการสมรสที่ต่างกันมีความศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ เฉพาะในด้านความศรัทธาเท่านั้น ส่วนด้านวิปัสสนาจารย์และด้านสถานที่ อาหารและเครื่องดื่ม พบว่าแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ กลุ่มตัวอย่างที่มี ประสบการณ์ปฏิบัติธรรม วัดหน้าพระธาตุต่างกันมีระดับความศรัทธาในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ทุกด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

พระมหาปรีชา สมจิตโต (สัปพันธ) ได้ทำวิจัยเรื่อง “การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามแนวมหาสติปัฏฐานสูตร” พบว่า วิปัสสนากัมมัฏฐานตามมหาสติปัฏฐานสูตร หลักการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐานโดยความเป็นพระไตรลักษณ์ มหาสติปัฏฐานสูตร มีหลักธรรมสำคัญอยู่ ๔ ประการ ในการนำผู้ปฏิบัติ ไปสู่ความหลุดพ้นจากเพลิงกิเลสและเพลิงทุกข์คือ ๑ การพิจารณาตามดูกายในกาย อยู่เป็นประจำ ๒ การกำหนดพิจารณาตามดูเวทนาในเวทนาอยู่เป็นประจำ ๓ การกำหนดพิจารณา ตามดูจิตในจิตอยู่เป็นประจำ ๔ การกำหนดพิจารณาตามดูธรรมอยู่เป็นประจำ^{๑๑๓}

พระครูศรีสุตากร (อภิชาติ อภิญาโณ) ทำการศึกษาเรื่องความพึงพอใจของประชาชน ต่อการปฏิบัติธรรมในวันเสาร์-อาทิตย์ กรณีศึกษา วัดกลางบางพระ ตำบลบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม ผลการวิจัย พบว่า ความพึงพอใจต่อการปฏิบัติธรรมของผู้เข้าปฏิบัติธรรม ณ วัดกลางบางพระ ตำบลบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อ พิจารณาในแต่ละด้าน คือ ด้านวิชาการ ด้านบุคลากร ด้านประชาสัมพันธ์ ด้านสวัสดิการ ด้านสถานที่ และด้านปฎิคม พบว่า ด้านบุคลากร ด้านสวัสดิการ และด้านสถานที่อยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนด้าน วิชาการ ด้านประชาสัมพันธ์ และด้านปฎิคม ประชาชนที่มาปฏิบัติธรรมนั้นมีความพอใจอยู่ในระดับ มาก^{๑๑๔}

พระมหาชัยนนต์ โชติปัญโญ (สุตะวงษ์) ได้วิจัยเรื่อง ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา กรณีศึกษาอุบาสกอุบาสิกา ณ วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย พบว่า ความ พึงพอใจของอุบาสกและอุบาสิกาต่อการเข้าปฏิบัติธรรม ณ วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านอาคารสถานที่, ด้านอาหารและ น้ำปานะ (น้ำดื่ม), ด้านกิจกรรมต่างๆ และด้านบุคลากรและผู้ดำเนินกิจกรรม อยู่ในระดับมากทุกด้าน

^{๑๑๓} พระมหาปรีชา สมจิตโต, “การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวมหาสติปัฏฐานสูตร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิปัสสนาภาวนา)**, (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราช วิทยาลัย, ๒๕๔๕), หน้า บทคัดย่อ.

^{๑๑๔} พระครูศรีสุตากร (อภิชาติ อภิญาโณ), ความพึงพอใจของประชาชนต่อการปฏิบัติธรรมในวันเสาร์- อาทิตย์ กรณีศึกษาวัดกลางบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม, **พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (การบริหาร จัดการคณะสงฆ์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), หน้า บทคัดย่อ.

และปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กรณีศึกษาอุบาสกอุบาสิกา ณ วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย ได้แก่ ปัจจัยด้านอาคารสถานที่, ปัจจัยด้านอาหารและน้ำปานะ(น้ำดื่ม), ปัจจัยด้านกิจกรรมต่างๆ และปัจจัยด้านบุคลากรและผู้ดำเนินกิจกรรม สอดคล้องกับ หลักสัปปายะ ๔ ประการ ได้แก่ (๑) สถานที่สัปปายะ (๒) โภชนสัปปายะ (๓) บุคคลสัปปายะ และ(๔) ธรรมะสัปปายะ ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานที่เกื้อหนุนในการปฏิบัติธรรมที่ให้ได้ผลดี จึงส่งผลให้อุบาสกอุบาสิกามีความพึงพอใจในการการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา^{๑๑๕}

นางบุญขญา วิวิธขจร ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาความเข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของ อุบาสก อุบาสิกา วัดตาลเอน อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” พบว่า อุบาสก-อุบาสิกาที่มีเพศ การศึกษา และอาชีพ ต่างกัน มีความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจาก อุบาสก-อุบาสิกา ที่เข้าร่วมโครงการวิปัสสนาภาวนา ส่วนมากจะเป็นเพศหญิงซึ่งมักจะมี ความสนใจ ใฝ่ปฏิบัติมากกว่าเพศชาย จะเห็นได้จากผลการวิจัยที่พบว่าเพศหญิงมีความเข้าใจมากกว่าเพศชาย นอกจากนี้วิถีทางการศึกษาก็มีทั้งระดับไม่เกินมัธยมศึกษา ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี ตลอดจนมีอาชีพที่หลากหลายและแตกต่างกัน โดยจากผลการวิจัยก็พบว่าผู้มีการศึกษาสูงกว่า ปริญญาตรีและอาชีพธุรกิจส่วนตัวจะมีความเข้าใจมากกว่ากลุ่มอื่น ๆ เพราะได้มีการศึกษาเรียนรู้ ตลอดจนมีโอกาสที่จะได้เข้าร่วมโครงการฝึกปฏิบัติมากกว่าด้วย จึงทำให้ปัจจัยส่วนบุคคลเหล่านี้มีผล ต่อความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ส่วนอุบาสก-อุบาสิกาที่มีอายุต่างกัน มีความเข้าใจ เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาไม่แตกต่างกัน ผลการวิจัยไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้ เนื่องจากอุบาสก-อุบาสิกา ที่เข้าร่วมโครงการวิปัสสนาภาวนา ส่วนมากจะเป็นผู้มีความสนใจในการ ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ไม่ว่าจะอายุเท่าไร โดยเฉพาะอายุช่วง ๔๑-๖๐ ปี จะมีความเข้าใจมากกว่า กลุ่มอื่น ๆ เพราะผู้ที่เข้าร่วมโครงการส่วนมากจะมีความสนใจที่จะเข้าปฏิบัติอยู่แล้ว และมาด้วย ตนเอง จึงมักจะมีโอกาสได้รับศึกษาเรียนรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จะเห็นได้จาก ผลการวิจัยที่ พบว่า มีความเข้าใจอยู่ในระดับสูง จึงทำให้ปัจจัยส่วนบุคคลเหล่านี้ ไม่มีผลต่อความ เข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา^{๑๑๖}

สรุปประมวลแนวคิดจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องที่เป็นแนวทางในการวิจัยครั้งนี้ คือ ความ พึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เมื่อทบทวนทฤษฎีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา จะเห็นได้ว่าการวิจัยการวัดผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ผู้วิจัย ต้องการทำการศึกษา เพื่อใช้วัดผลเกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จากการ ทบทวนเอกสารและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ไม่ปรากฏพบงานวิจัยในเรื่องที่ผู้วิจัยจะทำการวิจัย

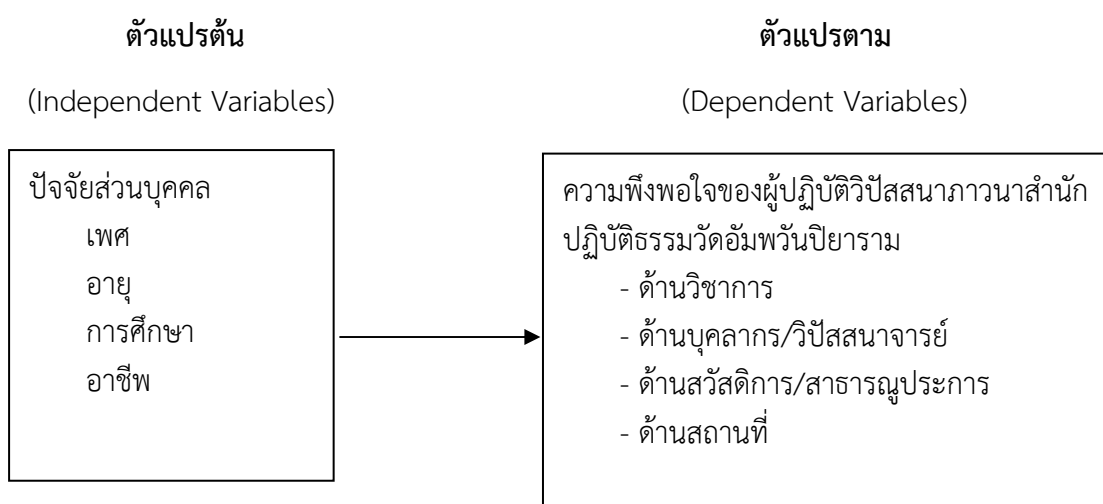
^{๑๑๕} พระมหาชัยนันต์ โชติปัญโญ (สุตะวงษ์), ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กรณีศึกษาอุบาสกอุบาสิกา ณ วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย,วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขา วิปัสสนาภาวนา), (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖), หน้า บทคัดย่อ.

^{๑๑๖} นางบุญขญา วิวิธขจร, “ศึกษาความเข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสก อุบาสิกา วัดตาล เอน อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต (สาขาวิปัสสนาภาวนา), (บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ๒๕๕๗), หน้า ๗๙-๘๐.

แต่อย่างไรก็ตาม อีกทั้งยังพบว่ามีความเกี่ยวข้องกับอย่างเพียงพอต่องานวิจัยนี้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ทำการวิจัยเรื่อง ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้

๒.๖ กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง “ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยารามอำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยนำมากำหนดเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย ดังแผนภาพที่ ๒.๑



แผนภาพที่ ๒.๑ แสดงกรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ ๓

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัย เรื่อง “ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারาม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” นี้ มีขั้นตอนดำเนินการวิจัย ดังต่อไปนี้

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

๓.๑ รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) ทำการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามซึ่งเป็นเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยสถิติเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงบรรยายและข้อมูลที่เป็นข้อเสนอแนะจากปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারาม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

๓.๒ ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร ประชากรที่เป็นกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ อุบาสกและอุบาสิกา ที่มีบัญชีรายชื่อเข้าร่วมปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারาม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ในวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๘ จำนวนทั้งสิ้น ๒๐๐ คน^๑

กลุ่มตัวอย่าง กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีเปิด “ตารางกำหนดขนาดตัวอย่างของเกรจซีและมอร์แกน (R.V. Krejcie & D.W. Morgan)”^๒ จากประชากรกลุ่มเป้าหมายซึ่งมีจำนวนทั้งหมด ๒๐๐ คน ในความคลาดเคลื่อนที่ระดับ ๐.๐๕ ปรากฏว่าขนาดกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้จำนวนทั้งสิ้น ๑๓๒ คน

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๑๓๒ คน โดยวิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากบัญชีรายชื่อของอุบาสกอุบาสิกาที่เข้าร่วมปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারาม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

^๑ “สำนักงานเลขาสำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারาม บัญชีจำนวนผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๕๘”, (อัตสำเนา).

^๒ Krejcie, R.V.,and Morgan D.W. "Determining Sample Size for Research Activities." Psychological measurement (1970) : 607-610

๓.๓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ มีเนื้อหาแบ่งเป็น ๓ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ การศึกษา และอาชีพ

ตอนที่ ๒ แบบสอบถามความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรม วัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี เพื่อใช้สอบถามความพึงพอใจ ๔ ด้าน คือ ๑) ด้านวิชาการ ๒) ด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ ๓) ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ และ ๔) ด้านสถานที่ คำถามในแต่ละด้านมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า ๕ อันดับ ตามวิธีของลิเคิร์ต (Likert) ดังนี้^๓

- คะแนน ๕ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด
- คะแนน ๔ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก
- คะแนน ๓ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง
- คะแนน ๒ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย
- คะแนน ๑ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด

กำหนดการวัดค่าตัวแปรซึ่งเป็นการแปลค่าเฉลี่ยของแบบสอบถาม โดยใช้หลักทางคณิตศาสตร์ที่กำหนดให้ค่า ๐.๕๑ ขึ้นไปปัดเป็นเลขจำนวนเต็ม เกณฑ์ที่ใช้เป็นดังนี้

- ค่าเฉลี่ย ๔.๕๑ - ๕.๐๐ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด
- ค่าเฉลี่ย ๓.๕๑ - ๔.๕๐ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก
- ค่าเฉลี่ย ๒.๕๑ - ๓.๕๐ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับปานกลาง
- ค่าเฉลี่ย ๑.๕๑ - ๒.๕๐ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อย
- ค่าเฉลี่ย ๑.๐๐ - ๑.๕๐ มีความพึงพอใจอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ ๓ เป็นการสอบถามข้อเสนอแนะต่อการจัดปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของสำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี มีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open Ended Question) เพื่อสอบถามข้อเสนอแนะในด้านต่าง ๆ คือ ๑) ด้านวิชาการ ๒) ด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ ๓) ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ และ ๔) ด้านสถานที่

การสร้างและตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย ผู้วิจัยกำหนดขั้นตอนสร้างและขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

๑. ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อสร้างแบบสอบถาม
๒. นำข้อมูลที่ได้ศึกษามาวิเคราะห์และกำหนดกรอบแนวคิดการวิจัย และนำมาใช้เป็นข้อมูลสำหรับการสร้างแบบสอบถามให้ครอบคลุมและสอดคล้องกับความมุ่งหมายของการวิจัย

^๓ รศ.ดร.สมชัย วงษ์คณะ และรศ.ดร.ทวนทอง เขาวงกิตพิงค์. เอกสารประกอบการสอนวิชาการวิจัย, (กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๕๑), หน้า ๒๒๙.

๓. สร้างแบบสอบถาม ให้มีความสอดคล้องและครอบคลุมขอบเขตการวิจัย โดยใช้คำถาม ๒ ประเภท คือ แบบปลายปิดและปลายเปิด

๔. นำแบบสอบถาม (ฉบับร่าง) ที่สร้างขึ้นไปเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เพื่อตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา การใช้ภาษา และความชัดเจนของข้อความ และนำกลับมาแก้ไขปรับปรุง ตามคำแนะนำ

๕. นำร่างแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอของอาจารย์ที่ปรึกษาแล้วไปตรวจสอบความเรียบร้อยและนำเสนอแบบสอบถามนั้นต่อผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ของเนื้อหา การใช้ภาษา และความชัดเจนของข้อความ และตรวจสอบความเที่ยงตรงและความครอบคลุมเนื้อหา (Content Validity) จำนวน ๕ ท่าน^๕

๖. นำร่างแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไขและวิเคราะห์หาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of item Objective Congruence: IOC)^๕ โดยใช้สูตร

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

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

ผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีความสอดคล้องพบว่าข้อคำถามในแบบสอบถามทุกข้อ มีค่า IOC เป็นไปตามเกณฑ์มาตรฐานคือมีค่าตั้งแต่ ๐.๖๐ ขึ้นไป

๗. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญเรียบร้อยแล้ว ไปผ่านการพิจารณาจากอาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้อง และแก้ไขตามข้อเสนอแนะต่าง ๆ

๘. นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้วไปเข้ากระบวนการตรวจสอบหาข้อบกพร่องของเครื่องมือก่อนการทดลอง (Try out) ในกลุ่มประชากรที่เข้าร่วมโครงการวิจัยสนาภานา ณ สำนัก

^๕ดังรายละเอียดในเอกสารภาคผนวก

^๕ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, **เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา**, (กรุงเทพมหานคร: สุวีริสาส์น, ๒๕๔๐), หน้า ๒๔๙.

ปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ในเดือนกันยายน ๒๕๕๘ ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา จำนวน ๓๐ คน

๙. ตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลที่ได้รับกลับคืนมา และทำการประมวลผลทางสถิติเพื่อวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability Analysis) ของแบบสอบถาม ด้วยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นชนิดแอลฟาของครอนบาค (Cronbach - Coefficient) โดยใช้สูตร^๖

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right)$$

เมื่อ	α	หมายถึง	ค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ
	k	หมายถึง	จำนวนข้อของเครื่องมือ
	S_i^2	หมายถึง	ผลรวมของความแปรปรวนของแต่ละข้อ
	S_t^2	หมายถึง	ความแปรปรวนของคะแนนรวม

ผลการวิเคราะห์พบว่าค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นเท่ากับ .๘๗

๑๐. นำผลการวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability Analysis) ของแบบสอบถามเสนอต่อปรีกษาวิทยานิพนธ์ เพื่อการปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามให้สมบูรณ์ และขออนุมัติใช้เป็นแบบสอบถามสำหรับการนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลในกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้

๓.๔ วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

๑. ขออนุมัติหนังสือออกถึงบุคคล/หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการประสานงานและทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง

๒. ผู้วิจัยได้ชี้แจงวัตถุประสงค์ ความสำคัญของการตอบคำถามเพื่อการวิจัย พร้อมทั้งได้กำหนดเวลาในการเก็บรวบรวมแบบสอบถามคืนจากกลุ่มตัวอย่าง โดยการดำเนินการดังกล่าวนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการด้วยตนเอง ได้แบบสอบถามกลับคืนมาครบร้อยละ ๑๐๐

๓. นำแบบสอบที่ได้รับกลับคืนมาตรวจสอบความครบถ้วน ความถูกต้อง และความสมบูรณ์ของข้อมูลเพื่อลงรหัสสำหรับการวิเคราะห์และประมวลผลทางสถิติ

^๖ ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, อ้างแล้ว, หน้า ๒๕๑.

๓.๕ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้กำหนดแนวการวิเคราะห์ข้อมูลสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ ตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

๑. การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เพื่อการบรรยายข้อมูล ผู้วิจัย ใช้สถิติแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (Standard Deviation) มีกรอบสำหรับการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) และสรุปลงในตารางประกอบการบรรยายข้อมูล

ตอนที่ ๒ ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภานา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี และตอนที่ ๓ ปัญหาหรืออุปสรรคและข้อเสนอแนะ ในการปฏิบัติวิปัสสนาภานาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภานา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ด้วยสถิติการหาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน (Standard Deviation) และสรุปผลพร้อมการแปลผลระดับการปฏิบัติวิปัสสนาภานาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภานา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ตามเกณฑ์ที่กำหนดลงในตารางประกอบการบรรยายข้อมูล

สูตรการหาค่าสถิติที่ใช้ในการวิจัย มีดังนี้

๑) สูตรหาค่าสถิติร้อยละ (Percentage)^๗

$$P = \frac{X}{N} \times 100$$

โดยที่ P = ค่าร้อยละ
X = จำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม
N = จำนวนประชากร

^๗ นิภา เมธาวีชัย, *วิทยาการวิจัย*, (กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏธนบุรี, ๒๕๔๓), หน้า ๑๒๘.

๒) สูตรหาค่าเฉลี่ย (Mean)^๘

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

โดยที่ $\bar{X}$ = ค่าเฉลี่ย
 $\sum X$ = ผลรวมของผู้ตอบแบบสอบถาม
 N = จำนวนประชากร

๓) สูตรหาค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N \sum fx^2 - (\sum fx)^2}{N(N-1)}}$$

โดยที่ S.D. = ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 $\sum fx$ = ผลรวมของผู้ตอบแบบสอบถามแต่ละระดับ
 N = จำนวนประชากร

๔) สูตรหาค่าสถิติการแจกแจงแบบทีชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-dependent)^๙

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \sum D^2 - (\sum D)^2}{N-1}}}$$

โดยที่ D = เป็นความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่
 D = เป็นจำนวนคู่

^๘ ส่งศรี ขมพวงค์, การวิจัย, (นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, ๒๕๔๓), หน้า ๕๕.

^๙ ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ, , เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา, อ่างแล้ว, หน้า ๒๗๕.

๕) สูตรสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA)

$$F = \frac{MS_b}{MS_w}$$

โดยที่ F = ค่าการแจกแจงของ F

MS_b = ความแปรปรวน (Mean Square) ระหว่างกลุ่ม

MS_w = ค่าความแปรปรวนภายในกลุ่ม

$$๑) MS_b = \frac{SS_b}{df_b}$$

โดยที่ MS_b = ค่าความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม (Mean Square)

SS_b = ผลบวกกำลังสองระหว่างกลุ่มซึ่งคำนวณได้จากสูตร

$$SS_b = \sum_{j=1}^p \frac{T_j^2}{n_j} - \frac{T^2}{N}$$

T_j = คะแนนรวมของแต่ละกลุ่ม

N_j = จำนวนคนของแต่ละกลุ่ม

T = คะแนนรวมทั้งหมด

N = จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

เมื่อ df_b = ตัวแปรอิสระหาได้จากสูตร $df_b = p-1$

เมื่อ p = จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

$$๒) MS_w = \frac{SS_w}{df_w}$$

โดยที่ MS_w = ความแปรปรวนภายในกลุ่ม

SS_w = ผลบวกกำลังสองภายในกลุ่มซึ่งคำนวณได้จากสูตร

$$SS_w = SS_T - SS_b$$

เมื่อ SS_T = ผลรวมกำลังสองของทั้งหมดโดยคำนวณ ดังนี้

$$SS_T = \sum_{j=1}^p \sum_{i=1}^n X_{ij}^2 - \frac{T^2}{N}$$

เมื่อ $\sum_{j=1}^p \sum_{i=1}^n X_{ij}^2$ = คะแนนรวมแต่ละคนยกกำลังสองของทุกกลุ่ม

T = คะแนนรวมทั้งหมด

N = จำนวนคนทั้งหมด

บทที่ ๔

ผลการวิจัย

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” นี้ เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี และเพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

กลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้นี้คัดเลือกโดยวิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากอุบาสกอุบาสิกา ที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี จำนวน ๑๓๒ คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .๘๗ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ได้แบบสอบถามกลับคืนมาครบร้อยละ ๑๐๐ แล้วจึงตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลที่ศึกษาพร้อมทั้งวิเคราะห์สรุปข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติเพื่อ ใช้ตอบวัตถุประสงค์และสมมติฐานการวิจัยที่ตั้งเอาไว้

เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการแปลความหมายข้อมูลจากการวิจัยที่ตรงกัน ผู้วิจัยขอเสนอสัญลักษณ์ที่ใช้แทนความหมายของข้อมูลต่างๆ ดังต่อไปนี้

$\bar{x}$	หมายถึง	ค่าเฉลี่ย (Mean)
S.D.	หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
t	หมายถึง	ค่าการแจกแจงแบบทีชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-dependent)
F	หมายถึง	ค่าแจกแจงการกระจายข้อมูลแบบ F-distribution
p	หมายถึง	แสดงค่านัยสำคัญทางสถิติ
*	หมายถึง	ความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ข้อมูลที่ได้รวบรวมจากแบบสอบถามในครั้งนี้นี้ ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความสมบูรณ์และนำมาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมประมวลผลทางสถิติ พร้อมทั้งได้สรุปข้อมูลลงในตารางประกอบการบรรยายข้อมูล ดังจะได้นำเสนอตามลำดับดังต่อไปนี้

๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์

๔.๓ องค์ความรู้จากการวิจัย

๔.๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยจำแนกตามตัวแปรที่ศึกษา ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา และอาชีพ ตามลำดับ ด้วยสถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) และการหาค่าร้อยละ (Percentage) เพื่อนำเสนอข้อมูลในตารางประกอบการบรรยายดังตารางที่ ๔.๑ - ๔.๔

ตารางที่ ๔.๑ แสดงค่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย (อุปาสก)	๗๒	๕๔.๕
หญิง (อุปาสิกา)	๖๐	๔๕.๕
รวม	๑๓๒	๑๐๐.๐

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (อุปาสก) จำนวน ๗๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๔.๕ และเป็นเพศหญิง (อุปาสิกา) จำนวน ๖๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๕.๕

ตารางที่ ๔.๒ แสดงค่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
๒๐ ปี หรือต่ำกว่า	๖	๔.๕
๒๑ - ๔๐ ปี	๘๑	๖๑.๔
๔๑ - ๖๐ ปี	๔๑	๓๑.๑
๖๑ ปีขึ้นไป	๔	๒.๐
รวม	๑๓๒	๑๐๐.๐

จากตารางที่ ๔.๒ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุ ๒๑ - ๔๐ ปี จำนวน ๘๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๑.๔ รองลงมาอายุระหว่าง ๔๑ - ๖๐ ปี จำนวน ๔๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๑.๑ และ อายุ ๒๐ ปี หรืออายุต่ำกว่า จำนวน ๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๔.๕ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๓ แสดงค่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ประถมศึกษา	๖	๔.๕
มัธยมศึกษา	๗๕	๕๖.๘
ปริญญาตรี	๕๑	๓๘.๖
รวม	๑๓๒	๑๐๐.๐

จากตารางที่ ๔.๓ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา จำนวน ๗๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๖.๘ รองลงมาระดับปริญญาตรี จำนวน ๕๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๘.๖ และระดับประถมศึกษา จำนวน ๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๔.๕ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๔ แสดงค่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไป จำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	จำนวน	ร้อยละ
นักเรียน/นักศึกษา	๘๑	๖๑.๔
รับจ้าง/เกษตรกร	๒๑	๑๕.๙
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	๓๐	๒๒.๗
รวม	๑๓๒	๑๐๐.๐

จากตารางที่ ๔.๔ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพนักเรียน/นักศึกษา จำนวน ๘๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๖๑.๔ รองลงมาเป็นอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ จำนวน ๓๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๒.๗ และอาชีพรับจ้าง/เกษตรกร จำนวน ๒๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๕.๙ ตามลำดับ

๔.๒ ผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์

๔.๒.๑ ผลการวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผู้วิจัยใช้สถิติการวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) พร้อมทั้งการแปลผลระดับความพึงพอใจจากการพิจารณาค่าเฉลี่ยตามเกณฑ์ที่กำหนด และนำเสนอข้อมูลลงในตารางประกอบการบรรยาย ดังตารางที่ ๔.๕-๔.๙

ตารางที่ ๔.๕ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยภาพรวม

ปัจจัยโดยภาพรวม	ระดับความพึงพอใจ		
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
ด้านวิชาการ	๔.๒๐	.๔๙	มาก
ด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์	๔.๕๑	.๔๒	มากที่สุด
ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ	๔.๑๒	.๔๐	มาก
ด้านสถานที่	๔.๑๑	.๕๑	มาก
รวม	๔.๔๗	.๓๓	มาก

จากตารางที่ ๔.๕ พบว่า ระดับความพึงพอใจโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}$ = ๔.๔๗) เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยของด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์สูงที่สุด

($\bar{x} = 4.51$) รองลงมาเป็นด้านวิชาการ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.20 ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ ($\bar{x} = 4.12$) และด้านสถานที่ ($\bar{x} = 4.11$) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๖ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจด้านวิชาการ

ด้านวิชาการ	ระดับความพึงพอใจ		
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
๑. มีเอกสารประกอบการปฏิบัติ	4.02	.54	มาก
๒. การบรรยายธรรมเข้าใจง่าย สามารถปฏิบัติตามได้	4.43	.49	มาก
๓. สื่อการสอนมีคุณภาพ	3.86	.55	มาก
๔. พระวิปัสสนาจารย์มีการบรรยายเนื้อหาเหมาะสมกับผู้เรียน	4.44	.49	มาก
๕. เปิดโอกาสให้ซักถามเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม	4.28	.71	มาก
รวม	4.20	.49	มาก

จากตารางที่ ๔.๖ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจด้านวิชาการ ($\bar{x} = 4.20$) โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาระดับความพึงพอใจเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ๓ อันดับ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจพระวิปัสสนาจารย์มีการบรรยายเนื้อหาเหมาะสมกับผู้เรียน (ข้อ ๔) อยู่ในระดับมาก รองลงมาการบรรยายธรรมเข้าใจง่าย (ข้อ ๒) อยู่ในระดับมาก และเปิดโอกาสให้ซักถามเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม (ข้อ ๕) อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ ส่วนสื่อการสอนมีคุณภาพ ข้อ (๓) นั้น พบว่า มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด

ตาราง ๔.๗ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์

ด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์	ระดับความพึงพอใจ		
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
๑. พระวิปัสสนาจารย์มีความรู้ความสามารถ	4.56	.55	มากที่สุด
๒. บุคลากรมีทั้งนั้นหนาแน่นและการและวิชาการ	4.54	.53	มากที่สุด
๓. วิธีการสอนมีความน่าสนใจ	4.23	.55	มาก
๔. บุคลากรมีความรับผิดชอบ เอาใจใส่ในหน้าที่	4.48	.61	มาก
๕. พระวิปัสสนาจารย์มีความเมตตา น่าเลื่อมใส เป็นมิตรกับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	4.76	.44	มากที่สุด
รวม	4.51	.52	มากที่สุด

จากตารางที่ ๔.๗ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ ($\bar{x} = 4.51$) โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาระดับความพึงพอใจเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ๓ อันดับ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจพระวิปัสสนาจารย์มีความ

เมตตา นำเลื่อมใส เป็นมิตรกับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา (ข้อ ๕) อยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมา พระวิปัสสนาจารย์มีความรู้ความสามารถ (ข้อ ๑) อยู่ในระดับมากที่สุด และบุคลากรมีทั้งนันทนาการ และวิชาการ (ข้อ ๒) อยู่ในระดับมากที่สุด ตามลำดับ ส่วนวิธีการสอนมีความน่าสนใจ ข้อ (๓) นั้น พบว่ามีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด

ตาราง ๔.๘ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และความพึงพอใจด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ

ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ	ระดับความพึงพอใจ		
	$\bar{x}$	S.D	แปลผล
๑. สถานที่พักแยกเป็นสัดส่วน ชายและหญิง	๔.๓๑	.๕๙	มาก
๒. อาหารที่บริโภค เพียงพอ เหมาะแก่ความเป็นอยู่ในอัตรภาพแห่งตน	๔.๖๒	.๕๑	มากที่สุด
๓. ศาลาปฏิบัติธรรมเหมาะสมกับจำนวนผู้เข้าปฏิบัติ	๔.๑๐	.๖๑	มาก
๔. มีเครื่องนอน (ที่นอน หมอน มุ้ง ผ้าห่ม) อำนวยความสะดวก	๓.๗๖	.๘๒	มาก
๕. มียารักษาโรค ไว้อย่างเพียงพอต่อผู้เข้าร่วมปฏิบัติ	๓.๘๔	.๖๒	มาก
รวม	๔.๑๒	.๕๐	มาก

จากตารางที่ ๔.๘ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ ($\bar{x}$ = ๔.๑๒) โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาระดับความพึงพอใจเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ๓ อันดับ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจอาหารที่บริโภค เพียงพอ เหมาะแก่ความเป็นอยู่ในอัตรภาพแห่งตน (ข้อ ๒) อยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาสถานที่พักแยกเป็นสัดส่วน ชายและหญิง (ข้อ ๑) อยู่ในระดับมาก และศาลาปฏิบัติธรรมเหมาะสมกับจำนวนผู้เข้าปฏิบัติ (ข้อ ๓) อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ ส่วนมีเครื่องนอน (ที่นอน หมอน มุ้ง ผ้าห่ม) อำนวยความสะดวกข้อ (๔) นั้น พบว่า มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด

ตาราง ๔.๙ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจด้านสถานที่

ด้านสถานที่	ระดับความพึงพอใจ		
	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
๑. สถานที่เงียบสงบ ปราศจากเสียงรบกวน	๔.๒๐	.๔๐๕	มาก
๒. สถานที่สะดวกต่อการเดินทางไปปฏิบัติ	๔.๓๕	.๔๗๘	มาก
๓. มีทางเดินจงกรมที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ	๓.๙๗	.๕๙๒	มาก
๔. ห้องน้ำ ห้องสุขา เพียงพอต่อผู้เข้าปฏิบัติธรรม	๔.๐๕	.๗๗๐	มาก
๕. สถานปฏิบัติธรรมแยกเป็นสัดส่วนได้อย่างเหมาะสม	๔.๐๓	.๗๔๑	มาก
รวม	๔.๑๑	.๕๑	มาก

จากตารางที่ ๔.๙ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจด้านสถานที่มี ($\bar{x} = ๔.๑๑$) โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาระดับความพึงพอใจเป็นรายข้อ โดยเรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ๓ อันดับ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความพึงพอใจสถานที่สะดวกต่อการเดินทางไปปฏิบัติ (ข้อ ๒) อยู่ในระดับมาก รองลงมาสถานที่เงียบสงบ ปราศจากเสียงรบกวน (ข้อ ๑) อยู่ในระดับมาก และห้องน้ำ ห้องสุขา เพียงพอต่อผู้เข้าปฏิบัติธรรม (ข้อ ๔) อยู่ในระดับมาก ตามลำดับ ส่วนมีทางเดินกิจกรรมที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ ข้อ (๓) นั้น พบว่า มีค่าเฉลี่ยต่ำที่สุด

๔.๒.๒ ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบเพื่อศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม โดยจำแนกตามตัวแปร คือ เพศ อายุ การศึกษา และอาชีพปัจจัยส่วนบุคคล ปรากฏข้อมูลดังตารางที่ ๔.๑๐ - ๔.๒๐

ตารางที่ ๔.๑๐ แสดงค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำแนกตามเพศ

ชื่อตัวแปร	N	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
ชาย (อุบาสก)	๗๒	๔.๔๕	๐.๒๘	มาก
หญิง (อุบาสิกา)	๖๐	๔.๕๐	๐.๓๘	มากที่สุด

จากตารางที่ ๔.๑๐ พบว่า แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจที่สูงกว่าเพศชาย ผู้วิจัยจึงได้ทำการทดสอบความเข้าใจด้วยสถิติที่ใช้ทดสอบนัยสำคัญแบบที่ชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent) ปรากฏผลดังตารางที่ ๔.๑๑

ตารางที่ ๔.๑๑ แสดงการเปรียบเทียบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำแนกตามเพศ ด้วยสถิติที่ใช้ทดสอบนัยสำคัญแบบที่ ชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-independent)

ชื่อตัวแปร	$\bar{x}$	S.D.	t
ชาย (อุบาสก)	๗๒	๔.๔๕	๐.๘๓ ^{NS}
หญิง (อุบาสิกา)	๖๐	๔.๕๐	๐.๘๑ ^{NS}

NS = Not significant

จากตารางที่ ๔.๑๑ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกันมีระดับความพึงพอใจที่ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๒ แสดงการเปรียบเทียบข้อมูลทดสอบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
จำแนกตามอายุ

ชื่อตัวแปร	N	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
๒๐ ปี หรือต่ำกว่า	๖	๕.๐๐	.๓๔	มากที่สุด
๒๑ – ๔๐ ปี	๘๑	๔.๔๐	.๒๘	มาก
๔๑ – ๖๐ ปี	๔๑	๔.๕๓	.๓๑	มากที่สุด
๖๑ ปีขึ้นไป	๔	๔.๔๗	.๓๗	มาก
รวม	๑๓๒	๔.๔๗	.๓๓	มาก

จากตารางที่ ๔.๑๒ แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงอายุต่างกันมีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ย พบว่า กลุ่มที่มีอายุ ๒๐ ปีหรือต่ำกว่ามีระดับความพึงพอใจที่สูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ ผู้วิจัยจึงได้ทำการทดสอบความพึงพอใจด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA) ปรากฏผลดังตารางที่ ๔.๑๓

ตารางที่ ๔.๑๓ แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
จำแนกตามอายุ ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	๒.๙๒๕	๓	.๙๗๕	๑๐.๙๔๔*
ภายในกลุ่ม	๑๑.๔๐๕	๑๒๘	.๐๘๙	
รวม	๑๔.๓๓๐	๑๓๑		

* = $p < .๐๕$

จากตารางที่ ๔.๑๓ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกันมีความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ใช้วิธีการของเซฟเฟ (Sheffé s post hoc comparison) เพื่อทดสอบหาความแตกต่างเป็นรายคู่ โดย ปรากฏผลดังตารางที่ ๔.๑๔

ตารางที่ ๔.๑๔ แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นรายคู่ระหว่างผู้ที่มีอายุต่างกัน

อายุ	๒๐ ปี หรือต่ำกว่า	๒๑ - ๔๐ ปี	๔๑ - ๖๐ ปี	๖๑ ปีขึ้นไป
๒๐ ปี หรือต่ำกว่า ($\bar{x} = ๕.๐๐$)	-	.๕๗๕๔*	.๗๐๒๒*	.๖๓๓๓*
๒๑ - ๔๐ ปี ($\bar{x} = ๔.๕๓$)		-	.๑๒๖๘	.๐๕๗๙
๔๑ - ๖๐ ปี ($\bar{x} = ๔.๔๐$)			-	-.๐๖๘๘
๖๑ ปีขึ้นไป ($\bar{x} = ๔.๔๗$)				-

จากตารางที่ ๔.๑๔ พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุ ๒๐ ปี หรือต่ำกว่ามีระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่แตกต่างกับกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุ ๒๑-๔๐ ปี ๔๑-๖๐ ปี และมีอายุ ๖๑ ปีขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ นอกจากนั้นไม่พบความแตกต่างกันเป็นรายคู่

ตารางที่ ๔.๑๕ แสดงการเปรียบเทียบข้อมูลทดสอบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	N	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
ประถมศึกษา	๖	๔.๑๘	.๐๒	มาก
มัธยมศึกษา	๗๕	๔.๕๘	๓๘	มากที่สุด
ปริญญาตรี	๕๑	๔.๓๕	.๑๖.	มาก
รวม	๑๓๒	๔.๔๗	๐.๓๓	มาก

จากตารางที่ ๔.๑๕ พบว่า แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีช่วงระดับการศึกษาต่างกันมีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ย พบว่ากลุ่มที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา มีระดับความพึงพอใจที่สูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ ผู้วิจัยจึงได้ทำการทดสอบความพึงพอใจด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA) ปรากฏผลดังตารางที่ ๔.๑๖

ตารางที่ ๔.๑๖ แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา จำแนกตามระดับการศึกษา ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	๒.๑๐๙	๒	๑.๐๕๕	๑๑.๑๓๑*
ภายในกลุ่ม	๑๒.๒๒๑	๑๒๙	.๐๙๕	
รวม	๑๔.๓๓๐	๑๓๑		

* = $p < .05$

จากตารางที่ ๔.๑๖ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกันมีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ใช้วิธีการของเซฟเฟ (Sheffé s post hoc comparison) เพื่อทดสอบหาความแตกต่างเป็นรายคู่ โดย ปรากฏผลดังตารางที่ ๔.๑๗

ตารางที่ ๔.๑๗ แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นรายคู่ระหว่างผู้ที่มีระดับการศึกษาต่างกัน

อายุ	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษา	ปริญญาตรี
ประถมศึกษา ($\bar{x} = ๔.๑๘$)	-	-.๑๗๕๕	-.๔๐๒๐*
มัธยมศึกษา ($\bar{x} = ๔.๓๕$)		-	-.๒๒๖๕*
ปริญญาตรี ($\bar{x} = ๔.๕๘$)			-

จากตารางที่ ๔.๑๗ พบว่า ๑) กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่แตกต่างกับกลุ่มปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ๒) กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับศึกษามัธยมศึกษา มีระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ที่แตกต่างกับกลุ่มปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ นอกจากนั้นไม่พบความแตกต่างกันเป็นรายคู่

ตารางที่ ๔.๑๘ แสดงการเปรียบเทียบข้อมูลทดสอบความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
จำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	N	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
นักเรียน/นักศึกษา	๘๑	๔.๔๘	.๒๘	มาก
รับจ้าง/เกษตรกร	๒๑	๔.๒๘	.๓๓	มาก
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	๓๐	๔.๕๘	.๓๘	มากที่สุด
รวม	๑๓๒	๔.๔๗	.๓๓	มาก

จากตารางที่ ๔.๑๘ พบว่า แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่างกันมีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ย พบว่า กลุ่มที่มีอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ มีระดับความพึงพอใจที่สูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ ผู้วิจัยจึงได้ทำการทดสอบความพึงพอใจด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA) ปรากฏผลดังตารางที่ ๔.๑๙

ตารางที่ ๔.๑๙ แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
จำแนกตามอาชีพ ด้วยสถิติการวิเคราะห์ความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA)

แหล่งความแปรปรวน	SS	df	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	๑.๑๓๒	๒	.๕๖๖	๕.๕๓๑*
ภายในกลุ่ม	๑๓.๑๙๘	๑๒๙	.๑๐๒	
รวม	๑๔.๓๓๐	๑๓๑		

* = $p < .๐๕$

จากตารางที่ ๔.๑๙ พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่างกันมีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ดังนั้นผู้วิจัยจึงได้ใช้วิธีการของเซฟเฟ้ (Sheffé's post hoc comparison) เพื่อทดสอบหาความแตกต่างเป็นรายคู่ โดย ปรากฏผลดังตารางที่ ๔.๒๐

ตารางที่ ๔.๒๐ แสดงการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา เป็นรายคู่ระหว่างผู้ที่มีอาชีพต่างกัน

อาชีพ	นักเรียน/นักศึกษา	รับจ้าง/ เกษตรกร	ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ
นักเรียน/นักศึกษา ($\bar{x} = 4.48$)	-	.2008*	-.0494
รับจ้าง/เกษตรกร ($\bar{x} = 4.28$)		-	-.3002*
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ($\bar{x} = 4.58$)			-

จากตารางที่ ๔.๒๐ พบว่า ๑) กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพนักเรียน/นักศึกษา มีระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ที่แตกต่างกับอาชีพรับจ้าง/เกษตรกร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ๒) กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพรับจ้าง/เกษตรกร มีระดับความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาที่แตกต่างกับอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ นอกจากนั้นไม่พบความแตกต่างกันเป็นรายคู่

๔.๒.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อเสนอแนะต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ผู้วิจัยได้ตั้งประเด็นคำถามปลายเปิด (Open Ends Questionnaire) เกี่ยวกับข้อเสนอแนะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) พร้อมการประมวลข้อมูลสรุปความถี่และค่าอัตราส่วนร้อยละ ปรากฏผลการวิเคราะห์ดังตารางที่ ๔.๒๑ - ๔.๒๔

ตารางที่ ๔.๒๑ สรุปข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านวิชาการ

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ
๑. จัดหาหนังสือธรรมะและหนังสือที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา	๕๔	๔๒.๕๒
๒. ควรหาวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาขั้นพื้นฐานสำหรับผู้ปฏิบัติใหม่	๔๕	๓๕.๔๓
๓. อยากให้มีการมอบเกียรติบัตรหรือใบประกาศสำหรับผู้ตั้งใจปฏิบัติ	๑๕	๑๑.๘๑
๔. จัดให้มีการแลกเปลี่ยนความรู้ในการปฏิบัติในหมู่ผู้ปฏิบัติด้วยกัน	๑๓	๑๐.๒๔
รวม	๑๒๗	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๒๑ พบว่า มีผู้ให้ข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๒๗ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ ๔๒.๕๒ มีความต้องการให้จัดหาหนังสือธรรมะและหนังสือที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา รองลงมาร้อยละ ๓๕.๔๓ เห็นว่าควรหาวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาขั้นพื้นฐานสำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ พร้อมทั้งอยากให้มีการมอบเกียรติบัตรหรือใบประกาศสำหรับผู้ตั้งใจปฏิบัติและจัดให้มีการแลกเปลี่ยนความรู้ในการปฏิบัติในหมู่ผู้ปฏิบัติด้วยกันในจำนวนร้อยละ ๑๑.๘๑ และ ร้อยละ ๑๐.๒๔ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๒๒ สรุปข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านบุคลการ/วิปัสณาจารย์

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ
๑. ควรมีการอธิบายหลักธรรมและแนวทางในการปฏิบัติที่ง่ายต่อการทำความเข้าใจ	๓๕	๓๔.๖๕
๒. จัดเนื้อหาการปฏิบัติที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้	๒๘	๒๗.๗๒
๓. ควรจัดเวลาให้มีโอกาสได้ซักถามข้อสงสัยในการปฏิบัติ	๒๐	๑๙.๘๐
๔. ควรจัดหาบุคลากรที่คอยอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติเพิ่มให้มากกว่านี้	๑๘	๑๗.๘๒
รวม	๑๐๑	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๒๒ พบว่า มีผู้ให้ข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๐๑ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ ๓๔.๖๕ มีความต้องการให้อธิบายหลักธรรมและแนวทางในการปฏิบัติที่ง่ายต่อการทำความเข้าใจ รองลงมาร้อยละ ๒๗.๗๒ เห็นว่าควรจัดเนื้อหาการปฏิบัติที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ พร้อมทั้งอยากให้มีการจัดเวลาให้มีโอกาสได้ซักถามข้อสงสัยในการปฏิบัติ และจัดหาบุคลากรที่คอยอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติเพิ่มให้มากกว่านี้ในจำนวนร้อยละ ๑๙.๘๐ และ ร้อยละ ๑๗.๘๒ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๒๓ สรุปข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ
๑. จัดให้มีการสาธารณูปโภคและสาธารณูปการที่มีประสิทธิภาพให้ครอบคลุมพื้นที่สถานปฏิบัติธรรม	๗๕	๖๐.๙๘
๒. ให้มีการซ่อมแซม บำรุงรักษาระบบสาธารณูปโภคที่มีอยู่เดิมให้พร้อมบริการตลอดเวลา	๔๘	๓๙.๐๒
รวม	๑๒๓	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๒๓ พบว่า มีผู้ให้ข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๒๓ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ร้อยละ ๖๐.๙๘ เสนอแนะให้จัดการสาธารณูปโภคและสาธารณูปการที่มีประสิทธิภาพให้ครอบคลุมพื้นที่สถานปฏิบัติธรรม และร้อยละ ๓๙.๐๒ เสนอแนะให้มีการซ่อมแซม บำรุงรักษาระบบสาธารณูปโภคที่มีอยู่เดิมให้พร้อมบริการตลอดเวลา

ตารางที่ ๔.๒๔ สรุปข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติด้านสถานที่

ข้อเสนอแนะ	จำนวน	ร้อยละ
๑. ควรจัดการความสะอาดในเรื่องเครื่องนอนและสถานที่พักผ่อน	๔๕	๓๖.๐๐
๒. ควรจัดให้มีแสงสว่างบริเวณทางเดินกลางคืนที่เพียงพอ	๓๘	๓๐.๔๐
๓. ควรให้มีการร่วมกันทำความสะอาดที่ปฏิบัติและที่พัก	๒๕	๒๐.๐๐
๔. ให้มีการระบายอากาศถ่ายเท ลดความอับชื้นในที่พัก	๑๗	๑๓.๖๐
รวม	๑๒๕	๑๐๐

จากตารางที่ ๔.๒๔ พบว่า มีผู้ให้ข้อเสนอแนะจำนวนทั้งสิ้น ๑๒๕ คน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ร้อยละ ๓๖.๐๐ มีข้อเสนอแนะให้จัดการความสะอาดในเรื่องเครื่องนอนและสถานที่พักผ่อน รองลงมา ร้อยละ ๓๐.๔๐ เสนอแนะให้มีการจัดการเรื่องแสงสว่างบริเวณทางเดินกลางคืนที่เพียงพอ พร้อมทั้งมีผู้เสนอแนะให้มีการร่วมกันทำความสะอาดที่ปฏิบัติและที่พัก กับจัดการให้มีการระบายอากาศถ่ายเท ลดความอับชื้นในที่พักจำนวนร้อยละ ๒๐.๐๐ และร้อยละ ๑๓.๖๐ ตามลำดับ

๔.๓ องค์ความรู้จากการวิจัย

อุบาสกอุบาสิกาที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี มีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และปรากฏองค์ความรู้จากการศึกษาความพึงพอใจ ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะในด้านต่างๆ ดังต่อไปนี้

๑. ด้านวิชาการ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ด้วยเหตุผลสำคัญคือพระวิปัสสนาจารย์มีการบรรยายความรู้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้อย่างเหมาะสม พร้อมทั้งการเปิดโอกาสให้ซักถามเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม ช่วยให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจได้ดีมาก ส่วนสภาพที่เป็นปัญหาในด้านวิชาการ คือ การขาดแคลนสื่อการสอนที่มีคุณภาพ

สำหรับข้อเสนอแนะในด้านวิชาการพบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ ๔๒.๕๒ มีความต้องการให้จัดหาหนังสือธรรมะและหนังสือที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา รองลงมา ร้อยละ ๓๕.๔๓ เห็นว่าควรสาธิตวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาขั้นพื้นฐานสำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ พร้อมทั้งอยากให้มีการมอบเกียรติบัตรหรือใบประกาศสำหรับผู้ตั้งใจปฏิบัติและจัดให้มีการแลกเปลี่ยนความรู้ในการปฏิบัติในหมู่ผู้ปฏิบัติด้วยกันในจำนวนร้อยละ ๑๑.๘๑ และ ร้อยละ ๑๐.๒๔ ตามลำดับ

๒. ด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ด้วยเหตุผลสำคัญคือ พระวิปัสสนาจารย์มีความเมตตา น่าเลื่อมใส เป็นมิตรกับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีความรู้ความสามารถ ทั้งในด้านนันทนาการและวิชาการ ตามลำดับ ส่วนสภาพที่เป็นปัญหาในด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ คือ ขาดเทคนิควิธีการสอนให้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเกิดความน่าสนใจ

สำหรับข้อเสนอแนะในด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ ๓๔.๖๕ มีความต้องการให้อธิบายหลักธรรมและแนวทางในการปฏิบัติที่ง่ายต่อการทำความเข้าใจ รองลงมาร้อยละ ๒๗.๗๒ เห็นว่าควรจัดเนื้อหาการปฏิบัติที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ พร้อมทั้งอยากให้มีการจัดเวลาให้มีโอกาสได้ซักถามข้อสงสัยในการปฏิบัติ และจัดหาบุคลากรที่คอยอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติเพิ่มให้มากกว่านี้ในจำนวนร้อยละ ๑๙.๘๐ และ ร้อยละ ๑๗.๘๒ ตามลำดับ

๓. ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ พบว่า มีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ด้วยเหตุผลสำคัญคือ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรีจัดให้มีอาหารบริโภคที่เพียงพอและเหมาะสม มีการจัดสถานที่พักแยกเป็นสัดส่วน มีศาลาปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมกับจำนวนผู้เข้าปฏิบัติ ส่วนสภาพที่เป็นปัญหาในด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ คือ เครื่องนอน (ที่นอน หมอน มุ้ง ผ้าห่ม) และสิ่งอำนวยความสะดวก ไม่เพียงพอต่อจำนวนผู้ปฏิบัติ

สำหรับข้อเสนอแนะในด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ พบว่าร้อยละ ๖๐.๙๘ เสนอแนะให้จัดการสาธารณูปโภคและสาธารณูปการที่มีประสิทธิภาพให้ครอบคลุมพื้นที่สถานปฏิบัติธรรม และร้อยละ ๓๙.๐๒ เสนอแนะให้มีการซ่อมแซม บำรุงรักษาระบบสาธารณูปโภคที่มีอยู่เดิมให้พร้อมบริการตลอดเวลา

๔. ด้านสถานที่ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ด้วยเหตุผลสำคัญคือ สถานที่มีความสะดวกต่อการเดินทาง มีบรรยากาศที่เงียบสงบ ปราศจากเสียงรบกวน และมีจำนวนห้องน้ำ ห้องสุขา เพียงพอต่อผู้เข้าปฏิบัติธรรม ส่วนสภาพที่เป็นปัญหาในด้านสถานที่ คือ ทางเดินจงกรมที่มีอยู่ในปัจจุบันยังไม่เหมาะสมเหมาะสมแก่การปฏิบัติ

สำหรับข้อเสนอแนะในด้านสถานที่ พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ ๓๖.๐๐ มีข้อเสนอแนะให้จัดการความสะดวกในเรื่องเครื่องนอนและสถานที่พักผ่อน รองลงมาร้อยละ ๓๐.๔๐ เสนอแนะให้มีการจัดการเรื่องแสงสว่างบริเวณทางเดินกลางคืนที่เพียงพอ พร้อมทั้งมีผู้เสนอแนะให้มีการร่วมกันทำความสะอาดที่ปฏิบัติและที่พัก กับจัดการให้มีการระบายอากาศถ่ายเท ลดความอับชื้นในที่พักจำนวนร้อยละ ๒๐.๐๐ และร้อยละ ๑๓.๖๐ ตามลำดับ

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วิทยานิพนธ์เรื่อง “ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวัน ปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” นี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี และเพื่อศึกษาข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

กลุ่มตัวอย่างคัดเลือกโดยวิธีสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) จากอุบาสอุบาสิกาที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ในเดือน ธันวาคม ๒๕๕๘ จำนวน ๑๓๒ คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามที่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .๘๗ การวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยเป็นข้อมูลทั่วไปใช้สถิติแจกแจงความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage) การวิเคราะห์ระดับความพึงพอใจของอุบาสอุบาสิกาที่ร่วมโครงการปฏิบัติธรรมใช้สถิติวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) พร้อมทั้งการแปลผลระดับความเข้าใจจากการพิจารณาค่าเฉลี่ยตามเกณฑ์ที่กำหนด และการวิเคราะห์ผลวิจัยตามวัตถุประสงค์ใช้สถิติวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยแบบที่ชนิดที่เป็นอิสระจากกัน (t-test Dependent) และการทดสอบหาค่าความแปรปรวนร่วม (Analysis of Covariance : ANOVA) ถ้าพบมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติจะทำการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe s Post Hoc Comparision) สำหรับข้อเสนอแนะใช้วิธีวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

๕.๑.๑ ข้อมูลทั่วไป กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มีจำนวนทั้งสิ้น ๑๓๒ คน แบ่งเป็นเพศชาย (อุบาสก) จำนวนร้อยละ ๕๔.๕ และเพศหญิง (อุบาสิกา) จำนวนร้อยละ ๔๕.๕ ส่วนใหญ่ร้อยละ ๖๑.๔ มีอายุระหว่าง ๒๑-๔๐ ปี มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (ร้อยละ ๕๖.๘) และประกอบอาชีพนักเรียน/นักศึกษา (ร้อยละ ๖๑.๔)

๕.๑.๒ ผลการศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา พบว่า อุบาสกอุบาสิกาที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ในภาพรวมมีความพึงพอใจอยู่ในระดับมาก และปรากฏผลการศึกษาความพึงพอใจ ปัญหาอุปสรรคและข้อเสนอแนะในด้านต่างๆ โดยสรุปดังต่อไปนี้

๑. ผลการศึกษาความพึงพอใจด้านวิชาการ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ด้วยเหตุผลสำคัญคือพระวิปัสสนาจารย์มีการบรรยายความรู้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาได้อย่างเหมาะสม พร้อมทั้งการเปิดโอกาสให้ซักถามเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม ช่วยให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจได้ดีมาก ส่วนสภาพที่เป็นปัญหาในด้านวิชาการ คือ การขาดแคลนสื่อการสอนที่มีคุณภาพ

สำหรับข้อเสนอแนะในด้านวิชาการพบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ ๔๒.๕๒ มีความต้องการให้จัดหาหนังสือธรรมะและหนังสือที่เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา รองลงมาร้อยละ ๓๕.๔๓ เห็นว่าควรสาธิตวิธีปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาขั้นพื้นฐานสำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ พร้อมทั้งอยากให้มีการมอบเกียรติบัตรหรือใบประกาศสำหรับผู้ตั้งใจปฏิบัติและจัดให้มีการแลกเปลี่ยนความรู้ในการปฏิบัติในหมู่ผู้ปฏิบัติด้วยกันในจำนวนร้อยละ ๑๑.๘๑ และ ร้อยละ ๑๐.๒๔ ตามลำดับ

๒. ผลการศึกษาความพึงพอใจด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ด้วยเหตุผลสำคัญคือ พระวิปัสสนาจารย์มีความเมตตา น่าเลื่อมใส เป็นมิตรกับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีความรู้ความสามารถ ทั้งในด้านนันทนาการ และวิชาการ ตามลำดับ ส่วนสภาพที่เป็นปัญหาในด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ คือ ขาดเทคนิควิธีการสอนให้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเกิดความน่าสนใจ

สำหรับข้อเสนอแนะในด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ ๓๔.๖๕ มีความต้องการให้อธิบายหลักธรรมและแนวทางในการปฏิบัติที่ง่ายต่อการทำความเข้าใจ รองลงมา ร้อยละ ๒๗.๗๒ เห็นว่าควรจัดเนื้อหาการปฏิบัติที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ พร้อมทั้งอยากให้มีการจัดเวลาให้มีโอกาสได้ซักถามข้อสงสัยในการปฏิบัติ และจัดหาบุคลากรที่คอยอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติเพิ่มให้มากกว่านี้ในจำนวนร้อยละ ๑๙.๘๐ และ ร้อยละ ๑๗.๘๒ ตามลำดับ

๓. ผลการศึกษาความพึงพอใจด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ พบว่า มีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ด้วยเหตุผลสำคัญคือ สำนักรับปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยะราม อำเภอมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรีจัดให้มีอาหารบริโภคที่เพียงพอและเหมาะสม มีการจัดสถานที่พักแยกเป็นสัดส่วน มีศาลาปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมกับจำนวนผู้เข้าปฏิบัติ ส่วนสภาพที่เป็นปัญหาในด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ คือ เครื่องนอน (ที่นอน หมอน มุ้ง ผ้าห่ม) และสิ่งอำนวยความสะดวกไม่เพียงพอต่อจำนวนผู้ปฏิบัติ

สำหรับข้อเสนอแนะในด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ พบว่าร้อยละ ๖๐.๙๘ เสนอแนะให้จัดการสาธารณูปโภคและสาธารณูปการที่มีประสิทธิภาพให้ครอบคลุมพื้นที่สถานปฏิบัติธรรม และร้อยละ ๓๙.๐๒ เสนอแนะให้มีการซ่อมแซม บำรุงรักษาระบบสาธารณูปโภคที่มีอยู่เดิมให้พร้อมบริการตลอดเวลา

๔. ผลการศึกษาความพึงพอใจด้านสถานที่ พบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ด้วยเหตุผลสำคัญคือ สถานที่มีความสะดวกต่อการเดินทาง มีบรรยากาศที่เงียบสงบ ปราศจากเสียงรบกวน และมีจำนวนห้องน้ำ ห้องสุขา เพียงพอต่อผู้เข้าปฏิบัติ

ธรรม ส่วนสภาพที่เป็นปัญหาในด้านสถานที่ คือ ทางเดินจงกรมที่มีอยู่ในปัจจุบันยังไม่เหมาะสมเหมาะสมแก่การปฏิบัติ

สำหรับข้อเสนอแนะในด้านสถานที่ พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ ๓๖.๐๐ มีข้อเสนอแนะให้จัดการความสะดวกในเรื่องเครื่องนอนและสถานที่พักผ่อน รองลงมาร้อยละ ๓๐.๔๐ เสนอแนะให้มีการจัดการเรื่องแสงสว่างบริเวณทางเดินกลางคืนที่เพียงพอ พร้อมทั้งมีผู้เสนอแนะให้มีการร่วมกันทำความสะอาดที่ปฏิบัติและที่พัก กับจัดการให้มีการระบายอากาศถ่ายเท ลดความอับชื้นในที่พัก จำนวนร้อยละ ๒๐.๐๐ และร้อยละ ๑๓.๖๐ ตามลำดับ

๕.๑.๓ ผลการศึกษาความพึงพอใจจำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ปรากฏผลของการศึกษาโดยสรุปดังต่อไปนี้

๑. การศึกษาความพึงพอใจจำแนกตามตัวแปร เพศ พบว่า อุบาสิกามีค่าเฉลี่ยระดับความพึงพอใจที่สูงกว่าอุบาสกเพียงเล็กน้อยโดยไม่พบว่ามีความพึงพอใจที่แตกต่างกัน

๒. การศึกษาความพึงพอใจจำแนกตามตัวแปร อายุ พบว่า อุบาสกอุบาสิกาที่มีอายุ ๒๐ ปีหรือต่ำกว่ามีความพึงพอใจอยู่ในระดับที่สูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๓. การศึกษาความพึงพอใจจำแนกตามตัวแปร ระดับการศึกษา พบว่า อุบาสกอุบาสิกาที่มีการศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษา มีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาอยู่ในระดับที่สูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ โดยกลุ่มที่มีการศึกษาในระดับชั้นประถมศึกษา และชั้นมัธยมศึกษา มีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ที่แตกต่างกับกลุ่มปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๔. การศึกษาความพึงพอใจจำแนกตามตัวแปร อาชีพ พบว่า อุบาสกอุบาสิกาที่มีอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ มีระดับความพึงพอใจที่สูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ โดยกลุ่มที่มีอาชีพรับจ้าง/เกษตรกร มีความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนา ที่แตกต่างกับกลุ่มอาชีพอาชีพนักเรียน/นักศึกษาและอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

๕.๒ อภิปรายผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และมีความพึงพอใจด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์สูงสุด ทั้งนี้เนื่องบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ พระวิปัสสนาจารย์มีความเมตตา น่าเลื่อมใส เป็นมิตรกับผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา มีความรู้ความสามารถ และบุคลากรมีทั้งนันทนาการและวิชาการ ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดเกี่ยวกับหลักสปปายะธรรมในด้านบุคคลเป็นที่สบาย หรือหลักบุคคลสปปายะ ซึ่งเป็นสิ่งที่เกื้อหนุนการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานให้ได้ผลดี ซึ่งเกี่ยวกับบุคคลรอบข้างผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เป็นผู้ที่มีศีลบริสุทธิ์ น่าเคารพนับถือ มีความยุติธรรม ไม่ลำเอียง มีความสามารถในการแนะนำ มีปัญญาแสดงธรรมได้อย่างลึกซึ้ง สามารถชี้แนะไปในทางที่ดีได้ ซึ่งแนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับการศึกษาของพระครูศรีสุตากร (อภิชาติ อภิญาโณ) ทำการศึกษาเรื่อง “ความพึงพอใจของประชาชนต่อการปฏิบัติธรรมในวันเสาร์ – อาทิตย์ กรณีศึกษา วัดกลางบางพระ ตำบลบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม” ผลการวิจัย พบว่า ความ

พึงพอใจต่อการปฏิบัติธรรมของผู้เข้าปฏิบัติธรรม ณ วัดกลางบางพระ ตำบลบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม โดยรวมอยู่ในระดับมาก และสอดคล้องกับการศึกษาของ**พระมหาชัยนันท โชติปัญโญ (สุตะวงษ์)** ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กรณีศึกษาอุบาสกอุบาสิกา ณ วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย” พบว่า ความพึงพอใจของอุบาสกและอุบาสิกาต่อการเข้าปฏิบัติธรรม ณ วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย โดยภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ด้านอาคารสถานที่, ด้านอาหารและน้ำปานะ (น้ำดื่ม), ด้านกิจกรรมต่าง ๆ และด้านบุคลากรและผู้ดำเนินกิจกรรม อยู่ในระดับมากทุกด้านและปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กรณีศึกษาอุบาสกอุบาสิกา ณ วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย ได้แก่ ปัจจัยด้านอาคารสถานที่, ปัจจัยด้านอาหารและน้ำปานะ(น้ำดื่ม), ปัจจัยด้านกิจกรรมต่าง ๆ และปัจจัยด้านบุคลากรและผู้ดำเนินกิจกรรม สอดคล้องกับ หลักสัปปายะ ๔ ประการ ได้แก่ (๑) สถานที่สัปปายะ (๒) โภชนสัปปายะ (๓) บุคคลสัปปายะ และ(๔) ธรรมะสัปปายะ ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานที่เกื้อหนุนในการปฏิบัติธรรมที่ได้ผลดี จึงส่งผลให้อุบาสกอุบาสิกามีความพึงพอใจในการการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

จากสมมติฐานการวิจัยที่ว่า “กลุ่มตัวอย่างที่มีปัจจัยส่วนบุคคล ต่างกันมีความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারาม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรีแตกต่างกัน” เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจากอุบาสก-อุบาสิกา ที่เข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กลุ่มที่มีอายุ ๒๐ ปีหรือต่ำกว่า มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และมีอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ มีระดับความพึงพอใจที่สูงกว่ากลุ่มอื่น ๆ เพราะอุบาสกอุบาสิกากลุ่มนี้อยู่ในช่วงการศึกษา จึงมีโอกาสเข้าปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ตามโครงการที่สถาบันจัดขึ้น เพราะได้มีการศึกษาเรียนรู้ตลอดจนมีโอกาสดังกล่าวที่จะได้เข้าร่วมโครงการฝึกปฏิบัติมากกว่าด้วย จึงทำให้ปัจจัยส่วนบุคคลเหล่านี้มีผลต่อความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ**พระมหาสมพร สมส่วโร (สามิลา)** ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสก/อุบาสิกา วัดเพชรสมุทรวรวิหาร จังหวัดสมุทรสงคราม” ผลการวิจัยพบว่าแรงจูงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาที่จำแนกตามตัวแปรการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ณ วัดเพชรสมุทรวรวิหารของอุบาสก/อุบาสิกาทุกด้านมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ และสอดคล้องกับงานวิจัยของ **นางบุญญา วิวิชขร** ที่ได้วิจัยเรื่อง “ศึกษาความเข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสก อุบาสิกา วัดตาลเอน อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา” พบว่า อุบาสก-อุบาสิกาที่มีเพศ การศึกษา และอาชีพ ต่างกัน มีความเข้าใจเกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕ ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

๕.๓ ข้อเสนอแนะ

๕.๓.๑ ข้อเสนอแนะสำหรับสำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

๑. ควรมีการจัดหาหนังสือหรือวัสดุสื่อการเรียนรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเพื่อศึกษาเพิ่มเติม
๒. ควรส่งเสริมการพัฒนาด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์ ให้ได้รับการพัฒนาทักษะในการจัดกระบวนการเรียนรู้หรือเทคนิควิธีการสอนให้การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเกิดความน่าสนใจ
๓. ควรมีการบริหารจัดการในด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ โดยจัดหาเครื่องนอน (ที่นอน หมอน มุ้ง ผ้าห่ม) และสิ่งอำนวยความสะดวก ให้มีจำนวนที่เพียงพอต่อผู้ปฏิบัติ
๔. ควรปรับปรุงด้านสถานที่สำหรับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาและทางเดินจงกรมที่มีอยู่ในปัจจุบันยังไม่เหมาะสมเหมาะสมแก่การปฏิบัติ

๕.๓.๒ ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

๑. การพัฒนาสื่อและนวัตกรรมเพื่อการเรียนรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
๒. ศึกษาเทคนิควิธีที่ใช้ในการจัดการเรียนการสอนปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด
๓. ศึกษาสภาพการจัดสภาพแวดล้อมและสาธารณูปการที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา
๔. ศึกษาการพัฒนาสภาพแวดล้อมของสถานที่ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาให้เหมาะสำหรับการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

บรรณานุกรม

๑. ภาษาไทย

๑. ข้อมูลปฐมภูมิ

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก ๒๕๐๐.

กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

_____. ฎีกาภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาฎีกา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๕.

๒. ข้อมูลทุติยภูมิ

๑) หนังสือ :

กลอน ธนาพงศ์ธร. ประโยชน์และการบริการ. เอกสารสอนชุดวิชาการบริหารงานบุคคล. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, ๒๕๓๐.

กมลชนก อ่อนอิมสิน และคณะ. “ปัจจัยที่เกี่ยวข้องและความพึงพอใจของผู้รับบริการแผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ”. วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี. ปีที่ ๑๐ ฉบับที่ ๒. กรกฎาคม – ธันวาคม, ๒๕๕๕.

กิตติยา ปรีดีติลล. ทฤษฎีการบริหารองค์การ. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, ๒๕๔๒.

จำลอง ดิษยวณิช. วิปัสสนากรรมฐาน และเขาวนอารมณ์ ฉบับปรับปรุง. พิมพ์ครั้งที่ ๓. เชียงใหม่: โรงพิมพ์แสงศิลป์, ๒๕๔๙.

ฉันทนา อุตสาหลักษณ์. พุทธปัญญา คู่มือการสร้างปัญญา. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กองทุนพิทักษ์กรรมเผยแผร์. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนธัชการพิมพ์, ๒๕๔๙.

จิตตวณโณภิกขุ. วิปัสสนาภาวนา. พิมพ์ครั้งที่ ๕. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖.

ดิเรก ฤกษ์หรรษา. การพัฒนาชนบท. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พิมพ์เกษตร, ๒๕๒๒.

ดังตฤณ. มหาสติปัฏฐานสูตร. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: ธรรมดา, ๒๕๔๕.

ทวี ภูมิรินทร์. มงคลชีวิต. กรุงเทพมหานคร: สหธรรมมิก, ๒๕๔๕.

เทพพร มังธานี. มงคลชีวิต คู่มือพัฒนาชีวิต. กรุงเทพมหานคร: เลียงเชียง, ๒๕๔๑.

นิภา เมธาวีชัย. วิทยาการวิจัย, กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏธนบุรี, ๒๕๔๓.

จำลอง ดิษยวณิช. วิปัสสนากรรมฐานและเขาวนอารมณ์. เชียงใหม่: ห้างหุ้นส่วนจำกัดเชียงใหม่ โรงพิมพ์แสงสี, ๒๕๔๓.

ปรีชาพร วงศ์อนุตรโรจน์. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี, ๒๕๔๔.

ปรัชญพฤทธิ. ทฤษฎีองค์การ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๓๘.

- พระธรรมโกศาจารย์ (เงื่อม อินฺทปญฺโญ). **การทำงานที่เป็นสุข**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๓๗.
- พุทธทาสภิกขุ. **ศึกษาระบบอย่างถูกวิธี หรือ ธรรมวิภาค นวกฎมี คำบรรยายธรรมะ ของพุทธทาสภิกขุ ในพรรษา ปีพุทธศักราช ๒๕๐๐**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ, ๒๕๐๐.
- พระธรรมโกศาจารย์ (พุทธทาสภิกขุ). **วิปัสสนาในอิริยาบถยืน**. กรุงเทพมหานคร: ธรรมสภา, ๒๕๔๒.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ ๘. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒.
- _____. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พิมพ์เผยแพร่, ๒๕๔๓.
- _____. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๙. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓.
- _____. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**. พิมพ์ครั้งที่ ๑๕. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสหธรรมิกจำกัด, ๒๕๕๓.
- พระพรหมโมลี วิลาศ ญาณวโร. **วิมุตติมาลี**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มิตรสยาม, ๒๕๓๙.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ). **คำบรรยายวิปัสสนากรรมฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: บริษัทประยูรวงศ์พรินต์ติ้ง จำกัด, ๒๕๕๔.
- พระคันธสราภิวังศ์ แปลและอธิบาย. **อภิธัมมัตถสังคหะและปรมัตถทีปนี**. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดประยูรสาส์นไทยการพิมพ์, ๒๕๕๕.
- พระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ). **วิปัสสนาญ เล่ม ๑**. แปลโดยพระคันธสราภิวังศ์. นครปฐม: ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีเอไอ เซ็นเตอร์ จำกัด, ๒๕๔๘.
- _____. **มหาสติปัฏฐานสูตรทางสู่พระนิพพาน**. แปลและเรียบเรียงโดย พระคันธสราภิวังศ์. กรุงเทพมหานคร: ไทยรายวันการพิมพ์, ๒๕๔๙.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ.๙). **วิปัสสนากรรมฐาน ภาค ๑ เล่ม ๑ ว่าด้วยวิปัสสนากรรมฐานทั่วไป**. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ดวงแก้ว บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘.
- _____. **คำบรรยายเรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐาน (มหาสติปัฏฐาน)**. พิมพ์ครั้งที่ ๒. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ บริษัทสหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๘.
- พระพุทธโฆษาจารย์. **วิสุทธิมรรคแปล ภาค ๑ ตอน ๒ ฉบับมหายานกุฎราชวิทยาลัย**. พิมพ์ครั้งที่ ๓. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหายานกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๒๒.
- พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร ฐิตวณฺโณ). **“เหตุที่ทำให้อายุยืน”**. นิตยสารพันโลก. ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๔๗. กุมภาพันธ์, ๒๕๓๘.
- พร รัตนสุวรรณ. **คู่มือการฝึกอานาปานสติ**. กรุงเทพมหานคร: วิญญาน, ๒๕๒๙.
- มหายานกุฎราชวิทยาลัย. **พระสูตรและอรรถกถา แปล อังคุตรนิกาย ปัญจกนิบาต เล่มที่ ๒ ภาคที่ ๒**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหายานกุฎราชวิทยาลัย, ๒๕๒๕.
- ราชบัณฑิตยสถาน. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทนานมีบุ๊คส์, ๒๕๔๒.
- ล้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. **เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: สุวีริสาส์น, ๒๕๔๐.

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ. **องค์การและการจัดการ** (ฉบับสมบูรณ์). กรุงเทพมหานคร: ธรรมสารการพิมพ์, ๒๕๓๙.

เศกสิทธิ์ ฤทธิ์ปัญจะ, ศึกษาถึงพฤติกรรมเกี่ยวกับความพึงพอใจของมนุษย์, **วารสารวิทยาร,** (มิถุนายน), กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคุรุสภา, ๒๕๔๔, หน้า ๖.

สมยศ นาวิการ. **การติดต่อสื่อสารขององค์การ**. กรุงเทพมหานคร: บรรณกิจ, ๒๕๓๑.

สายจิตร กำลักรัก. **รูปแบบความพึงพอใจ**. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, ๒๕๔๖.

รศ.ดร. สมชัย วงษ์คณะ และรศ.ดร. ทวนทอง เขาวีรติพงศ์. **เอกสารประกอบการสอนวิชาการวิจัย**. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์, ๒๕๕๑.

สงศรี ชมพวงค์. **การวิจัย**. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช, ๒๕๔๗.

อเนก สุวรรณบัณฑิต และภาสกร อดุลพัฒน์กิจ. **จิตวิทยาการบริการ**. กรุงเทพมหานคร: บริษัทเพรส แอนด์ ดีไซน์ จำกัด, ๒๕๔๘.

๒) วิทยานิพนธ์:

ว่าที่ร้อยตรีกิตติภูมิ วงศ์กระโซ่. “ความพึงพอใจของครู นักเรียนและผู้ปกครองที่มีต่อการจัดการการศึกษาในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาของรัฐ ในเขตจังหวัดภาคตะวันออก”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, สาขาวิชาการบริหารการศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

ณัฐพร จงกลการพาณิชย์. “การศึกษาวิเคราะห์ห้วงสละในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาภาคสนาม ๗ เดือน”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

บุญชนา วิวิธขร. “ศึกษาความเข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสก อุบาสิกา วัดตาลเอน อำเภอบางปะหัน จังหวัดพระนครศรีอยุธยา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิตสาขาวิปัสสนาภาวนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พัชนี ศรีทองนาก. “การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างอิทธิบาท ๔ กับขันติ-โสรจจะ เพื่อเป็นแนวทางในการค้นหาบุคลิกภาพธรรมาธิปไตย”. **ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.** บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, ๒๕๑๘.

พระเกียรติศักดิ์ เกติโก (ประโลมลักษณะ). “ศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของผู้สมัครเข้าศึกษาในหลักสูตรพุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**. สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระครูศรีสุตากร (อภิชาติ อภิญาโณ). “ศึกษาความพึงพอใจของประชาชนต่อการปฏิบัติธรรมในวันเสาร์ – อาทิตย์ วัดกลางบางพระ ตำบลบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔.

พระมหาสุชาติ จานิสโร (ลาดสลุง). “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของอุบาสก/อุบาสิกา ณ ศูนย์ศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนานาชาติ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. สาขาวิปัสสนาภาวนา. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๗.

พระมหาบุญเลิศ ธมมทสสี (โอรุส) และคณะ. “ศึกษาทัศนคติของพุทธศาสนิกชนที่มีต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน”. **รายงานการวิจัย**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๗.

พระมหาสมพร สมส่วโร. “ศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาของอุบาสก/อุบาสิกา วัดเพชรสมุทรวรวิหาร จังหวัดสมุทรสงคราม”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาพระพุทธศาสนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๕.

พระมหาปรีชา สมจิตโต. “การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวมหาสติปัฏฐานสูตร”. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕.

พระครูศรีสุตากร (อภิชาติ อภิญาโณ). ความพึงพอใจของประชาชนต่อการปฏิบัติธรรมในวันเสาร์-อาทิตย์ กรณีศึกษาวัดกลางบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม. **พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**. การบริหารจัดการคณะสงฆ์: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕.

พระมหาชัยนันท โชติปญโญ (สุตะวงษ์). ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา กรณีศึกษาอุบาสกอุบาสิกา ณ วัดป่าหมากหน่อ จังหวัดเชียงราย. **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิปัสสนาภาวนา**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๖.

รณชิต ทุมแสน. “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการดำเนินงานสวัสดิการสังคมของเทศบาลตำบลสุวรรณภูมิ อำเภอสุวรรณภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด”. **สารนิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**, บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

วิทยา มาสุข. “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการงานทะเบียนและบัตร สำนักทะเบียนอำเภอวังม่วง จังหวัดสระบุรี”. **สารนิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

ศิริชัย ทองบุ. “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการดำเนินงานสวัสดิการขององค์การบริหารส่วนตำบล: ศึกษาเฉพาะกรณีองค์การบริหารส่วนตำบลขามเรียง อำเภอยางสีสุราช จังหวัดมหาสารคาม”. **สารนิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑.

สุนทร แก้วขวาน้อย, พระมหา, การศึกษาความพึงพอใจต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของนิสิตมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยวิทยาเขตนครราชสีมา. **วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาบัณฑิต**. มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา, ๒๕๕๖.

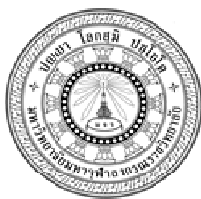
สุนิสา นารถไพรินทร์. “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการให้บริการงานทะเบียนราษฎรสำนักทะเบียน
ท้องถิ่นเทศบาลตำบลท่าแพ อำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช”. **สารนิพนธ์ศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๕๓.

อำพล ขำเพ็ง. “ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่องานสวัสดิการสังคมขององค์การบริหารส่วนตำบล
ในจังหวัดสมุทรปราการ”. **วิทยานิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต**. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, ๒๕๕๑.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถาม



แบบสอบถามเพื่อการวิจัย เรื่อง

ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม

อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้จัดทำขึ้นเพื่อใช้ประกอบการศึกษาวิจัย เรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรม วัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนามหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

แบบสอบถามฉบับนี้แบ่งออกเป็น ๓ ตอน ดังนี้

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ ๒ ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม

ตอนที่ ๓ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ผู้ศึกษาขอขอบคุณเป็นอย่างยิ่ง ในความร่วมมือตอบแบบสอบถามในครั้งนี้

พระครูปิยวัชรภรณ์ (ประทีป ปญญาทีโป)

นิสิตปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไปของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ หน้าข้อความข้อความต่อไปนี้ให้สมบูรณ์ ตามความเป็นจริง เกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม

- | | | |
|-------------|--|---|
| ๑. เพศ | ☐ ชาย | ☐ หญิง |
| ๒. อายุ | ☐ ๒๐ ปี หรือ ต่ำกว่า | ☐ ๒๑-๔๐ ปี |
| | ☐ ๔๑-๖๐ ปี | ☐ ๖๑ ปีขึ้นไป |
| ๓. การศึกษา | ☐ ชั้นประถมศึกษา | ☐ ชั้นมัธยมศึกษา |
| | ☐ ชั้นปริญญาตรี | ☐ สูงกว่าปริญญาตรี |
| ๔. อาชีพ | ☐ นักเรียน/นักศึกษา | ☐ รับจ้าง/เกษตรกร |
| | ☐ ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ | ☐ อื่น ๆ..... |

ตอนที่ ๒ ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

- ๕ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับ มากที่สุด
 ๔ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับ มาก
 ๓ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับ ปานกลาง
 ๒ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับ น้อย
 ๑ หมายถึง มีความพึงพอใจอยู่ในระดับ น้อยที่สุด

ความพึงพอใจ	ระดับความพึงพอใจ				
	๕	๔	๓	๒	๑
ด้านวิชาการ					
๑. มีเอกสารประกอบการปฏิบัติ					
๒. การบรรยายธรรมเข้าใจง่าย สามารถปฏิบัติตามได้					
๓. สื่อการสอนมีคุณภาพ					
๔. พระวิปัสสนาจารย์มีการบรรยายเนื้อหาเหมาะสมกับผู้เรียน					
๕. เปิดโอกาสให้ซักถามเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม					
ด้านบุคลากร / วิปัสสนาจารย์					
๑. พระวิปัสสนาจารย์มีความรู้ความสามารถ					
๒. บุคลากรมีทั้งนั้นหนาและการและวิชาการ					
๓. วิธีการสอนมีความน่าสนใจ					
๔. บุคลากรมีความรับผิดชอบ เอาใจใส่ในหน้าที่					
๕. พระวิปัสสนาจารย์มีความเมตตา น่าเลื่อมใส เป็นมิตรกับผู้ปฏิบัติ วิปัสสนาภาวนา					
ด้านสวัสดิการ / สาธารณูปการ					

ความพึงพอใจ	ระดับความพึงพอใจ				
	๕	๔	๓	๒	๑
๑. สถานที่พักแยกเป็นสัดส่วน ชายและหญิง					
๒. อาหารที่บริโภค เพียงพอ เหมาะแก่ความเป็นอยู่ในอัตภาพแห่งตน					
๓. ศาลาปฏิบัติธรรมเหมาะสมกับจำนวนผู้เข้าปฏิบัติ					
๔. มีเครื่องนอน (ที่นอน หมอน มุ้ง ผ้าห่ม) อำนวยความสะดวก					
๕. มียารักษาโรค ไว้อย่างเพียงพอต่อผู้เข้าร่วมปฏิบัติ					
ด้านสถานที่					
๑. สถานที่เงียบสงบ ปราศจากเสียงรบกวน					
๒. สถานที่สะดวกต่อการเดินทางไปปฏิบัติ					
๓. มีทางเดินจงกรมที่เหมาะสมแก่การปฏิบัติ					
๔. ห้องน้ำ ห้องสุขา เพียงพอต่อผู้เข้าปฏิบัติธรรม					
๕. สถานปฏิบัติธรรมแยกเป็นสัดส่วนได้อย่างเหมาะสม					

ตอนที่ ๓ ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

๑. ความคิดเห็นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเกี่ยวกับด้านวิชาการ

ปัญหาและอุปสรรค.....

.....

ข้อเสนอแนะ.....

.....

๒. ความคิดเห็นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเกี่ยวกับด้านบุคลากร / วิปัสสนาจารย์

ปัญหาและอุปสรรค.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ.....

.....

.....

๓. ความคิดเห็นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเกี่ยวกับด้านสวัสดิการ / สาธารณูปการ

ปัญหาและอุปสรรค.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ.....

.....

.....

๔. ความคิดเห็นในการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาเกี่ยวกับด้านสถานที่

ปัญหาและอุปสรรค.....

.....

.....

ข้อเสนอแนะ.....

.....

.....

ขอเจริญพรทุกท่านที่กรุณาตอบแบบสอบถาม

ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือวิจัย

๑. พระศรีวิสุทธิเวที (ขวัญ ภิรมโน), ดร.

การศึกษา ป.ธ. ๙, พธ.บ., ศษ.ม., ประ.ด. (วัฒนธรรมศาสตร์)
 ตำแหน่งอาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบانيศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
 ความชำนาญ ภาษาบาลี, พระพุทธศาสนา, วิปัสสนาภาวนา

๒. พระมหาสุรชัย วราสโม, ดร.

การศึกษา ป.ธ. ๗, พธ.บ., M.A., Ph.D. (Vedic Studies)
 ตำแหน่งผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์ วิทยาเขตบانيศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
 ความชำนาญ ภาษาบาลี, พระพุทธศาสนา, วิปัสสนาภาวนา

๓. พระศรีวินยาภรณ์ (พระมหาสายรุ้ง อินทาวุโธ), ดร.

การศึกษา ป.ธ. ๗, ศน.บ., อ.ม., Ph.D. (Buddhist Studies)
 ตำแหน่งประธานหลักสูตรระดับปริญญาโท
 หลักสูตรศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาพุทธศาสนศึกษา
 ความชำนาญ ภาษาบาลี, พระพุทธศาสนา, วิปัสสนาภาวนา

๔. ดร.บุญญา วิวิชจร

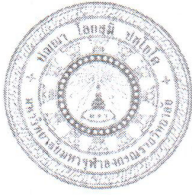
การศึกษา บธ.บ., พธ.ม., Ph.D. (Buddhist Studies)
 ตำแหน่งอาจารย์ประจำมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบانيศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
 ความชำนาญ พระพุทธศาสนา, วิปัสสนาภาวนา, สติและการวิจัย

๕. นายวุฒิชัย อรรถาพงศ์

การศึกษา ศศ.บ. (สารสนเทศศึกษา) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
 คอ.ม. (เทคโนโลยีเทคนิคศึกษา) คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม
 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ
 ตำแหน่งนักวิชาการโสตทัศนศึกษาชำนาญการ
 ความชำนาญ สติและการวิจัย การวัดผลและประเมินผลทางการศึกษา

ภาคผนวก ค

หนังสือออกถึงบุคคล/ หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน... ศูนย์บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบัณฑิตศึกษาพุทธโฆส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑
 ที่ ศธ.๖๑๕๖/ว ๒๙๙/๙ วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๕๘
 เรื่อง ขออนุมัติขอตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
 เรียน พระศรีสุทธิเวที, ดร.

ด้วย พระครูปิยะธรรมาภรณ์ [ประทีป ปณฺญาทีโป (ปิ่นสะอาด)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๐๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

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

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ทรงจ/แล้ว

พระศรีสุทธิเวที

๒๙ ธ.ค. ๕๘

พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.

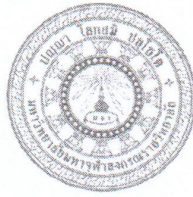
(พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บัณฑิตศึกษาพุทธโฆส

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

วิทยาเขตบัณฑิตศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๒๕๔๓



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาศิศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล
จ.นครปฐม ๗๓๑๑๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑

๔ ธันวาคม ๒๕๕๘

เรื่อง ขออนุมัติตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์

เรียน พระมหาสายรุ้ง อินทาวุธ, ดร.

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูปิยะวัชรภรณ์ [ประทีป ปณฺญาทีโป (ปิ่นสะอาด)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๐๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

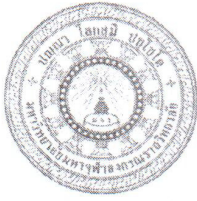
ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศิศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้ว เห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาศิศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ศาสตราจารย์
พระครูปิยะวัชรภรณ์
๒๙ ธ.ค. ๕๘

(พระมหาสุรชัย วราสโภ, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาศิศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาศิศึกษาพุทธโฆส นครปฐม



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน.....ศูนย์บัณฑิตศึกษา วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม โทร. ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑
 ที่ ศธ.๖๑๕๖/ว ๒๙๙/๙ วันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๕๘
 เรื่อง.....ขอความอนุเคราะห์ตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
 เจริญพร ดร.บุณชญา วิจิตรขจร

ด้วย พระครูปิยะวัชรภรณ์ [ประทีป ปณฺญาทีโป (ปิ่นสะอาด)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๐๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

ในการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับเรื่องนี้ โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม พิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความรู้ความเชี่ยวชาญในเรื่องนี้เป็นอย่างดี จึงขอเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญพิจารณาตรวจสอบแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ รายละเอียดปรากฏตามเอกสารที่แนบมาพร้อมกับหนังสือฉบับนี้แล้ว โครงการหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความอนุเคราะห์จากท่านด้วยดี และขอขอบคุณในความเอื้อเฟื้อทางวิชาการมา ณ โอกาสนี้

จึงเจริญพรมมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

ททท.แก้ไขแล้ว

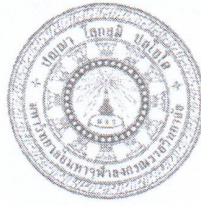
บุณชญา วิจิตรขจร

๒๔ ธค ๕๘

พระมหาสุรชัย วราสโก, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาหลีศึกษาพุทธโฆส
 มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
 วิทยาเขตบาหลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ที่ ศธ ๖๑๕๖/ว ๒๔๓



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม
ต.มหาสวัสดิ์ อ.พุทธมณฑล
จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐
โทรศัพท์/โทรสาร ๐๓๔-๒๙๙-๓๕๑

๔ ธันวาคม ๒๕๕๘

เรื่อง ขออนุมัติตรวจแก้ไขเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์
เจริญพร นายวุฒิชัย อรรถพงศ์
สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิทยานิพนธ์ จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระครูปิยวัชรภรณ์ [ประทีป ปณฺญาทีโป (ปิ่นสะอาด)] รหัสประจำตัวนิสิต ๕๖๑๑๔๐๕๙๐๙ นิสิตปริญญาโท หลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนาภาวนา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิয়ারาม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรดังกล่าว

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

จึงเจริญพราเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์

๓๐๑๐/๑๖
[Signature]
[Signature]

[Signature]

(พระมหาสุชัย วราสโก, ดร.)

ผู้อำนวยการวิทยาลัยสงฆ์บาลีศึกษาพุทธโฆส
มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วิทยาเขตบาลีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม

ภาคผนวก ง

แบบประเมินความสอดคล้อง (ICQ) ของแบบสอบถาม

แบบประเมินค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) ของแบบสอบถามความคิดเห็น
เรื่อง ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม
อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

ข้อ	ผู้เชี่ยวชาญ					ผลรวมของคะแนน ($\sum R$)	$IOC = \frac{\sum R}{N}$	หมายเหตุ
	คนที่ ๑	คนที่ ๒	คนที่ ๓	คนที่ ๔	คนที่ ๕			
๑) ด้านวิชาการ								
๑	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๒	+๑	-๑	+๑	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	นำไปใช้ได้
๓	+๑	+๑	-๑	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	นำไปใช้ได้
๔	+๑	+๑	๐	+๑	+๑	๔	๐.๘๐	นำไปใช้ได้
๕	+๑	+๑	+๑	+๑	๐	๔	๐.๘๐	นำไปใช้ได้
๒) ด้านบุคลากร/วิปัสสนาจารย์								
๑	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๒	+๑	+๑	+๑	+๑	-๑	๔	๐.๘๐	นำไปใช้ได้
๓	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๔	+๑	+๑	+๑	+๑	-๑	๔	๐.๘๐	นำไปใช้ได้
๕	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๓) ด้านสวัสดิการ/สาธารณูปการ								
๑	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๒	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๓	+๑	+๑	+๑	+๑	-๑	๔	๐.๘๐	นำไปใช้ได้
๔	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๕	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๔) ด้านสถานที่								
๑	+๑	+๑	+๑	+๑	-๑	๔	๐.๘๐	นำไปใช้ได้
๒	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๓	+๑	๐	+๑	+๑	-๑	๓	๐.๖๐	นำไปใช้ได้
๔	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้
๕	+๑	+๑	+๑	+๑	+๑	๕	๑.๐๐	นำไปใช้ได้

ภาคผนวก จ

รายงานผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
เรื่อง ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภานา สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม
อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

***** Method 1 (space saver) will be used for this analysis *****

R E L I A B I L I T Y A N A L Y S I S - S C A L E (A L P H A)

Item-total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Alpha if Item Deleted
P1	81.2333	120.7368	.5416	.8704
P2	80.8333	121.9368	.6407	.8692
P3	79.0000	125.5862	.3572	.8828
P4	75.6667	121.2644	.5874	.7597
P5	81.9000	121.4034	.6814	.8687
P6	82.3333	125.2644	.2602	.8754
P7	81.2667	124.2023	.3192	.8344
P8	83.0667	121.2368	.5489	.8902
P9	85.1333	123.1540	.3496	.8841
P10	75.4333	122.7368	.4479	.8718
P11	74.0000	131.2414	.0442	.7184
P12	73.7667	120.5299	.4348	.7931
P13	75.8000	121.6828	.5384	.8404
P14	75.4333	117.5644	.7214	.7673
P15	75.9333	119.9264	.6507	.7886
P16	75.9333	119.7195	.6641	.8884
P17	74.8667	120.6713	.6461	.8088
P18	73.6667	123.1954	.6147	.7998
P19	73.7667	121.4954	.6834	.8187
P20	73.3333	121.6092	.5509	.8302

Reliability Coefficients

N of Cases = 30.0

N of Items = 27

Alpha = .8720

ภาคผนวก ฉ

ประมวลภาพการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา

ณ สำนักปฏิบัติธรรมวัดอัมพวันปิยาราม อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี

















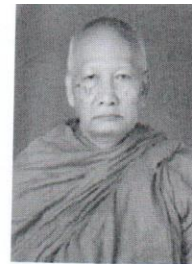












ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-ฉายา/นามสกุล	: พระครูพิชัยวัชรธารมณ [ประทีป ปณฺหาทีโป (ปิ่นสะอาด)]
วัน/เดือน/ปี เกิด	: วันที่ ๒ เดือนกรกฎาคม พุทธศักราช ๒๔๘๕
ภูมิลำเนา	: บ้านเลขที่ ๖๙ หมู่ที่ ๖ ตำบลหนองโสน อำเภอเมืองเพชรบุรี จังหวัดเพชรบุรี
การศึกษาทางโลก	
พ.ศ. ๒๕๕๖	: ปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการเชิงพุทธ : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
การศึกษาทางธรรม	
พ.ศ. ๒๕๐๙	: นักธรรมชั้นตรี
พ.ศ. ๒๕๑๑	: นักธรรมชั้นโท
พ.ศ. ๒๕๑๒	: นักธรรมชั้นเอก
ประสบการณ์การทำงาน	
พ.ศ. ๒๕๑๘	: ดำรงตำแหน่งเจ้าอาวาสวัดอัมพวันปิยาราม
พ.ศ. ๒๕๑๘	: เป็นกรรมวาจาจารย์
พ.ศ. ๒๕๒๙	: เป็นเจ้าคณะตำบลคลองกระแซง เขต ๒
พ.ศ. ๒๕๓๓	: เป็นพระอุปัชฌาย์
บรรพชา/อุปสมบท	: วันที่ ๑๓ กรกฎาคม พุทธศักราช ๒๕๐๗
สังกัดวัด	: วัดอัมพวันปิยาราม ตำบลคลองกระแซง อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
ตำแหน่งหน้าที่	: เจ้าอาวาสวัดอัมพวันปิยาราม
ปีที่เข้าศึกษา	: พ.ศ. ๒๕๕๖
ปีที่สำเร็จการศึกษา	: พ.ศ. ๒๕๕๙
ที่อยู่ปัจจุบัน	: วัดอัมพวันปิยาราม ตำบลคลองกระแซง อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี
โทรศัพท์	: ๐๘๑-๙๔๓-๓๓๗๙
E-mail	: ampawanpiyaram@gmail.com