

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พุทธศาสนาถือได้ว่าเป็นที่พึ่งอันสำคัญทางจิตใจของพุทธศาสนิกชนไทยมาเป็นเวลานาน กล่าวโดยทั่วไป สังคมไทยเป็นสังคมพุทธ แต่ปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งในทางวัตถุและจิตใจ มูลเหตุของการเปลี่ยนแปลงคือการที่คนไทยรับเอาการไหลบ่าของวัฒนธรรมต่างชาติโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ รวมทั้งการนำเอาระบบเทคโนโลยีมาใช้ ซึ่งเป็นตัวเร่งกระตุ้นก่อให้เกิดกิเลสตัณหา ความต้องการสิ่งใหม่ๆ ทำให้แนวความคิด ทศนคติ และค่านิยมของคนไทยหันไปสนใจทางวัตถุมากขึ้น คนต้องดิ้นรนหาวัตถุมาเสพ จนไม่มีเวลาแสวงหาความสุขทางจิตใจตามที่ควรจะเป็น ปัญหาต่างๆ เหล่านี้ อาจกล่าวได้ว่าเป็นเพราะชาวไทยพุทธเราส่วนหนึ่งขาดความยั้งคิด หรือขาดความมีสติไตร่ตรองความถูกต้อง ในการคิดและการกระทำนั่นเอง จึงก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา เช่น ปัญหาการตกต่ำทางศีลธรรม ปัญหายาเสพติด ปัญหาการฆ่าตัวตาย โดยทั่วไปความคิดของคนเรา ย่อมมีทั้งชอบและไม่ชอบ พอใจและไม่พอใจ แต่หากว่ามีความคิดไปในทางไม่ชอบ ก็จะทำให้เกิดความเดือดร้อนขึ้นภายในจิต และเพราะไม่รู้จักริวิธีคิดที่ถูกต้อง จึงมีความรู้สึกต่อสิ่งเหล่านั้นด้วยความยินดีหรือพอใจ และยินร้ายเมื่อไม่พอใจ ตลอดทั้งการผูกอาฆาต พยาบาท การคิดเบียดเบียนซึ่งกันและกัน อันเป็นต้นเหตุแห่งความคิดผิดทั้งมวล ทำให้เกิดความแตกแยกทางสังคม ตลอดทั้งเป็นสาเหตุให้เกิดสงครามรวมทั้งปัญหาอื่นๆ อีกมากมาย

ในท่ามกลางกระแสความเจริญทางด้านวัตถุและเทคโนโลยีสมัยใหม่ซึ่งมีความก้าวหน้าไปไกลและยังต้องพัฒนาให้เจริญและก้าวหน้ายิ่งขึ้นนั้น การพัฒนาจิตมักจะถูกละเลยและขาดการเอาใจใส่ในการพัฒนาอย่างจริงจัง การแก้ปัญหาต่างๆ ในสังคมจึงไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควร การพัฒนาจิตโดยการเรียนรู้ทฤษฎีและลงมือฝึกอบรมปฏิบัติให้เป็นจิตตภาวนาตามหลักการของพุทธศาสนาอย่างแท้จริงหรือการรู้จักนำหลักธรรมมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน จึงเป็นสิ่งที่สังคมควรจะได้ตระหนักให้เห็นความสำคัญและความจำเป็นที่จะได้ฝึกปฏิบัติให้มาก¹ การพัฒนาเพื่อแก้ไขปัญหาสังคมต่างๆ ให้ได้ผลอย่างยั่งยืนนั้น วัตถุและจิตใจจะต้องได้รับการพัฒนาที่ได้สัดส่วนควบคู่กันไป กล่าวอีกอย่างหนึ่งได้ว่าคนที่ดำเนิน

¹ คุณ โทชันท์, การพัฒนาจิต (กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์, 2548), น. คำนำ.

ชีวิตในสังคมเทคโนโลยี จึงต้องเป็นคนที่มีความรู้เท่าทันกับความก้าวหน้าของเทคโนโลยี จะต้องได้รับการฝึกหัดอบรมเป็นอย่างดี ในด้านความมีสติรอบคอบ ความไม่ประมาท และความรับผิดชอบ² เป็นต้น แต่เท่าที่ปรากฏอยู่ทุกวันนี้ ทางด้านจิตใจจะล้ำหลังกว่าทางด้านวัตถุ เพราะฉะนั้นในโลกแห่งเทคโนโลยีเช่นนี้ จิตใจจำเป็นจะต้องได้รับการฝึกหัดพัฒนาให้มีพลังมีความเข้มแข็งมีสติสัมปชัญญะ สะอาด สว่าง สงบ รู้จักให้อภัยมีน้ำใจเอื้ออาทร รับผิดชอบต่อหน้าที่ส่วนตัวและส่วนรวม รู้จักแก้ปัญหาในชีวิตได้อย่างถูกต้อง จึงจะส่งผลดีมีคุณค่าต่อสังคม ต่อการดำรงชีวิตในสังคมร่วมกันได้อย่างมีความสุข

หลักธรรมในพุทธศาสนาที่ผู้วิจัยเห็นว่ามีความจำเป็นที่จะต้องเรียนรู้ศึกษาและนำไปสู่การปฏิบัติโดยการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันนั้น ได้แก่ สติ เพราะการดำเนินชีวิตถ้าหากว่าขาดหลักธรรมคือสติแล้วก็จะทำให้ประสบกับปัญหาต่างๆ การทำงานหรือการดำรงชีวิตย่อมผิดพลาดได้ง่าย เพราะตั้งอยู่ในความประมาท ดังที่พระบรมศาสดาได้ตรัสเกี่ยวกับเรื่องนี้ไว้ว่า “ความไม่ประมาท เป็นเครื่องถึงอมตะ ความประมาทเป็นทางแห่งมัจจุ ผู้ไม่ประมาทแล้วชื่อว่า ย่อมไม่ตาย ผู้ประมาทแล้ว ผู้นั้นย่อมเป็นเหมือนคนตายแล้ว”³ เพราะภยันตรายต่างๆ สามารถจะคุกคามมาถึงตนโดยไม่รู้ตัว บางครั้งอาจถึงตายได้ สติจึงเป็นเครื่องกำหนดว่าเรากำลังทำอะไร คนที่ขาดสติเพราะไม่เคยรู้และเข้าใจ พอเกิดความโกรธขึ้นมาก็จะทำให้ขาดความยับยั้งชั่งใจ ปัญหาก็จะตามมา เช่น เมื่อขาดสติแล้ว ย่อมจะประหัดประหารซึ่งกันและกัน ทำร้ายร่างกายกัน จนถึงขั้นเสียชีวิตได้ดังที่ปรากฏตามหน้าหนังสือพิมพ์อยู่เสมอ

คนไทยนับว่าโชคดีมากที่เติบโตมากับคำว่า “สติ” คู่กันเคยกับคำว่า “สติ” มาตั้งแต่เกิดจนกระทั่งตาย เช่น คำว่า “ขาดสติ” “เสียสติ” “หมดสติ” เป็นต้น อย่างไรก็ตาม การตั้งอยู่ในความประมาทย่อมไม่ควร เพราะเหตุนี้ จึงควรทำความเข้าใจในความหมายที่แท้จริงตลอดถึงคุณค่าของสติให้ลึกซึ้ง และพึงเจริญสติสร้างความรู้สึกรู้ตัวเพื่อให้ได้ประโยชน์และผลพลอยได้อย่างสูงสุดจากสติ

สติคือความระลึกได้ ความรู้เท่าทันต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ที่ถูกอารมณ์ต่างๆ เข้ามากระทบ และสัมปชัญญะก็คือความรู้ตัว รู้ทั่วและเท่าทันถึงเหตุการณ์ เห็นเหตุการณ์แล้วคิดว่า ผลลัพธ์คืออะไรที่จะตามมา จะสามารถมองภาพกว้าง คือ

² พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ชีวิตในสังคมเทคโนโลยี (กรุงเทพฯ: สหธรรมมิก, 2540), น.39.

³ ชุ.ธ.(บาลี) 25/12/18 -19, ชุ.ธ.(ไทย) 40/12/217.

มองอดีต มองอนาคตโดยมีปัญญาที่รู้เท่าทันอันเป็นผลสืบเนื่องมาจากการฝึกสติตามหลักธรรม
นั่นเอง

การเจริญสติก็เพื่อพัฒนาชีวิตให้มีความสุขมีความเจริญก้าวหน้า ดังปัจจุบันได้มีการ
ตื่นตัวในวงการจิตวิทยาและจิตแพทย์ในสหรัฐ ถึงวิธีบำบัดลดปัญหาความกดดัน (Stress
Management/Stress Reduction) ด้วยการใช้สติ (Mindfulness) อาทิ การใช้สติเพื่อช่วยลด
ความเครียดของพ่อแม่ของเด็กที่เป็นโรคขาดความตั้งใจ (ADS or Attention Deficit Syndrome)
ตลอดถึงการเริ่มใช้สติบำบัดรักษาโรคบางโรค เช่น Fibrositis หรือ Fibromyalgia ซึ่งมีอาการปวด
เมื่อยทั่วตัวเรื้อรัง⁴ แพทย์ได้นำผู้ป่วยอบรมด้วยการเจริญสติ (Mindfulness Meditation) เพื่อช่วย
ขจัดความเครียด (Mindfulness-Based Stress Reduction or MBSR) และนำมาประยุกต์ใช้
รักษาผู้ป่วยด้วยโรคปวดเรื้อรัง ทำให้คนไข้เหล่านั้นสามารถดำรงชีวิตประจำวันได้ดีขึ้นอย่างมาก มี
ความสุขสบาย แทนที่จะเครียดเป็นทุกข์ไปกับความเจ็บปวด

นอกจากนี้ ผู้นำในวงการจิตบำบัด ยังได้นำสติไปผนวกใช้ในการรักษา โดยใช้ชื่อว่า
“การบำบัดรักษาด้วยการรู้เห็นด้วยสติ”⁵ (Mindfulness-Based Cognitive Therapy) สติได้ถูก
นำมาประยุกต์ใช้ในวงการแพทย์และจิตบำบัดหลายด้าน นับตั้งแต่การเสริมสร้างสุขภาพจิตให้ดี
ขึ้น ช่วยให้มีมองโลกในแง่ดี ไปถึงการบำบัดโรคซึมเศร้า ตลอดถึงเพื่อช่วยลดการใช้ยาเสพติด⁶
เป็นต้น

จากกรณีดังกล่าว ไม่ว่าจะเป็นการงานทางโลกก็ดี การงานทางธรรมคือการประพฤติ
ปฏิบัติธรรมก็ดี ต้องใช้สติปัญญาเข้าไปสอดส่อง หรือรู้เท่าทัน เมื่อมีสติปัญญาอยู่ตลอดโดยไม่
เผลอสติ สิ่งที่ทำ คำที่พูด ใจที่คิด ย่อมไม่ผิดพลาด หรือมีโอกาสผิดพลาดได้น้อย การณ์ต่างๆ
ย่อมจะสำเร็จประโยชน์ไปด้วยดี หรือการประพฤติปฏิบัติธรรมก็จะสามารถบรรลุธรรมได้ตาม
ปรารถนา ถ้าจิตของคนเราได้รับการอบรมทางสติปัญญาอยู่เสมอ ก็ไม่อาจที่จะตกไปตามอำนาจ
ของกิเลสได้ เพราะว่ามีสติเป็นเครื่องรักษาตัว (สตินทรีย์) อยู่เสมอ ดังพุทธพจน์ตอนหนึ่งในสังยุตต

⁴ คงศักดิ์ ต้นไฟจิตร, สติ ญาณแจ้งชีวิต (กรุงเทพฯ: หอรัตนชัยการพิมพ์, 2550), น. 1.

⁵ เรื่องเดียวกัน น. 2.

⁶ Carroll J. Wright, "self-awareness

therapy", <<http://www.awarenesstherapy.com/at main.html>>; The aim of the present
study was to evaluate body awareness therapy (BAT) for treatment of patients with
irritable bowel syndrome (IBS) and to compare these ... 9 February 2008.

นิกาย มหาวารวรรค ว่า “ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้ที่มีสติ ประกอบด้วยสติเป็นเครื่องรักษาตัวอย่างยิ่ง ระลึกได้ ตามระลึกได้ ซึ่งกิจที่กระทำและคำที่พูดมานานได้ นี้เรียกว่า สตินทรีย์”⁷ (สติเป็นเครื่องรักษาตัว)

จากพระพุทธพจน์ดังกล่าวมานี้ชี้ให้เห็นว่า ในการแก้ปัญหาต่าง ๆ นั้น พระพุทธองค์ทรงสอนคนให้แก้ปัญหาที่ต้นเหตุ มิใช่ไปแก้ปัญหาที่ปลายเหตุ เพราะถ้าแก้ที่ปลายเหตุปัญหาจะไม่สิ้นสุด เพราะต้นเหตุแห่งปัญหายังแก้ไม่ได้นั่นเอง ฉะนั้น จึงควรแก้ปัญหาที่ต้นเหตุ พระพุทธองค์เมื่อทรงดับทุกข์ ก็ทรงดับที่ต้นเหตุแห่งทุกข์นั่นเอง พระองค์จึงได้ตรัสรู้เป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้า คือทรงรู้แจ้งในอริยสัจ 4 คือ ทุกข์ สาเหตุแห่งทุกข์ ความดับทุกข์ และวิถีทางแห่งความดับทุกข์ นั้น⁸ พร้อมทั้งการเจริญด้วยมรรคมงคล 8 นั้นเอง และวิธีที่จะดับทุกข์ได้อย่างสิ้นเชิง ได้แก่พระนิพพาน อันเป็นจุดหมายสูงสุดตามหลักพระพุทธศาสนา

ด้วยเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงต้องการศึกษาวิจัยเรื่องสติ ที่ปรากฏในคัมภีร์สำคัญในพุทธศาสนา ในประเด็นเกี่ยวกับความหมาย ลักษณะและ ความสำคัญของสติ ตลอดจนหลักการพัฒนาสติ และหลักธรรมที่สัมพันธ์ทั้งในด้านส่งเสริมและเป็นปฏิปักษ์ ตลอดจนบทบาทของสติกับการแก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน และประโยชน์ของสติที่เราสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้ ในสังคมไทยปัจจุบัน ทั้งนี้เพื่อให้เข้าใจและเห็นความสำคัญของเรื่องสติอย่างแท้จริง เพื่อให้รู้เท่าทัน และรู้จักการวางท่าทีที่ถูกต้องต่อกระแสวัตถุนิยมในปัจจุบัน อันจะก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งแก่ตนเองและสังคมต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ในการวิจัย

งานวิจัยนี้ต้องการนำเสนอผลการวิจัยคำสอนเกี่ยวกับสติในภาคทฤษฎี เพื่อผลในภาคปฏิบัติ คือ ศึกษาวิเคราะห์เรื่องสติเชิงทฤษฎีตามที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทแล้วนำมาปรับประยุกต์ใช้ในเชิงปฏิบัติ เพื่อประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตตามสภาพสังคมปัจจุบัน โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1.2.1 เพื่อศึกษาคำสอนเรื่องสติที่ถูกต้องอย่างเป็นระบบตามที่ปรากฏในคัมภีร์ของพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อให้เกิดเป็นองค์ความรู้ที่ถูกต้องชัดเจน สอดคล้องกับหลักพุทธธรรมโดยรวม

⁷ ส.มหา. (บาลี) 19/861/260, ส.มหา. (ไทย) 31/861/11.

⁸ วิ.มหา. (บาลี) 4/14/18, วิ.มหา. (ไทย) 6/14/45.

1.2.2 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของสติกับหลักธรรมอื่นทั้งในด้านส่งเสริมและเป็นปฏิปักษ์ต่อสติ

1.2.3 เพื่อวิเคราะห์ถึงแนวทางการฝึกสติและความสำคัญของสติต่อการดำเนินชีวิตในโลกปัจจุบัน

1.3 ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ แบ่งการวิจัยออกเป็น 2 ตอน คือ

1.3.1 ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ซึ่งเน้นวิจัยทางเอกสาร (Documentary Research) เนื้อหาบางส่วนอาจครอบคลุมศาสตร์สาขาต่างๆ เป็นต้นว่า จิตวิทยา สังคมวิทยา ตลอดจนมานุษยวิทยา ขอบเขตของการวิจัยจะเน้นวิจัยคำสอนเกี่ยวกับเรื่องสติตามที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท คือ พระไตรปิฎก อรรถกถา และปกรณ์วิเศษเป็นหลัก โดยมีตำราหรือสื่อสิ่งพิมพ์ต่างๆที่เกี่ยวข้องเป็นส่วนประกอบ

1.3.2 ใช้การวิจัยภาคสนาม (Field Research) โดยการสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับการพัฒนาสติของบุคคลต่อตนเองและสังคมของประชากรกลุ่มตัวอย่างโดยการสร้างแบบสอบถาม โดยทำการสำรวจข้อมูลภาคสนาม ตั้งแต่เดือนพฤษภาคม – ธันวาคม พ.ศ. 2550 จำนวน 200 รูป/คน เพื่อนำมาเป็นข้อมูลเสริมและเป็นส่วนประกอบงานวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

1.4 วิธีดำเนินการวิจัย

1.4.1 รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยภาคเอกสารและภาคสนาม มีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

1.4.1.1 ภาคเอกสาร

ก) ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary sources) คือ พระไตรปิฎก

ข) ศึกษาค้นคว้าและรวบรวมข้อมูลจากชั้นทุติยภูมิ (Secondary sources) มีอรรถกถา ฎีกา อนุฎีกา ปกรณ์วิเศษอื่นๆ หนังสือ ตลอดจนทั้งเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องนี้

ค) ศึกษาข้อมูลทั้งหมดที่ได้มาด้วยการวิเคราะห์ ดีความ แปลความ แล้วรวบรวมเรียบเรียงนำเสนอผลการวิจัย

1.4.1.2 ภาคสนาม

เป็นการวิจัยโดยการสร้างแบบสอบถาม เพื่อศึกษาความรู้ความเข้าใจและการฝึกปฏิบัติเกี่ยวกับสติของประชากรกลุ่มตัวอย่างโดยการสำรวจความคิดเห็นของการพัฒนาสติต่อบุคคลและสังคมต่อประชากรกลุ่มตัวอย่าง

1.4.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรกลุ่มตัวอย่างแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ได้แก่ กลุ่มประชาชนที่ปฏิบัติธรรมทั่วไปในวัดมหาธาตุ กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยจะสร้างแบบสอบถามต่อประชากรกลุ่มที่ 1 จำนวน 100 คน กลุ่มที่ 2 ได้แก่ พระภิกษุสงฆ์และสามเณรที่กำลังศึกษาในมหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย วิทยาเขตวังน้อย จังหวัด พระนครศรีอยุธยา จำนวน 100 รูป รวมจำนวนประชากรกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม ประมาณ 200 รูป/คน

1.4.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยจะสร้างแบบสอบถามขึ้นเองโดยศึกษาแนวความคิด เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เกี่ยวกับการพัฒนาสติของบุคคลต่อตนเองและสังคม โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 3 ตอน ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม จำนวน 8 ข้อ ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการฝึกปฏิบัติธรรมในพุทธศาสนาด้วยการเจริญสติเพื่อการช่วยพัฒนาบุคคลและสังคม จำนวน 40 ข้อ ตอนที่ 3 เป็นข้อเสนอแนะต่อการปฏิบัติตนเกี่ยวกับสติ

1.4.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากเก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามเรียบร้อยแล้ว จะทำการตรวจสอบความถูกต้องให้คะแนนและลงรหัส จากนั้นนำข้อมูลไปวิเคราะห์ ทางสถิติด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ โดยใช้สถิติพรรณนานำเสนอด้วยค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ข้อมูลจากการสัมภาษณ์จะเลือกนำมาเรียบเรียงตามหัวข้อประเด็นที่ตั้งไว้

1.4.5 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้สถิติพรรณนาคือค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (Percentage)

ส่วนที่ 2 วิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นเกี่ยวกับสถิติในพุทธศาสนาเถรวาท โดยใช้สถิติ ค่าเฉลี่ย ($\bar{x}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) การให้คะแนนคำตอบในแบบสอบถามใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) 5 ระดับ โดยการกำหนดค่าคะแนน ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนนข้อคำถาม

ระดับความคิดเห็น	คำถามเชิงบวก	คำถามเชิงลบ
มากที่สุด	5	1 คะแนน
มาก	4	2 คะแนน
ปานกลาง	3	3 คะแนน
น้อย	2	4 คะแนน
น้อยที่สุด	1	5 คะแนน

การตีความหมายของคะแนนเฉลี่ย เมื่อตรวจแบบสอบถามของรายบุคคลแล้วทำการตีความหมายและกำหนดเกณฑ์ในการประเมินค่าน้ำหนักคำตอบในแต่ละประเด็นข้อคำถามผู้วิจัยใช้ระบบการให้คะแนนตามแนวของเบสท์ (Best 1981 : 179-187) ดังนี้

การตีความหมายของคะแนนเฉลี่ย

คะแนนเฉลี่ย	หมายถึง	ระดับของความคิดเห็น
1.00 – 1.80	หมายถึง	เห็นด้วยในระดับน้อยที่สุด
1.81 – 2.60	หมายถึง	เห็นด้วยในระดับน้อย
2.61 – 3.40	หมายถึง	เห็นด้วยในระดับปานกลาง
3.41 – 4.20	หมายถึง	เห็นด้วยในระดับมาก
4.21 – 5.00	หมายถึง	เห็นด้วยในระดับมากที่สุด

ส่วนที่ 3 เป็นข้อเสนอแนะต่อการปฏิบัติเกี่ยวกับสติใช้การพรรณนาความ

1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

งานวิจัยนี้ เป็นการศึกษาคำสอนเกี่ยวกับเรื่องสติ ตามที่ปรากฏในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทเพื่อนำไปประยุกต์ใช้ให้เกิดผลดีต่อการปฏิบัติธรรมของแต่ละบุคคล และสอดคล้องกับการดำเนินชีวิตตามสภาพสังคมไทยปัจจุบัน ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับมีดังนี้

1.5.1 ทำให้ทราบความหมายและขอบเขตของสติที่ปรากฏในคัมภีร์ทางพุทธศาสนาเถรวาท เป็นต้น

1.5.2 ทำให้ทราบกระบวนการของสติตลอดถึงความสัมพันธ์กันกับหลักธรรมข้ออื่นๆ ทั้งด้านส่งเสริมและเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน

1.5.3 ทำให้ตระหนักถึงคุณค่าและความสำคัญของสติต่อการดำเนินชีวิตในโลกปัจจุบัน