

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่องการพัฒนาโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญ: กรณีศึกษาวัดเอก อําเภอกะเสสินธุ์ จังหวัดสงขลา ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าพระไตรปิฎก คัมภีร์อรรถกถา หนังสือ ตำราวิชาการและเอกสารต่าง ๆ เพื่อหาแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาประกอบการ ศึกษาวิจัย ซึ่งจากการศึกษาค้นคว้าดังกล่าวทำให้ได้ประเด็นสำคัญที่สามารถนำมาเป็นแนวทาง และกรอบในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ดังนี้

- 2.1 หลักการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา
- 2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาโครงการ
- 2.3 แนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจ
- 2.4 แนวคิดเกี่ยวกับความรู้
- 2.5 แนวคิดเกี่ยวกับโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญของวัดเอก
- 2.6 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2.1 หลักการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา

2.1.1 ความหมายของการปฏิบัติธรรม

โดยปกติทั่วไป เมื่อกล่าวถึงคำว่า “ปฏิบัติธรรม” มักเป็นที่เข้าใจกันว่า หมายถึง รักษา ศีล เจริญภาวนา โดยมีรูปแบบหรือวิถีชีวิตที่ต่างไปจากคนทั่วไปอย่างชัดเจน เช่น นุ่งขาวห่มขาว มีข้อวัตรปฏิบัติที่เคร่งครัด และอยู่ในวัดหรือสถานที่ปฏิบัติธรรมเป็นการเฉพาะ ความเข้าใจเช่นนี้ เป็นสิ่งที่ถูกต้องหรือไม่ และหากไม่ถูกต้อง ความเข้าใจที่ถูกต้องเป็นเช่นไร ในที่นี่จะได้ศึกษา วิเคราะห์เพื่อให้เกิดความชัดเจนยิ่งขึ้น

ตามคำนิยามความหมายในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 คำว่า “ปฏิบัติธรรม” หมายถึง “ประพฤติตามธรรม , เจริญภาวนา”¹ คำนิยามดังกล่าวนี้ ดูเหมือนว่าเมื่อ

¹ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 (กรุงเทพมหานคร: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้น, 2546), น.647.

กล่าวถึงการปฏิบัติธรรม อาจเข้าใจความหมายได้ 2 นัย คือ การประพฤติตามหลักธรรมต่างๆ ซึ่งเป็นความหมายอย่างกว้าง ๆ อย่างหนึ่ง และการเจริญภาวนา ซึ่งเน้นที่การฝึกอบรมจิตใจให้สงบระงับและเกิดปัญญาอีกอย่างหนึ่ง แต่อย่างไรก็ตาม ความเข้าใจเช่นนี้อาจยังสรุปไม่ได้อย่างแน่นอนว่าถูกต้องหรือเหมาะสมหรือไม่ เพราะในที่นี้มาดังกล่าวยังไม่มีคำอธิบายที่ชัดเจน จึงควรศึกษาวิเคราะห์โดยศัพท์และเนื้อหาให้มากยิ่งขึ้น

คำว่า “ปฏิบัติธรรม” มาจากคำว่า “ปฏิบัติ” และ “ธรรม” ตามคำนิยามความหมายใน พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 คำว่า “ปฏิบัติ” เป็นคำกริยา หมายถึง “ดำเนินการไปตามระเบียบแบบแผน เช่น ปฏิบัติราชการ, กระทำเพื่อให้เกิดความชำนาญ เช่น ภาควิชาปฏิบัติ, กระทำตาม เช่น ปฏิบัติตามสัญญา, ประพฤติ เช่น ปฏิบัติสมณธรรม ปฏิบัติต่อกัน, ประพฤติรับใช้ เช่น ปฏิบัติบิดามารดา ปฏิบัติครูบาอาจารย์”² ส่วนคำว่า “ธรรม” หมายถึง “คุณความดี เช่น เป็นคนดีมีธรรม, คำสั่งสอนในศาสนา เช่น ธรรมของพระพุทธเจ้า, หลักประพฤติกฎปฏิบัติในทางศาสนา เช่น ปฏิบัติธรรม ประพฤติธรรม, ความจริง เช่น ได้ดวงตาเห็นธรรม, ความยุติธรรม, ความถูกต้อง เช่น ความเป็นธรรมในสังคม...”³

ในพจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ ได้ให้คำนิยามความหมายคำว่า “ปฏิบัติ” ไว้ว่า หมายถึง “ประพฤติ, กระทำ, บำรุง, เลี้ยงดู”⁴ ส่วนคำว่า “ธรรม” หมายถึง

สภาพที่ทรงไว้, ธรรมดา, ธรรมชาติ, สภาวะธรรม, สัจธรรม, ความจริง, เหตุ, ต้นเหตุ, สิ่ง, ปรากฎการณ์, ธรรมารมณ, สิ่งที่ใจคิด, ความถูกต้อง, ความประพฤติชอบ, หลักการ, แบบแผน, ธรรมนิยม, หน้าที่, ความชอบ, ความยุติธรรม, พระธรรม, คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าซึ่งแสดงธรรมให้เปิดเผยปรากฏขึ้น⁵

ตามคำอธิบายของพระอรหันตเถาจารย์หลังสมัยพุทธกาล คำว่า “ธรรม” มีความหมาย 10 นัย ดังนี้

ศัพท์ว่า “ธรรม” มีความหมาย 10 นัย ได้แก่ ไถยยธรรม (สิ่งที่ควรรู้) มรรคธรรม (ปฏิบัติที่ควรดำเนิน) นิพพานธรรม (ธรรมคือนิพพาน) สภาวะธรรม (สิ่งที่มีเองเป็น

² ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 (กรุงเทพมหานคร: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้น, 2546), น.647.

³ เรื่องเดียวกัน, น.553.

⁴ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 10 (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส.อาร์.พริ้นติ้ง แอนด์ โปรดักส์ จำกัด, 2546), น.117.

⁵ เรื่องเดียวกัน, น.85.

เอง) ชาติธรรม (สิ่งธรรมดาสามัญทั่วไปหรือธรรมชาติ) มโนธรรม (ความรู้สึกผิดชอบในใจ) วิสัยธรรม (สิ่งที่เป็นอารมณ์หรือวิสัยของอายตนะภายใน) ปุณฺณธรรม (สิ่งที่เป็นความดีและนำมาซึ่งความสุข) ภาวธรรม (สิ่งที่มีอยู่ซึ่งใช้เป็นคำคุณศัพท์) และ ปาวจนธรรม (คำสอนหรือปริยัติธรรม)⁶

ท่านพุทธทาสภิกขุ ได้อธิบายความหมายคำว่า “ธรรม” ไว้ว่าหมายถึง ทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ยกเว้นสิ่งใดเลย ไม่ว่าจะเป็นสิ่งดี สิ่งชั่ว สิ่งไม่ดีไม่ชั่ว ก็รวมอยู่ในคำว่า “ธรรม” ทั้งหมด⁷ เพื่อให้เห็นชัดว่าสิ่งที่เรียกว่าธรรมนั้น หมายถึงทุกสิ่งอย่างไร ท่านยังได้อธิบายให้ชัดออกไปซึ่งสรุปได้ว่า ธรรม หมายถึง สิ่งเหล่านี้ คือ

- 1) ธรรมชาติทุกอย่างทุกชนิด
- 2) กฎธรรมชาติ ซึ่งมีประจำอยู่ในธรรมชาติเหล่านั้น
- 3) หน้าที่ต่าง ๆ ที่มนุษย์จะต้องประพฤติหรือกระทำในทางโลกหรือทางธรรมก็ตาม กล่าวคือ มนุษย์ต้องประพฤติให้ถูกต้องตรงตามกฎของธรรมชาติ จึงจะไม่เกิดทุกข์ขึ้นมา
- 4) ผลของการทำหน้าที่ หรือการปฏิบัติที่เกิดขึ้นตามกฎของธรรมชาติ เช่น ความสุข ความทุกข์ หรือการบรรลุมรรค ผล นิพพาน⁸

ในหนังสือพุทธธรรม พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต) ได้สรุปลักษณะของธรรม โดยเฉพาะธรรมในทางพระพุทธศาสนาไว้เป็น 2 อย่าง คือ

- 1) หลักความจริงสายกลาง ที่เรียกว่า “มัชฌิมาธรรม” ว่าด้วยความจริงตามแนวของเหตุผลบริสุทธิ์ตามกระบวนการของธรรมชาติ
- 2) ข้อปฏิบัติสายกลาง ที่เรียกว่า “มัชฌิมาปฏิบัติ” อันเป็นหลักการครองชีวิตของผู้ฝึกอบรมตน ผู้รู้เท่าทันชีวิต ไม่หลงมกมาย มุ่งผลสำเร็จ คือ ความสุข ความสะอาด สว่าง สงบ เป็นอิสระที่สามารถมองเห็นได้ในชีวิตนี้⁹

⁶ วริยา ชินวรรโณและคณะ, สมาธิในพระไตรปิฎก(กรุงเทพมหานคร: บริษัท ด้านสุทธาการพิมพ์ จำกัด, 2543) น.9-12.

⁷ พุทธทาสภิกขุ, พจนานุกรมธรรมของท่านพุทธทาส (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ธรรมสภา, 2549), น.88.

⁸ เรื่องเดียวกัน, น.89-90.

⁹ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) , พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 11 (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2546) , น. 6

จากคำนิยามความหมายทั้งหมดข้างต้น อาจจะสามารถได้ว่า คำว่า “ปฏิบัติ” ในคำว่า “ปฏิบัติธรรม” นั้นมีความหมายเฉพาะว่า “ประพฤติหรือกระทำ” ส่วนคำว่า “ธรรม” นั้นมีความหมายกว้างมาก ความหมายที่กว้างที่สุด คือ ทุกสิ่งทุกอย่าง ไม่ยกเว้นสิ่งใด ๆ แต่หากกล่าวเฉพาะความหมายในคำว่า “ปฏิบัติธรรม” คำว่า “ธรรม” จะมีความหมายแคบลง กล่าวคือ หลักประพฤติปฏิบัติในทางศาสนา หรือ หลักความดีที่สามารถนำมาประพฤติปฏิบัติได้ ความหมายของคำว่า “การปฏิบัติธรรม” จึงได้แก่ การประพฤติปฏิบัติตามหลักความดีซึ่งเป็นหลักปฏิบัติในทางพระพุทธศาสนานั้นเอง

อย่างไรก็ตาม ความหมายของการปฏิบัติธรรมดังกล่าวข้างต้นนั้น ยังเป็นคำนิยามที่อาจแบ่งได้เป็น 2 นัย ดังนี้

1) ในความหมายแคบๆ หมายถึง การถือวัตรปฏิบัติที่เคร่งครัด โดยการบวชหรือการนุ่งขาวห่มขาว รักษาศีล 8 และเจริญภาวนาด้วยวิธีการต่าง ๆ เพื่อฝึกอบรมจิตใจให้เกิดความสงบและเกิดปัญญาเห็นแจ้ง ซึ่งอาจจะกระทำที่บ้าน วัดหรือสถานปฏิบัติธรรมต่าง ๆ ก็ได้ ความหมายนี้สอดคล้องกับความรู้สึกนึกคิดและความเข้าใจของคนโดยทั่วไปเมื่อกล่าวถึงคำว่า “ปฏิบัติธรรม” กล่าวคือ เห็นว่าการปฏิบัติธรรมเป็นรูปแบบชีวิตที่ต่างหากจากชีวิตปกติอย่างเด่นชัด และมีจุดมุ่งหมายของการปฏิบัติที่อยู่ในระดับสูง คือ เป็นการบำเพ็ญบารมีความดีเพื่อความพ้นทุกข์หรือสั่งสมไว้เป็นอุบิสัยในชาติต่อ ๆ ไปโดยมีจุดหมายปลายทาง คือ การบรรลุมรรค ผล นิพพาน

2) ในความหมายกว้าง ๆ หมายถึง การประพฤติตามหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นการประพฤติสุจริตทั้งทางกาย วาจาและใจ เช่น การปฏิบัติตามหลักธรรมต่าง ๆ อันเป็นหลักธรรมพื้นฐานในการดำเนินชีวิตหรือหลักธรรมที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวัน อาทิ หลักอิทธิบาท 4 , หลักสังคหวัตถุ 4 , พรหมวิหาร 4 และศีล 5 ความหมายนี้ยังครอบคลุมไปถึงการถือวัตรปฏิบัติอย่างเคร่งครัด มีจุดมุ่งหมายในระดับที่สูงขึ้นตามนัยความหมายในข้อที่ 1 ด้วย

ความหมายของการปฏิบัติธรรมดังกล่าวนี้ เป็นสิ่งที่ควรมีการทำความเข้าใจกันในวงสังคมให้ชัดเจน เพื่อให้เป็นที่เข้าใจว่า เมื่อพูดถึงการปฏิบัติธรรม อาจต้องดูบริบทด้วยว่าผู้พูดมุ่งหมายถึงการปฏิบัติธรรมในนัยใด เช่น ถ้าพูดว่า “ช่วงวันหยุดนี้ ไปปฏิบัติธรรมกันเถิด” ประโยคนี้น่ามุ่งหมายถึง การปฏิบัติธรรมในลักษณะที่ 1 แต่ถ้าพูดว่า “สังคมจะสงบร่มเย็นได้ เพราะทุกคนปฏิบัติธรรม” ประโยคนี้น่ามีความหมายอย่างกว้างๆ ตามนัยข้อที่ 2

สิ่งสำคัญที่ควรเน้นย้ำสำหรับคฤหัสถ์ทั่วไปก็คือ การปฏิบัติธรรมมิใช่เป็นสิ่งที่ทำให้วิถีชีวิตต้องผิดแผกไปจากวิถีชีวิตตามปกติโดยเด็ดขาด กล่าวคือ การไม่ได้บวชเป็นบรรพชิตและการ

ไม่ได้มุ่งขานห่มชาวเถรวาทปฏิบัติเคร่งครัด ไม่ใช่เงื่อนไขที่ทำให้ผู้เป็นคฤหัสถ์ได้ชื่อว่าเป็นปฏิบัติธรรม หรืออาจจะกล่าวได้ว่าการได้ชื่อว่าเป็นพุทธศาสนิกชนหรือพุทธสาวกผู้เชื่อฟังและปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้านั้น มิได้หมายเฉพาะบรรพชิตและอุบาสกอุบาสิกาผู้มุ่งขานห่มชาวเท่านั้น ผู้ศรัทธาและปฏิบัติตามคำสอนของพระพุทธเจ้าแม้ใช้ชีวิตแบบชาวบ้านทั่วไป ยังมีความรักใคร่ชอบใจในสิ่งต่าง ๆ ก็จัดเป็นอุบาสกอุบาสิกาผู้เป็นพุทธสาวกได้ ดังความในพระไตรปิฎกที่พระพุทธเจ้าตรัสถึงความแพร่หลายของพระพุทธศาสนาว่ามีความสมบูรณ์ได้ เพราะมีพุทธสาวกแพร่หลาย ได้แก่ มีทั้งภิกษุผู้เป็นเถระ ภิกษุณีผู้เป็นเถรี ซึ่งบรรลุดุจธรรมชั้นสูง รวมทั้งภิกษุภิกษุณีผู้มีภูมิธรรมปานกลาง ผู้บวชใหม่ อุบาสกอุบาสิกาผู้ประพฤติพรหมจรรย์มุ่งขานห่มชาว และอุบาสกอุบาสิกาผู้ยังมีความชอบความใคร่ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสอยู่¹⁰

ด้วยเหตุนี้ พุทธศาสนิกชนที่ใช้ชีวิตตามปกติในแต่ละวันก็สามารถเป็นผู้ปฏิบัติธรรมได้ หากมีหลักการดำเนินชีวิตที่ดีงาม ไม่ก่อความเดือดร้อนให้ตนเองและผู้อื่น นำมาซึ่งความสุข ความสงบ ร่มเย็น โดยการละเว้นความชั่ว ไม่ยุ่งเกี่ยวกับอบายมุขทุกชนิด หมั่นทำแต่ทำความดี ทำหน้าที่ของตนให้สมบูรณ์ เคารพกฎกติกาสังคม รู้จักให้ มีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น มีความรักใคร่สามัคคีกัน และหมั่นทำจิตใจของตนให้บริสุทธิ์ ไม่อิจฉาริษยาผู้อื่น พลอยยินดีเมื่อผู้อื่นได้ดี เป็นต้น

2.1.2 ความสำคัญของการปฏิบัติธรรม

ตามทัศนะทางพระพุทธศาสนา ทุกชีวิตในโลกต่างปรารถนาความสุขด้วยกันทั้งนั้น ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “สัตว์ทั้งหลายย่อมต้องการความสุข”¹¹ และความสุขที่แท้จริง หรือความสุขที่ถือว่าเป็นความสุขอันสูงสุดก็คือ ความดับทุกข์หรือนิพพาน¹² ซึ่งถือว่าเป็นเป้าหมายสูงสุดที่พระพุทธเจ้าทรงบรรลุถึงและทรงสั่งสอนให้พุทธสาวกดำเนินตามพระองค์ โดยทรงแสดงหลักการปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายดังกล่าวไว้ เรียกว่า “ทุกขนิโรธคามินีปฏิปทา” หรือ “มรรค” อันเป็นแนวทางสำคัญในการปฏิบัติธรรม

¹⁰ ที.ปา. 11/106/137-138.

¹¹ ชุ.ธ. 25/20/32.

¹² ที.ม. 13 / 287/281.

จากทัศนะนี้ ทำให้สรุปได้ว่า ความสำคัญสูงสุดของการปฏิบัติธรรมมีเพียงประการเดียวคือ ความดับทุกข์ ซึ่งเป็นภาวะที่หลุดพ้นจากกิเลสเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลาย ดังที่พระอรรถกถาจารย์กล่าวไว้ว่า

พระผู้มีพระภาคเจ้าได้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณจนถึงปรินิพพานด้วยอนุภาทิสเสนิพพานธาตุ ในระหว่างนี้ทรงพร่ำสอนเทวดา มนุษย์ นาค และยักษ์ หรือทรงพิจารณาตลอดเวลา 45 ปี ได้ตรัสพระพุทฺธพจนินโดไว้ พระพุทฺธพจนินันท์ทั้งหมดมีรสอย่างเดียว คือ มีวิมุตติเป็นรสเท่านั้น¹³

อย่างไรก็ตาม เนื่องจากการปฏิบัติธรรมนั้นมีหลายลักษณะหรือหลายระดับชั้น กลุ่มบุคคลผู้ปฏิบัติธรรมอันได้แก่ พุทธบริษัท 4 ก็มีภูมิธรรมที่แตกต่างกัน ผลหรือประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมจึงต้องแบ่งเป็นระดับชั้นไปด้วย นับตั้งแต่ขั้นพื้นฐาน จนถึงระดับชั้นสูงสุด ดังแนวคิดทางพระพุทธศาสนาเรื่องอัตถะ 3¹⁴ ที่แสดงให้เห็นชัดเจนถึงประโยชน์ที่ได้จากการปฏิบัติธรรม 3 ชั้น ได้แก่ 1) ขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ประโยชน์ที่จะพึงได้รับในปัจจุบัน เรียกว่า “ทิฏฐธัมมิกัตถะ” 2) ชั้นกลาง ได้แก่ ประโยชน์ที่จะพึงได้รับในอนาคตหรือภพชาติต่อไป เรียกว่า “สัมปรายิกัตถะ” และ 3) ชั้นสูงสุด ได้แก่ ประโยชน์ที่เป็นเป้าหมายสูงสุด คือ นิพพาน เรียกว่า “ปรมัตถะ”

แนวคิดดังกล่าวนี้สอดคล้องกันกับพระบรมราชาวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ที่ตรัสถึงความสำคัญของการปฏิบัติธรรมไว้ว่า

ธรรมในพระพุทธศาสนามีความหมดจดบริสุทธิ์และสมบูรณ์ด้วยเหตุผล ซึ่งบุคคลสามารถจะศึกษาและปฏิบัติด้วยปัญญา ความเพ่งพินิจให้เกิดประโยชน์คือความเจริญความผาสุกแก่ตนได้อย่างแท้จริง ตั้งแต่ประโยชน์ขั้นพื้นฐาน คือ การตั้งตัวให้เป็นปกติสุข จนถึงประโยชน์ขั้นปรมาตม์ คือ หลุดพ้นจากเครื่องเกาะเกี่ยวร้อยรัดทุกประการ¹⁵

จะเห็นได้ว่า นอกเหนือจากความดับทุกข์อันเป็นประโยชน์ของการปฏิบัติธรรมในระดับสูงสุดที่เรียกว่า “ขั้นปรมาตม์” แล้ว ยังมีประโยชน์ในระดับชั้นอื่นซึ่งมีความสำคัญอีก เพื่อให้เห็นความสำคัญของการปฏิบัติธรรมที่ครอบคลุมและชัดเจน ไม่มุ่งเน้นเฉพาะเป้าหมายสูงสุดอย่าง

¹³วินย.อ.1/19

¹⁴ช.จ. 30/673/333.

¹⁵ ปภาโสภิกขุ, “พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงศึกษาพระธรรมวินัย,” วารสารแม่กองธรรม ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 (กรกฎาคม 2549) : น.15.

เดียว ในที่นี้ จึงขอแสดงทัศนะเกี่ยวกับความสำคัญของการปฏิบัติธรรม โดยแบ่งเป็น 2 ประเด็นกว้าง ๆ ได้แก่

2.1.2.1 ความสำคัญในระดับปัจเจก

ข้อนี้เป็นความสำคัญของการปฏิบัติธรรมในส่วนที่มีต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติธรรมโดยการเฉพาะ กล่าวคือ ผู้ใดปฏิบัติธรรม ผลแห่งการปฏิบัติธรรมย่อมเกิดแก่ผู้นั้น ความสำคัญของการปฏิบัติธรรมในระดับนี้จึงอยู่ที่ผลซึ่งผู้ปฏิบัติธรรมจะพึงได้รับ ในประเด็นนี้มีพระพุทธพจน์รับรองไว้ว่า “ผู้ปฏิบัติธรรม ย่อมอยู่เป็นสุข ทั้งในโลกนี้และโลกหน้า”¹⁶ คำว่า “โลกนี้” ในที่นี้ หมายถึง ภพชาติปัจจุบันที่ดำรงอยู่หรือชีวิตความเป็นอยู่ในโลกมนุษย์ขณะนี้ ส่วนคำว่า “โลกหน้า” หมายถึง ภพชาติหน้าหรือภพชาติที่จะต้องไปเกิดหลังจากการตาย ตามนัยนี้อธิบายได้ว่า ผู้ปฏิบัติธรรมย่อมมีความเป็นอยู่ที่สุข กล่าวคือ ปัจจุบันก็มีสุข ชาติหน้าก็ไม่ตกอบาย¹⁷ แต่ที่นอกเหนือจากนี้ ถ้าหากปฏิบัติธรรมถึงขั้นสมบุรณ์สูงสุด หมดสิ้นกิเลสอาสวะทั้งหลาย ยุติการเวียนว่ายตายเกิดได้ ก็ทำให้ได้รับผลขั้นปรมาตถ์ ได้แก่ การบรรลุนิพพาน ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “ผู้หมดสิ้นอาสวะ ย่อมปรินิพพาน”¹⁸ ซึ่งเป็นความสำคัญสูงสุดของการปฏิบัติธรรม

เพราะฉะนั้นในประเด็นนี้ ผู้วิจัยจึงจำแนกความสำคัญของการปฏิบัติธรรมในระดับปัจเจกออกเป็น 3 ชั้นตามหลักอรรถะ หรือ ประโยชน์ 3 ประการ¹⁹ ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นดังต่อไปนี้

1) ความสำคัญขั้นพื้นฐาน หมายถึง การมีชีวิตที่เป็นสุขในภพชาติปัจจุบัน โดยที่ความสุขนั้นพระพุทธศาสนาได้จำแนกไว้ 2 ประการ ได้แก่ ความสุขทางกาย (กายิกสุข) และความสุขทางใจ (เจตสิกสุข) และถือว่าความสุขทางใจเป็นความสุขที่สำคัญที่สุด²⁰ การปฏิบัติธรรมสามารถนำมาซึ่งความสุขได้ทั้ง 2 ทางนั้น กล่าวคือ ความสุขทางกาย หมายถึง ความสุขที่เกิดจากความสะอาด ความสบายที่เกี่ยวข้องด้วยวัตถุ ดังเช่น ตามหลักพระพุทธศาสนา คฤหัสถ์ทั่วไปย่อมมีความสุขที่พึงปรารถนา 4 ประการ ได้แก่ การมีทรัพย์ การได้ใช้จ่ายทรัพย์

¹⁶ ชุ.ธ. 25/23/38.

¹⁷ อบาย คือ อบายภูมิ หมายถึง ภูมิกำเนิดที่ปราศจากความเจริญ มี 4 ได้แก่ 1) นิรยะสัตวันรก 2) ปิตติวิสัย ภูมิแห่งเปรต 3) อสุรกาย พวกอสุรกาย 4) ตีรัจฉานโยนิ กำเนิดแห่งเดรัจฉาน

¹⁸ ชุ.ธ. 25/19/31.

¹⁹ ชุ.จ. 30/673/333.

²⁰ อจ.ทุก. 20/315/101.

ตามต้องการ การไม่มีหนี้สิน และมีการทำงานที่ดีทำ²¹ การจะได้มาซึ่งความสุขเหล่านี้ หากไม่ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบหรือสร้างเหตุที่ดีทั้งที่เป็นเหตุในอดีตและปัจจุบันก็คงเป็นไปไม่ได้ และหากกล่าวเฉพาะเหตุในปัจจุบันที่สามารถนำมาซึ่งความสุขเหล่านี้ซึ่งเห็นชัด ก็คือ การปฏิบัติตามหลักธรรม เช่น หลักทฤษฎีอัมมิกัตถะ 4 (ประโยชน์ในภพปัจจุบัน) ได้แก่ (1) มีความขยันหมั่นเพียรประกอบการทำงานหน้าที่ อย่างเอาจริงเอาจัง ไม่ย่อท้อ เรียกว่า อุกุณฺฐานสัมปทา (2) รู้จักเก็บออม รู้จักรักษาคุ้มครองทรัพย์ที่หามาได้จากการงานหรืออาชีพ รวมทั้งความดีที่พยายามกระทำให้งอกอยู่ เรียกว่า อารักขสัมปทา (3) มีมิตรสหายและบุคคลรอบข้างที่สมาคมด้วยเป็นคนดี เรียกว่า กัลยาณมิตรตตา และ (4) ใช้ชีวิตพอเพียง เลี้ยงชีวิตเหมาะสมกับฐานะ ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย เรียกว่า สมชีวิตา²²

การทำงานด้วยความขยันหมั่นเพียรย่อมเป็นเหตุแห่งทรัพย์และเกียรติยศ ซึ่งเป็นปัจจัยให้สามารถซื้อหาสิ่งต่าง ๆ ที่ต้องการได้ตามความปรารถนา พรั่งพร้อมด้วยมิตรบริวาร ทั้งยังสามารถสร้างประโยชน์เพื่อส่วนรวมให้กว้างขวางออกไปได้ แต่หากไม่รู้จักรักษาทรัพย์และคุณความดี ประกอบกับไม่เลือกคบมิตรที่ดีและใช้จ่ายฟุ่มเฟือยก็ยากที่จะทำให้ประสบสุขในชีวิต อดุสฺสัฏฐังคณังได้ การปฏิบัติธรรมจึงมีความสำคัญเพราะสามารถอำนวยสุขขั้นพื้นฐานนี้ได้

นอกจากนั้นแล้ว ในการอยู่ร่วมกันในสังคม บุคลิกภาพ (Personality) ของบุคคลก็มีส่วนสำคัญในการเป็นเครื่องประสานใจให้ผู้อื่นเข้าหา สมาคมด้วยหรือร่วมงานกันอย่างมีความสุข ซึ่งก็เป็นผลให้ผู้มีบุคลิกภาพที่ดีมีความสุขไปด้วย การปฏิบัติธรรมสามารถเป็นเครื่องสร้างเสริมบุคลิกภาพของบุคคล²³ ได้เป็นอย่างดี เพราะเรื่องบุคลิกภาพเป็นเรื่องของลักษณะภายในและภายนอกของบุคคลที่สามารถเสริมสร้างให้สง่างามได้ด้วยธรรม เช่น อากัปภิกขา การวางท่า การวางตัว เหล่านี้สามารถเสริมสร้างได้ด้วยความสำรวมระวัง (อินทริยสังวร) ความเคารพนอบน้อม (คารวธรรม) ความอดทน (ขันติ) ความสงบเสงี่ยม (โสรัจจะ) และความมีน้ำใจเสียสละแบ่งปัน (ทาน) เป็นต้น

ในด้านการทำงาน การปฏิบัติธรรมสามารถสร้างเสริมความสามารถ (Ability) คือ สมรรถภาพของบุคคลในการทำงานได้เป็นอย่างดี เพราะหลักธรรมหลายประการที่เป็นคุณสมบัติของผู้ปฏิบัติงานที่ดีและทำให้งานประสบความสำเร็จ เช่น ความพึงพอใจในการทำงาน (ฉันทะ) ความขยัน ไม่ย่อท้อ (วิริยะ) ความเอาใจใส่ มีสมาธิกับงาน (จิตตะ) และรู้จักพิจารณา ทดสอบ ทบ

²¹ อ.จ.ตฤก. 21/62/90.

²² พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, น. 595.

²³ ศิริวรรณ เสรีรัตน์ และคณะ, พฤติกรรมองค์การ (กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธีระฟิล์ม และไซเท็กซ์ จำกัด, 2541), น.49.

ทวน วางแผนงานอย่างรอบคอบ(วิมังสา) ซึ่งเรียกว่า หลักอิทธิบาท 4²⁴ นี้เป็นตัวอย่างของหลักธรรมที่เสริมสร้างความสามารถในตัวบุคคล ซึ่งแสดงให้เห็นความสำคัญของการปฏิบัติธรรมเช่นกัน

ส่วนความสุขทางใจ ในขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ความไม่เดือดร้อนใจที่เรียกว่า “อวิปปริสา” ก็เป็นผลที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม โดยการไม่เบียดเบียนผู้อื่น มีศีลหรือปฏิบัติตามวินัย จนเป็นผลให้มีความสุขชั้นละเอียดขึ้นโดยลำดับ กล่าวคือ เมื่อไม่มีความเดือดร้อนใจ(อวิปปริสา) ก็ทำให้เกิดความชุ่มชื่นใจ(ปราโมทย์) อิมเฉบใจ (ปีติ) สงบใจ (ปีติสัทธา) สุขใจ (สุข) จนถึงขั้นมีสมาธิและปัญญา²⁵

อนึ่ง การปฏิบัติธรรมในลักษณะการปฏิบัติกรรมฐาน ก็มีส่วนสำคัญที่ทำให้ได้รับความสุขในปัจจุบันได้ ดังเช่นที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงการเจริญเมตตาไว้ว่ามีอานิสงส์ 11 ประการ ได้แก่ ทำให้นอนหลับเป็นสุข ตื่นก็เป็นสุข ไม่ฝันร้าย เป็นที่รักของมนุษย์และอมมนุษย์ เทวดาคุ่มครอง ปลอดภัยจากอันตราย(ไฟ ยาพิษและศาสตราวุธ) จิตเป็นสมาธิได้เร็ว สีนหน้าผ่องใส มีสติไม่หลงลืมในเวลาจะสิ้นชีพ และถ้ายังไม่ได้บรรลุคุณธรรมขั้นสูงสุด คือ นิพพาน เมื่อตายไปก็จะมีพรหมโลกเป็นแดนเกิด²⁶ อานิสงส์เกือบทุกข้อถือเป็นความสุขขั้นพื้นฐานของชีวิต ที่ทุกคนปรารถนา (ข้อท้ายสุดนั้นจัดเป็นเป้าหมายที่มีความสำคัญขั้นกลาง)

ในลักษณะเดียวกันนี้ ศาสตราจารย์นายแพทย์ประเวศ วะสี ได้แสดงทัศนะไว้ว่า การปฏิบัติธรรมโดยการเจริญกรรมฐานหรือการเจริญสตินี้เป็นวิธีการทางปัญญาอย่างยอดเยี่ยมและมีประโยชน์สุดคณา เพราะช่วยให้สัมผัสความจริงและการคิดตรงและคมชัดมากขึ้น กล่าวคือ การเจริญสติทำให้จิตเป็นกลาง การเจริญสติทำให้เอาปัญญามาใช้ได้ทัน ป้องกันความผิดพลาดและสกัดกั้นความไม่ตั้งงามไม่ให้เข้ามาสู่ตัว การเจริญสติทำให้เกิดความสุขอันล้นเหลือ ทำให้สัมผัสความงามอันดำรงอยู่รอบตัว การเจริญสติยังช่วยรักษาสุขภาพและช่วยให้อายุยืน²⁷ เหล่านี้ล้วนเป็นตัวอย่างของผลของการปฏิบัติธรรมซึ่งจัดอยู่ในความสำคัญระดับปัจเจกขั้นพื้นฐานทั้งสิ้น

²⁴ ที.ป.า. 11/231/233.

²⁵ วิ.มหา.อ. 1/126.

²⁶ ชุ.ปฎิ. 31 /574 /482.

²⁷ ประเวศ วะสี, ยุทธศาสตร์ทางปัญญาแห่งชาติ, พิมพ์ครั้งที่ 2 (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เคล็ดไทย จำกัด, 2538), น.29.

2) ความสำคัญชั้นกลาง คือ การเกิดในภพใหม่ที่เป็นสุข หรือ เกิดในสุคติภูมิ ได้แก่ มนุษย์ สวรรค์และพรหมโลก²⁸ ตามทัศนะทางพระพุทธศาสนา ผู้ปฏิบัติธรรม นอกจากจะมีชีวิตในปัจจุบันที่เป็นสุขดังกล่าวข้างต้นแล้ว เมื่อละจากโลกนี้ไปย่อมไม่ตกอบายหรือไม่ไปเกิดในทุคติ ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า

ธรรมแลย่อมรักษาผู้ประพฤติธรรม
 ธรรมบุคคลประพฤติดีแล้ว ย่อมนำสุขมาให้
 นี้เป็นอันสงส์ ในธรรมที่ประพฤติดีแล้ว
 ผู้ประพฤติธรรมย่อมไม่ไปสูทุคติ²⁹

การจะบรรลุถึงประโยชน์หรือความสำคัญชั้นกลางนี้ได้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสหลักธรรมสำหรับเป็นแนวปฏิบัติไว้ 4 ประการ เรียกว่า “สัมปรายิกัตถะ 4”³⁰ ได้แก่ (1) มีความเชื่อที่ประกอบด้วยเหตุผล ถูกหลักพระศาสนา ซาบซึ้งในพระรัตนตรัย มีสิ่งดีงามเป็นหลักยึดเหนี่ยวจิตใจ เรียกว่า สัทธาสัมปทา (2) ถึงพร้อมด้วยศีล มีความประพฤติดีงาม เลี้ยงชีพในทางสุจริต มีระเบียบวินัยสมควรแก่ภาวะแห่งการดำเนินชีวิตของตน เรียกว่า สีลสัมปทา (3) ประกอบด้วย ความเสียสละ รู้จักเผื่อแผ่แบ่งปัน พร้อมทั้งจะช่วยเหลือคนที่ควรได้รับความช่วยเหลือ เรียกว่า จาคสัมปทา และ (4) ดำเนินชีวิตด้วยปัญญา รู้จักคิดรู้จักพิจารณา ใช้วิจารณ์ญาณ รู้เท่าทันโลก และชีวิต สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระได้ตามโอกาส เรียกว่า ปัญญาสัมปทา³¹ หลักธรรมทั้ง 4 ประการนี้หากปฏิบัติสมบูรณ์ย่อมเป็นหลักประกันได้ว่าชีวิตในโลกหน้าเป็นชีวิตที่ดั่งใจแน่นอน

3) ความสำคัญชั้นสูงสุด คือ การบรรลุนิพพาน (ดับทุกข์โดยสิ้นเชิง) ซึ่งถือว่าเป็นความสำคัญอย่างยิ่งยวด เป็นจุดหมายชั้นสูงสุดหรือชั้นสุดท้าย³² ดังที่กล่าวไว้ในตอนต้น สำหรับวิถีปฏิบัติให้บรรลุความสำคัญชั้นสูงสุดของการปฏิบัติธรรมนี้ พระพุทธเจ้าได้ตรัสแสดงไว้ตั้งแต่การแสดงธรรมครั้งแรก คือ ธัมมจักกัปปวัตตนสูตร ซึ่งว่าด้วยทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา หรือ อริยมรรคมีองค์ 8) ดังพระพุทธพจน์ที่ว่า

²⁸ พ.อ. ปิ่น มุกขนันต์, คำบรรยายพระพุทธศาสนา ภาคที่ 3 (กรุงเทพมหานคร: กมลการพิมพ์, 2527), น.362.

²⁹ ชุ.เถร. 26/332/314.

³⁰ อ.ญ.อุฎฐก.23/145/297-298.

³¹ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, น.595.

³² เรื่องเดียวกัน.

ตถาคตได้ตรัสรู้แล้ว ซึ่งทางสายกลางที่ไม่ซ่องแวงที่สุดสองอย่างนั้น เป็นทางที่ก่อให้เกิดจักขุ (การเห็น) ก่อให้เกิดญาณ (การรู้) เป็นไปเพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้ เพื่อนิพพาน ก็ทางสายกลางนั้น...เป็นไฉน ทางนั้น คือ อริยมรรคอันประกอบด้วยองค์ 8 ประการ ได้แก่ สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกัปปะ สัมมาวาจา สัมมากัมมันตะ สัมมาอาชีวะ สัมมาวายามะ สัมมาสติ สัมมาสมาธิ³³

หลักการอริยมรรคมีองค์ 8 นี้ สามารถสรุปย่อลงเป็นหลักในการฝึกฝนพัฒนาตนตามหลักไตรสิกขาได้ 3 ประการ ได้แก่

(1) การปฏิบัติฝึกฝนอบรมตนในด้านความประพฤติ คือ การแสดงออกทางกายและวาจา ได้แก่ ข้อที่ 3, 4 และ 5 จัดเข้าในอริศีลสิกขา หรือ ศีล

(2) การปฏิบัติฝึกฝนอบรมตนด้านจิตใจให้สงบ พอกพูนคุณธรรมความดีให้เกิดขึ้นในจิตใจ ได้แก่ ข้อที่ 6, 7 และ 8 จัดเข้าในอริจิตตสิกขา หรือ สมาธิ

(3) การฝึกฝนอบรมตนด้านปัญญา ให้มีความรู้แจ้งเห็นจริง รู้เท่าทันโลกและชีวิตและคิดการเพื่อแก้ปัญหาที่บังพวngได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ได้แก่ ข้อที่ 1 และ 2 จัดเข้าในอริปัญญาสิกขา หรือ ปัญญา³⁴

ความสำคัญของการปฏิบัติธรรมในขั้นนี้ ถือเป็นขั้นที่ทำให้พระพุทธศาสนามีความโดดเด่นกว่าลัทธิอื่นอย่างเด่นชัด เพราะเป็นจุดยืนสำคัญที่ไม่มีศาสนาใดเหมือน

2.1.2.2 ความสำคัญในระดับสังคม

การปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา นอกจากจะมีความสำคัญเป็นการเฉพาะบุคคล คือ เป็นประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติเอง (อัตตहितะ) แล้ว พระพุทธศาสนายังให้ความสำคัญแก่ผู้สังคมหรือผู้อื่น(ปรหิตะ)ด้วย³⁵ ดังจะเห็นได้จากพระพุทธรจริยวัตรที่พระพุทธเจ้าทรงบำเพ็ญเป็นแบบอย่าง ซึ่งล้วนก่อให้เกิดประโยชน์สุขแก่ประชาชนในสังคมอินเดียสมัยพุทธกาลเป็นอย่างยิ่ง หลักธรรมคำสอนของพระองค์มากมายสะท้อนให้เห็นว่าทรงมีพระพุทธประสงค์ให้มีการดำเนินชีวิตที่ไม่เห็นแก่ตัว เอาใจเขามาใส่ใจเรา และเมตตาผู้อื่น อันเป็นเหตุทำให้สังคมมีสันติสุขได้ เพราะจะทำให้ไม่มีการเบียดเบียนกัน ดังเช่นพระพุทธพจน์ที่ว่า

สัตว์ทั้งหลายย่อมสะดุ้งต่ออาชญา สัตว์ทั้งหลาย ย่อมหวาดกลัวต่อความตาย

³³วิ.มหา. 4/13/18.

³⁴ม.มฺ. 12/508/549.

³⁵อญ.อญฺฐก. 23/115/224.

บุคคลควรยึดตัวเองเป็นข้อเปรียบเทียบ ไม่ควรหมำกัน ไม่ควรทำร้ายกัน³⁶

พระพุทธพจน์นี้ แสดงให้เห็นอย่างเด่นชัดว่า พระพุทธศาสนามุ่งให้ปฏิบัติธรรม มิใช่ มุ่งแต่ประโยชน์สุขส่วนตนเท่านั้น แต่ให้เห็นแก่ผู้อื่นหรือสังคม โดยให้ตระหนักว่าตัวเรารักสุข เกลียดทุกข์ฉันใด ผู้อื่นหรือสัตว์อื่นก็เหมือนกัน จึงไม่ควรเบียดเบียนทำร้ายกัน เพราะฉะนั้น หาก มีผู้ปฏิบัติธรรมในสังคมมาก ๆ สังคมย่อมเป็นสังคมที่เต็มไปด้วยความสงบสุข

ในอีกแง่หนึ่ง สังคมที่สงบสุขย่อมเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ชีวิตของปัจเจกมีสุข มีความ เจริญก้าวหน้า ดังในมงคลสูตร พระพุทธเจ้าได้ตรัสถึงเรื่องการอยู่ในประเทศที่เหมาะสม หรือที่ เรียกว่า “ปฏิรูปเทศ” ว่าเป็นมงคลแก่ชีวิต³⁷ คำว่า “ปฏิรูปเทศ” นี้ ก็คือ สังคมที่ดี หรือสังคมที่มี การปฏิบัติธรรม ดังที่พระอรรถกถาจารย์อธิบายไว้ว่า “ในประเทศใดบริษัท 4 ยังจาริกอยู่ ยัง บำเพ็ญบุญกุศลมีทานเป็นต้นอยู่ นวังคสัตถุศาสน์ยังรุ่งเรืองอยู่ ประเทศนั้น ชื่อว่า ปฏิรูปเทศ การอยู่อาศัยในปฏิรูปเทศนั้น(พระพุทธเจ้า) ตรัสว่าเป็นมงคล เพราะเป็นปัจจัยแก่การทำบุญของ สัตว์ทั้งหลาย”³⁸ จากคำอธิบายนี้แสดงให้เห็นว่า การปฏิบัติธรรมของบุคคลมีคุณค่าต่อสังคม คือ ทำให้สังคมเป็นสังคมที่ดี เมื่อสังคมเป็นสังคมที่ดีก็ส่งผลเกื้อกูลแก่บุคคล คือ ทำให้มีชีวิตที่เป็น มงคล เป็นสุขร่มเย็น

นอกจากนี้ ยังมีประเด็นที่ควรให้ความสำคัญอีกประการหนึ่ง คือ การปฏิบัติธรรมนั้น ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการขับเคลื่อนและดำรงอยู่ของพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นสถาบันทางสังคม อย่างหนึ่ง กล่าวคือ พระพุทธศาสนาเกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรมของพระบรมศาสดา การเผยแผ่ พระพุทธศาสนาให้เป็นที่ปรากฏก็เป็นเรื่องของการสั่งสอนแนวทางการปฏิบัติธรรมและมีผู้เชื่อใน คำสั่งสอน ถือปฏิบัติตามจนบรรลุผลของการปฏิบัติจริง เข้าถึงเป้าหมายของการปฏิบัติตามที่ พระบรมศาสดาทรงสั่งสอนไว้ และมีการสืบทอด สืบต่อกันมาเรื่อย ๆ ด้วยการสั่งสอน ศึกษาและ ปฏิบัติ การปฏิบัติธรรมจึงเป็นแกนสำคัญอย่างหนึ่งที่ช่วยให้พระพุทธศาสนาได้รับการยอมรับและ ดำรงอยู่ได้จนปัจจุบัน

โดยนัยดังกล่าวมา จึงสามารถจำแนกความสำคัญของการปฏิบัติธรรมออกเป็น ประเด็นกว้างๆ ที่สำคัญ 2 ประการ ได้แก่

1) ทำให้เกิดความสงบร่มเย็นในสังคม คำว่า “สังคม” ในที่นี้ หมายถึงทุกระดับของ สังคมนับตั้งแต่การอยู่ร่วมกันของคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป จนกระทั่งสถาบันต่างๆ ทางสังคม อาทิ

³⁶ พ.ธ. 25/20/32.

³⁷ พ.ช. 25/6/3.

³⁸ พ.ช.อ. 16/176.

สถาบันครอบครัว สถาบันการศึกษา สถาบันศาสนา สถาบันเศรษฐกิจ และสถาบันการเมือง จนถึงสังคมระดับโลก หากสังคมใดมีผู้ปฏิบัติธรรมอยู่ร่วมกัน ก็ย่อมทำให้สังคมนั้นเกิดสันติภาพ คือ มีความสงบ ไม่วุ่นวาย ไม่มีการเบียดเบียนทำร้าย ทำลายล้างกัน มีแต่ภราดรภาพ คือ ความเป็นพี่เป็นน้อง รักใคร่สมัครสมานกัน เพราะหลักธรรมหลายประการในทางพระพุทธศาสนา เป็นหลักการปฏิบัติที่มุ่งเน้นให้อยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข ดังเช่น หลักเบญจศีลหรือ ศีล 5 ซึ่งอันเป็นหลักปฏิบัติขั้นพื้นฐานของการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา ที่มุ่งเน้นให้บุคคลละเว้นจากการเบียดเบียนกัน เว้นการประพฤติดุริตกันอันเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนทั้งต่อตนและผู้อื่น³⁹, หลักทศ 6 ที่มุ่งเน้นให้บุคคลรู้จักดำรงตนและปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามฐานะของตนๆ เช่น เป็นบิดามารดาควรประพฤติอย่างไรต่อลูก เป็นลูกควรประพฤติอย่างไรต่อบิดามารดา เป็นต้น⁴⁰ หรือหลักสังคหวัตถุ 4 ที่มุ่งเน้นให้ดำรงชีวิตอย่างเกื้อกูลสงเคราะห์กันด้วยหลัก 4 ประการ ได้แก่ มีน้ำใจเอื้อเฟื้อเอื้ออาทรต่อกัน รู้จักให้รู้จักแบ่งปัน (ทาน) เจรจาด้วยวาจาที่อ่อนหวานสมานไมตรี (ปิยวาจา) บำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ไม่เห็นแก่ตัว (อัตถจริยา) และวางตนให้ถูกต้อง เหมาะสมกับฐานะ เสมอต้นเสมอปลาย (สมานัตตตา)⁴¹

หลักธรรมเหล่านี้ ล้วนเป็นหลักธรรมที่เมื่อปฏิบัติกันโดยทั่วถึง ย่อมทำให้เห็นประโยชน์โดยชัดแจ้งว่ามีความสำคัญต่อสังคม สามารถทำให้สังคมดำรงอยู่ได้อย่างสงบสุขร่มเย็น

2) ทำให้พระพุทธศาสนาดำรงอยู่ได้ ตามทัศนะทางพระพุทธศาสนา สรรพสิ่งในโลก แม้จะประเสริฐเลิศเลอสักปานใดก็ไม่อาจหลีกเลี่ยงพ้นความเป็นไปตามกฎธรรมชาติได้ ดังที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า “สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่เที่ยง สิ่งทั้งหลายทั้งปวงเป็นทุกข์ ธรรมทั้งหลายทั้งปวงเป็นอนัตตา”⁴² ด้วยเหตุนี้ แม้พระพุทธศาสนาก็ต้องเป็นไปตามกฎธรรมชาตินั้น

แต่กระนั้น เนื่องด้วยพระพุทธศาสนามีหลักธรรมอันเป็นทางแห่งสันติสุขของมวลมนุษยชาติ การดำรงอยู่อย่างมั่นคงยาวนานของพระพุทธศาสนา ย่อมเป็นสิ่งที่มีความสำคัญและเป็นที่ยอมรับของบัณฑิตทั้งหลาย แนวทางอย่างหนึ่งที่จะทำให้พระพุทธศาสนาดำรงอยู่ได้ก็คือ การรักษา สืบทอดพระพุทธศาสนาให้คงอยู่สืบต่อกันไปทุกยุคทุกสมัย ซึ่งวิธีการที่จะสืบทอดพระพุทธศาสนาให้ดำรงอยู่ได้ก็ต้องอาศัยกระบวนการสำคัญ 3 ประการ คือ การเล่าเรียน การศึกษา หลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา เรียกว่า “ปริยัติธรรม” การปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระ

³⁹ที่.ปา. 11/286/247.

⁴⁰ที่.ปา. 11/198-205/202-206.

⁴¹ที่.ปา. 11/140/167.

⁴²อ.จ.ติก. 20/576/368.

พุทธศาสนา เรียกว่า “ปฏิบัติธรรม” การบรรลุผลของการปฏิบัติตามหลักธรรม เรียกว่า “ปฏิเวธธรรม” เมื่อใดองค์ประกอบทั้ง 3 ขาดหายไป เมื่อนั้นพระพุทธรูปก็เสื่อมสลายไป⁴³

จะเห็นได้ว่า การปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา จัดเป็นหลักสำคัญอย่างหนึ่งซึ่งเป็นกระบวนการที่ทำให้พระพุทธรูปดำรงอยู่ได้

2.1.3 หลักการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนา

จากความหมายและความสำคัญของการปฏิบัติธรรมข้างต้น สามารถประมวลหลักการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเป็น 2 ลักษณะ คือ หลักการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นการปฏิบัติตามหลักธรรมต่าง ๆ ที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนไว้ เพื่อให้เกิดความสุขในการดำเนินชีวิต ตั้งแต่ขั้นพื้นฐานจนถึงความสุขขั้นที่ละเอียดขึ้นไป และหลักการปฏิบัติธรรมฐาน ซึ่งเป็นการฝึกฝนอบรมจิตขั้นสูง เพื่อเป็นการสั่งสมบ่มเพาะกำลังแห่งฌานและวิปัสสนาญาณให้เพิ่มพูนยิ่ง ๆ ขึ้น หรือเพื่อเป็นอุปนิสัย⁴⁴แห่งการบรรลุมรรค ผล นิพพานในอนาคต หรือบางท่านบางคนอาจจะมุ่งบรรลุมรรค ผล นิพพานในปัจจุบันซึ่งก็เป็นเป้าหมายที่สามารถเป็นไปได้ หากปฏิบัติอย่างจริงจัง ทุ่มเท และมีความตั้งใจสั่งสมมาแก้กรรมเก่าที่มีปัญญากล้าแข็ง หรืออย่างน้อยที่สุดก็เพื่อสงบระงับกิเลสให้ได้มากที่สุด ให้มีสมาธิมากขึ้น มีสติปัญญาเพิ่มพูนขึ้น และสามารถนำมาใช้เป็นเครื่องมือในการแก้ปัญหาชีวิตในปัจจุบันได้ อันจะสามารถช่วยให้ชีวิตในปัจจุบันมีความสุข

ทั้งนี้ หลักการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนานั้น แม้จะมีการจำแนกหรือแบ่งออกเป็นหมวดหมู่และหัวข้อต่าง ๆ มากมาย ก็สามารถอธิบายให้สอดคล้อง เชื่อมโยงกันได้เสมอ เพราะหลักการปฏิบัติธรรมแต่ละข้อมีเป้าหมายซึ่งมุ่งตรงสู่ความดับทุกข์หรือเป็นเครื่องแก้ปัญหาชีวิตทั้งสิ้น กล่าวอีกนัยหนึ่ง หลักธรรมทุกข้อ ทุกหมวด ล้วนมีความเกี่ยวข้องกันในลักษณะที่เป็นปัจจัยเกื้อกูล ส่งเสริมซึ่งกันและกันนั่นเอง แต่ที่ที่มีการจำแนกออกไปต่าง ๆ นั้น เพราะแต่ละข้อ แต่ละหมวดมีลักษณะเด่น หรือมีจุดประสงค์หลักของการปฏิบัติที่แตกต่างกันออกไป ดังจะเห็นได้ชัดว่า หลักธรรมเพียงหลักเดียว แต่มีอยู่ในหมวดหรือชุดของหลักธรรมหลายแห่ง เช่น ทาน (การให้) มีทั้งในหลักบุญกิริยาวัตถุ (หลักการสร้างบุญ) หลักสังคหวัตถุ (หลักการสงเคราะห์เกื้อกูลกัน) และหลักทศพิธราชธรรม (ธรรมของพระราชา 10 ประการ) เป็นต้น

⁴³ที่.ปา.อ. 6/136.

⁴⁴ คำว่า “อุปนิสัย” หมายถึง ความประพฤติที่เคยชินเป็นพื้นมาในสันดาน, ความดีที่เป็นทุนหรือเป็นพื้นอยู่ในจิต, ธรรมที่เป็นเครื่องอุดหนุน

ในที่นี้ จะได้กล่าวถึงหลักการปฏิบัติธรรมทั้ง 2 ลักษณะข้างต้น ซึ่งจำแนกโดยการพิจารณาถึงลักษณะของการปฏิบัติซึ่งมีวิธีการและวัตถุประสงค์ที่ต่างกัน โดยขอนำเนื้อหาหลักธรรมและแนวทางการปฏิบัติธรรมมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ และนำเสนอไว้บางส่วน พอเป็นความรู้ประกอบการวิจัยในครั้งนี้ โดยที่หลักธรรมบางส่วนที่ว่านั้น บางประการได้ถูกนำมาบรรยาย ผูกอบรมให้ผู้เข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญของวัดเอกได้เรียนรู้และทำความเข้าใจอยู่เนือง ๆ เพื่อความเข้าใจที่ถูกต้องและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตได้อย่างแท้จริง (รายละเอียดดูได้จากตารางกิจกรรมและตารางการอบรมธรรมะของโครงการฯ ในส่วนภาคผนวก)

2.1.3.1 หลักการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน

การปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวัน คือ การนำเอาหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา มาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต ให้สอดคล้องกับเป้าหมายที่ประสงค์ ซึ่งหลักธรรมเพื่อการปฏิบัติดังกล่าวนั้นมีมากมาย แต่ในที่นี้ จะได้แบ่งหลักธรรมนั้น ๆ (บางเรื่อง) ออกเป็นกลุ่มธรรม 4 กลุ่ม (หลักธรรมบางประการต่อไปนี้เป็นหลักการปฏิบัติเพื่อบรรลุประโยชน์ขั้นสูงตามนัยในคัมภีร์อันเป็นที่มา กล่าวคือ มุ่งหมายการบรรลุโลกุตตรสุข หรือ มรรค ผล นิพพาน แต่ในที่นี้ได้อธิบายในลักษณะประยุกต์ใช้ เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติให้เกิดสุขในระดับโลกียสุขในชีวิตประจำวัน) ได้แก่

- ก. หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาตนเอง
- ข. หลักธรรมที่ส่งเสริมการงาน/การสร้างฐานะ
- ค. หลักธรรมที่ส่งเสริมสถาบันครอบครัว
- ง. หลักธรรมที่ส่งเสริมความสัมพันธ์ในสังคม

ก. หลักธรรมที่ส่งเสริมการพัฒนาตนเอง ได้แก่ หลักปฏิบัติที่มุ่งส่งเสริมผู้ปฏิบัติให้มีความเป็นอยู่หรือรูปแบบชีวิตที่ดีงาม มีความเจริญก้าวหน้าด้านคุณธรรมและมีความสุข อาทิ

1) ธรรมสำหรับส่งเสริมความงาม

ความสง่างามของชีวิต หรือ บุคลิกภาพที่ดี ย่อมเป็นที่ปรารถนาของทุกคน ตามหลักทางพระพุทธศาสนา บุคคลจะเป็นคนที่สง่างามได้อย่างแท้จริงนั้น มิได้อยู่ที่หน้าตาหรือรูปลักษณ์ภายนอกเท่านั้น คุณธรรมภายในใจซึ่งเป็นสิ่งก่อให้เกิดท่าทีหรือการแสดงออกเป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่ง และคุณธรรมที่ส่งเสริมให้มีบุคลิกภาพที่สง่างามนั้นมี 2 ประการ เรียกว่า “ธรรมอันทำให้งาม”⁴⁵ ได้แก่

⁴⁵ วิ.มหา. 5/224/335.

(1) ขันติ คือ ความอดทน ซึ่งทำให้ไม่แสดงอาการทุกข์ร้อน ทุรนทุรายในยามที่ประสบกับความทุกข์ยากลำบาก

(2) โสรัจจะ คือ ความสงบเสงี่ยม ความมีอัธยาศัยเรียบร้อย สง่างาม นิ่มนวล อ่อนน้อม อ่อนหวาน อ่อนโยน น่ารัก น่าชื่นชมในทุกกรณี

2) ธรรมสำหรับส่งเสริมความประพฤติดี

ความประพฤติ เป็นลักษณะอย่างหนึ่งของบุคคล ซึ่งแสดงออกให้ผู้อื่นรับทราบได้ว่าเป็นคนดีหรือไม่ ผู้มีความประพฤติดีย่อมเป็นที่ปรารถนาของสังคม ตามหลักพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่ส่งเสริมความประพฤติดี เรียกว่า “สุจริต” มี 3 ประการ⁴⁶ ได้แก่

(1) กายสุจริต คือ ความประพฤติดีทางกาย ประกอบด้วย การเว้นจากการฆ่าสัตว์ เว้นจากการลักทรัพย์ และเว้นจากการประพฤติผิดในกาม

(2) วจีสุจริต คือ ความประพฤติดีทางวาจา ประกอบด้วย การเว้นจากการพูดเท็จ (พูดแต่คำจริง) เว้นจากการพูดส่อเสียด (พูดแต่คำสมานไมตรี) เว้นจากการพูดคำหยาบ(พูดแต่คำอ่อนหวาน) และเว้นจากการพูดเพ้อเจ้อไร้สาระ (พูดแต่สิ่งที่มีสาระประโยชน์)

(3) มโนสุจริต คือ ความประพฤติดีทางใจ ประกอบด้วย ความไม่โลภอยากได้ของผู้อื่น ความไม่พยาบาทปองร้ายผู้อื่น และความเห็นชอบ (สัมมาทิฐิ)

3) ธรรมสำหรับส่งเสริมความดี

คำว่า “ความดี” ตรงกับภาษาธรรมว่า “บุญ”⁴⁷ ความดีเป็นคุณสมบัติสำคัญอย่างหนึ่งที่นำพึงปรารถนาในบุคคล เพราะเป็นสิ่งที่ทำให้บุคคลมีคุณค่า ควรแก่การเชิดชู ชื่นชมและเป็นแบบอย่าง ตามหลักทางพระพุทธศาสนามีหลักการบำเพ็ญความดี เรียกว่า “บุญกิริยาวัตถุ”⁴⁸ มี 3 ประการ ได้แก่

(1) ทานมัย คือ ทำความดีด้วยการให้ปันสิ่งของ(อามิสทาน)และความรู้(ธรรมทาน) แก่ผู้อื่น เรียกสั้น ๆ ว่า “ทาน”

(2) สීමมัย คือ ทำความดีด้วยการรักษาศีล ปฏิบัติตนให้ดี มีระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนผู้อื่นในทุกกรณี เรียกสั้น ๆ ว่า “ศีล”

⁴⁶วิ.ป. 8/963/312 .

⁴⁷ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 , น.630.

⁴⁸ที.ปา 11/228/230.

(3) ภาวนามัย คือ ทำความดีด้วยการเจริญภาวนา ทั้งในส่วนที่เป็น สมถภาวนา คือ ทำจิตให้สงบด้วยการปฏิบัติสมาธิ และ วิปัสสนาภาวนา คือ ทำปัญญาให้รู้แจ้ง ด้วยการปฏิบัติวิปัสสนา เรียกสั้น ๆ ว่า “ภาวนา”

ธรรมะสำหรับส่งเสริมความดีนี้ นอกจากหลัก 3 ประการนี้แล้ว พระอรรถกถาจารย์ในอดีต ยังได้จำแนกแนวปฏิบัติเพิ่มเติมเข้าอีก 7 ประการ รวมเรียกว่า “บุญกิริยาวัตถุ 10”⁴⁹ ซึ่งมี 3 ข้อแรกเหมือนกันกับข้างต้น ส่วนหลักปฏิบัติที่เพิ่มเติม เข้ามานั้นมีดังนี้⁵⁰

- (4) อปจายนมัย คือ ทำความดีด้วยการประพาศก่อนนอนก่อนมถน
- (5) เวยยาวัจจมัย คือ ทำความดีด้วยการช่วยชวนชววยรับใช้ในกิจที่ควร
- (6) ปัตติทานมัย คือ ทำความดีด้วยการแบ่งส่วนแห่งความดีให้ผู้อื่น
- (7) ปัตตานุโมทนา มัย คือ ทำความดีด้วยการพลอยยินดีในความดีของผู้อื่น
- (8) ธัมมัสสวนมัย คือ ทำความดีด้วยการฟังธรรมศึกษาหาความรู้
- (9) ธัมมเทศนามัย คือ ทำความดีด้วยการสั่งสอน บอกกล่าวธรรม ให้ความรู้
- (10) ทิฏฐุชুমกัมม คือ ทำความดีด้วยการทำความเห็นให้ถูกต้องชอบธรรม

4) ธรรมสำหรับส่งเสริมปัญญา

ปัญญา หมายถึง ความรอบรู้ เป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่งในการดำเนินชีวิต เพราะ ปัญญาเป็นเครื่องแก้ปัญหาวิตชีวิตชั้นสูงที่สามารถทะลวงปมปัญหาหรือส่องแสงสว่างในทางมืดให้ชีวิตสามารถผ่านพ้นปัญหาต่างๆ ไปได้ด้วยดี ผู้มีปัญญานั้นในทางพระพุทธศาสนาเรียกว่า “บัณฑิต”⁵¹ การจะเป็นบัณฑิตผู้มีปัญญาได้ต้องอาศัยหลักการปฏิบัติเพื่อความเจริญแห่งปัญญา 4 ประการ เรียกว่า “วุฒิ 4”⁵² ได้แก่

- (1) สัมปปริสสังเสวะ คือ การคบหา เข้าใกล้ ใฝ่สนิทกับสัตบุรุษหรือบุคคลผู้ประพาศดีประพาศดีชอบด้วยกาย วาจาและใจ เสาะหาคนดีมีความรู้ความสามารถมาเป็นมิตร
- (2) สัทธัมมัสสวนะ คือ การฟังธรรม เอาใจใส่เล่าเรียน ศึกษาหาความรู้ธรรมของสัตบุรุษ สนใจใฝ่รู้ในสิ่งที่ควรศึกษาเรียนรู้

⁴⁹ ที.ปา.อ. 6/306.

⁵⁰ ในที่นี้ขอแสดงหลักธรรมลำดับต่อไป คือ ข้อที่ 4 ไปเลย เพื่อไม่ให้เป็นการกล่าวซ้ำ เนื้อหาข้างต้น ซึ่งมีนัยเดียวกัน

⁵¹ ชุ.ช.อ. 16/317.

⁵² อญ.จตุกก. 21/248/332.

(3) โยนิโสมนสิการะ คือ การคิดอย่างละเอียดถี่ถ้วน ไตร่ตรองด้วยเหตุผล ในสิ่งที่รับรู้หรือเรียนรู้มาอย่างรอบคอบ

(4) ธัมมานุธัมมปฏิบัติ คือ การปฏิบัติธรรมให้สมควรแก่ธรรม หรือ ปฏิบัติธรรมให้สอดคล้องกับเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ของธรรมนั้น ๆ

5) ธรรมสำหรับส่งเสริมความก้าวหน้า

ความก้าวหน้า หมายถึง สภาพที่ชีวิตก้าวไปสู่จุดหมายที่พึงประสงค์ หรือจุดที่วางเป้าหมาย ซึ่งเป็นได้ทั้งเป้าหมายทางโลก คือ การได้ประสบกับโลกียสุข และเป้าหมายทางธรรม คือ การได้ประสบกับโลกุตตรสุข ซึ่งในทางพระพุทธศาสนามีหลักธรรมที่ส่งเสริมความก้าวหน้า 4 ประการ เรียกว่า “จักร 4”⁵³ ได้แก่

(1) ปฏิรูปเทสวาสะ คือ การอยู่ในประเทศอันสมควร หรือ อยู่ในสังคมที่ดี สอดคล้องกับเป้าหมายชีวิตที่วางไว้ ผู้ประสงค์ความก้าวหน้าจึงต้องสำรวจถิ่นที่อยู่หรือสังคมที่ตนอยู่ร่วมว่าเป็นสังคมที่ดีหรือไม่ หากเป็นสังคมที่ดีก็ยอมเกื้อกูลต่อความก้าวหน้าได้

(2) สัมปยุตฺตสหายะ คือ การคบหาสัตบุรุษหรือคนดีมาเป็นมิตร มิตรที่ดียอมชักนำไปในทางที่ดี มีความก้าวหน้า (มิตรในที่นี้ รวมถึงบิดามารดา ครูอาจารย์และเพื่อนร่วมงานทั่วไป)

(3) อตฺตสัมมาปณฺธิ คือ ตั้งตนให้ดำรงอยู่ในแนวทางที่ถูกต้องชอบธรรม ไม่ประพฤติทุจริตด้วยกาย วาจา ใจ รักษากฎกติกาของสังคม ไม่ผิดวินัย ไม่ผิดจรรยาบรรณ

(4) ปุพฺเพตฺตปุณฺญตา คือ ความเป็นผู้เคยสั่งสมบุญมาก่อน หรือ มีบุญเก่าคอยอำนวยส่งผลให้ประสบกับความก้าวหน้าในปัจจุบัน

6) ธรรมสำหรับส่งเสริมประโยชน์สุขในกายหน้า

ชีวิตหลังความตาย เป็นสิ่งที่ปุถุชนทั่วไปยังมีข้อสงสัยว่าจะเป็นอย่างไร แต่ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธเจ้า ผู้ตรัสรู้สรรพสิ่งอย่างแจ่มแจ้ง ได้ทรงแสดงไว้ว่า “สัตว์บางพวก(ตายไปแล้ว) ย่อมเกิดในครุภพ บางพวกประกอบกรรมชั่วย่อมตกนรก บางพวกมีคติที่ดี ย่อมเข้าถึงสวรรค์ บางพวกหมดสิ้นอาสวะ ย่อมปรินิพพาน”⁵⁴ ยกเว้นผู้สิ้นอาสวะเสีย บุคคลอื่นๆ เมื่อตายไปย่อมเวียนว่ายตายเกิดในภพภูมิอันเป็นแดนเกิดอีกมากมาย ซึ่งโดยสรุปมี 2 ประการ คือ สுகติ ได้แก่ คติที่ดี มีความสุขมาก และทุกติ ได้แก่ คติที่ไม่ดี มีความทุกข์มาก และแน่นอนว่าย่อมไม่มีใครต้องการภพภูมิที่เป็นทุกข์ ทุกคนย่อมปรารถนาที่จะเกิดในสุคติในภพเบื้องหน้าด้วยกันทั้งนั้น

⁵³ อ.จ.ตฤก. 21/31/41.

⁵⁴ พ.ธ. 25/19/31.

ตามหลักทางพระพุทธศาสนา การที่บุคคลจะมีชีวิตในภายหน้าหรือภพหน้า (สัมปรายภพ) ที่ดีงาม เป็นสุคติ ไม่ถึงลงสู่อบายภูมิได้ ก็ด้วยการปฏิบัติธรรม หลักปฏิบัติอย่างหนึ่งซึ่งเป็นเครื่องสนับสนุนให้บรรลุเป้าหมายดังกล่าว คือ “สัมปรายิกัตถะ 4”⁵⁵ หมายถึงประโยชน์ในภพหน้า ซึ่งถือเป็นหลักประกันชีวิตอย่างสำคัญ ได้แก่

(1) สัทธาสัมปทา คือ ความถึงพร้อมด้วยศรัทธา มีความเชื่อประกอบด้วยเหตุผล มีศรัทธาในพระรัตนตรัย

(2) สीलสัมปทา คือ ความถึงพร้อมด้วยศีล มีความประพฤติดีงามทั้งทางกายและวาจา ปฏิบัติตามหลักศีลอย่างสมบูรณ์ ไม่บกพร่อง ด่างพร้อย หรือขาดศีล

(3) จาคสัมปทา คือ ความถึงพร้อมด้วยจาคะ มีความเสียสละ เอื้อเฟื้อ ไม่ตระหนี่ถี่เหนียว รู้จักแบ่งปัน

(4) ปัญญาสัมปทา คือ ความถึงพร้อมด้วยปัญญา มีความรอบรู้ตามความเป็นจริง เห็นชอบตามหลักธรรม รู้จักแก้ปัญหาตามระบอบธรรม มีสัมมาทิฐิ

ทั้งนี้ หลักธรรมอื่นๆ นอกจากนี้ แม้ไม่ได้เรียกว่า “สัมปรายิกัตถะ” ก็มีใช้ว่าจะไม่เป็นเครื่องส่งเสริมประโยชน์สุขในภายหน้าโดยสิ้นเชิง เพราะหลักการปฏิบัติธรรมในทางพระพุทธศาสนาทั้งปวงย่อมทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติมีคติที่ดีทั้งในปัจจุบันและในภายหน้าหรือสัมปรายภพทั้งสิ้น และสงเคราะห์เข้าในหลักสัมปรายิกัตถะนี้ได้ โดยเฉพาะหลักปัญญาสัมปทา ถือว่ามีความครอบคลุมถึงหลักธรรมอื่น ๆ ทั้งหมด เพราะการที่บุคคลสามารถเลือกปฏิบัติธรรมได้ถูกต้อง ก็เชื่อว่าดำเนินชีวิตด้วยปัญญานั้นเอง

ข. หลักธรรมที่ส่งเสริมกิจการงาน/การสร้างฐานะ ได้แก่ หลักธรรมที่เป็นเครื่องช่วยในการทำงาน การประกอบอาชีพหรือการสร้างฐานะมีความก้าวหน้า มั่นคง ประสบผลสำเร็จ นำมาซึ่งความสุขความเจริญของชีวิต ซึ่งมีหลายประการ อาทิ

1) ธรรมสำหรับส่งเสริมความสำเร็จในกิจการงาน

ความสำเร็จในกิจการหน้าที่ การงาน การเรียนการศึกษา ย่อมเป็นที่ปรารถนาของทุกคนตามหลักการทางพระพุทธศาสนา บุคคลจะประสบความสำเร็จในกิจการต่าง ๆ ได้นั้น ต้องมีคุณธรรมที่สำคัญ 4 ประการ เรียกว่า “อิทธิบาท 4”⁵⁶ ได้แก่

(1) ฉันทะ คือ ความพอใจในกิจการงานนั้น ๆ ทำงานนั้น ๆ ด้วยใจรัก ต้องการทำงานนั้นให้ประสบความสำเร็จ

⁵⁵ อญ. อฎฐก. 23/144/292.

⁵⁶ ที.ปา. 11/231/233.

(2) วิริยะ คือ ความเพียรประกอบการทำงานนั้น ๆ ไม่ทอดธุระ ไม่เกียจคร้าน เข้มแข็ง มุ่งก้าวไปข้างหน้าจนกว่าจะประสบความสำเร็จ

(3) จิตตะ คือ ความเอาใจใส่ ไม่วอกแวก มีสมาธิกับการทำงานนั้น ๆ อุทิศใจกับงานนั้นอย่างจริงจัง

(4) วิมังสา คือ ความไตร่ตรอง หมั่นทบทวน พิจารณาถึงการทำงานนั้น ๆ เสมอ ๆ เพื่อหาทางรักษาข้อดี ปรับปรุงข้อเสีย พัฒนางานให้มีความก้าวหน้า

หลักธรรมทั้ง 4 ประการนี้ อาจกล่าวสรุปสั้น ๆ ได้ว่า “เอาใจรัก เอาใจสู้ เอาใจใส่ และหมั่นไตร่ตรอง”

2) ธรรมสำหรับส่งเสริมความมั่งคั่ง

ความมั่งคั่ง หมายถึง การที่บุคคลมีกินมีใช้อย่างพอเพียง มีความสมบูรณ์พร้อมด้านทรัพย์สินและความเป็นอยู่ ซึ่งตามหลักพระพุทธศาสนานั้น มีคุณธรรม 4 ประการที่ช่วยให้บุคคลมีฐานะที่ดี จนกระทั่งร่ำรวย เป็นเศรษฐีได้ เรียกว่า “ทิฏฐธัมมิกัตถะ 4”⁵⁷ หมายถึง ประโยชน์ในปัจจุบัน หรือ ที่เรียกกันว่า “หัวใจเศรษฐี” ได้แก่

(1) อุกุฐานสัมปทา คือ มีความขยันหมั่นเพียรประกอบการทำงานอย่างเอาใจจริง เอาใจ ไม่ย่อท้อ ไม่เกียจคร้าน

(2) อารักขสัมปทา คือ รู้จักวิธีปกป้อง คุ้มครอง รักษา เก็บออมทรัพย์ที่ได้มา ให้คงอยู่ไม่เสื่อมสูญไป

(3) กัลยาณมิตรตตา คือ คบมิตรที่ดี ไม่มั่วสุมคนพาล เพราะคนพาลมักชักนำไปเสียทรัพย์ ส่วนมิตรที่ดียอมชี้ช่องทางหาทรัพย์ให้ ทั้งยังเป็นที่พักพิงทางกายทางใจได้ด้วย

(4) สมชีวิตา คือ รู้จักการใช้จ่ายให้เหมาะสมกับฐานะ ให้พอดี พอเหมาะพอเพียง ไม่ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย หรือใช้จ่ายในสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์

หลักธรรมทั้ง 4 ประการนี้ อาจสรุปสั้น ๆ ได้ว่า “ขยันหา รักษาดี มีกัลยาณมิตร เลี้ยงชีวิตพอเพียง”

3) ธรรมสำหรับส่งเสริมการวางแผนการใช้จ่าย

ในระหว่างการประกอบอาชีพหรือการทำงานหารายได้ เพื่อดำรงชีพและสร้างเนื้อสร้างตัวนั้น สิ่งหนึ่งที่ต้องระวังก็คือ การใช้จ่าย เพราะหากไม่มีการวางแผนการใช้จ่ายให้รอบคอบ อาจทำให้ไม่สามารถสร้างเนื้อสร้างตัวได้ หรือทรัพย์ที่หามาได้ อาจไม่เกิดคุณค่าเท่าที่ควร ดังนั้น

⁵⁷ อ.อุ.อุ. 23/144/289.

พระพุทธศาสนาจึงได้วางหลักปฏิบัติที่ช่วยส่งเสริมการวางแผนการใช้จ่ายไว้ 5 ประการ เรียกว่า “โภคอาทิยะ 5”⁵⁸ ได้แก่

- (1) เลี้ยงตน บิดามารดา บุตรภรรยา/สามี และคนในปกครองให้เป็นสุข
- (2) บำรุงมิตรสหายและผู้ร่วมกิจการงานทั้งหลายให้เป็นสุข
- (3) เก็บไว้ป้องกันภัยอันตรายในโอกาสภายหน้า
- (4) ทำพลี 5 อย่าง ได้แก่ สงเคราะห์ญาติ ต้อนรับแขก ทำบุญให้ผู้ล่วงลับ

เสียภาษีอากร และ สักการะหรือบำรุงเทวดาที่เคารพศรัทธาตามความเชื่อถือ

- (5) อุบัติมภ์บำรุงสมณพราหมณ์ผู้ประพฤติชอบ

เมื่อใช้ทรัพย์ทำประโยชน์อย่างนี้แล้ว ถึงทรัพย์จะหมดสิ้นไป ก็สบายใจได้ว่า ได้ใช้ทรัพย์นั้นให้เป็นประโยชน์ถูกต้องตามเหตุผลแล้ว ถ้าทรัพย์เพิ่มขึ้นก็สบายใจเช่นเดียวกัน เป็นอันไม่ต้องเดือดร้อนใจในทั้งสองกรณี⁵⁹

- 4) ธรรมสำหรับส่งเสริมฐานะที่มั่นคง

ความมั่นคงด้านฐานะหรือครอบครัว จะเกิดขึ้นได้ เพราะรู้จักรักษาทรัพย์ที่หามาได้ให้คงอยู่ ไม่สูญเสียหรือเสียเปล่าไปกับสิ่งที่ไม่เป็นสาระประโยชน์ ซึ่งในทางพระพุทธศาสนามีหลักการสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้ฐานะมั่นคง คือ การเว้นจากอบายมุข อันเป็นช่องทางแห่งความเสื่อมโภคทรัพย์ 6 ประการ⁶⁰ ได้แก่

- (1) เว้นจากการดื่มสุรา (รวมทั้งเสพยาเสพติดชนิดอื่นๆ)
- (2) เว้นจากการเที่ยวเตร่กลางคืน
- (3) เว้นจากการดูการละเล่นจนติดเป็นนิสัย
- (4) เว้นจากการเล่นการพนัน
- (5) เว้นจากการคบมิตรชั่ว
- (6) เว้นจากการเกียจคร้านการทำงาน

หากสามารถหลีกเลี่ยงหนทางแห่งความเสื่อมทั้ง 6 ประการนี้ได้ ก็จะมีส่วนสำคัญที่จะทำให้มีฐานะที่มั่นคงได้

⁵⁸ อ.ญ.ปญจก. 22/41/48

⁵⁹ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, พิมพ์ครั้งที่ 13 (กรุงเทพมหานคร: บริษัท เอส.อาร์.พรินติ้ง แมส โปรดักส์ จำกัด, 2548), น.171-172.

⁶⁰ ที.ปา. 11/179/196.

ค. หลักธรรมที่ส่งเสริมสถาบันครอบครัว เป็นที่ทราบกันว่า ครอบครัว เป็นสถาบันหน่วยย่อยของสังคมที่มีความสำคัญมากที่สุด เพราะเป็นแหล่งบ่มเพาะคุณธรรมขั้นต้นให้แก่สมาชิกของสังคม ตามหลักการทางพระพุทธศาสนาได้ให้ความสำคัญกับครอบครัวในระดับหนึ่ง ซึ่งพิจารณาได้จากหลักธรรมบางประการที่ยกมาแสดงไว้ในที่นี้ อาทิ

1) ธรรมสำหรับผู้ใหญ่หรือผู้ปกครอง

ผู้ใหญ่ หรือ ผู้ปกครองในที่นี้ ในเบื้องต้นมุ่งหมายถึง บิดามารดา ซึ่งถือว่าเป็นบุคคลสำคัญในบ้าน หรือเป็นพ่อบ้านแม่เรือน โดยมีบุตรธิดาหรือลูกเป็นผู้อยู่ภายใต้การปกครอง บิดามารดาที่ดีหรือผู้ใหญ่ที่ดีนั้น ควรมีหลักธรรม 4 ประการประจำใจ เรียกว่า “พรหมวิหาร 4”⁶¹ ได้แก่

(1) เมตตา คือ ความรักใคร่ ปราบปรามดี หวังให้ลูกหรือผู้อยู่ภายใต้การปกครองมีความสุขในทุกเมื่อ อาการที่แสดงออกของเมตตา คือ ยิ้มแย้มแจ่มใส ทำ พูด คิดด้วยความรัก

(2) กรุณา คือ ความสงสาร ปราบปรามให้ลูกหรือผู้อยู่ภายใต้การปกครองพ้นจากความทุกข์ ความเดือดร้อนที่ประสบ อาการที่แสดงออกถึงความกรุณา คือ นิ่งอยู่ไม่ได้ ขวนขวายที่จะช่วยเหลือ

(3) มุทิตา คือ ความพลอยยินดี มีน้ำใจร่วมยินดี ร่วมชื่นชม ความดี ความสำเร็จ ความก้าวหน้าหรือเกียรติยศอื่น ๆ ที่ลูกหรือผู้อยู่ภายใต้การปกครองได้รับ อาการที่แสดงออก คือ การร่วมแสดงความยินดีในโอกาสต่าง ๆ ไม่มีจิตอิจฉาริษยาในความดีนั้น ๆ

(4) อุเบกขา คือ วางตนเป็นกลาง เทียงธรรม ไม่เข้าข้างแต่ฝ่ายตน ไม่เอาแต่ใจตน มีความยุติธรรมกับลูกหรือผู้อยู่ภายใต้การปกครอง หากลูกทำดี ก็ร่วมยินดี หากลูกทำผิดก็ต้องทำหน้าที่ว่ากล่าว ตักเตือน ยามลูกเติบโต บางสิ่งที่ควรให้ทำเองได้ ก็ไม่ต้องไปก้าวก่ายลูก เป็นต้น

หากผู้ใหญ่ท่านใด หรือบิดามารดาท่านใดมีคุณธรรม 4 ประการนี้ ก็ย่อมทำให้ครอบครัวมีความอบอุ่น เพราะมีแต่บรรยากาศแห่งความรัก ความปรารถนาดี การให้อภัย การช่วยเหลือ การร่วมแสดงความยินดี ชื่นชมยามได้ดี และมีความเที่ยงธรรมเป็นที่ตั้ง ลูกที่เกิดมาในครอบครัวเช่นนี้ย่อมมีโอกาสที่จะเป็นคนชั่วในอนาคตได้น้อย เพราะคุณธรรมทั้ง 4 นี้เป็นเครื่องหล่อหลอมจิตใจลูกให้รักบิดามารดา รักครอบครัวนั่นเอง

2) ธรรมสำหรับส่งเสริมการครองเรือน

⁶¹ ที่.ม.10/184/225.

หลักธรรมสำหรับส่งเสริมการครองเรือนนั้น เป็นหลักธรรมที่ช่วยสนับสนุนให้ผู้ครองเรือนหรือที่เรียกว่า “ฆราวาส” สามารถอยู่ร่วมกันในครอบครัวอย่างมีความสุข ซึ่งต้องอาศัยคุณธรรม 4 ประการ ที่เรียกว่า “ฆราวาสธรรม 4”⁶² ได้แก่

(1) สัจจะ คือ ความจริงใจ ผู้ครองเรือนต้องมีความจริงใจต่อหน้าที่การงานจริงใจต่อกันและกันในครอบครัว จริงจังต่อบทบาทหน้าที่ต่าง ๆ มีสัจจวาจา ไม่หลอกหลวงกัน

(2) ทมะ คือ ความข่มใจ ผู้ครองเรือนต้องมีความข่มใจ ในยามที่มีอุปสรรคต่าง ๆ หรืออารมณ์ต่าง ๆ มากกระทบจิตใจตน ไม่พยายามเอาชนะอุปสรรคด้วยความอารมณ์ ไม่ปล่อยจิตใจของตนให้เป็นไปตามอารมณ์ต่าง ๆ ที่กระทบใจ ดึงดูใจ แต่ใช้ปัญญาในการดำเนินชีวิต มีเหตุผล แก้ปัญหาด้วยวิถีทางที่ดีงาม

(3) ขันติ คือ ความอดทน ผู้ครองเรือนจะต้อง มีความอดทน ทั้งอดทนต่อความลำบาก อดทนต่อความตรากตรำเหนื่อยยาก และอดทนต่อความเจ็บใจในบางคราวที่มีเหตุบังเอิญจิตใจ ความอดทนจะช่วยให้เย็นหยัดและก้าวไปข้างหน้าได้

(4) จาคะ คือ ความเสียสละ ผู้ครองเรือน ต้องรู้จักเสียสละทั้งภายใน คือ สละกิเลสภายในจิต และภายนอก สละแบ่งปันความสุขหรือสิ่งอำนวยความสะดวกให้แก่กันและกัน รวมทั้งแบ่งปันให้ผู้อื่นภายนอกครอบครัวด้วย เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างเพื่อนบ้านหรือบ้านใกล้เรือนเคียง

หลักธรรมทั้ง 4 นี้ อาจเรียกสั้น ๆ ได้ว่า “จริงใจ ข่มใจ แข็งใจ และมีน้ำใจ”

3) ธรรมสำหรับส่งเสริมการครองชีวิตคู่

ชีวิตคู่ คือ ชีวิตของคู่ครองที่ตกลงปลงใจ เป็นสามีภรรยา กัน ซึ่งตามหลักการทางพระพุทธศาสนา ชีวิตคู่จะราบรื่นหรือสามารถดำรงอยู่อย่างสุขร่มเย็นได้ยาวนานได้นั้น (ทั้งในภพนี้และภพหน้า) จำต้องอาศัยคุณธรรมที่เสมอกัน 4 ประการ เรียกว่า “สมชีวิตธรรม”⁶³ ได้แก่

(1) สมสัทธา คือ มีศรัทธาเสมอกัน เชื่อ ตระหนัก ซาบซึ้งในสิ่งอันควรเชื่อถือ กล่าวคือ มีความศรัทธาในพระรัตนตรัย มีความเชื่อมั่นในกฎแห่งกรรม เชื่ออย่างมีเหตุผลเสมอกัน

(2) สมศีลา คือ มีศีลเสมอกัน ใช้ชีวิตตามกรอบกติกาที่ดีงามอันเดียวกัน ไม่ประพฤติผิดศีลธรรม ไม่ขาดระเบียบวินัยในการดำเนินชีวิตเสมอเหมือนกัน

(3) สมจาคา คือ มีจาคะเสมอกัน รู้จักเสียสละ แบ่งปันเพื่อผู้อื่นเหมือน ๆ กัน ไม่เห็นแก่ตัว และสามารถเอาชนะจิตใจตนได้ สละกิเลสภายในใจได้เสมอเหมือนกัน

⁶² ชุ.สุ. 25/311/361.

⁶³ อญ.จตุกก. 21/55/80.

(4) สมปัญญา คือ มีปัญญาเสมอกัน เข้าใจโลกและชีวิตตามความเป็นจริง เช่นเดียวกัน รู้จักคิด พิจารณาเลือกสรรทางดำเนินชีวิตหรือทางออกของชีวิตในยามที่ชีวิตมีปัญหาไปในทิศทางเดียวกัน เห็นพ้องต้องกันตามครรลองที่ถูกต้องชอบธรรม

คุณธรรม 4 ประการนี้ หากผู้รักผู้ใดประสงค์จะให้รักมันยั่งยืนก็ต้องพยายามปรับให้เสมอกันไว้ และหากผู้รักผู้ครองผู้ใด มีคุณธรรมทั้ง 4 ประการเสมอกันนี้ อาจเรียกได้ว่าเป็น “คู่สร้างคู่สม”⁶⁴ ซึ่งมีแต่จะนำความสุขในการครองชีวิตคู่ร่วมกัน

ง. หลักธรรมที่ส่งเสริมความสัมพันธ์ในสังคม ดังที่กล่าวแล้วว่า พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่ให้ความสำคัญแก่สังคม จึงปรากฏหลักธรรมที่มุ่งปฏิบัติเพื่อการอยู่ร่วมกันที่เป็นสุขในสังคมไม่น้อย ในที่นี้ขอยกมาเป็นตัวอย่าง ดังนี้

1) ธรรมสำหรับส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์

มนุษยสัมพันธ์ เป็นสิ่งที่มีความสำคัญยิ่งในการอยู่ร่วมกันในสังคม เพราะมนุษย์มีความจำเป็นที่จะต้องมีการปฏิสัมพันธ์หรือข้องเกี่ยวระหว่างกัน ในบทบาทและฐานะต่างๆ อยู่เสมอๆ การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ย่อมแสดงถึงนิมิตหมายแห่งความสงบสุขร่มเย็น ความเป็นมิตร ความเป็นพี่น้องกัน ซึ่งย่อมเป็นที่ต้องการของสังคม ตามหลักทางพระพุทธศาสนา มีหลักธรรม 4 ประการ ที่เป็นเครื่องช่วยส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ระหว่างกันได้เป็นอย่างดี หลักธรรมที่ว่านั้น คือ “สังคหวัตถุ 4”⁶⁵ ได้แก่

(1) ทาน คือ การให้ปันหรือมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อผู้อื่น คอยหยิบยื่นสิ่งต่าง ๆ ที่จำเป็นและมีคุณค่าต่อผู้อื่นอยู่เสมอ ๆ ทั้งที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม กล่าวคือ ทั้งอามิสทาน คือ การให้เงินทอง ข้าวของเครื่องใช้ต่าง ๆ และธรรมทาน คือ ให้ข้อคิดหรือให้ความรู้ ในโอกาสอันควร ตลอดถึงการให้เกียรติ ให้ความเคารพนับถือและให้อภัย

(2) ปิยวาจา คือ การพูดคำอ่อนหวาน สนทนาด้วยภาษาที่ไพเราะชวนฟัง ไม่โกหก ไม่ส่อเสียด ไม่หยาบคายและไม่ไร้สาระ รวมถึงการสื่อสารด้วยวิธีการเขียน หรือสื่อสารด้วยวิธีอื่น ๆ ที่เป็นเครื่องสื่อสารแทนวาจา

(3) อุตถจริยา คือ หมายถึง การบำเพ็ญประโยชน์ มีความเสียสละ ช่วยเหลือเกื้อกูลในสิ่งที่เป็นประโยชน์สำหรับผู้อื่น โดยเฉพาะในคราวที่เขาต้องการความช่วยเหลือ ไม่ควรนิ่งดูดาย รีบอาสาเข้าช่วยเหลือตามสมควร

⁶⁴ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ธรรมนุญชีวิต, น.52.

⁶⁵ ที.ปา.11/140/167.

(4) สมานัตตตา คือ การวางตนเหมาะสม รู้จักสมานตนให้เข้าผู้อื่นหรือรู้จักวางตัวให้เหมาะสมกับฐานะ เช่น อยู่ในฐานะผู้น้อยต้องวางตนเป็นผู้น้อย ไม่ตีตนเสมอผู้ใหญ่ อยู่ในฐานะผู้ใหญ่ต้องวางตนให้สมเป็นผู้ใหญ่ พยายามสร้างสรรค์แต่สิ่งดีๆ ต่อกัน อย่างเสมอต้นเสมอปลาย

คุณธรรมทั้ง 4 ประการนี้ เป็นหลักสร้างมนุษยสัมพันธ์ที่ดีเยี่ยม เพราะนำมาซึ่งความเป็นมิตร ความรัก ความเป็นพี่น้องกัน โดยสรุปอาจกล่าวสั้น ๆ ได้ว่า “รู้จักให้ ใช้คำหวาน ช่วยเหลืองาน สมานตนพอเหมาะ”

2) ธรรมสำหรับส่งเสริมสันติสุขของสังคม

สันติสุขในการอยู่ร่วมกันของสมาชิกของสังคม ได้แก่ การที่สมาชิกของสังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีระเบียบวินัย ปฏิบัติตามกฎกติกาที่ตั้งงาม มีคุณธรรมจริยธรรมในการดำเนินชีวิต ซึ่งในทางพระพุทธศาสนามีหลักธรรมพื้นฐานประการหนึ่ง ซึ่งเป็นธรรมที่ช่วยส่งเสริมสันติสุขของสังคม ได้แก่ หลักเบญจศีล-เบญจธรรม

เบญจศีล ได้แก่ ศีล 5⁶⁶ ซึ่งถือเป็นจริยธรรมขั้นพื้นฐานของชาวพุทธ ได้แก่

- (1) เว้นจากการฆ่าสัตว์
- (2) เว้นจากการลักทรัพย์
- (3) เว้นจากการประพฤติผิดในกาม
- (4) เว้นจากการพูดเท็จ
- (5) เว้นจากการดื่มสุราและเสพยาเสพติดอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

เบญจธรรม ได้แก่ คุณธรรม 5⁶⁷ คุณธรรมที่เป็นเครื่องสนับสนุนการปฏิบัติศีล 5 ให้สมบูรณ์ เรียกอีกอย่างว่า “กัลยาณธรรม” ได้แก่

(1) เมตตาการุณา คือ มีความปรารถนาให้ผู้อื่นเป็นสุขและสงสารต้องการให้ผู้อื่นพ้นทุกข์

(2) สัมมาอาชีวะ คือ การเลี้ยงชีวิตในทางสุจริต ชอบธรรม

(3) กามสังวร คือ การสำรวมระวังในเรื่องกาม อันหมายถึง สิ่งน่าใคร่ น่ารักที่รับรู้ได้ทางตา หู จมูก ลิ้น และกาย (กามคุณ 5)⁶⁸

⁶⁶ อ.ญ.ปญจก. 22/172/227.

⁶⁷ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลธรรม, น.239-240.

⁶⁸ ในคัมภีร์บางแห่งเป็น “สทวารสันโดษ” หมายถึง ความยินดีในภรรยาของตน

(4) สัจจะ คือ การมีสัจจะ พูดคำจริง ซื่อตรง

(5) สติสัมปชัญญะ คือ มีความระลึกได้ รู้จักควบคุมอารมณ์ ยังคิดเป็น และมีความรู้ตัว รู้เท่าทันอารมณ์ต่าง ๆ ไม่ไหลไปตามกระแสอารมณ์ที่มากกระทบ

คุณธรรมทั้ง 2 ประการ คือ เบญจศีลและเบญจธรรมนี้ หากทุกคนในสังคมปฏิบัติได้ ย่อมเป็นเครื่องจรรโลงสันติสุขให้เกิดในสังคม เพราะจะไม่มี การเบียดเบียนทำร้ายกันด้วยรูปแบบต่าง ๆ

3) ธรรมสำหรับส่งเสริมความสามัคคี

ความสามัคคี หมายถึง ความปรองดองพร้อมเพรียงกัน เป็นคุณธรรมสำคัญที่มีส่วนช่วยให้เกิดพลังที่สร้างสรรค์ในการต่อสู้ พัฒนาและช่วยเหลือเอื้ออาทรกัน สังคมใดมีความสามัคคี สังคมนั้นย่อมมีความสุขความเจริญ สมดังพระพุทธพจน์ที่ว่า “ความสามัคคีของหมู่คณะ นำสุขมาให้”⁶⁹ ตามหลักการทางพระพุทธศาสนา ความสามัคคีจะเกิดขึ้นได้ต้องอาศัยหลักธรรมที่เป็นเครื่องเกื้อหนุนความสามัคคี คือ “สาราณียธรรม 6”⁷⁰ ได้แก่

(1) เมตตาภยกรรม คือ การกระทำที่ประกอบด้วยเมตตา

(2) เมตตาวิกรรม คือ การพูดจาที่ประกอบด้วยเมตตา

(3) เมตตามโนกรรม คือ มีความคิดที่ประกอบด้วยเมตตา

คุณธรรม 3 ข้อแรกนี้ อาจสรุปได้ว่า ให้ทำ พูด คิดด้วยความรักความปรารถนาดีต่อกัน ไม่เบียดเบียนกันทั้งทางกาย ทางวาจาและทางใจ

(4) สาธารณโภคี คือ การแบ่งปันผลประโยชน์หรือสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดแก่หมู่คณะให้ทั่วถึงกัน เห็นแก่ส่วนรวม ไม่เห็นแก่ตัว

(5) สีลสามัญญตา คือ การมีศีลเสมอกัน ปฏิบัติตนอยู่ในระเบียบวินัย กฎกติกาอันเดียวกัน ไม่ออกนอกระเบียบวินัยที่วางไว้

(6) ทิฏฐิสามัญญตา คือ การมีทิฏฐิหรือความเห็นที่สอดคล้อง ลงรอยเสมอกัน หากเห็นผิดแผกต่างจากกัน ก็ปรับให้ลงรอยกัน ที่สำคัญความเห็นนั้นต้องเป็นความเห็นที่ถูกต้องชอบธรรม เป็นสัมมาทิฏฐิ

คุณธรรมทั้ง 6 ประการนี้ จะช่วยทำให้เกิดความเป็นแก่นสาร สมานฉันท์กัน ความสามัคคีจะยิ่งทวีพลังทำให้สังคม ดำรงอยู่ได้อย่างสันติสุขและสามารถใช้พลังความสามัคคีแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

⁶⁹วิ.จุล. 7/410/208.

⁷⁰ที.ปา. 11/317/257.

หลักธรรมทั้งหลายที่แสดงมาในตอนนี ล้วนเป็นแนวทางปฏิบัติที่สามารถใช้ในวิถีชีวิตประจำวันได้อย่างแท้จริง และหากปฏิบัติให้สอดคล้องตามเป้าหมายของหลักธรรมนั้น ๆ ก็ย่อมทำให้เกิดผลที่ดีแก่ชีวิตและสังคมแน่นอน ซึ่งนอกจากหลักธรรมทั้งหลายเหล่านี้แล้ว ในทางพระพุทธศาสนายังมีหลักธรรมอื่น ๆ อีกมากมายที่ควรแก่การศึกษา แต่หากนำมาแสดงไว้ทั้งหมด ก็จะเกินความจำเป็น ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ และเท่าที่แสดงมาก็สามารถทำให้เห็นชัดในประเด็นเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันว่ามีลักษณะเด่นอยู่ที่การนำหลักธรรมมาใช้ในการดำเนินชีวิตในการประกอบกิจหน้าที่ต่าง ๆ ของตนและในการอยู่ร่วมกันในสังคมนั่นเอง

2.1.3.2 หลักการปฏิบัติกรรมฐาน

คำว่า “กรรมฐาน” แปลตามศัพท์ว่า ที่ตั้งแห่งการงาน หมายถึง ที่ซึ่งทำให้จิตทำงานสิ่งที่จิตใช้เป็นอารมณ์ในการภาวนาหรืออุปปกรณ์ที่ใช้ในการอบรมจิต เรียกอีกอย่างว่า “ภาวนา” (แปลว่า การอบรม การเจริญ การทำให้มีขึ้น) ตามนัยในพระไตรปิฎก กรรมฐานหรือภาวนา มี 2 ประเภท คือ สมถกรรมฐานหรือสมถภาวนา และวิปัสสนากรรมฐานหรือวิปัสสนาภาวนา⁷¹ กรรมฐานทั้ง 2 ประเภทนี้ มีลักษณะ วิธีการปฏิบัติและผลของการปฏิบัติที่แตกต่างกัน ซึ่งจะแสดงไว้โดยลำดับ ดังนี้

. การปฏิบัติสมถกรรมฐาน

สมถกรรมฐาน เป็นการฝึกอบรมจิตใจให้เกิดความสงบ จนตั้งมั่นเป็นสมาธิ สมถะแปลว่า สงบ ในความหมายทั่วไป คำว่า “สมถกรรมฐาน” จึงหมายถึง วิธีทำใจให้สงบ⁷² หรือการทำสมาธิ ลักษณะของจิตที่สงบด้วยการปฏิบัติสมถกรรมฐานนั้น ในพระไตรปิฎก มีคำอธิบายไว้ว่า หมายถึง “จิตที่อยู่นิ่ง ตั้งมั่น คงที่ ไม่ซัดส่าย ไม่ฟุ้งซ่าน ไม่สับสน สงบ เป็นสมาธิในทรีย(สมาธิที่เป็นใหญ่) เป็นสมาธิพละ (สมาธิที่มีพลัง) เป็นสัมมาสมาธิ”⁷³ ซึ่งในคัมภีร์วิสุทธิมรรคได้อธิบายไว้สอดคล้องกันว่า “ความมีอารมณ์อันเดียวแห่งจิตที่เป็นกุศล ชื่อว่า สมาธิ”⁷⁴

1) ความมุ่งหมายของการปฏิบัติสมถกรรมฐาน

⁷¹ ที.ปา. 11/379/290.

⁷² วรียา ชินวรรณ และคณะ, สมาธิในพระไตรปิฎก, น.61.

⁷³ อภ.ธ. 34/81/27-28.

⁷⁴ วิสุทธิ. 1/105.

ตามหลักการทางพระพุทธศาสนา สมถกรรมฐาน หรือ การปฏิบัติสมาธินี้ มีความมุ่งหมายสำคัญ คือ การกำจัดสิ่งที่ก้ำกั้นหรือขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุคุณความดี หรือออกสู่ธรรมที่ทำให้จิตเศร้าหมอง ได้แก่ นิวรณ์ 5 ประการ ดังนี้

- (1) กามฉันทะ คือ ความรักใคร่พอใจในกามคุณ 5 (รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส)
- (2) พยาบาท คือ ความคิดปองร้าย ความขัดเคืองแค้นใจ
- (3) ถีนมิทธะ คือ ความหดหู่ เชื่องซึม เหนงหงอย
- (4) อุทธัจจกุกกุกจะ คือ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ กระวนกระวาย กังวลใจ
- (5) วิจิกิฉา คือ ความลังเลสงสัย ไม่แน่นอนใจ⁷⁵

จะเห็นได้ว่า นิวรณ์ 5 ประการนี้ ล้วนเป็นอาการที่เกิดขึ้นทางจิต ทำให้จิตไม่คงที่ ชักนำจิตให้แปรเปลี่ยนด้วยอกุศล การที่จะกำจัดนิวรณ์เสียได้ จึงจำเป็นต้องทำให้จิตคงที่ และเป็นกุศล ซึ่งก็คือ การปฏิบัติสมถกรรมฐานหรือสมาธินี้เอง

ผลที่สืบเนื่องจากการปฏิบัติสมาธินี้ นำมาซึ่งประโยชน์หลายประการ ซึ่งพระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต) ได้ประมวลไว้ในพุทธธรรม สรุปได้ดังนี้

- (1) ประโยชน์ที่เป็นจุดหมายหรืออุดมคติทางศาสนา เป็นความมุ่งหมายอันแท้จริงสูงสุด คือ การหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวง
- (2) ประโยชน์ในด้านการสร้างความสามารถพิเศษเหนือสามัญวิสัย (บรรลุมิปัญญา) เช่น หูทิพย์ ตาทิพย์ ทายใจคนอื่นได้ ระลึกชาติได้
- (3) ประโยชน์ด้านสุขภาพจิตและการพัฒนาบุคลิกภาพ เช่น ทำให้ผู้ปฏิบัติมีความหนักแน่น มั่นคง สงบ เยือกเย็น สุขภาพ นิ่มนวล เป็นต้น
- (4) ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน คือ ช่วยให้จิตผ่อนคลาย หายเครียด เสริมประสิทธิภาพในการทำงาน การเรียนและการทำกิจต่างๆ ช่วยเสริมสุขภาพกายและช่วยแก้โรค⁷⁶

2) ระดับขั้นของสมาธิ

ในการปฏิบัติสมถกรรมฐานนั้น ย่อมเกิดภาวะที่จิตเป็นสมาธิ ซึ่งแบ่งได้ 3 ขั้น ได้แก่

- (1) ฌณีสมาธิ คือ จิตสงบชั่วขณะหนึ่ง ๆ เป็นภาวะจิตที่อยู่นิ่งกับสิ่งใดสิ่งหนึ่งชั่วคราว ในระยะเวลาสั้น ๆ เช่น การอ่านหนังสือ การดูทีวีอย่างจดจ่อ การสวดมนต์ และการนั่งสมาธิจนจิตสงบขณะหนึ่งด้วยอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง⁷⁷

⁷⁵ อจ. ปญจก. 22/51/72.

⁷⁶ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, น.833-835.

(2) อุปจารสมาธิ คือ จิตตั้งมั่นอยู่ได้นาน พร้อมกับขมนิรวรณไม่ให้เกิดความยินดียินร้ายในอารมณ์

(3) อัปปนาสมาธิ คือ จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวอย่างแนบแน่นยิ่งขึ้น จนไม่เปลี่ยนย้ายไปในอารมณ์อื่นได้ และองค์ฌานปรากฏชัด พร้อมขมนิรวรณให้สงบลงได้แน่นอน⁷⁸

บรรดาสมาธิทั้ง 3 ระดับนี้ สมาธิระดับแรก เป็นสมาธิที่สามารถนำมาใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ และยังเป็นพื้นฐานในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานด้วย ส่วนสองระดับหลัง เป็นสมาธิที่เป็นผลของการปฏิบัติสมถกรรมฐานเท่านั้น โดยผลสูงสุด คือ อัปปนาสมาธิ เป็นขั้นที่จิตตั้งมั่นอยู่ในฌาน อันเป็นจุดหมายปลายทางหรือเป็นผลสำเร็จของการเจริญสมาธิ⁷⁹

3) ขั้นตอนการปฏิบัติสมถกรรมฐาน

การปฏิบัติสมถกรรมฐานมีหลายวิธีด้วยกัน แต่วิธีที่ปฏิบัติสืบ ๆ กันมาช้านานในการปฏิบัติธรรมของพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท คือ การปฏิบัติอย่างเป็นแบบแผน⁸⁰ ซึ่งเป็นวิธีการปฏิบัติอย่างเอาจริงเอาจัง โดยมุ่งฝึกจำเพาะแต่ตัวสมาธิแท้ ๆ มีลำดับขั้นตอนในการปฏิบัติดังที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค⁸¹ ดังนี้

(1) ชำระศีลให้บริสุทธิ์ คือ ผู้จะปฏิบัติกรรมฐานดำรงอยู่ในฐานะใด ไม่ว่าจะ เป็นบรรพชิตหรือคฤหัสถ์ก็ตาม เมื่อมีศีลซึ่งจะต้องรักษาหรือประพฤติปฏิบัติที่ข้อ ก็ให้ชำระศีลของตนให้บริสุทธิ์ ดังเช่น พระสงฆ์เมื่อจะปฏิบัติกรรมฐานก็ต้องมีการปลงอาบัติเสียก่อน เพื่อแก้ไขข้อบกพร่องที่ตนได้ละเมิดพระวินัยข้อเล็กข้อน้อยต่างๆ ให้หมดจด ส่วนฆราวาสในการปฏิบัติกรรมฐานนิยมรักษาศีล 8 โดยมีการสมาทานศีลก่อนการปฏิบัติ การที่จะต้องชำระศีลให้บริสุทธิ์ก่อนนั้น เพราะศีลเป็นพื้นฐานสำคัญของการปฏิบัติกรรมฐาน เมื่อมีศีลบริสุทธิ์ย่อมทำให้จิตใจไม่เดือดร้อนและสามารถปฏิบัติกรรมฐานได้ดี

⁷⁷ คำว่า “อารมณ์” ในทางพระพุทธศาสนา หมายถึง เครื่องยึดเหนี่ยวของจิต, สิ่งที่จิตยึดเหนี่ยว, สิ่งที่ถูกรู้หรือถูกรับรู้ ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง โผฏฐัพพะ(สัมผัส) และธัมมารมณ์ ซึ่งไม่ตรงกับความหมายตามที่ใช้ในภาษาไทยทั่วไปซึ่งหมายถึง ความรู้สึก หรือ ความเป็นไปแห่งจิตชั่วขณะหนึ่งหรือช่วงเวลาหนึ่งๆ เช่น อย่าทำตามอารมณ์ วันนี้อารมณ์ดี อารมณ์เสีย

⁷⁸ วรณลลิตี ไวทยะเสวี, คู่มือการศึกษาพระพุทธศาสนา, (กรุงเทพมหานคร: หจก.ทิพย์สุทธิน์ จำกัด, 2549), น. 80.

⁷⁹ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, น.826.

⁸⁰ เรื่องเดียวกัน, น.849.

⁸¹ วิสุทธิ. 1/112 .

(2) ตัดปลิโพธ คือ ข้อติดข้องหรือเหตุกังวล 10 ประการ ได้แก่ ความกังวลเรื่องที่อยู่อาศัย, วงศ์ตระกูล, ผลประโยชน์หรือรายได้, หมู่คณะ, หน้าที่การงาน, การเดินทางไกล (จะต้องไปที่นั่นที่นี้), ญาติ, ความเจ็บไข้ได้ป่วย, การศึกษาเล่าเรียน และฤทธิ์ที่เกิดจากการปฏิบัติ หากยังมีความกังวลใจประการใดอยู่ ก็ให้จัดการเสียให้หายกังวลจึงปฏิบัติกรรมฐาน

(3) เข้าหากัลยาณมิตร คือ ครูอาจารย์ที่มีคุณสมบัติจะให้กรรมฐาน ซึ่งประกอบด้วยคุณธรรมของกัลยาณมิตร 7 ประการ “กัลยาณมิตรธรรม 7”⁸² ได้แก่ น่ารัก (ปิโย), นำเคารพ (ครุ), นำเจริญใจหรือนำสรรเสริญ (ภาวนีโย) , รู้จักว่ารู้จักพูด(วัตตา), ยอมให้พูดยอมให้ว่า(วจนักษโม), แกล้งเรื่องเล็กซึ่งได้ (คัมภีรญจะ กถัง กัตตา) และ ไม่ชักนำในเรื่องที่ไม่ควร (โน อัญฐานเน นิโยชเย)

(4) รับเอากรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่งในกรรมฐาน 40 อย่างที่เหมาะสมกับจริตของตนมาปฏิบัติ กรรมฐาน 40 อย่างนั้น ได้แก่ กสิณ 10 (การเพ่งวัตถุหรือสิ่งที่จูงใจให้หนึ่งได้ 10 ประการ) , อสุภะ 10 (การพิจารณาซากศพ 10 ชนิด), อนุสติ 10 (การระลึกถึงอารมณ์ที่พึงตามควรระลึกถึง 10 อย่าง) , อัปมัณญา 4 (การแผ่เมตตา กรุณา มุทิตาและอุเบกขาไปในสรรพสัตว์ทั้งหลายโดยไม่มีขอบเขต) , อาหาเร ปฏิกุศลสัญญา (กำหนดหมายความเป็นปฏิกุศลของอาหาร), จตุธาตวัญฐาน (การกำหนดธาตุ 4 ให้เห็นเป็นสักว่าธาตุเท่านั้น) และอรูป 4 (กำหนดภาวะที่เป็นอรูปรธรรมเป็นอารมณ์)

(5) เลือกวัดหรือสถานที่ที่เหมาะสม เกื้อกูลแก่การปฏิบัติกรรมฐาน ไม่มีเหตุรบกวนจิตใจเพื่อป้องกันความกังวลเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่จะเกิดขึ้นในการปฏิบัติกรรมฐาน

(6) ปฏิบัติตามวิธีปฏิบัติสมถกรรมฐาน ซึ่งได้พิจารณาเลือกแล้วว่าเหมาะสมกับจริตของตนอย่างต่อเนื่อง ไม่ให้บกพร่อง

ลำดับขั้นตอนการปฏิบัติกรรมฐานดังกล่าวนี้ สอดคล้องกันกับหลักสัปปายะ คือ สิ่งที่เกี่ยวข้องต่อการปฏิบัติธรรม 4 ประการ⁸³ ได้แก่

(1) เสนาสนสัปปายะ คือ ที่อยู่อาศัยสะดวก ปราศจากแหล่งเพาะเชื้อโรค, มีอากาศถ่ายเทได้ดี ไม่มีพายุพัดผ่านด้วยผู้คน

(2) อาหารสัปปายะ คือ มีอาหารที่สบาย บริโภคแล้วไม่เกิดโทษ ไม่เกิดโรคภัย

(3) ปุคคลสัปปายะ คือ อยู่ร่วมกับคนดี มีคุณธรรม ได้ครูดี เป็นกัลยาณมิตร

⁸² อ.จ. สุตต. 23/34/33

⁸³ สนิท ศรีดำแดง, พุทธศาสนากับการศึกษา: ภาควิชาปฏิบัติแห่งมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (กรุงเทพฯ: นิตยสารการพิมพ์, 2534), น.5-6.

(4) ธรรมส์ปายะ คือ ปฏิบัติกรรมฐานที่สอดคล้องกับพื้นเพ จริตของผู้ปฏิบัติ การปฏิบัติสมถกรรมฐานให้ได้ผล จึงควรเริ่มต้นจากขั้นต่อนต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว และควรคำนึงถึงหลักสี่ปายะ 4 ประการ เพื่อเป็นเครื่องเกื้อหนุนในการปฏิบัติด้วย

4) วิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐาน

วิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐานนั้น มีมากมายหลายวิธีด้วยกัน ดังที่ในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ได้มีการรวบรวมไว้ถึง 40 วิธี⁸⁴ ซึ่งเรียกว่า อารมณฺ์สมถกรรมฐาน 40 ตามที่กล่าวแล้วข้างต้น แต่การที่จะกล่าวถึงวิธีปฏิบัติทั้ง 40 วิธีโดยละเอียด อาจจะเป็นการเกินความจำเป็นสำหรับการวิจัยครั้งนี้ ในที่นี้จึงขอนำวิธีการปฏิบัติสมถกรรมฐานตามนัยที่ปรากฏในพระไตรปิฎก มาเป็นตัวอย่างประกอบเนื้อหาในตอนี้สักแนวทางหนึ่ง ได้แก่ การปฏิบัติตามแนวอานาปานสติกรรมฐาน ซึ่งเป็นกรรมฐานที่ปฏิบัติได้สะดวก เพราะอาศัยลมหายใจเข้า-ออกเป็นอารมณ์ มีเนื้อหาการปฏิบัติตามที่ปรากฏในอานาปานสติสูตร⁸⁵ ดังนี้

ภิกษุทั้งหลาย อานาปานสติ เจริญอย่างไร ทำให้มากอย่างไรจึงมีผลมาก มีอานิสงส์มากภิกษุในพระพุทธศาสนานี้ ไปสู่ป่าก็ดี โคนไม้ก็ดี เรือนว่างก็ดี นั่งคู้บัลลังก์ตั้งกายให้ตรง ดำรงสติให้มั่น มีสติหายใจเข้า มีสติหายใจออก

- (1) เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า หายใจเข้ายาว
เมื่อหายใจออกยาว ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า หายใจออกยาว
- (2) เมื่อหายใจเข้าสั้น ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า หายใจเข้าสั้น
เมื่อหายใจเข้ายาว ก็รู้สึกตัวทั่วถึงว่า หายใจออกสั้น
- (3) พง์พินิจว่า เราจักรู้ตัวทั่วพร้อมทั้งหมด หายใจเข้า
พง์พินิจว่า เราจักรู้ตัวทั่วพร้อมทั้งหมด หายใจออก
- (4) พง์พินิจว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร หายใจเข้า
พง์พินิจว่า เราจักเป็นผู้ระงับกายสังขาร หายใจออก
- (5) พง์พินิจว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดปิติ หายใจเข้า
พง์พินิจว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดปิติ หายใจออก
- (6) พง์พินิจว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดสุข หายใจเข้า
พง์พินิจว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดสุข หายใจออก
- (7) พง์พินิจว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดจิตตสังขาร หายใจเข้า

⁸⁴วิสุทธิ. 1/112.

⁸⁵ม.อ. 14/288-291/194-202.

- เฟ่งพินิจว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดจิตตสังขาร หายใจออก
- (8) เฟ่งพินิจว่า เราจักเป็นผู้ระงับจิตตสังขาร หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักเป็นผู้ระงับจิตตสังขาร หายใจออก
- (9) เฟ่งพินิจว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดจิต หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักเป็นผู้รู้ชัดจิต หายใจออก
- (10) เฟ่งพินิจว่า เราจักเป็นผู้ยังจิตให้บันเทิง หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักเป็นผู้ยังจิตให้บันเทิง หายใจออก
- (11) เฟ่งพินิจว่า เราจักตั้งจิตมั่น หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักตั้งจิตมั่น หายใจออก
- (12) เฟ่งพินิจว่า เราจักปล่อยวางจิต หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักปล่อยวางจิต หายใจออก
- (13) เฟ่งพินิจว่า เราจักพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักพิจารณาเห็นว่าไม่เที่ยง หายใจออก
- (14) เฟ่งพินิจว่า เราจักพิจารณาเห็นความคลายออก หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักพิจารณาเห็นความคลายออก หายใจออก
- (15) เฟ่งพินิจว่า เราจักพิจารณาเห็นความดับไป หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักพิจารณาเห็นความดับไป หายใจออก
- (16) เฟ่งพินิจว่า เราจักพิจารณาเห็นความสลัดคืน หายใจเข้า
เฟ่งพินิจว่า เราจักพิจารณาเห็นความสลัดคืน หายใจออก

จากพระพุทฺธพจนข้างต้นนั้น ผู้รู้ได้อธิบายไว้ว่า การปฏิบัติตามแนวอานาปานสติสูตรนี้ อันที่จริงเป็นได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา กล่าวคือ 12 ข้อแรก เป็นได้ทั้งสมถะและวิปัสสนา ส่วนอีก 4 ข้อหลังเป็นวิปัสสนาอย่างเดียว⁸⁶ สำหรับผู้มุ่งจะปฏิบัติเพื่อให้เกิดสมาธิหรือเป็นสมถะอย่างเดียวสามารถกระทำได้ โดยการปฏิบัติตามลำดับข้อ 1-12 แต่ต้องตั้งจิตมุ่งปฏิบัติในลักษณะการบริกรรม โดยเอาลมหายใจเป็นอารมณ์ ไม่ใช่การรู้เท่าทันอารมณ์ปัจจุบันซึ่งเป็นลักษณะของวิปัสสนา ซึ่งในเบื้องต้นผู้เริ่มปฏิบัติจะต้องเริ่มปฏิบัติเฉพาะ 4 ข้อแรกก่อน เพราะนอกจากนั้นเป็นแนวทางการปฏิบัติสำหรับผู้บรรลุลุณามแล้ว⁸⁷

⁸⁶ พระครูประสาทสังวรภิกขุ, ธรรมะภาคปฏิบัติ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2544), น.17-18.

⁸⁷ พระธรรมปิฎก(ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรม, น.863.

นอกจากนี้ เกี่ยวกับการปฏิบัติสมถกรรมฐานนั้น ในสังคมไทยยังมีการสอนแนวทางการปฏิบัติกันอีกหลายวิธี และวิธีที่เป็นที่รู้จักกันอย่างกว้างขวางอีกวิธีหนึ่งก็คือ การกำหนดลมหายใจแบบพุทโธ ซึ่งมีความแพร่หลายมากในยุคสมัยของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต(พ.ศ.2413-2492) จนท่านได้ชื่อว่าเป็นอาจารย์ใหญ่ในการสอนสมาธิแนวนี้⁸⁸ แม้ในปัจจุบันนี้ การปฏิบัติสมาธิแบบพุทโธก็ยังมีค่านิยมปฏิบัติกันโดยทั่วไป ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยจึงได้สรุปแนวทางการปฏิบัติดังกล่าวไว้ด้วยทั้งในส่วนของการปฏิบัติโดยวิธีนั่งสมาธิและการเดินจงกรม⁸⁹ ซึ่งมีสาระสังเขปดังต่อไปนี้

ประการแรก วิธีนั่งสมาธิ ในการนั่งสมาธินี้ ครูบาอาจารย์บางท่าน อาจมีขั้นตอนให้ปฏิบัติก่อนนั่งหลับตา คือ ให้สมาทานศีล สวดมนต์ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย แผ่เมตตาจิตไปยังมนุษย์และสรรพสัตว์ทั้งหลาย แล้วรวมใจกำหนดจิตที่จะทำสมาธิ ตัดความกังวลใจออกไป

การนั่งสมาธิเริ่มด้วยการเอาขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย นั่งให้กายตรง ดำรงสติให้มั่น(มุ่งสู่การปฏิบัติ) ระลึกถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์อยู่ที่ใจ ไม่กังวลหรือนึกคิดถึงเรื่องอื่น ควรนั่งหลับตาเพื่อไม่ให้จิตฟุ้งซ่านถึงสิ่งที่เห็น แต่ถ้าผู้ใดง่วงอาจลืมตามองที่ปลายจมูกของตนก็ได้ จากนั้นเริ่มบริกรรมภาวนาในใจว่า “พุทโธ ๆ ๆ ๆ” เป็นอารมณ์เฉพาะ ไม่ให้เพลินจนจิตเข้าสู่ภวังค์ ทั้งนี้ การบริกรรมภาวนาดังกล่าวจะเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจในเวลาต้องการความสงบในเบื้องต้น

การกำหนดลมหายใจนั้น ให้กำหนดความรู้สึกในลมหายใจเข้า-หายใจออก โดยหายใจเข้าให้ภาวนาว่า “พุท” หายใจออกให้ภาวนาว่า “โธ” ฐานลมมีอยู่ 3 จุด คือ ต้นลม คือ ปลายจมูก กลางลมคือ ท่ามกลางอก และปลายลมอยู่ที่ท้อง ในขณะที่ภาวนาอานาปานสติไปนี้ ต่อมาเมื่อจิตเป็นสมาธิ ลมหายใจจะดับไปในความรู้สึก กล่าวคือ ลมละเอียด จิตรวมเป็นหนึ่งในการณ์เดียว เริ่มเข้าสู่ภวังค์

การสังเกตว่าจิตเข้าสู่ภวังค์นั้น มีอาการต่าง ๆ กัน บางคนรวมลงไปทันที บางคนเกิดความสว่างขึ้นมาด้วย คำบริกรรมภาวนาก็เลื่อนหายไป แต่รู้สึกเบากาย เบาใจ สบายปลอดโปร่ง เมื่อเป็นเช่นนี้ให้หยุดคำภาวนา และตั้งมั่นจิตให้เป็นหนึ่งอยู่กับที่ ไม่เพลินสติ กำหนดอยู่อย่างนั้น จนกว่าจะรู้สึกเหนื่อย เรียกขั้นตอนนี้ว่า ภาวนาอย่างละเอียด

⁸⁸ วรียา ชินวรรณ และคณะ, สมาธิในพระไตรปิฎก, น.88.

⁸⁹ เรื่องเดียวกัน, น.94-99.

การที่จิตตกวงค์นั้น อาจมีนิมิตต่างๆ มาปรากฏในขณะจิตนั้น ให้กำหนดจิตไว้ให้ดี ไม่ตกใจหรือกลัว เพราะสิ่งที่ปรากฏไม่ใช่สิ่งเที่ยงแท้ เป็นเพียงเงา ๆ พอเห็นปรากฏก็จะหายไปเอง วิธีการแก้นิมิตนั้นกระทำได้โดยนึ่งเฉย ไม่หวั่นไหว แต่ครั้งเมื่อสมาธิกล้าขึ้นก็ให้พิจารณาความไม่เที่ยงของนิมิตที่ปรากฏ จนกระทั่งยกขึ้นสู่การพิจารณาไตรลักษณ์ ให้เห็นเป็นสภาวะธรรมที่มีจิตเป็นเพียงผู้รู้ ทำจิตเป็นอุเบกขา ละวางอารมณ์ต่างๆ เสีย เมื่อจะออกจากสมาธิให้กำหนดจิตให้มีสติว่า เบื้องต้นเราได้ทำอะไรลงไป ตั้งสติกำหนดจิตอย่างไร ครั้นเมื่อได้สติรู้ตัวแล้วก็กำหนดออกจากสมาธิ

ประการที่สอง การเดินจงกรม⁹⁰ วิธีการเดินจงกรม ตามแบบของพระอาจารย์มั่น มีหลักเกณฑ์เบื้องต้น คือ

(1) ทิศทางการเดินจงกรม ท่านสอนให้ยึดตามแนวอริยประเพณีในสมัยพุทธกาล โดยท่านสอนให้เดินไปตามตะวันหรือเยื้องตะวันไปตามทิศเหนือหรือใต้ ซึ่งก็คือ ตามแนวทิศตะวันตก-ตะวันออก และแนวทิศตะวันตกเฉียงใต้-ตะวันออกเฉียงเหนือ

(2) ระยะทางการเดิน ขึ้นอยู่กับสถานที่ แต่โดยความเหมาะสมทั่วไปไม่ควรต่ำกว่า 10 ก้าวเดิน ขนาดยาวระหว่าง 25-30 ก้าวเดิน

(3) สำหรับพระภิกษุ ในการเดินจงกรมอาจจะครองผ้าอย่างมิดชิดหรือบางส่วน เช่น นุ่งผ้าสบง ใส่เฉพาะอังสะ ไม่ต้องครองจีวรก็ได้ ตามแต่ความเหมาะสม

เมื่อจะเริ่มเดินจงกรม ควรแสดงความนอบน้อมและระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย จากนั้นก็ตั้งจิตให้มั่นมุ่งหมายที่จะบำเพ็ญเพียรด้วยการเดินจงกรม (ตั้งจิตอธิษฐาน) แล้วปล่อยมือลงเอามือขวาทับมือซ้ายทาบกันไว้ได้สะดวกตามแบบพระพุทธรูปปางรำพึง ทอดสายตาลงต่ำ ทำสำรวม ตั้งสติกำหนดจิตและธรรมที่เคยบริกรรมมากำกับใจ ตามแบบที่เคยภาวนามาในท่านั่งสมาธิ หรือทำอื่น ๆ มาแล้ว จากนั้นก็เดินจงกรมจากต้นทางไปปลายทางที่กำหนด เดินกลับไปกลับมา ในทำสำรวม ไม่เร็วไม่ช้าเกินไป มีสติอยู่กับสิ่งที่บริกรรมอยู่สม่ำเสมอ ไม่ส่งจิตไปที่อื่น ไม่เดินแกว่งแขนหรือเอา มือขัดหลัง ไม่จำเป็นต้องนับก้าวเดิน เพราะบางครั้งอาจจะต้องยืนนิ่ง เพื่อพิจารณาหรือรำพึงธรรมให้เข้าใจแจ่มแจ้งก่อน จึงจะก้าวต่อไปก็มี ซึ่งอาจจะต้องใช้เวลาเนิ่นนาน การเดินจงกรมตามแนวพระอาจารย์มั่น โดยมากกำหนดเวลาครั้งละ 1 ชั่วโมง ขึ้นไป การเดินจงกรมอาจจะทำสลับกันกับการนั่งสมาธิ หลังจากปฏิบัติมานานก็เปลี่ยนเสียสักครั้งหนึ่ง

การปฏิบัติสมถกรรมฐานตามแนวทางของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต นี้ เป็นแนวทางปฏิบัติที่ถือได้ว่ามีกลุ่มผู้ปฏิบัติจำนวนมาก โดยเฉพาะพระภิกษุผู้เป็นครูบาอาจารย์ที่เป็นที่รู้จัก

⁹⁰ การเดินจงกรม หมายถึง การเดินกลับไปกลับมาอย่างมีสติ

ของประชาชนในสังคมไทยจำนวนไม่น้อย ก็เป็นศิษย์ของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต อาทิ หลวงปู่แหวน สุจิณฺโณ, หลวงปู่ขาว อนาลโย, หลวงปู่ฝั้น อาจาโร, หลวงปู่เทศก์ เทสรังสี, หลวงพ่อพุธ ฐานิโย, หลวงตามหาบัว ญาณสมฺปนฺโน และหลวงพ่อจรัญ ฐิตธมฺโม แม้แต่หลวงพ่อบุชา สุภทฺโท ก็เคยเข้ามาเป็นศิษย์ของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต⁹¹ การปฏิบัติตามแนวนี้จึงเป็นที่แพร่หลายในสังคมไทยอย่างรวดเร็วและยังคงเป็นแนวปฏิบัติที่ได้รับความนิยมสูงทั้งฝ่ายพระสงฆ์และฆราวาสผู้สนใจในการปฏิบัติทั่วไป

จากที่กล่าวมาทั้งหมด สรุปได้ว่า การปฏิบัติสมถกรรมฐาน หรือการปฏิบัติสมาธิ เป็นการปฏิบัติที่มุ่งภาวนาให้จิตใจสงบ มีอารมณ์เดียว จนมีสมาธิในระดับสูงสุด คือ ขั้นที่จิตตั้งมั่นอยู่ในฌาน แต่กระนั้น การปฏิบัติสมถกรรมฐานก็สามารถเป็นบาทฐานหรือพื้นฐานในการปฏิบัติวิปัสสนาตามที่ท่านกล่าวไว้ในคัมภีร์วิสุทธิมรรคว่า สมาธิเป็นบาทฐานแห่งวิปัสสนา มีวิปัสสนาเป็นอนิสงส์ เพราะเมื่อจิตใจสงบ ตั้งมั่น ปัญญาเห็นแจ้งก็ย่อมเกิดขึ้นได้⁹²

. การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง ข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้ง จัดสิ่งทั้งหลายให้ตรงกับสภาวะของมัน คือ ความเข้าใจตามความเป็นจริง คำว่า “วิปัสสนา” แปลว่า การเห็นแจ้งหรือวิธีที่จะทำให้เกิดการเห็นแจ้งหรือปัญญา⁹³ อารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐาน ได้แก่ ชั้น 5, อายุตนะ 12, ธาตุ 18, อินทรีย์ 22, อริยสัจ 4 และปัจจุจสมุปบาท 12 , ย่อให้สั้นได้แก่ รูปนาม คือ กายกับใจ⁹⁴ ลักษณะของวิปัสสนาหรือปัญญานั้น มีคำอธิบายตามนัยในพระไตรปิฎกไว้ว่า หมายถึง

ปัญญา ได้แก่ กิริยาที่รู้ชัด ความวิจย ความเลือกสรร ความวิจยธรรม ความกำหนดหมายความเข้าไปกำหนด ความเข้าไปกำหนดชัด ๆ ภาวะที่รู้ ภาวะที่ฉลาด ภาวะที่รู้ละเอียด ความรู้อย่างแจ่มแจ้ง ความค้นคิด ความใคร่ครวญ ปัญญาเหมือนแผ่นดิน ปัญญาเครื่องทำลายกิเลส ปัญญาเครื่องนำทาง การเห็นแจ้ง (วิปัสสนา) ความรู้ดี ปัญญาเหมือนรัตนะ ความไม่หลงงมงาย ความเลือกเฟ้นธรรม เป็นสัมมาทิฏฐิ⁹⁵

⁹¹ วิชา ชินวโรณ และคณะ, สมาธิในพระไตรปิฎก, น.85-86.

⁹² วิสุทธิ. 2/198.

⁹³ วิสุทธิ. 3/260 .

⁹⁴ พระครูประสาทสังวรภิกขุ, ธรรมะภาคปฏิบัติ , น.4.

⁹⁵ อภ.ธ. 34/82/29

นัยสำคัญของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จึงหมายถึง การปฏิบัติทางจิตเพื่อให้เกิด ปัญญาหรือสัมมาทิฐิ คือ ความเห็นชอบ เข้าใจสรรพสิ่งตามความเป็นจริง เห็นแจ้งรูปนาม จน ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น หลุดพ้นเป็นอิสระจากกิเลสทั้งปวงนั่นเอง

1) ความมุ่งหมายของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

ตามหลักการทางพระพุทธศาสนา การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้นมีเป้าหมายสูงสุด คือ การบรรลุมรรค ผล นิพพาน ซึ่งสามารถบังเกิดขึ้นได้กับผู้ปฏิบัติทั้งในชาตินี้ ชาติหน้าหรือ ชาติต่อ ๆ ไป ดังที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้เกี่ยวกับอานิสงส์ของการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน 4 ในมหาสติปัฏฐานสูตร ว่า

ดูกรภิกษุทั้งหลาย ก็ผู้ใดผู้หนึ่ง พึงเจริญสติปัฏฐานทั้ง 2 นี้ อย่างนี้ ตลอด 7 ปี เขา พึงหวังผล 2 ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ (1) พระอรหัตผลในปัจจุบัน (2) เมื่อ ยังมี อุปาติเหลืออยู่ ย่อมเป็นพระอนาคามี ... ผู้ใดผู้หนึ่งพึงเจริญสติปัฏฐาน 4 นี้ อย่างนี้ตลอด 6 ปี ... 5 ปี ... 4 ปี ... 3 ปี ... 2 ปี ... 1 ปี เขาพึงหวังผล 2 ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ (1) พระอรหัตผลใน ปัจจุบัน (2) เมื่อยังมีอุปาติ เหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ผู้ใดผู้ หนึ่ง พึงเจริญสติปัฏฐาน 4 นี้ อย่างนี้ตลอด 7 เดือน เขาพึงหวังผล 2 ประการ อย่างใดอย่างหนึ่ง คือ (1) พระอรหัตผลใน ปัจจุบัน (2) เมื่อยังมีอุปาติเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ผู้ใดผู้ หนึ่ง พึงเจริญสติปัฏฐาน 4 นี้ อย่างนี้ตลอด 6 เดือน ... 5 เดือน ... 4 เดือน ... 3 เดือน ... 2 เดือน ... 1 เดือน... กึ่งเดือน เขาพึงหวังผล 2 ประการอย่างใดอย่างหนึ่ง คือ (1) พระอรหัตผลในปัจจุบัน (2) เมื่อยังมีอุปาติเหลืออยู่ เป็นพระอนาคามี ผู้ใดผู้ หนึ่ง พึงเจริญสติปัฏฐาน 4 นี้ อย่างนี้ตลอด 7 วัน เขาพึงหวังผล 2 ประการอย่างใด อย่างหนึ่ง คือ (1) พระอรหัตผลใน ปัจจุบัน (2) เมื่อยังมีอุปาติเหลืออยู่ เป็นพระ อนาคามี ดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่า สัตว์ เพื่อลวงความโศกและปริเทวะ เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์โทมนัส เพื่อบรรล ุธรรมที่ถูกต้อง เพื่อทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพาน หนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ ฉะนั้น⁹⁶

จากพระพุทธพจน์นี้ แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน นั้น มีผล หรือความมุ่งหมาย คือ การบรรลุดังความเป็นพระอริยบุคคล ซึ่งเป็นภาวะที่หลุดพ้นจากกิเลสด้วย ความรู้แจ้งเห็นจริงหรือวิปัสสนาญาณนั่นเอง

⁹⁶ ที.ม. 10/300/345-346.

2) ลำดับการเกิดปัญญาหรือวิปัสสนาญาณ

ตามหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน การเกิดขึ้นของปัญญาหรือวิปัสสนาญาณนั้น ย่อมเกิดขึ้นได้โดยลำดับแห่งการปฏิบัติ หากผู้ปฏิบัติประกอบด้วยองค์ธรรม 3 ประการ⁹⁷ ได้แก่

- (1) อาตาปี หมายถึง ความเพียรเผากิเลส
- (2) สัมปชาโน หมายถึง สัมปชัญญะ คือ รู้รูปนามอยู่ทุกขณะ
- (3) สติมา หมายถึง มีความระลึกรู้ได้ก่อนทำ ก่อนพูด ก่อนคิด

องค์ธรรมทั้ง 3 ประการนี้ ย่อมทำให้การปฏิบัติเป็นไปอย่างต่อเนื่องและนำสู่การบรรลุ ญาณลำดับต่าง ๆ ซึ่งตามนัยในคัมภีร์วิสุทธิมรรค แบ่งเป็น 16 ลำดับ เรียกว่า โสฬสญาณ หรือ ญาณ 16 ได้แก่

(1) นามรูปปริเฉทญาณ คือ ญาณกำหนดนามรูปเพื่อให้รู้จักว่าอะไรคือนาม คือรูป โดยท่านแสดงวิธีการกำหนดไว้หลายวิธีตามแต่ผู้ปฏิบัติจะเลือกเอา เริ่มตั้งแต่การกำหนด นามรูปโดยกำหนดธาตุ 4, การกำหนดนามรูปทางธาตุ 18, การกำหนดนามรูปทางอายตนะ 12, การกำหนดนามรูปทางชั้น 5 และการกำหนดนามรูปโดยสังเขป คือ กำหนดรูปทุกอย่างว่าเป็นรูป ส่วนนอกเหนือจากนั้นก็เป็นนาม

(2) ปัจจัยปริคคหญาณ คือ ญาณกำหนดรู้ปัจจัย เพื่อให้รู้ว่าอะไรคือปัจจัยให้เกิดนามรูป นามกับรูปต่างอิงอาศัยกันและกันอย่างไร ด้วยวิธีการปฏิบัติ เช่น กำหนดรู้เหตุปัจจัย ของรูปกาย ซึ่งมีธรรม 5 เป็นเหตุปัจจัยของรูปกายนั้น ได้แก่ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรม (ในฐานะทำให้เกิด) และอาหาร (เป็นปัจจัยอุดหนุนให้กายตั้งอยู่ได้) ต่อนั้นก็กำหนดปัจจัยของนาม กายต่อไปโดยนัยว่า จักขุวิญญาณ อาศัยจักขุและรูปเกิดขึ้น เป็นต้น จนสิ้นความสงสัย

(3) สัมมสนญาณ คือ ญาณพิจารณาเพื่อให้เห็นว่านามรูปต่างอิงอาศัยกันนั้น ล้วนตกอยู่ในลักษณะที่เสมอเหมือนกัน คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

(4) อุทยัพพยานูปัสสนาญาณ คือ ญาณตามดูการเกิดดับของนามรูปได้ทันที ซึ่งทำให้รู้ว่า นามรูปต่างล้วนมีเกิดมีดับ คือ เกิดแล้วก็ดับไปเป็นธรรมดาอย่างนี้เรื่อยไป

(5) ภัคคานูปัสสนาญาณ คือ ญาณตามดูความดับของนามรูปได้ทันที ซึ่งทำให้รู้ว่านามรูปที่มีเกิดมีดับนั้น สุดท้ายแล้วก็มิแต่ดับถ่ายเดียว ไม่ว่าจะเกิดอย่างไร ถ่ายที่สุดท้ายก็ต้องดับด้วยกันทั้งนั้น

⁹⁷ ที.ปา. 11/33/62

(6) ภัยตู่ปฏิฐานญาณ คือ ญาณรู้เห็นนามรูปปรากฏเป็นสิ่งที่น่ากลัว ซึ่งสืบเนื่องจากการเห็นนามรูปมีแต่ดับถ่ายเดียว ก็เกิดความรู้ว่า เมื่อเป็นเช่นนี้นามรูปก็เป็นของน่ากลัว

(7) อาทีนวานุปัสสนาญาณ คือ ญาณตามดูโทษของนามรูปได้ทัน ซึ่งข้อนี้ก็เกิดเป็นลำดับสืบเนื่องจากการเห็นนามรูปเป็นของน่ากลัว ซึ่งส่อให้เห็นว่า นามรูปนั้นมีแต่โทษ

(8) นิพพิทานุปัสสนาญาณ คือ ญาณตามดูโทษของนามรูปได้ทัน ซึ่งเกิดสืบต่อจากการรู้เห็นนามรูปว่ามีโทษถ่ายเดียว ก็จะเกิดความเบื่อหน่ายคลายความกำหนัดในนามรูปเสีย

(9) มุญจितุกัมยตาญาณ ญาณประกอบด้วยความปรารถนาจะพ้นไปจากนามรูป ซึ่งเมื่อเกิดความเบื่อหน่ายในนามรูปแล้วก็ปรารถนาจะพ้นไปจากนามรูป คือ ไม่อยากเกิดอีกต่อไปในภุมิไหน

(10) ปฏิสังขานุปัสสนาญาณ คือ ญาณตามดูอาการพิจารณาซ้ำ ซึ่งเกิดขึ้นสืบต่อจากการที่ปรารถนาจะพ้นไปจากนามรูป ทั้งนี้เพื่อหาหนทางพ้นไปให้ได้ จึงพิจารณานามรูปตามหลักไตรลักษณ์ซ้ำ

(11) สังขารุเปกขาญาณ คือ ญาณวางเฉยต่อสังขารคือนามรูปซึ่งเกิดต่อเนื่องจากการพิจารณานามรูปตามหลักไตรลักษณ์ซ้ำจนเห็นว่าทุกอย่างเป็นไปตามเหตุปัจจัย จนปล่อยวางได้ไม่ยินดียินร้าย และเริ่มเข้าใจว่านิพพานเป็นความสงบอย่างแท้จริง

(12) สัจจานุโลมิกญาณ คือ ญาณคล้อยตามสัจจะ ซึ่งเกิดต่อเนื่องจากญาณวางเฉยต่อสังขารคือนามรูป เป็นความรู้ที่สอดคล้องกับความเป็นจริงของนามรูปโดยไม่ขัดแย้ง

(13) โคตรภูญาณ คือ ญาณข้ามโคตร ซึ่งเกิดสืบเนื่องจากญาณคล้อยตามความจริง เป็นญาณที่ห่วงเอานิพพานเป็นอารมณ์และขณะเดียวกันก็พร้อมที่จะทิ้งสภาวะปุถุชนเข้าสู่สภาวะของพระอรหันต์

(14) มัคคญาณ คือ ญาณขั้นมรรค ซึ่งเกิดขึ้นสืบเนื่องจากญาณที่ข้ามโคตรแล้ว ละกิเลสได้เด็ดขาดตามลำดับ

(15) ผลญาณ คือ ญาณขั้นผล ซึ่งเกิดสืบเนื่องจากมัคคญาณทันที กล่าวคือเป็นผลของมัคคญาณนั่นเอง

(16) ปัจจเวกขณญาณ คือ ญาณเครื่องพิจารณา ซึ่งเกิดสืบต่อจากผลญาณ โดยเกิดขึ้นมาเพื่อพิจารณาดูว่าละกิเลสอะไรได้แล้วบ้าง กิเลสอะไรยังเหลืออยู่ตามลำดับของ

มัคคญาณ ผลญาณ จนกระทั่งถึงมัคคญาณผลญาณขั้นสุดท้าย จึงรู้ว่าละกิเลสได้หมดแล้ว และกิเลสที่ละได้ก็ไม่กลับมาทำเรบอีก⁹⁸

3) วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ที่เป็นที่นิยมกัน คือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน 4 ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงยกย่องว่า เป็นมรรคหรือหนทางสายเอกที่จะทำให้ บรรลุนิพพานได้ ดังพระพุทธพจน์ที่อ้างมาแล้วในตอนต้น

ตามนัยในพระไตรปิฎกนั้น มีวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4⁹⁹ ดังนี้

(1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย มีวิธีปฏิบัติ แบ่งออกเป็น 6 หมวด ดังนี้

1. ตั้งสติกำหนดพิจารณาลมหายใจเข้าและหายใจออก ให้เห็นเป็นลำสั้น-ยาว สลับกันไป เรียกว่า อานาปานบรรพ หมวดว่าด้วยลมหายใจเข้า-ออก
2. ตั้งสติกำหนดพิจารณาอิริยาบถของร่างกาย คือ การยืน เดิน นั่ง นอน ให้รู้ทัน ความเป็นไปของอิริยาบถนั้น ๆ เรียกว่า อิริยาบถบรรพ หมวดว่าด้วย อิริยาบถ
3. ตั้งสติกำหนดพิจารณาการเคลื่อนไหวทางกาย เช่น การก้าวไป ถอยกลับ คู้ แขน เหยียดแขน กิน ดื่ม โดยกำหนดให้รู้ทันทุกอากัปภิกิริยานั้นๆ เรียกว่า สัมผัสัญญบรรพ หมวดว่าด้วยสัมผัสัญญะ
4. ตั้งสติกำหนดพิจารณาอาการ 32 คือ ส่วนย่อยต่างๆ ของร่างกายของตน มี ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นต้น ให้เห็นชัดว่าเป็นของน่าเกลียด โสโครก จำต้องชำระล้างทำความสะอาด เรียกว่า ปฏิภูมณสิการบรรพ หมวดว่าด้วยมนสิการสิ่งปฏิภูม
5. ตั้งสติกำหนดพิจารณาร่างกายให้เห็นเป็นธาตุ คือ องค์ประกอบที่มีคุณสมบัติ ต่างกันออกไปแต่ละธาตุ ให้ปรากฏชัดว่าส่วนที่แข็งจัดเป็นปฐวีธาตุ คือ ธาตุดิน ส่วนที่เป็นของ เหลวจัดเป็น อาโปธาตุ คือ ธาตุน้ำ ส่วนที่มีความอบอุ่น จัดเป็นเตโชธาตุ คือ ธาตุไฟ ส่วนที่เป็น ตัวการให้เคลื่อนไหวได้ จัดเป็น วาโยธาตุ คือ ธาตุลม ประกอบกันขึ้นมาเป็นรูป ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่ บุคคล ไม่ใช่ตัวตนของเราหรือของเขา เรียกว่า ธาตุมนสิการบรรพ หมวดว่าด้วยมนสิการธาตุ

⁹⁸ ผู้วิจัยได้สรุปเนื้อหาจากคัมภีร์วิสุทธิมรรค ซึ่งผู้สนใจสามารถศึกษาเพิ่มเติมได้จาก หนังสือ วิสุทธิมรรคแปลภาค 3 ตอนจบ (มหามกุฏราชวิทยาลัย, วิสุทธิมรรคแปล ภาค 3 ตอนจบ, พิมพ์ครั้งที่ 8 (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2538), หน้า 1-270.)

⁹⁹ที่.ม. 10/273-300/322-345.

6. ตั้งสติกำหนดพิจารณาซากศพ มีลักษณะต่าง ๆ 9 ลักษณะ เช่น ซากศพที่ตายแล้ว 1 วัน ถึงตายแล้ว 3 วัน แล้วนำมาเปรียบเทียบกับร่างของตนว่า มีลักษณะที่จะต้องเป็นไปอย่างเดียวกัน เรียกว่า นวสีวลิกาบรรพ หมวดว่าด้วยป่าช้า 9 ลักษณะ

(2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา คือ การพิจารณาความรู้สึกสุข ทุกข์ ไม่ทุกข์ไม่สุข (อุเบกขา) ตามลักษณะ 9 ประการ คือ

1. เมื่อเสวยสุขเวทนามก็ให้รู้ชัดว่าเป็นสุขเวทนา
2. เมื่อเสวยทุกข์เวทนามก็ให้รู้ชัดว่าเป็นทุกข์เวทนา
3. เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนา(ไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุข) ก็ให้รู้ชัดว่าอุทกขมสุขเวทนา
4. เมื่อเสวยสุขเวทนามีอามิส ก็ให้รู้ชัดว่าเป็นสุขเวทนามีอามิส
5. เมื่อเสวยสุขเวทนาไม่มีอามิส ก็ให้รู้ชัดว่าเป็นสุขเวทนาไม่มีอามิส
6. เมื่อเสวยทุกข์เวทนามีอามิส ก็ให้รู้ชัดว่าเป็นทุกข์เวทนามีอามิส
7. เมื่อเสวยทุกข์เวทนาไม่มีอามิส ก็ให้รู้ชัดว่าเป็นทุกข์เวทนาไม่มีอามิส
8. เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนามีอามิส ก็ให้รู้ชัดว่าเป็นอุทกขมสุขเวทนามีอามิส
9. เมื่อเสวยอุทกขมสุขเวทนาไม่มีอามิส ก็ให้รู้ชัดว่าเป็นอุทกขมสุขเวทนาไม่มี

อามิส

(3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต คือ พิจารณาจิตของตนให้เห็นสภาวะตามที่ปรากฏในขณะนั้น ๆ ให้รู้ชัดตามความเป็นจริงตามสภาวะ 16 ประการ ได้แก่

1. จิตมีราคะ ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตมีราคะ
2. จิตปราศจากราคะ ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตปราศจากราคะ
3. จิตมีโทสะ ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตมีโทสะ
4. จิตปราศจากโทสะ ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตปราศจากโทสะ
5. จิตมีโมหะ ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตมีโมหะ
6. จิตปราศจากโมหะ ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตปราศจากโมหะ
7. จิตหดหู่ ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตหดหู่
8. จิตฟุ้งซ่าน ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตฟุ้งซ่าน
9. จิตใหญ่เป็นไปในฌาน ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตใหญ่เป็นไปในฌาน
10. จิตไม่ใหญ่ไม่ถึงฌาน ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตไม่ใหญ่ไม่ถึงฌาน
11. จิตยังมีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตยังมีจิตอื่นยิ่งกว่า

- 12.จิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตไม่มีจิตอื่นยิ่งกว่า
- 13.จิตตั้งมั่น ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตตั้งมั่น
- 14.จิตไม่ตั้งมั่น ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตไม่ตั้งมั่น
- 15.จิตหลุดพ้น ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตหลุดพ้น
- 16.จิตไม่หลุดพ้น ก็ให้รู้ว่าเป็นจิตไม่หลุดพ้น

(4) ถัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน หมายถึง การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรม คือ ให้พิจารณาเห็นชัดตามความเป็นจริงว่า ขณะนั้นกำลังมีธรรมอะไรเกิดอยู่ในจิตของตนแบ่งออกเป็น 5 หมวดธรรม คือ

1. หมวดนิรวรณ 5 เรียกว่า นีวรณบรรพ
2. หมวดขันธ 5 เรียกว่า ขันธบรรพ
3. หมวดอายตนะ 12 เรียกว่า อายตนบรรพ
4. หมวดโพชฌงค์ 7 เรียกว่า โพชฌงค์บรรพ
5. หมวดอริยสัจ 4 เรียกว่า สัจจบรรพ

โดยให้พิจารณาว่าขณะนั้น ๆ มีธรรมอะไรกำลังเกิดขึ้นอยู่ในจิตของตน ไล่ตามหัวข้อย่อยของหมวดธรรมนั้น ๆ เช่น

- เมื่อมีกามฉันทะอยู่ในจิต ก็ให้รู้ชัดว่าเรายังมีกามฉันทะอยู่ในจิต
- เมื่อไม่มีกามฉันทะอยู่ในจิต ก็ให้รู้ชัดว่าไม่มีกามฉันทะอยู่ในจิต

ฯลฯ

วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 นี้ เป็นหลักการสำคัญที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนดังที่มีปรากฏในพระไตรปิฎกมากมายหลายแห่ง จึงถือเป็นกรอบใหญ่ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งในสังคมไทยมีหลายสำนักปฏิบัติได้ยึดถือเป็นแนวทางในการอบรมสั่งสอนกัน โดยเฉพาะแนวทางปฏิบัติสายหนึ่งซึ่งเป็นที่แพร่หลายในปัจจุบัน ก็คือ การปฏิบัติตามแนวปฏิบัติของพระธรรมธีรราชมหามุนี(โชดก ญาณสิริ) แห่งวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีเอกลักษณ์สำคัญ คือ การกำหนดรู้เท่าทันอารมณ์ปัจจุบันด้วยคำว่า “หนอ”

100

วิธีการปฏิบัติตามแนวทางดังกล่าวโดยสรุป คือ เริ่มต้นด้วยการทำบุพเพกิจตามลำดับขั้นตอน ได้แก่ การชำระสถานที่ปฏิบัติให้สะอาดเรียบร้อย การตัดความกังวลทุกอย่าง การถวายเป็นสักการะต่อพระอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน จุดธูปเทียนบูชาพระรัตนตรัย จากนั้น ถ้าเป็นพระให้แสดง

¹⁰⁰ พระครูประสาทสังวรวิจิ, ธรรมะภาคปฏิบัติ, น.42.

อาบัติก่อน ถ้าเป็นฆราวาสให้สมาทานศีลเสียก่อนแล้วจึงกล่าวคำมอภายถวายตัวแต่พระพุทธรเจ้าและอาจารย์ผู้สอนกรรมฐาน แม่เมตตา กล่าวคำเจริญมรณานุสติ ตั้งสัจอธิษฐาน กล่าวคำตั้งความปรารถนาในการปฏิบัติและระลึกคุณพระรัตนตรัยด้วยการสวดบทพระพุทธรคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณเป็นลำดับสุดท้าย นี้ถือว่าเป็นกิจเบื้องต้นและเป็นแบบแผนการปฏิบัติที่ถือปฏิบัติกันตามแนวทางการปฏิบัติของพระธรรมธีรราชชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ)¹⁰¹

จากนั้นก็เป็นการเดินจงกรมก่อนประมาณ 30 นาที เป็นอย่างต่ำ 1 ชั่วโมงเป็นอย่างสูง เอาสติไว้ที่สันเท้า แล้วภาวนาว่า “ขวอย่างหนอ ซ้ายอย่างหนอ” เมื่อเดินจงกรมครบกำหนดแล้วให้นั่งลง คือ นั่งขัดสมาธิ เอาขาขวาทับขาซ้าย เอามือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายให้ตรง ดำรงสติให้มั่น หลับตา เอาสติไว้ที่ท้อง กำหนดรู้อาการท้องพอง ท้องยุบว่า “พองหนอ ยุบหนอ” โดยที่จิตรู้เท่าทันอาการท้องพอง ท้องยุบทุกขณะ ไม่ใช่การท่องบ่นหรือปริกรรม ประมาณ 30 นาที เป็นอย่างต่ำ 1 ชั่วโมงเป็นอย่างสูง ถ้านั่งตามกำหนดแล้วให้ลุกเดินจงกรมอีก นั่งอีก ทำให้ติดต่อกันอย่างนี้¹⁰² โดยที่จังหวะหรือระยะของการเดินจงกรมนั้น หากมีความชำนาญในระยะแรกแล้วก็สามารถฝึกปฏิบัติระยะที่ละเอียดขึ้นไปตามลำดับ ดังนี้

ระยะที่ 1 ขวอย่างหนอ ซ้ายอย่างหนอ

ระยะที่ 2 ยกหนอ เขยิบหนอ

ระยะที่ 3 ยกหนอ ย่างหนอ เขยิบหนอ

ระยะที่ 4 ยกสั้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ เขยิบหนอ

ระยะที่ 5 ยกสั้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ลงหนอ ถูหนอ

ระยะที่ 6 ยกสั้นหนอ ยกหนอ ย่างหนอ ลงหนอ ถูหนอ กดหนอ

ในการเดินจงกรมนี้ ให้กำหนดรู้แต่อิริยาบถเดินแต่อย่างเดียว การเคลื่อนไหวส่วนอื่นของร่างกายจึงไม่ควรทำ การเดินให้เดินช้า ๆ เพื่อกำหนดได้ทัน เมื่อเดินสุดระยะที่กำหนดแล้วให้หยุดแล้วจึงกำหนด “ยืนหนอ ๆ ๆ” (3 ครั้ง) และ “กลับหนอ ๆ ๆ” (6 ครั้ง)¹⁰³ แล้วจึงตั้งต้นเดินใหม่ ทำสลับกันแบบนี้เรื่อยไป พอสมควรจึงเปลี่ยนอิริยาบถ

นอกจากการเดินจงกรมซึ่งจุดอยู่ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานแล้ว ยังมีการกำหนดเวทนา (ความรู้สึกต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เช่น ร้อนหนอ ปวดหนอ สุขหนอ เป็นต้น) ตามแต่ขณะที่มี

¹⁰¹ พระธรรมธีรราชชมหามุนี (โชดก ญาณสิทฺธิ), หลักปฏิบัติสมณะวิปัสสนา (กรุงเทพมหานคร: กองทุนมูลนิธิพระธรรมธีรราชชมหามุนี, 2531), น.1-3.

¹⁰² วรียา ชินวรวโรดม และคณะ, สมาธิในพระไตรปิฎก, น.72.

¹⁰³ พระครูประสาธสังวรวิจิ, ธรรมะภาคปฏิบัติ, น.44.

การกระทบ กำหนดจิต คือ สภาพจิตใจว่าเป็นอย่างไรตามความเป็นจริง โดยไม่ปรุงแต่งต่อ และกำหนดธรรม คือ สภาพความเปลี่ยนแปลงของธรรมที่เกิดขึ้น

วิธีการปฏิบัติกรรมฐานทั้งที่เป็นสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานดังที่กล่าวมานี้ จัดเป็นการปฏิบัติธรรมชั้นสูง เพราะสามารถนำไปสู่เป้าหมายชั้นสูงสุดตามคำสอนของพระพุทธศาสนา คือ การสงบระงับจากกิเลสทั้งหลาย แต่ที่กล่าวเช่นนี้มีได้หมายความว่า การปฏิบัติกรรมฐานไม่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวันของปุถุชนที่ยังต้องพัวพันอยู่กับกิเลสมากบ้างน้อยบ้าง เพราะแท้จริงแล้วการปฏิบัติกรรมฐานมีผลดีทั้งโดยตรงและโดยอ้อม สำหรับทุกคนที่ฝึกฝนปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ ผลโดยตรงเป็นผลทางด้านจิตใจ คือ ทำให้มีสติมั่นคง จิตใจเข้มแข็ง มีปัญญาในการแก้ไขปัญหามากมาย เป็นต้น ส่วนผลโดยอ้อมเป็นผลทางด้านร่างกายและสังคม ดังเช่นคำบอกเล่าของผู้มีประสบการณ์ปฏิบัติธรรมท่านหนึ่งซึ่งเขียนเป็นจดหมายถึงอาจารย์ผู้สอนการปฏิบัติกรรมฐานว่า “...ผมอยากเรียนให้ทราบว่า การนั่งวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น ได้ผลหลายอย่าง ๆ ที่ผมไม่เคยนึกฝันมาก่อน คือ 1) อุดบุงหรือได้ 2) แผลในปากก็หายโดยไม่ต้องใช้ยา 3) โรคชาตามเท้าก็หายแล้ว 4) สายตาก็รู้สึกดีขึ้น 5) นอนก็หลับสบาย...”¹⁰⁴ ด้วยเหตุนี้ ในกิจกรรมการปฏิบัติธรรมหรือโครงการปฏิบัติธรรมต่าง ๆ จึงได้มีการนำหลักปฏิบัติกรรมฐานไปเป็นกิจกรรมหลักเพราะมีประโยชน์อย่างกว้างขวางต่อผู้ปฏิบัติและสังคม

สำหรับโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญของวัดเอก อำเภอกระเสสินธุ์ จังหวัดสงขลา ซึ่งเป็นเป้าหมายของงานวิจัยนี้ ได้มีการฝึกอบรมการปฏิบัติกรรมฐานเป็นกิจกรรมหลักของโครงการทุกครั้ง ซึ่งจากการสังเกตการณ์แบบมีส่วนร่วมของผู้วิจัย พระวิปัสสนาจารย์ได้นำหลักการปฏิบัติกรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ตามแนวทางของพระธรรมธีรราชชมหามุนี (โชดกญาณสิทธิ) มาสอนและฝึกอบรม แต่ไม่ได้ฝึกอบรมเต็มที่เพราะระยะเวลาสั้นและมีกิจกรรมอื่น ๆ อีกหลายอย่าง ดังเช่น การบรรยายธรรมและการสนทนาธรรมในหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับหลักการปฏิบัติธรรมในชีวิตประจำวันดังที่ได้นำเสนอไว้ในตอนต้นซึ่งถือเป็นภาคความรู้ที่มีประโยชน์ในการประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของผู้เข้าร่วมโครงการ โดยมีการกำหนดหัวข้อธรรมในการนำเสนอในแต่ละครั้งของโครงการในรอบปีหนึ่ง ๆ สลับสับเปลี่ยนกันไป

จากแนวคิดเกี่ยวกับหลักการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาดังที่ได้นำมาเสนอไว้ในงานวิจัยชิ้นนี้ จะเห็นได้ว่าการปฏิบัติธรรมเป็นสิ่งสำคัญที่ควรมีการทำความเข้าใจให้ชัดเจนทั้งภาควิชาการและภาคปฏิบัติ เพราะภาควิชาการเป็นข้อมูลที่ทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง

¹⁰⁴ เอก ธนะสิริ, *สมาธิกับคุณภาพชีวิต*, พิมพ์ครั้งที่ 13 (กรุงเทพฯ: มหานคร : บริษัทคราฟแมนเพรส จำกัด, 2541), น. 53.

ส่วนภาคปฏิบัติเป็นขั้นตอนหรือวิธีการที่สามารถเป็นแบบอย่างในการปฏิบัติจริงหรือเป็นแนวทางในการนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงตามความเหมาะสม โดยเฉพาะในโครงการปฏิบัติธรรมต่าง ๆ นั้น มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องนำความรู้เกี่ยวกับหลักการปฏิบัติธรรมไปใช้ในการดำเนินงานของโครงการอย่างแน่นอนและการกระทำเช่นนั้นย่อมมีประโยชน์ต่อการดำเนินงานอย่างแน่นอนเช่นกัน ดังเช่น การทำความเข้าใจถึงความหมายและความสำคัญของการปฏิบัติธรรม สามารถสร้างทัศนคติที่ดีต่อการปฏิบัติธรรมได้ กล่าวคือ จากการที่คนบางกลุ่มโดยเฉพาะคนรุ่นใหม่มองว่าการปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องของพระสงฆ์หรือผู้สูงอายุซึ่งเป็นเรื่องไกลตัว ก็ทำให้เห็นชัดว่าการปฏิบัติธรรมเป็นเรื่องใกล้ตัวและมีความสำคัญต่อทุกคน เป็นต้น หรือในแง่การพัฒนาโครงการปฏิบัติธรรม หลักการต่าง ๆ นี้สามารถเป็นกรอบแนวคิดในการหาแนวทางในการพัฒนาได้เป็นอย่างดี

2.2 แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาโครงการ

เป็นที่ทราบกันโดยทั่วไปว่า การพัฒนา หมายถึง การทำให้ดีขึ้น ให้เจริญขึ้น ให้ก้าวหน้ากว่าเดิม เพราะฉะนั้น การพัฒนาโครงการ ย่อมหมายถึง การทำให้โครงการดีขึ้น มีประสิทธิภาพมากขึ้นและเกิดประสิทธิผลตามวัตถุประสงค์มากยิ่งขึ้น แนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาโครงการ จึงมีความสำคัญสำหรับงานวิจัยเรื่อง“การพัฒนาโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญ: กรณีศึกษาวัดเอก อําเภอกระเสี่สินธุ์ จังหวัดสงขลา” เป็นอย่างยิ่ง ผู้วิจัยจึงได้นำประเด็นสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยมารวบรวม วิเคราะห์ สังเคราะห์และนำเสนอไว้ในที่นี้ด้วย ซึ่งมีประเด็นสำคัญ ดังนี้

2.2.1 ความหมาย ลักษณะงานและประเภทของโครงการ

2.2.1.1 ความหมายของคำว่า “โครงการ”

คำว่า “โครงการ” ตามประมวลศัพท์วิชาการ กรมสนธิสัญญากฎหมาย กระทรวงการต่างประเทศ พ.ศ. 2548 ระบุไว้ว่า มีความหมายตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Project”¹⁰⁵ และตามคำนิยามในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 คำว่า “โครงการ” หมายถึง “แผนหรือ

¹⁰⁵เยาวดี ราชชัยกุล วิบูลย์ศรี, การประเมินโครงการ : แนวคิดและแนวปฏิบัติ, พิมพ์ครั้งที่ 4 (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2548), น.78.

เค้าโครงตามที่กำหนดไว้”¹⁰⁶ นอกจากนี้ ยังมีนักวิชาการได้ให้คำนิยามความหมายไว้อีกหลากหลายทัศนะ ในที่นี้ขอนำทัศนะของนักวิชาการบางท่านมาเสนอไว้ ดังนี้

เยาวดี ราชชัยกุล วิบูลย์ศรี ได้ให้คำนิยามไว้ว่า “โครงการ หมายถึง งานหรือส่วนหนึ่งของงานที่ต้องกระทำให้สำเร็จตามเป้าหมายภายในระยะเวลาและวงเงินงบประมาณที่กำหนดไว้ โดยสอดคล้องกับข้อกำหนดอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องด้วย”¹⁰⁷

เทียนฉาย กิระนันท์ ได้แสดงทัศนะไว้ว่า “โครงการ เป็นการกะเกณฑ์ หรือการเตรียมการเพื่อกระทำการอย่างใดอย่างหนึ่งหรืออาจจะหมายถึงแนวความคิดในเรื่องใดเรื่องหนึ่งๆ เพื่อหาทางปฏิบัติหรือดำเนินการให้บรรลุวัตถุประสงค์ของเรื่องนั้น ๆ ที่แน่ชัดและมีระบบ”¹⁰⁸

มยุรี อนุমানราชธน ได้แสดงทัศนะไว้ว่า

โครงการ หมายถึง กลุ่มของกิจกรรมที่สัมพันธ์กัน ซึ่งเป็นความพยายามจัดกิจกรรมที่มีลักษณะพิเศษอย่างเป็นระบบเพื่อให้สามารถใช้ทรัพยากรอย่างฉลาดที่สุดใน การดำเนินงานให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ ได้แก่ ผลประโยชน์ตอบแทนหรือผลได้อย่างใดอย่างหนึ่งในอนาคต กิจกรรมดังกล่าวต้องมีจุดเริ่มต้นและจุดสิ้นสุด¹⁰⁹

สมคิด พรหมจ้อย ได้แสดงทัศนะไว้ว่า “โครงการ หมายถึง หน่วยของแผนงานหรือกลุ่มกิจกรรมที่มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกัน เพื่อการบรรลุจุดหมายหรือเป้าหมาย มีลักษณะเด่นชัด มีระยะเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุดแน่นอน และมักจะเป็นงานพิเศษที่ต่างไปจากงานประจำ โครงการจะประกอบไปด้วยงาน(Task) และกิจกรรม(Activity)”¹¹⁰

สุพักตร์ พิบูลย์และกานดา นาคะเวช ได้แสดงทัศนะว่า “โครงการ เป็นกลุ่มกิจกรรมที่เห็นว่าเป็นทางเลือกในการยกระดับคุณภาพงานที่ได้รับการคัดสรรแล้วว่าเหมาะสมและน่าจะเกิด

¹⁰⁶ พิสดุ พงศ์ศรี, เทคนิควิธีประเมินโครงการ (กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัด พิมพ์งาม, 2549), น. 34.

¹⁰⁷ เยาวดี ราชชัยกุล วิบูลย์ศรี, การประเมินโครงการ : แนวคิดและแนวปฏิบัติ, น.79.

¹⁰⁸ สมหวัง พิธิยานุวัฒน์ (และคนอื่นๆ), รวมบทความทางการประเมินโครงการ, พิมพ์ครั้งที่ 2, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533), น. 1.

¹⁰⁹ มยุรี อนุমানราชธน, การบริหารโครงการ, (เชียงใหม่: โรงพิมพ์ดาว, 2543), น. 4.

¹¹⁰ สมคิด พรหมจ้อย, เทคนิคการประเมินโครงการ, พิมพ์ครั้งที่ 4, (นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2546), น. 15.

ประสิทธิภาพสูงสุดในการยกระดับคุณภาพงานปกติโดยมีจุดมุ่งหมาย เป้าหมาย กิจกรรมการดำเนินงานที่ชัดเจน และมีช่วงระยะเวลาการดำเนินงานที่แน่นอน”¹¹¹

จากทัศนะของนักวิชาการข้างต้น อาจสรุปได้ว่าคำว่า “โครงการ” หมายถึง งานหรือกิจกรรมที่ถูกกำหนดขึ้นเป็นพิเศษ โดยมีการวางแผนการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ มีเหตุผลหรือความจำเป็นที่ต้องดำเนินการ มีวัตถุประสงค์และเป้าหมายที่ชัดเจน มีการกำหนดงบประมาณที่ต้องใช้ กำหนดผู้รับผิดชอบงานและกำหนดภารกิจกรมต่าง ๆ อย่างลงตัวสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ตั้งแต่เริ่มต้นจนกระทั่งสิ้นสุดโครงการนั่นเอง

2.2.1.2 ลักษณะงานของโครงการ

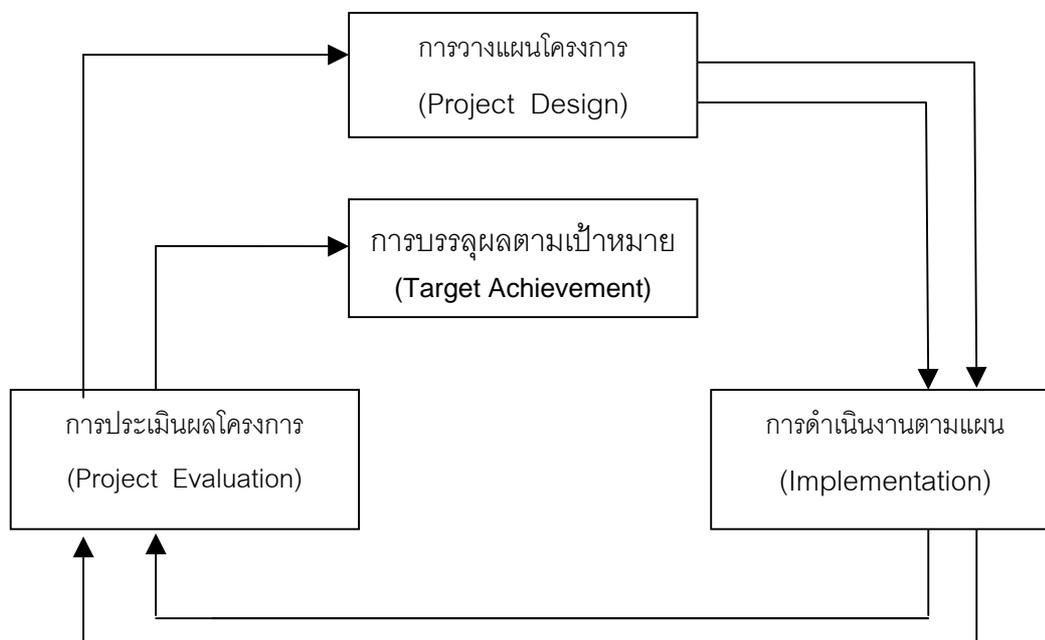
จากความหมายของคำว่า “โครงการ” ข้างต้น อาจทำให้เห็นลักษณะของโครงการชัดเจนขึ้น แต่เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจนยิ่งขึ้น จะได้นำแนวคิดเกี่ยวกับลักษณะงานของโครงการมาประกอบความเข้าใจ โดยขอนำแนวคิดของนักวิชาการบางท่านมาแสดงไว้ ดังนี้

ดิเรก ศรีสุข ได้กล่าวถึง ลักษณะงานของโครงการซึ่งสรุปได้ว่า งานโครงการมักจะเริ่มต้นด้วยการวางแผนโครงการ (Project Design) ผู้ดำเนินงานวางแผนอาจเป็นคณะกรรมการหรือผู้อำนวยการงานคนใดคนหนึ่งก็อาจเป็นไปได้ เมื่อมีแผนโครงการแล้วอาจต้องมีการทดลอง (Try Out) หรือการนำร่องโครงการ (Pilot project) เพื่อดูผลของวิธีทางในการแก้ปัญหาได้ ทั้งนี้เพื่อจะได้ปรับปรุงแก้ไขวิธีการให้เหมาะสมและมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น จากนั้นก็จะมี การดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ โดยมีหัวหน้าโครงการเป็นผู้รับผิดชอบควบคุมดูแลให้งานตามโครงการดำเนินไปตามแผนที่กำหนดไว้ ส่วนเจ้าหน้าที่ฝ่ายต่าง ๆ จะมีมาน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับลักษณะงานของโครงการ แต่เจ้าหน้าที่ด้านการประเมินผลโครงการควรจัดให้มีอยู่ประจำโครงการด้วย เพราะงานด้านการประเมินผลโครงการต้องทำกันอย่างมีระบบ และต้องสอดคล้องกับแผนของโครงการตั้งแต่เริ่มต้นจนเสร็จสิ้นโครงการทุกขั้นตอน

ขั้นตอนของการทำงานโครงการโดยส่วนใหญ่แล้ว อาจแสดงได้โดย Model ดังภาพที่ 2.1 นี้

¹¹¹ พิสนุ พองศรี, เทคนิควิธีประเมินโครงการ, น. 34.

ภาพที่ 2.1
ขั้นตอนของการทำงานโครงการ



แผนภาพด้านบนนี้ แสดงให้เห็นว่าขั้นตอนของงานโครงการเริ่มต้นจากการวางแผนงาน ต่อจากนั้นจึงมีการปฏิบัติการหรือดำเนินงานตามแผนที่วางไว้ แล้วจึงมีการประเมินผล ผลที่ได้จากการประเมินจะเป็น Feed back เพื่อปรับปรุงแผนโครงการอีกทีหนึ่ง ซึ่งเมื่อปรับปรุงแล้วจะมีการดำเนินการตามแผนที่ปรับปรุงใหม่อีก ประเมินผลอีก ปรับปรุงแผนใหม่อีก จนกระทั่งมีหลักฐานยืนยันว่าวิธีการตามแผนงานที่ปรับปรุงใหม่นั้น สามารถทำให้โครงการบรรลุเป้าหมายที่วางไว้ จึงยุติการปรับปรุงวิธีการในแผนงานที่วางไว้¹¹²

จากแนวคิดดังกล่าวมา จะเห็นได้ว่า หัวใจสำคัญอย่างหนึ่งของงานโครงการต่าง ๆ คือ การประเมินผลโครงการ ซึ่งจะมีส่วนในการปรับปรุง พัฒนา หรือปรับเปลี่ยนโครงการให้มีประสิทธิภาพที่ดีที่สุด เพื่อให้โครงการสามารถบรรลุวัตถุประสงค์ที่วางไว้ได้และเกิดประโยชน์สูงสุดทั้งต่อผู้รับผิดชอบโครงการ กลุ่มเป้าหมายของโครงการและสังคมโดยรวม

2.2.1.3 ประเภทของโครงการ

การแบ่งประเภทของโครงการสามารถจำแนกได้หลายลักษณะ เช่น แบ่งตามระดับหน่วยงานที่จัด แบ่งตามพื้นที่ที่จัด และแบ่งตามขอบเขตการดำเนินงานของโครงการ เป็นต้น แต่

¹¹² สมหวัง พิธิยานุวัฒน์ (และคนอื่นๆ), รวมบทความทางการประเมินโครงการ, น. 84-

ในที่นี้จะแสดงถึงการแบ่งประเภทของโครงการตามเนื้อหาการพัฒนา ซึ่งแบ่งเป็น 5 ประเภท ดังนี้

1) โครงการด้านเกษตรกรรม เป็นโครงการเกี่ยวกับการพัฒนาด้านการเกษตร กล่าวคือ การชลประทาน การส่งเสริมการเกษตร การเพาะปลูก การประมง ปศุสัตว์ ฯลฯ อาทิ โครงการชลประทานแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่และโครงการชลประทานจังหวัดอื่น ๆ โครงการบำรุงรักษาพันธุ์สัตว์น้ำ และโครงการส่งเสริมการปลูกพืชทดแทน

2) โครงการด้านอุตสาหกรรม เป็นโครงการเกี่ยวกับการสำรวจแหล่งน้ำ การวิจัยทางวิทยาศาสตร์ การวิจัยทางเทคโนโลยีฯ เพื่อประโยชน์ทางอุตสาหกรรม อาทิ โครงการสำรวจและขุดเจาะน้ำบาดาล โครงการพลังงานปรมาณูเพื่อสันติและโครงการหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์

3) โครงการด้านพลังงาน เป็นโครงการเกี่ยวกับการสำรวจแหล่งพลังงาน การจัดทำสิ่งก่อสร้างเพื่อให้ได้พลังงานราคาถูก ฯลฯ อาทิ โครงการสำรวจแหล่งพลังงานภาคใต้ โครงการพัฒนากลุ่มน้ำโขง และโครงการวิจัยเกี่ยวกับการใช้พลังงานทดแทนน้ำมัน

4) โครงการด้านการคมนาคม เป็นโครงการเกี่ยวกับการขนส่งทางหลวงแผ่นดิน รถไฟ การบิน การทำเรือและสาธารณูปโภคเกี่ยวกับไปรษณีย์ โทรศัพท์ ฯลฯ อาทิ โครงการก่อสร้างทางหลวงสายต่าง ๆ โครงการก่อสร้างรถไฟรางคู่ โครงการสร้างท่าเทียบเรือและโครงการปรับปรุงโทรศัพท์บ้านเมือง

5) โครงการด้านสังคม เป็นโครงการเกี่ยวกับการศึกษา สาธารณสุข หรือการพัฒนาสังคมด้านอื่น ๆ อาทิ โครงการหนึ่งอำเภอหนึ่งทุนการศึกษา โครงการพัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษา โครงการผลิตยา โครงการวิจัยสมุนไพร และโครงการบำบัดฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติด¹¹³

เมื่อพิจารณาจากประเภทโครงการทั้ง 5 ประเภทนั้น จะเห็นได้ว่าโครงการที่เกี่ยวข้องกับศาสนา โดยเฉพาะที่เป็นโครงการเพื่อเผยแพร่ธรรมและพัฒนาคนโดยกระบวนการทางศาสนา อาทิ โครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน โครงการอบรมคุณธรรมจริยธรรม โครงการค่ายพุทธบุตร และโครงการปฏิบัติธรรมในรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งจัดขึ้นโดยวัด ศาสนสถาน สถานศึกษาหรือองค์กรอื่นๆ โครงการในลักษณะนี้ จัดอยู่ในโครงการประเภทสุดท้าย คือ โครงการด้านสังคม เพราะมีส่วนสำคัญในการพัฒนาสังคมให้เกิดสันติสุข

¹¹³ พิสนุ พงศ์ศรี, เทคนิควิธีประเมินโครงการ, น. 46-47.

2.2.2 ลักษณะของโครงการที่ดี

โดยทั่วไปแล้วโครงการจะมีลักษณะสำคัญ 6 ประการ คือ

1) มีการกำหนดวัตถุประสงค์ โครงการต้องมีการกำหนดวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนอาจจะอยู่ในรูปปริมาณหรือคุณภาพ วัตถุประสงค์ของโครงการหนึ่งๆ อาจมีหลายข้อ

2) มีความเป็นเอกเทศ โครงการแต่ละโครงการจะต้องมีการกำหนดขอบเขตของการดำเนินงานและความรับผิดชอบไว้อย่างชัดเจน มีการมอบหมายหน้าที่ให้บุคลากรดำเนินงานได้อย่างเป็นสัดส่วนและเหมาะสมกับความถนัดส่วนบุคคล

3) มีการกำหนดรูปแบบและรายละเอียดการดำเนินงานที่สอดคล้องกลมกลืนกัน โครงการหนึ่ง ๆ จะต้องมีการดำเนินงานต่าง ๆ ที่สัมพันธ์ต่อเนื่องกันไปตั้งแต่เริ่มโครงการจนถึงสิ้นสุดโครงการที่เป็นระบบและมีระเบียบ

4) มีการระบุทรัพยากรต่าง ๆ ที่จำเป็นในการดำเนินงานทั้งทรัพยากรด้านบุคคลและแหล่งทรัพยากรที่สนับสนุนโครงการ งบประมาณและแหล่งเงินทุนที่จะนำมาดำเนินการ เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่วางไว้

5) มีการกำหนดระยะเวลาเริ่มต้นและเวลาสิ้นสุดที่แน่นอน โครงการจะต้องมีการกำหนดจุดเริ่มต้นว่าโครงการจะมีเมื่อใดและจะดำเนินการต่อไปจนถึงระยะเวลาใดอันเป็นเวลาสิ้นสุด โครงการจึงไม่ใช่เป็นงานที่ทำประจำเรื่อยไป แต่มีการกำหนดระยะเวลาไว้อย่างแน่นอน

6) สามารถนำไปปฏิบัติได้ เป็นโครงการที่สามารถนำไปปฏิบัติได้จริง ไม่ใช่เป็นโครงการเลื่อนลอย สวยหรู นำไปปฏิบัติไม่ได้¹¹⁴

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่า โครงการที่ดีจะต้องมีจุดหมายปลายทางที่ชัดเจน มีการบริหารจัดการที่ดี มีรูปแบบการทำงานที่กลมกลืน มีทรัพยากรที่เพียงพอ มีระยะเวลาที่แน่นอน และสามารถปฏิบัติได้จริง ซึ่งลักษณะดังกล่าวนี้จะเป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่ความสำเร็จของโครงการ

2.2.3 การประเมินโครงการ

ดังเป็นที่ทราบกันว่าหัวใจสำคัญอย่างหนึ่งของการพัฒนาโครงการ คือ การประเมินโครงการ เมื่อต้องการพัฒนาโครงการจึงควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับการประเมินโครงการ โดยเนื้อหาสาระสำคัญที่ควรทำความเข้าใจ แบ่งเป็น 5 ประเด็น ดังนี้

¹¹⁴ สมคิด พรหมจ้อย, เทคนิคการประเมินโครงการ, น. 15-16.

2.2.3.1 ความหมายและความสำคัญของการประเมินโครงการ

คำว่า “การประเมิน” หรือที่นิยมเรียกว่า “การประเมินผล” ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Evaluation”¹¹⁵ ซึ่งหมายถึง การประยุกต์ใช้ระเบียบวิธีวิจัยทางสังคม เพื่อตัดสินใจและพัฒนาโครงการด้านการวางแผนและการติดตามประสิทธิภาพและประสิทธิผลของโครงการทางสังคม รวมทั้งการศึกษาถึงความเปลี่ยนแปลงจากการนำนโยบาย แผนงาน โครงการไปปฏิบัติ¹¹⁶

จากความหมายที่กล่าวมา กระบวนการประเมินจึงประกอบด้วยขั้นตอน 3 ขั้นตอน คือ (1) การเลือกสิ่งที่ต้องการประเมิน (2) การพัฒนาและใช้กระบวนการเพื่ออธิบายสิ่งที่ต้องการประเมินนั้นอย่างถูกต้องแม่นยำ และ (3) การสังเคราะห์หลักฐานที่เป็นผลจากกระบวนการเหล่านี้ไปสู่การตัดสินใจขั้นสุดท้าย¹¹⁷

พิสนุ ฟองศรี ได้ให้ความหมายของคำว่า “การประเมินโครงการ” ไว้ว่า หมายถึง “กระบวนการตัดสินใจคุณค่าของโครงการในระยะหนึ่งระยะใดหรือทุกระยะโดยนำสารสนเทศจากการวัดมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ที่กำหนดไว้ เพื่อตัดสินใจทำโครงการ ทดลองหรือนำร่อง ปรับเปลี่ยน ระวัง ปรับปรุง ขยายผลหรือยกเลิกโครงการ”¹¹⁸

การประเมินโครงการเป็นกิจกรรมที่สำคัญในวงจรการวางแผนและบริหารงานโครงการ เพราะการประเมินมีประโยชน์อย่างยิ่งต่อการวางแผนและบริหารงานโครงการ ความสำคัญของการประเมินโครงการนั้นอาจสรุปได้ ดังนี้

- 1) ช่วยให้ข้อมูลและสารสนเทศต่าง ๆ เพื่อนำไปใช้ในการตัดสินใจวางแผนงานโครงการ ตรวจสอบความพร้อมของทรัพยากรต่างๆ ที่จำเป็นในการดำเนินงานโครงการ ตลอดจนตรวจสอบความเป็นไปได้ของกิจกรรมต่าง ๆ ที่จะดำเนินการ
- 2) ช่วยทำให้การกำหนดวัตถุประสงค์ของโครงการมีความชัดเจน
- 3) ช่วยในการจัดหาข้อมูล เกี่ยวกับความก้าวหน้า ปัญหาและอุปสรรคของการดำเนินงานโครงการ
- 4) ช่วยให้ข้อมูลเกี่ยวกับความสำเร็จ และความล้มเหลวของโครงการเพื่อนำไปใช้ในการตัดสินใจและวินิจฉัยว่าจะดำเนินโครงการในช่วงต่อไปหรือไม่ จะยกเลิกหรือขยายการดำเนินงานโครงการต่อไป

¹¹⁵ เยาวดี ราชชัยกุล วิบูลย์ศรี, การประเมินโครงการ : แนวคิดและแนวปฏิบัติ, น.6

¹¹⁶ เรื่องเดียวกัน, น.10-11.

¹¹⁷ เรื่องเดียวกัน, น.7.

¹¹⁸ พิสนุ ฟองศรี, เทคนิควิธีประเมินโครงการ, น. 68.

5) ช่วยให้ได้ข้อมูลที่บ่งถึงประสิทธิภาพของการดำเนินงานโครงการว่าเป็นอย่างไร คำนวณค่ากับการลงทุนหรือไม่

6) เป็นแรงจูงใจให้ผู้ปฏิบัติงานโครงการ เพราะการประเมินโครงการด้วยตนเอง จะทำให้ผู้ปฏิบัติงานได้ทราบผลการดำเนินงาน จุดเด่น จุดด้อยและนำข้อมูลไปใช้ในการปรับปรุงและพัฒนาโครงการให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น¹¹⁹

2.2.3.2 ประเภทของการประเมินโครงการ

ประเภทของการประเมินโครงการนั้น อาจแบ่งได้ 3 กลุ่ม ดังนี้

ก. แบ่งตามจุดมุ่งหมายของการประเมิน

1) การประเมินเพื่อปรับปรุง บางครั้งเรียกว่า การประเมินความก้าวหน้า(Formative evaluation) เพื่อหาข้อดีข้อด้อยของโครงการ และปรับปรุงพัฒนาให้มีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น

2) การประเมินเพื่อสรุปผล เรียกว่า ประเมินรวมสรุป (Summative evaluation) เป็นการประเมินผลการดำเนินงานของโครงการโดยภาพรวมทั้งหมดว่าเป็นอย่างไร

ข. การแบ่งตามหลักยึดในการประเมิน

1) การประเมินโดยยึดวัตถุประสงค์เป็นหลัก(Goal-Based evaluation)เป็นการประเมินว่าได้บรรลุวัตถุประสงค์ของโครงการหรือไม่ โดยทราบก่อนว่า โครงการมีวัตถุประสงค์อะไรบ้าง แล้วดำเนินการประเมินตามวัตถุประสงค์นั้น ๆ

2) การประเมินที่อิสระไม่ยึดวัตถุประสงค์ของโครงการ (Goal-Free evaluation) เป็นการประเมินผลที่เกิดขึ้นทั้งหมด โดยไม่ทราบว่าวัตถุประสงค์ของโครงการนี้มีอะไรบ้าง

ค. การประเมินตามลำดับเวลาที่ประเมิน

1) การประเมินก่อนเริ่มโครงการ (Pre-evaluation) เป็นการประเมินที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อตัดสินใจเลือกโครงการ ตรวจสอบความเหมาะสม ความสมเหตุสมผล ของการวางแผนดำเนินโครงการ ความเป็นไปได้ในการนำโครงการไปปฏิบัติ คุณภาพของโครงการ รวมทั้งตรวจสอบโอกาสที่โครงการนั้นจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย การประเมินลักษณะนี้ ส่วนใหญ่เรียกว่า “การวิเคราะห์โครงการ”

2) การประเมินในระหว่างการดำเนินงาน (Implementation evaluation or Process evaluation) เป็นการประเมินเมื่อนำโครงการที่วางแผนไว้ไปปฏิบัติ เพื่อศึกษาการปฏิบัติงานไป

¹¹⁹ สมคิด พรหมจ้อย, เทคนิคการประเมินโครงการ, น. 30.

ตามแผนที่กำหนดไว้ว่าเป็นไปตามนั้นหรือไม่ หรือทำไม่ได้เพราะเหตุใด จุดเด่น จุดด้อยเป็นอย่างไร มีปัญหาอุปสรรคอะไรบ้าง ถ้าเกิดปัญหาจะได้ดำเนินการปรับปรุงแก้ไขได้ในทันที

3) การประเมินหลังการดำเนินงาน เป็นการประเมินเพื่อตอบคำถามว่าโครงการประสบความสำเร็จตามแผนที่วางไว้หรือไม่ ผลที่เกิดจากโครงการบรรลุตามวัตถุประสงค์ของโครงการหรือไม่ ผลการดำเนินงานคุ้มค่าหรือไม่ การประเมินในลักษณะนี้เป็นการประเมินที่เกิดขึ้นโดยเทียบกับวัตถุประสงค์เพื่อเป้าหมายที่กำหนดโดยแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอน คือ

(1) การประเมินทันทีที่สิ้นสุดโครงการ

(2) การติดตามผลต่อมา¹²⁰

สำหรับงานวิจัยนี้ มีวัตถุประสงค์ประการหนึ่งคือ การประเมินผลการดำเนินงานของโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญของวัดเอก โดยผู้วิจัยมุ่งที่จะดำเนินการประเมินในลักษณะการประเมินเพื่อปรับปรุงโครงการ ซึ่งในประเภทของการประเมินโครงการกลุ่ม ก. นั้น การประเมินลักษณะนี้ จัดเข้าในประเภทที่ 1 คือ การประเมินเพื่อปรับปรุงและเป็นการประเมินอิสระไม่เน้นที่วัตถุประสงค์ของโครงการอย่างเดียว แต่เน้นที่ภาพรวมบางด้าน เช่น ด้านความพึงพอใจ ด้านความรู้ และการตรวจสอบความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและแนวทางแก้ไข ซึ่งจัดเข้าในลักษณะการประเมินประเภทที่ 2 ในกลุ่ม ข. นอกจากนี้ ในประเภทการประเมินกลุ่ม ค. ที่กล่าวมา งานวิจัยชิ้นนี้ เข้าลักษณะการประเมินหลังการดำเนินงาน เพราะผู้วิจัยได้ใช้แบบสัมภาษณ์และแบบสอบถามหลังจากสิ้นสุดโครงการ

2.2.3.3 รูปแบบการประเมินโครงการ

รูปแบบการประเมินโครงการ เป็นสิ่งที่สร้างจากแนวคิด ทฤษฎี ประสบการณ์หรือจินตนาการเพื่อถ่ายทอดให้เข้าใจง่าย นำไปปฏิบัติได้ ซึ่งรูปแบบการประเมินต่างๆ มีจุดเด่นจุดด้อยต่างกันไป และผู้คิดเป็นชาวต่างชาติทั้งสิ้น เท่าที่มีผู้รวบรวมไว้ขณะนี้ มีไม่น้อยกว่า 32 รูปแบบ การนำมาใช้ต้องปรับให้สอดคล้องกับสังคมไทย จึงจะเอื้อต่อการพัฒนาโครงการได้เต็มที่¹²¹ สำหรับรูปแบบที่เป็นที่นิยมรูปแบบหนึ่งในสังคมไทยและสอดคล้องกับงานวิจัยนี้ เพราะเกี่ยวกับกรอบการปฏิบัติธรรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ ก็คือ รูปแบบการประเมินประสิทธิผลของกรอบของเคิร์กแพททริค (Kirkpatrick)

¹²⁰ เรื่องเดียวกัน, น.31-33.

¹²¹ พิสนุ พงศ์ศรี, เทคนิควิธีประเมินโครงการ, น.108.

สำหรับรูปแบบการประเมินประสิทธิผลของโครงการนี้ เคิร์กแพททริค (Kirkpatrick) ได้พัฒนารูปแบบการประเมินประสิทธิผลของโครงการอบรม (Training Model) ที่เน้นการประเมินหลังโครงการฝึกอบรม ซึ่งแบ่งการประเมินเป็น 4 ระดับ ดังนี้

1. การประเมินปฏิกิริยา (Reaction) เป็นการประเมินปฏิกิริยาตอบสนองของผู้เข้ารับการอบรมโครงการว่ามีความรู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับโครงการ เช่น หลักสูตร เนื้อหาสาระตรงกับความต้องการหรือไม่ ความคิดเห็นต่อเอกสาร สถานที่ โสตทัศนอุปกรณ์ ระยะเวลาของการอบรมว่ามีความเหมาะสมเพียงไร วิทยากรมีความเหมาะสมเพียงไร ได้รับความรู้ทักษะในระดับใด มีความคาดหวังอย่างไรต่อการนำความรู้และทักษะที่ได้รับไปใช้

2. การประเมินการเรียนรู้ (Learning) เป็นการประเมินผลการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นกับผู้เข้ารับการอบรม เช่น การเพิ่มขึ้นของการเรียนรู้ก่อน-หลังการฝึกอบรมเกี่ยวกับความรู้ ความคิด ทักษะ ค่านิยมและทักษะ

3. การประเมินพฤติกรรม (Behavior) เป็นการประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเมื่อกลับไปปฏิบัติงาน หรือกลับไปดำเนินชีวิตตามปกติ เช่น การประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมก่อน-หลังโครงการฝึกอบรมว่าเป็นไปในทิศทางที่พึงประสงค์หรือไม่ มีการนำความรู้และทักษะที่ได้ไปใช้ในการปฏิบัติงานหรือการดำเนินชีวิตมากน้อยเพียงใด

4. การประเมินผลลัพธ์ที่เกิดต่อองค์กร (Results) เป็นการประเมินผลลัพธ์หรือผลกระทบที่เกิดต่อองค์กร ซึ่งเป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เข้ารับการอบรม เช่น การลดของปัจจัยเสี่ยง การเพิ่มของประสิทธิภาพการทำงานของหน่วยงาน/องค์กร การลดต้นทุน การเพิ่มกำไร ประโยชน์ต่อเพื่อนร่วมงานหรือผู้เกี่ยวข้อง หน่วยงานหรือองค์กร¹²²

การประเมินการฝึกอบรมโดยใช้รูปแบบของเคิร์กแพททริค ค่อนข้างยุ่งยากเพราะถ้าจะประเมินให้สมบูรณ์ชัดเจน จะต้องมีการติดตามผลการฝึกอบรมหลังจากการเข้าร่วมโครงการผ่านไปสักระยะหนึ่ง และถ้าฝึกอบรมในเรื่องที่ค่อนข้างเป็นนามธรรมก็จะยิ่งประเมินได้ยากขึ้น การใช้รูปแบบนี้ถ้าต้องการใช้สารสนเทศจากการประเมินภายในเวลาอันรวดเร็ว และต้องการประเมินให้ครบทั้ง 4 ด้าน อาจต้องใช้วิธีการถามพฤติกรรมหรือผลลัพธ์ต่อองค์กร โดยถามการรับรู้ (Perception) แทนข้อเท็จจริง (Fact) หรือ พฤติกรรม

จากที่กล่าวมาทั้งหมด จะเห็นได้ว่าแนวคิดเกี่ยวกับการประเมินโครงการที่ได้นำมาแสดงไว้นี้ มีเนื้อหาสาระที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัยนี้เป็นอย่างมาก เพราะผู้วิจัยสามารถนำมา

¹²² เรื่องเดียวกัน, น.87-88.

เป็นกรอบในการตั้งประเด็นที่จะศึกษาวิจัย และมีส่วนในการเป็นฐานความรู้และความคิด ให้ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์ผลของการศึกษาได้อย่างชัดเจน ถูกต้อง สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ ดังเช่น ความเข้าใจเรื่องลักษณะโครงการที่ดี สามารถทำให้ผู้วิจัยมีเกณฑ์ในการตรวจสอบโครงการปฏิบัติธรรมของวัดเอกว่ามีลักษณะเป็นโครงการที่ดีได้หรือไม่ โดยการประยุกต์ใช้รูปแบบการประเมินประสิทธิผลของการอบรม เกี่ยวกับปฏิภริยาและการเรียนรู้ ซึ่งมุ่งในประเด็นสำคัญคือ ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ ความรู้ที่ผู้เข้าร่วมโครงการได้รับ และความคิดเห็นเกี่ยวกับปัญหาและข้อเสนอแนะ ซึ่งจะได้นำผลที่ได้มาหาแนวทางในการพัฒนาโครงการต่อไป

2.3 แนวคิดเรื่องความพึงพอใจ

ความพึงพอใจ เป็นสิ่งที่มีความสำคัญอย่างหนึ่งในการปฏิบัติงานและการประเมินผลการปฏิบัติงาน ในการดำเนินงานโครงการต่าง ๆ จึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องสำรวจ ตรวจสอบและวิเคราะห์เกี่ยวกับความพึงพอใจของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในแต่ละส่วนอย่างทั่วถึง ข้อมูลเกี่ยวกับความพึงพอใจที่ได้จะมีส่วนช่วยในการกำหนดแนวทางปรับปรุงและพัฒนาการดำเนินงานของโครงการให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ในที่นี้จึงควรศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับความพึงพอใจประกอบด้วย เพื่อนำแนวคิดดังกล่าวไปประยุกต์ใช้ในการศึกษาวิจัยต่อไป

2.3.1 ความหมายของความพึงพอใจ

ความพึงพอใจ ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Satisfaction” ตามคำนิยามในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 คำว่า “พึงพอใจ” หมายถึง รัก, ชอบใจ¹²³ ฉะนั้น ความหมายของคำว่า “ความพึงพอใจ” โดยสรุปอย่างกะทัดรัดที่สุดอาจกล่าวได้ว่า หมายถึง ความรักหรือความชอบใจในสิ่งต่างๆ แต่เมื่อกล่าวถึงความหมายโดยเนื้อหาสาระซึ่งนำไปใช้เกี่ยวกับองค์กร โครงการ ภารกิจ การปฏิบัติงาน การบริการ หรืองานต่างๆ ย่อมมีความหมายที่มีความลึกซึ้งและซับซ้อนควรที่จะศึกษาให้เข้าใจมากกว่านี้ ในงานวิจัยนี้จึงได้รวบรวมแนวคิดของนักวิชาการบางท่านที่เกี่ยวกับความหมายของความพึงพอใจมาสรุปไว้ ดังนี้

¹²³ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542, น. 793.

ภิญโญ สาร ได้แสดงทัศนะเกี่ยวกับความพึงพอใจไว้ว่า “ความพึงพอใจของบุคคล เป็นสิ่งที่ขึ้นอยู่กับประโยชน์ที่เขาจะได้รับ และในขณะเดียวกันก็ย่อมขึ้นอยู่กับสิ่งที่เขาคิดว่าจะเกิดกับตัวเขาด้วย”¹²⁴

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจไว้ว่า หมายถึง “ความรู้สึกรวมของบุคคลที่มีต่อการทำงานในทางบวก เป็นความสุขของบุคคลที่เกิดจากการปฏิบัติงาน และได้รับผลตอบแทน”¹²⁵

สร้อยตระกูล (ติวยานนท์) อรรถมานะ ได้ให้ความหมายของความพึงพอใจว่า หมายถึง “ทัศนคติหรือความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบโดยเฉพาะของผู้ปฏิบัติงานซึ่งเกี่ยวกับงาน”¹²⁶

นอกจากนี้แล้ว กรรณิกา เจียมเทียนชัย ได้รวบรวมความหมายของความพึงพอใจในงานที่นักวิชาการตะวันตกได้กล่าวไว้ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

- กิบสัน(Gibson) กล่าวว่า ความพึงพอใจในงาน หมายถึง การที่องค์กรสามารถตอบสนองความต้องการของบุคลากรได้มากน้อยเพียงใด

- ลูค (Luke) กล่าวว่า ความพึงพอใจในงานเป็นความเต็มใจ ความต้องการ และความปรารถนาของบุคคลที่จะทำงาน ความพึงพอใจเกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างความต้องการจากการงานที่ทำและผลที่ได้รับ โดยเป็นความรู้สึกในทางบวกต่องานที่ได้รับผิดชอบ

- สมิท (Smith) กล่าวว่า ความพึงพอใจ หมายถึง ความยินดีหรือภาวะอารมณ์ด้านบวกของบุคคลที่เป็นผลมาจากงาน หรือ ประสบการณ์ในการทำงาน

- ฮูม (Hume) กล่าวว่า ความพึงพอใจในงานเป็นความรู้สึกของบุคคลที่มีต่องานและในประสบการณ์ทำงานจะสัมพันธ์กับค่านิยมและความต้องการของบุคคล¹²⁷

¹²⁴ ภิญโญ สาร, หลักการบริหารการศึกษา (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช, 2527), น.271.

¹²⁵ ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, จิตวิทยาอุตสาหกรรม (กรุงเทพมหานคร: ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ, 2542), น.130.

¹²⁶ สร้อยตระกูล (ติวยานนท์) อรรถมานะ, พฤติกรรมองค์การ: ทฤษฎีและการประยุกต์ (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2541), น.133.

¹²⁷ อ่างถึงใน พระวริทธิ หนูแก้ว, “การประเมินผลการดำเนินงานโครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน วัดแหลมทราย อำเภอเมือง จังหวัดสงขลา,” (ภาคนิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2546), น.20.

จากทัศนะของนักวิชาการทั้งหมดจะเห็นได้ว่า ความพึงพอใจนั้นเกี่ยวความรู้สึกเป็นหลัก ลักษณะสำคัญของความรู้สึกพึงพอใจก็คือ พอใจ ยินดี ชอบใจ เห็นด้วย สมหวังซึ่งเมื่อพิจารณาแล้วอาจแบ่งความหมายได้ 2 แง่มุม ได้แก่ เหตุและผล คือ

1) ในแง่เหตุ ความพึงพอใจ หมายถึง ความเต็มใจ ความรัก ความชอบใจที่จะทำงานต่าง ๆ เพื่อให้งานประสบความสำเร็จ ความพึงพอใจในลักษณะนี้เป็นเหตุให้บุคคลนำความรู้ ความสามารถที่มีออกมาใช้อย่างเต็มที่ในการทำงาน หรือเป็นแรงจูงใจให้บุคคลทำงานหรือร่วมงานต่าง ๆ อย่างมีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับหลักคำสอนเรื่องอิทธิบาท 4 (คุณธรรมที่ทำให้ประสบความสำเร็จในกิจต่าง ๆ) ในทางพระพุทธศาสนาข้อแรกที่ว่า “ฉันทะ” คือ ความพอใจในกิจนั้น ๆ นั้นเอง

2) ในแง่ผล ความพึงพอใจ หมายถึง ความรู้สึกด้านบวกที่เกิดจากการได้รับสิ่งต่าง ๆ ซึ่งเป็นที่ชอบใจ พอใจ ประทับใจ ยินดี และสมหวัง เป็นต้น ความพึงพอใจลักษณะนี้เป็นความพึงพอใจที่เป็นผลของการปฏิบัติงานของผู้อื่นหรือปัจจัยภายนอกอื่น ๆ ที่มากระทบอารมณ์ของตนแล้วทำให้รู้สึกดี เช่น รู้สึกว่าสถานที่สบาย บรรยากาศร่มรื่น เส้นทางสะดวก อาหารอร่อย เป็นต้น ในทางพระพุทธศาสนาอาจจัดความรู้สึกที่เป็นบวกเหล่านี้ไว้ในกลุ่มของ “สุขเวทนา” คือ ความสุขสบายทางกายทางใจ

ความพึงพอใจแม้จะแบ่งเป็น 2 ลักษณะดังกล่าว แต่โดยเนื้อแท้ก็มีความเชื่อมโยงกัน คือ เป็นปัจจัยของกันและกันได้ทั้งในแง่เหตุและผล กล่าวคือ เมื่อเกิดความพอใจที่จะทำงานมีฉันทะที่จะทำงาน ก็ทำให้ทำงานอย่างมีความสุข และถ้างานที่ทำประสบความสำเร็จก็ยิ่งทำให้เกิดความสุขยิ่งขึ้น สุขเวทนาจึงเกิดขึ้นจากการทำงานด้วยความพึงพอใจ และเมื่อทำสิ่งใดได้รับความสุขกายสุขใจ ก็ย่อมมีกำลังใจหรือมีแรงจูงใจให้ชอบใจ พอใจที่จะทำสิ่งนั้นต่อไป สุขเวทนาจึงเป็นปัจจัยให้เกิดฉันทะได้ ในขณะที่เดียวกันฉันทะก็เป็นปัจจัยให้เกิดสุขเวทนาได้

จากความหมายที่กล่าวมา สรุปได้ว่าเมื่อกกล่าวถึงความพึงพอใจ คำว่า “ความพึงพอใจ” ในกรณีนั้น ๆ จะเป็นลักษณะใดย่อมขึ้นอยู่กับบริบทที่ใช้ในการสื่อ กล่าวคือ หากกล่าวถึงความพึงพอใจในการทำงานซึ่งเป็นความรู้สึกในฐานะผู้ทำ ลักษณะนี้ย่อมหมายถึง ความพึงพอใจในลักษณะที่ 1 หากกล่าวถึงความพึงพอใจในสิ่งที่ได้รับซึ่งเป็นความรู้สึกในฐานะผู้รับ ลักษณะนี้ย่อมหมายถึงความพึงพอใจในลักษณะที่ 2

สำหรับงานวิจัยนี้ ในขั้นตอนของการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวกับการสำรวจความพึงพอใจ ผู้วิจัยได้มุ่งเน้นศึกษาถึงความพึงพอใจในลักษณะที่ 2 เพราะต้องการวัดระดับความรู้สึกด้านต่าง ๆ ที่ผู้เกี่ยวข้องและผู้เข้าร่วมโครงการมีต่อโครงการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเนื่องในวันสำคัญ

ของวัดเอก อำเภอกระเสสินธุ์ จังหวัดสงขลา ซึ่งถือว่าเป็นข้อมูลสำคัญที่จะสามารถนำไปเป็นแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาโครงการให้มีประสิทธิภาพและเกิดประโยชน์ยิ่ง ๆ ขึ้นไป

2.3.2 องค์ประกอบของความพึงพอใจ

จากประเด็นเกี่ยวกับความหมายของความพึงพอใจ จะเห็นได้ว่า ความพึงพอใจนั้นมีความสัมพันธ์กับองค์ประกอบอื่น ๆ ด้วย ซึ่งองค์ประกอบของความพึงพอใจอาจสรุปได้ ตามแนวคิดของอลลอต (Allot) ที่กล่าวถึงองค์ประกอบของความพึงพอใจไว้ ดังนี้

1) องค์ประกอบด้านความรู้สึก (Affective Component) เป็นลักษณะด้านความรู้สึกหรืออารมณ์ของบุคคล องค์ประกอบด้านความรู้สึกนี้มีอยู่ 2 ลักษณะ คือ ความรู้สึกทางบวก ได้แก่ ชอบ พอใจ เห็นใจ และความรู้สึกทางลบ ได้แก่ ไม่ชอบ ไม่พอใจ กลัว รังเกียจ

2) องค์ประกอบด้านความคิด (Cognitive Component) เป็นการที่สมองของบุคคลรับรู้และวินิจฉัยข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับเกิดเป็นความรู้ ความคิดเกี่ยวกับวัตถุ บุคคล หรือสภาพการณ์ขึ้น

3) องค์ประกอบด้านพฤติกรรม (Behavioral Component) เป็นความพร้อมที่จะกระทำหรือพร้อมที่จะตอบสนองต่อที่มาของทัศนคติ¹²⁸

องค์ประกอบทั้ง 3 ประการนี้ มีส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดความพึงพอใจในระดับต่าง ๆ ยกตัวอย่างเช่น หากเกิดความรู้สึกที่ดี ย่อมทำให้มีระดับความพึงพอใจที่สูง หากเกิดการคิดวินิจฉัยสิ่งที่ได้รับแล้วตกลงว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้อง ย่อมทำให้เกิดความพึงพอใจในระดับที่สูง และหากมีความพึงพอใจในระดับสูง ก็ย่อมมีผลทำให้เกิดความพร้อมที่จะกระทำหรือตอบสนองสิ่งที่ได้รับในแง่ที่ดี ในทางที่กลับกันหากรู้สึกไม่ดี คิดพิจารณาแล้วว่าไม่ถูกต้อง ย่อมส่งผลต่อพฤติกรรม คือ ไม่ยอมกระทำ ไม่ร่วมมือ ไม่ตอบสนองต่อกิจกรรมต่าง ๆ

ทั้งนี้ ในงานต่าง ๆ การจะทำให้เกิดความพึงพอใจแก่ผู้มีส่วนร่วมทุกคนในระดับสูงเท่ากันหมดคงเป็นเรื่องที่ยากจะเป็นไปได้ เพราะในแต่ละงาน แต่ละกิจกรรม บางคนอาจพึงพอใจมาก บางคนอาจรู้สึกเฉยๆ บางคนอาจไม่พึงพอใจ ทั้งนี้ย่อมขึ้นอยู่กับปัจจัยอื่น ๆ ด้วย ซึ่งปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดองค์ประกอบของความพึงพอใจด้านความรู้สึก ด้านความคิดและพฤติกรรมนั้น พงศ์ หรดาล ได้สรุปไว้ 2 ประการ ดังนี้

¹²⁸ อ้างถึงใน สำนักนโยบายและแผนกรุงเทพมหานคร, ความพึงพอใจของประชาชนต่อระบบและกระบวนการให้บริการของกรุงเทพมหานคร (กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท., 2538), น.1.

1) องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับลักษณะงานที่ต้องกระทำ หรือ เนื้อหาของงาน(Job Activities หรือ Job Content)

2) ความแตกต่างในบุคลิกภาพซึ่งตามทฤษฎีของเฮอริชเบิร์ก ได้แบ่งบุคลิกภาพของคนออกเป็น 2 ประเภท คือ

(1) บุคคลที่ฝึกฝนเนื้อหาของงาน

(2) บุคคลที่จะเน้นความสนใจที่สภาพแวดล้อม หรือองค์ประกอบ¹²⁹

จากแนวคิดดังกล่าว อาจจะประยุกต์ใช้สำหรับโครงการปฏิบัติธรรมได้ว่า ปัจจัยที่เป็นเครื่องกำหนดองค์ประกอบของความพึงพอใจหรือทำให้เกิดความพึงพอใจในระดับต่าง ๆ ของผู้เข้าร่วมโครงการนั้นมี 2 ประการหลัก ๆ คือ

1) กิจกรรมของโครงการและองค์ประกอบอื่นๆ ที่เป็นปัจจัยแวดล้อม เช่น กิจกรรมบรรยายธรรม การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และกิจกรรมการทำบุญในลักษณะต่าง ๆ เป็นต้น ในส่วนที่เป็นปัจจัยแวดล้อม เช่น อาคารสถานที่พัก อาหาร การบริการ บรรยากาศของสถานที่ สภาพอากาศ เป็นต้น

2) บุคลิกภาพของผู้เข้าร่วมโครงการ ซึ่งแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ตามลักษณะทัศนคติหรือความสนใจเฉพาะบุคคล คือ

(1) กลุ่มที่มุ่งเน้นสนใจในเนื้อหาของกิจกรรมเป็นสำคัญ ไม่สนใจหรือให้ความสนใจน้อยในเรื่องเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมหรือองค์ประกอบทางด้านบุคคล บรรยากาศ อาหาร สถานที่ เป็นต้น

(2) กลุ่มที่มุ่งเน้นสนใจเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมหรือองค์ประกอบอื่น ๆ ไม่ค่อยให้ความสำคัญกับเนื้อหาสาระของกิจกรรมต่าง ๆ เช่น สนใจบรรยากาศความร่มรื่นของวัด การบริการของเจ้าหน้าที่ อธิษาศัยไมตรีของพระสงฆ์ ตลอดถึงเรื่องอาหาร และที่พัก เป็นต้น

2.3.3 การวัดและวิธีการวัดความพึงพอใจ

อารี เพชรผุด ได้กล่าวถึง การวัดความพึงพอใจไว้ในหนังสือมนุษยสัมพันธ์ในการทำงาน ว่าสาเหตุที่มีการวัดความพึงพอใจในการทำงานก็เพื่อผู้บริหารจะได้ทราบในสิ่งต่างๆ ต่อไปนี้ คือ

¹²⁹ พงศ์ หรดาล, จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การเบื้องต้น (กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท., 2540), น. 54.

- 1) เพื่อทราบสาเหตุของความพึงพอใจและไม่พึงพอใจในการทำงาน
- 2) เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในการทำงานกับผลงานที่ออกมา
- 3) เพื่อเรียนรู้สภาพสิ่งแวดล้อมด้านต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความพึงพอใจและไม่พึงพอใจ
- 4) เพื่อทราบความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในการทำงาน กับการฝึกอบรม การขาดงาน หยุดงานบ่อยๆ การเปลี่ยนงาน การลาออกและปัญหาอื่น ๆ¹³⁰

เมื่อผู้บริหารได้ทราบในประเด็นต่างๆ เหล่านี้แล้ว สามารถนำมาเป็นข้อมูลในการตัดสินใจปรับปรุง แก้ไขและพัฒนาองค์กรหรืองานต่าง ๆ ได้อย่างตรงจุดหรือถูกต้องตรงประเด็นที่ควรปรับปรุง แก้ไขและพัฒนา

สำหรับวิธีการวัดความพึงพอใจนั้นมีหลายรูปแบบ แต่ในที่นี้จะกล่าวถึงเฉพาะรูปแบบที่มีความเหมาะสมกับการสำรวจความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมเท่านั้น ได้แก่ รูปแบบการใช้แบบสอบถามของมินเนโซต้า(Minnesota Satisfaction Questionnaire)แบบสอบถามนี้เรียกย่อ ๆ ว่า MSQ สร้างขึ้นโดยไวส์ (Weise) อิงแลนด์ (England) และโลฟควิสท์ (Lofquist) ในปี ค.ศ. 1967 เป็นแบบสอบถามที่วัดความพึงพอใจในการทำงานหลาย ๆ ด้าน ประมาณ 20 ด้าน แต่ละด้านประกอบด้วยข้อความ 5 ข้อความ โดยผู้ตอบจะประเมินค่า 5 ช่วงคะแนน จากสูงสุด (5) คือ ความพึงพอใจอย่างมาก จนถึงคะแนนต่ำสุด (1) ความไม่พอใจอย่างมาก แบบสอบถามของมินเนโซต้านี้ สามารถวัดด้านต่าง ๆ ดังนี้ คือ (1) ความสามารถ (2) ความสำเร็จ (3) กิจกรรม (4) ความก้าวหน้า (5) อำนาจหน้าที่ (6) นโยบายบริษัท (7) ความหลากหลาย (8) ผลตอบแทน (9) เพื่อนร่วมงาน (10) ความคิดสร้างสรรค์ (11) ความเป็นอิสระ (12) ฐานะทางสังคม (13) ชวัญ (14) การยกย่อง (15) ความรับผิดชอบ (16) ความมั่นคง (17) บริการทางสังคม (18) การบังคับบัญชา (เทคนิค) (19) การบังคับบัญชา (มนุษยสัมพันธ์) และ (20) สภาพแวดล้อมในการทำงาน¹³¹

สำหรับการสอบถามความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ประยุกต์ใช้แนวคิดแบบสอบถามของมินเนโซต้า โดยปรับเปลี่ยนประเด็นการถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัย ซึ่งได้ประเด็นสำคัญสำหรับการสอบถามซึ่งสอดคล้องกับหลักสัปายะ 4¹³² ในทางพระพุทธศาสนา ดังนี้

¹³⁰ อ้างถึงใน เรื่องเดียวกัน, น. 54.

¹³¹ เรื่องเดียวกัน, หน้า 56.

¹³² สัปายะ คือ สิ่งที่เป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้การปฏิบัติธรรมบรรลุผล มี 4 ประการบ้าง 5 ประการบ้าง 7 ประการบ้าง

- 1) ด้านอาคารสถานที่ ข้อนี้สอดคล้องกับหลักอวาสส์ปายะ คือ สถานที่ปฏิบัติธรรม มีความเหมาะสม สงบ สะอาด ร่มรื่นเกื้อกูลแก่การปฏิบัติธรรม
 - 2) ด้านอาหาร (รวมถึงน้ำดื่ม) ข้อนี้สอดคล้องกับหลักอาหารสัปปายะ คือ มีอาหารเพียงพอและเหมาะสมเกื้อกูลต่อการปฏิบัติธรรม
 - 3) ด้านกิจกรรมการอบรม ข้อนี้สอดคล้องกับหลักธัมมสัปปายะ คือ มีธรรมะ หลักปฏิบัติ คำสอน ความรู้ และเนื้อหาของกิจกรรมต่าง ๆ เกื้อกูลแก่การปฏิบัติธรรม
 - 4) ด้านบุคคล กล่าวคือ บุคลากรของโครงการและผู้เข้าร่วมโครงการ ข้อนี้สอดคล้องกับหลักบุคคลสัปปายะ คือ มีบุคคลรอบข้าง ได้แก่ ครูบาอาจารย์ และเพื่อนสหธรรมิกที่เป็นกัลยาณมิตร เกื้อกูลแก่การปฏิบัติธรรม
- ทั้งนี้ ในแต่ละประเด็นสำคัญ จะมีข้อคำถามที่เกี่ยวกับโครงการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเนื่องในวันสำคัญของวัดเอก แยกย่อยออกไปเป็นข้อ ๆ ตามความเหมาะสม

2.4 แนวคิดเรื่องความรู้

ความรู้ ถือเป็นเป้าหมายสำคัญอย่างหนึ่งของโครงการที่มีลักษณะเป็นโครงการฝึกอบรม และโครงการปฏิบัติธรรมก็ถือว่าเป็นโครงการในลักษณะการฝึกอบรม เพราะมุ่งเน้นเผยแผ่ความรู้ทางพระพุทธศาสนาและวิธีการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาให้พุทธศาสนิกชนผู้เข้าร่วมโครงการได้รับรู้ เข้าใจ ได้ฝึกฝนการปฏิบัติธรรมและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน งานวิจัยชิ้นนี้ จึงได้นำแนวคิดความรู้ในแง่มุมต่าง ๆ มาเป็นส่วนหนึ่งในแนวทางการศึกษาวิจัย ซึ่งจำแนกเป็นประเด็นสำคัญ ดังต่อไปนี้

2.4.1 ความหมายของความรู้

ความหมายของความรู้เป็นเรื่องที่ค่อนข้างจะเลือนลางอยู่พอสมควรในสังคมไทยปัจจุบัน เพราะบริบทต่างๆ ของสังคมไทยและการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่เกิดขึ้น เป็นปัจจัยทำให้ความหมายของคำว่า “ความรู้” มีหลากหลายกันออกไป การทำความเข้าใจความหมายของความรู้จึงเป็นเรื่องที่มีความสำคัญโดยเฉพาะในวงการการศึกษาซึ่งมีการพูดถึงเรื่องความรู้มาก ดังที่ศาสตราจารย์นายแพทย์ประเวศ วะสี ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องความรู้ไว้ว่า

ในส่วนแรกที่ว่า ความรู้คืออะไร และปัญญาคืออะไรนั้น ได้เลื่อนลงไปจากการศึกษาไทย คนที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาส่วนใหญ่ไม่รู้ว่าความรู้คืออะไร เกิดขึ้นได้อย่างไร บ่อยๆ ครั้งสิ่งที่เราเรียกว่าความรู้ ไม่ได้มีฐานอยู่ในความจริง...สังคมไทยกลายเป็นสังคมที่ใช้ความจริงน้อย เพราะเราจัดการศึกษาก็จัดไปเรื่อย ๆ โดยไม่พยายามทำความเข้าใจเกี่ยวกับความรู้เสียก่อน¹³³

คำว่า “ความรู้” ตรงกับภาษาอังกฤษว่า “Knowledge”¹³⁴ ตามคำนิยามในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 คำว่า “ความรู้” หมายถึง

สิ่งที่สั่งสมมาจากการศึกษาเล่าเรียน การค้นคว้าหรือประสบการณ์ รวมทั้งความสามารถเชิงปฏิบัติและทักษะ ความเข้าใจหรือสารสนเทศที่ได้รับมาจากประสบการณ์, สิ่งที่ได้รับมาจากการได้ยิน การคิด หรือการปฏิบัติ, องค์วิชาในแต่ละสาขา เช่น ความรู้เรื่องเมืองไทย ความรู้เรื่องสุขภาพ¹³⁵

นอกจากนี้ นักวิชาการทั่วไปยังได้แสดงทรรศนะเกี่ยวกับความหมายของความรู้ไว้ ดังนี้

โทมัส เอช ดาเวนพอร์ท และลอเรนซ์ พูแซค ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความรู้ หมายถึงกรอบของการประสมประสานระหว่างประสบการณ์ ค่านิยม ความรอบรู้ในบริบท และความรู้แจ้งอย่างซ้ำซ้อน เป็นการผสมผสานที่ให้กรอบสำหรับการประเมินค่า และการนำเอา ประสบการณ์กับสารสนเทศใหม่ๆ มาผสมรวมเข้าด้วยกัน มันเกิดขึ้นและถูกนำไปประยุกต์ในใจคน¹³⁶

กิติมา สุรสนธิ ได้ให้ความหมายไว้ว่า ความรู้ หมายถึง สิ่งที่ได้รับสั่งสมมาจากการประสบการณ์ หรือจากการเรียนรู้ในสิ่งต่างๆ ที่อาจเป็นทั้งความรู้ในแง่วิชาการหรือความรู้ในด้านอื่น¹³⁷

จากความหมายข้างต้นทั้งหมด อาจสรุปได้ว่า “ความรู้” มีความหมาย 2 นัย คือ

¹³³ ประเวศ วะสี, ยุทธศาสตร์ทางปัญญาแห่งชาติ, พิมพ์ครั้งที่ 2 (กรุงเทพมหานคร : บริษัท เคล็ดไทย จำกัด, 2538), น.10.

¹³⁴ ความหมายของคำว่า “Knowledge” ในภาษาอังกฤษดูเพิ่มเติมได้จาก <http://dictionary.reference.com/browse/Knowledge>

¹³⁵ ราชบัณฑิตยสถาน, พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542, น.232.

¹³⁶ อ่างถึงใน นิตศน์ วิเทศ, การจัดการความรู้ : เทคนิคในการแปรความรู้สู่ความได้เปรียบในการแข่งขัน (กรุงเทพมหานคร : เออาร์ บีซิเนส เพรส, 2542), น.8.

¹³⁷ กิติมา สุรสนธิ, ความรู้ทางการสื่อสาร (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2541), น.56.

1) นัยที่เป็นอัตวิสัย (Subjective) คือ ความรู้ซึ่งเป็นนามธรรมอยู่ในจิตใจ มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับความคิด ความเข้าใจ ความรู้สึกและความสามารถด้านการปฏิบัติ ซึ่งเป็นสิ่งที่สัมผัส(เป็นความจำ) มาจากประสบการณ์ การเรียนรู้ หรือด้วยการคิดนึกจนเกิดการสัมผัสเป็นความรู้

2) นัยที่เป็นปรวิสัย (Objective) คือ ความรู้เป็นได้ทั้งรูปธรรมและนามธรรม ซึ่งเป็นสิ่งภายนอก เช่น ข่าวสาร ข้อมูล สารสนเทศและองค์วิชาต่าง ๆ เป็นต้น ความรู้ในนัยนี้มีลักษณะเป็นสิ่งที่ถูกรู้ ซึ่งเมื่อมีกระบวนการรับรู้หรือการเรียนรู้ ก็จะถูกเก็บสัมผัสไว้ในจิตใจ

2.4.2 ระดับของความรู้

เกศินี จุฑาวิจิตร ได้จำแนกระดับความรู้ ออกได้เป็น 6 ระดับ ดังนี้

1) ระดับที่ระลึกได้ (Recall) หมายถึง การเรียนรู้ในลักษณะที่จดจำเรื่องเฉพาะวิธีปฏิบัติ กระบวนการ และแบบแผนได้ ความสำเร็จในระดับนี้ คือ ความสามารถในการดึงข้อมูลจากความจำออกมาได้

2) ระดับที่รวบรวมสาระสำคัญได้ (Comprehension) หมายความว่า บุคคลสามารถทำบางสิ่งบางอย่างได้มากกว่าการจดจำเนื้อหาที่ได้รับ เช่น สามารถเขียนข้อความเหล่านั้นด้วยถ้อยคำของตนได้ สามารถแสดงให้เห็นได้ด้วยภาพ ให้ความหมายที่ลึกซึ้ง แปลความ และเปรียบเทียบความคิดอื่น ๆ หรือคาดคะเนผลที่เกิดขึ้นต่อไปได้

3) ระดับการนำไปใช้ (Application) เป็นความสามารถที่จะนำข้อเท็จจริง และความคิดที่เป็นนามธรรมไปปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรม

4) ระดับการวิเคราะห์ (Analysis) สามารถใช้ความคิดในรูปของการนำความคิดมาแยกเป็นส่วนเป็นประเภทหรือนำข้อมูลมาจำแนกเป็นส่วนต่างๆ เพื่อการปฏิบัติของตนเอง

5) ระดับการสังเคราะห์ (Synthesis) คือ การนำข้อมูล และแนวความคิดมาประกอบกัน แล้วนำไปสู่การสร้างสรรค์ ซึ่งเป็นสิ่งใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม

6) ระดับการประเมินผล (Evaluation) คือ ความสามารถในการใช้ข้อมูลเพื่อตั้งเกณฑ์การรวบรวม และวัดข้อมูลตามมาตรฐาน เพื่อตัดสินระดับประสิทธิผลของกิจกรรมแต่ละอย่าง¹³⁸

¹³⁸ เกศินี จุฑาวิจิตร, การสื่อสารเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น (นครปฐม: เพชรเกษมการพิมพ์, 2540), น.52.

ตามทรรคนะทางพระพุทธศาสนา มีการกล่าวถึงความรู้ไว้ 3 ระดับ คือ สัญญา ญาณ และปัญญา ดังที่ปรากฏในคัมภีร์วิสุทธิมรรค ความว่า

สัญญาเป็นเพียงความรู้อารมณ์ว่า (รูปนั้น) สีเขียว สีเหลือง เป็นต้นเท่านั้น ไม่สามารถทำให้รู้ตลอดถึงไตรลักษณ์คือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาได้ ญาณรู้ อารมณ์ว่า (รูปนั้น) สีเขียว สีเหลือง เป็นต้นด้วย ทำให้รู้ตลอดถึงไตรลักษณ์ด้วย แต่ไม่อาจส่งให้ถึงความปรากฏขึ้นแห่งมรรคได้ ส่วนปัญญารู้อารมณ์และทำให้ถึงความเข้าใจตลอดซึ่งไตรลักษณ์ตามนัยที่กล่าวแล้วด้วย ส่งให้ถึงความเกิดขึ้นปรากฏขึ้นแห่งมรรคด้วย¹³⁹

โดยนัยที่กล่าวมานี้ สามารถสรุปความรู้ทั้ง 3 ระดับ ได้ดังนี้

1) ความรู้ระดับรู้จัก(สัญญา) คือ ความรู้ที่ทำให้กำหนดได้ หรือหมายรู้ลักษณะอาการต่าง ๆ อันเป็นเหตุให้จำอารมณ์นั้นๆได้ เมื่อได้ประสบอีกก็เอาชื่อที่กำหนดหมายไว้ขึ้นมา จับเทียบความรู้ว่าตรงกันหรือไม่ถ้าความรู้ตรงกันเรียกว่า “จำได้” ถ้ามีชื่อแตกต่างกันก็หมายรู้เพิ่ม เข้าไว้ ความรู้ระดับนี้จึงได้แก่ ข้อมูลข่าวสารหรือองค์ความรู้ต่าง ๆ ที่สั่งสมไว้ในจิตใจนั่นเอง

2) ความรู้ระดับรู้แจ้ง (ญาณ) คือ ความรู้ที่เป็นความรู้เริ่มแรกเมื่อได้รับอารมณ์ต่าง ๆ ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ และยังทำหน้าที่รู้ไปถึงอาการของความรู้สึก(เวทนา) ความรู้จัก หรือหมายรู้(สัญญา) ความคิดปรุงแต่ง(สังขาร)อีกด้วย เป็นความรู้ที่สามารถเห็นความแตกต่าง จำเพาะของอารมณ์ต่าง ๆ ไม่เพียงแต่กำหนดหมายหรือจำได้อย่างเดียว ความรู้ระดับนี้จึงได้แก่ ประสบการณ์ที่ได้สัมผัสรับรู้ เรียนรู้มาซึ่งถูกสั่งสมไว้ในจิตใจ

3) ความรู้ระดับรู้ทั่ว(ปัญญา) คือ ความรู้ที่ครอบคลุมทั่วถึงหรือรู้ชัดตรงตามความเป็นจริง สามารถแยกแยะรายละเอียดต่าง ๆ ของอารมณ์หรือสิ่งที่รับรู้ได้อย่างถ่องแท้ รอบคอบและ ลุ่มลึก ความรู้ลักษณะนี้จึงได้แก่ ความรู้จริง เข้าใจชัด รวมถึงความสามารถในการคิดที่สามารถ นำความรู้ทั้งหมดที่มีมาเชื่อมโยงกันแล้วตัดสินใจในทางที่ถูกต้อง ตรงวิธี ตรงทาง ตรงตามความเป็นจริงนั่นเอง

ตามทรรคนะทางพระพุทธศาสนา ความรู้ที่สำคัญที่สุด คือ ความรู้ในระดับปัญญา ซึ่ง ข้อแตกต่างกับแนวคิดเรื่องความรู้ทั่วไปอยู่ที่ ความรู้ในทางพระพุทธศาสนาในระดับปัญญานั้นมิใช่เพียงแต่รู้จัก หรือสามารถวิเคราะห์ สังเคราะห์ได้ แต่หมายรวมถึงการตัดสินใจได้อย่างถูกต้อง ตรงกับความเป็นจริงเป็นสำคัญ ซึ่งความรู้ในลักษณะนี้มีผลสำคัญ คือ การแก้ปัญหาได้ หรือ ความดับทุกข์นั่นเอง

¹³⁹วิสุทธิ. 3/2

2.4.3 การวัดระดับความรู้

การวัดความรู้เป็นการวัดระดับความจำ ความสามารถในการคิด ความเข้าใจเกี่ยวกับข้อเท็จจริงที่ได้รับจากการศึกษา และประสบการณ์เดิม โดยผ่านการทดสอบคุณภาพแล้ว จะแยกคนที่มีความรู้กับไม่มีความรู้ออกจากกันได้ระดับหนึ่ง¹⁴⁰ ในการประเมินผลกิจกรรมต่าง ๆ ด้านความรู้จึงควรมีวิธีวัดความรู้ที่ชัดเจนและสามารถตอบสนององวัตถุประสงค์ของการประเมินผลได้อย่างใกล้เคียงกับความเป็นจริงมากที่สุด

สุมาลี จันทรชอล ได้สรุปแนวคิดของบลูม(Bloom)และคณะ ซึ่งได้สร้างแบบทดสอบเพื่อวัดความสามารถในแต่ละขั้น ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับการวัดความรู้ด้วย ดังนี้

1) วิธีการวัดระดับของความรู้ความจำ เป็นการวัดความสามารถขั้นต่ำสุด การถามเพื่อวัดสิ่งเกี่ยวข้องกับการให้ระลึกถึง (Recall) ทั้งในสิ่งที่เฉพาะเจาะจง และทั่วไป คำถามที่ใช้วัดในระดับนี้ ได้แก่ 1) ข้อคำถามวัดความจำเนื้อเรื่อง 2) ข้อคำถามวัดความจำวิธีดำเนินการ 3) ข้อคำถามวัดความจำความรู้รอบ

2) วิธีการวัดระดับความเข้าใจ เป็นการวัดความสามารถที่สูงกว่าความรู้ความจำ แต่ผู้ตอบยังคงมีความรู้ความจำ เป็นพื้นฐานมาก่อนจึงจะมีความเข้าใจ คำถามจะไม่ถามตรงจากตำราหรือสิ่งที่สอนไว้ แต่โยงความรู้ที่เรียนมาสัมพันธ์กับคำถามแล้วเปลี่ยนเป็นคำตอบใหม่ ภาษาหรือสำนวนใหม่ รูปแบบใหม่ๆ คำถามที่ใช้วัดในระดับนี้ ได้แก่ 1) ข้อคำถามวัดความสามารถในการแปลความ 2) ข้อคำถามวัดความสามารถในการตีความ 3) ข้อคำถามวัดความสามารถในการขยายความ

3) วิธีการวัดระดับการนำไปใช้ เป็นการวัดความสามารถในการนำเอาความรู้ ความเข้าใจมาประยุกต์ใช้หรือแก้ปัญหาในเหตุการณ์หรือสถานการณ์ใหม่ได้อย่างเหมาะสม คำถามที่ใช้วัดในระดับนี้ ได้แก่ ข้อคำถามวัดการนำไปใช้

4) วิธีการวัดระดับวิเคราะห์ เป็นการวัดความสามารถในการแยกแยะ หรือแจกแจงรายละเอียดของเรื่องราว ความคิด การปฏิบัติออกเป็นระดับย่อยๆ โดยอาศัยหลักการหรือกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เพื่อค้นพบข้อเท็จจริง และคุณสมบัติบางประการ คำถามที่ใช้วัดในระดับนี้ ได้แก่ 1) ข้อคำถามวัดการวิเคราะห์ความสำคัญ 2) ข้อคำถามวัดการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ 3) ข้อคำถามวัดการวิเคราะห์หลักการ

¹⁴⁰ ศุภกนิษฐ์ พลไพรินทร์, เทคนิคการประเมินผล, น.24.

5) วิธีการวัดระดับสังเคราะห์ เป็นการวัดความสามารถในการรวบรวม และผสมผสาน รายละเอียดปลีกย่อยของข้อมูล สร้างเป็นสิ่งใหม่ที่แตกต่างไปจากเดิม ความสามารถดังกล่าว เป็นพื้นฐานของการคิดริเริ่มสร้างสรรค์ คำถามที่ใช้วัดในระดับนี้ ได้แก่ 1) ข้อคำถามวัดการสังเคราะห์ข้อความ 2) ข้อคำถามวัดการสังเคราะห์แผนงาน 3) ข้อคำถามวัดการสังเคราะห์ความสัมพันธ์

6) วิธีการวัดระดับประเมินค่า เป็นการวัดความสามารถในการสรุปคุณค่า หรือตีราคา เกี่ยวกับเรื่องราว ความคิด พฤติกรรม ว่าดี - เลว เหมาะ - ไม่เหมาะ เพื่อจุดประสงค์บางประการ คำถามที่ใช้วัดในระดับนี้ ได้แก่ 1) ข้อคำถามวัดการประเมินโดยเกณฑ์ภายใน 2) ข้อคำถามวัดการประเมินโดยเกณฑ์ภายนอก¹⁴¹

สำหรับการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำแนวคิดข้างต้นเกี่ยวกับการวัดระดับความรู้มาเป็นกรอบในการสร้างคำถามเพื่อสำรวจความรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมของผู้เข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญของวัดเอก โดยมีการสร้างคำถามให้มีความครอบคลุมทุกชั้นของการวัดความรู้ กล่าวคือ ชั้นความจำ ความรู้ความเข้าใจ การนำไปใช้ การวิเคราะห์ การสังเคราะห์และการประเมินค่า ซึ่งผู้วิจัยได้เลือกใช้แบบสอบถามวัดความรู้แบบจำกัดคำตอบ ชนิดถูก - ผิด หรือ ใช่ - ไม่ใช่ ซึ่งมีความเหมาะสมกับการวัดความรู้ของกลุ่มตัวอย่าง เพราะไม่ซับซ้อน ง่ายต่อการนำไปใช้ ประหยัดเวลา และมีผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนมาก

2.5 แนวคิดเกี่ยวกับโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญของวัดเอก

แนวคิดเกี่ยวกับโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญของวัดเอก¹⁴² มีประเด็นสำคัญที่ควรนำมาเสนอไว้ในที่นี้ ดังนี้

¹⁴¹ สุมาลี จันทะชล, “ทัศนคติทางการเมืองแบบประชาธิปไตย: ศึกษาเฉพาะกรณีเจ้าหน้าที่ตำรวจกองปราบปราม,” (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2544), น.54-69.

¹⁴² วัดเอก, เอกสารสรุปผลการดำเนินงานโครงการปฏิบัติธรรมของวัดเอก ตั้งแต่ปี พ.ศ.2547-2549,(เอกสารอัดสำเนา).

2.5.1 ความเป็นมาของโครงการ

วัดเอก อำเภอกระแสดินธุ์ จังหวัดสงขลา ได้ดำเนินการจัดโครงการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเนื่องในวันสำคัญขึ้นครั้งแรกเมื่อวันที่ 25 - 27 พฤษภาคม 2545 ซึ่งเป็นช่วงเทศกาลวันวิสาขบูชา โดยได้กำหนดชื่อโครงการว่า “โครงการปฏิบัติธรรมวิสาขบูชารำลึก” มีพุทธศาสนิกชนเข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 80 คน และมีคณะสงฆ์ผู้ดำเนินงานโครงการจำนวน 7 รูป โดยการนำของพระมหามันัส คุณธมฺโม เจ้าอาวาสวัดเอก และได้รับความร่วมมือจากคณะพระสังฆาธิการระดับเจ้าอาวาสวัดต่างๆ ในอำเภอกระแสดินธุ์ จำนวน 13 วัด ในการประชาสัมพันธ์โครงการและสนับสนุนส่งเสริมให้อุบาสกอุบาสิกาของวัดนั้น ๆ ได้เข้าร่วมกิจกรรมของวัดเอกด้วย

จุดเริ่มต้นของโครงการดังกล่าวนี้ สืบเนื่องจากคณะสงฆ์วัดเอก ได้ปรารภถึงสภาพปัญหาสังคมที่กำลังเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องหลายๆ ปัญหา ซึ่งโดยมากเป็นปัญหาที่เกี่ยวกับความเสื่อมทรามทางศีลธรรมจรรยาของประชาชน ทำให้สังคมอยู่ในสภาวะสับสน วุ่นวาย ประชาชนห่างไกลศาสนา และไม่ปฏิบัติตามศาสนธรรม ในฐานะที่วัดเป็นองค์กรทางพระพุทธศาสนา ซึ่งมีบทบาทสำคัญในการสร้างสรรค์สันติสุขให้เกิดขึ้นในสังคมไทยมาตั้งแต่อดีตกาล และมีบทบาทโดยตรงในการเผยแผ่ศาสนาธรรมให้เข้าถึงจิตใจประชาชน เมื่อเกิดสถานการณ์เช่นนี้จึงไม่ควรอยู่นิ่งเฉย ควรดำเนินกิจกรรมบางอย่างที่เป็นการกระตุ้นเตือนสังคมให้ตระหนักถึงความสำคัญด้านศีลธรรมจรรยาและชักนำประชาชนให้สนใจใฝ่รู้ ใฝ่ปฏิบัติธรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนา

ด้วยเหตุที่มองเห็นสภาพการณ์ทางสังคมเช่นนี้ ประกอบกับวัดเอกได้มีการพัฒนาทางด้านวัตถุ หรือเสนาสนะต่าง ๆ พร้อมในระดับหนึ่ง สำหรับเป็นศูนย์รวมประชาชนในการมาร่วมปฏิบัติธรรมในโอกาสต่าง ๆ ที่สำคัญ วัดเอกได้สนับสนุนให้พระภิกษุสามเณรได้ศึกษาทั้งทางโลกและทางธรรมจนจบการศึกษาในระดับชั้นที่สามารถดำเนินงานด้านการอบรมและเผยแผ่ได้ จึงได้มีมติเห็นชอบให้มีการจัดโครงการปฏิบัติธรรมขึ้น โดยการประยุกต์รูปแบบการดำเนินงานโครงการอบรมคุณธรรมจริยธรรมค่ายพุทธบุตร¹⁴³ มาเป็นแนวทางในการดำเนินงาน

เมื่อการจัดโครงการปฏิบัติธรรมครั้งแรกสิ้นสุดลง ทางวัดได้พิจารณาเห็นว่า โครงการดังกล่าวได้รับการตอบรับจากพุทธศาสนิกชนเป็นอย่างดี ถือเป็นโอกาสหรือช่องทางที่สามารถส่งเสริมความตระหนักด้านศีลธรรมจรรยาและเผยแผ่พระพุทธศาสนาให้เข้าถึงจิตใจของพุทธศาสนิก

¹⁴³ ก่อนหน้าที่จะมีการจัดโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญนี้ วัดเอกได้จัดกิจกรรมการอบรมคุณธรรมจริยธรรมค่ายพุทธบุตร โดยมีสถานศึกษาต่างๆ ส่งเสริมให้นักเรียนเข้ามาฝึกฝนอบรมเป็นระยะเวลา 3 วัน 2 คืน ซึ่งถือว่าเป็นโครงการที่ประสบความสำเร็จในระดับหนึ่ง

ชนได้ จึงเห็นสมควรให้กำหนดโครงการปฏิบัติธรรมไว้ในแผนการดำเนินงานด้านการเผยแผ่ของ วัดตั้งแต่นั้นมา โดยกำหนดให้มีโครงการปฏิบัติธรรมปีละ 3 ครั้ง และมีชื่อเรียกตามชื่อวันสำคัญ ทางพระพุทธศาสนา 3 วัน ดังนี้

- 1) โครงการปฏิบัติธรรมมาฆบูชารำลึก จัดในช่วงวันมาฆบูชา
- 2) โครงการปฏิบัติธรรมวิสาขบูชารำลึก จัดในช่วงวันวิสาขบูชา
- 3) โครงการปฏิบัติธรรมอาสาฬหบูชารำลึก จัดในช่วงวันอาสาฬหบูชา

ในแต่ละครั้งของการจัดโครงการ มีพุทธศาสนิกชนเข้าร่วมโครงการเป็นจำนวนมาก จนกระทั่งในปี พ.ศ.2549 ซึ่งเป็นปีแห่งการเฉลิมฉลองการครองสิริราชสมบัติครบ 60 ปี ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทางวัดเห็นว่าเป็นโอกาสอันสำคัญยิ่งที่พสกนิกรชาวไทยจักได้แสดงออกซึ่งความจงรักภักดีด้วยการทำความดีถวายพระองค์ จึงได้มีมติให้จัดโครงการเพิ่มอีก 1 โครงการ คือ โครงการปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติ 5 ธันวาคมหาราช เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ และถือเป็น 1 ในโครงการปฏิบัติธรรมของวัดเอก สืบต่อไป เป็นอันว่า วัดเอกมีโครงการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเนื่องในวันสำคัญรวมทั้งสิ้นปีละ 4 โครงการในช่วงวันสำคัญ 4 วัน คือ วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอาสาฬหบูชา (ซึ่งเป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา) และวันเฉลิมพระชนมพรรษา 5 ธันวาคมของทุกปี

2.5.2 ความสำคัญของโครงการ

สถานการณ์ปัญหาสังคมในปัจจุบัน เป็นสิ่งที่บ่งชี้ให้เห็นว่า สังคมไทยกำลังประสบภาวะเสื่อมทรามทางด้านศีลธรรมจรรยาเป็นอย่างมาก โดยมีปัจจัยสนับสนุนที่สำคัญ คือ ลัทธิวัตถุนิยมหรือบริโภคนิยม ที่มุ่งความเจริญทางด้านวัตถุและการเสพการใช้วัตถุตามความต้องการของตนอย่างไม่คำนึงถึงความจำเป็นหรือความเหมาะสม ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ขึ้นมากมาย การแก่งแย่งชิงดีชิงเด่นกัน การแบ่งชนชั้นกันด้วยฐานะ การกดขี่ผู้ด้อยฐานะ การเอาัดเอาเปรียบกันโดยขาดความเมตตากรุณา จนนำไปสู่ปัญหาอาชญากรรม โจรกรรม การประพฤตินาจาร ปัญหายาเสพติด ปัญหาการทุจริตคอร์รัปชันและอื่น ๆ

การจะช่วยพยุงสังคมให้ดำรงอยู่ได้อย่างสันติสุข เป็นเรื่องจำเป็นที่ทุกส่วนฝ่ายต้องร่วมกันปฏิบัติ วัดซึ่งมีบทบาทโดยตรงในด้านการส่งเสริมศีลธรรมจรรยาจึงจำเป็นต้องเข้ามามีส่วนรับรู้และร่วมแก้ไขปัญหาดังกล่าว การจัดกิจกรรมพิเศษที่มีรูปแบบซึ่งเชื่อมต่อการกระตุ้นจิตสำนึกในเรื่องศีลธรรมจรรยา แนะนำให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับหลักการประพฤติกปฏิบัติที่ดีงามและ

ส่งเสริมการปฏิบัตินั้นให้สังคมส่วนใหญ่ได้ดำเนินตามให้มากที่สุด จึงเป็นเรื่องที่วัดต่าง ๆ ควรเอาใจใส่เป็นอย่างยิ่ง

อย่างไรก็ตาม เนื่องด้วยสภาพสังคมปัจจุบัน มีการแข่งขันกันด้านเศรษฐกิจสูง ชีวิตความเป็นอยู่ถูกผูกติดไว้กับวงจรของเวลาที่เต็มไปด้วยความรีบเร่ง ทุกส่วนของสังคมมีกติกากำหนดการทำงานที่ค่อนข้างรัดกุม โอกาสที่ประชาชนจะได้ร่วมกิจกรรมของวัดตามหลักการข้างต้นจึงเป็นไปได้ยาก จุดสำคัญ จึงอยู่ที่การปรับเข้าหากันอย่างพอเหมาะพอดี เพื่อให้เอื้อต่อกันมากที่สุด วันหยุดซึ่งเป็นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา จึงเป็นช่วงเวลาหนึ่ง ซึ่งเอื้อต่อการดำเนินกิจกรรมดังกล่าว ที่สำคัญ ยังเป็นโอกาสให้พุทธศาสนิกชนได้รำลึกถึงประวัติศาสตร์ของวันสำคัญนั้น ๆ ซึ่งนับวันดูที่ท่าว่าจะได้รับความสนใจและมีความเข้าใจน้อยลง วันสำคัญดังกล่าวที่เป็นวันหยุดทางราชการของสังคมไทยได้แก่ วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชาและวันอาสาฬหบูชา ซึ่งแต่ละวันมีความเป็นมาและความสำคัญโดยย่อ ดังนี้

1) วันมาฆบูชา ตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 3 ของทุกปี เป็นวันคล้ายวันที่มีการประชุมใหญ่ของพระอรหันต์ 1,250 องค์ หลังจากการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้าผ่านไปแล้ว 9 เดือน ซึ่งมีเหตุการณ์สำคัญ 4 ประการ เรียกว่า “จาตุรงคสันนิบาต”¹⁴⁴ และเป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงหลักธรรมที่เรียกว่า “โอวาทปาติโมกข์” ซึ่งเป็นหลักการใหญ่หรือหลักการสำคัญที่ถือว่าเป็นหัวใจคำสอนในทางพระพุทธศาสนา

2) วันวิสาขบูชา ตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 6 ของทุกปี เป็นวันสำคัญยิ่งสำหรับชาวพุทธ เพราะเป็นวันคล้ายวันประสูติ ตรัสรู้และปรินิพพานของพระพุทธเจ้า ซึ่งเหตุการณ์ทั้ง 3 เวียนมาบรรจบในวันเดียวกันอย่างน่าอัศจรรย์ และเมื่อวันที่ 15 ธันวาคม 2542 องค์การสหประชาชาติได้ประกาศให้วันวิสาขบูชาเป็นวันสำคัญของโลก เพื่อเป็นการแสดงออกถึงความสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณของพระพุทธเจ้าที่ทรงมีต่อมวลมนุษยชนและสรรพสัตว์

3) วันอาสาฬหบูชา ตรงกับวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 8 ของทุกปี เป็นวันที่มีความสำคัญยิ่งสำหรับชาวพุทธอีกวันหนึ่ง เนื่องจากเป็นวันที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงพระธรรมเทศนาเป็นครั้งแรก หลังจากที่ได้ตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณเรียกว่า ปฐมเทศนา โดยพระธรรมเทศนาที่ทรงแสดงในวันนั้นมีชื่อว่า “ธรรมจักกัปปวัตตนสูตร” ซึ่งเป็นผลให้เกิดภิกษุรูปแรกในพระพุทธศาสนาขึ้น คือ พระอัญญาโกณฑัญญะ

¹⁴⁴ คือ การประชุมที่ประกอบด้วยองค์ 4 ได้แก่ (1) พระสงฆ์มาประชุมกันโดยมิได้นัดหมาย (2) พระสงฆ์ทั้งหมดล้วนได้รับการอุปสมบทโดยตรงจากพระพุทธเจ้า (3) พระสงฆ์ที่ได้มาประชุมล้วนเป็นพระอรหันต์ทุกองค์ (4) เป็นวันที่พระจันทร์เต็มดวงกำลังเสวยมาฆฤกษ์

ด้วยความตระหนักถึงบทบาทในการร่วมแก้ไขปัญหาทางสังคมข้างต้น และเล็งเห็นความสำคัญของวันสำคัญดังกล่าวซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับพระรัตนตรัยอันเป็นสรณะสูงสุดของพุทธศาสนิกชน ประกอบกับความเหมาะสมในการจัดกิจกรรมพิเศษในช่วงวันสำคัญนั้นซึ่งเป็นวันหยุดทางวัดเอก อำเภอกระแสดินธุ์ จังหวัดสงขลา จึงได้จัดโครงการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเนื่องในวันสำคัญขึ้นเพื่อส่งเสริมให้ประชาชนได้เข้ามาเรียนรู้หลักการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ พร้อม ๆ กับการรำลึกถึงความสำคัญของวันสำคัญนั้น ๆ ด้วย

นอกจากนี้ เมื่อปี พ.ศ.2549 ในช่วงวันเฉลิมพระชนมพรรษา 5 ธันวาคม ได้มีการจัดโครงการปฏิบัติธรรมเฉลิมพระเกียรติ 5 ธันวาคมมหाराชขึ้นอีก 1 โครงการ ซึ่งจะเป็นโครงการประจำปีที่ทางวัดจักได้ดำเนินการต่อไปทุกปี เพราะเล็งเห็นความสำคัญว่า วันนี้เป็นวันคล้ายวันพระราชสมภพของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ผู้ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณอย่างล้นพ้นต่อ พสกนิกรชาวไทยและพระพุทธศาสนา จึงเห็นสมควรจัดกิจกรรมเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลด้วย

2.5.3 ลักษณะการดำเนินงานของโครงการ

การดำเนินงานของโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาของวัดเอก มีลักษณะการดำเนินงาน ดังนี้

1) ด้านรูปแบบ โครงการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาเนื่องในวันสำคัญของวัดเอก มีรูปแบบที่ประยุกต์มาจากกิจกรรมโครงการอบรมคุณธรรมจริยธรรมเข้าค่ายพุทธบุตร ซึ่งเป็นโครงการสำหรับเยาวชนในสถานศึกษา ซึ่งมีการฝึกอบรมทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ โดยทางวัดเอก ได้ประยุกต์กิจกรรมบางประการมาเป็นแนวทางและดำเนินการให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายซึ่งเป็นกลุ่มพุทธศาสนิกชนทั่วไป แต่มีความเข้มข้นมากขึ้นในด้านการปฏิบัติกรรมฐานและการสนทนาธรรมเพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมระหว่างกัน ที่สำคัญ ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมจะต้องสมาทานศีล 8 และนุ่งขาวห่มขาว เป็นลักษณะเดียวกันทั้งหมด

2) ด้านเนื้อหาหลักสูตร ตลอดระยะเวลา 2 คืน 3 วันของโครงการ ผู้เข้าร่วมโครงการจะได้รับความรู้ทางด้านพระพุทธศาสนาทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติดังนี้

(1) ภาคทฤษฎี มีการแสดงธรรม บรรยายธรรม สนทนาธรรมเกี่ยวกับเรื่องประวัติวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา พุทธประวัติ หลักธรรมสำคัญในการดำเนินชีวิต อาทิ หลักสติ สัมปชัญญะ, หลักขันติ ไสรัจจะ, หลักอิทธิบาท 4, หลักสังคหัตถ์ 4, หลักไตรลักษณ์,

หลักอริยสัจ 4, หลักบุญกิริยาวัตถุ 3 และ 10, หลักฆราวาสธรรม, หลักศีล 5, หลักพรหมวิหาร 4, หลักทิวาสฐัมมิกัตถะ 4, หลักสัมปรายิกัตถะ 4 และหลักธรรมที่มีความสำคัญอื่น ๆ ตลอดถึงประสบการณ์ด้านการปฏิบัติธรรมที่นำมาแลกเปลี่ยนกัน (หลักธรรมต่าง ๆ นี้ ได้มีการจัดตารางการบรรยายและการอบรมในโครงการแต่ละครั้งแตกต่างกันไป ตามความเหมาะสมด้านเวลาและวิทยากรผู้บรรยาย)

(2) ภาคปฏิบัติ มีกิจกรรมการสวดมนต์ทำวัตรเช้า (04.30 น.) ทำวัตรเย็น (18.00 น.) การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 (หลังทำวัตรเช้า-เย็น) ซึ่งมีการปฏิบัติทั้งในอิริยาบถนั่ง ยืน และเดินจนกรรมสลับกันไป นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมพิเศษให้พุทธศาสนิกชนได้ร่วมอีกหลายกิจกรรมตามสมควรแก่โอกาส เช่น กิจกรรมโยคะสมาธิ, กิจกรรมตักบาตรตอนเช้า, กิจกรรมทอดผ้าป่าความดี-เผาผีความชั่ว และกิจกรรมอื่น ๆ ที่เป็นลักษณะกิจกรรมประยุกต์อีกหลายกิจกรรม โดยทุกกิจกรรมมีความมุ่งหมายเพื่อให้เกิดบุญกุศล เสริมบารมีธรรม ผ่อนคลายและเสริมสร้างกำลังกายกำลังใจในการปฏิบัติธรรมสำหรับพุทธศาสนิกชนทั้งสิ้น

2.6 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญ: กรณีสืบหาชีวิตเอก อำเภอกะแสสินธุ์ จังหวัดสงขลา ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อมาเป็นกรอบและแนวทางในการศึกษาวิจัยดังต่อไปนี้

พระวิริติ หนูแก้ว ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การประเมินผลการดำเนินงานโครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน วัดแหลมทราย อำเภอมือง จังหวัดสงขลา” ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ความพึงพอใจของเยาวชนที่เข้าร่วมโครงการโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติงานโครงการโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ด้านประสิทธิผลของโครงการพบว่า โครงการมีประสิทธิผลในระดับสูง เรื่องทัศนคติต่อหลักธรรม มีประสิทธิผลระดับค่อนข้างสูงในเรื่องพฤติกรรมกตัญญูต่อบิดามารดา และความรับผิดชอบ และพฤติกรรมเกี่ยวกับสิ่งเสพติดและการใช้เวลาว่าง ส่วนด้านกระบวนการดำเนินงาน พบว่า มีการวางแผนโดยผู้ปฏิบัติงานมีส่วนร่วม มีการกำกับติดตามงาน แต่การประสานงานบางระดับยังมีปัญหาอยู่บ้าง¹⁴⁵

¹⁴⁵ พระวิริติ หนูแก้ว, “การประเมินผลการดำเนินงานโครงการบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อน วัดแหลมทราย อำเภอมือง จังหวัดสงขลา,” (ภาคนิพนธ์มหาบัณฑิต สาขาพัฒนาสังคม คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, 2546), น.บทคัดย่อ.

นอกจากนี้ ในงานวิจัยดังกล่าวยังได้มีข้อเสนอแนะที่น่าสนใจบางอย่าง ซึ่งสรุปได้ดังนี้

1. การคัดเลือกเยาวชนเข้าร่วมโครงการบรรพชา ควรมีการกำหนดอายุตามช่วงวัย โดยมีอายุเฉลี่ยที่ใกล้เคียงกัน, ควรมีการตรวจสุขภาพก่อนบรรพชาเพื่อจะได้ทราบโรคประจำตัวของผู้เข้าร่วมบรรพชาแต่ละคนจะได้ไม่มีอุปสรรคในการเข้าร่วมโครงการ, การประสานงานควรมีการประชุมกลุ่มใหญ่อย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง และ ควรมีการจัดแผนงานให้ชัดเจน มีตารางการดำเนินงาน และผู้รับผิดชอบที่เหมาะสม โดยควรมีการคัดเลือกบุคลากรทำงานที่มีใจรักเยาวชน ยินดีในการปฏิบัติงานและทุ่มเท

2. เนื้อหาและหลักสูตร ควรใช้หลักสูตรที่เข้าใจง่าย ปฏิบัติได้ เช่น ความกตัญญู อิทธิบาท 4 ศีล 5 ความไม่ประมาท เป็นต้น, ควรมีการจัดทำเอกสารคู่มือการฝึกอบรมเพื่อให้มีหลักเกณฑ์ที่เหมาะสม, ควรมีการชี้แจงพระพี่เลี้ยง และประชุมวิทยากรบ่อยๆ มอบหมายหน้าที่ให้ชัดเจน ไม่ซ้ำซ้อน, ระยะเวลาของโครงการควรใช้อย่างน้อย 50 วัน

3. วิธีการอบรม ควรเชิญวิทยากรพิเศษจากภายนอกมาร่วมด้วย , มีสื่อต่างๆ เพิ่มขึ้น, ควรจัดให้มีกิจกรรมการทัศนศึกษาออกสถานที่ด้วย

4. ด้านอื่น ๆ งบประมาณควรเพิ่ม สถานที่ควรมีสถานที่บรรยายที่หลากหลายสลับกัน, การกำกับงานควรปรับปรุง ไม่ควรก้าวก่าหน้าที่ซึ่งมีผู้อื่นรับผิดชอบแล้ว และควรจัดให้มีการประเมิน 3 ขั้นตอน คือ ก่อนการดำเนินงาน ระหว่างการดำเนินงานและเมื่อสิ้นสุดการดำเนินงาน แล้วสรุปเป็นแนวทางในการปฏิบัติงานต่อไป¹⁴⁶

จากการศึกษางานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้รับประโยชน์เกี่ยวกับแนวทางการประเมินความพึงพอใจและได้เห็นปัญหาที่เกิดขึ้นในโครงการ ซึ่งบางประเด็นปัญหาอาจเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นทั่วไปในหลาย ๆ โครงการ โดยเฉพาะโครงการด้านสังคม และโดยเฉพาะอย่างยิ่งโครงการที่เกี่ยวกับด้านศาสนา อาทิ ปัญหาการประสานงานกันของคณะทำงาน ซึ่งเป็นปัญหาที่เกี่ยวกับตัวบุคลากรซึ่งอาจจะขาดความเข้าใจในบทบาทหน้าที่ระหว่างกัน แนวทางแก้ไขที่ได้รับการเสนอในงานวิจัยนี้ก็คือ ควรมีความชัดเจนในการมอบหมายงาน ตารางกิจกรรมและมีการประชุมกันมากขึ้น ซึ่งถือเป็นแนวทางที่ดีสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในโครงการต่าง ๆ ได้

พระมหาวัชชัย เกื้อเกตุ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความคิดเห็นของนักเรียนต่อการเข้าร่วมโครงการอบรมคุณธรรมค่ายพุทธบุตรของวัดปัญญาบันฑิตาราม” ซึ่งผลการศึกษาพบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคาดหวังว่า จะได้ทำหน้าที่ชาวพุทธที่ดี ได้เป็นคนดี ได้ปฏิบัติธรรม ได้มีระเบียบวินัย ได้ทำความดี ได้เข้าใจศาสนามากขึ้นและได้สัมผัสธรรมชาติ และในส่วนของเนื้อหาด้านวิชา

¹⁴⁶ เรื่องเดียวกัน, น.66-67.

การ พบว่า มีความเหมาะสมกับการฝึกอบรมให้กับนักเรียนเป็นบุตรที่ดีของพ่อแม่ เป็นศิษย์ที่ดีของ ครูอาจารย์ เป็นเพื่อนที่ดีของเพื่อน เป็นพลเมืองที่ดีของชาติ และเป็นสาวกที่ดีของศาสนา ด้าน สถานที่พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่าเป็นสถานที่ที่มีความเหมาะสมสำหรับการปฏิบัติธรรม มีความร่มรื่นเป็นธรรมชาติ มีส่วนช่วยให้การอบรมเป็นไปด้วยดี และด้านวิธีการ พบว่าเป็นวิธีการ ที่ดี สามารถฝึกอบรมให้นักเรียนเข้าใจในกิจกรรมและเนื้อหาสาระเป็นอย่างดี เช่น พิธีสู่ความเป็น พุทธบุตร ด้านวิทยากร พบว่าวิทยากรแต่ละท่านมีความรู้ความสามารถ มีการเตรียมข้อมูลมาเป็นอย่างดี มีเทคนิคในการฝึกอบรมทำให้ผู้เข้ารับการอบรมไม่เบื่อ ด้านประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโครงการอบรมคุณธรรมจริยธรรมค่ายพุทธบุตร พบว่า เนื้อหาและกิจกรรมเน้นให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความกตัญญู มีระเบียบวินัยและสามารถนำกิจกรรมและเนื้อหาสาระทางวิชาการไป ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ มีความเข้าใจเกี่ยวกับหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนามากยิ่งขึ้น ด้านเวลา พบว่า ระยะเวลา 2 คืน 3 วัน มีความเหมาะสมกับการฝึกอบรมคุณธรรมจริยธรรมค่ายพุทธบุตรและตารางกิจกรรมมีความเหมาะสม ด้านการบริการพบว่า พระพี่เลี้ยงและพระสงฆ์อื่นๆ รวมทั้งเจ้าหน้าที่ได้ดูแลเอาใจใส่นักเรียนเป็นอย่างดี¹⁴⁷

โดยภาพรวมของการวิจัยนี้ พบว่าโครงการดังกล่าวเป็นโครงการที่ค่อนข้างมีประสิทธิภาพ สังเกตได้จากผลการศึกษาซึ่งนักเรียนแสดงความคิดเห็นในทางที่ดีเป็นจำนวนมากในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านเนื้อหาวิชาการ ด้านสถานที่ ด้านพระวิทยากรและด้านวิธีการ เป็นต้น ซึ่งหัวใจ สำคัญน่าจะอยู่ที่คุณภาพของบุคลากรและกระบวนการทำงานที่ชัดเจนและสอดคล้องกันเป็นหลัก เพราะเมื่อบุคลากรของโครงการมีความรู้ ความสามารถดี มีกระบวนการทำงานที่ประสานสอดคล้องกันดี ก็สามารถดำเนินงานได้อย่างมีประสิทธิภาพในทุก ๆ ด้าน

เจริญ เหลลาคำ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความคาดหวังของประชาชนที่เข้าร่วมโครงการอบรมคุณธรรมวัดปัญญาณันทาราม จังหวัดปทุมธานี” ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจในระดับสูงรวมกันทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านอิทธิบาท 4 ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความหมายและเห็นความสำคัญของการใช้ความเพียรพยายามเพื่อให้ประสบความสำเร็จในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง อันเป็นหัวใจสำคัญในกิจการทุกชนิดทั้งในทางโลกและทางธรรม และระดับความรู้ด้าน ฆราวาสธรรมอยู่ในระดับน้อยกว่าทุกด้าน ผลการศึกษาความคาดหวังต่อการนำหลักพุทธธรรมไป ประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต เมื่อพิจารณาโดยภาพรวมพบว่า ประชาชนมีความคาดหวังในระดับ

¹⁴⁷ พระมหาธวัชชัย เกื้อเกตุ, “ความคิดเห็นของนักเรียนต่อการเข้าร่วมโครงการอบรมคุณธรรมจริยธรรมค่ายพุทธบุตรของวัดปัญญาณันทาราม,” (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2542) , น.บทคัดย่อ.

มากโดยเฉพาะด้านการเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิต มีความคาดหวังระดับมากต่อการนำหลักธรรม (ไตรสิกขา อิทธิบาท สังคหวัตถุ ฆราวาสธรรม) ไปประยุกต์ใช้ในการทำงาน และมีความคาดหวังในระดับมากต่อการเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินชีวิต ในประเด็นที่ว่า สามารถนำหลักพุทธธรรมไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันและการทำงาน

ข้อเสนอแนะจากการศึกษาครั้งนี้ คือ ด้านความรู้หลักพุทธธรรม วัดควรมีแนวทางสร้างความรู้ที่เกี่ยวข้องกับฆราวาสธรรมและไตรสิกขา โดยเฉพาะด้านศีลซึ่งเป็นหลักคุณธรรมขั้นพื้นฐานในการดำรงชีวิตประจำวันของประชาชนให้ตระหนักและสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเอง ได้จริง วัดควรมีการมุ่งเน้นในด้านการเรียนการสอนและสร้างหลักสูตรให้ตรงกลุ่มเป้าหมาย ภาครัฐควรรณรงค์ให้ประชาชนมีค่านิยมของการเป็นแบบอย่างที่ดีในการประพฤติปฏิบัติธรรมแก่คนในครอบครัว แก่เพื่อนร่วมงาน เพื่อการเป็นแบบอย่างของพุทธศาสนิกชนที่ดี ในการนำหลักธรรมไปประยุกต์ใช้เพื่อประโยชน์ทางโลกและทางธรรมอย่างจริงจัง โดยเฉพาะมุ่งเน้นการสร้างค่านิยมในกลุ่มผู้ที่ยังน้อย คือ วันรุ่นและวัยทำงาน¹⁴⁸

จากการศึกษาวิจัยนี้ จะเห็นได้ว่า หลักธรรมที่ประชาชนให้ความสนใจคือหลักธรรมขั้นพื้นฐานทางพระพุทธศาสนาและเหมาะสมกับชีวิตฆราวาส เพราะสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ อย่างตรงตามความประสงค์ และที่สำคัญ คือ ผลของงานวิจัยนี้ แสดงให้เห็นว่า การอบรมคุณธรรมจริยธรรมสำหรับประชาชนทั่วไปนั้นมีความสำคัญมาก เพราะผู้ผ่านการอบรมโดยส่วนมากมีความคาดหวังสูงในเรื่องการเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะทำให้เกิดสังคมแห่งกัลยาณมิตรมากขึ้น เพราะผู้เข้าร่วมการอบรมสามารถเป็นสื่อกลางที่ดีในการนำความรู้และแนวปฏิบัติไปขยายผลสู่บุตรธิดา ญาติพี่น้องและเพื่อนร่วมงานได้อีกหลายต่อ

สมพร รัตนละอ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ความตระหนักในคุณธรรมและความพึงพอใจในการปฏิบัติธรรมตามแนวการฟื้นฟูพุทธจิตของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิคุณธรรมนำใจร่วม ตลาดน้ำอัมเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี” ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมมีความตระหนักในคุณธรรม ในภาพรวมและรายด้าน คือ ด้านความยุติธรรม ด้านความเสียสละ และด้านความซื่อสัตย์ อยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นด้านความกตัญญูและด้านความเมตตาเท่านั้นที่อยู่ในระดับมาก ปัจจัยด้านภูมิปัญญาและการศึกษามีผลทำให้ความตระหนักในคุณธรรมของผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมแตกต่างกัน ส่วนปัจจัยด้านเพศและสถานภาพสมรส ไม่มีผลต่อความตระหนักในคุณ

¹⁴⁸ เจริญ เหล่าคำ, “ความคาดหวังของประชาชนที่เข้าร่วมโครงการอบรมคุณธรรมวัดปัญญาเนันทาราม จังหวัดปทุมธานี,” (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2548) , น.บทคัดย่อ.

ธรรม ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรมมีความพึงพอใจในการปฏิบัติธรรมในภาพรวมและรายด้าน คือ ด้านการมีส่วนร่วมจัดงานบรรยายธรรม และส่งเสริมการบำเพ็ญธรรม ด้านการปลูกฝังฝึกฝน ยกย่องคุณธรรมแก่ญาติธรรม ด้านการร่วมงานทำอาหารจัดเลี้ยงในการบรรยายธรรม และด้านการร่วมปฏิบัติพิธีกรรมสวดมนต์ไหว้พระและด้านการช่วยเหลือผู้ประสบเคราะห์ภัย ไปเยี่ยมไข้ อนุเคราะห์คนทุกข์ยาก และไว้อาลัยผู้ตาย อยู่ในระดับมาก ปัจจัยด้านภูมิลำเนาและการศึกษามีผลทำให้ความพึงพอใจในการปฏิบัติแตกต่างกัน ส่วนปัจจัยด้านเพศและสถานภาพสมรสไม่มีผลต่อความพึงพอใจในการปฏิบัติธรรม¹⁴⁹

จากการศึกษาวิจัยนี้ แสดงให้เห็นว่า ปัจจัยด้านภูมิลำเนาและด้านการศึกษามีผลต่อความตระหนักด้านคุณธรรมของประชาชน ซึ่งเป็นข้อบ่งชี้ได้ว่า ภูมิลำเนาอาจจะมีสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกัน มีกระบวนการถ่ายทอดความตระหนักในคุณธรรมที่แตกต่างกัน หรืออาจมีระดับความตระหนักในคุณธรรมที่แตกต่างกัน เป็นผลทำให้ประชาชนมีความตระหนักในคุณธรรมที่แตกต่างกัน ประกอบกับระดับการศึกษาที่ต่างกันอาจมีส่วนให้แนวคิด โลกทัศน์ หรือวิธีการดำเนินชีวิตแตกต่างกัน ส่งผลถึงความตระหนักในด้านคุณธรรมด้วย ภาวะเช่นนี้สะท้อนให้องค์กรต่าง ๆ ที่มุ่งส่งเสริมด้านคุณธรรมให้ความสำคัญกับครอบครัว ชุมชนหรือสภาพแวดล้อมของชุมชนมากขึ้น และมุ่งให้ความสำคัญเกี่ยวกับการศึกษาควบคู่กันไปด้วย

พระมหานงค์ อับไพ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “คำสอนเรื่องกฎแห่งกรรมกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของคุณแม่สิริ กรินชัย” ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งการศึกษาออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1) ด้านเอกสาร พบว่า คุณแม่สิริ กรินชัย ได้อธิบายการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐานสูตร โดยเน้นการกำหนดอิริยาบถปัจจุบัน การเดินจงกรม และการนั่งสมาธิ ส่วนในด้านคำสอนเรื่องกฎแห่งกรรม พบว่า คุณแม่สิริ กรินชัย ได้อธิบายหลักกรรมในระดับพื้นฐานที่สอนกันอยู่ทั่วไป โดยเน้นอธิบายกฎแห่งกรรมที่มาปรากฏในขณะปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และมีการจัดกิจกรรม เช่น การบรรยายธรรม พิธีแสดงความกตัญญู และการกล่าววอโหสิกรรมต่อกัน เพื่อให้ผู้ปฏิบัติเกิดความเมตตาและปรารถนาดีต่อผู้อื่น มีความสำนึกในบาปบุญคุณโทษมากขึ้น

2) ด้านภาคสนาม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีระดับความเชื่อที่เปลี่ยนแปลงไปในทางที่สูงขึ้นหลังการปฏิบัติธรรม ซึ่งในแบบสอบถามพบว่า ผู้ปฏิบัติธรรมเข้าใจหลักการปฏิบัติเพิ่มขึ้น

¹⁴⁹ สมพร รัตนละออ, “ความตระหนักในคุณธรรมและความพึงพอใจในการปฏิบัติธรรมตามแนวการฟื้นฟูพุทธจิตของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิคุณธรรมนำใจร่วม ตลาดน้ำ อำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี,” (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชบุรี, 2547), น.บทคัดย่อ.

แต่เมื่อถามหลักการปฏิบัติที่สูงขึ้น ผู้ปฏิบัติธรรมกลับมีความเข้าใจในระดับปานกลาง ผู้ปฏิบัติส่วนใหญ่เห็นว่าหลักสูตรนี้ มีความเหมาะสมกับตนเองและอยากให้ผู้อื่นมาปฏิบัติตาม ส่วนในเรื่องกฎแห่งกรรม พบว่า ผู้ปฏิบัติมีทัศนคติที่เห็นด้วยเพิ่มขึ้น มีความเข้าใจเรื่องกฎแห่งกรรมเพิ่มขึ้น หลังการปฏิบัติธรรมไปแล้วมีความตั้งใจที่จะงดเว้นจากการทำชั่วต่างๆ

ผลการวิจัยดังกล่าว สรุปว่า คำสอนเรื่องกฎแห่งกรรมกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของคุณแม่สิริ กรินชัย มีประโยชน์ต่อสังคมเป็นอย่างมาก ผู้ปฏิบัติมีความสุขและสงบมากขึ้น เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น อันจะส่งผลดีต่อตนเองและการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างมีความสุข¹⁵⁰

จากผลการศึกษานี้ สะท้อนให้เห็นว่า ประชาชนทั่วไป เมื่อได้สัมผัสกับแนวทางการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง มีกระบวนการสอนที่ดี มีวิทยากรหรือครูที่มีคุณภาพ ย่อมทำให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รับประโยชน์ เมื่อได้รับประโยชน์แล้วก็มีความปรารถนาดีต่อผู้อื่น อยากให้ผู้อื่นเข้ามาปฏิบัติธรรมอย่างตนบ้าง การส่งเสริมการปฏิบัติธรรมกับคนหนึ่งกลุ่มจึงมีคุณค่ากับคนอีกมากมายในสังคม ที่สำคัญหลักคำสอนอย่างหนึ่ง ซึ่งควรมีการสอนกันอย่างชัดเจนและจริงจัง เพื่อให้ประชาชนได้มีความรู้ที่แท้จริงและตระหนักรู้เสมอก็คือ เรื่องกฎแห่งกรรมนั่นเอง

สรุปว่า งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมดนี้มีความสอดคล้องกับศึกษาวิจัยเรื่อง “การพัฒนาโครงการปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญ : กรณีศึกษาวัดเอก อำเภอกะแสสินธุ์ จังหวัดสงขลา” ในหลายประเด็น ทั้งในด้านการประเมินโครงการ ซึ่งสามารถพิจารณาบางแง่มุมมาเป็นแนวทางในการประเมินในการศึกษาวิจัยนี้ได้ เช่น ด้านบุคลากร ด้านวิธีการดำเนินงาน ด้านกิจกรรม และด้านปัจจัยแวดล้อมอื่น ๆ ที่สำคัญ งานวิจัยเหล่านี้ มีความสอดคล้องกับงานวิจัยซึ่งผู้วิจัยทำการศึกษาในเรื่องของแนวทางการพัฒนาโครงการ ซึ่งสามารถนำข้อดี ข้อด้อย หรือประสิทธิภาพของโครงการต่าง ๆ มาเป็นแบบอย่างในการวางกรอบในการพัฒนาได้ เช่น ด้านเนื้อหาหลักสูตรโครงการ ที่ควรให้ความสำคัญกับหลักธรรมขั้นพื้นฐานที่ฆราวาสสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นต้น

¹⁵⁰ พระมหานงค์ อับไพ, “คำสอนเรื่องกฎแห่งกรรมกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของคุณแม่สิริ กรินชัย,” (วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2546), น.บทคัดย่อ.