

ชื่อคุณิพนธ์ : การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ สร้างสติหยั่งรู้ ลดดมมการ
ในการปรับบุคลิกภาพ

ผู้วิจัย : พระมหาสัจจวัฒน์ วชิรญาณ (ฉัตรไทยแสง)

ปริญญา : พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พุทธจิตวิทยา)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

: ผศ. ดร. สิริวัฒน์ ศรีเครือดง, พธ.บ. การบริหารการศึกษา,
M.A. Psychology, Ph.D. Psychology.

: พระราชสิทธิมนี วิ. (บุญชิต ญาณส่วโร), ดร., ป.ธ.๙,
พธ.ด. (พุทธศาสนา International Program),
ปร.ด. (ศาสนศึกษา International Program).

วันสำเร็จการศึกษา : ๑๔/กุมภาพันธ์/๒๕๖๑

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) เพื่อศึกษากระบวนการเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔
หลักสูตรของวิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส ๒) เพื่อทดลองใช้การเจริญวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ใน
การสร้างสติหยั่งรู้และการลดดมมการ ๓) เพื่อประเมินการปรับบุคลิกภาพจากการเจริญวิปัสสนาตาม
หลักสติปัฏฐาน ๔

วิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi-Experimental Method Research) เก็บรวบรวม
ข้อมูลโดยการสังเกต, การสอบถามสภาวะธรรมที่เกิดแก่กลุ่มตัวอย่างจากวิปัสสนาจารย์ผู้ดูแลโครงการ
และการตอบแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากกลุ่มตัวอย่าง คัดเลือกโดยวิธีสุ่มอย่างง่าย (simple
random sampling) คือผู้เป็นภิกษุและคฤหัสถ์ นิสิตหลักสูตรพุทธศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิปัสสนา
ภาวนา วิทยาเขตบาฬีศึกษาพุทธโฆส นครปฐม มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย รุ่นที่ ๑๒ ผู้
เข้ารับการอบรมวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ หลักสูตรภาคปฏิบัติ ๗ เดือน จากนั้นจึงนำ
ข้อมูลที่ได้รับมาทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์ และเรียบเรียงตามวัตถุประสงค์ ผลการวิจัยพบว่า

๑) การเจริญวิปัสสนา สร้างสติหยั่งรู้ได้

๑.๑) สติกำหนดรู้กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยที่อยู่ใน
ระดับมาก (S.D.= .93, sig. = .76)

๑.๒) จิตรู้สภาวะของกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยที่อยู่ใน
ระดับมาก (S.D.= 1.04, sig. = .299)

๑.๓) สติกำหนดรู้เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยที่อยู่ใน
ระดับมาก (S.D.= .88, sig. = .146)

๑.๔) สติกำหนดรู้จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยที่อยู่ใน
ระดับมาก (S.D.= 1.06, sig. = .568)

๑.๕) สติกำหนดรู้ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยที่อยู่ใน
ระดับมาก (S.D. = 1.36, sig. = .287)

๒) ผลของจิตอันเกิดจากการเจริญวิปัสสนาในการลดมมังการ

(๒.๑) พบว่าสติหยั่งรู้จดจ่ออยู่ในธรรม มีผลทำให้รับรู้สภาวะที่เป็นปรมาตม์ได้ ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยที่อยู่ในระดับมาก ($S.D.=.96$, $sig. = .45$) และการรับรู้สภาวะที่เป็นปรมาตม์สามารถทำให้มมังการลดลงหรือดับไปได้ ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยที่อยู่ในระดับมาก ($S.D.=1.34$, $sig. = .874$) อย่างไรก็ตาม การมีสติหยั่งรู้จดจ่ออยู่ในธรรม (X_1) มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับบุคลิกภาพแนวพุทธอยู่ในระดับต่ำ ($r = .25$) และการกำหนดรู้ปรมาตม์ธรรม (X_2) นั้นมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับบุคลิกภาพแนวพุทธอยู่ในระดับต่ำมาก ($r = .05$) ตามลำดับ ไม่สามารถมีผลต่อการปรับเปลี่ยนบุคลิกภาพได้โดยตรง

(๒.๒) พบว่าผลของการมีสติหยั่งรู้ทำให้รับรู้สภาวะที่เป็นปรมาตม์ได้ และการรับรู้สภาวะที่เป็นปรมาตม์สามารถทำให้มมังการลดลงหรือดับได้ นั่น มีสภาวะของจิตเป็นอุเบกขา ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยที่อยู่ในระดับมาก ($S.D.=.98$, $sig. = .575$)

๒.๓) พบว่าผลจากผู้ปฏิบัติมีสภาวะของจิตที่เป็นอุเบกขา ซึ่งหมายถึงสมาธิฐาน เป็นผลให้จิตบังเกิดปัญญาในความหมายของพุทธศาสนาขึ้น ความแตกต่างกันของคะแนนเฉลี่ยก่อน-หลังแล้วพบว่าทุกระดับมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การรับรู้สภาวะที่เป็นปรมาตม์ คือการเข้าใจสภาวะอย่างแจ่มแจ้งและปฏิบัติให้สอดคล้องกับกฎธรรมชาตินั้น โดยกระทำการที่เป็นเหตุ เมื่อทำอย่างถูกต้องที่ตัวเหตุปัจจัยแล้ว ให้เหตุปัจจัยทั้งหลายดำเนินไปในทางที่จะก่อผลดี ก็ปล่อยให้เหตุปัจจัยเป็นไปตามกฎธรรมชาติจนก่อผลของมันเอง (พระพรหมคุณาภรณ์, ๒๕๕๖) ตามหลักการนี้ ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง (สมาธิฐาน) เป็นแกนนำของความประพฤติปฏิบัติ เป็นส่วนสำคัญที่เรียกว่า สมาธิฐาน การเป็นอยู่ด้วยปัญญาทำให้ความประพฤติถูกต้อง

๓) สมาธิฐาน เป็นปัจจัยทำให้พฤติกรรมของบุคคลนั้นปรับเปลี่ยนไป เป็นผลให้บุคลิกภาพปรับเปลี่ยนตามไป คะแนนเฉลี่ยการเจริญวิปัสสนาเพื่อลดมมังการของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาภาวนาในด้านสภาวะของจิตที่เป็นอุเบกขา (X_3) มีความสัมพันธ์กับการปรับบุคลิกภาพบนฐานจิต ๖ (Y) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในระดับ 0.05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ .38 และ คะแนนเฉลี่ยการปรับบุคลิกภาพ $= 1.537 + 0.262X$

สมาธิฐานเป็นปัจจัยที่สามารถพิจารณาธรรมทั้งหลายด้วยใจที่เป็นกลางอย่างยิ่ง ไม่ถูกอารมณ์ใด ๆ ปรุงแต่ง จึงเข้าใจธรรมทั้งหลายตามความเป็นจริงที่มีความเป็นไปตามธรรมดาแห่งเหตุปัจจัยตามธรรมชาติ (สมภาร พรหมทา, ๒๕๓๔) ปัญญาที่ได้รับจากการเจริญวิปัสสนาคือ ความรู้ว่าคุณธรรมเป็นของตน เป็นเจ้าของการกระทำของตน จะต้องรับผิดชอบต่อผลแห่งกรรมนั้น ค่านิยมพื้นฐานของสมาธิฐานจึงทำให้เกิดความรับผิดชอบต่อการกระทำของตน มีความพากเพียรใช้ความสามารถและสติปัญญาของตนเอง รู้จักพึ่งพาตนเองไม่เบียดเบียนและช่วยเหลือผู้อื่น (พระพรหมคุณาภรณ์, ๒๕๕๖) ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ พฤติกรรม และบุคลิกภาพ