

บทที่ ๔

ผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษา เรื่อง การศึกษาปัจจัยจิตสังคมที่มีผลต่อการ
ใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรม ในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัด ฉะเชิงเทรา โดยใช้แบบสอบถาม
เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน ๔๐๐ ฉบับ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ
(Quantitative Research) ผู้ศึกษาได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์
วิเคราะห์สถิติสำเร็จรูป SPSS for Windows ๒๐ โดยได้ผลการวิจัยดังรายละเอียดตามหัวข้อต่อไปนี้

๔.๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจก
แจงความถี่และหาค่าร้อยละ (Percentage)

๔.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับระดับ ความเข้าใจหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้
ปฏิบัติธรรมใน มูลนิธิโพธิ์วัฒนา โดยการหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

๔.๓ ผลการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรม
ในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

๔.๔ ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตสังคม กับการใช้หลัก สติปั
ฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา

๔.๕ ผลวิเคราะห์การสัมภาษณ์เกี่ยวกับการใช้หลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรม
ในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยการสุ่มจากผู้ผ่านหลักสูตรวิปัสสนาพื้นฐาน ๗ วัน ที่กรอก
แบบสอบถามในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา

๔.๑ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ (Percentage)

ตารางที่ ๔.๑ แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามเพศ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	๖๐	๑๕.๐๐
หญิง	๓๔๐	๘๕.๐๐
รวม	๔๐๐	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔.๑ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนทั้งสิ้น ๔๐๐ คน ส่วนใหญ่เป็นผู้หญิงจำนวน ๓๔๐ คิดเป็นร้อยละ ๘๕ และผู้ชาย จำนวน ๖๐ คิดเป็นร้อยละ ๑๕.๐๐

ตารางที่ ๔.๒ แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามอายุ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า ๒๐ ปี	๔๔	๑๑.๐๐
๒๐-๓๐ ปี	๑๑๕	๒๘.๗๕
๓๑-๔๐ ปี	๗๗	๑๙.๒๕
๔๑-๕๐ ปี	๑๐๐	๒๕.๐๐
๕๑-๖๐ ปี	๔๓	๑๐.๗๕
๖๐ ปีขึ้นไป	๒๑	๕.๒๕
รวม	๔๐๐	๑๐๐.๐๐

จากตาราง ๔. ๒ พบว่า อายุของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีช่วงอายุ ๒๑ – ๓๐ ปี จำนวน ๑๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘. ๗๕ รองลงมาได้แก่ช่วงอายุ ๔๑-๕๐ ปี จำนวน ๑๐๐ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๕.๐๐ อายุ ๓๑-๔๐ ปี จำนวน ๗๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๙.๒๕ ช่วงอายุ ต่ำกว่า ๒๐ ปี จำนวน ๔๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๑ ๑.๐๐ อายุ ๕๑-๖๐ ปี จำนวน ๔๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐. ๗๕ และ อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป จำนวน ๒๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๕.๒๕ ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๓ แสดงจำนวนผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามสถานภาพ

สถานภาพ	จำนวน	ร้อยละ
โสด	๒๒๕	๕๖.๒๕
สมรส	๑๑๕	๒๘.๗๕
หย่าร้าง/แยกกันอยู่	๔๕	๑๑.๒๕
หม้าย	๑๕	๓.๗๕
รวม	๔๐๐	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔.๓ พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีสถานภาพโสด จำนวน ๒ ๒๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๕๖.๒๕ รองลงมา ได้แก่ สถานภาพสมรส จำนวน ๑ ๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๘.๗๕ สถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ จำนวน ๔๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๑.๒๕ และสถานภาพหม้าย จำนวน ๑๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๓.๗๕

ตารางที่ ๔.๔ แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	จำนวน	ร้อยละ
ประถมศึกษา	๔๓	๑๐.๗๕
มัธยมศึกษา	๘๔	๒๑.๐๐
อนุปริญญา	๓๗	๙.๒๕
ปริญญาตรี	๑๙๓	๔๘.๒๕
ปริญญาโท	๔๑	๑๐.๒๕
ปริญญาเอก	๒	๐.๕๐
รวม	๔๐๐	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔.๔ พบว่า การศึกษาขั้นสูงสุดผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จบการศึกษา ระดับปริญญาตรี จำนวน ๑ ๙๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๔๘.๒ ๕ รองลงมา ได้แก่ จบการศึกษา ระดับมัธยมศึกษา จำนวน ๘ ๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๑ .๐๐ จบการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน ๔๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐. ๗๕ จบการศึกษาระดับปริญญาโท จำนวน ๔ ๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐. ๒๕ จบการศึกษาระดับอนุปริญญา จำนวน ๓๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๙.๒๕ และจบการศึกษาระดับปริญญาเอก จำนวน ๒ คน คิดเป็น ร้อยละ ๐.๕๐

ตารางที่ ๔.๕ แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามอาชีพ

อาชีพ	จำนวน	ร้อยละ
นักเรียน/นักศึกษา	๕๕	๑๓.๗๕
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	๔๑	๑๐.๒๕
พนักงานเอกชน	๑๓๔	๓๓.๕๐
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	๙๘	๒๔.๕๐
เกษตรกร/รับจ้าง	๒๙	๗.๒๕
อื่นๆ	๔๓	๑๐.๗๕
รวม	๔๐๐	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔. ๕ พบว่าอาชีพของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นพนักงานเอกชน จำนวน ๑๓๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๓. ๕๐ รองลงมาเป็นอาชีพค้าขาย/ประกอบธุรกิจส่วนตัว จำนวน ๙๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๔.๕ ๐ นักเรียน/นักศึกษา จำนวน ๕ ๕ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๓. ๗๕ อาชีพอื่นๆ จำนวน ๔๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๗๕ ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ จำนวน ๔๑ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐.๒๕ และ เกษตรกร/รับจ้าง จำนวน ๒๙ คน คิดเป็นร้อยละ ๗.๒๕

ตารางที่ ๔.๖ แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามรายได้

รายได้	จำนวน	ร้อยละ
ต่ำกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท	๑๑๖	๒๙.๐๐
๑๐,๐๐๐-๒๐,๐๐๐ บาท	๑๒๔	๓๑.๐๐
๒๐,๐๐๑-๓๐,๐๐๐ บาท	๕๒	๑๓.๐๐
๓๐,๐๐๑-๔๐,๐๐๐ บาท	๔๘	๑๒.๐๐
๔๐,๐๐๑-๕๐,๐๐๐ บาท	๑๗	๔.๒๕
มากกว่า ๕๐,๐๐๐ บาท	๔๓	๑๐.๗๕
รวม	๓๘๔	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔. ๖ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มีรายได้ ๑๐,๐๐๐-๒๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๑๒๔ คน คิดเป็นร้อยละ ๓๑.๐๐ รองลงมาได้แก่ ต่ำกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๑๑ ๖ คน คิดเป็นร้อยละ ๒๙.๐๐ รายได้ ๒๐,๐๐๑-๓๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๕๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๓.๐๐ รายได้ ๓๐,๐๐๑-๔๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๔ ๘ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๒ .๐๐ รายได้มากกว่า ๕๐,๐๐๐

บาท จำนวน ๔๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๑๐. ๗๕ และรายได้ ๔๐,๐๐๑-๕๐,๐๐๐ บาท จำนวน ๑๗ คน คิดเป็นร้อยละ ๔.๒๕

ตารางที่ ๔.๗ แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนก ตามระยะเวลาเข้าปฏิบัติที่มูลนิธิโพธิ์วันฉา จ.ฉะเชิงเทรา

ระยะเวลา	จำนวน	ร้อยละ
มากกว่า ๕ ปี	๒๒	๕.๕๐
มากกว่า ๒ ปี - ๕ ปี	๑๑๗	๒๙.๒๕
มากกว่า ๑ ปี - ๒ ปี	๒๒๘	๕๗.๐๐
น้อยกว่า/เท่ากับ ๑ ปี	๓๓	๘.๒๕
รวม	๔๐๐	๑๐๐.๐๐

จากตารางที่ ๔.๗ แสดงจำนวนผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มาปฏิบัติธรรมที่มูลนิธิโพธิ์วันฉา จ.ฉะเชิงเทรา เป็นเวลามากกว่า ๑ ปี - ๒ ปี จำนวน ๒๒๘ คน คิดเป็น ร้อยละ ๕๗.๐๐ รองลงมาได้แก่ มากกว่า ๒ ปี - ๕ ปีจำนวน ๑๑๗ คิดเป็นร้อยละ ๒๙.๒๕ น้อยกว่า/เท่ากับ ๑ ปี จำนวน ๓๓ คน คิดเป็นร้อยละ ๘.๒๕ และ มากกว่า ๕ ปี เป็นจำนวน ๒๒ คน คิดเป็นร้อยละ ๕.๕๐

๔.๒ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางจังหวัดฉะเชิงเทราโดยการหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)

เกณฑ์ในการแปลความหมายของค่าเฉลี่ยแบ่งเป็น ๕ ระดับ ดังนี้
 ค่าเฉลี่ย ๔.๕๐-๕.๐๐ หมายถึง ความเข้าใจมากที่สุด
 ค่าเฉลี่ย ๓.๕๐-๔.๔๙ หมายถึง ความเข้าใจ มาก
 ค่าเฉลี่ย ๒.๕๐-๓.๔๙ หมายถึง ความเข้าใจปานกลาง
 ค่าเฉลี่ย ๑.๕๐-๒.๔๙ หมายถึง ความเข้าใจน้อย
 ค่าเฉลี่ย ๑.๐๐-๑.๔๙ หมายถึง ความเข้าใจน้อยที่สุด

ตารางที่ ๔.๘ แสดงผลการวิเคราะห์ความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ โดยภาพรวมของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉาง จังหวัดฉะเชิงเทรา

n = ๔๐๐

หลักปฏิบัติสติปัฏฐาน ๔	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความเข้าใจ	อันดับ
หมวดกายานุปัสสนา	๓.๖๒	๐.๖๘	มาก	๑
หมวดเวทนานุปัสสนา	๓.๕๐	๐.๗๙	มาก	๓
หมวดจิตตานุปัสสนา	๓.๔๔	๐.๗๘	ปานกลาง	๔
หมวดธัมมานุปัสสนา	๓.๕๗	๐.๘๐	มาก	๒
ค่าเฉลี่ยรวม	๓.๕๓	๐.๖๖	มาก	

จากตารางที่ ๔.๘ พบว่า ระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉาง จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = ๓.๕๓, S.D = ๐.๖๖) เมื่อพิจารณาเป็นรายหมวดแล้ว พบว่าอยู่ในระดับ มาก ๓ หมวด ได้แก่ หมวดกายานุปัสสนา ($\bar{X}$ = ๓.๖๒, S.D. = ๐.๖๘) หมวดธัมมานุปัสสนา ($\bar{X}$ = ๓.๕๗, S.D. = ๐.๘๐) และหมวดเวทนานุปัสสนา ($\bar{X}$ = ๓.๕๐, S.D.=๐.๗๙) ในขณะที่หมวดจิตตานุปัสสนาอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = ๓.๔๔, S.D.= ๐.๗๘)

ตารางที่ ๔.๙ แสดงผลการวิเคราะห์ความเข้าใจ ในหลัก สติปัฏฐาน ๔ หมวด กายานุปัสสนาในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา

n = ๔๐๐

หมวดกายานุปัสสนา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความเข้าใจ	อันดับ
๑.ในขณะที่ยืน ท่านยืนตัวตั้งตรง คอตรง ลืมตาเพียงครึ่งเดียว และทอดสายตาไปไกลประมาณ ๒-๓ เมตร	๓.๖๙	๑.๐๓	มาก	๕
๒.ในขณะที่ยืนอยู่ ท่านมีสติระลึกถึงการยืนตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า และบริกรรมในใจว่า "ยืนหนอ" ท่านรู้สึกตัวว่า ตนเองยืนอยู่จริงๆ	๓.๙๖	๑.๐๓	มาก	๑
๓.ในขณะที่ยืน จิตของท่านแนบแน่นกับความรู้สึกถึงอาการตั้งตรงของร่างกายควบคู่กับคำบริกรรม	๓.๖๘	๐.๙๙	มาก	๗
๔.ในขณะที่เดินอยู่ สายตาของท่านมองไกลประมาณ ๒-๓ เมตร และจิตของท่านจดจ่ออยู่ที่อาการเคลื่อนไหวของเท้าสติกำหนดรู้	๓.๗๗	๐.๙๑	มาก	๓
๕.ในขณะที่เดินอยู่ ท่านกล่าวคำบริกรรมกับอาการเคลื่อนไหวของเท้าสัมพันธ์กัน	๓.๙๖	๐.๙๐	มาก	๒
๖.ขณะที่เดินอยู่ ถ้ามีสภาวะธรรมอย่างอื่นที่ชัดเจนมากกว่าแทรกเข้ามา ท่านหยุดกำหนดอาการเดินชั่วคราว แล้วตั้งใจกำหนดอารมณ์ที่แทรกเข้ามานั้นจนดับ แล้วท่านค่อยกลับมากำหนดอาการเดินต่อ	๓.๖๐	๑.๐๔	มาก	๑๑
๗.ขณะที่เดินอยู่ ท่านเดินช้าๆ จิตใจจดจ่อ มีสติกำหนดรู้อย่างต่อเนื่อง	๓.๗๒	๐.๘๙	มาก	๔
๘.ในขณะที่นั่งอยู่ ท่านนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง คอตรง และมีสติระลึกถึงการเคลื่อนไหวของท้องพอง - ยุบ	๓.๖๓	๐.๙๑	มาก	๙

ตารางที่ ๔.๙ ต่อ

n = ๔๐๐

หมวดกายานุปัสสนา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความ เข้าใจ	อันดับ
๙.ในขณะที่นั่งอยู่ ท่านมีจิตใจจดจ่อและแนบชิดที่อาการ ขึ้นๆ ลงๆ ของท้องพอง-ยุบ	๓.๕๓	๐.๙๙	มาก	๑๒
๑๐.ในขณะที่นั่งอยู่ ขณะที่ท้องพองขึ้น ท่านกำหนด บริกรรมในใจว่า "พองหนอ" ขณะที่ท้องแฟบลง ท่าน กำหนด บริกรรมในใจว่า "ยุบหนอ"	๓.๖๖	๑.๑๐	มาก	๘
๑๑.ในขณะที่นั่งอยู่ ท่านรู้อาการพอง-ยุบ กับคำบริกรรม และสติระลึกรู้ สัมพันธ์กัน	๓.๖๘	๑.๐๔	มาก	๖
๑๒.ในขณะที่นั่งอยู่ ท่านไม่บังคับลมหายใจเข้า-ออก เพื่อ หวังจะกำหนดอาการพอง-ยุบ	๓.๖๒	๑.๑๑	มาก	๑๐
๑๓.ในขณะที่นอนอยู่ ท่านมีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้ใน อาการเคลื่อนไหวของร่างกาย	๓.๔๔	๑.๑๔	ปาน กลาง	๑๔
๑๔.ในขณะที่นอนกายลงเพื่อจะนอน ท่านกำหนดว่า "เอน หนอๆ" และขณะที่ข้อศอก สะโพก ศีรษะหรือส่วนใดของ ร่างกายสัมผัสพื้น ท่านกำหนดว่า "ถูกหนอๆ"	๓.๒๓	๑.๒๕	ปาน กลาง	๑๖
๑๕.ขณะที่นอนแบบตะแคงขวาหรือหงายขนานราบกับ พื้น ท่านกำหนดไว้ในใจว่า "นอนหนอๆ"	๓.๔๑	๑.๑๗	ปาน กลาง	๑๕
๑๖.ขณะที่ท่านเคลื่อนไหวร่างกายส่วนใดก็ตาม ท่าน กำหนด รู้อาการเคลื่อนไหวนั้นๆ พร้อมกล่าวคำบริกรรม ในใจสัมพันธ์กับอาการเคลื่อนไหวนั้นๆ	๓.๔๗	๑.๐๔	ปาน กลาง	๑๓
ค่าเฉลี่ยรวม	๓.๖๒	๐.๖๘	มาก	

จากตารางที่ ๔.๙ พบว่าความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ หมวดกายานุปัสสนาของผู้
ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉา จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = ๓.๖๒, S.D.
= ๐.๖๘) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่าอยู่ในระดับ มากจำนวน ๑๒ ข้อ เรียงลำดับจากมากไป
หาน้อยดังนี้ ในขณะที่ยืนอยู่ท่านมีสติระลึกรู้อาการยืนตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้า และบริกรรมในใจว่า
“ยืนหนอ” ท่านรู้สึกตัวว่าตนเองยืนอยู่จริงๆ ($\bar{X}$ = ๓.๙๖, S.D. = ๑.๐๓) ในขณะที่เดินอยู่ ท่าน

กล่าวคำบริกรรมกับอาการเคลื่อนไหวของ เท้าสัมพันธ์กัน ($\bar{X} = 3.56$, S.D. = 0.50) ในขณะที่เดิน อยู่ สายตาของท่านมองไกลประมาณ 2-3 เมตร และจิตของท่านจดจ่ออยู่ที่อาการเคลื่อนไหวของเท้า สติกำหนดรู้ ($\bar{X} = 3.77$, S.D. = 0.51) ขณะที่เดินอยู่ ท่านเดินช้าๆ จิตใจจดจ่อ มีสติกำหนดรู้ อย่างต่อเนื่อง ($\bar{X} = 3.72$, S.D. = 0.55) ในขณะที่ยืน ท่านยืนตัวตั้งตรง คอตรง ลืมตาเพียงครึ่ง เดียว และทอดสายตาไปไกลประมาณ 2-3 เมตร ($\bar{X} = 3.65$, S.D. = 1.03) ในขณะที่นั่งอยู่ ท่าน รู้อาการพอง-ยุบกับคำบริกรรม และสติระลึกรู้สัมพันธ์กัน ($\bar{X} = 3.68$, S.D. = 1.04) ในขณะที่ยืน จิตของท่านแนบแน่นกับความรู้สึกถึงอาการตั้งตรงของร่างกายควบคู่กับคำบริกรรม ($\bar{X} = 3.68$, S.D. = 0.55) ในขณะที่นั่งอยู่ ขณะที่ท้องพองขึ้น ท่านกำหนดบริกรรมในใจว่า "พองหนอ" ขณะที่ ท้องแฟบลง ท่านกำหนดบริกรรมในใจว่า "ยุบหนอ" ($\bar{X} = 3.66$, S.D. = 1.10) ในขณะที่นั่งอยู่ ท่านนั่งขัดสมาธิ ตั้งกายตรง คอตรง และมีสติระลึกรู้อาการเคลื่อนไหวของท้องพอง - ยุบ ($\bar{X} = 3.63$, S.D. = 0.51) ในขณะที่นั่งอยู่ ท่านไม่บังคับลมหายใจเข้า-ออก เพื่อหวังจะกำหนดอาการ พอง-ยุบ ($\bar{X} = 3.62$, S.D. = 1.11) ขณะที่เดินอยู่ ถ้ามีสภาวะธรรมอย่างอื่นที่ชัดเจนมากกว่าแทรก เข้ามา ท่านหยุดกำหนดอาการเดินชั่วคราว แล้วตั้งใจกำหนดอารมณ์ที่แทรกเข้ามานั้นจนดับ แล้วท่าน ค่อยกลับมากำหนดอาการเดิน ต่อ ($\bar{X} = 3.60$, S.D. = 1.04) ในขณะที่นั่งอยู่ ท่านมีจิตใจจดจ่อ และแนบชิดที่อาการขึ้นๆ ลงๆ ของท้องพอง-ยุบ ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = 0.55) ตามลำดับ

และอยู่ในระดับปานกลาง ๔ ข้อ เรียงลำดับมากไปหาน้อย ได้ดังนี้ ขณะที่ท่านเคลื่อนไหว ร่างกายส่วนใดก็ตาม ท่านกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวนั้นๆ พร้อมกล่าวคำบริกรรมในใจสัมพันธ์กับ อาการเคลื่อนไหวนั้นๆ ($\bar{X} = 3.47$, S.D. = 1.04) ในขณะที่นั่งอยู่ ท่านมีสติสัมปชัญญะกำหนดรู้ ในอาการเคลื่อนไหวของร่างกาย ($\bar{X} = 3.44$, S.D. = 1.14) ขณะที่นอนแบบตะแคงขวาหรือหงาย ขนานราบกับพื้น ท่านกำหนดไว้ในใจว่า "นอนหนอๆ" ($\bar{X} = 3.41$, S.D. = 1.17) ในขณะเอนกาย ลงเพื่อจะนอน ท่านกำหนดว่า "เอนหนอๆ" และขณะที่ข้อศอก สะโพก ศีรษะ หรือส่วนใดของร่างกาย สัมผัสพื้น ท่านกำหนดว่า "ถูกหนอๆ" ($\bar{X} = 3.23$, S.D. = 1.25) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๑๐ แสดงผลการวิเคราะห์ความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ หมวดเวทนา นุปัสสนาของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉา จังหวัด ฉะเชิงเทรา

n = ๔๐๐

หมวดเวทนานุปัสสนา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความเข้าใจ	อันดับ
๑๗.ขณะที่เกิดอาการปวด ท่านกำหนด "ปวดหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	๓.๘๒	๑.๐๔	มาก	๑
๑๘.ขณะที่เกิดอาการชา ท่านกำหนด "ชาหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	๓.๖๘	๑.๑๑	มาก	๒
๑๙.ขณะที่เกิดอาการคัน ท่านกำหนด "คันหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	๓.๕๙	๑.๑๓	มาก	๓
๒๐.ท่านสามารถกำหนดสติในอิริยาบถต่างๆได้ตามเวลาที่กำหนด	๓.๓๙	๑.๐๖	ปานกลาง	๕
๒๑.ขณะที่ทุกขเวทนาเกิดขึ้น ท่านวางใจเป็นกลางและเฝ้าดูอย่างมีสติ และกำหนดตรงตามอาการที่ปรากฏ	๓.๓๘	๑.๑๐	ปานกลาง	๖
๒๒.ขณะที่ร่างกายเกิดความเบาสบาย ท่านกำหนด "เบาหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	๓.๓๕	๑.๒๓	ปานกลาง	๗
๒๓.ขณะที่เกิดความสุขใจ ท่านกำหนด "สุขหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	๓.๔๙	๑.๒๒	ปานกลาง	๔
๒๔.ขณะที่สุขเวทนาเกิดขึ้น ท่านวางใจเป็นกลางและเฝ้าดูอย่างมีสติ และกำหนดตรงตามอาการที่ปรากฏ	๓.๓๕	๑.๐๖	ปานกลาง	๘
ค่าเฉลี่ยรวม	๓.๕๐	๐.๗๙	มาก	

จากตารางที่ ๔.๑๐ พบว่าความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ หมวดเวทนานุปัสสนาของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉา จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}$ = ๓.๕๐, S.D. = ๐.๗๙) เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่าอยู่ในระดับมาก ๓ ข้อ เรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ขณะที่เกิดอาการปวด ท่านกำหนด "ปวดหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X}$ = ๓.๘๒, S.D. = ๑.๐๔) .ขณะที่เกิดอาการชา ท่านกำหนด "ชาหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X}$ = ๓.๖๘, S.D. = ๑.๑๑) ขณะที่เกิดอาการคัน ท่านกำหนด "คันหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X}$ = ๓.๕๙, S.D. = ๑.๑๓)

และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน ๔ ข้อ เรียงลำดับมากไปหาน้อย ได้ดังนี้ ขณะที่เกิดความสุขใจ ท่านกำหนด "สุขหนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.45$, S.D. = 1.22) ท่านสามารถกำหนดสติในอิริยาบถต่างๆ ได้ตามเวลาที่กำหนด ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = 1.06) ขณะที่ทุกขเวทนา เกิดขึ้น ท่านวางใจเป็นกลาง และเฝ้าดูอย่างมีสติ และกำหนด ตรงตามอาการ ที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.38$, S.D. = 1.10) ขณะที่ร่างกายเกิดความเบาสบาย ท่านกำหนด "เบาหนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.35$, S.D. = 1.23) ขณะที่สุขเวทนาเกิดขึ้น ท่านวางใจเป็นกลาง และเฝ้าดูอย่างมีสติ และกำหนดตรงตามอาการที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.35$, S.D. = 1.06) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๑๑ แสดงผลการวิเคราะห์ความเข้าใจ ในหลัก สติปัฏฐาน ๔ หมวด จิตตานุปัสสนาของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางจังหวัดฉะเชิงเทรา

n = ๔๐๐

หมวดจิตตานุปัสสนา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความ เข้าใจ	อันดับ
๒๕.ขณะที่จิตฟุ้งซ่าน ท่านกำหนด "ฟุ้งซ่านหนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.48	1.02	ปาน กลาง	3
๒๖.ขณะที่จิตหุดหิด ท่านกำหนด "หุดหิดหนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.42	1.09	ปาน กลาง	5
๒๗.ขณะที่จิตเกิดความรำคาญ ท่านกำหนด "รำคาญ หนอย"ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.49	0.99	ปาน กลาง	2
๒๘.ขณะที่จิตสงบ ท่านกำหนด "สงบหนอย" ถูกต้องตาม สภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.42	0.99	ปาน กลาง	6
๒๙.ขณะที่จิตซึมเซา ท่านกำหนด "ซึมหนอย" ถูกต้องตาม สภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.31	1.03	ปาน กลาง	8
๓๐.ขณะที่จิตเกิดความโลภ ท่านกำหนด "โลภหนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.39	0.96	ปาน กลาง	7
๓๑.ขณะที่จิตเกิดความโกรธ ท่านกำหนด "โกรธหนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.48	0.98	ปาน กลาง	4
๓๒.ขณะที่จิตความกำหนัด ท่านกำหนด "กำหนัดหนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.50	0.96	มาก	1
ค่าเฉลี่ยรวม	3.44	0.98	ปาน กลาง	

จากตารางที่ ๔.๑๑ พบว่าความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ หมวดจิตตานุปัสสนาของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่าอยู่ในระดับ มาก ๑ ข้อ ได้แก่ ขณะที่จิตความกำหนด ท่านกำหนด "กำหนดหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.50$, S.D. = 0.56) และอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน ๗ ข้อ เรียงลำดับมากไปหาน้อย ได้ดังนี้ ขณะที่จิตเกิดความรำคาญ ท่านกำหนด "รำคาญหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.49$, S.D. = 0.55) ขณะที่จิตฟุ้งซ่าน ท่านกำหนด "ฟุ้งซ่านหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = 0.52) ขณะที่จิตเกิดความโกรธ ท่านกำหนด "โกรธหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.48$, S.D. = 0.55) ขณะที่จิตหงุดหงิด ท่านกำหนด "หงุดหงิดหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.42$, S.D. = 0.55) ขณะที่จิตสงบ ท่านกำหนด "สงบหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.42$, S.D. = 0.55) ขณะที่จิตเกิดความโลภ ท่านกำหนด "โลภหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = 0.56) ขณะที่จิตขี้เม้า ท่านกำหนด "ขี้เม้าหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ ($\bar{X} = 3.31$, S.D. = 0.53) ตามลำดับ

ตารางที่ ๔.๑๒ แสดงผลการวิเคราะห์ความเข้าใจ ในหลัก สติปัฏฐาน ๔ หมวด ธรรมานุปัสสนาของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา

หมวดธรรมานุปัสสนา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความเข้าใจ	อันดับ
๓๓.ขณะที่เกิดอาการง่วงนอน ท่านกำหนด "ง่วงหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.62	0.11	มาก	๒
๓๔.ขณะที่เกิดความยินดีพอใจในกาม ท่านกำหนด "ยินดีหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.55	0.04	มาก	๖
๓๕.ขณะที่เกิดความฟุ้งซ่านเดือดร้อนใจ ท่านกำหนด "ฟุ้งซ่านหนอๆ" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ	3.60	0.55	มาก	๓
๓๖.ขณะที่ท่านเห็นสิ่งใดก็ตาม ท่านกำหนดว่า "เห็นหนอๆ" โดยกำหนดเพียงอาการเงาๆกลางๆของรูป	3.48	0.11	ปานกลาง	๘
๓๗.ขณะที่อยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม ขณะที่ท่านได้ยินเสียงใดก็ตาม ท่านกำหนดว่า "เสียงหนอๆ" โดยกำหนดเพียงแค่อาการที่ได้ยินเสียงเท่านั้น	3.57	0.00	มาก	๔

ตารางที่ ๔.๑๒ ต่อ

n = ๔๐๐

หมวดหมู่มานุษยวิทยา	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความ เข้าใจ	อันดับ
๓๘.ขณะที่อยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม ขณะที่ท่านได้กลิ่น ของสิ่งใดก็ตาม ท่านกำหนดว่า "กลิ่นหนอย" โดย กำหนด ขณะที่จมูกรับรู้กลิ่นในขั้นแรกๆ โดยมิได้ แยกแยะว่าหอมหรือเหม็น	๓.๕๓	๑.๐๖	มาก	๗
๓๙.ขณะที่ท่านรับประทานอาหาร ขณะที่ลิ้นรับรส ของอาหาร ท่านกำหนดว่า "รสหนอย" โดยกำหนด เพียงแค่ว่า รสเท่านั้นไม่ได้แยกแยะว่า เผ็ดหรือเค็ม เป็นต้น	๓.๕๕	๑.๑๑	มาก	๕
๔๐.ขณะที่กายของท่านถูกต้องสัมผัสกับสิ่งใดก็ตาม ท่านกำหนดว่า "ถูกหนอย" โดยกำหนดที่กาย ประสาทกระทบสัมผัสในขณะนั้นๆ เช่น ขณะร้อน กำหนดว่า "ร้อนหนอย"	๓.๖๗	๑.๐๕	มาก	๑
ค่าเฉลี่ยรวม	๓.๕๗	๐.๘๐	มาก	

จากตารางที่ ๔.๑๒ พบว่าความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน หมวดธัมมมานุสสนาของผู้ปฏิบัติ
ธรรมในมูลนิธิโพธิธรรมาลังกาจังหวัดฉะเชิงเทราโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อแล้ว พบว่า
อยู่ในระดับมาก ๗ ข้อ โดยเรียงลำดับจากมากไปหาน้อยได้ดังนี้ ขณะที่กายของท่านถูกต้องสัมผัสกับสิ่งใด
ก็ตามท่านกำหนดว่า "ถูกหนอย" โดยกำหนดที่กายประสาทกระทบสัมผัสในขณะนั้นๆ เช่น ขณะร้อนกำหนด
ว่า "ร้อนหนอย" ($\bar{X} = ๓.๖๗, S.D. = ๑.๐๕$) ขณะที่เกิดอาการง่วงนอน ท่านกำหนด "ง่วงหนอย" ถูกต้องตาม
สภาวะธรรมที่ปรากฏ $\bar{X} = ๓.๖๒, S.D. = ๑.๑๑$) ขณะที่เกิดความฟุ้งซ่านเดือดร้อนใจ ท่านกำหนด "ฟุ้งซ่าน
หนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ $\bar{X} = ๓.๖๐, S.D. = ๐.๙๙$) ขณะที่อยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม ขณะที่
ท่านได้ยินเสียงใดก็ตาม ท่านกำหนดว่า "เสียงหนอย" โดยกำหนดเพียงแค่ว่าการที่ได้ยินเสียงเท่านั้น ($=$
 $๓.๕๗, S.D. = ๑.๐๐$) ขณะที่ท่านรับประทานอาหาร ขณะที่ลิ้นรับรสของอาหาร ท่านกำหนดว่า "รสหนอย"
โดยกำหนดเพียงแค่ว่ารสเท่านั้น ไม่ได้แยกแยะว่าเผ็ดหรือเค็ม เป็นต้น ($\bar{X} = ๓.๕๕, S.D. = ๑.๑๑$) ขณะที่เกิด
ความยินดีพอใจในกาม ท่านกำหนด "ดีหนอย" ถูกต้องตามสภาวะธรรมที่ปรากฏ $\bar{X} = ๓.๕๕, S.D. =$
 ๑.๐๔) ขณะที่อยู่ในอิริยาบถใดก็ตาม ขณะที่ท่านได้กลิ่นของสิ่งใดก็ตาม ท่านกำหนดว่า "กลิ่นหนอย" โดย
กำหนดขณะที่จมูกรับรู้กลิ่นในขั้นแรกๆ โดยมิได้แยกแยะว่าหอมหรือเหม็น ($= ๓.๕๓, S.D. = ๑.๐๖$)

และอยู่ในระดับปานกลางจำนวน ๑ ข้อ และเป็นข้อที่ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความเข้าใจมี
ค่าเฉลี่ยต่ำสุด คือขณะที่ท่านเห็นสิ่งใดก็ตาม ท่านกำหนดว่า "เห็นหนอย" กำหนดเพียงอาการเงาๆ
ของรูป ($\bar{X} = ๓.๔๘, S.D. = ๑.๑๑$)

๔.๓ ผลการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ตารางที่ ๔.๑๓ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่า p-value ของการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจใน สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามเพศ โดยวิธี t - test

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรม	เพศ ($\bar{X}$)		t	p-value
	ชาย (n = ๖๐)	หญิง (n = ๓๔๐)		
กายนุสสนา	๓.๕๖	๓.๖๓	-๐.๗๓	๐.๔๖๔
เวทนานุสสนา	๓.๓๔	๓.๕๓	-๑.๗๕	๐.๐๘๐
จิตตานุสสนา	๓.๕๙	๓.๔๑	๑.๖๙	๐.๐๙๒
ธัมมานุสสนา	๓.๕๕	๓.๕๗	-๐.๒๔	๐.๘๐๗
รวม	๓.๕๑	๓.๕๔	-๐.๒๙	๐.๗๗๔

จากตารางที่ ๔.๑ ๓ ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความเข้าใจใน สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามเพศ โดย รวม พบว่าค่า p-value มีค่าเท่ากับ ๐.๗๗๔ ซึ่งมีค่ามากกว่า ๐.๐๕ แสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมที่มีเพศ แตกต่างกัน มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่ไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทั้งเพศชาย และเพศหญิงมีความเข้าใจในหลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดที่ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๔ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่า p-value ของการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามอายุ โดยการทดสอบค่า F

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรม	อายุ ($\bar{X}$)						F	p-value
	ต่ำกว่า ๒๐ ปี n=๔๔	๒๐ ปี - ๓๐ ปี n=๑๑๕	๓๑ ปี - ๔๐ ปี n=๗๗	๔๑ ปี - ๕๐ ปี n=๑๐๐	๕๑ ปี - ๖๐ ปี n=๔๓	๖๐ ปีขึ้นไป n=๒๑		
กายนุสสนา	๓.๕๐	๓.๖๓	๓.๕๓	๓.๗๗	๓.๕๔	๓.๖๗	๑.๗๐	๐.๑๓๓
เวทนานุสสนา	๓.๓๗	๓.๕๙	๓.๓๗	๓.๖๕	๓.๓๘	๓.๓๙	๑.๙๙	๐.๐๘๐
จิตตานุสสนา	๓.๒๑	๓.๕๘	๓.๐๙	๓.๕๘	๓.๕๑	๓.๕๖	๕.๗๓	๐.๐๐๐**
ธัมมานุสสนา	๓.๒๗	๓.๘๑	๓.๓๘	๓.๕๑	๓.๖๕	๓.๖๘	๔.๖๑	๐.๐๐๐**
รวม	๓.๓๔	๓.๖๕	๓.๓๔	๓.๖๓	๓.๕๒	๓.๕๗	๓.๓๒	๐.๐๐๖**

**หมายถึง มีนัยสำคัญในสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๔ ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามอายุ โดยรวม พบว่าค่า p-value มีค่าเท่ากับ ๐.๐๐๖ ซึ่งมีค่าน้อยกว่า ๐.๐๕ แสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมที่มีอายุ แตกต่างกัน มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑ และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านด้าน พบว่า อายุที่แตกต่างกันทำให้มีระดับความเข้าใจในจิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑ ในขณะที่กายานุปัสสนา และเวทนา นุปัสสนาไม่มีความแตกต่างกัน

เนื่องจากผู้ปฏิบัติธรรมที่มีอายุแตกต่างกัน มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่แตกต่างกัน จึงต้องไปเปรียบเทียบเชิงซ้อนด้วยวิธี LSD ดังแสดงในตาราง ที่ ๔.๑๕

ตารางที่ ๔.๑๕ ค่า p-value ของผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความเข้าใจใน สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทราที่มีอายุแตกต่างกัน เป็นรายคู่ โดยวิธี LSD

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรม	อายุ	$\bar{X}$	p-value					
			๑	๒	๓	๔	๕	๖
จิตตานุปัสสนา	๑. ต่ำกว่า ๒๐ ปี	๓.๒๑	-	๐.๐๐๗**	๐.๓๗๗	๐.๐๐๘**	๐.๐๗๐	๐.๐๘๖
	๒. ๒๐ ปี – ๓๐ ปี	๓.๕๘		-	๐.๐๐๐**	๐.๙๘๖	๐.๖๐๓	๐.๙๑๒
	๓. ๓๑ ปี – ๔๐ ปี	๓.๐๙			-	๐.๐๐๐**	๐.๐๐๔**	๐.๐๑๒*
	๔. ๔๑ ปี – ๕๐ ปี	๓.๕๘				-	๐.๖๒๐	๐.๙๒๑
	๕. ๕๑ ปี – ๖๐ ปี	๓.๕๑					-	๐.๘๐๒
	๖. ๖๐ ปีขึ้นไป	๓.๕๖						-
ธัมมานุปัสสนา	๑. ต่ำกว่า ๒๐ ปี	๓.๒๗	-	๐.๐๐๐**	๐.๔๖๑	๐.๐๙๔	๐.๐๒๓*	๐.๐๕๑
	๒. ๒๐ ปี – ๓๐ ปี	๓.๘๑		-	๐.๐๐๐**	๐.๐๐๖**	๐.๒๗๒	๐.๔๘๖
	๓. ๓๑ ปี – ๔๐ ปี	๓.๓๘			-	๐.๒๗๘	๐.๐๖๗	๐.๑๒๓
	๔. ๔๑ ปี – ๕๐ ปี	๓.๕๑				-	๐.๓๑๒	๐.๓๖๙
	๕. ๕๑ ปี – ๖๐ ปี	๓.๖๕					-	๐.๙๐๖
	๖. ๖๐ ปีขึ้นไป	๓.๖๘						-
รวม	๑. ต่ำกว่า ๒๐ ปี	๓.๓๔	-	๐.๐๐๗**	๐.๙๙๒	๐.๐๑๕*	๐.๑๙๖	๐.๑๓๔
	๒. ๒๐ ปี – ๓๐ ปี	๓.๖๕		-	๐.๐๐๑**	๐.๗๘๒	๐.๒๖๐	๐.๖๑๗
	๓. ๓๑ ปี – ๔๐ ปี	๓.๓๔			-	๐.๐๐๔**	๐.๑๔๘	๐.๑๔๖
	๔. ๔๑ ปี – ๕๐ ปี	๓.๖๓				-	๐.๓๗๐	๐.๗๓๗
	๕. ๕๑ ปี – ๖๐ ปี	๓.๕๒					-	๐.๗๕๖
	๖. ๖๐ ปีขึ้นไป	๓.๕๗						-

* หมายถึง มีนัยสำคัญในสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

** หมายถึง มีนัยสำคัญในสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

ตารางที่ ๔.๑๖ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่า p-value ของการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตาม สถานภาพ โดยการทดสอบค่า F

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรม	สถานภาพ ($\bar{X}$)				F	p-value
	โสด (n=๒๒๕)	สมรส (n=๑๑๕)	หย่าร้าง/ แยกกันอยู่ (n=๔๕)	หม้าย (n=๑๕)		
กายนุสสนา	๓.๖๑	๓.๖๕	๓.๖๐	๓.๗๘	๐.๓๖	๐.๗๘๑
เวทนานุสสนา	๓.๕๒	๓.๔๗	๓.๕๖	๓.๔๕	๐.๑๘	๐.๙๑๐
จิตตานุสสนา	๓.๔๕	๓.๔๑	๓.๔๑	๓.๔๗	๐.๑๒	๐.๙๕๑
ธัมมานุสสนา	๓.๕๖	๓.๕๖	๓.๕๙	๓.๖๘	๐.๑๓	๐.๙๔๕
รวม	๓.๕๓	๓.๕๒	๓.๕๔	๓.๕๙	๐.๐๖	๐.๙๘๓

จากตารางที่ ๔.๑๖ ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามสถานภาพ โดยรวมพบว่าค่า p-value มีค่าเท่ากับ ๐.๙๘๓ ซึ่งมีค่ามากกว่า ๐.๐๕ แสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมที่มี สถานภาพแตกต่างกัน มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่ไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า สถานภาพโสด สมรส หย่าร้าง/แยกกันอยู่ และหม้าย มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๑๗ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่า p-value ของการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตาม ระดับการศึกษา โดยการทดสอบค่า F

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรม	ระดับการศึกษา ($\bar{X}$)						F	p-value
	ประถมศึกษา n=๔๓	มัธยมศึกษา n=๘๔	อนุปริญา n=๓๗	ปริญญาตรี n=๑๙๓	ปริญญาโท n=๔๑	ปริญญาเอก n=๒		
กายนุสสนา	๓.๕๓	๓.๖๘	๓.๕๑	๓.๖๒	๓.๗๖	๓.๓๑	๐.๙๓	๐.๔๕๙
เวทนานุสสนา	๓.๖๑	๓.๕๓	๓.๒๘	๓.๔๙	๓.๖๓	๓.๑๓	๑.๐๗	๐.๓๗๖
จิตตานุสสนา	๓.๕๘	๓.๕๐	๓.๒๙	๓.๓๖	๓.๖๖	๒.๗๕	๒.๐๐	๐.๐๗๗
ธัมมานุสสนา	๓.๘๐	๓.๕๔	๓.๓๖	๓.๕๓	๓.๘๒	๒.๓๘	๓.๑๖	๐.๐๐๘**
รวม	๓.๖๓	๓.๕๖	๓.๓๖	๓.๕๐	๓.๗๒	๒.๘๙	๑.๘๖	๐.๑๐๐

**หมายถึง มีนัยสำคัญในสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๑๗ ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตาม ระดับการศึกษา

โดยรวม พบว่าค่า p-value มีค่าเท่ากับ ๐.๑๐๐ ซึ่งมีความมากกว่า ๐.๐๕ แสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมที่มีระดับการศึกษา แตกต่างกัน มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่ไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเปรียบเทียบค่าความแตกต่างในแต่ละด้าน พบว่า ระดับการศึกษา ที่แตกต่างกันทำให้มีระดับความเข้าใจในธัมมานุปัสสนาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑ ในขณะที่กายนุปัสสนา เวทนานุปัสสนา และจิตตานุปัสสนาไม่มีความแตกต่างกัน

เนื่องจากผู้ปฏิบัติธรรมที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่แตกต่างกัน จึงต้องไปเปรียบเทียบเชิงซ้อนด้วยวิธี LSD ดังแสดงในตาราง ที่ ๔.๑๘

ตารางที่ ๔.๑๘ ค่า p-value ของผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉาง จังหวัดฉะเชิงเทราที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันเป็นรายคู่ โดยวิธี LSD

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการ ความเครียด ของผู้ปฏิบัติ ธรรม	ระดับการศึกษา	$\bar{X}$	p-value					
			๑	๒	๓	๔	๕	๖
ธัมมานุปัสสนา	๑. ประถมศึกษา	๓.๘๐	-	๐.๐๗๖	๐.๐๑๒*	๐.๐๔๐*	๐.๙๑๘	๐.๐๑๓*
	๒. มัธยมศึกษา	๓.๕๔	-	๐.๒๔๒	๐.๙๑๕	๐.๐๖๓	๐.๐๓๙*	
	๓. อนุปริญญา	๓.๓๖			-	๐.๒๒๗	๐.๐๑๐*	๐.๐๘๖
	๔.ปริญญาตรี	๓.๕๓				-	๐.๐๓๒*	๐.๐๔๐*
	๕.ปริญญาโท	๓.๘๒					-	๐.๐๑๒*
	๖.ปริญญาเอก	๒.๓๘						-

* หมายถึง มีนัยสำคัญในสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๑๘ แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความเข้าใจในหลัก พุทธธรรม(สติปัฏฐาน ๔)ในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางจังหวัดฉะเชิงเทรา ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกันเป็นรายคู่แต่ละด้านพบว่า

ด้านธัมมานุปัสสนา

ผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ แตกต่างกับผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา ปริญญาตรี และปริญญาเอกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา มีระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ แตกต่างกับผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา ปริญญาตรี และปริญญาเอกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา ปริญญาตรี มีระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ แตกต่างกับผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉางที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษา ปริญญาโทอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

ผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉานที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีมีระดับความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ แตกต่างกับผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉานที่มีระดับการศึกษาปริญญาโท และปริญญาเอก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๕

ผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉานที่มีระดับการศึกษาปริญญาโทมีระดับความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ ในการจัดการความเครียดแตกต่างกับผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉานที่มีระดับการศึกษาปริญญาเอกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๕

ตารางที่ ๔๑๙ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่า p-value ของการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉานจังหวัดฉะเชิงเทราจำแนกตามอาชีพ โดยการทดสอบค่า F

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการ ความเครียดของ ผู้ปฏิบัติธรรม	อาชีพ ($\bar{X}$)						F	p-value
	นักเรียน/ นักศึกษา (n=๕๕)	ข้าราชการ/ รัฐวิสาหกิจ (n=๔๑)	พนักงาน บริษัทเอกชน (n=๑๓๔)	ค้าขาย/ธุรกิจ ส่วนตัว (n=๙๘)	เกษตรกร/รับจ้าง (n=๒๙)	อื่นๆ (n=๔๓)		
กายนุสสนา	๓.๔๗	๓.๖๐	๓.๕๘	๓.๗๘	๓.๔๗	๓.๗๒	๒.๒๒	๐.๐๕๒
เวทนานุสสนา	๓.๓๗	๓.๓๑	๓.๕๔	๓.๕๗	๓.๕๕	๓.๕๗	๑.๐๙	๐.๓๖๖
จิตตานุสสนา	๓.๓๗	๓.๔๐	๓.๓๔	๓.๔๗	๓.๔๘	๓.๗๔	๑.๘๒	๐.๑๐๘
ธัมมานุสสนา	๓.๔๓	๓.๔๗	๓.๕๖	๓.๖๒	๓.๘๑	๓.๖๐	๑.๑๐	๐.๓๖๐
รวม	๓.๔๑	๓.๔๕	๓.๕๑	๓.๖๑	๓.๕๘	๓.๖๖	๑.๑๗	๐.๓๒๒

จากตารางที่ ๔๑๙ ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉานจังหวัดฉะเชิงเทราจำแนกตามอาชีพ โดยรวม พบว่าค่า p-value มีค่าเท่ากับ ๐.๓๒๒ ซึ่งมีความมากกว่า ๐.๐๕ แสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมที่มีอาชีพแตกต่างกันมีความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่ไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า นักเรียน/นักศึกษา ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ พนักงานบริษัทเอกชน ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว เกษตรกร/รับจ้างและอาชีพอื่นๆมีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่ไม่แตกต่างกัน

ตารางที่ ๔.๒๐ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่า p-value ของการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน โดยการทดสอบค่า F

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการ ความเครียดของ ผู้ปฏิบัติธรรม	รายได้ต่อเดือน ($\bar{X}$)						F	p-value
	น้อยกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท n=๑๑๖	๑๐,๐๐๐ บาท-๒๐,๐๐๐ บาท n=๑๒๔	๒๐,๐๐๐ บาท-๓๐,๐๐๐ บาท n=๕๒	๓๐,๐๐๐ บาท-๔๐,๐๐๐ บาท n=๔๘	๔๐,๐๐๐ บาท-๕๐,๐๐๐ บาท n=๑๗	มากกว่า ๕๐,๐๐๐ บาทขึ้นไป n=๔๓		
กายานุปัสสนา	๓.๕๒	๓.๕๘	๓.๖๘	๓.๖๘	๓.๖๔	๓.๙๐	๒.๒๘	๐.๐๔๖*
เวทนานุปัสสนา	๓.๓๕	๓.๕๑	๓.๖๒	๓.๕๑	๓.๖๖	๓.๗๑	๑.๘๔	๐.๑๐๔
จิตตานุปัสสนา	๓.๔๑	๓.๔๗	๓.๔๑	๓.๓๔	๓.๐๗	๓.๖๖	๑.๖๙	๐.๑๓๕
ธัมมานุปัสสนา	๓.๔๓	๓.๖๕	๓.๖๘	๓.๔๒	๓.๗๙	๓.๖๕	๑.๘๔	๐.๑๐๓
รวม	๓.๔๓	๓.๕๕	๓.๖๐	๓.๔๙	๓.๕๔	๓.๗๓	๑.๕๓	๐.๑๘๐

* หมายถึง มีนัยสำคัญในสถิติที่ระดับ ๐.๐๕

จากตารางที่ ๔.๒๐ ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน โดยรวม พบว่าค่า p-value มีค่าเท่ากับ ๐.๑๘๐ ซึ่งมีค่ามากกว่า ๐.๐๕ แสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมที่มีรายได้ต่อเดือน แตกต่างกัน มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่ไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเปรียบเทียบค่าความแตกต่างในแต่ละด้าน พบว่า รายได้ต่อเดือน ที่แตกต่างกันทำให้มีระดับความเข้าใจในกายานุปัสสนาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑ ในขณะที่เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนาไม่มีความแตกต่างกัน

เนื่องจากผู้ปฏิบัติธรรมที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ที่แตกต่างกัน จึงต้องไปเปรียบเทียบเชิงซ้อนด้วยวิธี LSD ดังแสดงในตาราง ที่ ๔.๒๑

ตารางที่ ๔.๒๑ ค่า p-value ของผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉา จังหวัดฉะเชิงเทราที่มีรายได้ต่อเดือน แตกต่างกันเป็นรายคู่ โดยวิธี LSD

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรม	รายได้ต่อเดือน	$\bar{X}$	p-value					
			๑	๒	๓	๔	๕	๖
กายนานุสสนา	๑. น้อยกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท	๓.๕๒	-	๐.๕๒๘	๐.๑๕๑	๐.๑๖๗	๐.๔๙๗	๐.๐๐๒*
	๒. ๑๐,๐๐๐บาท-๒๐,๐๐๐ บาท	๓.๕๘		-	๐.๓๓๘	๐.๓๖๐	๐.๗๑๔	๐.๐๐๗*
	๓. ๒๐,๐๐๑บาท-๓๐,๐๐๐ บาท	๓.๖๘			-	๐.๙๙๐	๐.๘๒๐	๐.๑๑๕
	๔. ๓๐,๐๐๑บาท-๔๐,๐๐๐ บาท	๓.๖๘				-	๐.๘๒๙	๐.๑๑๙
	๕. ๔๐,๐๐๑บาท-๕๐,๐๐๐ บาท	๓.๖๔					-	๐.๑๗๕
	๖. มากกว่า ๕๐,๐๐๐ บาทขึ้นไป	๓.๙๐						-

**หมายถึง มีนัยสำคัญในสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๒๑ แสดงผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยระดับความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉาจังหวัดฉะเชิงเทราที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกันเป็นรายคู่แต่ละด้านพบว่า

ด้านกายนานุสสนา

ผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉาที่มีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่า ๑๐,๐๐๐ บาทมีระดับความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔แตกต่างกับผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉาที่มีรายได้ต่อเดือนมากกว่า ๕๐,๐๐๐ บาทขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๑

ผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉาที่มีรายได้ต่อเดือน ๑๐,๐๐๐ บาท – ๒๐,๐๐๐ บาท มีระดับความเข้าใจในหลักพุทธธรรมสติปัฏฐาน ๔ในการจัดการความเครียดแตกต่างกับผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันฉาที่มีรายได้ต่อเดือนมากกว่า ๕๐,๐๐๐ บาทขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๑

ตารางที่ ๔.๒๒ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และค่า p-value ของการเปรียบเทียบระดับความเข้าใจในหลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกตามระยะเวลาการเข้าปฏิบัติ โดยการทดสอบค่า F

หลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดของผู้ปฏิบัติธรรม	ระยะเวลาการเข้าปฏิบัติ ($\bar{X}$)				F	p-value
	มากกว่า ๕ ปี (n=๒๒)	มากกว่า ๒ปี - ๕ปี (n=๑๑๗)	มากกว่า ๑ปี - ๒ปี (n=๒๒๘)	น้อยกว่า ๑ ปี (n=๓๓)		
กายานุปัสสนา	๓.๔๓	๓.๖๕	๓.๖๑	๓.๗๗	๑.๒๐	๐.๓๐๙
เวทนานุปัสสนา	๓.๒๘	๓.๕๗	๓.๔๖	๓.๗๓	๒.๐๓	๐.๑๐๙
จิตตานุปัสสนา	๓.๑๕	๓.๔๓	๓.๔๓	๓.๖๗	๑.๙๔	๐.๑๒๓
ธัมมานุปัสสนา	๓.๔๘	๓.๖๕	๓.๕๐	๓.๘๓	๒.๓๔	๐.๐๗๓
รวม	๓.๓๔	๓.๕๗	๓.๕๐	๓.๗๕	๒.๒๐	๐.๐๘๗

จากตารางที่ ๔.๒๒ ผลการเปรียบเทียบความแตกต่างของระดับความเข้าใจในหลักสติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา จำแนกระยะเวลาการเข้าปฏิบัติโดยรวมพบว่า ค่า p-value มีค่าเท่ากับ ๐.๐๘๗ ซึ่งมีค่ามากกว่า ๐.๐๕ แสดงว่าผู้ปฏิบัติธรรมที่มีระยะเวลาการเข้าปฏิบัติแตกต่างกันมีความเข้าใจในหลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดที่ไม่แตกต่างกัน และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ระยะเวลาการเข้าปฏิบัติมากกว่า ๕ ปี มากกว่า ๒ ปีถึง ๕ ปี มากกว่า ๑ ปีถึง ๒ ปี และน้อยกว่า ๑ ปีมีความเข้าใจในหลักพุทธธรรม (สติปัฏฐาน ๔) ในการจัดการความเครียดที่ไม่แตกต่างกันเช่นกัน

๔.๔ ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตสังคมและการใช้หลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จังหวัดฉะเชิงเทรา

ตารางที่ ๔.๒๓ แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยจิตสังคม ที่มีผลต่อการใช้สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จ.ฉะเชิงเทรา

ปัจจัยจิตสังคม	กายานุปัสสนา	เวทนานุปัสสนา	จิตตานุปัสสนา	ธัมมานุปัสสนา
จิต	๐.๕๔๐**	๐.๕๓๒**	๐.๔๗๘**	๐.๕๓๑**
สังคม	๐.๔๕๙**	๐.๔๓๗**	๐.๔๓๐**	๐.๔๗๔**

** หมายถึง มีนัยสำคัญในสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

จากตารางที่ ๔.๒๓ พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางจิตสังคมและการใช้หลัก
สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วันณา จ.ฉะเชิงเทรา โดยรวมและแต่ละด้าน ทุกคู่ มีความสัมพันธ์เชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ ๐.๐๑

๔.๕ ผลการสัมภาษณ์เกี่ยวกับการใช้หลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยการสุ่มจากผู้ผ่านหลักสูตรวิปัสสนาพื้นฐาน ๗ วัน ที่กรอกแบบสอบถามในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา

ตารางที่ ๔.๒๔ ผลการสัมภาษณ์ □□□ การใช้หลัก สติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติธรรมในมูลนิธิโพธิ์วัฒนา จังหวัดฉะเชิงเทรา

ชื่อ (นามสมมุติ)	ผลการสัมภาษณ์การใช้หลัก สติปัฏฐาน ๔	
แม่ชี ก.	กายนุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติมีความกังวลในเรื่องการหายใจได้ไม่เต็มที่ จึงพยายามย้ายความรู้สึกจากลมหายใจมากำหนดกายด้านอื่นแทน เช่น การกำหนดนอนหงอ หรือการรู้ตามอาการของกายที่เป็นปัจจุบันขณะ
	เวทนานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติมีความกังวลเรื่องสุขภาพ ทำให้เข้าใจในความเสื่อมของกาย หากมีการกำหนดกายมากพอ จะมีสติเท่าทัน รู้ความไม่ได้อึด ซึ่งคือความทุกข์ เมื่อมีสติกำหนดรู้ทุกข์และความไม่พอใจจะสามารถทำใจยอมรับและวางใจเป็นกลางได้
	จิตตานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติมีความกังวลเรื่องสุขภาพ แต่หากมีการกำหนดที่ต่อเนื่อง เวลาที่จิตอยู่กับกายได้ ตลอดเวลา พอมีอะไรมากระทบ ก็จะกำหนดอยู่กับปัจจุบันขณะได้ง่ายขึ้น ลดความความฟุ้งซ่าน และความเครียดได้
	ธัมมานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติได้เห็นความไม่เที่ยงของใจ พอเห็นทุกข์ แล้วสุดท้ายมันเปลี่ยนไป ซึ่งการปฏิบัติทำให้เข้าใจมากขึ้นถึงการเปลี่ยนแปลงของใจเราตลอดเวลา
แม่ชี ข	กายนุปัสสนา	เมื่อผู้ปฏิบัติมีความกังวลเกิดขึ้นจะกลับมาดูที่ลมหายใจ หรือ พอง-ยุบจนเกิดความสงบ จะทำให้คลายจากความเครียดได้
	เวทนานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติมองความเสื่อม ความทุกข์ของร่างกายเป็นเรื่องธรรมดา เห็นและเข้าใจตามความเป็นจริง สามารถวางใจเป็นกลางกับสิ่งที่มากระทบ
	จิตตานุปัสสนา	ในอดีตเมื่อผู้ปฏิบัติเห็นสิ่งต่างๆ ก็มักจะปรุงแต่งไปตามความพอใจ แต่เมื่อปฏิบัติแล้วเวลาเห็นอะไร ก็กำหนดเห็นหนอ ไม่เที่ยงหนอ อยู่กับปัจจุบันมากขึ้นการปรุงแต่งจึงลดน้อยลง
	ธัมมานุปัสสนา	เมื่อผู้อื่นมาทำให้ผู้ปฏิบัติเป็นทุกข์ ผู้ปฏิบัติจะคิดบวก คิดให้เป็นกุศล ไม่ยึดมั่นถือมั่น จะทำให้เข้าใจทุกข์แต่ไม่อยู่กับทุกข์

ตารางที่ ๔.๒๔ ต่อ

ชื่อ (นาม สมมุติ)	ผลการสัมภาษณ์การใช้หลักสติปัฏฐาน ๔)	
แม่ชี ค.	กายานุปัสสนา	เมื่อก่อนผู้ปฏิบัติ ไม่เข้าใจการกำหนดดูกายว่าเป็นเช่นไร เมื่อตามองเห็นก็จะคิดว่าสวย ดี ชอบ ไม่ชอบ เมื่อมาปฏิบัติแล้ว เข้าใจมากขึ้น ตากระทบรูปก็กำหนด เห็นหนอ แล้วกำหนด อิริยาบถย่อยตามปัจจุบันขณะ
	เวทนานุปัสสนา	ในอดีตเมื่อผู้ปฏิบัติสุขหรือทุกข์ก็จะปล่อยไปตามอารมณ์ แต่หลังจากมาปฏิบัติ มีการกำหนดรู้ตามอารมณ์ เช่น ทุกข์ก็รู้ สุขเราก็รู้ เฉยๆก็รู้ ไม่ปล่อยไปตามอารมณ์ที่เกิดขึ้น ทำให้ใจไม่ขุ่น แข่งกับความทุกข์จึงไม่เครียด
	จิตตานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติพยายามกำหนดเห็นหนอ ยินหนอ รสหนอ กลิ่นหนอ แล้วกลับมาที่ลมหายใจทันที ไม่ฟุ้งซ่านไปกับความคิด และคิดดีกับทุกสิ่ง
	ธัมมานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติเข้าใจในธรรม ว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นเช่นนั้นเอง ไม่เคล้าคลึงกับความทุกข์และความสุข จึงอยู่ได้โดยไม่ทุกข์-ไม่สุข และวางใจเป็นกลางกับทุกสิ่งที่เข้ามา
คุณ ก.	กายานุปัสสนา	เวลามีสิ่งมากระทบ ผู้ปฏิบัติรู้เท่าทันและกำหนดที่กาย ตามความเป็นจริงคือ กำลังทำอะไรอยู่ก็กำหนดอย่างนั้นสักพัก ความเครียดจะคลายลง และหายไปเอา
	เวทนานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติเข้าใจว่า ความสุขความทุกข์ไม่เที่ยง พยายามกำหนดตามอารมณ์ที่เกิดขึ้น สุขหนอไม่เที่ยงหนอ ทุกข์หนอไม่เที่ยงหนอ เพราะทุกอย่างเคลื่อนตลอดเวลา ผ่านมาก็ผ่านไปอยู่ที่เราจะยึดในความความรู้สึกนั้นหรือไม่
	จิตตานุปัสสนา	เมื่อไหร่ที่ฟุ้งซ่านผู้ปฏิบัติจะพยายามกลับมาที่ลมหายใจ หรือ พองยุบ แล้วจะวางคลายจากความเครียดไปเอง
	ธัมมานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติเข้าใจว่า ทุกอย่างเป็นไปตามธรรมชาติของแต่ละคน เราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงผู้อื่นได้แต่เราจะเท่าทันความคิดตัวเราเอง โดยรักษาใจให้เป็นกุศล

ตารางที่ ๔.๒๔ ต่อ

ชื่อ (นาม สมมุติ)	ผลการสัมภาษณ์การใช้หลัก สติปัฏฐาน ๔	
คุณ ข.	กายนุปัสสนา	เมื่อผู้ปฏิบัติพบเจอสิ่งที่มากระทบจากความไม่ได้ตั้งใจ จะกลับมากำหนดที่ลมหายใจ หรือกำหนดอริยาบถย่อยกับสิ่งที่ทำในปัจจุบัน
	เวทนานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติพยายามกำหนดและเข้าใจถึงอารมณ์นั้นๆ ไม่ว่าจะ เป็นอารมณ์สุข อารมณ์ทุกข์ หรืออารมณ์เฉยๆ ก็เกิดขึ้นไม่นานแล้วก็ผ่านไป
	จิตตานุปัสสนา	บางครั้งผู้ปฏิบัติมีอารมณ์เกิดขึ้นแล้วปรุงแต่ง แต่กลับมาทบทวนอารมณ์ที่เกิดขึ้นแล้วกำหนดถึงเหตุแห่งความคิดที่เกิดขึ้น และทำความเข้าใจในเหตุนั้นๆ ความเครียดจะคลายลงไป
	ธัมมานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติรู้จักการปล่อยวาง ความคิด หรือการยึดมั่นถือมั่นในอารมณ์นั้นๆ มองทุกอย่างให้เป็นกุศล ทำให้จิตใจชุ่มชื่นมากขึ้น
คุณ ค.	กายนุปัสสนา	การปฏิบัติเหมือนการที่จิตผู้ปฏิบัติได้พักอยู่กับตัวเอง ทำให้รู้สึกเบาสบายกายและใจ
	เวทนานุปัสสนา	เมื่อไหร่ที่ผู้ปฏิบัติทุกข์จะพยายามกำหนดให้ชัดมากขึ้น และน้อมเข้าหาความไม่เที่ยง แต่ในความสุขนั้นมักจะเพลิดเพลิน จึงพยายามกำหนดอริยาบถย่อยอยู่เสมอ
	จิตตานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติได้กำหนดตามความคิดต่างๆ ที่เกิดขึ้น เมื่อความคิดที่เป็นกุศลจะยินดีพอใจ เช่น ในการทำบุญต่างๆ แต่เมื่อความไม่ได้ตั้งใจก็จะกำหนด "ไม่พอใจหนอ"
	ธัมมานุปัสสนา	ผู้ปฏิบัติพิจารณาตามเหตุและยอมรับความจริง ทุกอย่างล้วนไม่เที่ยง เมื่อไม่เที่ยงก็เป็นทุกข์ แต่เมื่อเข้าใจว่า ทุกสิ่งทุกอย่าง เป็นเช่นนั้นเอง จะทำให้คลายทุกข์ลง ไม่ทุกข์กับทุกสิ่ง มีความเมตตาให้กับตนเองและผู้อื่น บางสิ่งบางอย่างไม่จำเป็นต้องหาเหตุผล แค่เมตตาให้มากพอ