

บทที่ ๓

การพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำ จังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

การศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ โดยผู้วิจัยได้ทำการเก็บข้อมูลสัมภาษณ์เชิงลึก จากกลุ่มประชากรตัวอย่างเพื่อให้ได้คำตอบเกี่ยวกับ หัวเรื่องและความเป็นมา หลักการพัฒนาจริยธรรม, รูปแบบกิจกรรมการพัฒนาจริยธรรม และผลการพัฒนาจริยธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ โดยมีขั้นตอนดังนี้

๓.๑ ประวัติและความเป็นมาของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

๓.๒ หลักการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

๓.๓ กิจกรรมการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

๓.๔ ผลการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

๓.๑ ประวัติและความเป็นมาของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์“หลวงตาธรรมดา” (พระสุทธินันท์ สุทธิญาโน)^๑ เกี่ยวกับประวัติและความเป็นมาของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทองโดยมีรายละเอียดดังนี้

ประวัติความเป็นมาของวัดป่าเวียงทอง เป็นวัดป่ากรรมฐาน ก่อตั้งเมื่อเดือนพฤษภาคม พ.ศ. ๒๕๓๓ ผู้ก่อตั้งคือ หลวงตาธรรมดา (พระสุทธินันท์ สุทธิญาโน) ในระยะแรกก่อนจะมาเป็นวัดป่าเวียงทอง หลวงตาเดินทางจาริกที่ภาคเหนือตั้งแต่พ.ศ. ๒๕๒๘ ต่อมาพ.ศ. ๒๕๓๐ ท่านได้มาพักบริเวณหมู่บ้านเวียงทองหมู่ที่ ๓ ตำบลเวียงทอง อำเภอเมืองแพร่ ในขณะนั้นทางคณะครูสำนักงานพื้นที่การศึกษาแพร่ จัดงานบวชสามเณรภาคฤดูร้อน ท่านได้มีโอกาสช่วยอบรมการปฏิบัติธรรมและกล่อมเกลาสามเณรให้มีวินัยด้วยความรัก ความเมตตา เมื่อเสร็จงานจึงมีญาติโยมปวารณาเป็นโยมอุปฐาก บิดา- มารดาของเณรบางรูปยังไม่อยากให้เณรสึก จึงขอร้องให้หลวงตาพำนักต่อ หลวงตาจึง

^๑ สัมภาษณ์, พระสุทธินันท์ สุทธิญาโน, อดีตเจ้าอาวาสวัดป่าเวียงทอง, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

พำนัก ณ ที่ป่าช้าบ้านเวียงทองหมู่ที่ ๓ จากนั้นหลวงตาได้พาพระภิกษุ สามเณรที่ป่วยด้วยลมบ้าหมูไปจาริกปฏิบัติธรรมที่ถ้ำจักรพรรดิ (ถ้ำบ้านปิน) นาน ๑ เดือน

พ.ศ. ๒๕๓๒ เมื่อใกล้ฤดูที่จะเข้าพรรษา หลวงตาประสงค์จะหาสถานที่จำพรรษาของพระภิกษุสามเณร ซึ่งอนุเคราะห์เกื้อกูลต่อการปฏิบัติธรรม ญาติโยมที่อุปัฏฐากได้ทราบข่าวจึงได้ไปนิมนต์หลวงตาให้จำพรรษาป่าช้าใกล้ ๆ กับหมู่บ้านเวียงทองใหม่ หมู่ที่ ๙ ซึ่งมีต้นไม้ใหญ่ เป็นสถานที่สงบ สบายและเหมาะที่จะภาวนาปฏิบัติธรรม ป่าช้านี้อยู่ใกล้หมู่บ้าน ญาติโยมไปมาสะดวก ดังนั้นหลวงตาจึงตัดสินใจและตั้งใจที่จะจำพรรษา ณ สถานที่แห่งนี้ ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา แต่อย่างไรก็ตามขณะจำพรรษาในช่วง ๑ - ๓ ปี แรก หลวงตามีวิธีการดำเนินชีวิตสมเพศที่ลำบาก พบปัญหาและอุปสรรคมากมาย อาทิ ญาติใช้ไม้ป่าช้าและถุงปูนทำเป็นกุฏิ ศาลาใช้ศาลาสวดศพ ถูกกล่าวหาจากบางคนว่าเป็นพระผีบ้าไม่ให้ชาวบ้านใส่บาตร ถูกตรวจสอบว่ามีใช้พระสงฆ์ในพุทธศาสนาหรือไม่ หากมีการใช้สถานที่ประกอบพิธีเผาศพ หลวงตาต้องย้ายไปพำนักในป่าใกล้ ๆ ป่าช้า ไม่มีไฟฟ้า ใช้เทียนสาวน้ำบ่อบาดาลเพื่อใช้ต้มน้ำ ใช้อาบ เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตามหลวงตาได้ใช้ความอดทน ใช้สติแก้ปัญหาใช้ธรรมวินัยของพระพุทธองค์หล่อเลี้ยงจิต แน่วแน่พิสูจน์ให้ถึงการปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ จนผ่านพ้นอุปสรรค ได้สำเร็จจุล่งไปด้วยดี ด้วยเหตุปัจจัยจึงพัฒนาเป็นที่พักสงฆ์ ได้รับอุปัฏฐากในการก่อสร้างตั้งแต่ครั้งแรกโดยมีโยมคุณตาจ้อย ทองคำ เป็นผู้นำ แม่ครูสายสมร ทองคำ และพร้อมด้วยคณะญาติธรรม ศิษยานุศิษย์มาโดยตลอด

หลังจากนั้นได้รับหนังสืออนุญาตให้สร้างวัดเมื่อเดือน ๒ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๒ และได้รับประกาศเป็นวัดในพระพุทธศาสนาเมื่อวันที่ ๒๐ กันยายน พ.ศ. ๒๕๔๓ และได้นามวัดว่า “วัดป่าเวียงทอง” ตามที่ทางกระทรวงศึกษาธิการตั้งให้ (เดิมวัดได้ขอเสนอชื่อวัดป่าแพร่ันทาราม) ทางวัดมีการก่อสร้างกุฏิและศาลามาตามลำดับ ทางวัดป่าเวียงทองได้พัฒนาสิ่งปลูกสร้างถาวรวัตถุ มีอุโบสถป่าธรรมชาติ ศาลาหอฉัน หอสวดมนต์ กุฏิสงฆ์ กุฏิกรรมฐานจำนวน ๒๗ หลัง โรงครัว ศาลาเอนกประสงค์ เมรุเผาศพ และขยายพื้นที่อย่างต่อเนื่อง ตามกำลังศรัทธาของญาติธรรม มาโดยลำดับนอกจากนั้นยังได้ปรับภูมิทัศน์กับธรรมชาติขยายพื้นที่ปลูกป่าเพื่อความร่มรื่นและให้เหมาะเป็นวัดป่ากรรมฐานและปัจจุบันมีพื้นที่ประมาณ ๒๔ ไร่ และขยายปลูกป่าให้เป็นสนาสนะป่าที่ร่มเย็นอย่างต่อเนื่อง วัดป่าเวียงทองได้พระราชวิสุงคามสีมาเมื่อวันที่ ๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๓ และก่อสร้างอุโบสถป่าธรรมชาติ เป็นอุโบสถหลังคาเปิดโล่งโดยอาศัยเงาร่มไม้บังแดดและฝนใช้ต้นไม้เป็นหลังคาและเป็นที่จัดงานปฏิบัติธรรม เป็นลานธรรม เพื่อจัดงานพิธีและวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา กิจกรรมต่างๆ ของวัด ได้รับอุปการะจากญาติธรรมและศิษยานุศิษย์วัดป่าเวียงทองและพุทธศาสนิกชนทั่วไปญาติธรรมได้ทำนุบำรุงวัดด้วยการถวายผ้าป่า, ทอดผ้ากฐินทุกปี และเข้าปฏิบัติธรรมอย่างต่อเนื่องด้วยดีเสมอมา ตั้งเริ่มสร้างวัดจนถึงปัจจุบัน

ต่อมาวัดป่าเวียงทอง ได้รับแต่งตั้งจากมหาเถรสมาคม เป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) เมื่อพ.ศ. ๒๕๕๐ เป็นสถานที่รองรับผู้ปฏิบัติธรรมทั่วไปและมีหน่วยงานราชการ, เอกชน ที่มีความประสงค์นำบุคคลกร เจ้าหน้าที่ พนักงาน เข้าร่วมโครงการปฏิบัติธรรมของวัดทุกปี และทางวัดได้รับการยกย่องเป็น “สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดดีเด่น” เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๖ วัดป่าเวียงทองมีเจ้าอาวาสมาแล้วสองรูป คือ “หลวงตาธรรมดา”

(พระสุทธินันท์ สุทธิญาณ) เป็นเจ้าอาวาสรูปแรกและ “พระครูภาวนาปัญญาคุณ” เป็นอาวาสรูปปัจจุบัน และเจ้าสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต)

๓.๒ หลักการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์เกี่ยวกับหลักการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ของหลวงตาธรรมดา (พระสุทธินันท์ สุทธิญาณ)^๒ พบว่า

สำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ มีหลักการพัฒนาจริยธรรมดังนี้

ก. เน้นปฏิบัติธรรมตามธรรมชาติ

ข. เป็นวัดเน้นหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

ก. เน้นปฏิบัติธรรมตามธรรมชาติ

๑) เน้นปลูกต้นไม้نانาพันธุ์

เป้าหมายเป็นการปลูกจิตสำนึกรักษารธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการปฏิบัติโดยมีวิธีการดังต่อไปนี้

(๑.๑) สร้างการทำความเข้าใจกับบุคลากรในวัดและลูกศิษย์ให้รู้ถึงประโยชน์ของป่าธรรมชาติและการอยู่ร่วมกันอย่างพึ่งพาอาศัยกันและกัน

(๑.๒) ให้ทุกคนมีส่วนร่วมในการปลูกป่า และดูแลรักษาเอาใจใส่เห็นคุณค่า และนำมาบริโภคใช้สอยอย่างเหมาะสม

(๑.๓) ขยายพื้นที่ของวัดและปรับสภาพให้เอื้อต่อการปลูกป่า เรียบง่าย ประหยัด ประโยชน์สูงสุด เห็นคุณค่าของต้นไม้ ป่าธรรมชาติ

๒) ปลูกศรัทธา

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์หลวงตาธรรมดา (พระสุทธินันท์ สุทธิญาณ)^๓ ได้กล่าวว่า การพัฒนาจริยธรรมของวัดป่าเวียงทอง มีหลักในการพัฒนาจริยธรรมโดยเป็นการปฏิบัติในเบื้องต้นนั้นได้สร้างความเข้มแข็งในการปฏิบัติโดยใช้หลัก สมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานเป็นเบื้องต้นเพื่อให้เกิดกำลังในการปฏิบัติโดยจะเน้นให้เกิดผลต้องปฏิบัติตามหลัก พละ ๕ คือกำลัง ทั้ง ๕

- ๑) ศรัทธา สร้างความเชื่อในพระธรรมคำสอนเพื่อเป็นการปลูกศรัทธา
- ๒) สติ เพื่อให้เกิดสติคือความระลึกได้สิ่งที่ได้เข้ามาปฏิบัติที่วัดป่าเวียงทองทำให้เกิดข้อคิดเตือนตน เตือนกาย เตือนใจเพื่อให้เกิดศรัทธามากขึ้นเมื่อเกิดศรัทธาทำให้เกิด
- ๓) วิริยะความเพียร ผู้ที่จะปฏิบัติต้องอาศัยความเพียรพยายาม
- ๔) ทำให้เกิดสมาธิ ทำจิตใจให้ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวต่ออุปสรรคในการประพฤติปฏิบัติ
- ๕) ปัญญา เกิดจากศรัทธาความเชื่อมั่น มีวิริยารมเภาการปรารภความเพียร ให้เกิดสติจนเป็นการเจริญมหาสติ และสมาธิตั้งมั่นทำให้เกิดปัญญาพละขึ้นมาอย่างแน่วแน่ เพื่อเป็นการปฏิบัติจนเป็น

^๒ อ่างแล้ว สัมภาษณ์, พระสุทธินันท์ สุทธิญาณ, , ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙,

^๓ เรื่องเดียวกัน.

มรรค เป็นผล เป็นที่ยอมรับในข้อวัตรข้อปฏิบัติปฏิบัติของพระสงฆ์และผู้เข้ามาปฏิบัติ การพัฒนาจริยธรรมของทางวัดปรับให้เข้ากับหลัก สปปายะ ๗ ดังนี้

(๒.๑) อาวาสสปปายะ (สบายการอยู่) จัดสถานที่พักอาศัยเพียงพอ, สะอาด, ปลอดภัย, เป็นสัดส่วน มีเขตพุทธาวาส, เขตสังฆาวาส, เขตอุบาสก, อุบาสิกาให้เป็นสัดส่วนสะดวกแก่ผู้ที่เข้ามาปฏิบัติ

(๒.๒) โคจรสปปายะ (สบายการไป) การบิณฑบาตของพระสงฆ์สะดวกมีการจัดเป็นสองสายคือบ้านเวียงทองหมู่ที่ ๙ และบ้านเวียงทองหมู่ที่ ๒-๔-๕ เดินข้ามสะพานแขวนแม่น้ำยมไปรับบิณฑบาตไม่ไกลไม่ไกล, การเดินทางมาทำบุญและเข้ามาปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนสะดวกไม่ไกลจากเมืองไปมาสะดวกสบายไม่ไกลไม่ไกลจากเมืองจนเกินไป

(๒.๓) ภัตตสปปายะ (สบายการพุดคุย) ทางวัดมีการสนทนาธรรมไขข้อข้องใจในการประพฤติปฏิบัติระหว่างหลวงตากับลูกศิษย์ มีการถามและตอบปัญหาธรรมะทุกวันพระและตามโอกาสของ ผู้เข้ามาปฏิบัติธรรม สนทนาธรรมตามกาล และได้ชักจูงผู้ที่ยังไม่เกิดศรัทธาให้เกิดศรัทธาปสาทะได้เข้ามาปฏิบัติธรรมให้เพิ่มมากขึ้น ได้สนทนาปราศรัยด้วยกถาวัตถุ ๑๐ ประการ

(๒.๔) ปุคคลสปปายะ (สบายคบคน) ทางวัดได้มีผู้เข้ามาปฏิบัติที่มีความจริงใจ เป็นกัลยาณมิตรซึ่งกันและกัน มีครูบาอาจารย์ผู้สอน และศิษย์ เข้าใจ จริงใจซึ่งกันและกัน เป็นที่ปรึกษาในยามติดขัดในเรื่องการปฏิบัติธรรม

(๒.๕) โภชนสปปายะ (สบายการกิน) อาหารบริโภคเพียงพอ มีประโยชน์และเหมาะสมต่อการปฏิบัติธรรม เน้นอาหารสุขภาพ ไม่มีประเภทเนื้อสัตว์ อาหารรักษาโรค อาหารสมุนไพร และได้แนะนำวิธีการรับประทานอาหารที่ถูกต้อง ปราศโรคพาธ ไม่เน้นรับประทานอาหารตามโลกคือทานตามใจตนเอง แต่เน้นรับประทานตามธรรม ที่ประโยชน์ต่อร่างกาย ตามหลักโภชนาการตามตำราโภชนาการอาหารพอประมาณไม่มากไม่น้อยจนเกินไป และสะดวกแก่ผู้ปฏิบัติโดยรับประทานอาหารแบบสองมือและมือเดียวตามสภาพร่างกายของตนเอง

(๒.๖) อุตสปปายะ (สบายอากาศ) ทางเน้นบริเวณที่เป็นป่าธรรมชาติ จัดให้มีบรรยากาศร่มรื่น สะอาด อากาศธรรมชาติ แดดล้อมเหมาะสม ไม่ร้อนไม่หนาว มลภาวะไม่เป็นพิษ บรรยากาศดีไม่เผาไหม้ไม่แห้ง ให้อยู่สบายไปตามธรรมชาติทำให้ปลอดมลภาวะที่เป็นพิษทางอากาศ มีต้นไม้ไว้กรองอากาศที่เป็นพิษเหมาะกับการปฏิบัติธรรม

(๒.๗) อริยบถสปปายะ (สบายท่าทาง) ทางวัดได้จัดสถานที่ให้เหมาะกับอริยบถมีที่เดินจงกรม, มีที่นั่งการอยู่ในอริยบถที่เหมาะสมกับเหตุการณ์ วางตนให้เหมาะสมกับกาลเทศะ มีสถานที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงอริยบถได้สะดวก การปฏิบัติธรรมในอริยบถ ๔ การเดิน, การยืน, การนั่ง, การนอน ให้สมดุลในอริยบถพอดีไม่หนักในอริยบถใดอริยบถหนึ่ง

ค. เป็นวัดที่เน้นหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์ หลวงตาธรรมดา (สุทธินันท์ สุทธิญาโณ)^๕ ได้กล่าวว่า ผู้เข้ามาปฏิบัติที่วัดป่าเวียงทองจะต้องมาลด ละ เลิก ลดมานะละทิฐิ เข้าปรับพฤติกรรมทางโลกที่เคยใช้ชีวิตทางโลกต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่กระทำอยู่เป็นประจำ เข้ามาปรับให้จิตใจเป็นสมาธิ ฐิติ คือความ

^๕ อ่างแล้ว สัมภาษณ์, พระสุทธินันท์ สุทธิญาโณ, ๒ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙.

เห็นชอบตามหลักมรรคมีองค์ ๘ ผู้เข้ามาปฏิบัติธรรมครั้งแรก ผู้ใหม่ที่ยังคุ้นเคยอาจจะมีข้อข้องใจเป็นมิจฉาทิฐิอยู่เบื้องต้น มีข้อสงสัยในเรื่องปฏิบัติธรรมหลักธรรมคำสอนและแนวปฏิบัติของวัดจะต้องมีความรู้ ความเข้าใจ ความคิดที่ถูกต้องตรงกันตามแนวของครูอาจารย์เพื่อให้ผู้ปฏิบัติเกิดความมั่นใจนำไปปฏิบัติเองได้

๑) ศีล ปุพพภาค (เบื้องต้น) แห่งการปฏิบัติ นักปฏิบัติ ฝ่ายคฤหัสถ์ พึงประกาศปฏิญาณตนถึงพระไตรสรณคมน์ เป็นอุบาสกอุบาสิกาแล้วสมาทานศีล ๕ หรือ ศีล ๘ ให้บริสุทธิ์ กราบพระหรือไหว้พระเสร็จแล้วเจริญพรหมวิหาร ๔

๒) สมาธิ การเจริญสมาธิมีวิธีนั่งสมาธิภาวนาดังนี้

วิธีนั่งสมาธิภาวนา

จากการลงพื้นสัมผัสผัสสหลวงตาธรรมดา (พระสุทธินันท์ สุทธินันท์)^๕ วิธีนั่งสมาธิภาวนามีอธิบายไว้ว่าให้นั่งขัดสมาธิ เอาขาเบี่ยงขวาวางทับขาเบี่ยงซ้ายมือเบี่ยงขวาวางทับมือเบี่ยงซ้าย “อุษุ กาย ปณิธาย” พึงตั้งกายให้ตรง คืออย่านั่งให้ก้มนัก เป็นคนหน้าค่อม หน้าต่ำไม่ดี และอย่านั่งเงยหน้ามากเกินไป ให้พอดีพองามทั้งอย่าให้เอียงไปข้างซ้าย ข้างขวา ข้างหน้า ข้างหลัง ตั้งตัวให้ตั้งตรงจริงๆอย่าคดและอย่าขม่อ้วยวะร่างกายแห่งใดแห่งหนึ่งให้ลำบากกายเปล่าๆ พึงวางกายให้สบายเป็นปกติเรียบร้อยข้อที่ตั้งกายให้ตรงนี้ พึงดูรูปพระพุทธเจ้า นั่งสมาธิเป็นตัวอย่างเมื่อนั่งตั้งตัวตรงดีแล้วพึงตั้งจิตให้ตรง คือ ตั้งสติลงตรงหน้ากำหนดรู้ซึ่งจิตเฉพาะหน้าไม่ส่งจิตให้ฟุ้งซ่านไป เบื้องหน้าอนาคตกาล อันยังมาไม่ถึงและไม่ให้ฟุ้งซ่านไปเบื้องหลัง อดีตกาล อันล่วงไปแล้วก็เป็นอันล่วงไปแล้ว ทั้งไม่ให้ฟุ้งซ่านไปเบื้องบน เบื้องล่าง เบื้องซ้าย เบื้องขวาทั้งไม่ให้ฟุ้งซ่านไปในทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางใจ ทางใดทางหนึ่งพึงเป็นผู้มีสติ กำหนดจิตรวมเข้าตั้งไว้ในจิต จนกว่าจิตจะเป็นเอกัคคตาจิตตั้งสติลงตรงหน้า(พระอาจารย์ ผู้นำพึงอธิบายตรงนี้ให้แจ้ง) จิต เป็นผู้รู้โดยธรรมชาติ เป็นแต่เพียงสักว่ารู้ คือ รู้สึก รู้นึก รู้คิด รู้ร้อน รู้เย็นรู้ได้เห็น ได้ยิน ได้ฟัง และรู้ดมกลิ่น ลิ้มรส สัมผัส ถูกต้อง สิ่งสารพัดทั้งปวงแต่จิตนั้นไม่รู้จักพินิจ พิจารณา วินิจฉัย ตัดสินอะไรไม่ได้ทั้งนั้น จึงเป็นอันว่าจิตนี้ไม่รู้จักดี ไม่รู้จักชั่ว ไม่รู้จักผิด ไม่รู้จักถูก สติ เป็นตัวผู้รู้ มีอำนาจอยู่เหนือจิต สามารถรู้เท่าทันจิต และรู้เรื่องของจิตได้ว่าเวลานี้จิตดี เวลานี้จิตไม่ดี ตลอดมีความสามารถทำการปกครองจิตของเราให้ได้ดีจริงๆนักปฏิบัติในพระพุทธศาสนานี้ พึงกำหนดเอาตัวผู้รู้มีอำนาจอยู่เหนือจิตนั้น มาตั้งลงตรงหน้าเป็นสติ ทำหน้าที่กำหนดรู้ซึ่งจิต และรวมเอาดวงจิตเข้าตั้งไว้ในจิต พยายามจนกว่าจิตจะรวมเป็นหนึ่ง จึงจะเป็นผู้มีสติสัมปชัญญะพร้อมบริบูรณ์ ในขณะเดียวกันควรรวมจิต เข้าตั้งไว้ในจิต

วิธีรวมจิต พึงเป็น ผู้มีสติตั้งไว้เฉพาะหน้า กำหนดรู้ซึ่งจิต ซึ่งเป็น ตัวผู้รู้ โดยธรรมชาติที่รู้สึก รู้นึก รู้คิด อยู่เฉพาะหน้า และพึงพิจารณาหรือระลึกในใจว่าพระพุทธเจ้าอยู่ในใจพระธรรมอยู่ในใจ พระอริยสงฆ์สาวกอยู่ในใจ เมื่อพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ในใจของเราแล้ว เราไม่ต้องกังวลุ่นวายอะไร และไม่ต้องสนใจไปสู่ที่อื่น เราจะต้องทำความตกลง กำหนดเอาแต่ใจของเราดวงเดียวเท่านั้นให้ได้เมื่อตกลงดังนี้ พึงตั้งสติลงตรงหน้า กำหนดเอาตัวผู้รู้คือจิตเฉพาะหน้า นึกค่าบริการภวนากรรมฐานบทใดบทหนึ่ง ซึ่งเป็นที่สบายแก่จิตของตน บริกรรมภาวนาสืบไป สำรอกแล้วนึกก่อนแต่จะนึกค่าบริการภวนา พึงตรวจดูให้รู้แน่เสียก่อนว่าสติได้กำหนดจิตถูกแล้วหรือยัง เมื่อรู้ว่สติได้

^๕อ้างแล้ว พระสุทธินันท์ สุทธิญาณ, , ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

กำหนดจิตถูกแล้ว แต่จิตยังไม่สงบและยังไม่รวมพึงตรวจดูจิตต่อไป ว่าจิตที่ยังไม่รวมเป็นเพราะเหตุใด เพราะเป็นเพราะจิตของเรายังไม่ตกลงเชื่อมั่นต่อคุณพระรัตนตรัยอย่างนั้นหรือ หรือจิตของเรายังฟุ้งซ่านไปในอารมณ์อะไรถ้าจิตของเราตกลงเชื่อมั่นต่อคุณพระรัตนตรัย ว่าพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ อยู่ในใจของเราจริงแล้วก็เป็อันนิกคำบริกรรมภาวนาได้แล้วแต่ถ้ายังไม่ตกลง และไม่เชื่อมั่นต่อคุณรัตนตรัย ว่ามีในใจของเราจริง ก็นิกคำบริกรรมภาวนาไม่ได้ ถึงแม้ไป ก็ไม่สงบ และไม่รวมเป็นหนึ่งลงได้ จำเป็นต้องพิจารณา ให้รู้รอบคอบเสียก่อนว่า จิตของเราคิดไปตามอารมณ์อะไร ในอารมณ์ที่จิตคิดไปนั้น เป็นอารมณ์ที่น่ารัก หรือเป็นอารมณ์ที่น่าเกลียดเมื่อทราบว่ จิตของเราติดอยู่ในความรักที่ดี หรือติดอยู่ในความเกลียดที่ดี พึงทราบเถิดว่า จิตของเราลำเอียง จึงไม่ตกลง และไม่สงบเมื่อทราบความจริงดังนี้แล้ว พึงปฏิบัติดีปฏิบัติชอบดังต่อไปนี้คือตั้งสติลงเป็นคนกลาง กำหนดเอาดวงจิตเข้ามาตั้งไว้เป็นกลาง ทำความรู้เท่าส่วนทั้ง ๒ คือรู้เท่าทั้งส่วนความรัก ทั้งส่วนความเกลียด ตั้งตรงแน่วแน่อยู่ที่เฉพาะหน้าเมื่อมีสติเป็นกลาง จิตก็ย่อมเป็นกลาง เมื่อจิตเป็นกลาง และได้ทำความรู้เท่าส่วนทั้ง ๒ รวมเอาจิตเข้ามาตั้งไว้เฉพาะหน้า ทั้งได้แลเห็นคุณพระรัตนตรัยแล้ว จิตนั้นปราศจากนิวรณ์แล้วว่างจากอารมณ์ดีนิกคำบริกรรมภาวนา บทใดบทหนึ่งซึ่งเป็นที่สบายของตน เป็นต้นว่า “พุทฺธ ธมฺโม สงฺโฆ” ๓ จบ แล้ว รวมลงเอาคำเดียวว่า “พุทฺธ” เป็นต้น เป็นอารมณ์ นึกอยู่แต่ในใจไม่ออกปากคือไม่ให้มีเสียง มีสติจดจ่อต่อจิตจริงๆ กระทั่งจิตของเราตกลงสู่กว้างค์เอง ให้หยุดคำบริกรรมนั้น มีสติตามกำหนดเอาจิตในกว้างค์ให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิต่อไป

วิธีออกจากสมาธิ

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์ หลวงตาธรรมดา (พระสุทฺธินันท์ สุทฺธิญาโณ)^๖ ได้กล่าวไว้ว่า เมื่อจะออกที่นั้งสมาธิภาวนานั้น ให้พึงออกในเวลาที่อยู่สึกเหนื่อยหรือได้เวลาแล้วจึงออกจากที่นั้งสมาธิภาวนา แต่เมื่อจะออกจากที่นั้งจริงๆ นั้น อย่าออกให้เร็วนักจนเผลอเรอล้มสติ ไม่ดีพึงออกจากที่นั้งสมาธิภาวนา ด้วยความมีสติพิจารณาเหตุผลให้รอบคอบ ทั้งกิจเบื้องต้น และกิจเบื้องปลายก่อน คือกิจเบื้องต้น ให้ระลึกถึงวิธีที่เราได้เข้านั้งสมาธิครั้งแรกว่า เบื้องต้นเราได้เข้าสมาธิอย่างไร และได้ทั้งสติกำหนดจิตอย่างไร ได้พิจารณาและนิกคำบริกรรมภาวนาว่ากระไรจิตของเราจึงคลายลง และสงบจากอารมณ์ลงได้กิจเบื้องปลาย คือเมื่อจิตของเราสงบแล้ว เราได้ตั้งสติกำหนดจิตอย่างไร ได้พิจารณารู้จริงเห็นจริงอย่างไร ดวงจิตของเราจึงรวมเป็นหนึ่งอยู่ได้ ไม่ถอนจากสมาธิภาวนา

เมื่อพิจารณาหรือระลึกได้แล้วว่า ในเบื้องต้น เราได้เข้าสมาธิอย่างนั้น ตั้งสติอย่างนั้น กำหนดจิตอย่างนั้น พิจารณาและนิกคำบริกรรมอย่างนั้น จิตของเราจึงได้สงบและรวมลงมาเป็นอย่างนี้เมื่อจิตของเรารวมลงมาแล้ว ได้ตั้งสติกำหนดจิตอย่างนี้ พิจารณาอย่างนี้ ได้ความรู้จริงเห็นจริงอย่างนี้เมื่อได้ความชัดเจนแล้ว พึงทำ โยนิโสมนสิการ คือกำหนดไว้ในใจว่า ถ้าเราออกจากที่นั้งนี้แล้ว เราก็จะกำหนดจิตของเราไว้ให้ต้อยอย่างนี้เสมอตลอดไป ไม่ให้เผลอสติได้ ครั้นเมื่อเข้าสมาธิอีกครั้งคราวหลัง เราก็จะเข้าให้ถูกตามวิธีที่เราได้ทำมาแล้วนี้ทุกประการเมื่อได้ทำโยนิโสมนสิการคือกำหนดไว้ในใจดีแล้ว จึงออกจากที่นั้งสมาธิภาวนาอนลงไป ก็ให้กำหนดใจนั้นไว้จนนอนหลับครั้งเมื่อตื่นขึ้นจากหลับ ก็ให้มีสติกำหนดเอาใจไว้ตลอดวัน และคือ ยืน เดิน นั่ง นอน พึงพยายามทำความเป็นผู้มีสติกำหนดรู้ซึ่งจิตของตนเสมอ จนกว่าจะชำนาญ คล่องแคล่วด้วย วสี ๕ ประการ คือ

^๖อ้างแล้ว พระสุทฺธินันท์ สุทฺธิญาโณ, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

๑. อารัชนวสี ชำนาญในการพิจารณาสมาธิภาวนา
๒. สมาปัชนวสี ชำนาญในการเข้านั่งสมาธิภาวนา
๓. อธิษฐานวสี ชำนาญในการตั้งสติ ทำจิตให้เป็นสมาธิไว้ให้มั่นคง ไม่ให้เคลื่อนคลาดจากที่กำหนดเดิม
๔. วุฏฐานวสี ชำนาญในการที่จะออกจากสมาธิภาวนาโดยมิให้เคลื่อนคลาดจากที่กำหนดวิธีการออก การเข้า

๕. ปัจจเวกชนวสี ชำนาญในการพิจารณาให้รอบคอบ ในเวลาที่จะออกจากที่นั่งสมาธิภาวนานั้น นักปฏิบัติพระพุทธศาสนา ย่อมเป็นผู้ชำนาญในวสีทั้ง ๕ ประการ เหล่านี้ครั้นเมื่อเป็นผู้ชำนาญในวสีทั้ง ๕ ประการเหล่านี้แล้ว พึงตรวจดูชั้นภูมิแห่งจิตว่าภูมิจิตของเรา เท่าที่เราได้พิจารณาเห็นว่าชำนาญด้วยวสีทั้ง ๕ ประการนั้น ภูมิจิตได้สำเร็จอริยมรรคในคัมภีร์พระอภิธรรมัตถสังคหะ พระอนุตราจารย์เจ้าสอนให้บำเพ็ญวสีให้ชำนาญ โดยลำดับชั้นภูมิแห่งอริยมรรค อริยมผล ดังต่อไปนี้ เมื่อชำนาญในปฐมมรรค หรือ ปฐมฌาน ดีแล้ว จึงกระทำความเพียร เพื่อละเสียซึ่งส่วนที่หยาบมีวิตก เป็นต้น ให้ถึงซึ่งความละเอียดมีวิจาร์เป็นต้น โดยสมควรแก่ลำดับแห่งอริยมรรคอรียผลต่อไปจึงเข้าสู่ทุติยมรรค ทุติยผล หรือทุติยฌาน และตติยมรรค ตติยผล หรือตติยฌาน ตลอดจนจตุตถมรรค จตุตถผล หรือ จตุตถฌาน โดยสมควรแก่การบำเพ็ญในข้อปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ ทุกประการ เทอญ

วิธีเดินจงกรมภาวนา

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์ หลวงตาธรรมดา (พระสุทธินันท์ สุทธิญาโณ)^๗ ได้กล่าวว่าวิธีเดินจงกรมภาวนา เป็นวิธีภาวนาเปลี่ยนอิริยาบถ คือเปลี่ยนจากการนั่งสมาธิภาวนามาทำความเพียรภาวนาในอิริยาบถเดิน เรียกว่า เดินจงกรมภาวนา เปลี่ยนมาทำความเพียรภาวนาในอิริยาบถยืน เรียกว่า ยืนกำหนดจิต เปลี่ยนมาทำความเพียรภาวนาในอิริยาบถนอนเรียกว่า นอนพุทธไสยาสน์ หรือ สิทไสยาสน์ ก็เรียกเมื่อจะเดินจงกรม นักปฏิบัติพึงกำหนดหนทางจงกรมที่เราจะพึงเดินว่า เราจะเดินจากที่นี่ไปถึงที่นั่นหรือถึงที่โน้น เป็นระยะทางจงกรมสั้นๆ หรือระยะทางจงกรมยาวๆ แล้วแต่ความต้องการ หรือแล้วแต่สถานที่ พึงกำหนดหรือตกแต่งทางจงกรม ตามสมควรที่เราจะเดินได้โดยสะดวก วิธีเดินจงกรม ให้ไปยืนที่ต้นทางแห่งจงกรมนั้นแล้ว พึงยกมือทั้ง ๒ ขึ้น ประณมมือทั้ง ๒ ไว้เหนือหว่างคิ้ว ระลึกถึงคุณพระรัตนตรัย คือ ระลึกถึงคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรม คุณพระอริยสงฆ์สาวกว่า พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ทั้ง ๓ เป็นสรณะที่พึ่ง ที่ระลึกที่เคารพนับถือของข้าพเจ้า แล้วตั้งเป็นสัจจอธิษฐานไว้ในใจว่า “บัดนี้ข้าพเจ้า จะตั้งใจปฏิบัติพระพุทธศาสนา เพื่อเป็นเครื่องปฏิบัติบูชาพระพุทธเจ้า พร้อมทั้งพระธรรม และพระอริยสงฆ์สาวก ด้วยอำนาจแห่ง คุณพระพุทธ คุณพระธรรม คุณพระสงฆ์นี้ ขอจงบันดลบันดาล ให้น้ำใจของข้าพเจ้า จงสงบระงับและตั้งมั่นเป็นสมาธิแล้ว จงบังเกิดมีปัญญา ปรึกษาญาณ รู้แจ้งแทงตลอดในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทุกประการเทอญ” เมื่อตั้งเป็นสัจจะและอธิษฐานไว้ดีแล้ว เอามือทั้ง ๒ วางจากการประณมมือ หย่อนมือทั้ง ๒ ลงมา แล้วเอามือข้างขวาจับมือข้างซ้าย หย่อนมือลงไว้ตรงข้างหน้า ตามแบบพระพุทธรูปนั่ง เจริญพรหมวิหารทั้ง ๔ จบแล้วทอดตาลงเบื่องต่ำ ตั้งสติกำหนดจิต ตามแบบวิธีนั่งสมาธิที่กล่าวแล้ว นึกถึง คำบริกรรมภาวนา บทเดียวกันกับนั่งสมาธิภาวนาเสร็จแล้วออกเดินจงกรม ตั้งแต่หัวสุดจงกรมข้างนี้ ไปถึงหัวสุดจงกรม

^๗อ้างแล้ว พระสุทธินันท์ สุทธิญาโณ, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

ข้างโน้นเดินกลับจากหัวสุดจงกรมข้างโน้น มาถึงหัวสุดจงกรมข้างนี้ เพียรพยายามเดินกลับไปกลับมา ไม่ต้องนับเที่ยว ให้นับสติ นับดวงจิต ว่าสติของเราดีหรือไม่ ดวงจิตของเราสงบหรือยัง ถ้ายังไม่สงบ ก็ให้เพียรพยายามเดินอยู่อย่างนั้นจนกว่าจิตของเราสงบลงได้จริงๆ เมื่อจิตสงบครั้งแรก ยังตั้งสติไม่ได้ ก็อย่าเพิ่งเดินต่อไป ให้หยุดยืนกำหนดจิตอยู่ก่อน จนกว่าจิตรวมสงบดีแล้ว ตั้งสติได้แล้ว จึงเดินต่อไปอีก ด้วยความเป็นผู้มีเพียรเพ่งอยู่ พยายามทำความเพียรทางใจ จนกว่าจะชำนาญคล่องแคล่วในสมาธิภาวนาในวิธีเดินจงกรมภาวนานี้ มีวิธีกระทำความเพียรทางใจ ด้วยใช้สติสัมปชัญญะนึกคำบริกรรมภาวนาบทเดียวกันกับนั่งสมาธิภาวนา จุดประสงค์ ต้องการให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิเหมือนกัน ต่างกันแต่อิริยาบถนั่งกับเดินเท่านั้น นักปฏิบัติในพระธรรมวินัยนี้ ตั้งอยู่ใน ความเป็นผู้ไม่ประมาท ย่อมสนใจและเอาใจใส่ กระทำความพากเพียร ทั้งยืน ทั้งเดิน ทั้งนั่ง ทั้งนอน ให้ชำนาญคล่องแคล่วจริงๆ จนกว่าจะแตกฉาน

๓. ปัญญา วิธีการเจริญสมาธิปัญญา

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์ หลวงตาธรรมดา (พระสุทธินันท์ สุทธิญาโณ)^๕ ได้กล่าวว่า หลังจากได้มาปฏิบัติที่วัดป่าเวียงทองแล้วทำให้เกิดความฉลาดในวิธีการเจริญปัญญา ของผู้ปฏิบัติศีลสมาธิ ทางวัดได้มีหลักเจริญปัญญาจากผลของการรักษาศีล และเจริญสมาธิ รู้เท่ารู้ทันรู้ตามและสติตามให้ทันความคิดของตนขณะปฏิบัติ ผู้เข้าปฏิบัติได้รับการฝึกฝน หมั่นนำหลักศีลและสมาธิมาพิจารณาให้เกิดปัญญา รู้เท่าทันสัญญาอารมณ์ในอดีตที่ผ่านมา พิจารณาส่งที่เกิดขึ้นน้อมนำสิ่งผิดพลาดในอดีตมาพิจารณาเพื่อให้เกิดปัญญา ไม่จมกับอดีตที่ผ่านมาผ่านไปแล้ว ยกจิตขึ้นพิจารณาเพื่อให้เกิดปัญญา

๓.๓ กิจกรรมการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

๓.๓.๑ กิจกรรมการพัฒนาจริยธรรมเป็นกิจกรรมหลักของวัดป่าเวียงทองโดยมีกิจกรรมที่หลากหลายดังนี้

ด้านศีล

๑) กิจกรรมปฐมนิเทศ สอนสาธิต แก่ผู้เข้ามาปฏิบัติธรรมใหม่ เพื่อให้ทราบข้อวัตรปฏิบัติระเบียบ กฎ กติกาต่างๆของวัด เช่นการกราบ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน การกิน การประเคนอาหาร การแต่งกาย การพิจารณา และฉันอาหาร การสมาทานศีล เป็นต้น

๒) กิจกรรมสวดมนต์ไหว้พระ เช้า เย็น และทุกวันพระ ๘ คำ และ ๑๕ คำ

๓) กิจกรรมสมาทานศีล ๘หรือทบทวนศีลทุกวันธัมมัสสวนะ/วันสำคัญในทางพระพุทธศาสนา (เพื่อให้ตระหนักถึงการอยู่ร่วมกันในสังคมอย่างสันติสุข)

๔) กิจกรรมปลูกป่า ไม้ยืนต้น ไม้ประดับ ปลูกผักสมุนไพร ไร่สารพิษ และนำมาปรุงเป็นอาหารและยา เช่นน้ำสมุนไพรเพื่อปรับสมดุล แชมพูแช่เท้า อบสมุนไพรส่งเสริมสุขภาพเชิงป้องกันตามแนวทางแพทย์ทางเลือกวิถีธรรม

^๕อ้างแล้ว พระสุทธินันท์ สุทธิญาโณ, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

๕) กิจกรรมรณรงค์รักษาศีล ๕ ปล่อยสัตว์ทุกวันสำคัญในทางพระพุทธศาสนา อบรมจริยธรรมเพื่อลด ละ เลิก อบายมุข

ด้านสมาธิ

๖) กิจกรรมอบรมปฏิบัติธรรมนำชีวิตให้แก่ผู้ปฏิบัติธรรมและผู้สนใจทั่วไปทุกวันธัมมัสสวนะ เช่น ทำบุญตักบาตร และสวดมนต์ ฟังธรรม นั่งสมาธิ สร้างสมาธิ หรือทำสมาธิเคลื่อนไหวในอิริยาบถต่างๆ มีการเดินจงกรม นั่งสมาธิเป็นต้น

๗) จัดให้มีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานให้แก่ผู้ปฏิบัติและผู้สนใจทุกวันธัมมัสสวนะ

๘) กิจกรรมปฏิบัติธรรมประจำปี ส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ เป็นเวลา ๑๐ วัน ปฏิบัติต่อเนื่องมานานกว่า ๑๐ ปี เพราะเป็นช่วงฤดูหนาว ได้ปรับตัวอยู่กับธรรมชาติ ร่วมกับหมู่คณะ โดยประยุกต์ใช้หลักธรรมที่ศึกษามาได้ปฏิบัติธรรมในรูปแบบอย่างเคร่งครัด ได้เก็บเกี่ยวธรรมะที่ครูบาอาจารย์ถ่ายทอดด้วยวิธีการทำให้ดูอยู่ให้เห็น ได้สนทนาธรรม ตอบปัญหาข้อสงสัยต่างๆอย่างใกล้ชิด ทำให้ได้เรียนรู้และบูรณาการ นำไปปฏิบัติได้ทุกสถานการณ์

ด้านปัญญา

๙) คัดเลือกพระ แม่ชี และผู้สนใจเข้ารับการอบรม แพทย์วิถีธรรมเชิงพุทธ ที่สวนป่านาบุญ (หมอเขียว) จังหวัดมุกดาหาร และที่ฮอมบุญอโศก อำเภอด่านซ้าย จังหวัดแพร่ เพื่อปรับเปลี่ยนแนวคิดการดูแลตนเอง โดยนำพืชสมุนไพรที่มีอยู่ใกล้ตัว นำมาใช้ในการรักษาและดูแลสุขภาพนำมาใช้ในการรักษาและดูแลสุขภาพนำมาใช้ในการรักษาและดูแลสุขภาพอย่างพอเพียง เรียบง่าย มาใช้ในชีวิตประจำวัน

๑๐) เผยแพร่แนวคิดและองค์ความรู้สู่ชุมชน เช่น สอดแทรกกิจกรรมสุขภาพในโครงการอบรมธรรมะในวัด เป็นวิทยากรรับเชิญเกี่ยวกับสุขภาพทั้งภายในและภายนอก

๑๑) อบรมธรรมบรรยายให้กับผู้ปฏิบัติธรรมได้เข้าใจในการปฏิบัติที่ถูกต้อง เปิดเครื่องกระจายเสียงเกี่ยวกับวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานให้กับผู้ปฏิบัติธรรมทุกเช้า-เย็น

๑๒) จัดให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาให้ปฏิบัติธรรมด้วยตนเอง เพื่อให้เกิดความชำนาญในการปฏิบัติธรรม ทดสอบอารมณ์ในการปฏิบัติเพื่อให้เกิดสติและปัญญา สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

๑๓) กิจกรรมมุทิตาสักการะ เนื่องในวันครบรอบเกิดครูบาอาจารย์ ทุกวันที่ ๗ ตุลาคมของทุกปีเพื่อแสดงความกตัญญูกตเวทิตาและแจกทุนการศึกษาแก่นักเรียนที่เรียนดี ประพฤติดี และมีโอกาสเข้ามาปฏิบัติธรรม ได้ปฏิบัติกิจกรรมนั้นได้ต่อเนื่องมากกว่า ๑๐ ปี

๓.๔ กิจกรรมการพัฒนาจริยธรรมของผู้เข้าปฏิบัติธรรม ในสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับกิจกรรมการพัฒนาจริยธรรมพบว่ามีการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาของผู้ปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ ๓ ด้านได้แก่ด้านศีล สมาธิ ปัญญา โดยสามารถอธิบายจากกลุ่มตัวอย่างที่สัมภาษณ์ดังนี้

๓.๔.๑ ด้านศีล

จากการสัมภาษณ์นายสมชาย รินคำแดง^๙ กล่าวว่าได้รับหลังจากได้มาปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทองและทางสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่๑ (วัดป่าเวียงทอง) ได้รับการอบรมปฏิบัติธรรมนำชีวิตของวัดป่าเวียงทอง ทางวัดได้แนะนำการปฏิบัติด้านศีล ๕ กิจกรรมปล่อยปลา ปล่อยนก ปล่อยโค กระบือ จากเดิมเคยฆ่าสัตว์โดยไม่คิดอะไร หลังจากได้เข้าร่วมกิจกรรมของทางวัดแล้วนำไปปฏิบัติเช่นสัตว์เล็กในซีกโคลกจะพยายามช่วยเหลือชีวิต การลักทรัพย์ ไม่ลักขโมยเป็นปกติ ธรรมชาติของตนเอง ศีลข้อ ๓ ถึงแม้มีสิ่งมายั่วยวน สามารถยับยั้งชั่งใจขณะที่มีสิ่งมายั่วยวทางผัสสะต่าง การพูดเท็จ มีบ้างแต่ส่วนใหญ่ไม่เจตนา ข้อสุรา ปฏิบัติในการไม่ดื่มสุรามาเป็นเวลา ๒๐ ปี ปฏิบัติข้อนี้เพื่อเป็นตัวอย่างให้แก่ครอบครัวและผู้อยู่ในได้บังคับบัญชาได้ถือปฏิบัติตาม

จากการสัมภาษณ์นางสาวจิระพรรณ คำวังจันทร์^{๑๐} กล่าวเพิ่มเติมว่า ได้นำหลักศีล ๕ ที่ได้รับจากพระสงฆ์ที่วัดนำไปประพฤติที่บ้านโดยสมาทานวิริติ ปฏิบัติอย่างเสมอต้นเสมอปลายและวิริติเฉพาะหน้า ถึงแม้จะมีโอกาสที่จะทำผิดศีลแต่ก็ไม่ทำเพราะได้ตั้งใจโดยสัมปตวิริติ ละเฉพาะหน้า ได้ประพฤติอย่างนี้ได้สม่ำเสมอ ถือเป็นหลักปฏิบัติที่บ้านและได้มีโอกาสมาปฏิบัติที่วัดแห่งนี้เป็นระยะเวลา ๗ ปี

จากการสัมภาษณ์นางสาวธาราทิพย์ ธนปัทม^{๑๑} กล่าวเพิ่มเติมว่าได้นำหลักศีลไปปฏิบัติดังต่อไปนี้ ใช้ในการดำรงชีวิต (ชีวิตประจำวัน) การอยู่ร่วมกับสังคม แสดงความกตัญญูแก่ผู้มีพระคุณ ความรับผิดชอบให้เป็นที่พึงของตนเอง ความซื่อสัตย์สุจริต ความเมตตาและกรุณา ความยุติธรรม ความเสมอภาค ความมีเหตุผล ความสามัคคี ความประหยัดอดออมและประมาณตน

จากการสัมภาษณ์นางสาวรุจิรา จิรวีรวงศ์^{๑๒} กล่าวเพิ่มเติมว่าได้ใช้ศีล ๕ ในการดำเนินชีวิต และถือศีล ๘ ในบางโอกาสที่เป็นช่วงวันหยุด หรือเทศกาลวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา ได้ถือศีล ๕ ดังนี้ ศีลข้อที่ ๑ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่เบียดเบียน ไม่ทำร้ายสัตว์ ทำให้เป็นคนที่มีความเมตตาเพื่อนมนุษย์ เพื่อนร่วมงาน ลูกศิษย์เพิ่มขึ้น ศีลข้อที่ ๒ ไม่ลักทรัพย์ ในฐานะที่เป็นข้าราชการและครูไม่เอาทรัพย์สินทางราชการมาใช้เป็นส่วนตัว และไม่ละโมภย์อยากได้ของผู้อื่น

จากการสัมภาษณ์นางสาวกิตติมา จิรวีรวงศ์^{๑๓} กล่าวเพิ่มเติมว่าศีลทั้ง ๕ ข้อเป็นพื้นฐานของกาปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ ศีลข้อที่ ๑ เพื่อมิให้พลาดพลั้งไปทำร้ายหรือฆ่าชีวิตของผู้ใดด้วยการกระทำและคำพูด ศีลข้อที่ ๒ งดเว้นการลักทรัพย์ชื้อกินไม่หมดคดกินไม่นาน ไม่เอาเปรียบผู้อื่น ไม่โกงผู้อื่นทั้งต่อหน้าและลับหลัง ศีลข้อ ๓ งดเว้นการละเมิดทางเพศไม่ไปยุ่งเกี่ยวกับสามีภรรยาผู้อื่น

^๙สัมภาษณ์ นายสมชาย รินคำแดง, กรรมการผู้จัดการ บริษัทนิมซีเส็งลิซซิง จำกัด,สาขาเวียงทอง ๒๕๕๗, ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๐}สัมภาษณ์ นางสาวจิระพรรณ คำวังจันทร์ ,ครูชำนาญการพิเศษ,โรงเรียนนารีรัตน์จังหวัดแพร่ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ สพม.เขต๓๙ ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๑}สัมภาษณ์ นางสาวธาราทิพย์ ธนปัทม, เจ้าหน้าที่การตลาดอูโส ๘,ธนาคาร/สังกัด ทางด้านการตลาดและติดต่อประสานงาน, ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๒}สัมภาษณ์ นางสาวรุจิรา จิรวีรวงศ์, ผู้จัดการทัวร์,บริษัท อนันต์ดาทัวร์(ประเทศไทย) จำกัด, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๓}สัมภาษณ์ นางสาวกิตติมา จิรวีรวงศ์,ข้าราชการครู (ครูชำนาญพิเศษ),วิทยาลัยช่างศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์,กระทรวงวัฒนธรรม. ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

รักษาอย่างเคร่งครัด ศิลข้อที่ ๔ ไม่พูดเท็จ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดคำหยาบระวังคำพูดจะไปทำร้ายหรือสร้างความเสียหายให้กับผู้อื่น ศิลข้อที่ ๕ ไม่ดื่มสุราเมรัย ซึ่งจะทำให้เรามีสติไม่ทำสิ่งทำผิด สิ่งที่ไม่ดี

จากการสัมภาษณ์นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์^{๑๔} กล่าวเพิ่มเติมว่าการนำศีลไปประพฤติปฏิบัติดังนี้ ๑ พยายามไม่เบียดเบียนผู้อื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา และไม่ทำร้ายผู้อื่นทั้งต่อหน้าและลับหลัง ๒ ชีวิตตั้งอยู่บนความซื่อสัตย์สุจริต ไม่คดโกงเวลา, ทรัพย์สินของราชการแม้จะมีโอกาส และไม่เอากุศลได้ของๆ คนอื่น ถ้ารู้ว่าเขาไม่ได้ให้เราด้วยความเต็มใจ ๓ สำรวมกาย วาจา ใจ รักษาตนให้อยู่ในกรอบของความเป็นกุลสตรีไม่มีพฤติกรรมในเชิงชู้สาว ๔ สำรวมคำพูดมากขึ้น ไม่พูดเท็จ ไม่พูดหยาบส่อเสียด

จากการสัมภาษณ์นางประไพศรี ปันกลอง^{๑๕} กล่าวเพิ่มเติมว่า ได้เข้าร่วมกิจกรรมของทางวัดมาหลายปี เช่นกิจกรรมส่งเสริมสำนึกในการรักษาสังแวดล้อม กิจกรรมส่งเสริมการปลูกป่าภายในวัดป่าเวียงทอง ให้มีความร่มรื่น กิจกรรมให้มีโชนของผู้ปฏิบัติธรรมให้เป็นสัดส่วนภายในวัด การรณรงค์ให้ ลด ละ เลิก การสูบบุหรี่ การรณรงค์งดการเล่นอบายมุขทุกชนิด ทำน้ายาล้างจานด้วยวัสดุที่มีอยู่ภายในวัด รักษาศีลอุโบสถทุกวันพระ และตามโอกาสสามเวิ้ง เจ็ดวันบ้าง

จากการสัมภาษณ์นางสาวโสภา ทะนันไชย^{๑๖} กล่าวเพิ่มเติมว่าการรักษาศีล ขณะปฏิบัติธรรมอยู่ที่วัดทุกวันพระ วัน ๗ คำ ๑๔ คำ และวันสำคัญในพระพุทธศาสนา จะถือศีล ๘ เป็นข้อวัตรข้อปฏิบัติซึ่งเป็นการรักษาศีลเพิ่มขึ้นในการปฏิบัติในชีวิตประจำวันอีก ๓ ข้อโดยเฉพาะ การรับประทานอาหาร ซึ่งได้มาปฏิบัติที่วัดแห่งนี้เลือกรับประทานอาหารเพียงมื้อเดียว ทำให้ร่างกายของเราสบาย การรับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะ และข้อดีคืออยู่วัดแห่งนี้สอนให้รับประทานอาหารให้พอดี นอนไม่มาก เน้นปฏิบัติให้มากๆ (นั่งภาวนา เดินจงกรม ยืนภาวนา) สามารถนำไปปฏิบัติพัฒนาตนเองได้ก็คืองดการรับประทานอาหารประเภทเนื้อสัตว์ รับประทานอาหารเป็นเวลา งดการรับประทานอาหารมื้อเย็น โดยการรักษาศีล ๕ อย่างเคร่งครัด

จากการสัมภาษณ์นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์^{๑๗} กล่าวเพิ่มเติมว่าข้าพเจ้าได้เข้ามาถือศีลทุกวันพระ วัน ๗ คำ ๑๔ คำที่วัดป่าเวียงทอง เป็นเวลา ๑๘ ปี และได้ปฏิบัติธรรมในสำคัญทางพระพุทธศาสนาเป็นประจำทุกปี ได้นำแนวทางของศีลมาพัฒนาตนเอง ศีลจึงเป็นพื้นฐานของการปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบ ดังนั้นคือไม่ประกอบอาชีพที่เกี่ยวกับการฆ่าสัตว์และไม่เข้าไปเกี่ยวข้องหรือสนับสนุนให้เกิดการฆ่าสัตว์ การทำลายสิ่งมีชีวิตทุกชนิด ทั้งการกระทำและคำพูด. ส่งเสริมและรับประทานอาหารมังสวิริติ ทดแทนอาหารประเภทเนื้อสัตว์ เป็นเวลานานกว่า ๑๕ ปี มีความเมตตา

^{๑๔}สัมภาษณ์ นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์, นักวิชาการศึกษาคำานาญการพิเศษ, สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, กระทรวงศึกษาธิการ. ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๕}สัมภาษณ์ นางประไพศรี ปันกลอง, อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง และผู้ร่วมก่อตั้งวัดป่าเวียงทอง, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๖}สัมภาษณ์ นางสาวโสภา ทะนันไชย, ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตำหนักธรรม, องค์การบริหารส่วนตำบลตำหนักธรรม ๒๕๒ ถนนยันตรกิจโกศล ตำบลตำหนักธรรม อำเภอหนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๗}สัมภาษณ์ นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ, ข้าราชการบำนาญ, กระทรวงสาธารณสุข, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

ต่อสรรพสัตว์ทุกชนิดมากขึ้นไม่คิดทำร้าย แม้แต่สัตว์ที่เคยรังเกียจและเคยทำร้ายคิดเสมอว่าทุกชีวิตรักชีวิต ต่างรักตัวกลัวตาย จึงไม่ควรเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ไม่มีเจตนาอยากได้ของผู้อื่นมาเป็นของตน โดยมีคติประจำใจคือ ซื่อกินไม่หมด คดกินไม่นาน ประกอบสัมมาอาชีพ และดำเนินชีวิตตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียง อย่างยั่งยืน ปลูกผักผลไม้ไว้สารพัดกินเอง แบ่งปันและทำบุญประพุดอยู่ในระเบียบ กฎเกณฑ์ มีวินัยในตนเอง ไม่ก้าวร้าว หรือเบียดเบียนผู้อื่น ไม่คตินอกใจสามี และประพุดิพรหมจรรย์ ตั้งแต่เริ่มเข้ามาปฏิบัติธรรม ด้วยเล็งเห็นโทษภัยของการสำรวมระวังในกามทั้งหลายมากขึ้น จนเว้นการพูดเท็จ พูดปด พูดคำหยาบ พูดเพ้อเจ้อ คิดก่อนพูดเสมอ หากผิดพลาดพลั้งเผลอในคำพูด จะรู้จักกล่าวขอโทษ รู้จักให้อภัย ไม่ว่ากับเด็กหรือผู้ใหญ่ กับบุคคลทุกระดับที่มีฐานะยากจนหรือฐานะร่ำรวย จงดการดื่มสุราและเมรัย สิ่งเสพติดทุกชนิด ไม่ข้องเกี่ยวกับอบายมุขทั้งปวง เช่นไม่เล่นการพนัน ไม่เล่นหวย ลอตเตอรี่ เลิก การใช้เครื่องประดับตกแต่งร่างกายที่ไม่จำเป็น จากที่ได้ปฏิบัติในหลักเบญจศีล-เบญจธรรมแล้ว ทำให้เกิดความเมตตากรุณาต่อสัตว์ มีสัมมาอาชีพมีอาชีพที่สุจริตไม่มีอาชีพที่มีโทษหรือให้โทษ มีความสำรวมอินทรีย์ คือ ระมัดระวัง ตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจ ทำให้สำรวมในกามคุณ คือ การติดในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ลดน้อยลง จึงทำให้ไม่ละเมิดศีลข้อที่ ๓ มีความซื่อสัตย์ คือ การพูดแต่คำที่เป็นจริง เป็นสิ่งที่ทำให้ไม่ศีลข้อที่ ๔ สติ คือ การรู้สึกตัว ซึ่งเป็นหัวหน้าฝ่ายกุศล ทำให้ชีวิต ไม่ประมาท เพราะรู้ว่าสิ่งไหนดี สิ่งไหนชั่ว ทำให้ไม่เผลอกล้ากับสิ่งที่จะทำให้ชีวิตตกต่ำ เช่น สุราเมื่อคนดื่มกินก็ทำให้ มึนเมาและขาดสติ การมีสติจึงทำให้ไม่ผิดศีลข้อที่ ๕

จากการสัมภาษณ์นางคุณญา แก้วทันคำ^{๑๘} กล่าวเพิ่มเติมว่ามีโอกาสได้มาปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทอง พยายามฝึกตนเองใคร่ ลด ละ การฆ่า และการเบียดเบียนสัตว์เมื่อก่อนเคยฆ่ามดจำนวนมากและตบยุง ทำงานที่ไม่มีโทษแนะนำคนรอบข้าง ไม่ให้เกี่ยวข้องกับสิ่งที่เป็นโทษทำมาหากินโดยไม่ผิดกฎหมาย ไม่พูดโกหก ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดส่อเสียด ไม่พูดเพ้อเจ้อเหลวไหล ไม่นินทาว่าร้าย ไม่ผิดศีล ไม่ผิดธรรม ไม่ผิดประเพณี ทำงาน ในหน้าที่ โดย ในการช่วยเหลือผู้เจ็บป่วย บางครั้งเหนื่อยแต่ก็ทำด้วยใจรัก แต่ไม่ทุกข์ ทำให้หลายคน ภาพลักษณ์ในการทำงานของเราได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยยึดหลักคำสอนของหลวงตา ทำหน้าที่โดยไม่หวังผลตอบแทน เมื่อเกิดความท้อแท้ใจ ระลึกถึงคำสอนของพระพุทธเจ้าเรื่องขันติความอดทน และระลึกถึงพระบรมราโชวาทของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว จึงทำให้มีกำลังใจในการทำงาน

จากการสัมภาษณ์นางอัมพร หงษ์เจ็ด^{๑๙} กล่าวเพิ่มเติมว่าศีลแปลว่า ปกติ ละ เว้น เป็นสิ่งที่นำมาใช้ในโรงพยาบาลในการดูแลผู้ป่วย ด้วยความเมตตากรุณา ไม่ใช่คำพูดคำหยาบ พูดส่อเสียด พูดกระทบกระทั่งกับผู้ป่วย ไม่มีจิตอคติ สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้เป็นอย่างดี ทำให้เข้าใจเอาใจเขามาใส่ใจเรา

^{๑๘} สัมภาษณ์ นางคุณญา แก้วทันคำ, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ, โรงพยาบาลแพร่ อำเภอมืองแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๙} สัมภาษณ์ นางอัมพร หงษ์เจ็ด, พยาบาลชำนาญการ, โรงพยาบาลหนองม่วงไข่, อำเภอนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางจันทรรัตน์ เลิศลักษณ์กุล^{๒๐} กล่าวเพิ่มเติมว่า ได้มาปฏิบัติธรรมทุกวันพระ และตามโอกาส ทำวัตรสวดมนต์ทุกวันและวันพระ ที่วัดป่าเวียงทอง ได้นำศีล ๕ ไปปฏิบัติเป็นคน มีเมตตา กรุณา ไม่เบียดเบียนกันและกัน ข้อที่ ๑ ช่วยเหลือชีวิตกำลังบาก ข้อที่ ๒ ไม่หยิบฉวยเอาของผู้อื่นที่เขาไม่อนุญาต ข้อที่ ๓ ไม่ล่วงละเมิดทางเพศต่อผู้อื่น ข้อที่ ๔ ไม่โกหก ทางวาจา คำพูด ไม่พูดคำหยาบ พูดแบบมีสติมาก ตัดอารมณ์เพื่อเจอ ข้อที่ ๕ ไม่ดื่มสุราและเมรัย เว้นการพนันทุกชนิดได้ปลูกฝังการปฏิบัติได้มากขึ้น หลังจากที่ได้เข้ามาวัด

จากการสัมภาษณ์นางดวงเนตร หล้าคำมี^{๒๑} กล่าวเพิ่มเติมว่าจากการที่ได้เข้ามาศึกษาและฝึกปฏิบัติธรรมรักษาอุโบสถศีลในสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง ซึ่งวัดได้จัดกิจกรรมรักษาศีลในวันธัมมัสสนะ วันมาฆบูชา วันวิสาขบูชา วันอัฐมีบูชา วันอาฬหบูชา อันออกพรรษา เป็นประจำทุกปี ข้าพเจ้าได้นำหลักไตรสิกขาในข้อว่าด้วย (ศีล) ไปปฏิบัติเพื่อเป็นแนวทางที่จะนำสู่การพัฒนาตนเองในการสำรวมระวัง จิตใจ วาจา กาย ในดังนี้

๑. เว้นจากการฆ่า การทุบตี รังแก สัตว์ แม้หลีกเลี่ยงไม่ได้ ก็กระทำให้น้อยครั้ง เช่นการฆ่าสัตว์เพื่อเป็นอาหารทั้งทางตรงและทางอ้อม

๒. เว้นจากการลักสิ่งของของผู้อื่น ไม่หยิบใช้ของผู้อื่นก่อนเจ้าจะได้อนุญาตจากเจ้าของ

๓. เว้นจากการประพฤติดิตพรหมจรรย์ โดยสำรวมระวังในการพบปะพูดคุยกับเพศชายให้เหมาะสมกาลเทศะ

๔. เว้นจากการพูดปด พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ พูดเพื่อเจ้อ ต่อบุคคลอื่น ไม่กระทำทั้งต่อหน้าและลับหลัง

๕. เว้นจากการดื่มสุราเมรัย อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท

๖. รับประทานอาหารแต่พออิ่ม รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

๗. สำรวมสมณะในการแต่งให้เหมาะสมกาลเทศะ ในการสมาคมต่างๆ

ดูแลรักษาทำความสะอาดเครื่องนอน ที่อยู่อาศัยให้สะอาดถูกสุขอนามัยของตนเองและคนอื่นในครอบครัว

จากการสัมภาษณ์นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์^{๒๒} กล่าวเพิ่มเติมว่าเมื่อได้มาฟังเทศน์จากหลวงตา ทำให้น้อมนำคำสอนของหลวงตามาปฏิบัติตามได้ ทำให้ไม่พูดโกหก ไม่เบียดเบียนผู้อื่น ไม่คิดร้ายต่อผู้อื่น ทำงานในหน้าที่ดูแลนักศึกษาพยาบาลที่รับผิดชอบอยู่ ด้วยตั้งใจสอนนักศึกษาด้วยความเมตตากรุณา ถ่ายทอดความรู้แก่นักศึกษาด้วยความเมตตาธรรม

^{๒๐}สัมภาษณ์ นางจันทรรัตน์ เลิศลักษณ์กุล,อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง พ.ศ.๒๕๕๕, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๕.

^{๒๑}สัมภาษณ์ นางดวงเนตร หล้าคำมี, ครูชำนาญการ, สำนักงานพื้นที่การศึกษาการประถมศึกษาแพร่ เขต ๑ ,ข้าราชการบำนาญสังกัด สพป.แพร่เขต ๑, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๕.

^{๒๒}สัมภาษณ์ นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์, อาจารย์วิชาการพยาบาล,วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีแพร่, ๔ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๕.

จากการสัมภาษณ์ นางสาวนพฉัตร แก้วทันคำ^{๒๓} กล่าวเพิ่มเติมว่า ฆราวาส คฤหัสถ์ ทั่วๆไปจะถือศีล ๕ ข้อ ตัวข้าพเจ้าเองก็เช่นกัน แต่เมื่อได้เข้ามาศึกษาและปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) ข้าพเจ้าได้สมาทานศีล ๘ และยึดถือน้อมนำมาปฏิบัติ โดยศีล ๘ ข้อนั้นได้แก่ ๑ การไม่ฆ่า เบียดเบียนสัตว์ เช่นเมื่อยุงกัดข้าพเจ้าจะเป่าหรือไล่ไปไม่ตีหรือตบยุงนั้น ๒ ไม่ขโมย ลักทรัพย์ ฉ้อ ชิงทรัพย์ ของผู้อื่น ข้าพเจ้าจะถือคติว่าสิ่งของของเรา เรารักเราหวงแหน ผู้อื่นก็คงไม่ต่างกันย่อมรักและหวงแหนสิ่งของที่ตนเองมีอยู่แน่นอน ๓ ไม่แตะเนื้อต้องตัว รับสิ่งของจากมือโดยตรงของเพศตรงข้ามและไม่ประพฤติดิพพรหมจรรย์คือไม่มีเพศสัมพันธ์กับผู้อื่น ที่มีเจ้าของอยู่แล้ว หรือมีภรรยาอยู่แล้ว ๔ ไม่พูดเท็จ หลอกหลวง พูดจาเพ้อเจ้อ ต้องมีการสำรวมระวังในการพูดเสมอเพราะคิดพูดในบางครั้งก่อนที่จะพูด เราเป็นเจ้านายคำพูด ควรคิดก่อนพูด เพราะพูดไปแล้ว คำพูดจะมันเป็นนายเรา จะย้อนคำพูดกลับมาแล้วไม่ได้ ๕ ไม่ดื่มสุราและของมึนเมาเพราะเราจะทำให้ขาดสติสัมปชัญญะ ทำให้เกิดความประมาทได้ ๖ ไม่ฉันอาหารในยามวิกาล คือฉันของขบเคี้ยวที่ไม่ใช่ช้อยกเว้นหลังเที่ยงวันไปแล้ว เป็นการเอื้อแก่การภาวนาเพราะถ้าหากฉันอาหารมากเกินไปจะทำให้เกิด ถีนมิทธะ คือความง่วงเหงาหาวนอนเป็นอุปสรรคต่อการภาวนาได้ ๗ ไม่ตกแต่งร่างกายด้วยเครื่องหอมเครื่องประดับที่สวยงาม เพราะจะทำให้เรายึดติดในรูปมากเกินไปเป็นอุปสรรคต่อการภาวนาได้ ๘ ไม่นอนที่นอนสูงใหญ่ ภายในใสนุ่นสำลีให้นุ่มเหมาะแก่การนอน ซึ่งจะเป็นอุปสรรคต่อการเจริญภาวนาได้

จากการสัมภาษณ์ นายสิงห์ ปันกลอง^{๒๔} กล่าวเพิ่มเติมว่าการนำศีล มาพัฒนาตนเองในเบื้องต้น คือหลักเลี่ยงการเบียดเบียนสิ่งมีชีวิตทั้งหลายทั้งความคิดและการกระทำรวมทั้งไม่ยินดีเมื่อเห็นผู้อื่นทำเช่นนั้นด้วย ดารไม่อยากได้ในของที่ไม่ใช่ของเรา แม้แต่มีโอกาสดังนั้นก็ไม่ได้ก็ไม่เอาสำหรับเรื่องการพูดจาเหลวไหลไร้สาระ โกหกนินทานั้นก็ไม่เอาเพราะเห็นว่าไม่มีประโยชน์ ส่วนเรื่องการประพฤติดิพพรหมจรรย์ทั้งหลายไม่ทำอย่างเด็ดขาดเพราะเห็นโทษ และไม่เสพลิงเสพยัถยทุกชนิดรวมทั้งการพนันทุกชนิด ปฏิบัติได้อย่างเคร่งครัด ทำอยู่อย่างสม่ำเสมอ ในวันพระได้เข้าไปปฏิบัติในวัดแห่งนี้ โดยร่วมทำวัตรสวดมนต์ ภาวนา ร่วมกับอุบาสก-อุบาสิกา ที่ไปปฏิบัติธรรมในวัดมาโดยตลอด

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างของผู้ปฏิบัติธรรมผู้วิจัยกล่าวโดยสรุปกิจกรรมการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ใน **ด้านศีล** ผู้ปฏิบัตินำหลักศีลไปปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ได้พัฒนาจริยธรรมด้านศีล ได้ถือศีลอย่างเคร่งครัด ไม่ละเมิดศีลทั้ง ๕ ข้อ และบางคนได้พัฒนาจากศีล ๕ บางคนได้พัฒนาตนเองเข้ามารักษาศีลอุโบสถศีลในวันพระ ทำให้การพัฒนาจริยธรรมด้านศีลดีขึ้นเป็นไปตามลำดับจำนวนระยะเวลาในการปฏิบัติของผู้เข้ารับการปฏิบัติโดยเริ่มตั้งแต่ ๕ ปี ๑๐ ปี ๑๕ ปี ๑๘ ปี และถือปฏิบัติด้านศีลอย่างต่อเนื่อง

^{๒๓}สัมภาษณ์ นางสาวนพฉัตร แก้วทันคำ ,นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดลชั้นปีที่ ๑. ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๒๔}สัมภาษณ์ นายสิงห์ ปันกลอง ,อุบาสกผู้ปฏิบัติธรรมของวัดป่าเวียงทอง ๒๕๓๓, ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙.

๓.๔.๒ ด้านสมาธิ

จากการลงพื้นที่การสัมภาษณ์เกี่ยวกับกิจกรรมพัฒนาจริยธรรมด้านสมาธิของสำนักปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทองพบว่าทางวัดป่าเวียงทองได้มีการพัฒนาจริยธรรมด้านสมาธิโดยได้เน้นการปฏิบัติธรรมให้แก่ผู้ปฏิบัติด้วยการเจริญอานาปานสติ ด้วยการกำหนดลมหายใจ กำหนดลมหายใจเข้าให้กำหนดว่าพุท และกำหนดลมหายใจเข้าว่าโธ ตามลำดับตลอดการปฏิบัติ

จากการสัมภาษณ์ สมชาย รินคำแดง^{๒๕} กล่าวว่าก่อนหน้านี้ไม่รู้จักสมาธิ ซึ่งไม่มีพื้นฐานความรู้ด้านสมาธิมาก่อน เมื่อได้เข้ามาปฏิบัติธรรม อบรมปฏิบัติธรรมนำชีวิตของทางวัดและได้ฟังธรรมบรรยายจากพระวิปัสสนาจารย์บ้าง จากเครื่องกระจายเสียงที่ทางวัดในช่วงที่เข้ามาปฏิบัติธรรมของทางวัด แล้วนำไปปฏิบัติจึงได้รับความรู้ด้านสมาธิและเคยได้ขณิกสมาธิเกิดขึ้นกับตัวเอง และได้นำปฏิบัติโดยการนั่ง ๑ ชั่วโมงโดยใช้วิธีหายใจเข้าพุท หายใจออกโธ เมื่อปฏิบัติเริ่มชำนาญทั้งพุทโธเหลือแต่ลมหายใจเข้า-ออก ได้ฝึกสมาธิปฏิบัติ อย่างสม่ำเสมอ ทั้งได้มีโอกาสได้มาปฏิบัติที่วัดป่าเวียงทองเป็นอย่างดีสม่ำเสมอ และไปทำวัตรเย็น เจริญภาวนาทุกวันพระที่วัดป่าแห่งนี้ และโครงการปฏิบัติธรรมของบริษัทนัมซีเส็งลิสซิงจำกัด โดยได้ จัดโครงการปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทองแห่งนี้

จากการสัมภาษณ์นางสาวจีระพรรณ คำวังจันทร์^{๒๖} กล่าวเพิ่มเติมว่าได้นำหลักฝึกฝนการปฏิบัติจากหลวงตา (พระอธิการสุทธินันท์ สุทธิญาโณ) ครูอาจารย์ผู้สอนกรรมฐาน ให้ฝึกปฏิบัติโดยการกำหนดดูลมหายใจ ได้ปฏิบัติที่วัดเป็นประจำทุกวันพระ วันหยุดราชการและตามโอกาสเช่นวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา แนะนำไปทำที่บ้าน การดูลมหายใจใช้บริการลมหายใจเข้าพุท หายใจออก โธ ทำอย่างนี้อยู่เป็นประจำ

จากการสัมภาษณ์นางสาวธราทิพย์ ธนปทิพย์^{๒๗} กล่าวเพิ่มเติมว่า ได้นำไปใช้ในการทำงาน เจริญสติในการทำงานมากยิ่งขึ้น ให้ความผิดพลาดเกิดน้อยลง เพาะเราทำอย่างมีสติ และสามารถลำดับความสำคัญ และจัดระดับความสำคัญในการทำงานว่าอันไหนควรทำก่อนทำหลังและการใช้ชีวิตประจำวันได้ดีมากยิ่งขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางสาวรุจิรา จิรวีริยวงศ์^{๒๘} กล่าวเพิ่มเติมว่า หลังจากได้มาปฏิบัติที่วัดป่าเวียงทองแล้ว ทางครูบาอาจารย์ได้แนะนำให้ไปปฏิบัติด้วยตนเอง และมีการทดสอบอารมณ์แล้วทำให้ทำงานหรือใช้ชีวิตประจำวันมีสมาธิเพิ่มขึ้น รอบคอบขึ้น ไม่หลงลืมรู้ตัวตลอดไม่เลื่อนลอย มีสติมากขึ้น

^{๒๕} อ่างแล้ว นายสมชาย รินคำแดง, กรรมการผู้จัดการ บริษัทนัมซีเส็งลิสซิง จำกัด, สาขาเวียงทอง ๒๕๕๗, ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๒๖} อ่างแล้ว นางสาวจีระพรรณ คำวังจันทร์, ครูชำนาญการพิเศษ, โรงเรียนนาริรัตน์จังหวัดแพร่ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ สพม.เขต๓๙ ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๒๗} อ่างแล้ว นางสาวธราทิพย์ ธนปทิพย์, เจ้าหน้าที่การตลาดอาวุโส ๘, ธนาคาร/สังกัด ทางด้านการตลาดและติดต่อประสานงาน, ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๒๘} อ่างแล้ว นางสาวรุจิรา จิรวีริยวงศ์, ผู้จัดการทัวร์, บริษัท อนันต์ดาทัวร์(ประเทศไทย) จำกัด, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางสาวกิติมา จิรวิริยวงศ์^{๒๙} กล่าวเพิ่มเติมว่า จากการที่ได้มาอบรม ปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทองหลายครั้ง และนำไปปฏิบัติธรรมด้วยตนเองทำให้การทำงานมีความ รอบคอบ ไม่หลงลืม มีความสุขกับการทำงานมากขึ้น ควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้น มีความเห็นอกเห็นใจ ผู้อื่นมากขึ้น จิตใจมีความตั้งมั่นขึ้น จดจ่อกับการทำงานมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์^{๓๐} กล่าวเพิ่มเติมว่า ทำตนให้มีความตั้งมั่น สามารถทำงานที่ยาก ให้เป็นงานที่ง่ายขึ้น เข้าใจในการทำงาน ทำงานได้อย่างต่อเนื่อง จิตใจไม่ วอกแวก พึงชำนอดทนต่อการกระทบจากสิ่งแวดล้อมรอบข้าง ทำให้ตนเองไม่เดือดร้อน และไม่ทำให้ ผู้อื่นเดือดร้อน เจริญสติมากขึ้น มีเหตุมีผลมากขึ้น สร้างเหตุอย่างไร ย่อมได้รับผลเช่นนั้น

จากการสัมภาษณ์นางประไพศรี ปิ่นกลอง^{๓๑} กล่าวเพิ่มเติมว่าจากการที่เข้ามาปฏิบัติ ธรรมที่วัดป่าเวียงทองแห่งนี้หลายปี ได้ผ่านการอบรมจากครูบาอาจารย์และฟังธรรมบรรยายมาโดย ตลอดทำให้จิตเป็นสมาธิมากขึ้นไปตามลำดับ ทำให้สามารถนำไปปฏิบัติที่บ้านได้ ปฏิบัติธรรมได้ทุกที่ ทุกโอกาสที่ได้ทำ

จากการสัมภาษณ์นางสาวโสภา ทะนันไชย^{๓๒} กล่าวเพิ่มเติมว่าสมาธิ จากการที่ได้มา ปฏิบัติธรรมในวัดแห่งนี้ ทำให้ทราบว่า การนั่งภาวนาหรือนั่งสมาธิ ทำให้จิตใจนิ่ง สงบ สามารถนำมา ปฏิบัติกับตนเอง คือ การปฏิบัติในชีวิตประจำวัน การนั่ง การเดิน มีสติ รู้สึกตัวอยู่ตลอดเวลาตนเอง กำลังทำอะไรอยู่ สามารถควบคุมตนเองได้เป็นอย่างดี

จากการสัมภาษณ์นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์^{๓๓} กล่าวเพิ่มเติมว่าหลักจากได้ปฏิบัติธรรม นำชีวิตของวัดป่าเวียงทองแล้วได้หมั่นสำรวจตรวจศีล ทุกวันก่อนนอน และตื่นนอน สรรวมระวังทุก อิริยาบถ การยืน เดิน นั่งนอน กิน ดื่ม ทำ พูด คิด เพื่อตามดูจิตให้รู้เท่าทันบำบัดโรคทางกายและทาง จิตใจได้ตามหลักการกายจิตสัมพันธ์ ได้เช่น ขับเสมหะออกจากปอด อยู่เหนือเวทนา ความเจ็บปวด โดยไม่ต้องพึ่งยาแผนปัจจุบัน. สามารถ สวดมนต์ สวดพระไตรปิฎกภาษาบาลีได้ดี ทำให้มีนิสัยชอบ การสวดมนต์เป็นนิจ

จากการสัมภาษณ์นางคุณญา แก้วทันคำ^{๓๔} กล่าวเพิ่มเติมว่าหลังจากได้ปฏิบัติธรรม วิปัสสนากรรมฐานที่วัดแล้ว ได้นำแนวทางที่จะนำสู่การพัฒนาตนเองดังนี้

^{๒๙} อ่างแล้ว นางสาวกิติมา จิรวิริยวงศ์,ข้าราชการครู (ครูชำนาญพิเศษ),วิทยาลัยช่างศิลป์ สถาบัน บัณฑิตพัฒนศิลป์,กระทรวงวัฒนธรรม, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๓๐} อ่างแล้ว นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์,นักวิชาการศึกษาคำานานุกรพิเศษ,สำนักงานเลขาธิการสภา การศึกษา,กระทรวงศึกษาธิการ, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๓๑} อ่างแล้ว นางประไพศรี ปิ่นกลอง,อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง และผู้ร่วมก่อตั้งวัดป่าเวียง ทอง, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๓๒} อ่างแล้ว นางสาวโสภา ทะนันไชย,ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตำหนักธรรม,องค์การบริหารส่วน ตำบลตำหนักธรรม ๒๕๒ ถนนยันตรกิจโกศล ตำบลตำหนักธรรม อำเภอนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙.

^{๓๓} อ่างแล้ว นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ,ข้าราชการบำนาญ,กระทรวง สาธารณสุข, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๓๔} อ่างแล้ว นางคุณญา แก้วทันคำ, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ,โรงพยาบาลแพร่ อำเภอมืองแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

- การระลึกยึดสติปัฏฐาน ๔ โดยการฝึกการรู้กาย รู้จิต ขณะนั่ง เดิน นอน ใช้คำบริกรรมพุทโธ

- การตั้งจิตในการทำสมาธิให้อารมณ์ตั้งมั่น โดยการสวดมนต์ และเดินจงกรม และนั่งสมาธิที่บ้าน

- มีความพยายาม ละเอียด ชั่ว ประพฤติดีประจำใจ

จากการสัมภาษณ์นางอัมพร หงษ์เจ็ด^{๓๕} กล่าวเพิ่มเติมว่าใช้วิธีด้วยหายใจเข้าพุท หายใจออกโธ และกำหนดอิริยาบถ ๔ เดินสมาธิ นั่งสมาธิ ยืนกำหนด นอนสมาธิ เพื่อให้เกิดสติอยู่ทุกอิริยาบถ

จากการสัมภาษณ์นางจันทรรัตน์ เลิศลักษณ์กุล^{๓๖} กล่าวเพิ่มเติมว่า ปกติเป็นคนไม่นั่งมีจิตใจฟุ้งซ่าน วอกแวก จิตไม่ตั้งมั่น ตั้งแต่เข้ามาปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทอง จิตมีสมาธิมากขึ้นและได้คำแนะนำจากหลวงตา ได้ฟังธรรมะตามโอกาสทำให้น้ำเอาสมาธิปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง สามารถนำสมาธิไปใช้การทำงาน การขับรถ และการทำงาน ฝึกจิตตั้งมั่นแน่วแน่อยู่กับงานนั้น ฝึกให้มีความเชื่อมั่นได้มากขึ้น ฝึกควบคุมอารมณ์เมื่อถูกกระทบกระทั่งในกลุ่มคนในสังคมภายนอก ฝึกฝนแล้วทำให้จิตใจไม่ฟุ้งซ่าน จิตนิ่งได้มากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางดวงเนตร หล้าคำมี^{๓๗} กล่าวเพิ่มเติมว่าข้าพเจ้าผ่านการอบรมวิปัสสนากรรมฐานที่วัดป่าเวียงทอง ได้นำหลักไตรสิกขาในข้อว่าด้วย (สมาธิ) ไปปฏิบัติเพื่อเป็นแนวทางที่จะนำสู่การพัฒนาตนเองดังนี้ ไหว้พระสวดมนต์ทำวัตรเช้า-เย็น การนั่งสมาธิ การเดินจงกรม การดูแลทำความสะอาดบ้านเรือน ฝึกสำรวมระวังอยู่ในการกำหนดอริยบท ๔ สังเกตดูพฤติกรรมของกาย พฤติกรรมของวาจา และใจ การฝึกสมาธิเป็นฝึกกำลังทางจิตให้มีพลังเข้มแข็ง

จากการสัมภาษณ์นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์^{๓๘} กล่าวเพิ่มเติมว่ามีการฝึกนั่งสมาธิ และมีการนำเข้าสู่การภาวนา และฟังหลวงตาเทศน์ ซึ่งการเทศน์มีข้อคิด สะกิดใจเรื่อง ทำให้มีการเชื่อมโยงทำให้เห็นประโยชน์ของการฝึกทำด้วยตนเอง ทำให้ได้บททวน ทำให้ตัดความฟุ้งซ่าน ความห่วง ความตึงเครียด ทำให้รู้สึก สิ่งที่เคยถูกว่า ถูกกระทบซ้ำๆ ทำให้เรานำสิ่งนั้นมาคิดซ้ำๆ และจำฝังในหัวมาทำร้ายจนทำให้ตนเองหมองพลัง การได้ฟังธรรมที่หลวงตาแนะนำพร่ำสอนให้รู้จักการฝึกฝนตนเองและจากการที่ได้ฝึกฝนมา ได้เห็นความคิด ความคับแค้น ความขงใจ ที่เผชิญแล้วให้หยุดการกระทำเหล่านั้นได้ เพราะได้พบกับกัลยามิตรผู้แนะนำการปฏิบัติธรรมในวัดแห่งนี้ โดยเฉพาะกัลยาณมิตรเช่น คุณคุณญา แก้วทันคำ คุณพองจันทร์ พรหมรินทร์ เป็นต้น ได้ความรู้จากการปฏิบัติธรรม เป็น การปฏิบัติที่เน้นความเรียบง่าย เข้าใจง่าย เข้าถึงการปฏิบัติได้ง่ายขึ้น

^{๓๕} อ่างแล้ว นางอัมพร หงษ์เจ็ด ,พยาบาลชำนาญการ,โรงพยาบาลหนองม่วงไข่,อำเภอหนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๓๖} อ่างแล้ว นางจันทรรัตน์ เลิศลักษณ์กุล,อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง พ.ศ.๒๕๕๕, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๓๗} อ่างแล้ว นางดวงเนตร หล้าคำมี, ครูชำนาญการ,สำนักงานพื้นที่การศึกษาการประถมศึกษาแพร่ เขต ๑ ,ข้าราชการบำนาญสังกัดสพป.แพร่เขต ๑, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๓๘} อ่างแล้ว นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์, อาจารย์วิชาการพยาบาล,วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีแพร่. ๔ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางสาวพนัธร์ แก้วทันคำ^{๓๙} กล่าวเพิ่มเติมว่าได้เข้ามาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่วัดป่าเวียงทอง การเข้าป่าได้ฝึกสมาธิทำให้ข้าพเจ้าเป็นคนมีจิตใจแน่วแน่ มุ่งมั่นมากขึ้นเป็นผลมาจากการได้ฝึกสติอย่างสม่ำเสมอ เมื่อได้ทำอะไร จิตใจจะแน่วแน่อยู่นั่น เช่นในขณะที่เรียน ก็จะเน้นไปที่ครูสอน จดตามทีครูกบอก เมื่อข้าพเจ้าเป็นผู้ฟังก็จะตั้งใจฟังในสิ่งที่ผู้พูดกำลังพูด ไม่วอกแวก ถ้าสิ่งที่ผู้พูดมีประโยชน์มีสาระก็จะได้รับมาอย่างเต็มที่, เมื่อเราเป็นผู้พูด เราจะมีสมาธิอยู่กับตัวเองไม่พูดนอกเรื่อง หรือไม่พูดเพ้อเจ้อ พูดแต่สิ่งที่ประโยชน์ต่ออยู่ฟัง

จากการสัมภาษณ์นายสิงห์ ปิ่นกลอง^{๔๐} กล่าวเพิ่มเติมว่าการทำสมาธิทำให้จิตที่เคยฟุ้งซ่าน คิดมาก คิดเหลวไหล กลับมาเป็นจิตที่นิ่งมากขึ้น เมื่อจิตมีอารมณ์เดียวไม่ซัดส่าย ส่งออกไปเกาะกระรานภายนอก ก็ทำให้เป็นคนที่ไม่หวั่นไหวกับสิ่งที่มากระทบจิตใจ แม้บางครั้งจะเผลอแต่ก็จะกลับมารู้ตัวเร็วขึ้น และเป็นจิตที่พร้อมสำหรับการเรียนรู้และปฏิบัติ โดยใช้หลักอานาปานสติตามลมหายใจเข้า ลมหายใจออก

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างของผู้ปฏิบัติธรรมผู้วิจัยกล่าวโดยสรุปกิจกรรมการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ในด้านสมาธิ โดยทางวัดป่าเวียงทองได้ใช้หลักปฏิบัติในการฝึกฝนสมาธิของอาจารย์ใหญ่สาย พุท-โธ ของพระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต มีการพัฒนาจริยธรรมโดยเน้นหลักการปฏิบัติด้วยการเจริญสติโดยการกำหนดลมหายใจเข้าออก กำหนดลมหายใจเข้าว่า พุท กำหนดลมหายใจออกว่า โธ โดยผู้ปฏิบัติธรรมได้นำการพัฒนาจริยธรรมด้านสมาธิปฏิบัติได้อย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง สามารถนำสมาธิไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้เป็นอย่างดี สามารถนำสมาธิไปใช้ในกิจกรรมประจำวันได้ และปฏิบัติภายในวัดและปฏิบัติบ้านได้เป็นอย่างดี

๓.๔.๓ ด้านปัญญา

จากการลงพื้นที่การสัมภาษณ์จากการลงพื้นที่การสัมภาษณ์เกี่ยวกับกิจกรรมพัฒนาจริยธรรมด้านปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทองพบว่าให้ผู้ปฏิบัติเจริญปัญญา เจริญสติอย่างต่อเนื่อง ทำให้ผู้ปฏิบัติรู้จริงเห็นจริงของสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นซึ่งทำให้ผู้ปฏิบัติต้องรู้ที่สมารถจะเข้าใจตนเองอย่างมีเหตุผล ซึ่งทำให้ผู้มาปฏิบัติที่นั่นรู้เท่าทันสภาวะธรรมที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ ทางวัดได้เน้นให้ฝึกฝนการเจริญปัญญาเกิดจากการฟัง (สุตตะมะยะปัญญา ปัญญาเกิดจากฟัง)เช่นเปิดธรรมะของครูบาอาจารย์ในเวลาเช้าและเวลาการกวาดลานวัด บรรยายธรรมะทุกวัน พระ ทางวัดได้เน้นการฝึกฝนเจริญปัญญาเกิดจากการคิดพิจารณา (จินตามะยะปัญญา ปัญญาเกิดจากการคิด) นำสิ่งที่ได้ยินได้ฟังมาคิดพิจารณาเห็นตามเป็นจริงแล้วปฏิบัติตามสิ่งที่ได้ยินได้ฟังจากครูบาอาจารย์ สอนให้คิดเป็น สวหาเหตุของทุกข์ หาเหตุของความพ้นทุกข์ เหตุเกิดขึ้นจากสิ่งใดสามารถระงับทุกข์ได้ ทางวัดสอนให้เป็นผู้คิดเป็นจะเกิดภาวนามะยะปัญญา (ภาวนามะยะปัญญา ปัญญาเกิดจากการอบรมหรือเกิดจากการสำรวมตั้งไว้ดี) ทางวัดได้เน้นฝึกฝนการเจริญปัญญาจาก

^{๓๙} อ่างแล้ว นางสาวพนัธร์ แก้วทันคำ ,นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดลชั้นปีที่ ๑. วันที่ ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๔๐} อ่างแล้ว นายสิงห์ ปิ่นกลอง ,อุบาสกผู้ปฏิบัติธรรมของวัดป่าเวียงทอง ๒๕๓๓, ๖ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙.

อบรมบ่มนิสัย ฝึกให้เจริญอบรมสำรวมอินทรีย์ ๕ สำรวมในศีล จนเกิดปัญญาจากเจริญภาวนาหรือสมาธิ

จากการสัมภาษณ์นายสมชาย รินคำแดง^{๔๑} ได้กล่าวว่า หลังจากได้มาปฏิบัติธรรมอบรมวิปัสสนากรรมฐานที่วัดป่าเวียงทองสิ่งแรกที่ได้รับจากทางวัดคือ ได้รับฟังคำสอนจากหลวงตาก่อน ทำให้เกิดปัญญาที่เกิดจากการฟัง (สุตะมยะปัญญา) เมื่อได้รับฟังก็ได้คิดตามทำคำสอนนั้น ความรู้ปัญญาก็เกิดจากความคิดก็เกิดขึ้น คิดว่าเหตุของการเกิดนี้ หลวงท่านเน้นให้ไปดูเหตุให้ได้ว่าเกิดจากอะไร ทำให้คิดเป็น คิดหาสาเหตุของความทุกข์และทำให้เรามีความทุกข์น้อยลงและไม่มีทุกข์เลย กระทั่งเป็นตัวปัญญาเกิดจากภาวนา (ภาวนามยะปัญญา) ผลจากการที่เราได้สามอย่างนี้มาใช้ในการปฏิบัติธรรมเจริญปัญญาทำให้รู้หลักการทางพระพุทธศาสนาว่ามีเหตุและผลโดยฝึกดูจิตทุกขณะถูกระงับโดยอารมณ์โทสะ ฝึกฝนภาควิบคัมมอารมณ์ ๓ คือความขมใจโดยใช้สมาธิข่มกิเลสพิจารณาปัญญา เห็นอารมณ์โทสะที่ชัดขึ้น เห็นความโกรธเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไปถึงแม้จะไม่ชำนาญแต่เห็นโทษของโทสะความโกรธตัวเองว่าทำความเดือดร้อนตนเอง ทำให้เห็นอริยสัจทั้ง ๔ เกิดขึ้น เห็นทุกข์ เห็นเหตุของความทุกข์ เห็นความดับทุกข์ และเห็นทางดำเนินที่ถึงความดับทุกข์

จากการสัมภาษณ์นางสาวจีระพรรณ คำวังจันทร์^{๔๒} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าได้นำหลักการเจริญปัญญาไปปฏิบัติอย่างนี้ เกิดความฉลาด ทั้ง IQ, EQ, MQ,AQ โดยมีการทบทวน ไตร่ตรอง มีวิจารณ์ญาณขั้นสูงโดยมีกระบวนการคิด ๑๐ Step (ขั้น) ดังนี้ ๑. คิดวิเคราะห์ ๒. คิดเปรียบเทียบ ๓. คิดสังเคราะห์ ๔. คิดวิพากษ์ ๕. คิดอย่างมีวิจารณ์ญาณ ๖. คิดประยุกต์ ๗. คิดเชิงกลยุทธ์ ๘. คิดแก้ปัญหา ๙. คิดบูรณาการ ๑๐. คิดสร้างสรรค์

จากการสัมภาษณ์นางสาวธราทิพย์ ธนพิทย^{๔๓} ได้กล่าวว่าใช้ในการที่เราจะทำสิ่งใดหรือเรื่องใดเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยเราจะต้องใช้เหตุและผลและพิจารณาไตร่ตรองให้ละเอียดรอบคอบ คิดก่อนที่จะทำแล้วจึงลงมือทำ

จากการสัมภาษณ์นางสาวรุจิรา จิรวีรวงศ์^{๔๔} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าทำให้มีความคิดที่เป็นระบบมากขึ้น ตัดสินใจอย่างมีเหตุมีผลมากขึ้น ไม่เชื่ออะไรง่าย ๆ ปฏิบัติตามกามาสสูตร ๑๐ ประการ

จากการสัมภาษณ์นางสาวกิตติมา จิรวีรวงศ์^{๔๕} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่ามีความรอบคอบในการตัดสินใจมากขึ้น ทำงานอย่างเป็นระบบมีเหตุผลมากขึ้น เห็นอกเห็นใจผู้อื่นมากขึ้น รู้จักพิจารณาสิ่งที่ควรเชื่อหรือไม่ควรเชื่อ โดยใช้หลักคำสอนของพระพุทธเจ้าตามหลักกาลามสูตร มีความสุขกับชีวิตมากขึ้น สามารถยอมรับกับสภาพความเป็นจริงมากขึ้น

^{๔๑}อ้างแล้ว นายสมชาย รินคำแดง, กรรมการผู้จัดการ บริษัทนิมซีเส็งลิซซิง จำกัด,สาขาเวียงทอง ๒๕๕๗, ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๔๒}อ้างแล้ว นางสาวจีระพรรณ คำวังจันทร์,ครูชำนาญการพิเศษ,โรงเรียนนารีรัตน์จังหวัดแพร่ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ สพม.เขต๓๙, ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๔๓}อ้างแล้ว นางสาวธราทิพย์ ธนพิทย, เจ้าหน้าที่การตลาดอูโซ ๘,ธนาคาร/สังกัด ทางด้านการตลาดและติดต่อประสานงาน, ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๔๔}อ้างแล้ว นางสาวรุจิรา จิรวีรวงศ์,ผู้จัดการทั่วไป,บริษัท อนันต์ดาต้า(ประเทศไทย) จำกัด, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๔๕}อ้างแล้ว นางสาวกิตติมา จิรวีรวงศ์,ข้าราชการครู (ครูชำนาญพิเศษ),วิทยาลัยช่างศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์,กระทรวงวัฒนธรรม, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์^{๔๖} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าจากการได้เข้ามาปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทอง และรับฟังธรรมบรรยาย รวมถึงการสนทนาธรรมกับพระวิปัสสนาจารย์ของวัดป่า ท่านได้ชี้แนะให้ข้าพเจ้าได้เกิดปัญญา ความรู้แล้วมากขึ้น ทำให้เชื่อเรื่องบาปบุญคุณโทษ และทุกสิ่งในชีวิตย่อมเกิดแต่เหตุ ทำให้ข้าพเจ้าสามารถลดกิเลส รัก โลภ โกรธ หลง ได้มากขึ้น มีความพอใจกับชีวิตที่ตนเป็นอยู่ จึงรู้สึกว่าการปฏิบัติธรรมมีความสุขขึ้น มีความฉลาดทางอารมณ์มากขึ้น มีความขยัน หมั่นเพียรมากขึ้น ทำอะไรทำให้ดีที่สุด ส่งผลเป็นประการใดก็ยอมรับ และรู้จักการปล่อยวาง ไม่ยึดมั่นถือมั่น

จากการสัมภาษณ์นางประไพศรี ปันกลอง^{๔๗} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าหลังจากได้อบรมวิปัสสนากรรมฐานที่วัดป่าไปแล้วได้พิจารณาว่า เดิมเป็นคนคิดมาก คิดเพื่อเจ้า เอาแต่ใจตนเอง มีทุกข์กับความคิดกับตัวเอง เคยโมโหร้ายถึงขั้นใช้อิทธิพลน้องชายและใช้กรรไกรใช้ไม้ฟาดพี่สาว ตอนนั้นยังไม่รู้จักกรรมะ มีการบวชสามเณรภาคฤดูร้อนบังคับให้ลูกบวช ในขณะนั้นหลวงตาเป็นผู้สอนปฏิบัติ เณรไม่สึกขาลาเพศจึงติดตามไปปฏิบัติธรรม เป็นมูลเหตุให้ ผิดปฏิบัติ นั่งสมาธิต่อเนื่องจนได้สภาวะร่างกายเป็นช็อกคือขาบกับดำ พิจารณาว่าคนเรามีขามีดำ ขาวหมายถึงความ ดำหมายถึงความชั่วที่มีอยู่ในใจ หลวงตาแนะนำสอนให้พิจารณาด้วยปัญญาให้แยกแยะว่าจะเลือกทางไหน แล้วจิตก็เลือกทางสายขาวและถือปฏิบัติโดยตลอด ได้นำสิ่งเกิดในอดีตมาพิจารณาเป็นปัญญาว่าเหตุเหล่านั้นส่งผลให้เราได้มีโอกาสเข้าวัดปฏิบัติได้ฟังในสิ่งที่ยังไม่เคยฟัง ได้รู้ในสิ่งที่ไม่เคยรู้มาก่อน ทำให้เราพิจารณาทำให้เกิดปัญญาเพิ่มพูนสติมากยิ่งขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางโสภา ทะนันไชย^{๔๘} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า จากการปฏิบัติอบรมวิปัสสนากรรมฐานที่วัดป่าเวียงทองทำให้เกิดความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมที่ถูกต้อง ทำให้เกิดปัญญาจากหลายเรื่องที่ไม่เคยรับรู้รับทราบก็ได้รับรู้รับทราบจากการปฏิบัติที่วัดป่าแห่งนี้ เช่นความมีระเบียบ วินัย การปฏิบัติตนของผู้ถือศีล ๘ การรับประทานอาหาร ความพร้อมเพรียงกันของหมู่คณะ การรักษาความสะอาดของสิ่งแวดล้อม การปลูกต้นไม้เพื่อสร้างความร่มรื่นเป็นการรักษาธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม และได้รับฟังธรรมะโดยเน้นหลักไตรสิกขา ๓ ได้นำศีล สมาธิ ปัญญาไปประพฤติปฏิบัติ และได้ฝึกฝนในการเจริญปัญญา เพิ่มความรู้ ความเข้าใจในหลักธรรมมากยิ่งขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์^{๔๙} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าได้ฟังธรรมบรรยายและอบรมวิปัสสนากรรมฐานเป็นเวลาหลายปีแล้วสิ่งที่ได้จากการปฏิบัติธรรมคือ รู้จักคิดและวางแผนอย่างเป็นระบบ ขึ้น มีความละเอียดรอบคอบมากขึ้น มีมุมมองรอบด้าน ก่อนการตัดสินใจ เข้าใจ

^{๔๖} อ่างแล้ว นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์, นักวิชาการศึกษาคำานานุกรการพิเศษ, สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, กระทรวงศึกษาธิการ, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๔๗} อ่างแล้ว นางประไพศรี ปันกลอง, ุบาสิกาดูปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง และผู้ร่วมก่อตั้ง วัดป่าเวียงทอง, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๔๘} อ่างแล้ว นางสาวโสภา ทะนันไชย, ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลตำหนักธรรม, องค์การบริหารส่วนตำบลตำหนักธรรม ๒๕๒ ถนนยันตรกิจโกศล ตำบลตำหนักธรรม อำเภอนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙.

^{๔๙} อ่างแล้ว นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ, ข้าราชการบำนาญ, กระทรวงสาธารณสุข, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

ตนเองและผู้อื่นมากขึ้น ยอมรับ ปรับเปลี่ยน เรียนรู้ อยู่ได้ ในทุกสภาวะ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ สิ่งใหม่ๆ จิตไม่ตกงาน และสนุกกับงานที่ทำ รู้จักคิดและวางแผนอย่างเป็นระบบขึ้น มีความละเอียดรอบคอบมากขึ้น มีมุมมองรอบด้าน ก่อนการตัดสินใจ

จากการสัมภาษณ์นางคุณญา แก้วทันคำ^{๕๐} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่ามีความเห็นเห็นตามความเป็นจริงมีความคิดจะออกจากกาม ไม่คิดอาฆาตพยาบาท ไม่คิดเบียดเบียน และเพื่อให้ได้คุณธรรมสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไปได้มีปัญหาเห็นชอบคือสัมมาทิฐิ ความเห็นชอบ เห็นอริยสัจ ๔ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค ทำให้มรรคมองค์แปดเป็นทางดำเนินในชีวิต มีความเห็นชอบ คิดชอบ พุดชอบ ทำชอบ มีอาชีพที่ถูกทำนองคลองธรรม มีความระลึกชอบ มีความพยายามชอบ มีความตั้งใจมั่นชอบ ตามอริยมรรคองค์ ๘ ประการทำให้เกิดปัญหาเป็นไปตามลำดับคือปัญหาทางโลกและปัญหาทางธรรมไปพร้อมกันสามารถเห็นความเป็นจริง ไม่ยึดติด รู้จักปล่อยวางได้มากกว่าเดิม ทำให้เกิดสติปัญญาสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ สามารถแก้ไขปัญหาคำให้การทุกข์เบาบางลงได้

จากการสัมภาษณ์นางอัมพร หงษ์เจ็ด^{๕๑} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าได้ใช้หลักธรรมนำไปใช้ในการทำงานจะมีชิกแซนสัมผัสที่ ๖ เวลาทำงาน มีความคิดทำงานมากขึ้น กระตือรือร้น มีปัญญารู้เท่าทันอารมณ์เมื่อถูกกระทบโดยเฉพาะอาชีพพยาบาลต้องมีความอดทนสูง ต้องมีปัญหาควบคุมอารมณ์ที่ไม่น่าปรารถนาที่ตามแต่ต้องเข้มใจและเจริญพรหมวิหาร ๔ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขาแก่คนป่วยที่เราได้ดูแล และน้อมยกจิตขึ้นมาพิจารณา เอาใจเขามาใส่ใจเรา ถ้าเป็นคนป่วยถ้าไม่ได้ประพฤติดุปฏิบัติธรรมมาก่อนก็จะทรมานทรมานจากอาการเจ็บป่วย ได้เจริญปัญญาแนะนำผู้ป่วยด้วยจิตเมตตาธรรม ให้กำลังใจ ดูแลให้ความรัก ความอบอุ่นและใส่ใจของผู้ป่วย หากไม่มีการฝึกฝนเจริญปัญญาเราก็คงเกิดความทุกข์มากและทำให้ควบคุมตนเองไม่ได้ เกิดความเสียหายทั้งผู้ป่วยและผู้ดูแลผู้ป่วยได้

จากการสัมภาษณ์นางจันทร์รัตน์ เลิศลักษณ์กุล^{๕๒} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่านำปัญญาไปปฏิบัติพิจารณาได้มากขึ้น เมื่อก่อนไม่มีปัญญาเคยเจอปัญหาในชีวิตทุกข์มากที่สุด ธุรกิจเคยล้มละลาย เป็นหนี้สินเป็นจำนวนมาก สามีเสียชีวิต มีความทุกข์มาก จากการที่ได้เข้าวัดได้นำเอาศีล,สมาธิมาปฏิบัติสามารถทบทวนปัญหาที่เคยประสบมา เคยยึดติดยึดมั่นกับทรัพย์สมบัติ ธุรกิจการงานที่เคยมีและทุกสิ่งทุกอย่างก็สูญหายไปบริบดา เมื่อได้พิจารณาแล้วทำให้คิดว่าทุกสิ่งทุกอย่างไม่เที่ยง เป็นความโชคดีที่ได้เข้าวัดป่าเวียงทอง เข้ามาถือศีลบำเพ็ญสมาธิก่อนที่จะเกิดปัญหา ก่อนสามีจะเสีย จึงได้มีธรรมะช่วยชีวิตต่อชีวิตเอาไว้ เมื่อปฏิบัติธรรมได้พิจารณาความโลภของเราเอง ทำให้เบาบางลง จึงเข้าวัดปฏิบัติมาจนถึงทุกวันนี้

^{๕๐} อ่างแล้ว นางคุณญา แก้วทันคำ, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ,โรงพยาบาลแพร์ อำเภอมืองแพร์, จังหวัดแพร์ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๕๑} อ่างแล้ว นางอัมพร หงษ์เจ็ด, พยาบาลชำนาญการ,โรงพยาบาลหนองม่วงไข่,อำเภอนองม่วงไข่ จังหวัดแพร์, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๕๒} อ่างแล้ว นางจันทร์รัตน์ เลิศลักษณ์กุล,อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง พ.ศ.๒๕๕๔, มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางดวงเนตร หล้าคำมี^{๕๓} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า การจะเกิดปัญญาได้นั้น ต้องผู้ปฏิบัติธรรมต้องปฏิบัติศีลสิกขา สมาธิสิกขาอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นข้าพเจ้าจึงนำหลักการที่ได้รับ การอบรมฝึกปฏิบัติมาฝึกฝนตนเองในชีวิตประจำวันอย่างต่อเนื่อง เมื่อมีข้อติดขัดสงสัยห่มั่นพบปะ สนทนากับครูบาอาจารย์ในสำนักสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่(ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อย่างสม่ำเสมอ ไม่คิดตอบข้อสงสัยด้วยตนเอง และไม่ถามผู้รู้ท่านอื่นนอกสำนัก ได้นำสิ่งที่ท่านได้สอน มาฝึกฝนตนเองอย่างสม่ำเสมอจนเกิดปัญญา และนำไปใช้ชีวิตประจำวันได้จริง

จากการสัมภาษณ์นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์^{๕๔} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า การนำคำสอนของ หลวงตา ที่ให้หลักในการคิด และประทับใจคำสอนสอดแทรก ข้อคิด ที่นำไปปฏิบัติได้ง่าย เช่น ย้อน มองตน เกรงที่ตน และผ่อนปรนที่คนอื่น จิตเป็นนาย กายเป็นบ่าว ทุกสิ่งสำเร็จแล้วที่ใจ

จากการสัมภาษณ์นางสาวพนัฏฐ์ แก้วทันคำ^{๕๕} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ข้าพเจ้าได้นำหลัก ไตรสิกขาคือด้วยปัญญาไปปฏิบัติ โดยปัญญาที่ได้รับมาอาจได้รับมาทั้งโดยการฟัง การคิดตาม การฟัง เทศน์หลายๆ ครั้ง ที่วัดป่าเวียงทองแห่งนี้ทำให้ข้าพเจ้าได้นึกคิดไตรตรองตามเนื้อความเหล่านั้น เป็น การฝึกให้เรารู้จักคิดไตรตรองถึงสิ่งที่เคยทำในอดีตปัจจุบันและวางแผนถึงในอนาคตว่าเราหวังดีหรือ หวังร้ายกับเราหรือไม่ รู้จักพิจารณาโดยละเอียดมากขึ้น ซึ่งจะเป็นประโยชน์อย่างมาก เมื่อต้อง ตัดสินใจทำอะไรอย่างใดอย่างหนึ่ง

จากการสัมภาษณ์นายสิงห์ ปิ่นกลอง^{๕๖} ได้กล่าวว่า การนำปัญญาไปปฏิบัติเพื่อเป็น แนวทางที่จะนำสู่การพัฒนาตนเอง เบื้องต้นก็นำศีลแต่ละข้อมาพิจารณาแยกแยะรายเท่าที่สติปัญญา จะพึงทำได้ ถ้าทำแล้วจะได้อะไร ไม่ทำแล้วจะเกิดโทษอย่างไร เมื่อคิดพิจารณาแล้วก็นำข้อคิดของศีล แต่ละข้อมาปฏิบัติ นั่นก็เป็นสิ่งหนึ่งที่ได้นำปฏิบัติ เพื่อพิจารณาเรื่องทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์และทางดับ ทุกข์ และแนวทางปฏิบัติเพื่อเจริญปัญญาก็ใช้วิธีการฟังเป็นหลัก ฟังให้มากซึ่งเมื่อก่อนจะได้เข้ามา ปฏิบัติที่วัดป่าเวียงทองเคยฟังแต่เพลง ฟังแต่เรื่องราวที่ไม่เป็นสาระหลังเข้ามาศึกษาเรียนรู้และปฏิบัติ แล้วก็ได้หันมาสนใจฟังธรรมะมากขึ้นและฟังจากสื่อหลายๆ ช่องทางธรรมะหลายครูบาอาจารย์ เพื่อ เป็นการเจริญปัญญาให้ยิ่งๆ ขึ้นไปเมื่อได้ฟังแล้วก็นำหลักธรรมนั้นๆ มาศึกษาพิจารณาแล้วปฏิบัติตาม

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างของผู้ปฏิบัติธรรมผู้วิจัยกล่าวโดยสรุปกิจกรรมการพัฒนา จริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ในด้านปัญญา โดยทางวัดได้เน้นการเจริญปัญญาทั้ง ๓ ด้าน คือ ๑ สุตมะยะปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการฟัง ๒ จินตามะยะปัญญา ปัญญาสำเร็จด้วยการคิด พิจารณา ๓ ภวานามะยะปัญญา ปัญญาเกิดจากการอบรมบ่มนิสัย เพื่อให้ผู้ปฏิบัติสามารถนำการ

^{๕๓} อ่างแล้ว นางดวงเนตร หล้าคำมี, ครูชำนาญการ,สำนักงานพื้นที่การศึกษาการประถมศึกษาแพร่ เขต ๑ ,ข้าราชการบำนาญสังกัด สพป.แพร่เขต ๑, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๕๔} อ่างแล้ว นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์, อาจารย์วิชาการพยาบาล,วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จังหวัดแพร่.๔ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๕๕} อ่างแล้ว นางสาวพนัฏฐ์ แก้วทันคำ ,นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดลชั้นปีที่ ๑. ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๕๖} อ่างแล้ว นายสิงห์ ปิ่นกลอง ,อุบาสกผู้ปฏิบัติธรรมของวัดป่าเวียงทอง ๒๕๓๓, ๖ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

พัฒนาจริยธรรมด้านปัญญาไปใช้เมื่อประสบความทุกข์ และมีปัญญาเป็นแนวทางดำเนินได้อย่างถูกต้องตามครรลองคลองธรรมได้ตามหลักอริยสัจ ๔ โดยประกอบ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค สามารถเข้าใจในหลักธรรมคำสอน เข้าใจหลักปฏิบัติธรรมได้อย่างถูกต้อง

๓.๕ ผลการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างเกี่ยวกับผลการพัฒนาจริยธรรมพบว่าการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ สามารถอธิบายได้โดยประกอบไปด้วย ๓ ด้านได้แก่ด้านศีล สมาธิ ปัญญา จากกลุ่มตัวอย่างที่สัมภาษณ์ดังนี้

๓.๕.๑ ด้านศีล

จากการสัมภาษณ์นายสมชาย รินคำแดง^{๕๗} ได้กล่าวว่าการการที่ได้มาปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทองแล้วพบว่า ผลของการได้ปฏิบัติตามศีลแล้วสามารถเป็นแบบอย่างให้กับผู้อยู่ได้บังคับบัญชาได้ถึงผลจากการปฏิบัติ มันผลดีให้องค์กรเกิดความสามัคคี ไม่ทะเลาะวิวาท ไม่ทะเลาะเบาะแว้ง มีความซื่อสัตย์ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีจิตอาสา ทำประโยชน์ส่วนรวม เป็นแบบอย่างของหน่วยงานองค์กรอื่นๆ ได้รับความไว้วางใจจากคนในครอบครัวและคนรอบข้าง

จากการสัมภาษณ์นางสาวจิระพรรณ คำวังจันทร์^{๕๘} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าจากการได้ปฏิบัติตามศีล ๕ ทำให้อยู่ในทุกสถานที่อย่างมีความสุข ปกติสุข มีความสดชื่นแจ่มใส ถึงแม้จะอยู่ในท่ามกลางความวุ่นวายก็ตาม โดยได้รับผลจากการที่ได้ปฏิบัติถือศีล ๕ อยู่ในชีวิตประจำวันและพัฒนาสู่การรักษาศีล ๘ ในวันธัมมัสสวนะไปตามลำดับ เป็นการยกระดับการปฏิบัติศีลให้สูงขึ้นไปอีกขั้นหนึ่ง

จากการสัมภาษณ์นางสาวธราทิพย์ ธนปัทม^{๕๙} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ปฏิบัติตามศีล ๕ แล้วได้รับผลการปฏิบัติสู่การพัฒนาจริยธรรมด้านศีล ได้โดยการชีวิตอยู่ในครอบครัวและสังคมรอบข้างได้ดีมากขึ้น สามารถปรับตัวและเข้าใจตนเองและเข้าใจผู้อื่นได้ดีขึ้น และเห็นโทษของการไม่รักษาศีล ๕ ว่ามีผลกระทบอย่างไร สามารถแยกแยะว่าสิ่งใดควรทำและไม่ควรทำในเชิงลึกมากขึ้น นำมาใช้ในการทำงานประจำวัน เช่น ในการติดต่อประสานงานโดยใช้หลักศีลในเรื่องของการพูดโดยพูดแต่สาระสำคัญและสิ่งที่จริงที่เป็นข้อเท็จจริง ทำให้การติดต่อประสานงานดีขึ้นตามลำดับ

จากการสัมภาษณ์ นางสาวรุจิรา จิรวีริยวงศ์^{๖๐} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าได้นำหลักศีล ๕ ไปปฏิบัตินั้นทำให้มุ่งมั่นทำดี ไม่หลงมัวเมาในสิ่งยั่วต่างๆ ที่ต้องทะเลาะวิวาททำให้เสียการงาน หากเจอ

^{๕๗} อ่างแล้ว นายสมชาย รินคำแดง, กรรมการผู้จัดการ บริษัทนิมซีเส็งลิซซิง จำกัด, สาขาเวียงทอง ๒๕๕๗, ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๕๘} อ่างแล้ว นางสาวจิระพรรณ คำวังจันทร์, ครูชำนาญการพิเศษ, โรงเรียนนาริรัตน์จังหวัดแพร่ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ สพม.เขต๓๙, ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๕๙} อ่างแล้ว นางสาวธราทิพย์ ธนปัทม, เจ้าหน้าที่การตลาดอาวุโส ๘, ธนาคาร/สังกัด ทางด้านการตลาดและติดต่อประสานงาน, ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๖๐} อ่างแล้ว นางสาวรุจิรา จิรวีริยวงศ์, ผู้จัดการทัวร์, บริษัท อนันต์ดาวทัวร์(ประเทศไทย) จำกัด, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

คนพูดไม่ดีการติดต่องาน เราก็จะอดทน อดกลั้นทำให้การติดต่องานและทำงานเป็นไปด้วยดีและเข้าใจในเป็นที่ยอมรับในการทำงานได้เป็นอย่างดี

จากการสัมภาษณ์ นางสาวกิตติมา จิรวิริยวงศ์^{๖๑} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าผลของการปฏิบัติศึลนั้นทำให้เกิดความเมตตา กรุณาต่อสัตว์โลก โดยไม่เบียดเบียนไม่ทำร้ายไม่ฆ่าสัตว์ หรือไม่สั่งให้ผู้อื่นทำสามารถนำไปใช้ในอาชีพครู สอนปลูกฝังให้เด็กมีจิตสำนึกรักส่วนรวม ช่วยรักษาของส่วนรวมเช่นโต๊ะเก้าอี้ หรือของใช้ที่เป็นสาธารณะใช้ร่วมกัน รวมของหวงแหนของผู้อื่นด้วย ด้วยข้าพเจ้ามีอาชีพครูก็จะส่งเสริมให้เด็กไปเข้าค่ายธรรมะ เป็นจิตอาสาพาเด็กไปร่วมกิจกรรมโครงการธรรมะตามโอกาส นำผลศึลข้อ ๔ หากเจอคนมานินทาเรื่องคนอื่นให้ฟัง ก็จะพยายามหลีกเลี่ยงการสนทนาเปลี่ยนเป็นการสนทนาเรื่องธรรมะแทน เลี่ยงสังคมที่มีการดื่มสุราและเมรัยมาทำงานจิตอาสาสอนภาษาจีน และช่วยเหลือศึกษาผู้ใหญ่

จากการสัมภาษณ์ นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์^{๖๒} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าได้ปฏิบัติศึลแล้วทำให้ไม่เบียดเบียนผู้อื่น เกิดมีความเมตตาเพิ่มมากขึ้น สงสารผู้อื่น และเข้าใจผู้อื่นมากขึ้น ผลที่ตามมาคือคนรอบข้าง เพื่อนร่วมงานและผู้ที่เราเกี่ยวข้องด้วยก็ดีกับเราโดยส่วนใหญ่ ผู้ได้บังคับบัญชาเคารพนับถือมากขึ้น ผู้บังคับบัญชาไวใจเกรงใจมากขึ้น เป็นที่ไวใจของทุกคนไม่มีความเสียภาพสามารถผู้ให้สังคมได้อย่างสง่างามและมีความภาคภูมิใจในตนเอง และทางพี่น้องวงศ์ตระกูล เป็นคนที่ผู้อื่นเชื่อฟังและไวใจเมื่อเราพูด ขอความช่วยเหลือจะได้รับความร่วมมือช่วยเหลือเป็นอย่างดี

จากการสัมภาษณ์ นางประไพศรี ปิ่นกลอง^{๖๓} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ได้รับผลจากปฏิบัติของศึลที่นำไปปฏิบัติ การไม่ฆ่าสัตว์ทำให้จิตใจเกิดกรุณาสงสารสัตว์ ทำให้ความไม่โลภอยากได้ของเขา ทำให้เป็นที่ไวใจเมื่ออยู่ร่วมกับผู้อื่น เป็นกัลยาณมิตรซึ่งกันและกัน เป็นที่เคารพนับถือของคนรอบข้าง คำพูดน่าเชื่อถือ มีความรอบคอบมากขึ้น การผิดพลาดน้อยลง

จากการสัมภาษณ์ นางสาวโสภา ทะนันไชย^{๖๔} ได้กล่าวว่า ได้นำศึล ๕ ไปรักษาและเป็นปฏิบัติอยู่ประจำ สม่ำเสมอทุกวัน ทำให้ได้รับผลของการรักษาศึล ๑ การไม่ฆ่าสัตว์ตัดชีวิต ๒ ไม่ว่าร้ายใคร ไม่พูดจากด่าทอใคร ๓ ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด ๔ ไม่สูบบุหรี่ ๕ ไม่เล่นการพนันทุกชนิด ๖ ไม่ขโมยของใคร

จากการสัมภาษณ์ นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์^{๖๕} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า จากการที่ไปนำศึลไปปฏิบัติแล้วทำให้มีชีวิตอยู่ด้วยความสุข สมดุล ลดการเจ็บป่วยและความทรมานลงมาก

^{๖๑} อ่างแล้ว นางสาวกิตติมา จิรวิริยวงศ์,ข้าราชการครู (ครูชำนาญพิเศษ),วิทยาลัยช่างศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์,กระทรวงวัฒนธรรม, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๖๒} อ่างแล้ว นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์,นักวิชาการศึกษานำนานการพิเศษ,สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา,กระทรวงศึกษาธิการ, ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๖๓} อ่างแล้ว นางประไพศรี ปิ่นกลอง,อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง และผู้ร่วมก่อตั้งวัดป่าเวียงทอง, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๖๔} อ่างแล้ว นางสาวโสภา ทะนันไชย,ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลต่านักธรรม,องค์การบริหารส่วนตำบลต่านักธรรม ๒๕๒ ถนนยันตรกิจโกศล ตำบลต่านักธรรม อำเภอนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙.

^{๖๕} อ่างแล้ว นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ,ข้าราชการบำนาญ, กระทรวงสาธารณสุข, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

- ไม่ต้องหวาดระแวงว่าใครจะมาปองร้าย
- ทำให้เราไม่รู้สึกผิดต่อใครและที่สำคัญไม่รู้สึกผิดต่อตนเอง
- หลับก็เป็นสุข ตื่นก็เป็นสุข จิตใจไม่เศร้าหมอง
- ผ่อนคลายมากขึ้น เครื่องที่ตนผ่อนปรนให้ผู้อื่น
- ทำให้เรามีทรัพย์สินสมบัติเพิ่มพูน ไม่รั่วไหล ใช้จ่ายเฉพาะที่จำเป็น
- ไม่ก่อหนี้สินที่เกินจำเป็น ไม่เกี่ยวข้องอบายมุขทั้งปวง
- เป็นคนที่น่าเชื่อถือ ได้รับความไว้วางใจให้เป็นที่ปรึกษาตามแต่โอกาสเหมาะสม
- วินัยของตนเอง และเคารพต่อกฎระเบียบของหมู่คณะ
- รู้จักใช้คำพูดที่กลั่นกรองไว้ดีแล้ว ถูกกาลเทศะ เป็นคุณแก่ตัวผู้พูดและผู้ฟัง
- อยู่ร่วมกับหมู่คณะ ได้อย่างมีความสุข
- มีจิตใจตั้งมั่น แน่วแน่ มั่นคงมากขึ้น ไม่เป็นคนโลเล
- ไม่หลงลืมสติ มีความจำดีมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางคุณญา แก้วทันคำ^{๖๖} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ได้ปฏิบัติศีล ๕ แล้วทำให้หลับก็เป็นสุข ตื่นก็เป็นสุข ได้รับความไว้วางใจจากคนรอบข้าง และเป็นที่เคารพนับถือ เป็นแบบอย่างให้กับเพื่อนร่วมงาน ใหัรักษาตนเอง เห็นคุณค่าของตนเองและคนในครอบครัว เข้าใจคนรอบข้างมากยิ่งขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางอัมพร หงษ์เจ็ด^{๖๗} ได้กล่าวว่า จากการได้อบรมด้านศีลแล้วได้นำมาปฏิบัติในโรงพยาบาล ได้นำศีลและสมาธิมาควบคุมและแก้ปัญหาเมื่อถูกกระทบ ได้เจริญเมตตาจิตแก่ผู้ป่วยมากขึ้น ใจเย็นลงมากขึ้น อดทนรับฟังเรื่องเดิมๆ ได้ เข้าใจคนป่วยได้มากขึ้น นำมาพิจารณาทำให้เกิดปัญญามากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางจันทร์รัตน์ เลิศลักษณ์กุล^{๖๘} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าผลของปฏิบัติทำให้เราเกิดความเมตตา สงสารเปียดเบียนสัตว์ที่จะเอาเป็นอาหารผลของศีลข้อ ๒ เมื่อก่อนเราเบียดเบียนผู้อื่นเพื่อผลประโยชน์ของตนไม่เอาใจเรา เมื่อปฏิบัติศีลไม่คิดจะเอาของคนอื่นมาเป็นของตนเอง ผลของศีลข้อ ๓ เห็นเพศชายด้วยเมตตาธรรมไม่คิดแบบเชิงขู่สาว ผลศีลข้อ ๔ พุดมัสจะมากขึ้น ทำให้ผู้อื่นเชื่อในคำพูดของเรา ไม่ทะเลาะผู้อื่นด้วยคำพูด ผลของการรักษาศีลข้อที่ ๕ พิจารณาการดื่มสุราและเมรัยไม่เกิดประโยชน์แก่ร่างกาย มีแต่ให้โทษเสียสุขภาพ และไม่หลงมัวกับการพนันต่างๆ

^{๖๖} อ่างแล้ว นางคุณญา แก้วทันคำ, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ,โรงพยาบาลแพร่ อำเภอเมืองแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๖๗} อ่างแล้ว นางอัมพร หงษ์เจ็ด, พยาบาลชำนาญการ,โรงพยาบาลหนองม่วงไข่,อำเภอหนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๖๘} อ่างแล้ว นางจันทร์รัตน์ เลิศลักษณ์กุล,อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง พ.ศ.๒๕๕๕, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางดวงเนตร หล้าคำ^{๖๙} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่ามีข้าพเจ้านำผลจากการปฏิบัติตามศีลนำไปสู่การพัฒนาจริยธรรมด้านศีลโดยน้อมนำ ศีล ๕ มาปฏิบัติในชีวิตประจำวันใช้เป็นแนวดำเนินชีวิตอยู่ที่บ้านและในสังคมอย่างเป็นปกติสุขและแนะนำบุตรหลานบุคคลที่พึงแนะนำได้นำไปปฏิบัติตนเองได้เป็นอย่างดี ทำให้มีสุข มีสุขภาพกาย-จิตใจดี ไม่เสื่อมในทรัพย์

จากการสัมภาษณ์นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์^{๗๐} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า จากการปฏิบัติตามศีลทำให้รู้สึกได้ว่า ไม่ต้องติดหนี้ใครๆ สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมตนเองได้ สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้เป็นอย่างดี

จากการสัมภาษณ์นางสาวนพฉัตร แก้วทันคำ^{๗๑} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า เมื่อเราได้ยึดหลักศีล ๕ มาใช้ในชีวิตประจำวัน ก็ทำให้ตัวเราเองมีความสุข เพราะเราได้เบียดเบียนใคร เราเป็นมนุษย์ปุถุชนทั่วไป เมื่อเรางดเว้นตามที่ศีล ๕ ได้กล่าวได้ นั่นคือการไม่ฆ่าสัตว์ เบียดเบียนสัตว์, การไม่ลักทรัพย์, การไม่ประพฤติตามเบญจธรรม นั่นถึงสิ่งที่ประพฤติแล้วจะทำให้เราอยู่อย่างสงบสุขเป็นที่รักของคนทั่วไป รู้จักให้และการให้ที่ดีที่สุดคือการให้อภัยถ้าเราไม่โกหกพูดแต่สิ่งที่เป็นจริง ก็จะมีแต่คนที่เชื่อในคำพูดของเรา เมื่อเราไม่ยุ่งกับสุราและของมีนเมา ก็จะทำให้เรามีสติสัมปชัญญะ ตั้งอยู่ในความประมาทสุขภาพแข็งแรง ปราศจากโรคภัยที่เกิดจากของมีนเมาเหล่านี้ด้วย และเมื่อเราประพฤติตามศีล ๘ ในขณะที่อยู่ที่วัดป่าเวียงทอง ถึงแม้จะไม่มีใครเห็นการทำความดีเหล่านี้ย่อมถูกสรรเสริญ อาจด้วยตัวเราเองที่สามารถทำความดีได้ด้วยการเอาชนะความชั่วในจิตใจของเราเองการประพฤติตามศีลทำให้เรามีจิตใจดีและผ่องใสรู้สึกสบายใจจิตใจไม่หม่นหมองและสามารถเผยแผ่ความสุข ความผ่องใสของจิตใจเราไปสู่ผู้ที่อยู่ใกล้ชิดได้

จากการสัมภาษณ์นายสิงห์ ปิ่นกลอง^{๗๒} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าการนำ หลักศีล ๕ ไปปฏิบัติเพื่อเป็นแนวทางที่จะนำสู่การพัฒนาตนเอง เบื้องต้นก็นำศีลแต่ละข้อมาพิจารณาแยกแยะรายเท่าที่สติปัญญาจะพึงทำได้ ถ้าทำแล้วจะได้อะไร ไม่ทำแล้วจะเกิดโทษอย่างไร เมื่อคิดพิจารณาแล้วก็นำข้อดีของศีลแต่ละข้อมาปฏิบัติ นั่นก็เป็นสิ่งหนึ่งที่ได้นำปฏิบัติ เพื่อพิจารณาเรื่องทุกข์ เหตุให้เกิดทุกข์และทางดับทุกข์ และแนวทางปฏิบัติเพื่อเจริญปัญญาก็ใช้วิธีการฟังเป็นหลัก ฟังให้มากซึ่งเมื่อก่อนจะได้เข้ามาปฏิบัติที่วัดป่าเวียงทองเคยฟังแต่เพลง ฟังแต่เรื่องราวที่ไม่เป็นสาระหลังเข้ามาศึกษาเรียนรู้และปฏิบัติแล้วก็ได้หันมาสนใจฟังธรรมะมากขึ้นและฟังจากสื่อหลายๆ ช่องทางธรรมะหลายครูบาอาจารย์เพื่อเป็นการเจริญปัญญาให้ยิ่งๆ ขึ้นไปเมื่อได้ฟังแล้วก็นำหลักธรรมนั้นๆ มาศึกษาพิจารณาแล้วปฏิบัติตาม

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างของผู้ปฏิบัติธรรมผู้วิจัยกล่าวโดยสรุปผลการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต)

^{๖๙} อ่างแล้ว นางดวงเนตร หล้าคำมี, ครูชำนาญการ, สำนักงานพื้นที่การศึกษาการประถมศึกษาแพร่ เขต ๑, ข้าราชการบำนาญสังกัด สพป.แพร่เขต ๑, ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๗๐} อ่างแล้ว นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์, อาจารย์วิชาการพยาบาล, วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีแพร่.

^{๗๑} อ่างแล้ว นางสาวนพฉัตร แก้วทันคำ, นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดลชั้นปีที่ ๑, วันที่ ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๗๒} อ่างแล้ว นายสิงห์ ปิ่นกลอง, อุบาสกผู้ปฏิบัติธรรมของวัดป่าเวียงทอง ๒๕๓๓, วันที่ ๖ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ในด้านศิลปะของผู้ให้สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ผู้ปฏิบัติได้รับผลการพัฒนาจริยธรรมด้านศิลปะเป็นที่มีเมตตากรุณา ได้รับอานิสงส์เมตตา ๑๑ ประการ คือ

๑. หลับเป็นสุข คือ หลับสบาย หลับสนิท
๒. ตื่นเป็นสุข คือ เมื่อตื่นขึ้นมาก็สบายตัว สบายใจ หายอ่อนเพลีย ไม่มีอาการง่วงติดต่อกัน
๓. ไม่ฝันร้าย คือจะไม่ฝันเห็นสิ่งเลวร้ายทำให้สะดุ้งตื่นกลางคืน หรือไม่ฝันหวาดเสียวต่าง ๆ
๔. เป็นที่รักของคนทั่วไป คือ จะเป็นคนมีเสน่ห์ ไปที่ใดก็ปราศจากศัตรูผู้คิดร้ายแม้ผู้ไม่ชอบใจก็จะกลับมาชอบได้
๕. เป็นที่รักของมนุษย์ทั่วไป คือ แม้สัตว์ต่างๆ ก็รักผู้แผ่เมตตา ไม่ขบกัด ไม่ทำร้ายทำให้ปลอดภัยจากเขี้ยวมาทุกชนิด
๖. เทวดารักษาคุ้มครอง คือ จะเดินทางไปไหนมาไหนเทวดาจะคุ้มครองให้ความปลอดภัยตลอดเวลา จะไม่ประสบอุบัติเหตุต่างๆ ทั้งทางบก ทางน้ำ และทางอากาศ
๗. ไฟ ศาสดรา ยาพิษ ไม่แผ้วพาน คือ สิ่งเหล่านี้จะทำอันตรายมิได้ จะปลอดภัยจากสิ่งเหล่านี้
๘. จิตเป็นสมาธิเร็ว คือ ผู้แผ่เมตตาเป็นประจำ ถ้าทำสมาธิ จิตจะสงบนิ่งได้เร็ว หรือจะอ่านหนังสือ จะทำงานอันใดก็ตาม จิตจะไม่ฟุ้งซ่าน ย่อมตั้งใจได้เร็ว ทำงานนั้นสำเร็จสมประสงค์
๙. หน้าตาผิวพรรณจะผ่องใส คือ ผู้มีเมตตาจิตเป็นประจำ หน้าตาและผิวพรรณจะมีน้ำมีนวลมีเสน่ห์เรียก ความสนใจได้ จะดูอัมเิบตลอดเวลา แม้จะมีอายุมาก แม้รูปร่างจะไม่สวยงาม แม้จะไม่ได้รับการแต่งเติมด้วย เครื่องสำอางใด ๆ หน้าตาผิวพรรณก็ผ่องใสดูน่าชมได้เสมอ
๑๐. ไม่หลงเวลาตาย คือ เวลาใกล้ตาย จะไม่หลงเพ้อ ละเมอ หรือโวยวายอย่างนั้นอย่างนี้ หรือไม่ตื่นตระหนกเป็นที่น่าเวทนาของผู้พบเห็น จะสิ้นใจอย่างสงบเหมือนนอนหลับไป ฉะนั้น
๑๑. เมื่อไม่อาจบบรรลุธรรมขั้นสูง ย่อมเข้าถึงพรหมโลก คือ ผู้มีเมตตาจิตเป็นประจำ แม้ไม่ได้บรรลุธรรมขั้นสูงขึ้นไปกว่านี้ ก็ย่อมจะไปบังเกิดในพรหมโลกอันเป็นที่เกิดของผู้ได้ฌาน ผลการรักษาศีลให้เกิดสุข มีโภคทรัพย์ มีสันติสุขในชีวิต ทำให้มีสตรีรอบคอบ ได้ประโยชน์ส่วนตนและส่วนรวมได้

๓.๕.๒ ด้านสมาธิ

จากการสัมภาษณ์นายสมชาย รินคำแดง^{๗๓} ได้กล่าวว่า ผลของการทำสมาธิทำให้ทำงานได้อย่างเป็นระบบ ระเบียบ จัดระเบียบตนเอง ทำให้บริหารงานเป็นระบบ แก้ไขปัญหาในการทำงานได้ มองงานทะลุปรุโปร่ง ความคิดที่เกิดขึ้นมักจะเกิดขึ้นในขณะขับรถ ใครครวญเพิ่มมากขึ้น เปรียบเทียบกับครั้งที่ยังไม่ได้ฝึกสมาธิภาวนาจะเป็นคนพูดตรงไปตรงมา ไม่สนใจคนรับฟังหรือไม่เป็นผลกระทบต่อการทำงานและผู้ร่วมงาน เมื่อนำสมาธิไปปฏิบัติ และปฏิบัติสม่ำเสมอ ได้รับผลเป็นคนมีเหตุมีผล คิดก่อนพูด ก่อนทำเสมอ เป็นที่ยอมรับของผู้ร่วมงาน เข้าใจผู้ร่วมงานมากยิ่งขึ้น

^{๗๓} อ่างแล้ว นายสมชาย รินคำแดง, กรรมการผู้จัดการ บริษัทนิมชีเส็งลิสซิง จำกัด, สาขาเวียงทอง ๒๕๕๗, เมื่อวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางสาวจีระพรรณ คำวังจันทร์^{๗๔} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าหลังจากที่ได้ฝึกฝนปฏิบัติอยู่เป็นประจำได้รับผลจากสมาธิ ทำให้ความจำดีขึ้น เกิดปัญหาไหวพริบดีขึ้น เกิดกระบวนการคิดรวดเร็ว และมี IQ, EQ, AQ, HQ, MQ สูงขึ้นไปตามลำดับ ทำให้จิตใจนิ่งได้มากขึ้น ไม่หวั่นไหวกับสิ่งที่มากระทบ ใจเย็นมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางสาวธราทิพย์ ธนปทิพย์^{๗๕} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ผลจากการปฏิบัติด้านสมาธิเป็นการพัฒนาจริยธรรมด้านสมาธิ ได้โดยใช้ประสบการณ์ตรงที่ได้สัมผัสในการฝึกฝนและปฏิบัติจริง เช่นรู้จักการใช้จ่ายมากขึ้น ไม่ฟุ่มเฟือย รู้ประมาณตน รู้จักประหยัด ออมทรัพย์ ใช้ในการจัดระบบความคิดและตัดสินใจในเรื่องใดเรื่องหนึ่งได้ดีขึ้นโดยการมีสติกับเรื่องที่ทำ หรือสิ่งที่พบเจอในแต่ละวันและสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีมากยิ่งขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางสาวรุจิรา จิรวีรวงศ์^{๗๖} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ผลจากการฝึกฝนสมาธิทำให้การทำงานมีความมุ่งมั่นมากขึ้น และสามารถจัดระบบการทำงานได้ดี มอบหมายงานถูกมอบหมายให้กับอรรถาศัยของคน ในการทำงานทั่วต่างประเทศ โดยเฉพาะประเทศสิงคโปร์ที่มีปัญหาหลายด้าน สามารถจัดการได้เป็นอย่างดี ทำให้งานครั้งนั้นผ่านพ้นไปด้วยดีและทำให้แก้ไขปัญหาอื่นๆ ผ่านพ้นไปได้ด้วยดี

จากการสัมภาษณ์นางสาวกิตติมา จิรวีรวงศ์^{๗๗} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าผลของการทำสมาธิอยู่เป็นประจำทำให้ทำงานยากๆ ให้เป็นงานที่ง่าย สามารถควบคุมผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาได้ สามารถจذبจ่อทำงานได้ ไม่จับผิดกับผู้ใต้บังคับบัญชาได้ ไม่หลงลืมง่าย สามารถทำสมาธิในขณะที่ทำงานได้แบ่งเวลาได้ ทำให้งานถึงงานที่ต้องทำในขณะที่ปัจจุบันได้เช่นนี้ถึงเอกสารสำคัญที่จะต้องทำ อาศัยสมาธิมาใช้กับงานได้ดีมาก ทำให้งานความมีประสิทธิภาพมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางสาวชนิษฐา จิรวีรวงศ์^{๗๘} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่านำสมาธิไปปฏิบัติทำให้ผลงานออกมาดีขึ้น ทำอะไรได้ถูกต้องตรงประเด็นมากขึ้น มีความอดทนตั้งใจมั่นต่อการทำงานที่ตั้งตนอยู่ในศีลในธรรมสามารถทำงานยากๆ ได้สำเร็จลุล่วงด้วยดี มีจิตใจสงบเย็น ที่ไม่พอใจได้ไม่เครียดกับการทำงาน ใช้เหตุผลในการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นมากขึ้น และสามารถแก้ไขปัญหาได้ดีขึ้น โดยมีการคิดก่อนลงมือทำสิ่งต่างๆ ทุกครั้ง

^{๗๔} อ่างแล้ว นางสาวจีระพรรณ คำวังจันทร์ ,ครูชำนาญการพิเศษ,โรงเรียนนารีรัตน์จังหวัดแพร่ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ สพม.เขต๓๙ วันที่ ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๗๕} อ่างแล้ว นางสาวธราทิพย์ ธนปทิพย์, เจ้าหน้าที่การตลาดอูโซ ๘,ธนาคาร/สังกัด ทางด้านการตลาดและติดต่อประสานงาน,วันที่ ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๗๖} อ่างแล้ว นางสาวรุจิรา จิรวีรวงศ์,ผู้จัดการทั่ว,บริษัท อนันต์ดาต้า(ประเทศไทย) จำกัด, วันที่ ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๗๗} อ่างแล้ว นางสาวกิตติมา จิรวีรวงศ์,ข้าราชการครู (ครูชำนาญการพิเศษ),วิทยาลัยช่างศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์,กระทรวงวัฒนธรรม. วันที่ ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๗๘} อ่างแล้ว นางสาวชนิษฐา จิรวีรวงศ์,นักวิชาการศึกษานำนานการพิเศษ,สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา,กระทรวงศึกษาธิการ. วันที่ ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางประไพศรี ปันกลอง^{๗๙} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า หลังจากได้นำสมาธิไปปฏิบัติอยู่เป็นประจำจนได้รับผลจากสมาธิ ทำให้ปรับพฤติกรรมของตนเองจากที่เป็นคนใจร้อนสามารถทำให้เป็นคนใจเย็นลง รับฟังคนในครอบครัว เห็นอกเห็นใจคนรอบข้างมากขึ้น สามารถนำสมาธิไปทำที่บ้านได้มากขึ้น ทำให้สามีที่ไม่เคยสนใจในธรรมะก็เข้าวัดไปด้วยกัน ช่วยเหลือทางวัดได้มากขึ้น นำคนครอบครัวเข้าวัด ทำวัตรเย็นที่วัดบ่อยขึ้น จิตใจนิ่งเป็นสมาธิมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางโสภา ทะนันไชย^{๘๐} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า การที่ได้ฝึกฝนด้านสมาธิจากการที่ได้มาปฏิบัติของวัดป่าเวียงทองได้รับผลสามารถนำวิธีการที่ได้มาปฏิบัติที่วัด นำการปฏิบัติธรรมไปต่อยอดที่บ้าน และสามารถแนะนำเพื่อนร่วมงานและบุคคลในครอบครัวได้ เช่นการนั่งสมาธิก่อนนอน ช่วงเช้าหลังตื่นนอน ประมาณ ๓๐ นาที - ๕๐ นาที

จากการสัมภาษณ์นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์^{๘๑} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าจากการที่ได้ปฏิบัติสมาธิมาเป็นเวลา ๑๘ ปีทำให้ได้รับผลจากการเจริญสมานินทรีย์ทำให้มีจิตใจตั้งมั่นแน่วแน่ มั่นคงมากขึ้น ไม่เป็นคนโลเล ไม่หลงลืมสติ มีความจำดีมากขึ้น จากพฤติกรรมเดิมเป็นคนหลงลืมง่าย หงุดหงิดง่าย ฟุ้งซ่านรำคาญ เมื่อฝึกฝนสมาธิแล้ว เป็นคนที่นิ่งเป็น จิตใจสงบร่มเย็นมากขึ้น กลมกลืนกับธรรมชาติได้ทุกกาล สถานที่ ไม่โกรธง่าย มีเหตุมีผล ยอมรับฟังผู้อื่นมากขึ้น มีอารมณ์สดชื่นแจ่มใส จิตใจปลอดโปร่ง หนักแน่นมั่นคง ข้าพเจ้าเคยมีประสบการณ์ที่ไม่คาดคิดเกิดอุบัติเหตุกับตนเอง สามารถรู้เหตุการณ์ล่วงหน้า มีสิ่งที่เตือนก่อนอุบัติเหตุ สามารถตั้งสติอย่างแน่วแน่ขณะที่เกิดอุบัติเหตุรถพุ่งชนรถไถนา ทำให้แคล้วคลาด จากอุบัติเหตุในครั้งนั้น ก่อนหน้าที่จะเกิดอุบัติเหตุได้มีโอกาสเข้ามาปฏิบัติธรรมเป็นเวลา ๕ วันที่วัดป่าเวียงทอง เก็บตัวปฏิบัติอย่างเต็มที่ นี่คือผลจากการฝึกฝนด้านสมาธิ และอีกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น หลังจากนั้นประมาณ ๑ เดือนได้สูญเสียคุณแม่อันที่เคารพ เหตุการณ์ก่อนคุณแม่เสียชีวิต มีสิ่งบอกเหตุให้ข้าพเจ้าได้เตรียมสิ่งของเครื่องใช้ของคุณแม่ ทำความสะอาดบ้าน เตรียมความพร้อมทั้งทางร่างกายและจิต การที่ได้ปรนนิบัติกับคุณแม่อย่างอ่อนโยน จิตอ่อนน้อมต่อคุณแม่ ได้ชี้ทางธรรมให้คุณแม่ ทำให้คุณแม่ได้ฝึกคุณมหายใจให้มีลมหายใจ ท่านได้น้อมตามและปล่อยวางท่านยิ้มอย่างสงบ ท่านจากไปด้วยความพร้อม ยอมรับความตายและสั่นลมอย่างสงบ ข้าพเจ้าไม่เสียใจในการจากไปของคุณแม่ ทำให้ปล่อยวางได้ทำหน้าที่ให้ดีที่สุด เป็นผลจากการได้ฝึกฝนสมาธิ

จากการสัมภาษณ์นางคุณญา แก้วทันคำ^{๘๒} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ข้าพเจ้าได้ฝึกฝนสมาธิจากวัดป่าเวียงทองหลายปี ทำให้เป็นคนที่มีความมุ่งมั่นในภาระกิจการงาน ทำให้งานสำเร็จลุล่วงไป

^{๗๙} อ่างแล้ว นางประไพศรี ปันกลอง,อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง และผู้ร่วมก่อตั้งวัดป่าเวียงทอง,วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๘๐} อ่างแล้ว นางสาวโสภา ทะนันไชย,ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลต่าหนักธรรม,องค์การบริหารส่วนตำบลต่าหนักธรรม ๒๕๒ ถนนยันตรกิจโกศล ตำบลต่าหนักธรรม อำเภอนองม่วงโข่ จังหวัดแพร่,วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๘๑} อ่างแล้ว นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ,ข้าราชการบำนาญ,กระทรวงสาธารณสุข,วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๘๒} อ่างแล้ว นางคุณญา แก้วทันคำ, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ,โรงพยาบาลแพร่ อำเภอมืองแพร่,วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

ด้วยดี แต่เดิมเป็นคนหลงลืมมากๆ หลังจากที่ได้ปฏิบัติธรรม ฝึกฝนสมาธิแล้ว ทำให้ลดอาการหลงลืม ทำให้เป็นคนมีระเบียบวินัยมากขึ้น การทำงานบางครั้งคิดไม่ออก ใช้วิธีการนั่งสมาธิ ทำให้คิดออก และมีสิ่งบอกเหตุให้รู้ล่วงหน้า ทำให้เราได้เตรียมพร้อมยอมรับในสิ่งที่จะเกิดขึ้นตามเป็นจริง ไม่ตระหนกตกตื่นกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเกินกว่าเหตุ ทำให้คนรอบข้างเข้าใจ ใจเย็นมากขึ้น และยังส่งผลให้บุตรธิดาเข้าใจ เชื่อฟังคำสั่งสอนนำไปปฏิบัติตาม อยู่ในโอวาท สอนง่าย ไม่สร้างปัญหา ได้ตั้งใจเรียนหนังสือในสถาบันการศึกษาที่ดี และได้ใช้หลักอริยบท ๔ คือ ฉันทะคือความพอใจในหน้าที่การงาน ครอบครวั สังคม คนรอบข้าง วิริยะ คือความขยันหมั่นเพียร พยายามทำหน้าที่ให้ดีที่สุด จิตตะ คือการเอาใจใส่ในงาน การทำงาน คนรอบข้างในครอบครัว เพื่อนร่วมงานและ กัลยาณมิตรผู้ร่วมปฏิบัติธรรม วิมังสา คือการหมั่นตรិตรองสิ่งที่ควรทำไม่ควรทำ แก้ไขในสิ่งที่ผิดพลาด ทำสิ่งที่ดียิ่งๆขึ้นไป

จากการสัมภาษณ์นางอัมพร หงษ์เจ็ด^{๘๓} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าผลของการทำสมาธิ ทำให้ทำงานอย่างเป็นระบบระเบียบ จัดระเบียบจิตของตนเอง ทำให้จัดการทำงานได้ทะลุปรุโปร่ง รู้เท่าทัน อารมณ์ถูกกระทบโดยเฉพาะกับการงานที่ทำคือการดูแลผู้ป่วยต้องใช้ความอดทน เอาใจเขามาใส่ใจเรา มีวิธีการปรับเปลี่ยนในการดูแลรักษาผู้ป่วย แนะนำผู้ป่วยให้ทำสมาธิ แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ ทำความเข้าใจให้กับผู้ป่วยได้เข้าใจ ให้ความรู้ด้านธรรมะแก่ผู้ป่วยมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางจันทร์รัตน์ เลิศลักษณ์กุล^{๘๔} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าผลจากปฏิบัติสมาธิ มีจิตตั้งมั่นมากขึ้น เมื่อถูกกระทบไม่หวั่นไหว จิตใจสงบมากขึ้น ใจเย็นลง เข้าใจผู้อื่นมากขึ้น ควบคุมอารมณ์ตนเองได้ดีขึ้น มีความจำดีขึ้นไม่หลงสติ เจริญสติมากขึ้น ทบทวนสิ่งที่เกิดในอดีตเพื่อเป็น สอนใจเรา จิตแน่วแน่มากยิ่งขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางดวงเนตร หล้าคำมี^{๘๕} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าผลจากการที่ท่านได้เข้ามาปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) ในด้านสมาธินั้นทำให้ข้าพเจ้ามีอารมณ์แจ่มใส ปลอดโปร่ง มีสติสมาธิ มีพลังกายมีความรู้สึกว่ามี ความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะ หน้าที่การงาน มีความรัก อยากแบ่งปันให้ผู้อื่น ข้าพเจ้าสามารถนำผลจากการปฏิบัตินี้สู่ การพัฒนาจริยธรรมด้าน (สมาธิ) มีดังนี้คือ

- ดำเนินชีวิตประจำวันของตนเองด้วยอารมณ์แจ่มใส ไม่โกรธง่าย มีสติในการคิดตัดสินใจ
- มุ่งมั่นตั้งใจทำหน้าที่การงานของตนเองอย่างมีสติสมาธิ มีพลังกายและใจในการทำงาน
- ให้ความรัก และแบ่งปันช่วยเหลือผู้อื่นรอบข้างด้วยน้ำใจจริงไม่หวังผลตอบแทน

^{๘๓} อ่างแล้ว นางอัมพร หงษ์เจ็ด ,พยาบาลชำนาญการ,โรงพยาบาลหนองม่วงไข่,อำเภอนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่,วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๘๔} อ่างแล้ว นางจันทร์รัตน์ เลิศลักษณ์กุล,อุบาสิกาผู้ปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง พ.ศ.๒๕๔๕,วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๘๕} อ่างแล้ว นางดวงเนตร หล้าคำมี, ครูชำนาญการ,สำนักงานพื้นที่การศึกษาการประถมศึกษาแพร่ เขต ๑ ,ข้าราชการบำนาญสังกัด สพ.แพร่เขต ๑,วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์^{๘๖} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ทำให้การนั่งสมาธิ และเดินจงกรม โดยใช้การคาบบริกรรม “พุทโธ” จากที่ไม่เคยทำสมาธิมาก่อน ทำให้ได้ความรู้ ความเข้าใจเรื่องสมาธิเพิ่มมากขึ้น และเข้าใจตนเองและผู้อื่นมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์นางสาวนพฉัตร แก้วทันคำ^{๘๗} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า เมื่อได้ฝึกฝนจิตใจจนมีสมาธิแน่วแน่ ทำให้ข้าพเจ้ามุ่งมั่นตั้งใจในการทำสิ่งใด ผลที่ปรากฏออกมาคือการบรรลุความสำเร็จอย่างที่ตั้งไว้ในขั้นหนึ่ง เช่น เมื่อตัวข้าพเจ้าตั้งไว้ว่าอยากสอบเรียนต่อคณะพยาบาลศาสตร์ ที่มหาวิทยาลัยมหิดลให้ได้ ข้าพเจ้าก็ลงมือทำสิ่งที่จะนำไปสู่เป้าหมายได้สำเร็จ นั่นคือการหมั่นอ่านหนังสือ หมั่นทำโจทย์ ทำข้อสอบเก่าและแข่งเวลาในการเรียน การทำกิจกรรม รวมไปถึงการนั่งสมาธิ สวดมนต์ก่อนนอนในขณะที่อ่านหนังสือ อาจมีบ้างที่เราเกิดความง่วงขึ้นมา แต่ถ้าหากเรามีสมาธิจริงๆ สามารถเอาชนะสิ่งเหล่านี้ได้ จนทำให้ข้าพเจ้าสอบติดในคณะและมหาวิทยาลัยที่ตนเองหวังอย่างสำเร็จ ทำให้ข้าพเจ้าและครอบครัวนั้นรู้สึกภูมิใจเป็นอย่างมาก

จากการสัมภาษณ์นายสิงห์ ปิ่นกลอง^{๘๘} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า การพัฒนาด้านสมาธินั้นผลจากการปฏิบัติได้เปลี่ยนความคิดจากเดิมที่เคยคิดเหลวไหลไร้สาระ จิตฟุ้งซ่านขาดสติมาก่อน เมื่อมาปฏิบัติธรรมทำสมาธิเป็นคนที่มีเหตุผล จิตนิ่ง มีเรื่องไม่ดีมากระทบก็จะไม่ให้มาติดค้างที่จิต จะรู้จักการปล่อยวาง ไม่ได้ตอบเมื่อถูกกระทบเพียงสักว่าแค้น ไม่ปรุงแต่งตาม รู้แล้วปล่อยวาง จิตจะตั้งมั่นแน่วแน่ เห็นกิเลส โสภ โภธ หลง ของตนเองชัดเจนขึ้น เช่นเห็นความโกรธจะชัดขึ้น เมื่อฝึกสมาธิแล้วสามารถดับความโกรธได้เร็วขึ้น เพราะเป็นผลจากการฝึกสมาธิ

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างของผู้ปฏิบัติธรรมผู้วิจัยกล่าวโดยสรุปผลการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ในด้านสมาธิ ของผู้ให้สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ผู้ปฏิบัติได้รับผลจากการพัฒนาจริยธรรมด้านสมาธิ เกิดปฏิภาณไหวพริบดีขึ้น เกิดกระบวนการคิดรวดเร็ว และผู้ปฏิบัติบางท่านอาจจะมี IQ, EQ, MQ, AQ IQ : ที่เพิ่มขึ้นตามลำดับคือความฉลาดทางสติปัญญา (Intelligence Quotient) EQ :คือความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Quotient) AQ :คือความสามารถในการแก้ไขปัญหา (Adversity Quotient) HQ : คือความสามารถในการดูแลสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ (Health Quotient) MQ :คือคุณธรรม จริยธรรม (Moral Quotient) ดำเนินชีวิตประจำวันของตนเองด้วยอารมณ์แจ่มใส ไม่โกรธง่าย มีสติในการคิดตัดสินใจ จิตนิ่งเป็นสมาธิมากขึ้น สมาธิยาวขึ้น ทำให้การทำงานมีความมุ่งมั่นมากขึ้นและสามารถจัดระบบการทำงานได้ดี

^{๘๖} อ่างแล้ว นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์, อาจารย์วิชาการพยาบาล,วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีแพร่.

^{๘๗} อ่างแล้ว นางสาวนพฉัตร แก้วทันคำ, นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดลชั้นปีที่ ๑. วันที่ ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๘๘} อ่างแล้ว นายสิงห์ ปิ่นกลอง, อุบาสกผู้ปฏิบัติธรรมของวัดป่าเวียงทอง ๒๕๓๓,วันที่ ๖ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

๓.๕.๓ ด้านปัญญา

จากการสัมภาษณ์นายสมชาย รินคำแดง^{๘๙} ได้กล่าวว่าผลของการเจริญปัญญาสามารถแก้ไขปัญหาก็ได้ เมื่อก่อนคิดว่าการแก้ปัญหามีแค่ช่องทางเดียวเมื่อได้มาปฏิบัติศีล,สมาธิแล้วสามารถทำให้เกิดปัญญาสามารถแก้ไขปัญหาก็ได้หลายช่องทางได้ มองเห็นเหตุของปัญหา รู้เหตุรู้ผล รู้จักตนเอง เข้าใจตนเอง สร้างเหตุอย่างไรรย่อมได้รับผลอย่างนั้นทำให้ปัญหาจบไป รู้ว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามเหตุตามปัจจัย มองเห็นปัญหาได้อย่างทะลุปรุโปร่ง ได้ปฏิบัติตามหลักสัปปุริสธรรม ๗ คือ ๑.ธัมมัญญตา เป็นผู้รู้จักเหตุ ๒.อรรถัญญตา เป็นผู้รู้จักผล ๓.อัตตัญญตา เป็นผู้รู้จักตน ๔.มัตตัญญตา เป็นผู้รู้จักประมาณ ๕.กาลัญญตา เป็นผู้รู้จักกาล ๖.ปริสสัญญตา เป็นผู้รู้จักบริษัท ๗.บุคคลัญญตา หรือบุคคลปรปักษ์ัญญตา เป็นผู้รู้จักบุคคล ทำให้ทำงานได้อย่างเป็นระบบระเบียบ อยู่ร่วมกับผู้ร่วมงาน และคนในสังคมให้เกิดความสุข

จากการสัมภาษณ์นางสาวจิระพรรณ คำวังจันทร์^{๙๐} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าสามารถควบคุมอารมณ์ตนเองให้สงบเยือกเย็นได้ดีขึ้นในการประกอบวิชาชีพครู สามารถทำให้แก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี คิดวิเคราะห์ได้อย่างรวดเร็ว และสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ในการถ่ายทอดสาระการเรียนรู้ในแกศึกษาโดยใช้หลักพรหมวิหาร ๔ ได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล

จากการสัมภาษณ์นางสาวธราทิพย์ ธนปทิพย์^{๙๑} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าพัฒนาจริยธรรมด้านปัญญาไปปฏิบัติ ได้รับผลจากการปฏิบัติคือ เห็นความสำคัญของการเรียนรู้ทางด้านจริยธรรมและเข้าใจหลักธรรมคำสั่งสอนมากขึ้นและสามารถนำมาใช้ได้จริงในชีวิตประจำวันได้ สามารถชักชวนผู้ที่สนใจในการปฏิบัติธรรม สามารถต่อยอดเมื่อไปศึกษาทางด้านการพัฒนาจริยธรรมของตนเองและผู้อื่นให้เกิดการพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมในขั้นสูงสู่อานาคตอีกระดับหนึ่ง ให้คนในสังคมมีพื้นฐานความรู้คู่คุณธรรมทำให้สังคมน่าอยู่มากขึ้นโดยใช้หลักธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าซึ่งถ่ายทอดโดยหลวงตาธรรมดา

จากการสัมภาษณ์ นางสาวจุริรา จิรวีรวงศ์^{๙๒} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า การที่ได้เจริญปัญญาอย่างสม่ำเสมอ ทำให้สามารถใช้จัดระบบความคิดให้เป็นระบบ ทำให้การตัดสินใจในเรื่องต่างๆ มีหลักในการตัดสินใจ ไม่เชื่อง่าย มีโยนิโสมนสิการใคร่ครวญ คิดใคร่ครวญ ทบทวนมากขึ้น ก่อนที่จะลงมือทำในการทำงานนั้นๆ

จากการสัมภาษณ์ นางสาวกิตติมา จิรวีรวงศ์^{๙๓} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าเมื่อนำปัญญาไปพิจารณาทำให้พิจารณาถึงเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นซึ่งเป็นสิ่งที่เลวร้ายและรุนแรงในชีวิตสามารถผ่านวิกฤติ

^{๘๙} อ่างแล้ว นายสมชาย รินคำแดง, กรรมการผู้จัดการ บริษัทนิมซีเส็งลิซซิง จำกัด,สาขาเวียงทอง ๒๕๕๗,เมื่อวันที่ ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๙๐} อ่างแล้ว นางสาวจิระพรรณ คำวังจันทร์ ,ครูชำนาญการพิเศษ,โรงเรียนนารีรัตน์จังหวัดแพร่ อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ สพม.เขต๓๙ วันที่ ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๙๑} อ่างแล้ว นางสาวธราทิพย์ ธนปทิพย์, เจ้าหน้าที่การตลาดอูโส ๘,ธนาคาร/สังกัด ทางด้านการตลาดและติดต่อประสานงาน,วันที่ ๑ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๙๒} อ่างแล้ว นางสาวจุริรา จิรวีรวงศ์,ผู้จัดการทั่วไป,บริษัท อนันต์ดาต้า(ประเทศไทย) จำกัด, วันที่ ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๙๓} อ่างแล้ว นางสาวกิตติมา จิรวีรวงศ์,ข้าราชการครู (ครูชำนาญพิเศษ),วิทยาลัยช่างศิลป์ สถาบันบัณฑิตพัฒนศิลป์,กระทรวงวัฒนธรรม. วันที่ ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

นั้นมาได้ ตั้งสติได้มาก ผ่านประสบการณ์ในปีที่แล้วหลานอันเป็นที่รักของข้าพเจ้าได้เสียชีวิต สามารถทำใจยอมรับความเป็นจริง ทำใจไว้ล่วงหน้า ขณะที่ในเหตุการณ์สูญเสียสามารถทำใจได้โดยไม่เสียใจมากจนเกินไป จากการที่ได้มีบุญวาสนาได้มาปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทองได้ฟังธรรมคำสอนจากหลวงตา (พระอธิการสุทธีนันท์ สุทธีญาโณ) และธรรมจัดสรร หน่วยงานที่ทำงานคือการปฏิบัติและการพัฒนาการศึกษาในการเสนอการเลื่อนตำแหน่งได้โดยไม่คาดหวัง โดยความดีที่ตนเองได้ทำมาโดยตลอด คุณงามความดีจึงช่วยให้ได้รับผลดีในชีวิตและการทำงาน ทำให้มีปัญญาที่เห็นความจริง จึงมั่นใจยิ่งขึ้นในคำสอนของครูบาอาจารย์ว่าได้ผลจริงและประจักษ์ด้วยตนเอง

จากการสัมภาษณ์ นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์^{๙๔} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าได้ฝึกฝนในการเจริญปัญญาทำให้ทำใจยอมรับเหตุการณ์ทุกอย่างที่เกิดขึ้นด้วยความเป็นจริง ยอมรับเรื่องซึ่งยอมรับได้ยาก หลังจากเข้าใจธรรมคือธรรมชาติ ทุกอย่างเป็นไปตามธรรมชาติ ยอมรับและเข้าใจกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นทุกขณะมีธรรมะเป็นภูมิคุ้มกันให้กับตนเอง

จากการสัมภาษณ์ นางประไพศรี ปันกลอง^{๙๕} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าการเจริญปัญญาของข้าพเจ้าได้ยกปัญหาที่เคยประสบมาซึ่งเป็นความทุกข์จากสามีไปทำงานเมืองนอกต้องรับภาระให้เลี้ยงลูกสามคนนึกถึงคำสอนของหลวงตาให้เดินกรมพิจารณาความทุกข์บ่อยๆ ทำให้สังขารไม่ปรุงแต่งจึงได้เห็นตามเป็นจริงทุกข์เพราะความคิดทำให้จางคลายความทุกข์ทำให้ตนเองและครอบครัวเป็นสุขเพิ่มพูนสติปัญญา

จากการสัมภาษณ์ นางสาวโสภา ทะนันไชย^{๙๖} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าการปฏิบัติธรรมทำให้เกิดปัญญา สามารถนำปัญญาที่ได้รับจากการปฏิบัติในการปฏิบัติงานหรือใช้ในการดำเนินชีวิตประจำวันสามารถนำปัญญาไปแก้ไขปัญหาในการปฏิบัติงาน คิดก่อนพูด การระมัดระวังในการใช้คำพูด ไม่ใจร้อน ใจเย็นทำให้คลายความทุกข์ลงได้

จากการสัมภาษณ์ นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์^{๙๗} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าหลังจากที่ได้ฝึกฝนฝึกฝนตนเอง ทบทวนเรื่องราวในอดีตมาพิจารณาให้เกิดเป็นปัญญา แล้วนำปัญญามาพิจารณาให้เกิดความรู้ ความเข้าใจ เข้าถึงการพัฒนาตนเอง สามารถควบคุมความคิดทำให้คิดอย่างเป็นระบบ มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ให้จิตมีการงานหมั่นคิดพิจารณาเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านมาในชีวิตเสียเวลาเสียทรัพยากรโดยเปล่าประโยชน์ คำนึงถึงหลักความพอเพียง ประหยัดและประโยชน์สูง ใช้เหตุใช้ผล เข้าใจตนเองผู้อื่นมากขึ้น ไม่สำคัญมั่นหมาย ไม่คาดหวังกับผู้อื่นให้ได้ตั้งใจ รู้จักตน รู้จัก

^{๙๔} อ่างแล้ว นางสาวชนิษฐา จิรวิริยวงศ์, นักวิชาการศึกษาคำนาญการพิเศษ, สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา, กระทรวงศึกษาธิการ. วันที่ ๒ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๙๕} อ่างแล้ว นางประไพศรี ปันกลอง, อนุสาสิกปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง และผู้ร่วมก่อตั้ง วัดป่าเวียงทอง, วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๙๖} อ่างแล้ว นางสาวโสภา ทะนันไชย, ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลต่าหนักธรรม, องค์การบริหารส่วนตำบลต่าหนักธรรม ๒๕๒ ถนนยันตรกิจโกศล ตำบลต่าหนักธรรม อำเภอนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๙๗} อ่างแล้ว นางฟองจันทร์ พรหมรินทร์, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ, ข้าราชการบำนาญ, กระทรวงสาธารณสุข, วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

วิเคราะห์สาเหตุของสถานการณ์และความเป็นไปของชีวิต รู้เหตุ รู้ผล รู้ตน รู้กาล รู้จักประมาณ รู้จักประชุมชน รู้จักเลือกคบบุคคลมากขึ้น

จากการสัมภาษณ์ นางคุณญา แก้วทันคำ^{๙๘} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าข้าพเจ้าได้พิจารณาปัญหาถึงเรื่องในอดีตที่เคยมีความอึดอัดขัดข้องใจ เรื่องบุตริตาและสามี ผ่านความรุนแรง ความเลวร้ายทั้งหลาย มีปัญหาในที่ทำงาน ทำให้เกิดความทุกข์มากมาย ได้มีโอกาสเข้ามาปฏิบัติธรรมที่วัดป่าเวียงทอง และได้รับฟังคำสอนของหลวงตาแล้วนำไปประพฤติปฏิบัติ สามารถนำลูกให้เข้ามาปฏิบัติธรรมได้ ทำให้ลูกปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางดีขึ้น และเข้าใจธรรมชาติของลูกๆ จึงได้ทบทวนเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านมาในชีวิต สามารถปล่อยวางปัญหา ทำให้เข้าใจตามความเป็นจริง ไม่มีความยึดมั่นถือมั่น ทุกข์น้อยลง เข้าใจเรื่องกรรม บุคคลทำกรรมดี ย่อมได้ดี ทำกรรมชั่วย่อมได้ชั่ว หมั่นพิจารณาทำให้เกิดปัญญา ทำให้ไม่ระทมอยู่กับความทุกข์ สามารถคลายทุกข์และดับทุกข์ได้

จากการสัมภาษณ์ นางอัมพร หงษ์เจ็ด^{๙๙} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า เกิดปัญหา เกิดสมาธิ รู้เท่าทันไม่ มีปัญหาที่ไม่เศร้าหมอง สามารถดับความทุกข์ทำใจเป็นสุขถึงแม้จะอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่น่าจะทนได้แต่ก็ทนได้โดยให้หลักอริยสัจ ๔ เห็นปัญหาคือความทุกข์ หาสาเหตุของปัญหาคือสมุทัยหาวิธีที่ดับทุกข์คือนิโรธ นำวิธีดับทุกข์มาลงมือปฏิบัติคือมรรค ทำให้ดับทุกข์ได้ เห็นความจริงอันประเสริฐ ที่ทุกคนจะต้องประสบพบเจอหนีไม่พ้นความทุกข์ และต้องเห็นทุกข์ด้วยปัญญา

จากการสัมภาษณ์ นางจันทร์รัตน์ เลิศลักษณ์กุล^{๑๐๐} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่า ได้พิจารณาปัญหาด้วยปัญญาว่ทุกสิ่งทุกอย่างเกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป ด้วยโลกธรรม ๘ อย่างนี้ว่า เมื่อมีลาภก็เสื่อมลาภ เคยมีฐานะด้านสังคม มียศก็เสื่อมยศ เมื่อเสื่อมจากยศไม่มีใครอยากคบหาสมาคมด้วย คนเคยสรรเสริญเคารพ นบนาบก็เป็นนินทา เคยมีสุขจากสมบัติมากมาย เมื่อเสื่อมจากทรัพย์สมบัติทำให้เกิดทุกข์ เมื่อนำสิ่งเหล่านั้นมาพิจารณาอย่างนี้ ทำให้เกิดความไม่ประมาทในชีวิต ทำให้สนใจเรื่องปฏิบัติ สมาธิ เพราะมีความยั่งยืนมั่นคงถาวร จึงพิจารณาอย่างนี้อยู่เป็นประจำทำให้ปล่อยวางได้และสามารถแนะนำผู้อื่นที่ประสบเหตุการณ์เดียวกันได้ปฏิบัติธรรมตามเพื่อเป็นธรรมทาน

จากการสัมภาษณ์ นางดวงเนตร หล้าคำมี^{๑๐๑} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าข้าพเจ้าปฏิบัติบำเพ็ญจากการปฏิบัติด้านปัญญาเพื่อนำไปสู่การพัฒนาจริยธรรมด้านปัญญาได้คือ มีสติพิจารณา ใคร่ครวญไตร่ตรอง เลือกทางดำเนินชีวิตให้บังเกิดกุศลธรรม ส่งเสริมชีวิตของตนเองและครอบครัวให้อยู่ปกติสุข มีสติละเว้นไม่ทำอกุศลกรรมซึ่งจะมีผลทำให้ชีวิตเสื่อมลง ขวนขวาย มุ่งมั่นกระทำความดีตามหลักไตรสิกขา ๓ ศีล สมาธิ ปัญญา ศีล ๕ ธรรม ๕ หลักพรหมวิหาร ๔ ประการ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ทำให้ชีวิตอยู่อย่างผาสุก

^{๙๘} อ่างแล้ว นางคุณญา แก้วทันคำ, พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ, โรงพยาบาลแพร่ อำเภอเมืองแพร่, วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๙๙} อ่างแล้ว นางอัมพร หงษ์เจ็ด, พยาบาลชำนาญการ, โรงพยาบาลหนองม่วงไข่, อำเภอหนองม่วงไข่ จังหวัดแพร่, วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๐๐} อ่างแล้ว นางจันทร์รัตน์ เลิศลักษณ์กุล, อนุสาสิกปฏิบัติธรรมวัดป่าเวียงทอง พ.ศ.๒๕๔๕, วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๐๑} อ่างแล้ว นางดวงเนตร หล้าคำมี, ครูชำนาญการ, สำนักงานพื้นที่การศึกษาการประถมศึกษาแพร่ เขต ๑, ข้าราชการบำนาญสังกัด สพป.แพร่เขต ๑, วันที่ ๓ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

จากการสัมภาษณ์ นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์^{๑๐๒} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าได้นำหลักปัญญาไปปฏิบัติ เคยมีความอึดอัดในที่ทำงาน มีโอกาสได้มาปฏิบัติที่วัดแห่งนี้และฟังหลวงตาธรรมดาเทศน์ มีข้อคิด สะกิดใจเรื่อง ทำให้มีการเชื่อมโยง ทำให้เห็นประโยชน์ของการฝึกสมาธิ และทำสมาธิด้วยตนเอง ทำให้ได้ทบทวน ทำให้ตัดความฟุ้งซ่าน ความห่วง ความตึงเครียด ทำให้รู้สึก สิ่งที่เคยถูกว่าถูกกระทบ ซ้ำๆ บ่อยๆ ทำให้เรานำสิ่งนั้นมาคิดกลับไปกลับมา และจำฝังในสมองในความคิด มาทำร้ายจนทำให้ตนเองหมดพลัง หลังจากได้ฝึกสมาธิด้วยตนเอง ทำได้จัดการความคับแค้นใจ ชัดซึ้งใจที่เคยเผชิญมา เมื่อมาปฏิบัติธรรมวัดแห่งนี้ได้พบกัลยาณมิตรในวัด เช่นคุณคุณญา แก้วทันคำ คุณพองจันทร์ พรหมรินทร์ ได้เห็นการปฏิบัติธรรมแบบความเรียบง่ายของสำนักปฏิบัติธรรมแห่งนี้ทำให้คิดได้และได้รับผลการปฏิบัติได้ด้วยตนเอง

จากการสัมภาษณ์ นางสาวนพฉัตร แก้วทันคำ^{๑๐๓} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าจากการได้นำปัญญาไปปฏิบัติข้าพเจ้าได้มาไคร่กตริตรองดูแล้ว การที่ข้าพเจ้าได้ใช้ปัญญาพิจารณาหลายสิ่งๆ ก็ทำให้ตัวข้าพเจ้าได้พบสิ่งดีๆ ที่เข้ามาในชีวิต นั่นคือรู้จักแยกแยะและวิเคราะห์ว่าสิ่งใดที่ควรรับมาใส่ใจ เช่นการคบเพื่อนก็เป็นสิ่งหนึ่งที่สำคัญเพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคมไม่อาจอยู่ด้วยตัวเองเพียงคนเดียวได้ การที่ได้ฝึกใช้ปัญญาทำให้สามารถพิจารณาว่าควรที่เลือกคบเพื่อนที่ดีเป็นกัลยาณมิตรสามารถพึ่งพาอาศัยได้ สามารถรู้จักแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ เช่น มีเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นซึ่งอาจจะเกิดเป็นผลร้ายตามมา สามารถจัดการและแก้ปัญหาเฉพาะหน้าในเรื่องนั้นๆ ได้ นอกจากนี้ยังทำให้ข้าพเจ้ารู้จักให้สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อผู้อื่น ด้วยอาชีพที่ข้าพเจ้าเลือกคือพยาบาลซึ่งเป็นอาชีพที่ต้องเสียสละ ทั้งเวลาทั้งสุขภาพของตัวเอง เพื่อทุ่มเทให้กับการทำงานช่วยเหลือผู้ช่วยเหลือผู้ป่วย ซึ่งการเสียสละก็เป็นการให้อย่างหนึ่งนอกจากนี้ก็ต้องอดทนด้วย การมีปัญญาจึงช่วยให้เรารู้จักคิดและทำในสิ่งที่ถูกต้องเป็นประโยชน์กับทั้งตนเองและส่วนร่วมอีกด้วย

จากการสัมภาษณ์นายสิงห์ ปิ่นกลอง^{๑๐๔} ได้กล่าวเพิ่มเติมว่าการนำปัญญาไปพิจารณาจนได้ผลจากปฏิบัติมาพัฒนาจริยธรรมด้านปัญญานั้น ได้นำคำสอนและธรรมที่ได้ยินได้ฟังได้อ่านได้ศึกษา มาพิจารณาและคิดเห็นตามความเป็นจริงยิ่งก่อนนั้นไม่เคยได้พิจารณาคำสอนและข้อธรรมแต่อย่างใด เมื่อได้ศึกษาและปฏิบัติแล้วจึงได้นำมาฝึกฝนและปฏิบัติตาม ทำให้เกิดปัญญาจากการฟัง ปัญญาเกิดจากการใคร่ครวญ และปัญญาเกิดจากการภาวนาสามารถแก้ปัญหาได้รวดเร็ว เพิ่มพูนสติปัญญาสามารถแนะนำผู้อื่นเข้ามาปฏิบัติศีล สมาธิ ปัญญาในวัดป่าเวียงทองได้

จากการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างของผู้ปฏิบัติธรรมผู้วิจัยกล่าวโดยสรุปผลการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่ แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ในด้านปัญญาของผู้ให้สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง ได้รับผลการพัฒนาจริยธรรมในด้านปัญญา ได้มีปัญญาใคร่ครวญ พิจารณา ไตร่ตรอง ปัญหาในอดีตที่ผ่านมา

^{๑๐๒} อังแล้ว นางสาวสุวรรณี สร้อยสงค์, อาจารย์วิชาการพยาบาล,วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีแพร่.

^{๑๐๓} อังแล้ว นางสาวนพฉัตร แก้วทันคำ,นิสิตคณะพยาบาลศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดลชั้นปีที่ ๑. วันที่ ๕ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

^{๑๐๔} อังแล้ว นายสิงห์ ปิ่นกลอง,อุบาสกผู้ปฏิบัติธรรมของวัดป่าเวียงทอง ๒๕๓๓,วันที่ ๖ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๙.

พิจารณาใคร่ครวญจนเห็นโทษของเหตุที่ขาดศีล ขาดสมาธิ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สนใจในการประพฤติปฏิบัติธรรมตามหลักไตรสิกขามากขึ้นจนเห็นเป็นประจักษ์ด้วยตนเอง ได้รับผลการปฏิบัติด้วยตนเอง สามารถแก้ไขปัญหาคือความทุกข์ ดับทุกข์ได้ในอริยสัจ ๔ เพิ่มพูนสติปัญญา สามารถรู้จักวิเคราะห์สาเหตุของสถานการณ์และความเป็นไปของชีวิต รู้จักนำหลักธรรมมาดำเนินชีวิตให้สมดุลงูจักโยนิโสมนสิการ คือใคร่ครวญ ทบทวนมากขึ้นมีการพัฒนาจริยธรรมด้านศีล,ด้านสมาธิและด้านปัญญาเพื่อดำเนินชีวิตไปในแนวทางที่ถูกต้อง สร้างความภาคภูมิใจและพอใจ สามารถอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขทั้งทางโลกและทางธรรม

ดังนั้น จากการศึกษาการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ สามารถระบุได้ว่าผู้เข้ามาปฏิบัติได้นำหลักการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทโดยใช้หลักไตรสิกขา ๓ คือ ศีล,สมาธิ,ปัญญา ทำให้ผู้ปฏิบัตินำหลักไตรสิกขาไปปฏิบัติจนได้รับผลจริง เป็นต้นแบบ พุดให้ฟัง, ทำให้ดู, เป็นอยู่ให้เห็นทำให้สุขภาพทั้งทางกายและจิตใจเกิดความสมดุลยั่งยืน อีกทั้งยังช่วยเผยแผ่การประพฤติปฏิบัติธรรมสร้างพลังทางสังคมเป็นแบบอย่างที่ดีในการประพฤติปฏิบัติในทางพัฒนาจริยธรรมและสร้างสรรค์สังคม เช่น การพัฒนาดน พัฒนาคบครอง พัฒนางค์กร และมีจิตสำนึกความรับผิดชอบในการพัฒนาสังคม เป็นการพัฒนายั่งยืนเพื่อพัฒนาเรียนรู้ทางจริยธรรม มีการสร้างพลังแห่งความดีในเชิงพุทธที่สอดคล้องกับความสนใจของประชาชนผู้ใฝ่ใจในการประพฤติปฏิบัติธรรม เช่นการนำหลักไตรสิกขา หลักเบญจศีล-เบญจธรรม หลักพรหมวิหารธรรม ๔ หลักพละ ๕ หลักอริยสัจ ๔ หลักอิทธิบาท ๔ อริยมรรคมีองค์ ๘ และภาวนา ๔ ซึ่งเป็นผลของการพัฒนาจริยธรรมในด้านกาย ด้านศีล ด้านจิต ด้านปัญญา ดังนี้

๑. กายภาวนา คือการเจริญกาย, พัฒนากาย, การฝึกอบรมกาย ให้รู้จักติดต่อกี่ยวข้องกับสิ่งทั้งหลายภายนอกทางอินทรีย์ทั้งห้าด้วยดี และปฏิบัติต่อสิ่งเหล่านั้นในทางที่เป็นคุณ มิให้เกิดโทษ ให้กุศลธรรมงอกงาม ให้กุศลธรรมเสื่อมสูญ, การพัฒนาความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

๒. สีสภาวนา คือการเจริญศีล, พัฒนาความประพฤติ, การฝึกอบรมศีล ให้ตั้งอยู่ในระเบียบวินัย ไม่เบียดเบียนหรือก่อความเดือดร้อนเสียหาย อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เกื้อกูลแก่กัน

๓. จิตภาวนา คือการเจริญจิต, พัฒนาจิต, การฝึกอบรมจิตใจ ให้เข้มแข็งมั่นคงเจริญงอกงามด้วยคุณธรรมทั้งหลาย เช่น มีเมตตากรุณา ขยันหมั่นเพียร อดทนมีสมาธิ และสดชื่น เบิกบานเป็นสุขผ่องใส เป็นต้น

๔. ปัญญาภาวนา คือการเจริญปัญญา, พัฒนาปัญญา, การฝึกอบรมปัญญา ให้รู้เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามเป็นจริง รู้เท่าทันเห็นโลกและชีวิตตามสภาวะ สามารถทำจิตใจให้เป็นอิสระ ทำตนให้บริสุทธิ์จากกิเลสและปลดปล่อยพ้นจากความทุกข์ แก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยปัญญา มีสติปัญญารอบคอบในการดำเนินชีวิต เพื่อเกิดสันติสุขต่อตนเอง ต่อครอบครัว ต่อเพื่อนร่วมงาน และต่อสังคมส่วนรวมโดยมีความรับผิดชอบ ตั้งอยู่บนหลักธรรม พัฒนาจิตกับชีวิตที่สมดุล เป็นการพัฒนาจริยธรรมที่ยั่งยืน ซึ่งในบทต่อไปผู้วิจัยจะทำการศึกษาแนวทางการพัฒนาจริยธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาทของสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดแพร่แห่งที่ ๑ (ธรรมยุต) วัดป่าเวียงทอง อำเภอสูงเม่น จังหวัดแพร่ ให้มีความเจริญยิ่งขึ้นไป