

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

พระพุทธศาสนามีความสำคัญอย่างใกล้ชิดกับสังคมไทยทั้งชีวิต และขนบธรรมเนียมประเพณี จนไม่สามารถแยกออกจากกันได้ การเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรม และบุคลิกภาพ กิจกรรมต่างๆ ทางเศรษฐกิจ ปัญหาทางสังคม เหล่านี้จึงกลายเป็นปัญหาชีวิตทำให้บุคคลทั้งหลายมีความทุกข์เกิดขึ้น พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า

แม้ความเกิดก็เป็นทุกข์ แม้ความแก่ก็เป็นทุกข์ แม้ความเจ็บก็เป็นทุกข์ แม้ความตายก็เป็นทุกข์ ความประสบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รักก็เป็นทุกข์ ความไม่ได้สิ่งที่ปรารถนาเป็นทุกข์ เพราะความทุกข์ที่เกิดขึ้นนี้เองจึงทำให้มนุษย์ต้องดิ้นรนแสวงหาหนทางที่จะออกจากทุกข์ด้วยวิธีการต่างๆ การเติมเต็มสิ่งที่ต้องการเพื่อความปรารถนาความสุขที่จะพึงมีได้ในชีวิต แต่เป็นเพียงการกระทำที่ตอบสนองต่อความต้องการของตัณหาที่มาในรูปของความสุข ความสะดวกสบายในชีวิต ความวุ่นวายทั้งทางกายและจิตใจจึงมีขึ้น และตัณหาอันทำให้เกิดอีก ประกอบด้วยความเพลิดเพลินและความกำหนัด มีปกติให้เพลิดเพลินในอารมณ์นั้นๆ^๑

ซึ่งไม่ได้เป็นทางในการแก้ปัญหาอย่างแท้จริง เป็นเพียงการชดเชยในสิ่งที่ขาดหายไป การที่มนุษย์ต้องประสบกับความทุกข์อยู่นั้นก็เพราะตกอยู่ภายใต้อำนาจของกิเลสตัณหาที่เปรียบเหมือนเครื่องจองจำสัตว์ ทำให้บุคคลผู้หลงอยู่ใต้อำนาจของกามคุณ^๒ ที่เป็นเหตุให้น้ำหลงไหลเพลิดเพลินอยู่เมื่อไม่ได้ตามที่ต้องการจึงทำให้เกิดความทุกข์ขึ้น ความทลายอยากจึงเป็นสาเหตุที่ทำให้ต้องดิ้นรน มีพุทธพจน์ว่า “จอมปลวกนี้ย่อมพ่นควันในเวลากลางคืน ย่อมลุกโพลงในเวลากลางวัน”^๓ บุคคลย่อมครุ่นคิดถึงการงานที่จะทำในวันพรุ่งนี้ ย่อมพะวงถึงสิ่งที่ต้องจัดการด้วยหวังว่าจะต้องทำให้ดีที่สุด ตรึกตรองอยู่เป็นนิจทุกคำคิณยากที่จะหลับลงได้โดยง่าย พอตื่นขึ้นต้องขวักไขว่ดิ้นรนทำหน้าทีนั้นไม่มีแม้เวลาจะหยุดพักเพื่อแสวงหาความสุข ความสะดวกสบายในชีวิต ความวุ่นวายทั้งทางกายและจิตใจจึงมีขึ้น และตัณหาอันทำให้เกิดอีก ประกอบด้วยความเพลิดเพลินและความกำหนัด มีปกติให้เพลิดเพลินในอารมณ์นั้นๆ การจะ

^๑ วิ.ม. (ไทย) ๔/๑๔/๒๑.

^๒ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๕๑/๒๓๒.

^๓ ม.ม. (ไทย) ๑๒/๒๔๙/๒๖๗.

ปลดพันธนาการเหล่านั้นออกจากจิตใจได้นั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ว่า “ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ ถ้าบุคคลมีใจชั่วก็จะพุดชั่วหรือทำชั่วตามไปด้วย เพราะความชื่อนั้น ทุกข์ย่อมตามเขาไป ล้อมที่หมุนตามรอยเท้าโคที่ลากเกวียนไป ฉะนั้น”^๔

“ความสุข” จึงเป็นเป้าหมายหลักในการพัฒนาคุณภาพชีวิต มีพื้นฐานจิตใจที่ดีงาม เป็นคนดี มีคุณธรรม จริยธรรมและทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม โดยการสร้างภูมิคุ้มกันให้ผ่านกระบวนการเรียนรู้ ตระหนักถึงคุณค่าและจิตสำนึกในการดำรงชีวิตบนพื้นฐานของศีลธรรมอันดีงาม ทำให้คนไทยทุกคนได้รับการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา ตลอดจนความรู้ ความสามารถ ทักษะการประกอบอาชีพและความมั่นคงในการดำรงชีวิตครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างศักยภาพให้กับตนเองที่จะนำไปสู่ความเข้มแข็งของครอบครัวชุมชนและสังคมไทย^๕

จุดมุ่งหมายของสมาธิในพระพุทธศาสนา เป็นสนามปฏิบัติการทางปัญญาเป็นตัวหนุนให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริงในสัจธรรม สภาจิตที่อยู่ในฌานจะพิจารณาธรรมไม่ได้ ผู้จะพิจารณาธรรมเข้าสู่วิปัสสนาได้ต้องออกจากฌานเสียก่อนจึงจะบรรลุ มรรค ผล นิพพาน สามารถแก้ปัญหาระเบิดทุกข์ได้^๖ การที่บุคคลจะมีความสุขในการดำเนินชีวิต จำเป็นต้องมีสติสัมปชัญญะ มีความเพียร มีความอดทน และไม่ตั้งตนอยู่ในความประมาท การที่จะพอกพูนสิ่งเหล่านี้ให้เกิดขึ้น จึงจำเป็นต้องผ่านการฝึก อบรม หรือการปฏิบัติที่เป็นแรงผลักดันหรือจูงใจให้เกิดการสืบเนื่อง ถือได้ว่าการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนามีความเกื้อกูลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างได้อย่างมีความสุข การสร้างความสุขในการดำเนินชีวิตจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน

ในปัจจุบันมีการปฏิบัติธรรมเกิดขึ้นมากมายในหลายโอกาส เช่น ปฏิบัติธรรมเนื่องในวันสำคัญในทางพระพุทธศาสนา และในโอกาสต่างๆ มีประชาชนเข้าร่วมปฏิบัติในแต่ละโครงการมากมายในโอกาสนั้น วัดอ้อมน้อยจึงเป็นศูนย์รวมศรัทธาของพุทธศาสนิกชนในการช่วยบรรเทาทุกข์ทางกายและจิตใจ เมื่อมากด้วยกลุ่มคนย่อมมากด้วยปัญหานานับประการ ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสุขของพุทธศาสนิกชนที่เข้าวัดปฏิบัติธรรม ในสำนักปฏิบัติธรรมวัดอ้อมน้อย ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้มบแมน จังหวัดสมุทรสาคร ซึ่งเป็นวัดหนึ่งที่มีการปฏิบัติธรรมโดยเน้นการปฏิบัติแบบอานาปานสติกัมมัฏฐานซึ่งเหมาะกับทุก ๆ คน เพราะเกี่ยวเนื่องด้วยลมหายใจ “เมื่อเจริญอานาปานสติย่อมมีชีวิตที่สงบ ประณีต

^๔ ชุ.ธ. (ไทย) ๒๕/๑/๒๓.

^๕ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐ พ.ศ. ๒๕๕๐-๒๕๕๔, (กรุงเทพมหานคร: วิ.เจ.พรินติ้ง, ๒๕๔๙), หน้า ๓๙.

^๖ พุทธทาสภิกขุ, การทำสมาธิและวิปัสสนาที่แท้สมาธิวิปัสสนาตามวิธีธรรมชาติ, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๔๐), หน้า ๒.

สดชื่น น่ารัก เป็นสุข และทำบาปอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วให้ดับไปโดยเร็ว”^๗ เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้มีความสนใจเข้ามาศึกษาปฏิบัติธรรมในวันธัมมัสสวนะและวันอาทิตย์

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการปฏิบัติธรรมที่มีผลต่อความสุขของพุทธศาสนิกชน ณ วัดอ้อมน้อย อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการช่วยสร้างคุณภาพชีวิตของพุทธศาสนิกชนที่มาปฏิบัติธรรม ณ วัดอ้อมน้อย ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร ซึ่งจะเป็นประโยชน์สำหรับการส่งเสริมการปฏิบัติธรรมที่มีผลต่อความสุข นอกจากนี้ ยังนำปัญหาและแนวทางแก้ปัญหาที่เป็นประโยชน์สำหรับการส่งเสริมการปฏิบัติธรรมต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาความสุขของพุทธศาสนิกชนจากการปฏิบัติธรรม ณ วัดอ้อมน้อย ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาอุปสรรคและข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน ณ วัดอ้อมน้อย ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร

๑.๓ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๓.๑ ความสุขของพุทธศาสนิกชนจากการปฏิบัติธรรม ณ วัดอ้อมน้อย ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร เป็นอย่างไร

๑.๓.๒ อุปสรรค ปัญหา และข้อเสนอแนะเกี่ยวกับปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน ณ วัดอ้อมน้อย ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร อย่างไร

๑.๔ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มุ่งศึกษาเรื่องการปฏิบัติธรรมที่ส่งผลต่อความสุขของพุทธศาสนิกชน ณ วัดอ้อมน้อย ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร โดยจำกัดขอบเขตไว้ดังนี้

๑.๔.๑ ขอบเขตด้านเนื้อหา

งานวิจัยนี้มุ่งศึกษาความสุขจากการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน ณ วัดอ้อมน้อย อำเภอกะทู้ม่วน จังหวัดสมุทรสาคร

^๗ ส.ม. (ไทย) ๑๙/๙๘๕/๔๖๕.

๑.๔.๒ ขอบเขตด้านตัวแปร ประกอบด้วยตัวแปร ดังนี้

๑.๔.๒.๑ ด้านตัวแปรต้น ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษาสูงสุด รายได้ต่อเดือน สถานภาพสมรส อาชีพ ประสบการณ์ในการปฏิบัติธรรม

๑.๔.๒.๒ ตัวแปรตาม ได้แก่ ความสุขของพุทธศาสนิกชนจากการปฏิบัติธรรม ๒ ด้าน ได้แก่ ๑) ด้านกาย ๒) ด้านจิตใจ

๑.๔.๓ ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นพุทธศาสนิกชนที่เข้าวัดปฏิบัติธรรมช่วงวันธัมมัสสวนะและวันอาทิตย์ ณ วัดอ้อมน้อย อำเภอกะทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร จำนวนทั้งสิ้น ๑๕๐ คน และกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างที่สุ่มจากประชากรทั้งหมด จำนวน ๑๐๘ คน^๔

๑.๔.๔ ขอบเขตด้านพื้นที่ วัดอ้อมน้อย ตั้งอยู่บ้านเลขที่ ๑ หมู่ที่ ๔ ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร ๗๔๑๓๐

๑.๔.๕ ขอบเขตด้านระยะเวลา ตั้งแต่วันที่ ๑ - ๕ ธันวาคม ๒๕๕๙

๑.๕ นิยามศัพท์ที่ใช้เฉพาะในการวิจัย

เพื่อให้เข้าใจความหมายของคำบางคำให้ตรงกัน ผู้วิจัยจึงกำหนดขอบเขตความหมายของ ศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ไว้ดังนี้

๑.๕.๑ การปฏิบัติธรรม หมายถึง รูปแบบการปฏิบัติตามแนวอานาปานสติที่มีการปฏิบัติใน วัดอ้อมน้อย

๑.๕.๒ ความสุข หมายถึง ภาวะความรู้สึกพึงพอใจในการปฏิบัติธรรมในด้านรูปแบบการ ปฏิบัติธรรม สิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติธรรม และความสุขที่เกิดขึ้นจากการปฏิบัติธรรมในการนำไปใช้ใ้ การดำเนินชีวิต

๑.๕.๓ พุทธศาสนิกชน หมายถึง ผู้ที่ถือศีล ๕ หรือ อุโบสถศีล และ บุคคลทั่วไปที่เข้าวัด ปฏิบัติธรรม ณ วัดอ้อมน้อย เพศชาย เรียก อุบาสก เพศหญิง เรียก อุบาสิกา

๑.๕.๔ วัดอ้อมน้อย หมายถึง สถานที่ปฏิบัติธรรม ตั้งอยู่บ้านเลขที่ ๑ หมู่ที่ ๔ ตำบลอ้อมน้อย อำเภอกะทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร ๗๔๑๓๐

^๔ รศ.ดร. บุญชม ศรีสะอาด, การวิจัยเบื้องต้น, (กรุงเทพมหานคร: สุวีริยาสาส์น, ๒๕๔๕), หน้า ๑๘๗.

๑.๖ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๖.๑ ทำให้ทราบหลักการปฏิบัติธรรมที่มีต่อความสุขของพุทธศาสนิกชน ณ วัดอ้อมน้อย อำเภอกะทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร

๑.๖.๒ ทำให้ทราบอุปสรรค ปัญหา ข้อเสนอแนะและปัจจัยส่งเสริมความสุขจากการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน ณ วัดอ้อมน้อย อำเภอกะทู้มแบน จังหวัดสมุทรสาคร