

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสังคมชนบทของจังหวัดสุรินทร์ปัจจุบัน เริ่มเป็นสังคมแห่งการเข้าสู่ยุคโลกาภิวัตน์ ซึ่งมีการสื่อสารแบบไร้พรมแดน ข่าวสารข้อมูลที่เข้ามามีบทบาทต่อการดำเนินชีวิตคนในสังคมมาก เด็กรุ่นใหม่ให้ความสนใจเทคโนโลยีมากกว่าที่จะเข้าวัด ทุกวันนี้วัดมีแต่คนสูงอายุอย่างเดียว ไม่เหมือนในอดีตที่คนทุกวัยเข้าวัด ความเจริญทางด้านวัตถุ ทำให้การติดต่อสัมพันธ์ด้านเศรษฐกิจ การเมือง การสื่อสารและการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว มีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นในโลก สังคมรับรู้ร่วมกันหมด^๑ มีอิทธิพลครอบงำโลก ทำให้คนตกอยู่ในอำนาจวัตถุ^๒ สภาพความเป็นอยู่ของชุมชนสังคมเปลี่ยนไป ส่งผลต่อจิตใจให้น้อมเอียงไปในทางที่ต้องการความสะดวกสบายมากขึ้น^๓ ให้ความสำคัญด้านวัตถุมากกว่าจิตใจ แสวงหาวัตถุมาเพื่อความสะดวกสบายมากกว่าที่จะแสวงหาความจริงคือธรรมชาติ ขาดการขัดเกลาจิตใจ ทำให้คุณค่าของพระพุทธศาสนา มีบทบาทที่น้อยลงไปต่างไปจากอดีตที่พระสงฆ์เป็นผู้นำ

เหตุที่เราจะต้องปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ก็เพราะว่าเราต้องการความสุข และต้องการความบริสุทธิ์แห่งชีวิตจิตใจ ต้องการปลดปล่อยชีวิตจิตใจออกจากความทุกข์นานาประการ แต่เพราะความทุกข์เกิดขึ้นมาจากเหตุคือ กิเลสตัณหา ดังนั้นเพื่อจะได้ชำระสะสางชีวิตจิตใจให้ขาวสะอาด ปราศจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองที่หมักคองอยู่ในสันดานเราจึงต้องเข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน อย่างนี้ การเข้ากัมมัฏฐานคือการฝึกหัดคัดสันดานให้เป็นระเบียบเรียบร้อยขึ้น ให้มีความสงบเสงี่ยม และอ่อนโยน ให้กายบริสุทธิ์สะอาดปราศจากโทษทั้งทางกาย วาจา โดยกำลังของวิริยเจตนา และมีสติคอยสำรวจรักษาให้เป็นปกติภาพทำให้เป็นศีลขึ้นมาในจิตใจในการเข้ากัมมัฏฐานเป็นการอบรม บ่มนิสัยจิตใจที่ฟุ้งซ่าน ดิ้นรนวุ่นวายให้สงบระงับ และดับเย็นให้มีแต่ความบริสุทธิ์สะอาด ซึ่งจะ เป็นประโยชน์ด้านสุขภาพกายสุขภาพจิตตลอดถึงสังคมให้เกิดความสงบสุขเรียบร้อย อย่างไรก็ตาม

^๑พระเมธีธรรมาภรณ์ (ประยูร ธมฺมจิตโต), พระพุทธศาสนาในยุคโลกาภิวัตน์, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๑๑.

^๒พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), ๐๖ที่ภายใต้วัฒนธรรมแห่งปัญญา(ศาสนาในยุคโลกาภิวัตน์), พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิธรรม, ๒๕๓๕), หน้า ๒.

^๓พระธรรมปิฎก (ป.อ.ประยุตฺโต), คนไทยกับเทคโนโลยี, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิธรรม, ๒๕๔๐), หน้า ๒.

การปฏิบัติวิปัสสนาต้องอาศัยผู้นำพาปฏิบัติคือ วิปัสสนาจารย์ผู้รู้ในแนวทางนั้นๆ เช่น พระอาจารย์มั่น ภูริทัตโต ภูริทัตโต ภาวนา “พุทธโธ” หลวงพ่อจรัญ จิตฺตมโฆ แนวการปฏิบัติ สติปัฏฐานสี่ บริการ “อุบหนอ พองหนอ” พุทธทาสภิกขุ แนวการปฏิบัติ อานาปานสติภาวนา พระอาจารย์มิตฺตชโว โคะ กเวสโก แนวการปฏิบัติ อานาปานสติภาวนา อาจารย์ฝั้น อาจาโร หลวงพ่อเทียน จิตฺตสุโก แนวปฏิบัติ เน้นการเจริญสติ วิธีที่เป็นที่นิยมคือวิธีสร้างจังหวะ เป็นวิธีสร้างสติแบบนั่งทำสมาธิแต่ไม่ต้องหลับตา วิปัสสนาจารย์ พระมงคลเทพมุนี (หลวงพ่อด)

แนวปฏิบัติ ตามแนวธรรมกาย ใช้คำบริการ “สัมมาอรหัง” วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ แนวปฏิบัติ ตามแนวสติปัฏฐานสี่ ใช้คำบริการ “อุบหนอ พองหนอ” เป็นต้น

หลักการปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากรรมฐานนั้น ก็เพื่อพุทธบริษัทได้นำมาปฏิบัติตาม เพื่อยังประโยชน์ในการดำเนินชีวิตประจำวัน และประโยชน์สูงสุดให้เกิดขึ้นภายในตน อันเป็นการแก้สาเหตุของปัญหาในระดับเบื้องต้นได้เป็นอย่างดี เนื่องจากว่า มนุษย์ทุกยุคทุกสมัยย่อมประสบกับปัญหานานาประการอยู่ไม่สิ้นสุด พระพุทธศาสนาจึงสอนให้แก้ปัญหาทั้งด้านนอกด้านในไปพร้อมๆ กัน ทั้งทางสังคมและจิตใจของบุคคลกล่าวคือในด้านนอกก็ใช้ศีลแก้ปัญหาทางกาย และวาจา ส่วนด้านในที่เกี่ยวข้องจิตใจและปัญญาที่ใช้หลักวิปัสสนากรรมฐานเป็นหลักปฏิบัติตาม เพื่อจะได้ละ ความโลภ ความโกรธ ความหลง ความเห็นแก่ตัว เป็นต้นให้เบาบางลงไปและสามารถเอาชนะจิตใจที่เป็นฝ่ายอกุศลเป็นบาป ก่อโทษด้วยการเจริญคุณธรรมตามลำดับ เพราะปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาที่มนุษย์ต้องประสบกันมาทุกยุคทุกสมัย ก็เหมือนกัน คือ ความเห็นแก่ตัว ขาดความเมตตา มีความริษยา รักสุขเกลียดความทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น^๔ การปฏิบัติวิปัสสนานั้นมีประโยชน์ตนโดยตรงเพราะทำให้บุคคลผู้ปฏิบัติได้ดำเนินจิตของตนไปสู่หลักอริยสัจ ๔ อย่างสมบูรณ์ไม่ว่าจะปฏิบัติควบคู่กันไปกับสมถะหรือไม่ก็ตาม หรือจะปฏิบัติวิปัสสนาล้วนๆ ที่เรียกว่า วิปัสสนายานิก คือ ผู้มีวิปัสสนาล้วนๆ แต่อย่างน้อยจะต้องอาศัยกำลังทางสมาธิจิตในระดับฌณิกสมาธิ ขึ้นไป จึงสามารถพิจารณาสรรพสิ่งตามความเป็นจริงได้และถูกต้อง เพราะมีพื้นฐานทางจิตที่ดีฉะนั้น การวิปัสสนากรรมฐานในงานวิจัย ย่อมมีพรรณนาถึงสมาธิบ้างในบางส่วน เพื่อให้ความสำคัญของสมาธิ ที่มีผลต่อการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ด้วยเหตุผลที่ว่า การบรรลुरुธรรมในพระพุทธศาสนามี ๒ อย่าง คือ อย่างแรก ถ้าเจริญสมาธิภาวนา ก็สามารถบรรลุด้วยเจโตวิมุตติ หลุดพ้นด้วยใจ และ

^๔พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), พุทธธรรมฉบับปรับปรุงและขยายความ, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร:มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๘๑๗-๘๑๘.

อย่างที่สอง ถ้าเจริญวิปัสสนาภาวนา ก็สามารถบรรลุด้วยปัญญาวิมุตติ หลุดพ้นด้วยปัญญาที่เกิดจากการวิปัสสนากรรมฐาน^๕

ในการนี้ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาและค้นคว้าแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของ พระครูจันทปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก) เป็นพระวิปัสสนาจารย์ของสำนักวัดป่าบ้านตรวย จังหวัด สุรินทร์เป็นพระที่ได้นำพาญาติโยมอุบาสกอุบาสิกาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้มีการปฏิบัติทั้งปี โดยเฉพาะวันสำคัญทางศาสนาและมีการปฏิบัติธรรมประจำปี และมีการสมาทานอุโบสถศีลทุกวัน พระทั้งปี โดยนำเสนอเป็นงานเชิงวิชาการ และเพื่อให้ทราบถึงผลของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ที่มีต่อชุมชนสืบต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูจันทปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก)

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาผลของวิปัสสนากรรมฐานของพระครูจันทปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก) ที่มีต่อชุมชน

๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพภาคสนาม โดยมีขอบเขตการวิจัย ดังนี้

๑) ขอบเขตด้านเนื้อหา การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตด้านเนื้อหาไว้ดังนี้คือ ศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท ในคัมภีร์พระไตรปิฎกและอรรถกถา ตลอดจนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูจันทปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก) โดยการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักในเขตพื้นที่ชุมชนชาวบ้านตรวย

๒) ขอบเขตด้านประชากร ขอบเขตด้านประชากร ได้แก่ ประชากรตัวอย่าง จำนวน ๔๐ รูป/คน แบ่งออกเป็น ๒ ลักษณะ ดังนี้คือ พระสงฆ์ จำนวน ๑๐ รูป อุบาสก จำนวน ๘ คน อุบาสิกา จำนวน ๒๒ คน ซึ่งได้ฟังคำสั่งสอนและปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูจันทปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก) โดยการสัมภาษณ์เชิงลึก แล้วก็นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ โดยการพรรณนาวิเคราะห์

^๕ บุ.อติ.อ.(บาลี) ๘/ ๓๒๓/๔๘๓.

๓) ขอบเขตด้านพื้นที่ ศึกษา ได้แก่ สำนักวิปัสสนาวัดป่าบ้านตรวด หมู่ที่ ๑๕ ตำบล
ตรวด อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดสุรินทร์

๔) ขอบเขตด้านเวลา ระยะเวลาในการวิจัย ปีการศึกษาเดือนมกราคม ๒๕๕๔-
เดือนมกราคม ๒๕๕๕

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

๑.๔.๑ หลักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นอย่างไร

๑.๔.๒ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูจันทปัญญาภรณ์
(ขาว จันทาโก) เป็นอย่างไร

๑.๔.๓ ผลของวิปัสสนากรรมฐานของพระครูจันทปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก) ที่มีต่อ
ชุมชนบ้านตรวด เป็นอย่างไร

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง หลักคำสอนเกี่ยวกับวิปัสสนากรรมฐานที่ปรากฏในคัมภีร์
พระพุทธศาสนาเถรวาท

วิธีสอนวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของ
พระครูจันทปัญญาภรณ์ เป็นการปฏิบัติตามแนวมหาสติปัฏฐาน ๔ ซึ่งเป็นฐานที่ตั้งของสติ เป็นเหตุ
ปัจจัยสำหรับปลุกสติให้เกิดขึ้นในฐานทั้ง ๔ ในการพิจารณากาย (โดยพิจารณาอริยาบถต่างๆ),
เวทนา (เจริญสติโดยเอาเวทนาเป็นที่ตั้ง), จิต (ปลุกสติโดยเอาจิตเป็นอารมณ์) และธรรม (มีสติ
พิจารณาธรรมทั้งหลายทั้งปวง)

ผลของวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของคนในชุมชนบ้าน
ตรวดที่เข้าร่วมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูจันทปัญญาภรณ์

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๖.๑ หนังสือ

พุทธทาสภิกขุ ได้กล่าวถึงอานาปานัสสติภาวไว้ในหนังสืออานาปานัสสติสมบูรณ์แบบ
สรุปความได้ว่า อานาปานัสสติภาวนา เมื่อบุคคลเจริญสติแล้ว จะทำให้มีอนามยดีทั้งทางกายและทาง
จิต จิตจะมีสมรรถนะมากขึ้น คือคิดเก่ง จำเก่ง สามารถทำหน้าที่จิตได้อย่างดี เป็นจิตนิมนวล

อ่อนโยนควรแก่การงานที่เรียกว่า กัมมณียะ จิตเช่นนี้จะคิด จะนึก จะตัดสินใจ หรือคิดการใดๆ จะจำเก่ง แม้แต่เรื่องเล็กๆ น้อยๆ ก็จะเรียกความจำกลับมา^๖

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ) กล่าวว่า การฝึกสติทำให้เกิดประโยชน์มากมายทั้งทางโลกและทางธรรม ดังนี้ ๑) สติเป็นเครื่องตื่นอยู่ ปลุกคนให้ตื่นอยู่เสมอ ๒) สติจำปรารภในสิ่งที่พึง ๓) สติทำคนให้ได้รับความเจริญทุกเมื่อ ๔) สติทำคนให้ได้รับความสุข ๕) สติทำคนให้เป็นผู้ประเสริฐทุกวัน ๖) สติทำคนให้ได้มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ นิพพานสมบัติ^๗

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึงอานาปานัสสติภาวนาไว้ในหนังสือพุทธธรรมสรุปความได้ว่า อานาปานัสสติสมาธิ เป็นข้อปฏิบัติได้ทั้งในทางสมถะและวิปัสสนา หมายความว่า จะใช้ปฏิบัติเพื่อมุ่งผลฝ่ายสมาธิแน่นอนไปอย่างเดียวก็น่าได้ หรือจะใช้เป็นฐานปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐานครบทั้ง ๔ อย่างก็ได้ เพราะเป็นข้อปฏิบัติที่เอื้อต่อสมาธิจิตในการใช้เป็นสนามปฏิบัติการของปัญญาได้เต็มที่ เป็นสมาธิที่พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญมาก รวมทั้งทรงสนับสนุนให้พระภิกษุทั้งหลายปฏิบัติ และพระองค์เองทรงใช้เป็นวิหารธรรมทั้งก่อนและตรัสรู้^๘

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้ให้ความหมาย ว่า ที่ตั้งแห่งการทำงานของจิต หรือที่ให้จิตทำงาน มีความเป็นทางการว่า สิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์ในการเจริญภาวนา หรืออุปกรณ์ในการฝึกอบรมจิต หรืออุบายหรือกลวิธีเหนี่ยวนำสมาธิ พูดย่างๆ ว่าสิ่งที่เอาให้จิตกำหนด จิตจะได้มีงานทำเป็นเรื่องเป็นราว สงบอยู่ที่ใด ไม่เที่ยววิ่งเล่นเคลิดหรือเลื่อนลอยฟุ้งซ่านไปอย่างไรจุดหมายเฉพาะในกรณีนี้ ก็คือสิ่งที่เอามาให้จิตกำหนดเพื่อชักนำให้เกิดสมาธิ หรืออะไรก็ได้ที่พอจิตกำหนดจับเข้าแล้ว จะชักนำให้แน่วแน่อยู่กับมันจนเป็นสมาธิได้เร็วและมั่นคงที่สุด พุดให้สั้นที่สุดว่า สิ่งที่ใช้ฝึกสมาธิก็มีมาตรฐานเท่าที่พระอรหันตศาสดาจารย์รวบรวมแสดงไว้มี ๔๐ อย่าง ก็มีมาตรฐาน ๔๐ อย่างนี้แตกต่างกันโดยความเหมาะสมแก่ผู้ปฏิบัติ ซึ่งควรเลือกใช้ให้เหมาะกับลักษณะนิสัยความโน้มเอียงของแต่ละบุคคลที่เรียกว่าจริตต่างๆ ถ้าเลือกได้ถูกกัน เหมาะกัน ก็ปฏิบัติได้ผลดีและรวดเร็ว ถ้าเลือกผิดอาจทำให้ปฏิบัติได้ล่าช้าหรือไม่สำเร็จผล^๙

^๖พุทธทาสภิกขุ, คู่มือศึกษาและปฏิบัติธรรมแบบอานาปานัสสติ ฉบับสมบูรณ์, (กรุงเทพมหานคร : บริษัทเขตโล่การพิมพ์ จำกัด, ๒๕๔๓), หน้า ๑๐.

^๗พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ ป.ธ. ๘), วิปัสสนากรรมฐาน, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๕.

^๘พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๓), หน้า ๑๒๕.

^๙พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), พุทธธรรม, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๘๕๐-๘๕๑.

พระศรีวราณ วิ. ได้กล่าวในบทความ หลักการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานในพระไตรปิฎก ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ไว้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนาธุระเป็นหน้าที่หลักอย่างหนึ่งของ พุทธศาสนิกชน ควบคู่กับคันถธุระการศึกษาคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ปรากฏอยู่ในคัมภีร์ พระไตรปิฎกและอรรถกถา วิธีชีวิตของภิกษุสงฆ์ นอกจากจะมีความเป็นผู้นำด้านความรู้ใน พระไตรปิฎกแล้ว ยังต้องพัฒนาตนให้เป็นพระสงฆ์ในอุดมคติ ด้วยการพัฒนาดนนั้น จะต้องอาศัย หลักการปฏิบัติพระกัมมัฏฐาน เพื่อฝึกฝนอบรม โสฬสญาณหรือญาณ ๑๖ อันเป็นวิชาชั้นสูงให้ เกิดขึ้นในสันดาน จุดมุ่งหมายของการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานนั้นก็เพื่อชำระจิตของผู้ปฏิบัติให้ บริสุทธิ์สะอาดหมดจด จนกระทั่งถึงบรรลุมรรคผลนิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสูงสุดทางพระ ศาสนา^{๑๑}

พร รัตนสุวรรณ ได้กล่าวถึงหลักการอานาปานัสสติสมาธิไว้ในหนังสือคู่มือการฝึกอานาปานัสสติสมาธิ การฝึกสมาธิด้วยวิธีกำหนดลมหายใจเข้า ออกสรุปความได้ว่า อานาปานัสสติสมาธิ คือสมาธิที่ประกอบด้วยสติกำหนดลมหายใจเข้าออก หมายความว่าสมาธิทุกอย่างจะเกิดผลได้ต้องมีสติเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ ถ้าปราศจากสติแล้ว สมาธิก็เกิดขึ้นไม่ได้ และสตินั้น กำหนดอารมณ์ได้หลากหลาย เช่น จะกำหนดที่กาย ที่เวทนา ที่จิตหรือที่ธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งก็ได้ แต่เฉพาะอานาปานัสสติสมาธินี้ หมายเอาสติที่กำหนดลมหายใจเข้าออกเท่านั้น ด้วยเหตุนี้จึงเรียกว่า อานาปานัสสติสมาธิ^{๑๒}

บรรจบ บรรณรุจิ ได้กล่าวถึงการบรรลุธรรมในชาติปัจจุบันของพระสาวกทั้งหลายไว้พอสรุปความได้ว่า การบรรลุธรรมในชาติปัจจุบันของพระสาวกทุกรูป ไม่ได้ขึ้นอยู่กับฐานะ สถานะทางสังคม กำเนิด การศึกษา มีพระสาวกมาจากวรรณะกษัตริย์ วรรณะพราหมณ์ วรรณะ แพศย์ วรรณะศูทร วรรณะจัณฑาล และวรรณะหีนชาติ พระสาวกนั้นมีทั้งที่เคยเป็นกษัตริย์ เคยเป็นพราหมณ์ เคยเป็นนักธุรกิจ และเคยเป็นคนรับใช้ ท่านเหล่านี้ได้ฟังธรรมของพระพุทธเจ้าแล้ว ความแตกต่างทางวรรณะมิได้เป็นอุปสรรค เพราะทุกท่านมีอุปนิสัยที่จะบรรลุธรรมได้ อุปนิสัยเป็นคุณสมบัติส่วนตัวของพระสาวกแต่ละรูป^{๑๓}

^{๑๑}พระศรีวราณ, “หลักการปฏิบัติพระกัมมัฏฐานในพระไตรปิฎก” ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, เก็บเพชรจากคัมภีร์พระไตรปิฎก, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๓๐๑-๓๐๒.

^{๑๒}พร รัตนสุวรรณ, คู่มือการฝึกอานาปานัสสติสมาธิ การฝึกสมาธิด้วยวิธีกำหนดลมหายใจเข้า-ออก, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์วิญญาน, ๒๕๔๕), หน้า ๒๔.

^{๑๓}บรรจบ บรรณรุจิ, อสัทธิมหาสาวก, (กรุงเทพมหานคร : ธรรมสภา, ๒๕๓๖), หน้า ๕๑.

๑.๖.๒ วิทยานิพนธ์

พระครูประคุณสรกิจ (สุชาติ ชีโนโรโส) ได้ศึกษาวิจัยการศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของ สำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม ได้คำตอบว่า สำนักวิเวกอาศรม ซึ่งเป็นสำนักวิปัสสนาที่มีชื่อเสียงแห่งหนึ่งในประเทศไทย งานวิจัยได้มุ่งเสนอวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระไตรปิฎกและอรรถกถาเป็นเบื้องต้นแรก โดยยึดสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตรเป็นหลัก พร้อมทั้งศึกษาคำอธิบายเพิ่มเติมจากคัมภีร์อรรถกถา จากนั้นจึงได้ศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานจากสำนักวิปัสสนากัมมัฏฐาน วิเวกอาศรม โดยเริ่มศึกษาดังแต่บุพกิจ วิธีการสอน ลำดับการสอน รวมทั้งวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ๓ อย่าง คือ การเดินจงกรม การนั่งสมาธิ ต่อจากการเดินจงกรม และการเจริญสติให้ทันปัจจุบัน^{๓๓}

พระมหารุ่งเรือง รุกขิตธมฺโม (ปะมะชะ) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวันอำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น” จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้พบว่า เยาวชนมีปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่างกัน เช่น บางคนขาดความศรัทธาในการปฏิบัติ บางคนไม่เคยรู้มาก่อนว่าการปฏิบัติธรรม คืออะไรและทำไปเพื่อประโยชน์อะไรจึงไม่รู้เป้าหมายของการปฏิบัติธรรมระยะเวลาในการปฏิบัติธรรมมีน้อยเกินไปทำให้การปฏิบัติธรรมไม่ต่อเนื่องและส่วนใหญ่ไม่ต้องการปฏิบัติเคร่งครัดเกินไปจึงควรมีกิจกรรมอื่นมาช่วยเสริมในการปฏิบัติธรรม เพื่อให้เยาวชนมีความรู้สึกผ่อนคลายไม่เครียดเป็นต้น จากการศึกษาติดตามผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของเยาวชนหลังจากสิ้นสุดแต่ละโครงการปรากฏว่าเยาวชนเกิดการพัฒนาพฤติกรรมอันพึงประสงค์ดีขึ้น แต่เมื่อเวลาผ่านไปประมาณ ๑๐-๒๐ วันแล้วนั้นพฤติกรรมแบบเดิมๆ ก็ย้อนกลับมาสู่วิถีชีวิตเหมือนแต่ก่อนอีกครั้ง แสดงว่าการปฏิบัติธรรมสามารถขัดเกลาพฤติกรรมหยาบได้ในช่วงระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ซึ่งแนวทางแก้ไขจะต้องมีการปฏิบัติให้ต่อเนื่อง โดยนโยบายกระทรวงศึกษาธิการและผู้บริหารสถานศึกษาควรจัดการศึกษาตามแนวทางของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา และส่งเสริมให้มีการปฏิบัติธรรมให้กับเยาวชนต่อไป ตลอดจนการสร้างบรรยากาศแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติธรรมในโรงเรียนด้วย มีกิจกรรมปฏิบัติธรรมร่วมกันก่อนเข้าห้องเรียน ซึ่งเป็นกระบวนการขัดเกลา

^{๓๓}พระครูประคุณสรกิจ (สุชาติ ชีโนโรโส), “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวทางของสำนักวิปัสสนาวิเวกอาศรม”, วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย :มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๓๗), บทคัดย่อ.

จิตใจก่อนที่จะเรียนรู้วิชาการต่างๆ ตลอดถึงส่งเสริมให้นักเรียนเข้ามาปฏิบัติธรรมในช่วงปิดภาคเรียน หรือในวันหยุดราชการ^๔

พระปัญญา ธนปญโญ (บัวทอง) ได้กล่าวถึงการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน ว่าเป็นการอบรมจิตให้สงบจนเกิดสมาธิ ผลที่ได้รับ คือ สร้างเสริมกำลังใจในการดำรงชีวิต โดยเน้นหลักสันโดษ คือให้พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ ไม่ทะยานอยากในสิ่งที่เกินความจำเป็นได้ขณิกสมาธิหรือมีสติสมบูรณ์ขึ้น ทำให้เป็นคนมีวินัยเข้มแข็ง มั่นคง มีประสิทธิภาพขณะปฏิบัติงาน รับผิดชอบในหน้าที่การงาน ศึกษาเล่าเรียนความจำแม่นยำและดีขึ้น โรคบางชนิดหายได้ มีความสุข ผิวพรรณผ่องใส อายุยืน พร้อมเผชิญเหตุการณ์ต่างๆ ได้อย่างสุขุม รอบคอบ สร้างความรักและเมตตาให้เกิดขึ้นในมนุษยชาติ เป็นผลให้สังคมสงบสุข ได้จตุตถฌาน หรือฌานสมาบัติ และเป็นฐานไปสู่วิปัสสนากัมมัฏฐาน^๕

แม่ชีระวีวรรณ ธมฺมจารินี (งานวิสุทธิพันธ์) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร” ผลการวิจัยยังสามารถที่จะแสดงเป็นนัยได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะต้องพิจารณาทั้งสภาวะธรรมภายในและภายนอกพร้อมกัน พร้อมทั้งการพินิจถึงเหตุปัจจัยจากอดีตที่ผ่านมาว่าเคยทำเหตุปัจจัยนั้นมาก่อนหรือไม่ ซึ่งสภาวะธรรมและเหตุดังกล่าวมีผลต่อการปฏิบัติคือบางคนปฏิบัติลำบากสำเร็จช้า บางคนปฏิบัติลำบากสำเร็จเร็ว บางคนปฏิบัติง่ายสำเร็จช้าบางคนปฏิบัติง่ายแต่สำเร็จเร็ว นอกจากนี้การกระทำในปัจจุบัน ความตั้งใจในการกำหนดรูปนามทั้งภายนอกและภายใน อย่างประณีตบรรจงจดจ่อต่อเนื่องในทุกๆ อิริยาบถตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงเข้านอน คำแนะนำของพระวิปัสสนาจารย์ที่มีความเข้าใจและมีประสบการณ์ในการซักถามสภาวะธรรมต่างๆ และการปรับอินทรีย์ของผู้ปฏิบัติให้เสมอกัน ก็เป็นอีกปัจจัยสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้สภาวะญาณเบื้องต้น ของผู้ปฏิบัติเจริญก้าวหน้าขึ้นไปเป็นลำดับ ตั้งแต่สภาวะญาณ ๑

^๔พระมหารุ่งเรือง รุกขิตธมฺโม (ปะมะชะ), “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน : ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น,” **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), บทคัดย่อ.

^๕พระมหาปัญญา ธนปญโญ (บัวทอง), “การศึกษาวิเคราะห์ เรื่อง สมถกัมมัฏฐาน ในพระพุทธศาสนา”, **วิทยานิพนธ์ศาสนศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย:มหาวิทยาลัยมหามกุฏราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), บทคัดย่อ.

ไปจนถึงมรรค ผล นิพพาน การศึกษานี้ยังมีประโยชน์ต่อผู้อ่าน ให้มีความเข้าใจในการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และสามารถที่จะนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้^๖

โสภณ จำทัพ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของ ผู้บริหาร โรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี” ผลจากการวิจัยพบว่า ในพระพุทธศาสนามีวิธีปฏิบัติกรรมฐานอยู่ ๒ วิธี วิธีแรก คือ การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานซึ่งเป็นการอบรมจิตให้สงบจนเกิดสมาธิ เพราะอานาปานสติเป็นวิธีปฏิบัติวิธีหนึ่งในการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน ๔๐ โดยวิธีนี้เป็นการพัฒนาจิตด้วยลมหายใจเข้าออกของแต่ละบุคคล และอานาปานสติภาวนานี้เป็นได้ทั้งในสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ส่วนการปฏิบัติอานาปานสติภาวนานี้เป็นที่นิยมกันในปัจจุบัน เพราะเป็นวิธีเจริญสมาธิที่ปฏิบัติได้สะดวก และไม่กระทบกระเทือนต่อสุขภาพ ผลที่ได้รับคือ เสริมสร้างกำลังใจในการดำเนินชีวิต โดยเน้นหลักสันโดษ คือ ให้พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ และไม่ทะยานอยากในสิ่งที่เกินความจำเป็น ซึ่งก่อให้เกิดสมาธิหรือมีสติสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ทำให้เป็นคนมีวินัย เข้มแข็ง มั่นคง มีประสิทธิภาพในการทำงาน มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานของตน และสร้างความรักและเมตตาให้เกิดแก่นุชชชาติอันส่งผลให้สังคมสงบสุข ส่วนวิธีที่ ๒ คือ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งผลที่ได้รับคือ การรู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริงด้วยปัญญา หรือในที่สุดได้บรรลุพระนิพพาน^๗

อัษฎางค์ สุวรรณมิตร ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน” ผลจากการศึกษาพบว่าหลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางสายเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งในสัจธรรม และเข้าถึงความจริงในชีวิต ซึ่งเป็นภาวะที่กิเลสถูกทำลายไป อันเป็นจุดมุ่งหมายของผู้ปฏิบัติ ฉะนั้น พระวิปัสสนาจารย์จึงใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร ด้วยการกำหนดรู้ใน กาย เวทนา จิต ธรรมเป็นกรอบในการปฏิบัติและตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิต ประเด็นสำคัญอยู่ที่ผู้ปฏิบัติต้องมีสติกำหนดรู้ในรูปนามที่เป็นปัจจุบันอารมณ์จนเห็นไตรลักษณ์ และมีพระวิปัสสนาจารย์ตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิตที่ปรากฏผลอันเป็นสิ่งที่รู้ได้เฉพาะตนและให้ผลได้ไม่จำกัดกาล ซึ่ง

^๖แม่ชีระวีวรรณ ทุมมจารีนิ (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาภาวนาเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), บทคัดย่อ.

^๗โสภณ จำทัพ, “ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของ ผู้บริหาร โรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

กระบวนการเจริญวิปัสสนาที่นำมาใช้ในครั้งนี้สอดคล้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎกและเอกสารที่เกี่ยวข้อง^{๑๘}

ฐิตีรัตน์ รักย์ใจตรง ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาการใช้อานาปานสติภาวนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเสถียรธรรมสถาน” ผลการวิจัยพบว่าอานาปานสติภาวนาหรืออานาปานสติสมาธิ พระพุทธเจ้าทรงสรรเสริญมากกว่าวิธีเจริญสมาธิอื่นๆ อานาปานสติเมื่อทำให้มากแล้ว ย่อมเป็นไปเพื่อความหน่าย เพื่อคลายกำหนด เพื่อความดับ เพื่อความสงบ เพื่อความรู้ยิ่ง เพื่อความตรัสรู้เพื่อ นิพพาน ซึ่งพระอรรถกถาจารย์ท่านได้ขยายความ อานาปานสติเป็นยอดแห่งกรรมฐาน เป็นภูมิธรรมแห่งมโนการของพระพุทธเจ้า พระปัจเจกพุทธเจ้าและพุทธบุตรที่เป็นมหาบุรุษเท่านั้น^{๑๙}

ทศนี วงศ์เย็น ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวทาง คตาสติในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” ผลการวิจัยพบว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนกายคตาสติกัมมัฏฐาน ทั้งแก่บรรพชิต และคฤหัสถ์เพื่อให้ปฏิบัติอบรมจิตให้เป็นสมาธิ ด้วยการตั้งสติพิจารณาอาการ ๓๒ ให้เห็นความไม่งาม ความเป็นสิ่งปฏิกูล และความแปรผันของสังขาร เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ละความสำคัญว่างาม มีผู้ปฏิบัติได้บรรลุมรรคผลจำนวนมาก การได้บรรลุมรรคผล ขึ้นอยู่กับอุปนิสัยที่สั่งสมมา การปฏิบัติกายคตาสติกัมมัฏฐานนั้นเหมาะสมกับจริตของแต่ละบุคคลแนวทางการปฏิบัติกายคตาสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ให้เริ่มต้นจากการดำรงตนอยู่ในศีล ดำรงในศีล มีความประพฤติเพียบพร้อมด้วยกุศลกรรมบถ เห็นโทษแม้เพียงเล็กน้อยเป็นภัย คุ้มครองทวารในอินทริยทั้งหลาย ตัดความห่วงกังวลทั้งหลาย เลือกลงสถานที่ที่เหมาะสมกับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน พบอาจารย์ผู้กัลยาณมิตร แล้วรับเอากายคตาสติกัมมัฏฐานนั้นมาปฏิบัติด้วยหลักอิทธิบาท ๔ ให้มาก บ่อยๆ ในความดูแลของอาจารย์ผู้บอกกัมมัฏฐาน จนเกิดความชำนาญและบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ^{๒๐}

^{๑๘} อัยยวงศ์ สุวรรณมิตสระ, “ศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๑ เดือน,” วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

^{๑๙} ฐิตีรัตน์ รักย์ใจตรง, “ศึกษาการใช้อานาปานสติภาวนาเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของเสถียรธรรมสถาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘), บทคัดย่อ.

^{๒๐} ทศนี วงศ์เย็น, “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวทางคตาสติในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๐), บทคัดย่อ.

อณิวัชร เพชรนรรัตน์ ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย” ผลการศึกษาพบว่า หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นหลักการเดียวกันกับหลักสติปัฏฐาน ๔ และ หลักสติปัฏฐาน ๔ ยังเป็นหนึ่งในหลักของ โพธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการอีกด้วย ส่วนวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นวิธีการปฏิบัติที่อ้างอิงและอธิบายใน มหาสติปัฏฐานสูตร ๒๑ วิธี ซึ่งเป็นวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานที่พระพุทธองค์ทรงสอนโดยให้เริ่มที่หลัก อานาปานสติก่อน แล้วจึงปฏิบัติตามหลัก สติปัฏฐาน ๔ เพื่อให้ได้ โพชฌงค์ ๗ และบรรลुพระนิพพานในที่สุด^{๒๐}

พรรณราย รัตนไพฑูรย์ ได้ศึกษาวิจัยการศึกษาวิธีปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ศึกษาแนวการสอนของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ) โดยสืบค้นเนื้อหา สติปัฏฐานสูตรและพระสูตรที่เกี่ยวข้องพร้อมทั้งวิธีปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐานสูตร ซึ่งมีเนื้อหาสำคัญคือหลักการและวิธีการปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐาน ๔ และว่าด้วยวิธีปฏิบัติธรรมตามแนวสติปัฏฐานของพระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิริ) ผลจากการศึกษาสรุปได้ดังนี้ สติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งสัจจธรรมบรรลุนิพพาน ซึ่งเป็นสภาวะหมดกิเลสอันเป็นจุดหมายสูงสุดในพระพุทธศาสนา ท่านได้ใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ คือ การพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม เป็นกรอบในการปฏิบัติและสอนในภาคทฤษฎี ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจทั้งหลักสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานควบคู่กันไป แต่ในภาคปฏิบัติ ท่านปฏิบัติและสอนโดยเน้นวิธีการแบบสมถะมีวิปัสสนาแนวการสอนและการปฏิบัติธรรมดำเนินตามเนื้อหาในมหาสติปัฏฐานสูตร และประยุกต์ให้เข้ากับสถานการณ์ โดยอาศัยแนวพระไตรปิฎกและแนววิปัสสนาจารย์

ธนาคม บรรเทาอุล ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ทันทะอาสาสมหาเถระ อัครมหากรรมฐานาจารย์” ผลจากการศึกษาพบว่า ท่านให้ความสำคัญเรื่องวิธีการสอนที่ตรงตามพุทธพจน์ในพระไตรปิฎกคือมหาสติปัฏฐานสูตร ได้แก่ ๑) การกำหนดกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในอริยาบถนั่งกำหนด “พองหนอ ยุบหนอ” เป็นอารมณ์หลัก การกำหนดอริยาบถยืนและเดินเป็นการเคลื่อนไหว ที่เรียกว่าเดินจงกรม และใช้การนอนเป็นอริยาบถนั่งไม่เคลื่อนไหว ๒) การกำหนดเวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดความรู้สึก หรือการเสวยอารมณ์ในอริยาบถทั้งนั่งทั้งเดินจงกรม ๓) การกำหนดจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดตามคูอาการของจิต ๔) ัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน การกำหนดอารมณ์ทั้งหมด เช่น การเห็น

^{๒๐}อณิวัชร เพชรนรรัตน์, “การศึกษาวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๕), บทคัดย่อ.

ได้ยื่น เป็นต้นที่แทรกเข้าเข้ามา และท่านยังยึดตามแบบโบราณจารย์ คือแบบวิธีที่พระอาจารย์มหา สีสยาการสอนไว้ เช่น มีหนังสือที่ท่านเขียนไว้ได้แก่ วิปัสสนาที่ปณีฎีกา เป็นคู่มือในการปฏิบัติ หลักการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน อธิบายการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน^{๒๒} ธรรมในธรรมทั้งหลาย อยู่ มีความเพียร มีสัมปชัญญะ มีสติ กำจัดอกิขณาและโทมนัสในโลกได้^{๒๓}

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้เทคนิคการวิจัยทั้งในเชิงเอกสารและเชิง สัมภาษณ์ ซึ่งการวิจัยเชิงเอกสารนั้น ผู้วิจัยได้ศึกษาจากเอกสารชั้นปฐมภูมิ คือ พระไตรปิฎก และเอกสารชั้นทุติยภูมิ เช่น หนังสือและเอกสารงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวกับ หลักวิปัสสนากัมมัฏฐาน หลักสติปัฏฐาน ๔ และพฤติกรรมผู้ปฏิบัติกัมมัฏฐาน โดยนำมาเรียบเรียงและวิเคราะห์ตามหัวข้อที่ จะทำการศึกษา ส่วนการศึกษาเชิงสัมภาษณ์ ได้เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ โดยสัมภาษณ์ ที่ เป็นแบบสอบถามที่ผู้ตอบตอบด้วยคำพูดและข้อเขียนของตนเอง เป็นแบบสัมภาษณ์หรือคำถาม ปลายเปิดให้ผู้ตอบ ตอบได้อิสระข้อมูลที่ได้เป็นไปในลักษณะเชิงคุณภาพ โดยมีลักษณะและ ขั้นตอนการวิจัยดังต่อไปนี้

๑.๗.๑ รูปแบบการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ มีการเก็บข้อมูลภาคสนาม ประกอบด้วย การเก็บรวบรวมข้อมูล จากการสัมภาษณ์เป็นกลุ่ม และการสัมภาษณ์เจาะลึกเป็นรายบุคคล จากผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ที่ เกี่ยวข้องกับงานในการวิจัยนี้โดยตรง คือ ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน การสัมภาษณ์แบบเป็นกลุ่ม และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกในการวิจัยครั้งนี้ จะใช้วิธีผสมผสานระหว่างการสัมภาษณ์แบบ สันทนาอย่างไม่เป็นทางการกับการสัมภาษณ์แบบตั้งคำถามไว้ล่วงหน้า โดยอาศัยกรอบแนวคิดใน การศึกษาที่ได้กำหนดล่วงหน้าไว้แล้ว เป็นปัจจัยสำคัญกล่าวคือ การสัมภาษณ์แบบสันทนาอย่างไม่ เป็นทางการจะสะท้อนข้อมูลได้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด ส่วนการสัมภาษณ์แบบตั้งคำถามไว้ ล่วงหน้าจะทำให้สะดวกในการจัดทำข้อมูลให้เป็นระบบทั้งนี้สำหรับคำถามที่ใช้ในการสัมภาษณ์ จะไม่เรียงลำดับก่อนหลังเหมือนกับที่ได้กำหนดไว้ในกรอบแนวความคิดในการศึกษา

๑.๗.๒ ข้อมูลที่ใช้ในการวิจัย

^{๒๒} ธรรมคุณ บรรเทาทุกข์, “การศึกษาวิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของพระอาจารย์ภู่ทันตะอาสภ มหาระ อัครมหากรรมฐานาจารย์”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหา จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), บทคัดย่อ.

^{๒๓} ที.ม. (ไทย) ๑๐/๓๗๓/๓๐๑.

รวบรวมข้อมูลจาก คัมภีร์พระไตรปิฎกฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัยฉบับภาษาไทย และรวบรวมข้อมูลจาก คัมภีร์ชั้นอรรถกถา หนังสือ เอกสาร ผลงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง สัมภาษณ์ เจ้าอาวาส และพระภิกษุ รวมถึงผู้ที่มาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นการสัมภาษณ์ความคิดเห็น เกี่ยวกับเรื่อง แนวคิดการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน วิธีการสอนวิปัสสนากัมมัฏฐานของ พระครูจันทปัญญาภรณ์ ผลการปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวทางของพระครูจันทปัญญาภรณ์ การรักษา สติให้เป็นปัจจุบันตามแนวทางสติปัฏฐานสี่ การนำหลักวิปัสสนากัมมัฏฐานไปประยุกต์ใช้ พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงของผู้ปฏิบัติวิปัสสนาในชุมชนบ้านตรว

๑.๗.๓ พื้นที่ศึกษาและกลุ่มเป้าหมาย

ศึกษาข้อมูลในเขตพื้นที่ สำนักวิปัสสนาวัดป่าบ้านตรว หมู่ที่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอ ศรีนคร จังหวัดสุรินทร์ และชุมชนในเขตบริการของสำนักวิปัสสนาวัดป่าบ้านตรว ที่มีกิจกรรม การปฏิบัติวิปัสสนามากกว่า ๒๐ ปี

ศึกษาจากกลุ่มประชากรตัวอย่าง ซึ่งแบ่งเป็น ๒ ลักษณะ จำนวน ๔๐ รูป/คน ได้แก่ พระสงฆ์ จำนวน ๑๐ รูป อุบาสก จำนวน ๘ คน อุบาสิกา จำนวน ๒๒ คน ซึ่งได้ฟังคำสั่งสอนและ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูจันทปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก) ด้วยการ สัมภาษณ์เจาะลึก

๑.๗.๔ ผู้ให้ข้อมูลการศึกษา

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการศึกษาครั้งนี้ จำแนกเป็น ๓ กลุ่ม คือ กลุ่มพระภิกษุ กลุ่มอุบาสก กลุ่มอุบาสิกา มีรายชื่อดังต่อไปนี้

พระภิกษุที่ให้ข้อมูล จำนวน ๑๐ รูป

๑) พระครูปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก) เจ้าอาวาสวัดป่าบ้านตรว, เจ้าคณะอำเภอศรี นคร

๒) พระครูกัลยาณธรรมโฆษ กลุยาโณ ศิลานิล ตำแหน่ง เจ้าอาวาสวัดโมฬียงษา เจ้า คณะตำบลตรว วัดโมฬียงษา ตำบลตรว อำเภอศรีนคร จังหวัดสุรินทร์

๓) พระครูวิศิษฎ์วิหารคุณ อากสุสโร บุญเตือน ตำแหน่ง รองเจ้าคณะอำเภอสังขะ วัด ป่าสังฆพงษ์พิทักษ์ธรรมมาราม ตำบลบ้านขบ อำเภอสังขะ จังหวัดสุรินทร์

๔) พระครูโสภณสุทธิธรรม โสภโณ แก้วละมุล ตำแหน่ง รองเจ้าคณะตำบลนครักษ์ วัดเทพสิทธทิวาราม หมู่ที่ ๑ ตำบลนครักษ์ อำเภอศรีนคร จังหวัดสุรินทร์

๕) พระครูกัณตสารธรรม กนุตสาโร แก้วละมุน ตำแหน่ง เจ้าอาวาสวัดกลางศรีนคร วัดกลางศรีนคร ตำบลนครักษ์ อำเภอศรีนคร จังหวัดสุรินทร์

๖) พระครูสิริธรรมวิสุทธิ สิริธมฺโม วัธสาดี ตำแหน่ง เจ้าคณะตำบลศรีสุข วัดพระจันทร์
ตำบลศรีสุข อำเภอศรีณรงค์ จังหวัดสุรินทร์

๗) พระจิรวัดน์ จิตตสวโร ยั่งยืน ตำแหน่ง รักษาการเจ้าอาวาส วัดบ้านอ้อมแก้วสามัคคี
ธรรม ตำบลศรีสุข อำเภอศรีณรงค์ จังหวัดสุรินทร์

๘) พระอธิการเมธาวิ ธีรปญฺโญ วัดจินดาราม ต.ศรีสุข อ.ศรีณรงค์ จ.สุรินทร์

๙) พระพล ฐมฺมวโธ ผู้ช่วยเจ้าอาวาสวัดกลางศรีณรงค์ อ.ศรีณรงค์ จ.สุรินทร์

๑๐) พระประหยัด อภินนฺโท วัดกลางศรีณรงค์ อ.ศรีณรงค์ จ.สุรินทร์

อุบาสกที่ให้อายุร จำนวน ๘ คน

๑) นายทวี บุญศรี อายุ ๖๐ ปี ๓๕ หมู่ ๑๑ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๒) นายพิม ผจญ อายุ ๗๗ ปี ๑๕๒ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๓) นายกาด เดือนขาว อายุ ๕๔ ปี ๑๐๗ หมู่ ๑๑ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๔) นายบุญ สุขเต็ม อายุ ๕๕ ปี ๕ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๕) นายจวน เสาทอง อายุ ๕๕ ปี ๑๒๓ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๖) นายธีระชัย บุญปลอด อายุ ๓๐ ปี ๘๕ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๗) นายเสมา วงษา อายุ ๖๓ ปี ๑๕๑ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๘) นายปรีชา ประเสริฐโส ครูโรงเรียนบ้านฉลิกหนองมะแซว ตำบลตรวง
อำเภอศรีณรงค์ จังหวัดสุรินทร์

อุบาสิกาที่ให้อายุร จำนวน ๒๒ คน

๑) นางอาน หล้าล้ำ ๕๐ หมู่ ๑๑ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๒) นางจันทร์ สุขนนท์ ๑ หมู่ ๑๑ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๓) นางพลอย ช่องงาม ๘๘/๑ หมู่ ๑๑ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๔) นางอุดม จันทร์เพ็ง ๕๑ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๕) นางเสาร์ โต้งงาม ๒๐๖ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๖) นางหัด ตาเลิศ ๒๐๗ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๗) นางพันธ์ ดวงใจ ๗๕ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๘) นางริม ม่วงศรี ๑๕ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๙) นางเขียน บุญเต็ม ๑๒๒ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๑๐) นางหนู เขยชม ๑๒ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

๑๑) นางจำปา บุญศิริ ๓ หมู่ ๑๕ ตำบลตรวง อำเภอศรีณรงค์

- ๑๒) นางบุญมี จันทรเพ็ง ๕๕ หมู่ ๑๑ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๑๓) นางไล บุญศรี ๓๕ หมู่ ๑๑ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๑๔) นางสาวค่านาง จันทรตา ๑๕ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๑๕) นางสาววันทนา จันทรเทศ ๑๘ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๑๖) นางรัตติกาล อินทร์ตา ๑๗ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๑๗) นางสาว ยิงอินทร์ ๑๗๘ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๑๘) นางสาวพาน พร้อมเพรียง ๔๒ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๑๙) นางปนัดดา บุญเหมาะ ๔๗ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๒๐) นางชวพา กรงทอง ๑๓๑/๑ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๒๑) นางวิไลลักษณ์ แวนดี ๑๕๔ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์
 ๒๒) นางรจนา มะวัน ๑๘/๓ หมู่ ๑๕ ตำบลตรว อำเภอสรีนครังค์

๑.๓.๕ ระยะเวลาในการเก็บและรวบรวมข้อมูล

ระยะเวลาในการวิจัย ปีการศึกษา ๒๕๕๔-๒๕๕๕

๑.๓.๖ วิธีการและเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

ในการดำเนินการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีการเก็บรวบรวมข้อมูลเอกสารจากแหล่งข้อมูล เอกสารโดยการศึกษาและจดบันทึกสาระสำคัญ และข้อมูลด้านบุคคลโดยผู้วิจัยจะเก็บรวบรวม ข้อมูลภาคสนาม กับผู้ที่เข้าร่วมปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานภายในวัดบ้านตรว และสำรวจความคิดเห็นของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานว่ามีสภาวะธรรมเกิดขึ้นอย่างไรบ้าง ซึ่งระหว่างเดือน พฤษภาคม ๒๕๕๔ ถึงเดือน มิถุนายน ๒๕๕๕ โดยการสอบถามจาก เจ้าสำนัก พระภิกษุผู้เข้าร่วม ปฏิบัติธรรม ตลอดถึงชาวบ้านที่ร่วมปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน และใช้วิธีสัมภาษณ์ สังเกต ถ่ายภาพ ประกอบ และจดบันทึกตามความเหมาะสมให้ได้ในรายละเอียดตามขอบเขตทางด้านเนื้อหา โดยใช้ เทคนิคและวิธีการ ดังนี้

๑.๓.๖.๑ วิธีการสังเกต ได้ใช้เทคนิคการสังเกตโดยตรง การสังเกตแบบมีส่วนร่วมและการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม และควบคู่กันไป เพื่อให้ได้ความสมบูรณ์ของข้อมูลในการศึกษาวิจัย ผู้วิจัยได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรม ทำให้ผู้ศึกษาได้รับทราบถึงแนวทางปฏิบัติวิปัสสนาในแง่มุมต่างๆ ด้วยตนเองและยังได้พูดคุยสนทนากับผู้ปฏิบัติอย่างไม่เป็นทางการ รวมถึงได้รับการถ่ายทอดความรู้ โดยการสนทนาและซักถามซึ่งจดบันทึกไปด้วย พร้อมวิเคราะห์และสังเคราะห์ประเด็น และใช้ตัวผู้วิจัยเป็นเครื่องมือในการวิจัยไปด้วย

๑.๓.๖.๒ การสัมภาษณ์ ได้ใช้เทคนิคการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ ซึ่งผู้วิจัยจะ

เป็นผู้ทำการสัมภาษณ์เอง เพื่อให้ได้ข้อมูลละเอียดตรงกับวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ให้มากที่สุด การสัมภาษณ์จะไม่กำหนดรูปแบบมาตรฐาน ไม่มีการกำหนดข้อคำถามอย่างตายตัว แต่จะกำหนดไว้เพียงกรอบหรือประเด็นที่จะสัมภาษณ์เท่านั้น โดยอาศัยกรอบและแนวคิดเป็นปัจจัยสำคัญในการตั้งประเด็นคำถาม และจะไม่เรียงลำดับคำถามก่อนหลังเหมือนที่กำหนดเอาไว้คำถามจะมีลักษณะแบบปลายเปิด และหากว่าในขณะที่สัมภาษณ์พบปรากฏการณ์หรือประเด็นปัญหาใดก็จะทำการสัมภาษณ์โดยละเอียด เพื่อให้ได้คำตอบอย่างชัดเจน พร้อมทั้งบันทึกข้อมูล และถ่ายภาพที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๖.๓ เครื่องมือและอุปกรณ์ในการรวบรวมข้อมูล ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยใช้เครื่องมือและอุปกรณ์ในการรวบรวมข้อมูล ได้แก่

๑) แบบบันทึกข้อมูลภาคสนาม โดยได้เตรียมไว้ล่วงหน้าเพื่อสะดวกในการจัดหมวดหมู่ของข้อมูล และวิเคราะห์โดยบันทึกข้อมูลทั่วไป จากการการสัมภาษณ์ และการสังเกต

๒) เครื่องบันทึกเสียง เพื่อใช้บันทึกการสัมภาษณ์ การสนทนาที่เป็นประเด็นสำคัญของผู้ให้ข้อมูล การสนทนากลุ่ม โดยขออนุญาตจากผู้ให้การสัมภาษณ์หรือกลุ่มสนทนาก่อน ซึ่งช่วยให้ผู้วิจัยได้ข้อมูลสามารถตรวจสอบกับที่บันทึกได้ และได้ข้อมูลอย่างครบถ้วนตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

๓) สมุดบันทึกและอุปกรณ์เครื่องเขียนต่างๆ เพื่อใช้บันทึกการสัมภาษณ์ และการสนทนาของผู้ให้ข้อมูล

๔) กล้องถ่ายภาพ พร้อมอุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการถ่ายภาพ เพื่อใช้บันทึกภาพการสัมภาษณ์ และการสนทนาของผู้ให้ข้อมูล โดยบันทึกภาพปรากฏการณ์ต่างๆ ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานทั้งบุคคลตลอดถึงถ่ายภาพสถานที่เพื่อใช้ประกอบรายงานการวิจัย

๑.๗.๗ การตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้หลังจากได้ศึกษาแนวคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วจึงได้สร้างแบบสัมภาษณ์ซึ่งใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยนำเสนอแบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ เพื่อปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องหลังจากนั้นจึงนำแบบสัมภาษณ์ไปเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษา หลังจากทำการเก็บรวบรวมข้อมูลแต่ละครั้งผู้ศึกษาจะทำการจดบันทึกและตรวจสอบข้อมูลอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องและสมบูรณ์ นำข้อมูลที่ได้จากเอกสาร ข้อมูลภาคสนาม และข้อมูลที่บันทึกไว้ในเครื่องบันทึกเสียงมาถอดความ ด้วยวิธีการสรุปสาระสำคัญตามประเด็นที่กำหนดไว้ในขอบเขตด้านเนื้อหา ซึ่งการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นกระบวนการที่ดำเนินไปพร้อมๆ กับการเก็บข้อมูลภาคสนามโดยใช้การสังเกต และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกและทำการบันทึกข้อมูลอย่างละเอียดในทุกแง่มุม เพื่อให้ครอบคลุม

เนื้อหาทุกๆ ด้านหลังจากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้มาประมวล รวบรวมเป็นหมวดหมู่ นำมาจัดระบบระเบียบเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างแนวคิด มาตรวจสอบความถูกต้องและเก็บข้อมูลเสริมให้มีเนื้อหาสมบูรณ์แล้ว นำข้อมูลที่ได้ตรวจสอบและเก็บข้อมูลเสริมทั้งหมด มาศึกษาวิเคราะห์ตามขอบเขตด้านเนื้อหาที่กำหนดเพื่อนำไปสู่การตีความหมายต่างๆ โดยรายงานผลการศึกษาวิจัยเสนอรายการผลการศึกษาค้นคว้าโดยนำเสนอข้อมูลในรูปแบบเชิงบรรยาย อธิบายและสรุปเชิงวิเคราะห์ โดยมีภาพประกอบบางตอน ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมไว้ในภาคผนวก

๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบถึงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๘.๒ ทำให้ทราบถึงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของ

พระครูจันทปัญญาภรณ์ (ขาว จันทาโก)

๑.๘.๓ ทำให้ทราบถึงผลของวิปัสสนากรรมฐานที่มีต่อชุมชนบ้านตรว