

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมมนุษย์โลกปัจจุบัน เป็นสังคมที่เห็นคุณค่าทางวัตถุมากกว่าคุณค่าทางจิตใจ ยิ่งพัฒนาไปเท่าใด จะยิ่งเกิดปัญหาจากการพัฒนาเท่านั้น ยิ่งมีวัตถุนองความต้องการมากเท่าใดยิ่งไม่รู้จักอิ่ม ไม่รู้จักพอ คนไทยในยุคโลกาภิวัตน์จึงมีปัญหาด้านจิตเกิดขึ้นมากมาย เช่น มีพฤติกรรมแสดงออกที่รุนแรง ขาดเมตตา ทั้ง ๆ ที่พระพุทธศาสนาสอนว่าเมตตาธรรมเป็นเครื่องค้ำจุนโลกทำให้คนไทยยุคใหม่ตกเป็นทาสของประเทศทุนนิยมที่ผลิตเครื่องอุปโภคบริโภคมาเป็นเหยื่อล่อ ทำให้มนุษย์เกิดกิเลสอยากมีอยากได้สนับสนุนให้เกิดค่านิยมบริโภคผ่านสื่อต่าง ๆ โดยปราศจากการควบคุมเมื่อเกิดความอยากมี อยากได้ แต่ไม่มีเงินซื้อจะกระทำทุจริตลักเล็กขโมยน้อย จนชิงวิ่งราว ดังที่เป็นข่าวอยู่เสมอสังคมปัจจุบันจึงไร้ความมีน้ำใจ มนุษย์ชอบหมกมุ่นในกามคุณเป็นที่รวมสิ่งชั่วยุทธทางเพศ สื่อลามกต่าง ๆ มากมายมีสิ่งมอมเมาในรูปแบบการพนันต่าง ๆ อีกมาก เสพสิ่งเสพติด เช่น บุหรี่ ยาบ้า ไอซ์ เมื่อสังคมไทยตกอยู่ในสภาพแวดล้อมทางสังคมเช่นนี้ จึงหมกมุ่นจนถอนตัวไม่ขึ้น อีกทั้งคนส่วนใหญ่คิดว่าการมีความพร้อมทางวัตถุจะทำให้ชีวิตมีความสุข จึงชอบวิ่งตามวัตถุไขว่คว้าหาบารุงชีวิต สิ่งใดที่ยังไม่มีเหมือนคนทั่วไปจะพยายามดิ้นรนหาสิ่งที่มีอยู่แล้วก็ให้มีมากกว่าเดิม ถึงกับกู้หนี้ยืมสินมาซื้อหาที่ถลำลึกอาจถึงขั้นทุจริตคิดมิชอบต่อหน้าที่การงานคนประเภทนี้จะหาความสุขทางใจไม่ได้จนตลอดชีวิต

มนุษย์ในสังคมปัจจุบันชอบตรวจสอบคนอื่น ไม่ยอมหันมาตรวจสอบตนเองดังพุทธพจน์ที่ว่า “อตุตฺตา โจทฺตตฺตาน”^๑ จงเตือนตนด้วยตนเอง^๒ หรือจงตั้งตนไว้ในคุณธรรมก่อนแล้วจึงสอนคนอื่น ทำได้เช่นนี้จึงจะไม่มัวหมอง ไม่ควรแต่คิดหาความผิดของคนอื่นหรือฐะที่เขาทำหรือยังไม่ทำแต่ควรพิจารณาตนว่า อะไรที่ตนทำแล้วหรือยังไม่กระทำ ระบบการศึกษาอบรมของไทยในปัจจุบันได้รับอิทธิพลจากประเทศตะวันตกสอนให้รู้เรื่องภายนอกตัว มิได้เน้นว่าเมื่อเรียนรู้เรื่องของคนอื่นแล้วให้หันมาตรวจสอบตนเองบ้างระบบการศึกษาเช่นนี้เมื่อคนมีข้อบกพร่องอะไรกลับมองไม่เห็นหรือเห็นแต่เกลียดทำไม่สนใจ พฤติกรรมของมนุษย์ประการสำคัญ คือมีศรัทธาเลือนลอย คนไทยนับถือพระนับถือเจ้าก็จริง แต่ส่วนใหญ่ไม่เลื่อมใสอย่างมั่นคง ชาวพุทธที่นับถือพระ

^๑ พ.ร. (บาลี) ๒๕/๓๓๕/๘๓

^๒ พ.ร. (ไทย) ๒๕/๓๓๕/๑๕๑

รัตนตรัยจึงควรพึงตนเองยึดเอาพระรัตนตรัยเป็นแรงบันดาลใจ ไม่ดูถูกความสามารถของตนเองหันไปพึ่งผีสาธเทวดาหรือสิ่งที่เหลวไหล หรือมหายต่าง ๆ “การมองคนอื่นนั้น สู้มองตนเองไม่ได้ เพราะตนเองต้องรับผิดชอบต่อตนเองโดยตรง ส่วนคนอื่นเขาก็ต้องรับผิดชอบกับตัวเอง”^๓

มนุษย์เราแต่ละคนเกิดมาในสถานที่ที่ต่างกัน ลักษณะบุคลิกไม่เหมือนกัน^๔ บางคนก็เกิดมามีอาการไม่ครบ ๓๒ เหมือนกับคนอื่น ๆ บางคนก็มีความทุกข์ยากลำบากเหลือเกิน บางคนเกิดมาก็ได้รับแต่ความสุขความสบาย ทั้งหมดนี้ ก็เพราะว่ามาจากกรรม คือ การกระทำในอดีตชาติ กรรมของคนเราไม่เหมือนกัน แม้แต่เป็นฝาแฝดเกิดมาด้วยกัน หน้าตาแทบจะเป็นคนเดียวกันแต่จิตใจแตกต่างกันจิตใจก็ไม่เหมือนกัน จริตก็ต่างกันพระพุทธเจ้าท่านถึงตรัสว่าจริตของคนมีหลายอย่างเพื่อให้เห็นกรรมเก่าจะได้ปฏิบัติธรรมให้ถูกต้องกับจริตของตนเองการปฏิบัติธรรมก็เหมือนกับเรากินยาเพื่อรักษาโรค การรักษาโรคต้องกินยาให้ถูกกับโรค โรคในที่นี้ก็เหมือนกับจริต

พระพุทธศาสนาได้แสดงถึงจริต ๖^๕ อันได้แก่ ราคจริต โทสจริต โมหจริต สัทธาจริต พุทธิจริต และวิตกจริต ซึ่งองค์ความรู้ด้านจริตในพระพุทธศาสนา เป็นพื้นฐานที่มีอยู่ในตัวคน เราสามารถพัฒนาระดับศักยภาพของตนเองให้เพิ่มขึ้นได้ ช่วยให้เข้าใจธรรมชาติของตนเองและผู้อื่นได้อย่างลึกซึ้ง เพราะเป็นบุคลิกภาพพื้นฐานตามที่เป็นจริงในปัจจุบัน และจะช่วยให้มนุษย์สามารถที่จะแก้ไขปัญหาและการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข แต่การแก้ไขปัญหาของมนุษย์นั้นจะต้องมีความสอดคล้องกับความจริง ตามสภาพจิตใจของมนุษย์แต่ละคนด้วย เพื่อนำไปสู่การพ้นทุกข์ ซึ่งปัจจุบันการแก้ไขปัญหาไม่ได้ช่วยให้มนุษย์พ้นจากความทุกข์อย่างแท้จริง เพราะเป็นการแก้ไขปัญหาที่ปลายเหตุ บางคนไม่เข้าใจธรรมชาติของชีวิตจึงพยายามหลีกเลี่ยงจากความเป็นจริง ชีวิตจึงวนเวียนอยู่กับความทุกข์อยู่อย่างนี้ไปเรื่อย ๆ ไม่มีวันสิ้นสุด

การเลือกกิจกรรมการพัฒนาปัญญาให้เหมาะสมกับจริตของมนุษย์แต่ละคน เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาในทางที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งจำเป็น ในทางพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์ทรงชี้ให้เห็นถึงแนวทางในการดับทุกข์ ทรงชี้ให้เห็นถึงความสิ้นชาติ ทรงอนุเคราะห์ด้วยประโยชน์เกื้อกูลแก่เหล่าสรรพสัตว์ทั้งหลายและวิธีการต่าง ๆ ที่ให้หลุดพ้นจากความทุกข์ ทรงใช้เวลาค้นหาความจริงด้วยพระองค์เอง จนกระทั่งพบทางแห่งความหลุดพ้นอันแท้จริงถึง ๖ ปี ด้วยการปฏิบัติธรรม ด้วย

^๓สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, **วิธีปฏิบัติกรรมฐานและความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องกรรม**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์ บริษัท สหธรรมิก จำกัด, ๒๕๔๐), หน้า ๔

^๔คณาจารย์มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, **มนุษย์กับสังคม**, มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัด นวสาส์นการพิมพ์, ๒๕๕๑), หน้า ๑๗๕.

^๕พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๑๘๕ – ๑๙๐.

การเจริญสมถกรรมฐานมาก่อน นั่นก็คือ การเดินตามทางสายกลาง (มัชฌิมาปฏิปทา) ด้วยการเจริญให้ถึงพร้อมด้วยศีล สมาธิและปัญญา

การปฏิบัติธรรมให้เหมาะสมกับจริตในตัวของมนุษย์แต่ละคนตามแนวทางแห่งพระพุทธองค์ จะทำให้มนุษย์เข้าใจถึงสัจธรรมของชีวิต เข้าใจกฎธรรมชาติ ที่เป็นลักษณะเกี่ยวข้องกับชีวิตมนุษย์ที่ประกอบด้วย รูปธรรมและนามธรรม คำสอนและทางปฏิบัติของพระพุทธองค์ เป็นสัจธรรมของชีวิตที่สอนให้มนุษย์เรียนรู้ชีวิตตามความเป็นจริง เพื่อนำชีวิตไปสู่ความพ้นทุกข์ ด้วยการปฏิบัติธรรม เพื่อกำจัดกิเลส ตัณหา อุปาทานที่มีอยู่ในขันธสันดานของมนุษย์ให้เจือจางลงจนกระทั่งหมดไป เพื่อฝึกจิตให้เข้มแข็ง ให้มีสติปัญญาที่เฉลียวฉลาด มีดวงตาเห็นธรรม เข้าใจในหลักธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ได้อย่างถูกต้องและสามารถนำเอาหลักธรรมคำสั่งสอนนั้นไปเผยแผ่ให้กับบุคคลอื่น และเพื่อพัฒนาจิตให้สะอาด สว่าง สงบ เพื่อการบรรลุมรรคผล ที่เรียกว่าพระนิพพาน ซึ่งเป็นจุดหมายสูงสุดของชีวิตในปัจจุบันและอนาคตสืบไป

ด้วยเหตุผลที่กล่าวมาทั้งหมด ผู้ศึกษาจึงมีความสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ของจิต ๖ กับการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา ให้รู้แจ้ง เพื่อนำเอาหลักของการปฏิบัติธรรมไปใช้ในการพัฒนาปัญญาของมนุษย์ในแนวทางที่ถูกต้อง ด้วยหวังว่าข้อมูลและองค์ความรู้ต่างๆ เกี่ยวกับเรื่องความสัมพันธ์ของจิต ๖ กับการปฏิบัติธรรมอันเป็นส่วนที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาครั้งนี้ จะเป็นข้อมูลทางวิชาการที่สามารถจะนำไปเป็นแนวทางในการพัฒนาปัญญาของแต่ละบุคคลที่เกิดจากการปฏิบัติธรรมให้มีศักยภาพยิ่งขึ้นไป ที่เป็นประโยชน์สำหรับผู้ปฏิบัติธรรม และบุคคลทั่วไปที่มีความสนใจศึกษาในเรื่องของจิต ๖ กับการปฏิบัติธรรมต่อไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาจิต ๖ ในพระพุทธศาสนา

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาหลักการปฏิบัติธรรม ในพระพุทธศาสนา

๑.๒.๓ เพื่อศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของจิต ๖ กับการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา

๑.๓ ขอบเขตการวิจัย

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงเอกสารและเชิงคุณภาพ โดยมีขอบเขตขั้นตอนในการศึกษาด้านเนื้อหา ดังนี้

๑.๓.๑ เป็นการศึกษาจิต ๖ ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา อันได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกาและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๓.๒ เป็นการศึกษาหลักในการปฏิบัติธรรม ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนา อันได้แก่ พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๓.๓ เป็นการศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของจริต ๖ กับการปฏิบัติธรรมตามหลักที่ปรากฏในพระพุทธศาสนา อันได้แก่ พระไตรปิฎกอรรถกถา ฎีกา เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและจากการสัมภาษณ์พระวิปัสสนาจารย์และกลุ่มผู้ปฏิบัติธรรม

๑.๔ ปัญหาที่ต้องการทราบ

จากวัตถุประสงค์ดังกล่าวทำให้รู้ถึงปัญหาในการทำวิจัยดังต่อไปนี้

๑.๔.๑ จริต ๖ ในพระพุทธศาสนา มีความหมายและมีลักษณะอย่างไร

๑.๔.๒ หลักการปฏิบัติธรรม ในพระพุทธศาสนา มีหลักการอย่างไร

๑.๔.๓ จริต ๖ มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาอย่างไร

๑.๕ นิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีคำจำกัดความของคำศัพท์ที่ใช้ในการวิจัยดังต่อไปนี้

๑.๕.๑ จริต ๖ หมายถึง ความประพฤติปกติ, ความประพฤติซึ่งหนักไปทางใดทางหนึ่ง อันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน, พื้นเพของจิต, อุปนิสัย, พื้นนิสัย, แบบหรือประเภทใหญ่ ๆ แห่งพฤติกรรมของคน ตัวความประพฤติเรียกว่า จริยา บุคคลผู้มีความประพฤติอย่างนั้น ๆ เรียกว่า จริต มี ๖ คือ

๑) รากจริต หมายถึง ผู้มีรากะเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางรักสวรั้งงาม

๒) โทสจริต หมายถึง ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางใจร้อน หงุดหงิด

๓) โมหจริต หมายถึง ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางเขลา เหนงาซึม เงื่องงง งมงาย

๔) สัทธาจริต หมายถึง ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางมีจิต ชาบซึ่ง ชื่นบาน น้อมใจเลื่อมใสโดยง่าย

๕) พุทธิจริต หรือ ญาณจริต หมายถึง ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางใช้ความคิดพิจารณา

๖) วิตกจริต หมายถึง ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางนึกคิด จับจด ฟุ้งซ่าน

๑.๕.๒ การปฏิบัติธรรม หมายถึง การอบรมเจริญปัญญา การทำให้เกิดมีขึ้น การฝึกอบรมจิตใจ การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนามี ๒ อย่าง คือ

๑) สมถกรรมฐาน คือ กรรมฐานเป็นอุบายสงบใจ ได้แก่การปฏิบัติธรรมด้วยการบริกรรม เป็นการบำเพ็ญเพียรทางจิตโดยใช้สมาธิเป็นหลัก ไม่เกี่ยวกับการใช้ปัญญาและ มุ่งให้จิตสงบ ระวังจากนิวรณ์ซึ่งเป็นตัวขัดขวางจิตไม่ให้บรรลุความดีเป็นสำคัญ (การฝึกอบรมจิตให้เกิดความสงบ, การฝึกสมาธิเพื่อให้จิตสงบให้มีความสุข ให้จิตใจดี)

๒) วิปัสสนากรรมฐานคือ กรรมฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญา, กรรมฐานทำให้เกิดการรู้แจ้งเห็นจริง หมายถึงการปฏิบัติธรรมที่ใช้สติเป็นหลัก (การฝึกอบรมปัญญาให้เกิดความรู้แจ้งตามเป็นจริง, การเจริญปัญญา มุ่งให้เห็นความจริงของกาย ใจ ว่ากายนี้ใจนี้มันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์ มันไม่ใช่ตัวตนที่แท้จริง มิใช่ตัวเรา)

๑.๕.๓ การวิเคราะห์ หมายถึง การศึกษาวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของจิต ๖ กับการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา

๑.๕.๔ พระพุทธศาสนา หมายถึง พระพุทธศาสนาเถรวาท

๑.๕.๕ กรรมฐาน หมายถึง ที่ตั้งแห่งการงาน อารมณ์อันเป็นที่ตั้งของใจ อุบายทางใจ วิธีฝึกอบรมจิต

๑.๕.๖ พระวิปัสสนาจารย์ หมายถึง พระภิกษุผู้สอนการปฏิบัติกรรมฐานตามหลักคำสอนของพระ พุทธศาสนา โดยที่พระวิปัสสนาจารย์ต้องมีคุณสมบัติ ๑.ได้รับการคัดเลือกให้เข้ารับการอบรมโดยผู้บังคับบัญชาระดับจังหวัด ๒.ผ่านการอบรมหลักสูตรพระวิปัสสนาจารย์ จากกรมการศาสนา โดยในการวิจัยฉบับนี้มีทั้งหมด ๒ รูป คือ

๑) พระธรรมมังคลาจารย์ วิ. (หลวงปู่ทอง สิริมฺคโล) วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร จังหวัดเชียงใหม่

๒) พระครูภาวนาวิรัช (สุพันธ์ อาจิณฺณสีโล) วัดร่ำเปิง (ดโปทาราม) จังหวัดเชียงใหม่

๑.๕.๘ ผู้ปฏิบัติธรรม หมายถึง ผู้ที่เข้าปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรมสังกัดพระวิปัสสนาจารย์ ที่ผู้วิจัยจะทำการสัมภาษณ์ มีรายละเอียดดังนี้

๑) ผู้เข้าปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรม วัดพระธาตุศรีจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน ๑๐ รูป/คน

๒) ผู้เข้าปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรม วัดร่ำเปิง(ดโปทาราม) จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน ๑๐ รูป/คน

๑.๖ ทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับจริต ๖ กับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ได้กล่าวเกี่ยวกับความหมาย หลักการ ความสำคัญ จุดมุ่งหมายและหลักการปฏิบัติ มีรายละเอียดดังนี้

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)^๖ ได้ให้ความหมายของจริต ๖ ไว้ว่า หมายถึง ความประพฤติปกติ, ความประพฤติซึ่งหนักไปทางใดทางหนึ่งอันเป็นปกติประจำอยู่ในสันดาน, พื้นเพของจิต, อุปนิสัย, พื้นนิสัย, แบบหรือประเภทใหญ่ ๆ แห่งพฤติกรรมของคน ตัวความประพฤติเรียกว่า จริยา บุคคลผู้มีความประพฤติอย่างนั้น ๆ เรียกว่าจริต มี ๖ คือ

(๑) **ราคจริต** หมายถึง ผู้มีราคะเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางรักสวรักรงามกรรมฐานคู่ปรับสำหรับแก้ คือ อสุภะและกายคตาสติ

(๒) **โทสจริต** หมายถึง ผู้มีโทสะเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางใจร้อน หงุดหงิดกรรมฐานที่เหมาะสม คือ พรหมวิหารและกสิณ โดยเฉพาะวันณกสิณ

(๓) **โมหจริต** หมายถึง ผู้มีโมหะเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางหลงใหลในสิ่งของ งามายกรรมฐานที่เกี่ยวข้อง คือ อานาปานสติ และพึงแก้ด้วยการเรียน ถาม ฟังธรรม สนทนาธรรมตามกาล หรืออยู่กับครู

(๔) **สัทธาจริต** หมายถึง ผู้มีศรัทธาเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางมีจิตซาบซึ้ง ชื่นบาน น้อมใจเลื่อมใสโดยง่ายพึงชักนำไปในสิ่งที่ควรแก่ความเลื่อมใส และความเชื่อที่มีเหตุผล เช่น พิจารณาอนุสติ ๖ ข้อต้น

(๕) **พุทธิจริต หรือ ญาณจริต** หมายถึง ผู้มีความรู้เป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางใช้ความคิดพิจารณาพึงส่งเสริมด้วยแนะนำให้ใช้ความคิดในทางที่ชอบ เช่น พิจารณาไตรลักษณ์ กรรมฐานที่เหมาะสม คือ มรณสติ อุปสมานุสติ จตุราศววัฏฐาน และอาหาเรปฏิกูลสัญญา

(๖) **วิตกจริต** หมายถึง ผู้มีวิตกเป็นความประพฤติปกติ, ประพฤติหนักไปทางนึกคิด จับจด พึงชานพึงแก้ด้วยสิ่งที่สะกดอารมณ์ เช่น เจริญอานาปานสติ หรือ เพ่งกสิณ เป็นต้น

พระมหาประพนธ์ รักเรียน^๗ การศึกษาแนวคิดเรื่องจริตกับการบรรลุนิพพานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาทผลวิจัยพบว่าจริตเป็นผลของกรรมและเป็นเหตุให้เกิดการทำกรรมที่แสดงออกมาเป็นพฤติกรรมตามสภาวะธรรมที่เป็นกุศลหรืออกุศลที่นอนเนื่องอยู่ในจิตใจทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่แตกต่างกันจริตจึงทำให้ทราบว่าบุคคลมีสภาวะธรรมที่สั่งสมมาแต่ในอดีตชาติอันเป็น

^๖ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต), **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ ฉบับประมวลธรรม**, หน้า ๑๘๕ – ๑๘๖.

^๗ พระมหาประพนธ์ รักเรียน, “จริตกับการบรรลุนิพพานในคัมภีร์พุทธศาสนาเถรวาท”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตร์มหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

ตัวกำหนดรูปแบบแห่งพฤติกรรมในปัจจุบันชาติเมื่อจะปฏิบัติเพื่อการหลุดพ้นจึงต้องพิจารณาว่า จริตของผู้นั้นเป็นอย่างไรเพื่อจะได้ใช้หมวดธรรมมาแก้ไขปัญหาก็ถูกต้องอันจะทำให้บรรลุผลได้ตามที่ตั้งใจไว้ พระพุทธเจ้าเมื่อจะทรงเทศนาโปรดบุคคลใดจะทรงตรวจดูจริตของบุคคลนั้น ก่อนแล้วจึงแสดงธรรมภายหลังจึงมีการจำแนกบุคคลออกเป็นจริตต่างๆ เพื่อประโยชน์ในด้านการบำเพ็ญธรรม กล่าวคือพิจารณาว่าบุคคลนั้นมีจริตที่เป็นฝ่ายกุศลหรือฝ่ายอกุศลแล้วจึงมอบกรรมฐานที่เหมาะสมแก่จริตนั้นๆ เพื่อให้ได้บรรลุธรรมได้รวดเร็วเรื่องทฤษฎีจริตจึงเป็นสิ่งสำคัญในการบำเพ็ญธรรมและการบรรลุธรรมในพุทธศาสนาเถรวาท

พระवरศักดิ์ จันทโชโต (โมกขวิสุทธิวงศ์)^๔ ศึกษาเรื่อง จริต ๖ กับการรับรู้ความตาย : กรณีศึกษาผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน วัดระฆังโฆสิตาราม มีวัตถุประสงค์เพื่อ ๑) ศึกษาระดับพฤติกรรมจริต ๖ และการรับรู้ความตาย ๒) ศึกษาเปรียบเทียบการรับรู้ความตาย ๓) ศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างจริต ๖ กับการรับรู้ความตาย ผลการวิจัยพบว่า โดยภาพรวมข้อมูลทั่วไปของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน วัดระฆังโฆสิตาราม กลุ่มตัวอย่างโดยภาพรวม มีความเป็นพุทธจริต และสัทธาจริตอยู่ในระดับมาก ส่วน โมหจริต ราคะจริต วิตะจริต และโทสะจริตอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งลักษณะพุทธจริต มีลักษณะของผู้มีความดีซ่อนอยู่ในตนเอง เป็นคนว่านอนสอนง่าย ยอมรับฟังคำแนะนำสั่งสอนที่มีประโยชน์ มีปัญญาเลือกคบแต่คนดีเป็นเพื่อน ไม่เลือกคบเพื่อนที่เป็นคนพาลทำอะไรก็คิดหน้าคิดหลังประกอบไปด้วยปัญญา หมั่นสร้างสมอบรมคุณงามความดีให้เกิดมีขึ้นกับตนด้วยทาน ศีล สมาธิ และภาวนา และจากการวิเคราะห์ข้อมูลการรับรู้ความตาย (ไตรลักษณ์) ทำให้ทราบว่าผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน วัดระฆังโฆสิตาราม มีการรับรู้ความตาย โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาแยกการรับรู้ความตายในด้านต่าง ๆ พบว่า มีการรับรู้ความตาย (ไตรลักษณ์) ด้านทุกขัง อยู่ในระดับมากที่สุด รองลงมาคือด้านอนิจจัง และการรับรู้ด้านอนัตตา อยู่ในระดับที่น้อยที่สุดตามลำดับ

สุเมธ โสพศ^๕ ได้ทำการศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน โดย มีวัตถุประสงค์ในการศึกษา ๓ ประการคือ (๑) เพื่อศึกษาแนวทางการเจริญสติปัฏฐานในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท (๒) เพื่อศึกษาเรื่องจริตในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และ (๓) เพื่อสร้างเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน ผลการวิจัยพบว่าสติปัฏฐานเป็นธรรมะที่มีความสำคัญสูงสุดหมวดหนึ่งในพระพุทธ ศาสนาในฐานะทางเอกสายเดียวที่มุ่งตรงสู่

^๔พระวรศักดิ์ จันทโชโต (โมกขวิสุทธิวงศ์), “การศึกษาจริต ๖ กับการรับรู้ความตาย”, วารสารพฤติกรรมศาสตร์เพื่อการพัฒนา, ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๑ (มกราคม ๒๕๕๔) : ๑๒๐.

^๕สุเมธ โสพศ, “การศึกษาเครื่องมือจำแนกจริตที่เหมาะสมในการเจริญสติปัฏฐาน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๔), บทคัดย่อ.

นิพพาน สติปัฏฐานมี ๔ หมวดใหญ่ ๒๑ หมวดย่อย โดยได้รวบรวมแนวทางทั้งหมดในการเจริญสติที่เหมาะสมกับทุกจริต แม้สติปัฏฐานจะมีหลายหมวด แต่พบว่าการเจริญสติปัฏฐานเพียงหมวดเดียวหรือหมวดย่อยเดียวก็สามารถทำให้บรรลุธรรมได้เช่นกัน จึงไม่จำเป็นที่ต้องทำให้ครบทุกหมวด และพบว่า สติปัฏฐาน ๔ แต่ละหมวดเหมาะสำหรับคน ๔ ประเภทคือ (๑) คนประเภทค้นหาจิตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญกายนุสสนาสติปัฏฐาน (๒) คนประเภทค้นหาจิตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญเวทนานุสสนาสติปัฏฐาน (๓) คนประเภททวิภูมิจิตมีปัญญาไม่แก่กล้า เหมาะกับการเจริญจิตตานุสสนาสติปัฏฐาน (๔) คนประเภททวิภูมิจิตมีปัญญาแก่กล้า เหมาะกับการเจริญ ธรรมานุสสนาสติปัฏฐาน การจำแนกคนเป็นประเภทต่างๆ ในพระพุทธศาสนานั้นสามารถจำแนกได้ ๓ แนวทางหลักคือ (๑) แนวทางจริต ๖ เป็นการจำแนกเพื่อการเจริญสมถกรรมฐาน (๒) แนวทางจริต ๒ เป็นการจำแนกเพื่อการเจริญสติปัฏฐาน และ (๓) แนวทางอื่นๆ ใช้เพื่อประโยชน์ในการวางแนวทางและวิธีสอนธรรมะ งานวิจัยพบว่าจริตมีสาเหตุมาจากความเคยชินในอดีต แต่สามารถปรับเปลี่ยนโดยการฝึกฝนได้ กรรมฐาน ที่เหมาะกับจริตจะต้องทำให้เกิดความสบาย เป็นที่พึงพอใจของผู้ฝึก และเมื่อฝึกแล้วเกิดความสุข ซึ่งเป็นเหตุให้จิตตั้งมั่นเป็นสัมมาสมาธิได้ง่าย และเมื่อจิตตั้งมั่นดีแล้วย่อมเป็นเหตุให้เกิดปัญญารู้แจ้งธรรมได้ในที่สุด

อนุสรณ์ จันทพันธ์ และ บุญชัย^{๑๐} โกศลธนากุล กล่าวไว้ในหนังสือ จริต ๖ ศาสตร์ในการอ่านใจคนว่า การที่เรารู้เรื่องของจริต ๖ นั้นจะทำให้เราสามารถประเมินตนเองและรู้จักตนเองว่าเราเป็นคนเช่นไร แล้วหันมาพิจารณาตัวเองอย่างจริงจังเพื่อที่จะปรับเปลี่ยนข้อดีข้อเสีย แล้วนำหลักการทางพระพุทธศาสนาไปใช้เป็นกิจกรรมเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและพัฒนาศักยภาพทางปัญญาของตนเอง เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการใช้ดำเนินชีวิตให้ถูกต้องเหมาะสม

พระมหารุ่งเรือง รุกจิตธมฺโม (ปะมะชะ)^{๑๑} ศึกษาวิจัยเรื่อง ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน: กรณีศึกษาเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน รูปแบบและวิธีการปฏิบัติธรรม จริตของผู้ปฏิบัติธรรม อารมณ์กรรมฐานการนำหลักปฏิบัติธรรมไปใช้ในชีวิตรประจำวัน ผลการศึกษายืนยันพบว่า เยาวชนมีปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่างกัน เช่น บางคนขาดความศรัทธาในการปฏิบัติ บางคนไม่เคยรู้มาก่อนว่าการปฏิบัติ

^{๑๐}อนุสรณ์ จันทพันธ์ และ บุญชัย โกศลธนากุล, จริต ๖ ศาสตร์ในการอ่านใจคน, พิมพ์ครั้งที่ ๒๕, (กรุงเทพมหานคร : บริษัท อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง จำกัด, ๒๕๕๕), หน้า ๔-๘.

^{๑๑}พระมหารุ่งเรือง รุกจิตธมฺโม (ปะมะชะ), “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน : กรณีศึกษาเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

ธรรมคืออะไรและทำไปเพื่อประโยชน์อะไรจึงไม่รู้เป้าหมายของการปฏิบัติธรรม ระยะเวลาในการปฏิบัติธรรมมีน้อยเกินไปทำให้การปฏิบัติธรรมไม่ต่อเนื่องและส่วนใหญ่ไม่ต้องการปฏิบัติเคร่งครัดเกินไป จึงควรมีกิจกรรมอื่นมาช่วยเสริมในการปฏิบัติธรรมเพื่อให้เขาเรียนรู้สึกผ่อนคลายไม่เครียดเป็นต้น จากการติดตามผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของเขาวชนหลังจากสิ้นสุด แต่ละโครงการปรากฏว่า เขาวชนเกิดการพัฒนาพฤติกรรมอันพึงประสงค์ขึ้น แต่เมื่อเวลาผ่านไปประมาณ ๑๐-๒๐ วันแล้วนั้นพฤติกรรมแบบเด็ก ๆ ก็ย้อนกลับมาสู่วิถีชีวิตเหมือนแต่ก่อนอีกครั้ง แสดงว่าการปฏิบัติธรรมสามารถขัดเกลาพฤติกรรมหยาบได้ในช่วงระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น

แม่ชีระวีวรรณ ทุมมจารีนิ(ง่วนวิสุทธิพันธ์)^{๑๒} ศึกษาเรื่องสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร เป็นการศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้น อารมณ์ และการปรับอินทรีย์ ที่เกิดขึ้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนา ผลการวิจัยสรุปได้ว่า หลักการปฏิบัติวิปัสสนาของสำนักปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร มีความสอดคล้องกันตามคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถาฎีกา และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผลจากการสังเกตและการตอบสอบถามนั้น สถานะของผู้ปฏิบัติแต่ละคนเป็นไปไม่แน่นอน จำเป็นต้องดูสภาวะหลาย ๆ ด้านประกอบกัน ผู้ปฏิบัติบางคนจึงมีสภาวะที่ปรากฏให้สังเกตได้ยาก บางคนมีสภาวะที่ปรากฏสังเกตได้ง่าย ผลการวิจัยยังสามารถที่จะแสดงเป็นนัยได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน จะต้องพิจารณาทั้งสภาวะธรรมภายในและภายนอกพร้อมกันไป พร้อมทั้งการพินิจถึงเหตุปัจจัยจากอดีตที่ผ่านมาว่าเคยทำเหตุปัจจัยนั้นมาก่อนหรือไม่ ซึ่งสภาวะธรรมดังกล่าว มีผลต่อการปฏิบัติ คือ บางคนปฏิบัติลำบากสำเร็จช้า บางคนปฏิบัติลำบากสำเร็จเร็ว บางคนปฏิบัติง่ายสำเร็จช้า บางคนปฏิบัติง่ายแต่สำเร็จเร็ว นอกจากนี้การกระทำในปัจจุบัน ความตั้งใจในการกำหนดรูปนามทั้งภายนอก ภายใน อย่างประณีตบรรจงจดจ่ออย่างต่อเนื่อง ในทุก ๆ อิริยาบถตั้งแต่ตื่นนอนจนถึงเข้านอน คำแนะนำของพระวิปัสสนาจารย์ที่มีความเข้าใจ และมีประสบการณ์ในการซักถามสภาวะธรรมต่างๆ และการปรับอินทรีย์ของผู้ปฏิบัติให้เสมอกัน ก็เป็นอีกปัจจัยสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้สภาวะญาณเบื้องต้นของผู้ปฏิบัติเจริญก้าวหน้าขึ้นไปเป็นลำดับ ตั้งแต่สภาวะญาณ ๑ ไปจนถึงมรรค ผล นิพพาน

^{๑๒}แม่ชีระวีวรรณ ทุมมจารีนิ (ง่วนวิสุทธิพันธ์), “ศึกษาสภาวะญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร”, **วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต**, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๕), บทคัดย่อ.

พระสมภาร ทวีรัตน์^{๓๓} ได้ศึกษาเกี่ยวกับการ นำหลักวิปัสสนากรรมฐานมาใช้ในการ ลดภาวะความแปรปรวนทางอารมณ์ในสตรีวัยทอง จากการวิจัยพบว่า สตรีวัยกลางคนทุกคนต้อง เผชิญกับภาวะของการหมดระดู ซึ่งเป็นช่วงวิกฤติช่วงหนึ่งของชีวิต ภาวะจากการขาดฮอร์โมนจาก การหมดระดู เป็นสาเหตุของการเปลี่ยนแปลง ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับหญิง วัยทองเหล่านี้ สามารถป้องกันได้ หากมีการส่งเสริมพฤติกรรมด้านสุขภาพและการปฏิบัติธรรม (วิปัสสนากรรมฐาน) ที่เหมาะสมจะทำให้สตรีวัยกลางคนสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

ทศนี วงศ์เย็น^{๓๔} ได้ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวทางคตาสติในคัมภีร์ พระพุทธศาสนาเถรวาท มีวัตถุประสงค์ ๑ ประการ คือ เพื่อศึกษาวิเคราะห์กายคตาสติกัมมัฏฐานที่ ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาวิเคราะห์แนวทางการปฏิบัติกายคตาสติ กัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์ พระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อนำเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้ กายคตาสติกัมมัฏฐานที่เหมาะสมกับการครอง ชีวิตประจำวันของคฤหัสถ์ในยุคปัจจุบันผลการวิจัย พบว่า พระพุทธเจ้าทรงสอนกายคตาสติกัมมัฏฐานทั้งแก่บรรพชิต และคฤหัสถ์เพื่อให้ปฏิบัติอบรม จิตให้เป็นสมาธิ ด้วยการตั้งสติพิจารณาอาการ ๑๒ ให้เห็นความไม่งาม ความเป็นสิ่งปฏิญูล และ ความแปรผันของสังขาร เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ละความสำคัญว่างามมีผู้ปฏิบัติได้บรรลุ มรรคผลจำนวนมาก การได้บรรลุมรรคผล ขึ้นอยู่กับอุปนิสัยที่สั่งสมมา การปฏิบัติกายคตาสติ กัมมัฏฐานนั้นเหมาะสมกับจริตของแต่ละบุคคลแนวทางการ ปฏิบัติกายคตาสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏ ในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท ให้เริ่มต้นจากการดำรงตนอยู่ในศีล สํารวมในศีล มีความประพฤติ เพียบพร้อมด้วยกุศลกรรมบถ เห็นโทษแม้เพียงเล็กน้อยเป็นภัย คู้มครองทวารในอินทรีทั้งหลาย ตัดความห่วงกังวลทั้งหลาย เลือกสถานที่ ที่เหมาะกับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน พบอาจารย์ผู้กล้าหาญมิตร แล้วรับเอากายคตาสติกัมมัฏฐานนั้นมาปฏิบัติด้วยหลักอิทธิบาท ๔ ให้มาก บ่อย ๆ ในความดูแลของ อาจารย์ผู้บอกกัมมัฏฐาน จนเกิดความชำนาญ และบรรลุเป้าหมายที่ต้องการคฤหัสถ์ในปัจจุบันนี้ ต้องมีสติตามทันสิ่งที่ กำลังเกิดขึ้น ด้วยการฝึกปฏิบัติกายคตาสติการสวมนต์ (เข้า – เย็น) เป็น ประจำทุกวัน เจริญอานาปานสติ สาสขาย และกำหนดพิจารณาส่วนของร่างกาย เฉพาะมูล กัมมัฏฐาน คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง โดยอนุโลมและปฏิโลม เพื่อฝึกจิตให้มีสมาธิ ให้บริสุทธิ์ ฟัน

^{๓๓} พระสมภาร ทวีรัตน์, “ศึกษาเกี่ยวกับการ นำหลักวิปัสสนากรรมฐานมาใช้ในการลดภาวะความ แปรปรวนทางอารมณ์ในสตรีวัยทอง”, วิทยานิพนธ์อักษรศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย มหิดล, ๒๕๔๗), บทคัดย่อ.

^{๓๔} ทศนี วงศ์เย็น, “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวทางคตาสติในคัมภีร์พระพุทธศาสนา เถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), บทคัดย่อ.

จากอุปกิเลส เครื่องเศร้าหมอง มีความสงบ จิตว่าง ปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่นในตน ที่สำคัญยิ่งก็คือ คฤหัสถ์ผู้ปฏิบัติกายคตาสติกัมมัฏฐานต้องเป็นบุคคลที่ดำรงตนอยู่ในศีล มีความประพฤติเพียบพร้อมด้วยกุศลกรรมบถ จึงจะบรรลุเป้าหมายและมีความสามารถพึ่งพาตนเองได้ในสังคมอยู่เย็นเป็นสุข ร่วมกัน ตามเป้าหมายของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ ๑๐ (พ.ศ. ๒๕๕๐ - ๒๕๕๔)

ดวงกมล ทองคนารักษ์^{๑๕} ได้ศึกษาเรื่องรูปแบบโครงการปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมสำหรับชาวต่างประเทศในประเทศไทย มีวัตถุประสงค์ข้อ (๑) เพื่อศึกษาการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ข้อ (๒) เพื่อศึกษาโครงการปฏิบัติธรรมสำหรับชาวต่างประเทศในประเทศไทยและข้อ(๓)เพื่อ พัฒนา รูปแบบโครงการปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมสำหรับชาวต่างประเทศในประเทศไทย วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพซึ่งใช้วิธีการสังเกตโดยมีส่วนร่วม (Participant Observation) และการสัมภาษณ์เชิงลึก (In depth-Interview) จากกรณีศึกษาโครงการปฏิบัติธรรมสำหรับชาวต่างประเทศวัดมหาธาตุ (คณะ ๕), โครงการปฏิบัติธรรม “The Middle Way Meditation Retreat”, ณ สวนป่าหิมวันต์ อ.ภูเรือ จ.เลย, โครงการปฏิบัติธรรมสวนโมกขนิมิตานาชาติ (International Dhamma Hermitage), จ.สุราษฎร์ธานี และวัดป่านานาชาติ อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ผลการวิจัยพบว่าการปฏิบัติธรรม ในพระพุทธศาสนาเถรวาท ทั้งสมถและวิปัสสนาตลอดจนปัจจัยที่เกื้อกูลการปฏิบัติธรรม เช่นการตัดปณิโกธ การแสวงหากัลยาณมิตร การเลือกกรรมฐานที่เหมาะสมกับผู้ปฏิบัติธรรม และสัปปายะในการปฏิบัติธรรม ล้วนมีผลต่อผู้เข้าปฏิบัติธรรม นอกจากนี้รูปแบบการปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมสำหรับการปฏิบัติธรรมของชาวต่างประเทศในประเทศไทย ควรมีจัดโครงการปฏิบัติธรรมแยกตามกลุ่มของผู้เข้าปฏิบัติธรรม เช่น การจัดคำแนะนำเบื้องต้นสำหรับนักท่องเที่ยวที่สนใจการปฏิบัติแต่ยังไม่พร้อม ที่จะเข้าฝึกอบรม โครงการปฏิบัติธรรมเบื้องต้น โครงการปฏิบัติธรรมสำหรับผู้ที่เคยฝึกปฏิบัติมาก่อน และโครงการฝึกอบรมปฏิบัติธรรมขั้นสูง ตลอดจนการจัดบวชให้แก่ชาวต่างชาติที่สนใจ นอกจากนี้ควรประยุกต์หลักสัปปายะ ๗ เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสนับสนุนการปฏิบัติธรรม

^{๑๕} ดวงกมล ทองคนารักษ์, “รูปแบบโครงการปฏิบัติธรรมที่เหมาะสมสำหรับชาวต่างประเทศในประเทศไทย”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย , ๒๕๕๓), บทคัดย่อ.

โสภณ ขำทัพ^{๑๖} ได้ศึกษา เรื่องการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี พบว่า ในพระพุทธศาสนามีวิธีปฏิบัติกรรมฐานอยู่ ๒ วิธี วิธีแรก คือ การปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน ซึ่งเป็นการอบรมจิตให้สงบจนเกิดสมาธิ เพราะอานาปานสติเป็นวิธีหนึ่งในการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐาน ๔๐ โดยวิธีนี้เป็นการพัฒนาจิตด้วยลมหายใจเข้าออกของแต่ละบุคคล และอานาปานสติภาวนานี้เป็นได้ทั้งในสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน ส่วนการปฏิบัติอานาปานสติภาวนานี้เป็นที่นิยมกันในปัจจุบัน เพราะเป็นวิธีเจริญสมาธิที่ปฏิบัติได้สะดวก และไม่กระทบกระเทือนต่อสุขภาพ ผลที่ได้รับ คือ เสริมสร้างกำลังใจในการดำเนินชีวิต โดยเน้นหลักสันโดษ คือ ให้พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ และไม่ทะยานอยากในสิ่งที่เกินความจำเป็น ซึ่งก่อให้เกิด ขณิกสมาธิ หรือมีสติสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ทำให้เป็นคนมีวินัย เข้มแข็ง มั่นคง มีประสิทธิภาพในการทำงาน มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานของตน และสร้างความรักและเมตตาให้เกิดแก่นุชนชาติอันส่งผลให้สังคมสงบสุข ส่วนวิธีที่ ๒ คือ การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ซึ่งผลที่ได้รับคือ การรู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริงด้วยปัญญาหรือในที่สุดได้บรรลุพระนิพพาน

เอกชัย จุละจาริตต์^{๑๗} ได้กล่าวถึงการฝึกสติในชีวิตประจำวันไว้ว่าการดำเนินชีวิตโดยไม่ให้ความทุกข์นั้นจำเป็นต้องเจริญสติปัญญาทางธรรมเพื่อเพิ่มพูนข้อมูลด้านสติปัญญาทางธรรมในความจำ และใช้ข้อมูลดังกล่าวเพื่อการรู้เห็น ควบคุมความคิดไม่ให้เจือปนด้วยกิเลสตัณหาอย่างต่อเนื่อง ในการรับรู้ความรู้สึกของลมหายใจที่ผ่านเข้าออกตรงรูจมูกอย่างต่อเนื่อง นั่นก็คือ การฝึกสติอยู่ที่ฐานหลักของสติอย่างต่อเนื่องในชีวิตประจำวัน

กนกกาญจน์ สีนภิบาล^{๑๘} ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาบุคลิกภาพตามแนวจิต ๖ ในพระพุทธศาสนาของผู้บริหารโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี งานวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบุคลิกภาพตามแนวจิต ๖ ในพระพุทธศาสนา

^{๑๖}โสภณ ขำทัพ, “การศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๘).หน้า ก.

^{๑๗}เอกชัย จุละจาริตต์, คู่มือการพัฒนาตนแนวพุทธสำหรับผู้ให้คำปรึกษา ฉบับที่ ๑ วิธีฝึกเจริญสติแนวพุทธ, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.), ๒๕๕๓), หน้า ๗๒, ๑๐๐-๑๐๑.

^{๑๘}กนกกาญจน์ สีนภิบาล, การศึกษาบุคลิกภาพตามแนวจิต ๖ ในพระพุทธศาสนาของผู้บริหารโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี, วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยศรีปทุม, ๒๕๕๐), บทคัดย่อ.

ของผู้บริหารโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดนนทบุรี และเพื่อศึกษาบุคลิกภาพตามแนวจิต ๖ ในพระพุทธศาสนาของผู้บริหารโรงเรียนที่มีภูมิหลังต่างกัน ผลการศึกษาพบว่า ๑) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีบุคลิกภาพด้านพุทธิจิตและสัทธาจิตสูง ส่วนบุคลิกภาพด้านราคะจิต ด้านโทสะจิต ด้านโมหะจิต และด้านวิตกจิต อยู่ในระดับต่ำ ๒) เมื่อเปรียบเทียบบุคลิกภาพตามแนวจิต ๖ ในพระพุทธศาสนาของกลุ่มตัวอย่างที่มีภูมิหลังต่างกันพบว่า เพศหญิงมีพุทธิจิตและสัทธาจิตสูงกว่าเพศชาย กลุ่มที่มีอายุไม่เกิน ๓๕ ปี มีราคะจิต โมหะจิต และวิตกจิต สูงกว่าผู้มีอายุมากกว่า ส่วนสัทธาจิตมีต่ำกว่าผู้มีอายุสูงกว่า ผู้จบการศึกษาปริญญาตรีมี โมหะจิตสูงกว่า ผู้ที่มีอายุมากกว่า ผู้ที่ดำรงตำแหน่งผู้บริหารจะมีโทสะจิตและโมหะจิตน้อยกว่าผู้ที่ทำหน้าที่หัวหน้ากลุ่มสาระการเรียนรู้ นอกจากนี้ยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์เกินกว่า ๒๑ ปี ขึ้นไปมีสัทธาจิตและพุทธิจิตสูงกว่าผู้ที่มีประสบการณ์น้อยกว่า จึงสรุปได้ว่าผู้บริหารควรจะมีอายุเกิน ๓๕ ปีขึ้นไป มีระดับการศึกษาระดับปริญญาโทขึ้นไป และควรมีประสบการณ์มากกว่า ๒๑ ปี

สรุปว่า จิต ๖ นั้น มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา โดยบูรณาการเอาการปฏิบัติธรรมนั้นเป็นกิจกรรมเพื่อพัฒนาปัญญา และแก้ไขปัญหาดับทุกข์ได้ การได้ศึกษาเรื่องจิต ๖ จึงมีความสำคัญต่อการรู้จักตนเองและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้สอดคล้องกับการดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างถูกต้อง เหมาะสม และเกิดประโยชน์สูงสุด

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงเอกสารและเชิงคุณภาพ โดยมีมุ่งศึกษาข้อมูลจากคัมภีร์ในพระพุทธศาสนา และการสัมภาษณ์ข้อมูลจากพระวิปัสสนาจารย์ที่ได้รับการยอมรับจากบุคคลทั่วไป พร้อมทั้งกลุ่มผู้ปฏิบัติธรรม แล้วนำข้อมูลที่ได้นำวิเคราะห์และสรุปผล เขียนเป็นแบบบรรยายเชิงพรรณนา มีการศึกษาแบ่งเป็น ๔ ส่วน ดังนี้

๑.๗.๑ การศึกษาภาคเอกสาร

เป็นการศึกษาเนื้อหาของจิต ๖ หลักการปฏิบัติธรรม และความสัมพันธ์ของจิต ๖ กับ การปฏิบัติธรรม โดยวิธีสืบค้นหาข้อมูลที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา วิสุทธิมรรค เอกสารวิชาการ ตำรา และเอกสารอื่น ๆ รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๗.๒ การศึกษาภาคสนาม

เป็นการสัมภาษณ์พระวิปัสสนาจารย์ในสำนักปฏิบัติธรรมที่มีชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับในพระพุทธศาสนาจำนวน ๒ ท่าน กลุ่มผู้เข้าปฏิบัติธรรมอีกกลุ่มละ ๑๐ รูป/คนจำนวน ๒ กลุ่ม ดังนี้

๑.๗.๒.๑ พระวิปัสสนาจารย์ ได้แก่

- ๑) พระธรรมมังคลาจารย์ วิ. (ทอง สิริมฺจฺโล) วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร จังหวัดเชียงใหม่
- ๒) พระครูภาวนาวิรัช (สุพันธ์ อาจิณฺณสีโล) วัดร่ำเปิง (ตโปทาราม) จังหวัดเชียงใหม่

๑.๗.๒.๒ กลุ่มผู้เข้าปฏิบัติธรรม ได้แก่

- ๑) ผู้เข้าปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรม วัดพระธาตุศรีจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน ๑๐ รูป/คน
- ๒) ผู้เข้าปฏิบัติธรรมในสำนักปฏิบัติธรรม วัดร่ำเปิง(ตโปทาราม) จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน ๑๐ รูป/คน

โดยมีการจดบันทึกและใช้อุปกรณ์ในการบันทึกเสียงสัมภาษณ์และบันทึกภาพถ่ายข้อมูลอย่างละเอียดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของจิต ๖ กับการปฏิบัติธรรม

๑.๗.๓ การเก็บรวบรวมข้อมูล

ก. ในการศึกษาภาคเอกสาร ผู้ศึกษาได้รวบรวมเนื้อหาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท คือ คัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา วิสุทธิมรรค เอกสารวิชาการ ตำรา และเอกสารอื่น ๆ รวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แล้วนำมาเขียนเป็นแบบบรรยายเชิงพรรณนา

ข. ในการศึกษาภาคสนาม มีขั้นตอนในการศึกษาคือ

๑) เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์พระวิปัสสนาจารย์จำนวน ๒ ท่าน และกลุ่มผู้เข้าปฏิบัติธรรมอีกกลุ่มละ ๑๐ รูป/คน จำนวน ๒ กลุ่ม โดยการจดบันทึกและใช้อุปกรณ์ในการบันทึกเสียงสัมภาษณ์และบันทึกภาพถ่ายข้อมูลที่ได้อย่างละเอียดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของจิต ๖ กับการปฏิบัติธรรม

๒) เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ผู้ปฏิบัติธรรม แล้วบันทึกข้อมูลที่ได้อย่างละเอียดเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงทั้งก่อนและหลัง และผลที่ได้จากการฝึกปฏิบัติธรรม

๑.๗.๔ การนำเสนอข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมและจดบันทึกนำมาเขียนเป็นแบบเชิงพรรณนาเพื่อนำเสนอข้อมูล

๑.๘ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

๑.๘.๑ ทำให้ทราบ ความหมาย ประเภท ลักษณะของจิต ๖ และความสำคัญของจิต ๖ ในพระพุทธศาสนา

๑.๘.๒ ทำให้ทราบความหมาย ประเภท หลักการเบื้องต้น และผลที่เกิดจากการปฏิบัติธรรม ในพระพุทธศาสนา

๑.๘.๓ ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ของจิต ๖ กับการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา

๑.๘.๔ สามารถนำองค์ความรู้ที่ได้จากการวิเคราะห์ มาปรับใช้เพื่อเลือกกิจกรรมในการพัฒนาปัญญาของมนุษย์ให้มีศักยภาพยิ่ง ๆ ขึ้นไป อันนำไปสู่การแก้ไขปัญหาและความความทุกข์ได้อย่างถูกต้อง และเกิดประโยชน์สูงสุด