

ก. แบบประเมินอินทรี ๕ ก่อนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ประกอบการวิจัย

เรื่อง

การสร้างตัวชี้วัดเพื่อวิเคราะห์อินทรี ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ ในผู้ปฏิบัติ
วิปัสสนากัมมัฏฐาน

THE CONSTRUCTION OF INDICATORS TO ANALYZE 5 INDRIYA COMPARING
WITH SOLASA-ÑĀNA IN INSIGHT MEDITATION PRACTITIONERS

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยเพื่อการศึกษาของนิสิตปริญญาเอก สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย คำตอบทุกข้อมี
ความสำคัญมากต่อการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ จึงขอความกรุณาพระวิปัสสนาจารย์ วิปัสสนาจารย์ช่วย
ประเมินอินทรี ๕ ของผู้ปฏิบัติตามความเป็นจริง อย่างรอบคอบ ขอขอบพระคุณ และอนุโมทนา
ขอบคุณขอบใจ ในการให้ความร่วมมือร่วมใจในการประเมินครั้งนี้

คำแนะนำในการตอบแบบสอบถาม

กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อที่ผู้ปฏิบัติตอบทุกข้อ ในแบบประเมินตอนที่
๑ ๒ และ ๓ (แบบประเมินนี้ไม่มีผลต่อการประเมินผล (บท.๒๑) จะเก็บเป็นความลับ และไม่
เปิดเผย)

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

๑. สถานภาพ

- ☐ ก. พระนิสิต
☐ ค. นิสิต-ชาย

- ☐ ข. ภิกษุณี-มหายาน
☐ ง. นิสิต-หญิง

๒. อายุ

- ☐ ก. ๒๐-๒๙ ปี
☐ ค. ๔๐-๔๙ ปี
☐ จ. ๖๐ ปี ขึ้นไป

- ☐ ข. ๓๐-๓๙ ปี
☐ ง. ๕๐-๕๙ ปี

๓. อาชีพ

- ☐ ก. พระนิสิต/นิสิต
☐ ค. ค้าขาย /ธุรกิจส่วนตัว
☐ จ. อื่น ๆ โปรดระบุ _____

- ☐ ข. ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ
☐ ง. พนักงานเอกชน

๔. สถานภาพสมรส

- ☐ ก. โสด

- ☐ ข. สมรส

☐ ค. หย่าร้าง/ม่าย

☐ ง. ไม่ได้หย่าร้างแต่แยกกันอยู่

๕. รายได้ต่อเดือน

☐ ก. ต่ำกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท

☐ ข. ๑๐,๐๐๐-๓๐,๐๐๐

☐ ค. ๓๐,๐๐๑-๕๐,๐๐๐

☐ ง. ๕๐,๐๐๑-๗๐,๐๐๐

☐ จ. ๗๐,๐๐๑ ขึ้นไป

๖. ระดับการศึกษา ก่อนเข้า มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

☐ ก. ปริญญาตรี

☐ ข. ปริญญาโท

☐ ค. ปริญญาเอก

☐ ง. เปรียญธรรม _____ ประโยค

๗. ท่านเคยปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักสูตรของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นเวลานานเท่าใด

☐ ก. ๗ วัน

☐ ข. ๑๕ วัน

☐ ค. ๓๐ วัน

☐ ง. ไม่เคย

๘. ท่านเคยปฏิบัติธรรม (กัมมัฏฐาน) แบบใดมาก่อน

☐ ก. สมถกัมมัฏฐาน

☐ ข. วิปัสสนากัมมัฏฐาน

☐ ค. ทั้งสมถและวิปัสสนา

☐ ง. ไม่แน่ใจว่าเป็นสมถหรือวิปัสสนา

☐ จ. ไม่เคยเลย(ไม่ต้องตอบข้อ ๙, ๑๐ และ ๑๑)

๙. ท่านเคยปฏิบัติธรรมด้วยการใช้กรรมภาวนารูปแบบใด (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

☐ ก. พุท-โธ

☐ ข. อานาปานสติ นับลมหายใจ

☐ ค. พองหนอ-ยุบหนอ

☐ ง. สัมมา อะระหัง

☐ จ. กำหนดรูปนาม โดยไม่มีคำบริกรรม

☐ ฉ. อื่นๆ _____

๑๐. ท่านเคยฝึกปฏิบัติธรรม (กัมมัฏฐาน) มานานเท่าใด

☐ ก. ต่ำกว่า ๑ ปี

☐ ข. ๑-๑๕ ปี

☐ ค. ๕-๑๐ ปี

☐ ง. มากกว่า ๑๐ ปี

๑๑. ท่านเคยรับการฝึกปฏิบัติธรรมจากที่ใด (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

☐ ก. สถานศึกษา

☐ ข. วัด

☐ ค. สำนักปฏิบัติธรรม

☐ ง. ชุตงค์โนป่า

☐ จ. สมาคม / องค์กรเอกชน

☐ ฉ. ฝึกเอง

☐ ช. อื่นๆ _____

ตอนที่ ๒ แบบประเมินความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การเดินจงกรม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๑.	ขณะเดินจงกรม ๖ ระยะ เช่น ขว้างอย่างหนอ ซ้ายอย่างหนอ เป็นต้น ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๒.	ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๓.	ขณะที่จิตนึกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๔.	ขณะที่จิตเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดความรู้สึกได้พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมีปัญญา แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การนั่งพระกัมมัฏฐาน หรือนั่งสมาธิ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๕.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านสังเกตอาการฟอง-ยุบ ได้ทันที						
๖.	ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๗.	ขณะที่ใจนึกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๘.	ขณะที่ใจเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดระลึกได้ พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมีปัญญา แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันที						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การกำหนดทางทวาร ๖	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๙.	ขณะเห็น ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๐.	ขณะได้ยินเสียง ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๑.	ขณะดมกลิ่น ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๒.	ขณะลิ้มรส ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๓.	ขณะเย็น ร้อน ฯลฯ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๔.	ขณะเกิดความนึกคิด ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การกำหนดอิริยาบถย่อย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๑๕.	ขณะตื่นนอน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๖.	ขณะล้างหน้าแปรงฟัน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๗.	ขณะอาบน้ำ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๘.	ขณะนั่งห่มจีวร หรือสวมใส่เสื้อผ้า ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๙.	ขณะฉันหรือรับประทานอาหาร ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๐.	ขณะดื่มน้ำ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						

๒๑.	ขณะล้างบาตร ถ้วย ชาม ช้อน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๒.	ขณะก้ม-เงย ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๓.	ขณะแลซ้าย-แลขวา ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๔.	ขณะเปิด-ปิดประตู ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๕.	ขณะกราบพระ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๖.	ขณะเดินไปมา ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๗.	ขณะเข้านอน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						

ตอนที่ ๓ แบบประเมินอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖

ที่	สัทอินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	ในรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้ง ๓						
๑.	ในการเดินจงกรม ท่านเดินกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้เดิน เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น						
๒.	ในการนั่งสมาธิ ท่านนั่งกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้นั่ง เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น						
๓.	ในการกำหนดอิริยาบถย่อย นอกจากเวลาเดินจงกรมและนั่งสมาธิแล้วท่านกำหนดทุกอย่างตลอดเวลา ไม่มีเวลาว่างเว้นจากการกำหนด ตามที่พระวิปัสสนาจารย์แนะนำ						
๔.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า แม้ชีวิตนี้ ก็มอบถวายแด่พระพุทธองค์ได้						
๕.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระธรรม เพราะเห็นความเกิดดับของรูป หรือสภาพความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งไม่เคยเห็นแบบนี้มาก่อน						
๖.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระอริยสงฆ์ เพราะเห็นพระอริยสงฆ์ เช่น พระโสดาบัน เป็นต้นนั้นมีอยู่จริง อย่างแน่นอน						

ที่	วิริยิทธิ (วิริยะ) คู่กับ สมานิทธิ (สมาธิ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	ในรูปแบบของการเดินจงกรม						ญาณ ๑๖
๗.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดแยกแยะรูปแยกนามออกจากกันได้ คือ เห็นอาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นรูป” และ เห็นการรู้อาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นนาม”						
๘.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ตัวรู้ก่อน แล้วเท้าจึงเคลื่อนไปตาม”						
๙.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๐.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิด และขณะดับ ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๑.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะดับไป หรือหายไป หรือว่าจบไป ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๒.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความกลัวในรูปนาม” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๓.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “โทษภัยในการเวียนว่ายตายเกิด” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๔.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่ายในรูปนาม” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๕.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะพ้นไปจากรูปนาม” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๖.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๗.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความวางเฉยในสังขาร ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๘.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับ (โดยมรรค) ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๙.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบ (ตอนแรก) ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๒๐.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง ” หรือ “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง ” หรือว่า “ ความดับเจียบ						

	(ตอนกลาง) ทางอนัตตา” โดยหยุดยีนกำหนด						
๒๑.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “ความดับเจี๊ยะตอนสุดท้าย” โดยหยุดยีนกำหนด						
๒๒.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับ (ย้อนกลับ) ” โดยหยุดยีนกำหนด						

ที่	สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธา กับ ปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ให้เสมอกัน	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	ในรูปแบบการกำหนดอิริยาบถย่อย และทางทวาร ๖						
๒๓.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “การแยกรูปที่เห็น และนามที่รู้เห็นออกจากกัน”						
๒๔.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “รูปที่เห็น เป็นเหตุ ปัจจัยให้เกิดนามที่รู้”						
๒๕.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ”						
๒๖.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ”						
๒๗.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ”						
๒๘.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความน่ากลัวใน การเวียนว่ายตายเกิด”						
๒๙.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านสามารถกำหนดเห็น “โทษภัย ในการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๐.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่าย ในการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๑.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะ พ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๒.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน”						
๓๓.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความวางเฉยใน สังขาร”						
๓๔.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับ (โดย มรรค)”						

๓๕.	ต่อจากการกำหนดข้างต้นนี้ ท่านกำหนด “ความดับ เจียบ (ตอนแรก)”						
๓๖.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						
๓๗.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบตอน สุดท้าย”						
๓๘.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด กำหนด “ความดับ (ย้อนกลับ)”						

ที่	สมาธิทริย (เรื่องสมาธิ) คู่กับ วิริยทริย (วิริยะ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	ในรูปแบบการนั่งกัมมฐานหรือนั่งสมาธิ						
๓๙.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการpong-ยุบกับใจที่รู้ อาการpong-ยุบนั่นเป็นคนละอย่างกัน”						
๔๐.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการpong-ยุบเกิดขึ้น ก่อน ใจจึงตามไปรู้ทีหลัง”						
๔๑.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นอาการpong-ยุบ “ ขณะ เกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ”						
๔๒.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นpong-ยุบ “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ”						
๔๓.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นpong-ยุบ “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ”						
๔๔.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นpong-ยุบหายไปหมด “เกิด ความกลัว”						
๔๕.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “แต่ของไม่ดี หรือไม่เห็น อะไร มีแต่หายไปๆ เห็นแต่รูปนามเป็นโทษ”						
๔๖.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดสังขารรูปนามได้เป็นอย่างดี “แต่รู้สึกใจแห้งแล้ง หรือรู้สึกเบื่อ ๆ”						

๔๗.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ จะมีอาการคันเหมือนมีแมลงมาไต่ หรืออยากจะออกจากสังสารวัฏ ไม่อยากได้รูปนามอีก						
๔๘.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความว่างเฉยในสังขาร”						
๔๙.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ “ความดับเจียบ (โดยมรรค)”						
๕๐.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนแรก)”						
๕๑.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ(ตอนกลาง)ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						
๕๒.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						
๕๓.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ดับเจียบตอนสุดท้าย”						
๕๔.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับ (ย้อนกลับ)”						

ข. แบบประเมินอินทรีย์ ๕ หลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ประกอบการวิจัย

เรื่อง

การสร้างตัวชี้วัดเพื่อวิเคราะห์อินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ ในผู้ปฏิบัติ
วิปัสสนากัมมัฏฐาน

THE CONSTRUCTION OF INDICATORS TO ANALYZE 5 INDRIYA COMPARING
WITH SOLASA-ÑĀNA IN INSIGHT MEDITATION PRACTITIONERS

คำชี้แจง ขอความกรุณาตอบแบบประเมินที่ตรงกับความสามารถในการฝึกปฏิบัติวิปัสสนา หรือ
การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติตามความเป็นจริง โดยใส่ ✓ ลงในช่องตารางซึ่งตรงกับ
พฤติกรรมหรือการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือการเจริญสติปัฏฐาน ๔

ตอนที่ ๒ แบบประเมินความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	เรื่อง การเดินจงกรม						รูปแบบการปฏิบัติ
๑.	ขณะเดินจงกรม ๖ ระยะ เช่น ขว้างงหนอ ซ้ายย่างงหนอ เป็นต้น ท่านสามารถกำหนดได้ตลอดเวลา						
๒.	ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						
๓.	ขณะที่ใจนึกกรึก กรอธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						
๔.	ขณะที่ใจเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดระลึกได้ พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมีปัญญา แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การนั่งกัมมฐานหรือนั่งสมาธิ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๕.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านสามารถสังเกตอาการฟอง-ยุบ ได้ชัดเจนมาก						
๖.	ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						
๗.	ขณะที่ใจนึกกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						
๘.	ขณะที่ใจเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดระลึกได้ พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมีท่าที แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การกำหนดทางทวาร ๖ และอริยาบถย่อย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๙.	ขณะเห็น ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ทางตาว่า “เห็นหนอ” ได้						
๑๐.	ขณะได้ยินเสียง ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ทางหูว่า “ได้ยินหนอ” ได้						
๑๑.	ขณะดมกลิ่น ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ทางจมูกว่า “กลิ่นหนอ” ได้						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การกำหนดอริยาบถย่อย และทางทวาร ๖	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ

๑๒.	ขณะลิ้มรส ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ทางลิ้นว่า “รส หนอ” ได้						
๑๓.	ขณะเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหว ท่านสามารถกำหนด สติรับรู้ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหว ทางกายได้						
๑๔.	ถ้าขณะนึกคิด ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ ความนึกคิด ทุกขณะทางใจ ได้						
๑๕.	ขณะตื่นนอน ท่านสามารถกำหนดสติตื่นนอน ทาง อิริยาบถได้						
๑๖.	ขณะล้างหน้าแปรงฟัน ท่านสามารถกำหนดสติล้างหน้า- แปรงฟันได้						
๑๗.	ขณะอาบน้ำ ท่านสามารถกำหนดสติอาบน้ำได้						
๑๘.	ขณะนุ่งห่มจีวร หรือสวมใส่เสื้อผ้า ท่านสามารถกำหนด สติสวมใส่ได้						
๑๙.	ขณะฉันหรือรับประทานอาหาร ท่านสามารถกำหนดสติ ฉันหรือรับประทานอาหารได้						
๒๐.	ขณะดื่มน้ำ ท่านสามารถกำหนดสติ “ดื่มน้ำ” ได้						
๒๑.	ขณะล้างบาตร ถ้วย ชาม ช้อน ท่านสามารถกำหนดสติ “ล้างบาตร ถ้วย ชาม ช้อน” ได้						
๒๒.	ขณะก้ม-เงย ท่านสามารถกำหนดสติ “ก้ม-เงย” ได้						
๒๓.	ขณะแลซ้าย-แลขวา ท่านสามารถกำหนดสติ “แลซ้าย- แลขวา”						
๒๔.	ขณะเปิด-ปิดประตู ท่านสามารถกำหนดสติ “เปิด-ปิด ประตู” ได้						
๒๕.	ขณะกราบพระ ท่านสามารถกำหนดสติ “กราบพระ” ได้						
๒๖.	ขณะเดินไปมา ท่านสามารถกำหนดสติ “เดินไปมา” ได้						
๒๗.	ขณะเข้านอน ท่านสามารถกำหนดสติ “เข้านอน” ได้						

ตอนที่ ๓ แบบประเมินอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖

ที่	สัทินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	ในรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้ง ๓	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ญาณ ๑๖
๑.	ในการเดินจงกรม ท่านเดินกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้เดิน เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น						
๒.	ในการนั่งสมาธิ ท่านนั่งกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้นั่ง เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น						
๓.	ในการกำหนดอิริยาบถย่อย นอกจากเวลาเดินจงกรมและนั่งสมาธิแล้วท่านกำหนดทุกอย่างตลอดเวลา ไม่มีเวลาว่างเว้นจากการกำหนด ตามที่พระวิปัสสนาจารย์แนะนำ						
๔.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า แม้ชีวิตนี้ ก็มอบถวายแด่พระพุทธองค์ได้						
๕.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระธรรม เพราะเห็นความเกิดดับของรูป หรือสภาพความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งไม่เคยเห็นแบบนี้มาก่อน						
๖.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระอริยสงฆ์ เพราะเห็นพระอริยสงฆ์ เช่น พระโสดาบัน เป็นต้นนั้นมีอยู่จริง อย่างแน่นอน						

ที่	วิริยินทรีย์ (วิริยะ) คู่กับ สมาธินทรีย์ (สมาธิ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	ในรูปแบบของการเดินจงกรม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ญาณ ๑๖
๗.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดแยกแยะนามออกจากกันได้ คือ เห็นอาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นรูป” และ เห็นการรู้อาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นนาม”						
๘.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ตัวรู้ก่อน แล้วเท้าจึงเคลื่อนไปตาม”						
๙.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป” โดยหยุดยืนกำหนด						

๑๐.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๑.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๒.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความกลัวในรูป นาม ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๓.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ โทษภัยในการเวียน วายตายเกิด ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๔.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความเบื่อหน่ายใน รูปนาม ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๕.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความอยากจะพ้น ไปจากรูปนาม ” โดยหยุดยืนกำหนด						

ที่	วิริยปธานี (วิริยะ) คู่กับ สมาธิปธานี (สมาธิ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	ในรูปแบบการเดินจงกรม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
๑๖.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๗.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความว่าง เฉยในสังขาร ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๘.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับ (โดยมรรค) ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๙.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบ (ตอน แรก) ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๒๐.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง ” หรือ “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง ” หรือว่า “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๒๑.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบตอน สุดท้าย ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๒๒.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับ (ย้อนกลับ) ” โดยหยุดยืนกำหนด						

ที่	สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธา กับ ปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ให้เสมอกัน	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	ในรูปแบบการกำหนดอิริยาบถย่อย และทางทวาร ๖						
๒๓.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “การแยกรูปที่เห็น และนามที่รู้เห็นออกจากกัน”						
๒๔.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “รูปที่เห็น เป็นเหตุ ปัจจัยให้เกิดนามที่รู้”						
๒๕.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ”						
๒๖.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ”						
๒๗.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ”						
๒๘.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความน่ากลัวใน การเวียนว่ายตายเกิด”						
๒๙.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านสามารถกำหนดเห็น “โทษภัย ในการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๐.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่าย ในการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๑.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะ พ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๒.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน”						
๓๓.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความวางเฉยใน สังขาร”						
๓๔.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับ (โดย มรรค)”						
๓๕.	ต่อจากการกำหนดข้างต้นนี้ ท่านกำหนด “ความดับ เจียบ (ตอนแรก)”						
๓๖.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						

๓๗.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบตอนสุดท้าย”						
๓๘.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด กำหนด “ความดับ (ย้อนกลับ)”						

ที่	สมาธิทรี (เรื่องสมาธิ) คู่กับ วิริยทรี (วิริยะ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	ในรูปแบบการนั่งกัมมฐานหรือนั่งสมาธิ						
๓๙.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบกับใจที่รู้ อาการพอง-ยุบนั่นเป็นคนละอย่างกัน”						
๔๐.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบเกิดขึ้น ก่อน ใจจึงตามไปรู้ทีหลัง”						
๔๑.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นอาการพอง-ยุบ “ ขณะ เกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ”						
๔๒.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบ “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ”						
๔๓.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบ “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ”						
๔๔.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบหายไปหมด “เกิด ความกลัว”						
๔๕.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “แต่ของไม่ดี หรือไม่เห็น อะไร มีแต่หายไปๆ เห็นแต่รูปนามเป็นโทษ”						
๔๖.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดสังขารรูปนามได้เป็นอย่างดี “แต่รู้สึกใจแห้งแล้ง หรือรู้สึกเบื่อ ๆ”						
๔๗.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ จะมีอาการคันเหมือนมี แมลงมาไต่ หรืออยากจะออกจากสังสารวัฏ ไม่อยากได้ รูปนามอีก						
๔๘.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความว่างเฉยในสังขาร”						
๔๙.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ “ความดับเจียบ (โดยมรรค)”						
๕๐.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนแรก)”						
๕๑.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ(ตอนกลาง)ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						

๑. ตารางที่ ๑ แสดงค่าร้อยละเรื่องข้อมูลทั่วไปของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน N=๒๐๐	ร้อยละ
๑. สถานภาพ		
พระนิสิต	๑๑๔	๕๗.๐
นิสิต-แม่ชี / ภิกษุณี	๑๐	๕.๐
นิสิต-ชาย	๓๐	๑๕.๐
นิสิต-หญิง	๔๖	๒๓.๐
๒. อายุ		
๒๐-๒๙	๘๑	๔๐.๕
๓๐-๓๙	๓๙	๑๙.๕
๔๐-๔๙	๒๖	๑๓.๐
๕๐-๕๙	๔๒	๒๑.๐
๖๐ ปี ขึ้นไป	๑๒	๖.๐
๓. อาชีพ		
พระนิสิต/นิสิต	๑๓๑	๖๕.๕
ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	๒๖	๑๓.๐
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	๑๙	๙.๕
พนักงานเอกชน	๑๑	๕.๕
อื่น ๆ	๑๓	๖.๕
๔. สถานภาพสมรส		
โสด	๑๕๑	๗๕.๕
สมรส	๓๔	๑๗.๐
หย่าร้าง/ม่าย	๘	๔.๐
ไม่ได้หย่าร้างแต่แยกกันอยู่	๗	๓.๕
๕. รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท	๑๓๙	๖๙.๕
๑๐,๐๐๑-๓๐,๐๐๐	๓๙	๑๙.๕
๓๐,๐๐๑-๕๐,๐๐๐	๙	๔.๕
๕๐,๐๐๑-๗๐,๐๐๐	๑๒	๖.๐
๗๐,๐๐๑ ขึ้นไป	๑	.๕
๖. ระดับการศึกษาก่อนเข้ามาศึกษา ณ บัณฑิตวิทยาลัย		
ปริญญาตรี	๑๔๐	๗๐.๐
ปริญญาโท	๔๕	๒๒.๕

ปริญญาเอก	๕	๒.๕
เปรียญธรรม	๑๐	๕.๐
๗. ประสบการณ์การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักสูตรของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย		
๗ วัน	๔๑	๒๐.๕
๑๕ วัน	๔๖	๒๓.๐
๓๐ วัน	๕๐	๒๕.๐
ไม่เคย	๖๓	๓๑.๕
๘. รูปแบบกัมมัฏฐานที่เคยปฏิบัติมาก่อน		
สมถกัมมัฏฐาน	๒๔	๑๒.๐
วิปัสสนากัมมัฏฐาน	๕๔	๒๗.๐
ทั้งสมถและวิปัสสนา	๗๖	๓๘.๐
ไม่แน่ใจว่าเป็นสมถ หรือ วิปัสสนา	๓๒	๑๖.๐
ไม่เคยเลย	๑๔	๗.๐
๙. รูปแบบของการใช้กรรมภาวนา (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)		
พุท-โธ	๙๘	๕๐.๓
อานาปานสติ นັบลมหายใจ	๒๕	๑๒.๘
พองหนอ-ยุบหนอ	๖๑	๓๑.๓
สัมมา อะระหัง	๕	๒.๖
กำหนดรูปนาม โดยไม่มีคำบริกรรม	๔	๒.๑
อื่นๆ	๒	๑.๐
๑๐. ระยะเวลาที่เคยฝึกปฏิบัติธรรม		
ต่ำกว่า ๑ ปี	๕๔	๒๗.๗
๑-๕ ปี	๕๙	๓๐.๓
๕-๑๐ ปี	๖๖	๓๓.๘
มากกว่า ๑๐ ปี	๑๖	๘.๒
ไม่ตอบ	๕	-
๑๑. สถานที่เคยรับการฝึกปฏิบัติธรรม (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)		
สถานศึกษา	๑๐๓	๕๒.๘
วัด	๕๖	๒๘.๗
สำนักปฏิบัติธรรม	๒๕	๑๒.๘
ธุดงค์ในป่า	๑	.๕
ฝึกเอง	๓	๑.๕
อื่นๆ (สมาคม / องค์กรเอกชน)	๗	๓.๖

๒. ตารางที่ ๖ (๑) แสดงค่าร้อยละของความรู้และความเข้าใจ เรื่องการเดินจงกรม
เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน
(ก่อน-หลังปฏิบัติ)

ความรู้และความเข้าใจ เรื่อง การเดินจงกรม	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๑) ขณะเดินจงกรม ๖ ระยะ มีขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ เป็นต้น ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๑๖	๑๒	น้อยที่สุด	๘.๐	๖.๐
	๓๓	๓๐	น้อย	๑๖.๕	๑๕.๐
	๘๒	๗๙	ปานกลาง	๔๑.๐	๓๙.๕
	๕๕	๖๓	มาก	๒๗.๕	๓๑.๕
	๑๔	๑๖	มากที่สุด	๗.๐	๘.๐
๒) ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๑๔	๙	น้อยที่สุด	๗.๐	๔.๕
	๔๔	๕๓	น้อย	๒๒.๐	๒๖.๕
	๗๙	๘๐	ปานกลาง	๓๙.๕	๔๐.๐
	๕๖	๕๔	มาก	๒๘.๐	๒๗.๐
	๗	๔	มากที่สุด	๓.๕	๒.๐
๓) ขณะที่จิตนึกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะเดิน จงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๓๙	๑๐	น้อยที่สุด	๑๙.๕	๕.๐
	๔๕	๕๗	น้อย	๒๒.๕	๒๘.๕
	๗๘	๗๓	ปานกลาง	๓๙.๐	๓๖.๕
	๓๑	๕๐	มาก	๑๕.๕	๒๕.๐
	๗	๑๐	มากที่สุด	๓.๕	๕.๐
๔) ขณะที่จิตเกิดความยินดี พยาบาท ว่าง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อรำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดความรู้สึกได้ พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปลอ่ยกวาง อย่างมีปัญญา แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทัน ปัจจุบัน	๓๔	๑๐	น้อยที่สุด	๑๗.๐	๕.๐
	๔๙	๖๘	น้อย	๒๔.๕	๓๔.๐
	๗๕	๖๗	ปานกลาง	๓๗.๕	๓๓.๕
	๓๗	๕๒	มาก	๑๘.๕	๒๖.๐
	๕	๓	มากที่สุด	๒.๕	๑.๕

๓. ตารางที่ ๖ (๒) แสดงค่าร้อยละของความรู้และความเข้าใจเรื่องนั่งสมาธิ
เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

ความรู้และความเข้าใจ เรื่อง การนั่งสมาธิ	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๕) ขณะนั่งสมาธิ ท่านสังเกตอาการฟอง-ยุบ ได้ทันที	๙	๓	น้อยที่สุด	๔.๕	๑.๕
	๔๙	๔๒	น้อย	๒๔.๕	๒๑.๐

	๗๗	๗๖	ปานกลาง	๓๘.๕	๓๘.๐
	๕๔	๖๗	มาก	๒๗.๐	๓๓.๕
	๑๑	๑๒	มากที่สุด	๕.๕	๖.๐
๖) ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือสบาย หรือว่า เหนื่อย แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๑๖	๕	น้อยที่สุด	๘.๐	๒.๕
	๓๒	๔๐	น้อย	๑๖.๐	๒๐.๐
	๙๐	๙๖	ปานกลาง	๔๕.๐	๔๘.๐
	๕๐	๕๔	มาก	๒๕.๐	๒๗.๐
	๑๒	๕	มากที่สุด	๖.๐	๒.๕
๗) ขณะที่ใจนี้กรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๓๐	๑๐	น้อยที่สุด	๑๕.๐	๕.๐
	๔๖	๕๔	น้อย	๒๓.๐	๒๗.๐
	๘๙	๘๖	ปานกลาง	๔๔.๕	๔๓.๐
	๓๑	๔๗	มาก	๑๕.๕	๒๓.๕
	๔	๓	มากที่สุด	๒.๐	๑.๕
๘) ขณะที่ใจเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดระลึกได้ พิจารณา ธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมี ปัญญา แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันที่	๒๔	๑๗	น้อยที่สุด	๑๒.๐	๘.๕
	๔๗	๕๘	น้อย	๒๓.๕	๒๙.๐
	๙๕	๖๘	ปานกลาง	๔๗.๕	๓๔.๐
	๓๒	๕๒	มาก	๑๖.๐	๒๖.๐
	๒	๕	มากที่สุด	๑.๐	๒.๕

๔. ตารางที่ ๖ (๓) แสดงค่าร้อยละของความรู้และความเข้าใจเรื่อง การกำหนดทาง
ทวาร ๖ (อายตนะภายในอายตนะภายนอก ๑๒) เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนา
กัมมัฏฐานของนิสิตผู้ปฏิบัติ (ก่อน-หลัง)

เรื่อง การกำหนดทางทวาร ๖ (อายตนะ ภายในอายตนะภายนอก ๑๒)	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๙) ขณะเห็น ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๕	๑๘	น้อยที่สุด	๑๒.๕	๙.๐
	๓๓	๕๓	น้อย	๑๖.๕	๒๖.๕
	๑๐๓	๘๐	ปานกลาง	๕๑.๕	๔๐.๐
	๓๔	๔๗	มาก	๑๗.๐	๒๓.๕
	๕	๒	มากที่สุด	๒.๕	๑.๐
๑๐) ขณะได้ยินเสียง ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๙	๑๔	น้อยที่สุด	๑๔.๕	๗.๐
	๓๗	๕๒	น้อย	๑๘.๕	๒๖.๐

	๘๓	๗๔	ปานกลาง	๔๑.๕	๓๗.๐
	๕๐	๕๑	มาก	๒๕.๐	๒๕.๕
	๑	๙	มากที่สุด	๐.๕	๔.๕
๑๑) ขณะดมกลืน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๓๓	๒๓	น้อยที่สุด	๑๖.๕	๑๑.๕
	๕๘	๖๗	น้อย	๒๙.๐	๓๓.๕
	๖๓	๗๐	ปานกลาง	๓๑.๕	๓๕.๐
	๔๕	๓๖	มาก	๒๒.๕	๑๘.๐
	๑	๔	มากที่สุด	๐.๕	๒.๐
๑๒) ขณะลิ้มรส ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๕	๒๓	น้อยที่สุด	๑๒.๕	๑๑.๕
	๖๗	๖๖	น้อย	๓๓.๕	๓๓.๐
	๗๓	๗๑	ปานกลาง	๓๖.๕	๓๕.๕
	๓๓	๓๘	มาก	๑๖.๕	๑๙.๐
	๒	๒	มากที่สุด	๑.๐	๑.๐
๑๓) ขณะเย็น ร้อน ฯลฯ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๑	๑๘	น้อยที่สุด	๑๐.๕	๙.๐
	๕๕	๕๙	น้อย	๒๗.๕	๒๙.๕
	๘๐	๙๑	ปานกลาง	๔๐.๐	๔๕.๕
	๓๙	๒๖	มาก	๑๙.๕	๑๓.๐
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐
๑๔) ขณะเกิดความนึกคิด ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๓๐	๒๕	น้อยที่สุด	๑๕.๐	๑๒.๕
	๔๑	๖๙	น้อย	๒๐.๕	๓๔.๕
	๗๘	๖๗	ปานกลาง	๓๙.๐	๓๓.๕
	๔๑	๒๗	มาก	๒๐.๕	๑๓.๕
	๑๐	๑๒	มากที่สุด	๕.๐	๖.๐

๕. ตารางที่ ๖ (๔) แสดงค่าร้อยละของความรู้และความเข้าใจเรื่องการกำหนดอิริยาบถย่อย เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของนิสิตผู้ปฏิบัติ (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

ความรู้และความเข้าใจ เรื่อง การกำหนดอิริยาบถย่อย	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๑๕) ขณะตื่นนอน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๓	๓๐	น้อยที่สุด	๑๑.๕	๑๕.๐
	๖๓	๗๒	น้อย	๓๑.๕	๓๖.๐

	๗๓	๗๓	ปานกลาง	๓๖.๕	๓๖.๕
	๓๙	๒๔	มาก	๑๙.๕	๑๒.๐
	๒	๑	มากที่สุด	๑.๐	.๕
๑๖) ขณะล้างหน้าแปรงฟัน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๑๘	๒๖	น้อยที่สุด	๙.๐	๑๓.๐
	๗๔	๖๕	น้อย	๓๗.๐	๓๒.๕
	๗๓	๗๙	ปานกลาง	๓๖.๕	๓๙.๕
	๓๑	๒๒	มาก	๑๕.๕	๑๑.๐
	๔	๘	มากที่สุด	๒.๐	๔.๐
๑๗) ขณะอาบน้ำ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๑	๒๑	น้อยที่สุด	๑๐.๕	๑๐.๕
	๗๔	๖๑	น้อย	๓๐.๕	๓๐.๕
	๗๕	๙๐	ปานกลาง	๓๑.๐	๔๕.๐
	๒๕	๒๔	มาก	๑๒.๐	๑๒.๐
	๕	๔	มากที่สุด	๒.๐	๒.๐
๑๘) ขณะนุ่งห่มจีวร หรือสวมใส่เสื้อผ้า ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๖	๒๑	น้อยที่สุด	๑๓.๐	๑๐.๕
	๖๒	๗๒	น้อย	๓๑.๐	๓๖.๐
	๗๕	๗๔	ปานกลาง	๓๗.๕	๓๗.๐
	๓๑	๒๙	มาก	๑๕.๕	๑๔.๕
	๖	๔	มากที่สุด	๓.๐	๒.๐
๑๙) ขณะฉันหรือรับประทานอาหาร ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๐	๑๖	น้อยที่สุด	๑๐.๐	๘.๐
	๕๕	๖๗	น้อย	๒๗.๕	๓๓.๕
	๖๑	๗๕	ปานกลาง	๓๐.๕	๓๗.๕
	๕๒	๓๑	มาก	๒๖.๐	๑๕.๕
	๑๒	๑๑	มากที่สุด	๖.๐	๕.๕
๒๐) ขณะดื่มน้ำ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๓	๒๐	น้อยที่สุด	๑๑.๕	๑๐.๐
	๔๗	๖๑	น้อย	๒๓.๕	๓๐.๕
	๖๓	๗๗	ปานกลาง	๓๑.๕	๓๘.๕
	๕๙	๓๖	มาก	๒๙.๕	๑๘.๐
	๘	๖	มากที่สุด	๔.๐	๓.๐
๒๑) ขณะล้างบาตร ถ้วย ชาม ช้อน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๓๑	๑๖	น้อยที่สุด	๑๕.๕	๘.๐
	๕๖	๗๔	น้อย	๒๘.๐	๓๗.๐
	๗๔	๘๓	ปานกลาง	๓๗.๐	๔๑.๕
	๓๖	๒๖	มาก	๑๘.๐	๑๓.๐
	๓	๑	มากที่สุด	๑.๕	๐.๕

๒๒) ขณะก้ม-เงย ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๔	๒๒	น้อยที่สุด	๑๒.๐	๑๑.๐
	๕๖	๘๐	น้อย	๒๘.๐	๔๐.๐
	๙๒	๖๔	ปานกลาง	๔๖.๐	๓๒.๐
	๒๗	๓๒	มาก	๑๓.๕	๑๖.๐
	๑	๒	มากที่สุด	๐.๕	๑.๐
๒๓) ขณะแลซ้าย-แลขวา ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๕	๒๘	น้อยที่สุด	๑๔.๐	๑๒.๕
	๖๑	๗๐	น้อย	๓๕.๐	๓๐.๕
	๘๔	๖๗	ปานกลาง	๔๒.๕	๓๓.๐
	๒๘	๓๐	มาก	๑๕.๐	๑๔.๐
	๒	๕	มากที่สุด	๒.๕	๑.๐
๒๔) ขณะเปิด-ปิดประตู ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๙	๒๔	น้อยที่สุด	๑๔.๕	๑๒.๐
	๖๖	๖๕	น้อย	๓๓.๐	๓๒.๕
	๖๙	๗๙	ปานกลาง	๓๔.๕	๓๙.๕
	๓๔	๒๕	มาก	๑๗.๐	๑๒.๕
	๒	๗	มากที่สุด	๑.๐	๓.๕
๒๕) ขณะกราบพระ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๑๖	๑๓	น้อยที่สุด	๘.๐	๖.๕
	๕๙	๕๔	น้อย	๒๙.๕	๒๗.๐
	๕๘	๖๖	ปานกลาง	๒๙.๐	๓๓.๐
	๕๗	๕๑	มาก	๒๘.๕	๒๕.๕
	๑๐	๑๖	มากที่สุด	๕.๐	๘.๐
๒๖) ขณะเดินไปมา ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๖	๑๔	น้อยที่สุด	๑๓.๐	๗.๐
	๔๖	๕๘	น้อย	๒๓.๐	๒๙.๐
	๗๘	๗๒	ปานกลาง	๓๙.๐	๓๖.๐
	๔๒	๔๓	มาก	๒๑.๐	๒๑.๕
	๘	๑๓	มากที่สุด	๔.๐	๖.๕
๒๗) ขณะเข้านอน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๓	๒๕	น้อยที่สุด	๑๒.๕	๑๑.๕
	๕๙	๕๓	น้อย	๒๖.๕	๒๙.๕
	๗๓	๘๙	ปานกลาง	๔๔.๕	๓๖.๕
	๓๔	๒๑	มาก	๑๐.๕	๑๗.๐
	๑๑	๑๒	มากที่สุด	๖.๐	๕.๕

๖. ตารางที่ ๗ (๑) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ สัทธินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา) โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติของ นิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

สัทธินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา)	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๑) ในการเดินจงกรม ท่านเดินกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้เดิน เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น	๗ ๓๑ ๔๒ ๕๘ ๖๒	๒ ๔๒ ๕๑ ๖๒ ๔๓	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓.๕ ๑๕.๕ ๒๑.๐ ๒๙.๐ ๓๑.๐	๑.๐ ๒๑.๐ ๒๕.๕ ๓๑.๐ ๒๑.๕
๒) ในการนั่งสมาธิ ท่านนั่งกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้นั่ง เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น	๒ ๔๐ ๔๙ ๕๘ ๖๑	๔ ๔๐ ๔๙ ๖๐ ๔๗	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑.๐ ๑๗.๕ ๒๒.๐ ๒๙.๐ ๓๐.๕	๒.๐ ๒๐.๐ ๒๔.๕ ๓๐.๐ ๒๓.๕
๓) ในการกำหนดอิริยาบถย่อย นอกจากเวลาเดินจงกรมและนั่งสมาธิแล้วท่านกำหนดทุกอย่างตลอดเวลา ไม่มีเวลาว่างเว้นจากการกำหนด ตามที่พระวิปัสสนาจารย์แนะนำ	๑๘ ๕๘ ๗๓ ๔๐ ๑๑	๗ ๖๗ ๖๒ ๕๕ ๙	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๙.๐ ๒๙.๐ ๓๖.๕ ๒๐.๐ ๕.๕	๓.๕ ๓๓.๕ ๓๑.๐ ๒๗.๕ ๔.๕
๔) ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า แม้ชีวิตนี้ ก็มอบถวายแด่พระพุทธองค์ได้	๑๖ ๒๖ ๗๘ ๔๖ ๓๔	๖ ๔๓ ๖๒ ๕๖ ๓๓	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๘.๐ ๑๓.๐ ๓๙.๐ ๒๓.๐ ๑๗.๐	๓.๐ ๒๑.๕ ๓๑.๐ ๒๘.๐ ๑๖.๕
๕) ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระธรรม เพราะเห็นความเกิดดับของรูป หรือสภาพความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งไม่เคยเห็นแบบนี้มาก่อน	๗ ๔๘ ๗๖ ๔๔ ๒๕	๘ ๓๘ ๗๒ ๔๖ ๓๖	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓.๕ ๒๔.๐ ๓๘.๐ ๒๒.๐ ๑๒.๕	๔.๐ ๑๙.๐ ๓๖.๐ ๒๓.๐ ๑๘.๐
๖) ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระอริยสงฆ์ เพราะเห็นพระอริยสงฆ์ เช่น พระโสดาบัน เป็นต้นนั้นมีอยู่จริงอย่างแน่นอน	๒๒ ๒๙ ๖๗ ๔๒ ๔๐	๓ ๓๗ ๗๒ ๕๑ ๓๗	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๑.๐ ๑๔.๕ ๓๓.๕ ๒๑.๐ ๒๐.๐	๑.๕ ๑๘.๕ ๓๖.๐ ๒๕.๕ ๑๘.๕

จากตารางที่ ๗ (๑) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ สัทินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา) โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้ง ๓ รูปแบบ คือ การเดินจงกรม การนั่งสมาธิ และการกำหนดอิริยาบถ ย่อย อยู่ในระดับมากที่สุดร้อยละ (๓๑.๐) ๒๑.๕ ไปอยู่ที่ระดับมากร้อยละ ๓๐.๐ ลดลงจากก่อนการปฏิบัติเนื่องจากได้มีการปรับตัวศรัทธา สำหรับการนั่งสมาธิได้นั่งกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์แนะนำให้นั่งในระดับมากที่สุดร้อยละ (๓๐.๕) ๒๓.๕ ไปอยู่ที่ระดับมากร้อยละ ๓๐.๐ เช่นกัน นอกจากนั้น จัดอยู่ในระดับปานกลาง คือได้เกิดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า ร้อยละ (๓๙.๐) ๓๑.๐ เกิดเลื่อมใสในพระธรรม ร้อยละ (๓๘.๐) ๓๖.๐ และจะเกิดเลื่อมใสในพระอริยสงฆ์ ร้อยละ (๓๓.๕) ๓๖.๐ แต่การกำหนดอิริยาบถย่อยอยู่ในระดับปานกลางลดลงคือร้อยละ (๓๖.๕) ๓๑.๐ ไปอยู่ที่ระดับน้อยร้อยละ (๒๙.๐) ๓๓.๕

๗. ตารางที่ ๗ (๒) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ วิริยอินทรีย์ (วิริยะ) คู่กับ สมาธิอินทรีย์ (สมาธิ) ในรูปแบบของการเดินจงกรม โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

วิริยอินทรีย์ (วิริยะ) คู่กับ สมาธิอินทรีย์ (สมาธิ) ในรูปแบบของการเดินจงกรม	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๗) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดแยกแยะรูปแบบนามออกจากกันได้ คือ เห็นอาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นรูป” และ เห็นอาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นนาม”	๑๖	๕	น้อยที่สุด	๘.๐	๒.๕
	๖๖	๗๒	น้อย	๓๓.๐	๓๖.๐
	๗๐	๖๘	ปานกลาง	๓๕.๐	๓๔.๐
	๓๕	๔๔	มาก	๑๗.๕	๒๒.๐
	๑๓	๑๑	มากที่สุด	๖.๕	๕.๕
๘) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ตัวรู้ก่อนแล้วเท้าจึงเคลื่อนไปตาม”	๒๑	๙	น้อยที่สุด	๑๐.๕	๔.๕
	๔๗	๖๘	น้อย	๒๓.๕	๓๔.๐
	๗๘	๗๐	ปานกลาง	๓๙.๐	๓๕.๐
	๔๗	๔๒	มาก	๒๓.๕	๒๑.๐
	๗	๑๑	มากที่สุด	๓.๕	๕.๕
๙) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “อาการเบาอาการหนักของเท้า มีลักษณะเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป” โดยหยุดยืนกำหนด	๒๓	๘	น้อยที่สุด	๑๑.๕	๔.๐
	๕๒	๘๓	น้อย	๒๖.๐	๔๑.๕
	๘๓	๖๖	ปานกลาง	๔๑.๕	๓๓.๐
	๓๗	๓๗	มาก	๑๘.๕	๑๘.๕
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐
๑๐) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “อาการเบาอาการหนักของเท้าแล้วมีความอึดอ้อมใจ เป็นต้น” โดย	๒๙	๑๕	น้อยที่สุด	๑๔.๕	๗.๕
	๔๗	๗๘	น้อย	๒๓.๕	๓๙.๐

หยุดยีนกำหนด	๘๔ ๓๕ ๕	๗๐ ๓๐ ๗	ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๒.๐ ๑๗.๕ ๒.๕	๓๕.๐ ๑๕.๐ ๓.๕
๑๑) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “แต่ความดับไป หรือหายไป หรือจบไปของอาการเบาอาการหนักของเท้า” โดยหยุดยีนกำหนด	๒๙ ๗๖ ๖๗ ๒๑ ๗	๓๓ ๖๙ ๖๘ ๒๔ ๖	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๔.๕ ๓๘.๐ ๓๓.๕ ๑๐.๕ ๓.๕	๑๖.๕ ๓๔.๕ ๓๔.๐ ๑๒.๐ ๓.๐
๑๒) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความกลัวในรูปนาม” โดยหยุดยีนกำหนด	๔๘ ๘๓ ๔๕ ๒๐ ๔	๔๐ ๘๗ ๔๔ ๒๓ ๖	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๔.๐ ๔๑.๕ ๒๒.๕ ๑๐.๐ ๒.๐	๒๐.๐ ๔๓.๕ ๒๒.๐ ๑๑.๕ ๓.๐
๑๓) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “โทษภัยในการเวียนว่ายตายเกิด” โดยหยุดยีนกำหนด	๕๓ ๗๖ ๕๐ ๙ ๑๒	๔๘ ๖๘ ๖๑ ๑๖ ๗	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๖.๕ ๓๘.๐ ๒๕.๐ ๔.๕ ๖.๐	๒๔.๐ ๓๔.๐ ๓๐.๕ ๘.๐ ๓.๕
๑๔) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่ายในรูปนาม” โดยหยุดยีนกำหนด	๖๕ ๖๓ ๕๐ ๑๘ ๔	๔๔ ๗๑ ๔๙ ๒๘ ๘	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๒.๕ ๓๑.๕ ๒๕.๐ ๙.๐ ๒.๐	๒๒.๐ ๓๕.๕ ๒๔.๕ ๑๔.๐ ๔.๐
๑๕) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะพ้นไปจากรูปนาม” โดยหยุดยีนกำหนด	๖๖ ๖๙ ๔๔ ๑๗ ๔	๕๒ ๗๒ ๔๑ ๓๑ ๔	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๓.๐ ๓๔.๕ ๒๒.๐ ๘.๕ ๒.๐	๒๖.๐ ๓๖.๐ ๒๐.๕ ๑๕.๕ ๒.๐
๑๖) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน” โดยหยุดยีนกำหนด	๖๐ ๖๒ ๕๖ ๑๕ ๗	๔๔ ๗๑ ๕๑ ๒๙ ๕	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๐.๐ ๓๑.๐ ๒๘.๐ ๗.๕ ๓.๕	๒๒.๐ ๕๗.๕ ๒๕.๕ ๑๔.๕ ๒.๕
๑๗) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความวางเฉยหรือใจที่สงบต่อรูปนามอย่างมีทำที่” โดยหยุดยีนกำหนด	๖๙ ๕๓ ๕๐	๔๗ ๗๕ ๕๓	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง	๓๔.๕ ๒๖.๕ ๒๕.๐	๒๓.๕ ๓๗.๕ ๒๖.๕

	๒๘ -	๒๓ ๒	มาก มากที่สุด	๑๔.๐ -	๑๑.๕ ๑.๐
๑๘) ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ขณะทั้ง ๗ ขณะ คือ บริกรรม อุปจาร อนุโลม มรรคญาณ และผล ญาณ ๒ ขณะ อนุโลมญาณ คือ บริกรรม อุปจาร และ อนุโลมทั้ง ๓ ขณะรวมกัน” หรือกำหนด “ขณะทั้ง ๗ ขณะ คือ อุปจาร อนุโลม มรรคญาณ และผลญาณ ๓ ขณะ อนุโลมญาณ คือ บริกรรม อุปจาร และอนุโลม ทั้ง ๒ ขณะรวมกัน” โดยหยุดยืนกำหนด	๘๖ ๕๖ ๕๐ ๘ -	๕๘ ๖๔ ๗๑ ๗ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๓.๐ ๒๘.๐ ๒๕.๐ ๔.๐ -	๒๙.๐ ๓๒.๐ ๓๕.๕ ๓.๕ -
๑๙) ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “นิพพานมาเป็น อารมณ์” โดยหยุดยืนกำหนด	๙๘ ๔๓ ๕๓ ๖ -	๕๑ ๘๓ ๕๖ ๑๐ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๙.๐ ๒๑.๕ ๒๖.๕ ๓.๐ -	๒๕.๕ ๔๑.๕ ๒๘.๐ ๕.๐ -
๒๐) ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ความดับไปทาง อนิจจัง” หรือ “ความดับไปทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับไปทางอนัตตา” โดยหยุดยืนกำหนด	๘๒ ๖๐ ๔๖ ๑๒ -	๔๙ ๘๒ ๖๑ ๘ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๑.๐ ๓๐.๐ ๒๓.๐ ๖.๐ -	๒๔.๕ ๔๑.๐ ๓๐.๕ ๔.๐ -
๒๑) ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ความดับเจียบ ตอนสุดท้าย” โดยหยุดยืนกำหนด	๘๑ ๖๓ ๔๘ ๘ -	๕๕ ๘๖ ๕๑ ๘ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๐.๕ ๓๑.๕ ๒๔.๐ ๔.๐ -	๒๗.๕ ๔๓.๐ ๒๕.๕ ๔.๐ -
๒๒) ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “การหวนกลับ พิจารณาถึงสภาวะที่ตนเข้าสู่ความดับ” โดยหยุดยืน กำหนด	๘๔ ๖๔ ๔๘ ๔ -	๕๙ ๕๖ ๗๗ ๘ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๒.๐ ๓๒.๐ ๒๔.๐ ๒.๐ -	๒๙.๕ ๒๘.๐ ๓๘.๕ ๔.๐ -

๙. ตารางที่ ๗ (๓) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ
สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธากับปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ให้เสมอกัน ใน
รูปแบบการกำหนดทางทวาร ๖ และอิริยาบถย่อยของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดย
เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธา กับปัญญา และวิริยะ กับสมาธิ ให้เสมอกัน ใน รูปแบบการกำหนดทางทวาร ๖ และอริยาบถย่อย	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๒๓) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “การแยก รูปที่เห็น และนามที่รู้เห็นออกจากกัน”	๕๖	๓๔	น้อยที่สุด	๒๘.๐	๑๗.๐
	๗๘	๗๕	น้อย	๓๙.๐	๓๗.๕
	๕๗	๖๗	ปานกลาง	๒๘.๕	๓๓.๕
	๔	๑๘	มาก	๒.๐	๙.๐
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐
๒๔) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “รูปที่เห็น เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดนามที่รู้”	๕๓	๓๕	น้อยที่สุด	๒๖.๕	๑๗.๕
	๗๑	๖๖	น้อย	๓๕.๕	๓๓.๐
	๕๗	๗๕	ปานกลาง	๒๘.๕	๓๗.๕
	๑๕	๒๐	มาก	๗.๕	๑๐.๐
	๔	๔	มากที่สุด	๒.๐	๒.๐
๒๕) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความ เกิด-ความดับ”	๕๗	๓๒	น้อยที่สุด	๒๘.๕	๑๖.๐
	๖๐	๘๗	น้อย	๓๐.๐	๔๓.๕
	๕๘	๗๐	ปานกลาง	๒๙.๐	๓๕.๐
	๑๗	๕	มาก	๘.๕	๒.๕
	๘	๖	มากที่สุด	๔.๐	๓.๐
๒๖) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความวาง เฉย เป็นต้น”	๕๙	๔๐	น้อยที่สุด	๒๙.๕	๒๐.๐
	๕๖	๗๐	น้อย	๒๘.๐	๓๕.๐
	๖๐	๗๓	ปานกลาง	๓๐.๐	๓๖.๕
	๒๓	๑๑	มาก	๑๑.๕	๕.๕
	๒	๖	มากที่สุด	๑.๐	๓.๐
๒๗) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความดับ ไปอย่างเดียวของความวางเฉย เป็นต้น”	๖๑	๔๐	น้อยที่สุด	๓๐.๕	๒๐.๐
	๗๐	๗๕	น้อย	๓๕.๐	๓๗.๕
	๔๖	๗๑	ปานกลาง	๒๓.๐	๓๕.๕
	๑๘	๘	มาก	๙.๐	๔.๐
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐
๒๘) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความน่า กลัวในการเวียนว่ายตายเกิด”	๖๖	๔๑	น้อยที่สุด	๓๓.๐	๒๐.๕
	๖๒	๗๘	น้อย	๓๑.๐	๓๙.๐
	๔๔	๕๗	ปานกลาง	๒๒.๐	๒๘.๕
	๒๓	๑๘	มาก	๑๑.๕	๙.๐
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐

๒๙) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านสามารถกำหนดเห็น “โทษภัยในการเวียนว่ายตายเกิด”	๖๒	๔๑	น้อยที่สุด	๓๑.๐	๒๐.๕
	๕๖	๘๖	น้อย	๒๘.๐	๔๓.๐
	๔๖	๔๙	ปานกลาง	๒๓.๐	๒๔.๕
	๓๐	๑๘	มาก	๑๕.๐	๙.๐
	๖	๖	มากที่สุด	๓.๐	๓.๐
๓๐) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่ายในการเวียนว่ายตายเกิด”	๕๘	๔๑	น้อยที่สุด	๒๙.๐	๒๐.๕
	๔๙	๗๗	น้อย	๒๔.๕	๓๘.๕
	๕๗	๕๗	ปานกลาง	๒๘.๕	๒๘.๕
	๓๐	๒๐	มาก	๑๕.๐	๑๐.๐
	๖	๕	มากที่สุด	๓.๐	๒.๕
๓๑) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะพ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิด”	๕๔	๔๑	น้อยที่สุด	๒๗.๐	๒๐.๕
	๕๒	๗๓	น้อย	๒๖.๐	๓๖.๕
	๖๑	๕๔	ปานกลาง	๓๐.๕	๒๗.๐
	๒๑	๒๖	มาก	๑๐.๕	๑๓.๐
	๑๒	๖	มากที่สุด	๖.๐	๓.๐
๓๒) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน”	๖๖	๓๕	น้อยที่สุด	๓๓.๐	๑๗.๕
	๕๙	๗๗	น้อย	๒๙.๕	๓๘.๕
	๓๘	๕๔	ปานกลาง	๑๙.๐	๒๗.๐
	๒๖	๒๘	มาก	๑๓.๐	๑๔.๐
	๑๑	๖	มากที่สุด	๕.๕	๓.๐
๓๓) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความวางเฉยหรือใจที่สงบต่อรูปนาม”	๗๔	๓๙	น้อยที่สุด	๓๗.๐	๑๙.๕
	๖๑	๙๓	น้อย	๓๐.๕	๔๖.๕
	๔๐	๔๔	ปานกลาง	๒๐.๐	๒๒.๐
	๒๕	๒๓	มาก	๑๒.๕	๑๑.๕
	-	๑	มากที่สุด	-	๐.๕
๓๔) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ขณะทั้ง ๗ ขณะ คือ บริกรรม อุปจาร อนุโลม มรรคญาณ และผลญาณ ๒ ขณะ อนุโลมญาณ คือ บริกรรม อุปจาร และอนุโลมทั้ง ๓ ขณะรวมกัน” หรือกำหนด “ขณะทั้ง ๗ ขณะ คือ อุปจาร อนุโลม มรรคญาณ และผลญาณ ๓ ขณะ อนุโลมญาณ คือ บริกรรม อุปจาร และอนุโลมทั้ง ๒ ขณะรวมกัน” ได้	๘๕	๕๑	น้อยที่สุด	๔๒.๕	๒๕.๕
	๕๖	๗๒	น้อย	๒๘.๐	๓๖.๐
	๔๐	๖๗	ปานกลาง	๒๐.๐	๓๓.๕
	๑๙	๑๐	มาก	๙.๕	๕.๐
	-	-	มากที่สุด	-	-
๓๕) ต่อจากการกำหนดข้างต้นนี้ ท่านกำหนด “พระ	๙๗	๕๖	น้อยที่สุด	๔๘.๕	๒๘.๐

นิพพานเป็นอารมณ์”	๕๙	๘๖	น้อย	๒๙.๕	๔๓.๐
	๓๔	๔๘	ปานกลาง	๑๗.๐	๒๔.๐
	๑๐	๑๐	มาก	๕.๐	๕.๐
	-	-	มากที่สุด	-	-
๓๖) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับไปทางอนิจจัง” หรือ “ความดับไปทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับไปทางอนัตตา”	๘๖	๕๖	น้อยที่สุด	๔๓.๐	๒๘.๐
	๕๘	๘๕	น้อย	๒๙.๐	๔๒.๕
	๔๕	๔๗	ปานกลาง	๒๒.๕	๒๓.๕
	๑๐	๑๒	มาก	๕.๐	๖.๐
	-	-	มากที่สุด	-	-
๓๗) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบตอนสุดท้าย”	๘๔	๕๘	น้อยที่สุด	๔๒.๐	๒๙.๐
	๕๙	๘๓	น้อย	๒๙.๕	๔๑.๕
	๔๕	๔๔	ปานกลาง	๒๒.๕	๒๒.๐
	๑๒	๑๕	มาก	๖.๐	๗.๕
	-	-	มากที่สุด	-	-
๓๘) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “การหวนกลับพิจารณาถึงสภาวะที่ตนเข้าสู่ความดับดังกล่าวข้างต้น”	๗๙	๕๓	น้อยที่สุด	๓๙.๕	๒๖.๕
	๗๒	๘๓	น้อย	๓๖.๐	๔๑.๕
	๔๔	๔๗	ปานกลาง	๒๒.๐	๒๓.๕
	๕	๑๗	มาก	๒.๕	๘.๕
	-	-	มากที่สุด	-	-

๑๐. ตารางที่ ๗ (๔) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ สมานินทรีย์ (สมาธิ) คู่กับวิริยอินทรีย์ (วิริยะ) ในรูปแบบการนั่งสมาธิของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

สมานินทรีย์ (สมาธิ) คู่กับวิริยอินทรีย์ (วิริยะ) ในรูปแบบของการนั่งสมาธิ	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๓๙) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบ กับ ใจที่รู้อาการพอง-ยุบนั่นเป็นคนละอย่างกัน”	๓๘	๒๓	น้อยที่สุด	๑๙.๐	๑๑.๕
	๖๔	๗๒	น้อย	๓๒.๐	๓๖.๐
	๖๓	๖๔	ปานกลาง	๓๑.๕	๓๒.๐
	๒๖	๓๔	มาก	๑๓.๐	๑๗.๐
	๙	๗	มากที่สุด	๔.๕	๓.๕
๔๐) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบเกิดขึ้นก่อน ใจจึงตามไปรู้ทีหลัง”	๓๕	๑๘	น้อยที่สุด	๑๗.๕	๙.๐
	๕๖	๖๗	น้อย	๒๘.๐	๓๓.๕

	๗๙ ๒๔ ๖	๖๓ ๔๑ ๑๑	ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๙.๕ ๑๒.๐ ๓.๐	๓๑.๕ ๒๐.๕ ๕.๕
๔๑) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบ หายไป แต่หายไปไม่หมด ยังเหลืออยู่เห็นได้ชัดเจน”	๔๐ ๖๗ ๕๘ ๓๒ ๓	๒๐ ๖๘ ๖๗ ๓๕ ๑๐	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๐.๐ ๓๓.๕ ๒๙.๐ ๑๖.๐ ๑.๕	๑๐.๐ ๓๔.๐ ๓๓.๕ ๑๗.๕ ๕.๐
๔๒) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “พอง-ยุบเกิดดับ เร็ว” หรือแสงสว่างมากมายเต็มไปหมด หรือตัวเบา เป็นต้น”	๕๓ ๕๘ ๕๗ ๒๗ ๕	๓๔ ๖๔ ๗๒ ๑๙ ๑๑	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๖.๕ ๒๙.๐ ๒๘.๕ ๑๓.๕ ๒.๕	๑๗.๐ ๓๒.๐ ๓๖.๐ ๙.๕ ๕.๕
๔๓) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “พอง-ยุบหายไป อย่างเดียว”	๓๗ ๗๔ ๖๑ ๒๒ ๖	๓๓ ๗๖ ๖๑ ๒๖ ๔	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๘.๕ ๓๗.๐ ๓๐.๕ ๑๑.๐ ๓.๐	๑๖.๕ ๓๘.๐ ๓๐.๕ ๑๓.๐ ๒.๐
๔๔) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบหายไป หมด “เกิดความกลัว”	๕๔ ๘๐ ๕๑ ๑๒ ๓	๓๘ ๗๐ ๖๒ ๒๑ ๙	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๗.๐ ๔๐.๐ ๒๕.๕ ๖.๐ ๑.๕	๑๙.๐ ๓๕.๐ ๓๑.๐ ๑๐.๕ ๔.๕
๔๕) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “แต่ของไม่ดี หรือไม่เห็นอะไร มีแต่หายไปๆ เห็นแต่รูปนามเป็น โทษ”	๕๓ ๗๙ ๕๗ ๗ ๔	๔๐ ๘๓ ๕๔ ๑๙ ๔	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๖.๕ ๓๙.๕ ๒๘.๕ ๓.๕ ๒.๐	๒๐.๐ ๔๑.๕ ๒๗.๐ ๙.๕ ๒.๐
๔๖) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดสังขารรูปนามได้เป็น อย่างดี “แต่รู้สึกใจแห้งแล้ง หรือรู้สึกเบื่อ ๆ”	๔๖ ๘๒ ๕๒ ๑๔ ๖	๕๐ ๕๙ ๖๑ ๒๐ ๑๐	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๓.๐ ๔๑.๐ ๒๖.๐ ๗.๐ ๓.๐	๒๕.๐ ๒๙.๕ ๓๐.๕ ๑๐.๐ ๕.๐
๔๗) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ จะมีอาการคัน เหมือนมีแมลงมาไต่ หรืออยากจะออกจากสังสารวัฏ	๔๖ ๖๕	๔๓ ๖๘	น้อยที่สุด น้อย	๒๓.๐ ๓๒.๕	๒๑.๕ ๓๔.๐

ไม่อยากจะรู้ปนามอีก	๖๕ ๑๙ ๕	๖๔ ๒๓ ๒	ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๒.๕ ๙.๕ ๒.๕	๓๒.๐ ๑๑.๕ ๑.๐
๔๘) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ การกำหนดไม่ค่อยสะดวกบางที่ต้องพยายามจนเหนื่อยและอ่อนเพลีย ถึงจะพยายามก็ไม่ทันปัจจุบัน	๔๓ ๖๑ ๗๒ ๒๑ ๓	๓๕ ๗๓ ๗๐ ๑๗ ๕	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๑.๕ ๓๐.๕ ๓๖.๐ ๑๐.๕ ๑.๕	๑๗.๕ ๓๖.๕ ๓๕.๐ ๘.๕ ๒.๕
๔๙) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ จะกำหนดได้คล่องแคล่ว ใจสงบเงียบ ไม่มีเวทนา	๓๒ ๖๒ ๘๓ ๒๓ -	๒๑ ๕๘ ๘๐ ๓๙ ๒	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๖.๐ ๓๑.๐ ๔๑.๕ ๑๑.๕ -	๑๐.๕ ๒๙.๐ ๔๐.๐ ๑๘.๕ ๑.๐
๕๐) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ เมื่อกำหนดไม่ทัน จะกำหนดรู้หนอ กำหนดช้าลงเป็นธรรมดาอีก จะมีอาการเร็วขึ้นๆ	๓๕ ๔๘ ๙๖ ๒๑ -	๓๑ ๕๘ ๘๒ ๒๙ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๗.๕ ๒๔.๐ ๔๘.๐ ๑๐.๕ -	๑๕.๕ ๒๙.๐ ๔๑.๐ ๑๔.๕ -
๕๑) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ ปรกกรรม อุปจารอนุโลมได้เกิดขึ้น ดับเจียบไปตอนแรกเป็นอารมณ์	๕๘ ๕๖ ๖๗ ๑๙ -	๔๙ ๕๘ ๗๗ ๑๖ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๙.๐ ๒๘.๐ ๓๓.๕ ๙.๕ -	๒๔.๕ ๒๙.๐ ๓๘.๕ ๘.๐ -
๕๒) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ ย่อมเห็นรูปนามแสดงโดยความเป็นทุกข์แล้วเข้าสู่มรรค ดับเจียบตอนกลาง มีนิพพานเป็นอารมณ์	๗๐ ๗๒ ๕๖ ๒ -	๔๙ ๙๔ ๔๓ ๑๔ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๕.๐ ๓๖.๐ ๒๘.๐ ๑.๐ -	๒๔.๕ ๔๗.๐ ๒๑.๕ ๗.๐ -
๕๓) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ ดับเจียบตอนสุดท้าย มีนิพพานเป็นอารมณ์	๘๕ ๖๗ ๔๔ ๔ -	๕๙ ๗๘ ๔๘ ๑๕ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๒.๕ ๓๓.๕ ๒๒.๐ ๒.๐ -	๒๙.๕ ๓๙.๐ ๒๔.๐ ๗.๕ -
๕๔) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ พิจารณาเห็นกิเลสที่ละได้แล้ว และกิเลสที่ยังเหลืออยู่	๘๑ ๕๗	๕๗ ๘๒	น้อยที่สุด น้อย	๔๐.๕ ๒๘.๕	๒๘.๕ ๔๑.๐

	๔๘	๔๕	ปานกลาง	๒๔.๐	๒๒.๕
	๑๔	๑๖	มาก	๗.๐	๘.๐
	-	-	มากที่สุด	-	-

๑๑. ผลการการเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

ตารางที่ ๘ (๑) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ ๔ มาตรการย่อยก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
KNO๑	๔๒.๙๑๑	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๐๙๐๐	๒.๙๔๘๐	๓.๒๓๒๐
KNO๒	๔๓.๙๗๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๙๐๐	๒.๘๕๕๙	๓.๑๒๔๑
KNO๓	๓๔.๓๖๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๑๐๐	๒.๔๖๐๒	๒.๗๕๙๘
KNO๔	๓๕.๘๔๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๕๐๐	๒.๕๐๔๒	๒.๗๙๕๘
UND๑	๔๕.๖๐๒	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๒๐๕๐	๓.๐๖๖๔	๓.๓๔๓๖
UND๒	๔๖.๘๑๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๕๕๐	๒.๘๓๐๕	๓.๐๗๙๕
UND๓	๔๓.๒๘๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๖๕๐	๒.๘๒๙๙	๓.๑๐๐๑
UND๔	๔๓.๙๓๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๕๐๐	๒.๗๒๒๑	๒.๙๗๗๙

๑๒. ตารางที่ ๘ (๒) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ ๘ มาตรการย่อยก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐				
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference

					Lower	Upper
KNO๕	๔๔.๙๕๖	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๐๔๕๐	๒.๙๑๑๔	๓.๑๗๘๖
KNO๖	๒๕.๘๗๖	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๑๔๐๐	๒.๙๐๐๗	๓.๓๗๙๓
KNO๗	๓๘.๕๑๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๖๕๐	๒.๕๒๘๖	๒.๘๐๑๔
KNO๘	๔๑.๙๓๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๐๕๐	๒.๕๗๗๘	๒.๘๓๒๒
UND๕	๕๐.๗๔๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๒๑๕๐	๓.๐๙๐๑	๓.๓๓๙๙
UND๖	๕๓.๑๐๓	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๐๗๐๐	๒.๙๕๖๐	๓.๑๘๔๐
UND๗	๔๗.๐๓๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๙๕๐	๒.๗๗๓๖	๓.๐๑๖๔
UND๘	๔๐.๘๗๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๕๐๐	๒.๗๑๒๕	๒.๙๘๗๕

ตารางที่ ๘ (๓) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ ๖ มาตรการก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
KNO๙	๔๑.๗๘๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๐๕๐	๒.๖๗๒๖	๒.๙๓๗๔
KNO๑๐	๓๙.๕๑๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๘๕๐	๒.๖๕๖๐	๒.๙๑๔๐
KNO๑๑	๓๖.๐๕๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๑๕๐	๒.๔๗๒๐	๒.๗๕๘๐
KNO๑๒	๓๙.๐๙๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๐๐๐	๒.๔๖๘๙	๒.๗๓๑๑
KNO๑๓	๔๐.๓๒๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๖๐๐	๒.๖๒๕๐	๒.๘๙๕๐
KNO๑๔	๓๕.๗๐๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๖๐๐	๒.๕๑๓๑	๒.๘๐๖๙
UND๙	๔๒.๖๔๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๑๐๐	๒.๖๘๐๑	๒.๙๓๙๙
UND๑๐	๔๒.๑๓๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๔๕๐	๒.๘๐๗๒	๓.๐๘๒๘
UND๑๑	๓๘.๗๑๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๕๕๐	๒.๕๑๙๘	๒.๗๙๐๒
UND๑๒	๓๙.๔๖๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๕๐๐	๒.๕๑๗๖	๒.๗๘๒๔
UND๑๓	๔๒.๑๙๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๑๕๐	๒.๕๘๘๑	๒.๘๔๑๙
UND๑๔	๓๖.๕๑๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๐๐๐	๒.๖๔๘๘	๒.๙๕๑๒

๑๓. ตารางที่ ๘ (๔) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ ๑๓ มาตรการย่อยก่อน และหลังการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
KNO๑๕	๓๘.๔๙๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๗๐๐	๒.๓๔๓๕	๒.๕๙๖๕
KNO๑๖	๓๗.๕๒๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๐๕๐	๒.๔๖๘๑	๒.๗๔๑๙
KNO๑๗	๓๙.๖๘๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๙๕๐	๒.๔๖๖๐	๒.๗๒๔๐
KNO๑๘	๓๗.๗๑๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๔๕๐	๒.๕๐๖๗	๒.๗๘๓๓
KNO๑๙	๓๗.๙๕๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๐๕๐	๒.๗๕๔๑	๓.๐๕๕๙
KNO๒๐	๓๘.๔๑๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๑๐๐	๒.๗๖๐๖	๓.๐๕๙๔
KNO๒๑	๓๗.๐๔๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๒๐๐	๒.๔๘๐๕	๒.๗๕๙๕
KNO๒๒	๓๙.๒๕๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๖๐๐	๒.๔๓๑๔	๒.๖๘๘๖
KNO๒๓	๓๖.๗๑๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๗๐๐	๒.๔๓๒๐	๒.๗๐๘๐
KNO๒๔	๓๗.๔๙๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๗๐๐	๒.๔๓๔๘	๒.๗๐๕๒
KNO๒๕	๓๙.๔๙๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๓๐๐	๒.๗๘๓๗	๓.๐๗๖๓
KNO๒๖	๓๘.๐๐๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๐๐๐	๒.๖๕๔๗	๒.๙๔๕๓
KNO๒๗	๓๗.๓๑๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๕๕๐	๒.๖๐๙๔	๒.๙๐๐๖
UND๑๕	๓๙.๖๗๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๗๐๐	๒.๕๓๗๓	๒.๘๐๒๗
UND๑๖	๔๐.๗๓๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๔๕๐	๒.๕๑๗๐	๒.๗๗๓๐
UND๑๗	๔๑.๗๔๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๔๕๐	๒.๕๒๐๐	๒.๗๗๐๐
UND๑๘	๓๙.๘๕๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๑๕๐	๒.๔๘๕๖	๒.๗๔๔๔
UND๑๙	๓๙.๕๓๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๗๐๐	๒.๖๓๑๘	๒.๙๐๘๒
UND๒๐	๓๙.๙๐๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๓๕๐	๒.๕๙๙๘	๒.๘๗๐๒
UND๒๑	๔๔.๓๙๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๑๐๐	๒.๔๘๔๑	๒.๗๒๕๙
UND๒๒	๔๒.๐๘๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๒๕๐	๒.๕๐๒๐	๒.๗๔๘๐
UND๒๓	๔๐.๓๖๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๐๕๐	๒.๔๗๗๗	๒.๗๓๒๓

UND๒๔	๓๘.๔๐๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๓๐๐	๒.๔๙๕๐	๒.๗๖๕๐
UND๒๕	๔๐.๔๖๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๐๑๕๐	๒.๘๖๘๑	๓.๑๖๑๙
UND๒๖	๔๐.๓๖๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๑๕๐	๒.๗๗๒๖	๓.๐๕๗๔
UND๒๗	๓๗.๗๔๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๑๐๐	๒.๕๖๘๔	๒.๘๕๑๖

๑๔. ตารางที่ ๘ (๕) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินสหสัมพันธ์กับปัญญานิเทศที่เกี่ยวกับ ๖ มาตรการก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
EAG๑	๔๔.๖๔๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๖๘๕๐	๓.๕๒๒๒	๓.๘๔๗๘
EAG๒	๔๗.๑๖๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๗๐๕๐	๓.๕๕๐๑	๓.๘๕๙๙
EAG๓	๓๑.๓๔๓	๑๙๙	.๐๐๐	๑.๖๙๕๐	๑.๕๘๘๔	๑.๘๐๑๖
EAG๔	๔๐.๘๗๒	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๒๘๐๐	๓.๑๒๑๗	๓.๔๓๘๓
EAG๕	๔๓.๐๐๖	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๑๖๐๐	๓.๐๑๕๑	๓.๓๐๔๙
EAG๖	๓๖.๙๔๘	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๒๔๕๐	๓.๐๗๑๘	๓.๔๑๘๒
UNDO๑	๔๕.๙๗๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๕๑๐๐	๓.๓๕๙๔	๓.๖๖๐๖
UNDO๒	๔๔.๗๓๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๕๓๐๐	๓.๓๗๔๔	๓.๖๘๕๖
UNDO๓	๔๓.๓๓๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๖๐๐	๒.๘๒๕๓	๓.๐๙๔๗
UNDO๔	๔๓.๖๒๙	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๓๓๕๐	๓.๑๘๔๓	๓.๔๘๕๗
UNDO๕	๔๒.๗๙๗	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๓๒๐๐	๓.๑๖๗๐	๓.๔๗๓๐
UNDO๖	๔๖.๔๖๓	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๔๑๐๐	๓.๒๖๕๓	๓.๕๕๔๗

๑๕. ตารางที่ ๘ (๖) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินวิริยนิเทศกับสมาธิที่เกี่ยวกับ ๑๖ มาตรการก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐				
	t	df	Sig. (๒-	Mean	๙๕% Confidence

๑๕						
UNDO	๓๑.๙๙๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๐๐๐	๒.๒๕๒๑	๒.๕๕๗๙
๑๖						
UNDO	๓๒.๒๘๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๐๐๐	๒.๑๕๙๕	๒.๔๔๐๕
๑๗						
UNDO	๓๓.๕๓๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๔๕๐	๒.๐๑๘๙	๒.๒๗๑๑
๑๘						
UNDO	๓๔.๘๕๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๓๐๐	๒.๐๐๙๕	๒.๒๕๐๕
๑๙						
UNDO	๓๕.๘๑๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๔๕๐	๒.๐๒๖๙	๒.๒๖๓๑
๒๐						
UNDO	๓๓.๕๙๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๐๗๕๐	๑.๙๕๓๒	๒.๑๘๖๘
๒๑						
UNDO	๓๐.๘๖๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๕๐๐	๒.๑๐๖๒	๒.๓๙๓๘
๒๒						

๑๖. ตารางที่ ๘ (๓) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินสตินทรีย์สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธา กับปัญญา และ วิริยะ กับสมาธิ ให้เสมอกัน ที่เกี่ยวกับ ๑๖ มาตรการย่อยก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
EAG๒๓	๓๒.๓๓๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๒๐๐	๑.๙๙๐๗	๒.๒๔๙๓
EAG๒๔	๓๑.๘๒๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๓๐๐	๒.๐๙๑๘	๒.๓๖๘๒
EAG๒๕	๒๙.๗๐๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๙๕๐	๒.๑๔๒๖	๒.๔๔๗๔
EAG๒๖	๓๐.๘๒๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๖๕๐	๒.๑๒๐๑	๒.๔๐๙๙
EAG๒๗	๒๙.๔๘๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๘๐๐	๒.๐๓๔๒	๒.๓๒๕๘
EAG๒๘	๒๘.๓๐๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๙๕๐	๒.๐๔๒๑	๒.๓๔๗๙
EAG๒๙	๒๘.๔๒๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๑๐๐	๒.๑๔๙๘	๒.๔๗๐๒
EAG๓๐	๒๙.๕๔๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๘๕๐	๒.๒๒๕๘	๒.๕๔๔๒

[illegible]

๓๖						
UNDO	๓๐.๕๗๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๑๐๐	๑.๙๗๓๙	๒.๒๔๖๑
๓๗						
UNDO	๓๑.๒๒๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๗๐๐	๒.๐๓๓๐	๒.๓๐๗๐
๓๘						

๑๗. ตารางที่ ๘ (๘) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินสมมติฐานทรีย์ กับ วิริยนิทรีย์ (สมมติกับวิริยะ) ให้เหมือนกัน ที่เกี่ยวกับ ๑๖ มาตร้อยก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
EAG๓๙	๓๓.๐๑๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๒๐๐	๒.๓๖๙๕	๒.๖๗๐๕
EAG๔๐	๓๕.๖๖๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๕๐๐	๒.๔๐๙๐	๒.๖๙๑๐
EAG๔๑	๓๓.๖๗๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๕๕๐	๒.๓๑๑๒	๒.๕๙๘๘
EAG๔๒	๓๐.๖๙๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๖๕๐	๒.๒๑๓๐	๒.๕๑๗๐
EAG๔๓	๓๔.๐๒๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๓๐๐	๒.๒๘๙๒	๒.๕๗๐๘
EAG๔๔	๓๒.๓๗๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๕๐๐	๒.๐๑๙๑	๒.๒๘๐๙
EAG๔๕	๓๒.๙๔๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๕๐๐	๒.๐๒๑๓	๒.๒๗๘๗
EAG๔๖	๓๐.๔๕๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๐๕๐	๒.๒๔๙๓	๒.๕๖๐๗
EAG๔๗	๓๒.๗๙๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๖๐๐	๒.๒๑๘๑	๒.๕๐๑๙
EAG๔๘	๓๔.๓๗๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๐๐๐	๒.๒๖๒๓	๒.๕๓๗๗
EAG๔๙	๑๐.๗๓๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๓๐๕๐	๒.๖๙๗๙	๓.๙๑๒๑
EAG๕๐	๓๕.๘๗๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๙๕๐	๒.๔๕๒๔	๒.๗๓๗๖
EAG๕๑	๓๑.๔๖๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๕๐๐	๒.๑๐๙๐	๒.๓๙๑๐
EAG๕๒	๓๓.๖๖๙	๑๙๙	.๐๐๐	๑.๙๕๐๐	๑.๘๓๕๘	๒.๐๖๔๒
EAG๕๓	๓๐.๙๘๙	๑๙๙	.๐๐๐	๑.๘๓๕๐	๑.๗๑๘๒	๑.๙๕๑๘

[illegible]

ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิท่านที่ ๑

ชื่อ-ฉายา / นามสกุล	พระราชสิทธิมนี, วิ., ดร. (บุญชิต ญาณสัโร/สุตโปรง)
วัน เดือน ปี เกิด	วันที่ ๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๐๓
สถานที่เกิด	ตำบลบึงเนียม อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
บรรพชา-อุปสมบท	- เมื่อวันที่ ๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๐ ณ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ โดยมีพระธรรมปัญญาบดี (สวสดี กิตติสาโร ป.ธ. ๕) เป็นพระอุปัชฌาย์ - เมื่อวันที่ ๑๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๖ ณ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ โดยมีสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาสภมหาเถระ ป.ธ. ๕) เป็นพระอุปัชฌาย์
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. ๒๕๑๓ สำเร็จชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ โรงเรียนบ้านบึงเนียม จ.ขอนแก่น พ.ศ. ๒๕๑๗ สอบไล่ได้นักธรรมเอก วัดดงมาราม สำนักเรียน จ.ขอนแก่น พ.ศ. ๒๕๒๘ ปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยม) สาขาวิชาศาสนา ปรัชญา คณะพุทธศาสตร์ ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๑เปรียญธรรม ๙ ประโยค วัดมหาธาตุฯ พ.ศ. ๒๕๓๔ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท อักษรศาสตรมหาบัณฑิต (อ.ม.) สาขาศาสนาศาสนาเปรียบเทียบ มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. ๒๕๕๔ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาเอก พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พร.ด.) สาขาวิชาพระพุทธศาสนา หลักสูตรนานาชาติ (International Program) ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ประวัติการทำงาน	- ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารมหลวงวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ คณะ ๓ - เจ้าคณะเขตพญาไท - พระอุปัชฌาย์วิสามัญ - พระวิปัสสนาจารย์ สอนวิปัสสนากรรมฐาน วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ - พระวิปัสสนาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย ระดับปริญญาโท - ปริญญาเอก ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมสังฆาธิการ - พระวิปัสสนาจารย์ บรรยายธรรม และสอนให้กับ ยุวพุทธิกสมาคมฯ - พระวิปัสสนาจารย์/วิทยากรบรรยายตามสถานที่ และสถานศึกษาต่างๆ ตามที่ได้รับอาราธนา - อาจารย์บรรยายวิชาธรรมะภาคปฏิบัติแก่นิสิตระดับปริญญาตรี ทุกคน - อาจารย์บรรยายวิชาวิปัสสนากรรมฐานแก่นิสิตระดับปริญญาเอก - อาจารย์ควบคุมวิทยานิพนธ์ และสอบสารนิพนธ์ วิทยานิพนธ์นิตยระดับปริญญาเอก
การปฏิบัติกรรมฐาน	- ศึกษาแนวทางปฏิบัติวิปัสสนากัมปฏฐานตามแนวมหาสติปัฏฐาน โดยมี

	พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. ๙) เมื่อครั้งดำรงสมณศักดิ์เป็นพระเทพสิทธิมนี
	- มีพระอาจารย์ ดร. พระภัททันตะอาสภเถระ อัครมหาภิกษุปัญญานาจริยะ เป็นอาจารย์ผู้บอกกัมมัฏฐาน
ความเชี่ยวชาญพิเศษ	- วิปัสสนาธุระ - อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์ ภาควิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร คณะ ๓ แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐

ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิท่านที่ ๒

ชื่อ-ฉายา / นามสกุล	พระสมภาร สมภาโร (ทวีรัตน์), ผู้ช่วยศาสตราจารย์
วัน เดือน ปี เกิด	วันอังคารที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๔๙๑
สถานที่เกิด	จังหวัดสมุทรปราการ
บรรพชา-อุปสมบท	
ประวัติการศึกษา	- นักธรรมเอก วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ - ป.กศ. (ชั้นสูง) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - ปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) สาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท อักษรศาสตรมหาบัณฑิต (อ.ม.) สาขาศาสนาศาสนาเปรียบเทียบ มหาวิทยาลัยมหิดล
ประวัติการทำงาน	- พระวิปัสสนาจารย์ สอนวิปัสสนากรรมฐาน วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ - ประธานพระวิปัสสนาจารย์ โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานบัณฑิตวิทยาลัยระดับปริญญาโท ปริญญาเอก ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมสังฆาธิการ - พระวิปัสสนาจารย์ บรรยายธรรม และสอนให้กับสำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ยุวพุทธิกสมาคมฯ - พระวิปัสสนาจารย์/วิทยากรบรรยายตามสถานที่ และสถานศึกษาของรัฐบาล เอกชน และอื่นๆ ตามที่ได้รับอาราธนา - อาจารย์บรรยายวิชาธรรมะภาคปฏิบัติแก่นิสิตระดับปริญญาตรี ทุกคณะ - อาจารย์บรรยายวิชากรรมฐานแก่นิสิตระดับปริญญาโท ทุกคณะ - อาจารย์ควบคุมวิทยานิพนธ์นิสิตระดับปริญญาโท และสอบสารนิพนธ์นิสิตระดับปริญญาเอก

การปฏิบัติกรรมฐาน	- เข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยมีพระอาจารย์ ดร. พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากรรมฐานาจารย์ เป็น พระวิปัสสนาจารย์ใหญ่คอยควบคุมดูแลการส่งและสอบอารมณ์อย่าง เข้มข้นเป็น ๓ ปี ณ สำนักวิเวกอาศรม จ.ชลบุรี
ความเชี่ยวชาญพิเศษ	- วิปัสสนาธุระ - ผู้ชำนาญการพิเศษ เป็นผู้ช่วยศาสตราจารย์ด้านวิปัสสนากัมมัฏฐาน ประจำคณะพุทธศาสตร์ ภาควิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร คณะ ๕ แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐

ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิท่านที่ ๓

ชื่อ-ฉายา / นามสกุล	พระครูภาวนาวราลังการ, วิ. (สมศักดิ์ โสรโท/วิสัย)
วัน เดือน ปี เกิด	เมื่อวันที่ ๒๙ ตุลาคม ๒๕๐๖
สถานที่เกิด	บ้านเลขที่ ๒๘ หมู่ที่ ๗ ตำบลหนองไผ่งาม อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์
บรรพชา-อุปสมบท	วันที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๒๗ ณ วัดโคน โดยมีพระครูบริหารกิจโกศล เป็น พระอุปัชฌาย์ พระครูประสิทธิ์ชัยวัฒน์และพระภูมิ โอภาโส เป็นพระคู่สวด
ประวัติการศึกษา	- นักธรรมเอก สนามหลวง - ปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.เกียรตินิยม) คณะพุทธศาสตร์ - มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ประวัติการทำงาน	- เป็นผู้ช่วยพระอาจารย์ใหญ่ฯ เป็นพระวิปัสสนาจารย์ประจำสำนัก วิปัสสนาวิเวกอาศรม ประมาณ ๓ ปี ๖ เดือน - เป็นพระธรรมทูตสายต่างประเทศเดินทางไปเผยแผ่วิปัสสนากรรมฐาน ณ ประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นเวลา ๒ ปี - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมสังฆาธิการ - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมแก่พระนิสิต จากมหาวิทยาลัยมหา จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - เป็นวิทยากรผู้ให้การอบรมวิปัสสนากรรมฐานแก่ผู้สนใจทั่วไป - เป็นเจ้าอาวาสวัดภัททันตะอาสภาราม - เป็นเจ้าสำนักวิปัสสนา สมมิตร-ปราณี - เป็นรองพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนากรรมฐาน
การปฏิบัติกรรมฐาน	เข้าปฏิบัติสมถะ-วิปัสสนากรรมฐานในลักษณะไม่ต่อเนื่อง ๙ ปี เฉพาะการ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ (พอง-ยุบ) แบบจริงจัง ต่อเนื่อง ๑ ปี พระอาจารย์ผู้ให้กรรมฐานและสอบอารมณ์ ก็คือพระ

อาจารย์ ดร. พระภัทน์ตะอาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุฐานาจริยะ พระ
 อาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ
 ความเชี่ยวชาญพิเศษ วิปัสสนาธุระ
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน วัดภัทน์ตะอาสภาราม ตำบลหนองไผ่แก้ว อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิท่านที่ ๔

ชื่อ / นามสกุล ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ. จำลอง ดิษยวณิช
 วัน เดือน ปี เกิด
 สถานที่เกิด เชียงใหม่
 ประวัติการศึกษา พ.บ., M.S., M.D. (Psychiatry) สหรัฐอเมริกา
 ประวัติการทำงาน
 - เป็นวิทยากรบรรยายพิเศษเรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐานแก่พระสังฆาธิการ ณ
 สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ปี ๒๕๔๖-๔๙
 - เป็นที่ปรึกษาวิปัสสนาจารย์ในโครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนิสิต
 บัณฑิตวิทยาลัย ระดับปริญญาโท ปริญญาเอก มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง
 กรณราชวิทยาลัย
 - อาจารย์พิเศษศูนย์การศึกษาวิทยาเขตล้านนา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราช
 วิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จังหวัดเชียงใหม่
 - อาจารย์พิเศษ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 การปฏิบัติกรรมฐาน เข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยมีพระ
 อาจารย์ ดร. พระภัทน์ตะ อาสภมหาเถระ อัครมหาภิกษุฐานาจริยะ
 เป็นพระวิปัสสนาจารย์ใหญ่คอยควบคุมดูแลการส่งและสอบอารมณ์อย่าง
 เข้มข้น ณ สำนักวิเวกอาศรม จ.ชลบุรี
 ความเชี่ยวชาญพิเศษ - วิปัสสนากัมมัฏฐาน
 - จิตเวชศาสตร์ สรีรวิทยา
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 อ.เมือง จ. เชียงใหม่

ก. แบบประเมินอินทรี ๕ ก่อนการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ประกอบการวิจัย

เรื่อง

การสร้างตัวชี้วัดเพื่อวิเคราะห์อินทรี ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ ในผู้ปฏิบัติ
วิปัสสนากัมมัฏฐาน

THE CONSTRUCTION OF INDICATORS TO ANALYZE 5 INDRIYA COMPARING
WITH SOLASA-ÑĀNA IN INSIGHT MEDITATION PRACTITIONERS

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยเพื่อการศึกษาของนิสิตปริญญาเอก สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย คำตอบทุกข้อมี
ความสำคัญมากต่อการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ จึงขอความกรุณาพระวิปัสสนาจารย์ วิปัสสนาจารย์ช่วย
ประเมินอินทรี ๕ ของผู้ปฏิบัติตามความเป็นจริง อย่างรอบคอบ ขอขอบพระคุณ และอนุโมทนา
ขอบคุณขอบใจ ในการให้ความร่วมมือร่วมใจในการประเมินครั้งนี้

คำแนะนำในการตอบแบบสอบถาม

กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน () หน้าข้อที่ผู้ปฏิบัติตอบทุกข้อ ในแบบประเมินตอนที่
๑ ๒ และ ๓ (แบบประเมินนี้ไม่มีผลต่อการประเมินผล (บท.๒๑) จะเก็บเป็นความลับ และไม่
เปิดเผย)

ตอนที่ ๑ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

๑. สถานภาพ

- ☐ ก. พระนิสิต
☐ ค. นิสิต-ชาย

- ☐ ข. ภิกษุณี-มหายาน
☐ ง. นิสิต-หญิง

๒. อายุ

- ☐ ก. ๒๐-๒๙ ปี
☐ ค. ๔๐-๔๙ ปี
☐ จ. ๖๐ ปี ขึ้นไป

- ☐ ข. ๓๐-๓๙ ปี
☐ ง. ๕๐-๕๙ ปี

๓. อาชีพ

- ☐ ก. พระนิสิต/นิสิต
☐ ค. ค้าขาย /ธุรกิจส่วนตัว
☐ จ. อื่น ๆ โปรดระบุ _____

- ☐ ข. ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ
☐ ง. พนักงานเอกชน

๔. สถานภาพสมรส

- ☐ ก. โสด

- ☐ ข. สมรส

☐ ค. หย่าร้าง/ม่าย

☐ ง. ไม่ได้หย่าร้างแต่แยกกันอยู่

๕. รายได้ต่อเดือน

☐ ก. ต่ำกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท

☐ ข. ๑๐,๐๐๐-๓๐,๐๐๐

☐ ค. ๓๐,๐๐๑-๕๐,๐๐๐

☐ ง. ๕๐,๐๐๑-๗๐,๐๐๐

☐ จ. ๗๐,๐๐๑ ขึ้นไป

๖. ระดับการศึกษา ก่อนเข้า มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

☐ ก. ปริญญาตรี

☐ ข. ปริญญาโท

☐ ค. ปริญญาเอก

☐ ง. เปรียญธรรม _____ ประโยค

๗. ท่านเคยปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักสูตรของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย เป็นเวลานานเท่าใด

☐ ก. ๗ วัน

☐ ข. ๑๕ วัน

☐ ค. ๓๐ วัน

☐ ง. ไม่เคย

๘. ท่านเคยปฏิบัติธรรม (กัมมัฏฐาน) แบบใดมาก่อน

☐ ก. สมถกัมมัฏฐาน

☐ ข. วิปัสสนากัมมัฏฐาน

☐ ค. ทั้งสมถและวิปัสสนา

☐ ง. ไม่แน่ใจว่าเป็นสมถหรือวิปัสสนา

☐ จ. ไม่เคยเลย(ไม่ต้องตอบข้อ ๙, ๑๐ และ ๑๑)

๙. ท่านเคยปฏิบัติธรรมด้วยการใช้กรรมภาวนารูปแบบใด (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

☐ ก. พุท-โธ

☐ ข. อานาปานสติ นับลมหายใจ

☐ ค. พองหนอ-ยุบหนอ

☐ ง. สัมมา อะระหัง

☐ จ. กำหนดรูปนาม โดยไม่มีคำบริกรรม

☐ ฉ. อื่นๆ _____

๑๐. ท่านเคยฝึกปฏิบัติธรรม (กัมมัฏฐาน) มานานเท่าใด

☐ ก. ต่ำกว่า ๑ ปี

☐ ข. ๑-๑๕ ปี

☐ ค. ๕-๑๐ ปี

☐ ง. มากกว่า ๑๐ ปี

๑๑. ท่านเคยรับการฝึกปฏิบัติธรรมจากที่ใด (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)

☐ ก. สถานศึกษา

☐ ข. วัด

☐ ค. สำนักปฏิบัติธรรม

☐ ง. ชุตงค์ในป่า

☐ จ. สมาคม / องค์กรเอกชน

☐ ฉ. ฝึกเอง

☐ ช. อื่นๆ _____

ตอนที่ ๒ แบบประเมินความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	เรื่อง การเดินจงกรม						รูปแบบการปฏิบัติ
๑.	ขณะเดินจงกรม ๖ ระยะ เช่น ขว้างอย่างหนอ ซ้ายอย่างหนอ เป็นต้น ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๒.	ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๓.	ขณะที่จิตนึกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๔.	ขณะที่จิตเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดความรู้สึกได้พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมีปัญญา แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	เรื่อง การนั่งพระกัมมัฏฐาน หรือนั่งสมาธิ						รูปแบบการปฏิบัติ
๕.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านสังเกตอาการฟอง-ยุบ ได้ทันที						
๖.	ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๗.	ขณะที่ใจนึกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน						
๘.	ขณะที่ใจเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดความรู้สึกได้พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมีปัญญา แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันที						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การกำหนดทางทวาร ๖	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๙.	ขณะเห็น ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๐.	ขณะได้ยินเสียง ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๑.	ขณะดมกลิ่น ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๒.	ขณะลิ้มรส ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๓.	ขณะเย็น ร้อน ฯลฯ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๔.	ขณะเกิดความนึกคิด ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การกำหนดอิริยาบถย่อย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๑๕.	ขณะตื่นนอน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๖.	ขณะล้างหน้าแปรงฟัน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๗.	ขณะอาบน้ำ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๘.	ขณะนั่งห่มจีวร หรือสวมใส่เสื้อผ้า ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๑๙.	ขณะฉันหรือรับประทานอาหาร ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๐.	ขณะดื่มน้ำ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						

๒๑.	ขณะล้างบาตร ถ้วย ชาม ช้อน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๒.	ขณะก้ม-เงย ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๓.	ขณะแลซ้าย-แลขวา ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๔.	ขณะเปิด-ปิดประตู ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๕.	ขณะกราบพระ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๖.	ขณะเดินไปมา ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						
๒๗.	ขณะเข้านอน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน						

ตอนที่ ๓ แบบประเมินอินทรี ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖

ที่	สัทินทรี (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรี (ปัญญา)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	ในรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้ง ๓						
๑.	ในการเดินจงกรม ท่านเดินกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้เดิน เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น						
๒.	ในการนั่งสมาธิ ท่านนั่งกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้นั่ง เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น						
๓.	ในการกำหนดอิริยาบถย่อย นอกจากเวลาเดินจงกรมและนั่งสมาธิแล้วท่านกำหนดทุกอย่างตลอดเวลา ไม่มีเวลาว่างเว้นจากการกำหนด ตามที่พระวิปัสสนาจารย์แนะนำ						
๔.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า แม้ชีวิตนี้ ก็มอบถวายแด่พระพุทธองค์ได้						
๕.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระธรรม เพราะเห็นความเกิดดับของรูป หรือสภาพความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งไม่เคยเห็นแบบนี้มาก่อน						
๖.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระอริยสงฆ์ เพราะเห็นพระอริยสงฆ์ เช่น พระโสดาบัน เป็นต้นนั้นมีอยู่จริง อย่างแน่นอน						

ที่	วิริยิทธิ (วิริยะ) คู่กับ สมานิทธิ (สมาธิ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
	ในรูปแบบของการเดินจงกรม						ญาณ ๑๖
๗.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดแยกแยะรูปแยกนามออกจากกันได้ คือ เห็นอาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นรูป” และ เห็นการรู้อาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นนาม”						
๘.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ตัวรู้ก่อน แล้วเท้าจึงเคลื่อนไปตาม”						
๙.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๐.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิด และขณะดับ ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๑.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะดับไป หรือหายไป หรือว่าจบไป ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๒.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความกลัวในรูปนาม” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๓.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “โทษภัยในการเวียนว่ายตายเกิด” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๔.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่ายในรูปนาม” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๕.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะพ้นไปจากรูปนาม” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๖.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยงเป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๗.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความวางเฉยในสังขาร ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๘.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับ (โดยมรรค) ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๙.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบ (ตอนแรก) ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๒๐.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง ” หรือ “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง ” หรือว่า “ ความดับเจียบ						

	(ตอนกลาง) ทางอนัตตา” โดยหยุดยีนกำหนด						
๒๑.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “ความดับเจี๊ยะตอนสุดท้าย” โดยหยุดยีนกำหนด						
๒๒.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับ (ย้อนกลับ) ” โดยหยุดยีนกำหนด						

ที่	สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธา กับ ปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ให้เสมอกัน	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	ในรูปแบบการกำหนดอิริยาบถย่อย และทางทวาร ๖						
๒๓.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “การแยกรูปที่เห็น และนามที่รู้เห็นออกจากกัน”						
๒๔.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “รูปที่เห็น เป็นเหตุ ปัจจัยให้เกิดนามที่รู้”						
๒๕.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ”						
๒๖.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ”						
๒๗.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ”						
๒๘.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความน่ากลัวใน การเวียนว่ายตายเกิด”						
๒๙.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านสามารถกำหนดเห็น “โทษภัย ในการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๐.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่าย ในการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๑.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะ พ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๒.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน”						
๓๓.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความวางเฉยใน สังขาร”						
๓๔.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ ความดับ (โดย มรรค) ”						

๓๕.	ต่อจากการกำหนดข้างต้นนี้ ท่านกำหนด “ความดับ เจียบ (ตอนแรก)”						
๓๖.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						
๓๗.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบตอน สุดท้าย”						
๓๘.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด กำหนด “ความดับ (ย้อนกลับ)”						

ที่	สมาธิทริย (เรื่องสมาธิ) คู่กับ วิริยทริย (วิริยะ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	ในรูปแบบการนั่งกัมมฐานหรือนั่งสมาธิ						
๓๙.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบกับใจที่รู้ อาการพอง-ยุบนั่นเป็นคนละอย่างกัน”						
๔๐.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบเกิดขึ้น ก่อน ใจจึงตามไปรู้ทีหลัง”						
๔๑.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นอาการพอง-ยุบ “ ขณะ เกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ”						
๔๒.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบ “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ”						
๔๓.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบ “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ”						
๔๔.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบหายไปหมด “เกิด ความกลัว”						
๔๕.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “แต่ของไม่ดี หรือไม่เห็น อะไร มีแต่หายไปๆ เห็นแต่รูปนามเป็นโทษ”						
๔๖.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดสังขารรูปนามได้เป็นอย่างดี “แต่รู้สึกใจแห้งแล้ง หรือรู้สึกเบื่อ ๆ”						

๔๗.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ จะมีอาการคันเหมือนมีแมลงมาไต่ หรืออยากจะออกจากสังสารวัฏ ไม่อยากได้รูปนามอีก						
๔๘.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความว่างเฉยในสังขาร”						
๔๙.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ “ความดับเจียบ (โดยมรรค)”						
๕๐.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนแรก)”						
๕๑.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ(ตอนกลาง)ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						
๕๒.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						
๕๓.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ดับเจียบตอนสุดท้าย”						
๕๔.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับ (ย้อนกลับ)”						

ข. แบบประเมินอินทรีย์ ๕ หลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ประกอบการวิจัย

เรื่อง

การสร้างตัวชี้วัดเพื่อวิเคราะห์อินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ ในผู้ปฏิบัติ
วิปัสสนากัมมัฏฐาน

THE CONSTRUCTION OF INDICATORS TO ANALYZE 5 INDRIYA COMPARING
WITH SOLASA-ÑĀNA IN INSIGHT MEDITATION PRACTITIONERS

คำชี้แจง ขอความกรุณาตอบแบบประเมินที่ตรงกับความสามารถในการฝึกปฏิบัติวิปัสสนา หรือ
การเจริญสติปัฏฐาน ๔ ของผู้ปฏิบัติตามความเป็นจริง โดยใส่ ✓ ลงในช่องตารางซึ่งตรงกับ
พฤติกรรมหรือการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน หรือการเจริญสติปัฏฐาน ๔

ตอนที่ ๒ แบบประเมินความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
๑.	ขณะเดินจงกรม ๖ ระยะ เช่น ขว้างงหนอ ซ้ายย่างงหนอ เป็นต้น ท่านสามารถกำหนดได้ตลอดเวลา						รูปแบบการปฏิบัติ
๒.	ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						
๓.	ขณะที่ใจนึกกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						
๔.	ขณะที่ใจเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดระลึกได้ พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมีปัญญา แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การนั่งกัมมฐานหรือนั่งสมาธิ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๕.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านสามารถสังเกตอาการฟอง-ยุบ ได้ชัดเจนมาก						
๖.	ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						
๗.	ขณะที่ใจนึกกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						
๘.	ขณะที่ใจเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดระลึกได้ พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมีท่าที แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านสามารถกำหนดได้ทันที						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การกำหนดทางทวาร ๖ และอริยาบถย่อย	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ
๙.	ขณะเห็น ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ทางตาว่า “เห็นหนอ” ได้						
๑๐.	ขณะได้ยินเสียง ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ทางหูว่า “ได้ยินหนอ” ได้						
๑๑.	ขณะดมกลิ่น ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ทางจมูกว่า “กลิ่นหนอ” ได้						

ที่	ความรู้ความเข้าใจ	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	เรื่อง การกำหนดอริยาบถย่อย และทางทวาร ๖	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	รูปแบบการปฏิบัติ

๑๒.	ขณะลิ้มรส ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ทางลิ้นว่า “รส หนอ” ได้						
๑๓.	ขณะเย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหว ท่านสามารถกำหนด สติรับรู้ เย็น ร้อน อ่อน แข็ง ตึง ไหว ทางกายได้						
๑๔.	ถ้าขณะนึกคิด ท่านสามารถกำหนดสติรับรู้ ความนึกคิด ทุกขณะทางใจ ได้						
๑๕.	ขณะตื่นนอน ท่านสามารถกำหนดสติตื่นนอน ทาง อิริยาบถได้						
๑๖.	ขณะล้างหน้าแปรงฟัน ท่านสามารถกำหนดสติล้างหน้า- แปรงฟันได้						
๑๗.	ขณะอาบน้ำ ท่านสามารถกำหนดสติอาบน้ำได้						
๑๘.	ขณะนุ่งห่มจีวร หรือสวมใส่เสื้อผ้า ท่านสามารถกำหนด สติสวมใส่ได้						
๑๙.	ขณะฉันหรือรับประทานอาหาร ท่านสามารถกำหนดสติ ฉันหรือรับประทานอาหารได้						
๒๐.	ขณะดื่มน้ำ ท่านสามารถกำหนดสติ “ดื่มน้ำ” ได้						
๒๑.	ขณะล้างบาตร ถ้วย ชาม ช้อน ท่านสามารถกำหนดสติ “ล้างบาตร ถ้วย ชาม ช้อน” ได้						
๒๒.	ขณะก้ม-เงย ท่านสามารถกำหนดสติ “ก้ม-เงย” ได้						
๒๓.	ขณะแลซ้าย-แลขวา ท่านสามารถกำหนดสติ “แลซ้าย- แลขวา”						
๒๔.	ขณะเปิด-ปิดประตู ท่านสามารถกำหนดสติ “เปิด-ปิด ประตู” ได้						
๒๕.	ขณะกราบพระ ท่านสามารถกำหนดสติ “กราบพระ” ได้						
๒๖.	ขณะเดินไปมา ท่านสามารถกำหนดสติ “เดินไปมา” ได้						
๒๗.	ขณะเข้านอน ท่านสามารถกำหนดสติ “เข้านอน” ได้						

ตอนที่ ๓ แบบประเมินอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖

ที่	สัทอินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	ในรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้ง ๓	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ญาณ ๑๖
๑.	ในการเดินจงกรม ท่านเดินกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้เดิน เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น						
๒.	ในการนั่งสมาธิ ท่านนั่งกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้นั่ง เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น						
๓.	ในการกำหนดอิริยาบถย่อย นอกจากเวลาเดินจงกรมและนั่งสมาธิแล้วท่านกำหนดทุกอย่างตลอดเวลา ไม่มีเวลาว่างเว้นจากการกำหนด ตามที่พระวิปัสสนาจารย์แนะนำ						
๔.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า แม้ชีวิตนี้ ก็มอบถวายแด่พระพุทธองค์ได้						
๕.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระธรรม เพราะเห็นความเกิดดับของรูป หรือสภาพความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งไม่เคยเห็นแบบนี้มาก่อน						
๖.	ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใสในพระอริยสงฆ์ เพราะเห็นพระอริยสงฆ์ เช่น พระโสดาบัน เป็นต้นนั้นมีอยู่จริง อย่างแน่นอน						

ที่	วิริยอินทรีย์ (วิริยะ) คู่กับ สมาธินทรีย์ (สมาธิ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	ในรูปแบบของการเดินจงกรม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	ญาณ ๑๖
๗.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดแยกแยะนามออกจากกันได้ คือ เห็นอาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นรูป” และ เห็นการรู้อาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นนาม”						
๘.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ตัวรู้ก่อน แล้วเท้าจึงเคลื่อนไปตาม”						
๙.	ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป” โดยหยุดยืนกำหนด						

๑๐.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๑.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๒.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความกลัวในรูป นาม ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๓.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ โทษภัยในการเวียน วายตายเกิด ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๔.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความเบื่อหน่ายใน รูปนาม ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๕.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความอยากจะพ้น ไปจากรูปนาม ” โดยหยุดยืนกำหนด						

ที่	วิริยปธาน (วิริยะ) คู่กับ สมาธิปธาน (สมาธิ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
	ในรูปแบบการเดินจงกรม	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
๑๖.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๗.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ ความว่าง เฉยในสังขาร ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๘.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับ (โดยมรรค) ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๑๙.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบ (ตอน แรก) ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๒๐.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง ” หรือ “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง ” หรือว่า “ ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๒๑.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับเจียบตอน สุดท้าย ” โดยหยุดยืนกำหนด						
๒๒.	ในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนด “ ความดับ (ย้อนกลับ) ” โดยหยุดยืนกำหนด						

ที่	สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธา กับ ปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ให้เสมอกัน	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	ในรูปแบบการกำหนดอิริยาบถย่อย และทางทวาร ๖						
๒๓.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “การแยกรูปที่เห็น และนามที่รู้เห็นออกจากกัน”						
๒๔.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “รูปที่เห็น เป็นเหตุ ปัจจัยให้เกิดนามที่รู้”						
๒๕.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ”						
๒๖.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ”						
๒๗.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ”						
๒๘.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความน่ากลัวใน การเวียนว่ายตายเกิด”						
๒๙.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านสามารถกำหนดเห็น “โทษภัย ในการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๐.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่าย ในการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๑.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะ พ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิด”						
๓๒.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน”						
๓๓.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความวางเฉยใน สังขาร”						
๓๔.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับ (โดย มรรค)”						
๓๕.	ต่อจากการกำหนดข้างต้นนี้ ท่านกำหนด “ความดับ เจียบ (ตอนแรก)”						
๓๖.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						

๓๗.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบตอนสุดท้าย”						
๓๘.	ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด กำหนด “ความดับ (ย้อนกลับ)”						

ที่	สมาธิปริย (เรื่องสมาธิ) คู่กับ วิริยปริย (วิริยะ)	ระดับการประเมิน					บันทึกเพิ่ม (สำหรับผู้วิจัย)
		มาก ที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	น้อย ที่สุด	
	ในรูปแบบการนั่งกัมมฐานหรือนั่งสมาธิ						
๓๙.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบกับใจที่รู้ อาการพอง-ยุบนั่นเป็นคนละอย่างกัน”						
๔๐.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบเกิดขึ้น ก่อน ใจจึงตามไปรู้ทีหลัง”						
๔๑.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นอาการพอง-ยุบ “ ขณะ เกิดขึ้น ขณะตั้งอยู่ และขณะดับไป ”						
๔๒.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบ “ ขณะเกิด และ ขณะดับ ”						
๔๓.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบ “ ขณะดับไป หรือ หายไป หรือว่าจบไป ”						
๔๔.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบหายไปหมด “เกิด ความกลัว”						
๔๕.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “แต่ของไม่ดี หรือไม่เห็น อะไร มีแต่หายไปๆ เห็นแต่รูปนามเป็นโทษ”						
๔๖.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดสังขารรูปนามได้เป็นอย่างดี “แต่รู้สึกใจแห้งแล้ง หรือรู้สึกเบื่อ ๆ”						
๔๗.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ จะมีอาการคันเหมือนมี แมลงมาไต่ หรืออยากจะออกจากสังสารวัฏ ไม่อยากได้ รูปนามอีก						
๔๘.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความว่างเฉยในสังขาร”						
๔๙.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ “ความดับเจียบ (โดยมรรค)”						
๕๐.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนแรก)”						
๕๑.	ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนด “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนิจจัง” หรือ “ความดับเจียบ(ตอนกลาง)ทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับเจียบ (ตอนกลาง) ทางอนัตตา”						

๑. ตารางที่ ๑ แสดงค่าร้อยละเรื่องข้อมูลทั่วไปของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	จำนวน N=๒๐๐	ร้อยละ
๑. สถานภาพ		
พระนิสิต	๑๑๔	๕๗.๐
นิสิต-แม่ชี / ภิกษุณี	๑๐	๕.๐
นิสิต-ชาย	๓๐	๑๕.๐
นิสิต-หญิง	๔๖	๒๓.๐
๒. อายุ		
๒๐-๒๙	๘๑	๔๐.๕
๓๐-๓๙	๓๙	๑๙.๕
๔๐-๔๙	๒๖	๑๓.๐
๕๐-๕๙	๔๒	๒๑.๐
๖๐ ปี ขึ้นไป	๑๒	๖.๐
๓. อาชีพ		
พระนิสิต/นิสิต	๑๓๑	๖๕.๕
ข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	๒๖	๑๓.๐
ค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัว	๑๙	๙.๕
พนักงานเอกชน	๑๑	๕.๕
อื่น ๆ	๑๓	๖.๕
๔. สถานภาพสมรส		
โสด	๑๕๑	๗๕.๕
สมรส	๓๔	๑๗.๐
หย่าร้าง/ม่าย	๘	๔.๐
ไม่ได้หย่าร้างแต่แยกกันอยู่	๗	๓.๕
๕. รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่า ๑๐,๐๐๐ บาท	๑๓๙	๖๙.๕
๑๐,๐๐๑-๓๐,๐๐๐	๓๙	๑๙.๕
๓๐,๐๐๑-๕๐,๐๐๐	๙	๔.๕
๕๐,๐๐๑-๗๐,๐๐๐	๑๒	๖.๐
๗๐,๐๐๑ ขึ้นไป	๑	.๕
๖. ระดับการศึกษาก่อนเข้ามาศึกษา ณ บัณฑิตวิทยาลัย		
ปริญญาตรี	๑๔๐	๗๐.๐
ปริญญาโท	๔๕	๒๒.๕

ปริญญาเอก	๕	๒.๕
เปรียญธรรม	๑๐	๕.๐
๗. ประสบการณ์การปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตามหลักสูตรของมหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย		
๗ วัน	๔๑	๒๐.๕
๑๕ วัน	๔๖	๒๓.๐
๓๐ วัน	๕๐	๒๕.๐
ไม่เคย	๖๓	๓๑.๕
๘. รูปแบบกัมมัฏฐานที่เคยปฏิบัติมาก่อน		
สมถกัมมัฏฐาน	๒๔	๑๒.๐
วิปัสสนากัมมัฏฐาน	๕๔	๒๗.๐
ทั้งสมถและวิปัสสนา	๗๖	๓๘.๐
ไม่แน่ใจว่าเป็นสมถ หรือ วิปัสสนา	๓๒	๑๖.๐
ไม่เคยเลย	๑๔	๗.๐
๙. รูปแบบของการใช้กรรมภาวนา (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)		
พุท-โธ	๙๘	๕๐.๓
อานาปานสติ นັบลมหายใจ	๒๕	๑๒.๘
พองหนอ-ยุบหนอ	๖๑	๓๑.๓
สัมมา อะระหัง	๕	๒.๖
กำหนดรูปนาม โดยไม่มีคำบริกรรม	๔	๒.๑
อื่นๆ	๒	๑.๐
๑๐. ระยะเวลาที่เคยฝึกปฏิบัติธรรม		
ต่ำกว่า ๑ ปี	๕๔	๒๗.๗
๑-๕ ปี	๕๙	๓๐.๓
๕-๑๐ ปี	๖๖	๓๓.๘
มากกว่า ๑๐ ปี	๑๖	๘.๒
ไม่ตอบ	๕	-
๑๑. สถานที่เคยรับการฝึกปฏิบัติธรรม (ตอบได้มากกว่า ๑ ข้อ)		
สถานศึกษา	๑๐๓	๕๒.๘
วัด	๕๖	๒๘.๗
สำนักปฏิบัติธรรม	๒๕	๑๒.๘
ธุดงค์ในป่า	๑	.๕
ฝึกเอง	๓	๑.๕
อื่นๆ (สมาคม / องค์กรเอกชน)	๗	๓.๖

๒. ตารางที่ ๖ (๑) แสดงค่าร้อยละของความรู้และความเข้าใจ เรื่องการเดินจงกรม
เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน
(ก่อน-หลังปฏิบัติ)

ความรู้และความเข้าใจ เรื่อง การเดินจงกรม	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๑) ขณะเดินจงกรม ๖ ระยะ มีขวาย่างหนอ ซ้ายย่างหนอ เป็นต้น ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๑๖	๑๒	น้อยที่สุด	๘.๐	๖.๐
	๓๓	๓๐	น้อย	๑๖.๕	๑๕.๐
	๘๒	๗๙	ปานกลาง	๔๑.๐	๓๙.๕
	๕๕	๖๓	มาก	๒๗.๕	๓๑.๕
	๑๔	๑๖	มากที่สุด	๗.๐	๘.๐
๒) ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือ สบาย หรือว่า เฉยๆ แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๑๔	๙	น้อยที่สุด	๗.๐	๔.๕
	๔๔	๕๓	น้อย	๒๒.๐	๒๖.๕
	๗๙	๘๐	ปานกลาง	๓๙.๕	๔๐.๐
	๕๖	๕๔	มาก	๒๘.๐	๒๗.๐
	๗	๔	มากที่สุด	๓.๕	๒.๐
๓) ขณะที่จิตนึกรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะเดิน จงกรม ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๓๙	๑๐	น้อยที่สุด	๑๙.๕	๕.๐
	๔๕	๕๗	น้อย	๒๒.๕	๒๘.๕
	๗๘	๗๓	ปานกลาง	๓๙.๐	๓๖.๕
	๓๑	๕๐	มาก	๑๕.๕	๒๕.๐
	๗	๑๐	มากที่สุด	๓.๕	๕.๐
๔) ขณะที่จิตเกิดความยินดี พยาบาท ว่าง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อรำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดความรู้สึกได้ พิจารณาธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปลอ่ยกวาง อย่างมีปัญญา แทรกในขณะเดินจงกรม ท่านกำหนดได้ทัน ปัจจุบัน	๓๔	๑๐	น้อยที่สุด	๑๗.๐	๕.๐
	๔๙	๖๘	น้อย	๒๔.๕	๓๔.๐
	๗๕	๖๗	ปานกลาง	๓๗.๕	๓๓.๕
	๓๗	๕๒	มาก	๑๘.๕	๒๖.๐
	๕	๓	มากที่สุด	๒.๕	๑.๕

๓. ตารางที่ ๖ (๒) แสดงค่าร้อยละของความรู้และความเข้าใจเรื่องนั่งสมาธิ
เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

ความรู้และความเข้าใจ เรื่อง การนั่งสมาธิ	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๕) ขณะนั่งสมาธิ ท่านสังเกตอาการฟอง-ยุบ ได้ทันที	๙	๓	น้อยที่สุด	๔.๕	๑.๕
	๔๙	๔๒	น้อย	๒๔.๕	๒๑.๐

	๗๗	๗๖	ปานกลาง	๓๘.๕	๓๘.๐
	๕๔	๖๗	มาก	๒๗.๐	๓๓.๕
	๑๑	๑๒	มากที่สุด	๕.๕	๖.๐
๖) ขณะที่เกิดความรู้สึกเจ็บปวด หรือสบาย หรือว่า เหนื่อย แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๑๖	๕	น้อยที่สุด	๘.๐	๒.๕
	๓๒	๔๐	น้อย	๑๖.๐	๒๐.๐
	๙๐	๙๖	ปานกลาง	๔๕.๐	๔๘.๐
	๕๐	๕๔	มาก	๒๕.๐	๒๗.๐
	๑๒	๕	มากที่สุด	๖.๐	๒.๕
๗) ขณะที่ใจนี้กรัก โกรธ หลง เป็นต้น แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันปัจจุบัน	๓๐	๑๐	น้อยที่สุด	๑๕.๐	๕.๐
	๔๖	๕๔	น้อย	๒๓.๐	๒๗.๐
	๘๙	๘๖	ปานกลาง	๔๔.๕	๔๓.๐
	๓๑	๔๗	มาก	๑๕.๕	๒๓.๕
	๔	๓	มากที่สุด	๒.๐	๑.๕
๘) ขณะที่ใจเกิดความยินดี พยาบาท ง่วง ท้อแท้ เกียจคร้าน ฟุ้งซ่าน เบื่อ รำคาญ ลังเลสงสัย หรือเกิดระลึกได้ พิจารณา ธรรม เพียรพยายาม อิ่มใจ สงบ ตั้งมั่น ปล่อยวางอย่างมี ปัญญา แทรกในขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดได้ทันที่	๒๔	๑๗	น้อยที่สุด	๑๒.๐	๘.๕
	๔๗	๕๘	น้อย	๒๓.๕	๒๙.๐
	๙๕	๖๘	ปานกลาง	๔๗.๕	๓๔.๐
	๓๒	๕๒	มาก	๑๖.๐	๒๖.๐
	๒	๕	มากที่สุด	๑.๐	๒.๕

๔. ตารางที่ ๖ (๓) แสดงค่าร้อยละของความรู้และความเข้าใจเรื่องการกำหนดทาง
ทวาร ๖ (อายตนะภายในอายตนะภายนอก ๑๒) เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนา
กัมมัฏฐานของนิสิตผู้ปฏิบัติ (ก่อน-หลัง)

เรื่อง การกำหนดทางทวาร ๖ (อายตนะ ภายในอายตนะภายนอก ๑๒)	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๙) ขณะเห็น ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๕	๑๘	น้อยที่สุด	๑๒.๕	๙.๐
	๓๓	๕๓	น้อย	๑๖.๕	๒๖.๕
	๑๐๓	๘๐	ปานกลาง	๕๑.๕	๔๐.๐
	๓๔	๔๗	มาก	๑๗.๐	๒๓.๕
	๕	๒	มากที่สุด	๒.๕	๑.๐
๑๐) ขณะได้ยินเสียง ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๙	๑๔	น้อยที่สุด	๑๔.๕	๗.๐
	๓๗	๕๒	น้อย	๑๘.๕	๒๖.๐

	๘๓	๗๔	ปานกลาง	๔๑.๕	๓๗.๐
	๕๐	๕๑	มาก	๒๕.๐	๒๕.๕
	๑	๙	มากที่สุด	๐.๕	๔.๕
๑๑) ขณะดมกลืน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๓๓	๒๓	น้อยที่สุด	๑๖.๕	๑๑.๕
	๕๘	๖๗	น้อย	๒๙.๐	๓๓.๕
	๖๓	๗๐	ปานกลาง	๓๑.๕	๓๕.๐
	๔๕	๓๖	มาก	๒๒.๕	๑๘.๐
	๑	๔	มากที่สุด	๐.๕	๒.๐
๑๒) ขณะลิ้มรส ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๕	๒๓	น้อยที่สุด	๑๒.๕	๑๑.๕
	๖๗	๖๖	น้อย	๓๓.๕	๓๓.๐
	๗๓	๗๑	ปานกลาง	๓๖.๕	๓๕.๕
	๓๓	๓๘	มาก	๑๖.๕	๑๙.๐
	๒	๒	มากที่สุด	๑.๐	๑.๐
๑๓) ขณะเย็น ร้อน ฯลฯ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๑	๑๘	น้อยที่สุด	๑๐.๕	๙.๐
	๕๕	๕๙	น้อย	๒๗.๕	๒๙.๕
	๘๐	๙๑	ปานกลาง	๔๐.๐	๔๕.๕
	๓๙	๒๖	มาก	๑๙.๕	๑๓.๐
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐
๑๔) ขณะเกิดความนึกคิด ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๓๐	๒๕	น้อยที่สุด	๑๕.๐	๑๒.๕
	๔๑	๖๙	น้อย	๒๐.๕	๓๔.๕
	๗๘	๖๗	ปานกลาง	๓๙.๐	๓๓.๕
	๔๑	๒๗	มาก	๒๐.๕	๑๓.๕
	๑๐	๑๒	มากที่สุด	๕.๐	๖.๐

๕. ตารางที่ ๖ (๔) แสดงค่าร้อยละของความรู้และความเข้าใจเรื่อง การกำหนดอิริยาบถย่อย เปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของนิสิตผู้ปฏิบัติ (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

ความรู้และความเข้าใจ เรื่อง การกำหนดอิริยาบถย่อย	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๑๕) ขณะตื่นนอน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๓	๓๐	น้อยที่สุด	๑๑.๕	๑๕.๐
	๖๓	๗๒	น้อย	๓๑.๕	๓๖.๐

	๗๓	๗๓	ปานกลาง	๓๖.๕	๓๖.๕
	๓๙	๒๔	มาก	๑๙.๕	๑๒.๐
	๒	๑	มากที่สุด	๑.๐	.๕
๑๖) ขณะล้างหน้าแปรงฟัน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๑๘	๒๖	น้อยที่สุด	๙.๐	๑๓.๐
	๗๔	๖๕	น้อย	๓๗.๐	๓๒.๕
	๗๓	๗๙	ปานกลาง	๓๖.๕	๓๙.๕
	๓๑	๒๒	มาก	๑๕.๕	๑๑.๐
	๔	๘	มากที่สุด	๒.๐	๔.๐
๑๗) ขณะอาบน้ำ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๑	๒๑	น้อยที่สุด	๑๐.๕	๑๐.๕
	๗๔	๖๑	น้อย	๓๐.๕	๓๐.๕
	๗๕	๙๐	ปานกลาง	๓๑.๐	๔๕.๐
	๒๕	๒๔	มาก	๑๒.๐	๑๒.๐
	๕	๔	มากที่สุด	๒.๐	๒.๐
๑๘) ขณะนุ่งห่มจีวร หรือสวมใส่เสื้อผ้า ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๖	๒๑	น้อยที่สุด	๑๓.๐	๑๐.๕
	๖๒	๗๒	น้อย	๓๑.๐	๓๖.๐
	๗๕	๗๔	ปานกลาง	๓๗.๕	๓๗.๐
	๓๑	๒๙	มาก	๑๕.๕	๑๔.๕
	๖	๔	มากที่สุด	๓.๐	๒.๐
๑๙) ขณะฉันหรือรับประทานอาหาร ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๐	๑๖	น้อยที่สุด	๑๐.๐	๘.๐
	๕๕	๖๗	น้อย	๒๗.๕	๓๓.๕
	๖๑	๗๕	ปานกลาง	๓๐.๕	๓๗.๕
	๕๒	๓๑	มาก	๒๖.๐	๑๕.๕
	๑๒	๑๑	มากที่สุด	๖.๐	๕.๕
๒๐) ขณะดื่มน้ำ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๓	๒๐	น้อยที่สุด	๑๑.๕	๑๐.๐
	๔๗	๖๑	น้อย	๒๓.๕	๓๐.๕
	๖๓	๗๗	ปานกลาง	๓๑.๕	๓๘.๕
	๕๙	๓๖	มาก	๒๙.๕	๑๘.๐
	๘	๖	มากที่สุด	๔.๐	๓.๐
๒๑) ขณะล้างบาตร ถ้วย ชาม ช้อน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๓๑	๑๖	น้อยที่สุด	๑๕.๕	๘.๐
	๕๖	๗๔	น้อย	๒๘.๐	๓๗.๐
	๗๔	๘๓	ปานกลาง	๓๗.๐	๔๑.๕
	๓๖	๒๖	มาก	๑๘.๐	๑๓.๐
	๓	๑	มากที่สุด	๑.๕	๐.๕

๒๒) ขณะก้ม-เงย ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๔	๒๒	น้อยที่สุด	๑๒.๐	๑๑.๐
	๕๖	๘๐	น้อย	๒๘.๐	๔๐.๐
	๙๒	๖๔	ปานกลาง	๔๖.๐	๓๒.๐
	๒๗	๓๒	มาก	๑๓.๕	๑๖.๐
	๑	๒	มากที่สุด	๐.๕	๑.๐
๒๓) ขณะแลซ้าย-แลขวา ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๕	๒๘	น้อยที่สุด	๑๔.๐	๑๒.๕
	๖๑	๗๐	น้อย	๓๕.๐	๓๐.๕
	๘๔	๖๗	ปานกลาง	๔๒.๕	๓๓.๐
	๒๘	๓๐	มาก	๑๕.๐	๑๔.๐
	๒	๕	มากที่สุด	๒.๕	๑.๐
๒๔) ขณะเปิด-ปิดประตู ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๙	๒๔	น้อยที่สุด	๑๔.๕	๑๒.๐
	๖๖	๖๕	น้อย	๓๓.๐	๓๒.๕
	๖๙	๗๙	ปานกลาง	๓๔.๕	๓๙.๕
	๓๔	๒๕	มาก	๑๗.๐	๑๒.๕
	๒	๗	มากที่สุด	๑.๐	๓.๕
๒๕) ขณะกราบพระ ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๑๖	๑๓	น้อยที่สุด	๘.๐	๖.๕
	๕๙	๕๔	น้อย	๒๙.๕	๒๗.๐
	๕๘	๖๖	ปานกลาง	๒๙.๐	๓๓.๐
	๕๗	๕๑	มาก	๒๘.๕	๒๕.๕
	๑๐	๑๖	มากที่สุด	๕.๐	๘.๐
๒๖) ขณะเดินไปมา ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๖	๑๔	น้อยที่สุด	๑๓.๐	๗.๐
	๔๖	๕๘	น้อย	๒๓.๐	๒๙.๐
	๗๘	๗๒	ปานกลาง	๓๙.๐	๓๖.๐
	๔๒	๔๓	มาก	๒๑.๐	๒๑.๕
	๘	๑๓	มากที่สุด	๔.๐	๖.๕
๒๗) ขณะเข้านอน ท่านกำหนดสติได้ทันปัจจุบัน	๒๓	๒๕	น้อยที่สุด	๑๒.๕	๑๑.๕
	๕๙	๕๓	น้อย	๒๖.๕	๒๙.๕
	๗๓	๘๙	ปานกลาง	๔๔.๕	๓๖.๕
	๓๔	๒๑	มาก	๑๐.๕	๑๗.๐
	๑๑	๑๒	มากที่สุด	๖.๐	๕.๕

๖. ตารางที่ ๗ (๑) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ สัทธินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา) โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติของ นิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน

สัทธินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา)	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๑) ในการเดินจงกรม ท่านเดินกำหนดตามระยะเวลา ที่พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้เดิน เช่น ๓๐ นาที เป็นต้น	๗ ๓๑ ๔๒ ๕๘ ๖๒	๒ ๔๒ ๕๑ ๖๒ ๔๓	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓.๕ ๑๕.๕ ๒๑.๐ ๒๙.๐ ๓๑.๐	๑.๐ ๒๑.๐ ๒๕.๕ ๓๑.๐ ๒๑.๕
๒) ในการนั่งสมาธิ ท่านนั่งกำหนดตามระยะเวลาที่ พระวิปัสสนาจารย์ แนะนำให้นั่ง เช่น ๓๐ นาที เป็น ต้น	๒ ๔๐ ๔๙ ๕๘ ๖๑	๔ ๔๐ ๔๙ ๖๐ ๔๗	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑.๐ ๑๗.๕ ๒๒.๐ ๒๙.๐ ๓๐.๕	๒.๐ ๒๐.๐ ๒๔.๕ ๓๐.๐ ๒๓.๕
๓) ในการกำหนดอิริยาบถย่อย นอกจากเวลาเดิน จงกรมและนั่งสมาธิแล้วท่านกำหนดทุกอย่าง ตลอดเวลา ไม่มีเวลาว่างเว้นจากการกำหนด ตามที่ พระวิปัสสนาจารย์แนะนำ	๑๘ ๕๘ ๗๓ ๔๐ ๑๑	๗ ๖๗ ๖๒ ๕๕ ๙	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๙.๐ ๒๙.๐ ๓๖.๕ ๒๐.๐ ๕.๕	๓.๕ ๓๓.๕ ๓๑.๐ ๒๗.๕ ๔.๕
๔) ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใส ในพระพุทธเจ้า แม้ชีวิตนี้ ก็มอบถวายแด่พระพุทธองค์ ได้	๑๖ ๒๖ ๗๘ ๔๖ ๓๔	๖ ๔๓ ๖๒ ๕๖ ๓๓	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๘.๐ ๑๓.๐ ๓๙.๐ ๒๓.๐ ๑๗.๐	๓.๐ ๒๑.๕ ๓๑.๐ ๒๘.๐ ๑๖.๕
๕) ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใส ในพระธรรม เพราะเห็นความเกิดดับของรูป หรือ สภาพความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ไม่ใช่ตัวตน ซึ่งไม่เคย เห็นแบบนี้มาก่อน	๗ ๔๘ ๗๖ ๔๔ ๒๕	๘ ๓๘ ๗๒ ๔๖ ๓๖	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓.๕ ๒๔.๐ ๓๘.๐ ๒๒.๐ ๑๒.๕	๔.๐ ๑๙.๐ ๓๖.๐ ๒๓.๐ ๑๘.๐
๖) ในขณะที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ท่านเกิดเลื่อมใส ในพระอริยสงฆ์ เพราะเห็นพระอริยสงฆ์ เช่น พระ โสดาบัน เป็นต้นนั้นมีอยู่จริงอย่างแน่นอน	๒๒ ๒๙ ๖๗ ๔๒ ๔๐	๓ ๓๗ ๗๒ ๕๑ ๓๗	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๑.๐ ๑๔.๕ ๓๓.๕ ๒๑.๐ ๒๐.๐	๑.๕ ๑๘.๕ ๓๖.๐ ๒๕.๕ ๑๘.๕

จากตารางที่ ๗ (๑) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ สัทินทรีย์ (ศรัทธา) คู่กับ ปัญญินทรีย์ (ปัญญา) โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานทั้ง ๓ รูปแบบ คือ การเดินจงกรม การนั่งสมาธิ และการกำหนดอิริยาบถ ย่อย อยู่ในระดับมากที่สุดร้อยละ (๓๑.๐) ๒๑.๕ ไปอยู่ที่ระดับมากร้อยละ ๓๐.๐ ลดลงจากก่อนการปฏิบัติเนื่องจากได้มีการปรับตัวศรัทธา สำหรับการนั่งสมาธิได้นั่งกำหนดตามระยะเวลาที่พระวิปัสสนาจารย์แนะนำให้นั่งในระดับมากที่สุดร้อยละ (๓๐.๕) ๒๓.๕ ไปอยู่ที่ระดับมากร้อยละ ๓๐.๐ เช่นกัน นอกจากนั้น จัดอยู่ในระดับปานกลาง คือได้เกิดเลื่อมใสในพระพุทธเจ้า ร้อยละ (๓๙.๐) ๓๑.๐ เกิดเลื่อมใสในพระธรรม ร้อยละ (๓๘.๐) ๓๖.๐ และจะเกิดเลื่อมใสในพระอริยสงฆ์ ร้อยละ (๓๓.๕) ๓๖.๐ แต่การกำหนดอิริยาบถย่อยอยู่ในระดับปานกลางลดลงคือร้อยละ (๓๖.๕) ๓๑.๐ ไปอยู่ที่ระดับน้อยร้อยละ (๒๙.๐) ๓๓.๕

๗. ตารางที่ ๗ (๒) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือวิริยอินทรีย์ (วิริยะ) คู่กับ สมานินทรีย์ (สมาธิ) ในรูปแบบของการเดินจงกรม โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

วิริยอินทรีย์ (วิริยะ) คู่กับ สมานินทรีย์ (สมาธิ) ในรูปแบบของการเดินจงกรม	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๗) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดแยกแยะรูปแบบนามออกจากกันได้ คือ เห็นอาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นรูป” และ เห็นอาการของเท้าที่เคลื่อนไปว่า “เป็นนาม”	๑๖	๕	น้อยที่สุด	๘.๐	๒.๕
	๖๖	๗๒	น้อย	๓๓.๐	๓๖.๐
	๗๐	๖๘	ปานกลาง	๓๕.๐	๓๔.๐
	๓๕	๔๔	มาก	๑๗.๕	๒๒.๐
	๑๓	๑๑	มากที่สุด	๖.๕	๕.๕
๘) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ตัวรู้ก่อนแล้วเท้าจึงเคลื่อนไปตาม”	๒๑	๙	น้อยที่สุด	๑๐.๕	๔.๕
	๔๗	๖๘	น้อย	๒๓.๕	๓๔.๐
	๗๘	๗๐	ปานกลาง	๓๙.๐	๓๕.๐
	๔๗	๔๒	มาก	๒๓.๕	๒๑.๐
	๗	๑๑	มากที่สุด	๓.๕	๕.๕
๙) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “อาการเบาอาการหนักของเท้า มีลักษณะเกิดขึ้น ตั้งอยู่ และดับไป” โดยหยุดยืนกำหนด	๒๓	๘	น้อยที่สุด	๑๑.๕	๔.๐
	๕๒	๘๓	น้อย	๒๖.๐	๔๑.๕
	๘๓	๖๖	ปานกลาง	๔๑.๕	๓๓.๐
	๓๗	๓๗	มาก	๑๘.๕	๑๘.๕
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐
๑๐) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “อาการเบาอาการหนักของเท้าแล้วมีความอึดอ้อมใจ เป็นต้น” โดย	๒๙	๑๕	น้อยที่สุด	๑๔.๕	๗.๕
	๔๗	๗๘	น้อย	๒๓.๕	๓๙.๐

หยุดยีนกำหนด	๘๔ ๓๕ ๕	๗๐ ๓๐ ๗	ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๒.๐ ๑๗.๕ ๒.๕	๓๕.๐ ๑๕.๐ ๓.๕
๑๑) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “แต่ความดับไป หรือหายไป หรือจบไปของอาการเบาอาการหนักของเท้า” โดยหยุดยีนกำหนด	๒๙ ๗๖ ๖๗ ๒๑ ๗	๓๓ ๖๙ ๖๘ ๒๔ ๖	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๔.๕ ๓๘.๐ ๓๓.๕ ๑๐.๕ ๓.๕	๑๖.๕ ๓๔.๕ ๓๔.๐ ๑๒.๐ ๓.๐
๑๒) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความกลัวในรูปนาม” โดยหยุดยีนกำหนด	๔๘ ๘๓ ๔๕ ๒๐ ๔	๔๐ ๘๗ ๔๔ ๒๓ ๖	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๔.๐ ๔๑.๕ ๒๒.๕ ๑๐.๐ ๒.๐	๒๐.๐ ๔๓.๕ ๒๒.๐ ๑๑.๕ ๓.๐
๑๓) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “โทษภัยในการเวียนว่ายตายเกิด” โดยหยุดยีนกำหนด	๕๓ ๗๖ ๕๐ ๙ ๑๒	๔๘ ๖๘ ๖๑ ๑๖ ๗	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๖.๕ ๓๘.๐ ๒๕.๐ ๔.๕ ๖.๐	๒๔.๐ ๓๔.๐ ๓๐.๕ ๘.๐ ๓.๕
๑๔) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่ายในรูปนาม” โดยหยุดยีนกำหนด	๖๕ ๖๓ ๕๐ ๑๘ ๔	๔๔ ๗๑ ๔๙ ๒๘ ๘	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๒.๕ ๓๑.๕ ๒๕.๐ ๙.๐ ๒.๐	๒๒.๐ ๓๕.๕ ๒๔.๕ ๑๔.๐ ๔.๐
๑๕) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะพ้นไปจากรูปนาม” โดยหยุดยีนกำหนด	๖๖ ๖๙ ๔๔ ๑๗ ๔	๕๒ ๗๒ ๔๑ ๓๑ ๔	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๓.๐ ๓๔.๕ ๒๒.๐ ๘.๕ ๒.๐	๒๖.๐ ๓๖.๐ ๒๐.๕ ๑๕.๕ ๒.๐
๑๖) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน” โดยหยุดยีนกำหนด	๖๐ ๖๒ ๕๖ ๑๕ ๗	๔๔ ๗๑ ๕๑ ๒๙ ๕	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๐.๐ ๓๑.๐ ๒๘.๐ ๗.๕ ๓.๕	๒๒.๐ ๕๗.๕ ๒๕.๕ ๑๔.๕ ๒.๕
๑๗) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนดเห็น “ความวางเฉยหรือใจที่สงบต่อรูปนามอย่างมีทำที่” โดยหยุดยีนกำหนด	๖๙ ๕๓ ๕๐	๔๗ ๗๕ ๕๓	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง	๓๔.๕ ๒๖.๕ ๒๕.๐	๒๓.๕ ๓๗.๕ ๒๖.๕

	๒๘ -	๒๓ ๒	มาก มากที่สุด	๑๔.๐ -	๑๑.๕ ๑.๐
๑๘) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “ขณะทั้ง ๗ ขณะ คือ บริกรรม อุปจาร อนุโลม มรรคญาณ และผลญาณ ๒ ขณะ อนุโลมญาณ คือ บริกรรม อุปจาร และอนุโลมทั้ง ๓ ขณะรวมกัน” หรือกำหนด “ขณะทั้ง ๗ ขณะ คือ อุปจาร อนุโลม มรรคญาณ และผลญาณ ๓ ขณะ อนุโลมญาณ คือ บริกรรม อุปจาร และอนุโลมทั้ง ๒ ขณะรวมกัน” โดยหยุดยืนกำหนด	๘๖ ๕๖ ๕๐ ๘ -	๕๘ ๖๔ ๗๑ ๗ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๓.๐ ๒๘.๐ ๒๕.๐ ๔.๐ -	๒๙.๐ ๓๒.๐ ๓๕.๕ ๓.๕ -
๑๙) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “นิพพานมาเป็นอารมณ์” โดยหยุดยืนกำหนด	๙๘ ๔๓ ๕๓ ๖ -	๕๑ ๘๓ ๕๖ ๑๐ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๙.๐ ๒๑.๕ ๒๖.๕ ๓.๐ -	๒๕.๕ ๔๑.๕ ๒๘.๐ ๕.๐ -
๒๐) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “ความดับไปทางอนิจจัง” หรือ “ความดับไปทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับไปทางอนัตตา” โดยหยุดยืนกำหนด	๘๒ ๖๐ ๔๖ ๑๒ -	๔๙ ๘๒ ๖๑ ๘ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๑.๐ ๓๐.๐ ๒๓.๐ ๖.๐ -	๒๔.๕ ๔๑.๐ ๓๐.๕ ๔.๐ -
๒๑) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “ความดับเสียในตอนสุดท้าย” โดยหยุดยืนกำหนด	๘๑ ๖๓ ๔๘ ๘ -	๕๕ ๘๖ ๕๑ ๘ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๐.๕ ๓๑.๕ ๒๔.๐ ๔.๐ -	๒๗.๕ ๔๓.๐ ๒๕.๕ ๔.๐ -
๒๒) ในขณะที่เดินจงกรม ท่านกำหนด “การหวนกลับพิจารณาถึงสภาวะที่ตนเข้าสู่ความดับ” โดยหยุดยืนกำหนด	๘๔ ๖๔ ๔๘ ๔ -	๕๙ ๕๖ ๗๗ ๘ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๒.๐ ๓๒.๐ ๒๔.๐ ๒.๐ -	๒๙.๕ ๒๘.๐ ๓๘.๕ ๔.๐ -

๙. ตารางที่ ๗ (๓) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธากับปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ให้เสมอกัน ในรูปแบบการกำหนดทางทวาร ๖ และอิริยาบถย่อยของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธากับปัญญา และวิริยะกับสมาธิ ให้เสมอกัน ใน รูปแบบการกำหนดทางทวาร ๖ และอริยาบถย่อย	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๒๓) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “การแยก รูปที่เห็น และนามที่รู้เห็นออกจากกัน”	๕๖	๓๔	น้อยที่สุด	๒๘.๐	๑๗.๐
	๗๘	๗๕	น้อย	๓๙.๐	๓๗.๕
	๕๗	๖๗	ปานกลาง	๒๘.๕	๓๓.๕
	๔	๑๘	มาก	๒.๐	๙.๐
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐
๒๔) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “รูปที่เห็น เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดนามที่รู้”	๕๓	๓๕	น้อยที่สุด	๒๖.๕	๑๗.๕
	๗๑	๖๖	น้อย	๓๕.๕	๓๓.๐
	๕๗	๗๕	ปานกลาง	๒๘.๕	๓๗.๕
	๑๕	๒๐	มาก	๗.๕	๑๐.๐
	๔	๔	มากที่สุด	๒.๐	๒.๐
๒๕) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความ เกิด-ความดับ”	๕๗	๓๒	น้อยที่สุด	๒๘.๕	๑๖.๐
	๖๐	๘๗	น้อย	๓๐.๐	๔๓.๕
	๕๘	๗๐	ปานกลาง	๒๙.๐	๓๕.๐
	๑๗	๕	มาก	๘.๕	๒.๕
	๘	๖	มากที่สุด	๔.๐	๓.๐
๒๖) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความวาง เฉย เป็นต้น”	๕๙	๔๐	น้อยที่สุด	๒๙.๕	๒๐.๐
	๕๖	๗๐	น้อย	๒๘.๐	๓๕.๐
	๖๐	๗๓	ปานกลาง	๓๐.๐	๓๖.๕
	๒๓	๑๑	มาก	๑๑.๕	๕.๕
	๒	๖	มากที่สุด	๑.๐	๓.๐
๒๗) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความดับ ไปอย่างเดียวของความวางเฉย เป็นต้น”	๖๑	๔๐	น้อยที่สุด	๓๐.๕	๒๐.๐
	๗๐	๗๕	น้อย	๓๕.๐	๓๗.๕
	๔๖	๗๑	ปานกลาง	๒๓.๐	๓๕.๕
	๑๘	๘	มาก	๙.๐	๔.๐
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐
๒๘) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความน่า กลัวในการเวียนว่ายตายเกิด”	๖๖	๔๑	น้อยที่สุด	๓๓.๐	๒๐.๕
	๖๒	๗๘	น้อย	๓๑.๐	๓๙.๐
	๔๔	๕๗	ปานกลาง	๒๒.๐	๒๘.๕
	๒๓	๑๘	มาก	๑๑.๕	๙.๐
	๕	๖	มากที่สุด	๒.๕	๓.๐

๒๙) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านสามารถกำหนดเห็น “โทษภัยในการเวียนว่ายตายเกิด”	๖๒	๔๑	น้อยที่สุด	๓๑.๐	๒๐.๕
	๕๖	๘๖	น้อย	๒๘.๐	๔๓.๐
	๔๖	๔๙	ปานกลาง	๒๓.๐	๒๔.๕
	๓๐	๑๘	มาก	๑๕.๐	๙.๐
	๖	๖	มากที่สุด	๓.๐	๓.๐
๓๐) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความเบื่อหน่ายในการเวียนว่ายตายเกิด”	๕๘	๔๑	น้อยที่สุด	๒๙.๐	๒๐.๕
	๔๙	๗๗	น้อย	๒๔.๕	๓๘.๕
	๕๗	๕๗	ปานกลาง	๒๘.๕	๒๘.๕
	๓๐	๒๐	มาก	๑๕.๐	๑๐.๐
	๖	๕	มากที่สุด	๓.๐	๒.๕
๓๑) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความอยากจะพ้นไปจากการเวียนว่ายตายเกิด”	๕๔	๔๑	น้อยที่สุด	๒๗.๐	๒๐.๕
	๕๒	๗๓	น้อย	๒๖.๐	๓๖.๕
	๖๑	๕๔	ปานกลาง	๓๐.๕	๒๗.๐
	๒๑	๒๖	มาก	๑๐.๕	๑๓.๐
	๑๒	๖	มากที่สุด	๖.๐	๓.๐
๓๒) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ของรูปนามอย่างชัดเจน”	๖๖	๓๕	น้อยที่สุด	๓๓.๐	๑๗.๕
	๕๙	๗๗	น้อย	๒๙.๕	๓๘.๕
	๓๘	๕๔	ปานกลาง	๑๙.๐	๒๗.๐
	๒๖	๒๘	มาก	๑๓.๐	๑๔.๐
	๑๑	๖	มากที่สุด	๕.๕	๓.๐
๓๓) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนดเห็น “ความวางเฉยหรือใจที่สงบต่อรูปนาม”	๗๔	๓๙	น้อยที่สุด	๓๗.๐	๑๙.๕
	๖๑	๙๓	น้อย	๓๐.๕	๔๖.๕
	๔๐	๔๔	ปานกลาง	๒๐.๐	๒๒.๐
	๒๕	๒๓	มาก	๑๒.๕	๑๑.๕
	-	๑	มากที่สุด	-	๐.๕
๓๔) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ขณะทั้ง ๗ ขณะ คือ บริกรรม อุปจาร อนุโลม มรรคญาณ และผลญาณ ๒ ขณะ อนุโลมญาณ คือ บริกรรม อุปจาร และอนุโลมทั้ง ๓ ขณะรวมกัน” หรือกำหนด “ขณะทั้ง ๗ ขณะ คือ อุปจาร อนุโลม มรรคญาณ และผลญาณ ๓ ขณะ อนุโลมญาณ คือ บริกรรม อุปจาร และอนุโลมทั้ง ๒ ขณะรวมกัน” ได้	๘๕	๕๑	น้อยที่สุด	๔๒.๕	๒๕.๕
	๕๖	๗๒	น้อย	๒๘.๐	๓๖.๐
	๔๐	๖๗	ปานกลาง	๒๐.๐	๓๓.๕
	๑๙	๑๐	มาก	๙.๕	๕.๐
	-	-	มากที่สุด	-	-
๓๕) ต่อจากการกำหนดข้างต้นนี้ ท่านกำหนด “พระ	๙๗	๕๖	น้อยที่สุด	๔๘.๕	๒๘.๐

นิพพานเป็นอารมณ์”	๕๙	๘๖	น้อย	๒๙.๕	๔๓.๐
	๓๔	๔๘	ปานกลาง	๑๗.๐	๒๔.๐
	๑๐	๑๐	มาก	๕.๐	๕.๐
	-	-	มากที่สุด	-	-
๓๖) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับไปทางอนิจจัง” หรือ “ความดับไปทางทุกขัง” หรือว่า “ความดับไปทางอนัตตา”	๘๖	๕๖	น้อยที่สุด	๔๓.๐	๒๘.๐
	๕๘	๘๕	น้อย	๒๙.๐	๔๒.๕
	๔๕	๔๗	ปานกลาง	๒๒.๕	๒๓.๕
	๑๐	๑๒	มาก	๕.๐	๖.๐
	-	-	มากที่สุด	-	-
๓๗) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “ความดับเจียบตอนสุดท้าย”	๘๔	๕๘	น้อยที่สุด	๔๒.๐	๒๙.๐
	๕๙	๘๓	น้อย	๒๙.๕	๔๑.๕
	๔๕	๔๔	ปานกลาง	๒๒.๕	๒๒.๐
	๑๒	๑๕	มาก	๖.๐	๗.๕
	-	-	มากที่สุด	-	-
๓๘) ขณะเห็นรูป เป็นต้น ท่านกำหนด “การหวนกลับพิจารณาถึงสภาวะที่ตนเข้าสู่ความดับดังกล่าวข้างต้น”	๗๙	๕๓	น้อยที่สุด	๓๙.๕	๒๖.๕
	๗๒	๘๓	น้อย	๓๖.๐	๔๑.๕
	๔๔	๔๗	ปานกลาง	๒๒.๐	๒๓.๕
	๕	๑๗	มาก	๒.๕	๘.๕
	-	-	มากที่สุด	-	-

๑๐. ตารางที่ ๗ (๔) แสดงค่าร้อยละของอินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ คือ สมานินทรีย์ (สมาธิ) คู่กับวิริยินทรีย์ (วิริยะ) ในรูปแบบการนั่งสมาธิของนิสิตผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน (ก่อน-หลังปฏิบัติ)

สมานินทรีย์ (สมาธิ) คู่กับวิริยินทรีย์ (วิริยะ) ในรูปแบบของการนั่งสมาธิ	จำนวน N=๒๐๐		ระดับ ประเมิน	ร้อยละ	
	ก่อน	หลัง		ก่อน	หลัง
๓๙) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบ กับ ใจที่รู้อาการพอง-ยุบนั่นเป็นคนละอย่างกัน”	๓๘	๒๓	น้อยที่สุด	๑๙.๐	๑๑.๕
	๖๔	๗๒	น้อย	๓๒.๐	๓๖.๐
	๖๓	๖๔	ปานกลาง	๓๑.๕	๓๒.๐
	๒๖	๓๔	มาก	๑๓.๐	๑๗.๐
	๙	๗	มากที่สุด	๔.๕	๓.๕
๔๐) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบเกิดขึ้นก่อน ใจจึงตามไปรู้ทีหลัง”	๓๕	๑๘	น้อยที่สุด	๑๗.๕	๙.๐
	๕๖	๖๗	น้อย	๒๘.๐	๓๓.๕

	๗๙ ๒๔ ๖	๖๓ ๔๑ ๑๑	ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๙.๕ ๑๒.๐ ๓.๐	๓๑.๕ ๒๐.๕ ๕.๕
๔๑) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “อาการพอง-ยุบ หายไป แต่หายไปไม่หมด ยังเหลืออยู่เห็นได้ชัดเจน”	๔๐ ๖๗ ๕๘ ๓๒ ๓	๒๐ ๖๘ ๖๗ ๓๕ ๑๐	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๐.๐ ๓๓.๕ ๒๙.๐ ๑๖.๐ ๑.๕	๑๐.๐ ๓๔.๐ ๓๓.๕ ๑๗.๕ ๕.๐
๔๒) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “พอง-ยุบเกิดดับ เร็ว” หรือแสงสว่างมากมายเต็มไปหมด หรือตัวเบา เป็นต้น”	๕๓ ๕๘ ๕๗ ๒๗ ๕	๓๔ ๖๔ ๗๒ ๑๙ ๑๑	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๖.๕ ๒๙.๐ ๒๘.๕ ๑๓.๕ ๒.๕	๑๗.๐ ๓๒.๐ ๓๖.๐ ๙.๕ ๕.๕
๔๓) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “พอง-ยุบหายไป อย่างเดียว”	๓๗ ๗๔ ๖๑ ๒๒ ๖	๓๓ ๗๖ ๖๑ ๒๖ ๔	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๘.๕ ๓๗.๐ ๓๐.๕ ๑๑.๐ ๓.๐	๑๖.๕ ๓๘.๐ ๓๐.๕ ๑๓.๐ ๒.๐
๔๔) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็นพอง-ยุบหายไป หมด “เกิดความกลัว”	๕๔ ๘๐ ๕๑ ๑๒ ๓	๓๘ ๗๐ ๖๒ ๒๑ ๙	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๗.๐ ๔๐.๐ ๒๕.๕ ๖.๐ ๑.๕	๑๙.๐ ๓๕.๐ ๓๑.๐ ๑๐.๕ ๔.๕
๔๕) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดเห็น “แต่ของไม่ดี หรือไม่เห็นอะไร มีแต่หายไปๆ เห็นแต่รูปนามเป็น โทษ”	๕๓ ๗๙ ๕๗ ๗ ๔	๔๐ ๘๓ ๕๔ ๑๙ ๔	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๖.๕ ๓๙.๕ ๒๘.๕ ๓.๕ ๒.๐	๒๐.๐ ๔๑.๕ ๒๗.๐ ๙.๕ ๒.๐
๔๖) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดสังขารรูปนามได้เป็น อย่างดี “แต่รู้สึกใจแห้งแล้ง หรือรู้สึกเบื่อ ๆ”	๔๖ ๘๒ ๕๒ ๑๔ ๖	๕๐ ๕๙ ๖๑ ๒๐ ๑๐	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๓.๐ ๔๑.๐ ๒๖.๐ ๗.๐ ๓.๐	๒๕.๐ ๒๙.๕ ๓๐.๕ ๑๐.๐ ๕.๐
๔๗) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ จะมีอาการคัน เหมือนมีแมลงมาไต่ หรืออยากจะออกจากสังสารวัฏ	๔๖ ๖๕	๔๓ ๖๘	น้อยที่สุด น้อย	๒๓.๐ ๓๒.๕	๒๑.๕ ๓๔.๐

ไม่อยากจะรู้ปนามอีก	๖๕ ๑๙ ๕	๖๔ ๒๓ ๒	ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๒.๕ ๙.๕ ๒.๕	๓๒.๐ ๑๑.๕ ๑.๐
๔๘) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ การกำหนดไม่ค่อยสะดวกบางที่ต้องพยายามจนเหนื่อยและอ่อนเพลีย ถึงจะพยายามก็ไม่ทันปัจจุบัน	๔๓ ๖๑ ๗๒ ๒๑ ๓	๓๕ ๗๓ ๗๐ ๑๗ ๕	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๑.๕ ๓๐.๕ ๓๖.๐ ๑๐.๕ ๑.๕	๑๗.๕ ๓๖.๕ ๓๕.๐ ๘.๕ ๒.๕
๔๙) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ จะกำหนดได้คล่องแคล่ว ใจสงบเงียบ ไม่มีเวทนา	๓๒ ๖๒ ๘๓ ๒๓ -	๒๑ ๕๘ ๘๐ ๓๙ ๒	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๖.๐ ๓๑.๐ ๔๑.๕ ๑๑.๕ -	๑๐.๕ ๒๙.๐ ๔๐.๐ ๑๘.๕ ๑.๐
๕๐) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ เมื่อกำหนดไม่ทัน จะกำหนดรู้หนอ กำหนดช้าลงเป็นธรรมดาอีก จะมีอาการเร็วขึ้นๆ	๓๕ ๔๘ ๙๖ ๒๑ -	๓๑ ๕๘ ๘๒ ๒๙ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๑๗.๕ ๒๔.๐ ๔๘.๐ ๑๐.๕ -	๑๕.๕ ๒๙.๐ ๔๑.๐ ๑๔.๕ -
๕๑) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ ปรกกรรม อุปจารอนุโลมได้เกิดขึ้น ดับเจียบไปตอนแรกเป็นอารมณ์	๕๘ ๕๖ ๖๗ ๑๙ -	๔๙ ๕๘ ๗๗ ๑๖ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๒๙.๐ ๒๘.๐ ๓๓.๕ ๙.๕ -	๒๔.๕ ๒๙.๐ ๓๘.๕ ๘.๐ -
๕๒) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ ย่อมเห็นรูปนามแสดงโดยความเป็นทุกข์แล้วเข้าสู่มรรค ดับเจียบตอนกลาง มีนิพพานเป็นอารมณ์	๗๐ ๗๒ ๕๖ ๒ -	๔๙ ๙๔ ๔๓ ๑๔ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๓๕.๐ ๓๖.๐ ๒๘.๐ ๑.๐ -	๒๔.๕ ๔๗.๐ ๒๑.๕ ๗.๐ -
๕๓) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ ดับเจียบตอนสุดท้าย มีนิพพานเป็นอารมณ์	๘๕ ๖๗ ๔๔ ๔ -	๕๙ ๗๘ ๔๘ ๑๕ -	น้อยที่สุด น้อย ปานกลาง มาก มากที่สุด	๔๒.๕ ๓๓.๕ ๒๒.๐ ๒.๐ -	๒๙.๕ ๓๙.๐ ๒๔.๐ ๗.๕ -
๕๔) ขณะนั่งสมาธิ ท่านกำหนดอยู่ พิจารณาเห็นกิเลสที่ละได้แล้ว และกิเลสที่ยังเหลืออยู่	๘๑ ๕๗	๕๗ ๘๒	น้อยที่สุด น้อย	๔๐.๕ ๒๘.๕	๒๘.๕ ๔๑.๐

	๔๘	๔๕	ปานกลาง	๒๔.๐	๒๒.๕
	๑๔	๑๖	มาก	๗.๐	๘.๐
	-	-	มากที่สุด	-	-

๑๑. ผลการการเปรียบเทียบก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

ตารางที่ ๘ (๑) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ ๔ มาตรการย่อยก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
KNO๑	๔๒.๙๑๑	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๐๙๐๐	๒.๙๔๘๐	๓.๒๓๒๐
KNO๒	๔๓.๙๗๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๙๐๐	๒.๘๕๕๙	๓.๑๒๔๑
KNO๓	๓๔.๓๖๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๑๐๐	๒.๔๖๐๒	๒.๗๕๙๘
KNO๔	๓๕.๘๔๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๕๐๐	๒.๕๐๔๒	๒.๗๙๕๘
UND๑	๔๕.๖๐๒	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๒๐๕๐	๓.๐๖๖๔	๓.๓๔๓๖
UND๒	๔๖.๘๑๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๕๕๐	๒.๘๓๐๕	๓.๐๗๙๕
UND๓	๔๓.๒๘๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๖๕๐	๒.๘๒๙๙	๓.๑๐๐๑
UND๔	๔๓.๙๓๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๕๐๐	๒.๗๒๒๑	๒.๙๗๗๙

๑๒. ตารางที่ ๘ (๒) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ ๘ มาตรการย่อยก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐				
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference

					Lower	Upper
KNO๕	๔๔.๙๕๖	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๐๔๕๐	๒.๙๑๑๔	๓.๑๗๘๖
KNO๖	๒๕.๘๗๖	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๑๔๐๐	๒.๙๐๐๗	๓.๓๗๙๓
KNO๗	๓๘.๕๑๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๖๕๐	๒.๕๒๘๖	๒.๘๐๑๔
KNO๘	๔๑.๙๓๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๐๕๐	๒.๕๗๗๘	๒.๘๓๒๒
UND๕	๕๐.๗๔๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๒๑๕๐	๓.๐๙๐๑	๓.๓๓๙๙
UND๖	๕๓.๑๐๓	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๐๗๐๐	๒.๙๕๖๐	๓.๑๘๔๐
UND๗	๔๗.๐๓๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๙๕๐	๒.๗๗๓๖	๓.๐๑๖๔
UND๘	๔๐.๘๗๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๕๐๐	๒.๗๑๒๕	๒.๙๘๗๕

ตารางที่ ๘ (๓) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจที่เกี่ยวกับ ๖ มาตรการก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
KNO๙	๔๑.๗๘๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๐๕๐	๒.๖๗๒๖	๒.๙๓๗๔
KNO๑๐	๓๙.๕๑๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๘๕๐	๒.๖๕๖๐	๒.๙๑๔๐
KNO๑๑	๓๖.๐๕๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๑๕๐	๒.๔๗๒๐	๒.๗๕๘๐
KNO๑๒	๓๙.๐๙๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๐๐๐	๒.๔๖๘๙	๒.๗๓๑๑
KNO๑๓	๔๐.๓๒๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๖๐๐	๒.๖๒๕๐	๒.๘๙๕๐
KNO๑๔	๓๕.๗๐๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๖๐๐	๒.๕๑๓๑	๒.๘๐๖๙
UND๙	๔๒.๖๔๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๑๐๐	๒.๖๘๐๑	๒.๙๓๙๙
UND๑๐	๔๒.๑๓๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๔๕๐	๒.๘๐๗๒	๓.๐๘๒๘
UND๑๑	๓๘.๗๑๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๕๕๐	๒.๕๑๙๘	๒.๗๙๐๒
UND๑๒	๓๙.๔๖๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๕๐๐	๒.๕๑๗๖	๒.๗๘๒๔
UND๑๓	๔๒.๑๙๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๑๕๐	๒.๕๘๘๑	๒.๘๔๑๙
UND๑๔	๓๖.๕๑๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๐๐๐	๒.๖๔๘๘	๒.๙๕๑๒

๑๓. ตารางที่ ๘ (๔) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับ ๑๓ มาตรการย่อยก่อน และหลังการปฏิบัติ วิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
KNO๑๕	๓๘.๔๙๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๗๐๐	๒.๓๔๓๕	๒.๕๙๖๕
KNO๑๖	๓๗.๕๒๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๐๕๐	๒.๔๖๘๑	๒.๗๔๑๙
KNO๑๗	๓๙.๖๘๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๙๕๐	๒.๔๖๖๐	๒.๗๒๔๐
KNO๑๘	๓๗.๗๑๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๔๕๐	๒.๕๐๖๗	๒.๗๘๓๓
KNO๑๙	๓๗.๙๕๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๐๕๐	๒.๗๕๔๑	๓.๐๕๕๙
KNO๒๐	๓๘.๔๑๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๑๐๐	๒.๗๖๐๖	๓.๐๕๙๔
KNO๒๑	๓๗.๐๔๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๒๐๐	๒.๔๘๐๕	๒.๗๕๙๕
KNO๒๒	๓๙.๒๕๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๖๐๐	๒.๔๓๑๔	๒.๖๘๘๖
KNO๒๓	๓๖.๗๑๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๗๐๐	๒.๔๓๒๐	๒.๗๐๘๐
KNO๒๔	๓๗.๔๙๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๗๐๐	๒.๔๓๔๘	๒.๗๐๕๒
KNO๒๕	๓๙.๔๙๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๓๐๐	๒.๗๘๓๗	๓.๐๗๖๓
KNO๒๖	๓๘.๐๐๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๘๐๐๐	๒.๖๕๔๗	๒.๙๔๕๓
KNO๒๗	๓๗.๓๑๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๕๕๐	๒.๖๐๙๔	๒.๙๐๐๖
UND๑๕	๓๙.๖๗๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๗๐๐	๒.๕๓๗๓	๒.๘๐๒๗
UND๑๖	๔๐.๗๓๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๔๕๐	๒.๕๑๗๐	๒.๗๗๓๐
UND๑๗	๔๑.๗๔๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๔๕๐	๒.๕๒๐๐	๒.๗๗๐๐
UND๑๘	๓๙.๘๕๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๑๕๐	๒.๔๘๕๖	๒.๗๔๔๔
UND๑๙	๓๙.๕๓๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๗๐๐	๒.๖๓๑๘	๒.๙๐๘๒
UND๒๐	๓๙.๙๐๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๓๕๐	๒.๕๙๙๘	๒.๘๗๐๒
UND๒๑	๔๔.๓๙๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๑๐๐	๒.๔๘๔๑	๒.๗๒๕๙
UND๒๒	๔๒.๐๘๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๒๕๐	๒.๕๐๒๐	๒.๗๔๘๐
UND๒๓	๔๐.๓๖๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๐๕๐	๒.๔๗๗๗	๒.๗๓๒๓

UND๒๔	๓๘.๔๐๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๖๓๐๐	๒.๔๙๕๐	๒.๗๖๕๐
UND๒๕	๔๐.๔๖๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๐๑๕๐	๒.๘๖๘๑	๓.๑๖๑๙
UND๒๖	๔๐.๓๖๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๑๕๐	๒.๗๗๒๖	๓.๐๕๗๔
UND๒๗	๓๗.๗๔๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๗๑๐๐	๒.๕๖๘๔	๒.๘๕๑๖

๑๔. ตารางที่ ๘ (๕) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินสหสัมพันธ์กับปัญญานิเทศที่เกี่ยวกับ ๖ มาตรการก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
EAG๑	๔๔.๖๔๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๖๘๕๐	๓.๕๒๒๒	๓.๘๔๗๘
EAG๒	๔๗.๑๖๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๗๐๕๐	๓.๕๕๐๑	๓.๘๕๙๙
EAG๓	๓๑.๓๔๓	๑๙๙	.๐๐๐	๑.๖๙๕๐	๑.๕๘๘๔	๑.๘๐๑๖
EAG๔	๔๐.๘๗๒	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๒๘๐๐	๓.๑๒๑๗	๓.๔๓๘๓
EAG๕	๔๓.๐๐๖	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๑๖๐๐	๓.๐๑๕๑	๓.๓๐๔๙
EAG๖	๓๖.๙๔๘	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๒๔๕๐	๓.๐๗๑๘	๓.๔๑๘๒
UNDO๑	๔๕.๙๗๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๕๑๐๐	๓.๓๕๙๔	๓.๖๖๐๖
UNDO๒	๔๔.๗๓๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๕๓๐๐	๓.๓๗๔๔	๓.๖๘๕๖
UNDO๓	๔๓.๓๓๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๙๖๐๐	๒.๘๒๕๓	๓.๐๙๔๗
UNDO๔	๔๓.๖๒๙	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๓๓๕๐	๓.๑๘๔๓	๓.๔๘๕๗
UNDO๕	๔๒.๗๙๗	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๓๒๐๐	๓.๑๖๗๐	๓.๔๗๓๐
UNDO๖	๔๖.๔๖๓	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๔๑๐๐	๓.๒๖๕๓	๓.๕๕๔๗

๑๕. ตารางที่ ๘ (๖) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินวิริยนิเทศกับสมาธิที่เกี่ยวกับ ๑๖ มาตรการก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐				
	t	df	Sig. (๒-	Mean	๙๕% Confidence

			tailed)	Difference	Interval of the Difference	
					Lower	Upper
EAG୩	୩୯.୩୩୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୧୧୦	୧.୧୩୧୩	୧.୯୯୯୩
EAG୯	୯୦.୧୩୩	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୧୦୦	୧.୩୧୯୯	୩.୦୦୦୯
EAG୯	୩୯.୯୯୦	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୩୯୯୦	୧.୦୦୯୯	୧.୯୯୦୯
EAG୦୦	୩୯.୦୯୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୩୦୦୦	୧.୯୦୦୦	୧.୯୩୯୯
EAG୦୧	୧୯.୯୦୧	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୯୯୦	୧.୩୦୯୩	୧.୩୧୧୩
EAG୦୧	୩୦.୯୦୦	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୧୯୯୦	୧.୦୦୦୩	୧.୩୯୩୩
EAG୦୩	୧୯.୯୦୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୧୯୯୦	୧.୦୦୩୯	୧.୯୦୦୧
EAG୦୯	୧୯.୧୯୩	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୦୦୯୦	୧.୦୦୧୧	୧.୩୦୦୯
EAG୦୯	୧୯.୦୦୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୦୦୦୦	୧.୯୩୦୯	୧.୧୦୦୦
EAG୦୧	୧୯.୯୩୧	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୧୩୯୦	୧.୦୯୯୯	୧.୩୯୯୧
EAG୦୩	୧୯.୯୯୦	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୧୦୦୦	୧.୦୯୯୯	୧.୩୯୯୯
EAG୦୯	୧୯.୦୩୧	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୧୦୦	୧.୩୯୯୯	୧.୦୯୯୧
EAG୦୯	୧୩.୩୯୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୯୦୦	୧.୩୦୯୩	୧.୯୦୦୧
EAG୦୦	୧୯.୯୯୧	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୦୯୦୦	୧.୯୯୦୯	୧.୦୯୯୦
EAG୦୧	୧୯.୯୦୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୧୦୦	୧.୩୯୦୧	୧.୦୯୯୯
EAG୦୧	୧୯.୦୦୧	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୦୦୦	୧.୩୩୯୩	୧.୦୯୦୧
UNDO୩	୯୩.୯୩୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୧୦୦	୧.୩୩୩୯	୩.୦୯୧୧
UNDO୯	୯୧.୦୯୩	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୯୦୦	୧.୩୯୯୦	୩.୦୧୯୯
UNDO୯	୯୧.୯୦୦	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୩୯୦୦	୧.୦୧୩୦	୧.୯୩୦୯
UNDO୦୦	୯୦.୩୯୦	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୦୯୦୦	୧.୯୯୯୦	୧.୯୦୦୦
UNDO୦୧	୩୯.୩୩୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୦୯୦	୧.୩୦୯୧	୧.୦୯୯୯
UNDO୦୧	୩୧.୯୯୦	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୩୯୦୦	୧.୯୯୯୯	୧.୯୯୧୧
UNDO୦୩	୩୦.୩୯୯	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୩୩୦୦	୧.୯୯୯୩	୧.୯୩୯୩
UNDO୦୯	୩୦.୧୩୧	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୯୧୯୦	୧.୧୩୦୦	୧.୯୩୯୯
UNDO୦୯	୩୦.୧୯୦	୧୯୯	.୦୦୦	୧.୩୩୯୦	୧.୦୦୯୦	୧.୯୦୯୯

๑๕						
UNDO	๓๑.๙๙๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๐๐๐	๒.๒๕๑๑	๒.๕๕๗๙
๑๖						
UNDO	๓๒.๒๘๔	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๐๐๐	๒.๑๕๙๕	๒.๔๔๐๕
๑๗						
UNDO	๓๓.๕๓๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๔๕๐	๒.๐๑๘๙	๒.๒๗๑๑
๑๘						
UNDO	๓๔.๘๕๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๓๐๐	๒.๐๐๙๕	๒.๒๕๐๕
๑๙						
UNDO	๓๕.๘๑๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๔๕๐	๒.๐๒๖๙	๒.๒๖๓๑
๒๐						
UNDO	๓๓.๕๙๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๐๗๕๐	๑.๙๕๓๒	๒.๑๘๖๘
๒๑						
UNDO	๓๐.๘๖๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๕๐๐	๒.๑๐๖๒	๒.๓๙๓๘
๒๒						

๑๖. ตารางที่ ๘ (๓) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินสตินทรีย์สตินทรีย์ (เรื่องสติ) เป็นตัวกลางเชื่อมโยง สัทธา กับปัญญา และ วิริยะ กับสมาธิ ให้เสมอกัน ที่เกี่ยวกับ ๑๖ มาตรการย่อยก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
EAG๒๓	๓๒.๓๓๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๒๐๐	๑.๙๙๐๗	๒.๒๔๙๓
EAG๒๔	๓๑.๘๒๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๓๐๐	๒.๐๙๑๘	๒.๓๖๘๒
EAG๒๕	๒๙.๗๐๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๙๕๐	๒.๑๔๒๖	๒.๔๔๗๔
EAG๒๖	๓๐.๘๒๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๖๕๐	๒.๑๒๐๑	๒.๔๐๙๙
EAG๒๗	๒๙.๔๘๘	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๘๐๐	๒.๐๓๔๒	๒.๓๒๕๘
EAG๒๘	๒๘.๓๐๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๙๕๐	๒.๐๔๒๑	๒.๓๔๗๙
EAG๒๙	๒๘.๔๒๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๑๐๐	๒.๑๔๙๘	๒.๔๗๐๒
EAG๓๐	๒๙.๕๔๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๘๕๐	๒.๒๒๕๘	๒.๕๔๔๒

[illegible]

๓๖						
UNDO	๓๐.๕๗๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๑๐๐	๑.๙๗๓๙	๒.๒๔๖๑
๓๗						
UNDO	๓๑.๒๒๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๗๐๐	๒.๐๓๓๐	๒.๓๐๗๐
๓๘						

๑๗. ตารางที่ ๘ (๘) เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย (mean) ของคะแนน (Test Value) เพื่อประเมินสมมติฐานที่ ๑ กับ วิจัยนทรี (สมมติกับวิริยะ) ให้เหมือนกัน ที่เกี่ยวกับ ๑๖ มาตร้อยก่อน และหลังการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานโดยใช้ One-Sample Test

	Test Value = ๐					
	t	df	Sig. (๒-tailed)	Mean Difference	๙๕% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
EAG๓๙	๓๓.๐๑๒	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๒๐๐	๒.๓๖๙๕	๒.๖๗๐๕
EAG๔๐	๓๕.๖๖๑	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๕๐๐	๒.๔๐๙๐	๒.๖๙๑๐
EAG๔๑	๓๓.๖๗๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๕๕๐	๒.๓๑๑๒	๒.๕๙๘๘
EAG๔๒	๓๐.๖๙๐	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๖๕๐	๒.๒๑๓๐	๒.๕๑๗๐
EAG๔๓	๓๔.๐๒๓	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๓๐๐	๒.๒๘๙๒	๒.๕๗๐๘
EAG๔๔	๓๒.๓๗๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๕๐๐	๒.๐๑๙๑	๒.๒๘๐๙
EAG๔๕	๓๒.๙๔๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๑๕๐๐	๒.๐๒๑๓	๒.๒๗๘๗
EAG๔๖	๓๐.๔๕๕	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๐๕๐	๒.๒๔๙๓	๒.๕๖๐๗
EAG๔๗	๓๒.๗๙๗	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๓๖๐๐	๒.๒๑๘๑	๒.๕๐๑๙
EAG๔๘	๓๔.๓๗๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๔๐๐๐	๒.๒๖๒๓	๒.๕๓๗๗
EAG๔๙	๑๐.๗๓๕	๑๙๙	.๐๐๐	๓.๓๐๕๐	๒.๖๙๗๙	๓.๙๑๒๑
EAG๕๐	๓๕.๘๗๙	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๕๙๕๐	๒.๔๕๒๔	๒.๗๓๗๖
EAG๕๑	๓๑.๔๖๖	๑๙๙	.๐๐๐	๒.๒๕๐๐	๒.๑๐๙๐	๒.๓๙๑๐
EAG๕๒	๓๓.๖๖๙	๑๙๙	.๐๐๐	๑.๙๕๐๐	๑.๘๓๕๘	๒.๐๖๔๒
EAG๕๓	๓๐.๙๘๙	๑๙๙	.๐๐๐	๑.๘๓๕๐	๑.๗๑๘๒	๑.๙๕๑๘

[illegible]

ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิท่านที่ ๑

ชื่อ-ฉายา / นามสกุล	พระราชสิทธิมนี, วิ., ดร. (บุญชิต ญาณสัโร/สุตโปรง)
วัน เดือน ปี เกิด	วันที่ ๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๐๓
สถานที่เกิด	ตำบลบึงเนียม อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
บรรพชา-อุปสมบท	- เมื่อวันที่ ๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๒๐ ณ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ โดยมีพระธรรมปัญญาบดี (สวสดี กิตติสาโร ป.ธ. ๕) เป็นพระอุปัชฌาย์ - เมื่อวันที่ ๑๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๒๖ ณ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ โดยมีสมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาสภมหาเถระ ป.ธ. ๕) เป็นพระอุปัชฌาย์
ประวัติการศึกษา	พ.ศ. ๒๕๑๓ สำเร็จชั้นประถมศึกษาปีที่ ๔ โรงเรียนบ้านบึงเนียม จ.ขอนแก่น พ.ศ. ๒๕๑๗ สอบไล่ได้นักธรรมเอก วัดดงมาราม สำนักเรียน จ.ขอนแก่น พ.ศ. ๒๕๒๘ ปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยม) สาขาวิชาศาสนา ปรัชญา คณะพุทธศาสตร์ ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๓๑เปรียญธรรม ๙ ประโยค วัดมหาธาตุฯ พ.ศ. ๒๕๓๔ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท อักษรศาสตรมหาบัณฑิต (อ.ม.) สาขาศาสนาศาสนาเปรียบเทียบ มหาวิทยาลัยมหิดล พ.ศ. ๒๕๕๔ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาเอก พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต (พธ.ด.) สาขาวิชาพระพุทธศาสนา หลักสูตรนานาชาติ (International Program) ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ประวัติการทำงาน	- ผู้ช่วยเจ้าอาวาสพระอารมหลวงวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ คณะ ๓ - เจ้าคณะเขตพญาไท - พระอุปัชฌาย์วิสามัญ - พระวิปัสสนาจารย์ สอนวิปัสสนากรรมฐาน วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ - พระวิปัสสนาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย ระดับปริญญาโท - ปริญญาเอก ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมสังฆาธิการ - พระวิปัสสนาจารย์ บรรยายธรรม และสอนให้กับ ยุวพุทธิกสมาคมฯ - พระวิปัสสนาจารย์/วิทยากรบรรยายตามสถานที่ และสถานศึกษาต่างๆ ตามที่ได้รับอาราธนา - อาจารย์บรรยายวิชาธรรมะภาคปฏิบัติแก่นิสิตระดับปริญญาตรี ทุกคน - อาจารย์บรรยายวิชาวิปัสสนากรรมฐานแก่นิสิตระดับปริญญาเอก - อาจารย์ควบคุมวิทยานิพนธ์ และสอบสารนิพนธ์ วิทยานิพนธ์นิตยระดับปริญญาเอก
การปฏิบัติกรรมฐาน	- ศึกษาแนวทางปฏิบัติวิปัสสนากัมปฏฐานตามแนวมหาสติปัฏฐาน โดยมี

	พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ ป.ธ. ๙) เมื่อครั้งดำรงสมณศักดิ์เป็นพระเทพสิทธิมนี
	- มีพระอาจารย์ ดร. พระภัททันตะอาสภเถระ อัครมหาภิกษุปัญฐานาจริยะ เป็นอาจารย์ผู้บอกกัมมัฏฐาน
ความเชี่ยวชาญพิเศษ	- วิปัสสนาธุระ - อาจารย์ประจำคณะพุทธศาสตร์ ภาควิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร คณะ ๓ แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐

ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิท่านที่ ๒

ชื่อ-ฉายา / นามสกุล	พระสมภาร สมภาโร (ทวีรัตน์), ผู้ช่วยศาสตราจารย์
วัน เดือน ปี เกิด	วันอังคารที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๔๙๑
สถานที่เกิด	จังหวัดสมุทรปราการ
บรรพชา-อุปสมบท	
ประวัติการศึกษา	- นักธรรมเอก วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ - ป.กศ. (ชั้นสูง) มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - ปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.) สาขาวิชาการสอนสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท อักษรศาสตรมหาบัณฑิต (อ.ม.) สาขาศาสนาศาสนาเปรียบเทียบ มหาวิทยาลัยมหิดล
ประวัติการทำงาน	- พระวิปัสสนาจารย์ สอนวิปัสสนากรรมฐาน วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ - ประธานพระวิปัสสนาจารย์ โครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานบัณฑิตวิทยาลัยระดับปริญญาโท ปริญญาเอก ม.มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมสังฆาธิการ - พระวิปัสสนาจารย์ บรรยายธรรม และสอนให้กับสำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ยุวพุทธิกสมาคมฯ - พระวิปัสสนาจารย์/วิทยากรบรรยายตามสถานที่ และสถานศึกษาของรัฐบาล เอกชน และอื่นๆ ตามที่ได้รับอาราธนา - อาจารย์บรรยายวิชาธรรมะภาคปฏิบัติแก่นิสิตระดับปริญญาตรี ทุกคณะ - อาจารย์บรรยายวิชากรรมฐานแก่นิสิตระดับปริญญาโท ทุกคณะ - อาจารย์ควบคุมวิทยานิพนธ์นิสิตระดับปริญญาโท และสอบสารนิพนธ์นิสิตระดับปริญญาเอก

การปฏิบัติกรรมฐาน	- เข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยมีพระอาจารย์ ดร. พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากรรมฐานาจารย์ เป็น พระวิปัสสนาจารย์ใหญ่คอยควบคุมดูแลการส่งและสอบอารมณ์อย่าง เข้มข้นเป็น ๓ ปี ณ สำนักวิเวกอาศรม จ.ชลบุรี
ความเชี่ยวชาญพิเศษ	- วิปัสสนาธุระ - ผู้ชำนาญการพิเศษ เป็นผู้ช่วยศาสตราจารย์ด้านวิปัสสนากัมมัฏฐาน ประจำคณะพุทธศาสตร์ ภาควิชาพระพุทธศาสนา มหาวิทยาลัย มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ราชวรมหาวิหาร คณะ ๕ แขวงพระบรมมหาราชวัง เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร ๑๐๒๐๐

ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิท่านที่ ๓

ชื่อ-ฉายา / นามสกุล	พระครูภาวนาวราลังการ, วิ. (สมศักดิ์ โสรโท/วิสัย)
วัน เดือน ปี เกิด	เมื่อวันที่ ๒๙ ตุลาคม ๒๕๐๖
สถานที่เกิด	บ้านเลขที่ ๒๘ หมู่ที่ ๗ ตำบลหนองไผ่งาม อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์
บรรพชา-อุปสมบท	วันที่ ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๒๗ ณ วัดโคน โดยมีพระครูบริหารกิจโกศล เป็น พระอุปัชฌาย์ พระครูประสิทธิ์ชัยวัฒน์และพระภูมิ โอภาโส เป็นพระคู่สวด
ประวัติการศึกษา	- นักธรรมเอก สนามหลวง - ปริญญาตรีพุทธศาสตรบัณฑิต (พธ.บ.เกียรตินิยม) คณะพุทธศาสตร์ - มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
ประวัติการทำงาน	- เป็นผู้ช่วยพระอาจารย์ใหญ่ฯ เป็นพระวิปัสสนาจารย์ประจำสำนัก วิปัสสนาวิเวกอาศรม ประมาณ ๓ ปี ๖ เดือน - เป็นพระธรรมทูตสายต่างประเทศเดินทางไปเผยแผ่วิปัสสนากรรมฐาน ณ ประเทศสหรัฐอเมริกา เป็นเวลา ๒ ปี - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมพระธรรมทูตสายต่างประเทศ - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมสังฆาธิการ - เป็นพระวิปัสสนาจารย์ผู้ให้การอบรมแก่พระนิสิต จากมหาวิทยาลัยมหา จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย - เป็นวิทยากรผู้ให้การอบรมวิปัสสนากรรมฐานแก่ผู้สนใจทั่วไป - เป็นเจ้าอาวาสวัดภัททันตะอาสภาราม - เป็นเจ้าสำนักวิปัสสนา สมมิตร-ปราณี - เป็นรองพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนากรรมฐาน
การปฏิบัติกรรมฐาน	เข้าปฏิบัติสมณะ-วิปัสสนากรรมฐานในลักษณะไม่ต่อเนื่อง ๙ ปี เฉพาะการ ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ (พอง-ยุบ) แบบจริงจัง ต่อเนื่อง ๑ ปี พระอาจารย์ผู้ให้กรรมฐานและสอบอารมณ์ ก็คือพระ

อาจารย์ ดร. พระภัททันตะอาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจริยะ พระ
 อาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ
 ความเชี่ยวชาญพิเศษ วิปัสสนาธุระ
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน วัดภัททันตะอาสภาราม ตำบลหนองไผ่แก้ว อำเภอบ้านบึง จังหวัดชลบุรี

ประวัติผู้ทรงคุณวุฒิท่านที่ ๔

ชื่อ / นามสกุล ศาสตราจารย์เกียรติคุณ นพ. จำลอง ดิษยวณิช
 วัน เดือน ปี เกิด
 สถานที่เกิด จังหวัดเชียงใหม่
 ประวัติการศึกษา พ.บ., M.S., M.D. (Psychiatry) สหรัฐอเมริกา
 ประวัติการทำงาน
 - เป็นวิทยากรบรรยายพิเศษเรื่องวิปัสสนากัมมัฏฐานแก่พระสังฆาธิการ ณ
 สำนักงานพุทธมณฑล สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ ปี ๒๕๔๖-๔๙
 - เป็นที่ปรึกษาวิปัสสนาจารย์ในโครงการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนิสิต
 บัณฑิตวิทยาลัย ระดับปริญญาโท ปริญญาเอก มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลง
 กรณราชวิทยาลัย
 - อาจารย์พิเศษศูนย์การศึกษาวิทยาเขตล้านนา มหาวิทยาลัยมหามกุฏราช
 วิทยาลัย วิทยาเขตล้านนา จังหวัดเชียงใหม่
 - อาจารย์พิเศษ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 การปฏิบัติกรรมฐาน เข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยมีพระ
 อาจารย์ ดร. พระภัททันตะ อาสภมหาเถระ อัครมหากัมมัฏฐานาจริยะ
 เป็นพระวิปัสสนาจารย์ใหญ่คอยควบคุมดูแลการส่งและสอบอารมณ์อย่าง
 เข้มข้น ณ สำนักวิเวกอาศรม จ.ชลบุรี
 ความเชี่ยวชาญพิเศษ - วิปัสสนากัมมัฏฐาน
 - จิตเวชศาสตร์ สรีรวิทยา
 สถานที่อยู่ปัจจุบัน ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 อ.เมือง จ. เชียงใหม่



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร. ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐ ภายใน ๑๑๓๓, ๑๑๒๗

ที่ ศธ ๖๑๐๑/๕๒๙ วันที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอนิมนต์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน พระราชสิทธิธัมม, วิ. ดร.

ด้วย พระมหาบุญเลิศ ธมมทสสี นามสกุล โอฐสุ นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๐๖๑๕๐๕๐๐๙ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
“การสร้างตัวชี้วัดเพื่อวิเคราะห์อันตราย ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ ในผู้ปฏิบัติวิปัสสนา
กรรมฐาน” โดยในการทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ได้มีการออกแบบเครื่องมือวิจัยขึ้นมาใหม่ เพื่อนำ
ข้อมูลมาประกอบการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ จึงเรียนมาเพื่อเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา
(ความตรงของเนื้อหา content Validity) และหาค่าความเชื่อมั่น (ความเชื่อถือได้ของเนื้อหา
content Reliability) โดยทางสถิติ ความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ และนิยามศัพท์ของ
การประเมินและทำการแก้ไขแบบสอบถาม เครื่องมือวิจัยให้กับนิสิต

เรียนมาเพื่อทราบและอนุเคราะห์สลับไป

(พระสุธีธรรมานุวัตร, ผศ.ดร.)
คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน บัณฑิตวิทยาลัย โทร. ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐ ภายใน ๑๑๓๓, ๑๑๒๗

ที่ ศธ ๖๑๐๑/๕๒๙ วันที่ ๕ ตุลาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอนิมนต์เป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน ผศ. พระสมภาร สมภาไร

ด้วย พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี นามสกุล โอฐสู นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาพระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๐๖๑๕๐๕๐๐๙ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “การสร้างตัวชี้วัดเพื่อวิเคราะห์อันตราย ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ ในผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน” โดยในการทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ได้มีการออกแบบเครื่องมือวิจัยขึ้นมาใหม่ เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ จึงเรียนมาเพื่อเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา (ความตรงของเนื้อหา content Validity) และหาค่าความเชื่อมั่น (ความเชื่อถือได้ของเนื้อหา content Reliability) โดยทางสถิติ ความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ และนิยามศัพท์ของการประเมินและทำการแก้ไขแบบสอบถาม เครื่องมือวิจัยให้กับนิสิต

เรียนมาเพื่อทราบและอนุเคราะห์สืบไป

(พระสุธีธรรมานวัตร, ผศ.ดร.)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ แขวงพระบรมมหาราชวัง
เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร โทร. ๐-๒๒๒๒๑-
๔๘๕๙ โทรสาร ๐-๒๒๒๒๖-๖๖๒๕๒,

ที่ ศธ ๖๑๐๑/๗๖๒

๕ ตุลาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

เรียน พระครูภาวนาวาราลังการ,วิ.

สิ่งที่ส่งมาด้วย เอกสารแบบเครื่องมือการวิจัย จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระมหาบุญเลิศ ธมมทสสี นามสกุล โอธูสู นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๐๖๑๕๐๕๐๐๙ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
“การสร้างตัวชี้วัดเพื่อวิเคราะห์อินทรีย์ ๕ เปรียบเทียบกับญาณ ๑๖ ในผู้ปฏิบัติวิปัสสนา
กรรมฐาน” โดยในการทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ได้มีการออกแบบเครื่องมือวิจัยขึ้นมาใหม่ เพื่อ
นำข้อมูลมาประกอบการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ จึงเรียนมาเพื่อเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหา
(ความตรงของเนื้อหา content Validity) และหาค่าความเชื่อมั่น (ความเชื่อถือได้ของเนื้อหา
content Reliability) โดยทางสถิติ ความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ และนิยามศัพท์ของ
การประเมินและทำการแก้ไขแบบสอบถาม เครื่องมือวิจัยให้กับนิสิต หวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะ
ได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน จึงขอขอบคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้

เรียนมาด้วยความนับถือ

(พระสุธีธรรมานุวัตร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร./โทรสาร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐

<http://gds.mcu.ac.th>, E-mail: gds@mcu.ac.th

ผู้ประสานงาน : พระมหาธนวุฒิ โชติธมโม เจ้าหน้าที่ธุรการสำนักงานคณบดีฯ โทร. ๐๘๔-๙๒๙๗๕๙๙

พระมหาบุญเลิศ ธมมทสสี นิสิตผู้วิจัย โทร. ๐๘๑-๖๓๑๘๗๐๔

ที่ ศธ ๖๑๐๑/๗๖๒



มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย
วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ แขวงพระบรมมหาราชวัง
เขตพระนคร กรุงเทพมหานคร โทร. ๐-๒๒๒๒๑-๔๘๕๙
โทรสาร ๐-๒๒๒๒๖-๖๖๒๕๒, www.mcu.ac.th

๕ ตุลาคม ๒๕๕๕

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย
เจริญพร ศ. เกียรติคุณ นพ.จำลอง ดิษยวณิช

สิ่งที่ส่งมาด้วย เอกสารแบบเครื่องมือการวิจัย จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วย พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี นามสกุล โอรุสฺสู นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชา
พระพุทธศาสนา เลขประจำตัวนิสิต ๕๐๖๑๕๐๕๐๐๙ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง
“การสร้างตัวชี้วัดเพื่อวิเคราะห์อันตราย ๕ ในผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน โดยเปรียบเทียบ
กับญาณ ๑๖” โดยในการทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้ ได้มีการออกแบบเครื่องมือวิจัยขึ้นมาใหม่
เพื่อนำข้อมูลมาประกอบการทำวิจัยให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

เพื่อการนี้ จึง เจริญพรามาเพื่อเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องของ
เนื้อหา (ความตรงของเนื้อหา content Validity) และหาค่าความเชื่อมั่น (ความเชื่อถือได้ของ
เนื้อหา content Reliability) โดยทางสถิติ ความสอดคล้องระหว่างวัตถุประสงค์ และนิยาม
ศัพท์ของการประเมินและทำการแก้ไขแบบสอบถาม เครื่องมือวิจัยให้กับนิสิต หวังเป็นอย่าง
ยิ่งว่าจะได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน จึงขออนุโมทนาขอบคุณล่วงหน้ามา ณ โอกาสนี้

ขอเจริญพร

(พระสุธีธรรมานุวัตร)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร./โทรสาร ๐-๒๒๒๒-๐๖๘๐

<http://gds.mcu.ac.th>, E-mail: gds@mcu.ac.th

ผู้ประสานงาน : พระมหาอนุวุฒิ โชติธมฺโม เจ้าหน้าที่ธุรการสำนักงานคณบดี โทร. ๐๘๔-๙๒๐๙๗๕๙๙

พระมหาบุญเลิศ ธมฺมทสฺสี นิสิตผู้วิจัย โทร. ๐๘๑-๖๓๑๘๗๐๔