

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

มนุษย์เป็นสัตว์สังคมจำเป็นต้องอยู่ร่วมกันเป็นหมู่คณะ เพื่อดำรงวิถีชีวิตความเป็นมนุษย์มีการพึ่งพาอาศัยกันและกัน มีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกันในฐานะระดับต่างๆ เช่น บิดามารดา พี่น้องญาติมิตรและคนรอบข้างอื่นๆ ในสังคม เป็นต้น ต่างก็มีความคิดเห็นหรือทฤษฎี^๑ เป็นของตนเองก่อให้เกิดการยึดตน และยึดเอาประโยชน์ของตนเท่านั้น ยึดพวกพ้อง ต้องการเป็นที่ยอมรับของผู้อื่นแสดงถึงการเป็นกลุ่มเดียวกัน เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความสับสนและความประพฤติของคนแต่ละคนเปลี่ยนแปลงไปทั้งในด้านดีและไม่ดีตามแบบอย่างที่ยึดตนนั้น ถ้ายึดตามบุคคลที่มีความประพฤติปฏิบัติดี ทัศนคติดี จะนำมาซึ่งความเจริญ แต่หากยึดตามบุคคลที่มีความประพฤติปฏิบัติไม่ดี จะนำมาซึ่งปัญหาต่างๆ ส่งผลร้ายต่อการดำเนินชีวิตของตน เป็นสาเหตุสำคัญที่นำไปสู่ความขัดแย้งกัน ความแตกแยกกัน อันเป็นสัญญาณบอกถึงความเสื่อมถอยของสังคม และเป็นภัยอันตรายอย่างยิ่ง ทั้งนี้เพราะเมื่อสังคมล่มสลาย ประชาชนก็อยู่ไม่ได้ ต้องมีอันล้มจมเช่นกัน จึงจำเป็นต้องมีการแก้ไขด้วยการร่วมมือร่วมใจกัน ทุกคนต้องทำหน้าที่ของตนให้สะอาด สุจริตและสมบูรณ์ เมื่อทุกคน ทุกฝ่ายและทุกคณะในสังคม มีความเป็นกัลยาณมิตรให้แก่กันและกัน ความเมตตาจะเข้ามาแทนที่เป็นตัวช่วยประสานทำให้เกิดความสงบสุข ความเห็นแก่ตัวจะไม่มีโอกาสได้เกิดขึ้น ความเป็นกัลยาณมิตรนั้นมีอยู่ในบุคคล หรือสังคมใด บุคคลนั้นย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์สุขและความเจริญในสังคมนั้นๆ แม้ธรรมชาติของมนุษย์เป็นสัตว์สังคมพร้อมที่จะเรียนรู้พัฒนาตนเองทางด้านจิตใจและวัตถุเป็นพื้นฐานอยู่แล้ว แต่มิใช่น้อยคนนักที่จะทำให้ตนเองเกิดความเห็นชอบสามารถนำพาตนเองเข้าสู่หลักการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องได้ บุคคลโดยมากต้องอาศัยการช่วยชี้แนะแนวทาง ชักจูงตลอดจนคำแนะนำสั่งสอน เพื่อให้เกิดการดำเนินชีวิตที่ดีงามประสบผลดีและเกิดความสุข ทั้งทางโลกและทางธรรมล้วนแล้วแต่อาศัยกัลยาณมิตรเป็นปัจจัยสำคัญ

คำว่า “กัลยาณมิตร” ในพระพุทธศาสนา หมายถึง เพื่อนที่ดีงาม มิตรที่ประเสริฐ มีพฤติกรรม การกระทำที่สะอาดบริสุทธิ์ สามารถให้คำแนะนำคำสั่งสอน ชี้โทษ บอกประโยชน์แก่มิตรได้โดยมิหวังผลตอบแทน ประกอบด้วย พรหมวิหาร ๔ ประการ เป็นต้น แต่ก็มีได้หมายความจำกัดเพียงแค่มิตรร่วมอยู่ร่วมกันหรือร่วมงานอย่างที่ทางโลกนิยมกันเท่านั้น มิตรหรือกัลยาณมิตรมี

^๑ อก.ฉก. (ไทย) ๒๒/๒๘๒-๒๘๓/๓๒๒-๓๒๔.

ความหมายครอบคลุมไปถึงบุคคลที่เคารพนับถือ เชื่อฟังและประพฤติปฏิบัติตาม เช่น ในครอบครัว คือ พ่อแม่ ในสถาบันการศึกษาก็มีครู อาจารย์ ในทางพระพุทธศาสนา ได้แก่ พระภิกษุสงฆ์ ท่านทั้งหลายเหล่านั้นในทางพระพุทธศาสนาเถรวาทเปรียบว่าเป็นกัลยาณมิตร ดังพุทธพจน์ว่า

“ภิกษุทั้งหลาย เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นเหตุให้กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้น หรือเป็นเหตุให้อกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วเสื่อมไปเหมือนความมีกัลยาณมิตร(มิตรดี)นี้ เมื่อมีกัลยาณมิตร กุศลธรรมที่ยังไม่เกิดขึ้นก็เกิดขึ้น และอกุศลธรรมที่เกิดขึ้นแล้วก็เสื่อมไป^๒ เราไม่เห็นธรรมอื่นแม้อย่างหนึ่งที่เป็นไปเพื่อประโยชน์มาก เหมือนความมีกัลยาณมิตรนี้ ความมีกัลยาณมิตรย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์มาก”^๓

พระพุทธพจน์ข้างต้น แสดงให้เห็นว่า ความเกิดขึ้นแห่งกุศลธรรมหรือความดีงามนั้นล้วนเกิดจากกัลยาณมิตร การสนใจเอาใจใส่ต่อคำสอนของกัลยาณมิตร และปฏิบัติตามคำสอนนั้น จนเกิดความเห็นที่ถูกต้องทำนองคลองธรรม ย่อมได้รับประโยชน์ต่างๆ ที่หวังได้นั้น ฉะนั้น ความเจริญรุ่งเรืองมั่นคงของชีวิตในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคมประเทศชาตินั้นจะเกิดขึ้นได้ ส่วนหนึ่งมาจากการคบเพื่อนที่ดี คอยแนะนำ ตักเตือนให้สติ ร่วมแรงร่วมใจกันสร้างบรรยากาศที่ดีในสังคมของตน รู้จักเลือกเสวนาบุคคล หรือเข้าร่วมหมู่กับท่านผู้ทรงคุณทรงปัญญา มีความสามารถ ซึ่งจะช่วยเหลือสนับสนุน ชักจูง ชี้ช่องทาง เป็นแบบอย่าง ตลอดจนเป็นเครื่องอุดหนุนเกื้อกูลแก่กัน ให้ดำเนินก้าวหน้าไปด้วยดี

กัลยาณมิตรไม่เพียงมีความสำคัญสำหรับการดำเนินชีวิตทั่ว ๆ ไปเท่านั้น แต่กัลยาณมิตรนั้นยังมีความสำคัญสำหรับการเจริญกรรมฐานในทางพุทธศาสนาด้วยเช่นกัน เช่น การมีกัลยาณมิตรที่ดีในการเจริญกรรมฐานจะทำให้ได้เข้าถึงหลักธรรมอย่างแท้จริงสามารถนำชีวิตให้หลุดพ้นได้ ดังปรากฏตัวอย่างให้เห็นในตอนที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้เป็นกัลยาณมิตรที่สูงที่สุด ทรงโปรด พระวักกิลในการปฏิบัติธรรม ความว่า พระวักกิลเป็นกลุ่มพระเถระที่เกิดอยู่ในสาวัตถี มีความศรัทธาในพระมหาปुरुสลักษณะ ของพระพุทธเจ้าเป็นอย่างมาก ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงใช้พุทธวิธีในการสอนด้วยการให้เกิดการสังเวชและขับไล่ให้ออกจากสำนักด้วยพระดำรัสว่า “จะมีประโยชน์อะไรด้วยการมองดูร่างกายอันเน่าเปื่อยของเรานี้ จงหลีกไปเสีย” พระวักกิลรู้สึกเสียใจต่อการขับไล่ของพระบรมศาสดา จึงตั้งใจจะกระโดดหน้าผาตาย พระพุทธองค์ทรงทราบด้วยพระญาณจึงเสด็จไปเพื่อทัดทาน แล้วตรัสว่า “ดูกร วักกิล เราเป็นที่พึ่งของเธอ ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นเห็นเรา ผู้ใดเห็นเรา ผู้นั้นเห็นธรรม” พระวักกิลพิจารณาตามกระแสธรรมจึงได้บรรลุธรรมและได้รับยกย่องให้เป็นเอตทัคคะว่าเป็นยอดของ

^๒ อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๗๑/๑๓

^๓ อ.เอกก. (ไทย) ๒๐/๙๕/๑๖.

ภิกษุผู้ศรัทธาวิมุต คือ การหลุดพ้นโดยอาศัยศรัทธาเป็นฐาน^๙ สำหรับการไม่มีกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐานจะทำให้ไม่สามารถเข้าถึงหลักธรรมได้หรือจะปฏิบัติไปในทางที่ผิด ในที่นี้ขอยกตัวอย่างการไม่มีกัลยาณมิตรที่ดีจึงทำให้ไม่สามารถเข้าถึงหลักธรรมได้ ดังปรากฏในหนังสือของพระพรหมคุณาภรณ์ที่กล่าวว่าอาหารดาบส และอุทกดาบส ซึ่งเป็นอาจารย์ผู้สอนสมบัติที่พระมหาบุรุษเสด็จไปศึกษาอยู่ด้วยคราวหนึ่ง แม้ทั้งสองท่านนี้จะเป็นคณาจารย์ผู้ทรงความรู้ แต่เมื่อไม่ได้มีโอกาสพบกัลยาณมิตร คือพระพุทเจ้าก็ทำให้ไม่สามารถที่จะบรรลุธรรมได้

จากเหตุผลดังกล่าวนี้ ทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาเรื่องกัลยาณมิตรตามหลักคำสอนในพระพุทธศาสนาว่ามีคุณลักษณะและมีบทบาทอย่างไรในการเจริญกรรมฐาน และมีความสำคัญอย่างไรในการฝึกเจริญกรรมฐานอันจะนำไปสู่การพัฒนาจิตใจเพื่อการดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างสงบสุข รวมทั้งสามารถช่วยเหลือผู้อื่นให้เห็นแนวทางในการดำเนินชีวิตที่ไปสู่ความสุขความสงบ ปราศจากปัญหาและความยุ่งยากต่าง ๆ ในชีวิต และนำความเจริญรุ่งเรืองมาสู่สังคมประเทศชาติสืบไป

๑.๒ วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑.๒.๑ เพื่อศึกษาลักษณะทั่วไปของมิตร คุณสมบัติ และคุณธรรมของกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนา

๑.๒.๒ เพื่อศึกษาแนวคิดและความสำคัญของการเจริญกรรมฐานในพระพุทธศาสนา

๑.๒.๓ เพื่อวิเคราะห์ความสำคัญ คุณธรรมและบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน และการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

๑.๓ ขอบเขตของการวิจัย

๑.๓.๑ ขอบเขตด้านเอกสารและคัมภีร์

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยวิธีการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ดังนั้นจึงใช้การศึกษาค้นคว้าจากพระไตรปิฎก วิทยุมรรค สุตตันตปิฎก ขาดกต่าง ๆ วิทยาสนาภูมิ ตำราหนังสือวิชาการรวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๓.๒ ขอบเขตด้านเนื้อหา

เนื้อหาที่ใช้ในการศึกษาเอกสาร ประกอบด้วย ๑) ลักษณะทั่วไปของมิตร คุณสมบัติ และคุณธรรมของกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนา และ ๒) การเจริญกรรมฐานในพระพุทธศาสนา สำหรับเนื้อหาที่ใช้วิเคราะห์ ความสำคัญ คุณธรรมและบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐานได้

^๙ พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์ (ชำระ-เพิ่มเติมครั้งที่ ๑), พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๑), หน้า ๓๕๗.

แบ่งเป็น ๒ ประเด็น คือ ๑) วิเคราะห์บทบาทของพระพุทธเจ้าในฐานะกัลยาณมิตรต่อพระสาวก โดยเลือกแบบเจาะจงพระสาวกจากอัสติมหาสาวก จำนวน ๑๕ รูป ได้แก่ พระอัญญาโกณฑัญญะ พระอัสสชิ พระนาลกะ พระยสะ พระอรุเวลกัสสปะ พระสารีบุตร พระมหาโมคคัลลานะ พระมหากัสสปะ พระวัคคิ พระองคุลิมาล พระอานนท์ พระอุบาลี พระจูฬปันถก พระมหากัจจายนะ และพระปุลณณะ และ ๒) วิเคราะห์บทบาทของพระเถระในฐานะกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน โดยเลือกแบบเจาะจงพระเถระผู้มีบทบาทในการสอนการเจริญกรรมฐาน จำนวน ๕ ท่าน ได้แก่ หลวงปู่ชาหลวงพ่อเทียน จิตตสุโข พุทธทาสภิกขุ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร) และพระอธิการสนอง กตปุญโญ

๑.๔ คำจำกัดความของศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

๑.๔.๑ กัลยาณมิตร หมายถึง ผู้แนะนำสั่งสอน ผู้สนับสนุน ชักจูง ชี้ช่องทาง เป็นแบบอย่างตลอดจนเป็นเครื่องอุดหนุนเกื้อกูลแก่กันให้ดำเนินก้าวหน้าไปด้วยดีในการศึกษาอบรม มีคุณสมบัติที่เรียกว่า กัลยาณมิตรธรรม หรือธรรมของกัลยาณมิตร ๗ ประการ คือ ๑) ปิโย น่ารัก มีเมตตา เป็นที่สบายจิตสนิทใจ ชวนให้อยากเข้าไปหา ๒) ครุ น่าเคารพ ด้วยความประพฤติหนักแน่น เป็นที่พึ่งอาศัยได้ ๓) ภาวนีโย นำเจริญใจ ด้วยความเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตน ๔) วัตตา รู้จักพูดให้ได้ผล รู้จักชี้แจงแนะนำ เป็นที่ปรึกษาที่ดี ๕) วจนักขโม อุดหนุนต่อถ้อยคำ พร้อมทั้งจะรับฟังคำปรึกษาซักถาม ๖) คัมภีรญจะ กล้ง กัดตา แกล้งเรื่องล้อลี้กได้ สามารถอธิบายเรื่องยุ่งยากซับซ้อนให้เข้าใจ และ ๗) โน จักฺขฺฐาเน นิโยชะเย ไม่ชักนำไปในอวิชชา คือ ไม่ชักจูงในทางเสื่อมเสีย หรือเรื่องเหลวไหลไม่สมควร^๕

๑.๔.๒ การเจริญกรรมฐาน หมายถึง การฝึกอบรมจิตใจให้เกิดความสงบ โดยใช้อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งงานเจริญภาวนา ที่ตั้งแห่งงานทำความเพียร ฝึกอบรมจิต และวิธีฝึกอบรมจิต แบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน

๑.๔.๓ สมถกรรมฐาน หมายถึง การฝึกจิตให้สงบเป็นสมาธิด้วยวิธีฝึกอบรมเจริญจิต โดย มีสิ่งที่ใช้เป็นอารมณ์ในการเจริญภาวนาหรือกลวิธีเหนี่ยวนำสมาธิ ซึ่งสิ่งที่ใช้ฝึกสมาธินี้ตามที่พระอรหันตศาสดาจารย์ได้รวบรวมไว้มี ๔๐ อย่าง คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ อัปปมัญญา ๔ อาหาเรปฏิกูลสัญญา ๑ จตุธาตวาทฐาน ๑ และอรุป^๖ และผลสัมฤทธิ์ของสมถกรรมฐาน เรียกว่า ฌาน

^๕ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๒, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๕๒), หน้า ๖๓๒ – ๖๓๓.

^๖ พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), **พุทธธรรม**, พิมพ์ครั้งที่ ๑๑, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๖), หน้า ๘๕๑-๘๕๒.

๑.๔.๔ วิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง วิธีฝึกอบรมเจริญกรรมฐานเพื่อให้เกิดการรู้แจ้งหรือข้อปฏิบัติต่าง ๆ ในการฝึกฝนอบรมปัญญาให้เกิดความเห็นแจ้งรู้ชัดสิ่งทั้งหลายตรงต่อสภาวะของมัน คือให้เข้าใจตามความเป็นจริง จนถอนความหลงผิดรู้ผิดและยึดติดในสิ่งทั้งหลายได้ ถึงขั้นเปลี่ยนท่าทีต่อโลกและชีวิตใหม่ ทั้งท่าทีแห่งการมอง การรับรู้ การวางจิตใจและความรู้สึกทั้งหลาย โดยความรู้ความเข้าใจถูกต้องที่เกิดเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ในระหว่างการปฏิบัตินั้น เรียกว่า ญาณ มีหลายระดับ และญาณสำคัญในขั้นสุดท้าย เรียกว่า วิชชา ดังนั้น ญาณและวิชา จึงเป็นจุดมุ่งหมายของวิปัสสนา

๑.๕ เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑.๕.๑ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนา

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต) ได้กล่าวถึง หลักธรรมที่แสดงถึงความเป็นกัลยาณมิตร ในหนังสือ **“พุทธธรรม”** ไว้ในหัวข้อธรรมที่ว่าด้วย กัลยาณมิตรธรรม ๗ คือ ๑) ปิโย น่ารัก คือ เข้าใจจิตใจ สร้างความรู้สึกสนิทสนม เป็นกันเอง มีเมตตา เป็นที่สบายจิตสนิทใจ ชวนให้อยากเข้าไปหา เพื่อปรึกษาไต่ถาม ๒) ครุ น่าเคารพ คือ มีความประพฤติสมควรแก่ฐานะ ทำให้เกิดความรู้สึกขอบุญใจ เป็นที่พึ่งได้และปลอดภัย ๓) ภาวนีโย น่าเจริญใจ คือ มีความรู้จริง ทรงภูมิปัญญาแท้จริง และเป็นผู้ฝึกฝนปรับปรุงตนอยู่เสมอ ๔) วัตตา รู้จักพูดให้ได้ผล คือ พูดเป็น รู้จักชี้แจงให้เข้าใจ คอยให้คำแนะนำว่ากล่าวตักเตือน รวมทั้งเป็นที่ปรึกษาที่ดี ๕) วณักขโม ทนต่อถ้อยคำ คือ พร้อมที่จะรับฟังคำปรึกษาซักถาม ตลอดจนคำวิพากษ์วิจารณ์ต่าง ๆ ๖) คัมภีรญจะ กล้ง กัดดา แกล้งเรื่องล้าลึกได้ คือ สามารถอธิบายเรื่องยุ่งยากซับซ้อนให้เข้าใจ และสอนศิษย์ให้ได้เรียนรู้เรื่องราวที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น และ ๗) โน จัญฐานะ นิโยชะเย ไม่ชักนำไปในอธรรม คือ ไม่ชักจูงในทางเสื่อมเสีย หรือเรื่องเหลวไหลไม่สมควร

พระธรรมปิฎก (ป. อ. ปยุตฺโต) ได้แสดงทัศนะเรื่องกัลยาณมิตร ไว้ในหนังสือ **“แสงเงินแสงทองของชีวิต”**^๗ ไว้ว่า “คนทั่วไปจะต้องอาศัยกัลยาณมิตรเป็นจุดเริ่มต้นที่จะชักนำเข้าสู่ทางชีวิตให้เลือกหรือให้เบนวิถีชีวิตไปในทางใดทางหนึ่ง เริ่มจากพ่อแม่ ต่อด้วยครูอาจารย์ หรือคนที่นิยมเอาเป็นตัวอย่างในโทรทัศน์ เป็นต้น ตั้งแต่เด็กตลอดจนเพื่อนเล่น เพื่อนเรียน เพื่อนเที่ยว เพื่อนกินทั้งหลาย” และในหนังสือ **“พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ”**^๘ ได้เสนอคำว่า “กัลยาณมิตร มิได้หมายถึงเพื่อนที่ดีอย่างในความหมายสามัญเท่านั้น แต่หมายถึงบุคคลผู้เพียบพร้อมด้วยคุณสมบัติที่จะสั่งสอน แนะนำ ชี้แจง ชักจูง ช่วยบอกช่องทาง หรือเป็นตัวอย่างให้ผู้อื่นดำเนินไปในมรรคาแห่ง

^๗พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **แสงเงินแสงทองของชีวิต**, (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์ธรรมสภา, ๒๕๓๙), หน้า ๔.

^๘พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต), **พุทธธรรม ฉบับปรับปรุงและขยายความ**, พิมพ์ครั้งที่ ๘, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๖๒๓.

การฝึกฝนอบรมอย่างถูกต้อง เช่น พระพุทธเจ้า พระอรหันตสาวก ครู อาจารย์ และท่านผู้เป็นพหูสูตร ทรงปัญญา สามารถสั่งสอนแนะนำเป็นที่ปรึกษาได้ แม้จะอ่อนวัยกว่า”

พระราชวรมนี (ประยูร ธมมจิตโต)^{๙๙} ได้กล่าวถึงครูว่าเป็นกัลยาณมิตรของลูกศิษย์ไว้ในหนังสือ **“ขอบฟ้าแห่งความรู้”** iva “คำว่าครูนั้น มีความสำคัญอย่างมาก เพราะครูเป็นกัลยาณมิตร เป็นผู้บอกทางเดินให้แก่นักเรียนและเป็นแบบอย่างที่ดี ครูไม่ใช่เพียงแต่สอนหนังสือเท่านั้น แต่ยังสอน จริยธรรมให้ศิษย์เป็นคนดี ซึ่งเป็นภาระหนักมาก ฉะนั้น ครูจึงมีความสำคัญอย่างมาก เพราะอนาคต ของชาติอยู่ในมือครู งานของครู คือ การปั้นคนให้เป็นคนดีมีศีลธรรม ดังนั้นเราได้ฝากความหวัง เกี่ยวกับอนาคตของชาติไว้ในมือครู”

วศิน อินทสระ ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับการคบหามิตรที่ดี ไว้ในหนังสือ **“แนวทางพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา”**^{๑๐} iva การคบหาสมาคมกับคนดี (กัลยาณมิตร) นั้น เป็นมงคลสำคัญข้อหนึ่ง มงคล คือ เหตุให้บรรลุความสุขความเจริญ เป็นการได้กัลยาณมิตร ซึ่งถือ ว่าเป็นลาภอันประเสริฐของชีวิตประการหนึ่ง เป็นบุญมิตร คือ เครื่องหมายเบื้องต้นแห่งความเจริญ ความสำเร็จผลตามที่ต้องการและได้นำเสนอในหนังสือ **“หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา (พระพุทธศาสนาเถรวาท)”**^{๑๑} iva จิตใจของครูที่ดีที่มีต่อนักเรียนนั้น ต้องอ่อนโยน หวังดี มุ่ง ประโยชน์ต่อนักเรียนอย่างแท้จริง ครูต้องมีความยุติธรรมต่อนักเรียนทุกๆ คน ไม่มีอคติ แต่ครูที่เลว ก็มีเหมือนกัน สอนหนังสือสักแต่ว่าสอนให้พ้นตัว เพียงเพื่อได้เงินมาเลี้ยงชีพ ใจไม่มีความรับผิดชอบ ไม่ มุ่งประโยชน์แก่นักเรียน แต่มุ่งประโยชน์ของตนเป็นที่ตั้ง ประพฤติตนเป็นคนเลว ไม่สมศักดิ์ศรีแห่ง ความเป็นครู เห็นแก่ได้ไม่เลือกทาง

โดยสรุปกัลยาณมิตรคือผู้ที่มีคุณลักษณะตามหลักกัลยาณมิตรธรรม ๗ ความเป็น กัลยาณมิตรคือการมีความปรารถนาดีเป็นที่ตั้ง หวังดีต่อผู้อื่น และให้การสนับสนุนเพื่อให้คนรอบข้าง ให้มีความก้าวหน้า กัลยาณมิตรมีอยู่ภายในครอบครัว คือ พ่อแม่ มีอยู่ในสถานศึกษาคือครูอาจารย์ และเพื่อน ๆ มีอยู่ที่วัดคือพระสงฆ์ผู้สั่งสอนเราให้เป็นคนดี การคบกับคนดี (กัลยาณมิตร) นั้นยังเป็น มงคลชีวิตข้อหนึ่งที่จะเป็นเหตุให้บรรลุสู่ความสุขความเจริญต่อไป

^{๙๙} พระราชวรมนี (ประยูร ธมมจิตโต), **ขอบฟ้าแห่งความรู้**, (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาจุฬาลง กรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๐), หน้า ๓๖-๓๗.

^{๑๐} วศิน อินทสระ, **แนวทางพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ตามหลักพระพุทธศาสนา**, (กรุงเทพมหานคร : บรรณาการ, ๒๕๒๙), หน้า ๑๑๓.

^{๑๑} วศิน อินทสระ, **หลักคำสอนสำคัญในพระพุทธศาสนา (พระพุทธศาสนาเถรวาท)**, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บรรณาการ, ๒๕๓๕), หน้า ๑๒๒-๑๒๓.

๑.๕.๒ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการเจริญกรรมฐาน

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก^{๑๒} ได้อธิบายเรื่องราวเกี่ยวกับสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ไว้ในหนังสือ “จิตตภาวนา” โดยได้อธิบายความหมายของจิตตภาวนาแล้วเชื่อมโยงกับการฝึกที่ต้องอาศัยสมถกรรมฐาน คือ กรรมฐานที่ทำให้จิตให้สงบ และต้องอาศัยวิปัสสนากรรมฐาน คือ กรรมฐานที่ทำให้ได้ปัญญารู้แจ้งเห็นจริง หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งคือสมาธิและปัญญาในไตรสิกขา โดยมีศีลเป็นพื้นฐาน เพราะว่าศีลนั้นตรัสเปรียบไว้ว่าเหมือนอย่างพื้นดิน ซึ่งจะต้องมีเป็นภาคพื้นไว้ ถ้าไม่มีพื้นดิน ก็ไม่มีที่ยืนไม่มีที่ตั้งของสิ่งทั้งหลายฉับพลัน ไม่มีศีลก็ไม่มีที่ตั้งของกุศลธรรมฉับพลันนั้น.

พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถระ)^{๑๓} ได้ให้ความหมายคำศัพท์ที่เกี่ยวข้องธรรมปฏิบัติไว้ในหนังสือ “หลักปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน” ประกอบด้วย ๑) ฐานะ คือ หน้าที่อันสำคัญยิ่งในพระพุทธศาสนา มีอยู่ ๒ ประการ คือ คันถฐานะ ๑ และวิปัสสนาฐานะ ๑ สามารถอธิบายขยายความได้ว่า คันถฐานะ ได้แก่ การเรียนพระพุทธพจน์นิกายหนึ่ง สองนิกาย หรือจบทั้งพระไตรปิฎก จำได้ แสดงได้ บอกได้ สอนได้ ตามสมควรแก่ปัญญาของตน เช่น เรียนนักธรรมชั้นตรี ชั้นโท ชั้นเอก บาลีไวยากรณ์ จนถึงประโยค เปรียญธรรม ๙ เป็นภาคปริยัติ เป็นภาคทฤษฎี สำหรับวิปัสสนาฐานะ ได้แก่ ปฏิบัติที่ตนได้ศึกษาเล่าเรียนมานั้นเพื่อให้เกิดปฏิเวธ จำแนกเป็น ๒ ประการ คือ สมถกรรมฐาน ๑ และวิปัสสนากรรมฐาน ๑ โดยที่สมถกรรมฐานนั้น คือ กรรมฐานเป็นอุบายทำให้จิตสงบ เป็นวิธีฝึกจิตให้เกิดสมาธิ มีอารมณ์อยู่ ๔๐ อย่าง และจำแนกเป็น ๗ หมวด คือ กสิณ ๑๐ อสุภะ ๑๐ อนุสสติ ๑๐ พรหมวิหาร (อัปปมัญญา) ๔ สัมมัตถะ ๑ ธาตุ ๑ และอรุณ ๔

ศรีศากยโสภณ (นามปากกา)^{๑๔} ได้ให้ความหมายของสมถกรรมฐานภาวนาและวิปัสสนากรรมฐานภาวนา ไว้ในหนังสือ “คัมภีร์สมาธิภาวนาบรรลุมานสมาบัติ ตามรอยพระพุทธองค์” ว่าสมถกรรมฐานภาวนานั้น เป็นการอบรมจิตให้เจริญ บังเกิดความสะดวกสงบเป็นสัมมาสมาธิ บังเกิดความละเอียด ประณีตของจิตโดยลำดับ เพราะความดับลงของกิเลสอย่างหยาบและกิเลสอย่างละเอียด คือ นิวรณ์ ๕ และอาสวะทั้งหลายที่ปรากฏอยู่ในจิต จึงบรรลุนิภิตสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ จึงบรรลุปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน จตุตถฌาน อากาสาณัญจายตนฌาน วิญญาณัญจายตนฌาน อากิญจัญญายตนฌาน เนวสัญญานาสัญญายตนฌาน และสัญญาเวทยิตนิโรธฌาน

^{๑๒} สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, จิตตภาวนา, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เมตตาพราย, ๒๕๕๔), หน้า ๒๓-๒๖.

^{๑๓} พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถระ), หลักปฏิบัติสมถะและวิปัสสนากรรมฐาน, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, ๒๕๔๒), หน้า ๒๑-๒๒.

^{๑๔} ศรีศากยโสภณ (นามปากกา), คัมภีร์สมาธิภาวนาบรรลุมานสมาบัติ ตามรอยพระพุทธองค์, (กรุงเทพมหานคร: นานันทา, ๒๕๕๔), หน้า ๙-๑๒.

สำหรับ วิปัสสนากรรมฐานภาวนา หมายถึง การอบรมจิตให้เจริญ บังเกิดปัญญาญาณในทางพระพุทธศาสนา เพราะการมองเห็นความจริงของสังขารธรรมทั้งหลายในระดับปรมัตถสภาวะธรรมย่อมบังเกิดความดับลงของอาสวะทั้งหลาย

สยาดอกัททันตวิโรจนะ^{๑๕} ได้แนะนำสิ่งที่พึงกระทำก่อนการปฏิบัติทั้งสมถภาวนา และวิปัสสนาภาวนา ในหนังสือ “วิธีเจริญมหาสติปัฏฐาน แนวทางแห่งการปฏิบัติ เล่ม ๑” ไว้ว่า ควรพิจารณาเลือกสถานที่ในการปฏิบัติธรรมที่ดีที่สุด คือมีพระวิปัสสนาจารย์ผู้สอนกรรมฐานที่ดี มีความพร้อมในด้านที่พักอาศัย อาคารสถานที่ปฏิบัติ อาหารการกิน และมีความสะดวกสบายในด้านอื่น ๆ ด้วยยิ่งดี และที่สำคัญควรมุ่งเน้นความเจียบสงบเป็นหลัก และในช่วงระยะเวลาของการปฏิบัตินั้น ต้องตัดละวางภาระหน้าที่การทำงานทุกอย่างไว้ จึงจะทำให้สำรวมจิต กำหนดลงสู่ความสงบนิ่ง อันจะส่งผลให้ได้สมาธิเร็ว รวมทั้งการรักษาศีลให้บริสุทธิ์หมดจดเป็นอย่างดีอยู่เสมอตลอดเวลาจะส่งผลให้การปฏิบัติมีความก้าวหน้าในการบรรลุธรรมได้เร็ว

พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี)^{๑๖} ได้อธิบายคำว่าวิปัสสนาภูมิไว้ในหนังสือ “วิปัสสนาภูมิ” ความว่า การกระทำงานใด ๆ ก็ต้องมีสถานที่ที่ทำงาน หรือจะเพาะปลูกพืชพันธุ์ธัญญาหารใด ๆ นั้น ก็ต้องมีพื้นที่เพาะปลูก ฉะนั้นก็ดี การเจริญวิปัสสนาก็ต้องมีที่ทำงาน หรือมีที่เพาะปลูกเหมือนกัน ภูมิพื้นที่เพาะปลูกให้วิปัสสนาเจริญขึ้นนั้น เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ฉะนั้น วิปัสสนาภูมิ จึงหมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนา หรือกรรมฐานของวิปัสสนา หรือ อารมณ์ของวิปัสสนา หมายความว่า การเจริญวิปัสสนานั้นต้องกำหนดรู้อยู่ที่วิปัสสนาภูมิ และวิปัสสนาภูมิที่พระพุทธองค์ทรงแสดงนั้น มีอยู่ ๖ ภูมิ เรียกว่า วิปัสสนาภูมิ ๖ และย่อได้เป็น ๒ อย่าง คือ รูปธรรม กับ นามธรรม หรือเรียกสั้น ๆ ว่า รูป – นาม การเจริญวิปัสสนานั้น ต้องมีเฉพาะรูปนามเท่านั้นเป็นอารมณ์ หรือเป็นกรรมฐาน หรือเป็นที่ตั้งของวิปัสสนา เรียกว่า ทางเดินของวิปัสสนา คือ รูปนามเท่านั้น เฉพาะคำว่าวิปัสสนา แปลว่า เห็นแจ้ง เห็นวิเศษ ซึ่งได้แก่ ปัญญา นั่นเอง แต่ปัญญาในที่นี้ เป็นความรู้เห็นแจ้งเห็นวิเศษ หมายถึง เป็นความรู้เห็นของจริงตามเป็นจริง ของจริงก็คือรูปนาม ตามความเป็นจริงก็คือรูปนามมีสภาพ อนิจจัง คือ ไม่เที่ยง ทุกขัง คือ เป็นทุกข์ ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ อนัตตา คือ บังคับบัญชาไม่ได้ ดังนั้น การเจริญวิปัสสนา ก็ต้องกำหนดรู้อยู่ที่รูปนาม ตามเป็นจริงว่า มีสภาพไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้ และบังคับบัญชาไม่ได้

โดยสรุป การเจริญกรรมฐาน คือ วิธีแห่งการฝึกจิตและปัญญาเพื่อให้เกิดความสงบ โดยแบ่งเป็น ๒ ลักษณะ ได้แก่ สมถกรรมฐาน คือ กรรมฐานที่ทำให้จิตให้สงบ มีเป้าหมายอยู่ที่การบรรลุ

^{๑๕} สยาดอกัททันตวิโรจนะ, วิธีเจริญมหาสติปัฏฐาน แนวทางแห่งการปฏิบัติ เล่ม ๑, (กรุงเทพมหานคร: ดีเอ็มจี, ๒๕๕๔), หน้า ๓๐.

^{๑๖} พระครูเกษมธรรมทัต (สุรศักดิ์ เขมรสี), วิปัสสนาภูมิ, พิมพ์ครั้งที่ ๕, (กรุงเทพมหานคร: บุญศิริการพิมพ์, ๒๕๔๘), หน้า ๑๕ - ๑๖.

ฉาน และวิปัสสนากรรมฐาน คือ กรรมฐานที่ทำให้ได้ปัญญารู้แจ้งเห็นจริง มีเป้าหมายที่การบรรลุญาณ การฝึกกรรมฐานนั้นสามารถกล่าวอีกนัยหนึ่งก็คือการฝึกสมาธิและปัญญาในไตรสิกขา ในการปฏิบัติควรเลือกสถานที่ในการปฏิบัติธรรมที่ดีที่สุด คือ มีพระวิปัสสนาจารย์ผู้สอนกรรมฐานที่ดี มีความพร้อมในด้านที่พักอาศัยและที่ปฏิบัติกรรมฐาน ควรมุ่งเน้นความเจียบสงบเป็นหลัก รวมทั้งมีความเข้าใจเกี่ยวกับวิปัสสนาภูมิ ที่หมายถึง พื้นที่กระทำวิปัสสนา หรือกรรมฐานของวิปัสสนา ที่ต้องใช้ในการกำหนดรู้ที่อยู่ที่รูปนาม

๑.๕.๓ เอกสารที่เกี่ยวข้องกับคุณลักษณะและบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต)^{๑๗} ได้นำเสนอคุณลักษณะของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน ในหนังสือ “ความเป็นกัลยาณมิตรของหลวงปู่ชา” โดยได้นำเสนอเนื้อหาว่า ตามที่หลวงปู่ชาได้สั่งสอนอะไรต่าง ๆ มานั้น ท่านกล่าวว่าท่านทำหน้าที่เป็นลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้า ดำเนินตามพระพุทธปฏิปทาหรือจริยวัตรของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าทรงเป็นพระศาสดา เป็นพระบรมครู ทรงเป็นกัลยาณมิตรผู้สูงสุด ของพระอรหันตสาวกทั้งหลาย และพระเถระ ครูอาจารย์ต่าง ๆ ก็ทำหน้าที่เป็นกัลยาณมิตรของพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ลดหลั่นกันลงมา สำหรับหลวงปู่ชา ท่านเป็นพระเถระที่มีคุณสมบัติตามหลักกัลยาณมิตรธรรม ๗ ที่มีลักษณะน่ารัก น่าเคารพ น่าทำตาม คอยสอน ทนให้ซัก ซักนำไปให้ดียิ่ง และไม่ชักจูงในทางที่เสียหาย ในการสั่งสอนของท่านนั้น มีข้อเด่นเป็นพิเศษที่ว่า ท่านสอนใจได้ตรงใจ คำสอนแม้จะสั้น แต่วาทะกินใจ ประทับใจ จึงมีลูกศิษย์จำนวนมาก ไม่เพียงแต่คนไทย ท่านยังมีลูกศิษย์เป็นคนต่างประเทศที่ได้มาฟังคำสอนของท่าน และมาบวชเป็นพระภิกษุอยู่กับท่านก็มีจำนวนมาก ท่านได้สั่งสอนจนกระทั่งประสบความสำเร็จ ปรากฏผล คือ การที่ได้มีสำนักปฏิบัติ สำนักเผยแผ่พระศาสนาที่ขยายกว้างขวางออกไป

บรรจบ บรรณรุจิ^{๑๘} ได้นำเสนอเรื่องราวของพระสาวกผู้ซึ่งได้รับเลือกให้เป็นพระสาวกผู้ยิ่งใหญ่ในหนังสือ “อสีติมหาสาวก” โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับประวัติของพระสาวกผู้ยิ่งใหญ่จำนวน ๘๐ รูป ด้านการบรรลุอรหัตผล ความเป็นเอตทัคคะ และผลงานสำคัญ ซึ่งจำแนกเป็นหมวดหมู่ประกอบด้วย กลุ่มปัญจวัคคีย์ กลุ่มเพื่อนพระยสยะ กลุ่มพระชฎิล ๓ พี่น้อง กลุ่มพระอัครสาวก กลุ่มพระสาวกแคว้นมคธ กลุ่มพระสาวกแคว้นโกศล กลุ่มพระสาวกแคว้นสักระ กลุ่มพระมาณพ ๑๖ กลุ่มพระสาวกแคว้นวังสะ กลุ่มพระสาวกแคว้นอวันตี และกลุ่มพระต่างแคว้น สำหรับการวิจัยครั้งนี้จะเลือก

^{๑๗} พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ.ปยุตฺโต), ความเป็นกัลยาณมิตรของหลวงปู่ชา, พระธรรมเทศนา แก่คณะผู้เข้าร่วมงานพระราชทานเพลิงศพพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ณ วัดหนองป่าพง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี, ๑๖ มกราคม ๒๕๓๖, หน้า ๒-๓.

^{๑๘} บรรจบ บรรณรุจิ, อสีติมหาสาวก, พิมพ์ครั้งที่ ๒, (นนทบุรี: กองทุนศึกษาพุทธสถาน, ๒๕๓๗), หน้า ๑-๗.

วิเคราะห์พระสาวกจำนวน ๑๕ รูป ที่ได้รับยกย่องไว้ในตำแหน่งเอตทัคคะ ด้วยเหตุผล ๔ ประการ คือ ๑) ได้รับยกย่องตามเรื่องที่เกิด (อตฺตูปตฺติโต) ๒) ได้รับยกย่องตามทีละสมุญมาแต่อดีต (อาคมฺนโต) ๓) ได้รับยกย่องตามความเชี่ยวชาญ (จิณฺณวลีโต) และ ๔) ได้รับยกย่องตามทีละความสามารถเหนือผู้อื่น (คุณฺาติเรกโต)^{๑๙}

สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร)^{๒๐} ได้แปลและเรียบเรียงเนื้อหาเกี่ยวกับ กัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐานไว้ในหนังสือ **“คัมภีร์วิสุทธิมรรค”** โดยมีรายละเอียดเกี่ยวกับ คุณลักษณะของอาจารย์ผู้ให้กรรมฐาน ลักษณะของกัลยาณมิตร กัลยาณมิตรตัวอย่าง ระเบียบเข้าหา อาจารย์ผู้เป็นกัลยาณมิตร และระเบียบปฏิบัติต่ออาจารย์ รวมทั้งให้ความหมายของกัลยาณมิตรนั้น หมายถึงเอกกัลยาณมิตรผู้ดำรงตนอยู่ในฝ่ายข้างดีและมีจิตมุ่งในสิ่งที่เป็นประโยชน์ และท่านผู้เป็น กัลยาณมิตรนั้น ย่อมเป็นผู้สมบูรณ์ด้วย ศรัทธา ๑ สมบูรณ์ด้วยศีล ๑ สมบูรณ์ด้วยสุตะ ๑ สมบูรณ์ด้วยจาคะ ๑ สมบูรณ์ด้วยวิริยะ ๑ สมบูรณ์ด้วยสติ ๑ และเป็นผู้สมบูรณ์ด้วยปัญญา ๑

โดยสรุป คุณลักษณะของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน คือ ผู้ที่มีคุณสมบัติตามหลัก กัลยาณมิตรธรรม ๗ ที่มีลักษณะน่ารัก น่าเคารพ น่าทำตาม คอยสอน ทนให้ซัก ชักนำไปดี ยิ่ง และไม่ ซักจูงในทางที่เสียหาย และบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน พิจารณาได้จากในสมัย พุทธกาลที่พระพุทธเจ้าทรงเป็นกัลยาณมิตรต่อเหล่าพระสาวกโดยได้มีโอกาสสั่งสอน แนะนำ และ ชี้แนะจนทำให้พระสาวกของพระองค์บรรลุอรหัตผล รวมทั้งได้รับยกย่องให้เป็นเอตทัคคะในด้านต่าง ๆ ดังแสดงไว้ในอัสติมหาสาวก ซึ่งล้วนแต่บรรลุอรหัตผลได้โดยใช้การเจริญกรรมฐานเป็นส่วนหนึ่ง ทั้งสิ้น และพระสาวกเหล่านี้ล้วนได้รับความเป็นกัลยาณมิตรจากพระพุทธเจ้าทุกรูป

๑.๕.๔ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

๑) งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเป็นกัลยาณมิตร

วิไลรัตน์ พงกษาริรมย์^{๒๑} ได้ศึกษาเรื่อง **“ความเป็นกัลยาณมิตรของผู้ประเมินภายนอก ตามความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร”** โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา แนวคิด หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา และเพื่อศึกษาความเป็นกัลยาณมิตรของผู้ประเมินภายนอก ตามความคิดเห็นและความคาดหวังของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัย พบว่า หลักธรรมที่เกี่ยวข้องกับความเป็นกัลยาณมิตร คือ การคบมิตรแท้ มิตรเทียม การคบบัณฑิต

^{๑๙} อ.อ. ๑/๑๓๒ , อ้างถึงใน บรรจบ บรรณรุจิ, หน้า ๗.

^{๒๐} สมเด็จพระพุฒาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถร), **คัมภีร์วิสุทธิมรรค**, พิมพ์ครั้งที่ ๔, (กรุงเทพมหานคร: ประยูรวงศ์พิมพ์, ๒๕๔๖), หน้า ๑๕๙-๑๖๖.

^{๒๑} วิไลรัตน์ พงกษาริรมย์, **“ความเป็นกัลยาณมิตรของผู้ประเมินภายนอกตามความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร”**, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๗, หน้า ก – ข.

กัลยาณมิตตธรรม พรหมวิหารธรรม สัมปยุตธรรม สังคหวัตถุ และโยนิโสมนสิการผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร มีความคิดเห็นว่า สถานศึกษามีความรู้สึกเครียดก่อนการประเมินภายนอก ร้อยละ ๘๐ ระหว่างการประเมินภายนอกมีความรู้สึกสบายใจ เข้าใจบทบาทของผู้ประเมินภายนอก ร้อยละ ๙๕ และหลังการประเมินภายนอกมีความเข้าใจสบายใจและได้รับประโยชน์จากการให้คำแนะนำของผู้ประเมินภายนอก ร้อยละ ๙๘ โดยผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ร้อยละ ๑๐๐ ให้ความสำคัญด้านวิทยุของผู้ประเมินภายนอก และต้องมีความรู้ มีประสบการณ์ทางการศึกษามาแล้วไม่น้อยกว่า ๕ ปีขึ้นไป ผู้บริหารสถานศึกษามีความคาดหวัง และความคิดเห็นต่อตัวผู้ประเมินภายนอกในความเป็นกัลยาณมิตรอยู่ในระดับมากที่สุดทุกรายการ เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างความคาดหวังกับความคิดเห็นต่อตัวผู้ประเมินภายนอกพบว่าไม่แตกต่างกันทุกด้าน ยกเว้น ๓ รายการ ได้แก่ ๑) การเขียนรายงานให้ตรงสภาพจริง และชัดเจนเข้าใจง่าย ๒) รู้สึกสบายใจอยากสนทนาหรือไต่ถามด้วย ๓) เมื่อผู้ประเมินจากไปรู้สึกกระสี้กระสากถึงความประทับใจ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .๐๑

พระมหาทองพูน สติสมปนโน (เสื่อเขียว)^{๒๒} ได้ศึกษาเรื่อง “การคบมิตรในพระพุทธศาสนา” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหลักการคบมิตรในทางพระพุทธศาสนาตามที่ปรากฏในคัมภีร์พระไตรปิฎกและอรรถกถา รวมทั้งตำราทางพระพุทธศาสนา ประเด็นในการศึกษาเกี่ยวกับความหมาย ประเภท และลักษณะของมิตร หลักการคบมิตร หลักธรรมที่เสริมสร้างความสัมพันธ์ในการคบมิตร สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นจากการคบมิตรตามคัมภีร์พระพุทธศาสนา และวิเคราะห์เพื่อนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ผลการวิจัยพบว่า มิตรในทางพระพุทธศาสนามี ๓ ประการ คือ ๑) ความหมายตามศัพท์ ได้แก่ มิตร หมายถึง ผู้มีความเมตตา เพราะคำว่า มิตร มีรากศัพท์เดียวกันกับเมตตา มีความรักใคร่ สนับสนุนกัน สุขหรือทุกข์ก็ไม่ทิ้งกัน คบกันด้วยจิตใจที่บริสุทธิ์ ๒) ความหมายที่คนทั่วไปเข้าใจ มีหลายคำ คือ มิตร เกลอสหาย หมายถึง เพื่อน เกลอสหรือสหาย ผู้ที่ทำอะไรถูกใจตน ผู้ที่คบกันนานเท่าใดก็ยังมีความรักต่อกันไม่เปลี่ยนแปลง โดยไม่เลือกชาติ ศาสนา เพศ หรือ วรณะ และ ๓) ความหมายขยาย เป็นความหมายที่ไม่เกี่ยวข้องด้วยตัวบุคคล แต่ขยายไปถึงการสื่อสารข้อมูล สิ่งแวดล้อม องค์ความรู้ต่าง ๆ ที่คนจะต้องเกี่ยวข้อง ศึกษาเรียนรู้ในชีวิตประจำวัน ดังนั้น มิตรจึงมีความสำคัญต่อทุกคน ในทางพระพุทธศาสนาจึงตระหนักถึงเรื่องนี้เป็นอย่างมากเพราะมนุษย์ไม่สามารถจะอยู่ได้โดยลำพัง จำเป็นจะต้องมีการคบหาสมาคมกันเป็นมิตร เพื่อช่วยเหลือการทำงานหรือปรึกษาปัญหาต่าง ๆ ร่วมกัน มิตรแบ่งเป็น ๒ ประเภท คือ มิตรแท้ และมิตรเทียม และในทางพระพุทธศาสนากล่าวหลักการคบมิตรมากมาย เช่น การคบมิตรตามหลักมงคลสูตร มีการไม่คบคนพาล การคบแต่บัณฑิต การคบมิตรตามหลักจักร ๔ การเลือกคบแต่บัณฑิต และการอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดี การคบมิตรตามหลักทศ ๖ เป็นการประพฤติปฏิบัติตนต่อมิตรด้วยความถูกต้อง

^{๒๒} พระมหาทองพูน สติสมปนโน (เสื่อเขียว), “การคบมิตรในพระพุทธศาสนา”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๗, หน้า ก – ข.

สมบูรณ์ตามหน้าที่และบทบาทของตน รวมทั้งแสดงหลักธรรมที่นำมาประยุกต์ใช้ในสังคมและสอดคล้องกับชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี คือ การปฏิบัติตามหลักสังคหวัตถุ ๔ พรหมวิหาร ๔ และอคติ ๔ ซึ่งหลักธรรมเหล่านี้สามารถสนับสนุนเกื้อกูลส่งเสริมให้มิตรคบกันด้วยดียิ่งขึ้น

พระจะจุ ญาณวิโช (รักษাপา)^{๒๓} ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาวิเคราะห์ความเป็นกัลยาณมิตรของพระสารีบุตรเถระ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความหมาย ลักษณะ ประเภท ความสำคัญ และประโยชน์จากการมีกัลยาณมิตรและความเป็นกัลยาณมิตรของพระสารีบุตรเถระ ผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์พบว่า แนวคิดและหลักการของกัลยาณมิตร คือ เป็นผู้ชักนำ เป็นผู้ตั้งศักยภาพที่มีอยู่ในตัวบุคคลออกมาแสดง ชี้ให้เห็นถึงคุณและโทษ บอกทางที่ถูก ยกระดับความคิดและความเข้าใจต่อชีวิตที่ต่ำขึ้นสู่ที่สูง ๆ ควรจะเป็นแล้วพัฒนาส่งเสริมให้ดีกว่าเดิม กัลยาณมิตร นอกจากหมายถึงบุคคลผู้มีน้ำใจดีงาม เอื้อเพื่อเกื้อกูลประโยชน์ตนและผู้อื่นแล้ว ยังรวมถึงสิ่งแวดล้อมทุกอย่างที่เอื้อต่อการเรียนรู้ พัฒนา ยกระดับความคิดความอ่านความเข้าใจที่ถูกต้อง ส่วนลักษณะของกัลยาณมิตรให้พิจารณาจากคำแนะนำสั่งสอนว่า เป็นไปเพื่อเกื้อกูลประโยชน์ตนและผู้อื่น มีความเสมอต้นเสมอปลาย สอนเช่นไรประพฤติตนเช่นนั้น กัลยาณมิตรมี ๒ ประเภท คือ กัลยาณมิตรทางโลก และกัลยาณมิตรทางธรรม อนึ่ง กัลยาณมิตรมีความสำคัญต่อผลสำเร็จทั้งในระดับเบื้องต้น ท่ามกลางและที่สุด วิธีสังเกตว่าผู้ที่คบหา หรือสิ่งแวดล้อมที่อาศัยอยู่เป็นกัลยาณมิตรหรือไม่ให้สังเกตความเปลี่ยนแปลงภายในจิตใจ หากคบบุคคลใดหรืออยู่ในสิ่งแวดล้อมใดแล้วอกุศลธรรมของตนเจริญยิ่งขึ้น กุศลธรรมเสื่อมไป บุคคลหรือสิ่งแวดล้อมเช่นนี้ไม่ควรคบไม่ควรอยู่ใกล้ สำหรับความเป็นกัลยาณมิตรของพระสารีบุตรเถระสามารถแยกได้ ๒ ประเด็น คือ ความเป็นกัลยาณมิตรต่อตนเอง และความเป็นกัลยาณมิตรต่อผู้อื่นหรือสังคม ความเป็นกัลยาณมิตรต่อตนเอง ได้แก่ การยินดีสละอกุศลธรรมทั้งหลาย และสั่งสมกุศลธรรม เป็นต้นว่า ความเคารพ ความกตัญญู ความอ่อนน้อม พรหมวิหาร ๔ สังคหวัตถุ ๔ สัมปattiธรรม ๗ อริยทรัพย์ ๗ กระทั่งบรรลุปะระอรหันต์ และความเป็นกัลยาณมิตรต่อผู้อื่นหรือสังคม มี ๒ ลักษณะ คือ เป็นกัลยาณมิตรให้กับบุคคลตามฐานะต่างๆ โดยตรง เช่น เป็นกัลยาณมิตรให้กับนางพราหมณ์ผู้เป็นมารดา ตลอดถึงบุคคลนอกพระศาสนา ผู้มีความสนใจท่านพร้อมที่จะเป็นคู่สนทนา โต้ตอบปัญหา แนะนำแนวทางปฏิบัติที่ถูกต้อง นำไปสู่ความเจริญ และความเป็นกัลยาณมิตรในฐานะผู้เป็นต้นแบบ กล่าวคือ อธิบายหลักธรรมดังเช่น อธิบายหลักธรรมที่ปรากฏในคัมภีร์จุฬินิเทศ มหานิเทศ และปฏิสัมภิทามรรค ความเป็นกัลยาณมิตรในส่วนนี้ถือว่าเป็นจุดสำคัญอย่างยิ่ง

^{๒๓} พระจะจุ ญาณวิโช (รักษাপา), “การศึกษาวิเคราะห์ความเป็นกัลยาณมิตรของพระสารีบุตรเถระ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๔, หน้า (ก) – (ข).

โดยสรุป ความเป็นกัลยาณมิตรนั้นเป็นบุคคลผู้มีน้ำใจดีงาม เอื้อเพื่อเกื้อกูลประโยชน์ตนและผู้อื่น เป็นผู้ชักนำ เป็นผู้ตั้งศรัทธาที่มีอยู่ในตัวบุคคลออกมาแสดง ชี้ให้เห็นถึงคุณและโทษ บอกทางที่ถูก ยกระดับความคิดและความเข้าใจต่อชีวิตที่ต่ำชั้นสู่ที่ ๆ ควรจะเป็นแล้วพัฒนาส่งเสริมให้ดีกว่าเดิม นอกจากนี้ความเป็นกัลยาณมิตรมีความหมายขยาย เป็นความหมายที่ไม่เกี่ยวข้องด้วยตัวบุคคล แต่ขยายไปถึงการสื่อสารข้อมูล สิ่งแวดล้อม องค์ความรู้ต่าง ๆ รวมถึงสิ่งแวดล้อมทุกอย่างที่เอื้อต่อการเรียนรู้ พัฒนา ยกระดับความคิดความอ่านความเข้าใจที่ถูกต้อง ในทางพระพุทธศาสนาจึงตระหนักถึงเรื่องนี้เป็นอย่างมากเพราะมนุษย์ไม่สามารถจะอยู่ได้โดยลำพัง จำเป็นจะต้องมีการคบหาสมาคมกันเป็นมิตร เพื่อช่วยเหลือการทำงานหรือปรึกษาปัญหาต่าง ๆ ร่วมกัน ความเป็นกัลยาณมิตรยังได้ถูกนำไปปรับใช้ในการทำงานในบริบทต่าง ๆ ได้เช่นกัน เช่น การใช้ความเป็นกัลยาณมิตรของผู้ประเมินภายนอกในการประเมินสถานศึกษา

๒) งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเจริญกรรมฐาน

พระมหานรินทร์ มหัทธมกรกิจโต (แสงแก้ว)^{๒๔} ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบแนวการปฏิบัติกรรมฐานของหลวงพ่อดำเจ็ดยอด จิตตสุโก และพุทธทาสภิกขุ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบแนวการปฏิบัติกรรมฐานของหลวงพ่อดำเจ็ดยอด จิตตสุโก และพุทธทาสภิกขุ โดยมีประเด็นหลักในการเปรียบเทียบเกี่ยวกับแนวคิด หลักคำสอน วิธีการปฏิบัติและการนำหลักการและวิธีการปฏิบัติจากพระไตรปิฎกมาใช้ ผลการวิจัยพบว่า หลวงพ่อดำเจ็ดยอด มองว่าความคิดปรุงแต่งที่เกิดขึ้นโดยปราศจากสติคอยกำกับเป็นสาเหตุของความทุกข์และนำเสนอวิธีการที่จะควบคุมความคิดโดยอาศัยการเจริญสติแบบเคลื่อนไหวเป็นหลักปฏิบัติ ส่วนพุทธทาสภิกขุเห็นว่าความยึดมั่นถือมั่นเป็นสาเหตุของความทุกข์ พร้อมทั้งอธิบายกระบวนการเกิด-ดับทุกข์ตามหลักปฏิจจสมุปบาท และนำเสนอวิธีการควบคุมกระแสปฏิจจสมุปบาทอันเป็นการทำลายความยึดมั่นถือมั่นด้วยการเจริญอานาปานสติและวิปัสสนาระบบลัดสั้น และในส่วนที่สอดคล้องกัน หลวงพ่อดำเจ็ดยอดและ พุทธทาสภิกขุ มองชีวิตด้านคือจิตว่าเริ่มต้นจากธรรมชาติเดิมที่บริสุทธิ์ แต่ยังอยู่ในฐานะที่ถูกปรุงแต่งด้วยกิเลสได้และเป็นหน้าที่ของทุกคนที่จะต้องปฏิบัติให้เข้าถึงความบริสุทธิ์อย่างแท้จริง ด้านการแสดงหลักคำสอนของท่านทั้งสองต่างมุ่งการนำไปปฏิบัติสำหรับดับทุกข์ในชีวิตประจำวันเป็นหลักสำคัญ และแนวการปฏิบัติกรรมฐานของท่านทั้งสองก็ให้ความสำคัญกับสติในฐานะเป็นพื้นฐานที่สำคัญยิ่งของการปฏิบัติ

ในส่วนของการใช้หลักการปฏิบัติตามแนวพระไตรปิฎก พบว่า แนวการปฏิบัติของหลวงพ่อดำเจ็ดยอดใช้หลักการกำหนดรู้ปริยาบถน้อยใหญ่ในกายานุปัสสนาสติปัฏฐานและการดูจิตเพื่อรู้เท่าทันความคิดซึ่งจัดเป็นจิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน ส่วนพุทธทาสภิกขุใช้อานาปานสติซึ่งมีหลักการปฏิบัติ

^{๒๔} พระมหานรินทร์ มหัทธมกรกิจโต (แสงแก้ว), “การศึกษาเปรียบเทียบแนวการปฏิบัติกรรมฐานของหลวงพ่อดำเจ็ดยอด จิตตสุโก และพุทธทาสภิกขุ”, *วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต*, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๗, หน้า (๑) – (๒).

ครอบคลุมสติปัฏฐานทั้ง ๔ และใช้วิปัสสนาแบบลัดสั้นซึ่งเป็นการนำหลักการกำหนดรู้ลมหายใจและอิริยาบถน้อยใหญ่โดยความเป็นนามรูป เบื้องขึ้น โดยความเที่ยง คายตัวออก ดับไป และสลัดคืนซึ่งเป็นอัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน และเมื่อพิจารณาวิธีการปฏิบัติ พบว่า แนวการปฏิบัติของหลวงพ่อยืนใช้วิธีการเจริญวิปัสสนานำหน้าสมณะ และวิธีการปฏิบัติเพื่อออกจากธรรมุัจจ ส่วนพุทธทาสภิกขุใช้วิธีการเจริญสมณะนำหน้าวิปัสสนา วิธีการเจริญวิปัสสนานำหน้าสมณะ และวิธีการปฏิบัติเพื่อออกจากธรรมุัจจ ผลการเปรียบเทียบ พบว่า ท่านทั้งสองได้ใช้หลักการและวิธีการในพระไตรปิฎกสอดคล้องกันเป็นส่วนมาก ต่างกันตรงที่พุทธทาสได้นำหลักการและวิธีการปฏิบัติในพระไตรปิฎกมาใช้ได้หลากหลายกว่ากัน แต่เมื่อพิจารณาที่จุดมุ่งหมายสูงสุดแล้ว แนวการปฏิบัติทั้งสองแบบล้วนเป็นไปเพื่อการควบคุมและอยู่เหนือความทุกข์อย่างเดียวกันซึ่งสอดคล้องกับจุดมุ่งหมายแห่งหลักการและวิธีการปฏิบัติกรรมฐานในพระไตรปิฎก

พระมหาเข้มทอง ตนติปาโล (ฤทธิ์สื่อไกร)^{๒๕} ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณโณ)” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวทางของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณโณ) ซึ่งเป็นพระเถระที่เคารพนับถือของพุทธศาสนิกชน ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือรูปหนึ่ง ที่ส่งผลดีต่อการดำเนินชีวิตของชุมชนบ้านโนนทันในปัจจุบัน ผลการวิจัยพบว่า จุดเด่นของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณโณ) มีอยู่ ๖ อย่างได้แก่ ๑) ความเป็นผู้หนักแน่นในหลักปฏิสันถาร ๒) ความชำนาญในการฝึกนั่งสมาธิเป็นเวลานาน ๓) ความเป็นผู้มีจิตที่ไม่หวั่นไหวต่อโลกธรรม ๔) ความมีเมตตาธรรมที่ประเสริฐ ๕) ความเป็นผู้รู้วาระจิตของบุคคล และ ๖) รู้จักใช้กุศโลบายในการสั่งสอน หลักการและวิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐานของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณโณ) มีดังนี้ ๑) บุพกิจเบื้องต้นในการปฏิบัติ เช่น วิธีสมาทานพระกรรมฐาน การแผ่เมตตา เป็นต้น ๒) วิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ การเดินจงกรม การนั่งสมาธิ การกำหนดรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ ตัวอย่างการสอนวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน ๔ คือ กาย เวทนา จิต และธรรม ๓) ศึกษาในประเด็นย่อยอื่น ๆ เช่น การสอบถามอารมณ์ของผู้ปฏิบัติ รูปแบบการสอนวิปัสสนา ระยะเวลาในการสอนจากการศึกษา ผลของวิปัสสนากรรมฐานที่มีต่อชุมชนบ้านโนนทัน เมื่อประเมินตามหลักจริยธรรมแล้วพบว่า มีอยู่ ๓ ระดับ ได้แก่ (๑) จริยธรรมเบื้องต้น คือ มีผลต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของชุมชนบ้านโนนทัน ด้วยหลักศีล ๕ (๒) จริยธรรมระดับกลาง คือ พฤติกรรมของคนในชุมชนบ้านโนนทัน มีปกติประพฤติในหลักกุศลกรรมบท ได้แก่ กายสุจริต วาจสุจริต เป็นส่วนใหญ่ และมีจิตใจที่ประกอบด้วยมโนสุจริตโดยมาก และ (๓) จริยธรรมระดับสูง คือ ชุมชนชาวบ้านโนนทันส่วนใหญ่ มีความเข้าใจและปฏิบัติในหลักของอริยสัจ ๔ ได้อย่างถูกต้อง ได้แก่ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค โดย

^{๒๕} พระมหาเข้มทอง ตนติปาโล (ฤทธิ์สื่อไกร), “ศึกษาการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวทางของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณโณ)”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๔๘, บทคัดย่อ.

สมควรแก่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน แต่ก็มีคนบางกลุ่มไม่สนใจ และไม่เข้าใจต่อหลักอริยสัจนี้ เพราะไม่ได้ฝึกฝนตนด้วยวิปัสสนากรรมฐาน

โสภณ ขำทัพ^{๒๖} ได้ศึกษาเรื่อง “การปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของ ผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหลักการ แนวคิดทฤษฎีอานาปานสติภาวนาในพระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาระดับการปฏิบัติอานาปานสติของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน ผลการวิจัยพบว่า ๑) ในพระพุทธศาสนามีวิธีปฏิบัติกรรมฐานอยู่ ๒ วิธี วิธีแรก คือ การปฏิบัติสมถกรรมฐานซึ่งเป็นการอบรมจิตให้สงบจนเกิดสมาธิ เพราะอานาปานสติเป็นวิธีปฏิบัติวิธีหนึ่งในการปฏิบัติสมถกรรมฐาน ๔๐ โดยวิธีนี้เป็นการพัฒนาจิต ด้วยลมหายใจเข้าออกของแต่ละบุคคล และอานาปานสติภาวนานี้เป็นได้ทั้งในสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน ส่วนการปฏิบัติอานาปานสติภาวนานั้นเป็นที่นิยมกันในปัจจุบัน เพราะเป็นวิธีเจริญสมาธิที่ปฏิบัติได้สะดวก และไม่กระทบกระเทือนต่อสุขภาพ ผลที่ได้รับคือ เสริมสร้างกำลังใจในการดำเนินชีวิต โดยเน้นหลักสันโดษ คือ ให้พึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ และไม่ทะยานอยากในสิ่งที่เกินความจำเป็น ซึ่งก่อให้เกิดสมาธิหรือมีสติสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ทำให้เป็นคนมีวินัย เข้มแข็ง มั่นคง มีประสิทธิภาพในการทำงาน มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานของตน และสร้างความรักและเมตตาให้เกิดแก่มนุษยชาติอันส่งผลให้สังคมสงบสุข ส่วนวิธีที่ ๒ คือ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งผลที่ได้รับคือ การรู้แจ้งสภาวะธรรมตามความเป็นจริงด้วยปัญญา หรือในที่สุดได้บรรลุพระนิพพาน และ ๒) ในส่วนการวิจัยเชิงสำรวจ พบว่า ก) ด้านข้อมูลทางสถานภาพของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน ซึ่งมี ๗ ด้าน ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ประสบการณ์ในการทำงาน ตำแหน่งหน้าที่ในโรงเรียน สังกัดของโรงเรียน และขนาดของโรงเรียนที่ต่างกัน ส่งผลให้การปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนไม่แตกต่างกัน และ ข) ด้านระดับพฤติกรรมที่แสดงออกของผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน ซึ่งมี ๔ ด้าน ได้แก่ วิถีชีวิตแบบพุทธ ความเชื่อทางพระพุทธศาสนาเถรวาท ความเข้าใจในหลักการพัฒนาจิตด้วยอานาปานสติและคุณธรรมของผู้บริหารโรงเรียนตามแนวพุทธปรัชญา มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนเป็นอย่างยิ่ง

พระมหารุ่งเรือง รุกขิตธมโม (ปะมะชะ)^{๒๗} ได้ศึกษาเรื่อง “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน: ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเกี่ยวกับหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน

^{๒๖} โสภณ ขำทัพ, “ศึกษาการปฏิบัติอานาปานสติกับพฤติกรรมการปฏิบัติงานของ ผู้บริหารโรงเรียนรางวัลพระราชทาน จังหวัดนนทบุรี”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๐, หน้า ก - ข.

^{๒๗} พระมหารุ่งเรือง รุกขิตธมโม (ปะมะชะ), “ผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน: ศึกษากรณีเยาวชนผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๐, หน้า ๕ - ๖.

รูปแบบและวิธีการปฏิบัติธรรม จริตของผู้ปฏิบัติธรรม อารมณ์กรรมฐาน ความหมายและประเภทของกรรมฐาน การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ ประโยชน์ของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน การนำหลักสติปัฏฐานไปใช้ในชีวิตประจำวัน เป็นต้น และนำข้อมูลจากเอกสารมาศึกษาเปรียบเทียบกับ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของเยาวชนที่มาปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน วิธีการปฏิบัติของศูนย์ปฏิบัติธรรมสวนเวฬุวัน ถูกต้องตามตำราหรือไม่โดยยึดตามเอกสารปฐมภูมิคือพระไตรปิฎกเป็นหลัก หารูปแบบที่เหมาะสมกับเยาวชน ด้วยการติดตามผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของเยาวชน ผลการวิจัยพบว่า เยาวชนมีปัญหาและอุปสรรคในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานต่างกัน เช่น บางคนขาดความศรัทธาในการปฏิบัติ บางคนไม่เคยรู้มาก่อนว่าการปฏิบัติธรรม คืออะไรและทำไปเพื่อประโยชน์อะไรจึงไม่รู้เป้าหมายของการปฏิบัติธรรม ระยะเวลาในการปฏิบัติธรรมมีน้อยเกินไปทำให้การปฏิบัติธรรมไม่ต่อเนื่องและส่วนใหญ่ไม่ต้องการปฏิบัติเคร่งครัดเกินไปจึงควรมีกิจกรรมอื่นมาช่วยเสริมในการปฏิบัติธรรม เพื่อให้เยาวชนมีความรู้สึกผ่อนคลายไม่เครียดเป็นต้น จากการติดตามผลการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของเยาวชนหลังจากสิ้นสุด แต่ละโครงการปรากฏว่าเยาวชนเกิดการพัฒนาพฤติกรรมอันพึงประสงค์ดีขึ้น แต่เมื่อเวลาผ่านไปประมาณ ๑๐-๒๐ วันแล้วนั้นพฤติกรรมแบบเด็กๆ ก็ย้อนกลับมาสู่วิถีชีวิตเหมือนแต่ก่อนอีกครั้ง แสดงว่าการปฏิบัติธรรมสามารถขัดเกลากิจกรรมหยาบได้ในช่วงระยะเวลาหนึ่งเท่านั้น ซึ่งแนวทางแก้ไขจะต้องมีการปฏิบัติให้ต่อเนื่อง โดยนโยบายกระทรวงศึกษาธิการและผู้บริหารสถานศึกษาควรจัดการศึกษาตามแนวทางของไตรสิกขา คือ ศีล สมาธิ ปัญญา และส่งเสริมให้มีการปฏิบัติธรรมให้กับเยาวชนต่อไป ตลอดจนการสร้างบรรยากาศสิ่งแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการปฏิบัติธรรมในโรงเรียนด้วย มีกิจกรรมปฏิบัติธรรมร่วมกันก่อนเข้าห้องเรียน ซึ่งเป็นกระบวนการขัดเกลาก่อนที่จะเรียนรู้วิชาการต่างๆ ตลอดจนส่งเสริมให้นักเรียนเข้ามาปฏิบัติธรรมในช่วงปิดภาคเรียน หรือในวันหยุดราชการ

ทศนี วงศ์ยืน^{๒๘} ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวกายคตาสติในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาวิเคราะห์กายคตาสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาวิเคราะห์แนวทางการปฏิบัติกายคตาสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อนำเสนอแนวทางการประยุกต์ใช้กายคตาสติกัมมัฏฐานที่เหมาะสมกับการครองชีวิตประจำวันของคฤหัสถ์ในยุคปัจจุบัน ผลการวิจัยพบว่า ๑) พระพุทธเจ้าทรงสอนกายคตาสติกัมมัฏฐานทั้งแก่บรรพชิต และคฤหัสถ์เพื่อให้ปฏิบัติอบรมจิตให้เป็นสมาธิ ด้วยการตั้งสติพิจารณาอาการ ๓๒ ให้เห็นความไม่งาม ความเป็นสิ่งปฏิญูล และความแปรผันของสังขาร เกิดความเบื่อหน่าย คลายกำหนด ละความสำคัญว่างามมีผู้ปฏิบัติได้บรรลุมรรคผลจำนวนมาก การได้บรรลุมรรคผล ขึ้นอยู่กับอุปนิสัยที่สั่งสมมา ๒) การปฏิบัติกาย-คตาสติกัมมัฏฐานนั้น

^{๒๘} ทศนี วงศ์ยืน, “ศึกษาวิเคราะห์การปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวกายคตาสติในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๑, หน้า (๑) – (๒).

เหมาะสมกับจริตของแต่ละบุคคลแนวทางการปฏิบัติกายคตาสติกัมมัฏฐานที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธานุญาตให้เริ่มต้นจากการดำรงตนอยู่ในศีล มีความประพฤติเพียบพร้อมด้วยกุศลกรรมบถ เห็นโทษแม้เพียงเล็กน้อยเป็นภัย คัมภีร์ครองทวารในอินทรีทั้งหลาย ตัดความห่วงกังวลทั้งหลาย เลือกสถานที่ ที่เหมาะกับการปฏิบัติกัมมัฏฐาน พบอาจารย์ผู้กัลยาณมิตร แล้วรับเอากายคตาสติกัมมัฏฐานนั้นมาปฏิบัติด้วยหลักอิทธิบาท ๔ อยู่ในความดูแลของอาจารย์ผู้บอกกัมมัฏฐาน จนเกิดความชำนาญ และบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ และ ๓) คฤหัสถ์ในปัจจุบันนี้ต้องมีสติตามทันสิ่งที่กำลังเกิดขึ้น ด้วยการฝึกปฏิบัติกายคตาสติการสวดมนต์ (เช้า – เย็น) เป็นประจำทุกวัน เจริญอานาปานสติ สาระยาย และกำหนดพิจารณาส่วนของร่างกาย เฉพาะมูลกัมมัฏฐาน คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง โดยอนุโลมและปฏิโลม เพื่อฝึกจิตให้มีสมาธิ ให้บริสุทธิ์ พ้นจากอุปกิเลส เครื่องเศร้าหมอง มีความสงบ จิตว่าง ปล่อยวางไม่ยึดมั่นถือมั่นในตน ที่สำคัญยิ่งก็คือ คฤหัสถ์ผู้ปฏิบัติกายคตาสติกัมมัฏฐานต้องเป็นบุคคลที่ดำรงตนอยู่ในศีล มีความประพฤติเพียบพร้อมด้วยกุศลกรรมบถ จึงจะบรรลุเป้าหมายและมีความสามารถพึ่งพาตนเองได้ในสังคมอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกัน

แม่ชีระวีวรรณ ธมมจารินี (งานวิสุทธิพันธ์)^{๒๙} ได้ศึกษาเรื่อง “การศึกษาสภาวญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาหลักปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในพระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์อื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง และเพื่อศึกษาสภาวญาณเบื้องต้น อารมณ์ และการปรับอินทรี ที่เกิดขึ้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร ผลการวิจัยสรุปได้ว่า หลักการปฏิบัติของสำนักวิปัสสนากรรมฐานวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร มีความสอดคล้องตามคัมภีร์พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา และคัมภีร์ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งผลจากการสังเกตและการถามตอบสอบถามนั้น สภาวะของผู้ปฏิบัติแต่ละคนเป็นไปไม่แน่นอน จำเป็นต้องดูสภาวะหลาย ๆ ด้านประกอบกัน ผู้ปฏิบัติบางคนมีสภาวะที่ปรากฏให้สังเกตได้ยาก บางคนมีสภาวะที่ปรากฏและสังเกตได้ง่าย โดยผลจากการวิจัยนี้เป็นอาการโดยย่อ เพื่อใช้เป็นหลักในการวินิจฉัยผลการวิจัยยังสามารถที่จะแสดงเป็นนัยได้ว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจะต้องพิจารณาทั้งสภาวะธรรมภายในและภายนอกพร้อมกัน พร้อมทั้งการพินิจถึงเหตุปัจจัยจากอดีตที่ผ่านมาว่าเคยทำเหตุปัจจัยนั้นมาก่อนหรือไม่ ซึ่งสภาวะธรรมและเหตุดังกล่าวมีผลต่อการปฏิบัติ คือ บางคนปฏิบัติลำบากสำเร็จช้า บางคนปฏิบัติลำบากสำเร็จเร็ว บางคนปฏิบัติง่ายสำเร็จช้าบางคนปฏิบัติง่ายแต่สำเร็จเร็ว นอกจากนี้การกระทำในปัจจุบัน ความตั้งใจในการกำหนดรูปนาม ทั้งภายนอกและภายใน อย่างประณีตบรรจงจดจ่อต่อเนื่องในทุกๆ อิริยาบถตั้งแต่ต้นนอนจนถึงเข้านอน คำแนะนำของพระวิปัสสนาจารย์ที่มีความเข้าใจและมีประสบการณ์ในการชักถาม

^{๒๙} แม่ชีระวีวรรณ ธมมจารินี (งานวิสุทธิพันธ์), “การศึกษาสภาวญาณเบื้องต้นของผู้เข้าปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ณ สำนักวิปัสสนากรรมฐาน วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๑, หน้า ก – ข.

สภาวะธรรมต่าง ๆ และการปรับอินทรีย์ของผู้ปฏิบัติให้เสมอกัน ก็เป็นอีกปัจจัยสำคัญในการปฏิบัติ วิปัสสนากรรมฐาน เพื่อให้สภาวะญาณเบื้องต้น ของผู้ปฏิบัติเจริญก้าวหน้าขึ้นไปเป็นลำดับ ตั้งแต่สภาวะ ญาณ ๑ ไปจนถึงมรรค ผล นิพพาน การศึกษานี้ ยังมีประโยชน์ต่อผู้อ่านทั่วไป ให้มีความเข้าใจในการฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน และสามารถที่จะนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้อีกด้วย

แม่ชีศิริวรรณ จำเนียรบุญ^{๓๐} ได้ศึกษาเรื่อง “รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวของพระอธิการสนอง กตปุญโญ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวพระอธิการสนอง กตปุญโญ (สนอง โพธิ์สุวรรณ) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบรูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวพระอธิการสนอง กตปุญโญ กับวิธีการปฏิบัติตามแนวพระไตรปิฎก และเพื่อศึกษาผลที่ได้รับจากการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวพระอธิการสนอง กตปุญโญ วัดสังฆทาน จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานของพระอธิการสนอง กตปุญโญ นั้นมีความเป็นระเบียบในการรักษา ข้อวัตรปฏิบัติอย่างถูกต้องตามพระวินัยและตรงตามอุดมคติในวิสุทธิมรรค และการกำหนด อานาปานสติปฏิบัติตรงตาม พระสุตตันตปิฎก สังยุตตนิกายมหารวรรค สุมังคลวิลาสนี้ อรรถกถา ที่มณิกายมหารวรรคและได้ศึกษาถึงการฝึกสมาธิเบื้องต้นเน้นเรื่องความสงบ การสอนแบบอธิบายธรรมะ สามารถเข้าใจและกำหนดจิต ให้สงบจากอารมณ์ต่างๆ ได้เป็นอย่างดี ในการปฏิบัติกัมมัฏฐานของท่าน ตั้งแต่เริ่มทำกัมมัฏฐาน กำหนด ยืน เดิน นั่ง นอน ในอิริยาบถทั้งสี่ ตามหลักมหาสติปัฏฐานสูตร พระสุตตันตปิฎก ที่มณิกายมหารวรรค หน้า ๓๐๒ ในการปฏิบัติที่น่าสนใจ ในพุทธศาสนิกชน คือมีความเป็นผู้เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติด้วยจิตอันสงบที่มีแต่ความเมตตาธรรมอย่างประเสริฐในการรู้ใจบุคคลผู้ทำกัมมัฏฐาน ในการใช้กุศโลบายในการสอนธรรมโดยเฉพาะประชาชนที่มีความสนใจ และผู้มาเก็บอารมณ์เข้าห้องปฏิบัติและมีเทคนิคนำจิตให้ผู้ใกล้สิ้นใจหรือจะสิ้นใจสามารถไปได้ดีคือมีอารมณ์สงบกับการรับฟังอารมณ์กัมมัฏฐานที่แนะนำขณะนั้น

ศึกษาเปรียบเทียบหลักการสอนกัมมัฏฐานของพระอธิการสนอง กตปุญโญ กับหลักการปฏิบัติในพระไตรปิฎก โดยใช้ไวยากรณ์ที่เหมาะสมกับบุคคล ๑) บุพเพกิจเบื้องต้นในการปฏิบัติ ๒) วิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานคือเดินจงกรม นั่งสมาธิ โดยการกำหนดรู้อารมณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันขณะ ตามหลักสติปัฏฐานสูตรคือ กาย เวทนา จิต และธรรม ๓) ศึกษาในประเด็นการสอบอารมณ์กัมมัฏฐานวิธีการปฏิบัติในระยะเวลาที่เหมาะสม ในการอธิบายธรรมที่ปรากฏในอารมณ์ของผู้ปฏิบัติจากการศึกษาผลของสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐานที่มีต่อผู้มีศรัทธาในพุทธศาสนา ที่มีศรัทธาในการปฏิบัติ ตาม ทำให้หลักธรรมและวิธีการปฏิบัติ มีความนิยมเป็นที่แพร่หลายในการเผยแผ่ การทำกัมมัฏฐานโดยใช้ อานาปานสติ คือ ลมหายใจเข้า บริกรรมว่า พุท – ลมหายใจออกบริกรรมว่า ธอ ในการกำหนด

^{๓๐} แม่ชีศิริวรรณ จำเนียรบุญ, “ศึกษารูปแบบและวิธีการปฏิบัติกัมมัฏฐานตามแนวของพระอธิการสนอง กตปุญโญ”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๑, บทคัดย่อ.

จิต ในทุกๆ อิริยาบถ โดยการยืนอย่างมีสติการเดินอย่างมีสติ การนั่งอย่างมีสติ และการนอนอย่างมีสติ พิจารณาเป็นส่วนๆ ไป ให้กำหนดรู้ทั้งอาการ ๓๒ เรียกว่า สัมปชาโน มีสติรู้ตัวทั่วพร้อมทั้งกาย เบื้องบนถึงเบื้องล่างให้พิจารณาทุกข์ มีความเข้าใจในหลักของสติปัฏฐานโดยสมควรแก่ ผู้เข้ารับการปฏิบัติสมถกัมมัฏฐานและวิปัสสนากัมมัฏฐาน

อัชฎางค์ สุวรรณมิสสระ^{๓๑} ได้ศึกษาเรื่อง “ศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแนวทางการเจริญวิปัสสนาที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท เพื่อศึกษาไตรลักษณ์ที่ปรากฏในคัมภีร์พระพุทธศาสนาเถรวาท และเพื่อศึกษาสภาวะของไตรลักษณ์ เฉพาะกรณีการปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน ผลจากการวิจัยพบว่า หลักสติปัฏฐาน ๔ เป็นหนทางสายเอกที่จะนำไปสู่การรู้แจ้งในสังขาร และเข้าถึงความจริงในชีวิต ซึ่งเป็นภาวะที่กิเลสถูกทำลายไป อันเป็นจุดมุ่งหมายของผู้ปฏิบัติ ฉะนั้น พระวิปัสสนาจารย์จึงใช้หลักสติปัฏฐาน ๔ ที่ปรากฏในมหาสติปัฏฐานสูตร ด้วยการกำหนดรู้ในกาย เวทนา จิต ธรรม เป็นกรอบในการปฏิบัติและตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิตประเด็นสำคัญอยู่ที่ ผู้ปฏิบัติต้องมีสติกำหนดรู้ในรูปนามที่เป็นปัจจุบันอารมณ์จนเห็นไตรลักษณ์ และมีพระวิปัสสนาจารย์ตรวจสอบความก้าวหน้าทางจิตที่ปรากฏผลอันเป็นสิ่งที่รู้ได้เฉพาะตนและให้ผลได้ไม่จำกัดกาล ซึ่งกระบวนการเจริญวิปัสสนาที่นำมาใช้ในครั้งนี้สอดคล้องกับคัมภีร์พระไตรปิฎกและเอกสารที่เกี่ยวข้อง พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ที่ตรัสรู้เองโดยชอบจนบรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณ และได้ทรงสั่งสอนแก่บุคคลทั้งหลาย คือ การชำระจิตให้บริสุทธิ์ซึ่งมีเฉพาะในพระพุทธศาสนานั้น ซึ่งเป็นการอบรมจิตของตนอย่างแท้จริงและควบคุมการกระทำทางกายและวาจา ด้วยการเจริญวิปัสสนาเพื่อพัฒนาจิตของตนเองให้เกิดปัญญาจนเห็นไตรลักษณ์ ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึงสภาวะธรรมตามความเป็นจริง พบกับความสุขที่แท้จริงได้ไตรลักษณ์ มีความสำคัญอย่างมากต่อการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ทุกคนสามารถพิสูจน์ได้ด้วยตนเอง แล้วนำประสบการณ์ที่พบเห็นมาใช้ในชีวิตประจำวัน อันเป็นการพัฒนาจิตหรือยกระดับจิตให้สูงขึ้นในทางพ้นทุกข์จากการทำหน้าที่ร่วมกันของ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่เห็นไตรลักษณ์โดยความเป็น อนิจจลักษณะ เป็นต้น ซึ่งเป็นพลังงานทางจิตที่มีอยู่ในตัวบุคคลผู้ปฏิบัติวิปัสสนาเพื่อไปถึงจุดหมายปลายทางดังนั้น การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา คือ การปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ที่พัฒนาจิตให้เกิดปัญญาจนเห็นไตรลักษณ์ ซึ่งคุณค่าของไตรลักษณ์นี้มีความสำคัญต่อการเจริญวิปัสสนาเป็นที่สุด ทำให้มองสรรพสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง และขจัดอนุสัยกิเลส ให้หมดไปด้วยมรรคญาณ ส่งผลให้จิตนั้นหลุดพ้นจากทุกข์ทั้งปวงพบความสุขที่แท้จริง อันเป็นกระบวนการของการชำระจิตให้บริสุทธิ์ผ่องใสที่มีแต่ในพระพุทธศาสนาเท่านั้น

^{๓๑} อัชฎางค์ สุวรรณมิสสระ, “ศึกษาไตรลักษณ์ในการปฏิบัติวิปัสสนาตามหลักสติปัฏฐาน ๔ เฉพาะกรณี การปฏิบัติวิปัสสนาภาวนา ๗ เดือน”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๒.

พระสุวรรณ สุวณโณ (เรื่องเดช)^{๓๒} ได้ศึกษาเรื่อง “ผลการเจริญสติปัฏฐานตามแนวทางปฏิบัติของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก: กรณีศึกษาสำนักปฏิบัติธรรมมหาสติปัฏฐาน ๔ บ้านเหล่าโพหนอง” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการเจริญสติตามแนวทางมหาสติปัฏฐานสูตร การเจริญสติตามแนวทางของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก และผลการเจริญสติตามแนวทางของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก ผลการวิจัยสรุปได้ว่า ๑) การเจริญสติตามแนวทางของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก พบว่า หลวงพ่อเทียน จิตตสุโก เน้นการสอนให้ผู้ปฏิบัติเจริญสติในหมวดกายานุปัสสนาสติปัฏฐานหมวดอิริยาบถบรรพ คือ การยืน เดิน นั่ง นอน และหมวดสัมปชัญญะมรณะ คือ การกำหนดอิริยาบถน้อยอื่นๆ อีก เช่น ตื่น พุด เหลียวหลัง ยกมือ เป็นต้น วิธีการปฏิบัติต่อความคิด คือ จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน เป็นการสอนให้ผู้ปฏิบัติรู้เท่าทันความคิดที่เกิดขึ้นในขณะนั้น แต่ไม่ต้องปรุงแต่งไปตามความคิดไม่ว่าจะเป็นความคิดดีความคิดไม่ดีก็ตาม เพียงแต่กำหนดรู้สึกตัวเท่านั้นก็พอ เมื่อทำได้บ่อยๆ แล้วปัญญาในการพิจารณาย่อมเกิด จะทำให้ผู้ปฏิบัติไม่ตกเป็นเหยื่อของความคิดและไม่เป็นทุกข์เพราะความคิดที่เกิดขึ้นนั้น และ ๑) ผลการเจริญสติตามแนวปฏิบัติของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก พบว่า ผู้ปฏิบัติสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้ดีกว่าเดิม มีสติระลึกรู้ในการทำงาน เข้าใจคนอื่นได้ดี ปรับสภาวะทางจิตให้ยืดหยุ่นได้ มีความตั้งใจมั่น หรือทำให้มีสมาธิจิตที่ยาวนานกว่าเดิม ทำให้เกิดปัญหาในการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในชีวิตประจำวันได้ เช่น เมื่อมีสติก็ไม่ก่อปัญหาอาชญากรรม ไม่ลักขโมย ไม่ประพฤติผิดในกาม ไม่พูดเท็จ ไม่ดื่มสุราและเมรัย ตลอดจนสิ่งเสพติดต่างๆ หลีกเว้นการก่อปัญหาทางสังคม ตรงกันข้าม ผู้ปฏิบัติธรรมกลับมีจิตใจที่เมตตาต่อคนอื่น โดยคอยให้การช่วยเหลืองานสังคมหรือชุมชนตามกำลังของตน รู้จักเสียสละ บำเพ็ญประโยชน์เป็นสาธารณะหรือมีจิตสาธารณะ อันจะยังประโยชน์สุขให้เกิดขึ้นแก่ตน ครอบครัวและบุคคลที่เกี่ยวข้องได้ดียิ่งขึ้น

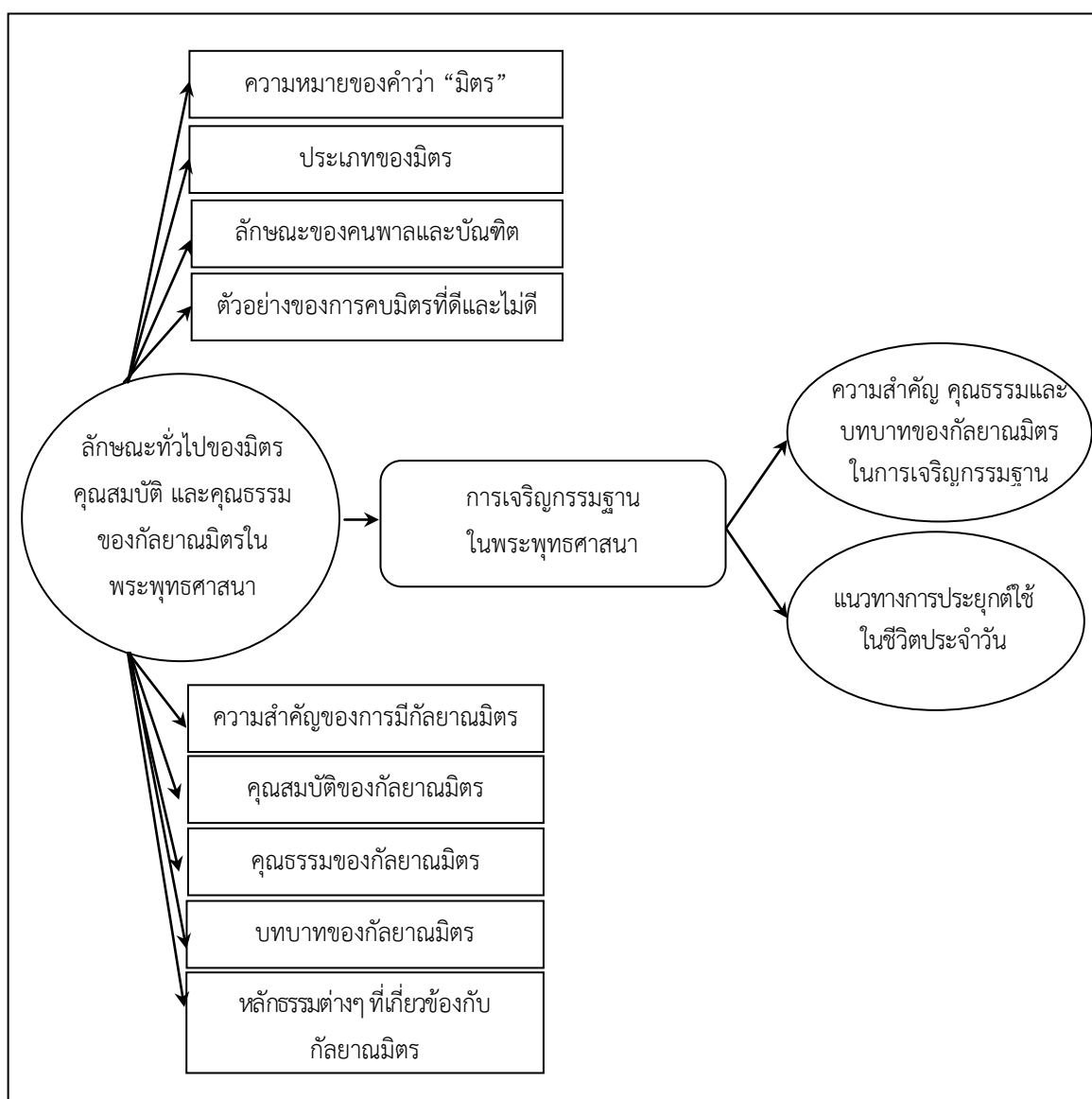
โดยสรุป ในการเจริญกรรมฐานทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานนั้น จำเป็นต้องมีครูอาจารย์ผู้ชี้แนะแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติได้รับแนวทางในการปฏิบัติได้อย่างถูกต้องประกอบด้วย แนะนำวิธีการต่าง ๆ ในการฝึกปฏิบัติ การให้อารมณ์กรรมฐาน การดูแลในระหว่างการฝึกปฏิบัติ การสอบอารมณ์ และชี้แนะแนวทางในการปฏิบัติต่อไปเพื่อให้เกิดความก้าวหน้า จากการศึกษาวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า งานวิจัยโดยส่วนใหญ่ได้นำเสนอวิธีการฝึกกรรมฐานของครูอาจารย์จากสำนักต่าง ๆ ซึ่งมีความเหมือนและแตกต่างกันซึ่งขึ้นอยู่กับครูอาจารย์ผู้ทำหน้าที่เป็นดำเนินการฝึกปฏิบัติ อาจอ้างอิงตามหลักการหรือตัวบุคคล การอ้างอิงตามหลักการได้แก่ การฝึกตามแนวกายคตาสติ การปฏิบัติอานาปานสติ และการฝึกตามหลักสติปัฏฐาน ๔ ส่วนการอ้างอิงตามตัวบุคคล ได้แก่ การปฏิบัติกรรมฐานของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก และพุทธทาสภิกขุ ตามแนวทางของพระครูโพธิสารคุณ (ประยงค์ อุปลวณโณ) และตามแนวของพระอธิการสนอง กตปุญโญ ทั้งสอง

^{๓๒} พระสุวรรณ สุวณโณ (เรื่องเดช), “ศึกษาผลการเจริญสติปัฏฐานตามแนวทางปฏิบัติของหลวงพ่อเทียน จิตตสุโก : กรณีศึกษาสำนักปฏิบัติธรรมมหาสติปัฏฐาน ๔ บ้านเหล่าโพหนอง”, วิทยานิพนธ์พุทธศาสตรมหาบัณฑิต, (บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย), ๒๕๕๓, หน้า ก - ข.

ลักษณะล้วนเป็นการฝึกปฏิบัติที่ต้องมีอาจารย์ผู้เป็นกัลยาณมิตรทั้งสิ้น แต่จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องไม่ปรากฏเห็นการศึกษาเกี่ยวกับบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐานอย่างชัดเจน จึงเป็นประเด็นให้ผู้วิจัยสนใจในการวิจัยในครั้งนี้

๑.๖ กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน โดยเน้นการลักษณะทั่วไปของมิตร คุณสมบัติ คุณธรรมของกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนา การเจริญกรรมฐานในพระพุทธศาสนา รวมทั้งวิเคราะห์ความสำคัญ คุณธรรมและบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐานและการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน แสดงการเชื่อมโยงระหว่างตัวแปรหรือประเด็นที่สนใจศึกษาได้ดังแผนภาพต่อไปนี้



แผนภาพที่ ๑.๑ กรอบแนวคิดในการวิจัย

๑.๗ วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยวิธีการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) ซึ่งมีวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

๑.๗.๑ ศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลจากเอกสารต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยค้นคว้าเรื่องกัลยาณมิตรจากคัมภีร์พระไตรปิฎกเป็นเอกสารหลัก วิสุทธิมรรค สุตตันตปิฎก ขาดกต่าง ๆ วิปัสสนาภูมิ และตำราวิชาการที่เป็นเอกสารรอง และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเจริญกรรมฐานในทางพุทธศาสนา

๑.๗.๒ รวบรวมข้อมูลให้เป็นระบบและจัดหมวดหมู่ของข้อมูลประกอบด้วยเนื้อหาประกอบด้วย ๑) ลักษณะทั่วไป คุณสมบัติ คุณธรรมของกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนาเถรวาท และ ๒) คุณลักษณะและบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน

๑.๗.๓ ดำเนินการจำแนกข้อมูลและจัดหมวดหมู่ตามประเด็นที่ได้กำหนดไว้ในวัตถุประสงค์การวิจัย และขอบเขตการวิจัย แล้วสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Inductive Analytic)

๑.๗.๔ ดำเนินการวิเคราะห์ความสำคัญ คุณธรรมและบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐานที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน โดยวิเคราะห์บทบาทของพระพุทธเจ้าในฐานะกัลยาณมิตรต่อพระสาวก ด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจงพระสาวกจากอัสติมหาสาวก จำนวน ๑๕ รูป ได้แก่ พระอัญญาโกณฑัญญะ พระอัสสชิ พระนาลกะ พระยสะ พระอุรุเวลกัสสปะ พระสารีบุตร พระมหาโมคคัลลานะ พระมหากัสสปะ พระวัคคลี พระองคุลิมาล พระอานนท์ พระอุบาลี พระจูฬปันถก พระมหากัจจายนะ และพระปุณณะ และ ๒) วิเคราะห์บทบาทของพระเถระในฐานะกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน โดยเลือกแบบเจาะจงพระเถระผู้มีบทบาทในการสอนการเจริญกรรมฐาน จำนวน ๕ ท่าน ได้แก่ หลวงปู่ชาหลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ พุทธทาสภิกขุ พระธรรมธีรราชมหารุณี (โชดก ญาณสิทธิเถร) และพระอธิการสนอง กตปุญโญ

๑.๗.๕ เรียบเรียงข้อมูลและนำเสนอผลการวิเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยโดยใช้รูปแบบตารางและความเรียง

๑.๘ ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

๑.๘.๑ ทำให้ทราบคุณลักษณะและแบบอย่างที่ดีของกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนา

๑.๘.๒ ทำให้ทราบเกี่ยวกับแนวคิดและความสำคัญของการเจริญกรรมฐานในพระพุทธศาสนาทั้งสมถกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐาน

๑.๘.๓ ทำให้ทราบความสำคัญของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐานที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้กับชีวิตประจำวันได้