

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะทั่วไปของมิตร คุณสมบัติ และคุณธรรมของกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนา เพื่อศึกษาแนวคิดและความสำคัญของการเจริญกรรมฐานในพระพุทธศาสนา และเพื่อวิเคราะห์ความสำคัญ คุณธรรมและบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน และการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ศึกษาโดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยวิธีการวิจัยเอกสาร (Documentary Research) มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาลักษณะทั่วไป คุณสมบัติ และคุณธรรมของกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนาเถรวาท การเจริญกรรมฐานในพระพุทธศาสนา โดยใช้การศึกษาค้นคว้าจากพระไตรปิฎก วิทยานิพนธ์ สุตตันตปิฎก ขาดกต่าง ๆ วัปปสนาภูมิ ตำราหนังสือวิชาการรวมทั้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง วิเคราะห์ข้อมูลโดยการสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย (Inductive Analytic) สรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปได้ดังต่อไปนี้

๕.๑.๑ ลักษณะทั่วไปของมิตร คุณสมบัติและคุณธรรมของกัลยาณมิตรในพระพุทธศาสนา

ลักษณะทั่วไปของมิตร แบ่งได้เป็น ๒ นัย คือ นัยทางศาสนา หมายถึง คนที่มีไมตรีต่อกัน มีเอื้อยดี มีน้ำใจเอื้อเฟื้อ อาจเป็นผู้ใหญ่หรือผู้เสมอกันก็ได้ เพราะความเป็นมิตรอยู่ที่ความมีน้ำใจ หวังดี และปรารถนาดีต่อกัน ส่วนอีกนัยหนึ่งตามที่คนเข้าใจทั่วไป มิตร หมายถึง เพื่อน เกลต ที่คบหากัน สนทนสนมหรืออยู่ใกล้ชิดกัน เป็นผู้ที่ทำอะไรต่อกันแล้วก็มีความพอใจต่อกันทั้งสองฝ่าย โดยที่ถ้าเป็นความหมายทางศาสนา มิตรจะมีความลึกซึ้งเหนียวแน่น และมีธรรมคือเมตตามากกว่ามิตรที่เรียกว่าเพื่อนตามที่เข้าใจทั่วไป

คุณสมบัติของกัลยาณมิตร คือ ลักษณะของบุคคลที่เรียกว่าเป็นสัตบุรุษ หรือบัณฑิต หรือเป็นผู้ซึ่งคนอื่นควรเข้าไปคบหาเสวนามีธรรมของสัตบุรุษ เรียกว่า สัปปริสธรรม ๗ ประกอบด้วย ๑) ธัมมัญญตา รู้หลักและรู้จักเหตุ ๒) อตถัญญตา รู้ความมุ่งหมายและรู้จักผล ๓) อตตัญญตา รู้จักตน ๔) มัตตัญญตา รู้จักประมาณ ๕) กาลัญญตา รู้จักกาล ๖) ปริสสัญญตา รู้จักชุมชน และ ๗) ปุคคลัญญตา รู้จักบุคคล สำหรับคุณธรรมของกัลยาณมิตร ประกอบด้วย พรหมวิหารธรรม โยนิโสมนสิการ

สังกตวัตถุธรรม และสัพปุริสธรรม และหลักธรรมที่สอดคล้องกับกัลยาณมิตรเพื่อยังผลให้เกิดความสัมพันธ์ในสังคม ประกอบด้วย ขราวาสธรรม ๔ ทิศา ๖ และกัลยาณมิตรธรรม ๗

คุณลักษณะของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน เป็นการแสดงความเชื่อมโยงระหว่างกัลยาณมิตรกับการเจริญกรรมฐาน พบว่า การเจริญกรรมฐานให้บรรลุผลนั้นจำเป็นต้องมีกัลยาณมิตรที่ดีตามหลักกัลยาณมิตรธรรม ๗ เป็นผู้ชี้แนะ และกัลยาณมิตรนั้นควรประกอบด้วย คุณสมบัติที่ถึงพร้อม ๘ ประการ และคุณค่าของกัลยาณมิตรจะเกิดขึ้นได้นั้น ประกอบด้วยคุณค่า ๓ ประการ คือคุณค่าของกัลยาณมิตรในฐานะที่เป็นนิมิตแห่งอริยมรรค กัลยาณมิตรในฐานะทำให้อริยมรรคบริบูรณ์ และกัลยาณมิตรในฐานะเป็นทั้งหมดของพรหมจรรย์ ซึ่งเป็นการแสดงให้เห็นถึงความเกี่ยวข้องเชื่อมโยงของบทบาทของกัลยาณมิตรที่เป็นตัวแปรสำคัญให้เกิดความเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติกรรมฐานทั้งสมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน

๕.๑.๒ การเจริญกรรมฐานในพระพุทธศาสนา

กรรมฐาน คือ ที่ตั้งแห่งการงาน อารมณ์เป็นที่ตั้งแห่งการงานของใจ อุบายทางใจ วิธีฝึกอบรมจิต หมายถึง การมีสติกำหนดรู้เท่าทันทุกอารมณ์ที่เกิดขึ้น ยังจิตของผู้ปฏิบัติให้ตั้งอยู่กรรมฐานในพระพุทธศาสนามี ๒ ประเภท ประกอบด้วย สมถกรรมฐาน และ วิปัสสนากรรมฐาน สมถกรรมฐาน หมายถึง อุบายหรือวิธีการที่ทำให้จิตเกิดความสงบ เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าวิธีการที่ทำให้จิตเกิดสมาธิ สำหรับวิปัสสนากรรมฐาน หมายถึง วิธีการที่สร้างให้เกิดปัญญาหยั่งรู้ เห็นแจ้งในสัจธรรมทั้งปวง เป็นความรู้แจ้งเห็นจริงตามกฎของไตรลักษณ์

๕.๑.๓ ความสำคัญ คุณธรรมและบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน และการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน

ความสำคัญ ๕ ประการของกัลยาณมิตร ประกอบด้วย ๑) กัลยาณมิตรเป็นจุดเริ่มต้นในการชักนำ เข้าสู่ทางชีวิตที่ดีงาม ๒) กัลยาณมิตรนั้นเหมือนกับเป็นผู้ที่รู้ทางเพราะเคยเดินทางนั้นมาแล้ว ๓) การคบคนที่เป็นกัลยาณมิตรนั้นสำคัญมากเหมือนเข็มทิศของชีวิต ๔) หากไม่ได้ผู้ที่มีธรรมเสมอ หรือดีกว่าตนด้านคุณธรรม ความประพฤติ การไปไหนมาไหนไปผู้เดียวถือเป็นการดีที่สุด และ ๕) เมื่อมีกัลยาณมิตรมีผู้ชี้แนะนำทางที่ถูกต้องแล้ว ก็จะทำให้บุคคลเริ่มรู้จัก เริ่มมีความเข้าใจหรือความเห็นทางที่ถูกต้องนั้น ก็คือสัมมาทิฐิ

ความเป็นกัลยาณมิตรธรรมตามคำสอนของพระพุทธเจ้า คือ หลักกัลยาณมิตรธรรม ๗ คือ ปิโย (น่ารัก) คือ มีศีลน่ารักใคร่ ครุ (น่าเคารพ) คือ เป็นที่เคารพยำเกรง ภาวนียะ (น่าเจริญใจ) คือ ชาวโลกยำเกรงสรรเสริญ วัตตา (รู้จักพูดให้ได้ผล) คือ สามารถแสดงให้เห็นโทษในกามคุณ ๕ วจนกขโม (อดทนต่อถ้อยคำ) คือ อดทนต่อการกล่าวสอน คัมภีรญจะ กะถัง กัตตา (ແລງเรื่องล้าลึกได้) คือสามารถแสดงอริยสัจ ๔ ให้เข้าใจได้ และโน จัญญานะ นิโยชะเย (ไม่ชักนำไปในอวิชชา) คือ เป็นผู้ชี้ทางที่ถูกให้

ผลการวิเคราะห์บทบาทในการสอนและแนะนำแนวทางในการเจริญกรรมฐานตามหลักกัลยาณมิตรธรรมของพระเถระ พบว่า พระเถระแต่ละองค์มีลักษณะที่โดดเด่นตามหลักกัลยาณมิตรธรรม ๗ แตกต่างกันไป คือ หลวงปู่ชา มีความโดดเด่นข้อ ๔ คือ วัตตา รู้จักพูดให้ได้ผล รองลงมาคือ ข้อ ๑ คือ ปิโย เป็นคนน่ารัก หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ มีความโดดเด่นข้อ ๗ คือ โน จัณฐาเน นิโยชะเย โดยการให้การเจริญสติในการควบคุมไม่ให้คิดไปตามอำนาจกิเลส รองลงมาคือข้อ ๕ คือ วณักขโม อดทนต่อถ้อยคำของลูกศิษย์ และมีอารมณ์เยือกเย็นอยู่เสมอ พุทธทาสภิกขุ มีความโดดเด่นข้อ ๔ คือ วัตตา รู้จักพูดให้ได้ผล สามารถชี้แจงให้เข้าใจง่าย รองลงมาคือ ข้อ ๖ คือ คัมภีรญจะ กถัง กัตตา แกลงเรื่องเล่าลึกได้ พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิเถร) มีความโดดเด่นข้อ ข้อ ๒ คือ ครุ เป็นคนน่ารัก อุทิศด้วยปัญญาทั้งทางโลกและทางธรรม รองลงมาคือข้อ ๔ วัตตา รู้จักพูดให้ได้ผล และพระอธิการสนอง กตปุญโญ มีความโดดเด่นข้อ ๔ คือ วัตตา รู้จักพูดให้ได้ผล และข้อ ๑ คือ ปิโย เป็นคนน่ารัก

ผลการวิเคราะห์บทบาทของพระพุทธรูปเจ้าในฐานะกัลยาณมิตรต่อพระสาวก พบว่า พระสาวกจำนวน ๑๕ รูป ได้แก่ พระอัญญาโกณฑัญญะ พระอัสสชิ พระนาลกะ พระยสสะ พระอรุเวลกัสสปะ พระสารีบุตร พระมหาโมคคัลลานะ พระมหากัสสปะ พระวักกสิ พระองคุลิมาล พระอานนท์ พระอุบาลี พระจูฬปันถก พระมหากัจจายนะ และพระปุนณะ ล้วนได้รับฟังพระธรรมเทศนา คำชี้แนะ และคำสอนจากพระพุทธรูปเจ้าทุกรูป แล้วปฏิบัติตามจนทำให้บรรลุอรหัตผลในที่สุด และเมื่อพิจารณาตามหลักกัลยาณมิตรธรรม พบว่า บทบาทของพระพุทธรูปเจ้าในการเป็นกัลยาณมิตรต่อพระสาวก โดยส่วนใหญ่มีความสอดคล้องกับหลักกัลยาณมิตรธรรม ข้อ ๖ มากที่สุด คือ คัมภีรญจะ กถัง กัตตา (แกลงเรื่องเล่าลึกได้) และรองลงมา สอดคล้องกับหลักกัลยาณมิตรธรรม ข้อ ๓ คือ ภาวนีโย (นำเจริญใจ) โดยได้แสดงอุบายวิธีที่ทำให้สาวกบรรลุธรรม รวมทั้งสามารถแก้ไขความเห็นผิดของศิษย์ได้

ผลการวิเคราะห์บทบาทของพระเถระในฐานะกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน พบว่า หลวงปู่ชา มีวิธีการสอนที่ชัดเจนได้ตรงใจ คำสอนมีพลังใจ แต่อาจมีใจประทับใจ หลวงพ่อเทียน จิตตสุโภ สอนการปฏิบัติกรรมฐานอยู่ที่ใช้สติเข้าไปกำหนดรู้อาการเคลื่อนไหวของอริยาบถน้อยใหญ่เพื่อบ่มเพาะสติให้มีกำลังที่จะเข้าไปรู้เท่าทันความคิดนึกปรุงแต่ง ท่านพุทธทาสภิกขุ มีวิธีการแสดงวิปัสสนาแบบลัดสั้นสำหรับผู้มีเวลาจำกัดเพื่อให้ปฏิบัติได้สะดวกซึ่งมีจุดเด่นอยู่ที่การใช้สติกำหนดรู้ลมหายใจ และอริยาบถน้อยใหญ่โดยแยกส่วนเป็นนามรูป เบญจขันธ์ พระธรรมธีรราชมหามุนี หลักธรรมสำคัญในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน คือ โภธิปักขิยธรรม ๓๗ ประการ และปฏิจจสมุปบาท เป็นหลักธรรมสำคัญที่ว่าด้วยเหตุผลของวัฏสงสาร และพระอธิการสนอง กตปุญโญ ใช้หลักของการเป็นผู้เอาใจใส่ต่อการปฏิบัติด้วยจิตอันสงบที่มีแต่ความเมตตาธรรมอย่างประเสริฐในการรู้ใจบุคคลผู้มาทำกัมมัฏฐาน และใช้กุศโลบายในการสอนธรรม

ผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน พบว่า ได้นำเสนอตัวอย่างที่เป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน แล้วนำหลักกัลยาณมิตรธรรมไปใช้เป็นหลักในการดำเนินชีวิต

รวมทั้งใช้ในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ได้แก่ เราหมกมุ่นที่นักกีฬาแพ้ เราต้องใช้หลักปิโย อันเป็นที่รัก มาใช้ด้วยการให้กำลังใจนักกีฬา ส่งเสริมแรงใจให้สู้ ไม่ใช่คำว่าต่อความพ่ายแพ้ นั้น เมื่ออยู่ที่โรงเรียน เราต้องใช้แสดงความเคารพต่อครูอาจารย์เพราะท่านมีคุณธรรมตามหลักครู คือ เป็นผู้ควรเคารพ กราบไหว้และเชื่อฟังคำสั่งสอนทั้งความรู้ด้านวิชาการและศีลธรรมจริยธรรม และในวงการธุรกิจหรือ หน่วยงานต่าง ๆ ต้องใช้หลักกวดตา คือ รู้จักพูดให้ได้ผลเมื่อต้องมีการประสานงานระหว่างกัน ทั้งนี้ เพื่อให้การทำงานสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี เป็นต้น

โดยสรุป กัลยาณมิตรมีความจำเป็นและสำคัญเป็นอย่างมากในการเจริญกรรมฐาน เนื่องจากการฝึกเจริญกรรมฐานนั้นเป็นการฝึกปฏิบัติที่ละเอียดอ่อน และเป็นการฝึกที่จำเป็นจะต้อง มีผู้ชี้แนะแนวทางที่ถูกต้องในระหว่างการปฏิบัติ ทั้งนี้เพื่อให้การปฏิบัติมีความก้าวหน้าต่อไปเรื่อย ๆ หากผู้ฝึกปฏิบัติมีครูอาจารย์ผู้เป็นกัลยาณมิตรคอยช่วยชี้แนะแนวทางที่ถูกต้อง และช่วยส่งเสริมการ ปฏิบัติให้เกิดความต่อเนื่อง ก็จะสามารถสำเร็จได้ในเร็ววัน และเมื่อบุคคลที่ได้ยึดหลักกัลยาณมิตร ธรรมมาใช้ในชีวิตแล้วทำให้มีชีวิตที่ดีขึ้นได้เช่นเดียวกัน เนื่องจากหลักกัลยาณมิตรธรรม เป็นหลักของ การปฏิบัติของบุคคลผู้มีคุณสมบัติของกัลยาณมิตร ผู้ซึ่งมีคุณลักษณะที่ถึงพร้อม ๗ ประการ คือ น่ารัก น่าเคารพ น่าเจริญใจ เป็นผู้รู้จักพูดให้ได้ผล เป็นผู้อดทนต่อถ้อยคำ เป็นผู้ที่สามารถพูดเรื่องล้าลึกได้ และเป็นผู้ที่ไม่ชักนำไปในทางที่ผิด บุคคลผู้มีคุณลักษณะเช่นนี้ จะอยู่ในที่ใดก็ตามในสังคม ย่อมส่งผล ให้สังคมนั้นมีความสุข รมเย็น และมีการพัฒนาให้เกิดความก้าวหน้าเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรม ต่าง ๆ ในสังคมอย่างต่อเนื่อง

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

๑) งานวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเกี่ยวกับบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญ กรรมฐาน ผลการวิจัยที่ได้รับแสดงให้เห็นความสำคัญและความจำเป็นในบทบาทของกัลยาณมิตรที่ ปรากฏอยู่ในคุณสมบัติของพระวิปัสสนาจารย์ทุกท่าน ข้อค้นพบนี้จึงนำเสนอไว้เพื่อเป็นแนวทางใน การใช้เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรการสอนพระกรรมฐาน หรือสำหรับผู้ที่มีสนใจในการเป็นครูสอน กรรมฐาน

๒) จากผลการวิจัย พบว่า พระเถระแต่ละท่านต่างก็มีแนวทางการสอนกรรมฐานที่ เป็นลักษณะเฉพาะของแต่ละท่าน ผู้ที่มีสนใจในการศึกษากรรมฐานสามารถพิจารณารูปแบบและแนว ทางการสอนของพระเถระที่ตรงกับจริตของตัวเองจะทำให้การฝึกกรรมฐานมีความ เจริญก้าวหน้าได้เร็ว แต่สิ่งหนึ่งที่พระเถระทุกท่านมีเหมือนกัน คือ ความเป็นกัลยาณมิตรต่อผู้เข้ารับ การปฏิบัติ

๓) จากผลการวิจัยเกี่ยวกับการประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ทำให้ได้แนวทางสำหรับพุทธศาสนิกชนทุกท่านได้นำไปปรับใช้ทั้งกับตนเองและบุคคลรอบข้าง คือ การใช้หลักกัลยาณมิตรธรรม ๗ เมื่อต้องปฏิบัติต่อบุคคลที่อยู่ใกล้ตัว ในการพัฒนาตนเองให้เป็นคนดี และใช้ เมื่อต้องเกี่ยวข้องกับบุคคลอื่นทั้งในครอบครัวและสังคม

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

๑) ในการวิจัยครั้งนี้ ใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาบทบาทของกัลยาณมิตรในการเจริญกรรมฐาน ควรมีการออกแบบการวิจัยแบบผสม โดยเริ่มจากการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อวิเคราะห์แนวคิด จากนั้นนำผลการวิเคราะห์ที่ได้ไปศึกษาต่อด้วยวิธีการวิจัยเชิงปริมาณโดยการนำแนวคิดที่ได้จากการวิเคราะห์ไปสำรวจความคิดเห็นตามสถานปฏิบัติธรรมต่าง ๆ แล้วศึกษาผลที่ได้รับ

๒) ในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาภาคสนาม (field study) แบบมีการฝังตัว โดยที่ผู้วิจัยอาจเป็นหนึ่งในผู้ปฏิบัติ แล้วศึกษากระบวนการสอนพระกรรมฐานของพระเถระผู้เป็นพระวิปัสสนาจารย์ โดยศึกษาเปรียบเทียบกับหลักกัลยาณมิตรธรรม ๗ ทั้งนี้เพื่อให้ได้ข้อค้นพบที่จะนำไปเสนอรูปแบบการสอนพระกรรมฐานตามหลักกัลยาณมิตรธรรมโดยที่มึความเป็นกัลยาณมิตรเป็นหัวใจสำคัญของการสอนกรรมฐาน