

บทที่ ๔

ผลของรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานที่มีต่อพุทธศาสนิกชนที่ปฏิบัติตามแนวทางของ พระภิกษุชานน วิ. (สุรศักดิ์ เขมรสี)

ผลของรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานที่มีต่อพุทธศาสนิกชนที่ปฏิบัติตามแนวทางของพระภิกษุชานน วิ. (สุรศักดิ์ เขมรสี) จากการสัมภาษณ์และวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากผู้วิปัสสนากัมมัฏฐาน ผลปรากฏว่า รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานที่มีต่อพุทธศาสนิกชนที่ปฏิบัติตามแนวทางของพระภิกษุชานน วิ. (สุรศักดิ์ เขมรสี) สามารถพัฒนากาย ศีล จิต และปัญญา ของผู้วิปัสสนากัมมัฏฐานได้เป็นอย่างดี โดยมีรายละเอียดพร้อมการยกตัวอย่างประกอบ ดังนี้

๔.๑. ผลที่เกิดจากการปฏิบัติในมิติทางกาย

ผลที่เกิดจากการปฏิบัติในมิติทางกาย ผู้วิจัยพบว่า ก่อนวิปัสสนากัมมัฏฐานผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานขาดสติสัมปชัญญะในการดำเนินชีวิต ไม่สามารถกาย สุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง แต่เมื่อได้เริ่มเข้าสู่หลักสูตรในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเบื้องต้นแล้ว สามารถกำหนดสติสัมปชัญญะในอิริยาบถต่าง ๆ เช่น ยืน เดิน นั่ง นอน และกำหนดรู้รูปรูปนามในขณะปัจจุบันอารมณ์ที่มากระทบตน มีสติตั้งมั่นคง ไม่เบียดเบียนตนและคนอื่นให้เดือดร้อนมีเมตตาจิตต่อเพื่อนร่วมโลก ร่วมสังสารวัฏ มักให้ทานช่วยเหลือกัน มีปกติทำงานอย่างตรงไปตรงมา ถือความซื่อสัตย์สุจริตเป็นใหญ่ ไม่คดโกง ไม่ทุจริตต่อหน้าที่การงาน มีความรับผิดชอบต่อการงาน และอาชีพ^๑

ตัวอย่างที่ ๑ นางสาวพัลลภา พันธุ์จันทร์แมน ก่อนปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานขาดสติไม่ยั้งคิด ขาดระเบียบวินัย ไม่มีน้ำใจต่อผู้อื่น แต่หลังจากปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานตนเองรู้สึกได้เลยว่า ตนเองเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ในการทำอะไรก็ตามจะมีสติรู้คิดอยู่อย่างเสมอ รู้เท่าทันสิ่งต่าง ๆ ไม่ประมาท มีระเบียบวินัยมากขึ้น ชอบช่วยเหลืองานผู้อื่นอยู่เป็นประจำ เช่น ชอบมาช่วยทำงานให้สำนักปฏิบัติธรรมของพระภิกษุชานน วิ. (สุรศักดิ์ เขมรสี) วัดมเหยงคณ์ เช่น ปัดกวาดที่พักผู้มาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ดูแลห้องน้ำ ห้องสุขา ช่วยจัดยาสามัญประจำบ้านให้ผู้มีอาการเจ็บไข้ เล็ก ๆ น้อย ๆ จัดผ้าห่ม ดูแลงานด้านการบริโภคที่อยู่อาศัย^๒

ตัวอย่างที่ ๒ นางกุลชลี พันธุ์พิพัฒน์ ไม่ชอบการบริจาคทรัพย์ ไม่ชอบการเสียสละ คิดเอาแต่ประโยชน์ส่วนตนเท่านั้น แต่หลังจากปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เป็นคนชอบบริจาคทรัพย์เงินทองเพื่อร่วมสร้างโบสถ์ใหญ่ ร่วมสร้างกำแพงวัด สร้างสถานที่สำนักปฏิบัติธรรมของท่านเพื่อใช้เป็นอนุสรณ์สถานในอนาคต สำหรับให้คนรุ่นหลังได้เห็นความเจริญรุ่งเรืองของสำนักปฏิบัติธรรมของพระภิกษุชานน วิ. (สุรศักดิ์ เขมรสี) วัดมเหยงคณ์ ทางด้านวัตถุ ซึ่งทำอุโบสถปราสาทพระบรมธาตุเจดีย์มหาวิหาร ที่กำลังก่อสร้างอยู่นั้นเป็นศาสนสถานหลักในเขตพุทธาวาสของวัด เป็นโบราณสถานที่สำคัญของชาติ ทั้งนี้ก็เพื่อรักษาคุณค่าในทางประวัติศาสตร์ของชาติและคุณค่าของการศึกษาของเยาวชน

^๑ สัมภาษณ์ นายมานพ เอกจริยวงศ์, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙.

^๒ สัมภาษณ์ นางสาวพัลลภา พันธุ์จันทร์แมน, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙.

และโดยเนื้อจิตวิญญาณ คือ การสืบทอดความเจริญรุ่งเรืองของพระธรรมคำสั่งสอนให้มั่นคงถาวรไป
 ภายหน้า^๓

๔.๒ ผลที่เกิดจากการปฏิบัติในมิติทางศีล

ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น สามารถประพฤติปฏิบัติตน ตรงตามหลักศีล ๕ เป็นอย่างดี คือ
 เป็นคนไม่เบียดเบียนประทุษร้ายคนอื่น ไม่ลักขโมยหรือทุจริตต่อหน้าที่การงาน ไม่ประพฤติผิดใน
 คู่ครอง ไม่พูดให้ร้ายคนอื่นและไม่พูดคำโกหกหลอกลวงกัน ไม่ดื่มหรือเสพสิ่งเสพติดให้โทษทำให้ขาด
 สติสัมปชัญญะ พอสรุปผลได้ ดังนี้

๑. ศีลข้อปาณาติบาต ก่อนวิปัสสนาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติชอบทำร้ายตนเอง
 คนอื่น สัตว์ ให้ได้รับความทุกข์กาย เป็นที่เวทนา แต่หลังจากผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน
 ได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้วนั้น ทำให้เป็นคนไม่กล้าทำบาปทั้งปวง ไม่กล้าฆ่าสัตว์แม้จะตัวเล็กก็
 ตาม เช่น ยุง แมลง มด ปลา รวมไปถึงสัตว์ใหญ่เช่น โค กระบือ ไม่ทำร้ายตนเองในคราวที่ไม่สมหวัง
 ไม่ทำร้ายคนอื่น เลิกการชนไก่ การนำสัตว์มาทรมานมาเป็นการกีฬา เพื่อหาเงินทอง^๔

ตัวอย่างที่ ๑ นายธีรวิทย์ แพบัว ก่อนหน้าที่จะมาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตนเองชอบ
 ตกปลา บางครั้งยิงมากก็ตบตันที่ แต่หลังจากที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว พฤติกรรมของตนเอง
 ได้เปลี่ยนแปลงไปเป็นอย่างมาก ไม่ชอบทารุณสัตว์ เลิกตกปลา และฆ่าสัตว์ต่าง ๆ ได้รับความ
 ทรมาน เพราะคิดว่าทุกชีวิตมีค่าและรักในชีวิตของตนเอง^๕

ตัวอย่างที่ ๒ นางสาวพัลลภา พันธุ์จันทร์แมน ก่อนที่จะวิปัสสนากัมมัฏฐานตนเองชอบ
 กินเนื้อสัตว์ใหญ่ เช่น โค กระบือ หลังจากปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ก็เลิกรับประทานสัตว์ใหญ่
 ในวันพระก็จะกินมังสวิรัตแทน เพราะเห็นว่า การรับประทานเนื้อสัตว์ เป็นเหตุให้มีการฆ่าสัตว์
 ถ้าวินได้แล้ว ไม่มีคนรับประทานก็จะไม่มีคนฆ่าสัตว์ เช่น โค กระบือ เป็ด ไก่ วันหนึ่ง ๆ ต้องถูกฆ่า
 หลายสิบตัว^๖

๒. ศีลข้อทินนาทาน ก่อนหน้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติลักทรัพย์สินของคนอื่น
 มาเป็นของตนเองทั้งเจตนา และไม่เจตนา ฉวยโอกาสทุกเมื่อ เมื่อตนเองมีโอกาส แต่เมื่อปฏิบัติ
 วิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว ทำให้ไม่อยากจะได้ทรัพย์สินของใคร ๆ พอประมาณในสิ่งที่ตนเองมีอยู่
 รู้จักแยกแยะผิดชอบชั่วดี พยายามในการแสวงหาทรัพย์อย่างสุจริต และเป็นตัวอย่างที่ดีในการดำเนิน
 ชีวิตประจำวัน^๗

ตัวอย่างเช่น นางกุลชรี พันธุ์พิพัฒน์ ก่อนหน้าที่จะมาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ตนเอง
 ชอบหยิบฉวยปากกา ดินสอ ยางลบบนโต๊ะเพื่อนทำงานมาใช้เป็นประจำโดยคิดว่าเรื่องนี้เป็นเรื่อง

^๓ สัมภาษณ์ นางกุลชรี พันธุ์พิพัฒน์, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๐ มกราคม ๒๕๕๙.

^๔ สัมภาษณ์ พระภิกษุชานน เขมรวิจิตร (สุรศักดิ์ เขมรวิจิตร), เจ้าอาวาสวัดมเหยงคณ์, ๑๙ มกราคม ๒๕๕๙.

^๕ สัมภาษณ์ นายธีรวิทย์ แพบัว, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๕ มกราคม ๒๕๕๙.

^๖ สัมภาษณ์ นางสาวพัลลภา พันธุ์จันทร์แมน, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙.

^๗ สัมภาษณ์ นายมานพ เอกจริยวงศ์, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๕ มกราคม ๒๕๕๙.

เล็กน้อย คงไม่ผิดศีลอะไร แต่หลังจากที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว จึงรู้ว่าผิดศีล เพราะการขโมยเป็นสิ่งไม่ดี เป็นบาป ต้องขออนุญาตจากเจ้าของก่อนจึงนำมาใช้^{๘๘}

๓. ศีลข้อกาเมสุมิฉฉาจาร ก่อนหน้าที่จะมาวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานประพฤติดิในคู่ครองคนรักของคนอื่น ก้าวกายคนรักคนอื่น พุดจาหยาบโลน ดุสื่ออนาจาร แต่เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว ทำให้เกิดสติสัมปชัญญะตามลำดับแล้ว ไม่มีความคิดที่จะนอกใจคู่ครอง ทั้งที่เป็นฝ่ายสามีหรือภรรยาก็ตาม ไม่ก้าวกายคนรักคนอื่น ไม่พุดจาหยาบโลน พุดจาสุภาพมากขึ้น และไม่ดุสื่ออนาจาร มีความซื่อสัตย์ต่อกันและกัน รู้จักช่วยเหลือกัน รู้จักให้อภัยให้อีกาสต่อกัน เมื่ออีกฝ่ายหนึ่งทำผิดพลาดไปบ้างในบางเรื่อง และมีการปรึกษาหารือกันเพื่อชีวิตคู่ที่เจริญก้าวหน้า

ตัวอย่าง เช่น นางจินดารัตน์ ชาติงาม ก่อนที่จะปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ทะเลาะกับสามีทุกวัน เรื่องที่สามีนอกใจไปมีภรรยาใหม่ ทำให้เศร้าโศก เสียใจ เกิดความคับแค้นใจ แต่หลังจากที่ได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน จึงเข้าใจว่าทุกอย่างต้องมีเหตุ และมีผล เข้าใจว่าตนเองเคยกระทำแบบนี้มาก่อนเมื่อชาติที่แล้ว ผลกรรมจึงตามมาทันในชาตินี้ จึงทำหายจากความทุกข์ โศก^{๘๙}

๔. ศีลข้อมุสาวาท ก่อนหน้าที่จะมาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้วิปัสสนากัมมัฏฐานขาดการสำรวมทางวาจา พุดโดยไม่ยั้งคิด พุดจากระโชกโฮกฮาก พุดโกหก ไม่สุภาพ หยาบคาย พุดไม่ถูกกาลเทศะ พุดจาในสิ่งที่ไปไม่ได้ เพื่อเจ้อ พุดโกหก พุดเท็จ หลอกลวงผู้อื่น พุดตลกเฮฮา ไร้สาระ แก่นสาร ชอบพุดยุแยงตะแคงรัว ชอบพุด ใส่ร้ายป้ายสีคนอื่น ชอบพุดนินทาว่าคนโน้นไม่ดี คนนั้นไม่ดี แต่ไม่ได้สำรวจตนเองเลยดีแต่พุดเรื่อยไป และพุดไม่ถูกต้องตามกาล ตามเหตุผล ไม่ถูกแก่บุคคล สถานที่ ไม่เป็นคำที่มีประโยชน์ หลังจากที่ได้วิปัสสนากัมมัฏฐานได้วิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว จะสำรวมเรื่องการพุด ไม่พุดโกหก ไม่พุดหลอกลวงพุดอื่น มีสติก่อนพุด พยายามพุดให้น้อยที่สุด เพราะถือคติที่ว่า “พุดน้อยเสียน้อย พุดมากเสียมาก ถ้าไม่พุดก็ไม่มียะอะไรจะเสีย” คือ ให้ระมัดระวังคำพุดเป็นกรณีพิเศษ จะพุดก็พุดเท่าที่จำเป็นเท่านั้น ไม่พุดพาล่มจนเสียเวลา เสียโอกาสของคนอื่น แม้แต่กฐะเบียบในการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานกัมมัฏฐานที่สำนักของพระภิกษุภิกษุณี วิ. (สุรศักดิ์ เขมรสี) ก็ได้มีระเบียบให้ปฏิบัติข้อหนึ่งว่า “ห้ามพุดคุยกัน” ขณะเข้าฝึกอบรมปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานถ้ามีปัญหาเกี่ยวกับการปฏิบัติให้ถามท่านได้โดยตรง คือ ไม่ให้ไปคุยกันเองตามลำพัง แต่เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว สามารถพุดถ้อยคำที่ก่อให้เกิดความสมานความสามัคคีปรองดองกัน ไม่ชวนทะเลาะวิวาทกัน ไม่กล่าวคำหยาบโลน คำไม่สุภาพ คำเผ็ดร้อนแก่โสดคนอื่น ไม่พุดประชดประชันคำกล่าวเกินความจริง ไม่พุดโกหกหลอกลวงคนอื่น ไม่ใส่ร้ายป้ายสีใคร ๆ ไม่กล่าวโจมตีผู้ใด

ตัวอย่างที่ ๑ นายธีระพงษ์ การสมธรร ก่อนปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ชอบพุดจากระโชกโฮกฮาก พุดโดยไม่ยั้งคิด แต่หลังจากที่ตนเองได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้วนั้น รู้จักยับยั้งอารมณ์ โดยจะพุดจาสุภาพมากขึ้น ไม่เอะอะโวยวาย และก่อนพุดทุกครั้งจะคิดเสมอว่าสิ่งที่ตนเองพุดไปนั้นจะมีผลดี ผลเสียอย่างไรบ้าง^{๙๐}

^{๘๘} สัมภาษณ์ นางกุลชรี พันธุ์พัฒน์ , ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๐ มกราคม ๒๕๕๙.

^{๘๙} สัมภาษณ์ นางจินดารัตน์ ชาติงาม, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙.

^{๙๐} สัมภาษณ์ นายธีระพงษ์ การสมธรร, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๔ มกราคม ๒๕๕๙.

ตัวอย่างที่ ๒ นายสุขวิช จินดาสุข ก่อนปฏิบัติวิปัสสนา ชอบพูดตลกเฮฮา พูดไร้สาระ เพื่อเจ้อ แต่หลังจากที่ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว รู้สึกว่าตนเองสุขภาพ สำนวมมากขึ้น ตลกบ้าง เป็นบางครั้ง แต่ต้องเลือกโอกาสให้เหมาะสม ซึ่งถือว่าเป็นสิ่งดี ๆ ที่ได้รับการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน^{๑๑}

๕. ศีลข้อสุราและเมรัยอันเป็นเหตุให้ขาดสติ ก่อนหน้าที่จะมาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานดื่มสุราของมึนเมา ดิบหรี ลุ่มหลงในอบายมุข เล่นการพนันเป็นประจำ แต่หลังจากการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว ผู้วิปัสสนากัมมัฏฐานมีจิตใจที่เข้มแข็ง รู้จักพิจารณาว่าสิ่งที่ตนเองได้กระทำนั้นเป็นสิ่งที่ดี และเหมาะสมหรือไม่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อผู้ใดบ้าง และจะมีปัญหาใดตามมา เลิกพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสิ่งมึนเมาและอบายมุข มีสุขภาพที่ดี อีกทั้งเงินทอง การใช้สอยก็ลดน้อยลง จึงเป็นผลดีสำหรับการดำเนินชีวิตด้วยความมีสติ ไม่ประมาทจนเกินไป^{๑๒}

ตัวอย่าง เช่น นายสุขวิช จินดาสุข ก่อนที่จะปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ชอบดื่มสุราเป็นประจำ และชอบเล่นการพนัน แต่หลังจากที่ได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว ไม่ชอบดื่มสุราอีกเลย เพราะทำให้ขาดสติ และไม่เล่นการพนัน โดยคิดว่านำเงินมาทำบุญจะดีกว่า และก่อให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวม^{๑๓}

๔.๓ ผลที่เกิดจากการปฏิบัติในมิติทางจิต

ผลที่เกิดจากการปฏิบัติในมิติทางจิต โดยก่อนหน้าที่จะมาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติมีจิตใจที่ไม่เข้มแข็ง อ่อนแอ จิตใจล้งเล่ต่อสิ่งต่าง ๆ คิดชั่ว จิตอกุศล จิตใจไม่อยู่นิ่ง ฟุ้งซ่าน แต่เมื่อผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว มีจิตที่เข้มแข็ง มีจิตที่เป็นกุศล มีความสมบูรณ์ทางจิตที่สงบสุข ไม่ปรารถนาสิ่งใด ๆ โดยเลื่อนลอย มีจิตที่ประกอบด้วยศรัทธา แรงกล้า ตั้งมั่นในพระรัตนตรัย เชื่อเรื่องบุญ บาป กรรมดี กรรมชั่ว มีความเห็นที่เป็นสัมมาทิฐิ มีจิตใจเกื้อกูลและคิดว่าจะอยู่เพื่อทำความดี สร้างประโยชน์ทั้งแก่ตน และประโยชน์ส่วนรวม จิตใจไม่ยึดมั่นถือมั่นจนเกินไป ไม่โลกจัดจนผิดศีลธรรมหรือกฎหมายบ้านเมือง ไม่กังวลใจ ไม่คิดฟุ้งซ่าน ไม่ปล่อยใจไปตามอารมณ์ที่น่าใคร่ น่ายินดี คือ กามคุณ ๕ อันได้แก่ ไม่ปล่อยใจไปตาม รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย ที่ชวนให้หลงใหลติดใจอยู่ จิตใจไม่หอยเหงา ไม่รำคาญง่าย มีจิตเป็นสมาธิได้นาน ๆ ทำงานด้วยใจจดจ่อเชื่อมั่น และมั่นใจ ไม่หวาดสะดุ้งต่อภัยพิบัติที่ตนประสบในปัจจุบัน เช่น

ตัวอย่างที่ ๑ นายธีระพงษ์ การสมธร สูญเสียเพื่อนรักไป เสียสติ ร้องไห้จนหน้าตาดูไม่ได้ แต่หลังจากปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน กลับเห็นว่าการตายเป็นเรื่องธรรมดาของโลก ไม่ต้องไปทุกข์ใจ ร้อนใจแต่อย่างใด ทุกข์อย่างมีเกิดขึ้นและดับไปเป็นธรรมดา รู้สึกวางเฉย ไม่เสียใจ^{๑๔}

^{๑๑} สัมภาษณ์ นายธีระพงษ์ การสมธร, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๔ มกราคม ๒๕๕๙.

^{๑๒} สัมภาษณ์ แม่ชีประภาศรี ชอบทำเหมือน, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๓ มกราคม ๒๕๕๙.

^{๑๓} สัมภาษณ์ นายสุขวิช จินดาสุข, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙.

^{๑๔} สัมภาษณ์ นายธีระพงษ์ การสมธร, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๔ มกราคม ๒๕๕๙.

๔.๔ ผลที่เกิดจากการปฏิบัติในมิติทางปัญญา

ก่อนหน้าที่จะมาปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติขาดปัญญาหยั่งรู้ในการแก้ไขปัญหาดัง ๆ ขาดความรู้ ความเข้าใจในสภาพของปัญหา ตลอดจนไม่มีวิธีการที่จะแก้ไขให้ตนเองหลุดพ้นจากปัญหาต่าง ๆ ไปได้ ไม่เข้าใจสภาพของทุกข์ และการใช้ปัญญาในการแก้ไข ตัดสินใจ แต่หลังจากผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้วนั้น จากผลการสัมภาษณ์ และวิเคราะห์เกี่ยวกับผลที่เกิดจากการปฏิบัติในมิติทางปัญญาที่ได้พบว่า สอดคล้องกับหลักอริยสัจ ๔ ซึ่งพบว่า ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น มีความศรัทธาต่อพระพุทธศาสนาอย่างแรงกล้า จนกระทั่งสามารถอุทิศทั้งร่างกายชีวิตและสติปัญญาของตนเองในเวลาส่วนใหญ่ไปกับการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน เพื่อให้ตนเองได้รู้แจ้งเห็นจริง โดยอาศัยบุคคลสัปปายะ (ครูบาอาจารย์ผู้ให้กัมมัฏฐาน) และธรรมสัปปายะ (ข้อธรรมะปฏิบัติหรือหลักการที่ถูกจัดตั้ง) ทั้งนี้เพื่อทำจิต และปัญญาของตนให้ฉลาดรู้เท่าทันในเรื่องทุกข์หรือปัญหาที่เกิดขึ้น รู้สาเหตุของทุกข์หรือปัญหารู้นิโรธความดับทุกข์หรือการแก้ไขปัญหา และรู้วิธีการหรือหนทางดับทุกข์ คือ รู้มรรคมงคล ๘ ดังต่อไปนี้

๑. เข้าใจในการปฏิบัติต่อทุกข์ ก่อนปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานไม่เข้าใจในความทุกข์ การเกิดความทุกข์ และการปฏิบัติต่อความทุกข์ว่าจะกระทำอย่างไร ไม่เข้าใจธรรมชาติของทุกข์หลังจากที่วิปัสสนากัมมัฏฐานแล้วสามารถที่จะเข้าใจกฎธรรมดาของโลก คือ ทุกข์ ที่เกิดขึ้น เช่น ทรัพย์สิ้น เงินทอง ลาก ยศ ตำแหน่ง แม้แต่ร่างกายของตนเองนั้นแปรปรวน เปลี่ยนไปจากเดิม ไม่คงที่ ในด้านชื่อเสียงลาภยศ ก็เสื่อมไป จึงทำให้ตนทุกข์ ส่วนร่างกายก็มีโรคมารุมเร้าบ้าง ไม่รักษาสุขภาพให้แข็งแรงจึงเป็นเหตุให้เกิดโรคได้บ้าง พักผ่อนไม่เพียงพอบ้าง ล้วนเป็นสาเหตุของทุกข์สำหรับร่างกายทั้งสิ้น ย่อมเข้าใจว่า ที่ทุกข์เพราะทนได้ยาก หรือทนอยู่ไม่ได้ในสภาพเดิมเป็นเวลานาน ๆ การยืน เดิน นั่ง นอนเป็นเวลายาวนานก็ทุกข์เช่นกัน ปัญหาส่วนใหญ่ที่ทำให้เป็นทุกข์ อีกทั้งยังสามารถปฏิบัติต่อความทุกข์เหล่านั้นได้อย่างถูกต้อง และมีสติ^{๑๕}

๒. เข้าใจเพื่อละเหตุของทุกข์ ก่อนปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานไม่เข้าใจเพื่อละเหตุของทุกข์ เมื่อมีทุกข์เข้ามาใน ไม่สามารถใช้ปัญญาในการแก้ไขปัญหาดัง ๆ เพื่อดับทุกข์นั้นให้หมดไปได้แต่เมื่อปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานได้ในระดับหนึ่งแล้ว ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานสามารถเข้าใจถึงสาเหตุหรือที่มาของทุกข์ที่ตนประสบอยู่นั้น ว่ามาจากความอยากได้ อยากดี อยากมี อยากเป็น อยากในลาภ อยากในยศ อยากให้คนทั้งหลายยกย่องสรรเสริญตนเอง และอยากให้ตนและหมู่คณะ พวกพ้องของตน มีความสุขที่ยั่งยืนถาวร ไม่เปลี่ยนแปลงไปเป็นทุกข์ แต่ความปรารถนาเหล่านี้ ก็ไม่ได้เป็นไปสำหรับปุณฺชนทุกคน เพราะผลจากการสัมภาษณ์ในชีวิตจริงแล้ว ถึงแม้จะรู้สาเหตุของทุกข์ว่าเกิดจากจิตใจที่เร่าร้อน กระเสือกกระสนอยากได้ก็ตาม แต่คนส่วนใหญ่ไม่รู้ไม่ทัน จึงตกเป็นทาสของอารมณ์ความอยาก เมื่อรู้เช่นนั้นแล้วก็เกิดปัญญาที่จะเข้าใจเพื่อละเหตุของทุกข์เหล่านั้นได้^{๑๖} อีกทั้งยังทำให้ผู้วิปัสสนากัมมัฏฐานรู้และเข้าใจในอารมณ์ปัจจุบันทุกอิริยาบถ ทำให้จิตว่าง ปล่อยวางทุกข์สิ่ง ไม่ยึดติดอยู่กับอารมณ์^{๑๗}

^{๑๕}สัมภาษณ์ นายสุขวิช จินดาสุข, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙.

^{๑๖}สัมภาษณ์ พระภาวนาเชมคุณ วิ. (สุรศักดิ์ เขมรวิสี), เจ้าอาวาสวัดมเหยงคณ์, ๑๙ มกราคม ๒๕๕๙.

^{๑๗}สัมภาษณ์ แม่ชีสิริกิต ศรีลาพัฑ, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๑ มกราคม ๒๕๕๙.

๓. เข้าใจผลดีของการดับทุกข์ ก่อนปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานไม่สามารถเข้าใจในผลดีของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ไม่สนใจ ไม่ใส่ใจ และมีความคิดว่าการดับทุกข์มีวิธีการอื่น ๆ ที่สามารถดับทุกข์ได้โดยไม่ต้องปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน แต่เมื่อได้วิปัสสนากัมมัฏฐานแล้ว ทำให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานสามารถกำหนดรู้รูปนาม ปล่อยวางจิตใจไม่ให้หลงไปตามกระแสความอยาก ไม่หลงไปตามกระแสของโลกที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ทำให้สามารถดับทุกข์ได้ เข้าใจถึงผลดีของการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานว่าช่วยให้ตนดับทุกข์ได้ด้วยตนเอง เช่น เมื่อถูกคนไม่ชอบกันด่าเข้าตรง ๆ ก็ไม่โกรธเขา เพราะควบคุมสติสัมปชัญญะไว้ได้ทันทั่วทั้งที่ แล้วปฏิบัติต่อคนที่โกรธด้วยความเมตตากรุณา^{๑๘}

๔. เข้าใจถึงหนทางดับทุกข์ ได้แก่ ก่อนปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ไม่เข้าใจถึงหนทางดับทุกข์ เมื่อประสบปัญหาเฉพาะหน้า และปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ไม่สามารถเลือก และตัดสินใจว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้น จะมีแนวทางการหรือวิธีการแก้ไขปัญหานั้น ๆ อย่างไร ขาดปัญญาในการคิด พิจารณา ไตร่ตรองสภาพของปัญหา ต้นเหตุ สาเหตุของปัญหา ทำให้ตนเองเกิดความทุกข์ซ้ำขึ้นมาอีกหลังจากที่ผู้วิปัสสนากัมมัฏฐาน ได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน แล้วนั้น ทำให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเข้าใจถึงหนทางการดับทุกข์ สามารถใช้ปัญญาในการแก้ไข ปัญหาต่าง ๆ จนสำเร็จ มีแนวทางในการประพาส ปฏิบัติตนทั้งยังสามารถไตร่ตรอง พิจารณา สภาพของทุกข์ สาเหตุ ต้นเหตุได้อย่างถูกต้อง รู้เท่าทันความเปลี่ยนแปลงอันเป็นสังขารของสัตว์โลก^{๑๙}

๔.๕ สรุป

ผลของรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานที่มีต่อพุทธศาสนิกชนที่ปฏิบัติตามแนวทางของพระภิกษุชาวมงคล วิ. (สุรศักดิ์ เขมรสี) สามารถพัฒนาผลที่เกิดจากการปฏิบัติในมิติทางกาย ศีล จิต และปัญญา ของผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานได้เป็นอย่างดี ดังจะเห็นได้จากการผลการวิจัยที่ทำให้ทราบว่า ก่อนที่ยังไม่ได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีพฤติกรรมทางกาย ศีล จิต และปัญญา อย่างไร แต่หลังจากที่ได้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแล้วนั้น ทำให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเกิดการพัฒนาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทั้งด้านทางกาย ศีล จิต และปัญญา มีความประพฤติที่ดีทางกาย วาจา ใจ ที่ถึงพร้อมต่อการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ใช้ปัญญาในการแก้ปัญหามาต่าง ๆ เกิดกำลังใจ แรงผลักดันที่ส่งเสริมทำให้ตนประสบผลสำเร็จทั้งในการดำเนินชีวิต และการประกอบอาชีพ

^{๑๘} สัมภาษณ์ แม่ชีประภาศรี ขอบท่าเหมือน, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๓ มกราคม ๒๕๕๙.

^{๑๙} สัมภาษณ์ นางประภาพร งามบุญสืบ, ผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม, ๒๕ มกราคม ๒๕๕๙.