

บทที่ ๕

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

วิทยานิพนธ์เรื่องวิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาทนี้เป็นการวิจัยการวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์ดังนี้ ๑) เพื่อศึกษาวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท ๒) เพื่อศึกษาวิปัสสนูปกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาท ๓) เพื่อศึกษาวิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

๕.๑ สรุปผลการวิจัย

งานวิจัยเรื่องวิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาทนี้ สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังนี้

๕.๑.๑ วิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาท

วิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนา หมายถึง หลักและวิธีการปฏิบัติเพื่อให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงในรูปนามหรือขั้น ๕ ว่าเป็นสภาวะ ที่ไม่เที่ยง เป็นทุกข์ ทนได้ยาก เป็นสภาวะที่ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เราเขา บังคับบัญชาไม่ได้ มีหลักการปฏิบัติอยู่ ๒ ประเภทคือ ๑) สมถกัมมัฏฐาน ได้แก่ กัมมัฏฐานเป็นอุบายสงบจิตใจ มีอารมณ์อยู่ ๔๐ ประการ คือ (๑) กสิณ ๑๐ (๒) อสุภะ ๑๐ (๓) อนุสสติ ๑๐ (๔) พรหมวิหาร ๔ (๕) อาหาระปฏิกุศลสัญญา ๑ (๖) จตุธาตววัตถาน ๑ (๗) อรูป ๔ และ ๒) วิปัสสนากัมมัฏฐาน กัมมัฏฐานเป็นอุบายเรื่องปัญญามีอารมณ์อยู่ ๗๓ ประการ คือ (๑) ขั้น ๕ (๒) आयตนะ ๑๒ (๓) ธาตุ ๑๘ (๔) อินทรีย์ ๒๒ (๕) อริยสัจ ๔ (๖) ปฏิจจสมุปบาท ๑๒ ส่วนวิปัสสนากัมมัฏฐานมีวิธีปฏิบัติอยู่ ๔ ประการคือ ๑. สมถปุพพังคมวิปัสสนา คือ วิปัสสนามีสมณะนำหน้า ๒. วิปัสสนาปุพพังคมสมณะ สมณะมีวิปัสสนานำหน้า ๓. ยุคันทสมถวิปัสสนา สมณะและวิปัสสนาเข้าคู่กัน ๔. ธัมมุตถัจจวิคคหิตมานัส วิธีปฏิบัติเมื่อจิตถูกชักให้เขวด้วยธรรมุจจัจจคือความฟุ้งซ่านธรรมหรือตื่นธรรม วิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ มีหลักการสำคัญ คือ เพื่อให้ เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามความเป็นจริงและปัญญาที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ คือทำให้ความโลภความ โกรธ และความหลง ลดน้อยลงจนหมดไปในที่สุด และการปฏิบัติวิปัสสนาจึงต้องมีขั้น ๕ (รูปนาม) เป็นอารมณ์มีจุดมุ่งหมายเพื่อการบรรลุมรรคผลนิพพานเช่นเดียวกับการเจริญสติปัฏฐาน ๔ ที่มีขั้น ๕

เป็นอารมณ์เป็นไปเพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์เพื่อดับทุกข์และโหม่นัสเพื่อบรรลุมรรคผลนิพพาน การเจริญวิปัสสนาก็คือการเจริญสติปัฏฐาน๔ที่มีจุดมุ่งหมายเดียวกันคือการบรรลุมรรคผลนิพพาน

๕.๑.๒ วิปัสสนูปกิเลส

วิปัสสนูปกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาท คือ กิเลสที่เป็นเหตุทำให้วิปัสสนามัวหมอง เพราะทำให้ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานเข้าใจผิดคิดว่าตนได้บรรลุธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งแล้วละทิ้ง การปฏิบัติวิปัสสนาด้วยอำนาจของวิปัสสนูปกิเลสทั้ง ๑๐ ประการ คือ ๑) โภการ ๒) ญาณ ๓) ปีติ๔) ปัสสัทธิ ๕) สุข ๖) อธิโมกข์ ๗) ปัคคาหะ ๘) อุပ္ปฏฐานะ ๙) อุเบกขา ๑๐) นิกันตวิปัสสนูปกิเลสเหล่านี้ เป็นปรากฏการณ์ทางจิตที่เกิดขึ้นซึ่งมีเหตุปัจจัยมาจากการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของบุคคลผู้ ปฏิบัติถูกทางแก่บุคคลผู้ไม่ทอดทิ้งกัมมัฏฐานและแก่บุคคลผู้มีความพากเพียรในการปฏิบัติอย่าง ยิ่งยวดจนได้ชื่อว่าอาร์ทวิปัสสะเท่านั้น วิปัสสนูปกิเลสที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้น ไม่ใช่สิ่งเลวร้ายต่อการปฏิบัติวิปัสสนาเพราะทั้ง ๙ ข้อ เป็นฝ่ายกุศลมีเพียงข้อเดียวที่เป็นฝ่ายอกุศล ความจริงถือว่าเป็นรางวัลของการปฏิบัติอย่างแท้จริงจากความพากเพียรอดทนไม่ย่อท้อต่อการปฏิบัติ ด้วยดีเสมอมาถึงแม้ฝ่ายอกุศลจะมีพวกละน้อย แต่ก็มีพิษมากที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดหลงผิดด้วยอำนาจ ของตัณหามานะและทิฐิ ด้วยความยินดีพอใจในปรากฏการณ์ทางจิตเหล่านั้นที่ไม่เคยพบเจอมาก่อนไปยึดว่าเราคงบรรลุธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งจึงเป็นเหตุทำให้วิปัสสนามัวหมอง

การพัฒนาทุกสิ่งทุกอย่างย่อมมีอุปสรรคเสมอแม้การอบรมจิตตามแนวทางแห่งวิปัสสนา ก็เช่นเดียวกันย่อมมีอุปสรรคเสมอสิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อการเจริญวิปัสสนาที่น่ากลัวที่สุดนั่นคือ วิปัสสนูปกิเลส ความหมายว่า สิ่งทำให้วิปัสสนาญาณหม่นหมองวิปัสสนูปกิเลสหรือ อุปกิเลส หมายถึง ที่ทำให้ใจขุ่นมัวหรือหลงจึงทำให้รับธรรมไม่ได้หรือเป็นไปได้อย่างยากลำบากยากยิ่งเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นมา จากการปฏิบัติสมถวิปัสสนาเมื่อกล่าวโดยสรุป คือกิเลสที่เกิดขึ้นมาจากการปฏิบัติธรรมที่รวมถึงสมาธิ และฌานอันเป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติธรรมและจะทำให้ติดได้อย่างเหนียวแน่น ยาวนานจะทำให้ เกิดโทษรุนแรงระหว่างช่วงญาณหรือความเข้าใจยังไม่พร้อมบริบูรณ์จึงไปติดอยู่ในผลของสมาธิหรือ ฌานอย่างผิดๆคือติดเพลิน หรือมีฌานด้วยความเข้าใจยังไม่ถูกต้องหรืออวิชชาและถ้าไม่ได้แก้ไข แล้วก็จกติดอยู่อย่างนี้ทำให้ไม่สามารถเข้าไปถึงปัญญาขอบ(สัมมาญาณ) อย่างแท้จริงได้และเมื่อไม่ แก้ไขย่อมส่งผลร้ายตามมาคือก่อให้เกิดผลร้ายทั้งทางจิต เช่น หตну, วิกลจิตวิปลาสและทางกาย เช่น เจ็บปวด, เจ็บป่วยต่าง ๆตามมาได้อย่างคาดไม่ถึงและเมื่อเกิดผลร้ายขึ้นก็ยังไม่รู้ตัวเป็นเพราะปฏิบัติ ผิดด้วยอวิชชา

เมื่อผู้ปฏิบัติได้ถึงวิปัสสนาญาณที่ ๔ คือ อุทยัพพญาณอย่างอ่อนเริ่มปรากฏ วิปัสสนูปกิ เลส ๑๐ ประการ คือ ๑, โภการเห็นแสงสว่างแสงสีต่างๆ ๒, ปีติ ๕ จะเกิดขึ้น ๓, ญาณ (ความรู้) ปรากฏว่าตัวมีความรู้เรื่องราวหมดจดอย่างไม่เคยมีมาก่อน ๔, ปัสสัทธิมีความรู้สึกสงบเยือกเย็นทั้ง

กายและใจไม่ฟุ้งซ่านไม่กระวนกระวายสงบเจียบดังเข้าผลสมาบัติ ๕, สุขได้แก่วิปัสสนาสุขรู้สึกว่ามีความสุขที่สุดอย่างไม่เคยพบมาก่อนยินดีเพลิดเพลินไม่ยากออกจากการเจริญอยากจะพูดจะบอกผลที่ตนได้แก่ผู้อื่น ๖, อธิโมกข์สัทธามีความเลื่อมใสในพระรัตนตรัยเป็นต้น ๗, ปัสสาคะความเพียรขยันเกินควรตั้งใจเจริญจริงยอมสู้ตายไม่ถอยจนเกินพอดี ๘, อุปปัฏฐานะสติสติมากเกินไประลึกถึงแต่เรื่องในอดีตและอนาคตจนทั้งอารมณ์ปัจจุบันเสีย ๙, อุเบกขารู้สึกเฉย ๆ ไม่ยินดียินร้ายใจลอยหลงๆ ลืมๆ เป็นต้นอะไรมากระทบก็เฉยๆ ขาดการกำหนดปล่อยใจไปตามอารมณ์ ๑๐, นิกันติตติใจพอใจในอารมณ์ต่างๆ มีโอกาสเป็นต้น

เหตุที่ทำให้เกิดวิปัสสนูปกิเลส คือ เหตุและปัจจัยที่ทำให้เกิดวิปัสสนูปกิเลสมาจากการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานของบุคคลผู้ปฏิบัติถูกทางแก่บุคคลผู้ไม่ทอดทิ้งกัมมัฏฐานและแก่บุคคลผู้มีความพากเพียรในการปฏิบัติอย่างยิ่งยวดจนได้ชื่อว่าอาร์ทวิปัสสกะเท่านั้น วิปัสสนูปกิเลสที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานนั้นไม่ใช่สิ่งเลวร้ายต่อการปฏิบัติวิปัสสนาเพราะทั้ง ๙ ข้อ เป็นฝ่ายกุศลมีเพียงข้อเดียวที่เป็นฝ่ายอกุศลความจริงถือว่าเป็นรางวัลของการปฏิบัติอย่างแท้จริงจากความพากเพียรอดทนไม่ย่อท้อต่อการปฏิบัติด้วยดีเสมอมาแต่ถึงแม้ฝ่ายอกุศลจะมีพวกน้อยก็มีพิษมากที่ทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจผิดหลงผิดด้วยอำนาจของตัณหาและทิฐิ ด้วยความยินดีพอใจในปรากฏการณ์ทางจิตเหล่านั้นที่ไม่เคยพบเจอมาก่อนไปยึดว่าเราคงบรรลุธรรมอย่างใดอย่างหนึ่งจึงเป็นเหตุทำให้วิปัสสนามัวหมอง

โทษของวิปัสสนูปกิเลส จะเกิดแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนาอันต้องมีสมาธิหรือฌานเป็นบาทฐาน จึงเกิดการติดขัดไม่สามารถก้าวหน้าต่อไปได้ จนเกิดผลเสียร้ายแรงได้ก็เพราะอุปกิเลสทั้ง ๑๐ แห่ง วิปัสสนาเหล่านี้กล่าว คือมิได้เกิดขึ้นเพราะธรรม จริงๆแล้วเราสามารถกล่าวได้ว่าสิ่งที่เป็นเหตุคือเกิดขึ้นจากการปฏิบัติเบี่ยงเบนผิดแนวทางด้วยอวิชชา จึงส่งผลให้เกิดวิปัสสนูปกิเลสขึ้น ผลของอุปกิเลสนี้อาจเป็นข้อใดข้อหนึ่งรุนแรงแต่ก็เกิดหลายๆข้อ และบางข้อเมื่อเป็นแล้วก็ส่งผลให้เกิดอุปกิเลสในข้ออื่นๆด้วย จึงควรหมั่นตรวจสอบตนเองเป็นครั้งคราวโดยเห็นตามความเป็นจริงยอมรับตามความเป็นจริง เพราะโดยปกตินี้มายาจิตของตัวตนทำให้หลงโดยการโกหกหรือหลอกหลวงแม้ตัวตนเอง จึงไม่ยอมรับหรือไม่เห็นเป็นไปตามความเป็นจริงโดยเฉพาะถ้าเกี่ยวกับตัวเอง (ทิฐูปาทาน) โดยการเลี้ยงไปไม่คิดให้เห็นตามความเป็นจริงบ้าง เพราะปัญญายังไม่แก่กล้าพอบ้าง หมั่นสังเกตว่ามีวิปัสสนูปกิเลสใดเกิดขึ้น และเพียรพยายามแก้ไขเสียแต่ต้น หรือปรึกษาผู้รู้ ก่อนที่จะสายเกินแก้หรือติดปลักอยู่กับสิ่งไร้สาระที่ให้โทษนี้เป็นเวลานาน ๆ อันทำให้เศร้าหมองในที่สุดและทำให้รับคุณธรรมได้ยากตลอดจนส่งผลร้ายต่อกายและจิตของผู้ปฏิบัติเอง

๕.๑.๓ วิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลส

วิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทผู้ปฏิบัติ นั้นต้องอาศัยการกำหนดรู้อาการของวิปัสสนูปกิเลสในแต่ละข้อที่เกิดขึ้นโดยปฏิบัติตามคำแนะนำของ ครูอาจารย์อย่างเคร่งครัดในการปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสที่เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัตินั้นต้องประกอบด้วยปัจจัย ๒ อย่าง คือ ปัจจัยภายใน คือ ตัวผู้ปฏิบัติเองจะต้องมีโยนิโสมนสิการ คือ การใช้ความคิดอย่างถูกวิธี ด้วยการกระทำไว้ในใจโดยแยบคาย คือ มองสิ่งทั้งหลายด้วยการพิจารณาสืบค้นถึงต้นเค้าสาเหตุ ผลจนตลอดสายแยกแยะออกพิจารณาเหตุด้วยปัญญาที่คิดอย่างเป็นระเบียบระบบและโดยอุบายวิธี ให้เห็นสิ่งนั้น ๆ ตามสภาวะและความสัมพันธ์แห่งเหตุและปัจจัย และปัจจัยภายนอก คือ กัลยาณมิตร หมายถึง มิตรที่ดีเป็นบุคคลที่มีส่วนในการพัฒนาตนเองเป็นอย่างมากซึ่งได้แก่ ผู้แนะนำสั่งสอนที่ปรึกษาเพื่อนที่คบหาและบุคคลผู้แวดล้อมที่ดีความรู้จักเลือกเสวนาบุคคลหรือเข้าร่วมหมุ่กับท่านผู้ทรงคุณทางปัญญามีความสามารถซึ่งจะช่วยสนับสนุนชักจูงชี้แนะแนวทางเป็นแบบอย่างตลอดจนเป็นเครื่องอุดหนุนเกื้อกูลกันให้ดำเนินชีวิตก้าวหน้าไปด้วยดี ในการฝึกอบรมในการครองชีวิตประกอบกิจการและการปฏิบัติธรรมกัลยาณมิตรเป็นสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดี

สิ่งสำคัญในการปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสที่เกิดขึ้นแก่ผู้ปฏิบัตินั้นต้องประกอบด้วยปัจจัย ๒ อย่าง คือ ปัจจัยภายใน คือ ตัวผู้ปฏิบัติเองจะต้องมีโยนิโสมนสิการ คือ การใช้ความคิดอย่างถูกวิธี ด้วยการกระทำไว้ในใจโดยแยบคาย คือ มองสิ่งทั้งหลายด้วยการพิจารณาสืบค้นถึงต้นเค้าสาเหตุ ผลจนตลอดสายแยกแยะออกพิจารณาเหตุด้วยปัญญาที่คิดอย่างเป็นระเบียบระบบและโดยอุบายวิธี ให้เห็นสิ่งนั้น ๆ ตามสภาวะและความสัมพันธ์แห่งเหตุและปัจจัย และปัจจัยภายนอก คือ กัลยาณมิตร หมายถึง มิตรที่ดีเป็นบุคคลที่มีส่วนในการพัฒนาตนเองเป็นอย่างมากซึ่งได้แก่ ผู้แนะนำสั่งสอนที่ปรึกษาเพื่อนที่คบหาและบุคคลผู้แวดล้อมที่ดีความรู้จักเลือกเสวนาบุคคลหรือเข้าร่วมหมุ่กับท่านผู้ทรงคุณทางปัญญามีความสามารถซึ่งจะช่วยสนับสนุนชักจูงชี้แนะแนวทางเป็นแบบอย่างตลอดจนเป็นเครื่องอุดหนุนเกื้อกูลกันให้ดำเนินชีวิตก้าวหน้าไปด้วยดี ในการฝึกอบรมในการครองชีวิตประกอบกิจการและการปฏิบัติธรรมกัลยาณมิตรเป็นสิ่งแวดล้อมทางสังคมที่ดีและวิปัสสนากัมมัฏฐานเป็นการเจริญภาวนาอย่างหนึ่งโดยมีหลักการสำคัญเพื่อก่อให้เกิดปัญญา และปัญญาในที่นี้ไม่ได้เป็นปัญญาทางโลกอย่างที่กำลังศึกษาเล่าเรียนกัน แต่เป็นปัญญาทางธรรมที่จะนำไปสู่ความพ้นทุกข์ ทำให้โลภะ (ความโลภ) โทสะ (ความโกรธ) และโมหะ (ความหลง) ลดน้อยลงจนหมดไปในที่สุด การเจริญปัญญาในระดับหนึ่งย่อมทำให้ผู้ปฏิบัติเกิดความรู้และความเข้าใจอย่างแจ่มชัดว่าสิ่งทั้งหลายทั้งปวงมีลักษณะเฉพาะที่เป็นสากลสามอย่างได้แก่

๑. อนิจจัง คือความไม่เที่ยง (impermanence) สรรพสิ่งมีการหมุนเวียนเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มีลักษณะเป็นพลวัต (dynamic) คือ ไม่หยุดนิ่งอยู่กับที่

๒. ทุกข์ คือ ความเป็นทุกข์ (suffering) สรรพสิ่งเมื่อเกิดมาแล้วตั้งอยู่ได้ขณะหนึ่ง แล้วต้องเสื่อมสลายไปในที่สุด มีการเกิดดับอยู่เป็นนิจ คงทนอยู่ในสภาพเดิมไม่ได้

๓. อนัตตา คือ ความไม่ใช่ตัวตน (egolessness or non-self) ทุกสิ่งทุกอย่างไม่มีตัวตนที่แท้จริง ไม่มีสิ่งที่เรียกว่า สัตว์ บุคคล ตัวตน เรา เขา ที่เราคิดว่าอะไรมีอยู่เป็นอยู่อย่างนี้เข้าใจกันเป็นเพียงสิ่งที่สมมุติหรือบัญญัติ (concepts) ขึ้นมาเท่านั้น

ความเข้าใจในพระไตรลักษณ์หรือลักษณะทั้งสามประการนี้อย่างหนึ่งอย่างใดย่อมนำไปสู่ความปล่อยวางหรือความไม่ยึดมั่นถือมั่น ในสิ่งทั้งปวงได้ การที่กล่าวว่า “สิ่งทั้งหลายทั้งปวงไม่ควรยึดมั่นถือมั่น” เป็นคำกล่าวที่ตรงกับความจริง แต่การที่คนเราจะปฏิบัติเช่นนี้ได้จำเป็นต้องมีความเข้าใจในเรื่องของพระไตรลักษณ์เป็นพื้นฐานก่อน

แต่การเจริญวิปัสสนาถ้าขาดสติและโยนิโสมนสิการ คือ การใส่ใจโดยสาวหาเหตุปัจจัย วิปัสสนาปัญญาย่อมเกิดขึ้นไม่ได้ เพราะวิปัสสนาอยู่ที่ความรู้ความเข้าใจสภาวะธรรมตามความเป็นจริง โดยใช้สติตามกำหนดอารมณ์เฉพาะตัวจริงของมันตามสภาวะเท่านั้น และเพื่อให้ปัญญารู้เท่าทันครบถ้วนชัดเจนเกี่ยวกับสภาวะของมัน จึงตามกำหนดอารมณ์นั้น ๆ ตามความเป็นไปของมันโดยตลอด เช่นดูรูปนามตั้งแต่เกิดขึ้น คลี่คลายตัว จนกระทั่งดับสลายไปนอกจากนั้นยังสติยังต้องกำหนดอารมณ์ทุกอย่างที่เข้ามาหรือเข้าไปเกี่ยวข้องซึ่งปัญญาจะต้องรู้เข้าใจเพื่อให้เกิดความรู้เท่าทันตามความเป็นจริงจึงเปลี่ยนอารมณ์ที่กำหนดได้เรื่อย ๆ และเพื่อให้รู้เท่าทันตรงตามที่สิ่งนั้นเป็นอยู่เป็นไปแท้ ๆ จึงต้องตามกำหนดดูให้ทันความเป็นไปในแต่ละขณะนั้น ๆ ทุกขณะ ไม่ยอมให้ติดค้างอยู่กับอารมณ์ใดอารมณ์หนึ่ง หรือส่วนใดส่วนหนึ่งของอารมณ์ใด ๆ ข้อสังเกตปลีกย่อยอื่น ๆ ยังมีอีกส่วนในวิปัสสนาสติตามกำหนดอารมณ์ที่กำลังเคลื่อนไหวหรือเป็นไปในสภาพใด ๆ ก็ได้ ไม่จำกัดขอบเขตส่วนในวิปัสสนา กำหนดอารมณ์ทุกอย่างได้ไม่จำกัด สุดแต่อะไรปรากฏขึ้นให้พิจารณาและอะไรก็ตามที่จะให้เห็นความจริงทั้งสติและวิปัสสนาปัญญาต้องไปรับกาย เวทนา จิต ธรรม หรือนามและรูปเป็นอารมณ์

โยนิโสมนสิการ เป็นองค์ธรรมที่จะช่วยให้เกิดปัญญา จึงมีความสำคัญมากสำหรับวิปัสสนา ขั้นตอนที่สำคัญทีเดียวที่จะให้เกิดปัญญา จึงเป็นองค์ธรรมที่จำเป็นโยนิโสมนสิการอยู่ต่อเนื่องกับปัญญา เป็นตัวการทำทางให้ปัญญาเดิน หรือเปิดขยายช่องให้ปัญญาออกงาม มีลักษณะและการทำงานใกล้เคียงกับปัญญามากจนมักพูดคลุมกันไป คือพูดถึงอย่างหนึ่งก็หมายถึงอีกอย่างหนึ่งด้วย จึงเป็นเหตุให้ผู้ศึกษาแยกไม่ค่อยออกว่าอะไรเป็นอย่างไหน อาจกล่าวได้ว่า โยนิโสมนสิการทำงานเชื่อมต่ออยู่ระหว่างสติและปัญญาเป็นตัวนำทางหรือเดินกระแสนะความคิดในลักษณะที่จะทำให้ปัญญาได้ทำงานและทำงานได้ผลพูดอีกอย่างหนึ่งว่า เป็นตัวให้วิธีแก้ปัญญาหรือเป็นอุบายวิธีของการใช้ปัญญาให้ได้ผล แต่นักศึกษามักสับสนก็เพราะในการพูดทั่วไป เมื่อใช้คำว่าโยนิโสมนสิการก็หมายรวมทั้งการเสนออุบายหรือวิธีแห่งการคิดที่เป็นตัวโยนิโสมนสิการเองและการใช้ปัญญาตามแนวทาง

หรือวิธีการนั้นด้วยหรือเมื่อพูดถึงปัญญาภาคปฏิบัติการสักอย่างหนึ่ง เช่น คำว่า ธรรมวิจย ก็มักจะไว้ให้เข้าใจเองว่า เป็นการใช้ปัญญาเพ้นธรรมให้สำเร็จโดยวิธีโยนิโสมนสิการอย่างใดอย่างหนึ่ง ถ้าจะพูดให้เห็นเหมือนเป็นลำดับ ก็จะเป็นดังนี้ เมื่อสติระลึกถึงสิ่งที่เกี่ยวข้องต้องใช้ ต้องทำ และเอาจิตกำกับสิ่งนั้นไว้แล้ว โยนิโสมนสิการก็จับเอาสิ่งนั้นหมุนหันเอียงตะแครงเป็นต้นอย่างใดอย่างหนึ่งให้ปัญญาพิจารณาจัดการ ซึ่งเป็นการกำหนดจุดแง่มุมด้านข้างและทิศทางนั้น ๆ ถ้าโยนิโสมนสิการจัดทำทำทางให้เหมาะสมดี ปัญญาก็ทำงานได้ผล อุปมาเหมือนคนพายเรือเก็บดอกไม้ใบผักในแม่น้ำไหลมีคลื่น เอาอะไรผูกหรือยึดเหนี่ยวตรึงเรือให้หยุดอยู่กับที่จ่อตรงตำแหน่งของดอกไม้หรือใบผักนั้นดีแล้ว มือหนึ่งจับกิ่งก้านกอหรือกระจุกพีชนั้น รวบขึ้นไป รั้งออกมา หรือพลิกตะแครง โกงหรืองออย่างใดอย่างหนึ่งสุดแต่เหมาะกับเครื่องมือทำงาน อีกมือเอาเครื่องมือที่เตรียมไว้เกี่ยว ตัดหรือทำอย่างใดอย่างหนึ่งให้สำเร็จกิจได้ตามประสงค์ สติเปรียบเสมือนเครื่องยึดตรึงเรือและคนให้ตรงที่กับต้นไม้ เรือหรือคนที่หยุดตรงที่เปรียบเหมือนกับจิต มือจับกิ่งก้านต้นไม้นั้นให้อยู่ในอาการที่จะทำงานได้เหมาะสมเปรียบเหมือนโยนิโสมนสิการอีกมือหนึ่งที่เอามือหรือเครื่องมืออื่นทำงานเกี่ยวตัด เปรียบได้กับปัญญา อย่างไรก็ตาม ในที่ทั่วไป ฟังจับเอาง่าย ๆ เพียงว่าโยนิโสมนสิการ หมายความว่าปัญญาคือ มนสิการด้วยปัญญานั้นเอง

๕.๒ ข้อเสนอแนะ

ผลจากการวิจัยเรื่อง “วิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาท” ผู้วิจัยเห็นว่า มีประเด็นที่ควรค่าแก่การเสนอแนะเพื่อให้เกิดผลในการปฏิบัติธรรมดังต่อไปนี้

๕.๒.๑ ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

การศึกษาวิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสแก่ผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานในพระพุทธศาสนาเถรวาทเป็นเรื่องที่เป็นประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติธรรมเป็นอย่างมากแต่ที่ผ่านมาอุปสรรคและปัญหาในการวิจัยคือการจะสัมภาษณ์เจ้าสำนักปฏิบัติธรรมบางสำนักยากมากเลยไม่ใช่ตัวเจ้าสำนักแต่เป็นเลขาของเจ้าสำนักเป็นอุปสรรคในการให้สัมภาษณ์ฉะนั้นอยากจะฝากผู้วิจัยต่อไปว่าควรจะศึกษาเปรียบเทียบสำนักปฏิบัติธรรมที่มีวิธีปฏิบัติที่ต่างสายกันเพราะจะทำให้เห็นความแตกต่างระหว่างวิธีการปรับแก้ อารมณ์แล้วนำมาวิเคราะห์ได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

๕.๒.๒ ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ในการทำวิจัยครั้งต่อไปควรนำเสนอวิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสของสำนักปฏิบัติธรรมของไทยที่เป็นสำนักใหญ่ๆ หรือสำนักปฏิบัติของต่างประเทศที่เป็นที่ยอมรับและมีชื่อเสียงในต่างประเทศ ดังนี้

๑. วิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสในสำนักปฏิบัติธรรมสายพองหนอ ยุบหนอ กับสำนักปฏิบัติธรรมสายพุทโธว่ามีความเหมือนและต่างกันอย่างไร

๒. วิธีปรับแก้วิปัสสนูปกิเลสในพระพุทธศาสนาเถรวาทกับมหายานต่างกันหรือเหมือนกันอย่างไร?

๓. ศึกษาความแตกต่างระหว่างบุคคล ๒ ประเภทที่ปฏิสนธิจิตด้วย ติเหตุและทวิเหตุว่ามีผลต่อการเกิดและไม่เกิดวิปัสสนูปกิเลสอย่างไร