

**การพัฒนาแบบแผนการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิง
ในเรือนจำทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร**
**The Development of Pattern of Meditation Training for Women Inmates In
Prisob Central Women Correction Institution Bangkok**

พระครูสุชาตวรคุณ (อภิชาติ สนติกโร)¹

บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยนี้มีจุดประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาสภาพการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร 2) พัฒนารูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร และ 3) เสนอรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร พบว่า 1) สภาพการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร โดยการใช้รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่นิยมกันในปัจจุบันมี 4 รูปแบบ-การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานรูปแบบ พุท-โธ-การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานรูปแบบ พอง-ยุบ- การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานรูปแบบ รู้สติการเคลื่อนไหว-การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานรูปแบบ ปรมัตถ์ ตามลำดับ 2) การพัฒนาแบบแผนการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร ต้องคำนึงถึงหลักนำมาใช้ปฏิบัติ 2 ด้าน คือ 1) รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่นิยมกันในปัจจุบันมี 4 รูปแบบ 2) วิปัสสนากรรมฐานสติปัญญา 4 3) รูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานครมีองค์ประกอบ 3 ประการที่สัมพันธ์กัน คือ 1) รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่นิยมกันในปัจจุบันมี 4 รูปแบบ 2) วิปัสสนากรรมฐานสติปัญญา 4 และ 3) หลักพุทธธรรมที่นำมาใช้เกื้อหนุนการส่งเสริมรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่นิยมกันในปัจจุบัน และวิปัสสนากรรมฐานสติปัญญา 4 คือหลักไตรสิกขา 3 ตาม MODEL ได้รูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทัณฑสถานหญิงกลาง Model “Sucha”

คำสำคัญ: 1. การพัฒนา 2. รูปแบบ 3. วิปัสสนากรรมฐาน 4. ไตรสิกขา

Abstract

The objectives of this research were: 1) to study meditation training for female inmates in prisons, detention center Bangkok. 2) Development of meditation training for female inmates in prisons, detention center. Bangkok and 3) proposed a form of meditation training for female inmates in prisons, detention center Bangkok. The results of test of hypothesis found 1) Study of meditation training for female inmates in prisons, detention center. Bangkok By using a form of meditation practice meditation so popular, there are currently four ways-meditation practice model output-Thomas-meditation practice camo patterns-collapse-meditation practice patterns. Consciousness movement-meditation practice patterns perfection respectively 2) Development

¹นิสิตปริญญาเอก สาขาวิชาพุทธบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย

of meditation training for women in prison. Central Women Correctional Institution Bangkok Regardless of the applied practice two aspects 1) a form of meditation practice meditation so popular, there are currently four ways 2) meditation Stipathan 4 is supported Gaya Na Stipathan Chiapas. 3) The form of meditation training for female inmates in prisons, detention center. Bangkok has the three aspects of the relationship is 1) a form of meditation practice meditation so popular, there are currently four forms, 2) meditation Stipathan 4 and 3) a threefold promote a form of meditation practice that is popular today. The promotion is threefold form of meditation practice Stipathan. Created as a form of meditation training for women in prison. Central Women Correctional Model "Sucha".

Keywords: 1. Development 2. Model 3. Insight meditation 4. Trisikkha.

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยนับเป็นประเทศที่มีผู้ต้องขังจำคุกอยู่ในเรือนจำเป็นอันดับต้นๆของโลก เห็นได้จากสถิติของศูนย์การศึกษาเรือนจำระหว่างประเทศ (International Centre for Prison Studies) ที่สำรวจไว้เมื่อปี ค.ศ. 2011 พบว่า เมื่อเทียบกับประเทศอื่นแล้ว ประเทศไทยนับเป็นประเทศที่มีจำนวนผู้ต้องขังหญิงมากเป็นอันดับ 4 นอกจากนี้ เมื่อเทียบสัดส่วนของผู้ต้องขังหญิงกับผู้ต้องขังชายแล้ว ประเทศไทยก็มีสถิติผู้ต้องขังหญิงเป็นสัดส่วนกับผู้ต้องขังชายสูงถึงร้อยละ 14.6 ของจำนวนประชากรผู้ต้องขังทั้งหมด ซึ่งจัดเป็นอันดับ 7 ของโลก ต่อจากประเทศ มัลดีฟ เขตปกครองพิเศษฮ่องกง บาร์เรน อันตอรา มาเก๊า และกาตาร์ซึ่งมีสถิติผู้ต้องขังหญิงคิดเป็นร้อยละสูงเป็นอันดับที่ 1 ถึง 6 ตามลำดับ การที่ประเทศไทย มีผู้ต้องขังหญิงเป็นจำนวนมากและเพิ่มขึ้นทุกปีก็เนื่องมาจากการที่ผู้ต้องขังหญิงถูกชักจูงให้เข้าไปยุ่งเกี่ยวกับยาเสพติด และตกเป็นผู้ต้องขัง โดยในปัจจุบันมีผู้ต้องขังหญิงในคดียาเสพติด ถึงร้อยละ 82 ของผู้ต้องขังหญิงทั้งหมด ในขณะที่ผู้ต้องขังในเรือนจำของประเทศไทยส่วนใหญ่เป็นผู้ต้องขังในคดียาเสพติดถึงร้อยละ 65 ผู้ต้องขังหญิงเหล่านี้ ส่วนใหญ่กระทำความผิดด้วยความจำใจและถูกชักนำให้เข้าสู่วงจรของการกระทำความผิดในคดียาเสพติด ผู้ต้องขังหญิงเหล่านี้ส่วนใหญ่เป็นผู้กระทำความผิดครั้งแรก และเป็นผู้ขายรายย่อยจึงเป็นทั้ง “ผู้กระทำและผู้ถูกกระทำ” ปัจจัยอีกประการหนึ่งที่ทำให้ผู้ต้องขังหญิงอยู่ในเรือนจำของประเทศไทยจำนวนมาก ก็เนื่องมาจากที่กระบวนการยุติธรรมในประเทศไทยยังขาดมาตรการทางเลือก แทนการจำคุกมาใช้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นผลให้ผู้ต้องหาในคดีต่างๆ ส่วนใหญ่ ถูกส่งเข้าเรือนจำเหมือนกันหมด และหากจะมีกฎหมายเปิดโอกาสให้สามารถใช้มาตรการทางเลือกแทนการจำคุก

กรมราชทัณฑ์มีหน้าที่ความรับผิดชอบ ในฐานะเป็นกลไกลำดับสุดท้ายของกระบวนการยุติธรรม (Criminal Justice) ในขณะเดียวกันก็เป็นหน่วยงานในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่สำคัญของชาติและเป็นอำนาจหน้าที่ของกรมราชทัณฑ์ในการพัฒนาจิตใจ และแก้ไขพฤติกรรมผู้ต้องขังภายใต้พื้นฐานของหลักกฎหมายหลักสิทธิมนุษยชน และหลักพฤติกรรมศาสตร์ เพื่อให้เป็นบุคคลที่พึงปรารถนาไม่กลับมากระทำความผิดทางพฤติกรรมซ้ำให้กลับสู่สังคมได้เมื่อพ้นโทษ พัฒนาทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ และศีลธรรม ตั้งแต่แรกเข้าสู่เรือนจำระหว่างต้องโทษ จนถึงวันปล่อยตัวพ้นโทษโดยมีบุคลากรหลักในการอบรมตามโครงการพัฒนาต่างๆ ซึ่งมีการพัฒนาการศึกษาในรูปแบบต่างๆ และการฝึกอาชีพรวมถึงการอบรมทางศีลธรรมเป็นประจำในวาระพิเศษ เช่น วันสำคัญทางศาสนา และวันสำคัญของชาติ

จากความสำคัญของปัญหาและความจำเป็นอย่างยิ่งนี้ เนื่องจากผู้วิจัยเห็นว่า พระพุทธศาสนามีความผูกพันใกล้ชิดและมีอิทธิพลต่อสังคมไทย เป็นระยะเวลาอันยาวนาน สมควรที่จะนำมาประยุกต์ใช้หรือปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนา ผู้วิจัยจึงมุ่งศึกษาการพัฒนาแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร การนำหลักปฏิบัติในพระพุทธศาสนาเติมเต็มให้กับศาสตร์

การบูรณาการระหว่างหลักการปฏิบัติจะทำให้เกิดความเข้าใจ สอดรับกับการแก้ปัญหาสังคมปัจจุบันเกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ และเกิดการพัฒนาพฤติกรรมในเชิงบวก ถ้าประเทศไทยสามารถเปลี่ยนแปลงจุดนี้ได้ จะทำให้การพัฒนาในด้านอื่นเคลื่อนไหวตามไปด้วย เกิดผลดีต่อการพัฒนาประเทศและลดปัญหาทางสังคมได้อย่างยั่งยืน

2. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาสภาพรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อเสนอรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

3. วิธีดำเนินการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเอกสาร

เอกสารชั้นปฐมภูมิ (Primary Sources) โดยศึกษาค้นคว้าข้อมูลหนังสือ บทความ วิทยานิพนธ์และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง แนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 เพื่อให้ทราบถึงประเด็นต่างๆ ในการวิจัยศึกษา

เอกสารชั้นทุติยภูมิที่เป็นวรรณกรรมทางพระพุทธศาสนา เอกสารวิชาการและเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เอกสารวิชาการเกี่ยวกับทางการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4

ข้อมูลการวิจัยภาคสนาม โดยการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมายในเขตพื้นที่ได้แก่ ผู้ทรงคุณวุฒิและผู้เกี่ยวข้องด้านการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้ การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร เป็นวิธีการวิจัยเชิงพรรณนา (Descriptive Research) และการวิจัยเชิงวิเคราะห์ (Analytical Research) โดยจะมีการศึกษาเนื้อหาตามกรอบของวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ คือ สภาพรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐาน การพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐาน และเสนอรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

3. ขอบเขตด้านภาคสนาม (Field Research) มีขอบเขต ดังนี้

3.1 แบบสัมภาษณ์ (Interview Guide) ผู้วิจัยกำหนดประเด็น คำถามการวิจัย หาความเชื่อมั่น (Validity) โดยให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 รูป/คน ตรวจสอบความถูกต้อง ทั้งเชิงเนื้อหา ภาษาและโครงสร้าง แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไข ก่อนนำไปปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษา แล้วจึงนำไปเก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์จากตัวแทนกลุ่มเป้าหมาย โดยการเลือกตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) มุ่งเน้นเลือกสัมภาษณ์เฉพาะผู้ที่สามารถให้ข้อมูลสำคัญ (Key Informants) ที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่ผู้วิจัยต้องการศึกษาสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Dept Interview) จากตัวแทนกลุ่มเป้าหมาย

3.2 ด้านพื้นที่ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดพื้นที่ในการวิจัย เฉพาะในเรือนจำทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

3.3 กลุ่มเป้าหมายในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษาหาความรู้ เกี่ยวกับแนวทางการการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐาน เพื่อสร้างรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทณฑสถาน

หญิงกลาง กรุงเทพมหานคร เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามจากการสัมภาษณ์กลุ่มเป้าหมาย (Target group) ได้มาด้วยการเลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) ประกอบได้ 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิที่คิดสรรเป็นผู้ให้การตอบแบบสัมภาษณ์ ได้แก่ รองปลัดกระทรวงยุติธรรม อธิบดีกรมราชทัณฑ์ ผู้บัญชาการเรือนจำ ผู้อำนวยการทัณฑสถานหญิงกลาง พระวิปัสสนาจารย์และอนุศาสนาจารย์ จำนวน 10 รูป/คน

กลุ่มที่ 2 ผู้ทรงคุณวุฒิด้านการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานมาพัฒนาพฤติกรรมใน 4 ด้าน ประกอบด้วย 1) ทางกายภาวนา 2) ทางศีลภาวนา 3) ทางจิตภาวนา และ 4) ทางปัญญาภาวนาในการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) จำนวน 10 รูป/คน

4. ผลการวิจัยและอภิปรายผล

1. สภาพรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

จากการศึกษาด้วยวิธีการเชิงคุณภาพโดยทำการศึกษาจากเอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในด้านสภาพรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร มีรายละเอียดในการศึกษาประกอบด้วย มหาสติปัฏฐานสูตร ซึ่งปรากฏอยู่ในคัมภีร์ที่ฆนิกาย มหาวรรค นับว่าเป็นทฤษฎีต้นแบบที่เกี่ยวกับการเจริญวิปัสสนากรรมฐาน และพบหลักฐานในขุททกนิกาย มหานิเทศ กล่าวถึงวิปัสสนาว่าด้วยการพิจารณาด้วยปัญญา หรืออนุปัสสนา 7 ประการ ต่อมาวิปัสสนากรรมฐานได้ถูกอรรถาธิบายในชั้นอรรถกถาแลงมา คัมภีร์ที่มีชื่อเสียงและมักถูกใช้เป็นหลักในการนำมาประยุกต์ใช้ในปัจจุบัน คือคัมภีร์วิสุทธิมรรค มีเนื้อหาเน้นลำดับขั้นตอนของปัญญาคือความ วิสุทธิของศีล สมาธิ และปัญญา ยังได้กล่าวถึงการตรวจสอบผลการปฏิบัติตามลำดับญาณ ต่อมาในคัมภีร์พระอภิธรรมมัตถสังคหะ ซึ่งกล่าวถึงสภาวะธรรมล้วนๆ ไม่อ้างเรื่องราวของ สัตว์ บุคคล อ้างแต่สภาวะปรมาัตถ์ของ จิต เจตสิก รูป และนิพพาน ได้ถูกนำมาใช้ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานโดยการกำหนดรู้รูป รูปร่าง ตามสภาวะที่เป็นจริง หรือเรียกว่ากำหนดปรมาัตถธรรมที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

2. เพื่อพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

จากการศึกษาด้วยวิธีการเชิงคุณภาพเพื่อศึกษาการพัฒนารูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทัณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยมุ่งศึกษาวิเคราะห์รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน 4 รูปแบบ คือรูปแบบ “พุท-โธ” รูปแบบ “ฟอง-ยุบ” รูปแบบ “การเจริญสติรู้กายเคลื่อนไหว”, และรูปแบบ “ปรมาัตถภาวนา” พบว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานในปัจจุบันกำลังเป็นที่นิยม มีการจัดอบรมปฏิบัติธรรมกันอย่างกว้างขวาง จนเกิดรูปแบบการปฏิบัติมากมาย ซึ่งเกิดจากการคิดค้นวิธีการต่างๆ เพื่อเป็นอุบายในการฝึกปฏิบัติ ซึ่งแต่ละรูปแบบก็มีหลักการ และวิธีการในการปฏิบัติแตกต่างกันออกไป กล่าวคือ รูปแบบ “พุท-โธ” เป็นรูปแบบที่มีอุบายให้รู้ลมหายใจที่ช่องจมูกเป็นหลักของกรรมฐาน และใช้คาบิกรรมว่า “พุท-โธ” ไปด้วยเพื่อใจแนบอยู่กับอารมณ์กรรมฐานเป็นอารมณ์หลัก และกำหนดรู้อารมณ์ต่างๆ ที่แทรกมาทางทวารทั้ง 6 หรือทางสติปัฏฐานทั้ง 4 โดยเฉพาะฐานจิตไปด้วย รูปแบบ “ฟอง-ยุบ” เป็นรูปแบบที่มีอุบายให้มีสติรู้สภาวะลมที่ปรากฏตรงหน้าท้อง “ฟอง-ยุบ” เป็นอารมณ์หลักของกรรมฐาน และให้บริกรรมว่า “ฟอง-ยุบ” ไปด้วยเพื่อให้จิตแนบแน่นอยู่กับอารมณ์กรรมฐาน พร้อมทั้งให้เจริญสติระลึกไปในสติปัฏฐานทั้ง 4 ด้วย รูปแบบ “การเจริญสติรู้กายเคลื่อนไหว” เป็นรูปแบบที่มีอุบายให้รู้การเคลื่อนไหวในแบบที่สร้างขึ้นเป็นจังหวะ 15 จังหวะ เป็นหลักของการปฏิบัติ เพื่อให้ใจแนบไปรู้ิริยาบถย่อยต่างๆ อย่างต่อเนื่อง และทำให้กำหนดรู้ที่ฐานอื่นๆ แห่งสติปัฏฐานทั้ง 4 ได้ชัดเจน รูปแบบ “ปรมาัตถภาวนา” เป็นรูปแบบที่มีอุบายให้รู้สภาวะธรรมที่ปรากฏตามจริง “ปรมาัตถธรรม” คือ สภาวะของ รูป-นาม ที่ปรากฏในปัจจุบันเฉพาะหน้าในฐานทั้ง 4 แห่งสติปัฏฐาน

3. รูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำ ทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร

จากการศึกษาด้วยวิธีเชิงคุณภาพและวิธีเชิงปฏิบัติการ พบว่า ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ผู้วิจัยเลือกศึกษาวิเคราะห์ ต่างก็ยึดหลักแห่งสติปัญญาเป็นหลักในการปฏิบัติ โดยมีการประยุกต์วิธีการจากบรรพต่างๆ กัน ดังนี้

รูปแบบ “พุท-โธ” ยึดอานาปานสติต้นลม และจิตตานุปัสสนาสติปัญญา ในการกำหนดรู้

รูปแบบ “พอง-ยุบ” ยึดอานาปานสติปลายลม และธาตุมนสิการบรรพ รวมทั้งยึดวิปัสสนาญาณใน คัมภีร์วิสุทธิมรรค เพื่อตรวจสอบการปฏิบัติ

รูปแบบ “การเจริญสติรู้กายเคลื่อนไหว” ยึดกายานุปัสสนาสติปัญญา สัมผัสัญญะบรรพเป็นหลักในการกำหนดสติ

รูปแบบ “ปรมัตถภาวนา” ยึดจิตตานุปัสสนาสติปัญญา ธรรมานุปัสสนาสติปัญญา และคัมภีร์อภิธรรมมัตถสังคหะ ด้วยการใช้หลัก รูป-นามปรมัตถ์ ไตรลักษณ์ เป็นหลักในการกำหนดรู้จะเห็นได้ว่า ทุกรูปแบบดังกล่าวข้างต้นล้วนมีวิธีการที่ให้เจริญสติระลึกรู้ไปใน รูป-นาม ชันธ์ 2 ธาตุ 4 ทวาร 6 ทั้งสิ้น จึงนับได้ว่าทุกรูปแบบอิงอยู่กับหลักสติปัญญา ซึ่งในแต่ละรูปแบบจะมีข้อเด่น หรือข้อจำกัดที่ควรระวังต่างกัน และวิธีการสอนที่เน้นในจุดที่ต่างกัน เช่น รูปแบบ “พุท-โธ” เน้นอานาปานบรรพ ในกายานุปัสสนาเป็นหลัก โดยมีอุบายให้ใจสงบก่อน (สมณะนำ วิปัสสนาตาม), รูปแบบ “พอง-ยุบ” เน้นตามดูกายานุปัสสนาสติปัญญา โดยให้ใช้คำบริกรรมในทุกการเคลื่อนไหวและรู้สึก รูปแบบ “การเจริญสติรู้กายเคลื่อนไหว” เน้นกายานุปัสสนาสติปัญญา ในหมวดสัมผัสัญญะบรรพ โดยไม่มีการให้นั่งสมาธิ ไม่มีองค์ภาวนา (มีแต่การนับจังหวะ 15 จังหวะของท่าทางที่สร้างขึ้น) รูปแบบ “ปรมัตถภาวนา” เน้นจิตตานุปัสสนาสติปัญญา และธรรมานุปัสสนาสติปัญญา โดยเน้นการให้ความรู้ปริยัติธรรมในเรื่อง รูป-นามปรมัตถ์ ไตรลักษณ์ ให้เข้าใจก่อนลงมือปฏิบัติ เป็นต้น

จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยยังได้นำเสนอแบบผสมผสานมีความเข้าใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัญญาเพิ่มขึ้น และประสบผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามลำดับญาณเบื้องต้น (ตรุนวิปัสสนา) รวมทั้งมีความพึงพอใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัญญาด้วยรูปแบบผสมผสานวิธีการต่างๆ ที่นิยมใช้กันในปัจจุบัน น่าจะประกอบด้วยเหตุผลดังต่อไปนี้

1. การเพิ่มความเข้าใจ เกิดขึ้นเพราะมีรูปแบบการฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐานสำหรับผู้ต้องขังหญิงในเรือนจำทณฑสถานหญิงกลาง กรุงเทพมหานคร ที่ผู้วิจัยจัดให้มีการอธิบายปริยัติธรรมที่จำเป็นและเกี่ยวข้องกับ การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัญญา 4 จากองค์บรรยายที่มากด้วยความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ในการปฏิบัติธรรมในทุกรูปแบบที่ผู้วิจัยเลือกนำมาผสมผสาน เมื่อผู้เข้าอบรมได้รับสัปปายะ ทั้งปวง โดยเฉพาะธรรมสัปปายะ บุคคลสัปปายะ จึงทำให้เอื้อต่อความเข้าใจ และนำมาสู่ภาคปฏิบัติได้ด้วยความเข้าใจความหมายของ รูป-นาม การสำรวจอินทรีย์ ทวาร 6 อารมณ์ 6 มีค่าเฉลี่ยเพิ่มขึ้นในทุกข้อ ยกเว้น ความเข้าใจเรื่องกำหนดทันปัจจุบัน เพราะการกำหนดให้ทันปัจจุบันเป็นเรื่องความตั้งใจกำหนดรู้ของผู้ปฏิบัติเอง และเป็นข้อที่ทำได้ยากยิ่ง และอาจมีอุปสรรคที่เกิดจากเมื่อมาปฏิบัติในรูปแบบผสมผสาน ทำให้การกำหนดรู้ทันปัจจุบันในรูปแบบที่ไม่เคยทำมาก่อน ทำได้ยาก สำหรับความเข้าใจเกี่ยวกับการเดินจงกรม และการนั่งสมาธิ ทุกข้อมีค่าเฉลี่ยของคะแนนเพิ่มขึ้น ยกเว้นการกำหนดอิริยาบถย่อย ไม่มีความเข้าใจสภาวะของ “รูป” ในขณะที่กำหนดอิริยาบถย่อย ทั้งนี้เป็นเพราะในขณะที่กำหนดอิริยาบถย่อย จะมีสภาวะของรูปปรากฏมากมายตลอดเวลา จึงยากยิ่งที่จะกำหนดรู้ได้ต่อเนื่อง ซึ่งก่อนการปฏิบัติอาจเข้าใจผิด หรือไม่มีความรู้เรื่อง “สภาวะรูป” ที่พึงเห็นได้ว่ามีเพียงวิสัญญีรูป 7 หรือโคจรรูป 7 มาก่อน จึงคิดว่าเคยกำหนดรู้ได้ดี (เคยบริกรรมได้ว่า ยก จับ ไป ถึง ลง ถูก เป็นต้น) เมื่อมาปฏิบัติหลายรูปแบบโดยให้ระลึกรู้สภาวะของรูปที่ปรากฏจริงในทุกสัมผัสัญญะ จึงเกิดความไม่แน่ใจว่าทำได้ถูกต้องมาก น้อยประการใด ผลของคะแนนจึงออกมาลดลง ซึ่งแสดงให้เห็นว่าค่าของคะแนนที่ได้เป็นคะแนนที่ได้จากความเข้าใจของผู้ปฏิบัติจริงๆ เพราะมีเหตุปัจจัยที่หนุนเนื่อง เป็นเหตุเป็นผลอย่างแท้จริงส่วน

การเพิ่มความเข้าใจในการปฏิบัติด้วยรูปแบบต่างๆ ที่นิยมใช้กันในปัจจุบัน ปรากฏว่าทุกรูปแบบ คือ รูปแบบ “พุท-โธ”, รูปแบบ “พอง-ยุบ”, รูปแบบ “การเจริญสติรู้กายเคลื่อนไหว”, รูปแบบ “ปรมัตถภาวนา” ที่พบว่าผู้เข้าอบรมมีความเข้าใจในการปฏิบัติได้คะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นในทุกข้อของรูปแบบ แสดงให้เห็นว่า เมื่อผู้ปฏิบัติได้เข้าใจถ่องแท้ถึงหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน คือ รู้จักค่าที่เป็นจริงของอารมณ์กรรมฐานที่แทรกอยู่ในทุกรูปแบบของการปฏิบัติแล้ว ทำให้เกิดความเข้าใจมากขึ้น จึงไม่ยึดติดที่รูปแบบแต่ยึดหลักการแห่งสติปัฏฐาน เมื่อยึดหลักถูกต้อง ย่อมปฏิบัติได้ดีในทุกรูปแบบ

2. การเพิ่มผลสัมฤทธิ์ ผู้เข้าอบรมเกิดผลสัมฤทธิ์ตามลำดับญาณเบื้องต้น (ตรุณวิปัสสนา) เพราะสืบเนื่องจากความเข้าใจปริยัติอย่างชัดเจน ถ่องแท้ ดังกล่าวข้างต้น ทำให้นำมาปฏิบัติได้อย่างถูกต้องนับแต่เริ่มต้น ปฏิบัติไม่ว่าจะมีพื้นฐานการศึกษาในระดับใด หรือมีประสบการณ์การปฏิบัติมาก่อนหรือไม่ก็ตาม เมื่อได้เรื่องหลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน เริ่มจาก ลักษณะเฉพาะของรูป-นาม และสามัญลักษณะที่พึงกำหนดรู้มีอะไรบ้าง กำหนดรู้อย่างไร (กำหนดรู้ตามหลักสติปัฏฐาน) อีกทั้งการนำปฏิบัติของวิทยากรสอดคล้องกับธรรมบรรยายเป็นลำดับไป ตัวอย่างเช่น เมื่อผู้ปฏิบัติพึงธรรมเรื่องลักษณะเฉพาะของรูป-นาม วิทยากรก็เน้นการปฏิบัติโดยกำหนดรู้ลักษณะเฉพาะของรูป-นาม ในขณะที่นำไปปฏิบัติในรูปแบบต่างๆ นับเป็นการเชื่อมโยงหัวใจของการปฏิบัติสู่รูปแบบต่างๆ ให้เป็นหนึ่งเดียวกัน ทำให้เพิ่มผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามลำดับญาณเบื้องต้น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

แต่การเพิ่มผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ซึ่งตรวจสอบโดยความเข้าใจการปฏิบัติตามลำดับญาณเบื้องต้น มีบางข้อที่ได้คะแนนเฉลี่ยลดลง เช่น การเคลื่อนไหวของกาย คือ “รูป” ได้ค่าเฉลี่ยของคะแนนก่อนอบรม และหลังอบรมเท่ากัน และหลังอบรมเท่ากัน และการรู้กลิ่นเป็น “นาม” ได้ค่าเฉลี่ยของคะแนนลดลง ทั้งนี้เป็นเพราะเหตุผลที่ผู้วิจัยได้แสดงไว้ข้างต้นแล้วว่า สภาวะของรูปและนาม เป็นเรื่องยาก และประสบการณ์การปฏิบัติเดิมอาจเคยเข้าใจผิดมาก่อนว่า เคยกำหนดรู้ได้ทันปัจจุบัน (เพราะเคยบริกรรมได้ทัน) เมื่อมาเข้าใจความจริงของการกำหนดรู้สภาวะของรูป และนามที่ปรากฏในปัจจุบันเฉพาะหน้าจริงๆ ผลสัมฤทธิ์ของการปฏิบัติจึงปรากฏคะแนนออกมาอย่างสอดคล้องกับคะแนนความเข้าใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน นับเป็นคะแนนที่ทำให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างผลสัมฤทธิ์ของการปฏิบัติที่เกิดจากความเข้าใจปริยัติอย่างถ่องแท้ของผู้เข้าอบรมวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสาน ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ผู้เข้าอบรมตั้งใจและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามทั้งก่อนและหลังการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานอย่างแท้จริง

3. ด้านความพึงพอใจ รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานวิธีการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานจากหลายรูปแบบ สามารถสร้างความพึงพอใจในการปฏิบัติให้เกิดแก่ผู้เข้าอบรม สติปัฏฐาน 4 คือหัวใจของวิปัสสนากรรมฐานที่อยู่ในทุกรูปแบบ เมื่อผู้ปฏิบัติเข้าใจหลักการแห่งสติปัฏฐาน กำหนดรู้ได้ถูกต้องตรงทาง ทำให้เจริญปัญญา เป็นผู้รู้แจ้งในธรรมะของพระพุทธองค์ ยังความสำเร็จในการปฏิบัติตามลำดับญาณ ให้ผู้ปฏิบัติเห็นจริงเป็นปัจจุขณญาณ ผู้ปฏิบัติย่อมเกิดความพอใจที่ได้เข้าอบรมปฏิบัติหลากหลายรูปแบบ โดยทราบถึงคุณค่าเฉพาะตัวของมัน การปฏิบัติในรูปแบบผสมผสานด้วยความเข้าใจ ไม่ว่าจะปฏิบัติด้วยรูปแบบใด ก็มีการกำหนดรู้รูป-นามที่มีลักษณะเฉพาะตนเหมือนกัน เป็นต้น ทำให้การปฏิบัติเป็นไปอย่างไม่น่าเบื่อ ไม่ถูกบังคับ อีกทั้งการได้สังเกตตนเองว่ามีอหังการ หรือจิตสังขมในการปฏิบัติแบบใด ยิ่งสังเกตตนเองมาก ความตั้งใจก็เพิ่ม ผลสัมฤทธิ์ของการปฏิบัติก็เพิ่ม และยังเห็นประโยชน์ว่าสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้ในการปฏิบัติทุกรูปแบบ ทุกที่ ทุกเวลา และที่สำคัญสามารถปฏิบัติ สติปัฏฐานในชีวิตประจำวันได้ ทำให้คะแนนเฉลี่ยของความพึงพอใจในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานมีผลของคะแนนเพิ่มขึ้นทุกข้อทีเดียว

ผลของการวิจัยที่กล่าวมาทั้งหมดข้างต้นนี้ สอดคล้องกับที่พระพุทธโฆสาจารย์กล่าวไว้ในอรรถกถาพระวินัยปิฎก ปาราชิกกัณฑ์ ที่ว่าปริยัติที่บุคคลเรียนดี เป็นไปเพื่อประโยชน์ เพื่อความสุขสันต์กาลนาน คือหวังความบริบูรณ์แห่งศีลขันธเป็นต้น ชื่อว่า นิตรณปริยัติ กล่าวคือ เมื่อผู้เข้าอบรมปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้รับ

ปริยัติที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติในทุกรูปแบบอย่างเข้าใจอย่างแท้จริง ทำให้เกิดประโยชน์อันเป็นไปเพื่อความสันติสุขอย่างถาวร

นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ วริยา ชินวรรณ และคณะ ซึ่งศึกษาวิจัยเรื่อง วัฒนธรรมการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทในประเทศไทย พบว่า การตีความคำสอนเรื่องสมาธิ ตลอดจนการนำมาเป็นแนวทางในการสอนปฏิบัติ จะมีความแตกต่างกันออกไปตามลักษณะของสิ่งที่นำมาใช้พิจารณา แต่ละสำนักล้วนมีแนวทางการปฏิบัติแตกต่างกันออกไป ซึ่งโดยสรุปแล้วอาจกล่าวได้ว่า ทุกสำนักต่างให้ความสำคัญแก่การฝึกอบรมสมาธิว่าเป็นการปฏิบัติใน 2 ลักษณะ คือในทางหลักการและวิธีการทางหลักการ คือ เป็นการอบรมเพื่อเข้าถึงธรรม ส่วนวิธีการ คือ การคิดค้นเทคนิคและวิธีปฏิบัติต่างๆ เพื่อผู้ปฏิบัติสามารถบรรลุผลสำเร็จได้ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ คือ การกำจัดกิเลสและความชั่วต่างๆ ให้หมดไป แสดงว่าไม่ว่าจะสอนการปฏิบัติด้วยรูปแบบใดๆ ก็ตาม หากคงหลักการปฏิบัติเพื่อเข้าถึงธรรมอย่างถูกต้องแล้ว ย่อมไปสู่จุดหมายเดียวกัน ได้ผลสัมฤทธิ์เหมือนกัน คือได้ผลตามลำดับญาณ ไปสู่การบรรลุมรรค ผล นิพพาน ได้ในที่สุดเหมือนกัน รวมทั้งผลการวิจัยครั้งนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ จุฬามาศ วาริแสงทิพย์ ที่ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาพัฒนาการของวิปัสสนากรรมฐานในประเทศไทย ซึ่งศึกษาวิจัยวิธีการของสำนักต่างๆ 5 แบบ คือ แบบพองหนอ ยุบหนอ ของพระโสภณมหาเถระ (มหาสีสยาตอ) แบบอานาปานสติของท่านพุทธทาสภิกขุ แบบอาจารย์แนบ มหานิรันดร์ แบบหลวงพ่อเทียน จิตตสุโข และแบบท่าน โกเอ็นก้า พบว่า วิธีการสอนวิปัสสนากรรมฐานของทั้ง 5 สำนัก ใช้หลักการในการปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 แต่เนื่องจากประสบการณ์ของการปฏิบัติธรรมของท่านเจ้าสำนักต่างกัน จึงมีวิธีการปฏิบัติที่ต่างกัน จึงมีวิธีการปฏิบัติที่ต่างกัน ผู้ปฏิบัติสามารถเลือกวิธีการที่เหมาะสมกับจริตของตนเองเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่สูงที่สุด จึงเป็นการตอกย้ำว่า การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานนั้น “รูปแบบไม่สำคัญเท่าเนื้อหา (แห่งสติปัฏฐาน)” ที่ผู้สอนต้องทำให้ผู้ปฏิบัติเข้าใจอย่างแท้จริง จึงเกิดผลสัมฤทธิ์ ซึ่งเมื่อผู้ปฏิบัติได้มีโอกาสเลือกปฏิบัติในวิธีที่ตนถนัด หรือเป็นไปตามจริต ก็ยังทำให้ได้รับผลดีเจริญก้าวหน้าในการปฏิบัติไปสู่ความดับทุกข์ได้จริง

ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่าการจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสาน เป็นทางเลือกอย่างหนึ่ง ที่ผู้สนใจวิปัสสนากรรมฐานสามารถเลือกปฏิบัติได้ ซึ่งจะทำให้เกิดความเข้าใจอย่างถูกต้องในการปฏิบัติตามหลักสติปัฏฐาน เพราะเข้าถึงเนื้อหาที่เป็นจริงอันเป็นแก่น หรือเนื้อแท้ของกรรมฐานที่แทรกอยู่ในทุกรูปแบบได้อย่างชัดเจน โดยไม่เปรียบเทียบหรือปฏิเสธการปฏิบัติในรูปแบบใดใดที่ยึดหลักการปฏิบัติแห่งสติปัฏฐานอยู่ เพียงแต่นำวิธีการเด่นในแต่ละรูปแบบเหล่านั้น มาผสมผสานกันให้เป็นเรื่องเดียวกันได้อย่างลงตัว ทั้งนี้ มีข้อควรสังเกตว่า ผู้ที่สามารถเป็นวิปัสสนาจารย์ หรือผู้จัดการอบรมวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานได้นั้น จะต้องมีความรู้ปริยัติธรรมโดยเฉพาะด้านอภิธรรม และได้เจริญวิปัสสนากรรมฐานตามหลักสติปัฏฐาน จนเข้าถึงอารมณ์ของวิปัสสนากรรมฐานได้อย่างถ่องแท้และมีวิปัสสนาญาณปรากฏ จึงจะทำการสอนหรือจัดการอบรมวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานได้ประสบความสำเร็จ

5. ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะทั่วไป

ข้อเสนอแนะโดยทั่วไปสำหรับผู้ปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานก็คือ ผู้สนใจปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานควรทำความเข้าใจให้ถ่องแท้ก่อน ว่าการปฏิบัติที่เรียกว่าวิปัสสนาโดยแท้ นั้นเป็นไปเพื่อปัญญาดับทุกข์ มิได้เป็นไปเพื่อได้สิ่งต่างๆ หรือเป็นปาฏิหาริย์แต่อย่างใด การปฏิบัติต้องอยู่ในกรอบแห่งสติปัฏฐาน 4 และควรตรวจสอบหรือประเมินผลการปฏิบัติ ว่าเป็นไปตามลำดับแห่งวิสุทธิ 7 หรือ วิปัสสนาญาณ 16 หรือไม่ เพื่อกันความพลั้งเผลอปฏิบัติหลงทาง

ในด้านวิธีการสอนหรืออธิบายวิธีการต่างๆ นั้น ควรตรวจสอบว่าวิธีการใดสามารถทำให้ผู้ปฏิบัติระลึกถึงรูป-นามตามความจริง และเข้าถึงไตรลักษณ์ได้หรือไม่ หากไม่เริ่มต้นที่รู้จัก รูป-นาม ก็ไม่ใช่วิปัสสนา (เพราะญาณที่ 1 “นามรูปปริเฉทญาณ ต้องแยก รูป แยกนามได้ก่อน รู้ว่าอันไหนรูป อันไหนนาม) นั่นเอง หากผู้ปฏิบัติมีความรู้เข้าใจ และยึดมั่นอยู่บนหนทางเส้นนี้อย่างแน่วแน่และต่อเนื่อง รู้จริงทำจริงปฏิบัติจริง ก็จะได้เห็นของจริง (คือการดับทุกข์ได้) นับเป็นการสืบทอดการรักษาศาสนาพระพุทธศาสนาโดยแท้จริงชาวพุทธควรร่วมมือกันเผยแพร่การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ถูกวิธี หากว่าผู้สอนกรรมฐานด้วยวิธีการหรือรูปแบบต่างๆ ที่เป็นการปฏิบัติที่ดำเนินออกไปนอกกรอบแห่งสติปัญญา 4 วิธีการปฏิบัติหรือหนทางแห่งการปฏิบัตินั้น ย่อมพาคนไปหลงทางในสังสารวัฏดังพุทธดำรัสที่ว่า “นายโคบาลผู้ไม่ฉลาด ย่อมนำฝูงโคไปสู่ความพินาศ” ในเมื่อผู้ยังไม่พ้นจากสภาวะพินาศนั้น มีอยู่เป็นอันมาก มักลบล้างศีลและพรตด้วยทิฏฐิว่า ข้อปฏิบัติอย่างนั้นถูก อย่างนี้ผิดอยู่เสมอ เป็นเหตุให้ผู้ปฏิบัติค่อนข้างสับสนต่อแนวทางที่แท้จริง ซึ่งความจริงแล้ว รูปแบบควรสัมพันธ์กับเนื้อหาโดยเอื้อต่อการเห็น รูป-นาม ไตรลักษณ์ หรือควรให้ความสำคัญแก่การกำหนดรู้สภาวะของ รูป-นาม ไตรลักษณ์ ให้มากยิ่งขึ้นไปกว่านั้น ควรอย่างยิ่งที่จะช่วยกันเผยแพร่ความเข้าใจที่ถูกต้องให้ตรงกันว่า

- 1.1 วิปัสสนา ไม่ใช่เรื่องไกลตัว แต่เป็นเรื่องใกล้ตัว
- 1.2 วิปัสสนา ไม่ใช่เรื่องที่ทำได้โดยยาก แต่เป็นสิ่งที่ทำได้โดยง่าย
- 1.3 วิปัสสนา ไม่ใช่กิจของสงฆ์เท่านั้น แต่เป็นกิจของทุกๆ คน
- 1.4 วิปัสสนา ไม่ใช่เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้เฉพาะในวัด แต่เป็นสิ่งที่ปฏิบัติได้ทุกกาล ทุกสถานที่ ทุกบุคคล
- 1.5 วิปัสสนา เปรียบเสมือนวัชชีนที่คุ้มครองใจให้ห่างไกลจากกิเลสทั้งหลาย ยังผลให้ฉลาดใน

การดำรงชีวิตต่อไป ไม่ใช่ยวียวิเศษที่มีฤทธิ์ลดบันดาล หรือยังปาฏิหาริย์ใดๆ ให้ปรากฏ

ด้วยความรัก เคารพในพระพุทธศาสนาและด้วยความเชื่อมั่นว่า มนุษย์เราในปัจจุบันยังมีหวังที่จะบรรลุพระนิพพานอยู่ เพราะทฤษฎีหลักมิได้เปลี่ยนแปลงแปรผันไปจากสมัยพุทธกาลแต่อย่างใดเลย เมื่อคนในสมัยพุทธกาลสามารถบรรลุมรรคผลได้ คนในสมัยนี้หรือในสมัยต่อๆ ไปก็ควรสามารถบรรลุมรรคผลได้เช่นกัน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสกับสุภัททปริพาชกในวันปรินิพพานว่า ดูก่อนสุภัททะ ในธรรมวินัยนี้แล (ในศาสนานี้) มีอริยมรรคประกอบด้วยองค์ 8 พระโสดาบัน (สมณะที่ 1) พระสกทาคามี (สมณะที่ 2) พระอนาคามี (สมณะที่ 3) และพระอรหันต์ (สมณะที่ 4) ย่อมมีได้ในธรรมวินัยนี้เท่านั้น ลัทธิอื่นๆ ไม่มีพระอริยบุคคลเหล่านี้ ถ้าหากว่าภิกษุทั้งหลายพึงพากันปฏิบัติโดยชอบอยู่ โลกก็จะไม่พึงว่างจากพระอรหันต์ทั้งหลาย คำว่า “ปฏิบัติโดยชอบ” เป็นคำที่สำคัญจำเป็นอย่างยิ่งในการเปิดเผย ข้อเท็จ และ ข้อจริง ของการปฏิบัติวิปัสสนาโดยชอบให้เป็นที่ประจักษ์ เพื่อจะได้ไม่ต้องทู่หมัดแย่งแตกแยกกันในหมู่ผู้ปฏิบัติธรรม ว่าปฏิบัติของเราถูก ของเขาผิดกันอีกต่อไป

ดังนั้น การจัดอบรมวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสาน นอกจากจะเป็นทางออกของปัญหาความขัดแย้งเรื่องรูปแบบต่างๆ แล้วยังเป็นทางเลือกหนึ่งของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานซึ่งสมควรถูกเผยแพร่ออกไปให้กว้างขวาง เพราะเป็นรูปแบบที่เหมาะสมกับทุกคน ทุกสายงานหรืออาชีพ ไม่ว่าจะเป็น แพทย์ พยาบาล ครู อาจารย์ นักกฎหมาย นักการเมือง พนักงานในองค์กรทุกหน่วยงาน ตลอดจนผู้ต้องขังทุกเรือนจำ ฯลฯ สามารถเข้าอบรมในระยะเวลาสั้นๆ 3 วัน 5 วัน 7 วัน ก็สามารถได้รับความเข้าใจและเกิดผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานได้เป็นอย่างดีหากงานวิปัสสนากรรมฐานได้รับการเอาใจใส่ดูแล (ในฐานะเป็นงานสำคัญจำเป็น) จากทุกคน ทุกฝ่าย ทุกองค์กร ทุกสถาบัน ช่วยกันนำพาการปฏิบัติอย่างเข้าถึงแก่นของสติปัญญา ไม่ว่าจะปฏิบัติด้วยรูปแบบใดๆ ก็ตาม พระพุทธศาสนาในประเทศไทยคงจะรวมสายใยแห่งวิปัสสนา-กรรมฐานให้เป็นหนึ่งเดียวที่เข้มแข็ง ตั้งอยู่บนเส้นทางสายเอกสายเดียวกัน มีจุดหมายตรงกัน และผลลัพธ์ก็เป็นเช่นเดียวกัน เมื่อนั้นย่อมนำมาซึ่งความเจริญสู่พระพุทธศาสนา และต่อประเทศชาติของเราอย่างแน่นอน

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

ด้วยความรักเคารพเทิดทูนในพระรัตนตรัยอย่างสูง ผู้วิจัยจึงมีความเห็นว่าการเผยแพร่งานวิจัยปัสสนากรรมฐานที่ถูกต้อง เป็นการทำสิ่งอันควรบูชาอย่างยิ่ง นั่นคือ “การปฏิบัติบูชา” ให้ไปสู่ผองชนมากที่สุด ดังที่พระพุทธองค์ตรัสสรรเสริญพระตีสสเถระกับภิกษุจำนวน 700 รูปว่า “ภิกษุทั้งหลาย ผู้ใดมีความรักในเรา ผู้นั้นพึงเจริญวิปัสสนากรรมฐานเช่นกับพระตีสสเถระนี้เถิด เพราะชนทั้งหลายทำการบูชาด้วยของหอมและมาลาเป็นต้น ก็ยังไม่ชื่อว่าได้บูชาเราอย่างแท้จริง ส่วนหมู่ชนผู้ปฏิบัติธรรมอันสมควรแก่ธรรมคือเจริญกรรมฐานสมควรแก่มรรคผล นิพพาน จึงชื่อว่าได้บูชาเราอย่างแท้จริงดังนี้”

ดังนั้น จึงขอแนะนำเสนอแนะในการทำวิจัย ดังต่อไปนี้

- 2.1 ควรมีการวิจัยเรื่องการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานที่เหมาะสมกับจริตต่างๆ
- 2.2 ควรมีการวิจัยเรื่อง วิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานที่เหมาะสมตามวัยของผู้ปฏิบัติ เพื่อส่งเสริมให้ใช้เป็นหลักสูตรในหน่วยงานต่างๆ
- 2.3 ควรมีการวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้รูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานไปใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อประโยชน์อย่างยิ่งแก่ทุกๆ คนในสังคม
- 2.4 ควรมีการขยายผลการวิจัยเรื่องการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานแบบผสมผสานไปใช้ในการทดลองจัดอบรมให้หน่วยงาน องค์กร และสถาบันต่างๆ ให้เกิดประโยชน์ในวงกว้างต่อไป

6. บรรณานุกรม

- จุฑามาศ วาริแสงทิพย์. (2553). *การศึกษาพัฒนาการของวิปัสสนากรรมฐานในประเทศไทย*. สารนิพนธ์พุทธศาสตรดุษฎีบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- นที จิตสว่าง. “ผู้ต้องขังหญิง”. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.gotonow.org/posts/tags/ผู้ต้องขังหญิง>. [12 มิ.ย. 2558].
- มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. (2539). *พระไตรปิฎกภาษาไทย*. ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วริยา ชินวรรณ และคณะ. *วิวัฒนาการการตีความคำสอนเรื่องสมาธิในพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาทในประเทศไทย*, [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.abhidhamonline.org/thesis/overall.htm> [1 มิถุนายน 2558]
- สืบวงศ์ พิทักษ์ธรรม. (2545). *แนวทางการควบคุมและการพัฒนาพฤติกรรมผู้ต้องขังคดีความมั่นคง*. สารนิพนธ์ปริญญารัฐประศาสนศาสตร. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

7. คำขอบคุณ

รายงานการวิจัยฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความอนุเคราะห์จากผู้เกี่ยวข้องหลายฝ่าย ซึ่งเป็นทั้งแรงผลักดัน ให้กำลังใจ ช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาและแนะนำให้แก่ผู้วิจัยเป็นอย่างดี โอกาสนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณคณาจารย์ เจ้าหน้าที่มหาวิทยาลัยทุกท่าน และขอขอบคุณผู้ที่ตอบแบบสอบถามทุกท่าน ที่ทำให้ผู้วิจัยสามารถดำเนินการงานวิจัยจนสำเร็จสมบูรณ์ไปด้วยดีทุกประการ