

ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญาฐานกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่าง
มีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ

สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE PERCEPTION OF
THE FOUR FOUNDATIONS OF MINDFULNESS AND THE
MINDFULNESS IN DAILY-LIFE LIVING OF STUDENTS IN
MEDITATION COURSES OF 69TH WILL – POWER INSTITUTE WAT
SRISUTTHAWAT, THE ROYAL MONASTERY,
LOEI PROVINCE**

พระวิสันต์ ปสนนจิตโต (ปานเพชร)¹

¹นักศึกษาลัทธิธรรมศาสตร์มหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์เลย

Pra Wison Pasonnjitto¹

¹Student's Master of Educational

Mahachulalongkorn Buddhist University, Loei Religious College

Corresponding Author E-mail: Teeradej.luna@gmail.com

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์ คือ (1) เพื่อศึกษาการรับรู้เรื่องสติปัญญาฐานของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ (2) เพื่อศึกษาระดับกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ (3) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญาฐานกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย ประชากร ที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ได้แก่ ผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย จำนวนทั้งหมด 122 รูป/คน ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง (Sample size) โดยใช้ตารางสำเร็จรูปคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่าง R.V.Krejcie และ D.W.Morgan และได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 97 รูป/คน ผู้วิจัยได้ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Sampling) ด้วยการจับสลาก เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติเพื่อการวิจัยสถิติที่ใช้ ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของ Pearson

ผลการวิจัยพบว่า (1) การรับรู้เรื่องสติปัญญาฐานของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลยโดยภาพรวมและรายด้านอยู่ในระดับมาก (2) การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลยโดยภาพรวมและรายด้านทุกด้านอยู่ในระดับดี

และ (3) การรับรู้เรื่องสติปัญญาเกี่ยวกับการการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลยมีความสัมพันธ์กันทางบวก อยู่ในระดับสูงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ: วิปัสสนากรรมฐาน; การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติ;

Abstract

The purposes of this research were to (1) study the perception of the four foundations of mindfulness, (2) study the mindfulness in daily – life living of student in meditation courses of 69th Will Power Institute at Wat Srisutthawat, the royal monastery, Loei Province. And (3) study the relationship between the perception of the four foundations of mindfulness and the mindfulness in daily – life living of student in ,editation courses of 69th Will Power Institute at Wat Srisutthawat, the royal monastery, Loei Province. The samples were 97 of student in meditation courses of 69th Will Power Institute at Wat Srisutthawat, the royal monastery, Loei Province. Selected by simple random sampling. The tool used in this process was a questionnaire. The statistics used to analyzed the data were: Frequency, Percentage, Mean, Standard Deviation, and the Pearson correlation coefficient.

Research finding found

(1) the perception of the four foundations of mindfulness overall and individual aspects are at a high level. (2) the mindfulness in daily – life living of student in meditation courses of 69th Will Power Institute at Wat Srisutthawat, the royal monastery, Loei Province, overall and individual aspects are at a high level, and (3) the perception of the four foundations of mindfulness and the mindfulness in daily – life living of student in meditation courses of 69th Will Power Institute at Wat Srisutthawat, the royal monastery, Loei Province have a positive relationship at the .01.

Keywords: Four Foundations of Mindfulness; Mindfulness in Daily – Life;

บทนำ

การเข้าถึงพระพุทธศาสนา ตามหลักคำสอนต้องประกอบด้วย หลักปรีชาปฏิบัติ ปฏิบัติและปฏิเวธ หากเรียนแต่ปรีชาอย่างเดียว ไม่นำมาปฏิบัติก็เป็นเพียงความจำเท่านั้น มิได้ปัญญาที่แท้จริง ปัญญาเป็นความรู้ในธรรมที่ควรรู้ คนทุกคนต้องอาศัยปัญญา เป็นเหมือนแสงสว่างส่องทางในการดำเนินชีวิตและรอบรู้จนมีความบริสุทธิ์ทั้งทางกาย วาจา และจิตเป็นบุคคลที่เจริญจริง ๆ การปฏิบัติก็มีพื้นฐานหรือภาวนา เพื่อจะทำให้จิตเป็นสมาธิ ได้ปฏิบัติสืบเนื่องกันมาเป็นเวลานาน ในประเพณีการปฏิบัติธรรมทางพระพุทธศาสนาฝ่ายเถรวาท หรือใช้อยู่ในประเทศไทยนั้นอาจกล่าวได้ว่า ได้มีมานานตั้งแต่พระพุทธศาสนาเข้ามาสู่ประเทศไทย (วรรณพร ฮอฟมันน์, 2562: 1 – 2)

สติปัญญา คือ หรือการตั้งสติ กำหนดพิจารณาสิ่งทั้งหลายให้รู้เห็นเท่าทันตามความเป็นจริง การมีสติกำกับดูสิ่งต่าง ๆ และความเป็นไปทั้งหลาย โดยรู้เท่าทันตามสภาวะของมัน ไม่ถูกครอบงำด้วยความยินดียินร้าย ที่ทำให้มองเห็นเพี้ยนไปตามอำนาจกิเลสมี 4 อย่างคือ 1) กายานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดพิจารณากาย การมีสติกำกับดูรู้เท่าทันกายและเรื่องทางกาย 2) เวทนานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดพิจารณาเวทนา หรือการมีสติกำกับดูรู้เท่าทันเวทนา 3) จิตตานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิต หรือการมีสติกำกับดูรู้เท่าทันจิต หรือสภาพและอาการของจิต 4) ธัมมานุปัสสนา การตั้งสติกำหนดพิจารณาธรรมหรือการมีสติกำกับดูรู้เท่าทันธรรมเรียกสั้น ๆ ว่า กาย เวทนา จิต ธรรม (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต), 2539: 294 - 297) การเจริญสติในชีวิตประจำวัน ใช้สติพิจารณากำหนดรู้ความเป็นไปของรูปนามที่เป็นปรมาตถ์ทุกขณะว่า ปัจจุบันเราทำอะไรอยู่ เราคิดอย่างไร รู้สึกอย่างไร มีสภาวะธรรมอย่างใดเกิดขึ้น โดยกำหนดรู้อาการและสภาวะธรรมที่เป็นปัจจุบันเท่านั้นไม่กำหนดรู้อาการหรือสภาวะธรรมที่เป็นอดีตหรืออนาคต ถ้าปล่อยให้จิตไปติดอยู่กับอาการหรือสภาวะธรรมที่เป็นอดีตหรืออนาคต ก็คือขาดสติ การกำหนดรู้ทุกขณะไม่ปล่อย จะทำให้ศีลบริสุทธิ์ เมื่อศีลบริสุทธิ์แล้ว ก็จะเป็นปัจจัยให้สมาธิแก่กล้า เมื่อสมาธิแก่กล้าแล้ว ก็จะเป็นปัจจัยให้ปัญญาผ่องใส นำไปสู่การทำให้แจ้งซึ่งมรรคผล นิพพาน โดยการเจริญสติปัญญาให้ก้าวหน้าขึ้น จำเป็นต้องอาศัยความบริสุทธิ์แห่งศีลเป็นสำคัญ ความที่มีสติระวังกำหนดรู้รูปนาม ไม่ปล่อย คือทำให้ศีลบริสุทธิ์นั่นเอง (พระเจริญ อคควิริโย (เกษมวิริยะเลิศ), 2555: 1 - 2)

สถาบันพลังจิตตานุภาพได้มีการสอนการทำสมาธิตามแนวทางการปฏิบัติของสมเด็จพระญาณวชิโรดม (หลวงพ่อดาวรุ่ง สิริธโร) เพื่อเป็นการพัฒนาตนเองทางด้านกาย จิตใจ อารมณ์ ให้มีสติปัญญา รู้ตัวอยู่ตลอดเวลา เพื่อไม่ให้ทำสิ่งที่ผิด ซึ่งมีหลักสูตรการปฏิบัติ 2 รูปแบบ และแบบที่หนึ่งคือ “หลักสูตรทั่วไป” คือหลักสูตรครูสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพได้มาเปิดการเรียนการสอนในจังหวัดเลย ณ วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย เป็นสาขาที่ 69 ตั้งแต่ปี 2556 เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน

ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญากับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิหิตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการรับรู้เรื่องสติปัญญาของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย
2. เพื่อศึกษากับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญากับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

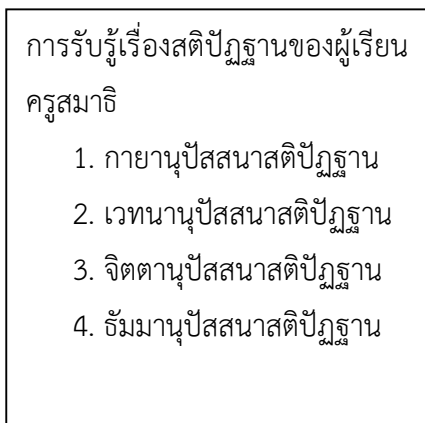
สมมติฐานการวิจัย

การรับรู้เรื่องสติปัญญา มีความสัมพันธ์กับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

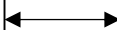
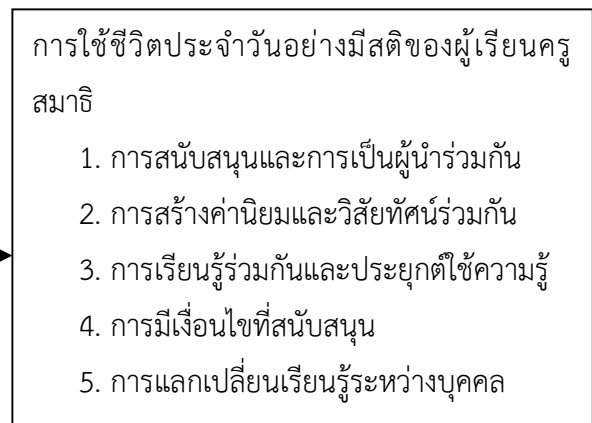
กรอบแนวคิดของการวิจัย

จากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในการศึกษาวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญากับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิสถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้กรอบแนวคิด ดังนี้

ตัวแปรที่ 1



ตัวแปรที่ 2



รูปภาพที่ 1 กรอบแนวคิดของการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

ในการวิจัย เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญากับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (quantitative research) โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย จำนวนทั้งหมด 122 รูป/คน

กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง (Sample size) โดยใช้ตาราง ตามตารางสำเร็จรูปคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่าง R.V.Krejcie และ D.W.Morgan และได้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 97 รูป/คน ผู้วิจัยได้ทำการสุ่มอย่างง่าย (Simple Sampling) ด้วยการจับสลาก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นจากการศึกษา แนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยได้นำมาบางส่วนจากแบบสอบถามของผู้วิจัยท่านอื่น ๆ มาดัดแปลงเพื่อให้เหมาะสม แบบสอบถามมีเนื้อหาประกอบด้วย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ อาชีพ และประสบการณ์การฝึกกรรมฐาน เป็นแบบตรวจสอบรายการ (Check List)

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้เรื่องสติปัญญาของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย ซึ่งแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ของลิเคอร์ท (Likert) โดยแบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด แปลผลข้อมูลตามเกณฑ์ ดังนี้

- | | |
|---|--|
| 5 | หมายถึง มีการรับรู้เรื่องสติปัญญาอยู่ในระดับมากที่สุด |
| 4 | หมายถึง มีการรับรู้เรื่องสติปัญญาอยู่ในระดับมาก |
| 3 | หมายถึง มีการรับรู้เรื่องสติปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง |
| 2 | หมายถึง มีการรับรู้เรื่องสติปัญญาอยู่ในระดับน้อย |
| 1 | หมายถึง มีการรับรู้เรื่องสติปัญญาอยู่ในระดับน้อยที่สุด |

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย ซึ่งแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating scale) ของลิเคอร์ท (Likert) โดยแบ่งออกเป็น 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด แปลผลข้อมูลตามเกณฑ์ ดังนี้

- 5 หมายถึง มีการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติอยู่ในระดับดีที่สุด
- 4 หมายถึง มีการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติอยู่ในระดับดี
- 3 หมายถึง มีการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติอยู่ในระดับปานกลาง
- 2 หมายถึง มีการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติอยู่ในระดับพอใช้
- 1 หมายถึง มีการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติอยู่ในระดับต้องปรับปรุง

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษานี้ ผู้วิจัยจะนำข้อมูลไปวิเคราะห์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปซึ่งมีการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้ค่าความถี่ ร้อยละ
2. วิเคราะห์ข้อมูลการรับรู้เรื่องสติปัญญาพื้นฐานของผู้เรียนครูสมาธิ และการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย เพื่อหาค่าเฉลี่ยเพื่อหาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทำการแปลความหมายของค่าเฉลี่ยโดยยึดเกณฑ์ ดังนี้ (วนิดา วาตีเจริญ, รั้งสรรค์ เลิศในสัตย์, และสมบัติ ทิมทรัพย์, 2560: 315)

ค่าเฉลี่ย 4.50 – 5.00 กำหนดให้อยู่ในเกณฑ์มากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 3.50 – 4.49 กำหนดให้อยู่ในเกณฑ์ดีมาก

ค่าเฉลี่ย 2.50 – 3.49 กำหนดให้อยู่ในเกณฑ์ปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.50 – 2.49 กำหนดให้อยู่ในเกณฑ์น้อย

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.49 กำหนดให้อยู่ในเกณฑ์น้อยที่สุด

3. วิเคราะห์หาค่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญาพื้นฐานกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย ใช้การหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson' product moment correlation coefficient) โดยใช้เกณฑ์การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) ดังนี้ (จักรกฤษณ์ โปตาพล และสุพรรณิ บุญหนัก, 2563: 215)

ค่า r อยู่ในช่วง 0.70 - 0.10 หมายความว่า มีความสัมพันธ์ระดับสูง

ค่า r อยู่ในช่วง 0.30 - 0.69 หมายความว่า มีความสัมพันธ์ระดับปานกลาง

ค่า r อยู่ในช่วง 0.01 - 0.29 หมายความว่า มีความสัมพันธ์ระดับต่ำ

ค่า r มีค่าเป็นบวก (+) หมายความว่า ตัวแปรมีความสัมพันธ์กันในทางบวก

ค่า r มีค่าเป็นบวก (-) หมายความว่า ตัวแปรมีความสัมพันธ์กันในทางลบ

ค่า r มีค่าเป็นบวก 0 หมายความว่า ตัวแปรไม่มีความสัมพันธ์กัน

ผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญากับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย สามารถสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1. การรับรู้เรื่องสติปัญญาของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

ตารางที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกี่ยวกับการรับรู้เรื่องสติปัญญาของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลยโดยภาพรวม

การรับรู้เรื่องสติปัญญาของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ	\bar{X}	S.D.	แปลผล
1. กายานุปัสสนาสติปัญญา	3.97	0.80	มาก
2. เวทนานุปัสสนาสติปัญญา	4.05	0.75	มาก
3. จิตตานุุปัสสนาสติปัญญา	3.55	0.81	มาก
4. ธัมมานุปัสสนาสติปัญญา	3.30	0.89	ปานกลาง
รวม	3.72	0.80	มาก

จากตารางที่ 1 พบว่า การรับรู้เรื่องสติปัญญาของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลยโดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=3.72$, S.D. = 0.80) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าอยู่ในระดับมาก 3 ด้าน สามารถเรียงจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ ด้านเวทนานุปัสสนาสติปัญญา ($\bar{X} = 4.05$, S.D. = 0.75) ด้านกายานุปัสสนาสติปัญญา ($\bar{X}=3.97$, S.D. = 0.80) ด้านจิตตานุุปัสสนาสติปัญญา ($\bar{X} = 3.55$, S.D. = 0.81) และด้านธัมมานุปัสสนาสติปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}= 3.30$, S.D. = 0.89)

2. การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เกี่ยวกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย โดยรวม

การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ	\bar{X}	S.D.	แปลผล
1. ด้านสังคม	4.15	0.74	ดี

การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียน ครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ	\bar{X}	S.D.	แปลผล
2. ด้านการทำงาน	3.85	0.89	ดี
3. ด้านการใช้ชีวิตส่วนตัว	4.05	0.80	ดี
รวม	4.02	0.89	ดี

จากตารางที่ 2 พบว่า การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย โดยรวม อยู่ในระดับมาก (\bar{X} = 4.02, S.D. = 0.89) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าอยู่ในระดับมากทุกด้าน สามารถเรียงจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ ด้านสังคม (\bar{X} = 4.15, S.D. = 0.74) ด้านการใช้ชีวิตส่วนตัว (\bar{X} = 4.05, S.D. = 0.80) และด้านการทำงาน (\bar{X} = 3.85, S.D. = 0.89) ตามลำดับ

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญาฐานกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

ตารางที่ 3 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญาฐานกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย โดยรวม

ตัวแปร	X1	X2	X3	X4	Y1	Y2	Y3	X	Y
X1	1.00	.683**	.609**	.592**	.586**	.535**	.658**	.852**	.493**
X2		1.00	.650**	.658**	.554**	.630**	.686**	.695**	.626**
X3			1.00	.632**	.672**	.663**	.730**	.884**	.564**
X4				1.00	.658**	.681**	.657**	.678**	.848**
Y1					1.00	.739**	.585**	.642**	.579**
Y2						1.00	.681**	.636**	.655**
Y3							1.00	.689**	.651**
X								1.00	.822**
Y									1.00

** มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญที่สถิติ ที่ระดับ .01

จากตารางที่ 3 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญาฐานของผู้เรียนครูสมาธิ (X) กับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัด

ศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย (Y) ในภาพรวม มีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าความสัมพันธ์กันในทางบวกหรือมีความสัมพันธ์ ในระดับสูง

การอภิปรายผลการวิจัย

จากการวิจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการเรียนรู้เรื่องสติปัฏฐานกับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย มีประเด็นสำคัญที่ควรนำมาอภิปรายผล ดังนี้

1. การเรียนรู้เรื่องสติปัฏฐานของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าอยู่ในระดับมาก 3 ด้าน สามารถเรียงจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ ด้านเวหนานุปัสสนาสติปัฏฐาน ด้านกายานุปัสสนาสติปัฏฐาน ด้านจิตตานุุปัสสนาสติปัฏฐาน และด้านธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย ทำความเข้าใจเกี่ยวกับเนื้อหาหมวดกายานุปัสสนา หมวดเวหนานุปัสสนาได้ง่ายและเข้าใจมากกว่าจากการเห็นภาพในมโนทัศน์ในขณะที่เรียนได้ชัดเจน ในขณะที่หมวดจิตตานุุปัสสนา และหมวดธัมมานุปัสสนาเป็นหมวดที่ต้องอาศัยระยะเวลาในการศึกษาทำความเข้าใจ ตลอดจนทักษะในการปฏิบัติ สอดคล้องกับ พระเจริญ อคควิริโย (เกษมวิริยะเลิศ) (2555: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการรับรู้เรื่องสติปัฏฐาน 4 ของอุบาสก-อุบาสิกา วัดพิชยญาติการาม กรุงเทพมหานคร พบว่า ระดับความเข้าใจเกี่ยวกับหลักปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 ของอุบาสก อุบาสิกา ในหมวดกายานุปัสสนา หมวดเวหนานุปัสสนา หมวดจิตตานุุปัสสนา และหมวดธัมมานุปัสสนา โดยภาพรวมของความเข้าใจในหลักปฏิบัติสติปัฏฐาน 4 อยู่ในระดับดีเมื่อพิจารณาหมวดเวหนานุปัสสนาและหมวดกายานุปัสสนา พบว่าอยู่ในระดับดี ส่วนหมวดจิตตานุุปัสสนา และหมวดธัมมานุปัสสนาพบว่าอยู่ในระดับปานกลาง

2. การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าอยู่ในระดับมากทุกด้าน สามารถเรียงจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ ด้านสังคม ด้านการใช้ชีวิตส่วนตัว และด้านการทำงาน ตามลำดับ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าการมาเรียนสมาธิทำให้จิตใจผ่อนคลาย สงบ เยือกเย็น ปลอดภัย เบา สบาย มีความจำ และสติปัญญาดีขึ้น คิดอะไรได้รวดเร็วขึ้นและถูกต้อง ทำให้มีความอดทนต่อเหตุการณ์ที่ลดความโกรธลงได้สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับคนอื่น ๆ ได้ดี สอดคล้องวรรณพร ฮอพนันน์ (2562: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาผลสัมฤทธิ์วิธีการสอนครูสมาธิของสถาบันพลังจิตตานุภาพวัดมหาธาตุ อำเภอมือง จังหวัดนครพนม เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของนักศึกษาสถาบันพลังจิตตานุภาพวัดมหาธาตุ อำเภอมือง จังหวัดนครพนม พบว่า มีประสิทธิภาพสูงอย่างดียิ่ง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้เรียนในด้านต่าง ๆ คือ ด้านจิตใจ ด้านร่างกาย ด้านครอบครัว ด้านเศรษฐกิจ และด้านสังคม เช่น ด้านจิตใจ

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญาของผู้เรียนครูสมาธิ (X) กับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย (Y) ในภาพรวม มีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยมีค่าความสัมพันธ์กันในทางบวกหรือมีความสัมพันธ์ ในระดับสูง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าวิธีการสอนครูสมาธิของสถาบันพลังจิตตานุภาพ หลักสูตรครูสมาธิมีการสอนเป็นอย่างดีเป็นระบบ สอดคล้องกับ สอดคล้องวรรณพร ฮอพนันน์ (2562: บทคัดย่อ) กล่าวว่า หลักสูตรครูสมาธิเป็นการเรียนตามแนวคำสอนของพระอาจารย์ หลวงพ่อวิริยงค์ สิริธโร โดยมีตำราเรียน 3 เล่ม ทั้งภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เล่มที่ 1 ปูพื้นฐานสมาธิเบื้องต้น เล่มที่ 2 เนื้อหาเกี่ยวกับ สมาธิ ฌาน ญาณ เล่มที่ 3 เป็นการเปรียบเทียบสมณะกับวิปัสสนา นอกจากนี้เรียนภาคทฤษฎีแล้ว ยังกำหนดภาคปฏิบัติการฝึกภาคนามเดินธุดงค์ ณ ดอยอินทนนท์ จังหวัดเชียงใหม่ จึงจะจบหลักสูตร ใช้เวลาในการเรียน 6 เดือน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เรื่องสติปัญญากับการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากผลการวิจัย สามารถนำข้อเสนอแนะทางนโยบายได้ดังนี้

1. สถาบันพลังจิตตานุภาพควรมีการสอนพัฒนาการรับรู้เกี่ยวกับจิตตานุปัสสนาสติปัญญา และธัมมานุปัสสนาสติปัญญาต่อความเข้าใจของผู้เรียนมากขึ้น ควรเน้นให้เกิดความต่อเนื่องในการเรียนรู้ทุกระดับตั้งแต่กายานุปัสสนาสติปัญญา เวทนานุปัสสนาสติปัญญา จิตตานุปัสสนาสติปัญญา และ ธัมมานุปัสสนาสติปัญญา

2. ควรมีการพัฒนาการมีสติทุกขณะจิต โดยการนำการปฏิบัติที่หลากหลายรูปแบบ ควรมีการต่อยอดนำประสบการณ์ในชีวิตประจำวันมีพูดคุยกันระหว่างผู้เรียน

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

1. ควรมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

2. ควรมีการศึกษาเชิงพื้นที่เกี่ยวกับการพัฒนาการใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย

องค์ความรู้ที่ได้

1. การรับรู้เรื่องสติปัญญาของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าอยู่ในระดับมาก 3 ด้าน สามารถเรียงจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ ด้านเวทมนานุสสนาสติปัญญา ด้านกายานุสสนาสติปัญญา ด้านจิตตานุสสนาสติปัญญา และด้านธัมมานุสสนาสติปัญญาอยู่ในระดับปานกลาง

2. การใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีสติของผู้เรียนครูสมาธิหลักสูตรวิทันตสาสมาธิ สถาบันพลังจิตตานุภาพ สาขาที่ 69 วัดศรีสุทธาวาส พระอารามหลวง จังหวัดเลย โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าอยู่ในระดับมากทุกด้าน สามารถเรียงจากมากไปหาน้อยได้ ดังนี้ ด้านสังคม ด้านการใช้ชีวิตส่วนตัว และด้านการทำงาน ตามลำดับ

เอกสารอ้างอิง

- จักรกฤษณ์ โปตาพล และสุพรรณิ บุญหนัก. (2563). *สถิติเพื่อการวิจัยและการใช้โปรแกรม SPSS ในการวิจัย*. เลย: สำรวยก้อปปี บ้านใหม่.
- พระเจริญ อคควิริโย (เกษม วิริยะเลิศ). (2555). *ศึกษาการรับรู้เรื่องสติปัญญา 4 ของอุบาสก-อุบาสิกา วัดพิชยญาติการาม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต (วิปัสสนาภาวนา)*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต). (2539). *พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์, พิมพ์ครั้งที่ 10*, กรุงเทพมหานคร: บริษัท สหธรรมิก จำกัด.
- วรรณพร ฮอพนันน์. (2562). *ศึกษาผลสัมฤทธิ์วิธีการสอนครูสมาธิ เพื่อนำไปใช้ในชีวิตประจำวันของสถาบันพลังจิตตานุภาพวัดมหาธาตุ อำเภอมือง จังหวัดนครพนม. วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต (พระพุทธศาสนา)*. บัณฑิตวิทยาลัย: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- วนิดา วาตีเจริญ, รังสรรค์ เลิศในสัตย์, และสมบัติ ทีฆทรัพย์. (2560). *ระเบียบวิธีวิจัยจากแนวคิดทฤษฎีสู่ภาคปฏิบัติ*. กรุงเทพฯ: บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน).