

การเปรียบเทียบรูปแบบ และวิถีการปฏิบัติภาวนาของ พุทธศาสนิกชนในกรุงเทพฯ

รุ่งทิพย์ เลิศนัทสน์

Email: Scott.a@live.jp

บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบรูปแบบและวิธีการปฏิบัติภาวนาของพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพมหานครจากวิธีการปฏิบัติภาวนาทั้ง 5 สายปฏิบัติ การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม จำนวน 400 คน ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างโดยการกำหนดสัดส่วน

ผลการศึกษาพบว่า พุทธศาสนิกชนจากวิธีการปฏิบัติภาวนาทั้ง 5 สายปฏิบัติ ได้แก่ 1) พุทธศาสนาตามประเพณี 2) สายปฏิบัติกรรมฐานแนวสติปัฏฐานสี่ 3) สายปฏิบัติวิชาวจรรมกาย 4) ขบวนการพุทธใหม่ 5) สายปฏิบัติธรรมตามหลัก อานาปานสติ มีรูปแบบ และวิธีการปฏิบัติภาวนาที่แตกต่างกัน พบว่า พุทธศาสนิกชนจากสายปฏิบัติธรรมตามหลัก อานาปานสติมีการปฏิบัติภาวนามากที่สุด แตกต่างจากสายปฏิบัติแบบพุทธศาสนาตามประเพณี ที่มีการปฏิบัติภาวนาน้อยที่สุด ส่วนอีก 3 สายปฏิบัติมีการปฏิบัติที่คล้ายกัน โดยส่วนมากพุทธศาสนิกชนมีการปฏิบัติภาวนาเพียงแค่ ไหว้พระ สวดมนต์ และนั่งสมาธิเพียงเท่านั้น และนับว่าเป็นส่วนน้อยมากที่ปฏิบัติ สะท้อนให้เห็นว่าพุทธศาสนิกชนใน กรุงเทพมหานครส่วนใหญ่ไม่ได้เห็นความสำคัญของการปฏิบัติภาวนาเท่ากับการทำทานหรือรักษาศีล และความแตกต่างระหว่างวิธีการปฏิบัติภาวนาทั้ง 5 สายปฏิบัติ ทำให้รูปแบบและการปฏิบัติภาวนาของพุทธศาสนิกชนใน กรุงเทพมหานครมีความแตกต่างกัน

คำสำคัญ: ภาวนา, คนเมือง, พุทธศาสนิกชน

The Comparison of Forms and Ways of Meditations of Buddhists in Bangkok

Rungtip Lertnithus

Email: Scott.a@live.jp

Abstract

The purpose of this research is to compare forms and ways of meditation practices among Buddhists in Bangkok from 5 types of Buddhists practices. This quantitative research, using the quota sampling technique, is based on a questionnaire of 400 people.

The study shows that, 5 types of Buddhist meditation practices are 1) Traditional Buddhist 2) The Four Foundations of Mindfulness (Satipatthana) 3) Dhammakaya 4) Neo – Buddhist Movements, and 5) Mindfulness on Breathing (Anapanasti). These 5 types have different forms and ways of practicing meditation. The result shows that the majority of the sample population practices Mindfulness on Breathing. Traditional Buddhists have the least number of practitioners, while the other 3 types share similar weights.

The study also shows that while many people go to temples to pay respect to Buddha, pray and practice simple meditation, very few people actually perform meditation on a daily basis. This reveals that the most of the Buddhists in Bangkok do not realize the importance of practicing meditation as much as giving alms and following the precepts. And the varieties of between 5 types of meditation practices differentiate the forms and ways of meditations of Buddhists in Bangkok.

Keywords: Meditation, Metropolis, Buddhists

บทนำ

กรุงเทพมหานครในปัจจุบันกลายเป็นแหล่งรวมทางเศรษฐกิจ ส่งผลให้มีการย้ายถิ่นฐานเข้ามาของคนชนบท จึงทำให้กรุงเทพมหานครมีประชาชนอาศัยอยู่เป็นจำนวนมาก ซึ่งการเติบโตขนาดที่วันนี้เกิดควบคู่ไปกับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตความเป็นอยู่ของประชากรเมือง นอกจากนี้ยังเห็นคุณค่าทางวัตถุเป็นสำคัญมากกว่าคุณค่าทางจิตใจ สังคมยุคใหม่ตกอยู่ในระบบทุนนิยม ซึ่งทำให้เกิดกิเลส เกิดความอยากได้อย่างไม่มีที่สิ้นสุด เชื่อว่ายังมีมากยิ่งขึ้นจะทำให้มีความสุขมาก เช่นเดียวกับความเชื่อในเรื่องของการทำบุญ ความเชื่อที่ว่าทำมากก็จะได้บุญมาก หรือทำบุญเพื่อหวังผลตอบแทนมากขึ้น เช่นหวังรวย หวังมีโชคลาภทั้งในด้านการเรียน การงาน ความรัก เป็นต้น หากแต่ตามหลักพระพุทธศาสนาไม่ได้สอนให้ยึดติดเช่นนั้น

พุทธศาสนิกชนต่างก็อยากจะทำบุญเพื่อที่จะส่งผลให้การดำเนินชีวิตของตนเองดีขึ้น มีความปลอดภัยทั้งทางกายและทางจิตใจ มีความสุข ความมั่นคง และประสบผลสำเร็จในชีวิต ซึ่งบุญตามหลักพระพุทธศาสนานั้น ได้แก่ 1) การให้ทานเพื่อละความอยากมีอยากได้ 2) การรักษาศีล ประพฤติและปฏิบัติดี 3) ภาวนาคือการทำสมาธิให้บริสุทธิ์สะอาด ชำระความลุ่มหลงให้หมดไป ทว่าในปัจจุบันนี้การทำบุญมีหลากหลายรูปแบบ มีความเชื่อที่แตกต่างกัน เพราะสภาพสังคมเมืองในปัจจุบันนี้ที่มีการเปลี่ยนแปลงและมีการพัฒนาให้เติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว จึงทำให้การทำบุญมีรูปแบบที่แปลกใหม่เกิดขึ้นตามมา แต่เมื่อก้าวถึงการทำบุญ พุทธศาสนิกชนส่วนใหญ่ก็จะมุ่งเน้นไปที่การทำทาน และการรักษาศีล เพราะสามารถทำได้ง่ายแม้จะถูกจำกัดด้วยสิ่งแวดล้อมของความเป็นสังคมเมืองที่บีบบังคับ ยกตัวอย่างเช่นการใส่บาตร การบริจาคเงินและสิ่งของแก่วัด มูลนิธิ หรือสถานสงเคราะห์ต่างๆ ที่สามารถทำที่ไหนเมื่อไหร่ก็ได้แล้วแต่ความสะดวก นอกจากนี้การรักษาศีลยังเป็นหลักการทำบุญขั้นพื้นฐานในชีวิตประจำวัน แตกต่างจากการปฏิบัติภาวนาที่น้อยคนนักจะให้ความสนใจ โดยเฉพาะกลุ่มคนในสังคมเมืองเช่นนี้

นอกจากสภาพทางสังคมที่ทำให้การทำบุญมีลักษณะที่แตกต่างกันแล้ว ความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมเชิงพุทธ ความเชื่อ ความศรัทธา ทางศาสนารวมถึงวิธีการปฏิบัติต่างๆ ก็มีส่วนเกี่ยวข้องที่ทำให้รูปแบบ และวิธีการปฏิบัติภาวนามีความแตกต่างกัน ได้แก่ ความเชื่อในเรื่องของบาป-บุญ คุณ-โทษ การเข้าวัดที่ชื่นชอบ หรือความศรัทธาในตัวเกจิอาจารย์และหลักคำสอน คือ 1) การทำบุญแบบพุทธศาสนาตามประเพณี 2) การปฏิบัติกรรมฐานแนวสติปัฏฐานสี่ 3) ปฏิบัติวิชชาธรรมกาย 4) ขบวนการพุทธใหม่ ที่มีการถ่ายทอดหลักธรรมผ่านการสื่อสารทางสังคม หรือมุ่งเน้นการสนับสนุนการศึกษา 5) ปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ ซึ่งขียนิยามรูปแบบ ความเชื่อ และวิธีการปฏิบัติทั้ง 5 สาย ปฏิบัติว่า “ปัจจัยพื้นฐานเชิงพุทธ” เมื่อประชากรในสังคมมีความเชื่อและความชื่นชอบที่แตกต่างกัน ก็อาจส่งผลให้รูปแบบ วิธีการปฏิบัติภาวนาแตกต่างกันได้ เรียกได้ว่าคนในเมืองส่วนมากยังมีการปฏิบัติภาวนาอยู่น้อย ในขณะที่เดียวกันก็ยังไม่รู้ถึงวัตถุประสงค์ของการภาวนาที่ถูกต้อง ทำให้ผู้คนเริ่มที่จะห่างไกลจากหลักคำสอนที่แท้จริงมากขึ้นและเป็นปัญหาที่ตามมา ส่งผลกระทบบย้อนกลับมาถึงการอยู่ร่วมกันในสังคมที่ยึดถือในสิ่งที่ปิดเป็นไป

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษารูปแบบ และวิถีปฏิบัติภาวนาของพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพมหานครว่ามีรูปแบบอย่างไรบ้าง โดยเปรียบเทียบจากสายปฏิบัติทั้ง 5 สาย เพื่อใช้ในการจัดทำข้อเสนอแนะให้พุทธศาสนิกชนเข้าใจถึงการทำบุญที่สอดคล้องกับหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนา

แนวความคิดพื้นฐานว่าด้วยเรื่องบุญตามหลักศาสนาพุทธ

คำว่าบุญ หากแปลตามศัพท์หมายถึง ขำระ ฟอก ล้าง (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, 2557) หรืออีกความหมายหนึ่ง แปลว่า เครื่องฟูใจ (พระพุทธทาสภิกขุ, 2551) ซึ่งสามารถแบ่งออกได้เป็นบุญส่วนเหตุ ได้แก่ ความดีต่างๆ เรียกว่าเป็นบุญ เพราะเป็นเครื่องขำระล้างฟอกความชั่ว ส่วนบุญที่เป็นผล คือความสุข ดังนั้น บุญที่เป็นส่วนเหตุ คือความดีจากการกระทำ เรียกว่า บุญกิริยา ต้องมีวัตถุ คือสิ่งที่เป็นตั้ง หรือ

เรื่องของการกระทำที่เรียกว่าบุญกิริยาวัตถุ แปลว่า สิ่งเป็นที่ตั้งแห่งการกระทำ บุญ หรือเรื่องแห่งการทำบุญ ทางพระพุทธศาสนาแสดงไว้โดยย่อ 3 อย่าง ได้แก่

ทาน หรือ ทานมัย

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ (ประยูรค์ ปยุตโต, 2538) ได้ให้ความหมายของคำว่าทานไว้ว่า “การให้ สิ่งที่ให้ ให้ของที่ควรให้แก่คนที่ควรให้เพื่อประโยชน์แก่เขา สละให้ปันสิ่งของตนเพื่อประโยชน์แก่ผู้อื่น” และได้ให้ความหมายของทานมัยไว้ว่า “บุญที่สำเร็จด้วยการบริจาคทาน”

กล่าวได้ว่าทาน แปลว่า การให้ การให้ทานนั้นทางพระพุทธศาสนา ประสงค์ให้รู้จักเลือกให้ คือเลือกบุคคลผู้รับ ว่าเป็นผู้สมควร และต้องเลือกวัตถุ สิ่งของให้เหมาะสม ไม่ใช่ให้ไปแล้วผู้ให้เองขาดแคลนและเป็นทุกข์ หรือให้สิ่งที่มีโทษไปผู้รับนำไปใช้เป็นทุกข์ การให้ทานนั้นมีความหมายอย่างกว้างๆ ว่าการสละบริจาคสิ่งอะไรแก่ใครด้วยการให้เปล่า ไม่ใช่การซื้อขายแลกเปลี่ยนหรือให้เช่า และมีความหมายตลอดถึงการให้กำลังกาย กำลังวาจา กำลังใจ กำลังความคิดและความรู้

ศีล

พจนานุกรมพุทธศาสตร์ (ประยูรค์ ปยุตโต, 2538) ให้ความหมายของศีลไว้ว่า “ความประพฤติดีทางกายและวาจา การรักษากายและวาจาให้เรียบร้อย ข้อปฏิบัติสำหรับควบคุมกายและวาจาให้ตั้งอยู่ในความดีงาม การรักษากฎตามระเบียบวินัย ปกติมารยาทที่สะอาดปราศจากโทษ ข้อปฏิบัติในการเว้นจากความชั่ว ข้อปฏิบัติในการฝึกหัดกายและวาจาให้ดียิ่งขึ้น ความสุจริตทางกายวาจาและอาชีพ” และกล่าวถึงลักษณะของศีลไว้ในหนังสือพุทธธรรม (2538) ไว้ว่า ศีลมิใช่หมายถึงเพียงความประพฤติดีงามสุจริตทางกายและวาจาเท่านั้น แต่หมายถึงอาชีพสุจริตด้วย

ภาวนา

หมายถึงการอบรมจิตใจให้ตั้งมั่นหรือเป็นสมาธิให้บริสุทธิ์สะอาดด้วยสมาธิและปัญญาเพื่อชำระโมหะคือความลุ่มหลงไม่รู้จริงให้หมดไป เมื่อนั้นจะเห็นถึงการดับทุกข์ การเกิดขึ้นแล้วดับไปย่อมเป็นหนทางนำไปสู่วิมุตติ นิพพานสามารถละอวิชชา ตัณหา กิเลสได้

ภาวนามี 2 ประเภท ได้แก่

1. ภาวนาในสมาธิ หรือ สมถภาวนา ได้แก่การทำจิตให้เป็นสมาธิ หรือเป็นฌาน คือการทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว ไม่ฟุ้งซ่านไปยังอารมณ์อื่นๆ โดยวิธีการภาวนานั้นมีหลากหลายวิธี ซึ่งพระพุทธเจ้าทรงบัญญัติเป็นแบบเอาไว้ 40 ประการ เรียกว่า “กรรมฐาน 40” ซึ่งผู้ใดจะเลือกใช้วิธีใดก็ได้ตามสมควร สิ่งที่สำคัญยิ่งคือการรักษาศีลให้ครบถ้วน หากเป็นฆราวาส ก็จะต้องรักษาศีล 5 เป็นอย่างน้อย จึงจะสามารถทำจิตให้เป็นฌานได้ ส่วนใหญ่แล้วนั้นมักใช้วิธีกำหนดลมหายใจเข้าออก บริกรรมว่า พุท-โธ ตามสายปฏิบัติแบบอาณาปานสติ หรือถ้อยคำอื่นก็ได้เพื่อเป็นอุบายให้เกิดความรวมใจให้ใจได้สงบจากกิเลสและอารมณ์ นอกจากนี้ ยังสามารถเพ่งพิจารณาไปยังสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้ เช่นการเพ่งลูกแก้วใสตามสายปฏิบัติวิชาวชิระธรรมกาย เป็นต้น

2. ภาวนาในปัญญา หรือ วิปัสสนาภาวนา เมื่อความรู้เรื่องนี้ได้เลื่อนขึ้นเป็นองค์ความรู้จริง เมื่อได้บริกรรมไป ความรู้ก็ต้องแล่นเข้ามาด้วย ทำให้เกิดศรัทธาและปัญญาตั้งมั่น จิตก็จะสงบจากอกุศลธรรมทั้งหลาย ชาติรู้ของจิตก็แจ่มแจ้งยิ่งขึ้น แต่วิปัสสนา ไม่ใช่การให้จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวนิ่งอยู่เช่นนั้น แต่เป็นจิตที่ใคร่ครวญ หาเหตุผลในสภาวะธรรมทั้งหลาย และสิ่งที่เป็นอารมณ์ของวิปัสสนานั้นได้แก่ “ชั้น 5” ประกอบด้วย รูปนาม เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ซึ่งชั้น 5 เกิดจากการปรุงแต่ง จากอวิชชา คือความไม่รู้เท่าทันสภาวะธรรม จึงทำให้เกิดความยึดมั่นถือมั่น การเจริญวิปัสสนาเป็นโอกาสที่จะพิจารณาในนามรูปให้เห็นสัจจะความจริง (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, 2558)

สัจจะคือความจริงของนามรูปนั้น คือ

1. อนิจจตา ความเป็นของไม่เที่ยง
2. ทุกขตา ความเป็นทุกข์
3. อนัตตตา ความเป็นของไม่ใช่ตน

สภาพทั้ง 3 นี้มีอยู่แก่นาม รูป ลักษณะ คือ เครื่องกำหนดหมายให้เห็นว่าไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นสิ่งที่ปรากฏชัดแจ้ง พระพุทธเจ้าได้ทรงตรัสแสดงเอาไว้ นำทางให้ผู้ปฏิบัติพิจารณา คือ ให้พิจารณาถึงความเกิด ความดับทั้งระยะยาวและระยะสั้น หากพิจารณาแบบสามัญก็คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย นี้เป็นสัจจะของมนุษย์ ซึ่งเมื่อเย็นเข้ามาในระยะสั้นแล้วก็เป็นสิ่งที่มีอยู่ทุกกลมหายใจเข้าออก ทุกขณะจิตในปัจจุบัน

เพราะฉะนั้นแล้ว เมื่อได้ภาวนา จนถึงขั้นปัญญาพิจารณาได้ก็จะเห็นถึงการดับทุกข์ การเกิดขึ้นแล้วดับไปย่อมเป็นหนทางนำไปสู่วิมุตติ นิพพาน สามารถละอวิชชา ตัณหา กิเลสได้ การปฏิบัติในขั้นของ ศิล สมาธิ ปัญญาจึงเป็นข้อปฏิบัติธรรมทั้งปวง

จะเห็นได้ว่าบุญกิริยาทั้งสาม คือเรื่อง ทาน ศิล และภาวนา เป็นเรื่องของตัวเองโดยตรง และการปฏิบัติทั้งสามอย่างนั้นก็เพื่อทำลายความยึดมั่นถือมั่นในตัวตน ไม่ใช่ทำเพื่อยึดติดในผลบุญที่จะตอบแทนกลับมา คำว่าบุญ มีความหมายตรงข้ามกับบาป ดังนั้นบุญจึงหมายถึงเครื่องชำระบาป เมื่อชำระบาปได้ก็ทำให้สบายใจ เพราะฉะนั้นเมื่อกล่าวถึงผลบุญก็คือความสุข ความสบายใจ ความพอใจ ความอึดเอมใจ ซึ่งปัจจุบัน สภาพสังคมในกรุงเทพมหานครมีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาไปตามกาลเวลา ลักษณะของการทำบุญมีความหลากหลายมากขึ้น ทั้งในแง่ของทาน ศิล และภาวนา มีความเชื่อ ความศรัทธาที่แตกต่างกัน บางคนมุ่งเน้นไปที่การทำทาน เพราะมีความสบายใจเมื่อได้สละออก แต่บางคนเห็นความสำคัญของการรักษา ศิล และปฏิบัติภาวนาเพื่อชำระจิตใจ และมุ่งสู่หนทางการดับทุกข์ แต่ไม่ว่าอย่างไร การทำบุญนั้นต้อง

ประพจน์และกระทำไปด้วยเจตนาที่จะลดความยึดมั่นถือมั่น จึงจะได้บุญกุศลมากที่สุดโดยปราศจากความทุกข์ (พุทธทาสภิกขุ, 2548)

วิธีศึกษา/วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) เพราะสามารถเปรียบเทียบผลการวิจัยและมองเห็นภาพรวมของพุทธศาสนิกชนกลุ่มตัวอย่างในกรุงเทพฯ ได้อย่างชัดเจนมากกว่าแบบเจาะสัมภาษณ์เป็นรายบุคคล เพราะงานวิจัยชิ้นนี้ต้องการเห็นภาพรวมของพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพฯ ว่ามีรูปแบบ การทำบุญอย่างไรบ้าง และมีการปฏิบัติมากน้อยเพียงใด เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม (questionnaire) จำนวน 400 คน

การสุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้ใช้วิธีสุ่มตัวอย่างโดยการกำหนดสัดส่วน (Quota Sampling technique) ซึ่งเป็นการสุ่มตัวอย่างโดยแบ่งประชากรออกเป็นส่วนๆ (strata) ตามที่กำหนดไว้ จากการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงกำหนดกลุ่มตัวอย่างผ่านการอ้างอิงจากงานวิจัยในเรื่อง “การพัฒนากระบวนการบริหารจัดการและสร้างเครือข่ายองค์กรพระพุทธศาสนาในประเทศไทย” และรายงานการวิจัยเรื่อง “การเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา” โดยพระมหาสุทนต์ อากาศโร (อบอู่) และคณะสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ร่วมกับสำนักสนับสนุนสุขภาวะองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) (2556) โดยใช้เกณฑ์ในการแบ่งจาก “วิถีปฏิบัติของพระสงฆ์ไทยในสังคมปัจจุบันตามพระราชบัญญัติคณะสงฆ์” โดยแบ่งตามแนวปฏิบัติ 5 สายปฏิบัติ ดังนี้

1. การทำบุญแบบพุทธศาสนาตามประเพณี โดย หลวงพ่อพระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภทฺโท) คือการทำบุญทั่วไป มีหลายรูปแบบ เช่น บริจาคทาน นั่งสมาธิ ฟังเทศน์ ฯลฯ โดยการเก็บตัวอย่างสายปฏิบัตินี้ คือ วัดหัวลำโพง จำนวน 80 ชุด

2. ปฏิบัติวิชาวรรณกาย โดย พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ปุ๊กผึ่งศีลธรรมลงในใจของผู้คนด้วยการอบรมศีลธรรม เรียนรู้ธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รู้วิธีการทำสมาธิภาวนา (meditation) และรู้ว่าเป้าหมายที่แท้จริงของการเกิดมาเป็นมนุษย์คือการสร้างบุญ โดยการเก็บตัวอย่างสายปฏิบัตินี้ คือ วัดปากน้ำ จำนวน 80 ชุด

3. การปฏิบัติกรรมฐานแนวสติปัฏฐาน 4 โดย พระธรรมธีรราชมหามุนี (โชดก ญาณสิทธิ) เน้นการเจริญวิปัสสนาโดยใช้คำปริกรรมว่า ยุบหนอ-พองหนอ เป็นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อให้พ้นทุกข์ โดยการเก็บตัวอย่างสายปฏิบัตินี้ คือ วัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ จำนวน 80 ชุด

4. ขบวนการพุทธใหม่ โดย ว.วชิรเมธี ที่มีการถ่ายทอดหลักธรรมผ่านการสื่อสารทางสังคม และกลุ่มที่ประยุกต์แนวคิดจากนิกายอื่นเพื่อนำไปสู่การพัฒนาสังคม โดยการเก็บตัวอย่างสายปฏิบัตินี้ คือ วัดพระรามเก้า จำนวน 80 ชุด

5. มุ่งเน้นการสนับสนุนการศึกษาและปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ โดยพระพุทธรักษาสิกขุ การเก็บตัวอย่างสายปฏิบัตินี้ คือ สวนโมกข์ จำนวน 80 ชุด

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วนดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ การศึกษา ภูมิลำเนา รายได้ เป็นต้น

ส่วนที่ 2 คือรูปแบบ วิถีปฏิบัติในการทำบุญ โดยแบ่งออกเป็นการทำบุญในขอบเขตของท่าน ศีล ภาวนา เป็นคำถามที่วัดความถี่แบบ Likert Scale 5 ช่วงความคิดเห็น โดยแต่ละระดับมีเกณฑ์ให้คะแนนดังนี้

5	หมายถึง	มากที่สุด
4	หมายถึง	มาก
3	หมายถึง	ปานกลาง
2	หมายถึง	น้อย
1	หมายถึง	น้อยที่สุด

โดยการศึกษาหลักธรรมคำสอนทางพระพุทธศาสนา ทฤษฎีเกี่ยวกับความเป็นสังคมเมือง สัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างและแบบสอบถามต่างๆที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างข้อคำถาม และทำการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

สภาพทางสังคมและลักษณะประชากร ในแง่กลุ่มอายุ พบว่า 2 ใน 3 เป็นกลุ่มวัยทำงาน ที่มีอายุระหว่าง 19-40 ปี (ร้อยละ 70) และพบว่าเป็นเพศหญิงมากถึง (ร้อยละ 57.8) ที่มักจะมาทำบุญ และส่วนใหญ่ของผู้ที่มาทำบุญนั้นมีภูมิลำเนาอยู่ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร (ร้อยละ 54) มากกว่าผู้ที่มีภูมิลำเนาจากต่างจังหวัด ในแง่การศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างเกินครึ่งเป็นผู้ที่จบการศึกษาแล้ว โดยภาพรวม 2 ใน 3 จบการศึกษาระดับปริญญาตรีมากถึง ร้อยละ 60.5 และในระดับที่สูงกว่าปริญญาตรีอีกร้อยละ 11.5

สภาพทางเศรษฐกิจ ในแง่อาชีพ พบว่า 2 ใน 3 ของกลุ่มตัวอย่างเป็นอาชีพพนักงานบริษัทเอกชนและข้าราชการ รวมไปถึงพนักงานรัฐวิสาหกิจ (ร้อยละ 39.3 และร้อยละ 32) ที่มักจะทำบุญ และพบว่าส่วนใหญ่เป็นผู้ที่มีรายได้ 15,001 – 20,000 บาทต่อเดือน (ร้อยละ 22.5) และในแง่ของฐานะทางเศรษฐกิจ พบว่ากลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 ใน 3 มีฐานะปานกลาง (ร้อยละ 79) ทั้งนี้เมื่อเปรียบเทียบกับผู้ที่มีฐานะ และรายได้มากกว่า จะพบว่าผู้ที่มีฐานะทางสังคมค่อนข้างรวย หรือรวย จะมีการทำบุญน้อยกว่าผู้ที่มีฐานะค่อนข้างจน หรือจน จากผลการศึกษาสะท้อนให้เห็นว่าผู้ที่มีฐานะทางสังคมที่ไม่ดี มักจะ

หมั่นทำบุญเพื่อหวังให้ชีวิตทางด้านการงานและการเงินดีขึ้น มีความมั่นคงในชีวิตมากขึ้น โดยที่ผู้ที่มีฐานะทางสังคมจะไม่ได้เห็นถึงความสำคัญด้านการเงินจากการทำบุญ

โอกาสในการทำบุญ พบว่า แต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันไป ไม่ว่าจะเป็นปัจจัยทางด้านเวลา การทำงาน หรือแม้กระทั่งปัจจัยทางด้านครอบครัวที่เป็นส่วนสำคัญในการตัดสินใจในการทำบุญ โดยเฉพาะการทำทาน ซึ่งผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่า มากกว่า 2 ใน 3 เลือกวันและเวลาที่ไม่แน่นอน ทำตามความสะดวก แล้วแต่โอกาส (ร้อยละ 84) และรองลงมาคือทำบุญเฉพาะวันสำคัญของตนเองและคนใกล้ชิด (ร้อยละ 45.8) โดยเฉลี่ยแล้วภายใน 1 เดือน มักจะทำบุญกันเพียง 1-2 ครั้ง (ร้อยละ 55.5) เท่านั้น ในแง่ของค่าใช้จ่ายในการทำบุญแต่ละครั้ง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 ใน 3 นำเงินใส่ซองปัจจัยถวายโดยใส่เงินเป็นจำนวนไม่เกิน 100 บาท (ร้อยละ 77.8) รองลงมาคือมากกว่า 100 บาท แต่ไม่เกิน 500 บาท (ร้อยละ 21.8) และมีค่าใช้จ่ายทั้งหมดไม่เกิน 500 บาท (ไม่รวมค่าเดินทาง) (ร้อยละ 66.8) ซึ่งเมื่อทำแล้วมีความรู้สึกสบายใจ เพราะปัจจัยที่ได้ถวายไปจะสามารถนำไปใช้เป็นคุณประโยชน์ให้วัด หรือพระสงฆ์ต่อไปได้ แม้ว่าในแง่ของความถูกต้องนั้นพระสงฆ์จะไม่สามารถรับเงินมาเป็นของตนเองได้

2. การเปรียบเทียบรูปแบบ และวิธีการปฏิบัติภาวนา จากปัจจัยเชิงพุทธทั้ง 5 สายปฏิบัติ

ผลการศึกษาใช้การเปรียบเทียบค่าฐานนิยม เนื่องจากสามารถเห็นผลได้ชัดเจนว่าผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มุ่งเน้นไปที่รูปแบบ และวิธีการปฏิบัติใด เพราะค่าเฉลี่ยที่ออกมามีความใกล้เคียงกันและสามารถสังเกตความแตกต่างได้ยาก ซึ่งผลการศึกษา มีดังนี้

2.1 สายปฏิบัติแบบพุทธศาสนาตามประเพณี กลุ่มตัวอย่างจากวัดหัวลำโพง มีลักษณะการทำบุญทั่วไป มีรูปแบบการทำบุญหลากหลายให้เลือกปฏิบัติ โดยเน้นไปด้านการทำทาน เช่นการถวายสังฆทาน การบริจาคกระเบื้อง การทำบุญวันเกิด บริจาคโรงศพ ไถ่ชีวิตโคกระบือ มีทั้งพระไทยและพระจีน

รวมถึงการปฏิบัติที่นั่งสมาธิ ฟังเทศน์ ฯลฯ ผลการศึกษาพบว่า พุทธศาสนิกชนจากสายปฏิบัติแบบพุทธศาสนาตามประเพณี มีการไหว้พระ ขอพร อยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 5 รองลงมาคือการ สวดมนต์ มีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 3 แต่มีความสามารถในการรู้ความหมายของบทสวดมนต์ในและท่องจำบทสวดมนต์ได้น้อย โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ 2 และ 1 ตามลำดับ ส่วนการเดินจงกรม นอนสมาธิ และนั่งสมาธิอยู่ในระดับน้อยที่สุด มีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 1

2.2 สายปฏิบัติกรรมฐานแนวสติปัฏฐาน 4 กลุ่มตัวอย่างจากวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษฎิ์ เน้นการปฏิบัติกรรมฐานแนวสติปัฏฐาน 4 การเจริญวิปัสสนา และมีลักษณะการทำบุญทั่วไปภายในวัดร่วมด้วย เช่นการถวายสังฆทาน การหยอดตู้บริจาค เป็นต้น กิจกรรมที่ประชาชนนิยมไปทำคือนั่งวิปัสสนา ผลการศึกษาพบว่า พุทธศาสนิกชนสายปฏิบัติกรรมฐานแนวสติปัฏฐาน 4 มีการไหว้พระ ขอพรอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 5 รองลงมาคือการสวดมนต์ ซึ่งสามารถท่องจำบทสวดมนต์ และรู้ความหมายของบทสวดมนต์ได้อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 3 รองลงมาคือการนั่งสมาธิอยู่ในระดับน้อย โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 2 ส่วนการเดินจงกรมและนอนสมาธิอยู่ในระดับน้อยที่สุด มีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 1

2.3 สายปฏิบัติวิชาวชิธรรมกาย กลุ่มตัวอย่างจากวัดปากน้ำ เน้นการปฏิบัติวิชาวชิธรรมกาย ปลูกฝังศีลธรรมลงในใจของผู้คนด้วยการอบรมศีลธรรม เรียนรู้ธรรมะของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า รู้วิธีการทำสมาธิภาวนา และรู้ว่าเป้าหมายที่แท้จริงของการเกิดมาเป็นมนุษย์คือการสร้างบุญ กิจกรรมที่นิยมคือการบวชชี การบริจาคทาน และการปฏิบัติสมาธิ ผลการศึกษาพบว่า พุทธศาสนิกชนสายปฏิบัติวิชาวชิธรรมกาย มีการไหว้พระขอพรอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 5 รองลงมาคือการสวดมนต์ ซึ่งสามารถท่องจำบทสวดมนต์ และรู้ความหมายของบทสวดมนต์ได้อยู่ในระดับปานกลาง รวมถึงการนั่งสมาธิด้วยเช่นกัน โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 3 ส่วนการเดินจงกรมและนอนสมาธิอยู่ในระดับน้อยที่สุด มีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 1

2.4 ขบวนการพุทธใหม่ กลุ่มตัวอย่างจากวัดพระรามเก้า มีลักษณะการถ่ายทอดหลักธรรมผ่านการสื่อสารทางสังคม และกลุ่มที่ประยุกต์แนวคิดจากนิกายอื่นเพื่อนำไปสู่การพัฒนาสังคม มีลักษณะการทำบุญทั่วไป มีการดักบาตร การถวายสังฆทาน นั่งสมาธิ และกิจกรรมจิตอาสา เป็นต้น ผลการศึกษาพบว่า พุทธศาสนิกชนจากขบวนการพุทธใหม่ มีการไหว้พระขอพรอยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 5 รองลงมาคือการสวดมนต์ ซึ่งสามารถท่องจำบทสวดมนต์ และรู้ความหมายของบทสวดมนต์ได้อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 3 รองลงมาคือการนั่งสมาธิ อยู่ในระดับน้อย โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 2 ส่วนการเดินจงกรมและนอนสมาธิอยู่ในระดับน้อยที่สุด มีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 1

2.5 สายปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ กลุ่มตัวอย่างจากสวนโมกข์ กรุงเทพฯ มีลักษณะมุ่งเน้นการสนับสนุนการศึกษาและปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ เป็นสถานที่ปฏิบัติธรรมโดยเฉพาะ กิจกรรมส่วนใหญ่เป็นการปฏิบัติสมาธิ รวมถึงประยุกต์กิจกรรมทางด้านศิลปะเพื่อฝึกพัฒนาสมาธิ ศึกษาหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาจากหोजดหมายเหตุพุทธทาส อินทปญโญ ผลการศึกษาพบว่า พุทธศาสนิกชนจากสายปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ มีการไหว้พระ ขอพร และการสวดมนต์อยู่ในระดับมากที่สุด โดยมีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 5 รองลงมาคือการนั่งสมาธิ ซึ่งจัดอยู่ในระดับมาก มีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 4 ส่วนความสามารถในการท่องจำบทสวดมนต์ รู้ความหมายของบทสวดมนต์ รวมถึงการเดินจงกรมและนอนสมาธิ จัดอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าฐานนิยมอยู่ที่ระดับ 3

ตารางเปรียบเทียบค่าฐานนิยมของรูปแบบ และวิธีการปฏิบัติด้านภาวนาจาก
สายปฏิบัติทั้ง 5 สาย

การปฏิบัติภาวนา	พุทธตาม สติปัฏฐาน4 ประเพณี	ธรรมกาย	ขบวนการ พุทธใหม่	อานาปานสติ
- ไหว้พระขอพร	5.0	5.0	5.0	5.0
- สวดมนต์	3.0	3.0	3.0	5.0
- ท่องจำบท สวดมนต์ได้	1.0	3.0	3.0	3.0
- รู้ความหมายของ บทสวดมนต์	2.0	3.0	3.0	3.0
- เติบงกรรม	1.0	1.0	1.0	3.0
- นอนสมาธิ	1.0	1.0	1.0	3.0
- นั่งสมาธิ	1.0	2.0	3.0	4.0

จากผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างทั้ง 5 สายปฏิบัติ มีการภาวนาอยู่ในระดับที่แตกต่างกัน โดยเฉพาะกลุ่มตัวอย่างจากสายปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ มีลักษณะการทำบุญโดยการภาวนาในระดับค่าฐานนิยมที่สูงกว่าทุกกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ การไหว้พระขอพร ซึ่งไม่แตกต่างกับกลุ่มตัวอย่างจากวัดอื่นมาก หากแต่การภาวนาในรูปแบบอื่น กลุ่มตัวอย่างจากสายปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ มีค่าฐานนิยมที่สูงกว่า เช่น การสวดมนต์ เติบงกรรม นอนสมาธิ และนั่งสมาธิ ซึ่งแตกต่างจากกลุ่มตัวอย่างจากสายปฏิบัติอื่นๆ จากผลการศึกษาชิ้นนี้สะท้อนให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างจากสายปฏิบัติแบบอานาปานสติเน้นการทำบุญในรูปแบบของการภาวนาเป็นหลัก

ตารางเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างสายปฏิบัติ กับสถานที่ปฏิบัติธรรม ที่มีเกจิอาจารย์ที่ศรัทธา

สายปฏิบัติ	จำนวน	ค่าเฉลี่ย*
พุทธตามประเพณี	80	2.64
สติปัฏฐาน 4	80	2.89
ธรรมกาย	80	3.01
ขบวนการพุทธใหม่	80	2.64
อานาปานสติ	80	3.64

*ค่าเฉลี่ย = ค่าเฉลี่ยของการเลือกสถานที่ปฏิบัติธรรมที่มีเกจิอาจารย์ที่ศรัทธา

นอกจากนี้สายปฏิบัติแบบอานาปานสติ ยังเลือกสถานที่ปฏิบัติธรรมที่มีเกจิอาจารย์ที่ศรัทธาเฉลี่ยมากกว่าสายปฏิบัติอื่นๆ ($\bar{x} = 3.64$) อาจเพราะมีเกจิอาจารย์ชื่อดังทั้งด้านความเชื่อ ความศรัทธา และหลักคำสอนที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริงได้ และแนวทางการปฏิบัติจากพระพุทธทาสภิกขุที่มุ่งเน้นการดำเนินการในปณิธาน 3 ประการคือ 1) พยายามทำตนให้เข้าถึงหัวใจแห่งศาสนา 2) พยายามช่วยกันถอนตัวออกจากอำนาจของวัตถุนิยม 3) พยายามทำความเข้าใจระหว่างศาสนา โดยมุ่งเน้นการศึกษาและปฏิบัติตามหลักอานาปานสติ เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตให้สมบูรณ์พร้อมด้วยศีล สมาธิ และปัญญา

การอภิปรายผล

การปฏิบัติภาวนา หรือ ภาวนามัย หมายถึง การปฏิบัติให้บังเกิดผลได้อย่างจริงจัง นับเป็นภาคปฏิบัติโดยตรง ซึ่งในที่นี้หมายถึงการอบรมจิตใจให้ตั้งมั่น อบรมใจให้สะอาดบริสุทธิ์ด้วยสมาธิและปัญญา เรียกว่าเป็นบุญที่สูงกว่าทานและศีลขึ้นมา เพราะเป็นเครื่องชำระล้างโมหะ คือความลุ่มหลง ไม่รู้จริงให้หมดไป โดยการภาวนานั้นต้องรักษาศีล ทำจิตใจให้สงบ ระวังจากนิวรณ์ สิ่งยั่ว

ยุทั้งหลาย นำจิตให้เข้ามาตั้งไว้ในอารมณ์ของสมาธิ ตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้า ออก หรือบริกรรมว่าพุทโธ ธัมโม สังโฆ เป็นต้น เพื่อให้เกิดการรวมใจให้สงบลง จากกิเลสและอารมณ์ เมื่อจิตเกิดการสงบ จึงเป็นโอกาสที่จะพิจารณาในนามรูป ให้เห็นสังขะความจริงได้ ซึ่งก็คือ อนิจจัง (ความไม่เที่ยง) ทุกขัง (ความทุกข์) อนัตตา (ความเป็นของไม่ใช่ตน) (สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก, 2557)

เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างจากปัจจัยพื้นฐานเชิงพุทธ จากผลการศึกษาพบว่า สายปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติมีการปฏิบัติภาวนามากกว่าทุกสายปฏิบัติอย่างเห็นได้ชัด แม้ว่าสายปฏิบัติวิชาวชิคราย (เน้นการทำสมาธิโดยการเพ่งลูกแก้วใส) และสายปฏิบัติตามแนวสติปัฏฐาน 4 (การปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานเพื่อให้พ้นทุกข์) จะมีวิธีการปฏิบัติที่เน้นไปที่การปฏิบัติภาวนาเช่นกัน แต่ผลการศึกษากลับพบว่า มีการปฏิบัติภาวนาอยู่เพียงแค่ระดับปานกลาง เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่มุ่งเน้นไปทางปฏิบัติภาวนานี้น้อยกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มุ่งเน้นไปทางปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติที่มีการรักษาศีลและปฏิบัติภาวนาในระดับมาก สอดคล้องกับหลักคำสอนของพระพุทธศาสนาที่มุ่งเน้นการดำเนินการในตามปณิธาน 3 ประการ คือ 1) พยายามทำตนให้เข้าถึงหัวใจแห่งศาสนาของตน 2) พยายามช่วยกันถอนตัวออกจากอำนาจของวัตถุนิยม 3) พยายามทำความเข้าใจระหว่างศาสนา โดยมุ่งเน้นการสนับสนุนการศึกษาและปฏิบัติธรรมตามหลักอานาปานสติ ซึ่งแนะหลักธรรมที่เป็นหัวใจพระพุทธศาสนาเพื่อสามารถนำไปใช้แก้ปัญหาในชีวิตประจำวันได้จริง เน้นการฝึกปฏิบัติอานาปานสติภาวนาให้สามารถสัมผัสถึงความสงบเย็นภายในและความอิสระของจิตใจอันเกิดจากความประจักษ์ใน สัจธรรม ยึดถือแนวทางการพัฒนาระดับคุณภาพชีวิตให้สมบูรณ์ครบถ้วนตามระบบองค์รวมแห่งพุทธธรรมทั้งสามด้าน คือ ศีล สมาธิ ปัญญา อันจะนำไปสู่วิถีชีวิตที่สุขสงบเย็น ก้าวหน้า อย่างมีดุลยภาพและยั่งยืน ทั้งส่วนตนและสังคมโดยรวม (สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2558) ซึ่งนอกจากนี้ กิจกรรมในการปฏิบัติภาวนาของสวนโมกข์ฯ ยังมีหลากหลายกิจกรรมให้ได้ปฏิบัติ เช่น การอบรมอานาปานสติเพื่อส่งเสริมการ

ปฏิบัติด้วยวิธีการอานาปานสติ กิจกรรมการพัฒนาสมาธิด้วยการเจริญสติภาวนา ผ่านงานศิลปะ และกิจกรรมเย็บ ปัก ถัก ร้อย เป็นต้น จะเห็นได้ว่าการปฏิบัติภาวนาที่มีความหลากหลาย ไม่จำเป็นต้องนั่งสมาธิหรือเดินจงกรมเพียงอย่างเดียว ทำให้มีความน่าสนใจ ไม่เกิดความกดดันในตนเอง สามารถปฏิบัติได้ง่ายและนำมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ จึงทำให้พุทธศาสนิกชนมีความสนใจ และเข้าร่วมกิจกรรมได้มากกว่าสายปฏิบัติอื่น

แม้ว่าสายปฏิบัติอื่นๆ จะมีการปฏิบัติภาวนาอยู่บ้าง โดยส่วนใหญ่พบว่าพุทธศาสนิกชนนิยมสวดมนต์ ไหว้พระจำนวนมาก หากแต่การสวดมนต์นั้นกลับสามารถจำได้แค่เฉพาะบทสวดมนต์ที่เคยท่องมา แต่ไม่รู้ถึงความหมายของบทสวดมนต์เท่าที่ควร ซึ่งทำให้เกิดความเข้าใจผิดเกี่ยวกับหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนาได้ เนื่องจากไม่รู้ว่่าบทสวดมนต์ที่ท่องมีความหมายอย่างไร ทำให้ไม่เข้าใจ และไม่ตระหนักถึงหลักคำสอนที่แท้จริง (สถาบันประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2558) ทั้งนี้ในส่วนของ การปฏิบัตินั่งสมาธิก็สามารถทำได้ง่าย แต่นอกเหนือจากสายปฏิบัติแบบอานาปานสติ พบว่าสายปฏิบัติอื่นมีการปฏิบัติภาวนาในระดับปานกลาง – น้อย ไม่ค่อยมีผู้ใดทำหากไม่ใช่ผู้ที่ตั้งใจปฏิบัติ หรือผู้ที่มักจะปฏิบัติที่สถานปฏิบัติธรรมอย่างสม่ำเสมอ สาเหตุมาจากไม่ว่าง ไม่มีเวลา หรือไม่สะดวก เนื่องจากสังคมเมืองในปัจจุบัน ผู้คนมีความผูกพันกับเวลา (implications of the clocks) การทำงาน การเดินทาง และกิจกรรมต่างๆ ของคนเมืองจะถูกกำหนดโดยเวลา (Roongroje Songsraboon, 2012) และไม่ได้เห็นถึงความจำเป็นในการปฏิบัติสมาธิ เพราะหากมีความทุกข์ ก็หาวิธีคลายทุกข์อย่างอื่นนอกเหนือจากการปฏิบัติภาวนา และสาเหตุสำคัญอีกอย่างคือตัวพุทธศาสนิกชนยังไม่สามารถละกิเลส ความโลภ โกรธ หลงให้หมดไปได้ จึงไม่สามารถปฏิบัติภาวนาได้ เพราะจิตใจยังไม่ปล่อยวาง และพะวงถึงเรื่องอื่น (ดิณห์ โอราวณิช, 2558)

นอกจากนี้จากบทสัมภาษณ์ของพุทธศาสนิกชนคนไทยและชาวต่างชาติในประเทศอังกฤษ (ภัทรารัตน์ สุวรรณวัฒนา, 2553) ชี้ให้เห็นว่าคนไทยส่วนใหญ่นิยมทำบุญ ทำทานแก่พระสงฆ์ ซึ่งเป็นการทำบุญที่เป็น

ประเพณีดั้งเดิมอยู่แล้วสำหรับพุทธศาสนิกชน และบางกลุ่มเล็งเห็นว่า การทำทานนั้นสำคัญกว่าการปฏิบัติภาวนา เพราะการทำทานสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ ต่างจากการปฏิบัติภาวนาที่เป็นเรื่องของตนเอง เป็นการพัฒนาจิตใจของตนเอง ให้ปราศจากอวิชชาเพื่อเข้าถึงนิพพาน แม้ว่าการปฏิบัติภาวนาจะสามารถได้รับบุญมากที่สุด แต่การปฏิบัติในแง่ของศาสนาพุทธต้องมีสัมมาทิฐิ หมายถึง ความเห็นชอบ ได้แก่ ความรู้ริยสัจ 4 หรือ เห็นไตรลักษณ์ ความไม่เที่ยงของชีวิต หรือ รู้อกุศลและอกุศลมูลกับกุศลและกุศลมูล หรือเห็นปฏิจจนุปบาท (ป.อ.ปยุตโต, 2538) ซึ่งไม่ใช่เพียงแค่นั่งปฏิบัติภาวนาอย่างนิ่งเฉยและยังคงยึดติดที่ต้องการจะพ้นทุกข์ แต่การทำบุญในแง่ของการทำทานเป็นหนึ่งในสัมมาทิฐิที่ลดความเห็นแก่ตัว ละความโลภ โกรธ หลงได้ และสามารถหลุดพ้นจากวัฏสงสารได้เช่นกัน

อย่างไรก็ตามเมื่อสังคมเมืองเกิดความพัฒนา และกลายเป็นแหล่งรวมทางด้านเศรษฐกิจ เห็นคุณค่าทางวัตถุสำคัญมากกว่าคุณค่าทางจิตใจ พุทธศาสนิกชนในเมืองส่วนใหญ่จึงไม่ได้ให้ความสำคัญกับการปฏิบัติภาวนามากนัก และความผูกพันทางด้านเวลามักทำให้ไม่มีเวลา หรือไม่สามารถแบ่งเวลาเพื่อออกไปพบเกจิอาจารย์สายปฏิบัติที่เน้นสอนในเรื่องการปฏิบัติภาวนาที่มีจุดมุ่งหมายในการพ้นทุกข์ เข้าถึงมรรคผลนิพพานได้ ดังนั้นการเข้าวัดเพื่อทำบุญของพุทธศาสนิกชนในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่จึงมุ่งเน้นไปในการทำทานและรักษาศีลมากกว่า

สำหรับข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป เนื่องจากสายปฏิบัติในศาสนาพุทธยังมีอีกหลายสายที่สามารถนำมาศึกษา และเปรียบเทียบ นอกเหนือจาก 5 สายปฏิบัตินี้ได้ รวมไปถึงในอนาคตข้างหน้า เมื่อสังคมเกิดการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา อาจทำให้ทัศนคติ ความเชื่อ และวิถีปฏิบัติในการทำบุญสามารถเปลี่ยนแปลงไปจากเดิมได้อีก ฉะนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่ายังมีแนวคิด และประเด็นที่น่าสนใจในอนาคตที่สามารถนำมาศึกษา ค้นคว้าต่อไปได้

เอกสารอ้างอิง

ภาษาไทย

- Rungroje Songsraboon . (2555). **ชีวิตของคนเมือง**. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก: <https://rrs107.wordpress.com/2012/10/14/articalB8> (วันที่เข้าถึง 23 สิงหาคม 2557)
- ป.อ.ปยุตโต. (2548). **โลกขึ้นสหัสวรรษใหม่ คนต้องเปลี่ยนแนวคิดใหม่**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ มูลนิธิพุทธธรรม.
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2538). **พจนานุกรมพุทธศาสตร์ : ฉบับประมวลศัพท์ / พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต)**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.
- พุทธทาสภิกขุ. (2548). **“ทาน” ทำอย่างไรจึงจะได้บุญมาก**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ.
- พุทธทาสภิกขุ. (2551). **ทำบุญให้ถูกวิธี**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ.
- พุทธทาสภิกขุ. (2551). **ทำบุญสามแบบ**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ สุขภาพใจ.
- ภัทรารัตน์ สุวรรณวัฒนา. (2553). **Paper on cultural tensions in Western monasteries** (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก: <https://dhammawheel.com/viewtopic.php?t=5261> (วันที่เข้าถึง 7 ธันวาคม 2560)
- มหาวิทยาลัยมหิดล. (2558). **ประชากรสามกลุ่มวัยได้อะไรจากการสวดมนต์**. กรุงเทพฯ: สถาบันประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย (มจร.). (2558). **รายงานการวิจัยการเสริมสร้างสุขภาวะและการเรียนรู้ของสังคมตามแนวพระพุทธศาสนา**. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก: <http://resource.thaihealth.or.th/library/hot/14943>

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราชสกลมหาสังฆปริณายก. (2557). **วิธีสร้างบุญวาสนาบารมี**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ เอมี เอ็นเตอร์ไพรส์ จำกัด.

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ ร่วมกับพระมหาสุทิตย์ อากาศโร และคณะสถาบันวิจัยพุทธศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย . (2556). **รายงานการวิจัย การพัฒนาระบบการบริหารจัดการและการสร้างเครือข่ายองค์กรพระพุทธศาสนาในประเทศไทย**. นนทบุรี: สำนักพิมพ์ บริษัท ดีไซน์ ดีไลต์ จำกัด.