

แนวคิดและวิธีการปฏิบัติเพื่อการสื่อสารทางพุทธิปัญญา ของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัดเชียงใหม่

The Concepts and Practices on Intellectual Cognitive Communication of Meditation Centers in Chiang Mai Province

บุญมี แก้วตา¹

พระบุญทรง ปุณฺณโร¹, พระครูปลัดณัฐพล จันทิโก¹

Boonmee Keawta¹

Boonsong Puññadhara¹, Phrakrupalad Natthapol Chanthiko¹

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่¹

Mahachulalongkornrajavidyalaya University Chiang Mai Campus¹

Corresponding Author, E-mail: boonmee.kaew@mcu.ac.th

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยอยู่ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดหลักการและวิธีการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ 2) เพื่อศึกษากระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัดเชียงใหม่ 3) เพื่อวิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่

ผลการวิจัย

พบว่า สำนักปฏิบัติธรรมทั้งหมด ใช้การสื่อสารในรูปแบบ ผู้ส่งสารเป็นผู้เชี่ยวชาญสารเป็นสารที่มีเนื้อหาเฉพาะต่อกลุ่มที่สนใจ ช่องทางมีการสื่อสารในช่องทางที่จำกัดไม่ครอบคลุมตามรูปแบบกระบวนการมีช่องทางการสื่อสารที่จำกัด ผู้รับสารเน้นผู้ทำมีความพร้อมที่จะศึกษาและนำไปสู่การปฏิบัติได้จริง รูปแบบการสื่อสารการปฏิบัติธรรมมาตรฐานผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ประกอบไปด้วยรูปแบบสื่อมัลติมีเดียต่างๆ ที่สำคัญต้องมีองค์ประกอบของรูปแบบการสื่อสาร คือ เนื้อหาการปฏิบัติธรรมหรือธรรมะที่ถูกต้อง เป็นที่ซอบใจ ทันทสมัย และได้ประโยชน์ มีการนำเสนอที่ตรงเป้าหมาย เข้าใจง่าย ผู้สื่อสารระธรรมจำเป็นต้องมีความชำนาญในการเผยแพร่ และรูปแบบต้องมีความเชื่อมโยง สัมพันธ์ และดำเนินตามกระบวนการสื่อสาร คือ รูปแบบต้องมีเจตนาการสื่อสารการปฏิบัติธรรมต้องเด่นชัด โดนใจ เพราะรูปแบบ

Research Articles

Received: 2019-06-07

Revised: 2019-06-27

Accepted: 2019-06-29

จะสมบูรณ์หรือไม่ขึ้นอยู่กับ ผู้ส่งสาร สาร ช่องทาง และ ผู้รับสาร และท้ายที่สุดต้องมีการประเมินตรวจสอบรูปแบบการสื่อสารแนวทางการปฏิบัติธรรม ด้วยการตรวจสอบจากความมั่นคง และ ความคงอยู่ของเฟซบุ๊ก ยูทูป เว็บไซต์ และทำการประเมินตรวจสอบยอดการไลค์อย่างน้อย 2 ปีขึ้นไป และการแบ่งปันข้อมูล เป็นต้น

คำสำคัญ: การปฏิบัติธรรม; การสื่อสาร; พุทธิปัญญา; สำนักปฏิบัติธรรม

Abstract

This research has 3 objectives: 1) to study the concepts, principles and practices of the Dharma Practice Center in Chiang Mai Province 2) to study the cognitive communication process of the Dharma Practice Center In Chiang Mai 3) to analyze the patterns of communication for the wisdom of the Dharma Practice Center in Chiang Mai Province

The study concluded that all agency practices the communication hole Messenger is an expert, a substance is a substance with specific content to interested groups, channels are communication channels that restrict coverage-based forms processes with communications limited, the audience focus on who is ready and will lead to a practical level. Meditation practice a form of communication through social media. Including various forms of media. Important elements of a form of communication is content to practice religion or the right to amuse modern and useful. Presented targeted simplification. The media must be fairly significant expertise in the mission. And the form must be linked. And relationships, and the communication process is a form of communication intended to be a practical need to clear my mind. Because the form is complete or not is up to the sender, message, channel, and receiver. And eventually need to be evaluated to check the communication style practice. With the examination of the stability and persistence of Facebook, YouTube, websites and check assesses the like, at least two more years, and to share information and so on.

Keywords: Dharma practice; Communication; Intellectual Cognitive; Meditation Center

บทนำ

ปัจจุบันความเจริญทางด้านเทคโนโลยีข้อมูลข่าวสารมีความก้าวหน้าไปสูงมาก ทำให้มีการสื่อสารที่รวดเร็ว เหตุการณ์ต่างๆ ทั้งบวกและลบที่เกิดขึ้นมากมายมีการถ่ายทอดส่งต่อกันอย่างรวดเร็วไม่ว่าจะเป็นภัยธรรมชาติ เช่น น้ำท่วม แผ่นดินไหว เพลิงไหม้ขนาดใหญ่ จะเห็นภาพจากสื่อเหล่านั้นอย่างชัดเจน นอกจากนี้ยังมีภัยที่เกิดจากน้ำมือมนุษย์ อันเป็นคดีอาชญากรรม สะเทือนขวัญ ต่างๆ เช่น ยาเสพติด ปล้นฆ่า ช่มชู้ และการรายงานข่าวที่มีทั้งภาพเสียงจากเหตุการณ์ดังกล่าวทำให้มีผลเกิดความเศร้าสะเทือนใจต่อผู้ได้รับข่าวสารและส่งผลกระทบต่อเป็นวงกว้าง เกิดความวิตกกังวล วาดระแวง เครียด เบื่อหน่าย ท้อแท้และซึมเศร้า และจากการรายงานสถานการณ์โรคของกรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข ปี 2555 พบว่าคนไทยเกินกว่า 1.6 ล้านคน ป่วยเป็นโรคเกี่ยวกับจิตใจและอารมณ์แปรปรวนและอีก 8.4 แสนคนป่วยด้วยโรควิตกกังวลเด็กและวัยรุ่นไทยอายุ 6-18 ปี ร้อยละ 5.1 มีปัญหาด้านสุขภาพจิตและพฤติกรรมและกว่า 6 แสนคนกำลังมีปัญหสุขภาพจิตเกิดปัญหาความสัมพันธ์ในครอบครัวที่ควรได้รับการช่วยเหลือ (อุทัย สุตสุข, 2554: 9) และจากการเฝ้าระวังภาวะสุขภาพจิตของคนไทยในช่วงเวลาต่างๆ พบว่า สถานการณ์และแนวโน้มความเครียดของคนไทยสูงขึ้นในเดือนมกราคม พ.ศ. 2554 คิดเป็นร้อยละ 7.8 ในเดือนตุลาคม พ.ศ. 2553 สูงขึ้นเป็นร้อยละ 9.2 ในเดือนมกราคม พ.ศ. 2554

ปัจจุบันวงการแพทย์กำลังให้ความสนใจกับเรื่องความเครียดนี้มากขึ้นและในทางพระพุทธศาสนาถือว่าเป็นเรื่องสำคัญแล้ว (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2554: 362) พระพุทธองค์ทรงเป็นจิตแพทย์เอกของโลกและทรงเป็นผู้บำบัดสรรพโรคโดยเฉพาะโรคทางใจนั้นพระองค์ไม่มีใครเทียบได้เลยพระองค์ตรัสรู้ธรรมเป็นพระสัมมาสัมพุทธเจ้ารอบรู้ธรรมทั้งปวงทรงมีพระกรุณาอันยิ่งใหญ่ต่อผู้ที่ประสบความทุกข์จึงทำการรักษาเยียวยาผู้ป่วยทั้งทางกายและทางจิตให้หายจากโรคอย่างชะงักด้วยเหตุนี้พระองค์จึงได้พระนามว่าผู้รักษาพยาบาลชาวโลกทั้งปวงสัพพะโลกตักิฉณโก (พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต), 2554: 362) เพราะทรงเป็นผู้เยียวยาสรรพโรคคือเป็นผู้รักษาโรคและโลกให้แก่สัตว์โลกทั้งปวง ตามหลักทางพระพุทธศาสนา (หลวงพ่ोजรัญ จิตธมโม, 2554: 80) แนวทางการบำบัดโรคทางใจ นั้น คือ การพิจารณาธรรมตามแนวทางวิปัสสนากรรมฐาน เช่น พระมหากัสสปะ พระโมคคัลลานะ และพระมหาจันทะที่ฟังธรรมในโพชฌงค์ 7 (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 19 ข้อ 196: 129-130) ก็หายจากโรคในที่สุดและแม้กระทั่งพระพุทธองค์ทรงประชวรก็ทรงให้พระสาวกสวดมนต์บทโพชฌงค์ 7 (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 19 ข้อ 197: 130-131) ถวายและก็ทรงหายจากอาการประชวรเมื่อทรง พิจารณาในโพชฌงค์จะทำให้เกิดสมาธิและ

ปีติในที่สุด พระพุทธองค์ทรงแนะนำภิกษุทั้งหลายว่าการเจริญสมาธิที่พระองค์ทรงแนะนำนี้มีใช้แม้แต่สมถกรรมฐานอย่างเดียวยังมีวิปัสสนากรรมฐานอยู่ด้วยและวิปัสสนาจะช่วยให้เกิดปัญญาแก้ปัญหาตัวอุปาทานหรือโรคทางวิญญาณด้วยการมองเห็นสิ่งต่างๆ ตามความเป็นจริง เมื่อขจัดความเห็นผิดแล้ว โรคที่ปรากฏทางกายที่มีผลต่อจิตใจที่เห็นผิดย่อมได้รับการรักษาได้ในระดับหนึ่ง แม้จะยังไม่สามารถรักษาโรคให้หายขาดได้ แต่อย่างน้อยก็เป็นการลดการปรุงแต่งทางความคิดอันเป็นที่มาของความทุกข์ลงได้บ้าง (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 17 ข้อ 27-29: 13-14) ด้วยแนวทางการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานมีความสำคัญอย่างมากที่มีมาตั้งแต่สมัยพุทธกาลจนถึงปัจจุบันดังปรากฏว่า “สมัยหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้าประทับอยู่ในหมู่บ้านกुरुชนบทอันเป็นนิคมของชาวกुरु ชื่อว่า กัมมาสธัมมะ ณ ที่นั้นพระผู้มีพระภาคได้ตรัสพุทธภาษิตนี้ว่า “ดูกรภิกษุทั้งหลาย หนทางนี้เป็นที่ไปอันเอก เพื่อความบริสุทธิ์ของเหล่าสัตว์ เพื่อล่วงความโศกและปริเทวะ เพื่อความดับสูญแห่งทุกข์และโทมนัส เพื่อบรรลุนิพพานที่ถูกต้อง เพื่อให้แจ้งซึ่งพระนิพพานหนทางนี้ คือ สติปัฏฐาน 4 ประการ” (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 273: 336)

ดังนั้นหลักการเจริญสติปัฏฐาน 4 จึงเป็นวิธีปฏิบัติที่สำคัญมากเพราะสามารถพัฒนาสติของมนุษย์เพื่อให้พ้นจากความทุกข์ ด้วยสติปัฏฐาน 4 หรือ สัมมาสติ ดังพระพุทธองค์ตรัสว่าสัมมาสติมีอารมณ์ 4 ประการ คือ 1) กายานุปัสสนา การตามรู้กอรูปรู 2) เวทนา นุปัสสนา การตามรู้ความรู้สึก 3) จิตตานุปัสสนา การตามรู้จิต 4) ธัมมานุปัสสนา การตามรู้สภาวะธรรม (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 10 ข้อ 272: 241) การเจริญสติปัฏฐานนี้มีการปฏิบัติสืบทอดกันมาเป็นเวลาอันยาวนานของชาวพุทธฝ่ายเถรวาทนับตั้งแต่พุทธศักราช 235 มีพระอรหันต์นามว่า พระโมคคัลลีสบุตรตีสสะเถระทำตติสังคายนาที่เมืองปาฏลีบุตรเมืองหลวงของแคว้นมคธ เสร็จสิ้นแล้วได้ส่งสาวกที่เป็นพระอรหันต์นำพระพุทธศาสนาไปเผยแผ่ประดิษฐานยังประเทศต่างๆ 9 สาย (พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร, 2543: 2-3) หนึ่งใน 9 สายนั้นได้มาเผยแผ่ในสุวรรณภูมิซึ่งมีพระโสณอรหันต์และพระอุตตรอรหันต์ได้นำพระพุทธศาสนามาประดิษฐานและเผยแผ่ในสุวรรณภูมิ ส่วนการเข้ามาของวิปัสสนาในประเทศไทยนั้นเริ่มตั้งแต่สมัยของสมเด็จพระพุทธาจารย์ (อาจ อาสภมหาเถระ) ได้ส่งพระมหาโชดก ญาณสิทธิเปรียญธรรม 9 ประโยคไปศึกษาและปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่ประเทศสหภาพพม่าเป็นเวลา 1 ปี ในปีพ.ศ. 2495 และได้กลับมาเผยแผ่ในประเทศไทยพร้อมกับพระวิปัสสนาจารย์อีก 2 คือ ท่านอาสภเถระประธานกัมมัฏฐานาจารย์ และท่านอินทวังสะ ธัมมาจารย์กัมมัฏฐานาจารย์ ในปีพุทธศักราช 2496 เป็นต้นมาทำให้การเจริญวิปัสสนามีการพัฒนาไปสู่ในส่วนต่างๆ ของคณะสงฆ์ไทยและพัฒนาไปสู่ต่างประเทศในที่สุด

คุณสมบัติพิเศษของชีวิตมนุษย์ คือ สามารถฝึกฝนอบรมพัฒนาจิตใจให้มีคุณภาพที่เหมาะสมด้วยวิธีเจริญสติเป็นเครื่องชำระขัดเกลาอบรมจิตใจของมนุษย์ให้ดียิ่งขึ้นจนถึงที่สุดและการขัดเกลาจิตใจตามหลักพระพุทธศาสนา ก็คือ การเจริญวิปัสสนา (การอบรมจิต) เพื่อให้เหมาะสมแก่อุปนิสัยของบุคคลผู้ทรงธรรมในขณะนั้น ดังที่ทรงตรัสแก่สังกนิครถ์ว่า (พระเทพวิสุทธิกวี, 2543) อริยสาวกในธรรมวินัยนี้ ผู้ได้สดับแล้ว มีสุขเวทนาเกิดขึ้น ถูกสุขเวทนากระทบแล้ว ไม่มีความยินดีในสุขเวทนาและไม่ถึงความเป็นผู้ยินดีในสุขเวทนา สุขเวทนานั้นของเขาย่อมดับไป เพราะสุขเวทนาดับไป ทุกขเวทนาจึงเกิดขึ้น เขาถูกทุกขเวทนากระทบแล้ว ก็ไม่เศร้าโศก ไม่เสียใจ ไม่รำพัน ไม่ต้ออกคร่ำครวญ ไม่ถึงความหลงใหล สุขเวทนานั้นแม้ที่เกิดขึ้นแก่อริยสาวกแล้วก็ไม่ครอบงำจิตตั้งอยู่ เพราะเหตุที่ได้อบรมกาย ทุกขเวทนาแม้ที่เกิดขึ้นแล้วก็ครอบงำจิตอยู่ไม่ได้ เพราะเหตุที่ได้อบรมจิต สุขเวทนาและทุกขเวทนาทั้ง 2 ฝ่ายที่เกิดขึ้นแก่อริยสาวกผู้ใดผู้หนึ่งอย่างนี้ก็ไม่ครอบงำจิตตั้งอยู่ เพราะเหตุที่ได้อบรมกาย เพราะเหตุที่ได้อบรมจิต อัครเวสสันะ บุคคลผู้ได้อบรมกายได้อบรมจิตเป็นอย่างนี้ (พระไตรปิฎกภาษาไทย เล่ม 12 ข้อ 369: 404)

จากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาแนวคิดวิธีการปฏิบัติและการสื่อสารเพื่อให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่เพราะการเจริญวิปัสสนาก็มักมีฐานเป็นการพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจและสติ ปัญญาอย่างแท้จริงตามมรรควิธีของการพัฒนาโดยเริ่มจากการจัดระเบียบร่างกายให้เรียบร้อยด้วยศีลเมื่อกายเรียบร้อยดีแล้วจิตก็จะสงบเป็นสมาธิได้เร็วขึ้นเมื่อจิตเป็นสมาธิดีแล้วก็จะพัฒนาปัญญาให้เกิดขึ้นตามลำดับ จากนั้นก็จะสามารถหยั่งเห็นรูปร่างตามสภาวะโดยความไม่เที่ยงเป็นต้นด้วยวิปัสสนาญาณที่มีกำลังมากขึ้นจนรู้เห็นการเกิดดับอย่างรวดเร็วของสภาวะธรรมที่กำลังปรากฏอยู่ ตลอดถึงการรับรู้สภาวะของรูปที่เคลื่อนไหวอยู่ในขณะเดินและรับรู้จิตที่ต้องการจะเดิน การรับรู้รูปที่เกิดแล้วดับไปในขณะหนึ่งๆ นักปฏิบัติจะเข้าใจว่า เราเดิน เป็นเพียงคำที่ใช้พูดกันในโลกไม่มีตัวเราที่เดินอยู่จริงมีเพียงจิตที่ต้องการจะเดินและรูปที่เคลื่อนไหวจากขณะหนึ่ง ไปสู่อีกขณะหนึ่งเท่านั้น เมื่อเข้าใจถึงสภาวะการณอย่างนี้ปัญญาที่พัฒนามาดีแล้วก็จะแก้ปัญหาที่เกิดจากความซึ่มเศร้าสะเทือนใจ ความวิตกกังวล วาดระแวง เครียด เบื่อหน่าย ท้อแท้และความกลัวต่างๆ ลงได้เป็นลำดับและต้องได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานของรัฐและเอกชนทำกันอย่างเป็นรูปธรรมวางแผนเป็นนโยบายก็จะทำให้การแก้ปัญหาเหล่านั้นคลี่คลายไปและหมดไปได้ในที่สุด

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาแนวคิดหลักการและวิธีการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่
2. เพื่อศึกษากระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัดเชียงใหม่
3. เพื่อวิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่

ระเบียบวิธีวิจัย

งานวิจัยเรื่อง “การศึกษาแนวคิด วิธีการปฏิบัติและการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัดเชียงใหม่” คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามกระบวนการขั้นตอน ดังนี้

1. รูปแบบการวิจัย

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้ศึกษาการวิจัยแบบเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ใช้รูปแบบทั้งในเชิงเอกสาร (Documentary) และที่เก็บรวบรวมข้อมูลในภาคสนาม โดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ได้รวบรวมข้อมูลโดยใช้การสัมภาษณ์เชิงลึก (Depth interview) ดังนี้

1) การศึกษาในเชิงเอกสาร (Documentary Study) ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้ารวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาแนวคิดวิธีการปฏิบัติการสื่อสารเพื่อให้เกิดพุทธิปัญญาจากสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ โดยศึกษาจาก พระไตรปิฎก อรรถกถา ฎีกา ปกรณ์วิเสส จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องแล้วนำมาวิเคราะห์เนื้อหา และทำการศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากเอกสารและรายงานที่เกี่ยวข้อง เอกสารแสดงความสัมพันธ์ที่แสดงให้เห็นถึงแนวคิด ทฤษฎี เพื่อให้ได้คำตอบในเรื่องของแนวคิดองค์ความรู้และวิธีการของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ ทำให้ทราบกระบวนการการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัดเชียงใหม่ และทำให้ทราบรูปแบบการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่

2) การศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ในภาคสนาม (Field Study) เพื่อทราบแนวคิด การปฏิบัติงาน ในวิธีการปฏิบัติและการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมของจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งในการวิจัยภาคสนามผู้วิจัยมีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยภาคสนามดังนี้

ก. การสร้างแบบสัมภาษณ์ (1) ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวิธีสัมภาษณ์ (2) สร้างแบบสัมภาษณ์ตามกรอบเนื้อหา (3) นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบ (4) นำเครื่องมือที่ออกแบบให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ จากนั้นผู้วิจัยนำมาปรับ (5) การตรวจสอบเครื่องมือโดยใช้ IOC (6) นำเครื่องมือไปทดลองใช้กับกลุ่มที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใกล้เคียง จำนวน 25 ชุด แล้วนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นในระดับ .05 (7) นำเครื่องมือไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง (8) ปรับปรุงแก้ไขแบบสัมภาษณ์ ตามข้อเสนอแนะและเสนอให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบอีกครั้ง (9) ดำเนินการปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะจนได้แบบสัมภาษณ์ที่สมบูรณ์ตรงตามวัตถุประสงค์ (10) นำแบบสัมภาษณ์ที่ได้ไปใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลต่อไป

ข. ศึกษาและรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ที่ได้จากการสัมภาษณ์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่

ค. ดำเนินการวิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 4 แห่ง ซึ่งประกอบด้วย 1) วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร 2) สำนักปฏิบัติธรรมวัดรำเปิง (ตโปทาราม) 3) ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาฉิ่ง เลมิ่ง เฉลิมราช 60 ปี 4) สำนักปฏิบัติธรรมนิโรธาราม

ง. สรุปและนำเสนอผลการศึกษา ที่ได้ทั้งจากการสัมภาษณ์ภาคสนาม โดยนำมาวิเคราะห์ตามประเด็นที่สำคัญ คือ แนวคิดหลักการและวิธีการปฏิบัติธรรม กระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม และวิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่

2. พื้นที่การวิจัยและผู้ให้ข้อมูล

ก. พื้นที่การวิจัย การวิจัยในครั้งนี้ใช้พื้นที่ในการเก็บข้อมูลเพื่อประกอบการวิจัย คือ สำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 4 แห่ง ซึ่งประกอบด้วย 1) วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ 2) สำนักปฏิบัติธรรมวัดรำเปิง (ตโปทาราม) อำเภอเมืองเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่ 3) ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาฉิ่ง เลมิ่ง เฉลิมราช 60 ปี อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ และ 4) สำนักปฏิบัติธรรมนิโรธาราม อำเภอจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่

ข. กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก ที่คณะผู้วิจัยได้ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย พระวิปัสสนาจารย์ 5 รูป พระภิกษุ 5 รูป แม่ชี 5 ท่าน และโยคีผู้ปฏิบัติธรรม (เฉพาะผู้ผ่านหลักสูตร 21 วัน) 10 คน จาก 4 สำนัก คือ วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร สำนักวิปัสสนาวัดรำเปิง (ตโปทาราม) ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาฉิ่ง เลมิ่ง เฉลิมราช 60 ปี และสำนักปฏิบัติธรรมนิ

โรธาราม รวมประชากรทั้งสิ้น 25 รูป/คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัย

ในการดำเนินการตามโครงการวิจัยนี้ คณะผู้วิจัยได้คัดเลือกเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในแนวคิด หลักการ วิธีการ กระบวนการ และรูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ในครั้งนี้ ประกอบด้วย 1) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล ได้แก่ เครื่องบันทึกเสียงการสนทนาหรือบันทึกข้อมูลโดยการจดบันทึก กล้องถ่ายภาพนิ่งและภาพเคลื่อนไหว หลังจากนั้น จึงนำข้อมูลเสียงจากการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม การระดม และการบรรยายภาพมาทำการวิเคราะห์และสังเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) ของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีแนวคิด หลักการ วิธีการปฏิบัติธรรมเพื่อให้เห็นกระบวนการสื่อสารที่เกิดทางพุทธิปัญญาไปอย่างกว้างขวางมากยิ่งขึ้น แล้วจึงจัดทำเป็นรูปเล่มรายงาน การศึกษาวิจัยพร้อมด้วยเอกสารหรือสื่อผสม เพื่อนำไปเผยแพร่ต่อไป 2) ลักษณะของเครื่องมือ เป็นแบบการสัมภาษณ์ (Interview) ผู้วิจัยนำผลการศึกษาค้นคว้าเอกสาร เพื่อกำหนดประเด็นข้อคำถามที่ใช้เป็นแนวทางใน การสัมภาษณ์โดยยึดตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย อาศัยกรอบแนวปฏิบัติการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ (2) แบบสังเกต (Observation) เป็นการสังเกตวิธีการสื่อสารคำสอนของแต่ละสำนักอย่างรอบด้านเพื่อให้ได้ข้อมูลที่สามารถตอบปัญหาการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ได้

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์ (Depth interview) และวิธีสังเกตการแบบมีส่วนร่วม (Observation) และการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้างมีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยภาคสนาม ดังนี้

1) ผู้วิจัยทำหนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านศูนย์บัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตเชียงใหม่ ถึงเจ้าสำนักวิปัสสนากรรมฐานในจังหวัดเชียงใหม่ รวม 4 สำนัก เพื่อขอความร่วมมือในการเข้าเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ปฏิบัติธรรมที่มีประสบการณ์เฉพาะผู้ผ่านหลักสูตร 21 วัน 2) ภายหลังได้รับอนุมัติและยินยอมให้เข้าเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้เข้าชี้แจงถึงวัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ รวมถึงขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยแก่เจ้าสำนักวิปัสสนาทั้ง 4 สำนัก เพื่อขอความอนุเคราะห์ช่วยอำนวยความสะดวกนัดหมายวันเวลาที่ จะเก็บรวบรวมข้อมูล 3) ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองโดยการสัมภาษณ์พระวิปัสสนาจารย์ พระภิกษุ แม่ชี และผู้ปฏิบัติธรรมที่มีประสบการณ์ เฉพาะผู้ผ่านหลักสูตร 21 วันของแต่ละสำนัก เท่านั้น เพื่อรวบรวมข้อมูลนำเสนออภิปรายผลเป็นลำดับต่อไป

5. การนำเสนอข้อมูล

ด้านการนำเสนอข้อมูลอยู่ในลักษณะการพรรณนาความ (Descriptive Presentation) เกี่ยวกับการศึกษาแนวคิดวิธีการปฏิบัติการสื่อสารเพื่อให้เกิดพุทธิปัญญาจากสำนักปฏิบัติธรรม และเพื่อนำไปสู่วิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่

ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาแนวคิด วิธีการปฏิบัติและการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัดเชียงใหม่” มีวัตถุประสงค์อยู่ 3 ประการ คือ 1) เพื่อศึกษาแนวคิดหลักการและวิธีการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ 2) เพื่อศึกษากระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัดเชียงใหม่ และ 3) เพื่อวิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ โดยมีผลสรุปดังนี้

1) แนวคิดหลักการและวิธีการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่

วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร จากการศึกษาในรูปแบบปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานแบบสติปัฏฐาน 4 วัดพระธาตุศรีจอมทอง วรวิหาร ของพระธรรมมังคลาจารย์ สรุปได้ว่าท่านใช้วิธีการสอนด้วยสื่อประกอบการบรรยายหรือการสอน โดยมีแบบฝึกหัดในการสอน ซึ่งมีรูปภาพและคำบรรยายประกอบทุกแบบฝึกหัด และที่สำคัญแต่ละแบบฝึกหัดได้เน้นเรื่องโสฬสญาณ หรือ ญาณ 16 อันเป็นลำดับแห่งการก้าวขึ้นสู่การหลุดพ้น การปฏิบัติตามแบบวิปัสสนากัมมัฏฐานแนวสติปัฏฐาน 4 ที่ท่านใช้สอนอยู่ทุกวันนี้ นับได้ว่าเป็นการสอนที่ทันสมัยน่าสนใจ เหมาะสำหรับผู้ปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐานทุกเพศทุกวัย ด้วยเหตุนี้เองจึงทำให้การเผยแผ่พระพุทธศาสนาของท่านทั้งในประเทศและต่างประเทศ ประสบความสำเร็จได้อย่างดียิ่ง

ดังนั้น ย่อมเป็นที่ชัดเจนแล้วว่า ผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน 4 เท่านั้นที่จะได้รับอานิสงส์ ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร ส่วนผู้ที่เจริญสติปัฏฐาน 4 หากปฏิบัติหรือเจริญสติปัฏฐาน 4 ให้ถูกต้องตามลำดับขั้นตอนและปฏิบัติอย่างต่อเนื่องและจริงจัง ตามแบบฉบับของพระธรรมมังคลาจารย์ก็ย่อมได้รับอานิสงส์เช่นเดียวกับที่พระพุทธองค์ได้ตรัสแล้วทุกประการเช่นกัน

สำนักวิปัสสนาวัตร์ำเปิง (ตโปทาราม) รูปแบบของการปฏิบัติของวัตร์ำเปิง(ตโปทาราม) ตำบลสุเทพ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ได้กำหนดรูปแบบการปฏิบัติวิปัสสนาภาหน้า (วิปัสสนายานิก) หรือปฏิบัติแบบวิสุทธิวิปัสสนาซึ่งประกอบด้วยวิปัสสนาภูมิ 6 ภูมิแห่งวิปัสสนา วิสุทธิ 7 โภธิปักขิยธรรม 37 คือองค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ หลักธรรมดั่งที่กล่าวมานี้เป็นหลักแห่งการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 องค์ธรรมได้แก่ “ปัญญาเจตสิก”

หลักแห่งการปฏิบัติซึ่งมีปรากฏในคัมภีร์ทางพระพุทธศาสนาคือพระไตรปิฎก อรรถกถา และคัมภีร์วิสุทธิมรรค ฎีกา อนุฎีกา ซึ่งมียุอยู่แล้วในคัมภีร์ดั่งที่กล่าวมาแล้ว ซึ่งก็สามารถนำมาปฏิรูประงสรรค์เข้ากับรูปแบบของการปฏิบัติโดยการใช้แนวทาง “พองหนอ-ยุบหนอ” ตามสายของพระอรยวงศ์ของมหาสียะยาตอซึ่งเป็นที่นิยมในการปฏิบัติอย่างกว้างขวาง ปฏิบัติแล้วมีความเข้าใจง่าย นี่จึงเป็นแรงจูงใจแก่ผู้ปฏิบัติ

ศุนย์ปฏิบัติธรรม ตาณังเลณัง เฉลิมราช 60 ปี เป็นศุนย์ปฏิบัติวิปัสสนาตามแนวสติปัฏฐาน 4 (พองหนอ-ยุบหนอ) สถานที่นี้เป็นระเบียบ สงบ เรียบร้อย มีการจัดแยกเป็นคอร์สการปฏิบัติ สำหรับผู้เริ่มต้น สำหรับผู้ที่เคยฝึกมาแล้วหรือมีพื้นฐานการปฏิบัติแล้ว คอร์สการฝึกปฏิบัติสำหรับ พระภิกษุสามเณร โดย พระครูภาวนาสมณวัตร (ประจาก สิริวัฒนโธ) ผู้เข้ารับการอบรม ต่างปฏิบัติเอง บริหารเวลาเอง และ รักษาวินัยด้วย ตนเอง เนื่องจากพื้นฐานจริตนิสัยและอินทรีย์ ที่แตกต่างกันของโยคีแต่ละท่าน การปรับการปฏิบัติให้เหมาะสมกับตนเอง ตามคำแนะนำของพระวิปัสสนาจารย์ ทำให้เกื้อกูลต่อการปฏิบัติธรรมของโยคีเป็นอย่างดี ซึ่งในหลักสูตรนี้โยคีจะได้รับการสอบอารมณ์ทุกวันโดยพระวิปัสสนาจารย์ เพื่อตรวจสอบความก้าวหน้าในการปฏิบัติ และท่านจะได้ช่วยแก้ปัญหาในการปฏิบัติเป็นรายบุคคล พระวิปัสสนาจารย์จะบรรยายธรรมทุกวันเพื่อปลูกศรัทธาและเพื่อให้เข้าใจหลักการปฏิบัติมากขึ้น

สำนักปฏิบัติธรรมนิโรธาราม เป็นสถานที่รองรับให้ผู้หญิงได้เข้ามาศึกษาพระพุทธศาสนาตามแนวทางพระไตรปิฎก และใช้เป็นสถานที่ในการอบรมค่ายคุณธรรมจริยธรรม โดยมีหน่วยงานทั้งภาครัฐบาลและเอกชน รวมถึงสถาบันการศึกษาต่างๆ ปฏิบัติตนตั้งอยู่ในศีล ภาวนา สมาธิ อย่างเคร่งครัด กินอาหารมังสวิรัตวันละมื้อเดียว เน้นความสมถะด้านการเทศน์-การบรรยายธรรมของภิกษุณีนันทญาณิ (อดีตแม่ชีรุ่งเดือน สุวรรณ) สำนักฯแห่งนี้ นักบวช ไม่ว่าสามเณรหรือแม่ชีต้องปฏิบัติและทำงานวัดค่อนข้างหนักเพราะมีคณน้อยเมื่อเปรียบเทียบกับอาคารสถานที่และพื้นที่ การปฏิบัติส่วนมากต่างคนต่างก็ปฏิบัติเอง และทุกท่านมักจะศึกษาพุทธพจน์จากพระไตรปิฎก หรือเรียนจากหนังสือนักธรรม ฯลฯ กันเอง

ผู้ที่ขอ “เข้าเฝ้า” จะมีท่านสามเณรที่มีประสบการณ์ไปช่วยสอบอารมณ์ให้ถึงกุฏิทุกวัน

2) กระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัด เชียงใหม่

จากการศึกษาการปฏิบัติธรรมวิปัสสนากรรมฐานทุกสำนักจะใช้การสื่อสาร ที่ไปยังกลุ่มเป้าหมายที่เข้ามาเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ด้านพุทธิปัญญา คือ การปฏิบัติธรรม ประกอบด้วย

(1) การปฏิบัติธรรมแบบแนวสติปัฏฐาน 4 (2) การเทศนาสั่งสอนธรรม การแสดงปาฐกถา บรรยายธรรม (3) การเขียนและพิมพ์หนังสือคู่มือธรรมะและการปฏิบัติธรรม

3) รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัด เชียงใหม่

กระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรม ในจังหวัดเชียงใหม่ สำนักปฏิบัติธรรมทั้งหมด ใช้การสื่อสารในรูปแบบ ผู้ส่งสารเป็นผู้เชี่ยวชาญ สารเป็นสารที่มี เนื้อหาเฉพาะต่อกลุ่มที่สนใจ ช่องทางมีการสื่อสารในช่องทางที่จำกัดไม่ครอบคลุมตามรูปแบบกระบวนการมีช่องทางการสื่อสารที่จำกัด ผู้รับสารเน้นผู้ทำมีความพร้อมที่จะศึกษาและ นำไปสู่การปฏิบัติได้จริง รูปแบบการสื่อสารการปฏิบัติธรรมกรรมฐานผ่านสื่อสังคมออนไลน์ ประกอบไปด้วยรูปแบบสื่อมัลติมีเดียต่างๆ ที่สำคัญต้องมียุทธศาสตร์ประกอบของรูปแบบการสื่อสาร คือ เนื้อหาการปฏิบัติธรรมหรือธรรมะที่ถูกต้อง เป็นที่ชื่นชอบ ทันสมัยและได้ประโยชน์ มีการนำเสนอที่ตรงเป้าหมาย เข้าใจง่าย

ดังนั้น ผู้สื่อสารธรรมจำเป็นต้องเป็นมีความชำนาญในการเผยแพร่ และรูปแบบ ต้องมีความเชื่อมโยง และสัมพันธ์และดำเนินตามกระบวนการสื่อสาร คือ รูปแบบต้องมีเจตนา การสื่อสารการปฏิบัติธรรมต้องเด่นชัด โดนใจ เพราะรูปแบบจะสมบูรณ์หรือไม่ขึ้นอยู่กับผู้ส่งสาร สาร ช่องทาง และ ผู้รับสาร และท้ายที่สุดต้องมีการประเมินตรวจสอบรูปแบบการสื่อสารแนวความคิดการปฏิบัติธรรม ด้วยการตรวจสอบจากความมั่นคง และ ความคงอยู่ของเฟซบุ๊ก ยูทูป เว็บไซต์ และทำการประเมินตรวจสอบยอดการไลค์ อย่างน้อย 2 ปีขึ้นไป และการแบ่งปันข้อมูล เป็นต้น

อภิปรายผล

การปฏิบัติธรรมตามหลักพระพุทธศาสนา เป็นการเรียนรู้ธรรมชาติของตัวเราเองเพื่อให้เห็นความจริงของธรรมชาติในเรื่องของเหตุผลว่า ชีวิตของเราทุกคนขึ้นอยู่กับกฎของธรรมชาติ คือกฎของกรรม บุคคลสร้างเหตุได้ไว้ย่อมได้รับผลของการกระทำนั้น ถ้าสร้าง

เหตุที่ย่อมได้รับผลดี ถ้าสร้างเหตุช่วยย่อมได้ผลชั่ว จุดหมายที่แท้จริงของการฝึกสมาธิ คือ การเข้าถึงจุดมุ่งหมายสูงสุดของพระพุทธศาสนาอันได้แก่การบรรลุนิพพาน ในการปฏิบัติธรรมซึ่งเป็นเรื่องสำคัญปัจจุบันในจังหวัดเชียงใหม่มีสำนักปฏิบัติธรรมจำนวนมาก ในการศึกษาวิจัยนี้จะนำเสนอ 1) แนวคิด หลักการ และวิธีการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ 2) กระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ และ 3) วิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 4 สำนัก ดังต่อไปนี้

1. แนวคิด หลักการ และวิธีการปฏิบัติธรรมของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัดเชียงใหม่

ก. สำนักปฏิบัติธรรมวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร จังหวัดเชียงใหม่

สติปัฏฐาน 4 เป็นทางที่จะช่วยปลดปล่อยพันธนาการเครื่องร้อยรัดที่ผูกมัดจิตใจของเราไว้ให้ไปสู่ความเป็นอิสระ หลุดพ้นจากอำนาจความครอบงำของกิเลสตัณหาทั้งปวง ประกอบด้วย

- 1) กายานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณากายเป็นอารมณ์
- 2) เวทนานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาเวทนาเป็นอารมณ์
- 3) จิตตานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาจิตเป็นอารมณ์
- 4) ธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน พิจารณาธรรมเป็นอารมณ์ การปฏิบัติวิปัสสนา

กัมมัญฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 คือ (1) การกำหนดต้องกำหนดให้ได้ปัจจุบันธรรม (2) การทำให้ต่อเนื่องกัน (3) ต้องมีองค์คุณ 3 คือ (1) อาตาปี เพียรตั้งใจทำจริง (2) สติมา มีสติระลึก รู้อยู่ที่รูปนามที่กำลังเกิดขึ้น (3) สัมปชานา รู้ตัวทั่วพร้อมติดตามอริยาบถอยู่ทุกขณะ 4) ปรับอินทรีย์พละให้เสมอกัน 5) กุระเปียบการเข้าปฏิบัติวิปัสสนากัมมัญฐานตามแนวสติปัฏฐาน 6 4) บุพกิจเบื้องต้นในการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัญฐานตามแนวสติปัฏฐาน 7) พิธีการขึ้นกัมมัญฐาน

ข. สำนักปฏิบัติธรรมรำเปิง (ตโปทาราม) จังหวัดเชียงใหม่

การปฏิบัติวิปัสสนานำหน้า (วิปัสสนายานิก) หรือปฏิบัติแบบวิสุทธิวิปัสสนาซึ่งประกอบด้วยวิปัสสนาภูมิ 6 ภูมิแห่งวิปัสสนา วิสุทธิ 7 โภธิปักขิยธรรม 37 คือองค์ธรรมแห่งการตรัสรู้ หลักธรรมดังกล่าวมานี้เป็นหลักแห่งการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 องค์ธรรมได้แก่ “ปัญญาเจตสิก”

อารมณ์กรรมฐานให้อยู่กับปัจจุบันขณะกำหนดรู้ตามความเป็นจริง (วิปัสสนา) ซึ่งเป็นการปฏิบัติแบบง่าย ๆ โดยมีสติกำหนดพิจารณาในปัจจุบันขณะเอาสติปัฏฐานทั้ง 4

มีกาย เวทนา จิต ธรรมเอามาเป็นอารมณ์กรรมฐานเป็นที่ตั้งแห่งสติกำหนดเป็นสภาวะธาตุรู้ จิตรู้ปรมาตถธรรม กำหนดเห็นเป็นเพียงสภาวะเท่านั้น โดยให้มีสติกำหนดรู้โดยสภาวะ ระลึกรู้ ตามดู รู้ปัจจุบันขณะสักแต่ว่าอาศัยระลึกรู้เท่านั้น โดยมีสติระลึกรู้และมีวิริยะ คือ มีความพากเพียรกำหนดภาวนาอย่างจดจ่อต่อเนื่อง มีสัมปชัญญะ คือเห็นตามอาการที่มาปรากฏจริง คือปัญญาพิจารณาเห็นตามความเป็นจริงว่าเป็นเพียงสภาวะธาตุรู้ (ธาตุ 4 หรือ มหาภูตรูป) รูปขันธ์ 1 นามขันธ์ 4 รวมเป็นกองแห่งขันธ์ คือ ขันธ์ 5 โดยมีสติกำหนดพิจารณาพระไตรลักษณ์กำหนดรู้ในอริยสัจ 4 มีมรรคมืองค์ 8 นำมาเป็นอารมณ์กรรมฐาน ซึ่งการปฏิบัติธรรมนี้ไม่ต้องยุ่งยากอะไรเพียงแต่มีสติกำหนดรู้ตามความเป็นจริง สักแต่ว่าระลึกรู้ไม่ยึดมั่น ไม่ถือมั่นอะไร ๆ ในรูป-นาม ขันธ์ 5 นี้ให้พิจารณาเห็นเป็นสภาพที่เป็นจริงโดยสภาวะธรรมเท่านั้น (ปรมาตถ) จิตปราศจากการปรุงแต่งซึ่งเป็นหลักของการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่มีอยู่ในกรอบแห่งไตรสิกขา 3 คือ ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นการขัดเกลากิเลสได้โดยตรงก่อให้เกิดการพัฒนาจิตที่สามารถยกระดับจิตของผู้ปฏิบัติธรรมให้เกิดปัญญาญาณหรือวิปัสสนาญาณนั่นเอง ก็อาศัยรูปแบบการปฏิบัติแบบ “พองหนอ-ยุบหนอ” ซึ่งอาการพอง และอาการยุบของท้องนี้ก็มาจากการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานตามแนวสติปัฏฐาน ๔ โดยนำเอา “อานาปานสติ” ที่เกิดจากลมหายใจเข้าทำให้เกิดท้องพอง ลมหายใจออกทำให้เกิดท้องยุบลมไม่มีเข้า ลมไม่มีออก ก็ไม่มีพองไม่มียุบ ซึ่งมีอยู่ในมหาสติปัฏฐาน 4 ในฐานของกาย คือ กายานุปัสสนาอานาปานบรรพ

ค. สำนักปฏิบัติธรรมตามถ้ำเขื่อนงัน เฉลิมราช 60 ปี จังหวัดเชียงใหม่

เป็นการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐาน ตามแนวสติปัฏฐาน 4 เมื่อผู้ปฏิบัติได้เรียนรู้เทคนิคหลักการโดยละเอียด ด้วยประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติเอง จึงเรียกว่า “โยคี” ซึ่งแปลว่า ผู้เพ่งเพียรเพิกกิเลส เป็นการปฏิบัติแบบพอง - ยุบ จะต้องมีการกำหนด แบ่งออกเป็น 3 ส่วนหลัก คือการกำหนดอิริยาบถใหญ่ทั้ง 4 ได้แก่ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน การกำหนดอิริยาบถย่อย ได้แก่การขยับอวัยวะส่วนเล็กๆ น้อยๆ ของร่างกาย เช่น การคู้แขน ขยับขา นิ้วมือหรือการกระพริบตา ฯลฯ และการกำหนด นามธรรมทั้งหมดที่เหลือ ได้แก่ เวทนา จิต ธรรม ที่เกิดขึ้นระหว่างการกำหนดอิริยาบถใหญ่ และอิริยาบถย่อย เมื่ออาการใดปรากฏเด่นชัดก็ให้กำหนดรู้ในกิริยาอาการนั้นทันที การปฏิบัติตามหลักในสติปัฏฐาน 4 อันเป็นหนทางสายเดียวเท่านั้น ที่ช่วยให้ถึงซึ่งความพ้นทุกข์แนวทางการปฏิบัติ ที่มีปรากฏอยู่ในมหาสติปัฏฐานสูตรและพระสูตรอื่นๆ หลักการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของศูนย์ฯ เป็นการอธิบายความตามที่ พระอรรถกถาจารย์ได้กล่าวไว้ตลอดจนคล้อยตามคำสอนของท่านพระอาจารย์มหาสียาตอ (โสภณมหาเถระ) ที่สืบทอดมาจากบูรพาจารย์มิใช่เป็นหลัก

การใหม่ ที่ท่านพระอาจารย์ใหญ่ได้คิดค้นขึ้นมา แต่เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมเข้าใจในหลัก การปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

ข. สำนักปฏิบัติธรรมนิโรธาราม จังหวัดเชียงใหม่

ศึกษาพุทธพจน์จากพระไตรปิฎก หรือเรียนจากหนังสือนักธรรม ผู้หญิงที่บวช หากเป็นภิกษุณีจะถือศีล 311 ข้อ ส่วนสามเณรีนั้นถือศีล 10 ข้อ เน้นวิปัสสนากรรมฐาน แนวปฏิบัติธรรมประจำวัน ทั้งภิกษุณี สามเณรี แม่ชี และโยคี (แม่พราหมณ์) ต้องสวดมนต์ ร่วมกัน วันละ 3 เวลา คือ 04.00 นาฬิกา 13.30- นาฬิกา และ 17.30 นาฬิกา ไม่สวม รองเท้า ฉ้นมือเดียวในเวลา 08.00 นาฬิกา และเป็นอาหารมังสวิรัตด้วย วัตถุประสงค์หลัก ของการก่อตั้งสำนักคือเพื่ออนุเคราะห์แก่สตรีที่ตั้งใจมาดำเนินชีวิตบวชปฏิบัติแห่งศีล สมาธิ ปัญญา ตามรอยพระพุทธองค์

2. กระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมในจังหวัด เชียงใหม่

กระบวนการสื่อสารทางพุทธิปัญญาด้วยการเจริญกรรมฐานเป็นกิจกรรมที่สำคัญ ทางพระพุทธศาสนา ในคัมภีร์พระไตรปิฎกกล่าวถึงกรรมฐานไว้ 2 ชนิด คือ สมถกรรมฐาน และวิปัสสนากรรมฐาน ทั้งสมถและวิปัสสนา มีสติปัญญาเป็นเหตุ ซึ่งมีใช้สติในความหมาย โดยทั่วไปที่เราใช้ในชีวิตประจำวัน จึงจำเป็นต้องเรียนรู้ถึงลักษณะพิเศษ และข้อจำกัดต่างๆ ของสติเสียก่อน เพื่อที่จะสามารถใช้สติเป็นบาทฐานแก่การเจริญสมถกรรมฐานและวิปัสสนา กรรมฐานได้อย่างถูกต้อง ที่กล่าวว่า ต้องมีลักษณะพิเศษ เพราะสติปัญญาจะใช้เพื่อการ ระลึกรู้สึกตัวที่มีความเปลี่ยนแปลงใดเกิดขึ้นในร่างกายและจิตใจตนเองเท่านั้น รู้ว่าความ เปลี่ยนแปลงทางความรู้สึกนึกคิดนั้น ทำให้เกิดการตอบสนองอย่างไร และสิ้นสุดลงเพราะ เหตุใด การเรียนรู้ลักษณะของสติเช่นนี้เป็นศิลปะอย่างหนึ่งที่ใช้ในการควบคุมความคิดและ พฤติกรรมให้เป็นไปอย่างเหมาะสม รู้จักผ่อนหนักผ่อนเบา ทั้งนี้มีใช้เพียงแค่ประโยชน์ในการ อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างสงบสุขเท่านั้น แต่สามารถยอมสละชีวิตตนเองออกจากวิภวภูมอันไร้ แก่นสารได้อย่างกล้าหาญเช่นกัน

3. วิเคราะห์รูปแบบการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักปฏิบัติธรรมใน จังหวัดเชียงใหม่

รูปแบบของการสื่อสารให้เกิดพุทธิปัญญาของสำนักทั้ง 4 สำนักสรุปออกมาเป็น 2 ประเด็น คือ การสร้างศรัทธา และการสร้างปัญญา ซึ่งแยกออกมาของแต่ละสำนักดังนี้

1) วัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร มีรูปแบบการสื่อสารด้านการสร้างศรัทธา คือ เฟสบุ๊คของพระธรรมมงคล (หลวงพ่อทอง สิริมงคล) ในการนำเสนอพุทธธรรม แสดงออก

ด้วยการ โปสเตอร์รูปภาพ / วิดีโอ พบว่า การโปสเตอร์รูปภาพส่วนใหญ่ เป็นภาพนึ่งการปฏิบัติศาสนกิจทั้งในประเทศไทย และต่างประเทศ ได้แก่ การบรรยายธรรม การปาฐกถา ในสถานที่ต่างๆ อาทิเช่น “พระเดชพระคุณพระธรรมมังคลาจารย์ เมตตาให้กรรมฐาน แต่พระภิกษุสงฆ์ในโครงการพระวิปัสสนาจารย์ หนเหนือ ภาค 7-6” “ปฏิบัติศาสนกิจภายในวัด ทุกวันพระ”

ส่วนการสร้างปัญญา คือ สำนักปฏิบัติธรรมวัดพระธาตุศรีจอมทองวรวิหาร ให้การสอนการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานในแนวสติปัฏฐาน 4 ตั้งแต่ขั้นพื้นฐานจนถึงระดับสูง สำหรับภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ตลอดจนผู้สนใจทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ และมีการจัดให้สอบอารมณ์พระกัมมัฏฐาน โดยจะเป็นไปตามแนวทางสติปัฏฐาน 4 คือ กาย เวทนา จิต และธรรม)

2) สำนักวิปัสสนาวัดรำเปิง (ตโปทาราม) มีรูปแบบการสื่อสารด้านการสร้างศรัทธา คือ เฟสบุ๊คของพระภิกษุภรรมาภริช ในการนำเสนอพุทธธรรม แสดงออกด้วยการแสดงความคิดเห็นในข้อความ โครงการปฏิบัติธรรม ตามแนวสติปัฏฐาน 4 ณ วัดรำเปิงผู้วิจัยขอยกตัวอย่างในการเผยแพร่ธรรมะ (วัดรำเปิง (ตโปทาราม) Wat Ram Poeng (Tapotaram), กิจกรรมวันธรรมสวนะ ทำบุญใส่บาตร พระภิกษุสงฆ์ สามเณร วัดรำเปิง (ตโปทาราม) และร่วมฟังพระธรรมเทศนา แสดงพระธรรมเทศนาโดย พระเดชพระคุณพระภิกษุภรรมาภริช วิ. เจ้าอาวาสวัดรำเปิง (ตโปทาราม)

ด้านการสร้างปัญญา วัดรำเปิง เน้นการสอนการเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานตามแนวสติปัฏฐาน 4 ปฏิบัติให้เกิดปัญญา

3) ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาฉิ่ง เลม้ง เฉลิมราช 60ปี มีรูปแบบการสื่อสารด้านการสร้างศรัทธา คือ เฟสบุ๊คของพระครูภิกษุภรรมาภริช ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาฉิ่ง เลม้ง เฉลิมราช 60 ปี ในการนำเสนอพุทธธรรม แสดงออกด้วยการแสดงความคิดเห็นในข้อความ โครงการปฏิบัติธรรม ตามแนวสติปัฏฐาน 4 ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาฉิ่ง เลม้ง เฉลิมราช 60 ปี (ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาฉิ่ง เลม้ง เฉลิมราช 60 ปี

ด้านการสร้างปัญญา ศูนย์ปฏิบัติธรรม ตาฉิ่ง เลม้ง เฉลิมราช 60 ปี ปฏิบัติเจริญวิปัสสนา สติปัฏฐาน 4 (พองหนอ-ยุบหนอ) สถานที่ที่นี้เป็นระเบียบ สงบ เรียบร้อย มีการจัดแยกเป็นคอร์สการปฏิบัติ สำหรับผู้เริ่มต้น สำหรับผู้ที่เคยฝึกมาแล้วหรือมีพื้นฐานการปฏิบัติแล้ว คอร์สการฝึกปฏิบัติสำหรับ พระภิกษุสามเณร โดย พระครูภิกษุภรรมาภริช วิ. (ประจก สิริวัฒน)

4) สำนักปฏิบัติธรรมนิโรธาราม มีรูปแบบการสื่อสารด้านการสร้างศรัทธา คือ เฟสบุ๊คของภิกษุณีรุ่งเดือน นนทญาณิ (สุวรรณ) ในการนำเสนอพุทธธรรม แสดงออกด้วยการ

แสดงความคิดเห็นในข้อความ โครงการปฏิบัติธรรม ตามแนวสติปัฏฐาน 4 ณ สำนักปฏิบัติธรรมนิโรธาราม

ด้านการสร้างปัญญา สำนักปฏิบัติธรรมนิโรธาราม ยึดถือการปฏิบัติตนตั้งอยู่ในศีล ภาวนา สมาธิ อย่างเคร่งครัด กินอาหารมังสวิรัตวันละมื้อเดียว ไม่สวมใส่รองเท้า ไม่ใช้เงิน และฝึกฝนการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ มีวิถีชีวิตในแบบกินง่ายอยู่ง่าย เน้นความสมถะ ไม่เบียดเบียน มุ่งศึกษาพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าจากพระไตรปิฎก เพื่อการพ้นทุกข์

สรุป

ดังนั้น ผู้สื่อสารธรรมจำเป็นต้องเป็นมีความชำนาญในการเผยแพร่ และรูปแบบต้องมีความเชื่อมโยง และสัมพันธ์และดำเนินตามกระบวนการสื่อสาร คือ รูปแบบต้องมีเจตนา การสื่อสารการปฏิบัติธรรมต้องเด่นชัด โดนใจ เพราะรูปแบบจะสมบูรณ์หรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับผู้ส่งสาร สาร ช่องทาง และ ผู้รับสาร และท้ายที่สุดต้องมีการประเมินตรวจสอบรูปแบบการสื่อสารแนวคิดการปฏิบัติธรรม ด้วยการตรวจสอบจากจากความมั่นคง และ ความคงอยู่ของ เฟสบุ๊ค ยูทูป เว็บไซต์ และทำการประเมินตรวจสอบยอดการไลค์ อย่างน้อย 2 ปีขึ้นไป และการแบ่งปันข้อมูล เป็นต้น

บรรณานุกรม

- พระเทพวิสุทธิกวี (พิจิตร จิตวณฺโณ). (2542). **คู่มือการบำเพ็ญกรรมฐาน**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาจุฬาราชวิทยาลัย.
- _____. (2543). **การพัฒนาจิต**. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาราชวิทยาลัย.
- พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตฺโต). (2554). **การแพทย์ยุคใหม่ในพุทธทัศน์**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์สธรรมมิก.
- พระพรหมโมลี (วิลาศ ญาณวโร). (2543). **ภาวนาทีปนี**. กรุงเทพมหานคร: ดอกหญ้า.
- พระราชพรหมจารีย์ (พระอาจารย์ทอง สิริมจฺคโล). (2545). **คู่มือการปฏิบัติวิปัสสนากัมมัฏฐาน ในแนวสติปัฏฐาน 4**. เชียงใหม่: คณะศึกษานุศิษย์.
- หลวงพ่ोजรัญ จิตธมฺโม. (2554). **พิชิตกรรมร้าย หายป่วยด้วยโพชฌังคปริตร**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลียงเชียง.
- อุทัย สุตสุข. (2554). **หมู่บ้านสุขภาพดีวิถีพุทธ-การเรียนรู้**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: เทพประทานการพิมพ์.