

การปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนวัดปลักแรดตำบลปลักแรด

อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก

The dharma practice of the buddhists, wat plak raed, plak raed

Sub- district, bang rakam district, phitsanulok province

พระวัลลภ กลยานธมโม (สุขเจริญ)

Phra wanlop kanlayanadhammo (sukjarenn)

บทคัดย่อ

1) การปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน วัดปลักแรดได้จัดพื้นที่สำหรับให้พุทธศาสนิกชนให้เข้าไปปฏิบัติธรรมได้ตลอดเวลา แต่ประชาชนทั่วไปก็ยังเข้าปฏิบัติธรรมเป็นจำนวนน้อย ยังไม่ค่อยมีใครให้ความสำคัญกับการปฏิบัติธรรมมากเป็นพิเศษ ส่วนใหญ่ที่เข้าวัดปฏิบัติธรรมจะเป็นกลุ่มพุทธศาสนิกชนที่เข้ามาถือศีลอุโบสถประจำวันพระ หรือวันสำคัญทางพระพุทธศาสนาหรือวันพิเศษเป็นส่วนใหญ่

2) ปัญหาและอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน ทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านวิชาการ การใช้เอกสารประกอบการปฏิบัติธรรม เช่น หนังสือทำวัตรสวดมนต์ เอกสารความรู้เกี่ยวกับสมณะและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับอุบาสกอุบาสิกายังมีน้อยมาก และไม่เหมือนกัน ด้านบุคลากร ไม่มีพระวิปัสสนาจารย์สอนในการปฏิบัติ ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะว่าวัดปลักแรดยังไม่ได้เป็นสำนักปฏิบัติธรรม ที่ถูกต้อง จึงปล่อยให้ปฏิบัติกันเองตามความรู้ความสามารถของตน ด้านสถานที่ วัดปลักแรดไม่มีอาคารแยกสำหรับการปฏิบัติธรรมเฉพาะ คงใช้ศาลาการเปรียญในการปฏิบัติธรรม พร้อมทั้งเป็นสถานที่พักด้วย

3) แนวทางในการพัฒนาการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนทั้ง 3 คือ ด้านวิชาการ ควรมีการอบรมฝึกสอนปฏิบัติธรรมที่มีความหลากหลายเพื่อให้ประชาชนได้เลือกปฏิบัติตามความต้องการ ด้านบุคลากร เจ้าสำนักหรือพระวิปัสสนาจารย์ควรเป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถ เป็นแบบอย่างที่ดี ที่ทำให้ประชาชนเห็นแล้วเกิดความศรัทธา และปฏิบัติตามได้ ด้านสถานที่ วัดหรือสำนักปฏิบัติธรรมต้องมีความพร้อมสำหรับการให้บริการแก่ประชาชน มีความเหมาะสม สะอาด สงบเงียบ และสะดวกสบาย เป็นต้น

คำสำคัญ : การปฏิบัติธรรม, พุทธศาสนิกชน, วัดปลักแรด

Abstract

1) Regarding Dhamma practice of Buddhists, Wat Plak Raet had organized the area for Buddhists to practice Dhamma at all time, but a small amount of people came to practice and only few people gave special importance to Dhamma practice. Most people who entered the temple to practice Dhamma were groups of Buddhists who came to observe the 8 precepts on Buddhist days, or mostly on important Buddhist days or special days.

2) Regarding problems and obstacles of Dhamma practice of Buddhists in 3 aspects; on account of academic, documents for Dhamma practice such as book for Buddhist chanting, documents giving knowledge of meditation for tranquility and insight developments were very few in number and different in content. On account of personnel, there was no meditation teacher to lead the practice. This might be because Wat Pluck Raet was not yet a reckoned practice center. This resulted in individual practice according to one's own knowledge and competency. On account of place, Wat Plak Raet had on no separate building for specific Dhamma practice. It was necessary to use the sermon hall for practicing Dhamma as well as for dwelling.

3) Regarding the guidelines for the development of Dhamma practice of Buddhists in all 3 aspects; on account academic, there should be a variety of Dhamma training and teaching so that people could choose to follow according to their needs. On account of personnel, the chief monk or meditation teacher should be knowledgeable and set a good example for others so as to make people see, have faith and follow him. On account of place, the temple or Dhamma practice office must be ready for providing services to the people with suitable, clean, quiet and comfortable conditions.

Keywords: Dhamma practice, Buddhist, Wat Plak Raet

บทนำ

การปฏิบัติตามคำสอนของพุทธศาสนาถือเป็นพื้นฐานของมนุษยสัมพันธ์ เพราะเป็นหลัก คำสอนที่ขัดเกลาคิดใจของมนุษย์จากระดับต่ำไปถึงระดับสูง ตั้งแต่เข้าใจตนเองไปถึงเข้าใจผู้อื่น หาก บุคคลใดปฏิบัติตามหลักพุทธศาสนาแล้ว ก็ถือว่าเป็นบุคคลที่ได้นำหลักพุทธศาสนาไปประยุกต์เพื่อ สร้างมนุษยสัมพันธ์ เนื่องจากมีหลักธรรมของพระพุทธศาสนาหลายประการที่เป็นการสร้างความรัก ความศรัทธาให้กับคนอื่น และแน่นอนว่าเมื่อใครก็ตามที่นำหลักธรรมของพุทธศาสนาไปปฏิบัติย่อม เกิดประโยชน์แก่ตนเอง เช่น สามารถตั้งตัวให้เป็นหลักเป็นฐานได้ สามารถตั้งตนอยู่ในหลักศีลในธรรม สามารถดับกิเลสให้พ้นทุกข์ได้อย่างแท้จริง สังคมไทยมีความเจริญก้าวหน้าในการพัฒนาประเทศด้วยเทคโนโลยีก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในทุก ๆ ด้าน ทั้งเศรษฐกิจ สังคมและการเมือง ขณะเดียวกันความเสื่อมทรามทางด้านจิตใจก็เพิ่มมากขึ้น ได้กลายเป็นโรคบกพร่องทางอารมณ์ สิ่งที่จะใช้รักษาได้ดี คือ การให้รักษาทางใจอันเป็นผลที่ได้จากการปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา ที่เรียกกันว่า ธรรมโอสธ หรือการปฏิบัติธรรม ฝึกอบรมจิตใจให้มีสมาธิเข้มแข็ง เพื่อให้เกิดสติปัญญา รู้เท่าทันสภาพความเปลี่ยนแปลงทางสังคม และปัญหาอันแท้จริงของชีวิต การที่จะทำให้ประชาชนสนใจศึกษาปฏิบัติธรรมและแพร่หลายได้นั้นมิใช่กระทำได้ง่าย ต้องมีองค์ประกอบเป็นเหตุปัจจัยสนับสนุนส่งเสริมหลากหลายประการ เหตุปัจจัยสำคัญประการหนึ่งก็คือ วัดที่จะเป็นสถานที่รองรับการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนได้นั้น ต้องมีความพร้อม มีสถานที่ที่เป็นสัปปายะเหมาะสมแก่การศึกษาอบรมปฏิบัติธรรมและมีพระวิปัสสนาจารย์สำหรับทำหน้าที่บริหารจัดการการฝึกอบรมสั่งสอนอย่างมีคุณภาพทำให้ประชาชนที่ปฏิบัติธรรมเกิดความสงบและปฏิบัติธรรมได้สม่ำเสมอ และจะสามารถปฏิบัติธรรมได้ในระดับที่สูงขึ้นไป การปฏิบัติธรรมทำให้เกิดประโยชน์ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ในด้านร่างกายจะทำให้เกิดการบริหารร่างกาย ได้เคลื่อนไหว ส่งผลดีต่อร่างกาย ช่วยฝึกความอดทน ส่วนด้านจิตใจ ผู้ปฏิบัติธรรมจะมีจิตใจผ่องใส ผ่อนคลายจากความตึงเครียด ภายในจิตใจเกิดความสงบและมีสติ จากการที่ได้รับการฝึกปฏิบัติธรรมเพื่อพัฒนาจิตใจก็จะทำให้จิตใจดีขึ้นได้ ส่งผลให้มีสุขภาพดีทั้งทางกายและทางใจ ปฏิบัติธรรม นั้นหมายถึง การเอาธรรมมาปฏิบัติ เอาธรรมมาใช้ เอามาใช้ดำเนินชีวิตการทำงาน คือเอาธรรมมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในชีวิตจริง ทำให้เป็นชีวิตที่ดีมีความสุขนั่นเอง เมื่อปฏิบัติธรรมก็หมายถึงว่า เอาธรรมมาใช้ในชีวิตจริง หรือเอามาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ชีวิต ถ้ายังไม่ได้ใช้ ก็ไม่เรียกว่าเป็นการปฏิบัติ ว่าถึงตัวคำว่า “ปฏิบัติ” เองนี้ เดิมนั้นแปลว่า "เดินทาง" มาจากภาษาบาลี ของเดิมนี้มีคำคล้าย ๆ กับอีก

คำหนึ่งคือ “ปฏิบัติ” คำว่าปฏิบัติ ก็คือ ที่ที่จะเดิน คำว่า ปฏิบัติ กับคำว่า ปฏิบัตินี้ เป็นคำเดียวกัน รากศัพท์อันเดียวกัน ถ้าเป็นกริยา มีรูปเป็น ปฏิบัติ แปลว่า ดำเนิน หรือเดินทาง ประโยชน์ที่ได้จากการปฏิบัติธรรม คือในการปฏิบัติธรรมซึ่งเป็นเรื่องของการอบรมจิตนั้น ถ้าได้เรียนรู้วิธีการและพยายามปฏิบัติให้ถูกต้อง ย่อมนำพลังและสมรรถภาพอันยิ่งใหญ่ในทางธรรมมาใช้ เพื่อการบรรลุผลที่พึงปรารถนาในอันดับสูงต่อไป กุศลธรรมที่สำคัญที่ผู้ปฏิบัติพึงนำออกมาใช้เพื่อเผชิญกับความชั่วร้ายและเสริมสร้างคุณความดี คือ อินทรีย์และพละ เป็นการพัฒนาจิตใจตนเองโดยตรง มีผลถึงสังคมส่วนรวมด้วย ควบคุมอารมณ์ได้นานขึ้น เบียดเบียนคนอื่นน้อยลง ความวิตกกังวลก็ลดลงด้วย เรียกว่า สติจะควบคุมให้ครบวงจรทุกแง่มุม สำนักปฏิบัติธรรมมีอยู่หลายแห่ง หลายอาจารย์และแต่ละแห่ง แต่ละอาจารย์ก็มีเทคนิคการปฏิบัติที่แตกต่างกันไป แต่การปฏิบัติอีกอย่างหนึ่งที่มีระยะอันสั้น ก็คือการปฏิบัติโดยการ รักษาศีลระยะสั้น ๆ อย่างเช่น การปฏิบัติธรรมในวันธรรมสวนะหรือวันพระของอุบาสกอุบาสิกาผู้อยู่รักษาศีลอุโบสถ ที่มีอยู่ทั่วไปของทุกวัด ซึ่งจะมีขึ้นในวันพระ ตามหลักของการเข้าปฏิบัติศีลอุโบสถนั้น ส่วนมากจะเป็นผู้สูงอายุ ส่วนน้อยจะเป็นเยาวชน และคนในวัยทำงาน

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเล็งเห็นปัญหาในส่วนนี้ คือรูปแบบและระยะเวลาของการปฏิบัติที่เหมาะสม จึงทำการวิจัยเรื่องการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนในวัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก โดยมีความต้องการจะศึกษาถึงรูปแบบการปฏิบัติที่สัมพันธ์กับเงื่อนไขด้านระยะเวลาของการอยู่รักษาอุโบสถศีล และอายุของผู้รักษาศีลอุโบสถศีลเพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงเทคนิคการถ่ายทอดรวมถึงการปรับปรุงภูมิทัศน์สิ่งแวดล้อมให้เหมาะสมแก่ผู้ปฏิบัติ รวมทั้งเพื่อให้ทราบถึงแนวทางในการถ่ายทอดความรู้ทางด้านการปฏิบัติที่อาจารย์ผู้มีความรู้ได้นำถ่ายทอดไปยังผู้ปฏิบัติอีกหนทางหนึ่ง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนในวัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก
2. เพื่อศึกษาปัญหาและอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน วัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก
3. เพื่อเสนอแนวทางในการพัฒนาการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน วัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่องนี้ เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรมของ พุทธศาสนิกชนวัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก โดยการศึกษาจากเอกสารที่เกี่ยวข้อง (Documentary research) และการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) จากพุทธศาสนิกชนในวัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก และวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอโดยพรรณนา

ผลการวิจัย

1) การปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน วัดปลักแรดได้จัดพื้นที่สำหรับให้ พุทธศาสนิกชนให้เข้าไปปฏิบัติธรรมได้ตลอดเวลา แต่ประชาชนทั่วไปก็ยังเข้าปฏิบัติธรรมเป็น จำนวนน้อย ยังไม่ค่อยมีใครให้ความสำคัญกับการปฏิบัติธรรมมากเป็นพิเศษ ส่วนใหญ่ที่เข้า วัดปฏิบัติธรรมจะเป็นกลุ่มพุทธศาสนิกชนที่เข้ามาถือศีลอุโบสถประจำวันพระ หรือวันสำคัญ ทางพระพุทธศาสนาหรือวันพิเศษเป็นส่วนใหญ่

2) ปัญหาและอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน ทั้ง 3 ด้าน คือ ด้าน วิชาการ การใช้เอกสารประกอบการปฏิบัติธรรม เช่น หนังสือทำวัตรสวดมนต์ เอกสารความรู้ เกี่ยวกับสมณะและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับอุบาสกอุบาสิกายังมีน้อยมาก และไม่เหมือนกัน ด้านบุคลากร ไม่มีพระวิปัสสนาจารย์สอนในการปฏิบัติ ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะว่าวัดปลักแรด ยังไม่ได้เป็นสำนักปฏิบัติธรรม ที่ถูกต้อง จึงปล่อยให้ปฏิบัติกันเองตามความรู้ความสามารถ ของตน ด้านสถานที่ วัดปลักแรดไม่มีอาคารแยกสำหรับการปฏิบัติธรรมเฉพาะ คงใช้ศาลา การเปรียญในการปฏิบัติธรรม พร้อมทั้งเป็นสถานที่พักด้วย

3) แนวทางในการพัฒนาการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนทั้ง 3 คือ ด้านวิชาการ ควรมีการอบรมฝึกสอนปฏิบัติธรรมที่มีความหลากหลายเพื่อให้ประชาชนได้เลือกปฏิบัติตาม ความต้องการ ด้านบุคลากร เจ้าสำนักหรือพระวิปัสสนาจารย์ควรเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถเป็นแบบอย่างที่ดี ที่ทำให้ประชาชนเห็นแล้วเกิดความศรัทธา และปฏิบัติตาม ได้ ด้านสถานที่ วัดหรือสำนักปฏิบัติธรรมต้องมีความพร้อมสำหรับการให้บริการแก่ประชาชน มีความเหมาะสม สะอาด สงบเงียบ และสะดวกสบาย เป็นต้น

อภิปรายผลการวิจัย

ด้านวิชาการ พบว่า ในการปฏิบัติธรรม ต้องยึดรูปแบบการปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง ที่ เป็นทางการ อาจจะนำเอากิจกรรมอื่น ๆ เข้ามาเสริมการฝึกอบรมได้ แต่ก็ต้องเหมาะสมกับผู้

เข้าปฏิบัติธรรม เช่น ใช้รูปแบบการฝึกปฏิบัติที่ถูกต้องตามที่มหาเถรสมาคมกำหนดไว้ มีการประยุกต์หรือปรับรูปแบบให้เหมาะสม มีการเสริมกิจกรรมอย่างอื่นเพื่อให้ทันสมัย มีการกำหนดเป็นโครงการปฏิบัติธรรมที่เป็นรูปธรรม มีการฝึกอบรมเพื่อสร้างพระวิปัสสนาจารย์รุ่นใหม่ และพัฒนารุ่นเก่าที่มีแล้ว จัดให้มีการประเมินผลการอบรม เป็นต้น การปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาเถรวาท ทั้งสมณะและวิปัสสนา นอกจากนี้ควรประยุกต์หลักสัปปายะ 7 เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสนับสนุนการปฏิบัติธรรม มีการเทศนา อบรม บรรยาย โดยใช้เทคนิคไม่ให้เกิดความเบื่อหน่าย มีวิธีการสอนกัมมัฏฐานหลากหลายรูปแบบ ติดตามผล พร้อมทั้งปรับปรุงแก้ไข ในจุดบกพร่องของการปฏิบัติธรรม และมีเอกสารประกอบการปฏิบัติธรรม มีการแจ้งข่าวประชาสัมพันธ์ วัน เวลา การปฏิบัติธรรม อย่างชัดเจน มีการปฏิสัมพันธ์กับผู้เข้าร่วมปฏิบัติธรรม โดยเป็นกันเอง มีเจ้าหน้าที่คอยดูแลความเรียบร้อยตลอดเวลา และมีเจ้าหน้าที่คณะกรรมการอำนวยความสะดวกทุกกิจกรรม ซึ่งผู้เข้าปฏิบัติธรรมมีความพึงพอใจเกี่ยวกับการเข้าปฏิบัติธรรม นั่นคือ ความรู้ความสามารถของพระวิปัสสนาจารย์ พระวิทยากร มีความเป็นกันเอง ซึ่งวิทยากรมีทั้งพระภิกษุ และฆราวาส รวมทั้งมีวิทยากรพิเศษบรรยาย วิชาการ และวิทยากรมีทั้งนันทนาการและวิชาการ สถานที่พักแยกเป็นสัดส่วน หญิงและชาย มีการจัดเตรียมอาหาร และน้ำดื่ม สำหรับผู้เข้าปฏิบัติธรรมอย่างเพียงพอ มีเครื่องนอน อำนวยความสะดวก มียารักษาโรค ไว้อย่างเพียงพอต่อผู้เข้าปฏิบัติธรรม ศาลาปฏิบัติธรรม กว้างขวาง ไม่แออัด ต่อจำนวนผู้เข้าปฏิบัติ สถานที่เงียบสงบ ปราศจากเสียงรบกวน สถานที่ปฏิบัติธรรมแยกเป็นสัดส่วนได้อย่างเหมาะสม สถานที่สะดวกต่อการเดินทางไปปฏิบัติธรรม และห้องน้ำ ห้องสุขา เพียงพอต่อการปฏิบัติ

ด้านบุคลากร พบว่า เจ้าสำนักหรือพระวิปัสสนาจารย์ต้องเป็นผู้มีความรู้ความสามารถ มีลักษณะความเป็นผู้นำ มีปฏิภาณไหวพริบ สามารถให้คำปรึกษาและสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติธรรมได้ รู้การประยุกต์หลักธรรมคำสอนให้นำไปปฏิบัติได้อย่างเหมาะสม และทันสถานการณ์ เจ้าสำนักหรือพระวิปัสสนาจารย์ต้องพัฒนาตนเองอยู่เสมอ ได้แก่

1. เป็นแบบอย่างที่ดี น่าเคารพเลื่อมใส
- 2.. มีความรู้ มีความสามารถในการสอน
3. สามารถให้คำปรึกษา แก้ไขปัญหาได้
4. มีการจัดรูปแบบการปฏิบัติที่เหมาะสมกับแต่ละยุคคัล
5. มีการใช้สื่อการสอนที่ทันสมัย

6. ใช้หลัก 4 ส. พัฒนาบุคลากร โดยหลัก 4 ส. สามารถอธิบายสนับสนุนการพัฒนาส่วนบุคคลได้คือ 1.สันติสนา พระวิปัสสนาจารย์อธิบายให้เห็นชัดแจ้งว่าการปฏิบัติธรรมนั้นสามารถทำให้เกิดประโยชน์ในการนำไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ 2.สมาทปนา พระวิปัสสนาจารย์ สามารถทำให้เกิดความสนใจเกิดขึ้นกับผู้ปฏิบัติธรรม เห็นว่าการปฏิบัติธรรมสร้างความสุขได้ 3.สมุตเตชนา พระวิปัสสนาจารย์เป็นผู้ประพฤติปฏิบัติตนให้เป็นแบบอย่างสร้างความเลื่อมใสความ ศรัทธาให้แก่ผู้ที่พบเห็น และ 4.สัมปหังสนา พระวิปัสสนาจารย์เป็นผู้ที่มีความสงบ ความเรียบร้อย มีความ สดใส ทำให้สร้างบรรยากาศคร่ำเร้งร่วมกันกับผู้ปฏิบัติธรรม บุคลากรต้องได้รับการฝึกอบรมในด้านต่าง ๆ เพื่อปรับปรุงตนเองให้มีความรู้ทักษะ และมีความสามารถในการปฏิบัติงานที่ตนรับผิดชอบอย่างมีประสิทธิภาพ พัฒนาประสิทธิภาพในการทำงานของตนเองให้เพิ่มมากขึ้น ทั้งนี้เนื่องจากการฝึกอบรมเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องนำมาใช้ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีศักยภาพ อีกทั้งเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างให้บุคคลเกิดความรู้ความเข้าใจ ทักษะและทัศนคติต่อการดำเนินกิจกรรมใด ๆ ได้อย่างมีคุณค่าและประสิทธิภาพยิ่งขึ้น พระสงฆ์สามารถทำงานเป็นทีม (Team) คอยให้คำแนะนำปรึกษาหารือกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกันในการพัฒนาปรับปรุงข้อบกพร่องซึ่งกันและกัน

ด้านสถานที่ พบว่า คณะสงฆ์จังหวัดพิษณุโลก ได้ส่งเสริมให้วัดทุกวัดจัดสถานที่เพื่อรองรับการปฏิบัติธรรม เป็นการใช้สถานที่วัดให้ครบถ้วนในด้านการปฏิบัติ ศิล สมาธิ ปัญญาให้พุทธศาสนิกชนได้ใช้วัดในการแสวงหาความรู้ความเข้าใจในชีวิตเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของตนเอง และส่งเสริมให้วัดทุกวัดเป็นวัดสีขาวปราศจากเหล้า, บุหรี่, ยาเสพติด เพราะยาเสพติดเป็นปัญหาของสังคมที่ทำให้เกิดความวุ่นวายและเป็นปัญหาที่แก้ไขได้ยาก ฉะนั้นวัดจึงต้องเป็นที่สร้างศีลธรรมให้พุทธศาสนิกชนให้ตั้งอยู่ในศีล 5 ปรับปรุงภูมิทัศน์ให้ตีเน้นความสะอาด เรียบร้อยสวยงาม สะดุดตา ทำให้ผู้ที่มาทำบุญที่วัดมีความสุขสบายใจมีความสุขเกิดขึ้นในจิตใจ ส่งเสริมให้วัดทุกวัดปรับปรุงห้องน้ำห้องสุขาให้สะอาดและเพียงพอ

ปัญหาและอุปสรรคต่อการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน วัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก แยกออกเป็น 3 ประเด็น ดังนี้

ด้านวิชาการ พบว่า การใช้เอกสารประกอบการปฏิบัติธรรม เช่น หนังสือทำวัตร สวดมนต์ เอกสารความรู้เกี่ยวกับสมณะกรรมฐานและวิปัสสนากรรมฐานสำหรับอุบาสก อุบาสิกายังมีน้อยมาก และไม่เหมือนกัน ยังขาดสื่อการสอนที่ทันสมัย และเข้าใจง่าย

กฎระเบียบบางข้อไม่สามารถบังคับใช้ได้ รวมถึงขาดการติดต่อประสานงานกับชุมชน จึงทำให้เกิดปัญหา ควรนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาใช้ในการเผยแผ่พระพุทธศาสนา พัฒนาวัดให้เป็นสำนักปฏิบัติธรรม วางกฎระเบียบและบังคับใช้ให้มีประสิทธิภาพและมีการติดต่อประสานงานกับชุมชนในการพัฒนา

ด้านบุคลากร พบว่า ทั้งวิทยากร และพระวิปัสสนาจารย์ มีน้อย หรือบางครั้งไม่มีเลย ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะว่าวัดปลักแรดนั้นยังไม่ได้เป็นสำนักปฏิบัติธรรมที่ถูกต้อง จึงปล่อยให้ผู้ปฏิบัตินั้นปฏิบัติกันเองตามความรู้ความสามารถของตน และขาดการสนับสนุนทั้งจากคณะสงฆ์และส่วนราชการ วัดปลักแรดควรส่งเสริมให้พระภิกษุภายในวัดได้เข้ารับการอบรมพระวิปัสสนาจารย์ หรือมีการนิมนต์พระอาจารย์จากสถานที่อื่นมาช่วยในการสอนกรรมฐาน และขอความร่วมมือทั้งจากทางคณะสงฆ์ เจ้าสำนักปฏิบัติธรรม ต่าง ๆ และหน่วยงานราชการในการช่วยกันสนับสนุนในการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนวัดปลักแรดให้มีประสิทธิภาพเพิ่มมากขึ้น

ด้านสถานที่ พบว่า วัดปลักแรดนั้นไม่มีอาคารแยกสำหรับการปฏิบัติธรรมเฉพาะ คงใช้ศาลาการเปรียญในการปฏิบัติธรรม พร้อมทั้งเป็นสถานที่พักด้วย วัดปลักแรดยังขาดสถานที่พักผ่อนหย่อนใจสำหรับผู้ที่มาปฏิบัติธรรม และวัดยังไม่ค่อยร่มรื่นเท่าที่ควร ถ้าจะให้การปฏิบัติธรรมประสบผลสำเร็จได้ดีขึ้นอีก จะต้องมีการแยกอาคารสถานที่ออกเป็นสัดส่วนแก่ผู้ที่เข้ามาปฏิบัติธรรม และต้องมีสิ่งอำนวยความสะดวกที่เอื้อต่อการปฏิบัติธรรมได้พอประมาณ เพื่อเป็นการส่งเสริมดึงดูดใจให้ประชาชนเข้ามาปฏิบัติธรรมได้มากขึ้น

แนวทางในการพัฒนาการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน วัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก

ด้านวิชาการ พบว่า ปัจจุบันรูปแบบของการปฏิบัติธรรมได้เปลี่ยนแปลงไปตามยุคสมัยตามกระแสความเปลี่ยนแปลงของโลก การรักษาหรือสืบทอดรูปแบบการปฏิบัติ รวมถึงการจัดสภาพแวดล้อมให้เป็นไป เพื่อส่งเสริมการศึกษาปฏิบัติธรรม ตรงตามพุทธประสงค์จึงมีความสำคัญยิ่ง อีกทั้งวัดที่จัดปฏิบัติธรรม หรือสำนักปฏิบัติธรรมแต่ละแห่งจัดให้มีการปฏิบัติธรรมตามที่พระวิปัสสนาจารย์มีความถนัด แต่ละแห่งอาจจะใช้รูปแบบที่แตกต่างกันออกไป จึงควรมีการร่วมมือกันกำหนดรูปแบบเพื่อให้เป็นมาตรฐานเดียวกัน รวมถึงการพัฒนาสถานที่ปฏิบัติธรรมให้มีคุณภาพ กิจกรรมที่ส่งเสริมการปฏิบัติธรรมที่สามารถทำให้เกิดความรู้ความเข้าใจตามหลัก 4 ส. คือ

1) สันทิสสนา อธิบายให้เห็นชัดเจนแจ่มแจ้ง เหมือนงูมมือไปดูเห็นกับตา เรียกว่า “แจ่มแจ้ง”

2) สมาทปนา จูงใจให้เห็นจริงด้วย ชวนให้คล้อยตาม จนต้องยอมรับและนำไปปฏิบัติ เรียกว่า “จูงใจ”

3) สมุตตเตชนา เร้าใจให้แก่ว้าว บังเกิดกำลังใจ ปลุกให้มีอุตสาหะแข็งขัน มั่นใจว่าจะทำให้สำเร็จได้ ไม่หวั่นต่อความเหนื่อยยาก เรียกว่า “หาญกล้า”

4) สัมปหังสนา ชโลมใจให้แช่มชื่น ร่าเริง เบิกบาน พังไม่เบื่อ และเปี่ยมด้วยความหวัง เพราะมองเห็นคุณประโยชน์ที่จะได้รับการปฏิบัติ เรียกว่า “ร่าเริง” เป็นการนำเอาหลักธรรมมาเป็นเครื่องมือสนับสนุนจัดการการปฏิบัติธรรมให้เหมาะสม ซึ่งเป็นการส่งเสริมการปฏิบัติธรรมได้อย่างต่อเนื่องยาวนานและมีประสิทธิภาพสูงขึ้น

ด้านบุคลากร พบว่า สถานปฏิบัติธรรมวัดปลักแรดจะต้องมีพระวิปัสสนาจารย์ ที่ได้ผ่านการฝึกอบรมตามหลักสูตรของคณะสงฆ์หรือมหาวิทยาลัยสงฆ์จนมีความสามารถสอนการปฏิบัติธรรมได้เป็นอย่างดี และต้องเป็นผู้ที่มีความประพฤติปฏิบัติดีเป็นแบบอย่างที่ดีงามให้แก่ประชาชนทั่วไป พระวิปัสสนาจารย์ต้องพัฒนาความสามารถของตนเองให้เพิ่มขึ้นตลอดเวลา และต้องสร้างความน่าเลื่อมใสศรัทธาแก่ผู้พบเห็นทั่วไป เจ้าอาวาสควรส่งเสริมให้ฝึกพระวิปัสสนาจารย์รุ่นใหม่ ๆ เพื่อให้สามารถรองรับผู้เข้ามาปฏิบัติธรรมได้อย่างเพียงพอ

ด้านสถานที่ พบว่า วัดควรจัดให้มีพื้นที่สำหรับให้ประชาชนสามารถเข้าปฏิบัติธรรมได้ตลอดทั้งปี ไม่จำเพาะว่าต้องเป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัดที่ได้รับการแต่งตั้งจากมหาเถรสมาคมเท่านั้น หากวัดใดมีสภาพวัด สถานที่เหมาะสมตามหลักของอาวาสสัปปายะ ก็สามารถเป็นสถานที่ปฏิบัติธรรมได้เช่นกัน ลักษณะของสถานที่ซึ่งมีความสัปปายะ ได้แก่ มีความสงบ ร่มรื่น มีพื้นที่ปฏิบัติแยกจากที่พักการเดินทางสะดวก มีความปลอดภัย มีเครื่องอำนวยความสะดวกพอเหมาะแก่การเข้าปฏิบัติธรรมเป็นต้น ต้องส่งเสริมให้วัดทุกวัดเป็นสถานที่สอนปฏิบัติธรรมวัดเป็นศูนย์กลางของการปฏิบัติธรรม ด้านสถานที่จึงมีความสำคัญ ต้องมีความสัปปายะ เพื่รองรับผู้ปฏิบัติธรรมได้ทั้งในด้านคุณภาพและปริมาณ อาคารสถานที่เพียงพอ แบ่งออกเป็นสัดส่วนระหว่างที่พักกับที่ปฏิบัติธรรม มีความเงียบสงบ ร่มรื่น ปลอดภัยและสะดวกสบาย สถานที่สำหรับการปฏิบัติธรรมบางแห่งบางที่สามารถจัดการเรื่องภูมิทัศน์ให้มีความสวยงาม ร่มเย็นและเป็นธรรมชาติ

สรุปได้ว่า ด้านสถานที่ปฏิบัติธรรมที่เหมาะสม ต้องมีความสัปปายะ ได้แก่

1. ต้องมีความร่มรื่น สถานที่พัก อาหารและห้องน้ำอย่างเพียงพอ

2. มีความสะอาดและมีความปลอดภัยในการอยู่ปฏิบัติธรรม
3. วัดแต่ละวัด หรือสำนักปฏิบัติธรรมแต่ละแห่งมีที่ตั้งต่างกัน บางแห่งอยู่ในชุมชน บางแห่งอยู่ห่างไกลชุมชน สภาพของสถานที่ที่แตกต่างกัน ดังนั้นการบริหารจัดการจึงแตกต่างกัน
4. ด้านสภาพแวดล้อมมีความเหมาะสม สะอาด ร่มรื่นบรรยากาศดี เงียบสงบ ร่มเย็นเป็นธรรมชาติ
5. มีการนำเอาอุปกรณ์เครื่องใช้ที่อำนวยความสะดวกเข้ามาใช้ เพื่อให้มีเวลาและโอกาสในการฝึกการปฏิบัติได้มากขึ้น
6. นำเอาเทคโนโลยีเข้ามาช่วยเสริมการปฏิบัติ ทำให้เข้าใจและเข้าถึงการปฏิบัติได้รวดเร็วขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากการวิจัยเรื่อง “การปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน วัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก” ผู้วิจัยจึงขอเสนอแนะแนวทางในเชิงนโยบาย ที่อาจเป็นประโยชน์ต่อการนำไปปฏิบัติได้ดังนี้

1. ด้านวิชาการ ต้องสามารถให้การฝึกอบรมปฏิบัติธรรมที่ถูกต้องตามที่มหาเถรสมาคมกำหนดไว้ และต้องสามารถให้การอบรมได้หลากหลายรูปแบบ
2. ด้านบุคลากร สำนักปฏิบัติธรรมต้องส่งเสริมและสนับสนุนให้สร้างพระวิปัสสนาจารย์ให้มีเพิ่มขึ้น รวมถึงการเพิ่มความสามารถให้กับพระวิปัสสนาจารย์ที่มีอยู่ก่อนแล้ว
3. ควรจัดวิทยากรให้ตรงกับความต้องการ เพื่อให้ประชาชนที่เข้าปฏิบัติธรรมได้ประโยชน์ และเข้าถึงการปฏิบัติจริง ๆ ไม่สับสนและเบื่อหน่ายในการปฏิบัติ
4. ด้านสถานที่ ต้องมีการบริหารจัดการวัดหรือสำนักปฏิบัติธรรมให้มีความพร้อมในการที่จะรองรับผู้ปฏิบัติธรรมไม่ว่าจะเป็นจำนวนน้อยหรือมาก วัดหรือสำนักปฏิบัติธรรมต้องมีมาตรฐานตามที่มหาเถรสมาคมกำหนดไว้ มีการปรับปรุงสถานที่ให้มีความพร้อมใช้งาน

ได้ตลอดเวลา นำเอาเทคโนโลยีที่ทันสมัยเข้ามาใช้ส่งเสริมการอบรม ปรับปรุงสถานที่ ภูมิทัศน์ให้มีความสวยงาม มีความมั่นคงแข็งแรง

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

จากการศึกษาวิจัยเรื่อง “การปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน วัดปลักแรด ตำบลปลักแรด อำเภอบางระกำ จังหวัดพิษณุโลก” ยังมีเรื่องที่เกี่ยวข้อง ที่ควรศึกษาวิจัยอยู่อีกมาก ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้เสนอแนะหัวข้อของการทำวิจัยครั้งต่อไปไว้ดังนี้

1. ควรศึกษาความคิดเห็นของประชาชน ที่มีต่อการส่งเสริมวัดให้เป็นสำนักปฏิบัติธรรม และควรศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับการส่งเสริมการบริหารจัดการวัดให้เป็นสำนักปฏิบัติธรรมประจำจังหวัด
2. ควรมีการศึกษาบทบาทของสำนักปฏิบัติธรรม ในการพัฒนาชุมชน
3. ควรมีการศึกษาการตรวจสอบประเมินผลการบริหารจัดการสำนักปฏิบัติธรรม เพื่อให้มีการส่งเสริมการปฏิบัติธรรมของประชาชน
4. ควรมีการศึกษาการวิจัยเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งเสริมการปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชน เพื่อเป็นการนำไปสู่การประยุกต์ใช้ที่เป็นรูปธรรมในสำนักปฏิบัติธรรม

เอกสารอ้างอิง

- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาบาลี ฉบับมหาจุฬาเตปิฎก 2500.**
 กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2535.
- มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย. **พระไตรปิฎกภาษาไทย ฉบับมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย.**
 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2539
- พุทธทาสภิกขุ. **คู่มือมนุษย์ฉบับสมบูรณ์** (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: สุขภาพใจ, 2541.
- พระธรรมธีรราชมหามุนี. **หลักปฏิบัติสมณะ-วิปัสสนากรรมฐาน.** กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2531
- พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตฺโต). **พุทธธรรม.** กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2538.

พระครูศรีสุตากร. (อภิชาติ อภิญาโณ). ความพึงพอใจของประชาชนต่อการปฏิบัติธรรมในวัน
เสาร์ - อาทิตย์ กรณีศึกษาวัดกลางบางพระ อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม.

วิทยานิพนธ์ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาพระพุทธศาสนา,

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย, 2554.

พระครูโสภณปุรารักษ์ (สุทธิวรรณอาภา). การบริหารจัดการกิจการคณะสงฆ์ด้านการอบรม
การปฏิบัติธรรมของวัด ในอำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี. **วิทยานิพนธ์**

ปริญญาพุทธศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาพระพุทธศาสนา, มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ
ราชวิทยาลัย, 2554.